

Stockfisch

Aktion-Installation-Dokumentation

Max Bottini 1998

«Wenn es sich nicht um Magie handelte, ich meine wirkliche, echte, unerklärliche Magie, würde ich trotzdem sagen, es handle sich um Magie, und ich meine damit folgendes: Toter, steifer Stockfisch, im Wasser wiederbelebt, wird mit einemmal in geschmeidige Materie verwandelt, wie Marmor in den Händen Michelangelos oder Ton in jenen eines Töpfers. Es ist Magie, wenn der tote, dürre Stockfisch zur (essbaren) Materie wird, die ihre eigene Landschaft aus weisser, sahniger Sauce erschaffen hat, einer kräftigen, urtümlichen Milch gleich. Zwei Menschen, die zusammen den Baccalà al pil pil aus demselben Topf essen, werden unausweichlich zu kommunizierenden Gefässen, weil zwischen ihnen der Gegenstand der Sprache, der pil pil, die Oberhand gewinnt, und dabei die Essenden Tatsachen und Erlebnisse aus dem Zentrum gemeinsamer Lebenserfahrung teilen. Also sprach Zarathustra. Ich jedoch beschränke mich darauf zu sagen, dass dies das königliche Mahl der Meere und der Betten ist; das königliche Mahl aller Seefahrt. Zu leben ist nicht notwendig, zu navigieren jedoch schon.»

Zitat aus: Ricette immorali, Manuel Vázquez Montalban, Feltrinelli Mailand 1988

Inhalt

- 1 Einführung**
- 4 Begriffserklärungen**
- 5 Stockfisch/Klippfisch**
- 7 Ungereimtheiten**
- 8 Konservierung**
- 9 Erste Erwähnungen des Stockfisches
in Kochbüchern**
- 10 Vorbereitung des Stockfisches**
- 12 Stockfisch/Klippfisch – Zubereitung
Übersicht (A2–Faltblatt)**
- 13 Eigene Zubereitungsmöglichkeiten
Beispiel**
- 14 Eigene Zubereitungsmöglichkeiten
Leerblatt**
- 15 Aktion – Rezeptübersicht**
- 18 Mise en Place**
- 19 Installation – Skizze**
- 20 Dank an**
- 21 60 gesammelte Rezeptvorschläge
auf A5 Karten**

Einführung

Die erste Begegnung mit Stockfisch hatte ich mit 12 Jahren. Wir wohnten damals in einem Haus, das früher einmal eine Schule beherbergte. Die Bauweise war massiv und räumlich grosszügig konzipiert; ein Bauwerk, entstanden um die Jahrhundertwende. Dieses Haus war nun von einer ortsansässigen Baufirma gekauft und für den Zweck der Unterbringung ihrer Arbeitnehmer umgebaut worden. Fortan wurde es im Volksmund «Fremdarbeiterheim» genannt. Die «Fremdarbeiter» stammten aus Italien, Spanien und Portugal. Meine Eltern waren für die Führung des Hauses verantwortlich. Mir selbst war eine kleine Aufgabe übertragen worden. Sie bestand darin, die von der Arbeit Heimkehrenden mit kühlen Getränken zu versorgen. Für die Lagerung von Getränken und Lebensmittel waren im riesigen Kellergewölbe Abteile aus Dachlatten eingerichtet worden. Der Verkauf der Getränke fand in ebendiesem Keller statt. Dabei hatte ich natürlich Einblick in die persönlichen Abteile der Arbeiter. Da lagerten allerlei kuriose Sachen: Mitgebrachtes aus der Heimat, Salami, Paprikawürste (Chorizos), Eingemachtes, unzählige Tomatenkonserven, Coppa, fetter weisser Lardo, in öligem Papier eingewickelt Unerkennbares und eben diese trapezförmigen, flachen, gelblich-schimmernden, grossen Fladen, die mit Schnüren befestigt an den Wasserrohren baumelten. Das war nun gesalzener und getrockneter Stockfisch – Bacalao – Bacalhau – Stoccafisso. Mit bestechender Regelmässigkeit wurden Stücke davon abgeschnitten und in Wasser eingelegt, um sie für den übernächsten Tag als Abendessen vorzubereiten. Ich erinnere mich noch heute an den Geruch, den der Stockfisch beim Kochen im ganzen unteren Geschoss verströmte. Er dünkte mich damals penetrant und unangenehm. Trotzdem war ich von diesem steifen, toten Wesen fasziniert. Mich beeindruckte vor allem, nebst seiner Erscheinung, die lange Haltbarkeit (mehrere Monate) ohne jegliche künstliche Kühlmittel. Diese Faszination ist bis heute geblieben.

Warum nun dieses Stockfisch-Projekt?

Ich bin angetan von den einfachen und genialen Konservierungsmethoden im allgemeinen. Wenn ich nun den Stockfisch als Beispiel aus den zahlreichen Möglichkeiten der natürlichen Lebensmittel-Konservierung herausgreife, tue ich dies aus folgenden Gründen:

1. Die Konservierung von Lebensmitteln mit Hilfe von Salz (und Luft) ist wohl eine der ältesten Methoden Nahrung, über längere Zeiträume haltbar und zu-

dem noch nahrhaft zu behalten. Die fundamentale Erfindung, Proteine mittels Salz vor dem Verderben zu bewahren, ist schlichtweg zu bewundern. Sie hat bis in unsere heutigen Tage überlebt.

