

La bourride

C'est un plat provençal dont l'origine remonte, dit-on, à la plus haute antiquité. Composé d'une soupe et d'un copieux assortiment de poissons, il constitue un repas complet.

Pour 6 personnes.

1/2 kg de loup, 1/2 kg de Saint-Pierre, 1/2 kg de baudroie (lotte de mer), 1/2 kg de merlans, 4 rougets, 8 grosses crevettes. 1 oignon, thym, laurier, fenouil, 1 morceau d'écorce d'orange, sel, poivre. 2 l 1/2 d'eau, 1/2 l de vin blanc sec, quelques tomates (facultatif), 10 à 15 gousses d'ail, 1 pincée de sel, 1 jaune d'œuf, 1/2 l d'huile d'olive, 1 ou 2 c à soupe d'eau, quelques gouttes de jus de citron, 6 jaunes d'œufs.

Nettoyer les poissons, couper les plus gros en tronçons et les mettre dans une casserole avec l'oignon émincé, les herbes et l'assaisonnement. Mouiller de l'eau chaude et du vin blanc. Porter à ébullition et faire cuire une dizaine de minutes à feu vif. A mi-cuisson, ajouter à volonté des tomates.

Retirer le poisson, le garder au chaud et passer le bouillon.

On aura d'autre part préparé l'aïoli : piler les gousses d'ail épluchées dans un mortier pour obtenir une pâte, ajouter le sel et le jaune d'œuf. Verser ensuite l'huile en filet sans cesser de tourner avec le pilon. On doit obtenir une sauce assez épaisse. Si elle épaissit trop, ajouter un peu d'eau tiède. Terminer par quelques gouttes de jus de citron.

Réserver 2 c à soupe de cette sauce par personne dans une saucière. Mettre le reste dans une casserole sur feu très doux et ajouter peu à peu le bouillon passé en remuant à la cuiller en bois.

On doit obtenir une soupe onctueuse qui doit napper la cuiller. Ne surtout pas laisser bouillir, la soupe tournerait.

Chaque convive versera sa soupe sur une tranche de pain rassis disposée dans son assiette. Servir le poisson à part avec l'aïoli réservé.



Clic sur l'image pour l'agrandir

Retour : cliquez sur « Page précédente » de votre navigateur

Recette proposée par



Toque Blanche - Logiciel

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.