

La soupe de poissons de Janet



La soupe

- 2 kg de poissons (chez le poissonnier marseillais on appelle ça la « soupe de roche ») : fiellasse ou congre, rouget grondin, capelan, dorades, petits poissons....
- 2 oignons
- 1 poireau
- coulis de tomates
- branches de fenouil sec
- piment de Cayenne
- 5 sachets de Spigol ou safran
- des croûtons grillés
- de la rouille : ail, Spigol, œuf, huile piment de Cayenne



- Couper les oignons et le poireau ; les faire revenir dans l'huile pour qu'ils roussissent.
- Couper le poisson en morceaux, le mettre dans la marmite. Bien remuer afin qu'il se défasse un peu.
- Ajouter le coulis, l'eau, et laisser bouillir. Trois assiettes d'eau par personne.

- Ajouter le fenouil et le piment de Cayenne. Saler, poivrer et verser le Spigol ou le safran. Laisser cuire environ 1 heure 30.
- Passer le poisson dans un moulin à légumes. Ne pas verser une trop grande quantité pour éviter de retrouver des arêtes dans la soupe. Jeter au fur et à mesure les déchets. Renouveler le « moulinage » deux fois ou bien passer la soupe au chinois.



Réserver la soupe.

Les croûtons

Faire griller des tranches de baguette

La rouille

Préparer une mayonnaise avec deux jaunes d'œufs, de l'huile de tournesol et surtout de l'huile d'olive. Y ajouter du Spigol ou du safran ainsi que deux gousses d'ail crû, du piment de cayenne. Saler et terminer la « rouille » en incorporant deux pommes de terre bouillies et écrasées.

Le service

Etaler une cuillère de rouille sur quelques croûtons de pain, ajouter un peu de gruyère râpé et verser la soupe chaude par-dessus.



Il ne reste plus qu'à déguster !