



Manchmal reicht ein einziger Topf, um eine ganze Küste zu verstehen. In der Bretagne ist das die *Cotriade*. Keine Modeerscheinung, kein touristisch aufgeblasenes Aushängeschild, sondern ein Gericht, das aus Wind, Arbeit und Salzwasser entstanden ist. Wer sie kostet, löffelt nicht nur Fischsuppe, sondern ein Stück maritimer Lebenswirklichkeit – rau, ehrlich, erstaunlich fein.

Die *Cotriade* gilt als kulinarisches Gedächtnis der bretonischen Fischer. Sie steht sinnbildlich für jene Küche, die sich nicht aus Kochbüchern entwickelt hat, sondern aus Notwendigkeit, Erfahrung und Gemeinschaft. Nach einem langen Tag auf See, wenn Netze eingeholt, Hände aufgesprungen und Gesichter vom Wetter gegerbt sind, landet das, was der Markt nicht will, im Kessel. Und genau daraus entsteht etwas, das bis heute Bestand hat.

Der Name verrät bereits alles Wesentliche. *Cotriade* leitet sich vom bretonischen *kaoteriad* ab, was so viel bedeutet wie „Inhalt des Kessels“. Kein poetischer Überbau, keine Metapher, sondern eine nüchterne Bestandsaufnahme. Was da ist, kommt hinein. Punkt. Genau diese sprachliche Schlichtheit prägt auch das Gericht selbst.

Historisch lässt sich die *Cotriade* mindestens bis ins späte 19. Jahrhundert zurückverfolgen. In lokalen Schriften aus dem Jahr 1877 taucht sie bereits auf, vor allem im Süden der Bretagne rund um Morbihan und die Häfen von Lorient. Doch wie bei vielen Gerichten der Volksküche liegt die wahre Herkunft vermutlich deutlich weiter zurück – in einer Zeit, in der gekocht wurde, was verfügbar war, nicht was angesagt erschien.

In ihrer Grundidee ähnelt die *Cotriade* anderen Fischergerichten Europas. Die Bouillabaisse in Marseille, der baskische *toro* oder die italienische *zuppa di pesce* folgen demselben Prinzip. Vielfalt statt Perfektion, Menge statt Filetästhetik. In der Bretagne nannte man den Teil des Fangs, der nicht verkauft wurde, *godaille*. Kleine, unscheinbare Fische, manchmal beschädigt, oft unterschätzt. In der *Cotriade* erleben sie ihre kulinarische Rehabilitation.

Strukturell lässt sich die *Cotriade* am ehesten als maritimer Pot-au-feu beschreiben. Statt Rindfleisch und Markknochen schwimmen hier Merlu, Seelachs, Makrele, Conger, Knurrhahn oder Sardinen im Sud. Je nach Tagesfang gesellen sich auch Wolfsbarsch oder Lippfisch dazu. Je größer die Vielfalt, desto höher das Ansehen der Suppe. Luxus entsteht hier nicht durch Exklusivität, sondern durch Fülle.

Der Sud bildet das Herzstück. Zwiebeln, Lauch, Möhren, Kartoffeln, dazu Lorbeer, Thymian, Petersilie und ein Schuss trockener Weißwein. Keine Sahne, keine Tomaten, kein überbordendes Gewürzarsenal. Die See liefert das Aroma. Die Fische werden grob zerteilt, nicht filetiert, denn Geschmack sitzt an Gräten und Haut. Sanft gegart, niemals totgekocht,



entfalten sie ihre ganze Kraft.

Serviert wird die *Cotriade* traditionell in zwei Akten. Zuerst die Bouillon, klar, intensiv, leicht ölig, fast schon meditativ. Danach Fisch und Gemüse, oft begleitet von geröstetem Brot, manchmal mit etwas gesalzener Butter. Mancher Haushalt serviert alles gemeinsam, löffelbereit, großzügig. Regeln existieren, Dogmen nicht.

Was dieses Gericht besonders macht, liegt jenseits der Zutatenliste. Die *Cotriade* erzählt vom Verhältnis der Bretonen zur See. Sie ist Ausdruck eines Wirtschaftens, das auf Respekt basiert. Nichts wird verschwendet, alles verwertet. Der Ozean gibt, der Mensch nimmt – aber maßvoll. Diese Haltung wirkt heute fast modern, dabei ist sie schlicht überliefert.

Auch die soziale Dimension spielt eine Rolle. Die *Cotriade* war nie ein Gericht für Einzelgänger. Sie dampft im großen Topf, wurde geteilt, weitergereicht, kommentiert. Auf Booten, in Hafenhäusern, später in Dorfgaststätten. Gespräche entstanden, Schweigen wurde akzeptiert, Hunger verschwand. So simpel, so menschlich.

In der Gegenwart erlebt die bretonische Regionalküche eine leise, aber nachhaltige Renaissance. Junge Köchinnen und Köche greifen alte Rezepte auf, nicht um sie zu zerlegen, sondern um sie zu verstehen. Die *Cotriade* taucht wieder auf Speisekarten auf – mal rustikal, mal präziser interpretiert, doch selten verfremdet. Dazu ein Glas trockener Weißwein oder ein herber Cidre, und der Atlantik scheint plötzlich ganz nah.

In einer Zeit, in der Kulinarik oft ins Spektakuläre kippt, wirkt die *Cotriade* fast trotzig bodenständig. Sie will nicht beeindrucken, sie will nähren. Genau darin liegt ihre Stärke. Sie zeigt, dass große Küche nicht laut sein muss. Dass Tiefe aus Einfachheit entstehen kann. Und dass Identität manchmal in einem Suppentopf wohnt.

Wer in der Bretagne unterwegs ist und die Gelegenheit bekommt, eine *Cotriade* zu probieren, sollte sie nutzen. Nicht als touristisches Pflichtprogramm, sondern als Einladung zum Verstehen. Ein Löffel genügt, um zu begreifen, wie eng hier Meer, Menschen und Alltag miteinander verwoben sind.

Autor: C.H.