

FISCHKOCHBUCH FÜR GOURMETS



SPRINGER BASEL AG

B

FISCHKOCHBUCH FÜR GOURMETS

Rezepte der Basler Küche und aus aller Welt
gesammelt und ausprobiert von
Frau Alex Albrecht

zur praktischen Anleitung
in der privaten Küche

Springer Basel AG

Die Wiedergabe der abgedruckten Gedichte Christian
Morgensterns erfolgt mit freundlicher Genehmigung
des Insel Verlages.
Christian Morgenstern
Alle Galgenlieder
insel taschenbuch 6

Cip-Kurztitelaufnahme der Deutschen Bibliothek

Albrecht, Alex:

Fischkochbuch für Gourmets : Rezepte d. Basler
Küche u. aus aller Welt ; zur prakt. Anleitung
in d. privaten Küche / ges. u. ausprobiert
von Frau Alex Albrecht.

ISBN 978-3-7643-1326-5 ISBN 978-3-0348-6697-2 (eBook)
DOI 10.1007/978-3-0348-6697-2

Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt.
Alle Rechte, insbesondere das der Uebersetzung in fremde
Sprachen, vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne
schriftliche Genehmigung des Verlags in irgendeiner Form -
durch Fotokopie, Mikrofilm oder andere Verfahren - reprodu-
ziert oder in eine von Maschinen, insbesondere Datenverar-
beitungsanlagen, verwendbare Sprache übertragen werden.

© 1982 Springer Basel AG
Ursprünglich erschienen bei Birkhäuser Verlag Basel 1982
Softcover reprint of the hardcover 1st edition 1982

ISBN 978-3-7643-1326-5

Liebe Frau Albrecht,

Als Sie mir von Ihrem Gedanken erzählten, Ihrem reizenden "Kochbuch aus Basel" ein spezielles Fisch-Kochbuch folgen zu lassen, war ich hoch erfreut, und mit mir werden es alle sein, wenn Sie Ihr neues, durch alte Bilder so schön bereichertes Opus zu Gesicht bekommen.

Fische mannigfaltigster Gattungen kamen ja in Basel seit eh und je auf die reich besetzte Tafel - schon im hohen Mittelalter, als die genussfrohen Domherren des Münsters zu Ende des 12. Jahrhunderts ihren Probst verpflichteten, ihnen bei den grossen Festmahlzeiten zu Weihnachten und Ostern Lachs in Sulz, Balchen mit Senf, Salmen mit Lauch, Forellen in Essig, Seehechte mit Pfeffer und in Oel oder gesottene Weissfische mit Semmeln aufzutischen. Auch in der Folge hielt man in der Basler Küche den Fisch in hohen Ehren, und die Obrigkeit war väterlich dafür besorgt, dass dem Bürger auf dem Fischmarkt am Fuss des prächtigen Brunnens, wo drei Fischmarktherren und Fischbeschauer streng über den Verkauf wachten, lebendfrische Fische - Hechte,

Karpfen und Barben aus den Altwässern des Rheins, Forellen aus der Wiese und den Bächen des Juras und des Schwarzwalds wie Felchen aus den Schweizer Seen - in reicher Menge feilgehalten wurden. Die Ratsherren selbst regalieren sich Jahr für Jahr auf der Trinkstube zum Brunnen bei einem fröhlichen Fischmahl, für das der vom Dorenbach gespeiste Teuchelweiher bei der Schützenmatte ausgefischt wurde, und wenn Basel hohe Gäste empfangt, dann zählt der Salm regelmässig zu den Geschenken, mit denen sie geehrt wurden. Wohl ins Gebiet der Mär muss die scheinbar unausrottbare Ueberlieferung verwiesen werden, dass dem Hauspersonal nicht mehr als wöchentlich dreimal Lachs vorgesetzt werden durfte; denn der Lachs oder Salm, der 1473 soviel wie 15 Sack Roggen kostete, war die Krone der grossen Festmahlzeiten, und für die hohe Wertschätzung, der sich dieses vornehmste Schuppenwild erfreute, spricht die Tatsache, dass ihm die Basler Fischer die Adelsbezeichnung eines "Junkers des Rheins" verliehen.

Die bedeutende Rolle, welche der Fisch, zumal als Fastenspeise während der von der Kirche vorgeschriebenen Fastenwochen, spielte, ist im Lauf der Zeit vorübergehend zurückgegangen; heute aber hat der Fisch, den ihm schon wegen seiner Bekömmlichkeit und seines Proteingehalts zukommende Platz in der Ernährung zurückgewonnen; zudem braucht man sich beim Genuss von Fischgerichten glücklicherweise keine Kaloriensorgen zu machen! Wohl spenden unsere eigenen Gewässer keinen so grossen Fischreichtum mehr wie in früheren Zeiten; aber das Flugzeug bringt uns heute die Früchte des Meeres in herrlicher Fülle und Frische, und Sie, liebe Frau Albrecht, leiten dazu an, sie vielfältig und genussvoll zuzubereiten.

Ihre kulinarische Phantasie ist beflügelt worden durch die Rezepte, die sich in den alten Basler Familien von Generation zu Generation vererbt haben, aber auch durch Rezepte, die Sie selbst von Ihren Reisen nach Nord- und Süd-Amerika, sowie der Karibik, aus den Mittelmeerländern und Skandinavien mitgebracht haben - oder die Ihnen aus

aller Welt zugetragen worden sind. Sie haben Ihre Kreationen am eigenen Herd ausprobiert und deren Zubereitung der Hausfrau von heute, die selbst in der Küche steht und mit ihrer Zeit rechnen muss, leicht gemacht. Es lag nicht in Ihrer Absicht, mit den Celebritäten der Kochkunst zu konkurrieren; Sie schrieben für die private Küche, für empfängliche Leserinnen und ebenso empfängliche Gourmets, die sich auf die leckeren Ueberraschungen freuen, die uns Ihr Buch verheisst.

Nehmen Sie in ihrer aller Namen ein herzliches Dankeschön entgegen von Ihrem

Gustav Adolf Wanner

Inhalt

21	Aal
22	Aal gefüllt, in Gelée (USA)
23	Aal mariniert
24	Aal mariniert (italienische Art)
25	Aal im Rebblatt (altes Basler Rezept)
26	Aal Terrine (Belgien)
27	Alose - Maifisch, mit Sauerampfersauce
28	Austern
30	Austern gebacken
31	Austern Spiesse
32	Bar - Loup de mer - Seewolf
148	Baudroie - Lotte - Seeteufel
33	Bisque de Homard oder Scampi
34	Bouillabaise - Fischsuppe
35	Bouillabaise (nach Marseiller Art)
36	Bouillabaise (spanische Art)
37	Bouillon de poisson - Fischsuppe

- 38 Coquilles St.Jacques - Jakobsmuscheln
- 39 Coquilles St.Jacques besonders schmackhaft
- 40 Coquilles St.Jacques auf Blätterspinat
- 41 Coquilles St.Jacques Bordelaise
- 42 Coquilles St.Jacques gratiniert
- 43 Coquilles St.Jacques kalt
- 44 Coquilles St.Jacques mit Lauch
- 45 Coquilles St.Jacques au Madeire
- 46 Coquilles St.Jacques als Salat
- 47 Crevetten (Bahia Rezept)
- 48 Dorsch, gebraten
- 49 Eglifilets - Filets de perches
- 50 Eglifilets à la moutarde
- 51 Eglifilets nach Zürcher Art
- 52 Felchen oder Forelle im Lattichblatt
- 53 Felchen nach Müllerinnen Art, Süßwasserfische mit Mandeln
- 54 Felchenfilets auf Tomaten
- 55 Fischcroustade (aus Basler Kochbuch)
- 56 Fischcroustade kalt
- 57 Fischfilets, russische Art
- 58 Fischfond oder Fumet
- 59 Fischgelée - Gallerte
- 60 Fischgratin
- 61 Fischklösse (Baden-Baden)
- 62 Fischklösse - Quenelles de poissons (einfachere Art)
- 63 Fisch in Muscheln serviert
- 64 Fischpastete Basler Art
- 65 Fischpastete (einfachere Art)
- 66 Fischpudding
- 67 Fischsoufflé
- 68 Fischsud
- 70 Fischsuppe (Italien)
- 71 Flundernfilets, kalt mit Avocado
- 72 Flusskrebse
- 73 Flusskrebse à la crème
- 74 Flusskrebs-Sud

- 75 Forelle, blau
- 75 Forelle, kalt
- 76 Forelle, gebraten in Estragon Brühe
- 77 Forelle gefüllt (österreichischer Art)
- 78 Forelle gefüllt mit Kräutern
- 79 Forelle geräuchert
- 80 Froschschenkel
- 58 Fumet - Fischfond
- 59 Gallerte - Fischgelée
- 81 Hai - Hellefisch geräuchert
- 82 Hecht gespickt
- 82 Hecht im Sud
- 83 Heilbutt-Terrine (England)
- 84 Heringsfilet (Russland)
- 84 Heringsfilet (Holland)
- 85 Heringsfilet mit Senfsauce (Russland)
- 86 Heringspaté
- 87 Heringssalat für Katermorgen
- 88 Herzmuscheln - Palourdes
- 89 Hummer
- 90 Hummer auf amerikanische Art - Homard à l'américaine
- 91 Hummer - Homard à l'armoricaine
- 92 Hummer Mousse
- 93 Hummer - Homard Newburg
- 94 Hummersuppe mit Gemüsen (Frau Christen, Basel)
- 95 Kabeljau (Karibisches Gericht von Helen J.-M.)
- 96 Kabeljau Tranchen, gebacken
- 97 Kabeljau in Senfsauce (Brasilien)
- 98 Kabeljau à la moutard
- 99 Karpfen nach jüdischer Art (Frau Christen, Basel)
- 100 Karpfen in Rotwein
- 102 Kaviar - Rogen
- 104 Kaviar Eier
- 105 Kaviar mit verlorenen Eiern
- 106 Kaviar mit Idaho potatoes aus dem Ofen
- 107 Kipperpaté (Südafrika)

- 108 Krebse, Hummer, Langusten abkochen
- 109 Krebse aufbewahren
- 110 Lachs oder Salm
- 111 Lachs à la Bâloise
- 112 Lachsterrine gekocht
- 113 Langusten nach Pariser Art
- 114 Langusten termidor
- 27 Maifisch - Alose mit Sauerampfersauce
- 115 Matelotte - Fischsuppe aus Marseille
- 116 Matjes
- 117 Meerbarben - Rougets im Sud serviert
- 118 Meerfisch Mousse - Seafood Mousse
- 119 Meerfisch St. Jakob (St. Jacques)
- 120 Merlans mit Moules
- 121 Miesmuscheln - Moules
- 122 Miesmuscheln als Gratin
- 123 Miesmuscheln nach Matrosen Art - Moule marinière
- 124 Miesmuschelsuppe - Moules Suppe
- 125 Miesmuscheln mit Tomaten
- 126 Mousse von Aeschen - Omble chevalier
- 127 Mousse von Krabben
- 128 Nasen gebacken
- 126 Omble chevalier - Mousse von Aeschen
- 129 Omelette mit Thunfisch (Thon)
- 147 Oursin - Seeigel
- 130 Pastetchen aus Fischresten
- 131 Paupiettes de Sole Georgine
- 132 Piroque-Pastetchen (Russland)
- 133 Rauchterriner - Terrine fumée
- 134 Raie - Rochen in brauner Butter
- 134 Rochen - Raie au beurre noire
- 117 Rouget - Meerbarben im Sud
- 135 Salm oder Seeforelle im Sud
- 136 Salm - Saumon nouvelle mode
- 137 Salmfilets - Escalopes de saumon
- 138 Salmfilets - Saumonfilets en feuilles
- 139 Salm Steak (England)

- 140 Sardellen Stängelchen zum Apéro
- 141 Sardinen auf dem Grill (Mittelmeer)
- 142 Sardinen im Speck (Südfrankreich)
- 143 Sashimi - roter Thunfisch (Japan)
- 144 Scampi Mousse
- 145 Schildkrötensuppe - Lady Curzon
- 146 Schnecken (Onkel Hans)
- 147 Seeigel - Oursin
- 148 Seeteufel - Baudroie - Lotte, mit Kräutern
- 149 Seeteufel à l'américaine
- 32 Seewolf - Bar - Loup de mer
- 150 Seezungen - Soles gefüllt (Drouant Paris)
- 151 Seezungenfilets gefüllt - Soles farcies
- 152 Seezungen mit Miesmuscheln und Krebsen
- 153 Seezungen in Weisswein - Soles au vin blanc
- 154 Seezungenfilets - Solesfilets als Salat
- 155 Steinbutt - Turbot à la crème
- 156 Steinbutt im Sud - Turbot poché
- 157 Sterlet
- 158 Stockfisch
- 159 Takara Bune - Rotbarsch (Japan)
- 160 Tempura - gebackene Spezialität aus Japan
- 161 Thunfisch - Thon à la crème
- 162 Thunfisch gebacken
- 163 Thunfisch, jung (altrömisches Rezept)
- 164 Tintenfisch gefüllt nach Apicius
- 165 Törtchen mit Krebsalat
- 166 Wels - Waller gekocht
- 167 Zander gebraten

Beigaben

- 168 Blinis
- 169 Dampfkartoffeln
- 170 Idaho potatoes
- 171 Luftreis
- 172 Vol au vent

Saucen

- 173 Bearnaise
- 173 Béchamel
- 174 Crevettensauce zum Forellenrezept
- 175 Hollandaise
- 176 Kapernsauce
- 176 Kräutersauce
- 177 Krebsbutter
- 178 Krebssauce
- 179 Krebsschwanz Sauce
- 180 Mayonnaise
- 180 Remouladensauce
- 153 Rahm- und Weissweinsauce
- 181 Sardellensauce
- 181 Sauce zu gegrilltem Thunfisch
- 181 Tomatensauce
- 182 Velouté Sauce
- 182 Vinaigrette
- 153 Weissweinsauce mit Rahm
- 183 Weisse Butter

Teige

- 184 Backteig
- 185 Blätterteig
- 186 Croustadenteig
- 187 Pastetenteig

- 188 Abkürzungen

Les marchés des halles



Die Fische

Fische sind eine äusserst schmackhafte und gesunde Nahrung, reich an Protein und arm an Kohlenhydraten, also gut für die schlanke Linie. Voraussetzung ist natürlich, dass die Fische gut zubereitet und appetitlich präsentiert werden.

Der Einkauf

Er muss verstanden sein, oder bei einem renommierten Händler getätigt werden, der seine Kundschaft fachkundig beraten kann. Der Kauf hängt natürlich vom Bedarf ab. Soll der Fisch für ein Festessen dienen oder für den täglichen Familientisch, für den verwöhnten Feinschmecker oder eventuell



als Mittagessen, das nicht zu kostspielig sein soll? Die Wahl hängt auch von der Fischsaison ab. Nicht immer sind alle Sorten von Meer- oder Seefischen erhältlich. Heute kann man allerdings auch in die Tiefkühltruhe greifen, die ja in der modernen Zeit eine reichliche Auswahl bietet und mit vielen Varianten bespickt ist.

Der Fisch muss vor allem wirklich frisch sein. Man erkennt seine Qualität an den Augen, die ganz klar sein sollten, Kiemen und Flossen müssen straff, das Fleisch fest und die Haut glänzend sein. Die Fische sollen einen angenehmen Meeresgeruch ausstrahlen, sie dürfen niemals "fischeln".

Der Trend, die Küche modern zu gestalten, muss die altbewährten und erprobten Rezepte keineswegs vergessen machen. Heute versucht man, die Kochzeiten zu reduzieren, um die Produkte nicht auszulaugen, sondern im Gegenteil, den ursprünglichen Geschmack zu erhalten und durch die richtigen Beigaben zu unterstreichen. Mit weniger Aufwand ein ebenso gutes wie preisgünstiges Gericht herzustellen, braucht etwas Übung oder Anleitung.

Fischgerichte können Fleisch ersetzen, das heute so kostspielig geworden ist. Fisch kann aber auch den Genuss eines kulinarisch fein abgestimmten Menüs einleiten, wenn er als leichte Vorspeise serviert wird, er belastet den Magen nicht, kann Kranken und Rekonvaleszenten vorgesetzt werden und wird auch von Kindern gern gegessen. Dies mag als Beweis gelten, dass es sich um eine delikate, leicht verdauliche Speise handelt.

Nachfolgend sollen ein paar althergebrachte, neu überarbeitete, dem modernen Geschmack angepasste Rezepte aber auch neuere und originelle Zubereitungsweisen vorgestellt werden. Ich wünsche viel Spass beim Ausprobieren und das notwendige Quentchen Glück bei der Zubereitung.

Fischsorten

Man kennt verschiedene Fischsorten und unterscheidet zuerst einmal:

- Meerfische und
- Süsswasserfische

dann im weiteren Sinne:

- Krustentiere
- Krabben
- Krebse
- Muscheln
- Froschschenkel
- Schildkröten

Des weitem unterscheidet man:

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| - flache Fische | z.B. Soles, Turbot etc. |
| - runde Fische | z.B. Seeteufel |
| - lange Fische | z.B. Heringe, Seehecht |
| - schlangenartige Fische | z.B. Aal |
| - Portionenfische | z.B. Forellen |
| - grosse Fische | z.B. Thunfisch, Salm |
| - Kleinfische | z.B. Sardellen, Sardinen |

Fische zum Braten

Sie werden zuerst gesalzen, bevor sie im Mehl gewendet werden. Butter oder Oel in die Omelettpfanne geben, recht heiss werden lassen, Fisch auf beiden Seiten schön durchbraten, indem man ihn während des Bratens oft mit Fett begiesst, damit er nicht zu trocken wird. Man serviert Kräutersauce dazu.

Zubereitung der Fische

Meistens werden die Fische vom Händler "pfannenfertig" geliefert. Sollte dies jedoch nicht der Fall sein, sind hier einige Anweisungen, wie man sich selbst behelfen kann.

Fische mit Schuppen:

sollen unter dem fliessenden Wasser mit gezackter Klinge eines Rüstmessers geschuppt werden. Nachher mit Tuch abtrocknen.

Meerfische:

werden in kaltem Wasser gewaschen, aber niemals darin liegen gelassen.

Süsswasserfische:

kurz waschen und abtrocknen.

Forellen dürfen nicht abgetrocknet werden, weil der weisse Schleim dabei verletzt würde.

Fische, die längere Kochzeit benötigen, werden im kalten Sud aufgesetzt, bis ans Kochen gebracht und dann auf kleinem Feuer ziehen lassen.

Fische mit kurzer Kochzeit werden in den heissen Sud gegeben und ebenfalls auf kleinstem Feuer nur ziehen lassen (z.B. Forellen).

Grosse Süsswasserfische, auch der Salm, werden in eine Serviette gewickelt in den Sud gelegt. Beim Herausnehmen können die beiden Enden der Serviette erfasst und der Fisch auf die Servierplatte gerollt werden - so zerbricht er nicht.

Es ist immer zu beachten, dass die Fische ganz vom Sud bedeckt sind.

Die Quantitäten

Oft weiss man nicht genau, wieviel Fisch oder Schalentiere einzukaufen sind. Hier einige Grundregeln, wobei zu beachten ist, ob es sich jeweils um eine ganze Mahlzeit oder nur um eine Vorspeise eines grösseren Dinners mit mehreren Gängen handelt. Die Rezepte in diesem Buche sind, falls nicht besonders vermerkt, für 4 Personen berechnet.

Angaben über Einkaufsmengen:

200 - 250 gr für eine Portionenforelle
1 kg Lachs oder Seeforelle für 4 - 5 Personen
500 - 600 gr grosse Hummer für 2 Personen
1 kg schwere Languste für 4 Personen
250 - 300 gr Turbot oder Steinbutt pro Person
Flusskrebse: 5 Stk pro Person
Crevetten: 70 gr pro Person
Aal: 600 gr für 4 Personen (da er sehr fett ist)
Meerfisch-Tranchen: 200 gr pro Person

Diese Angaben können nur als Anhaltspunkte dienen - der eine Fisch ist fetter, der andere dagegen ergibt mehr Abfall etc.



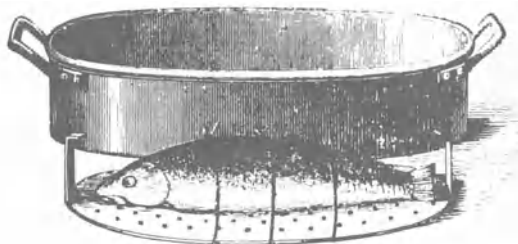
Fische zum Sieden

Meeresfische und grössere Fische aus dem Süsswasser sollen mit kaltem Wasser angesetzt und mit Salz gewürzt werden.

Kleinere Fische dagegen werden in den heissen Sud gegeben. Gewürzt wird mit Salz, Zwiebel, Petersilie, Karotten, Lorbeerblättern und Pfefferkörnern. Für Süsswasserfische wird etwas Essig beigelegt. Der Fisch muss von der Flüssigkeit bedeckt sein und soll nicht mehr sieden, sondern nur köcheln.

Fische zum Backen

Diese werden in Milch getaucht, danach im Mehl gewendet und in heissem Oel oder Fett (Friture) braun gebacken. Ein Fisch von 200 gr braucht ca. 2 Min. im heissen Oel und wird erst kurz vor dem Servieren gesalzen.



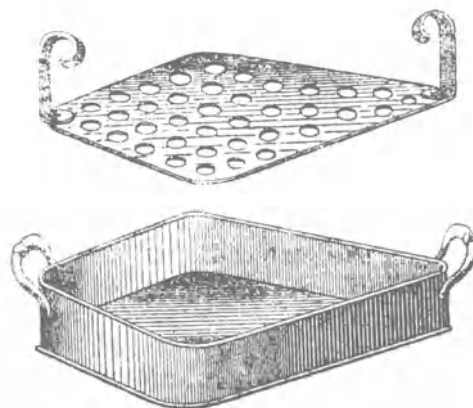
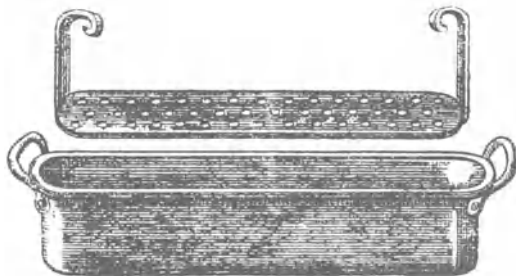
Fischpfannen

Längliche Pfanne mit Einsatz zum Herausheben, speziell ganzer Fische.

Die Turbotière

Viereckige Pfanne mit Locheinsatz speziell zum Kochen von Steinbutt (Turbot) oder Rochen (Raie) im Sud.

Hat man keine Turbotière, so kann man sich mit einem grossen, viereckigen Backblech behelfen. Man legt es mit einer Alufolie aus, an welcher man einen höheren, doppelten Rand stehen lässt.



Aal



Der Flusaal ist den andern Aal-Sorten vorzuziehen. Er ist ein sehr guter, fetter Fisch. Er darf allerdings erst wenige Stunden vor dem Gebrauch getötet werden, da er sonst an Geschmack verliert.

Der Fisch wird lebend in ein starkes Tuch gewickelt, der Kopf soll noch herausschauen. Dann den Kopf mehrmals auf eine Steinplatte oder Kante schlagen, da der Aal ein zähes Leben hat. Das um den Fisch gewickelte Tuch soll das Ausgleiten auf der sehr schlüpfrigen Haut verhindern. Ist der Fisch tot, wird mit spitzem Messer unter der Brustflosse ca. 1 cm breit eingeritzt, sodass in der Haut ein Spalt entsteht, den man dick mit Salz einreibt. Das Einritzen muss sorgfältig ausgeführt werden; der Kopf darf nicht abgeschnitten werden. Aus einer starken Schnur wird eine Schlinge in die salzige Rille um den Kopf gelegt. Der Fisch wird an der Schnur an einen Haken gehängt, die Haut am "Hals" leicht gelöst und wie ein Handschuh abgezogen. Den Fisch wieder abhängen. Nun den Bauch aufschlitzen, die Eingeweide herausnehmen und den Aal anschliessend gut waschen und abtrocknen. Jetzt ist er zur weiteren Verarbeitung hergerichtet.

Aal gefüllt, in Gelée

(USA)

Farce aus

100 gr gekochtem, beliebigem Fisch

2 EL Petersilie gehackt

2 EL Zitronensaft

50 gr gehackten Pistazien

Salz und Pfeffer aus der Mühle

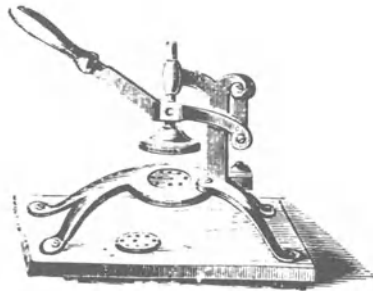
1 Schuss Worcestersauce

1 EL konzentriertem Tomatenmark

Ein jüngerer Aal wird gehäutet und geputzt (wie angegeben).

Die Farce gut vermischen und in den geöffneten Aalbauch einfüllen. Der Fisch wird satt in eine Serviette gerollt und in Bouillon, dem 2 EL Essig zugegeben werden, 25-30 Min. gekocht. Im Sud erkalten lassen.

Der Aal wird nun auf die Platte dressiert, mit Fischgallerte, (s.S. 59) mit viel gehackter Petersilie vermischt, übergossen und eiskalt serviert.



Aal mariniert

In Gegenden, in denen man den Aal leicht und häufig bekommt, ist das Marinieren eine abwechslungsreiche Art der Zubereitung. Mit Schwellkartoffeln als Beilage oder zum sogenannten Suppenfleisch schmecken die marinierten Fische vorzüglich.

