

REZEPTE

Gravad Filet

Gravad Filet aus Regenbogen-, Bach- und Seeforelle.

Nachfolgend die Gewürzmischung. In eine Pfanne oder ein Jenaer Glas zuerst ein Geschirrtuch hineingeben, dann Filets so trocken wie möglich auf das Geschirrtuch legen (mit Küchenrolle abtupfen) und mit dem Gewürz ordentlich bestreuen und einreiben, dann frischen Dill (eingefrorener tut's auch) reichlich darauflegen, Zitronen- und Orangenscheiben darauf, mit dem Geschirrtuch zudecken und 4 Tage im Kühlschrank ziehen lassen. Das Geschirrtuch muss dann vollkommen nass sein. Es hat die Funktion, das im Filet vorhandene Wasser aufzusaugen, damit die Filets nicht im Wasser liegen. Zitronenscheiben und Orangenscheiben weggeben und ganz dünn aufschneiden, mit frisch getoastetem Toastbrot mit oder ohne Butter und viel frischen Zwiebelringen essen. Schmeckt wie Lachs aus Alaska. Warum auch nicht!

1/3 Wacholderbeeren

1/3 Senfkörner, gemahlen

1/3 Pfefferkörner

Salz, Rohrzucker – letztere beiden ca. 50:50

Reinanke gebacken

Reinankenfilet wie ein Schnitzel panieren. In heißem Öl, nicht schwimmend, goldbraun backen.

Dazu passen Sauce Tartar und Erdäpfelsalat.

Steckerlfische

Die echten Steckerlfische sind im Salzkammergut immer aus dem Traunseeriedling zubereitet worden (kleine Reinankenart). Mit einem abgeflachten, zugespitzten, ca. 1 cm starken Steckerl wird der Riedling durch das Maul in den Bauch und hinten wieder hinaus aufgespießt. Die Steckerl lang genug abschneiden, damit man sie beim Umdrehen gut in der Hand halten kann und z.B. zwischen zwei Ziegelsteinen über die Glut im Lagerfeuer oder auf den Griller legen kann! Die Fische werden dann mit einem scharfen Messer entgegen der Grätenrichtung am Rücken jeden halben Zentimeter leicht eingeschnitten und anschließend gesalzen. Auf dem Holzkohlengriller oder dem Lagerfeuer resch bra-

ten. Diese Steckerlfische sind warm und kalt ein Genuß.

Sind keine Riedlinge auf dem Markt erhältlich, eignen sich dafür auch Lauben oder Barsche.

Saure Bratfische

Lauben oder andere Weißfische salzen, in Mehl wenden und in Butterschmalz beidseitig scharf anbraten, aber nicht ganz garen. Auf Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen.

Je nach Fischmenge Wasser mit Essig, Zitronensaft, Salz, Zucker, Lorbeerblättern und Nelken scharf würzen (beim Kosten soll es zu scharf sein, dann ist es richtig), gut aufkochen und auskühlen lassen. Viele Zwiebeln in Ringe schneiden. Ein Topf wird abwechselnd mit einer Lage Zwiebeln, einer Lage gebratener Fische, einer Lage Zwiebeln usw. ausgelegt. Den kalten Sud darübergießen und mit einem Brett oder Teller beschweren, da keine Luft zu den Fischen kommen soll (der Sud soll darüber stehen). Kalt stellen und 3–4 Tage ziehen lassen. Mit Flüssigkeit dauernd bedeckt und gekühlt sind diese Fische dann ca. 3 Wochen haltbar.

Weißfische? Keine Angst vor den Gräten! Durch die Schärfe des Essigs werden sie weich wie Fischfleisch und können bedenkenlos gegessen werden.

Gebratener Karpfen

150–200 g schwere geschnittene, sauber geputzte Karpfenstücke werden an der Hautseite ein wenig eingeschnitten, gesalzen, leicht gepfeffert und an der Hautseite leicht bemehlt. Mit der bemehlten Seite nach unten legt man die Karpfenstücke in sehr heißes Öl, brät sie zu einer schönen goldgelben Farbe, dreht sie um und brät sie etwas langsamer im Bratrohr fertig. Beim Anrichten mit einigen Tropfen Bratfett begießen.

Mitgebratene Kartoffeln und Zitronenspalten als Beilage geben.

Für 4 Portionen 600–800 g Karpfen, Mehl, 60 g Öl, Pfeffer und Salz

Knoblauchkarpfen

Knoblauchscheiben und Zwiebelringe mit dem gesalzenen und bemehlten Karpfenfilet in Butterschmalz braun braten. Mit Suppe löschen, aufkochen und mit wenig Rahm verfeinern. Das Filet auf den Teller legen, viel Schnittlauch in die Soße einrühren und diese über das Filet leeren.

Dazu passen und immer wieder: Erdäpfel!

Die Rezepte stammen aus der sehr informativen Home-Page Seite des Sportanglerbundes Vöcklarbruck (www.sab.at)

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Österreichs Fischerei](#)

Jahr/Year: 2005

Band/Volume: [58](#)

Autor(en)/Author(s): Redaktion

Artikel/Article: [Rezepte 302](#)