

# R E Z E P T E

## Gefüllte Renke

Zutaten: 500 g Renkenfilet, Zitronensaft, Salz.  
Für die Füllung: 250 g Champignons, 2 Äpfel, 2 Zwiebeln, 20 g Butter zum Anbraten, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 60 g Kaffeerahm, Butter zum Ausfetten.

Zum Angießen: 100 ml Weißwein, 1/2 l Bouillon oder Gemüsebrühe.

Für die Soße: 1 Eigelb, 4 EL (60 g) Kaffeerahm, Salz, Pfeffer, Zitronensaft.

Zubereitung: Renkenfilets mit Zitronensaft und Salz würzen, Champignons und geschälte Äpfel in Scheiben schneiden, zusammen mit gehackten Zwiebeln in Butter anbraten, abkühlen lassen, pürieren, mit etwas Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken und mit etwas Rahm verfeinern. Die Masse zwischen 2 Filets geben, mit einem Faden leicht zusammenbinden, in eine gebutterte Form legen. Weißwein und Bouillon zugießen und im Backofen garen. Nach Ende der Garzeit Renken aus der Form heben und die Brühe etwas einkochen lassen. Das Eigelb mit dem restlichen Rahm gut mischen und unter die Brühe rühren (die Soße darf nicht mehr kochen); mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zum Anrichten der Fische die Haut ablösen, dann die Soße darüber verteilen.

## Karpfen »polnisch«

Zutaten: 1 Karpfen (1 kg), Zitronensaft, Salz.  
Für den Sud: wie bei Karpfen blau.

Für die Soße: etwas Soßenkuchen (Honiglebkuchen), 30 g Butter, 30 g Mehl,  $\frac{3}{8}$  l Fischsud,  $\frac{1}{8}$  l Rotwein oder dunkles Bier, Salz, Zucker.

Zubereitung: Sud herstellen wie bei Karpfen blau; Karpfen in Portionsstücke teilen, in den Sud einlegen und garziehen lassen. Soßenkuchen in kaltem Wasser einweichen. Butter und Mehl in einen Topf geben und daraus eine mittelfarbene Einbrenn herstellen; den eingeweichten Soßenkuchen zugeben und mit soviel Fischsud aufgießen, daß eine sämige Soße entsteht, und – falls notwendig – durchpassieren. Die Soße mit Rotwein oder Bier, Salz und Zucker abschmecken, Karpfenstücke aus dem Sud nehmen, auf eine vorgewärmte Platte legen und mit der Soße übergießen.

## Barsch vom Rost

4 kleinere Barsche, Zitrone, Salz, Pfeffer, 4 EL Öl, Senfbutter; 20 g Butter, 100 g blättrig geschnittene Haselnüsse, 2 Tomaten, 1 Zitrone, Petersilie, 1 Kopfsalat.

Die Barsche schuppen, ausnehmen, häuten und entgräten. Mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern und 1 Stunde ziehen lassen.

Die Fische mit Öl beträufeln und auf heiße, geölte Grillstäbchen von beiden Seiten ca. 15 Minuten rösten. Eventuell nachwürzen. Auf marinierten Salatblättern anrichten. In heißer Butter die Haselnüsse kurz rösten und über die Fische gießen. Je eine Scheibe Senfbutter darauflegen. Mit Tomatenachteln, Zitronenscheiben und Petersiliengrün garnieren. Dazu serviert man Butterkartoffeln und Kopfsalat.

## Barsch mit Spargelköpfen

1 Barsch oder 4 Kleinbarsche, 1/2 l Wasser, 1 EL Salz, 1 Zitrone, 1/4 l Weißwein, 1 Dose Spargelköpfe, 1 Ei, 1 TL Speisestärke, 1/4 l Fischsud, 80 g Butter, Salz, Pfeffer, Zucker.

Wasser mit Salz aufkochen, Zitronensaft und Weißwein dazugeben und weiterkochen. Dann die kochfertigen Fische hineingeben und 15 Minuten ziehen lassen. Fische herausheben und warmstellen.

Ei und Speisestärke verrühren, den Fischsud dazuseihen und im Wasserbad mit dem Schneebesen zu einer dicken Masse aufschlagen. Dann vom Feuer nehmen und die flüssiggemachte Butter langsam dazurühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Die Spargelspitzen abtropfen lassen, im Spargelwasser erhitzen und auf eine vorgewärmte Platte legen, die Barsche darauflegen und mit der Sauce übergießen.

## Lebensmittelwissenschaft:

### Fisch mit Zitrone oder Apfelessig beträufeln

Wenn man Fischfilets oder ausgenommene Fische mit Zitrone oder Apfelessig einreibt oder beträufelt, dann verliert sich der Fischgeruch, das Fleisch wird desinfiziert und fester im Geschmack, außerdem kann damit die Haltbarkeit entscheidend verlängert werden.

HOT

# ZOBODAT - [www.zobodat.at](http://www.zobodat.at)

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Österreichs Fischerei](#)

Jahr/Year: 1998

Band/Volume: [51](#)

Autor(en)/Author(s): Redaktion

Artikel/Article: [Rezepte 102](#)