

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Die Kunst zu kochen

Mädcheninstitut St. Agnes <Freiburg im Breisgau>

Freiburg im Breisgau, 1907

Elfter Abschnitt. Fische.

urn:nbn:de:bsz:31-54713

Elfter Abschnitt.

F i s c h e.

1. Wenn das Schlachtfleisch als die Grundlage einer guten Küche betrachtet werden kann, so bieten die Fische eine angenehme, gern gesehene Abwechslung auf unserem Tische. Sie liefern nicht nur eine sehr nahrhafte, sondern in den meisten Fällen auch eine leicht verdauliche Speise. Ubrigens ist unter den Fischen ein großer Unterschied wie an Größe, so auch an Schmackhaftigkeit und Nährwert. Ganz große Fische haben eine grobe Faser, während junge Fische zwar zart, aber nicht so nahrhaft und schmackhaft sind wie jene, welche die gewöhnliche Größe erreicht haben. So besitzt z. B. ein Hecht im Gewicht von 1—2 kg ein schmackhafteres Fleisch, als wenn er ein Gewicht von 10—15 kg erreicht hat. Auch besitzen die Raubfische, wie Hecht, und die Fische, welche im frischen Wasser leben, wie die Forelle, ein gesünderes und schmackhafteres Fleisch, als die in schlammigem Gewässer lebenden.

2. Man unterscheidet bei den Fischen Süßwasser- oder Flußfische und See- oder Meerfische.

Die Flußfische werden meistens lebend auf den Markt gebracht. Beim Einkaufen sehe man darauf, daß sie noch völlig lebhaft sind und nicht auf der Seite oder gar auf dem Rücken schwimmen. Halbtote oder gemarterte Fische sind nicht nur weniger schmackhaft, sondern haben auch durch das langsame Absterben, ähnlich einem gehezten Wilde, bedeutend an Nährwert verloren.

Fische, die tot auf den Markt kommen, kaufe man nur dann, wenn sie keinen üblen Geruch haben, wenn die Augen klar und die Schuppen glänzend sind. Das Fleisch muß fest sein mit strammer Haut, die sich am Schwanz leicht abziehen läßt. Frischrote Kiemen sind nicht immer sichere Kennzeichen für die Frische der Fische, weil sie oft in betrügerischer Weise gefärbt werden. Durch die Gefriermaschine ist es jetzt möglich, gute Meerfische nicht nur gefalzen und geräuchert, sondern auch in frischem Zustande billig zu bekommen.

3. Alle Fische sind während der Laichzeit von geringerem Werte. Das Fleisch ist während dieser Zeit nicht nur fade, sondern eigentlich ungesund, die Eier der Hechte und der Barben sind sogar giftig. Deshalb soll man genau wissen, welche Fischarten in den einzelnen Monaten als Speise benützt werden können. (In der folgenden Aufzählung sind auch gleich die Wasserschildkröten berücksichtigt.)

Januar und Februar: Aal, Austern, Barbe, Bars, Forelle, Kaviar, Hecht, Karausche, Karpfen, Krebs, Lachs, Matrele, Schellfisch, Schleie, Seezunge, Stinte, Wels, Zander.

März: Aal, Austern, Barbe, Brasse, Forelle, Karausche, Karpfen, Kaviar, Krebs, Lachs, Matrele, Schellfisch, Schleie, Seezunge, Stinte, Wels.

April: Aal, Austern, Barbe, Brasse, Forelle, Hummer, Karausche, Kaviar, Krebs, Lachs, Matrele, Schellfisch, Schleie, Schollen, Seezunge, Steinbutt, Stinte, Wels.

Mai: Aal, Bars, Forelle, Hecht, Hummer, Kaviar, Krebs, Lachs, Maifisch, Matrele, Quappe, Schellfisch, Schleie, Schollen, Seezunge, Steinbutt.

Juni: Aal, Bars, Forelle, Hecht, Hummer, Kaviar, Krebs, Lachs, Maifisch, Quappe, Schellfisch, Schleie, Schollen, Seezunge, Steinbutt, Zander.

Juli: Aal, Barbe, Bars, Brasse, Forelle, Hecht, Hummer, Karpfen, Kaviar, Krebs, Lachs, Quappe, Schellfisch, Schleie, Schollen, Seezunge, Steinbutt, Stinte, Wels, Zander.

August und September: Aal, Barbe, Bars, Brasse, Forelle, Hecht, Hummer, Karausche, Karpfen, Kaviar, Krebs, Lachs, Matrele, Quappe, Schellfisch, Schleie, Schollen, Seezunge, Steinbutt, Stinte, Wels, Zander.

Oktober: Aal, Austern, Barbe, Bars, Brasse, Forelle, Hecht, Hummer, Karausche, Karpfen, Kaviar, Krebs, Lachs, Matrele, Quappe, Schellfisch, Schleie, Seezunge, Stinte, Wels, Zander.

November u. Dezember: Aal, Austern, Barbe, Bars, Brasse, Forelle, Hecht, Karausche, Karpfen, Kaviar, Krebs, Lachs, Matrele, Quappe, Schellfisch, Schleie, Seezunge, Stinte, Wels, Zander.

4. Das Töten oder Schlachten der Fische geschieht am schnellsten und sichersten durch Betäuben mit einem tüchtigen Schlag auf den Kopf und durch Durchschneiden des Rückgrates hinter dem Kopfe mit einem scharfen Messer, wodurch die Gehirnnerven durchschnitten werden und der Fisch für den Schmerz unempfindlich wird. Jede andere Art, die Fische zu töten, ist verwerflich, weil die Tiere dadurch gemartert werden.

5. Das Abschuppen der Fische wird in der Weise vorgenommen, daß man den Fisch bis zum Augenblick des Abschuppens im Wasser liegen läßt, damit die Schuppen nicht trocken werden; alsdann hält man den Fisch mit einem Tuche am Schwanze fest und schuppt mit dem Rücken eines Küchenmessers vom Schwanze gegen den Kopf. Bei Fischen, denen die Schuppen recht fest sitzen, gebraucht man ein kleines Reibeisen, sogenannte Fischschupper, oder man brüht sie vorher mit kochendem Wasser ab.

6. Um die Fische auszunehmen, schneidet man den Bauch sorgfältig auf, nimmt die Eingeweide behutsam heraus, damit die Gallenblase, welche dicht unterhalb des Kopfes liegt, nicht verletzt wird, kratzt das darunter befindliche Blut weg, sticht die Augen aus und schneidet die Kiemen ab. Hierauf wäscht man den Fisch recht sauber, ohne ihn jedoch lange im Wasser liegen zu lassen. Größere Fische, die man vor dem Sieden in Stücke schneiden will, werden nur so weit geöffnet, daß man die Eingeweide herausziehen kann. Es ist notwendig, auch die kleinsten Fische, sogar die Hirlinge auszunehmen, da sich oft in den Gedärmen außerordentlich viele Eingeweidewürmer vorfinden. Aus dem gleichen Grunde soll jeder Fisch beim Kochen die Siedhize des Wassers durchgemacht haben, da nur auf diese Weise schädliche Bruten zerstört werden.

