

FILETIEREN.

Mit wenigen Arbeitsschritten ist diese Lachsforelle sauber filetiert. Die Filets werden anschließend eingebeizt und so zur schmackhaften Delikatesse.

Veredeln von Fischen: Beizen ¹

Das Haltbarmachen von Fischen durch bloßes Einsalzen ist eine uralte Tradition. Früher ging es nur darum, die Fische aus großen Fängen länger haltbar zu machen. Heutzutage ist man eher bemüht, würzige Spezialitäten aus Fischen herzustellen. – 1. Teil

TEXT & FOTOS WOLFGANG HAUER

Sehr bekannt ist zum Beispiel das Beizen von Lachsfilets oder Lachsforellen, aber auch die Filets von Renken oder Wallern können zu köstlichem „Graved Lachs“ verarbeitet werden. 1 kg oder besser 1,5 kg sollten die Fische mindestens wiegen, um sie zu Graved Lachs verarbeiten zu können. Auf diese Art und Weise kann man ohne viel Aufwand eine schmackhafte Fischspezialität zaubern.

Einbeizen

Die Zubereitung der Filets ist relativ einfach. Man bereitet eine Mischung aus Salz und Zucker (zum Beispiel brauner Rohrzucker) im Verhältnis von 3:1 oder 3:2, dazu gibt man je nach Geschmack frischen oder gefrorenen Dill sowie einige zerstoßene Wacholderbeeren und Pfefferkörner. Mit dieser Mischung bestreut man anschließend die Innenseiten der Filets bis zu 5 mm dick. Man kann aber auch bereits fertige Gewürzmischungen, die im Handel angeboten werden, verwenden. Anschließend werden die Filets mit den Innenseiten zusammengelegt und entweder mit Frischhaltefolie umwickelt oder in ein flaches Gefäß gelegt. Danach bedeckt man sie mit einem Holzbrett (Küchenbrett), das man mit einem kleinen Gewicht (nicht zu schwer) oder einem sauberen Stein

beschwert. Die Garung des Fischfleisches erfolgt nun durch den Flüssigkeitsentzug (Dehydrierung) infolge der Salzeinwirkung. Wichtig dabei ist, dass die entzogene Flüssigkeit ablaufen kann bzw. die Filets nicht im „eigenen Saft“ liegen. Die Filets können nun zwischen 12 Stunden und 3 Tagen eingelegt bleiben, müssen dabei aber unbedingt kühl aufbewahrt werden. Je länger sie eingebeizt sind, desto zarter wird das Fischfleisch und desto intensiver der Geschmack.

Sind die Filets dann fertig gereift, kann man sie entweder gleich hauchdünn und schräg aufgeschnitten genießen oder, je nach Geschmack, vorher mit Trinkwasser abspülen und anschließend mit Küchenpapier trocken tupfen, damit sie ein etwas milderer Aroma bekommen. Einige Feinschmecker legen ihre Graved-Lachs-Filets vor dem Genuss noch für ein paar Stunden in den Kalträucherofen und verfeinern so den Geschmack.

Anrichten und Servieren

Das Aufschneiden erfolgt in langen schrägen Schnitten, wobei man sowohl am Schwanzende als auch vorn, an der



GEBEIZTE LACHSFORELLE.

Fertig ist der „Graved Lachs“, in diesem Fall eine Lachsforelle. Im Vergleich zum Farmlachs besitzt ihr Fleisch einen geringeren Fettgehalt, hat eine festere Konsistenz und ist jederzeit beim Fischzüchter in der Nähe erhältlich.

dicken Seite, beginnen kann. Zuvor sollte man, sofern noch nicht geschehen, mit einer spitzen Zange oder einer stabilen Pinzette die Zwischenmuskelgräten aus dem Rückenteil zupfen.

Die dünn aufgeschnittenen Scheiben serviert man dann am besten auf Weiß- bzw. Toastbrot mit einer Sauce aus Senf und Dill. Ein trockener Weißwein (meine Empfehlung wäre zum Beispiel ein Smaragd-Riesling aus der Wachau) rundet dieses einmalige Geschmackserlebnis ab.