2. Die Geschichte der Stockfisch-Konservierung ist auch ein Stück weit Zeitgeschichte, die von Menschen erzählt, die über den ganzen Globus hinweg mit Stockfisch handelten und Rezepte für seine Zubereitung austauschten. Essen und Kochen als Kulturaustausch. Die gesammelten Rezepte sollen dies dokumentieren.

3. Der Stockfisch als Nahrungsquelle will nicht mehr in unsere Zeit passen. Der Genuss dieses Fisches muss mit einem «Zeitopfer» erduldet werden; ein lohnenswertes Opfer! Die investierte Zeit, so meine ich, diszipliniert die vermeintliche Hektik.

4. Der Stockfisch in den Kontext unserer Wirklichkeit gestellt, ist eine bescheidene Aufforderung über Energie und deren Verbrauch zu «sinnieren».

5. Schlussendlich gibt es wohl kaum ein anderes Lebensmittel, dessen Variationsmöglichkeiten der Zubereitung schier unerschöpflich erscheinen.

Meine Arbeit über den Stockfisch will weder belehrend noch moralisierend sein. Es sollen auch keine längst vergangen «bessere» Zeiten heraufbeschworen werden. Die Arbeit berichtet lediglich von längst Bekanntem. Sie möchte (fast) vergessenes Wissen revitalisieren und den heutigen Gegebenheiten (Umgang mit Nahrung) gegenüberstellen.

Noch eine Bemerkung zum Wort «Revitalisieren». Laut Quellenangaben aus dem Werk «Gemälde der Schweiz» (Band 17, Kanton Thurgau, 1837) von J.A. Puppikofer wird unter dem Kapitel «Produkte der Jagd und Fischerei» der Handel mit Stockfisch im Thurgau erwähnt:

Einfuhr

- Wildfleisch aus Schwaben
- Stockfisch

Ausfuhr

- Frische Fische nach St. Gallen, Appenzell, Winterthur
- Marinierte und geräucherte Gangfische

In welchen Mengen der Stockfisch im Thurgau verzehrt wurde, ist nicht mehr nachzuweisen. Fest steht, dass diese Speise vollständig aus den Thurgauer Küchen verschwunden ist. Wenn heute gesalzener, getrockneter Stockfisch auf den Fischmärkten angeboten wird, so richtet sich dieses Angebot eher an eine südländische Klientel (Portugal, Spanien, Italien). Dabei mag wohl eine gewisse Unwissenheit über dessen Zubereitung oder vielleicht sogar eine Abneigung aus eigener schlechter Erfahrung eine Rolle spielen. Diese Arbeit möchte diese «Wissenslücke» schliessen und mit einer «Essaktion» die mannigfachen Zubereitungsmöglichkeiten vorstellen.

Die Stockfisch-Rezepte

Der Stockfisch-Dokumentation ist eine erweiterbare Rezept-Sammlung aus aller Welt beigefügt. Ich habe mich bemüht, möglichst viele «authentische» Rezepte (aus privaten Haushalten) zusammenzutragen. Weiter sind Rezepte aus guter einschlägiger Kochliteratur zu finden. Die Mehrzahl der Rezepte mussten in die deutsche Sprache übersetzt werden. Gewisse Abweichungen zu den Original-Rezepten bestehen vor allem bei den Mengenangaben der Zutaten. Die Rezepte sind, wenn nichts weiteres bemerkt, für den Verzehr von vier Personen umgeschrieben worden und setzen nach der Wässerung des Stockfisches ein (siehe auch: Vorbereitung des Stockfisches). Die Rezeptfolgen sind in kleinste, logische Schritte unterteilt, was einem (ökonomischen) Hantieren in der Küche entgegenkommt.

Nach eigener Erfahrung erhöht sich das Gewicht des Klippfisches mittels Wasseraufnahme nach 48 Std um etwa 30%. 600 g Trockenfisch ergeben rund 800 g kochbereiten Fisch. Diese Menge ist für vier Personen reichlich gut berechnet; zumal weitere eingebrachte Zutaten, wie zum Beispiel des öfteren üblich Kartoffeln oder Eier, das «Sattwerden» garantieren.

Nachtrag

Stockfisch wird vor allem in den Wintermonaten angeboten: ein typisches Winteressen. So sind denn die meisten Rezepte auch ziemlich «mastig» (Proteine und Kohlenhydrate), was aber durch vermehrten Verbrauch von Körperenergie (Kälte) erklärbar ist. Zudem können die Rezepte ohne weiteres den eigenen «gesundheitpolitischen» Vorstellungen angepasst werden.