7. Beim Kochen können die Fische saftig und die Brühe kraftlos oder umgekehrt die Brühe kräftig und die Fische kraftlos werden, je nachdem man den Fisch zuerst in kaltes oder gleich in kochendes Wasser bringt. Will man den Fisch saftig erhalten, so legt man ihn gleich in kochendes Wasser. Dadurch gerinnt die Außenseite zu einer Hülle, welche die Kraft und den Nährwert im Fleische zusammenhält. Will man aber eine kräftige Brühe bereiten, wie zu Fastenbrühe oder Fischgelee, so muß der Fisch längere Zeit vor dem Kochen in lauwarmes Wasser gelegt werden, damit der Leimgehalt besser in die Brühe übergeht. Gefocht werden die Fische entweder ganz oder in Stücke geschnitten. Bei ersterer Art setzt man den Fisch in einem länglichen Fischkessel über Feuer und zwar in lauwarmem Wasser, dem noch etwas Essig beigegeben wird nebst allem Gewürze, wie bei einer guten Fleischbrühe. Der Fisch bleibt nur so lange über dem Feuer, bis das Wasser zu kochen beginnt, dann nimmt man ihn vom Feuer weg und läßt ihn noch 20—30 Minuten lang ziehen. Sobald die Flossen sich leicht herausziehen lassen, ist der Fisch gar. Ist der Fisch in Stücke zer schnitten, so setzt man die Stücke mit kochendem Wasser bei, da sie in langsam sich erwärmendem Wasser auslaugen würden.

Man nimmt das Fleisch gleichfalls vor dem Kochen vom Feuer, läßt es aber nur 10 Minuten lang ziehen.

Zum Abkochen bedürfen alle Fische ziemlich viel Salz, da sie im Kochen nur kurze Zeit mit dem Salzwasser in Berührung kommen. Fische, welche man blau kochen will, nimmt man im Wasser aus oder legt sie auf ein nasses Brett, damit beim Ausnehmen der Schleim, der dem Fische die blaue Farbe gibt, nicht abgefordert werde.

8. Das Backen der Fische geschieht in offener Pfanne über schwach brennendem Feuer, weil dadurch das Fleisch weniger austrocknet. Fetten Fischen werden vor dem Backen auf beiden Seiten einige leichte Einschnitte gemacht. Zum Backen selbst wird nur so viel Fett verwendet, daß der Boden der Bratpfanne glatt ist.

9. Beim Anrichten der Fische ist Hauptbedingung, daß das Geschirr, auf welches er angerichtet werden soll, gut durchgewärmt sei, da die Fische schnell erkalten. Kommt der Fisch ganz auf den Tisch, so schneidet man mit einem scharfen Messer erst die Flossen ab, macht über den ganzen Rückgrat einen Längschnitt und teilt den Fisch mit Querschnitten in Portionenstücke ab, ohne jedoch den Rückgrat zu durchschneiden. Ist der Fisch auf diese Weise vorge schnitten, so behält er beim Servieren ein besseres Ansehen.

I. Süßwasser- oder Flußfische.

1. Fischjud.

1 l Wasser, 1 Glas Essig oder Wein, 1 Handvoll Salz, Gelbrüben, einige Zitronenscheiben, $\frac{1}{2}$ Lorbeerblatt in Petersilie eingebunden werden zuerst $\frac{1}{4}$ Stunde gekocht, damit der Würzgeschmack den Fischen sich besser mitteilt. Hierauf gibt man den Fisch hinein und läßt ihn 10—20 Minuten ziehen.

Beim Fischjude werden starke Gewürze, wie Zwiebel, Nelken und Pfefferkörner, weggelassen.

2. Fische gebacken.

Im allgemeinen eignen sich fast alle Fischarten zum Backen, besonders jedoch Hechte, Karpfen, Schleien, Barsche und Forellen.

Nachdem der Fisch sorgfältig gereinigt ist, wird er mit einem sauberen Tuche abgetrocknet und der Länge nach in passende Stücke geschnitten. Diese werden mit Salz bestreut, in verklopftes Eigelb eingetunkt, geriebenes Weißbrot darauf gestreut und in einer flachen Pfanne in heißer Butter auf beiden Seiten gelb gebacken. Große Fische sind zu spalten, ehe sie in Stücke zerteilt werden, kleinere, besonders die sogenannten „Backfische“, bleiben ganz.

Gebackene Fische werden fast zu allen Gemüsen und zu grünem Salate gegeben.

3. Fische in der Sauce.

$\frac{1}{4}$ l Rotwein, $\frac{1}{2}$ l Wasser, 2 Eßlöffel voll Essig, eine mit Nelken besteckte Zwiebel, 1 Lorbeerblatt und etwas Salz werden in einer Kasserolle zum Kochen gebracht und der gereinigte Fisch hinein gelegt, der aber nicht kochen darf, sondern nur anziehen, bis er gar ist. Das erkennt man daran, wenn der Fisch hinter den Ohren nicht mehr blutig ist. In heißer Butter wird dann ein Eßlöffel voll Mehl gelbbraun geröstet, mit etwas kaltem Wasser abgelöscht und mit der Brühe, in welche der Fisch gelegt wurde, verdünnt. Der Fisch wird in eine tiefe Platte gelegt und die Sauce durch ein Haarsieb darüber gegossen.

Er wird mit kleinen Knöpfle oder mit kleinen Kartoffeln serviert. Die Fische in der Sauce gibt man unzerteilt zu Tische.

4. Fische mit Rahmsauce.

Der Fisch wird, nachdem er gereinigt und gesalzen wurde, der Länge nach in eine niedere Kasserolle gelegt; ist er zu groß, so wird er in Stücke zerschnitten. Dann werden 30 g frische Butter, $\frac{1}{4}$ l süßer Rahm, 2 kleine, geschälte Zwiebeln, Petersilie, sowie einige Zitronenscheiben

nebst etwas geriebenem Parmesan- oder Schweizerkäse und Weismehl dazu getan und in nicht zu heißem Ofen $\frac{1}{2}$ Stunde aufgezogen. Nachher legt man den Fisch in eine lange, nicht zu tiefe Platte, gibt die Sauce daran und serviert ihn zu in Butter verdämpften kleinen Kartoffeln, Kartoffelschnitzeln oder zu kleinen Knöpfeln.

Diese Zubereitungsart ist für alle besseren Fischarten, besonders für Schellfische, zu empfehlen.

5. Fische blau abgekottet.

Zum Blauabkochen werden gewöhnlich nur feinere Fische genommen, wie Forellen, Hechte oder Karpfen. Man bereitet nach Nr. 2 einen Fischsud und legt den Fisch hinein, der aber nicht kochen darf, sondern nur anziehen.

Gewöhnlich wird eine holländische oder eine Buttersauce dazu serviert, welche mit Eigelb und Rahm abgezogen ist.

6. Holländische Sauce mit Kapern für verschiedene Fischarten.

150 g Mehl werden mit etwas süßem Rahm und Salz angerührt, nach und nach fügt man 5 Eigelb und $\frac{1}{4}$ l Wein bei und gibt diese Masse in eine Messingpfanne, die Pfanne selbst wird wieder in ein Gefäß mit heißem Wasser (warmes Bad) gestellt und über das Feuer gebracht. Man rührt man die Sauce so lange, bis sie anfängt dick zu werden, gibt dann 1 Löffel voll Kapern hinzu und läßt die Sauce bis zum Gebrauche im warmen Bade stehen.

7. Lachs.

Lachs und Salm ist ein und derselbe Fisch. Er geht im Frühjahr aus dem Meere in die größeren Flüsse (Rhein, Elbe, Fulda). Vom Januar bis zum Sommer, während welcher Zeit sein Fleisch von rötlicher Farbe ist, heißt der Fisch Salm oder Salmen. Er ist saftig, fett und sehr wohlschmeckend, jedoch hängt

der Wohlgeschmack viel vom Aufenthaltsorte des Fisches ab. Die besten Salmen sind die Rheinsalmen.

Zur Laichzeit (Oktober, November und Dezember) wird der Fisch Lachs genannt. In dieser Zeit ist sein Fleisch weiß, mager und weniger wohlschmeckend, es wird aber doch viel verwendet.

a. Rheinsalm oder Lachs.