Den ausgenommenen und gut gewaschenen Aal schneide man in fingerdicke Scheiben und salze ihn gut. In $\frac{1}{2}$ Wein, $\frac{1}{2}$ Essig mit 20 Pfefferkörnern, 5 Lorbeerblättern, 5 Nelken, 6 Zitronenscheiben werden die Fischstücke 30 Min. auf kleinem Feuer gekocht.

Danach werden sie mit der Marinade in einen irdenen Topf geleert und mit einer 2 cm dicken Oelschicht übergossen. Der Topf wird mit Pergamentpapier bedeckt und zugebunden. So kann man ihn mehrere Monate im Keller aufbewahren.

Aal mariniert

(italienische Art)

*1 Aal von ca 750 gr
Lorbeerblätter
Zahnstocher
Salz, Pfeffer
1/2 Tasse Oel
2 dl guten, trockenen Kochwein
1 Stückchen Zucker
4 Gewürznelken*

Den Aal ausnehmen, jedoch nicht häuten, und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Ein Lorbeerblatt in den Schlitz der Stücke einlegen, dann den Schlitz mit Zahnstochern oder Holzspiesschen zusammenstecken.

Wir nehmen eine feuerfeste Form, die gut eingeölt wird und legen die Fischstücke hinein. Salzen und pfeffern und mit dem restlichen Oel begiessen.

Im Ofen bei mittlerer Temperatur 12 Min. kochen, den Aal abtropfen lassen, von den Spiesschen nehmen und zur Seite stellen. In die Form geben wir nun 2 dl Wein, ein Stückchen Zucker, 4 Gewürznelken und eine Prise Salz. Diesen Sud während 5 Min. sieden lassen. Die präparierten Aalstücke in den Sud geben und nochmals 5 Min. sieden lassen. Vom Feuer wegnehmen, zudecken und mindestens 24 Stunden ruhen lassen. Schön in eine tiefe Platte rangieren, mit Zitronenscheiben garnieren, ins Eis stellen und möglichst kalt servieren. Ein Chablis Wein passt gut dazu.

Aal im Rebblatt

(altes Basler Rezept)

*200 gr Aal
6-8 Rebblätter, frisch vom Weinstock
Lorbeer
1/2 Zitrone
10 gr Butter*

Den gereinigten Aal schneide man in fingerlange Stücke, lege auf jedes eine Zitronenscheibe und ein Lorbeerblatt. Salzen und pfeffern. Die präparierten Stücke werden nun in die gut gewaschenen Rebblätter eingewickelt, mit Faden umbunden, oder mit Zahnstochern befestigt. Hierauf brate man sie auf dem Rost, vorher mit Oel bestreichen, oder in der Bratpfanne mit der Butter, ca. 20-30 Min. Die Blätter werden ganz schwarz und krustig. Sehr heiss servieren, garniert mit Zitronenschnitzen und Dampfkartoffeln dazu.

Aal Terrine

(Belgien)

500 gr geräucherte Aalstücke

50 gr Butter

1/2 lt Weisswein oder Bier

Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt

2 Schalotten

Viel Petersilie, Thymian, Salbei, Kerbel

Dill, Schnittlauch, Zitronelle, Estragon,

Sauerampfer

Alles frische Kräuter, soviel zur Verfügung stehen

2 Eigelb

Saft einer Limone oder Zitrone

1 KL Féculé

Aalstücke von Haut und Mittelknochen befreien, mit Butter und gehackter Schalotte in die Pfanne geben; alle gehackten Kräuter dazu - es muss sehr grün sein. Anfeuchten mit Wein oder Bier, die Fische sollen gerade zugedeckt sein. 20 Min. kochen lassen. Eigelb, Zitronensaft und Féculé zu einer Liaison rühren, mit dem Jus des Aals abschwingen, die Eigelb dürfen nicht scheiden, Fisch hinein und in die Terrine füllen, kalt servieren.

Alose - Maifisch, mit Sauerampfersauce

*8 Filets
Saft einer Zitrone
2 EL Olivenöl
2 handvoll Sauerampferblätter
50 gr Butter
Velouté Sauce (s.S. 182)
1 dl Rahm
1 KL Tomatenpurée (nach Belieben)*

Um den vollen Genuss dieser feinen Speise würdigen zu können, verwendet man am besten Filets, da die Alose viele feine Gräten hat.

Die Filets werden gesalzen, mit Zitronensaft beträufelt und eingeölt, kurz auf dem Grill grilliert, jede Seite 7 Min. Der Sauerampfer wird gewaschen, verlesen, die Stiele weggeschnitten und nur die schönen Blätter verwendet. Diese werden der Länge nach aufgerollt, in feine Riemchen geschnitten und in der Butter auf kleinem Feuer welk gemacht. Darauf wird 2 dl Velouté und 1 dl Rahm gegossen und durchgerührt. Will man der Sauce eine schöne rosa Farbe geben, mischt man 1 KL Tomatenpurée bei. Zuletzt wird die Sauce über die warm gehaltenen, grillierten Filets gegossen und sofort serviert.

Austern

Schon die Römer schätzten die Austern und sagten ihnen nach, dass sie gesund für den Magen, schmackhaft für den Gaumen und aphrodisische Kräfte spendend, den Menschen wohl täten.

Apicius liess sie sich in alle Länder schicken, die er bereiste, wo sie noch köstlich frisch eintrafen.

Diese Muscheltiere sind sehr leicht verdaulich, daher werden sie auch als Krankenkost gereicht. Ihr Geschmack ist fein und delikats.

An der Westküste Europas werden die besten Austern gezüchtet.

In Portugal die Portugaise, in der Bretagne die Belon.

Aus England kommen die Burnham und die Native, die letzteren sind klein, im Geschmack aber hervorragend.

Schottland züchtet die Carlingfords, sie sind schwarzbärtig und haben Weltruf.

Frankreich hat heute die grössten Zuchten. Nördlich der Bucht von Biscaya, der ganzen Küste entlang sind am Abend

die Körbe bereitgestellt, in welchen die frisch gefischten Austern verpackt und versandbereit gemacht werden. Auch die Holländer und Belgier sind in's Austern-Geschäft eingestiegen, sind allerdings gegenüber Frankreich kaum konkurrenzfähig.

Aus den USA kommen die Bluepoint, kleine Austern, fett, sehr geeignet zum Braten und Grillieren.

Die Austern werden, mit dem flachen Deckel der Muscheln nach oben, verpackt, damit die Tiere auf dem Transport nicht austrocknen. Daher werden auch die erwähnten Körbe für die Fracht verwendet.

Die Austern werden auf der ganzen Welt zu 70% roh gegessen. Zum Oeffnen braucht man ein Spezialmesser mit kurzer, gebogener Klinge. Ueber die linke Hand wird ein dicker Handschuh gezogen und die Auster, mit der gewölbten Schale nach unten, hineingelegt. Dann geht man mit dem runden Messer zwischen die beiden Schalen und hebt die Muschel auf. Die tiefere Schale behält das Muscheltier. Auf einer Platte mit zerschlagenem Eis wird die Auster in der Schale serviert. Darauf achten, dass das Muschelwasser nicht ausläuft.

Die Austern sollen stets bei -4 bis +4 Grad Celsius gehalten werden. Sie können so 8 Tage aufbewahrt werden. Für gebackene oder gebratene Austern werden die gewaschenen Schalen im Backofen bei geöffneter Türe getrocknet. In diese Schalen legt man dann die präparierten Tiere zum Servieren.

Austern gebacken

Pro Person

6 Austern

1 Eiweiss leicht geschwungen

Mehl

2 EL Paniermehl mit

50 gr Parmesankäse vermischt

40 gr Butter

Muscheltier aus der Schale lösen, Schale waschen, trocknen und bereitstellen. Die Austern zuerst in Mehl drehen, dann in Eiweiss und hernach in Paniermehl mit Käse. Die Muscheltiere werden wieder in die Schalen gelegt, auf jedes ein kleines Stück Butter.

Im Ofen bei Oberhitze kurz braten und heiss servieren.

Als Entrée vorzüglich.

Austern Spiesse

Pro Person

6 Austern

1 Eigelb

Paniermehl

Fett oder Oel zum schwimmend Backen

Salz, Pfeffer

1 Zitrone in Schnitze geschnitten

Austern öffnen, die Weichtiere kurz im Schaumlöffel in kochendes Wasser tauchen, - jede einzeln, - abtropfen, salzen, pfeffern. Die Tiere in verklopftem Eigelb, dann in Paniermehl drehen, an Spiesschen stecken und im heissen Backöl backen. Auf Platte mit Zitronenschnitzen und Petersilie garniert sehr heiss servieren. Remouladensauce (s.S. 180) dazugeben.

Bar - Loup de mer - Seewolf

Für 4-6 Personen

*1,5 kg Fisch
3,5 dl Rotwein
3,5 dl Weisswein
1 lt Bouillon oder Fischbouillon
300 gr in Scheiben geschnittene Rüben
1 Lauchstengel, 1 Stück Sellerie
5 Nelken, 10 Pfefferkörner
2 Knoblauchzehen
 $\frac{1}{2}$ Zwiebel
2 Lorbeerblätter
2 EL Salz*

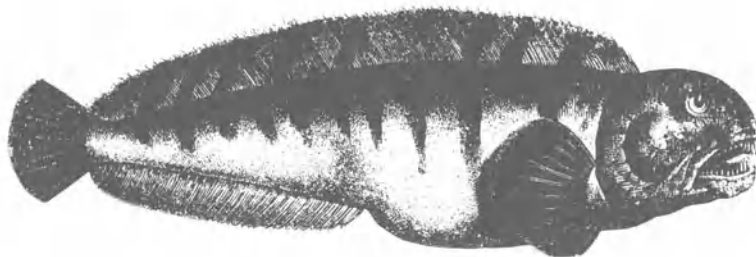
zur Sauce

50 gr Butter, 1 EL Mehl

In der Fischpfanne werden alle Zutaten, ausser den Rüben, aufs Feuer gestellt, 20 Min. kochen lassen. Nun wird der Einsatz hineingelegt, der Fisch und die Rüben darauf getan. Der Fisch wird auf kleinem Feuer auf jeder Seite 10 Min. gekocht.

In kleinem Pfännchen wird das Mehl mit der Butter angeschwitzt und mit gesiebttem Sud abgelöscht, abgeschmeckt und eventuell nachgewürzt.

Der Fisch wird auf einem Bett von den mitgekochten Karotten angerichtet, mit gehackter Petersilie bestreut und die Sauce separat in der Saucière serviert.



Bisque de Homard, oder Scampi

(Frankreich)

1 Zwiebel gehackt
1 Karotte in Würfel
1 Lauchstengel in Ringe geschnitten
1 Stück Sellerieknollen in Würfel
Petersilienstiele, Thymian, Lorbeerblatt
1 Schalotte gehackt
1 Hummer, ca 250 gr oder 8 Scampi
1 Glas Weisswein trocken
20 gr Butter

Gemüse in Butter dämpfen, Krebse dazu, decken, für 10 Min. köcheln lassen. Mit Wein ablöschen.

Krebse herausnehmen, schälen, das gute Fleisch in kleine Stücke schneiden und zur Seite legen, Darmsack entfernen. Carcassen und Eingeweide zerstampfen und zum Gemüse geben. 1 lt Fisch- oder Hühnerbouillon dazu und $\frac{1}{2}$ Std. kochen.

50 gr Butter, 1 EL Mehl, $1\frac{1}{2}$ dl Rahm.

Aus Butter und Mehl wird mit dem Sud eine Sauce hergestellt, (dazu wird die Gemüsesuppe abgeseibt) abgeschmeckt, nachgewürzt, die beiseite gestellten Krebsstückchen und den Rahm beigegeben, etwas Cayennepfeffer daraufgestreut, sehr heiss servieren.



Bouillabaise (Fischsuppe)

Seeteufel (Loup)
Meerbarsch
Racasse, Caponi, Drachenkopf
Merlan
Langouste
Roquier
St. Pierre, St. Peterfisch, Sonnenkönig
Congre, Blauaal oder Meeraal
Moules - Miesmuscheln

Wird als Suppe serviert; die Meertiere werden darin ausgekocht und geben ihre volle Kraft an die Brühe ab. Sie werden trotzdem klein zerschnitten und mitserviert.

Es sollen auf alle Fälle 5-6 verschiedene Fischarten verwendet werden, die dann gemeinsam den guten Geschmack erzeugen. Die aufgeführten Sorten eignen sich gut, falls nicht alle erhältlich sind, kann die eine oder andere weggelassen werden.



Bouillabaise

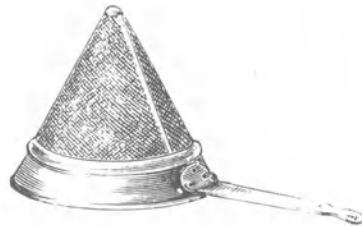
(nach Marseiller Art)

*2 kg Fisch mit Gräten
500 gr Krustentiere
2 weisse Lauchstengel, fein geschnitten
2 Tomaten geschält und gehackt
2 Knoblauchzehen gehackt
etwas Fenchelkraut klein geschnitten
Lorbeerblätter
Pfefferkörner
1 Prise Safran
2 dl Olivenöl
Petersilie zum Garnieren*

Gemüse, Oel, 2 EL Salz, Gewürze, 1,5 lt Wasser; alles miteinander auf's Feuer stellen und ca. 15 Min. stark kochen lassen.

Dann werden die Fische in Stücke geschnitten, beigegeben und weitere 15 Min. auf kleinem Feuer kochen lassen.

In die Suppenschüssel wird pro Person ein Stück französisches Weissbrot gelegt und 1 EL gehackte Petersilie beigelegt. Die heisse Brühe wird darüber geleert. Auf separater Platte werden die Fisch- und Krustentierstücke mitserviert.



Bouillabaise

(spanische Art)

Für 4-6 Personen

2 kg verschiedene Meerfische

2 Lauchstengel geschnitten

5 Tomaten in Würfel geschnitten

3 Selleriestengel in Rädchen geschnitten

3 Lorbeerblätter

6 Pfefferkörner, Salz

1,5 lt Wasser

2 Eigelb

1 dl Rahm

2 EL gebackene Brotwürfel

3 EL gehackte Petersilie

Wasser mit Gemüse und Gewürzen kochen lassen. Unterdessen Fische putzen. Gräten entfernen. Dem Sud werden die gereinigten Fischstücke beigegeben und 15 Min. auf kleinem Feuer ziehen lassen.

In die Suppenschüssel Rahm und Eigelb geben, verklopfen und unter ständigem Schwingen schöpfenweise vom Sud darauf geben. Dann die Fische hineingeben und Brotwürfel und Petersilie darüber streuen.



Bouillon de poisson - Fischsuppe

(Portugal)

*Meerfische, Köpfe von Turbot,
Gräten von Soles und anderen Fischen
die filetiert wurden*

1 lt Wasser

Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Nelken

3 Karotten (geschnitten)

1 Lauchstengel

1 Zwiebel (in $\frac{1}{4}$ geschnitten)

Petersilienstengel und Thymian

Alle Zutaten im Wasser während 1 Std. kochen. Abschmecken
und durch feines Sieb passieren.

Diese Fischsuppe kann auch mit einem Eigelb und etwas Rahm
liiert werden.

Leute, die nicht am Meer leben, kennen diese vorzügliche
Suppe weniger, die in diesen Gegenden unsere Fleischbouillon
ersetzt und mit ähnlichen Beigaben wie Teigwaren, Reis,
Eierstich u.a. serviert wird. Die Fischbouillon kann auch
als Basis für viele gute Saucen und Suppen verwendet werden.



Coquilles St. Jacques - Jakobsmuscheln

Heute sind Jakobsmuscheln gefroren im Handel, die sehr gut verwendet werden können, wenn man beim Auftauen sorgfältig vorgeht.

Die Muscheltiere sind auspacken und in einen Suppenteller zu legen, im Kühlschrank aufzutauen. Das abfliessende Wasser ist sorgfältig aufzubewahren und zur Sauce zu verwenden.

FrISChe Muscheltiere sind natürlich besser, speziell für Rezepte wie Salat oder "Jakobsmuscheln-kalt" sollten nur frISChe Muscheln verwendet werden.

Coquilles St. Jacques

Besonders schmackhaft!

16 Muscheln
Zitronensaft einer Frucht
50 gr Butter
1,5 dl Sherry
1 EL Cognac
2 Eigelb
1 KL frisch gehackten Dill
1 KL frisch gehackte Petersilie
1 EL Mehl
Salz, Pfeffer, Cayenne
2 kleine Schalotten gehackt
2 dl Rahm
1 Trüffel
200 gr frische Champignons in
Scheiben geschnitten

Muscheln mit Zitronensaft beträufeln, Butter und Schalotten zusammen dünsten, Muscheltiere dazu, 5 Min. braten, in Schüssel geben und warmstellen. Cognac darübergießen.

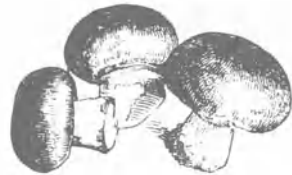
Champignons kurz dünsten, Petersilie und Dill darüberstreuen Muschelsaft dazu, über die Muscheln geben.

In der gleichen Pfanne Fond mit Butter und etwas Mehl aufrühren, mit Sherry ablöschen. Dies wird über die Eigelb gegeben, die mit Rahm verklopft sind; beides wird kurz erwärmt, über die Muscheln geleert und mit Trüffelscheiben garniert, sofort serviert.

Luftreis (s.S. 171) dazu geben.



Trüffel.



Champignons.

Coquilles St. Jacques auf Blätterspinat

*1 kg frischen oder 500 gr gefrorenen Spinat
12 Coquilles St. Jacques
50 gr Butter
Zitronensaft
Salz, Pfeffer, besser etwas Cayennepfeffer
3 dl Rahm
2 EL süssen, weissen Vermouth
1 Prise Muskatnuss gemahlen
1 EL Mehl
 $\frac{1}{2}$ Zwiebel gehackt*

Spinat kurz in Butter dämpfen, würzen, in 4 feuerfeste Plättchen verteilen. Die Muscheltiere, sollten sie tiefgekühlt sein, nach Vorschrift auftauen, mit Zitronensaft beträufeln.

Auf den Spinat werden je 3 Muscheltiere gelegt. Die Zwiebel mit Butter dämpfen, Mehl darüberstreuen, würzen mit Salz, Muskatnuss und Cayennepfeffer. Mit dem Saft der aufgetauten Muscheln und dem Vermouth ablöschen. Den Rahm unter die Sauce mischen und ebenfalls 5 Min. mitköcheln, dann die Sauce über die Muschelplättchen geben und kurz im heissen Ofen überbacken.

Eine vortreffliche Vorspeise!

Coquilles St. Jacques

(Bordelaise)

*12 Coquilles St. Jacques
3 Karotten in Würfel geschnitten
2 Schalotten gehackt
6 Champignons frisch gehackt
1 Glas Weisswein
1 EL Tomatenpurée
2 EL Cognac
50 gr Butter
nochmals 30 gr Butter
2 EL Petersilie*

Butter in die Pfanne, Tomatenpurée und alle Gemüse dazu, 10 Min. dünsten. Muscheltiere, aufgetaut (falls tiefgefroren) werden auf dieses Gemüse gelegt, mit Wein abgelöscht, 5 Min. zugedeckt gedämpft. Die Muscheltiere werden, in Schalen verteilt, warmgehalten. Die Gemüsesauce wird abgeschmeckt, nachgewürzt, die 30 gr Butter und der Cognac darunter gemischt und über die Schalen gegeben. Mit gehackter Petersilie überstreut, 5 Min. in den Ofen.

Coquilles St. Jacques, gratiniert

12 Muscheltiere
 $\frac{1}{4}$ lt Weisswein
 $\frac{1}{4}$ lt Wasser
Salz
50 gr Emmentalerkäse gerieben
50 gr Butter
2 EL gehackte Petersilie
Saft $\frac{1}{2}$ Zitrone

Wein und Wasser mit Salz aufkochen. Muscheltiere 3 Min. darin kochen, auf Tuch trocknen und in die Muschelschalen legen. Falls keine Schalen zur Hand sind, können Spiegel-eierplättchen verwendet werden. Auf die Muscheltiere wird Butter, Käse und Petersilie gegeben. Im Ofen ca. 10 Min. gratinieren.

Coquilles St. Jacques, kalt

sie müssen sehr frisch sein

- 12 Muscheln
- $\frac{1}{2}$ KL gehackten Knoblauch
- $\frac{3}{4}$ Tasse Zitronensaft
- $\frac{3}{4}$ Tasse Limonensaft
- $\frac{1}{4}$ Tasse Olivenöl
- $\frac{1}{2}$ KL weissen Pfeffer
- 1 KL Salz
- 1 Tasse rote Peperoni fein geschnitten
- 200 gr Kirschentomaten
- 1 rote Zwiebel fein gehackt
- 1 grüner Peperoni grob gehackt
- 1 Prise Koriander
- 1 Kopfsalat

Die Muscheln in eine Schüssel geben, die Beize zubereiten und darüber geben. Einige Stunden zugedeckt in den Kühlschrank stellen.

In Portionenschalen werden schöne Salatblätter gelegt, die Muscheltiere daraufgeben und einige Löffel Beize darüber. Sehr kalt servieren.



Geriander.

Coquilles St. Jacques mit Lauch

Für 6 Personen

12 Muscheltiere, tiefgefroren oder besser frisch

12 schöne Gemüselauchstengel

1/2 lt Salzwasser

1 Zitronensaft

3 dl Rahm möglichst dick

50 gr Butter

50 gr geriebenen Käse

Falls die Muscheln gefroren sind, im Kühlschrank auf Teller auftauen lassen. Mit Zitronensaft beträufeln. Lauch rüsten, waschen, in 1/2-fingerlange Stücke schneiden, dann in Salzwasser 5 Min. im Dampfkochtopf weich kochen lassen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Lauch in feuerfeste, flache Form geben, die aufgetauten Muscheln darüber legen, Saft behalten.

Mit Butter und einem Löffel Mehl und dem Saft der Muscheln eine sämige Sauce bereiten, würzen, den Rahm zugeben und über die Muscheln und den Lauch verteilen. Den Käse darüberstreuen und im Ofen bei 220 Grad 10-15 Min. überbacken.

Coquilles St. Jacques au Madeire

Speziell als Vorspeise sehr zu empfehlen

Pro Person

2 Muscheltiere

1 KL Zitronensaft

50 gr frische Champignons (in Scheiben geschnitten)

1/2 Zwiebel gehackt

1/2 dl Rahm

Salz, Pfeffer, etwas Cayennepfeffer

1 KL gehackte Petersilie

2 EL Madeirawein

1 EL Butter

1/2 Eigelb

Wenn die Muscheln gefroren sind, im Teller im Kühlschrank auftauen lassen, Saft davon behalten. Muscheln mit Zitronensaft beträufeln, nachher einzeln in Mehl wenden. Butter in Pfanne, gehackte Zwiebeln leicht dünsten, Champignons dazu, mitdünsten, dann zum Saft in Teller geben. Wieder etwas Butter in Pfanne, die im Mehl gewendeten Muscheln kurz anbraten, in feuerfeste Form legen. Mit Madeira wird der Fond aufgelöst, Champignons und Saft dazu, Eigelb verklopfen, Rahm dazu; beides mit den Champignons gut verrühren, würzen, über die Muscheln leeren, mit gehackter Petersilie überstreuen, im Ofen ca. 5-10 Min. recht heiss werden lassen. Nicht gratinieren, weil sonst das Eigelb gerinnt. Sofort servieren.

Trockenen Luftreis (s.S. 171) dazu geben.

Coquilles St. Jacques als Salat

Pro Person

3 Muscheltiere

$\frac{1}{4}$ Gurke

einige Kopfsalatblätter

1 EL gehackte Petersilie

1 EL gehackter Dill

Oel, Essig, Senf, Pfeffer

Zitronensaft

1 kl Glas Weisswein

Die Muscheln werden, falls gefroren, im Kühlschrank aufgetaut, mit Zitronensaft beträufelt. In flachem Pfännchen wird der Weisswein dem Saft der aufgetauten Muscheln beigegeben, erhitzt, die Muscheltiere hineingelegt und 5 Min. leicht kochen lassen.

Die Muscheln werden aus der Pfanne genommen, im Kühlschrank kaltgestellt. Die Weinsauce etwas eingekocht, erkalten lassen, dann mit Essig, Oel und Senf zu einer feinen Salatsauce bereiten.

Auf Salatteller einige Gurkenscheiben und Salatblätter auslegen. Die Muscheltiere darauf anrichten, mit Kräutern bestreuen, und die Salatsauce darübergiessen.

Sehr kalt servieren!

Crevetten

(Bahia Rezept)

400-500 gr grosse Crevetten
Saft einer Zitrone
1 gehackte Knoblauchzehe
1 gehackte Zwiebel
6 kleine Tomaten, geschält und gehackt
2 EL Petersilie gehackt
etwas Koriander
3 EL Oel
50 gr Speckwürfel
1 EL Butter
 $\frac{1}{2}$ EL Mehl
 $1\frac{1}{2}$ dl Kokosnussmilch oder Weisswein
Salz und Pfeffer
2 kl scharfe Pfefferschoten

Crevetten schälen und putzen, eine Stunde im Zitronensaft mit Knoblauch und Basilikum marinieren. Butter, Speck und Oel in die Pfanne, die Zwiebel und Tomaten mit Petersilie kurz dünsten, Pfefferschoten zerkleinert dazugeben, dann die Crevetten. Mehl darüber streuen und mit Kokosnussmilch oder Wein ablöschen, 5 Min. kochen lassen, Salz und Pfeffer dazu, probieren, eventuell nachwürzen.