Das Projekt

besteht aus fünf Teilen:

- **Einladung** (Brief)
- **Organisation** (Briefbeilage)
- **Aktion**
- **Installation**
- **Dokumentation**

Die Einladung

Max Bottini
Oberdorf 29
Tel. 052/746 12 48

8524 Uesslingen, Ende April 1998

Liebe Freunde «kulinarischer Genüsse»,

Vier Jahre nach dem Tonhühnerprojekt möchte ich Euch ein weiteres geniales, in unseren Breiten fast vergessenes, Nahrungsmittelprodukt vorstellen: den **Stockfisch**. Was ist ein Stockfisch? Der Name bezeichnet, im zoologischen Sinne gemeint, keine eigene Art, sondern beschreibt den Zustand, das Aussehen des Fisches. Der Stockfisch ist ein gesalzener, getrockneter Dorsch oder Kabeljau. Der Dorsch findet sich in grossen, wandermenden Schwärmen vor den Küsten von Neufundland, Grönland, Island und den skandinavischen Gewässern. Der mittels Salz und Luft konservierte Dorsch bietet denn auch viele Vorteile:

- praktisch unbeschränkte Lagerfähigkeit, ohne Bedarf irgendwelcher Energiequellen!
- Proteinlieferant erster Güte.
- unerschöpfliche Menu-Variationen in der Küche.

Um den Stockfisch für den Verzehr vorzubereiten, wird er mindestens 24 Stunden «gewässert», wobei das Wasser häufig gewechselt werden muss um das Salz vollständig auszulösen.

Das Projekt

Aktion

An einem Essen sollen etwa zehn Stockfischrezepte gekocht und zur Degustation aufgetischt werden. Die Infrastruktur hierfür stellt die Genossenschaft des Restaurant «Löwen» in Sommeri zur Verfügung. Vorgesehen sind zwei Abendanlässe, die je 40 Personen Platz bieten.

Installation

Während der Dauer des Projektes wird eine Ausstellung mit installativem Charakter anzutreffen sein.

Dokumentation

Meine Bemühungen, eine möglichst grosse Rezeptesammlung aus aller Welt zusammenzutragen sind immer noch im Gange. Sie wird grösster Bestandteil der Dokumentation sein. Im weiteren: Projektbeschrieb, Begriffserklärungen, Geschichtliches etc

Habe ich Euere Neugierde geweckt? So tut Euch etwas zu Gute und ladet Euch mit beigelegtem Anmeldetalon zu einem Essen ein!

Die Organisation

Organisation	«Aktion Stockfisch»
Ort:	Restaurant «Löwen», Hauptstrasse 23, 8580 Sommeri, Tel. 071/411 30 40
Daten:	1. Essen Dienstag 27. Oktober 1998 2. Essen Dienstag 3. November 1998
Platzzahl:	Pro Essen stehen 40 Plätze zur Verfügung. Sollten irgendwelche Schwierigkeiten bei der Besetzung auftauchen, würde ich Dich/Euch schriftlich oder telefonisch informieren, ansonsten gilt das angekreuzte Datum als gebucht.
Kosten:	Fr. 80.– pro Person. In den Kosten eingeschlossen sind: – Ein Degustationsabend, einschliesslich der Getränke. – Eine umfassende Dokumentation über den Stockfisch Allfällige «Überschüsse» werden dem Helferteam der Aktion entgolten.
Einzahlungen:	Bitte mit beiliegendem Einzahlungsschein.
Konto:	TKB Frauenfeld: Stockfisch 15 44 332450–10

Anmeldung: Bitte bis spätestens 30. Juni 98 mit beiliegendem Couvert zurücksenden.

Ich/Wir nehmen teil am:

1. Essen Dienstag, 27. Oktober 1998 1900 Uhr

2. Essen Dienstag, 3. November 1998 1900 Uhr

Anzahl Personen

Ich/Wir könnten an beiden Daten teilnehmen!

Name _____
Adresse _____
Ort _____
Tel. Nr. _____

Die Aktion

Anhand von 10 Rezepten aus der beiliegenden Rezeptsammlung soll Stockfisch zubereitet und zur Degustation aufgetischt werden. Die Auswahl der Rezepte berücksichtigt einerseits das weite Feld der Zubereitungsarten, andererseits ihre geografische Herkunft. Dies ein Versuch, einen möglichst repräsentativen Einblick in die unendliche Vielfalt der Stockfischzubereitung zu bieten.

Die Dokumentation

Die Dokumentation fasst die Arbeit des Projektes zusammen. Sie ist eine Hommage an den Stockfisch. Schön wäre es, wenn sie Anregung genug wäre, eigene (Koch-) Versuche zu wagen.

Die Installation

Die Installation schält einige Eigenheiten des Themas heraus und versucht sie sichtbar zu machen. Der Ort, indem sich die Essenden aufhalten, soll mit einer Linie aus Pökelsalz hervorgehoben und damit neu definiert werden. In regelmässigen Abständen, der Salzlinie entlang, finden sich Einmachgläser. Der Inhalt der Gläser zeigt die konservierende Wirkung des Salzes auf. In 10%-tiger Salzsole, die als Masstab für die keimabtötende Salzkonservierung gilt, schweben, als ein Beispiel unter andern, rohe Eier. Die Eier dienen als optischer Indikator für die im Wasser gelöste Menge Salz. Zuwenig Salzanteil im Wasser lässt das Ei auf den Boden sinken. Damit ist auf einfache Art und Weise die «nichtkonservierende» Wirkung der Lösung demonstriert. Mit diesem Phänomen soll gespielt werden (siehe Installationsskizze).