Man macht einen guten Sud von Wasser, Wein, etwas Essig, verschiedenen Kräutern und Gewürzen mit ziemlich viel Salz, gibt den ausgenommenen oder in Stücke geschnittenen Lachs hinein und läßt ihn ziehen, bis er gar ist und richtet ihn auf eine Platte an. Hierauf macht man ausgelassene Butter heiß, gibt je nach Belieben Brot oder Zwiebeln dazu, läßt dies anziehen und schmelzt damit den Fisch ab, den man noch mit Petersilie garniert.

b. Lachs im Ofen gebraten.

Der Lachs wird ausgenommen, sauber gewaschen, dann wieder gut abgetrocknet, hierauf stark mit Sardellenbutter in- und auswendig bestrichen und mit verwiegter Petersilie, Schalotten und Zitronenschalen bestreut. Das Geschirr, worin man ihn brätet, wird ebenfalls mit Sardellenbutter bestrichen, man streut noch Kapern, Pfeffer, Ingwer und etwas geriebenes Brot darauf, begießt ihn mit Zitronensaft und saurem Rahm, tut ihn in den Ofen und beträufelt ihn mit der Sauce, die er zieht. Man gibt ihn dann, wenn er schön gelb gebraten ist, mit der eigenen Sauce oder mit einer andern beliebigen Fischsauce auf den Tisch.

c. Salm mit Kräutersauce.

Man kocht den gereinigten Salm mit Wasser, etwas Wein, ein wenig Essig, Salz, Zwiebeln, Petersilie, Thymian und einem Lorbeerblatte. Unterdessen macht man eine Sauce: feinverwiegte Schalotten und Petersilie nebst etwas

Zitronenschale werden ein wenig gedünstet, $\frac{1}{2}$ Löffel voll Mehl hinein getan und mit $\frac{1}{2}$ l brauner Fleischbrühe, etwas Estragonessig, sowie ein wenig Pfeffer eine Zeitlang gekocht. Wenn dann der Salm angerichtet ist, wird die Sauce darüber gegossen und der Fisch gleich aufgetragen.

d. Salm mit Butterauce.

Man läßt in 2 Löffel voll Butter etwas Petersilie, Estragon, Schalotten und Champignons weich dämpfen, löschet mit Wasser oder Fleischbrühe ab, gibt Zitronensaft, Salz und Pfeffer bei, legt den in Stücke geschnittenen Lachs hinein und läßt ihn langsam ziehen, bis er gar ist. Von Butter bereitet man eine helle Sauce und rührt sie mit Wasser oder Fleisch-(Fisch-)brühe ab. Beim Anrichten werden 2 Eigelb mit etwas Weißwein verrührt, 1 Eßlöffel voll Kapern und 1 Eßlöffel voll Sardellenbutter dazu gegeben und unter tüchtigem Rühren die kochende Sauce darunter gemengt. Nun legt man den Salm hinein, damit er von der Sauce den Geschmack bekommt, läßt ihn aber nicht mehr kochen.

e. Salm mit holländischer Sauce.

Man gibt den Salm in den Fischsud (siehe Nr. 2), läßt ihn ziehen, bis er weich ist und übergießt ihn dann mit holländischer Sauce, zu deren Bereitung man von der Fischbrühe verwendet.

f. Salm auf Matrosenart.

Eine irdene Kasserolle wird dick mit Butter bestrichen, der Salm zugerichtet hineingelegt, mit einem Glas Wein übergossen, mit feingeschnittenen Zwiebeln und Petersilie bestreut, mit in Stückchen geschnittener frischer Butter be-

legt und in den Ofen gestellt, wo man ihn unter fleißigem Begießen $\frac{1}{2}$ Stunde dämpfen läßt. Unterdessen bereitet man eine braune Sauce mit den nötigen Gewürzen (die Sauce soll ziemlich dick gebunden sein), läßt sie gut aufkochen, fügt zuletzt noch ein Glas Madeira und eine kleine Büchse Champignons dazu und läßt es nochmals aufkochen. Ist alles fertig, werden die Salmstücke rings am Rande der Platte herumgelegt und die Sauce in die Mitte gegossen. Man kann Salzkartoffeln, Spätzle oder Nudeln dazu geben.

8. Forellen.

1. Es gibt verschiedene Arten Forellen, die aber alle ein sehr wohlgeschmeckendes, zartes Fleisch haben. Nach dem Salm sind sie die besten Fische, am wohlgeschmeckendsten aber von Mai bis August. (Laichzeit November und Dezember.)

2. Die Forellen dürfen erst getötet werden, wenn sie als Speise zubereitet werden sollen. Das Öffnen und Ausnehmen muß im Wasser oder auf einem nassen Brette geschehen, damit der Schleim nicht abgewischt wird, der dem Fisch die blaue Farbe gibt. Ihres zarten Fleisches wegen bekommt die Haut der Forellen beim Abkochen leicht Risse, deshalb läßt man die Fische einige Zeit zugedeckt stehen, bis sie steif werden.

a. Forellen blau gekocht.

Die Forellen werden rein und vorsichtig ausgewaschen und ins kalte Wasser gelegt. Unterdessen läßt man in einem Fischkessel 3 Teile Wasser, 1 Teil Essig, etwas Wein mit Zwiebelscheiben, einem Lorbeerblatt, einer Handvoll Salz und mit Petersilie aufkochen, stellt sodann das Geschirv vom Feuer, legt die Forellen, die sich augenblicklich blau färben, hinein, deckt sie zu und läßt sie $\frac{1}{4}$ Stunde am Feuer stehen, ohne daß sie jedoch zum Sieden kommen. Beim Anrichten belegt man sie mit grüner Petersilie und gibt sie sogleich mit holländischer Sauce zu Tische.

b. Gebackene Forellen.

Die Forellen werden, nachdem sie ausgenommen, gewaschen und ein wenig abgetrocknet sind, nicht zu stark mit Salz bestreut, auch inwendig mit ein wenig Salz eingerieben, stark in Gries getaucht und dann in Butter gebacken.

c. Forellen in einer Sauce.

Ist die Forelle gefotten, so läßt man Butter zergehen, fügt verweigte Petersilie, Schalotten und ein wenig Mehl dazu, läßt es gut anziehen, gießt vom Forellensude daran, rührt sodann 2 Eigelb, 2 Löffel voll Rahm und etwas Wasser an die Sauce und gießt diese heiß über die Forellen. Man gibt sie mit Mehlspeisen gleich zu Tisch.

d. Forellen in Gallerte.

Man kocht die gereinigten Forellen zuerst blau und legt sie zum Erkalten beiseite. In eine beliebige Form wird etwas Gallerte gegossen, auf diese kommen schön geordnet ausgestochene Eier, Trüffel und Bistazien und dann wieder etwas Gallerte. Man legt nun die erkalteten Forellen auf den Rücken in schöner Ordnung nebeneinander hinein, ohne daß sie die Seitenwände berühren. Alsdann bedeckt man die Forellen wieder mit Gallerte, belegt den Rand ringsum mit kleinen oder Portionen-Fischen, füllt die Form vollends mit Gallerte auf und stellt sie kalt. Vor dem Stürzen wird die Form kurz in kochendes Wasser getaucht.

9. Hecht.

Der Hecht ist am besten in der Zeit von September bis Januar und bei einem Gewichte von 1–2 kg. Die Leber der großen Hechte gilt als Delikatesse. (Laichzeit März bis Mai.)

a. Gedämpfter Hecht.

Ein zweifündiger Hecht wird geschuppt, wobei man die obere Haut wegrasiert, ausgenommen und gewaschen.

Um eine runde Form zu erhalten, gibt man ihm den Schwanz zwischen die Zähne. Alsdann salzt man ihn gehörig, tut ihn mit frischer Butter in eine Kasserolle, fügt geschnittene Zwiebeln, Petersilie, etwas Sardellenbutter, Zitronensaft und einige Löffel voll sauren Rahm dazu und dämpft ihn, gut zugedeckt, $\frac{1}{2}$ Stunde. Beim Anrichten garniert man mit runden gedämpften Kartoffeln.

b. Hecht blau gekocht.