Luftreis (s.S. 171) dazu servieren.



Dorsch, gebraten

Für 6 Personen

6 Tranchen Dorsch

2 Eigelb

1/2 Tasse Paniermehl

Salz, Pfeffer

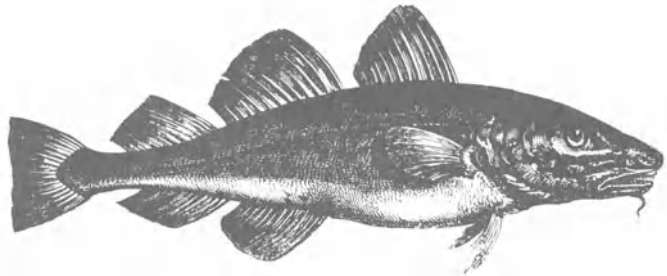
Fett zum Braten

2 EL Zitronensaft

Eigelb zerschlagen in Suppenteller. Fisch salzen und pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln, im Eigelb und dann im Paniermehl wenden.

Fett erhitzen und die Fischstücke auf kleinem Feuer beidseitig goldgelb braten.

Kräutersauce (s.S. 176) dazu servieren und Dampfkartoffeln.



Eglifilets - Filets de perches

600 gr Filets de perches

Mehl

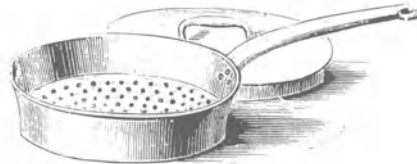
Butter

Salz, Pfeffer

Zitronensaft

Die Filets mit Zitronensaft beträufeln und würzen, in Mehl drehen und in die heisse Butter in die Pfanne legen. Beidseitig hellbraun braten und sofort mit Zitronenschnitzen und Petersilie garniert servieren.

Dampfkartoffeln (s.S. 169) dazu servieren.

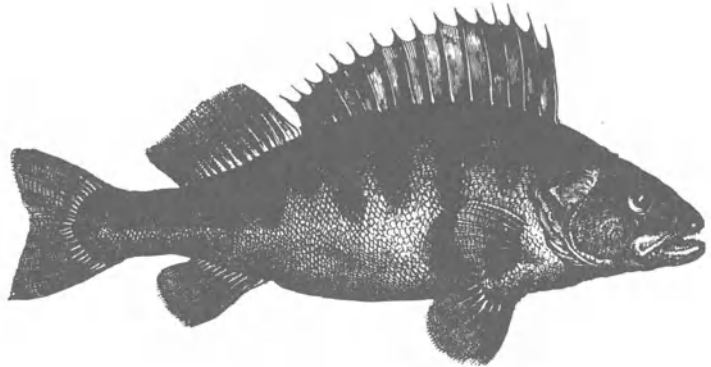


Eglifilets à la moutarde

*300 gr Eglifilets
Saft einer Zitrone
2 EL gehackte Petersilie
 $\frac{1}{2}$ gehackte Schalotte
Salz und Pfeffer
1 EL Moutarde de Dijon
50 gr Butter
2 EL Rahm*

Butter in Pfanne zerlaufen lassen. Schalotte dazu, glasig dämpfen, Filets salzen, würzen, mit Zitronensaft übergiessen und in die Pfanne geben; 5-10 Min. je nach Grösse der Filets goldig backen. Senf und Rahm verrühren, über die Fische geben und mit Petersilie bestreuen und sofort heiss servieren.

Salzkartoffeln dazu geben.



Eglifilets nach Zürcher Art

Für 2 Personen

300 gr Filets

1 kleine feste Tomate

Salz und Pfeffer

Zitronensaft

50 gr Butter

100 gr Champignons fein geschnetzelt

1/2 Zwiebel gehackt

2 dl Weisswein

1 EL Petersilie gehackt

1 dl Rahm

2 Eigelb

Etwas Butter in Omelettenpfanne, Zwiebeln und Champignons dazu, dünsten, Filets mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und zu den Zwiebeln legen, schön flach. Beidseitig etwas Farbe annehmen lassen, dann in eine feuerfeste Form geben, die gehackten Tomaten darüberstreuen. Rest Butter in die Pfanne, 1 EL Mehl dazu, mit Wein ablöschen. Rahm und Eigelb verklopfen, Sauce unter ständigem Rühren dazu, über die Fische geben und mit Petersilie bestreuen, 10 Min. in den Ofen geben.

Vor dem Servieren werden rund um die Platte Blätterteigmonde gelegt.

Felchen oder Forellen im Lattichblatt

Pro Person

1 Felchen oder Forelle, sauber ausgenommen

Salz und Pfeffer

Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone

50 gr frische Champignons gehackt

$\frac{1}{2}$ KL Dillspitzen, womöglich frisch

1 Schnitz Apfel geschält und gehackt

20 gr Butter

4 Lattichblätter kurz gekocht

Den ausgenommenen und geputzten Fisch innen und aussen salzen und pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln, ruhen lassen.

Unterdessen Schalotte in der Butter dämpfen, Champignons gehackt und Dill begeben. Apfel gehackt daruntermischen und diese Füllung 3 Min. dämpfen. Hernach wird sie in den Fisch gefüllt. Die abgekochten Lattichblätter flach auf ein Brett legen, den Fisch darin einwickeln, dass er ganz bedeckt ist und nur Kopf und Schwanz herausschauen.

Die so gerichteten Fische werden in eine feuerfeste Form gelegt und mit einem Glas trockenen Weisswein übergossen; mit einigen Butterflocken darauf 30 Min. im Ofen garen.

Die Form wird dazu mit einer Alufolie abgedeckt.

Petersilienkartoffeln dazu servieren.

Felchen nach Müllerinnen Art

Pro Person

1 Felchen ca. 200-250 gr

1/2 Tasse Milch

3 EL Mehl

Salz, Pfeffer aus der Mühle

100 gr Butter oder Margarine

2 EL gehackte Petersilie

1 Zitrone

Geputzte und geschuppte Fische in Milch und Mehl umdrehen, in der Butter schön gelb backen. Einige Tropfen Zitrone sowie die Petersilie darüber.

Mit Dampfkartoffeln (s.S. 169) servieren.

Kann ebenfalls mit Forellen gemacht werden, diese brauchen selbstverständlich nicht geschuppt werden.

Süßwasserfische mit Mandeln

Die Fische werden nach oben angegebenem Rezept vorbereitet. Neben den Fischen werden pro Person 2 EL geschälte, der Länge nach geschnittene Mandeln gebacken, die beim Anrichten über die Felchen oder Forellen gegeben werden.

Felchenfilets auf Tomaten

*500 gr Felchenfilets
50 gr Butter
2 gehackte Schalotten
1 EL gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer
2 EL Zitronensaft
3 grosse, feste Tomaten mit wenig Kernen*

Filets auf Teller würzen und mit Zitronensaft übergiessen.
Hälfte der Butter in Pfanne, Schalotten glasig dämpfen,
Tomaten in Scheiben geschnitten kurz mitdämpfen und auf
vorgewärmte Platte anrichten, warm halten.
Rest Butter in Pfanne, Filets goldig backen und auf die
Tomaten anrichten, mit Petersilie überstreuen. Heiss
servieren!

Luftreis (s.S. 171) dazu geben.

Fischcroustade

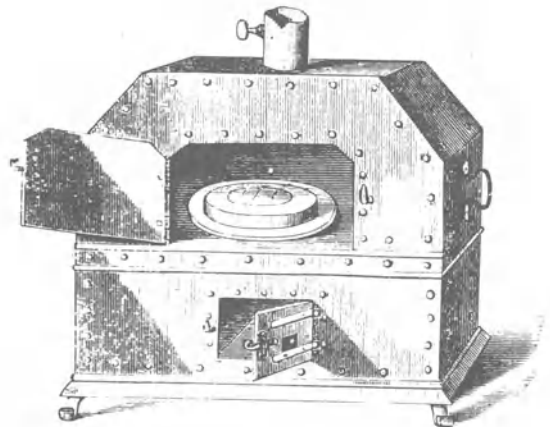
(aus Basler Kochbuch)

500 gr Croustadenteig (s.S. 186)
8 Sole Filets oder andere
10 Oliven ausgesteint
200 gr kleine Crevetten
1 dl Rahm
50 gr getrocknete Morcheln oder Steinpilze
2 Zwiebeln gehackt
40 gr Butter
1 Eigelb
1 Verbandgaze 3 cm breit

Fischfilets mit Zitronensaft überträufeln, salzen und pfeffern, in flache Form legen und mit etwas Weisswein bedecken, 10 Min. im Ofen dämpfen. Die Pilze einweichen, vom Sand säubern, abtropfen. Die Zwiebeln in Butter dämpfen, abgetropfte Pilze begeben. Eine Springform (22 cm Durchmesser) mit Croustadenteig auslegen. Der Teig soll etwas über den Rand der Form hängen. Die abgekühlten Fische werden abwechselnd mit den Pilzen, Crevetten, Oliven eingefüllt, den Rahm darübergiessen. Nun wird der Verbandstoff gelegt und in der Mitte ein ca. 4 cm Durchmesser grosses Loch in den Teig gestochen, das Ende der Gaze durchgezogen. Nun wird der über der Form hängende Teig auf den Deckel geschlagen, mit einer Gabel schön verziert. Aus Restenteig Förmchen ausstechen und auf die Croustade legen. Mit Eigelb bestreichen; im mittelheissen Ofen 45 Min. backen. Der Verbandstoff wird nun sorgfältig herausgezogen und die Croustade mit Rahmsauce (s.S. 153) gefüllt und sofort serviert.

Kalte Croustade

Will man die Croustade kalt servieren, sollte man sie am Tag zuvor herstellen. Sie wird nach dem gleichen Rezept bereitet, aber nach dem Herausziehen der Gaze kalt gestellt, später mit Gelée aufgefüllt und nochmals kalt gestellt.



Fischfilets, russische Art

*3 dl Olivenöl
150 gr Zwiebeln
500 gr gelbe Karotten
500 gr grünen Lauch
500 gr Sellerieknollen
Salz und schwarzen Pfeffer
750 gr Fischfilets*

Karotten und Sellerie werden in kleine Würfel geschnitten, Lauch in ca. $\frac{1}{2}$ cm breite Ringe.

Das Öl wird in eine schwere Pfanne gegeben und heiss gemacht. Das Gemüse wird beigegeben, reichlich mit Salz und Pfeffer gewürzt und gedünstet, bis es sich mit der Gabel leicht zerdrücken lässt.

Dieses Gemüse wird lagenweise, abwechselnd mit den rohen Fischfilets, in eine feuerfeste Form gelegt, zuoberst kommt eine Lage Gemüse, alles gut gewürzt und im Ofen 25 Min. überbacken.

Salzkartoffeln werden dazu serviert.



Fischfond oder Fumet

für 2 lt Fischfond

1 kg Gräte, zerkleinert

Köpfe und Flossen

50 gr Zwiebeln, geschnitten

ca. 10 Petersilienstengel

5 Pfefferkörner

2 lt trockenen Weisswein

1 lt Wasser

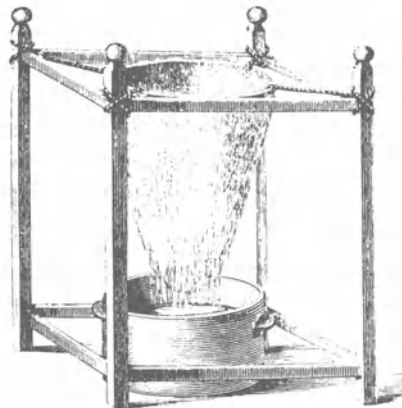
Salz

Alles zusammen 30 Min. auf offenem Feuer kochen lassen,
passieren.

Fischgelée - Gallerte

*4 Solefilets gehackt
6 Blatt Gelatine in $\frac{1}{2}$ Glas heissem Wasser aufgelöst
3 Eiweiss
Saft einer Zitrone
2 feingehackte Schalotten
7,5 dl Fischfond (s.S. 58)
1 Glas trockenen Weisswein*

Sämtliche Zutaten in Kasserolle aufs Feuer setzen und unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Beim ersten Aufwallen weg vom Feuer und nachher 10 Min. auf kleinstem Feuer kochen lassen. Dann sofort durch ein Tüchlein passieren und in Form erkalten lassen. Eine ganz kleine Prise Safran gibt der Gallerte einen schönen gelben Ton.



Fischgratin

Aus Restfischen aller Art kann man eine vorzügliche Speise bereiten.

Die Reste werden sorgfältig von allen Gräten befreit, es können gesottene oder gebratene Fische verwendet werden. Die Fischstücke werden in eine ofenfeste Platte gelegt, eine beliebige Sauce (Béchamel, Velouté, Weissweinsauce oder andere) darübergegossen, mit geriebenem Käse bestreut, gehackte Petersilie darüber und reichlich Butterflocken darauf; ungefähr 10-15 Min. im Ofen bei Oberhitze gratinieren.

Fischklösse

(Baden-Baden)

60 gr weiches Weissbrot ohne Rand

1 dl Rahm

1 Eischnee

240 gr Fischfilets, Egli, Soles, Flundern od. Hecht

50 gr schaumig gerührte Butter

1 Schalotte gehackt

100 gr geräuchten Lachs

Sauce

1 KL Tomatenketchup

1 dl Rahm

1 Eigelb

1 EL Cognac

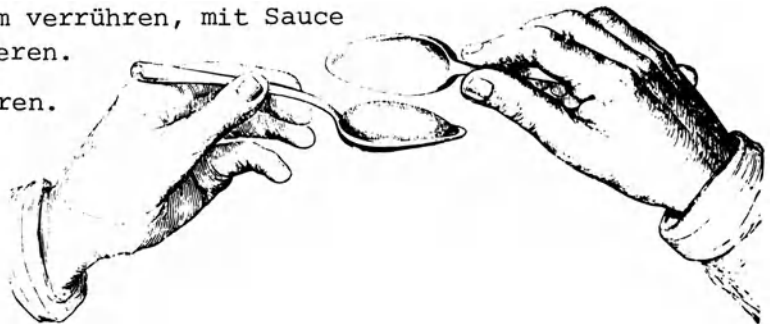
Weissbrot in Milch einlegen, ausdrücken und im Mixer pürieren. Fischfilets und Zwiebeln kurz in Butter dämpfen, mit Gabel zerhacken. Butter schaumig rühren, Brotmasse dazu, Rahm und Fisch beigeben. Im Mixer mit Lachs pürieren. Die Masse würzen, falls der Teig zu dick wird, mit etwas Rahm nachhelfen. 2 Std. in den Kühlschrank stellen. Dann Eischnee darunterziehen.

Flache Pfanne auf Herdplatte; 50 gr Butter, 3 dl Weisswein, 3 dl Wasser erwärmen bis zum Kochen. Mit 2 EL werden von der Fischmasse Klösse abgestochen und nebeneinander 5-7 Min. auf kleinem Feuer gekocht. Mit Schaumlöffel herausheben, in heisse Platte anrichten. Warm stellen.

Aus dem Sud mit etwas Mehl (1 KL) Sauce machen, einkochen.

Eigelb, Cognac, Ketchup und Rahm verrühren, mit Sauce legieren und über die Klösse leeren.

Luftreis (s.S. 171) dazu servieren.



Fischklösse - Quenelles de poissons

(einfachere Art)

Dazu verwendet man Hecht- oder Zanderfilets

250 gr Fischfilets

Salz, Pfeffer, etwas Paprika

2 Eiweiss

1 dl dicken Rahm

1 schwacher EL Mehl

1/2 Zitrone

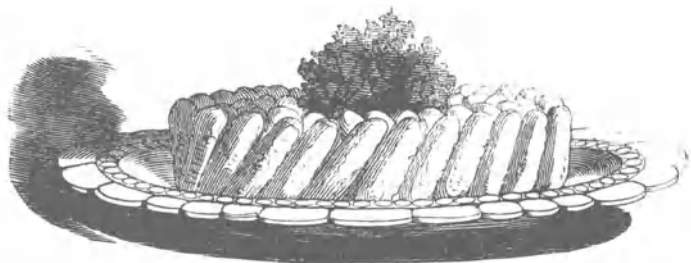
2 dl Weisswein

2 dl Fischfond oder Bouillon

Fischfond (s.S. 58) aus den Gräten herstellen.

Fischfilets in kleine Stücke schneiden, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern, etwas Paprika daraufstreuen. Alles im Mixer pürieren. Mehl dazugeben. Eiweiss halbsteif schwingen, unter die Fischmasse ziehen und zuletzt den dicken Rahm beimischen. 1/2 Std. kalt stellen.

In flacher Pfanne Fischfond und Wein erhitzen. Mit 2 EL von der Fischmasse Klösse abstechen und sorgfältig nebeneinander in den Fond legen. Mit Pergamentpapier abdecken, Deckel auf Pfanne und 15 Min. auf kleinem Feuer aufgehen lassen. Nun werden die Klösse mit Suppenlöffeln in eine feuerfeste Form gelegt, mit einer beliebigen Sauce (s.S. 173, 175) übergossen und 15 Min. im Ofen aufgezogen.



Fisch in Muscheln serviert

(Portugal)

Pro Person

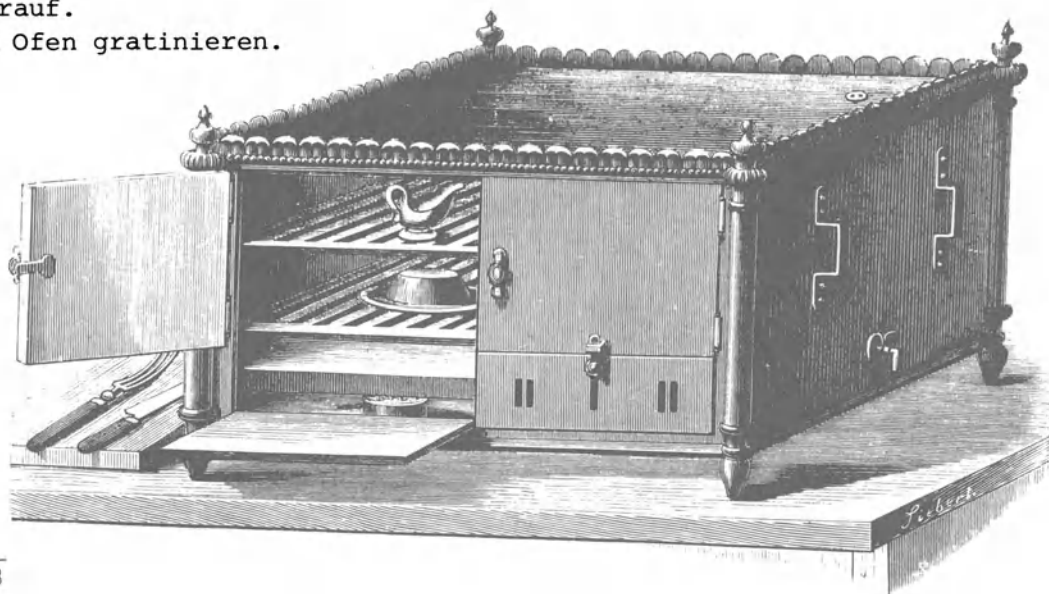
*150 gr Fischfilets, kurz abgeschwellt in
Salzwasser*

2 EL geriebenen Parmesan Käse

1/2 Tasse Béchamelsauce (s.S. 173)

1 KL Butter

Muscheln ausbuttern, Fischfilets einlegen. Weisse Sauce
(Béchamel) daraufgeben, mit Käse überstreuen und Butter-
flocken darauf.
10 Min. im Ofen gratinieren.



Fischpastete Basler Art



Man bereite einen geriebenen Teig aus

375 gr Mehl

250 gr Butter

Salz

2 EL Essig

1 Tasse Milch

Teig 1 Std. ruhen lassen

1-1,5 kg Fisch (Heilbutt, Collin oder Barben)

50 gr getrocknete Morcheln oder Steinpilze

50 gr Butter

1/2 Zwiebel

1/2 dl Wein

1/2 lt Rahmsauce (s.S. 153)

Ein Milchsud, $\frac{3}{4}$ lt Wasser, $\frac{1}{4}$ lt Milch, Salz, wird aufs Feuer gebracht. Fische hineingegeben und 10 Min. auf kleinem Feuer gekocht. Nun nehme man den Fisch heraus, schneide ihn in schöne Tranchen, entferne alle Haut und Gräten. Erkalten lassen.

Getrocknete Pilze in kaltem Wasser einweichen, nach $\frac{1}{4}$ Std. abtrocknen auf Tuch. Zwiebeln in Butter dünsten, Pilze dazu, nach 5 Min. Wein begeben und auf offenem Feuer etwas einkochen lassen. Kalt stellen.

Unterdessen Timballenform gut einbuttern, mit Paniermehl ausstreuen und mit dem $\frac{1}{2}$ cm dick ausgewallten Teig auslegen. Der Teig soll 2 cm über die Form heraushängen.

Fischstücke werden lagenweise, abwechselnd mit Pilzen, in die ausgelegte Form gelegt, dazwischen gehackte Petersilie gestreut. Wenn die Form voll ist, wird der überhängende Teig hineingeschlagen und mit Wasser befeuchtet. Einen runden Deckel aus Teig auswallen, etwas grösser als die Form, darüberlegen und andrücken. Man achte darauf, dass die Teigränder gut aufeinander geklebt sind. 1 Std. in vorgeheiztem Ofen bei mittlerer Hitze backen. Die Form herausnehmen, auf Platte stürzen, einige Minuten die Form auf der Pastete belassen, bevor man sie abhebt, sie fällt sonst leicht zusammen. Mit einem spitzen Messer wird oben ein Deckel eingeschnitten in Schnitze geteilt, wie eine Torte, die um die Pastete gelegt werden zum Servieren. Reich mit Petersilie garnieren und die Hälfte von der mitservierten Rahmsauce oben in die Pastete leeren.

Fischpastete (einfachere Art)

200 gr Blätterteig (s.S. 185)
300 gr Flundernfilets
50 gr Crevetten
4 Solefilets
1 dl Rahm
Salz und Pfeffer
1 Zitronensaft
1 KL Dillspitzen
50 gr Butter
1 Glas Weisswein
1 Eigelb

Die Flundernfilets salzen und mit Butter und etwas Wein in einer Omelettpfanne dämpfen. Danach den Inhalt der Pfanne im Mixer pürieren und etwas Rahm beifügen. Mit dieser Farce wird der Boden einer Terrine ausgestrichen, etwas Dill darüberstreuen, Solefilets mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Auf die Lage Farce wird ein Filet gelegt, einige Crevetten darauf, dann wieder Farce, Dill, Solefilets, Crevetten; fortfahren bis alles aufgebraucht ist. Zuoberst soll Farce sein. Ueber die Terrine wird ein Deckel aus Blätterteig gelegt, der Teig soll ca. 2 cm über die Terrine hängen; auf der unteren Seite leicht anfeuchten, damit er an der Terrine klebt. Der Teig wird mit ausgestochenen Figuren garniert, mit Eigelb bestrichen und 45 Min. bei mittlerer Hitze gebacken. Sollte der Teigdeckel zu dunkel werden, legt man eine Alufolie darüber.

Die Terrine kann warm oder am nächsten Tag kalt serviert werden.

Fischpudding

Für 8 Personen

1 kg Fisch (Kabeljau, Colin, Hecht etc.)

4 Eier

1/2 lt Rahmsauce (s.S. 153)

Salz und Pfeffer

Man präpariert den Fisch ohne Gräte und Haut und schneidet ihn in kleine Stücke. Die Rahmsauce und den Fisch in den Mixer. Diese Mischung pürieren und durch ein Haarsieb passieren. Eigelb nacheinander dazugeben, salzen und würzen. Eiweiss zu Schnee schlagen und darunter ziehen.

Die Masse wird in eine bebutterte Puddingform mit gut schliessendem Deckel eingefüllt. Ein Pergamentpapier wird unter den Deckel geklemmt, damit kein Wasser eindringen kann. Die geschlossene Form ins Wasserbad stellen und 1 Std. darin kochen.

Bevor der Pudding gestürzt wird, soll die Form einige Minuten darauf belassen werden, damit er nicht zusammenfällt.

Dazu kann eine Sauce serviert werden

Hollandaise (s.S. 175)

Kräutersauce (s.S. 176)

Tomatensauce (s.S. 181)

Kapernsauce (s.S. 176)

Fischsoufflé

Für 3 Personen

5 dl Milch

Salz und Pfeffer

70 gr Butter

75 gr Mehl

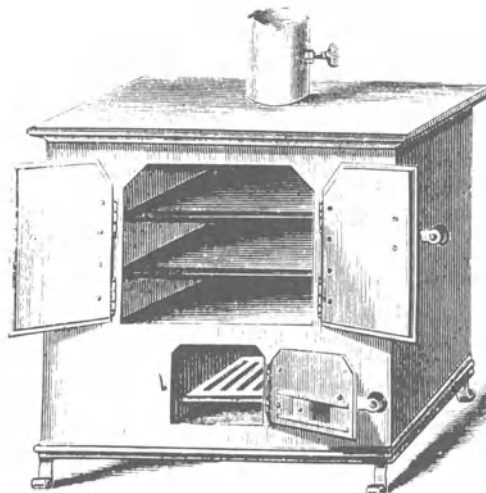
2 Eier

350 gr abgekochten und zerkleinerten Fisch

3 dl Milch aufkochen, Salz, Pfeffer und Mehl auf einmal hineinstürzen, fest rühren bis sich die Masse von der Pfanne löst. Kurz kaltstellen. Rest der Milch, Eier und Fisch vermischen, Butter daruntermengen und mit der Mehlmasse vermischen.