Begriffsklärungen

Um die Begriffsverwirrungen rund um den Stockfisch vollends zu klären, hier ein Schlüssel zu dessen Verständlichkeit:

Sprache	Benennung	Erklärung
lateinisch	gadus morhua (L)	meint Dorsch und Kabeljau als biologische Art
deutsch	Stockfisch	Dorsch und Kabeljau korrekte Unterscheidung in: Stockfisch: ganz, luftgetrocknet Klippfisch: aufgeschnitten, gesalzen, getrocknet
italienisch	baccalà	meint Dorsch, aufgeschnitten, gesalzen, getrocknet (Klippfisch)
	stoccafisso	meint Kabeljau, ganz belassen, luftgetrocknet
	merluzzo	frischer Kabeljau
französisch	la morue	urspr. Stockfisch meint heute auch Klippfisch
spanisch	bacalao	meint Dorsch und Kabeljau Konservierungsart: Klippfisch
potugiesisch	bacalhau	meint Dorsch und Kabeljau Konservierungsart: Klippfisch
schwedisch	torkad torsk	torsk=Dorsch oder Kabeljau, torkad=trocken

Stockfisch/Klippfisch

«¹ Als Rohware für die Herstellung von Trockenfisch dienen ausschliesslich Magerfische, und zwar vorwiegend die Gadiden **Dorsch/Kabeljau**, Schellfisch, Köhler und Leng. Fettfische sind wegen ihrer Neigung zum Vertranen ungeeignet. Grundsätzlich werden zwei Arten von Trockenfisch unterschieden, und zwar Stockfisch und Klippfisch.

Der **Stockfisch** wird vorwiegend in Norwegen hergestellt. Hierzu werden die geköpften, ausgenommenen und gereinigten Fische paarweise, an den Schwanzwurzeln zusammengebunden, über Stangen zum Trocknen gehängt. Diesen noch runden Fisch nennt man in Norwegen «Titling». Wird der Fisch nach dem Köpfen und Ausweiden der Länge nach bis auf die Schwanzwurzel aufgespalten, vom Hauptteil der Rückengräte befreit und so einzeln getrocknet, so heisst er Rotscheer (norwegisch Raaskjaer). Die Dauer der Trocknung ist sehr von der Witterung abhängig und beträgt im allgemeinen zwei bis drei Monate. Guter Stockfisch soll weischfleichig und angenehm im Geruch und Geschmack sein. Der Wassergehalt soll 18 % nicht überschreiten und bei guter Ware zwischen 12 und 15 % liegen. Der zum Verbrauch kommende Stockfisch wird im allgemeinen in Spezialbetrieben, sogenannten Stockfischwäsereien, für die küchenmässige Behandlung vorbereitet, d. h. der Stockfisch wird in gequollener Form dem Verbraucher angeboten. Die Behandlung in den Betrieben erfolgt in der Weise, dass der Stockfisch zunächst einige Tage in Wasser gelegt wird. Nach der Entnahme aus dem Wasserbad wird der Fisch enthäutet und in Portionenstücke zerteilt. Die Stücke werden sodann zur Aufquellung in Bäder gelegt, die auf 100 Liter Wasser 500 g Kristallsoda und 600 g gelöschten Kalk enthalten. Nach der Quellung (Quellungsverhältnis 1 : 4) werden die Fischstücke nochmals gewässert.»

«²Der Eiweissgehalt des Stockfisches liegt über 80 %, der Gehalt an Mineralstoffen bei etwa 1.5 %. Die Konsistenz muss holzähnlich sein. Wertbestimmend ist ausserdem die Quellfähigkeit. Hat diese durch das Trocknen gelitten, so ist die Wasseraufnahme bei dem Wässern, durch die der Stockfisch erst für den Verzehr tauglich wird, beeinträchtigt. Die Lagerung von Stockfischen muss in trockenen, kühlen und luftigen Räumen erfolgen, weil sonst die Gefahr von Schimmelbildung und Befall mit

¹ Grundlagen und Fortschritte der Lebensmitteluntersuchung, Band 6, Fische und Fischerzeugnisse, Verlag Paul Parey, Berlin und Hamburg 1973

² Fischindustrielles Taschenbuch, Praxis und Wissenschaft der Fischverarbeitung, Verlag Dr. Serger & Hempel, Braunschweig 1954

Milben und anderen Schädlingen besteht. Bei sachgemässer Herstellung und Aufbewahrung kann Stockfisch ohne Schaden mehrere Jahre gelagert werden.»

