

Rezepttipps vom Küchenmeister Vinzent Zelder zum Lausitzer Karpfen

Karpfen im Bierteig

Zutaten:

1 Karpfen, 1 Zitrone, rote Currypaste, Salz

Für den Bierteig:

1 Flasche helles Bier, 3 Eier, ca. 400 – 500 g Mehl,

1 Prise Zucker, Salz,

1 Prise Paprika (edelsüß)

Zubereitung:

Karpfen schuppen, filetieren und in 3 x 3 cm große Würfel schneiden. Die Fischwürfel gründlich waschen und mit Zitronensaft, Salz und Currypaste marinieren, danach kühl stellen.

Eigelb vom Eiweiß trennen. Eiweiß zu Schnee schlagen und Eigelb mit Zucker, Salz, Paprika und Bier aufschlagen, danach das Mehl hineinsieben bis die Masse dickflüssig wird. 10 Min. ziehen lassen, Eischnee unterheben und die Masse mit Öl verrühren.

Karpfenwürfel im Mehl wälzen, mit einer Fleischgabel in den Teig wälzen und danach in 180 °C heißen Öl in der Fritteuse ca. 4 - 5 Min. ausbacken.

Dazu empfehle ich einen frischen Blattsalat und eine kräftige Tomatensoße.

Karpfen blau

Zutaten:

1 Karpfen (ca. 2,5 kg ausgenommen), braune Butter, 1 Zitrone

Für den Kochsud:

2 Möhren, ½ Sellerieknolle, ½ Stange Lauch, 1 Zwiebel geschält,
4 Lorbeerblätter, 10 Pimentkörner, Salz, 0,5 – 0,8 l Essig, 200 – 300 g Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten für den Kochsud in einen großen Topf geben, wobei der Essig, Zucker und das Salz erst nach dem Auffüllen des Topfes mit Wasser hinzu gegeben wird.

Der Kochsud wird so abgeschmeckt, dass er zu sauer, zu salzig und etwas zu süß wirkt.

Karpfen schuppen, ausnehmen, die Kiemen entfernen, vorsichtig waschen damit nicht der Schleim auf der Haut abgewaschen wird.

Kopf etwa 2 – 3 cm nach dem Absatz, also hinter den Brustflossen abschneiden, und den Körper längs halbieren und aus den Hälften etwa 3 – 4 cm breite Streifen schneiden.

Die Karpfenstücke in den wallenden Kochsud geben und etwa 40 - 45 Min. ziehen lassen. Achtung der Sud darf nicht kochen!

Mit brauner Butter, Rotkohl, Apfelsahneerrettich und Petersilienkartoffeln servieren.

Rezeptideen und Infos zu regionalen und saisonalen Produkten gibt es im Internet

.....
www.ekz-marienstern.de

im Regional und Servicebereich.

Karpfenpörkölt

Zutaten:

1 Karpfen (ca. 2,5 kg), 1 Knoblauchzehe, 1 Fleischtomate, ½ Fenchelknolle, ½ Stange Lauch (nur das Weiße), 1 mittelgroße Zwiebel, je 1 Stängel Thymian und Petersilie, 1 Lorbeerblatt, ½ TL Kümmel

Außerdem:

1 Zwiebel (feingewürfelt), 30 g Butter, 1 gehäufte EL Paprika (edelsüß), 4 Strauchtomaten, 1 rote Paprikaschote, Salz, Pfeffer, Zitronensaft

Zubereitung:

Karpfen schuppen und filetieren, Innereien sowie Kiemen entfernen.

Gräten und den Kopf gründlich waschen, mit kaltem Wasser ansetzen.

Knoblauchzehen, Tomaten, Fenchelknolle, Lauch und die geschälte Zwiebel klein schneiden.

Kräuter sowie das Gemüse in den Topf mit dazugeben, abschäumen und 30 Min. köcheln lassen.

Den Fond durch ein Sieb geben und zur Hälfte einkochen lassen.

Die Zwiebelwürfel in der Butter goldgelb anschwitzen und das Paprikapulver dazu geben und 1 – 2 Min. ziehen lassen, den Fond dazu gießen und auf etwa einen ½ l Flüssigkeit reduzieren lassen.

Inzwischen die Fleischtomaten häuten, vierteln und entkernen.

Paprikaschote vierteln, Kerngehäuse und das Weiße entnehmen und die Paprikaviertel 2 Min. in kochendem Wasser blanchieren, Paprika häuten.

Paprika und Tomaten in Streifen schneiden und in den reduzierten Fond 5 Min. köcheln lassen, so dass eine leichte Bindung entsteht.

Die Karpfenfilets in größere Stücke schneiden, salzen, pfeffern und 4 – 5 Min. in den Fond garen, nochmals mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft nachwürzen und servieren.

Dazu passt ein frisches Landbrot

Das Ernährungs- und Kräuterzentrum wird unterstützt durch
das Sächsische Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft.

