

Soupe de poissons (cela pourrait être Kakavia - Bouillabaisse)

Hier en faisant mes courses, j'ai eu envie d'une "psarosoupa", mais à St Vith, on est loin de la mer. Alors j'ai décidé de "travailler" un peu la recette de kakavia, avec ce qu'il y a sur place.

Kakavia est également connue comme «Psarosoupa» ou soupe de poisson **F R A I S**. Normalement pour faire la kakavia, il faut se lever avant l'aube et aller chercher le poisson quand les pêcheurs arrivent au port ou font escale à quelques plages pour vendre leur prise.

Kakavia obtient son nom, du pot dans lequel elle est cuite, le "kakavi". Par tous les comptes, Kakavia est le précurseur de la bouillabaisse moderne. Il a fait son chemin de la Grèce à Marseille (Massalia) autour de 600 av. J.-C.

Les Grecs préparent cette soupe dans le "kakavi", les Français dans le "bouillet". Quel pot pensez-vous est venu en premier? Bon.

Il existe de nombreuses interprétations de Kakavia, avec des tomates ou dans une sauce avgolemono (une sauce avec du citron et des œufs); les deux sont absolument délicieuses. Les deux versions sont faites avec une combinaison de poissons et de crustacés, remplis de légumes et d'herbes, faisant un excellent jumelage avec un peu de pain croustillant et un verre de vin blanc sec.

Certaines des recettes anciennes pour Kakavia appellent même pour l'utilisation de l'eau de mer dans la soupe, mais nous allons "passer" cela. Kakavia est traditionnellement fabriquée à partir de prises de la journée pour nourrir l'équipage ainsi, ne vous inquiétez pas si vous ne disposez pas "de la même gamme de produits de la mer". Les meilleurs poissons et fruits de mer, sont les frais, mais "passons" cela aussi.

Il y a trois éléments à une Kakavia, la première étant la base de légumes et d'herbes. La deuxième composante est le poisson entier qui donne les saveurs de la mer. La troisième et dernière composante, sont les fruits de mer, qui s'ajoutent près de la fin de la cuisson. La viande du plat, si vous voulez.

Kakavia est une recette libre d'interprétation, qu'il n'y a pas de règles sur les poissons et fruits de mer qu'il faut utiliser. La seule précaution est de vous éviter d'ajouter le saumon ici ... le saumon va dominer toute la saveur de la soupe.

En Grèce, le poisson scorpène ou la peskandritsa, poissons qui ne se prêtent qu'à la soupe, sont surtout utilisés, mais je ne les ai pas encore vu ces espèces de ce côté de l'Atlantique. Un mélange de coquillages, sont les bijoux de la soupe, surtout les crevettes. Prenez quelques palourdes, des moules, des crevettes et quelques filets de poisson blanc (comme la basse, la morue, le merlan ou le mérrou).

Enfin, faites accompagner cette soupe avec du bon pain croustillant, ou encore du bon vieux pain sec légèrement imbibé d'huile d'olive et un peu d'ail. Les anciens trempaient du pain grillé dans du ailoli-huile d'olive.

Ingrédients (6 personnes – moi, j'ai mangé pour trois)

1 tasse d'huile d'olive Mytilinia Gi

2 très gros poireau ou 2-3 plus petits hachés

6 pommes de terre, coupées +/- 2 cm

2 têtes d'ail, passées au hachoir avec de l'huile d'olive, vieux pain, origan frais, 1 pomme de terre (mieux déjà cuite au cas où vous allez comme moi, tartiner sur le pain grillé)

3 feuilles de laurier

4-5 baies de piment de la Jamaïque

6-7 graines de poivre noir

1 tasse de vin blanc sec (Kydonies Chrysostomou)

10 tasses d'eau (ou infusion c.f. plus bas)

sel et poivre au goût

paprika rouge (fumé)

boukovo (sorte de chili séché, des Balkans)

quartiers de citron

2 citrons pour le jus

1 c.a.s. de ginger frais coupé en fine tranches

pain à l'ail croustillant

persil frais haché

2-3 feuilles de sauge fraîche

3 pavés de poisson blanc (basse, l'aiglefin, le flétan, merlan)

1/2 à 1 Kg mélange de fruits de mer (crevettes, pelées et déveinées, moules, palourdes)

Optionnel:

1 bouquet de thym frais

pincée de pistils de safran

3 carottes, hachées

1 c. concentré de tomates

1/2 pot de sauce tomates au thym, Mytilinia Gi

2 côtes de céleri, hachées

préparer une infusion de sauge Mytilinia Gi à la place de l'eau utilisée

J'ai commencé par rissoler l'ail, dans de l'huile d'olive. Puis j'ai ajouté les poireaux. Après le ginger, du poivre et les graines de poivre noire, le bahari (piment de Jamaïque), le boukovo, les feuilles de sauge. Quand les poireaux ont commencé à « donner signe » j'ai ajouté de l'eau chaude et les pommes de terre.

Après +/- un quart d'heure, j'ai ajouté le poisson avec les quartiers de citron (1 citron - en 8 quartiers) et le vin.

Après +/- 20 min. les fruits de mer, la moitié du jus de citron et la pâte (ailloli: ail, huile d'olive, origan frais, pomme de terre et sel marin avec origan-Mytilinia Gi).

Encore 5 à 10 min. (selon goût et état des fruits de mer-moi j'ai utilisé des congelés 10 min.)

J'ai servi avec du vieux pain passé au toaster puis tartiné à l'huile d'olive et ailloli come prédit.

Et le vin bien sûr: Kydonies Chrysostomou. On se sent presque comme chez nous. (hier il faisait beau).

Καλή όρεξη. !!!