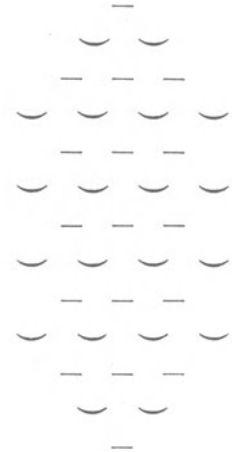
Auflaufform einbuttern, mit Brösel ausstäuben. Teig einfüllen und 25 Min. backen.

Sofort servieren!



Fischsud

FISCHES NACHTGESANG



Wichtig für den guten Geschmack der gesottenen Fische ist der korrekte Fischsud und seine Zutaten. Man verwende einen trockenen Weisswein, der am besten geeignet ist, den feinen Geschmack der einzelnen Fische hervorzuheben. Die beigegebenen Gemüse sollten nach Möglichkeit frisch sein, da Trockengemüse schon viel von ihrem Bouquet verloren haben. Der Sud sollte zuerst gut durchgekocht sein, ehe man die Fische beigibt. Ferner sollte stets genügend Sud in der Pfanne sein, sodass die Fische voll und ganz bedeckt sind, ja sogar schwimmen. Nachfolgend die Zutaten für verschiedene Sude, die jeweils den Fischen angepasst werden.

Sud I

für Forellen, Hecht, Zander, Felchen

$\frac{1}{2}$ lt Weisswein
 $\frac{1}{2}$ lt Wasser
3 in Scheiben geschnittene Zwiebeln
Petersileinstengel
Thymian
4 Lorbeerblätter
6 Pfefferkörner
1 gestr. EL Salz
 $\frac{1}{4}$ Std. kochen lassen

Sud II

für Turbot, Steinbutt, Heilbutt

2 lt Wasser
 $\frac{1}{2}$ lt Milch
4 Zitronenscheiben, ohne Schale und Kerne
6 Pfefferkörner
1 KL Salz

Diesem Sud wird der Fisch sofort beigegeben. Sobald er kocht, soll er nicht weiter sieden, sondern auf dem Siedepunkt stehen bleiben. Je nach Grösse des Fisches 15-30 Min. ziehen lassen.

Sud III

für Salm, Seeforellen

Dem Sud I geben wir noch drei in Scheiben geschnittene Karotten, 1 kleines Stück Sellerie und 2 EL Essig bei.

Fischsuppe

(Italien)

1,5 kg kleinere Meerfische
Sardinen, Rotbarben, Kabeljau,
Meeraal, Meerhecht

8 Scampi

8 kl Solefilets

500 gr Miesmuscheln, Moules

1,5 lt Wasser mit

Salz, 4 Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter
1 geschnetzelte Zwiebel, 2 dl Weisswein

Sud wir auf das Feuer gestellt; inzwischen werden die Fische
geputzt, Köpfe in den Sud getan, Filets von den Gräten ge-
löst und auf die Seite gelegt.

Muscheln putzen, abkochen, aus Schale lösen und zu den Filets
legen, Scampi ebenfalls. Sud mit Fischabfällen 45 Min. kochen
lassen, absieben. Fischfilets etc. in flacher Pfanne mit
etwas Sud 10 Min. ziehen lassen.

In die Suppenteller werden Filets, Scampi, Muscheln schön
garniert und mit gehackter Petersilie überstreut. Warm halten.
Sud abschmecken, würzen und kochend heiss über die Fischtel-
ler giessen. Sofort servieren! Gebackene Brotwürfel dazu geben.

Flundernfilets, kalt mit Avocado

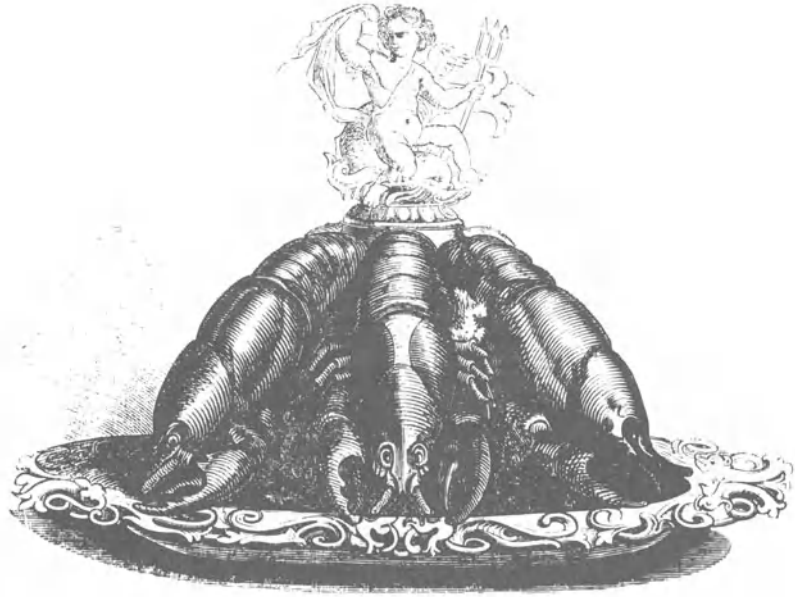
*8 kleine Flunderfilets
1 Zwiebel in Scheiben
30 gr Butter
Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone
1 KL Senf
Salz und Pfeffer frisch aus der Mühle
 $\frac{1}{2}$ Glas Weisswein
 $\frac{1}{2}$ Glas Hühnerbouillon
 $\frac{1}{2}$ Avocado
1 EL Mayonnaise*

Gratinform gut einbuttern, Zwiebelscheiben hineinlegen.

Die Flundernfilets der Länge nach halbieren, mit wenig Senf bestreichen und Zitronensaft darauf träufeln. Salzen und pfeffern. Nun werden die Filets sorgfältig um einen Kochlöffelstiel gerollt und mit Faden umbunden. Sorgfältig vom Stiel nehmen und in die präparierte Form stellen, Weisswein und Bouillon dazwischen giessen. Mit Pergamentpapier satt zudecken und in den vorgeheizten Backofen stellen. Sobald die Flüssigkeit kocht, Feuer zurückschalten und ca. 10 Min. dämpfen. Aus dem Ofen nehmen und in der Flüssigkeit erkalten lassen. Fäden lösen.

Avocadofleisch mit Gabel zerdrücken, Mayonnaise dazu, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, gehackten Dill und Estragon beigeben und fest vermischen. Mit Spritzsack in die Fischröllchen geben und diese auf Platte mit Salatblättern garniert stellen. Sehr kalt servieren!

Flusskrebse



Die Flusskrebse kommen aus kühlen Bächen und werden im Sommer bei Dämmerung mit der Taschenlampe "aufgestöbert" und dann unter dem Bachrand hervorgeholt. Die besten Monate sind Juli, August und September für unsere Gegenden. Heute werden im Handel aber beinahe das ganze Jahr hindurch Krebse, d.h. eben Süßwasserkrebse angeboten, die dann aber nicht immer gleich schmackhaft sind, da sie oft eine zu lange Reise hinter sich haben. Bekommt man die Krebse vom Händler, so sollte man sie sofort in ein tiefes Becken geben und unter laufendes Wasser stellen. Am besten deckt man das Gefäß mit den Krebsen mit einem Gitter zu, denn Luft brauchen sie doch, bis sie in den Sud wandern. Pro Person rechnet man 5-8 Stück. Man bereite den Krebssud (s.S. 74) vor, lasse ihn fest kochen und werfe die Krebse lebend hinein. Ständig umrühren und nach 10-12 Min prüfen, ob sie gekocht sind. Dies probiert man am einfachsten indem man einem Krebs den Schwanz ausreisst. Lässt er sich gut abtrennen, dann sind die Tiere gar und werden mit dem Sud in einer Suppenschüssel serviert.

Flusskrebse à la crème

*20 Krebse
50 gr Butter
1 EL Mehl
1 gehackte Zwiebel
1 EL Tomatenmark
Cayennepfeffer
Salz
etwas Worcestersauce
 $\frac{1}{2}$ dl Cognac
1 $\frac{1}{2}$ dl Rahm*

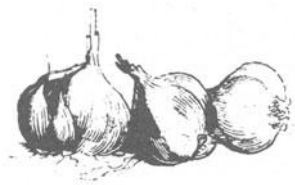
Krebse abkochen (s.S. 74) und warm halten. Zwiebel in Butter glasig dünsten, Tomatenmark, Cayennepfeffer und Salz, Worcestersauce und Mehl dazu. Mit Sud ablöschen und rühren bis es eine sämige Sauce gibt. Cognac und Rahm beigeben, ans Kochen bringen, abschmecken. Krebse in Servierschüssel trocken anrichten, Sauce darüber giessen. Heiss servieren!

Als Beigabe am besten Luftreis (s.S. 171)

Flusskrebs-Sud

2 Glas trockenen Weisswein
2 Glas weissen Weinessig
1 Glas gute Hühnerbouillon
 $\frac{1}{2}$ Glas Cognac
50 gr frischen Speck in Würfel geschnitten
2 Mohrrüben
4 mittlere Zwiebeln in Würfel geschnitten
1 Zweig Estragon
10 Schalotten
2 Knoblauchzehen
Petersilie, Kerbel, Thymian
 $\frac{1}{2}$ Orangenschale
3 EL grobes Salz
10 Pfefferkörner
3 starke Prisen weissen Pfeffer
2 Prisen Cayenne Pfeffer
 $1\frac{1}{2}$ lt Wasser

Speck anrösten, Gemüse dazu bis es leicht gelblich ist.
Dann Flüssigkeiten dazugeben, ablöschen und auf die Hälfte
einkochen.



Knoblauch.



Thymian.

Forelle, blau

Forellen frisch, lebend.

Nach dem Töten und Ausnehmen ziehe man einen Faden durch den Kopf (mit der Nähnadel) und durchsteche ebenfalls den Schwanz. Zusammenbinden, dass der Fisch eine schöne, gebogene Form erhält. 2 Std mit Essig übergossen liegen lassen. Fischsud (s.S. 69) kochen bis er sprudelt, die Forelle hineinlegen und das Feuer auf kleinste Hitze stellen. Zudecken, 8-10 Min. je nach Grösse, ziehen lassen.

Forelle, kalt

Im Sud erkalten lassen. Herausnehmen, Faden sorgfältig aufschneiden und wegnehmen, auf Platte dressieren und mit Fisch- oder Fleischgelée übergiessen. Die Forellen werden mit Petersilie und Zitronenschnitzen garniert.

Gebratene Forelle in Estragon Brühe

Für 6 Personen

6 grössere Forellen

6 hartgesottene Eier

6 EL Oel

1 Handvoll Estragonblätter

1 Büschel Petersilie

1 Bund Schnittlauch

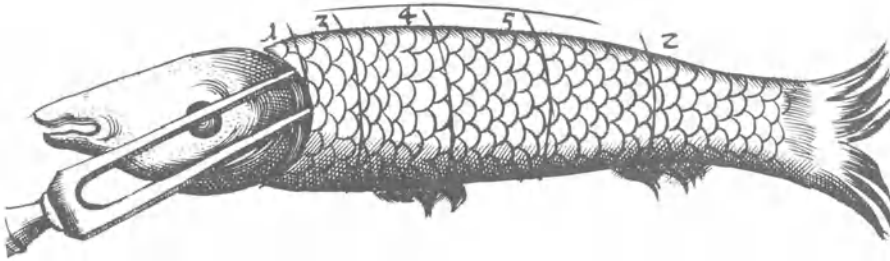
3 kleine Schalotten

Alle Gewürze und die Eier fein hacken. Die Forellen beidseitig mit 2-fingerbreiten Querschnitten versehen, ohne durchzuschneiden. Die Fische in mit Salz und Pfeffer gewürztem Oel umdrehen, sodass sie überall eine Oelschicht haben. Nun werden sie auf dem Rost im Backofen schön braun gebraten. Während dem Backen noch 2-3 mal mit Oel bepinseln. Auf eine Platte wird die Sauce gegossen und die gebratenen Forellen daraufgelegt.

Die Sauce wird wie folgt zubereitet: Die gehackten Eier und Kräuter werden mit dem Rest des Oels, in welchem die Forellen umgewendet wurden, gemischt, 2 EL Essig dazu, gut verrühren.

Gefüllte Forelle

(österreichischer Art)



Pro Person

1 Forelle

50 gr Schinken gehackt

Salz und Pfeffer

2 EL Weisswein und 1 Glas Weisswein

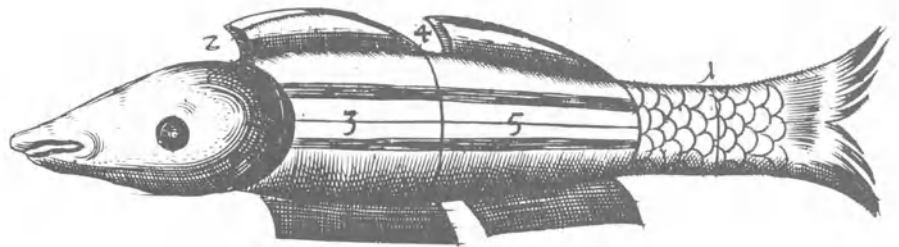
1 EL gehackte Petersilie

50 gr Butter

Forelle sauber ausnehmen und putzen. Aus obigen Zutaten eine Fülle herstellen und in den offenen Bauch des Fisches stopfen.

Die Fische werden in eine flache Form gelegt und mit Butterflocken darauf und einem Glas Weisswein, mit einem Pergamentpapier zugedeckt 15 Min. gedämpft.

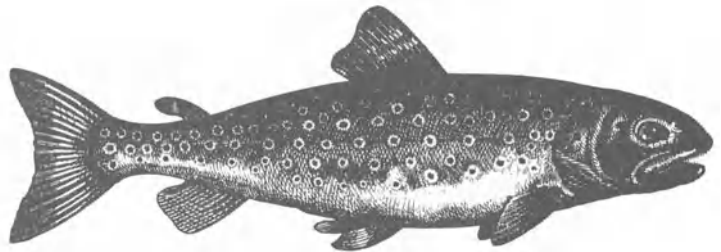
Dazu wird eine Krebsauce (s.S. 178) serviert.



Forelle gefüllt mit Kräutern

*1 Forelle (pro Person)
Saft einer Zitrone
1 EL Senf
1 Knoblauchzehe
Petersilie
1 EL Dillspitzen gehackt
Salz und Pfeffer*

Hierzu kann man auch tiefgekühlte Forellen verwenden.
Forellen auftauen, mit Zitronen beträufeln. Alle Kräuter,
Knoblauch fein hacken, mit dem Rest der Zutaten mischen.
Die Forellen mit dieser Masse füllen.
Pro Fisch eine Alufolie mit Öl bestreichen, Fisch darauf
legen und locker in die Folie wickeln, gut verschliessen und
auf Grill auf beiden Seiten 10 Min. grillieren.



Geräucherte Forellen

Sie werden gehäutet, sorgfältig in Filets geteilt und schön auf Platte garniert. Dazu serviere man Kapern, Zwiebelringe und Zitronenschnitze.

Froschschenkel

*12-20 Paar Froschschenkel je nach Grösse
50 gr Butter
 $\frac{1}{2}$ gehackte Zwiebel
 $\frac{1}{2}$ Glas Weiss- oder Rotwein
2 EL gehackte Petersilie
1 EL gehackten Estragon (oder getrockneten)
Salz und Pfeffer aus der Mühle*

Die Zwiebel wird in der Butter gedünstet; die Froschschenkel zugeben, leicht anbraten, würzen. Den Wein dazu und zugedeckt 10 Min. dünsten lassen, bis sich das Fleisch von den Knochen löst. Anrichten in vorgewärmte Platte, die gehackten Kräuter darüberstreuen und sofort servieren.

Hai oder Hellefisch geräuchert

Pro Person

150-200 gr geräucherten Fisch am Stück

50 gr Butter

Saft einer Zitrone

1 KL gehackter, frischer Dill

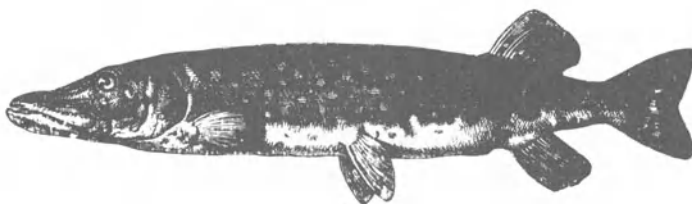
Eine sehr gute, abwechslungsreiche Vorspeise, die nicht sehr kostspielig ist.

Der Fisch wird sorgfältig von der dicken Haut gelöst und auf einem Brett in gleichmässige, fingerbreite Tranchen geschnitten. Diese werden auf eine Platte arrangiert und in den Kühlschrank gestellt.

Die Butter zerlaufen lassen, aber sie darf auf keinen Fall Farbe annehmen. Nun wird unter ständigem Schwingen der frische Zitronensaft darunter gemischt, zusammen aufschwingen und den Dill darunterziehen.

Diese Sauce wird entweder über den Fisch gegeben oder separat in der Sauciere serviert. Nach Belieben etwas Cayennepfeffer hineinmischen.

Hecht gespickt



Der Hecht wird von beiden Seiten mit Spickspeck gespickt, mit Zitronensaft beträufelt, gesalzen und gepfeffert, mit Oel bepinselt und auf dem Grill des Backofens 20-30 Min. je nach Grösse, gebraten.

Auf sehr heisse Platte anrichten, mit Zitronenschnitzen garnieren und Petersilie, gehackt, darüberstreuen.

Sauce Hollandaise (s.S. 175) und Dampfkartoffeln dazu servieren.

Hecht im Sud

Gleiches Verfahren wie Salm oder Seeforelle (s.S. 69)

Sud III

Heilbutt-Terrine

(England)

400 gr Heilbutt

3 Eiweiss

3 dl dicken Rahm

50 gr Butter

Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Cayennepfeffer

1 EL Cognac

Den Fisch fein hacken oder im Mixer zerkleinern. Der Rahm wird halbstreif geschlagen, die Eiweiss separat zu Schnee schlagen.

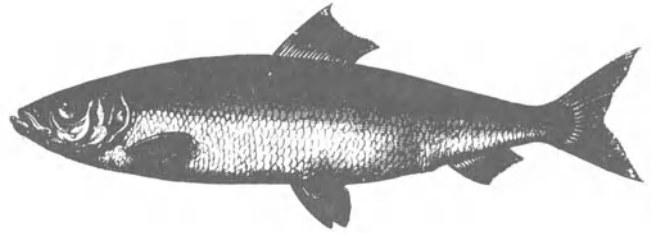
Butter schaumig rühren, den gehackten Fisch beugeben, würzen, Cognac dazu; zuerst den Rahm, dann die Eiweiss darunterziehen. Abschmecken.

Man fülle die Masse in eine Terrine, nur $\frac{3}{4}$ voll, da die Masse noch aufgeht. Deckel darauf, falls keiner vorhanden ist, decke man mit einer doppelten Alufolie zu und stelle die Form in eine mit kochendem Wasser gefüllte Bratpfanne und koche sie im Wasserbad in heissem Ofen ca. 25 Min.

Die Terrine wird einen Tag im Kühlschrank aufbewahrt und mit einer Hollandaise (s.S. 175), der man 1 EL Senf beigibt, serviert.

Heringsfilet

(Russland)



In der Mitte einer runden Platte wird ein gekochter, kalter Blumenkohl angerichtet. Rundherum grüne Erbsen, mit Salatsauce gewürzt. Dann werden Matjesheringsfilets aufgerollt rundherum gestellt. Elegante Hors d'oeuvre-Platte.

Heringsfilet

(Holland)

Die aus der Holztrommel genommenen Filets - denn so werden die Heringe in Holland gehandelt - werden unter dem fließenden Wasser sauber geputzt und gewaschen, alle Gräten entfernt und auf Platte angerichtet. Zwiebeln werden in Ringe geschnitten, rundherum garniert. Sauren, dicken Rahm und Schwarzbrot dazu servieren.

Heringsfilet mit Senfsauce

(Russland)

Pro Person

3 Heringsfilets aus dem Salz

1/2 dl Rahm

1 EL franz. Senf

Zitronensaft

Fische sauber putzen, mit Zitronensaft beträufeln, auf Platte anrichten.

Der Senf wird mit dem Rahm geschwungen bis eine dickliche Sauce entsteht, über die Filets gegeben und kaltgestellt bis zum Servieren.

Heringspaté

*3 Bücklinge
Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone
2 EL Weisswein oder besser Sherry
250 gr frischen Haddock (Filets)
1 Eigelb
30 gr Butter
3 EL dicken Rahm*

Bücklinge schälen, Gräten herausnehmen, salzen und pfeffern, mit Zitronensaft beträufeln. Haddockfilets in kleine Stücke schneiden. Alles zusammen mit dem Wein in den Mixer geben, Eigelb und die geschmolzene Butter, Rahm dazugeben. Die Masse wird in eine Terrine gefüllt, ein Lorbeerblatt darauf gelegt, mit dem Deckel verschlossen in einem Wasserbad im Ofen (220 Grad) 45 Min. lang gekocht. Im Kühlschrank 24 Std. erkalten lassen, mit Zitrone garnieren und Pumpernickel dazu servieren.

Heringssalat für Katermorgen

Für 2 Personen

4 Matjesfilets

*100 gr Sellerie gehobelt oder
in Würfel geschnitten*

*2 gekochte Kartoffeln
in Würfel geschnitten*

1 kl Gewürzgurke in Würfel geschnitten

2-4 EL Mayonnaise

$\frac{1}{2}$ Zitronensaft

1 kl Zwiebel in Streifen schneiden

Heringe gut wässern und putzen, in Streifen schneiden. Kartoffelwürfel 5 Min. abkochen.

Mayonnaise mit Zitronensaft mischen, Kartoffeln und Sellerie - wenn gehobelt, roh zugeben; wenn gewürfelt, abgekocht zugeben. Äpfel, Zwiebeln, Gurken und Filets sorgfältig darunterziehen. Ueber Nacht in den Kühlschrank stellen.

Herzmuscheln - Palourdes

Pro Person

ca. 10 Muscheln

50 gr Butter

*2 KL fein gehackte Kräuter, Kerbel, Petersilie
Estragon, Dill*

2 Knoblauchzehen ganz fein gehackt

1 Schuss Worcestersauce

Pfeffer aus der Mühle

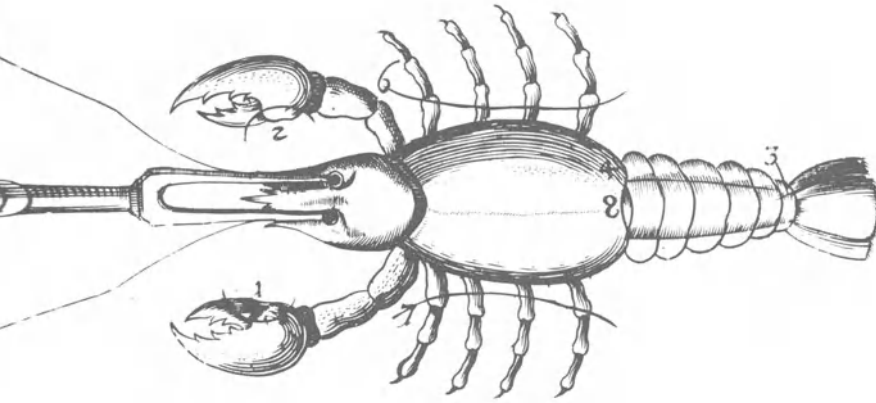
1 EL Zitronensaft

Butter schaumig rühren, alle Gewürze, Kräuter und Essenzen dazu, ev. im Mixer pürieren, falls nicht fein genug.

Muscheln mit spitzem Messer öffnen, den leeren Deckel wegwerfen. Auf die überbleibende Hälfte, in welcher die Tiere liegen, je ein KL Buttermischung geben. Unter dem heißen Grill 3-4 Min. erhitzen und sofort servieren.

Am besten schmeckt französisches Brot (Baguette) dazu.

Hummer



Der Hummer lebt an felsigen Küsten des Meeres. Nachts werden von den Fischern die bekannten Hummerkörbe ausgelegt, besteckt mit Fischködern. Von der Lockspeise angezogen, zwingt sich der Krebs ins Innere des Korbes. Durch den sich verengenden Ausgang kann er nicht mehr entweichen und wird so zur Beute des Fischers.

Die besten Hummer sind zwischen 1-3 kg schwer. Zum Abkochen verwende man eine nicht zu grosse Pfanne, die Tiere sollen gerade nur vom kochenden Wasser bedeckt sein, da sie sonst zuviel von ihrem ausgezeichneten Aroma verlieren. Für 1 kg schweren Krebs rechne man 30-35 Min. Kochzeit. Auch soll man keinen sogenannten Sud bereiten, der ebenfalls den guten Geschmack beeinträchtigen würde, sondern nur gut gesalzenes Wasser, dem man einige Pfefferkörner beigibt. Wird der Hummer kalt serviert, so soll er im Kochwasser behalten werden, bis er zu Tisch gebracht wird. Niemals sofort aus dem Kochtopf in den Kühlschrank legen.

Hummer auf amerikanische Art - Homard à l'américaine

Zu diesem Zweck eignet sich der Hummer besser als die Langusten.

