

Fisch – fangfrisch auf den Tisch!



Lachsforelle in der Salzkruste

Zutaten:

1 ausgenommene
Lachsforelle (ca. 1 – 1,5 kg)
2 – 3 kg Grobes Meersalz
Butter
Petersilie
Wasser

Als erstes sollte man die Lachsforelle noch einmal etwas nachwaschen und etwas Petersilie in den Bauch geben, danach feuchtet man das grobe Meersalz mit etwas Wasser an, damit das Salz besser zusammen haftet.

Auf einem Backblech mit Backpapier ausgelegt sollte man eine ca. 1 cm dicke Salzschicht aufbreiten in der Form des Fisches und diesen dann darauflegen. Danach das restliche

Salz über dem Fisch ausbreiten, sodass dieser zur Gänze mit Salz bedeckt ist.

Den Fisch dann in das auf 200°C vorgeheizte Backrohr schieben und je nach Größe 30 – 40 min im Backrohr lassen. Dann noch ca. 10 min im Ofen nachziehen lassen bevor man das Salz abklopft und den Fisch filetiert. Den Fisch kann man entweder am Tisch zerteilen oder vorportioniert auf vorgeheizten Tellern servieren.

Dazu reicht man am besten Petersilerdäpfel und etwas gebräunte Butter oder Olivenöl.

Gebratene Forelle mit Safranrisotto

Zutaten für 4 Personen:

4 Forellen, ausgenommen
Öl, Butter, Salz
200 g Risottoreis
1 kleine Zwiebel
Olivenöl
Parmesan
1 g Safran
1/8 l Weißwein
Salz, Pfeffer

Die Zwiebel fein schneiden und mit etwas Olivenöl anschwitzen, ohne dass sie Farbe annimmt, den Risottoreis begeben und glasig werden lassen. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und mit ein wenig Fond aufgießen. Den Safran begeben und mitkochen lassen und gleich den Reis etwas salzen. Unter ständigem Rühren, immer wenn die meiste Flüssigkeit verkocht ist, wieder etwas Fond begeben und leicht köcheln lassen. Ca. 15 – 20 Minuten köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz des Risottos erreicht ist.

Die Forellen außen und innen ein wenig salzen und in Öl auf jeder Seite goldig braten. Kurz bevor die Forellen durchgebraten sind, noch ein wenig Butter begeben.

Den Parmesan je nach Belieben unter das Risotto geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten.

Gut passen auch noch Champagnerschaum, frittierte Salbeiblätter, Forellen- oder Saiblingskaviar und etwas frische Dille oder auch Kohlgemüse.



Karpfenfilet im Tilsiter-Apfelmantel

Zutaten für 4 Personen:

800 g geschöppte Karpfenfilets
30 g Mehl
100 g Butter
160 g Tilsiter Käse
160 g Äpfel
2 Eier
1 Zitrone
Pfeffer, Salz
Petersilie

Die geschöpften Karpfenfilets mit dem Saft einer Zitrone säuern, salzen, pfeffern und danach auf der Fleischseite mit Mehl bestäuben. Den Tilsiterkäse und die Äpfel grob reiben und mit den Eiern mischen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Die Masse auf die bestäubte Fischseite streichen. Auf kleiner Hitze langsam in Butter braten. Danach den Fisch in der Tilsiter-Apfelmasse garen lassen. Mit der knusprigen Seite nach oben auf Salatbeilage anrichten.



Karpfensulz

Zutaten für 4 Personen:

480 g Karpfenfilet
Petersilienstängel
1 Lorbeerblatt
Pfefferkörner
120 g Karotten und Sellerie
80 g Zwiebel gehackt
Salz, Essig
12 Blatt Gelatine

Den Karpfen mit den Wurzeln und der Zwiebel im Essigwasser zum Kochen bringen und dann ziehen lassen. Nach 15 Minuten den Karpfen herausheben, den Sud auf ca. 1/2 Liter reduzieren lassen, dann

durch ein Sieb seihen. Die Gelatine im Sud auflösen und erkalten lassen. Das Gemüse und die Karpfenstücke in einem passenden Geschirr aufteilen, mit dem Sud erkalten lassen und danach stürzen.

