

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Einfach und gut

Trunk-Kälble, Lina

Karlsruhe, 1947

Fischsalat

[urn:nbn:de:bsz:31-305205](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-305205)

Essig oder Wein zu und legt den Fisch ein; sobald das Wasser kocht, stellt man den Topf auf die Seite des Herdes und läßt den Fisch noch etwa 15—20 Min. ziehen. Man richtet ihn vorsichtig auf eine Platte an, garniert ihn mit Petersilie und gibt ihn mit Bechamelbeigüß zu Tisch.

Schellfisch oder Kabeljau gedämpft.

Der wie oben vorbereitete Fisch wird nach Belieben noch gehäutet, mit Salz und Gewürzpulver eingerieben und durchziehen lassen. In einer Bratpfanne läßt man ein Stückchen Butter zergehen, gibt fein verwiegte Zwiebeln und Petersilie sowie den Fisch hinein, fügt einige Eßlöffel Milch und etwas Wein hinzu und dämpft den Fisch unter fleißigem Begießen 20—30 Min. in der Bratröhre oder auf dem Herd in geschlossener Pfanne.

Schellfisch gedämpft mit Tomaten.

Der Schellfisch wird geschuppt, von Haut und Gräten befreit, ausgenommen und der Kopf entfernt. Dann schneidet man die Filets in Stücke und reibt sie leicht mit Salz ein. Kopf und Gräten werden in den Sud gegeben, welchen man mit Wasser, Zwiebeln, Salz, Gelberübe und Lorbeerblatt hergestellt hat, und läßt diesen etwa 30—40 Min. kochen. Unterdessen bereitet man einen Bechamelbeigüß, löscht mit dem Fischesud ab und gibt einige Löffel dickes Tomatenmark zu. Man läßt den Beigüß gut durchkochen, gibt die Fischstücke zu und läßt sie 15—20 Min. dämpfen.

Schellfisch oder Kabeljau gebacken.

Hierzu verwendet man kleine Schellfische oder man schneidet einen großen Fisch, nachdem er geschuppt, ausgenommen und gewaschen ist, in zweifingerbreite Stücke. Die Fische werden mit Salz und Gewürzpulver eingerieben und $\frac{1}{2}$ Std. ziehen lassen. Dann wendet man sie zuerst in Mehl, darauf in verrührtem Eiweiß oder Milei um und bäckt sie unter fleißigem Begießen in heißem Fett auf beiden Seiten schön knusperig. Durch das Begießen mit Fett werden die Fische rascher gar. Man bringt sie so schnell als möglich zu Tisch.

Schellfisch oder Kabeljau mit Kräutern.

Der gut vorgerichtete Fisch wird in Salzwasser gargekocht, vorsichtig auf eine erwärmte Platte gegeben, mit etwas zerlassener Butter begossen und mit fein verwiegten Kräutern, wie Schnittlauch, Petersilie, Dill und Estragon, welche man mit Zwiebelessig begossen hat, bestreut.

Fischsalat.

Hierzu lassen sich Fischreste verwenden. Man zerlegt die von Haut und Gräten befreiten Fische in kleine Stücke, gibt den Salatbeigüß

zu und läßt ihn gut durchziehen. Nach Belieben kann man den Salat mit einer falschen Mayonnaise vermengen.

Stockfisch.

Der gut gewässerte Stockfisch wird mit kaltem Wasser und nach Belieben mit etwas Milch beigestellt und bis zum Kochen gebracht. Dann läßt man ihn auf der Seite des Herdes 15—20 Min. ziehen. Man nimmt den Fisch heraus, zerlegt ihn in feine Blättchen, gibt ihn auf eine erwärmte Platte, streut feines Salz darüber und überschmälzt ihn mit in Butter gerösteten Zwiebeln. Statt der Zwiebeln kann auch Lauch, in feine Streifen geschnitten, Verwendung finden.

Einiges über den Hering.

Der Hering kommt frisch, gesalzen, geräuchert und mariniert in den Handel. Kein Fisch kann in so großen Mengen gefangen werden wie der Hering. Man unterscheidet Milchner und Rogner, die Letzteren setzen den Laich oder Rogen ab, 30 000—40 000 Eier. Die zu Salzheringen bestimmten Fische werden, nachdem sie getötet sind, ausgenommen, gewaschen, in Salzlake gelegt und in Tonnen verpackt. Der Fischfang geschieht nachts bei Laternenschein, damit die Fische am Tage zum Versand gerichtet werden können.

Hering gekocht.

Die Salzheringe werden geputzt, gewaschen, mit etwas Essig über-gossen und mit kaltem Wasser beigestellt. Sobald das Wasser kocht, zieht man den Topf auf die Seite des Herdes und läßt die Heringe etwa 10 Min. ziehen. Man gibt sie mit Bechamelbeigüß oder Zwiebelbeigüß zu Tisch.

Heringe mariniert.

Die Fische werden über Nacht gewässert, geputzt, der Kopf entfernt, die Heringsmilch mit Essig gut verrührt, durch ein Sieb gestrichen und mit 1 Kaffeelöffel Senf gut vermischt. Die Heringe gibt man in eine Steingut- oder Porzellanschüssel, dazwischen kommen Gelberüben, Lorbeerblatt, Zwiebel mit Nelken besteckt und die Heringsmilch darüber. Die Brühe muß die Heringe gut bedecken. Nach zwei Tagen sind sie gut.

Rollmops.

Die gut gewässerten Heringe werden geputzt, gewaschen und in zwei Teile geteilt. Die Heringsmilch streicht man durch ein Sieb und verrührt sie mit etwas Essig zu Marinade. Die innere Seite der Heringe wird mit Senf bestrichen, mit feingeschnittenen Zwiebeln bestreut, die Fische fest zusammengerollt und mit einem zugespitzten Hölzchen festgesteckt. Nun legt man sie mit Pfefferkörnern, Lorbeerblatt, in