

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Kräftig, schmackhaft, billig**

**Haarbeck, Lina**

**Berlin, 1914**

e) Fische

[urn:nbn:de:bsz:31-294694](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294694)

Blut ruhig weg. In dieser Brühe wird dann das Fleisch weich gefocht. Man decke es dabei gut zu.

Ist die Tunke noch zu dicklich, dann verdünne man mit Wasser. Sie muß aber beim Anrichten schön sämig sein und recht würzig süßsauer schmecken. Es werden gefochte Kartoffeln dazu gegessen.

### e) Fische.

Für den einfachen Tisch kommen gewöhnlich von Fischen nur Schellfisch, Hering und Stockfisch in Betracht. Sie sind alle drei gesund und nahrhaft, besonders der Hering ist für den armen Mann ein ganz besonders billiger, schmack- und nahrhafter Schmaus.

Frische Fische erkennt man an den lebhaft roten Kiemen und den glänzenden Augen; auch müssen sie sich fest und steif, nicht welk und weich anfühlen. Die Fische werden geschuppt, ausgenommen und gut gewaschen, aber nicht längere Zeit ins Wasser gelegt. Fische werden meistens in heißes Salzwasser gegeben und nur kurze Zeit darin belassen; darum brauchen sie verhältnismäßig viel Salz. Sie sind gar, wenn die Flossen sich durch leichtes Ziehen loslösen. Nur große Flußfische und ganze Seefische stellt man mit kaltem Wasser auf.

Schüsseln sowohl wie Teller müssen bei Fisch immer gut erwärmt werden; denn er schmeckt nicht, wenn er kalt ist.

**1. Badfische.** Weißfische, Forellen, Hechte usw. werden geschuppt, ausgenommen, mit Salz eingerieben und mit wenig Pfeffer bestreut. Nach etwa 10 Minuten schon kann man sie abtrocknen. Sie werden zuerst in Mehl, dann in Ei und Reibbrot gewälzt und in heißem Fett schön knusperig gebacken. *Beilagen:* Buttertunke oder auch ein saftiger Kartoffelsalat.

**2. Heringe, frische,** zu braten. 5—6 Heringe werden geschuppt, ausgenommen, gewaschen und innen wie außen mit etwa einem Eßlöffel voll Salz und einer

Prise Pfeffer bestreut. So läßt man sie ungefähr eine Stunde liegen. Nun bräunt man einen Eßlöffel voll Fett mit einer in vier Teile geschnittenen Zwiebel in einer großen Pfanne, dreht die Heringe in Mehl um und backt sie auf beiden Seiten schön gelb. Das Feuer darf jedoch nicht zu stark sein, sonst werden sie außen schwarz und bleiben innen ungar. Beilagen: Kartoffeln mit Senfstunke oder mit grünem Salat, aber auch Kartoffelsalat.

**3. Heringe, marinierte.** 10 bis 12 Heringe werden 24 Stunden gewässert und dann gepuht, d. h. man schuppt sie, schneidet Kopf und Schwanz ab, zerlegt sie der Länge nach in 2 Teile und entfernt, so viel es geht, die Gräten jedoch so, daß nichts vom Fleisch verloren geht. Die so vorbereiteten Heringe werden mit den Milch in einen Steintopf gelegt. Nun schneide man 2—3 mittelgroße Zwiebeln in Scheiben, zerplücke zwei Lorbeerblätter und koche dies in schwach  $\frac{1}{2}$  Liter Essig, dem man soviel Wasser zusetzt, daß er nicht mehr allzu sauer schmeckt, mit 10 Pfefferkörnern, einem Kaffeelöffel voll Senf und 2 Stückchen Zucker nur ganz kurz auf. Wenn die Flüssigkeit erkaltet ist, dann gießt man alles über die Heringe und deckt sie gut zu. Nach 3 Tagen schmecken sie am besten. Beilagen: Kartoffeln in der Schale mit Butter, Salzkartoffeln oder einfach Brot mit und ohne Butter.

**4. Schellfisch zu kochen.** 2—3 Pfund Schellfisch werden gut geschuppt und ausgenommen. Unterdessen bringt man 3—4 Liter Wasser zum Kochen, würzt dieses mit zwei Händen voll Salz und einer mittelgroßen, durchschnittenen Zwiebel. Da hinein legt man den Fisch, läßt das Wasser ganz kurz nur eben wieder aufkochen und stellt es an eine heiße Herdstelle, wo der Fisch etwa 20 Minuten nur noch zieht, nicht mehr kocht. Nun wird er auf eine heiße Schüssel gelegt und mit gekochten Kartoffeln auf verschiedene Weise aufgetragen.

1. Man bräunt in einem großen Löffel heißem Fett eine halbe, in Würfel geschnittene Zwiebel und übergießt damit den Fisch.

2. Man gibt 3—4 Eßlöffel voll zerlassene Butter dazu. Viele lieben auch Senf dabei.

3. Man bereitet eine Butter- oder Senfstunke.

Ganz genau ebenso zubereiten kann man so ziemlich alle am einfachen Tisch vorkommenden Fische wie Karpfen, Hecht, Schleie usw.

5. **Stodfisch.** Gut gewässerter Stodfisch wird mit warmem Wasser, dem man etwas Essig zusetzen kann, aufs Feuer gebracht. Sobald er kocht, stellt man ihn zur Seite, damit er nur noch ziehen kann, bis er gar ist, was etwa  $\frac{1}{2}$  Stunde Zeit erfordert. Kurz vor dem Anrichten salze man sehr reichlich. Beim Anrichten nehme man die Stücke sorgfältig mit dem Schaumlöffel heraus, lege sie hübsch auf eine heiße Schüssel und bestreue sie mit wenig Salz. Zwiebelscheiben, die man während des Fischkochens in einem Eßlöffel Fett schön gebräunt hat, werden darübergegossen. Beilage: Kartoffeln.

### 3. Gemüse.

Bei Gemüsen, welche vor der Zubereitung in Salzwasser abgekocht werden, gieße man dieses niemals weg, sondern verwende es nachher statt Fleischbrühe oder gewöhnlichem Wasser ans Gemüse.

In denjenigen Gemüsen, welche mit \* bezeichnet sind, kann man, der Einfachheit halber, das Fleisch gleich mitkochen.

Doch gebe man das Fleisch immer erst dann in das Gemüse, wenn dieses tüchtig kocht. Verwendet man gesalzenes oder geräuchertes Fleisch, dann lasse man am