«¹Der **Klippfisch** wird nach einem kombinierten Salzungs- und Trocknungsverfahren im wesentlichen aus denselben Fischarten wie der Stockfisch hergestellt. Der Fisch wird geköpft, ausgeweidet und von dem grössten Teil der Mittelgräte befreit. Die an der Rückenseite miteinander verbunden bleibenden Hälften werden auseinandergeklappt und in dieser Form nass oder trocken gesalzen. Nach der Salzgare, die je nach der Grösse und Dicke der Fische etwa nach drei- bis vierwöchiger Salzbehandlung erreicht wird, kommen die Fische zur Trocknung. Da diese an der Luft in Freien durchgeführt wird und der hohe Salzgehalt ein Lufttrocknen erschwert, erfordert sie besonders günstige klimatische Voraussetzungen (grosse Luftbewegung, trockene Luft). Die gesalzenen Fische werden vor dem Auslegen auf felsigem Grund gewaschen und gebürstet. Während des mehrerer Wochen dauernden Trocknens müssen sie häufig gewendet werden. Vor neuer Wasseraufnahme (Regen, Tau) müssen sie durch Zusammenlegen in Stapeln und Abdecken geschützt werden. Ein guter handelsfähiger Klippfisch ist weissfleichig und von angenehmem Geruch. Der Salzgehalt beträgt 18 bis 20 %, der Wassergehalt um 35 %. Bei der küchenmässigen Zubereitung wird der Klippfisch gewässert, wobei er aufquillt und einen Teil seines Salzgehaltes verliert.»

«²Für die Lagerung kommen nur trockene, luftige und möglichst kühle Räume in Frage. Innehaltung dieser Lagerungsbedingungen bietet auch einen wesentlichen Schutz gegen die gefürchteten Schädlinge, den braunen und den roten Pilz. Die die Gelb- oder Braunfärbung hervorrufende Form ist der Schimmelpilz *Torula epizoa*. Wegen seines starken Sauerstoffbedürfnisses geht er bei dem Wässern zugrunde. Weit gefährlicher sind die Erreger der Rotfärbung, weil sie durch das Wässern nicht abgetötet werden. Das Auftreten der Fischrötung ist stark zurückgegangen, seitdem an Stelle von Seesalz, in dem die Erreger hauptsächlich vorkommen, Steinsalz verwendet wird.»

Einige Anmerkungen noch zu Dorsch und Kabeljau als wichtigste Vertreter für die Stock- und Klippfischproduktion.

«³ Der Name Dorsch bedeutet «Dörr-oder Trockenfisch». Der Dorsch ist ein Meerfisch. Er ist noch unreif, noch nicht fortpflanzungsfähig. Erreicht er sein geschlechtsreifes Alter, wird er Kabeljau genannt. Die Zeitdauer der Wandlung vom Dorsch zum Kabeljau (die Geschlechtsreife) hängt stark von seiner Umgebung ab: Nahrungsangebot, Wassertemperatur, Nähe zur Küste usw. um nur einige Bedingungen zu erwähnen. Die grossen, wandernden Dorschschwärme bei Grönland, Island und Norwegen werden erst im Alter von 6–15 Jahren geschlechtsreif, die Hauptmasse im 8.–12. Lebensjahr bei einer Länge von 70–100 cm (3–8 kg). Die Küstendorsche wachsen schneller heran und werden in den dänischen Gewässern schon mit 2 Jahren, vor Westnorwegen mit 4–6 Jahren fortpflanzungsfähig. Die meisten Stämme laichen im Frühjahr und suchen dazu Gewässer mit Temperaturen von 4–6 ° C auf. Die Zahl der Eier schwankt, je nach der Grösse der Weibchen, zwischen 500 000 und 5 Millionen Stück. Eier und Samen werden frei ins Wasser abgelaicht, wobei Männchen und Weibchen sich dicht aneinander schmiegen. Die glasklaren, 1.5 mm grossen Eier sind pelagisch (im Meer schwimmend) und steigen innerhalb kurzer Zeit zur Oberfläche empor. Die Brutdauer beträgt, je nach Temperatur, zwei bis vier Wochen. Die frischgeschlüpften Jungen sind ca. 5 mm lang; sie ernähren sich, solange sie pelagisch leben, von Hüpferlingen und anderen kleinen Planktontieren. Nach 3–5 Monaten gehen die 3–6 cm langen Jungfische zum Leben nahe dem Grunde über. Die Jungfische der ozeanischen Dorschstämme lassen sich in relativ tiefem Wasser nieder, die Brut der Küstendorsche dagegen im Flachwasser. Solange die Eier und Larven noch pelagisch leben, werden sie von Meeresströmungen erfasst und oft weit von den Laichplätzen ihrer Eltern vertrieben.

Dorsche sind Räuber, die sich von allen möglichen Arten von Krebsen, Würmern und Weichtieren, mit zunehmendem Alter auch von anderen Fischen, ernähren. Die Zugfische unter ihnen folgen über weite Strecken hin den Laichwanderungen der Heringe und Loden. Daneben stellen die Sandaale eine wichtige Futterquelle für sie dar. Während der Laichzeit der Heringe werden häufig Dorsche gefangen, deren Mägen prall mit Heringsrogen vollgestopft sind. In den Wintermonaten dagegen wird die Nahrungsaufnahme stark herabgesetzt, und auch während ihrer Laichzeit fressen die Dorsche nur wenig.

Schliesslich sei noch erwähnt und mit einigen Zahlen belegt, dass Stockfisch

ein wichtiges Erzeugnis nordischer Länder ist. Vor allem Norwegen mit 35–40 000 t und Island mit 6 – 9 000 t tragen erheblich zur Befriedigung des europäischen und südamerikanischen Bedarfs bei. Weitere bedeutende Lieferanten sind Japan (3 – 5 000 t) und Korea (1 – 3 000 t).

