Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 10 (1934-1935)
Heft: 5

Artikel: Wie man Fische zubereitet
Autor: Michel, Charles
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1066077

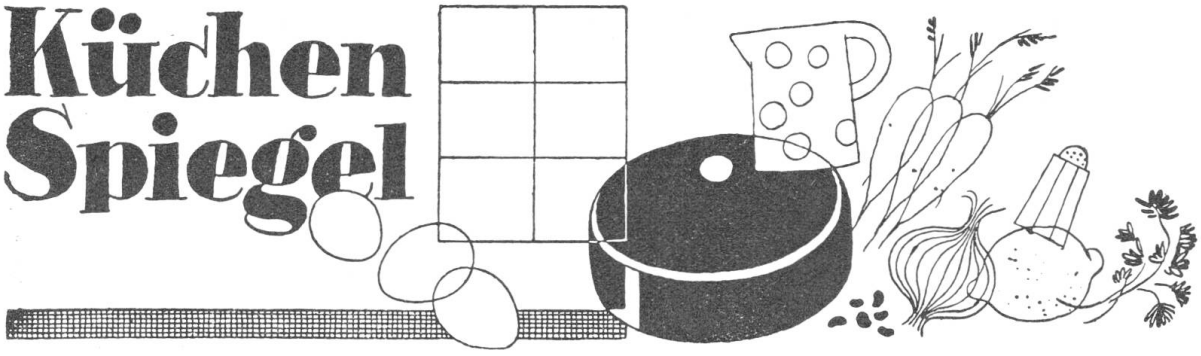
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



WIE MAN FISCHE ZUBEREITET

Von Charles Michel, Restaurateur und Küchenchef

Sämtliche Zubereitungsarten für Fische lassen sich in vier Kategorien einteilen:

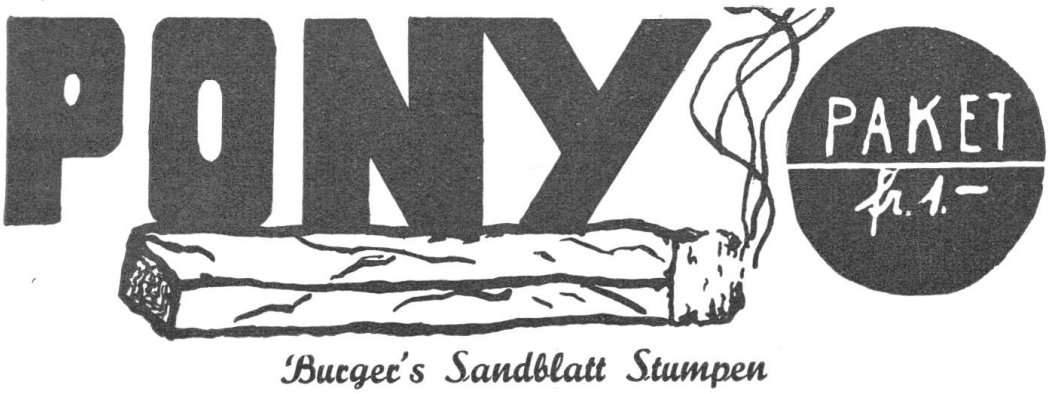
1. Im Fischsud kochen,
2. in Butter dämpfen,
3. backen,
4. braten.

Jede andere spezielle Zubereitung ist eine Abart dieser vier Kategorien.

Es gibt nun Fische, die auf alle vier Arten zubereitet gut schmecken, andere hingegen eignen sich besonders für die eine oder andere Zubereitungsweise. Ich gebe im folgenden einen Überblick, auf welche Art man die gebräuchlichsten Fische am vorteilhaftesten kocht.

1. Im Fischsud kochen. Ein Fischsud besteht aus je einem Drittel Wasser, weissem Wein und Essig, oder auch nur vier Fünfteln Wasser und einem Fünftel Essig, mit Zwiebeln, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern, Nelken, einer halben Zitrone, etwas Suppengrün und Salz. Man lässt alles zusammen 20–30 Minuten lang kochen. Den sauber hergerichteten Fisch gibt man in den kochenden Sud und lässt ihn 2–5 Minuten kochen, je nach der Art des Fisches. Von nun an lässt man ihn nur noch ziehen, und zwar ungedeckt. Man rechnet auf je ein Pfund Fisch 15–20 Minuten Kochzeit, vom Moment des Kochens an. Der Fisch ist gar, wenn sich der Grat vom Fleische löst. Wichtig ist heisses Servieren auf gewärmten Schüsseln. Zum gekochten Fisch serviert man braune, zerlassene Butter, oder Senf-, holländische oder eine andere Sauce.

