

Fransk-siciliansk fisksoppa

4 portioner

1 timme och 20 minuter. Soffritton, de frästa grönsaker som utgör basen till soppan, kan tillredas i förväg och förvaras i kylan.



Ingredienser

Två torskfiléer (frysta)

Två laxfiléer (frysta)

Lite räkor, gärna med skal

En fänkål

En till två gula lökar

En kvarts till en halv spetspaprika, röd

En stjälk selleri (inte nödvändigt)

Vispgrädde (halv deciliter)

Vitt vin (halv deciliter)

Kapris

Tomatpuré

Fiskbuljong

Grönsaksbuljong

Vitlök (3-4 klyftor)
Persilja (färsk eller fryst)
Dill (till dekor)
Mindre än ett halvt paket saffran (0,25 gram)
Fänkålsfrön (eller anisfrön)
Lagerblad eller libbsticka (inte nödvändigt)
Timjan (torkad)
Curry (vanlig mild Curry Madras)
Paprikapulver (mild)
Vitpeppar, svartpeppar, cayennepeppar
Smör, olivolja (ev även italiensk "finolja" med basilika el liknande, till slutet)

Till serveringen: Vitlöksbröd och aioli eller majonnäs

Förberedelser och tillagning

Tina fisken. Om räkorna inte är skalade, gör det och fräs skalerna 1-2 minuter i olja eller smör, håll i ett par deciliter vatten, låt koka några minuter. Sila ifrån skalerna och spar buljongen till senare.

Vi börjar tillagningen med att göra en Soffritto, en grönsaksbas som kan förberedas och användas som grund för en mängd rätter

Finhacka en medelstor eller två små gula lökar, en kvarts medelstor till en halv liten spetspaprika och två vitlöksklyftor. Skär lite grövre en fänkål och gärna även en selleristjälk (om man vill vara noga kan man först repa bort stjälkens trådiga fibrer).

Fräs den gula löken på svag värme i olivolja eller olivolja/smör tills den börjar mjukna, tillsätt sedan fänkålen, vitlöken och paprikan. Krydda med en nypa svart- och vitpeppar, en knivsudd cayennepeppar, en tesked av vardera timjan, paprikapulver och fänkålsfrön (alternativt ett par kryddmått anisfrön) samt två teskedar mild curry. Låt alltihop fräsa svagt några minuter.

Blanda sedan ned två matskedar tomatpuré, två teskedar kapris och en rågad tesked persilja och låt allt fräsa lätt ytterligare en liten stund.

Nu gör vi soppa av soffritton

Tillsätt en halv deciliter vitt vin, en och en halv tärning fiskbuljong och en halv tärning grönsaksbuljong (totalt således två buljongtärningar). Späd med vatten och eventuellt räkavkok tills lagom sälta uppstår, ungefär en knapp liter vätska brukar vara lagom. Lägg i ett eller två lagerblad om du vill (eller blad av libbsticka). Koka på svag värme några minuter.

Pressa ned ytterligare en till två vitlöksklyftor, lite persilja och knappt en halv påse saffran. Låt sjuda medan du utför nästa moment.

Tärna fisken i ungefär två centimeter stora bitar och stek försiktigt i smör/olivoljeblandning. Lägg ned i grytan när de fått någon färg men innan de är helt klara. Rör om försiktigt och avsmaka. Om det behövs, tillsätt ett uns vitpeppar, en nypa socker, salt/del av fiskbuljongtärning eller vatten. Ta upp lagerbladen/libbstickan.

Tillsätt ungefär en halv deciliter vispgrädde och låt soppan sjuda cirka fyra minuter. Ta av från värmen, dekorera med räkorna, eventuell basilikaolja och strö färsk eller fryst dill över.

Servera

Servera förslagsvis med ett ganska lätt vitt vin, t ex Masi Masianco, vitlöksbröd samt färdig aioli eller majonnäs smaksatt med lite vitlök och en liten nypa saffran.