Zum Blauabfieden eignen sich am besten kleine Hechte. Nachdem die Fische ausgenommen und gekrümmt sind, gibt man sie ungefähr $\frac{1}{2}$ Stunde in einen heißen Fischsud. Weil das Fleisch der Hechte etwas trocken ist, gibt man dem Sude Butter bei. Man umkränzt ihn mit grüner Petersilie und serviert eine beliebige Sauce dazu.

c. Gefüllter Hecht.

Man weicht Weißbrot in Milch ein, siedet Morcheln ab und verweigt Fleisch von einem beliebigen Fische mit Kalbsniereenfett. Alsdann dünstet man Petersilie, tut das fest ausgedrückte Brot dazu und verrührt es gut, worauf das Nierenfett und das Fleisch vom Fische nebst Salz und etwas Gewürze beigegeben werden. Auch die Morcheln schneidet man in Stücke und mischt sie mit Eiern. Mit dieser Füllung füllt man nun den schon vorher ausgewaschenen und wieder gut abgetrockneten Hecht, näht ihn zu und brätet ihn im Ofen, wobei man ihn mit guter Jus beträufelt. Beim Servieren legt man den Hecht auf eine Platte, zieht den Faden behutsam heraus und gießt noch Jus darüber.

d. Gespickter Hecht.

Der Hecht wird gut gepuzt, rasiert und ausgewaschen, mit einem Tuche wieder abgetrocknet, mit Salz bestreut

und eine Zeitlang liegen gelassen. Alsdann wird er, beim Kopfe angefangen, gespiet, und zwar zuerst eine Hand breit mit Speck, dann mit langgeschnittenen eingemachten Gurken und mit ebenso geschnittener Zunge, und fährt bei großen Hechten in dieser Abwechslung fort. Hierauf legt man den Fisch in ein langes, niedriges Geschirr, tut auf Kopf und Schwanz Speckscheiben, gießt über ihn Butter und gibt Zwiebeln, Gelbrüben, einen Zitronenschuß, sowie ein bißchen Fleischbrühe zu und läßt ihn in einem nicht zu heißen Ofen unter fleißigem Begießen braten. Beim Anrichten muß man sehr vorsichtig sein, daß der Fisch ohne Beschädigung auf die Platte kommt und die gespiete Seite oben ist. Man garniert ihn mit großen Krebsen, Trüffeln, gespieten glasierten Kalbsmilchen und wenn man will noch mit gezierten Fleischklößchen, worauf man ihn unter Beigabe einer holländischen Sauce, die aber besonders serviert wird, zu Tische bringt.

e. Hecht mit weißer Sauce.

Den gepuzten Hecht legt man in ein Geschirr, bestreut ihn in- und auswendig mit Salz und läßt ihn eine Zeitlang liegen. Unterdessen kocht man Wasser mit einem Teil Wein, etwas Essig, Zwiebeln, Lorbeerblatt, Petersilie, Zitronenscheiben, legt den Fisch hinein und läßt ihn darin kochen. Nun nimmt man ein Stückchen Butter, läßt einen Löffel voll Mehl darin anziehen, füllt es mit der Fleischbrühe auf und läßt es noch ein wenig kochen. Dann verrührt man 2 Eigelb mit Zitronensaft und süßem Rahme und rührt es behutsam an die Sauce, die aber dann nicht mehr kochen darf. Der Hecht wird auf die Platte gelegt und die Sauce darüber angerichtet.

f. Hecht mit Petersilie.

Zur Bereitung dieser Speise nimmt man nur kleine Hechte oder Barben. Die Fische werden, nachdem sie gepuzt

sind, in beliebige Stücke geschnitten, gesalzen, in ein Geschirr gesetzt, Butter darüber gegossen und in einem Ofen gebraten. Während des Bratens wird saurer Rahm darauf getan, damit sie recht saftig werden. Alsdann wird viel Petersilie und ein Teil Kapern fein verwiegt, mit frischer Butter aufs Feuer gesetzt, wo man es unter stetem Rühren nur einmal aufkochen läßt und dann Zitronensaft darunter mischt. Die Fischstückchen werden nun angerichtet. In das Geschirr, worin sie gebraten wurden, gießt man ein wenig Fleischbrühe oder Wasser, damit sich der Satz ablöst, tut es zu dem Grünen, vermischt es sehr wohl miteinander, gießt es neben dem Fisch herum und gibt es dann recht heiß zu Tisch.

g. Hecht mit Sardellen.

Wenn der Hecht ausgenommen und gepuht ist, legt man die Seiten auseinander, spickt den Rücken mit geschnittenen Sardellen, legt den Hecht in eine irdene Kasserolle, übergießt ihn mit zerlassener Butter und deckt dann zu. Von Zeit zu Zeit schüttet man ein wenig Wein nach, gibt etwas feingewiegte Sardellen dazu und läßt es so einige Zeit dünsten.

Eine andere Art ist: Der Hecht wird in Wasser, Essig, Salz, Zwiebeln und Lorbeerblatt gekocht, auf eine Platte angerichtet, stark mit feinverwiegter Petersilie bestreut und heiße Butter darüber gegossen, auch werden Sardellen, welche nicht sehr fein verwiegt sein dürfen, darauf herum gestreut. Alsdann wird der Hecht mit kleinen Kartoffeln, die man mit Butter und Petersilie gedämpft hat, garniert und gleich zu Tisch gegeben.

10. Karpfen.

Die Karpfen haben ein zähes Leben, man kann sie in feuchtes Moos eingewickelt längere Zeit im Keller lebend aufbewahren und sie dabei mit in Milch aufgeweichten Semmeln sogar mästen.

Das Fleisch ist am besten von Anfang Oktober bis Ende März. (Laichzeit April, Mai und Juni.) Ubrigens ist auf die Karpfen sehr achtzugeben, da sie verschiedenen Krankheiten unterworfen sind.

Wenn sie z. B. moosähnliche Auswüchse bekommen, ist ihr Fleisch giftig und darf nicht genossen werden. Diese Krankheit zeigt sich jedoch nur bei Karpfen, die in faulendem Wasser leben, nicht bei Fluß- und Seekarpfen.

a. Gebackener Karpfen.

Der Karpfen wird, nachdem er geschuppt und ausgenommen ist, der Länge nach gespalten, in Stücke geschnitten und gut gesalzen. Hierauf zerfleppert man ganze Eier, wendet die Stücke zuerst in Mehl, dann in den Eiern und zuletzt in geriebenen Eipfeln um, bakt sie in flüssig-heißer Butter gelb und garniert sie mit gebackener Petersilie.

b. Gefüllter Karpfen.

Der Karpfen wird auf dem Rücken aufgeschnitten, mit einem Tuche sauber aus- und abgewischt, aber nicht gewaschen; man reibt ihn dann gut mit Salz und Gewürz aus und läßt ihn liegen. Nun wird eine Füllung gemacht von in Milch eingeweichtem Brot, feingehackter Petersilie, Schalotten, Zitronenschalen. Die Gewürze werden zuerst in Butter gedünstet, alsdann wird das Brot, welches gut ausgedrückt sein muß, ebenso die fein verwiegte Leber des Karpfen nebst Salz, Muskatnuß und Eier beigegeben, so daß die Füllung nicht zu dünn wird. Damit wird der Karpfen gefüllt, gut mit starkem Bindfaden umwickelt, in Butter umgewendet, mit geriebenem Brot und etwas Salz bestreut und dann im Ofen oder in einer Pfanne gebraten, währenddessen man ihn mit Zitronensaft beträufelt. Man gibt dazu eine Wildbretsauce, die mit der Bratensauce des Karpfen vermischt ist.

c. Marinierter Karpfen.