Karpfenlocken in Bierteig

Zutaten für 4 Personen:

700 g Karpfenfilet, geschröpft
1 Zitrone
250 gr Mehl
250 ml Bier
125 ml Wein
2 Eier
Salz
½ Pkg Germ (Trockenhefe)
Muskatnuss
400 ml Pflanzenöl

Sauce:

8 EL Mayonnaise
2 EL Paradeisketchup
1 TL Senf
1 EL Kren
4 EL Wein
Salz, Pfeffer
Salatkräuter
2 Zitronen zum Garnieren

Salat:

Gemischte Blattsalate
1 Gurke
Cocktailparadeis
Essig, Öl, Salz

Die geschröpften Karpfenfilets in ½ cm breite Streifen schneiden (das entspricht ca. 2 Lammellen), mit Zitronensaft würzen und für ca. 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Für den Backteig mit dem Schneebesen Eier, Bier, Wein, Salz, Germ und Muskatnuss gut verschlagen und mit dem Mehl verrühren.

Den Teig abgedeckt für ca. 30 Minuten ziehen lassen und danach nochmals aufschlagen. Der Teig darf nicht zu flüssig

sein. In einem Frittierertopf Öl bis zum Aufschäumen erhitzen. Die Karpfenstreifen durch den Teig ziehen und im Öl goldgelb backen. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen. Für den Salat die Blattsalate und das Gemüse putzen und waschen.

Die Gurke in Scheiben schneiden. Den Salat mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und den Salatkräutern marinieren. Die Zutaten für die Sauce verrühren und etwas davon auf den Salat träufeln. Den Rest auf Tellern als „Saucenspiegel“ anrichten und die Karpfenlocken mit dem Salat anrichten.

In der **Forellenzucht Iglar** werden Regenbogenforellen, Saiblinge, Bachforellen und Lachsforellen mit reinstem Quellwasser des weit- hin bekannten Andritz-Ursprungs aufgezogen. Durch die hervorragende Wasserqualität ist der Forellenzuchtbetrieb für die Produktion von gesunden Setzlingen und erstklassigen Speisefischen bekannt, die im eigenen Bruthaus herangezogen werden. Darüber hinaus werden von November bis ca. Anfang März Karpfen im klaren Wasser gehalten und können damit mit ihrem intensiven Geschmack punkten.

Die Forellenzucht am Andritzbach wurde 1906 vom Steiermärkischen Fischereiverein erbaut und diente bis in die 1920er Jahre der Forschung und der Aufzucht von Bachbesatz. Die Familie Iglar übernahm 1954 die völlig abgewirtschaftete Fischzucht und führt mittlerweile mit Ulrich Bültermann nach Helga Bültermann (geb. Iglar) in der 3. Generation die Fischzucht in Stattegg und kann auf über 100 Jahre Erfahrung in der Zucht von Salmoniden zurückblicken.

Die Speisefische bzw. daraus verarbeitete Produkte sind im neu erbauten Verkaufs- und Verarbeitungsgebäude von Dienstag bis Samstag in Stattegg sowie am Freitag und Samstag am Marktstand am Grazer Lendplatz erhältlich.

Karpfen asiatisch mit Currysauce

Zutaten für zwei Personen:

400 g Karpfenfilet (geschröpft)
2 Karotten (in Streifen oder Würfel geschnitten)
2 Frühlingszwiebeln
Sojasprossen
1 Prise fertiges Wok-Gewürz oder Kurkuma, Ingwer, Koriander, Salz

Marinade-Zutaten:

3 EL Soja Sauce
1 EL Honig
1 Prise Chilipulver

Currysauce-Zutaten:

2 EL kleingehackte Zwiebel
8 EL Gemüsesuppe
3 EL Apfelmus
2 EL Currypulver
1 TL Zitronensaft

Für die Sauce werden die Zwiebeln gemeinsam mit dem Currypulver unter ständigem Rühren mindestens eine Minute lang gut angeröstet und mit Gemüsesuppe abgelöscht. Danach das Apfelmus und den Zitronensaft unterrühren. Frühlingszwiebeln in Streifen schneiden und kurz anschwitzen, Karotten dazugeben, alles unter ständigem Rühren würzen und anschließend die Sojasprossen dazugeben. Die Zutaten der Marinade miteinander verrühren und auf die Haut des Karpfenfilets streichen. Das Karpfenfilet zuerst auf der Fleischseite und dann auf der Hautseite scharf anbraten. Dazu passt Reis.

Tip: Das Gemüse sollte bissfest sein.



BUCHVORSTELLUNG

Karpfen Kulinarisch – leicht. traditionell. kreativ.

Herausgegeben vom Niederösterreichischen Teichwirteverband, Wiener Straße 64, 3100 St. Pölten in Zusammenarbeit mit dem Teichwirte- und Fischzüchterverband Steiermark, Schulgasse 28, 8530 Deutschlandsberg. Das Kochbuch kann unter Angabe der Kontaktdaten per Mail unter teichwirteverband@lk-noe.at zum Versandkostenpreis von € 5.- bestellt werden.