Das Kochen von Süsswasserfischen, die unmittelbar nach dem Töten zubereitet



Z 205

werden, heisst Blaukochen. Diese Fische schmecken für den Kenner weitaus am besten.

Mit einem kurzen Schlag auf den Kopf wird das Tier getötet; man säubert es und übergiesst den Fisch in einem Teller mit wenig Essig. In einer Kasserole bereitet man Fischsud, in welchem der ausgeweidete Fisch eine halbe Minute aufgekocht wird. Fünf weitere Minuten lässt man ihn ziehen, richtet den Fisch sofort auf eine heisse, mit einer gefalteten Serviette ausgekleidete Platte an und garniert mit Zitronenscheiben. Man serviert dazu wie zu jedem Fisch Salzkartoffeln, ausserdem zerlassene Butter.

Blaugekocht werden:

Forellen
Zugerrötel
Felchen
Schleien

Gewöhnlich gekocht werden:

Steinbutt (Turbot)
Salm
Rochen (Raie)
Aal
Karpfen
Colin und Kabeljau
Zander
Felchen

2. In Butter dämpfen. Man reinigt den Fisch, trocknet ihn mit einem Tuch und lässt ihn wenn möglich ganz, sonst zerschneidet man ihn in Transchen. Man salzt, pfeffert, gibt etwa 60 Gramm Butterstücke in den Kochtopf (wenn möglich soll es ein irdener sein), über den Fisch kommen zwei Löffel Zitronensaft. Dann verschliesst man den Topf mit einem möglichst gutsitzenden Deckel. Er wird in den nicht zu heissen Ofen geschoben. Nach 20–30 Minuten wird der Fisch in einer tiefen Schüssel mit der Sauce angerichtet, mit Peterli bestreut und mit Zitronenscheiben garniert.

In Butter gedämpft werden:

Felchen
Seezunge (Sole)
Hecht

Rötel
Zander
Schleien
Colin und Kabeljau

3. Backen. Man taucht die gereinigten Fische in Milch und Mehl, wendet sie in einem geschlagenen Ei und bäckt sie in sehr heissem Öl. Nach 5 Minuten den Fisch aus der Pfanne nehmen, gut abtrocknen lassen, etwas salzen und mit einer Mayonnaise, in die man etwas Kräuter und Kapern geben kann, servieren. Man backe die Fische recht knusperig, damit sich die Gräte leicht lösen. Ganz kleine Fische werden gewöhnlich mit den Gräten gegessen.

Gebacken werden:

Hecht
Forelle
Rötel
Seezunge
Merlan
und alle die kleinen Seefische

4. Braten (à la Meunière). Den gehörig gereinigten Fisch mit Salz und Pfeffer einreiben, in Milch und Mehl tauchen und auf starkem Feuer in halb Öl und halb Butter ungefähr 10 Minuten braten. Der Fisch braucht nicht im Fett zu schwimmen. Auf die heisse Platte anrichten, mit Zitronensaft beträufeln und etwas gehackte Kräuter und heisse Butter darüber geben.

Zum Braten eignen sich:

Salm
Seezunge
Forelle
Steinbutt
Felchen
Zander

Die NEUE mundige Kraft-Chocolade mit der feinen, schmelzenden Körnung! 100 gr Tablette —.50 Rp.

Versuchen Sie auch Super Bouillon Liebig in Würfeln!

Der „Schweizer-Spiegel" tritt nicht erst seit gestern für die nationale Erneuerung ein. Er kämpft seit neun Jahren durch die Tat für die geistige Unabhängigkeit der Schweiz. Er hat Freunde und Gegner in allen Ständen. Er ist auch heute noch der Ansicht, daß Politik nicht alles ist und hält es nicht unter seiner Würde, auch die heitere Seite des Lebens zu sehen. Der „Schweizer-Spiegel" enthält ausschließlich Originalbeiträge von Schweizer Schriftstellern und Schweizer Künstlern. Er genießt nur eine Subvention: die seiner Leser. Abonnieren Sie deshalb den „Schweizer-Spiegel", die Zeitschrift von schweizerischer Eigenart. Abonnement für 6 Monate Fr. 7.60.

Schweizer-Spiegel Verlag, Hirschengraben 20, Zürich