Wenn der Karpfen geschuppt ist, wird er gut gewaschen, in Stücke zerschnitten, dann kräftig gesalzen und wieder abgetrocknet, in Butter gut umgewendet und auf

einem Roste gelb durchgebraten. Man legt ihn dann in ein Geschir und gießt guten Weinessig mit Zwiebeln, Zitronenschalen und Lorbeerblättern abgekocht und wieder kalt geworden darüber. Nach ein paar Tagen kann man nach Belieben den Karpfen als Speise geben.

d. Karpfen in Gallerte.

Die Milchner von einem Karpfen werden roh beiseite gelegt. Der Karpfen selbst wird in Fischeud weich gekocht, nach dem Erfalten von Haut und Gräten befreit und in kleine Stücke geteilt. Die Milchner werden mehrmals abgewaschen und mit 2 Eßlöffel voll Mehl, Salz, feingeschnittenen Schalotten und etwas Pfeffer zu glatter Sauce gerührt. Den Boden einer Form belegt man alsdann etwa 2 cm hoch mit Gallerte. Wenn diese steif ist, streicht man eine dünne Schichte von der Sauce darauf, dann eine Lage Fisch, nachher wieder Gallerte. Ist diese fest geworden, so wiederholt man das gleiche Verfahren, bis die Form voll ist. Vor dem Stürzen hält man sie einige Augenblicke in kochendes Wasser.

11. Zander.

Der Zander (Sander, Sandart, A Maul) kommt namentlich in der Donau und Elbe vor und wird so groß wie der Hecht. Das Fleisch ist weiß und sehr wohlschmeckend, am besten aber von September bis Februar. Kleinere Zander kann man auch mit Salz, Essig und Öl roh essen. (Laichzeit April und Mai.)

a. Zander blau abgekocht.

Der Zander wird wie alle Fische, welche man blau kochen will, nicht geschuppt, sondern nur ausgenommen, gewaschen, mit kaltem Essig übergossen und $\frac{1}{2}$ Stunde verdeckt stehen gelassen, wodurch er blau wird. Man setzt ihn nun in starkem Salzwasser kalt zu, schäumt beim Aufwallen ab und kocht ihn so lange, bis er gar ist.

Beim Anrichten verziert man die Platte mit Petersilie und Salzkartoffeln und gibt zerlassene Butter mit feingehackten gekochten Eigelb, oder auch Mayonaisen-, Sardellen- oder Champignonsauce dazu.

b. Mayonaise von Zander.

Nachdem der Zander wie oben gekocht ist, wird die Haut samt Schuppen abgenommen, der Fisch dann entgrätet, in Stücke geteilt und, wenn er erkaltet ist, mit Mayonaisensauce angerührt. Die Mayonaise garniert man mit Zitronenscheiben, Endivien- oder grünen Salatblättern und mit hartgekochten zerschnittenen Eiern.

c. Salat von Zander.

Alle Reste von feinen Fischen, wie Zander, Hecht, Lachs und Schellfisch eignen sich sowohl zu Fischsalat wie zu Mayonaisen. Die Fischreste werden in den kalten Fischsud gelegt bis zum Gebrauche, damit sie nicht austrocknen. Einige Stunden vor dem Anrichten begießt man die Fleischstückchen mit Remouladensauce so, daß diese gut durchziehen kann.

12. Blaufelchen.

Die Blaufelchen heißen, wenn sie einige Jahre alt sind, Gangfische, später nur Felchen. Sie kommen im Bodensee und einigen Schweizerseen vor. (Reichzeit Ende November, Hauptfang im Hochsommer.)

Die Gangfische werden gesalzen und geräuchert in den Handel gebracht. Der gut geräucherte Gangfisch ist der feinste von allen geräucherten Fischen. Sein Kogen gilt als Delikatesse, sonst ist das Fleisch der Milchner saftiger als das der Rogner.

Zubereitung der Felchen.

Die Felchen werden geschuppt, innen und außen rein gewaschen und stark mit Salz eingerieben. Sodann macht man auf den Seiten kleine Einschnitte, legt zusammen-

gerollte Salbeiblätter hinein, kehrt die Fische in zerlassener Butter um und bratet sie auf dem Roste oder in einer Pfanne goldgelb, doch so, daß sie durchgebraten werden. Beim Anrichten legt man sie auf eine Platte, drückt Zitronensaft darüber und garniert sie mit Zitronenscheiben.

Der Felchen kann auch in einem Fischsude weich gekocht und mit jeder beliebigen warmen oder kalten Sauce, wie zu Salmen, serviert werden.

13. Schleie.

Die Schleie hat zwar Schuppen, ist aber sonst glatt wie der Aal, das Fleisch zart und wohlschmeckend, aber schwer verdaulich. Die Schleien können das ganze Jahr genossen werden, doch sind sie am besten in den kalten Monaten. (Laichzeit Juni.)

Zubereitung der Schleie.

Bei der Zubereitung wird die Schleie behandelt wie Aal und Barsch. Um Schleim und Schuppen gut entfernen zu können, brüht man die Fische mit heißem Wasser ab, nimmt sie aus und kocht sie langsam 20—25 Minuten in einem gut gesalzenen Fischsude. Sie können mit jeder beliebigen Sauce serviert werden.

14. Barsch.

Der Barsch (Hürling, Kräzer, Egli, Bärchling und Rechling) hat ein sehr zähes Leben und wird in nassem Moose oft weithin versandt. (Laichzeit März bis Mai.)

Die Zubereitung ist wie bei jeder andern Fischart.

15. Weller.

Der Weller (Wels) ist der größte Süßwasserfisch. Sein Fleisch ist verhältnismäßig zart und wohlschmeckend, sollte aber im Mai und Juni nicht genossen werden.

Die Zubereitung ist wieder wie bei den andern Fischarten.

16. Aal.

1. Der Aal ist während des ganzen Jahres genießbar. Er besitzt ein zartes, weißes, wohlgeschmeckendes, aber wegen seiner Fettigkeit schwer verdauliches Fleisch.

2. Der Aal hat die Eigenschaft, daß er schwer zu töten ist. Am sichersten ist folgende Art: man legt den Fisch in ein tiefes großes Gefäß, gefüllt mit $\frac{1}{2}$ l Weineßig und 250 g Kochsalz. Man deckt das Gefäß zu und beschwert den Deckel, nach einigen Minuten kann man alsdann den Aal tot herausnehmen.

3. Um den Aal zu enthäuten, zieht man bei großen Fischen rings um die Brustflossen die Haut ein, hängt den Aal an einem Haken auf und streift nun die Haut mittelst Salz und einem Luche bis zum Schwanz ab. Um die zweite Haut abziehen, halte man den Fisch über glühende Kohlen und drehe ihn um, bis die Haut springt, worauf sie sich abstreifen läßt.

a. Aal blau gekocht.

Nachdem der Aal gereinigt, aber nicht gehäutet ist, teilt man ihn der Länge nach in 2 Hälften und diese wieder in 2—3 Stücke. So zubereitet übergießt man das Fleisch mit heißgemachtem Essig und läßt es eine Zeitlang stehen. Nun wird mit Wasser, Salz, ein wenig Essig, einigen Zitronenscheiben, Schalotten, Salbei, Thymian, Estragon, Lorbeerblatt, Pfeffer, Gewürznelken und etwas Butter ein Sud bereitet, der Aal in den heißen Sud gegeben und 10—15 Minuten gekocht. Man richtet ihn auf eine erwärmte Platte an, garniert den Rand mit Petersilie und Zitronenscheiben und gibt ihn mit Kartoffeln, zerlassener Butter und Senf zu Tisch. Dazu kann auch noch eine Kapern- oder Zitronensauce serviert werden.

b. Aal in Reb- oder Salbeiblättern.