In der Fischerei-Industrie findet der Dorsch und Kabeljau weitere Verwendung und gelangt in folgender Form auf dem Markt:

- Frischfisch
- Filet tiefgefroren
- Konserven
- Fischstäbchen
- Fast-Food- und Mikrowellengerichte
- Lebertran
- Rogen, wird gesalzen und geräuchert

Richtigstellung und Bemerkungen:

Die Arbeit trägt den Titel «Stockfisch». Dies ist insofern nicht ganz zutreffend, als praktisch alle, der Mappe beigefügten Rezepte vom «Klippfisch», also von der aufgeschnittenen und gesalzenen Variante der Konservierung von Dorsch und Kabeljau ausgehen. Ich behalte den Titel bei, weil in der deutschen Umgangssprache (in der Regel) keine Unterscheidung zwischen Stockfisch und Klippfisch gemacht wird.

Es ist anzunehmen, dass heute der «richtige Stockfisch» kaum mehr den Weg in die schweizer Küche findet. Ganz im Gegensatz zu Italien, Portugal und Spanien, wo er auf Märkten oder Fischläden noch immer als ganzer oder bereits gequollener Fisch angeboten wird. Allerdings ist es auch in diesen Ländern eine Frage der Zeit und des zunehmenden Lebensstandarts, wann dieses Lebensmittel der Vergangenheit angehören wird. Preisgünstige Tiefkühl- und andere Schnellkostangebote knacken Gewohnheiten und Traditionen. Was die «modernere» Variante des Stockfisches, den Klippfisch, betrifft wage ich dieselbe Prognose, vielleicht mit zeitlich längerem Abgang. Ausser.....diese Broschüre und die damit verbundene Aktion hätten die nötige Überzeugungskraft aufgebracht um das Wagnis einer Klippfischzubereitung einzugehen!?

³ Teilweise Auszüge aus: Meeresfische der Ostsee, der Nordsee, des Atlantik; Biologie, Fang, wirtschaftliche Bedeutung; Muus/Dalsröm, Verlag BLV München, 6. Auflage 1991

Ungereimtheiten

«Fangflotten der EU, vor allem Spanien und Portugal, haben beispielsweise entscheidend zum Ende der neufundländischen Fischindustrie beigetragen, indem sie nördlichen Kabeljau ausserhalb Kanadas EEZ (Exclusive Economic Zones) überfischten. Diese sogenannten 200-Meilen-Zonen sind nach dem Zweiten Weltkrieg deklariert worden, als Küstenstaaten versuchten, ihre Fischereiindustrie zu schützen. Unglücklicherweise beachten Kabeljaue solche Schutzgrenzen nicht, da sie hochwandernde Arten sind – und die Wilderer, die über ihren Laichgründen kreuzen, tun dies ebensowenig...

Der nördliche Kabeljau war der Hauptgrund für die Gründung der Kolonie Neufundland vor etwa 400 Jahren. Und noch am Anfang des 20. Jahrhunderts ertrugen die nordatlantischen Kabeljaubestände jährliche Fänge von 250 000 Tonnen; ihre Population war so produktiv, dass sich niemand über Erschöpfung sorgen musste. In den späteren sechziger Jahren schnellte der Jahresfang auf 800 000 Tonnen hoch. Doch neue Fischereitechniken hatten die Laichbestände angegriffen, und die Kabeljaupopulation brach alsbald dramatisch zusammen.

Eigentlich war Kanadas 200-Meilen-Schutzzone bei ihrer Ausrufung zur Regenerierung angeschlagener Fischbestände gedacht gewesen. Nach einem anfänglichen Anwachsen der Fänge begann die Kabeljaupopulation Mitte der achtziger Jahre wieder rapid abzunehmen. 1992 erklärte Kanada ein absolutes Moratorium für den Kabeljaufang, sowohl innerhalb als auch ausserhalb seiner Hoheitsgewässer. Da Hochseefischereinationen wie Taiwan, Korea und Spanien unkontrollierten Druck auf die überlebenden Kabeljaubestände ausübten, zeigte das Moratorium aber keine Wirkung. Zum ersten Mal seit 400 Jahren brach das Fischen von Kabeljau in Neufundland völlig zusammen. Nicht weniger als 40 000 kanadische Fischer verloren auf einen Schlag ihre Arbeit.»