*1,2 kg Hummer
1/2 dl Olivenöl
1/2 lt trockenen Weisswein
1 dl Cognac
3 dl Fischfond
250 gr klein geschnittene Tomaten
1 EL gehackte Schalotten
2 EL gehackte Petersilien
etwas gehacktes Estragon
1 zerdrückte Knoblauchzehe
1/2 dl starke Fleischglace
1 Messerspitze Cayennepfeffer
nochmals 30 gr Butter*

Butter und Oel in der schweren Kasserolle bereitstellen. Die Hummer werden lebend zerschnitten, zuerst längs, dann die Scheren aufklopfen. Darmsack entfernen, Eingeweide und Mark werden in einem Schüsselchen zur Seite gestellt. Die Stücke werden, leicht gesalzen, in das inzwischen heissgemachte Fett gegeben, gedämpft bis die Schalen schön rot sind. Zwiebeln, Tomaten, Kräuter, Gewürze dazu, mit Wein und Fischfond und Fleischglace ablöschen, Cayenne dazu und zugedeckt 15 Min. kochen lassen. Eingeweide zerkleinern, fest verrühren, Cognac dazu und mit der restlichen Butter aufschlagen. Hummerstücke in warme Schüssel anrichten, Sauce aufkochen und sofort mit Schwingbesen auf die Eingeweide geben, gut mischen und über die Hummerstücke anrichten.

Dazu wird Luftreis (s.S. 171) serviert.

Homard à l'armoricaine

Wir preparieren den Hummer gleich wie "Américaine" (s.S. 90)
nur wird die Sauce mit einem Eigelb und 1 dl Rahm legiert
und dann über die Hummerstücke angerichtet.

Hummer Mousse

*Zwei 500 gr schwere, abgekochte Hummer
(es kann auch Büchsenhummer verwendet werden)*

100 gr Mayonnaise

*30 gr Gelatine - in 2 EL heissem Wasser
aufgelöst*

1 Zitronensaft

1 TL Ketchup

Salz, Pfeffer etwas Cayenne

2 dl Schlagrahm

1 Eischnee

Hummerfleisch in Mixer mit Mayonnaise, Gelatine, Gewürzen,
Ketchup und Zitronensaft geben.

Schlagrahm darunterziehen, Eiweiss dazu. Alles sorgfältig
mischen und sofort in Form füllen und in den Kühlschrank
stellen.

Hummer - Homard Newburg

1 kg abgekochten Hummer
2 dl Rahm
50 gr Butter
1½ dl Sherry
1 Eigelb
½ gehackte Zwiebel

Das Hummerfleisch wird aus der Schale gelöst. Der Schwanz wird in schöne Scheiben geschnitten. Das restliche Fleisch wird so gross wie möglich gelassen.

Die Butter in flacher Pfanne zerlaufen lassen, Zwiebel dazu, glasig dämpfen.

Nun werden die Hummerstücke nebeneinander in die Pfanne gelegt und in der Butter erwärmt. Der Sherry wird daraufgegeben und der Rahm dazu; ans Kochen bringen. Die Krebsstücke werden herausgenommen, auf die vorgewärmte Platte gegeben und zugedeckt. Die Sauce wird auf das aufgeschlagene Eigelb geleert, fest geschwungen und sofort auf den Hummer getan, heiss serviert.

Am besten gibt man Luftreis (s.S. 171) dazu.

Hummersuppe mit Gemüse

(Frau Christen, Basel)

2 lebende Hummer, ca 500 gr pro Stück
3 Karotten
4 kl Kartoffeln
3 Lauchstengel
2 Fenchel
einige Erbsen, falls vorhanden
6 kl weisse Zwiebelchen
 $\frac{1}{4}$ lt Hühnerbouillon
Salz, Pfeffer, 1 Lorbeerblatt
100 gr Butter

Die Hummer putzen und lebend in $\frac{3}{4}$ lt kochendes Wasser werfen. Herausnehmen sobald sie rot sind. Gemüse reinigen und zerkleinern wenn nötig, 10 Min. im eingekochten Krebssud blanchieren; es soll noch knackig bleiben.

Hummer zerteilen, d.h. halbieren. Brustkasten auskratzen, Darmsack entfernen, Fleisch aufbewahren. Aus den Schwänzen je 4 Stücke scheiden, Scheren aufbrechen. Im Brattopf Hummerstücke in Butter anbraten, keine Farbe annehmen lassen, salzen und pfeffern, etwas Cayenne dazu. Gemüse dazu, auf Seite stellen, warm halten. Den Wein und Hühnerbouillon mit etwas Sud vermischen, einkochen lassen und mit Butter aufschlagen, das zur Seite gestellte Fleisch aus Brustkasten und Gemüse dazugeben. Gehackte Kräuter dazu und alles über die Hummerstücke giessen. In Suppentellern servieren.

Kabeljau

(Karibisches Gericht von Helen J.-M.)

*Pro Person eine gute Tranche Kabeljau
sauber geputzt*

1 Tasse Oel

1 Stange Sellerie, in Würfel geschnitten

3 Knoblauchzehen gehackt

1 Pimento, geputzt, Kerne entfernen

200 gr Speckwürfel

2 Blatt Lorbeer

Thymian

Salz und Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Zimt

2 EL gehackte Petersilie

Oel erhitzen, Fischtranchen hineinlegen, mit Wasser bedecken,
alle Zutaten (ausser Petersilie) dazugeben, zudecken und
15 Min. dämpfen lassen.

Etwas Zitronensaft darüber träufeln mit der Petersilie über-
streuen und sehr heiss servieren.

Dazu werden rote Bohnen serviert.

Kabeljau Tranchen, gebacken

Pro Person wird eine 200 gr schwere Tranche gebacken wie
"Lachs à la Bâloise" (s.S. 111).
Da dieser Fisch etwas fade ist, wird empfohlen, eine Kapern-
sauce (s.S. 176) oder Remouladensauce (s.S. 180) dazu zu
servieren.

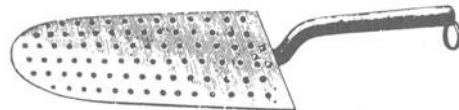
Kabeljau in Senfsauce

(Brasilien)

750 gr Kabeljau-Tranchen
 $\frac{1}{2}$ lt Wasser
1 Zwiebel, in $\frac{1}{4}$ geschnitten
2 Lorbeerblätter zerstossen
Salz und Pfeffer
1 KL Zucker
3 EL Butter
3 EL Mehl
2 EL Senf
1 EL Zitronensaft
1 EL Petersilie gehackt

Den Fisch mit einem Tuch trocknen, die Tranchen nebeneinander in eine gut schliessende Pfanne legen, Wasser, Zwiebel, Lorbeer, Salz und Pfeffer dazu, Zucker darüberstreuen. Ans Kochen bringen, Deckel darauf und geschlossen 8 Min. dämpfen lassen. Fisch sorgfältig auf vorgewärmte Platte legen, warm halten. Butter und Mehl in kleinem Pfännchen zerlaufen lassen, mit abgeseibter Sauce von den Fischtranchen ablöschen, fest rühren, keine Klumpen entstehen lassen und Senf, Zitronensaft und Petersilie dazu; über die Fische anrichten.

Salzkartoffeln dazu servieren.

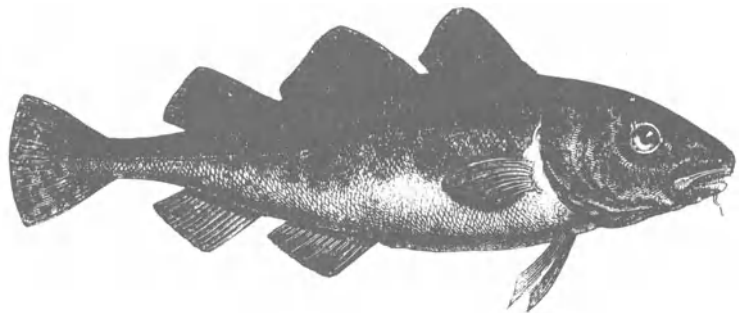


Kabeljau à la moutarde

*Pro Person 1 fingerdicke Tranche
frischen Kabeljau
1 Zitronensaft
Senf, Salz und Pfeffer
1 feingehackte Zwiebel
1/2 Knoblauchzehe
Petersilie, Majoran, Basilikum gehackt
1 EL Tomatenpurée
3 EL trockenen Weisswein*

Fisch mit Zitronensaft beträufeln und 1 Std. ruhen lassen.
Zwiebel, Kräuter fein hacken und mit einem EL Senf und
Tomatenpurée mischen; Wein dazu. Die Fischtranchen auf
beiden Seiten mit der Paste bestreichen, salzen und pfeffern.

Jede Tranche wird in eine Alufolie eingewickelt und allsei-
tig gut verschlossen. Auf dem Grill im Ofen 15 Min. backen
und in der Folie servieren.



Karpfen nach jüdischer Art

(Frau Christen, Basel)

*1 Karpfen in 1½ cm dicke Scheiben schneiden
100 gr gehackte Zwiebel
einige Schalotten
2 EL Oel und etwas Olivenöl
50 gr Mehl
½ lt Weisswein
½ lt Wasser
Salz, Pfeffer, etwas Cayenne
1 Lorbeerblatt
Petersilie und Thymian (frisch)
2-3 Knoblauchzehen*

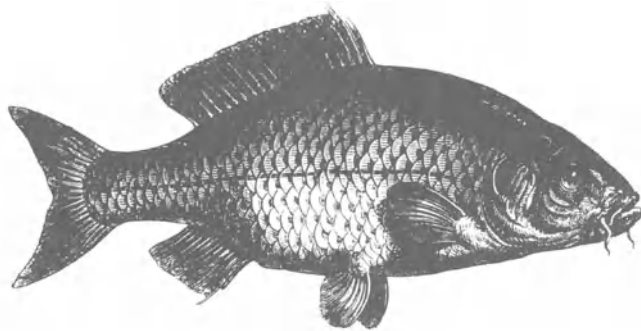
Die gehackten Zwiebeln und Schalotten im Oel hell andünsten, Mehl einrühren und einen Augenblick anziehen lassen. Weisswein und Wasser dazugliessen und die zerdrückten Knoblauchzehen beifügen, mit Pfeffer oder ganz wenig Cayenne würzen. Petersilie, Lorbeerblatt und Thymian zu einem Bouquet binden und alles zusammen gut auskochen lassen.

Die gesalzenen Karpfenstücke in die Brühe geben und 15-20 Min. langsam darin dämpfen lassen. Ist der Fisch gar, die Stücke so auf die Platte legen, dass es ungefähr wie ein ganzer Fisch aussieht. Die Sauce wird zur Hälfte eingekocht, passiert und nachher ausserhalb des Feuers mit etwas feinem Olivenöl aufgeschlagen. Den Fisch damit übergiessen und alles zu Gelée erkalten lassen. Kurz vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.

Karpfen in Rotwein

*1 ganzer Karpfen
4 dl Rotwein
50 gr Mehl
50 gr Butter
½ Zwiebel gehackt
100 gr Champignons oder Morcheln*

Mit etwas Butter das Mehl schön hellbraun rösten, mit gutem Rotwein ablöschen, den Karpfenkopf vom Fisch abschneiden und der Sauce beifügen, würzen! 1 Std. langsam kochen lassen. Den Karpfen möglichst rasch schuppen und nur kurz abspülen, salzen, in fingerdicke Scheiben schneiden und 10 Min. in der Sauce auf kleinem Feuer kochen. Die Fischstücke in eine tiefe Schüssel geben und warmhalten. Zwiebeln in Butter rösten und Pilze beigeben, die Sauce, die schön gebunden sein soll, darauf passieren, über den Fisch geben und rasch servieren (Karpfenkopf nicht mitservieren!)





Kaviar - Rogen

Die Auswahl von Kaviar ist schwierig, will man doch aus dieser kostspieligen Speise den grösstmöglichen Genuss ziehen.

Es gibt im Handel Kaviar unterschiedlicher Herkunft. Aus Russland kommen m.E. die besten Qualitäten. Er wird vom Stör, Hausen oder Sterlet gewonnen. Ein grosser Stör kann 1000 kg schwer sein, und ca. 300 kg Rogen (Kaviar) liefern, der an Ort und Stelle nach dem Fischfang präpariert wird und in Büchsen in den Handel kommt.

Die Vorspeise höchster Ansprüche, die man roh geniesst, ist Kaviar.

Hier einige Sorten:

Beluga: er wird meistens als der beste seiner Art angesehen, weil er die grössten, schönsten aber auch fragilsten Körner hat. Sein Preis ist entschieden höher als der der Konkurrenzprodukte.

Malossol: ist etwas kleinkörniger, dafür aber feiner im Geschmack, mild gesalzen (ungesalzener Kaviar ist ungeniessbar).

Sevruga: ist der gängigste wegen seines etwas niedrigeren Preises. Er ist etwas stärker gesalzen, dennoch ist er keinesfalls als minderwertig anzusehen.

Gepresster Kaviar: wird auch in Griechenland gehandelt. Oft ist er aus einer Mischung von drei Sorten hergestellt, aus Körnern, die nicht ganz so schön sind oder während der Gewinnung verletzt wurden. Er ist sehr gut verwendbar in Blinis (s.S. 168) oder auf Toast zum Apéritif.

Roter Kaviar: er wird vom Saumon oder Salm gewonnen. Er schmeckt ausgezeichnet mit Blinis (s.S. 168) oder eignet sich auch als farbliche Abwechslung gut zum Garnieren auf Brotschnitten zu kaltem Fisch. Da sein Preis günstiger ist als der des dunklen Kaviars, sieht man ihn oft auf grossen Buffets.

Pasteurisierte Kaviar: gleichfalls im Handel; das ist aber nicht mehr echter, sondern gekochter Kaviar.

Kaviar ist ein Frischprodukt und soll konsumiert werden, sobald die Büchse geöffnet wurde. Er soll nicht ans Licht kommen.

Tip: Aus der Büchse mit stumpfem Löffel senkrecht ausstechen, um die verbleibenden Körner nicht zu verletzen. Muss die angefangene Büchse dennoch einige Tage aufbewahrt werden, so sollte ein Stück Weissbrot ohne Rand in die Lücke des Gefässes gesteckt werden, das den austretenden Tran aufsaugt. Die Büchse wird wieder gut verschlossen und im Kühlschrank bei maximal +2° aufbewahrt.

Kaviar Eier



Pro Person

25 gr Kaviar

2 Eier

10 gr frische Butter

50 gr Kresse

Salatsauce

1/2 Zitrone

Von frischen Eiern schneidet man sorgfältig kleine Deckel ab, die zur Seite gelegt werden. Die Eier in eine Schüssel auslaufen lassen, salzen und pfeffern, mit Schwingbesen fest verklopfen. Die Butter in flacher Bratpfanne zerlaufen lassen, die verklopfen Eier auf mittlerem Feuer stocken lassen, mit Holzspatel ständig rühren, bis sie fast trocken sind. Nun werden die leeren Eierschalen mit dem Rührei gefüllt. Darauf gibt man auf jedes Ei einen Löffel Kaviar und setzt die beiseite gelegten Deckel darauf. Diese Eier werden in ein Beet von Kressensalat gestellt und so serviert. Mit Zitronenschnitzen garnieren.

Kaviar mit verlorenen Eiern

In einer Pfanne wird Wasser mit ca. 1 Glas Essig und Salz gekocht. Die Eier werden sorgfältig aufgeschlagen in eine Suppenschöpfe und einzeln in das schwach kochende Wasser eingelassen. Auf kleinem Feuer ziehen lassen, bis das Ei aufsteigt, ca. 6 Min. lang. Dieses wird mit einem Schaumlöffel sorgfältig aus dem Wasser gehoben, auf ein Tuch gelegt zum Abtropfen, dann in ein kleines Förmchen gegeben und mit einem Löffel Kaviar garniert und so serviert.

Kaviar mit Idaho potatoes aus dem Ofen

Pro Person

2 grosse Kartoffeln (Idaho potatoes)

50 gr Kaviar

1 dl Sauerrahm geschwungen

dunkles Brot, Pumpernickel

Kartoffeln werden mit kreuzweisem Einschnitt 1 Std. im Ofen gebraten.

Kaviar wird in der Büchse in Eis eingebettet serviert.

Sauerrahm in Sauciere dazu.

Die Kartoffeln werden mit der Hand aufgebrochen, Kaviar und Sauerrahm in die Kartoffeln gefüllt.

Kipperpaté

(Südafrika)

*200 gr Filets von Kipfern
20 gr Butter
2 EL Zitronensaft
2 Schuss Worcestersauce
Paprika
1 Tasse geschwungenen Rahm*

Butter in Pfännchen zerlaufen lassen, Filets dazugeben und mit Deckel 7 Min. auf kleinem Feuer köcheln lassen. Zitronensaft, Worcestersauce und Paprika dazugeben. Erkalten lassen. Dann im Mixer pürieren. Geschwungenen Rahm darunterziehen, in Terrine füllen und 12 Std. in den Kühlschrank stellen. Mit Zitronenscheiben und Kapern garnieren.

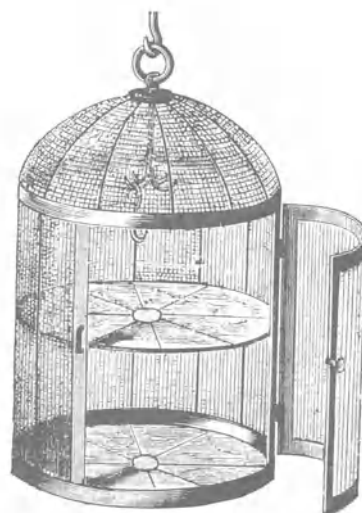
Krebse, Hummer, Langusten abkochen



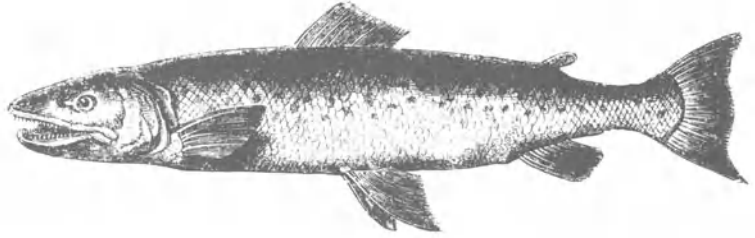
In einer grossen Pfanne, in welcher die Tiere gut Platz haben, wird starkes Salzwasser mit Pfefferkörnern aufs Feuer gestellt. Wenn das Wasser kocht, die Krebse lebend hineingeben - sie sind sofort tot - und 15-20 Min. kochen und im Sud erkalten lassen.

Krebse aufbewahren
nachdem sie aus der Schale genommen sind

Krebse, Crevetten können in Milch eingelegt 8 Tage im
Kühlschrank aufbewahrt werden.

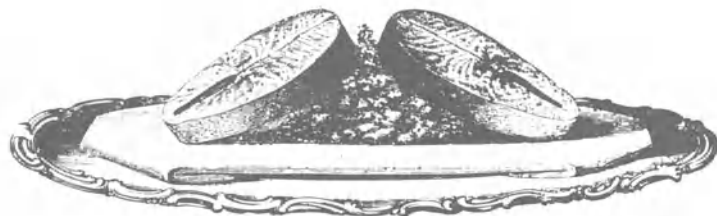


Lachs oder Salm



Beide Bezeichnungen meinen denselben Fisch. Sie können ein Gewicht von ca. 10 kg erreichen, doch sind die 5 kg schweren die zartesten und schmackhaftesten. Dieser Wanderfisch gehört zu den weitverbreitetsten, man trifft ihn in der Nordsee, im Atlantik bis hinauf nach Grönland, auch am Cape Cod in den amerikanischen Meeren. Er wandert von Frankreich nach Japan, es gibt ihn in den kalten Gewässern Schottlands - kurzum, wo trifft man ihn nicht? Den Rogner (weiblicher Fisch) zieht es zum Laichen flussaufwärts. Den Hacken (männlicher Fisch) erkennt man an dem unter dem Kiefer befindlichen "Hacken", auch ist er schlanker und besser als die weiblichen Tiere, die man auch "Liederer" nennt. Vom Januar bis Juli wird sein Fleisch rötlich, fetter und zarter; in dieser Zeit wird er meist als "Salm" bezeichnet. Beim Ausnehmen schlitzt man den ganzen Fisch von der untersten Flosse bis zum Kopf auf, nehme sorgfältig alle Eingeweide heraus und achte darauf, dass die bei der Leber befindliche Galle nicht verletzt wird; diese wird weggeworfen, während Leber und Samenflüssigkeit vom Milchner (männlicher Fisch) verwendet werden können. Der weibliche Fisch hat die Rogen (Laich), die man nicht essen kann. Die dünne Haut auf den Gräten wird abgelöst, damit das Blut ausgewaschen werden kann. Nun ist der Fisch vorbereitet zum Verbrauch.

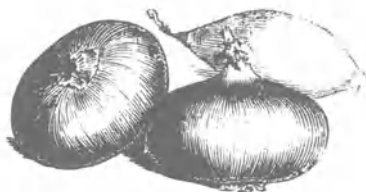
Lachs à la Bâloise



Pro Person

*1 Tranche frischen Lachs
1 Zwiebel in feine Scheiben geschnitten
50 gr Butter
Salz und Pfeffer
Zitronensaft*

Fischtranchen mit Zitronensaft beträufeln, Zwiebel in Scheiben schneiden, Fisch mit Tuch abtrocknen, salzen und pfeffern. Entweder in flacher Pfanne in Butter braun braten, oder auf Kuchenblech im Ofen, mit viel Butterflocken darauf, braunbraten. Sollte der Fisch Wasser ziehen, dann Feuer höherstellen. Unterdessen Zwiebelscheiben in viel Butter knusperig braten, die Fische auf heisse Platte, mit Zitronenschnitzen garniert, anrichten und die Zwiebel darüberggeben. Heiss servieren begleitet von Salzkartoffeln.



Liebe Zwiebel, gegenteilig
weisst Du wunderbar zu machen:
Schwemmst die Augen Du mit Tränen,
Füllst das Herz Du uns mit Lachen.

Lachsterrine gekocht

500 gr frischen Lachs
4 EL Cognac
6 Eiweiss
1 EL Saft einer ausgepressten Zwiebel
3 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer
1 Prise Cayennepfeffer
4 dl Rahm
50 gr Butter

Lachs entgräten, häuten und in kleine Stücke schneiden, mit Cognac begiessen, 2 Std. lang stehen lassen.

Lachs in den Mixer geben, Pfeffer, Zitronensaft, Zwiebelsaft, Salz, Pfeffer und Cayenne dazu. Butter zerlaufen lassen, ohne dass sie Farbe annimmt, abkühlen und dem Fisch begeben.

Mixen bis die Masse glatt ist, Eiweiss steif schlagen, Rahm schlagen, unterdessen stellt man die Fischmasse in den Kühlschrank. Zuerst Rahm, dann Eischnee unter die Masse ziehen, abschmecken und in gut bebutterte Form geben. Falls man die Mousse zum Servieren stürzen will, wählt man eine runde Form, lässt man sie aber in der Form, dann nimmt man eine Terrine mit Deckel.

Im Wasserbad, bei mittlerer Ofenhitze 50 Min. kochen und heiss servieren. Die Masse muss fest sein. Mit Crevetten- oder Hummersauce übergiessen (s.S. 174).

Langusten nach Pariser Art

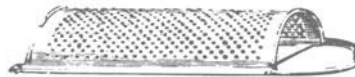
Die gekochten Schalentiere werden der Länge nach mit einem starken, wo möglich verchromten Messer halbiert. Auf Platte anrichten, mit Zitronenschnitzen und Petersilie garnieren und eiskalt mit Mayonnaise (s.S. 180) servieren.

Langusten termidor

Pro Person

*1½ Languste
50 gr Butter
1 KL Mehl
0,3 dl Fisch- oder Fleischsud
1 dl Rahm
Salz, Pfeffer, Cayenne
50 gr frische Champignons
in feine Scheiben geschnitten
1½ Schalotte fein gehackt
20 gr geriebenen Käse
1 EL Cognac*

Den abgekochten Krebs (s.S. 89) der Länge nach halbieren.
20 gr Butter in Pfanne, Zwiebel dazu, Champignons mitdämpfen
ohne dass sie Farbe annehmen. Die Eingeweide fein zerstoßen,
Fleisch in kleine Würfel schneiden. Die Champignons mit Mehl
überstäuben, Fischfond dazu, gut verrühren und würzen; Eingeweide und Krebswürfel darunterrühren, Rahm und Cognac beimeschen. Alles in die leeren Krebsschalen füllen, Käse darüberstreuen und 10 Min. bei Oberhitze im Ofen gratinieren.



Matelotte - Fischsuppe aus Marseille

500 gr Aal *Es kann dazu auch noch anderer*
300 gr Karpfen *roher Fisch (Reste) verwendet*
 werden.

2 Zwiebeln
2 Karotten
1 weisser Lauchstengel
 $\frac{1}{2}$ lt trockener Weisswein
Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 3 Nelken,
5 Pfefferkörner
 $\frac{1}{2}$ lt starke Bouillon oder Fischsud
50 gr Butter
3 EL gehackte Petersilie

Butter in die Pfanne, Zwiebel und Gemüse in Würfel geschnitten dazu, andünsten. Fische teilen, gute Stücke ohne Gräten in Würfel schneiden und zur Seite stellen. Fischabfall und Gräten zu den Gemüsen, mitdünsten, Bouillon, $\frac{1}{2}$ lt Wasser und Gewürze dazu, 1 Std. kochen lassen.

Fischstücke im Weisswein mit etwas Salz 10 Min. auf schwachem Feuer kochen lassen. Suppe durchsieben und zu den Fischstücken geben. Abschmecken, in Suppenschüssel anrichten und viel gehackte Petersilie daraufstreuen. Geröstete Brotwürfel separat servieren.

