



Slow Food® Karlsruhe

Geschmackserlebnis „Süßwasserfische wiederentdecken“ am 28.04.2012 im Küchenstudio bei a mano

Die meisten Fische, die in unserer Region auf dem Teller landen, sind gar nicht hier gefischt worden, sondern haben eine beliebig weite Reise hinter sich und stammen noch dazu häufig aus so hoffnungslos überfischten Beständen, dass es höchst zweifelhaft ist, sie noch guten Gewissens zu verzehren. Tatsächlich gibt es in unserer Region ausser den noch relativ bekannten Arten wie Forelle oder Zander auch eine Reihe von Speisefischen, die als solche vielen gar nicht mehr präsent sind, obwohl sie ebenfalls sehr schmackhaft sein können und dabei auch noch aus einer Quelle stammen können, mit der weder ein bestandstechnischer Raubbau noch eine exzessive Verwendung von Antibiotika verbunden ist. Über solche heimischen Fische wollten wir mehr wissen und gleichzeitig den praktischen Versuch wagen, sie auf unterschiedliche Weise zuzubereiten.

Berufsfischer gibt es in der Region Karlsruhe nicht mehr viele; eine andere potentielle Bezugsquelle für heimische Süßwasserfische und mit ihnen verbundene



Kenntnisse sind Hobbyangler. Unser Slow Food Mitglied Bastian Gründer ist ein begeisterter Hobbyangler und praktischerweise seit kurzer Zeit Mitinhaber eines Küchenstudios. Zwei gute Gründe, um ihm einen Besuch abzustatten und dem Thema Süßwasserfische theoretisch und praktisch auf den Grund zu gehen.

**Slow Food
Karlsruhe**

Conviviumsleitung
Jens Herion
Yorckstr. 23
76185 Karlsruhe
fon 0721 856047

In der informativen theoretischen Einführung ging es um viele verschiedene Aspekte des Angelns, die für den Laien in dieser Komplexität zunächst überraschend sind. Hier nur einige Stichworte dazu:

- Angeln darf nicht jeder, dem es gerade so einfällt, sondern dafür ist zunächst eine einschlägige Ausbildung erforderlich, die mit einer Prüfung abgeschlossen wird. Wer sie besteht, erhält einen Angelschein.
- Angeln ist nicht in jedem Gewässer und nicht zu jeder Zeit erlaubt. Für viele Fischarten gibt es Schonzeiten und Rückzugsgewässer, in denen sie sich theoretisch in Ruhe fortpflanzen können. Leider wird das in der Regel zwar von den Anglern berücksichtigt – nicht jedoch von Kormoranen...

karlsruhe@slowfood.de
www.slowfood.de

**Ein Convivium von Slow Food
Deutschland e.V.**

Vereinsregister
Münster VR 4429



Slow Food® Karlsruhe



Auch ein Hobbyangler benötigt eine umfangreiche Ausrüstung, um erfolgreich zu angeln. Nicht jede Fischart interessiert sich z.B. für dieselbe Art von Köder.

Je nachdem, in welcher Wassertiefe sich die Fische, die gerade geangelt werden sollen, bevorzugt aufhalten, oder wie die Strömungsverhältnisse sind, sind andere Leinenlängen, Senkbleie oder Schwimmer erforderlich.



Da die Fische meistens nicht auf Kommando anbeissen, braucht ein Angler Geduld – und unter Umständen auch eine transportable Sitzgelegenheit.

Fische dürfen zwar dort i.d.R. ausgenommen werden, wo sie gefangen werden – die Eingeweide dürfen aber nicht liegen gelassen werden. Daher ist ein Spaten erforderlich, um sie fachgerecht vergraben zu können...

Fische lassen sich unter anderem unterscheiden nach ihrer Ernährungsart: „Friedfische“ fressen keine anderen Fische, sondern sind Vegetarier oder ernähren sich von Pflanzen, Insekten oder Würmern. „Raubfische“ hingegen fressen andere Fische; wenn es sich gerade mal so ergibt unter Umständen auch von ihrer eigenen Art. Eine Ausnahme bildet der Rapfen, der in seinem ersten Lebensabschnitt ein Friedfisch ist, später dann aber zum Räuber wird. Da er wie viele Friedfische kein Gebiss hat, dass für Raubzüge geeignet wäre, hat er eine besondere Technik entwickelt, um überhaupt Beute machen zu können: Er treibt seine potentiellen Opfer zunächst in die Enge – und schlägt sie anschliessend mit einem Hieb seiner Schwanzflosse k.O.

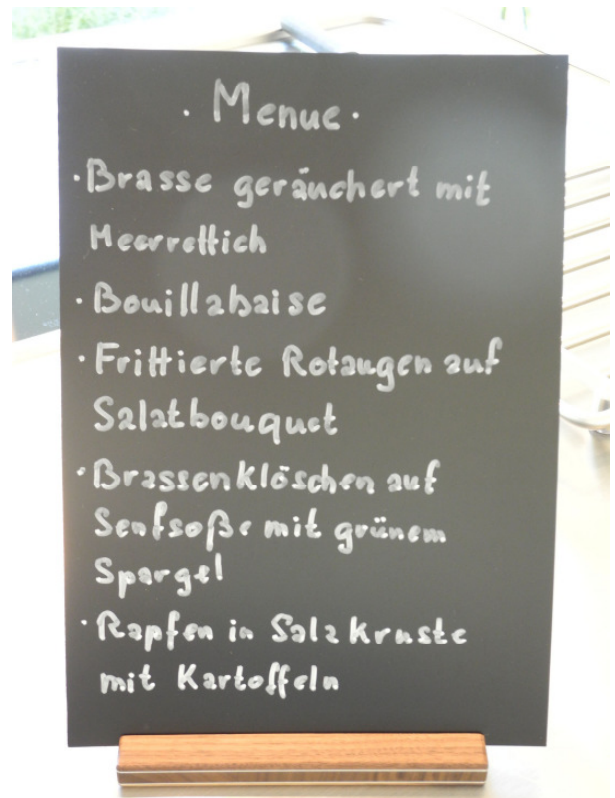


Slow Food® Karlsruhe



Selbst seine ausgefeilte Jagdtechnik hat diesen Rapfen (oben links) allerdings nicht davor bewahrt, selbst auf dem Teller zu landen, und zwar zusammen mit etlichen Brassen (oder auch Brachsen, ebenfalls im Bild links) und Neunaugen (im Bild rechts).

