

# FISCH!!

An der Türkischen Rinviera hat sie begonnen; die Hochsaison für frischen Fisch! Auch in Deutschland sinken die Preise für frischen Fisch zumindest etwas wie die Temperaturen. In Alanya, z.B. in der Markthalle, bekommen Sie jetzt wunderbaren "Orkinos" - Thunfisch, der für die "gewerbliche Nutzung" (ein grosser Teil der hiesigen Thunfischfänge geht nach Japan zur Verarbeitung zu Sushi) zu klein ist - also etwa bis zu max. 10 kg. Der Preis für das wunderbare Fleisch - dunkelrot und nahezu grätenfrei - ist für europäische Verhältnisse geradezu lächerlich: Für ein Kilo Orkinos zahlen Sie zwischen 8 - 12 Lira, also knapp 4 - 6 Euro. Auch andere Fische wie der leckere "Kuzu Balığı" (Lammfisch) sind durchaus bezahlbar mit Preisen um die 6-10 Eur, je nach Grösse oder ob es ein Zucht- oder "Wild" fisch ist.

Lassen Sie sich verführen von unseren Rezepten!

## FISCH IN DER SALZKRUSTE

1 Fisch (ca. 1,5 kg), ausgenommen, aber nicht geschuppt

1,5 kg Meersalz (geht aber auch ganz gewöhnliches Salz)  
8 Eiweisse (Eigelbe für Aioli verwenden)  
100 gr Mehl  
Pfeffer, aus der Mühle  
2-3 Scheiben Zitrone, einige Zweige frische Petersilie und Dill, 2-3 Zehen Knoblauch, grob gehackt

Vorbereitung

Fisch ausnehmen (idealerweise vom Rücken, Öffnung möglichst klein halten. TIPP: geht mit einer Geflügelschere kinderleicht). Alle Flossen müssen abgeschnitten sein, weil sie, wenn der Fisch gart, die noch nicht feste Salzkruste sprengen können, weil sie sich wegspreizen.

Den Backofen auf 250° vorheizen.



Ein großes Blatt Alufolie in die Abtropfwanne des Backofens legen.

Eiweiss schlagen, mit dem Mehl und Salz vermischen und 1/3 davon auf die Alufolie legen. Den Fisch in dieses Bett legen. Ggf. Bauch- und Kiemenregion mit Alufolie vor dem Salz schützen, Fisch mit dem restlichen Salz bedecken, dabei mit den



Händen gut andrücken. Der Teig sollte rundum mind. 1

cm dick sein. Nach Geschmack die Oberfläche schuppenartig eindrücken und "fischartig" formen.

40 - 45 Min. im Backofen backen.

Zum Servieren eine große Platte mit den Algen auslegen und den Fisch in der Kruste darauflegen.

Beim Servieren dann die Salzkruste aufbrechen und sie zusammen mit der Haut und den Schuppen abziehen. Den Fisch in Filets zerlegen, auf einer heißen Platte anrichten und mit Aioli und Kartoffeln servieren.

8 Eigelbe  
1 Tasse gutes Olivenöl (ca. 100 ml)  
3-4 EL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer, zerdrückter Knoblauch, frische Petersilie und Dill, fein gehackt.

Eier mit dem Handrührer in einem hohen Gefäss mind. 2-3 Minuten schaumig schlagen. Langsam den Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Knoblauch zugeben - Rührer NICHT stoppen! - und dann das Olivenöl am besten aus einer Flasche langsam, zuerst tropfenweise und dann mit einem dünnen Strahl unterrühren. Die Masse emulgiert, ist aber meist dünner als gekaufte Mayonnaise. Sie können auch einen EL fertige Mayonnaise unterrühren, dann wird sie fester. Zum schluss kurz die Kräuter unterrühren und Aioli mind. 2-3 Stunden kalt stellen.

### Aioli

Für die selbstgemachte Mayonnaise sollten alle Zutaten so kalt wie möglich sein.

## MESE-CARPACCIO MIT THUNFISCH TATAR

400 g sehr frisches Thunfischfilet  
1 Bund feine Lauchzwiebeln  
1 Limette  
1 Bund Koriander  
Meersalz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
1 Eigelb  
etwas Limettensaft  
125 ml Rapsöl  
10 Eier (M)  
1 kleine Salatgurke  
2 Bete Shiso-Kresse, alternativ: Gartenkresse oder Rucola

Den Thunfisch kalt abspülen, sorgfältig abtrocknen und sehr fein würfeln. Die Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden, etwas von dem feinen Lauchgrün aufbewahren. Die Limette heiß waschen und trocknen. Die Schale fein reiben, den Saft auspressen. Den Koriander - bis auf einige schöne Zweige - von den

Stielen zupfen und fein schneiden. Alle Zutaten vermengen und mit Limettensaft, Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Für die Mayonaise das Eigelb mit etwas Limettensaft, Salz sowie Pfeffer verrühren. Das Rapsöl erst tropfenweise, dann in einem dünnen Strahl in die Eigelbmischung rühren und alles zur Mayonaise hochziehen.

Die Eier in kochendem Wasser 9 Minuten kochen, dann abschrecken, pellen und in möglichst dünne Scheiben schneiden.

Die Salatgurke sehr dünn schälen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

Die Innenfläche von vier Tellern salzen sowie pfeffern und mit den Ei- und Gurkenscheiben auslegen, diese nochmals leicht salzen sowie pfeffern. Mit Hilfe einer kleinen Spritztüte die Mayonaise auf dem Carpaccio dressieren. Zusammen mit dem Ta-



tar sowie der Kresse anrichten, mit Lauchgrün und Koriander garnieren.

## DORADE MIT TARATOR (WALNUS-SAUCE)

pro Person 1 Dorade á ca. 300-400 gr.  
Salz, Pfeffer, Zitrone  
250 gr Wanüsse (ohne Schale)  
3-4 Scheiben altes Brot  
5 Zehen Knoblauch  
Saft von 3 Zitronen  
150 ml heisses Wasser

Walnüsse grob hacken und dann noch etwas zerdrücken. Mit der Zitrone und dem geriebenen Brot gut verrühren, zerdrückten Knoblauch dazugeben und mit heissem Wasser aufgießen.

Im Kühlschrank mindestens 5 Stunden ziehen lassen. Der Tarator dickt noch etwas an. Er sollte traditionell eher dünnflüssig sein,



dickere Konsistenz kann den Fischgeschmack überdecken.

Den Fisch säubern, aussen und innen salzen, pfeffern und innen mit Zitronensaft beträufeln.

Auf den Seiten etwas einschneiden, damit er gleichmässiger gart.

In der Pfanne mit Olivenöl oder auf dem Grill schön braun braten.