

Inhalt

Im Zeichen des Fisches	15
Damit Sie schnell informiert sind	18
Die 3 – S – Methode: Säubern – Säuern – Salzen	18
Filetieren	19
Würzen	19
Kleines Lexikon küchentechnischer Ausdrücke	21
Auch das sollten Sie wissen	23
Fisch als Vorrat	25
Einlegen in Essig-Marinade	25
Einlegen in Aspik	25
Einkochen	26
Fische im Fisksud	26
Fische in Gelee eingemacht	26
Einfrieren	27
Räuchern	28
Hecht	
Hecht gedünstet mit Paprika und Tomate	30
Gedünsteter Hecht	31
Gefüllter Hecht in Weißwein	31
Gebatener Hecht	32
Gebatene Hechtschnitten	32
Speckhecht	32
Hecht in Kräutercreme	33
Hechtfilet mit Pilzen	33
Hechtschnitten mit Birnen	34
Hechtschnitten in Rotwein	34
Hechtpfanne	35
Gebackene Hechtklöße	35
Hechtleber mit Apfel	35
<i>Der Tip am Rande</i>	
Gegrillter Hecht	36

Zander

Zander in Dillsauce	37	Gespickter Zander mit Käse	41
Zanderschnitten in Weißwein	38	Zander in Senfsauce	41
Zanderschnitten gedünstet	38	<i>Kalt angerichtet</i>	
Zanderschnitten mit Tomatenmark	38	Zanderschnitten	41
Panierte Zanderschnitten	39	Zander-Mayonnaise	42
Kalter Zander	40	Zandersuppe mit Krabben	42
Gefüllter Zander	40		
Überbackene Zanderfilets	40		

Wels oder Waller

Waller mit Paprika und Tomaten	43	Waller vom Holzkohlenrost	45
Waller mit Porree gedünstet	44	Waller mit Kräutern gefüllt	46
Waller pikant	44	<i>Der Waller im Weine</i>	
Waller mit Pfifferlingen	44	Waller in Weißwein mit Käsesauce	46
Waller in Gelee	45	Waller in Rotwein	47
Waller in Backteig	45		

Lachs oder Meerforelle

Lachs in Weißwein gekocht	49	Lachs in Fruchtsauce	51
Lachs in Schaumwein gekocht	49	Lachs in Muscheln	52
Lachs in Schaumwein gedünstet	49	Überbackene Lachsscheiben	52
Lachs kalt angerichtet	50	Kalter Lachs mit Grapefruit	52
Reistopf mit Lachs	50	Kalter Lachs mit Remoulade	53
<i>Vier Scheiben Lachs, vielfach variiert</i>		Lachs-Aspik-Förmchen	53
Lachs in pikanter Kräutersauce	51	Lachs mit Krabben überbacken	53
Gebackene Lachsscheiben mit		<i>Der Tip am Rande für den</i>	
Krabbenragout	51	<i>Huchensfreund</i>	

Forelle

Forellen blau	55	<i>Forellenschnitten in Wein</i>	
Forellen blau,		<i>und mancherlei Gemüse</i>	
mit Sardellen-Schaumsauce	56	Forellenschnitten in Weißwein	59
Forellen in Schaumwein	57	Forellenschnitten in Rotwein	59
Forellen gedünstet	57	Forellenschnitten mit pikanter	
Gebratene Forellen	58	Tomatensauce	60
Gefüllte Forellen	58	Forellenschnitten mit Tomaten	60
Gefüllte Forellen in Weißwein	58	Forellen mit Tomatenmayonnaise	61
Geräucherte Forellen	58	Forellen auf Orangenschnitten	61
Forellen auf dem Holzkohlengrill	59		

Karpfen

Karpfen blau	63	Fränkischer Backkarpfen	66
Karpfen auf der Platte	63	Polnischer Karpfen	66
Gefüllter Karpfen	63	<i>Karpfenreste – Nachgeschmack</i>	
Gefüllter Karpfen gebraten	64	<i>der großen Gaumenfeste</i>	
Gespickter Karpfen	64	Karpfen in Aspik	67
Karpfen in Rotwein	64	Überbackene Karpfenschnitten	67
Kalter Karpfen	65	Brotaufstrich aus Karpfenmilch	67
Gedünsteter Karpfen	65	<i>Der Tip am Rande</i>	
Schüsselkarpfen	65		