Zusammen mit marktfrischem Gemüse wollten wir diese drei Fischarten in folgendes, sehr abwechslungsreiches Fischmenü verwandeln. Da die Rotaugen nicht sehr gross sind und relativ viele Gräten haben, sollten sie in der Pfanne frittiert werden.





Slow Food® Karlsruhe

Zunächst mussten alle Fische grob zerlegt werden, um sie für ihre weitere Verwendung vorzubereiten.



Geschuppt waren unsere Fische bereits; es war aber sinnvoll, sich noch einmal davon zu überzeugen, ob sie bereits vollständig ausgenommen waren. Je nach Verwendungszweck mussten dann entweder Kopf, Schwanz und Flossen abgeschnitten werden, oder der ganze Fisch gleich filetiert werden. Das Abschneiden von Flossen geht am leichtesten mit einer Schere.



Kopf, Schwanz und Flossen sind brauchbares Ausgangsmaterial für einen Fischfond. Sinnvoll ist es allerdings, die Kiemen zu entfernen, da sie beim Kochen Bitterstoffe abgeben.



Das fachgerechte Zerlegen der Fische bot u.a. die Gelegenheit, ausführlich über die optimale Technik des Filetierens zu fachsimpeln...



Slow Food® Karlsruhe



Einige Brassen sollten warm geräuchert werden; wegen der starken Geruchsentwicklung während des Räucherns empfiehlt sich, das im Freien zu tun...



Die geköpften Brassen wurden in einer Salzlake auf ihren Aufenthalt im Räucherofen vorbereitet.





Slow Food® Karlsruhe



Der ganze Räuchervorgang hat ca. 1 Stunde gedauert. Das Ergebnis war, mit Meerrettich zusammen angerichtet, äusserst delikat!



Ein Salat aus frischen Wildkräutern wird vorbereitet und jede Menge Spargel geschält...





Slow Food® Karlsruhe



Der Rapfen sollte in einer Salzkruste im Ofen garen; dafür war es zunächst erforderlich, eine Mischung aus Salz, Eiweiss und Wasser herzustellen. Anschliessend wurde der Rapfen liebevoll mit diesem Material ummantelt und so auf seinen Aufenthalt im Ofen vorbereitet.





Slow Food® Karlsruhe



Nach dem Backen im Ofen wird der Rapfen aus seiner Salzkruste befreit...



... um dann zusammen mit Spargel auf dem Teller mit einer Sosse aus frischen Kräutern und Butter übergossen zu werden.



Slow Food® Karlsruhe



Ein Teil der Brassen-Filets ist zunächst mit dem Messer klein geschnitten und anschliessend durch den „Fischwolf“ gedreht worden. Zusammen mit in Milch eingeweichten Brötchen und Kräutern ist daraus die Masse für die Brassenklöschen entstanden.



Die Brassenklöschen wurden dann im Tabaniaki gebraten und das Ergebnis schliesslich stolz präsentiert:





Slow Food® Karlsruhe



Den Rotaugen wurden akribisch die Flossen entfernt, Kopf und Schwanz blieben dran, da die Fische ohnehin relativ klein waren.



Dann sind sie paniert und als Ganzes in heissem Öl frittiert worden.



Slow Food® Karlsruhe



Die Grundlage für die Bouillabaisse: Im Prinzip alles, was von den Fischen nicht „am Stück“ verwendet werden konnte, plus Kräuter, Gemüse und Gewürze. Zu guter Letzt musste alles durchgeseiht werden.



Der feinen Konsistenz der fertigen Bouillabaisse war nicht mehr anzusehen, was da ursprünglich mal alles im Topf „mitgeschwommen“ war...



Slow Food® Karlsruhe



Die gedeckte Tafel wartet auf den ersten Gang...



Nach dem ausgiebigen Menü an der langen Tafel sind alle dann satt & selig. Eine gute Voraussetzung, um Kontakte zu knüpfen für zukünftige weitere gemeinsame Aktivitäten...

Der Umgang mit diesen relativ grätenhaltigen Fischen erfordert etwas Übung; sachdienliche praktische Hinweise eines geübten „Fischkochs“ könnten hier hilfreich sein. Nur Mut – es lohnt sich! Die Rezepte zum Nachkochen finden Sie wie diesen Bericht auf unserer Internetseite:

www.slowfood.de/karlsruhe

Wir wünschen viel Vergnügen und guten Appetit!

Aktuelle Informationen zu „handelsüblichen“ Fischen bietet der Mitte April 2012 in einer Neuauflage erschienene, von Greenpeace herausgegebene „Einkaufsratgeber Fisch“. Er kann kostenlos über die Internetseite von Greenpeace bestellt werden:

https://service.greenpeace.de/ueber_uns/foerderer_service/neuen_fisch_ratgeber_bestellen/

Text und Fotos: Jens Herion