Nachdem der Aal gereinigt ist, schneidet man ihn in gleich große Stücke, salzt sie gut ein, legt zu jedem Stücke $\frac{1}{2}$ Lorbeerblatt und 1 Zitronenscheibe, wickelt es in kleine Salbeiblätter oder in ein Rebblatt und umwindet es mit

einem Bindfaden. Hierauf werden die Stücke mit Butter oder Öl bestrichen und in einem heißen Ofen während $\frac{3}{4}$ Stunden gebraten. Nachher löst man die Umhüllung und gibt das Fleisch mit Kapern-, Austern- oder Tomatensauce zu Tische. Man kann übrigens den Kal auch ohne Sauce mit Zitronensaft beträufelt zu Tische geben.

e. Kal mit Rotweinsauce.

Der Kal wird gereinigt, in passende Stücke geschnitten, mit Salz bestreut und 1 Stunde liegen gelassen. Man gibt man die Stücke in so viel siedenden Rotwein, daß sie davon bedeckt werden. Sobald sie weich sind, nimmt man sie heraus und stellt sie mit einem feuchten Tuche bedeckt zur Wärme, den Weinsud aber läßt man bis auf weniges einkochen. Zur Sauce röstet man Mehl in 150 g Butter hellgelb, löscht diese mit der Fischbrühe ab, bis sie ziemlich dünn ist, läßt sie dann $\frac{1}{4}$ Stunde kochen, gibt Zitronensaft und etwas Essig bei und gießt diese Sauce über die angerichteten Fischstücke oder serviert sie dazu in einer besondern Sauciere.

d. Kal in Gallerte.

Der ungehäutete Kal wird in Stücke geschnitten und mit heißem Essig übergossen. Hierauf kocht man ihn in Wasser mit Essig, Salz, Zwiebeln und Gewürzen weich. Etwa die Hälfte der Brühe wird zu der Gallerte verwendet, indem man sie, wenn sie durchgeseiht und erkaltet ist, gut entfettet, dann in Wasser aufgelöste weiße Gelatine nebst Zitronensaft dazu gibt und mit 2 frischen Eiweiß über dem Feuer klärt. Bevor die Brühe anfängt zu kochen oder sobald weiße Flocken aufsteigen, nimmt man sie vom Feuer und seiht sie nochmals durch. Ist die Gallerte etwas erkaltet, so bedeckt man damit den Boden einer Form, legt darauf, sobald sie sich erstarrt zeigt, eine Schichte hartgekochte Eierscheiben, ausgestochene Rüben,

Gurkenscheiben u. dgl., auch Krebschwänze, wenn solche zur Verfügung stehen, und übergießt diese Schichte wieder mit Gallerte. Ist diese fest geworden, so legt man die erkalteten Kalstücke hinein und füllt die Form vollends mit Gallerte auf. Man serviert diese Gallerte mit Essig und Öl oder mit einer Remouladensauce.

II. Meerfische.

1. Kabeljau, Dorich und Schellfisch.

Der Kabeljau, der am besten ist von Anfang Oktober bis Januar, sowie während des April und Mai, hat ein weißes, blätteriges, mäßig fettes und leicht verdauliches Fleisch, das sehr viel Eiweiß enthält, für Kranke aber dennoch nicht zu empfehlen ist.

Man verwertet diesen Fisch in verschiedenen Formen und unter verschiedenen Namen. Frisch heißt er Kabeljau, eingezalzen Laberdan oder Mollefish, gesalzen und an der Sonne getrocknet Stockfisch. Außer dem Kabeljau kommt übrigens auch der Dorich und Schellfisch unter dem Namen „Stockfisch“ in den Handel.

Ein Stockfisch mit rötlichen auffallend weichen Flecken und mit Schimmel ist gesundheitsschädlich. Aus diesem Grunde ist anzuraten, keine gewässerten Stockfische zu kaufen. Durch das Wässern im Kaltwasser nämlich verlieren sie den fauligen Geruch, sie verlieren aber auch die Merkmale, an denen man erkennen kann, ob sie gut oder verdorben sind.

Wie der Stockfisch wird auch der Schellfisch der Gesundheit nachteilig, wenn er nicht mehr ganz frisch ist, was man an den weichen und bleichen Flossen erkennt.

a. Gefochter Kabeljau.

Nachdem der Fisch geschuppt und gewaschen ist, wird er 1—2 Stunden gewässert. Man bestreut ihn dann mit Salz, worauf er vor dem Kochen noch 1 Stunde liegen bleibt. Damit sich der strenge Geruch verliere, läßt man den Fisch in kochendem Wasser mit Salz, Zwiebeln und Gewürz unverdeckt kochen. Sobald er weich ist, zieht man

ihn vom Feuer zurück und läßt ihn noch einige Zeit ziehen. Beim Anrichten wird er mit Petersilie verziert und mit brauner Butter- oder Remouladen Sauce serviert. Das Beste am Kabeljau ist das Schwanzstück oder der Schweifel.

b. Laberdan.

Der Laberdan muß, je nachdem er gesalzen ist, 6—8 Stunden gewässert werden. Vor dem Kochen wird er dann noch geklopft und in längliche Stücke geschnitten, die nochmals gewässert werden. Über das Feuer kommt er mit kaltem Wasser; sobald das Wasser kochen will, gibt man ein Stück Butter dazu und läßt den Fisch 2—3 Stunden zugedeckt ziehen. Man serviert ihn mit Petersilie-, Senf- oder brauner Butter Sauce.

c. Stockfische zu wässern.

Frischer Stockfisch ist gelblich, glatt und schwer, alter Stockfisch hat eine bräunliche Farbe und ist leicht. Zum Wässern der Stockfische muß möglichst frisches Regenwasser genommen werden, in welchem etwas Kalk abgelöscht ist. Ohne Regenwasser ist kein wirklich guter, milder und doch kräftiger Stockfisch zu erhalten. Der Stockfisch wird zuerst einige Stunden in das Wasser gelegt, damit er etwas aufweiche und beim Klopfen nicht zersplittere. Alsdann klopft man ihn so lange, bis er anfängt blätterig zu werden, schneidet ihn in 4—5 Stücke und legt ihn in einen tiefen Topf. Über diesen stellt man ein Körbchen oder einen Seiher, legt auf das Körbchen oder den Seiher ein Tuch mit einigen Händen voll Holz asche oder Soda, und schüttet darüber kaltes Regenwasser, bis es über dem Fisch zusammengeht. (Statt Nischenlauge kann auch aufgelöste Pottasche verwendet werden und zwar 50 g auf 1 kg Fische.) Der Fisch bleibt 48 Stunden in der Lauge liegen, worauf diese abgeschüttet wird, während man über

den Fisch 3 Tage lang jeden Tag 2 mal frisches Wasser gießt und zwar wieder womöglich Regenwasser.

d. Kochen des Stockfisches.

Der Stockfisch wird in kaltem Wasser auf ein nicht zu starkes Feuer gestellt, wo man ihn nur bis vor das Kochen kommen und dann an der Seite des Herdes bloß noch ziehen läßt. Gut ist es, dem Fleische einige ausgeglühte Holzkohlen beizugeben, weil diese den unangenehmen Geruch anziehen. Der Fisch wird hierauf in eine tiefe Platte angerichtet, mit feinem Salz bestreut und reichlich mit heißem Fette begossen, in welchem Zwiebelscheiben gelb geröstet wurden, die dann zierlich über die Stockfische zu legen sind.