Quelle: Zwar, Magazin 2/95, Seite 7, herausgegeben von GREENPEACE

Kommentar

Niemand wird wohl der rücksichtslosen Ausbeutung der Weltmeere zustimmen, ausser eben diejenigen, die die «Ware» Fisch zu gutem Geld machen können. Wie immer bei solchen Vorkommnissen, trägt auch der Konsument einen nicht unwesentlichen Teil dazu bei. Jedoch ist von der Fischereilobby und deren Umfeld vieles unternommen worden um uns Fisch, ich formuliere es einmal vorsichtig so, auf eine

«unkomplizierte» Art näher zu bringen. Ich meine damit zum Beispiel die kranke Methode, Fisch zu Fischstäbchen zu verarbeiten, oder zu regelmässigen Vierecken gestanzte Fischpampe mit einer undefinierbaren Deckschicht obenauf, in Alu-Wegwerfgeschachteln anzubieten. Ich kann durchaus verstehen, dass es Menschen gibt, die Fisch nicht mögen, jedoch weniger, warum sie diese raffiniert getarnten Fischattrappen mit grossem Heisshunger verschlingen. Was hat ein Fischstäbchen noch mit einem Fisch gemeinsam? Wäre es möglich, dass sich bei einem «normalen» Fischangebot die Nachfrage auf ein vernünftiges Mass einpendeln würde? Müssig, darüber zu philosophieren. Steigender Fischkonsum, nicht zuletzt als Folge eines falsch verstandenen Gesundheitswahns, welcher Fisch als ultimatives Lebenselixier preist (krebsverhindernd, cholesterinarm, fettfrei, leicht verdaulich usw.), beweist das Gegenteil. Vielleicht mag das ja alles zutreffen. Mir aber gefällt die Vorstellung dem Fisch in die Augen zu sehen, beziehungsweise ihm die Kiemendeckel zu heben, um festzustellen ob er frisch ist (rote Farbe ist gut), das kann ich allerdings an einem Fischstäbchen weniger gut tun. Also, ich kaufe mir auf dem Fischmarkt zwei grössere Bodensee-Felchen. Zu Hause wasche ich sie. Entschuppen entfällt (Dienstleistung des Fischhändlers). Anschliessend würze ich sie mit Salz und Pfeffer. In den Leib stopfe ich zwei Zweiglein Thymian und ein Stück Butter. Mit einem Mehlsieb mehle ich beide Seiten fein ein. In einer Kasserolle lasse ich ein Butter-Öl-Gemisch heiss werden (Das Öl verhindert das Braunwerden der Butter!). Ich brate die Felchen fünf Minuten auf beiden Seiten an, so bleibt das Fleisch zart und delikat. Einmal auf dem Teller, beginnt die ganze Sezierarbeit, die die Vorfreude noch zusätzlich steigert. Entlang der Wasserlinie auf einer Seite des Fisches klappe ich zuerst mit Hilfe eines Messers den Rückenteil nach oben, dann verfare ich gleich mit dem unteren Teil. Vor mir liegt nun der «offene» Fisch. Immer mit dem Messer, hebe ich vorsichtig das Rückgrat am Schwanzende empor und ziehe es langsam gegen vorne vom Fisch. Einige Gräten mögen noch irgendwo steckengeblieben sein. Zur Kontrolle fahre ich mit der Messeroberkante mit zartem Druck über die freigelegten Teile. Stosse ich auf Widerstand, sind noch Gräten auszulösen. Endlich sind die Felchen zum Verzehr bereit und mein Appetit auf ein Maximum angestiegen. Dazu einen feinen Safranreis oder Salzkartoffeln, vielleicht einen Salat und gewiss ein Glas trockenen Weissen. Da können mir sämtliche Fischstäbchen und dergleichen den Buckel runterrutschen! Und Ihnen?

Konservierung

Es sind im wesentlichen zwei Gründe weshalb Lebensmittel, die mit Salz behandelt wurden, halt- und geniessbar bleiben:

- Bei der Einwirkung von Salz verlieren die Bakterien osmotisch Wasser. Durch das semipermeable Membran der Zellen fliesst Wasser von innen nach aussen. Als Folge davon wird der Zellinhalt «trocken gelegt» und somit stirbt das Bakterium ab.
- Das Salz denaturiert die Proteine. Ihre dreidimensionale Struktur wird zerstört. Dadurch erfahren die Lebensmittel eine geschmackliche Änderung.

Im folgenden zusammengetragene Beispiele zur Konservierung von Nahrungsmitteln mit besonderer Berücksichtigung der Salz-Konservierung.

«Der Wechsel zwischen Mangel und Überfluss an einzelnen Nahrungsmitteln in verschiedenen Gegenden oder zu bestimmten Zeiten veranlasste zu Überlegungen, wie man derartige Schwankungen überwinden könnte. Die Beobachtung, dass Feuchtigkeit eine wesentliche Voraussetzung für Fäulnis ist, führte dazu, dass man zum Zwecke der Brauchbarhaltung manchen Nahrungsmitteln durch Trocknen oder Dörren den natürlichen Wassergehalt entzog. Man erreichte durch die damit verbundene Gewichtsverminderung zudem eine Transporterleichterung und senkte damit dessen Kosten. So konnte Kabeljau als Stock- oder als Klippfisch weit landeinwärts befördert werden. Er begegnet uns infolgedessen auch in süddeutschen Kochrezeptaufzeichnungen. Bereits in der Antike pökelt man Fleisch und Fisch. Nach Cato¹ erachtete man den Salzgehalt der Lake für ausreichend, wenn in ihr ein Ei schwamm. Diese Probe empfehlen nordeutsche Kochbücher aus dem 17. Jahrhundert, und sie wird heute noch angewandt. Schon im Altertum war es üblich, die Sole mit Kräutern zu würzen».

