

Bouillabaisse de volaille



Une recette de mon cousin Philou (merci Philou!)

Pour 4

1 poulet complet avec pattes, ailerons, cou etc... si vous faites votre bouillon vous-même (fortement recommandé!), sinon, 4 morceaux de poulet de votre choix ET du bouillon de volaille déshydraté, de quoi en faire environ 2 litres.

Toujours si vous faites le bouillon :

1 oignon, 1 poireau, 1 carotte, 1 ou 2 branches de céleri, queues de persil, 1 feuille de laurier, 1 brindille de thym

Pour la bouillabaisse

2 gros oignons

1 gousse d'ail

2 ccafé (1+1) concentré tomate

2 bulbes de fenouil pas trop gros qu'on coupera en 2, ou 1 gros qu'on coupera en 4.

2 tomates fraîches

zeste d'1/2 orange

3 étoiles de badiane (anis étoilé)

1 petite pincée de pistils de safran (ou 1/2 dosette de safran en poudre)

grosses pommes de terre à chair ferme (rose, charlotte, BF, etc...)

QS huile olive, sel, poivre, cayenne

1 csoupe pastis

Pour la rouille

4 ou 5 gousses d'ail

2 jaunes d'oeuf,

1 grosse ccafé moutarde de Dijon

1/2 litre huile olive (perso je n'ai jamais pu dépasser 1/4 litre...)

1 petite pincée de pistils de safran (ou sinon, 1/2 capsule de poudre de safran)

Si vous le faites vous-même, commencez par le bouillon.

Préparer les légumes pour le bouillon et réunir les ingrédients dans une grande casserole, couvrir d'eau froide et porter à ébullition. Quand ça bout, baisser le feu pour obtenir un léger frémissement, écumer le cas échéant, et laisser cuire 20 minutes minimum.



Si vous avez un fenouil tendre, tout va bien. Sinon, préparer votre fenouil, le couper en 2 et le mettre lui aussi dans le bouillon... Ca va l'attendrir et parfumer le bouillon.

Si vous ne faites pas le bouillon vous-même, le préparer à partir d'un cube ou autre selon les instructions du paquet. Quant au fenouil, faites le bouillir le cas échéant à part dans une petite casserole de bouillon de volaille préparé.

Pendant ce temps, peler les oignons et les couper en lamelles fines.

Dans une casserole à fond épais, mettre un peu d'huile d'olive, ajouter les oignons et laisser cuire à feu tout doux en remuant de temps en temps. Le but est de fondre doucement les oignons jusqu'à ce qu'ils colorent, mais sans brûler. Cette opération est très très longue, il faut 20 minutes environ rien que pour obtenir le résultat souhaité!

Profiter de ce temps pour peler l'ail et le hacher, et préparer le reste des ingrédients. Peler, épépiner les tomates et couper la chair en petits dés.

Quand les oignons sont presque comme on veut, ajouter l'ail haché, mélanger (attention, ça ne doit pas brûler). Quand l'ail devient translucide, ajouter 1 ccafé concentré de tomate, mélanger puis couper le feu, ça va "assécher" le plat.

Pendant ce temps, prendre une 3ème casserole, la casserole définitive, de grande taille puisqu'elle rassemblera toute la bouillabaisse. Déposer les fenouils coupés en 2 (crus ou pré-cuits selon le cas), ajouter les dés de tomate, 1 ccafé de concentré de tomates, le zeste d'orange, la badiane, le cayenne, ajouter environ 3 csoupe de bouillon de volaille, cette quantité est approximative, il faut juste s'assurer qu'il y a un fond de bouillon. Mettre à chauffer à feu doux, assaisonner, mélanger, ajouter enfin 1 pincée de safran en pistils. Goûter, rectifier. Ajouter les oignons fondus dans la casserole de fenouil, mélanger.

Déposer les morceaux de poulet par dessus, couvrir de bouillon de volaille, porter à ébullition, baisser le feu, couvrir et laisser mijoter environ 20 minutes.

Ôter le poulet, le réserver, le remplacer par les pommes de terre pelées et laisser à nouveau frémir à couvert jusqu'à ce que les patates soient cuites. Remettre alors le poulet juste pour le réchauffer. Ajouter alors 1 csoupe de pastis, mélanger.

Servir dans des assiettes à soupe avec beaucoup de bouillon, des croûtons et une bonne rouille.

La rouille...

Peler et hacher l'ail

Mettre les jaunes et la moutarde dans un bol et monter au fouet avec l'huile d'olive. Ajouter l'ail haché, le safran dilué dans une ccafé du bouillon, assaisonner.