

Fischrezepte

Aischgründer Karpfen

Anzahl: 6 Portionen - Gattung: Einfach, Fisch, Gemüse, Deutschland

2	Zwiebeln	- küchenfertig vor
1	Karotte	Salz
1	kleine Lauchstange	250 ml Fischfond oder Gemüsebrühe
1	Stück Knollensellerie	3 Essl. Semmelbröseln (evtl. mehr)
1/4	Bund Petersilie	50 g Kräuterbutter
100 g	Butter	1/2 Bund Petersilie
2	Karpfen à 1 kg,	

Dieses Gericht ist nach der Aisch benannt, einem Flüsschen in dessen Wasser Karpfen leben. Das Gemüsebett und das Begießen mit Brühe halten bei diesem Gericht das zarte Fischfleisch saftig.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Die Karotte und das Selleriestück schälen und ebenfalls fein hacken. Von der Lauchstange welche äußere Blätter abziehen, das Grün abschneiden. In Längsrichtung bis zur Wurzel vierteln. Unter klarem Wasser waschen, mit Küchenpapier trocknen und klein schneiden. Die aromatischen Gemüse in der Butter auf kleiner Hitze in einem Bräter, der beide Karpfen fasst, langsam anschwitzen. Die Fische innen und außen sorgfältig waschen, trocken tupfen und innen leicht salzen. Jeweils mit einer gewaschenen Kartoffel füllen, damit die Karpfen im Bräter einen sicheren Stand haben. Schneiden Sie die Kartoffeln evtl. etwas zurecht. Die Karpfen aufrecht auf das Gemüsebett setzen und im vorgeheizten Backofen bei 220° C 20° Min. backen. Mehrmals mit dem kochenden Fischfond bzw. der Gemüsebrühe begießen, damit das zarte Fischfleisch nicht austrocknet. Nach 20 Min. Semmelbröseln über die Fische streuen und mit flüssiger Kräuterbutter beträufeln. Für weitere 15 Min. im Ofen lassen. Nicht mehr mit Brühe begießen. Beginnen Sie nach 30 Min. Backzeit den Gargrad zu prüfen. Die Karpfen sind gar, wenn die Haut schön braun und knusprig ist und sich an der dicksten Stelle das Fleisch flockig von der Mittelgräte löst. Machen Sie dafür einen Probeschnitt. Köche, die auf Perfektion Wert legen, kalkulieren darüber hinaus noch ein, dass große Fische wie die Karpfen durch die Resthitze noch 4-5 Min. im Innern weitergaren.

Aus dem Ofen nehmen, mit gehackter Petersilie bestreuen, mit Petersilienkartoffeln und grünem Salat servieren.

Tipp: Der Trick, dem Fisch durch Kartoffeln "Standfestigkeit" zu verleihen, hat selbst uns überrascht. Daher wollen wir ihn weiterempfehlen.

Mit einer Bratenspritze, die man in jedem gut sortierten Haushaltwarengeschäft kaufen kann, lassen sich Gerichte im Backofen problemlos übergießen.