Matjes

Marinade

10 Pfefferkörner

20 gr Zwiebeln in Streifen

4 gr Wacholderbeeren

4 Gewürznelken

20 gr Zucker

1 dl Oel

1 dl Weisswein

1 dl Essig

Die frischen Heringe werden in Filets geteilt und mariniert (um den Geruch von den Händen zu bekommen, putze man sie mit Kaffeesatz).

In der Marinade halten die Filets 14 Tage im Kühlschrank. Zum Servieren werden sie aus der Marinade genommen und mit rohen Apfelstreifen und dickem Rahm darübergegossen serviert.

Meerbarben oder Rougets im Sud serviert



Man bereite den Sud I (s.S. 69), schneide das Gemüse schön regelmässig, vielleicht etwas kleiner als angegeben, da es mit zu Tisch gebracht wird.

8 Barben, je ca. 100 gr schwer, ganz frische Fische erkennt man an der leuchtend roten Farbe. Auch innen sind sie schön rosa. In den leicht abgekühlten Sud werden die Barben gelegt, ans Kochen gebracht und dann auf kleinem Feuer 15 Min. ziehen lassen.

Auf eine Serviette richten wir die gut abgetropften Fische an und servieren eine Kräutersauce (s.S. 176) dazu. die Platte wird wie üblich mit Zitronenscheiben und Petersilie reichlich garniert.

Meerfisch Mousse - Seafood Mousse

*100 gr Crevetten
250 gr Fischfilets (Haddock, Soles, Saumon
oder andere)
2 Eier hartgesotten (8 Min.)
1,5 dl Rahm
2 EL Gelatinepulver
1 KL Zitronensaft, Salz, Pfeffer
1 Glas Weisswein
1 Mohrrübe, 1 Zwiebel.
1 kleiner Lauchstengel
10 Champignons
3 dl Milch
40 gr Butter
3 EL Mehl
4 EL Sherry
2 EL gehackte Petersilie*

Milch mit allen Gemüsen, die fein zerschnitten werden, zum Kochen bringen und dann vom Feuer wegstellen. Mit Butter, Mehl und der abgeseihten Milch wird eine Béchamelsauce (s.S. 173) zubereitet.

Unterdessen den Fisch in flache Pfanne geben, salzen und mit dem Weisswein und der gleichen Menge Wasser zugedeckt auf kleinstem Feuer 10 Min. ziehen lassen und dann absieben.

Fisch sorgfältig von Haut und Gräten befreien und hacken, Eier und Petersilie gleichfalls klein hacken. Gallerte nach Vorschrift aus dem Gelatinepulver zubereiten und unter die Béchamelsauce mischen; etwas Gallerte aufbewahren zum Abdecken.

Fisch und Eiermasse, sowie die Crevetten in die Sauce mischen, Sherry begeben und den geschwungenen Rahm darunterziehen. Die Masse in eine Form einfüllen, kalt stellen. Wenn diese steif geworden ist, mit dem Rest der Gallerte abdecken.

Kann 1-2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden. Dies ist auch ein gutes Rezept zur Verwendung von Salm aus der Büchse.

Meerfische St. Jakob (St. Jacques)

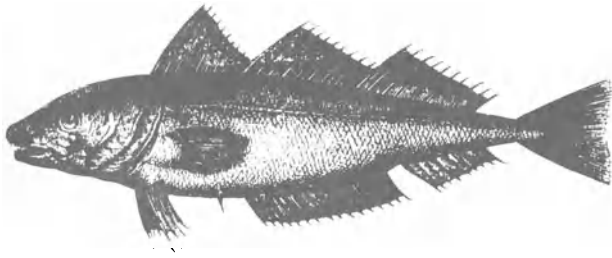
800 gr frischen Meerfisch, Filets oder Tranchen
1 Schalotte fein gehackt
2 Zitronen
30 gr Margarine
2 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 EL feingehackte Petersilie
1 EL Dill gehackt oder $\frac{1}{2}$ EL getrockneter Dill
400 gr tiefgekühlte St. Jakobsmuscheln
(Coquilles St. Jacques)
 $1\frac{1}{2}$ dl trockenen Weisswein
 $\frac{1}{2}$ dl dicken Rahm
1 EL Bouillonpulver

Oel und Margarine in flacher Pfanne erhitzen. Fischfilets oder Tranchen schön nebeneinander hineinlegen, mit Zitronensaft übergiessen, Schalotte dazu, auf kleinem Feuer andämpfen, die aufgetauten Muscheln dazugeben. Muschelsaft (vom Auftauen) und Wein darüberggeben und 15 Min. zugedeckt dünsten. Salzen und pfeffern.

In der Zwischenzeit den Rahm und die gehackten Kräuter vermischen, etwas Bouillonpulver dazugeben und über die Fische leeren; dann im vorgeheizten Backofen bei Oberhitze grillieren.

Reis dazu servieren oder Petersilienkartoffeln.

Merlans mit Moules



500 gr Moules
800 gr Merlansfilets
2 EL Olivenöl
30 gr Butter
Saft von 2 Zitronen
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Büschel feingehackte Petersilie
1 KL Dillspitzen
1 Schalotte fein gehackt
 $\frac{1}{2}$ dl Rahm steif geschlagen
1 Glas Weisswein
Schnittlauch, Kerbel gehackt

Muscheln in kochendes Salzwasser geben, 3 Min. lang, bis sie sich öffnen. Aus den Schalen nehmen, aufbewahren. Fischfilets mit Zitronensaft beträufeln, würzen und $\frac{1}{2}$ Std. ziehen lassen.

Olivenöl und Butter in flacher Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin dünsten, Fischfilets dazugeben, beidseitig andämpfen. Die ausgeschälten Muscheln begeben, Wein darüber giessen, 10 Min. zugedeckt auf kleinem Feuer pochieren. Rahm und alle gehackten Kräuter mit wenig Streuwürze verrühren und über die Fische geben; bei starker Grillhitze im Ofen Farbe annehmen lassen.

Luftreis (s.S. 171) dazu servieren.



Miesmuscheln - Moules

Miesmuscheln oder Moules müssen immer sehr frisch sein. Man findet sie an den Meeresküsten, an Felsen festgehakt. Zuerst muss man sie gründlich, unter fliessendem Wasser, bürsten und von den heraushängenden Bärten befreien. Offene Muscheln werden weggeworfen, da sie ungeniessbar sind.

Pro Person muss man 250-400 gr Miesmuscheln rechnen, da es viel Schalenabfall gibt.

Miesmuscheln als Gratin

*2 kg Miesmuscheln
2,5 dl. trockenen Weisswein
2 Lorbeerblätter
3 kl Schalotten fein gehackt
1 Knoblauchzehe fein gehackt
5 Pfefferkörner
2 Eigelb
1,5 dl Rahm
40 gr Butter
1 KL Salz
1 Prise Safran
1 KL Dill getrocknet oder frisch gehackt
 $\frac{1}{2}$ dl Sherry*

Muscheln säubern, wie angegeben.

Wein, $\frac{1}{2}$ lt Wasser, Pfeffer, Lorbeer, Knoblauch, Schalotten in die Pfanne geben, sobald die Flüssigkeit kocht, Muscheln hineinwerfen, aufkochen lassen bis sich die Muscheln öffnen. Etwas abkühlen lassen, dann die Tiere von den Schalen lösen, in feuerfeste Form geben (Schalen wegwerfen).

Eigelb, Rahm, etwas Salz zusammen in Schüssel schlagen, Sud in kleines Pfännchen absieben und bis zur Hälfte einkochen. 2-3 EL davon mit dem Sherry, Dill, Safran mischen, zu der Eigelbmasse geben und im Wasserbad unter ständigem Rühren mit der Butter vermischen, abschmecken und eventuell noch Salz und Pfeffer aus der Mühle begeben. Diese Sauce über die Muscheln giessen und bei Oberhitze 5 Min. im Ofen überbacken.

Miesmuscheln nach Matrosen Art - Moule marinière

*500 gr Moules (pro Person)
50 gr Butter
1 gehackte Zwiebel
 $\frac{1}{2}$ lt trockenen Weisswein
2 EL Petersilie gehackt*

Butter in Pfanne, Zwiebel darin andünsten, mit Wein ablöschen und leicht kochen lassen.

Unterdessen Muscheln waschen und putzen (Muscheln, die von Anfang an nicht ganz geschlossen sind, muss man unbedingt wegwerfen). Muscheln in die Sauce geben und unter Umrühren 10 Min. kochen lassen. Petersilie dazu und in Suppenschüssel anrichten. Französisches Weissbrot dazu servieren.

Miesmuschelsuppe - Moules Suppe

*2 kg frische Miesmuscheln
1/2 lt Wasser
1 Stangensellerie
1/4 lt Weisswein
2 Schalotten
1 Morrübe, 1 Lauchstengel
1/4 lt Milch
2 dl Rahm
2 EL gehackten Schnittlauch
500 gr Fischgräte zum Sud bereiten
(oder 1 Hühnerbouillonwürfel)
Salz und Pfeffer aus der Mühle
50 gr Butter oder Margarine*

1/2 lt Wasser aufs Feuer mit den Fischgräten und dem kleingeschnittenen Gemüse, Sellerie und Gewürze begeben. Unterdessen die Muscheln unter fliessendem Wasser reinigen und nicht wirklich geschlossene Muscheln unbedingt wegwerfen. Sud absieben, zur Seite stellen.

Butter oder Margarine in Pfanne zerlaufen lassen, die gehackten Schalotten begeben, mit dem Wein ablöschen, Pfeffer aus der Mühle dazu.

Die Muscheln werden nun beigegeben, 5 Min. unter Rühren auf lebhaftem Feuer bis sie sich öffnen. Sauce absieben und zur Seite stellen.

Muscheltiere werden aus der Schale genommen.

Sud, Sauce und Milch werden auf mittlerem Feuer erwärmt, ausgenommene Muscheln dazu, Rahm und Schnittlauch im letzten Moment darunterrühren, die Suppe darf nicht mehr kochen, soll aber sehr heiss serviert werden.

Miesmuscheln mit Tomaten

Restaurant Alitho

Für 6 Personen

48 schöne, grosse Miesmuscheln
1 grosse Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
2 grosse Tomaten, in heisses Wasser getaucht,
geschält, Kerne entfernt, fein gehackt
2 EL Paniermehl
4 EL Sultaninen ohne Kernen, gehackt
50 gr Butter
2 EL Petersilie gehackt
1/2 Tasse Olivenöl

Muscheln in Salzwasser 3 Min. abkochen, bis sie sich öffnen.
Die Tiere von der Schale lösen, je 1/2 Schale bereitstellen.
Muscheltiere hacken.

Butter in Pfanne, Zwiebel und Knoblauch dünsten, Tomaten dazu, gehackte Muscheln dazu, Sultaninen begeben, alles gut mischen und in die bereitgestellten Muscheln füllen. Paniermehl und Petersilie darüber streuen, jede Muschel mit Oel beträufeln. 5 Min. in vorgeheiztem Ofen gratinieren.

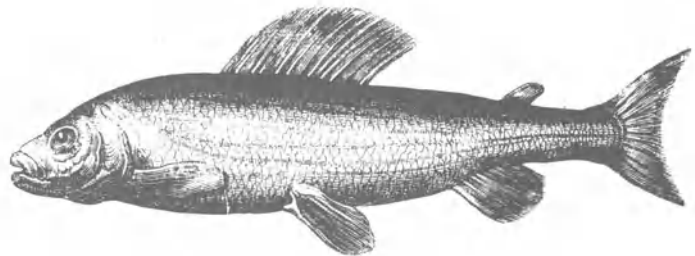
Dies ist eine abwechslungsreiche Vorspeise für verwöhnte Gäste.

Mousse von Aeschen - Omble chevalier

400 gr Aesche oder Omble chevalier (Filets)
1 gehackte Schalotte
2 EL Butter
1½ dl trockenen Weisswein oder Sherry
Salz und Pfeffer
1 EL Dillspitzen
1 Tasse Mayonnaise
½ Tasse dicken Rahm
1 EL Gelatine-Pulver aufgelöst in 1 EL
koch. Wasser
½ KL Worcester Sauce
1½ Tasse geschwungenen Rahm

Schalotte in Butter dämpfen - sie soll weiss bleiben. Fisch in feuerfeste Form legen, Schalotte und Wein darübergaben. Salzen und pfeffern. 20 Min. im vorgeheizten Ofen mit Alufolie abgedeckt bei mittlerer Hitze backen.

Fisch mit Gabel in feine Flocken teilen, kalt werden lassen. Mayonnaise, dicken Rahm und Worcester Sauce in den Mixer, Fisch dazu und die aufgelöste Gelatine begeben. Gut mixen bis es eine feine Creme ist. Dann wird der geschwungene Rahm sorgfältig daruntergezogen und in eine Terrine gefüllt. Sehr kalt servieren.



Mousse von Krabben

(wurde König Eduard VII von England in Ascot anno 1908 serviert)

1 grosse Krabbe
1 dl Mayonnaise
1 dl Rahm, geschlagen
2 dl dickes Fischgelée
Salz, Pfeffer, Paprika

Man öffne der Krabbe die Bauchseite, nehme das Fleisch heraus, mische es mit der Mayonnaise, zerstoße es in einem Mörser, passiere alles durch ein Sieb, würze und gebe das lauwarme, flüssiggemachte Gelée dazu. Schlagrahm darunterziehen.

Ist die Schale der Krabbe schön erhalten und nicht beschädigt vom Oeffnen, wird die Masse in die Schale gefüllt und in den Kühlschrank kaltgestellt. Kann man die Schale nicht gebrauchen, dann wird die Masse in eine mit Gelée ausgegossene Form gegeben, kaltgestellt und gestürzt serviert - mit den Krallen der Krabbe garniert.



Nasen gebacken

"wie der Bademeister sie macht"

Die Fische werden in den Backteig (s.S. 184) getaucht und im schwimmenden Fett oder Oel gebacken.
Dazu serviere man Kräutersauce (s.S. 176) oder Remoulade (s.S. 180) und Dampfkartoffeln (s.S. 169).

Omelette mit Thunfisch (Thon)

6 Eier
2 EL gehackte Petersilie
 $\frac{1}{2}$ Zwiebel, fein gehackt
1 kl Tomate, fein gehackt
1 T Weissweinsauce (s.S. 153)
1 dl Rahm
1 Büchse weissen Thunfisch

Thunbüchse öffnen, Oel abgiessen. Thunfisch hacken, Tomate schälen und hacken.

Zwiebel hacken, in Butter glasig dünsten, Tomate und Thun dazugeben, 5 Min. dünsten, in Schüsselchen warmstellen.

Weissweinsauce auf die Hälfte einkochen und dazugeben. Eigelb mit 2 EL Milch oder Wasser verklopfen, würzen. Rahm dazurühren und Omelette in Butter backen. Sobald die eine Seite braun und fest geworden ist, Thonmischung darübergeben, Omelette umschlagen und eventuell 5 Min. im Ofen in Form überbacken. In diesem Fall kann man das Omelette etwas früher vorbereiten und erst kurz vor dem Servieren im Ofen heiss machen.

Pastetchen aus Fischresten

*1 Tasse Fischreste aller Art
200 gr Blätterteig (s.S. 185)
½ Tasse Rahm, falls sehr flüssig, etwas weniger
nehmen
1 EL Tomatenketchup
Pfeffer aus der Mühle
1 EL gehackte Petersilie und Estragon
1 Eigelb zum Anstreichen*

Fisch von allen Gräten und Haut säubern, fein hacken. Rahm, Ketchup, Kräuter und Pfeffer daruntermischen.
Teig ½ cm dick auswellen und mit dem Teigrädchen etwa 8 cm grosse, kreisförmige Plätzchen ausrädeln.
In die Mitte jedes Teigplätzchens 1 EL Fischfarce geben, den Teig rundherum mit Pinsel anfeuchten und in der Mitte zusammenklappen. Die so entstandenen Halbmonde mit Eigelb bestreichen und ¼ Std. im mittelheissen Ofen backen.

Paupiettes de Sole Georgine

(Seezungenfilets mit Miesmuscheln gefüllt)

*8 Filets de Sole
1 kg frische Miesmuscheln
100 gr Butter
1 EL Mehl
1 Schalotte gehackt
Salz und Pfeffer
1 Glas Weisswein
1 EL gehackte Petersilie
1 Trüffel
2 dl Rahm*

Man koche die Muscheln 3 Min. in Salzwasser bis die Schalen sich öffnen. Die Tiere aus den Schalen nehmen und sie mit etwas Rahm in den Mixer geben (Schalen wegwerfen).

Die Filets de Sole nebeneinander auf ein Brett legen und salzen und pfeffern.

Butter in Pfanne, Schalotte dünsten. Mehl dazu, mit Weisswein ablöschen, die Hälfte dieser Sauce unter die gehackten Muscheln aus dem Mixer mischen; das gibt eine dickliche Paste, die auf die Fischfilets gestrichen wird. Nun werden diese in die Hälfte zusammengelegt, in eine bebutterte Gratinform gegeben, auf jedes Filet eine Scheibe Trüffel gelegt. Aus dem Rest der Sauce und dem Rahm wird eine Legierung gemacht, die sorgfältig über die Paupiettes gegossen wird. 10 Min. im Ofen aufziehen.

Piroque-Pastetchen

(Russland)

*200 gr Blätter- oder Pastetenteig
200 gr Fischfilets
50 gr Sardellenfilets aus dem Oel
1 EL gehackte Petersilie und Dill*

Teig wird $\frac{1}{2}$ cm dick ausgewellt. Mit dem Teigrädchen werden Quadrate von 10 cm Grösse ausgeradelt.
Füllung: Fischfilets mit $\frac{1}{2}$ gehackter Zwiebel in Butter kurz anbraten, salzen und pfeffern. Die Sardellenfilets werden gehackt und dazugegeben. Ebenso die Kräuter. Alles wird mit einer Gabel zu Purée gerührt; kleine Häufchen davon werden nun auf die Teig-Vierecke gegeben und diese in der Hälfte umgeklappt. Teigränder fest andrücken, 25 Min. im mittelhissen Ofen backen, mit Tomatensauce (s.S. 181) heiss servieren.

Rauchterriner - Terrine fumée

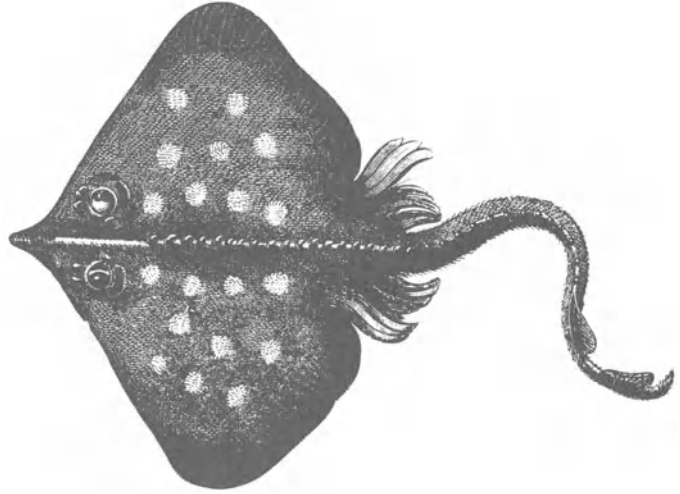
*2 Kippen geräucht
200 gr geräucherter Aal
100 gr Butter
2 EL Zitronensaft
1 KL Worcestersauce
2 KL gehackte Kräuter - Petersilie, Kerbel,
Estragon, Dill
Pfeffer aus der Mühle, Salz
1 kl. Knoblauchzehe zu Saft gepresst*

Fische sorgfältig von Haut und Gräten befreien, ganz fein hacken, ev. im Mixer.

Butter schaumig rühren, Knoblauchsaft, Zitronensaft, Pfeffer, Salz und gehackte Kräuter begeben, Worcestersauce dazu, dann den gehackten Fisch darunterziehen und in Terrine einfüllen. Sehr kalt stellen (etwa 3 Std.)
Mit Toast servieren.

Rochen in brauner Butter - Raie au beurre noire

(Basel)



Der Fisch wird am besten mit einer Bürste sauber gewaschen. Im Sud I (s.S. 69), dem aber 1 Glas Essig mehr zugegeben wird, langsam 20-25 Min. garkochen. Ist der Fisch durchgekocht, hebt man ihn aus dem Sud, um die dunkle und weisse Haut mit einem feinen Messerrücken zu entfernen. Frische Butter wird erhitzt, bis sie braun ist. Den Fisch mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern, einige Kapern und gehackte Petersilie darüberstreuen. 4 EL kochenden Weinessig darübergeben und dann die braune Butter. Die Platte, auf welcher der Raie angerichtet wird, muss sehr heiss sein. Alle Zutaten müssen bereit sein, damit es schnell geht. Das ist eine wirkliche Delikatesse, die nur von echten Gourmets richtig geschätzt wird. Es ist meistens schon sehr schwierig, Rochen zu beschaffen.

Salm oder Seeforelle im Sud

DER SALM

Ein Rheinsalm schwamm den Rhein
bis in die Schweiz hinein.

Und sprang den Oberlauf
von Fall zu Fall hinauf.

Er war schon weißgottwo,
doch eines Tages – oh! –

da kam er an ein Wehr:
das maß zwölf Fuß und mehr!

Zehn Fuß – die sprang er gut!
Doch hier zerbrach sein Mut.

Drei Wochen stand der Salm
am Fuß der Wasser-Alm.

Und kehrte schließlich stumm
nach Deutsch- und Holland um.

*1 Seeforelle oder Salm ca. 1 kg schwer
Sud (s.S. 69)
Zitronenschnitze
Petersilienbüschel*

Den kalten Sud in die Fischpfanne geben. Der Fisch wird
in eine Serviette gerollt und an den beiden Enden der
Rolle gehalten und in den Sud gelegt.

Fisch zum Kochen bringen, 25 Min. auf kleinem Feuer ziehen lassen.

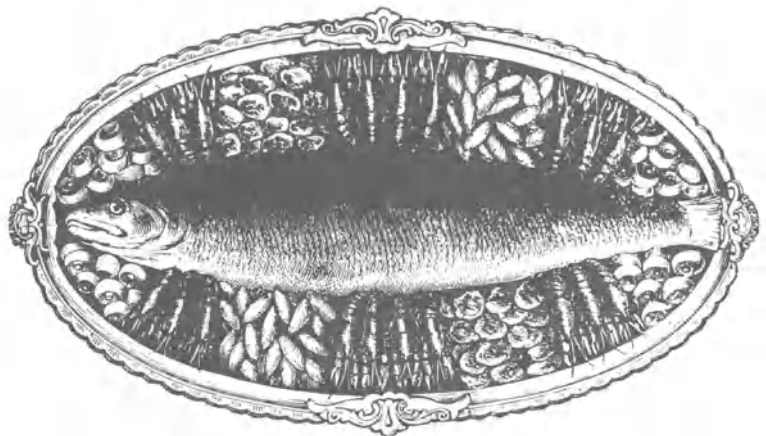
Es ist nun eine Leichtigkeit den Fisch an den Enden der
Serviette aus dem Sud zu nehmen und unversehrt auf die
Platte zu rollen.

Mit Petersilie und Zitronenschnitzen garnieren. Sauce
Hollandaise (s.S. 175) dazu servieren.

Salm - Saumon nouvelle mode

*1 Tranche Salm (pro Person)
100 gr grüne kleine Böhnchen
150 gr kleine Pariserkarotten
100 gr Blumenkohl
2 EL Zitronensaft
1 EL frische Dillspitzen*

Den Fisch im Sud I (s.S. 69) abkochen. Die feinen Gemüse werden getrennt, sie können je eine Sorte in Alufolie gelegt, in der gleichen Pfanne im Salzwasser kurz geschwellt werden. Sie sollen noch knackig bleiben. Die Fischtranchen auf Platte anrichten, Dillspitzen mit Zitronensaft anrühren. Das Gemüse wird als Kranz um den Fisch angerichtet. Dill und Zitronensaft nur über den Fisch geben. Diese Platte kann warm oder kalt serviert werden.



Salmfilets - Escalopes de saumon

*4 Tranchen Salm
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Tasse Fischbouillon
1 EL Essig
1/2 dl dicker Rahm
1 Eigelb
1 gehackte Schalotte
1 EL Estragonblätter ohne Stiele
1 EL Essig (weiss)*

Fisch salzen und pfeffern. Fischtranchen in Butter anbraten. In kleinem Pfännchen Bouillon, Essig und Schalotte aufkochen. Eigelb und Rahm verklopfen, Estragonblätter beifügen, heisse Bouillon unter ständigem Schwingen beifügen, warm halten, aber nicht kochen lassen. Nachwürzen bei Bedarf.

Fischtranchen auf heisse Platte anrichten und mit der warmen Sauce übergiessen.

Salmfilets - Saumonfilets en feuilles



4 Saumon- oder Lachsfilets (frisch)
4 Schalotten fein gehackt
150 gr Champignons in dünne Scheiben schneiden
50 gr Butter
1 EL frischen, gehackten Dill
1 Zitronensaft
Alufolie

Pro Person breiten wir ein tellergrosses Stück Folie aus.

Schalotten in der Hälfte der Butter dämpfen und in die Mitte der Folien die Schalotten verteilen. Darauf wird ein gehäufte EL Champignons gelegt, darüber je 1 Fischfilet. Salzen und pfeffern, Dill darüber streuen. Die Hälfte der Zitrone wird über die Filets ausgedrückt, die andere Hälfte wird geschält und, von der weissen Haut befreit, in dünne Scheibchen geschnitten. In jedes Päckchen kommt eine kleine Zitronenscheibe und zuoberst 1 Stück Butter. Nun wird die Folie zu satten Päckchen geschlossen; diese werden auf ein Kuchenblech gelegt, 11 Min. in vorgeheizten Ofen gebraten und in der Folie mit Zitronenschnitzen und Petersilie garniert, heiss serviert.

