Klasikinis Bouillabaisse

Atverti receptą svetainėje

Ingredientai

Žuvies sultinys

- 1 kg žuvų galvos, kaulai, vėžiagyvių galvos, kiautai, geldelės, kuo daugiau įvairovės tuo geresnis sultinys
- 1 vnt didelis svogūnas
- morka, raudona ar oranžinė paprika, salieras, pankolis
- 3-4 skilt. česnakai
- provanso žolelės, pipirai, šiek tiek druskos
- alyvuogių aliejaus

Bouillabaisse

- 0,5 kg įvairių žuvų ir krevečių (žuvies gali būti ir daugiau)
- 1 didelis svogūnas
- 1 vnt. poras
- 0,5 vnt. pankolis
- 1 vnt. česnakas
- 1-2 vnt. pomidorai
- 100 ml balto vyno
- alyvuogių aliejus, provanso žolelės, kajeno pipirai, juodieji pipirai, šafranas, keli lauro lapai, kelios šakelės šviežio čiobrelio, apelsino žievelė, druskos
- 2 l sultinio

Gaminimo eiga

Sultinys

1. Užsikaitinkite puodą, tuomet pilkite alyvuogių aliejaus ir apkepkite smulkiai supjaustytas daržoves. Kuo smulkiau, tuo daugiau skonio pasiims sultinys. Svogūnus, porus, pankolį, morkas, papriką kepkite kol suminkštės ir pradės karamelizuotis. Suberkite prieskonius, provanso žoleles, pipirus, kajeno pipirus, šafraną, lauro lapus.

2. Sudėkite žuvies galvas, kaulus, vėžagyvių galvas, kiautus, viską ką turite. Mes jau įpratome užsišaldyti didesnių žuvų ir krevečių galvas, pelekus, kaulus. Kuo didesnė įvairovė, tuo turtingesnis sultinys gausis. Įpilkite vandens, kad viską gerai apsemtų. Geras santykis 1 kg ingredientų 2 litrai vandens. Virkite. Kuo ilgiau virsite, tuo daugiau skonio ingredientai atiduos sultiniui. Pabaigus virti, žuvis turėtų likti visai beskonė. Net jei verdate greitpuodyje, ką labai rekomenduočiau ne tik dėl laiko, bet dar ir todėl, kad iš greitpuodžio nenugaruoja ne tik skystis bet ir aromatai, vistiek virkite ant mažos kaitros bent pusantros valandos.

3. Nukoškite, atvėsinkite. Žuvies, kaip ir kitus sultinius galite išsivirti tuomet kai turite laiko ir ingredientų ir užsišaldyti.

Bouillabaisse

4. Pasiruoškite ingredientus. Svogūnus nusilupkite is supjaustykite smulkiai, susipjaustykite porą, pankolį, nusivalykite česnakus ir sutraiškykite. Nusiplaukite ir susipjaustykite pomidorus. Išsivalykite žuvį. Krevetes nuplaukite, jei nenorite sriuboje galvų, pasilikite tik uodegėles. Jei virsite iš šaldyto sultinio, atsišildykite ir užsivirkite.

5. Užsikaitinkite puodą, tuomet pilkite alyvuogių aliejaus ir apkepkite svogūnus, porus ir pankolį kol suminkštės ir pradės karamelizuotis. Suberkite prieskonius, provanso žoleles, pipirus, kajeno pipirus, šafraną, lauro lapus, paskaninkite apelsino žievele.

6. Suberkite pomidorus ir česnakus, viską dar patroškinkite. Sudėkite smulkią žuvį. Įpilkite vyną, pamaišykite puodą. Leiskite kelias minutes nugaruoti alkoholiui ir pilkite sultinį, kad viską apsemtų. Uždenkite puodą ir palikite troškintis bent pusvalandį.

7. Kai viskas gerai išsitroškins, nukaiskite puodą. Žuvų kaulai turėtų būti gerai išvirę ir minkšti. Sublendinkite viską. Paragaukite ar netrūksta druskos, pipirų. Dabar laikas sureguliuoti skonį.

8. Pabaikite virti boullabaisse. Į puodą su pasiruoštu sriubos pagrindu ir dėkite virti visą žuvį, ar žuvies file. Jei virsite kelias skirtingas žuvis, pirma dėkite į puodą stambesnes, pabaigoje suberkite krevečių uodegėles. Tik nepervirkite žuvies!

Pastabos

Didelis puodas

Blenderis

Greitpuodis

Chezz Camille boullabaise patiekiamas kaip sriuba. Žuvis verdama visa ir patiekiama išgriebta iš puodo, šalia. Valgytojai gali pasirinkti kaip valgys. Sriubą atskirai, užsikąsdami skrebučiais su rouille padažu, ar su žuvimi, kurią tuomet vėl reikia įsidėti į lėkštę. Jokių petražolių jie neberia. Geldelių pabaigoje taip pat neverda. Man gražiau ir skaniau, su petražolėm ir geldėlėm, kuomet viskas kas virė patiekiama puode, o valgytojai gali su samčiu įsipilti kiek nori.

---

linagamina
SKANAUS MAISTO UŽRAŠAI

Gaminkime kartu!
Daugiau skanių atradimų
Instagram Facebook

© 2026 Lina gamina · linagamina.lt