Eine andere Art ist: Man nimmt gewässerten Stockfisch, tut Haut und Gräte davon, legt eine Serviette auseinander, legt in die Mitte derselben den Stockfisch, faltet die Serviette zusammen und bindet sie wie bei einem Budding, setzt dann den Fisch in kaltem Wasser und Milch zum Feuer. Er darf aber nicht kochen, weil das Kochen ihn hart machen würde, sondern nur ganz langsam ziehen, bis er nicht mehr schäumt. Ist dies geschehen, so wird er aus dem Wasser genommen, gut abgetrocknet, die Serviette wird aufgebunden und der Fisch so wie ein Budding auf die Platte angerichtet, mit etwas Pfeffer und Salz bestreut und mit Butter, in welcher man Zwiebeln gelb werden läßt, abgeschmelzt. Es kann auch eine gute Butter Sauce besonders dazu gegeben werden.

e. Gefüllter Stockfisch.

Man legt die schönsten Stücke von gekochtem Stockfisch auf die Seite, die anderen Stücke werden fein verwiegt, ebenso Schalotten, Petersilie und Thymian. Nachdem diese in Butter gedämpft, wird der verwiegte Stockfisch dazu

gegeben und noch ein wenig gedämpft, worauf etwas geriebenes Weißbrot und einige Eier nebst Salz und Pfeffer beigemischt wird. Eine Platte, die man auf den Tisch geben kann, oder eine Blechform wird mit Butter gut ausgestrichen, die Hälfte der zubereiteten Füllung darauf getan, dann kommen die Stockfischstücke, die mit frischer zerlassener Butter übergossen werden. Darauf kommt die andere Hälfte der Füllung wieder mit einem Gusse zerlassener Butter. Es wird dann noch etwas geriebenes Brot darüber gestreut, das Ganze gelb gebraten und dann gleich zu Tisch gegeben.

f. Dorsch.

Der Dorsch hat ein sehr feines, zartes, wohlschmeckendes Fleisch und wird von Oktober bis April gegessen. Das Kochen geschieht in einem beliebigen Fischsude. Er darf darin aber nur 15—20 Minuten ziehen, bis das Fleisch sich von den Gräten löst. Von den Eingeweiden wird die Leber als Speise verwendet und gilt als Delikatesse. Kleine Dorsche können gebacken werden.

g. Schellfisch.

Der Schellfisch wird geschuppt, gut gewaschen und in Salzwasser und Milch abgekocht. Wenn einige Walle darüber gegangen sind, wird der Fisch vom Feuer gestellt und nachdem etwas frisches Wasser dazu geschüttet wurde, bis zum Anrichten stehen gelassen. Man verwiegt ziemlich viel Petersilie recht fein, dünstet sie ein wenig in frisch ausgefottener Butter, so daß die Butter schön grün wird. Ist dies geschehen, so tut man noch so viel ausgefottene Butter dazu, als man für nötig findet, läßt sie aber nicht zu heiß werden, weil sonst die Petersilie darin verbrennt und ihre grüne Farbe verliert. Kleine englische Kartoffeln werden in Salzwasser so gekocht, daß sie zwar recht weich werden, aber doch ganz bleiben. Der Schellfisch wird nun

in eine auf einer Platte zierlich gefaltete Serviette gebracht, die Kartoffeln werden aus dem Wasser genommen und wenn sie gut abgelauten sind, auch in eine Serviette oder bloß auf die Platte angerichtet, während die grüne Butter samt der Petersilie in eine Sauciere kommt. Man bereitet noch eine holländische Sauce, worauf der Schellfisch mit Kartoffeln, grüner Butter und Sauce aufgetragen wird.

h. Schellfischkoteletten.

Schellfische werden geschabt, mit eingeweichem Brote unter Zugabe von Salz und Pfeffer und feinverwiegten Zwiebeln verarbeitet und in Eier, Rahm und hernach in Gipfelmehl getaucht. Dann werden Selleriewurzeln zu länglichen Stücken geschnitten und anstatt der Beine in die Kotelette gesteckt, worauf man diese im Fette backt.

2. Steinbutt, Scholle und Seezunge.

Steinbutt oder Turbot ist der am meisten geschätzte Fisch unter den Plattfischen und am wohlschmeckendsten in den Monaten April bis September. Die Haut der Oberseite hat steinharte Knöchelchen, die man ausschneidet. Beim Ausnehmen wird der Fisch hinter dem Kopfe geöffnet.

Scholle, Platteis oder Goldbutt, hat sehr zarte Schuppen und gutes Fleisch. Genießbar ist er in den gleichen Monaten wie Steinbutte. Seine Haut ist mit kleinen und größeren rotgelben Flecken besetzt.

Flunder kommt wie Schollen meist gesalzen und getrocknet in den Handel. Die Oberseite der Haut hat körnige Hautknötchen.

Seezunge oder Sole ist sehr wohlschmeckend und leicht verdaulich, am besten aber von April bis September. Auf der einen Seite hat er eine graue, auf der andern eine weiße Haut und ist ringsum mit Flossen besetzt, die man samt einem Teil des Schwanzes mit einer Schere abschneidet, worauf die Haut abgezogen wird. Beim Ausnehmen öffnet man den Fisch auf beiden Seiten den dort befindlichen blauen Streifen entlang; der Kopf wird schräg abgeschnitten.

a. Gefochter Steinbutt.

Nachdem man die schwarzen Steine ausgeschnitten hat, mit denen die Haut des Steinbutt besetzt ist, legt man den Fisch $\frac{1}{2}$ Stunde in kaltes Wasser und darnach ebenso lang in frisches Salzwasser. Zum Kochen bringt man ihn entweder in einen Fischkessel mit Seiher oder bindet ihn in eine Serviette, gibt Wasser und Milch mit reichlich Salz daran und läßt ihn 15—20 Minuten kochen. Man kann ihn auch in einem Fischsude von halb Wein, halb Fleischbrühe nebst etwas Essig wie bei Seezunge beisehen. Das Servieren geschieht mit Krebs-, Austern-, Trüffel-, oder Mayonaisesauce.

b. Gebackener Steinbutt.

Man zieht die schwarze Haut ab, wobei man am Schwanz beginnt, macht mit einem scharfen Messer Einschnitte in den Fisch und marinirt ihn einige Stunden mit Wasser, Salz, feinen Kräutern und gestoßenem Gewürze. Eine Pfanne belegt man mit Speckscheiben, legt den Fisch hinein und zwar die gehäutete Seite nach oben, bestreut ihn mit geriebenem Brot, gibt etwas Butter und Marinade bei und backt ihn in heißem Ofen gelbbraun. Er wird mit holländischer Sauce serviert, die mit Kapern vermischt ist.

c. Scholle.

Nachdem man die dunkle Haut abgezogen, legt man die Fische mehrere Stunden in das Wasser, das man öfters erneuert, trocknet sie dann ab, salzt sie ein und läßt sie 1—2 Stunden stehen. Auf das Feuer werden sie mit lauwarmem Wasser gestellt, läßt sie darin $\frac{1}{2}$ Stunde ziehen, schüttet dann das Wasser ab und übergießt sie mit kochendem Wasser, worin sie wieder $\frac{1}{2}$ Stunde ziehen müssen. Man serviert sie möglichst trocken und gibt junge Gemüse dazu.

d. Sol oder Seezunge.

Nachdem man den Fischen auf beiden Seiten einige Einschnitte gemacht hat, salzt man sie und legt sie auf ein mit Butter bestrichenes Bratblech. Hierauf dämpft man etwas Schalotten, Petersilie, Champignons, Trüffel und Sardellen, alles fein zerschnitten, in Butter, vermischt es mit etwas brauner Sauce, gießt es zusammen über die Fische, streut ein bißchen geriebenes Brot darüber, deckt ein mit Öl bestrichenes Papier darauf und macht die Fische im Ofen fertig.

e. Seezungenfilets.