Schleie

Schleie blau	69	Schleie auf Speck	72
Schleiefilet in Weingelee	69	Schleie gebacken	72
Gefüllte Schleie	70	<i>Zum Abschluß</i>	
Schleie in Alufolie gedünstet	70	<i>Früchte für eine Vorspeise</i>	
Gefüllte Schleie, übergrillt	71	Obstsalat mit Schleie	72
Gebratene Schleie mit Tomaten	71		

Brassen

Brassenschnitten in Bier	73	Brassen auf Sauerkraut gedünstet	76
Brassenschnitten		<i>Wieder einige Tips am Rande</i>	
mit Apfel-Meerrettich	74	Brassen-Frikadellen	76
Brassen mit Holländischer Sauce		Brassenfilet süßsauer	77
überbacken	74	Brassensalat rot	77
Gefüllter Brassen	74	Brassensalat weiß	78
Brassensuppe	75	Brassen-Salat in Öl	78
Panierte Brassenschnitten	75		
Brassenschnitten in Bierteig	75		

Barsch

Barsch blau	79	Barsche mit Käse überbacken	82
Barsche in Rotwein	80	Gebratene Kleinbarsche	82
Barsche in Weißwein	80	Kalte Barschfilets	82
Barsche in Alufolie gedünstet	80	Barschsuppe	82
Barsche mit Spargel	81	<i>Der Tip am Rande</i>	
Panierte Barsche	81		

Plötze und andere kleine Fische

Gebratene Plötzen	84	Plötzen im Römertopf	85
Sauer eingelegte Plötzen	85	Fischsalat aus Plötzen	86
Plötzen in Alufolie	85	Gefüllte Tomaten	86

Einfache Fischsuppe	86	Fischklopse in Dillsauce	90
Fischsuppe mit Erbsen	87	Mischgemüse mit Fischklößchen . .	90
Fischsuppe mit Klößchen	88	<i>Der Tip am Rande für Rotaugen auf Vorrat</i>	
<i>Fischhackteige aus „kleinen Fischen“</i>			
Fischfrikadellen	89	Rotaugen einmal anders	90
Fischhackbraten	89	Rotaugen-Happensalat	91
Fischpudding	89		
Felchen, Maränen, Schnäpel			
Maränen in pikanter Sauce	92	Gebratene Felchenfilets	95
Maränen in Weißwein	93	Maräne in Aspick	95
Felchen in Käsesauce	93	Maränenschnitten überbacken . . .	95
Maränen mit Kräutersauce überbacken	94	Felchen mit Tomaten	95
Felchen gedünstet	94	<i>Und wieder der Tip am Rande . . .</i>	96
Gebratene Felchen pikant	94		
Aal			
Aal blau	98	Aalroulade	103
Aal in Weißwein	98	<i>Räucheraal auf Röstbrot und ähnliche Leckerbissen</i>	
Aal mit Rotwein	98	Aal auf Rührei	104
Aal in Bier	99	Aalhäppchen	104
Aal mit Paprika und Tomaten	99	Aal auf Meerrettichsahne	104
Aalragout	100	Gefüllte Eier mit Räucheraal	105
Gebackener Aal mit Tomatensauce .	100	Aal mit Ei	105
Aal gebraten, mariniert	100	Aalsalat	105
Aal im Backteig	101	<i>Kleine warme Räucheraal-Gerichte</i>	
Hamburger Aalsuppe	101	Räucheraal pikant	106
<i>Feine Fischhappen, kalt – aber nicht kalten Herzens angerichtet</i>		Räucheraal mit Erbsen	106
Aalröllchen in Weinaspick	102	Räucheraal in Biersauce	106
Pikante Aalhäppchen	103		
Quappe			
Aalquappen-Leberragout	108	Aalquappe paniert	110
Gebratene Aalquappenleber	109	Aalquappe gedünstet	111
Aalquappe mit Kräutersauce	109	Aalquappe in Folie gedünstet	111
Aalquappe in Rotwein	109	<i>Und der Tip am Rande</i>	
Aalquappenfilet gebraten	110		
Bouillabaisse, Bouillabaisse		Bouillabaisse	113

Hornfisch

Hornfisch in Kräutersauce	114	Pikante Hornfischschnitten	116
Hornfisch in Weißwein	115	Fischspieße	117
Hornfisch in Rotwein	115	Pikante Fischbrote	117
Hornfisch gedünstet	115	Hornfisch auf dem Holzkohlengrill	117
Hornfisch in Eiersauce	116		

