

Seefische.

Ueber die Zubereitung des Seefisches, dieses zufolge der Fleischknappheit in den Vordergrund gerückten Nahrungsmittels, stellt uns Frau Josefine Türk, die Verfasserin des Jubiläums-Kochbuches, folgende Rezepte zur Verfügung, die unseren Hausfrauen gute Dienste leisten werden.

Seefische-Zubereitung.

Besonders der unliebsame Fischgeruch, der sich im Hause verbreitet, wenn man nicht richtig Seefische in der Küche zubereitet, verliert sich sofort, wenn man den Fisch, sobald man ihn nach Hause bringt, in einen Liter frisches Wasser legt, dem man einen Eßlöffel Essig beimengt.

Der Fisch wird in Stücke geteilt, mit Zitronensaft bestrichelt, mit Salz bestreut, und in einer Kasserolle zugedeckt, an einen kühlen Ort gestellt. Man kann den Schellfisch, da er sehr wasserreich ist, dann im eigenen Saft mit etwas Pflanzenfett dünsten, ohne ihn umzurühren; er ist bald weich. Unter den Seefischen ist der Schellfisch der billigste, er ist sehr eiweißreich, jedoch fettarm, sehr leicht verdaulich und kann abwechslungsreich zubereitet werden. Schellfisch läßt sich großartig mit Pflanzenfett baden; man taucht die Fischstücke in Mehl und bäckt sie aus dem heißen Pflanzenfett; er schmeckt vorzüglich zu allen Salaten.

Schellfisch, eingemacht.

Eingemacht, wird er gereinigt und vorgerichtet, das Schwarze im Innern mit der dicken Haut darüber wird entfernt; man dünstet ihn mit Pflanzenfett und feingeschnittener Zwiebel ungefähr 25 Minuten lang, legt ihn auf eine erwärmte Schüssel und übergießt ihn mit folgender Sauce: In einen Viertelliter Wasser gibt man von einer halben Zitrone den Saft, ein bis zwei Dotter und einen Eßlöffel Mehl, verrührt dies nach und nach glatt, sprudelt es bis zum Kochen, so daß die Dotter nicht zerrinnen und gießt die Sauce über den Fisch.

Senssauce zu gekochtem Schellfisch.

Abgekochte Fischstücke übergießt man mit folgender pikanten Sauce: Einen Dotter verrührt man mit zwei Eßlöffel Del, einem Kaffeelöffel Essig, ein wenig Zucker und einem Löffel Estragonenf.

Schellfisch mit Sardellen gebraten.

Zu den Schellfischen wird auch der Kabeljau gezählt. Man kauft ein Stück von einem Kabeljau, ungefähr 30 Deka; sobald die Haut mit einem Messer abgelöst ist, ist aller Geruch fort. Schellfisch ist sehr nahrhaft, billig, und schnell zubereitet. Man reibt ihn mit einer fein zerschnittenen Sardelle gut ein, legt ihn in eine Kasserolle auf heißes Fett und bratet ihn zugedeckt in sehr heißer Röhre, indem man ihn öfter begießt, 15 Minuten zur schönen Farbe.

Schellfisch-Gulasch.

Ein halbes Kilogramm entgräteter Schellfisch wird abgehäutet, in zwei Zentimeter große Würfel geschnitten, gesalzen und mit dem Saft einer halben Limone überträuelt; alsdann eine Stunde kalt gestellt. zwei Deka Fett werden mit zwei Eßlöffeln Mehl hellbraun geröstet, ein achtel Liter saurer Rahm nach und nach hinzugegeben sowie einige kleingehackte Perlzwiebeln und eine Prise Paprika; diese dicke Sauce muß fünf Minuten offen langsam kochen, dann gibt man die Fischwürfel sowie die sich gebildete Fischlake und zwei Deka Fett dazu, die Kasserolle wird nun zugedeckt und das Gericht noch einmal aufgekocht. Man kann PolentaKnödel dazu geben.

Stodfisch mit Sauerkraut.

Ein Stück ein Viertelfilo schön weißer, gut ausgewässertes Stodfisch wird in Salzwasser gekocht und auf einem Sieb abtropfen gelassen, dann von Haut und Gräten befreit, zerteilt und in eine erwärmte Schüssel gegeben, über Brösel mit heißem Fett übergossen und mit gut zubereitetem Sauerkraut aufgetragen. Als Omelettefüllmasse kann ein Stückchen Stodfisch folgendermaßen zubereitet werden: einige Stücke vom gekochten Stodfisch gibt man in heiße Butter oder anderes Fett, in dem man etwas feingeschnittene Zwiebel röstet und dies mit etwa zwei Löffel Sauce, Salz und Paprika bindet. Dann läßt man es mit dem gehackten Fisch aufkochen und füllt es in die fertige Omelette. Schnell auftragen.