Salm Steak

(England)

Pro Person

150-200 gr schwere Tranchen von sehr frischem Salm

Sud

2 dl trockener Weisswein

Saft einer Zitrone

1 Zitrone für Schnitze als Garnitur

1 Zwiebel

1 Büschel Petersilie

1 Lorbeerblatt

1 KL Salz

1 Stoffsäckchen mit 5 Pfefferkörnern,

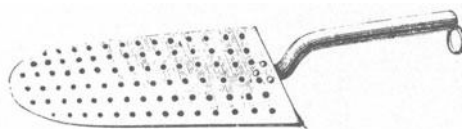
1 KL Thymian und 1 KL Tarragon

4 dl Wasser, sowie alle andern Zutaten in einer flachen Fischpfanne aus Email oder Chromstahl zum Kochen bringen. 15 Min. auf kleinem Feuer kochen lassen.

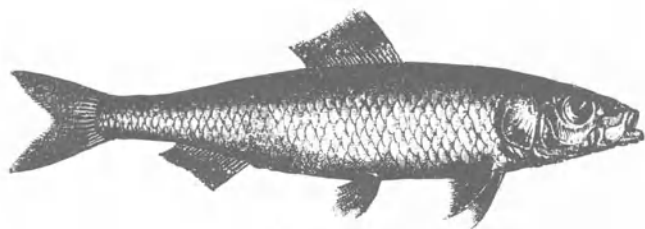
Unterdessen Fischtranchen auf Teller flach nebeneinander legen und mit Zitronensaft beträufeln. Stehen lassen bis der Sud bereit ist.

Nun legt man den Fisch sorgfältig auf die Unterlage der Fischpfanne und lasse ihn auf kleinem Feuer 8 Min. ziehen. Sorgfältig mit der Gabel probieren, ob der Fisch gar ist. Dann richtet man die Tranchen auf der vorgewärmten Platte an, nimmt die Haut und die dunklen Partien vom Fisch weg, garniere mit Petersilie und Zitronenschnitzen und serviere sofort mit weisser Butter (s.S. 183) oder Hollandaise (s.S. 175).

Als Beilage Salzkartoffeln.



Sardellen Stängelchen zum Apéro

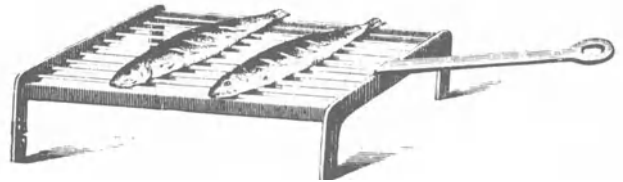


*150 gr Sardellenfilets aus dem Oel oder
200 gr Sardellenfilets aus dem Salz
200 gr Blätterteig (s.S. 185)*

Zunächst nimmt man die Filets aus dem Oel und legt sie einzeln auf Küchenpapier zum Abtropfen. Sind nur Filets aus dem Salz vorhanden, müssen diese unter dem kalten Wasser abgewaschen und geputzt werden, da die Filets im Salz doch meistens noch Gräten und Schwanz haben, trocknen. Man wallt den Blätterteig schön viereckig aus, ca. $\frac{1}{2}$ cm dick. Dann lege man die präparierten Filets mit 4-5 cm Abstand nebeneinander auf den Teig. Nun wird mit dem Teigradler ca. 1 cm neben dem Ende der Filets durchgeradelt und ebenfalls zwischen den Filets. Nun kippt man den Teig über die Fische und drückt ihn fest an, dass es schöne "Stengeli" gibt. Mit Eigelb anstreichen und ca. 15 Min. bei mittlerer Temperatur im Ofen backen. Womöglich warm servieren zu Spinat, oder auch zu Aperitif oder Bier.

Sardinen auf dem Grill

(Mittelmeer)



Auf dem Markt am Mittelmeer erhält man billig frische Sardinen. Da diese Fische viele feine Gräten haben, die schwer zu entfernen sind, ist die beste Zubereitungsart auf dem Grill.

Pro Person 3-4 Sardinen, je nach Grösse. Die Fische werden mit Oel eingepinselt, auf den sehr heissen Grill, am besten auf ein Holz- oder Kohlenfeuer gelegt und beidseitig unter häufigem Drehen schön braun gebraten. Würzen, mit Zitronenschnitzen garnieren und sofort servieren.

Dazu wird frisches französisches Brot gereicht.

Sardinen im Speck

(Südfrankreich)

Pro Person

3-4 Sardinen (fangfrisch)

4 dünne Specktranchen

frische oder getrocknete Salbeiblätter

1/2 Zitrone

engl. Brot in Scheiben

1/2 TL Oel

Das Brot wird in längliche Scheiben geschnitten, in Oel getaucht und auf ein Backblech gelegt. Auf jede Sardine kommt ein Salbeiblatt, salzen. Sardine dann in eine Speckscheibe wickeln und auf die Brotscheiben legen. 15 Min. in den Ofen - der Speck muss sehr schön braun gebraten sein. Pfeffer aus der Mühle darüberstreuen.

Sashimi - roter Thunfisch

(Japan)

Roher Thunfisch wird hauchdünn in Tranchen geschnitten und blumenförmig auf eine Platte angerichtet. Rundherum wird ein Kranz von weißem Schnapperfisch, ebenfalls roh und ganz hauchfein geschnitten, gelegt. In der Mitte wird ein Büschel frische Seealgen oder falls nicht vorhanden, grüne Petersilie dressiert. Diese Platte wird sehr kalt mit Sojasauce serviert.

Scampi Mousse

*400 gr geschälte Scampi
Paprika, Salz, Cayenne
3 EL Cognac
5 Eigelb
2¹/₂ dl geschlagenen Rahm*

Scampi im Mixer pürieren, würzen, Cognac und Eigelb darunterrühren. Rahm begeben.

Die Masse wird in kleine, gut bebutterte Förmchen eingefüllt und im Ofen im Wasserbad bei ca. 150° festwerden lassen.

Schildkrötensuppe - Lady Curzon

Leider ist es kaum möglich, hierzulande den Extrakt für Schildkrötensuppe selbst herzustellen, weil es an den Rohmaterialien fehlt.

Im Handel ist dieser, und sogar geschmacklich ganz ausgezeichnet, in Büchsen erhältlich.

für zwei Tassen

1 Büchse Schildkrötensuppe

2 EL Rahm

2 Eigelb

2 Prisen Curry

1/2 Glas Sherry

Butter auf Feuer zerlaufen lassen, Curry dazu, Rahm und Eigelb in Schüssel schwingen, Suppe in der Pfanne mit Butter warm werden lassen, unter stetigem Schwingen zur Eimasse geben. Die Suppe darf nicht kochen, daher nur kurz aufs Feuer stellen.

Vor dem Servieren Sherry daruntermischen.

Schnecken (Onkel Hans)

Frankreich

Für 6 Personen

*Im Handel sind Konserven von Weinberg-
schnecken erhältlich, dazu erhält man die
leeren Schneckenhäuschen*

60 Schnecken

125 gr geputzte Sardellenfilets, gehackt

10 frische Champignons, gehackt

10 kleine Schalotten, gehackt

1 grosser Büschel Petersilie, gehackt

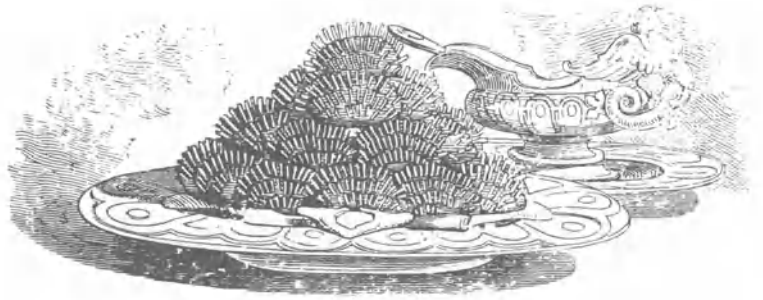
150 gr Butter

2 dl Madeira Wein

1 weisses Brötchen

Butter und Gewürze, Zwiebeln, Champignons und Sardellen werden 10 Min. auf kleinem Feuer zugedeckt gedünstet. Das Brötchen wird von der braunen Kruste befreit und nur das Innere, Weisse davon wird in Krümmel gerieben und beigegeben, Madeira und gehackte Petersilie darunter gerührt. Das gibt eine ziemlich feste Masse, die falls zu fest, mit 2 EL Schneckenwasser angefeuchtet werden kann. Kalt stellen. Unterdessen wird in jedes Häuschen eine Schnecke gelegt und satt mit der bereiteten Fülle ausgestopft. Man kann die so vorbereiteten Schnecken gut 2 Tage im Kühlschrank aufbewahren. Vor Gebrauch wird etwas Paniermehl und ein Stückchen Butter auf jede Schnecke gegeben. Aufrecht in dick mit Salz bestreutes Kuchenblech stellen und 10 Min. - sie sollen sehr heiss sein - im Ofen braten. Dazu gebe man französisches Weissbrot.

Seeigel - Oursin



Sie werden mit der Schere rundherum aufgeschnitten. Vom Seeigel ist nur das Innere geniessbar. Die roten, kreuzförmig an der inneren Wand festklebenden Muskeln werden mit einem kleinen Löffel herausgehoben, mit Zitronensaft beträufelt, mit Pfeffer aus der Mühle und mit gebuttertem Toast serviert.

Seeteufel - Baudroie - Lotte, mit Kräutern

*800 gr Seeteufel in Filets geschnitten
1 EL fein gehackte Zwiebeln
50 gr Butter
2,5 dl trockenen Weisswein
4 EL Martini dry
Salz, frisch gemahlenen Pfeffer
Estragon, Petersilie, Kerbel gehackt,
 $\frac{1}{3}$ Tasse voll
 $\frac{1}{2}$ Zitrone*

Fisch salzen, pfeffern und mit Zitrone beträufeln, eine halbe Stunde zugedeckt im Kühlschrank stehen lassen. Butter und Zwiebeln weiss dünsten, Fische dazugeben, mit Weisswein und dem Martini ablöschen. 10 Min. zugedeckt auf kleinem Feuer köcheln lassen. Fisch herausnehmen und auf Servierplatte warmstellen. Die verbleibende Flüssigkeit einkochen und die restliche Butter in Stückchen geschnitten zugeben; mit dem Schwingbesen schwingen, Kräuter, Pfeffer und restlichen Zitronensaft dazu. Diese Sauce wird über die Fische angerichtet und sofort mit Dampfkartoffeln serviert.

Seeteufel - Baudroie à l'américaine

*900 gr Seeteufel in Tranchen geschnitten
1/2 lt starke Hühner- oder Fischbouillon
2 dl Weisswein
Salz, Pfeffer
2 KL Schalotten gehackt
50 gr Butter
1 KL Mehl
1 1/2 dl Rahm mit
1 EL Cognac vermischt
2 EL Tomatenpurée
1 starke Prise Safran*

Bouillon und Wein in flacher, feuerfester Form in Ofen stellen. Fischfilets salzen und würzen. Sobald der Sud kocht, Fische nebeneinander hineinlegen, mit Pergamentpapier decken und 15 Min. dämpfen. Sud abgiessen, aufbewahren. In kleinem Pfännchen Schalotten in Butter dämpfen, bis sie glasig sind. Tomatenpurée und Mehl zugeben, Gewürze und Safran dazu, mit einigen Löffeln Sud ablöschen. 5 Min. auf kleinem Feuer kochen lassen. Rahm darunter rühren und die Sauce über die Fische geben. Nochmals 10 Min. in heissen Ofen.

Luftreis dazu servieren.



Seezungen - Soles gefüllt

(Drouant Paris)

4 Seezungen
100 gr geräucherter Lachs
2 dl Rahm
Salz und Pfeffer
2 EL gehackte Petersilie
1/4 lt trockenen Weisswein
50 gr Butter
2 EL Zitronensaft
3 dl Fischfond
1/2 dl Sherry

Beim Händler lässt man die Gräten mit einem Längsschnitt auf dem Rücken herausnehmen, ohne den Fisch auseinander zu trennen.

Butter und Mehl in Pfännlein mischen, auf kleinem Feuer mit Fond und Weisswein Sauce herstellen, 15 Min. kochen lassen. Unterdessen in den Schlitz der Seezungen Zitronensaft träufeln, Petersilie und 1 Stück Lachs einlegen, würzen, in feuerfeste Form geben, 1 dl Sud oder Fond beigeben, mit Alufolie zudecken und 10 Min. im Ofen dämpfen.

Die vorher präparierte Sauce wird mit dem Rahm und dem Sherry verfeinert, über die Fische gegeben und alles nochmals 10 Min. im Ofen gratiniert.

Seezungenfilets gefüllt - Soles farcies

8 schöne, grosse Seezungenfilets.
60 gr Sardellenfilets aus dem Oel, gehackt
1 Büschel Petersilie gehackt
4 kleine Schalotten gehackt
50 gr Butter
100 gr frische Champignons
Saft von einer Zitrone
Salz und Pfeffer
2 dl Weisswein

Sauce

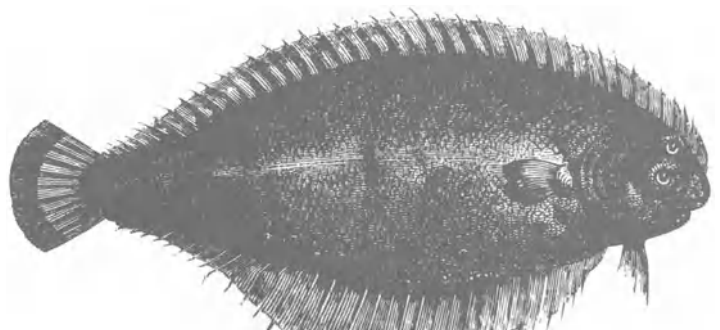
200 gr Champignons
2 EL Butter
2 dl Weisswein
1 KL Mehl
1 dl Rahm

Zuerst die oben angegebenen 100 gr Champignons hacken, in der Butter dünsten, Zitronensaft, Petersilie, Salz, Pfeffer und Sardellen dazugeben.

Die Filets einzeln auf ein Brett legen und mit der Masse bestreichen, rollen und mit Faden zusammenbinden. Den Wein mit gleicher Menge Wasser aufs Feuer stellen, etwas Salz dazu und die Fischrollen stehend 10 Min. auf kleinem Feuer köcheln lassen.

Unterdessen bereiten wir die Sauce vor, schneiden die 200 gr Champignons in dünne Scheiben, dünsten sie in Butter geben etwas Salz und Pfeffer bei, streuen das Mehl darüber, löschen mit 1 Glas Sud ab und geben den Rahm dazu. Die Fische werden aus dem Sud genommen, die Fäden gelöst und in eine feuerfeste Form gestellt. Sauce darüber geben und im Ofen 7 Min. wärmen.

Salzkartoffeln dazu servieren.



Seezungen mit Miesmuscheln und Krebsen

(Frankreich)

8 Seezungenfilets

1 kg Miesmuscheln, abkochen, ausnehmen (s.S. 122)

100 gr kleine Krebse

Weissweinsauce (s.S. 153)

1 dl Rahm

Die Filets werden gesalzen und gepfeffert, in eine bebuterte Form gelegt, mit etwas Weisswein übergossen und 10 Min. mit Pergamentpapier bedeckt im Ofen gedünstet. Einer guten Weissweinsauce (s.S. 153) geben wir die Flüssigkeit von den Filets bei und streuen Muscheltiere und Krebse über die Filets. Die Sauce etwas einkochen und mit dem Rahm mischen; sie wird dann über die Fische gegossen und diese 10 Min. im Ofen leicht überbacken.

Man serviert Luftreis (s.S. 171) oder Dampfkartoffeln (s.S. 169) dazu.

Seezungen in Weisswein - Soles au vin blanc

C'est la sauce qui fait le poisson

8 schöne Seezungenfilets
100 gr Butter
1 Schalotte
Salz, Pfeffer
100 gr frische Champignons
1 EL Dillspitzen
2 EL Zitronensaft
1 EL Mehl
3 dl trockenen Weisswein
2 dl Rahm

Die Filets werden gesalzen und gepfeffert, Zitronensaft darauf (bitte nicht übertreiben!). Filets dann schön nebeneinander in eine flache ausgebutterte Form legen, einige Butterflocken darauf und ein Glas Weisswein dazu. Die Form mit einem Pergamentpapier zudecken und zum Dämpfen 15 Min. in den Ofen stellen.

Weissweinsauce mit Rahm

Unterdessen wird die feingehackte Schalotte in Butter gedämpft - sie darf keine Farbe annehmen. Die Champignons fein hacken, zur Zwiebel geben und mitdämpfen. Das Mehl darunterrühren und mit dem restlichen Wein ablöschen. 20 Min. auf kleinem Feuer kochen lassen. Diese Sauce wird mit Rahm und den Dillspitzen angereichert und über die Filets gegeben. Im heissen Ofen durchwärmen.

Mit Luftreis (s.S. 171) servieren.

Solesfilets als Salat

2 Seezungefilets (pro Person)
Gurkenscheiben
Fischfond (kann aus den Gräten der Filets hergestellt werden)
1 Zitrone
5 KL Dillspitzen, frisch
3 EL Salatöl
Salz, Pfeffer
1 Glas Weisswein

In flacher Pfanne wird der abgeseibte Fischfond mit dem Wein und etwas Salz erhitzt. Die Filets flach nebeneinander einlegen, mit Pergamentpapier abdecken und auf kleinem Feuer 10 Min. weichdämpfen. Die Filets im Sud erkalten lassen. Platte mit Gurkenscheiben garnieren, Filets sorgfältig, sie dürfen nicht brechen, mit Spachtel auf die Gurken legen.

Zitronensaft und Dillspitzen werden in kleiner Schüssel verrührt und das Öl dazugemischt. Diese Sauce wird über die Filets gegeben und sofort kalt gestellt.

Steinbutt - Turbot à la crème

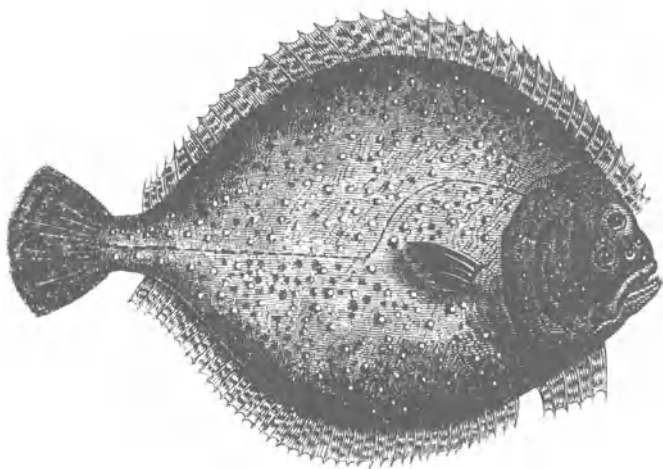
*1 Steinbutt (pro Person 300 - 350 gr)
Salz, Pfeffer
2 gehackte Zwiebel
2 EL gehackte Petersilie
Zitronensaft
50 gr Butter
2 dl trockenen Weisswein
2 dl Rahm*

Von diesem Fisch, der sehr schwere Gräten hat, muss man 300-350 gr pro Person rechnen, besonders, wenn er als ganzer Fisch bereitet wird, wo auch noch Kopf und Schwanz abgehen.

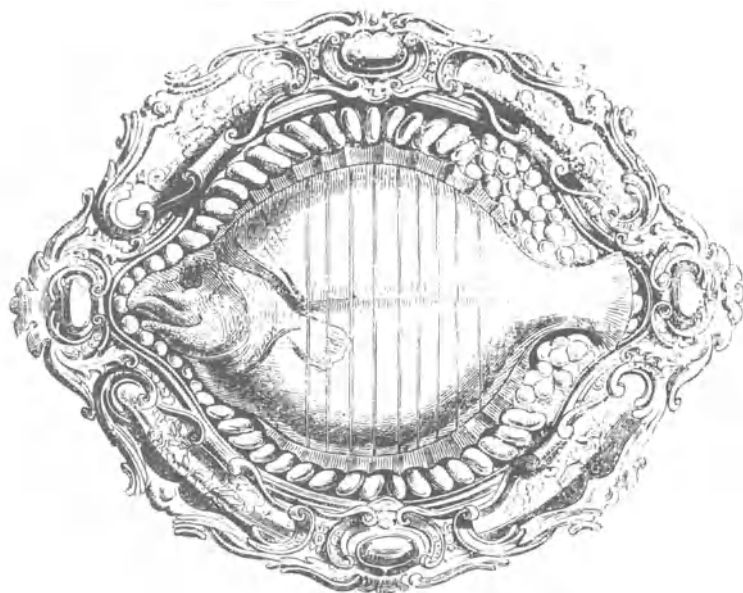
Der ganze Fisch wird mit der schwarzen Haut nach oben auf einen Backofengrill, der mit Alufolie belegt ist, gelegt. Salz, Pfeffer, eine fein gehackte Zwiebel, 2 EL Petersilie, reichlich Zitronensaft und 50 gr Butterflocken darauf verteilen. Ofen vorheizen (ca. 220°), Fisch einschieben und 10 Min. backen. Nun wird ein Glas trockener Weisswein darübergegossen und der Fisch wieder 10 Min. in den Ofen gestellt, wo er ständig mit dem abtropfenden Saft überrieselt werden muss.

Jetzt 1½ dl Rahm darübergiessen. Nach weiteren 15 Min. sollte der Fisch gar sein. Kontrollieren mit einer Gabel, ob das Fleisch sich vom Rückgrad löst. Auf runde Platte anrichten, warm stellen. Sauce auf Alufolie mit etwas Wein und Rahm auflösen und heiss über den Fisch geben.

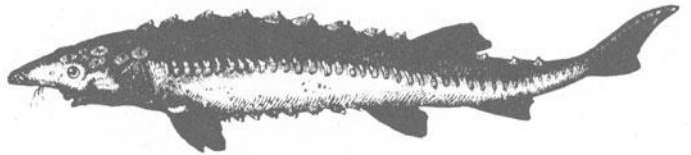
Steinbutt im Sud - Turbot poché



Man schneide fingerdicke Stücke quer über das Rückrat,
koche sie 20 Min. im Sud (s.S. 69) und serviere den Fisch
mit Sauce Hollandaise (s.S. 175).



Sterlet



Der Sterlet ist einer der teuersten Fische und kommt hauptsächlich im Kaspischen Meer vor.

Man bereite einen guten Fischsud II (s.S. 69) vor und lege den Fisch hinein. Er soll nur leicht kochen und keinesfalls sprudeln. Nach ca. 30 Min. steche man vorsichtig mit einer Gabel hinein; wenn sich das Fleisch von den Gräten löst, ist der Fisch gar. Man nehme ihn heraus, lasse ihn abtopfen, lege ihn auf einer Serviette auf die Platte. Man garniere den Fisch mit roh geraffelten Karotten, Zitronenschnitzen und Petersilienbüschel. Dazu wird eine Hollandaise Sauce (s.S. 175) serviert.

Stockfisch

Nach Alfred Walterspiel

Er schreibt: "Der Stockfisch hat zwar einen etwas anrühchigen Namen, aber ein richtiger Stockfisch ist etwas ganz anderes, als die monatelang in Lagern oder Kellern aufgestapelten, versalzenen Fische. Doch wie er auch zubereitet wird, so bleibt er doch nur für das Mittagessen geeignet, speziell für Männer. Ich verwende ihn grundsätzlich nur, wenn ich eine garantiert erstklassige Qualität erhalte.

Nachdem ich ihn 24 Std. gewässert habe, befreie ich ihn auf einem Tuch liegend, von seinen Gräten."

1 Stockfisch

6 Tomaten, geschält, Kerne entfernt und in Würfel geschnitten

4 EL Olivenöl

1 grosse Zwiebel in Scheiben geschnitten

3 kleine Knoblauchzehen fein gehackt

1 Prise Safran

Die Zutaten werden zusammen in einer dicken Pfanne angebraten, die Stockfischfilets darauf gelegt, bis es etwas Brühe zieht. Sobald der Fisch weich ist, wird er auf eine Platte angerichtet und warm gehalten. In der Pfanne wird etwas "beurre manie" (Butter und Mehl zusammen verknetet) mit dem Saft einer Zitrone und etwas Brühe zu einer sämigen Sauce gemacht. Ueber den Fisch anrichten und mit grob gehackter Petersilie überstreuen. Sofort heiss servieren.

Takara Bune - Rotbarsch

(Japan)

*2 leicht geschwungene Eiweiss
1 T Sesamsamen (aus Drogerie)
1/2 T Olivenöl
1 Rotbarsch von ca. 1 kg
200 gr Krebschwänze (klein)*

Von einem grösseren Rotbarsch schneide man schräg dem Kopf entlang dünne Schnitzel. Haut entfernen. Sesamsamen kurz auf einem Kuchenblech im Ofen rösten, hacken. Fischfilets in Öl umdrehen und in feuerfester Form 5 Min. grillieren, je 2 Min. auf jeder Seite. Dann werden die Filets in dem leicht geschwungenen Eiweiss gedreht, beidseitig mit den gehackten Sesamsamen bestreut und nochmals in der Form beidseitig grilliert. Auf runder Platte sternförmig anrichten und auf jedes Filet einen Krebschwanz legen.

Reisschale, d.h. 1 Tasse trockenen Reis dazu servieren.