Die gereinigte Seezunge schneidet man in 4 Teile, entgrätet und marinirt sie in Zitronensaft und Salz. Hierauf paniert man sie in Ei und geriebenem Brot und bratet sie in heißer Butter hellbraun. Sie können mit einer warmen Sauce oder mit Kopfsalat serviert werden.

f. Gerollte Seezunge.

Nachdem der Fisch gereinigt und gut abgetrocknet ist, wird er in 4 Streifen geteilt, wovon die Spitzen abgeschnitten werden, sodann entgrätet und auf beiden Seiten mit Salz eingerieben. Nun hackt man 60 g gereinigte Anchovis (eine Art kleine Sardellen) fein, schneidet die abgeschnittenen Spitzen der Seezunge in kleine Stückchen und vermischt einige Schalotten und etwas Petersilie. Die Schalotten werden zuerst in 50 g süßer Butter hellgelb geröstet, dann gibt man die Petersilie bei nebst 2 Eßlöffel voll gehackter Champignons und endlich die Sardellen und Fischstückchen mit Pfeffer, Salz und dem Saft von 2 Zitronen. Nachher läßt man die so bereitete Füllung erkalten. Nun werden die Streifen der Seezunge abgerieben und mit Pfeffer bestreut. Die Füllung wird sodann auf die Streifen verteilt und glatt gestrichen, worauf diese

gerollt und in weißes Papier gewickelt werden. Man gibt sie nun einige Minuten in einen Sud von halb Wasser und halb Fleischbrühe nebst etwas Essig, Gewürz und ziemlich Salz und läßt sie zugedeckt $\frac{1}{4}$ Stunde ziehen. Beim Anrichten entfernt man das Papier, richtet die Fischrollen stehend an und übergießt sie mit einer Sardellen- oder Champignonsauce.

3. Stör.

Der junge Stör, der Sterlet heißt, hat ein zartes Fleisch, während das Fleisch des ausgewachsenen Fisches, der den eigentlichen Namen „Stör“ hat, weniger gut ist. (Laichzeit von April bis Juni.) Der gefalgene Kogen der Störe und Sterlet nennt man Kaviar, der für viele als Delikatesse gilt.

Beim Zurichten schneidet man dem Stör zuerst die Knorpeln aus, welche er reihenweise am Rückgrat hat. Im übrigen wird er wie Salm ausgenommen. Beim Kochen setzt man den Fisch mit Salzwasser und Brennesseln auf das Feuer und läßt ihn $\frac{1}{2}$ Stunde kochen. Jetzt erst gibt man ihn noch 1 Stunde in heißen Fischsud. Wenn er anfängt Risse zu bekommen, läßt man ihn noch $\frac{1}{2}$ Stunde zugedeckt im Dampfe stehen, worauf er angerichtet wird.

a. Gefochter Stör.

Um das Fleisch des Störs mürbe zu machen, schlägt man den Fisch, nachdem er ausgenommen ist, in ein Tuch und legt ihn 2 Tage in den Keller. Hierauf reibt man ihn mit Salz ab, wäscht ihn sauber, bringt ihn mit kaltem Wasser aufs Feuer und schäumt ihn sorgfältig ab. Hernach gibt man ihn in einen frischen kochenden Sud mit Zwiebeln, Lorbeerblättern, Pfeffer, Nelken, Thymian und Salbei und läßt ihn 1 Stunde langsam kochen. Nachdem das Fett gut abgeschöpft ist, wird er gesalzen, worauf man ihn noch einige Zeit im Fischwasser ziehen läßt. Angerichtet wird er mit Butter-, Senf- oder Petersilien-sauce. Etwaige Ueberbleibsel kann man mehrere Tage unter Beigabe von etwas Essig in der Brühe aufbewahren.

b. Kaviar.

Der Kaviar, der gesalzene Rogen des Stör, gilt nicht nur als Delikatesse, sondern hat auch einen sehr bedeutenden Nährwert. Guter Kaviar ist grobkörnig, dunkelgrün und möglichst frei von weißen, schleimigen Bestandteilen. Die einzelnen Körner müssen glasartig erscheinen und dürfen nicht ausgetrocknet sein. Da der Kaviar nur seinen vollen Wohlgeschmack hat, wenn er vollständig kalt ist, so wird er gewöhnlich mit einem Untersatz von Eis serviert.

4. Heringe, Anchovis, Sardellen.

Die Fangzeit der Heringe ist in Holland gesetzlich geregelt und dauert vom 12. Juni bis 25. Januar. Die in der ersten Zeit gefangenen Fische haben weder Milch noch Rogen, aber sehr saftiges Fleisch und heißen Matjes-Heringe, während die Heringe in der späteren Entwicklung Vollheringe genannt werden. Alte dünne Heringe sind meistens ungesund und können sogar Fischgift enthalten. Geräucherte Heringe nennt man Bücklinge.

Anchovis ist eine feinere Sorte von Sardellen, die gewöhnlich in einer rötlichen Salzlake oder in Büchsen in Öl eingemacht in den Handel kommen. Gute, frische Anchovis erkennt man daran, daß sie fest, außen weiß und innen rötlich sind.

a. Gesalzene Heringe.

Gesalzene Heringe werden gut gewässert oder 2 Tage in Milch gelegt, um das Salz herauszuziehen, am 2. Tage muß aber die Milch erneuert werden. Nachdem sie ausgenommen sind, wird jeder einzelne geklopft, der Kopf abgeschnitten und die Haut abgezogen. Nun spaltet man die Fische in 2 Teile oder zerschneidet sie in Stücke und entgrätet sie. Milchner werden dem Fleische beigelegt, dagegen Rogen kann nicht verwendet werden. So zubereitet serviert man die Heringe mit etwas Essig und Öl, sowie mit reichlichen in Scheiben geschnittenen Zwiebeln. Es können auch noch Kartoffeln in der Schale mit frischer Butter beigegeben werden.

Will man die Heringe backen, so legt man sie, nachdem sie aus der Milch genommen, gereinigt und abge-

trocknet sind, $\frac{1}{4}$ Stunde in Wein, trocknet sie wieder ab und paniert sie mit Mehl oder geriebenem Brote.

b. Marinierte Häringe.

Die gefalzenen Häringe werden, nachdem man sie entgrätet und ihnen den Kopf weggeschnitten hat, halbiert in ein weites Glas gebracht. Hierauf kocht man guten Weinessig oder Wein mit Essig nebst geschnittenen Zwiebeln, Nelken, Gelbrüben und Pfefferkörnern und gießt den Sud über die Häringe, die nun einige Wochen an einen kühlen Ort gestellt werden.

c. Häringssalat.

Die gereinigten Häringe werden in längliche Stückchen oder in Würfel geschnitten. Von 2 Eilchnern wird unter Beigabe von Essig und Öl eine Mayonaise bereitet und mit den Häringstückchen nebst 1—2 Löffel voll Kapern, 2 Löffel voll geschnittenen Zwiebeln und etwas schwarzem Pfeffer gut vermischt.

d. Häringbutter.

Die gewässerten und rein gepuzten Häringe werden gespalten und entgrätet. Hierauf schneidet man das Fleisch in Stücke, verwiegt sie gut und mengt so viel frische Butter darunter wie Häringe. Die Masse wird nun auf dünne Brotschnitten gestrichen in der Weise, daß immer zwei Schnitten aufeinander gelegt werden.

Die Speise kann man als Abendbrot zum Bier oder an Fasttagen als Abendessen geben.

e. Sardellenbutter.

Die gereinigten und gewaschenen Sardellen werden in Stücke geschnitten, mit gleich viel süßem Butter und mit etwas Pfeffer durch ein Haarsieb getrieben und dann gut miteinander vermengt. Man verwendet die Sardellenbutter zu Beefsteaks, Sardellenbrötchen u. dgl.

