


# Bouillabaisse met saffraan en stokbrood

*Hoofdgerecht*




## *Ingrediënten*


- 1 poon
- 1 kruidentuiltje (enkele verse takjes venkel tijm en een laurierblad)
- 1 eetlepel verse peterselie
- 50 g geraspte gruyère
- 2 grote tomaten
- 3 teentjes knoflook
- 1 grote ui
- 8 sneetjes geroosterd brood
- 1 l visbouillon
- **Enkele saffraandraadjes (Red-Saffron)**
- 350 g kabeljauw, zonnevis of wijting filet
- 1 dl olijfolie

 4 personen

 Gemakkelijk

 Grote pan met dikke bodem

 45 minuten

 6,0 euro

 Alle seizoenen

## *Bereidingswijze*

- 1 Snij de poon, de tomaten, de knoflook en de ui in grove stukken en leg ze in een grote pan met dikke bodem.
- 2 Voeg de olie, peper en zout, het kruidentuiltje de **Red-Saffron** en de bouillon toe en laat op een hoog vuur 5 minuten garen.
- 3 Voeg dan de andere in grote stukken gesneden vis toe en laat nog 10 minuten verder garen.
- 4 Leg het licht gegrilde stokbrood in vier soepkommen.
- 5 Zeef de soep en schenk ze over de sneetjes brood.
- 6 Voeg wat stukjes vis bij en bestrooi met verse peterselie en gruyère en dien op.

*Afwerking: serveer met gehakte platte peterselie*

*Tips: serveer met droge witte wijn naar keuze*



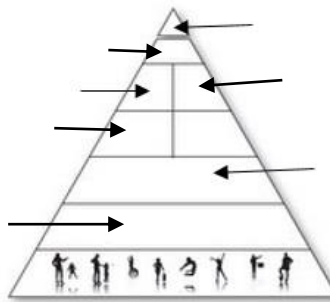
**Voedingswaarde per 100 g**

Energie: 403 kJ of 97 kcal

Eiwitten: 13.4 g

Vetten: 3.5 g

Koolhydraten: 1.9 g



*Plaats van de ingrediënten in de actieve voedingsdriehoek*