

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Kochbuch für den Junker + Ruh-Gasherd**

**Junker & Ruh AG <Karlsruhe>**

**Karlsruhe, [ca. 1956]**

Die Zubereitung von Fisch

**urn:nbn:de:bsz:31-56671**



## Die Zubereitung von Fisch


Der Junker & Ruh-Bratofen dient aber nicht nur zur Herstellung erstklassiger Braten und leckeren Geflügels, er ermöglicht auch die Zubereitung außerordentlich schmackhafter und ansehnlicher Fischgerichte.

### Allgemeine Hinweise für Dünstfisch:

Der gesäuberte Fisch wird mit Salz eingerieben und zur Festigung des Fischfleisches mit verdünntem Essig oder mit Zitronensaft beträufelt und auf eine leicht eingefettete Porzellanplatte gelegt und dann mit Tomaten-, Speck- oder Zitronenscheiben, mit Zwiebelringen oder anderem garniert.

### Flammenstellung:

Nach entsprechendem Entzünden der Brenner wird das Traggitter mit der Platte oder die Bratschüssel mit dem Fisch in die Mitte des unvorgeheizten Brautraumes eingeschoben.

Flamme:  $\frac{1}{2}$  groß in Backstellung (waagrecht) 


### Garzeit:

Sie beträgt je nach Dicke des Fisches 30—40 Minuten. Der Fisch ist gar, sobald sich am Rückgrat das Fleisch löst. — Zu diesem „Fisch im eigenen Saft“ mundet vorzüglich Petersilien-, Senf- oder gemischte Kräutersoße.

### Gegrillter Fisch:

Ein Schellfisch von  $1\frac{1}{2}$  kg (Schwanzstück), 1 Zitrone, Senf, Speckstreifen, 1—2 Eßlöffel geriebener Käse, Butterflocken, Zwiebelringe, Tomatenscheiben, Petersilie — saure Milch, Sahne oder Buttermilch, oder auch etwas Weißwein, Mehl zum Andicken.

Der geschuppte, innen und außen gereinigte Fisch wird abgetrocknet, mit Salz eingerieben, mit Zitrone beträufelt und auf den mit Fett bepinselten Rost der Grillpfanne gesetzt. Danach wird er mit Senf bestrichen, mit Speckstreifen belegt und mit dem geriebenen Käse bestreut.

Man gibt Butterflocken und Tomatenscheiben darauf und schiebt auf der 2. Einschiebeleiste von unten bei  $\frac{1}{2}$  großer Flamme und Bratstellung  (senkrecht) ein. Nach 30 Minuten begießen. Den Inhalt der Grillpfanne gut abschmecken und mit dem Fisch zu Tisch geben.

### **Heringsröllchen:**

Zutaten: 1—1,5 kg frische grüne Heringsfilets, Zitronen- oder Essigwasser, Salz, Senf, ca. 1/2 Liter sehr dicke Tomatensoße.

Zubereitung: Die Filets dünn mit Senf bestreichen, aufrollen und senkrecht in eine ausgefettete Auflaufform stellen, mit der dicken Tomatensoße übergießen, mit geriebenem Käse bestreuen, mit einem Deckel verschließen und im Backofen mit „Backstellung“  garen.

2. Einschleibeiste von unten — 1/2 große Flamme — ca. 30—40 Minuten Garzeit.

## **DAS BACKEN**

Die „schwenkbaren Sägefischbrenner“ in Verbindung mit der sonstigen Backofenkonstruktion sind die wichtigste technische Voraussetzung für die gleichmäßige Wärmeverteilung und deren wirtschaftliche Ausnutzung.

Diesen technischen Voraussetzungen gesellt sich die erprobte Backpraxis zu, so daß unter Beachtung der Hinweise das Gelingen einer jeden Gebäckart im Junker & Ruh-Backofen eine Selbstverständlichkeit ist.

### **Allgemeines:**

Wichtig für ein gutes Backergebnis sind folgende Hinweise:

1. Vor dem Verarbeiten des gewünschten Rezeptes die vorangestellte allgemeine Erklärung der betreffenden Teigart genau durchlesen.
2. Alle Zutaten entsprechend den ausprobierten Rezepten genau abwiegen.
3. Die Kuchenformen und -bleche pfleglich behandeln; jeweils nach Gebrauch sauber abwaschen und vor Gebrauch gleichmäßig mit zerlassenem Fett auspinseln. — Es empfiehlt sich, von Zeit zu Zeit die Formen mit zerlassenem Bienenwachs mit Hilfe eines Tuches gleichmäßig mit einer Grundfettschicht zu versehen und dann von Fall zu Fall — wie oben angeführt — mit Fett einzupinseln, damit sich das fertige Gebäck gut löst.
4. Die Backzeit versteht sich in den Rezepten ohne Vorheizen. Es muß darauf hingewiesen werden, daß durch die örtlich unterschiedlichen Gasverhältnisse eine Verringerung bzw. Verlängerung der angegebenen Backzeiten möglich sein kann.

Das selbständige, verlässliche Arbeiten des Backofens macht jedoch ein Prüfen des Gebäcks vor Ablauf von 2/3 der Backzeit überflüssig.