Makrele

Gekochte Makrelen	118	Gebratene Makrelen	121
Pikante Makrelenröllchen	118	Gebratene Makrelenfilets	121
Makrelen gedünstet	119	Makrelenragout	121
Makrelen mit Pfefferlingen	120	Makrelen vom Holzkohlengrill	121
Makrelen mit Paprika und Tomaten	120	Makrelenschnitten in Gelee	122
Gefüllte Makrelen	120		

Hering

Heringe gekocht	123	Marinierte Heringe	127
Heringe mit Kräutern	124	Heringe mit Äpfeln	128
Heringe gedünstet	124	<i>Salzheringe in Salaten</i>	
Heringe gebraten, frisch und eingelegt	125	Heringssalat (weiß)	128
Heringsröllchen in Aspik	125	Polnischer Heringssalat (rot)	128
Heringe, sauer eingelegt	126	Bunter Heringssalat	128

Rollmöpse

Rollmöpse	126	<i>Bücklinge im Topf und in der Pfanne</i>	
Salat aus sauren Heringen	127	Bückling in der Pfanne	129
		Nudelauflauf mit Bückling	129
		Bücklingssalat	129

Dorsch (Kabeljau)

Dorschfilets paniert	130	Fischbraten aus Dorschfilet	133
Dorschfilets im Backteig	131	Fischrouladen	133
Dorsch auf Tomaten	131	Dorschröllchen mit Pilzfüllung	133
Dorsch in Rotwein gedünstet	132	Fischgulasch	134
Dorsch-Sülzkotelett	132	Fischsalat mit Erbsen	135
Gekochter Dorsch	132		

Schellfisch

Gekochter Schellfisch	136	Schellfisch gedünstet	137
Gefüllter Schellfisch	136	Schellfisch in Milch gedünstet	138
Schellfisch mit Porree	137	Schellfisch mit Kräutern	138
Schellfisch im Backteig	137	<i>Der Tip am Rande</i>	

Rotbarsch

Rotbarsch in Tomatensauce	139	Fischhackbraten aus Rotbarschfilet	142
Rotbarsch gedünstet	139	Fischsalat	142
Rotbarsch pikant	140	<i>Rotbarsch geräuchert</i>	
Rotbarsch mit Gemüse	140	Fischsalat mit Räucherfisch	142
Gefüllter Fischbraten aus Rotbarschfilet	140	Reisauflauf mit Räucherfisch	143
Rotbarschfilet paniert	141	Fischeintopf	143
Fischauflauf mit Pilzen	141	Fischsuppe mit Räucherfisch	143
Rotbarschröllchen in Aspik	141		

Hai

Haifisch-Cocktail	145	Haifischgulasch	146
Haifisch mit Kräutersauce	146		

Dornhai (Seeaal)

Dornhai in feiner Sauce	147	Gespickter Seeaal	148
Dornhai mit Pilzen	147		

Scholle und Flunder

Gebratene Schollen	149	Überbackene Schollenröllchen	153
Gebratene Schollen, pikant	150	Schollenröllchen auf Äpfeln	153
Schollen, pikant paniert	150	Schollenröllchen mit Kräutern	154
Schollen gekocht	150	<i>Am Rande Tips für 3 Schollenrezepte</i>	
Schollen mit Käsesauce	151	Marinade für alle drei Rezepte	154
Schollen in Rotwein gedünstet	151	Räucherschollenfilets	154
Gedünstete Schollen	152	Käsescholle vom Grill	155
Schollen in Portwein	152	Zwiebelscholle	155
Schollen überbacken	152		

Seezunge

Seezunge gebraten	156	Seezungenröllchen in Schaumwein	157
Seezunge in Weißweinsauce	156	Flammierte Seezungenröllchen	157
Seezungenfilet in Sahne	157		

Steinbutt und Heilbutt

Steinbutt gekocht	158	Steinbutt überbacken	159
Heilbutt gedünstet	159	Steinbuttfilet in Weißwein	160
Heilbutt gegrillt	159	Steinbutt, kalt angerichtet	160

Verzeichnis der Rezepte

Zubereitungsart

Fische gekocht 161

Fische gedünstet 161

Fische gegrillt, gebraten
oder ausgebacken 162

Verwendungszweck

Kleine warme Vorspeisen 164

Suppen 164

Saucen 164

Salate 164

Fischgerichte für besondere Feste . . 165

Spezialitäten 165

Fische in der Auflaufform

oder im Römertopf 163

Fische überbacken 163

Fischreste, geschickt verarbeitet . . 165

Abendessen 166

Fischgerichte für ein kaltes Büffet . . 166

Fische für kurze Zeit haltbar gemacht 166

Hinweise für Diätkost 167