

Zarzuela (spanischer Fischtopf)

Spanien (Katalonien) (für 4 Personen)

Zutaten:

- ca. 8 Miesmuscheln (200g)
- 350g Venusmuscheln
- 200g Tintenfischringe
- 350g Seeteufel
- 350g Merluza Filets (Kabeljau)
- min. 4 grosse ungeschälte Langustinos
- 150g geschälte Scampi
- 1 grosse Büchse gehackte Tomaten (800g)
- 1 Zwiebel
- 1..2 Knoblauchzehen
- ein paar getrocknete Lorbeerblätter
- Fischfondspulver
- Pfeffer
- Chillipulver (z.B. Piment d'Espelette)
- Salz
- 1 Prise Zucker
- einige Safranfäden
- frische Petersilie
- Olivenöl
- 4dl Weisswein
- 1 Schuss Sherry
- 1..2 Scheiben Brot
- 30g Mandelsplitter

Vorbereitung:

- Muscheln reinigen, offene wegwerfen
- Den Kabeljau in ca. 10cm grosse Stücke schneiden, den Seeteufel in ca. 4cm dicke Tranchen schneiden. Alles abtrocknen und leicht salzen und ein wenig im Mehl wenden.
- Die Brotscheiben entrinden, in Würfel schneiden und in etwas Öl in der Bratpfanne goldbraun rösten (für die Picada).
- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden.
- 0.2dl Fischfond herstellen aus 3 Esslöffel Fischfondspulver und Wasser
- Die Picada in einem Mörser herstellen aus (alles gut zerstampfen):
 - wenige Safranfäden
 - Salz und Pfeffer
 - kleingehackter Knoblauch
 - Mandelsplitter
 - kleingeschnittene Petersilie
 - geröstete Brotwürfel
 - 1 Schuss Sherry

- soviel vom Weissweinsud der Muscheln, dass eine feuchte Paste entsteht

Zubereitung:

- In einer Pfanne alle Muscheln im Wein ca. 5 Minuten garen bis alle offen sind.
- Dann mit einem Schaumlöffel herausheben und den Weinsud beiseite stellen.
- In der Bratpfanne im Olivenöl nacheinander die Fischstücke, die abgetrockneten Tintenfischringe, die Scampis und die Langustinos bei starker Hitze auf jeder Seite 2 Minuten anbraten. Alles inkl. der Muscheln aber ohne die Langustinos in einer genügend grossen ofenfesten Form aufschichten (in Spanien in eine grosse Cazuela aus Ton).
- Wieder im Öl in der Bratpfanne Zwiebel und Knoblauch langsam anbraten. Die Büchsentomaten begeben, die Lorbeerblätter, den Rest des Weinsuds und den Fischfonds. Alles ca. 15 Minuten kochen. Dazwischen mit Pfeffer, Chillipulver, Salz und einer Prise Zucker würzen.
- Diesen „Sofrito“ über die Meeresfrüchte giessen. Danach ebenso die grüne Picada mit einem Löffel obendrauf verteilen. Die Langustinos, die vor allem auch zur guten Optik beitragen, verteilen.
- Im Ofen bei 200°C mit Umluft 10 Minuten garen.

Tipp:

- Mit viel Baguette Brot geniessen.