Tempura - gebackene Spezialität aus Japan

Teig

2 Eigelb

1/2 lt Eiswasser

1 Prise Salz

250 gr Mehl

*aus diesen Zutaten mit Holzlöffel Backteig
herstellen, 1/2 Std. ruhen lassen*

Pro Person

1 Scheibe Aubergine

2 Krebschwänze

3 Ginko Nüsse

4 frische Champignons

2 kleine Fischfilets

Salz und Pfeffer

Alle diese Zutaten werden in den Backteig getaucht und
im schwimmenden Oel gebacken und sofort heiss serviert.

Dazu wird eine Tasse Dampfreis (s.S. 171) serviert und
Sojasauce.

Thunfisch - Thon à la crème

Für 2 Personen

1 kleine Büchse Thunfisch

1 dl Rahm

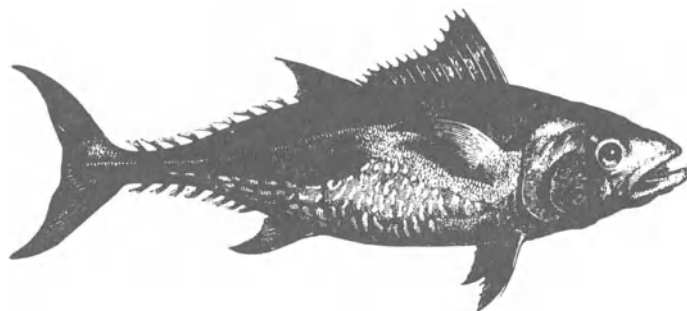
50 gr geriebenen Parmesan

Cayennepfeffer

1 EL gehackte Petersilie

Der Thunfisch wird aus der Büchse abgetropft, herausgenommen und mit einer Gabel fein zerkleinert; in ofenfeste Plättchen verteilt, mit Cayenne gewürzt, Petersilie darüber gestreut, mit Rahm übergossen, Käse darauf gegeben und 10 Min. im heissen Ofen gratiniert.

Schnelles Rezept für eine gute Vorspeise.



Thunfisch gebacken

*750 gr frischen Thunfisch in Tranchen
1 Zwiebel in Monde geschnitten
1 Zitrone
1 EL Senf
3 gr Safranblüten (aus der Drogerie)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
50 gr Margarine
1/2 Glas Weisswein*

Zwiebelmonde in der Margarine gelb braten, auf einem Teller warm stellen. Fischtranchen mit Senf einreiben und in der gleichen Pfanne beidseitig anbraten, mit Zitronensaft überträufeln, Safranblüten darüberstreuen und Zwiebeln dazugeben.

Wenn die Fische gar sind, auf heiße Platte anrichten. Fischfonds mit Wein auflösen und über die Fische leeren. Mit Zitronenschnitzen garnieren und Salzkartoffeln dazu servieren.

Thunfisch, jung

(*altrömisches Rezept*)

Man entgräte einen jungen Thunfisch, schneide ihn auf, entleere ihn und fülle ihn mit Nüssen, Honig, Kerbelkraut, Basilikum, Pfefferkörnern, Oel. Danach wickle man ihn ein (Pergament oder Alufolie), gebe ihn in die Fischpfanne und koche ihn über Dampf zugedeckt bis er gar ist.

"Eiersaucen" dazu geben. (Wohl Hollandaise s.S. 175 oder Bearnaise s.S. 173).

Tintenfisch gefüllt nach Apicius

*1 mittlerer Tintenfisch
1 Kalbshirn
50 gr Butter
4 EL Oel
2 EL gehackte Kräuter
1 EL Kümmel (kann auch weggelassen werden)
1 hartgekochter Eidotter
Salz und Pfeffer*

Der Tintenfisch wird im Wasser gewaschen, aufgeschlitzt und ausgenommen. Hernach in Salzwasser $\frac{1}{2}$ Std. weichgekocht. Das Hirn wird gehackt, mit Butter, Kräutern, Gewürzen und Eidotter verrührt in den Tintenfisch gefüllt. Tintenfisch zunähen und nochmals 10 Min. im Salzwasser kochen. Dann in heissem Oel braun anbraten. In Tranchen schneiden zum Servieren.

Törtchen mit Krebsalat

8 leere Törtchen aus Blätterteig (s.S. 185)

8 Hummerscheren

4 dl Remouladensauce (s.S. 180)

1 Trüffel

Die Scheren werden ausgenommen, das Fleisch gehackt und mit der Remouladensauce vermischt. Diese Masse wird in die Törtchen gefüllt. Die Trüffel wird in feine Scheiben geschnitten und auf jedes Törtchen je eine gelegt.

Kaltes Entrée, das vorab hergestellt werden kann.

Wels gekocht - Waller

Der Wels ist ein auf dem Grunde von grossen Flüssen und Seen lebender Grossfisch, ohne Schuppen, mit breitem Kopf. Er kann bis drei Meter lang und 250 kg schwer werden. Er ist vor allem im Donaugebiet anzutreffen. Sein Fleisch, speziell von jungen Tieren, ist sehr schmackhaft, weiss, fett und ohne Gräten. Man kann Tranchen davon braten oder backen. Am meisten wird er aber im Sud zubereitet und mit einer scharfen Sauce serviert.

Eine Fischpfanne (falls vorhanden mit Einlage) wird am Boden mit zerschnittenen Mohrrüben, Lauchstengel in 2 cm langen Stücken, Sellerie in Würfeli, Salz, 10 Pfefferkörnern und 2 Lorbeerblättern belegt. Die Welstranchen werden daraufgelegt, 2 Glas Weisswein darübergelassen und soviel Wasser, dass die Fische gut bedeckt sind. Auf dem Feuer ans Kochen bringen und auf kleinem Feuer belassen bis der Fisch weich ist (ca. 15-20 Min.). Der Fisch wird trocken angerichtet und von folgender Sauce begleitet.



Welssauce

50 gr Butter

40 gr Mehl

1 KL Senf

1 Prise Zucker

Salz und Pfeffer

1 dl Rahm

Aus diesen Zutaten wird eine Sauce hergestellt, mit 4 dl Fischsud abgelöscht und zuletzt der Rahm beigegeben.

Zander, gebraten

*1 kg schwerer Zander
50 gr Butter
Saft einer Zitrone
100 gr Sardellenfilets
1 Büschel Petersilie
2 dl trockenen Weisswein
1 KL Kartoffelmehl
30 gr Margarine oder Butter zum Braten*

Die Sardellenfilets werden fein gehackt, ebenso die Petersilie. Die Butter wird schaumig gerührt, mit etwas Zitronensaft, Pfeffer und den gehackten Sardellen und Petersilien verrührt und in den Kühlschrank gestellt.

Der sauber gewaschene und ausgenommene Zander wird mit einem Tuch abgetrocknet und in eine flache Bratpfanne gelegt. Nun wird der Fisch seitlich eingeschnitten und in die Schnitte wird die bereitete Paste eingedrückt. Ofen vorheizen (220°), den Fisch einschieben, noch etwas Butterflocken oder Margarine daraufgeben und ca. $\frac{3}{4}$ Std. unter ständigem Begiessen mit der auslaufenden Butter braten. Nun etwas Salz und etwas frisch gemahlenen Pfeffer darüberstreuen. Sobald der Fisch Farbe annimmt, d.h. leicht braun wird, wird er mit 2-3 EL Wein begossen. Ist der Fisch gar, man probiere mit Spicknadel oder Gabel ob sich das Fleisch von der Hauptgräte löst, wird der Fisch auf eine vorgewärmte Platte gelegt und warm gestellt. Der Fischfond wird mit dem Rest Weisswein aufgelöst, 1 KL Kartoffelmehl dazu, bis eine sämige Sauce entsteht, die über den Fisch geleert wird.

Mit frisch gehackter Petersilie überstreuen und sofort mit Salzkartoffeln servieren.

Blinis

(*Russland*)

20 gr Hefe

1 EL lauwarme Milch zum Anrühren der Hefe

200 gr gesiebtes Weissmehl

4 Eigelb

1 Prise Salz

3 dl lauwarme Milch

4 geschwungene Eiweiss

1 dl geschlagenen Rahm

50 gr Butter zum Backen der Blinis

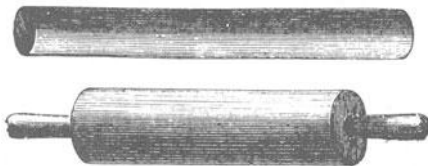
Mehl in Schüssel geben, die aufgelöste Hefe in eine Vertiefung in der Mitte des Mehls und leicht verrühren. Alle Zutaten (oben angegebene Reihenfolge) beifügen. $\frac{1}{2}$ Std. an warmem Ort heben lassen.

Mit Wellholz dünne Plätzchen ausrollen und diese in 5 cm Durchmesser Omeletten backen. Heiss mit folgenden Zutaten servieren:

Frischer Kaviar und geschwungener Sauerrahm

Grönländer geräucherter Lachs, dünn aufgeschnitten mit Sauerrahm und Kapern, nach Belieben gehackte Zwiebel.

Unbedingt eiskalten Wodka dazu servieren.



Dampfkartoffeln



Zur Herstellung verwendet man weisse oder, sollten diese nicht vorhanden sein, gelbe Kartoffeln. Die bekanntesten Sorten dafür sind Erdgold oder Bintje.

Die Dampfkartoffeln zum Fisch werden roh geschält, sofort ins Wasser gelegt, damit sie nicht anlaufen. Knapp 2 Finger hoch Wasser in die Pfanne geben und 2 KL Salz. Die Kartoffeln werden sehr regelmässig in kleine Würfel, Stangen oder mit dem Aushöhl器 in Kugeln geschnitten. In die Pfanne legt man den Rost, Platte mit Füßchen und Löchern drin, damit die Kartoffeln nicht zerfallen. Je nach Grösse der Kartoffelnschnitze kocht man sie zugedeckt 10-12 Min., schüttet dann das Wasser ab und lässt sie noch 2 Min. in der offenen Pfanne trocknen, damit sie recht mehlig werden.

Falls keine Kräuter an den mitserverierten Fischen verwendet werden, überstreut man die Kartoffeln mit 1 EL gehackter Petersilie.

Idaho Potatoes

Idaho Potatoes sind grosse, längliche Kartoffeln, die sich speziell gut eignen, unzerteilt im Ofen gebraten zu werden. Man schneide die Kartoffeln kreuzweise ein, wickle sie in eine Alufolie und brate sie ca. eine Stunde im heissen Ofen. Diese Kartoffeln werden mit geschwungenem Sauerrahm zu Kaviar und allen Fischen serviert.

Luftreis

Pro Person

*1 dl langkörniger Reis
(am besten "Uncle Ben 's")*

In einer grossen Pfanne wird 1 lt Wasser mit genügend Salz - es soll recht salzig schmecken - zum Kochen gebracht. Dann wird der Reis hineingeschüttet und 15 Min. auf kleinem Feuer gekocht. Danach wird der Reis auf ein Sieb geschüttet und kurz unter dem kalten, fliessenden Wasser abgespült. In der gleichen Pfanne wird wieder frisches Wasser zum Kochen gebracht und der Reis im Sieb zum Trocknen darübergerhängt.

Vol au vent

Luftpastete die mit Fisch oder Meertieren gefüllt werden kann.

*800 gr Blätterteig (s.S. 185)
2 Eigelb*

200 gr des Teiges werden in eine tellergrosse (2 cm dicke) Scheibe ausgewellt und auf ein eingefettetes Backblech gelegt. In die Mitte des Teiges wird eine kleine Serviette gelegt in welche man Seidenpapierknäuelchen oder besser Papierschnitzel gibt. Oben wird die Serviette übereinandergeschlagen und eine schöne Kugel geformt, die ringsum 3 cm kleiner sein soll, als der Teighoden. Der Rand des Teiges wird 2 cm breit mit Eiweiss angestrichen. Aus dem anderen Teig wellt man eine grosse runde Scheibe, die nun über das gefüllte Tuch gespannt wird aus; dem Ganzen gibt man eine schöne, kugelartige Form. Die Teigländer werden fest aufeinander gedrückt, ringsum mit dem Teigrädchen abgeschnitten. Aus den Teigresten wird die Pastete schön verziert mit ausgerädelten Teigstreifen. Zuoberst kommt ein Teigknopf. Mit scharfem, spitzem Messer wird rundum ein Deckel eingeritzt von ca. 6 cm Durchmesser, dann wird die Pastete mit geschlagenem Eigelb angestrichen und im mittelhissen Ofen ca. 30 Min. gebacken. Mit dem spitzen Messer wird der Deckel sorgfältig herausgeschnitten und die Serviette mit den Papierschnitzeln entfernt. Nun haben wir eine leere Pastete, die man mit Fischen oder andern Ragouts füllen kann. Die Pastete kann man auch am Vortag zubereiten und vor dem Servieren im Ofen kurz aufwärmen.

Bearnaise

*Man bereite eine gute Hollandaise Sauce (s.S. 175)
und mische folgende Zutaten darunter*

*1 EL gehackte Estragonblätter
1 EL gehackte Petersilie
1-2 gehackte Schalotten
1 EL starken Bratenjus*

Falls man die Sauce sehr scharf haben will, gebe man noch
1-2 EL starken Weinessig dazu. Die Sauce wird im warmen
Wasser behalten bis sie serviert wird, wie die Sauce
Hollandaise.

Béchamel

*1/2 Zwiebel, fein gehackt
50 gr Butter
1 EL Mehl
4 dl Milch oder weissen Wein*

Butter und gehackte Zwiebel andünsten, ohne Farbe annehmen
zu lassen. Mehl darunterrühren, Milch oder Wein dazugeben.
Ständig rühren, es darf keine Knollen geben. Gut würzen,
salzen und auf kleinem Feuer 20 Min köcheln lassen.

Crevettensauce zum Forellenrezept

*2 dl Rahm
30 gr Butter
Salz
4 EL Weisswein vom Forellensud
200 gr Krebschwänze-Crevetten
1 KL Mehl*

Butter und Mehl in Pfanne geben, Wein dazugeben und zu einer sämigen Sauce rühren, Rahm darunterziehen, würzen. Nun werden die Krebse mit einem hölzernen Kochlöffel sorgfältig daruntergerührt.

Hollandaise

*3 Eigelb
2 EL frischen Zitronensaft
etwas abgeriebene Schale der Zitrone
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
120 gr frische Butter*

Nicht jede Köchin geht gern daran, eine gute Hollandaise zuzubereiten, da diese Sauce oft Schwierigkeiten bereitet und sich die Eier und Butter scheiden, d.h. gerinnen. Mit nachfolgender Anweisung, sofern sie genau befolgt wird, sollte dies nicht mehr passieren, und es wird eine wundervolle, leichte Sauce entstehen.

Eigelb, Zitronensaft und Gewürze werden ins Mixerglas gegeben. Sollte keiner vorhanden sein, werden die Zutaten in einem hohen Milchtopf gründlich mit dem Schwingbesen geschwungen. Die Butter wird in einem kleinen Pfännchen erwärmt und zerlaufen lassen; sie darf aber keinesfalls braun werden. Unter ständigem Mixen der anderen Zutaten wird die zerlaufene, warme Butter auf die Eigelbmasse geleert. Die Sauce ist fertig und kann gut 1 Std. vor dem Servieren zubereitet werden. Man stellt sie dann in einem Töpfchen ins heisse Wasser, das aber keinesfalls kochen darf.

Kapernsauce

Gleiche Sauce wie Bechamel mit Wein herstellen, danach vor dem Servieren 2 EL Kapern begeben.



Estragon.

Kräutersauce

*2 dl Olivenöl
viel gehackte Kräuter
Basilikum, Petersilie, Estragon, Kerbel
5 gr Schnittlauch
1 zerdrückte Knoblauchzehe
Saft einer Zitrone
10 gr Salz
frisch aus der Mühle gemahlenen Pfeffer*

Das Oel, Salz und Pfeffer in ein Schüsselchen geben, den Zitronensaft sowie die fein gehackten Kräuter einrühren.

Krebsbutter

*400 gr Butter
1 Zwiebel und Petersilie geschnitten
Schalen von Krebsen*

Aus den Schalen, die bei der Zubereitung ausgebeinter Krebsspeisen anfallen (Krebsspiesschen, Hummersuppe, Langustenschwänze und andere Rezepte), kann man ausgezeichnete Krebsbutter herstellen, die man zu vielen Fisch- und Krebsgerichten verwenden kann.

Die Zutaten werden auf kleinem Feuer während 20 Min. ständig gerührt. Diese Butter wird abgeseiht, in einen gut verschliessbaren Behälter abgefüllt. Diese Krebsbutter ist monatelang im Kühlschrank haltbar und kann als gute Beigabe für eine Sauce verwendet werden.

Krebssauce

Man bereite eine gute Weissweinsauce (s.S. 153) und gibt anstatt Fischsud Krebsud bei. Diesen gewinnt man durch Auskochen der übriggebliebenen Schalen (absieben). Das in Würfel geschnittene Hummer-, Langusten- oder Krebsfleisch brät man kurz mit 2 EL Butter an, giesst die Sauce darüber, mit 1 dl Rahm und 2 EL Cognac mischen und gut würzen.

Krebsschwanz Sauce

*200 gr Krebsschwänze
30 gr Butter
1 KL Féculé (Maismehl)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 dl Weisswein
2 dl Rahm*

Butter und Féculé auf dem Feuer vermischen, den Wein zugeben, eine sämige Sauce bereiten, danach den Rahm darunterziehen, würzen. Nun werden sorgfältig die Krebse mit einem hölzernen Kochlöffel daruntergerührt und separat serviert.

Mayonnaise

*2 frische Eigelb
1 Prise Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 KL Senf
den Saft einer halben Zitrone
1 EL Estragon*

werden mit dem Schwingbesen fest verrührt. Tropfenweise,
unter ständigem Schwingen 2 dl Olivenöl daruntermischen.

Remouladensauce

Einer guten Mayonnaise gibt man folgende Zutaten bei:

*1 Essiggurke fein gehackt
Petersilie fein gehackt
Kerbelkraut fein gehackt
1 Eiweiss von hartgekochtem Ei, fein gehackt
1 Eiweiss steif geschlagen, darunterziehen.*



Gartenkerbel.

dadurch wird die Sauce viel leichter.

Sardellensauce

40 gr Butter
1 EL Mehl
3 schön geputzte Sardellenfilets
 $\frac{1}{4}$ lt Bouillon
1 hartgekochtes Ei
2 EL gehackte Petersilie

Sauce wie oben zubereiten, Sardellen, Ei und Petersilie zugeben, 15 Min. köcheln lassen, in den Mixer geben, heiss servieren.

Sauce zu gegrillten Thunfischen

Jus in Pelamyde assa

(altes römisches Rezept)

Pfeffer, Liebstöckel, Origanum,
Koriander, Zwiebel
entkernte Rosinen
1 dl Essig
2 EL guten alten Honig

Alle Gewürze und Rosinen zerstampfen, Essig und Honig begeben.

Tomatensauce

Gleiche Zugaben wie bei Bechamel, nur wird der gedünsteten Zwiebel 2 EL Tomatenmark beigegeben und Wein anstatt Milch verwendet.

Velouté Sauce

*50 gr Butter
50 gr Mehl
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
1 KL Zitronensaft
1/2 lt Fleisch- oder Fischbrühe
1/2 Zwiebel*

Butter in Pfanne, Mehl dazu, ständig rühren bis die Masse beginnt, Farbe anzunehmen. Würzen. Zitronensaft dazu und mit der Brühe ablöschen; ständig stark rühren, es darf keine Knollen geben. Ganze Zwiebel beigeben, diese wird vor der Verwendung der Sauce wieder herausgenommen. Man lässt die Sauce auf kleinem Feuer unter häufigem Rühren ca. 3/4 Std. kochen.

Vinaigrette

*2 EL gehackte Petersilie
1 EL gehackte Kerbel
1 KL Estragon, gehackt
1 gehackte Schalotte
1 EL Kapern
1 dl Weinessig
2 1/2 dl Oel*

Alles gut miteinander verrühren. Diese Sauce ist sehr gut mit kalten Fischresten aus dem Sud.

Weisse Butter

(Frankreich)

*100 gr frische Butter
1/2 Glas trockenen Weisswein
1 EL feinst gehackte Schalotten
1 EL Weinessig*

In einer schweren, kleinen Pfanne werden Wein, Essig und gehackte Zwiebelchen aufgesetzt und eingekocht, bis fast nur noch eine klebrige Schicht in der Pfanne ist. Man gibt 1 EL Wasser dazu und stellt das Feuer auf die kleinste Hitze. Die Butter wird nun in kleinen Würfeln einzeln beigegeben und ständig geschwungen. Sie muss heiss genug werden um flüssig zu werden, darf aber keine Farbe annehmen oder gar kochen; es soll eine cremige Sauce geben, in der Dicke einer Hollandaise.

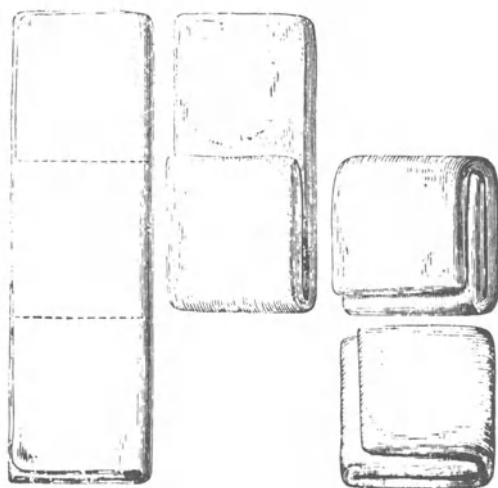
Ausgezeichnete Sauce zu gegrillten Fischen.

Backteig

*125 gr Mehl
1 Prise Salz
2 EL Oel
2 dl Wasser (lauwarm) oder Bier
2 geschwungene Eiweiss*

Alle Zutaten mischen, ausser den Eiweiss, die erst kurz vor dem Gebrauch daruntergezogen werden. Den Teig 2 Std. vorher bereitstellen.

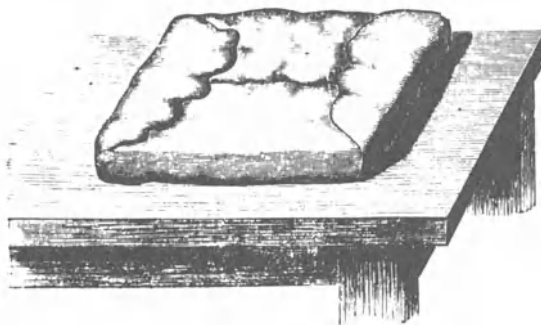
Blätterteig



500 gr Mehl
440 gr gute frische Butter
2 KL Salz
2 dl Wasser (am besten Sprudelwasser)

Mit Mehl, Salz und Wasser wird mit den "Fingerspitzen" schnell ein Teig geknetet. Dieser wird zu einem Viereck ausgewellt.

In die Mitte wird die Butter gelegt, den Teig auf allen vier Seiten umgeschlagen, umdrehen und nochmals auswellen. Wieder auf allen Seiten einschlagen, $\frac{1}{4}$ Std. in den Kühlschrank legen. Nochmals 5 Touren geben, auswellen, einschlagen und in den Kühlschrank legen. Dazwischen je $\frac{1}{4}$ Std. ruhen lassen. Das ist eine schnelle Art, einen guten Blätterteig herzustellen.



Croustadenteig

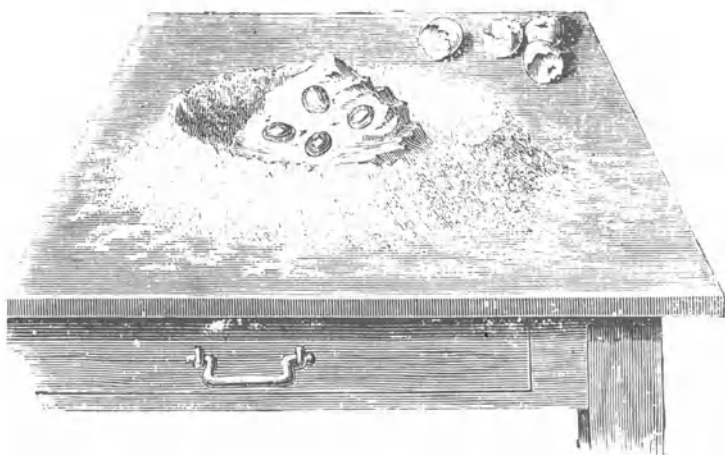
*450 gr Mehl
150 gr Schweinefett
1,5 dl Wasser
1 EL Essig
2 KL Salz*

Aus diesen Zutaten wird ein geriebener Teig hergestellt,
der vor der Verwendung, 3 Std. im Kühlschrank ruhen soll.

Pastetenteig

*250 gr Mehl
125 gr Butter
2 Eier
1 KL Salz
1 EL Kirsch*

Mehl und Butter zusammen verreiben, einen Kranz formen auf dem Wellbrett. Die Eier verklopfen, mit Salz und Kirsch in die Mitte des Kranzes geben, Mehl nach und nach daruntermischen. Den Teig rasch kneten und sofort, sobald er glatt ist, in den Kühlschrank legen, 1 Std. ruhen lassen. Dieses Quantum reicht für ca. 15 Pastetchen.



Abkürzungen

<i>EL</i>	-	<i>Esslöffel</i>
<i>KL</i>	-	<i>Kaffeelöffel</i>
<i>T</i>	-	<i>Tasse</i>
<i>kg</i>	-	<i>Kilogramm</i>
<i>gr</i>	-	<i>Gramm</i>
<i>Std</i>	-	<i>Stunde</i>
<i>Min</i>	-	<i>Minute</i>