«Das Einsalzen (Pökeln) hatte besonders für die Nutzung der reichen Heringschwärme Bedeutung, die ohne dieses Verfahren weitgehend unmöglich gewesen wäre. Im Mittelalter benützte man es ausserdem, um Salm (Lachs), Hecht, Barsch, Neunaugen, Aal und andere Fische, aber auch Austern zu konservieren. Das geschah vor allem in Gewerbebetrieben. Doch lässt ein Rezept im Kochbuch der Anna Ter Braeck über das Einsalzen von

¹ Marcus Porcius Cato: De agri cultura, ed. Antonius Mazzarino, Leipzig 1962

Kabeljau vermuten, dass dort, wo es die Umstände erlaubten, sich auch die Hausfrau auf diesem Gebiet betätigte».

«Alt ist auch das Verfahren, Fleisch und Fisch einzusalzen, hinterher zu trocknen und wohl überdies zu räuchern. Schon Cato wendet diese drei Verfahrensweisen nacheinander auf Schinken an, den er ausserdem mit Öl und Essig einreibt, um ihn haltbar zu machen».

Quelle: Kulturgeschichte der Kochkunst, Hans Wiswe, Heinz Moos Verlag München 1970

Derselbe Autor im Kapitel «Merkwürdiges aus alten Kochbüchern»: «Ochsenfleisch» aus Haut und Magen des Stockfisches sowie gesottenem Reis, schmackhaft gemacht mit Salz und Gewürz sowie einem «Senf» aus Honig und Essig.»

«Auch das Salz entzieht dem Fleisch Wasser und wirkt dadurch konservierend; ausserdem hemmt es bei entsprechenden Konzentrationen das Wachstum der Zersetzungskeime. Durch das Salzen wird der Fisch nicht nur haltbar gemacht, sondern gleichzeitig in einen genussfähigen Zustand übergeführt.

Dorsche, Schellfische, Köhler, und Lenge werden meist gleich an Bord der Fischkutter geschlachtet, gereinigt und als Rundfisch (Laberdan) oder aufgeschnitten (wobei der grösste Teil der Wirbelsäule entfernt wird) eingesalzen. Man arbeitet dabei mit 20 – 30% Salz.

Dorsche und Lenge können auch als Frischfische angelandet und erst an Land eingesalzen werden. Nach maschineller Spaltung schichtet man sie zwischen Salz in Fässer ein. Schon nach kurzer Zeit sind sie, infolge Wasseraustritt aus den Geweben, von der Lake bedeckt. Nun werden sie 1 – 6 Monate gelagert, um das Produkt gar werden oder – wie der Fachausdruck lautet – «reifen» zu lassen.»

aus: Meeresfische der Ostsee, der Nordsee, des Atlantik

Biologie, Fang, wirtschaftliche Bedeutung

Muus/Dahlsröm

Verlag BLV Münschen, 6. Auflage 1991

Erste Erwähnungen des Stockfisches in Kochbüchern

«¹ Nur ungern legt sich der Mensch in bezug auf Nahrung und Trank Zwang auf. Ungern verzichtet er normalerweise auf das auf diesem Gebiete Gewohnte. So sah sich denn die Kochkunst vor die Aufgabe gestellt, unter Berücksichtigung der durch die Fastengebote gezogenen Grenzen wohl mit einer gewissen Mannigfaltigkeit von Speisen aufzuwarten, dabei aber geeignete Ersatzmittel für das Verbotene zu suchen und mit deren Hilfe die Fastenzeit zu überbrücken.

Rumpolts² Speisenplan für ein «Nacht Mahl der Bauern am Fasttag» möge zeigen, dass und wie man sich in früheren Jahrhunderten den Gelegenheiten anpasste, ohne auf Abwechslung zu verzichten:

1. Gang: Weisskohlsalat, mit hartgekochten Eiern garniert, dazu Bratfisch.
Ungarische Käsesuppe mit Zwiebeln, frisch gesottene Eier.
2. Gang: Eingemachte schwarze Karpfen.
3. Gang: Grünkraut mit Backfisch oder gehackten Rüben.
4. Gang: Eingemachter Hering mit Zwiebeln.
5. Gang: Warme Erbsen mit Sauerkraut.
6. Gang: Stockfisch mit Zwiebeln und Milch gekocht, fein weiss mit Butter.
7. Gang: Gebackenes, Kuchen, Hohlhippen, Steigleder und Setzküchlein, Äpfel, Birnen, Nüsse und Käse, alles in einer Schüssel.»

Die oben zitierte Speisefolge aus dem Jahre 1604, worin Stockfisch vorkommt scheint die früheste, nachweisbare Erwähnung desselben in einem deutschen Kochbuch zu sein. Weitere älteste Rezepte für die Zubereitung von Stockfisch finden sich im «Le cuisinier françois enseignant la manière de bien apprester» von F. de la Varenne, erschienen 1651 in Paris. Daraus eine Kostprobe in Originalsprache:

Moruë de Terre-neuve.

«Prenez-la bien desalée, ratissez-la, & la faites cuire dans une chaudiere avec de l'eau fraiche, faites la bouillir un bouillon, & l'écumez; étant écumée, ôtez-la de dessus le feu, & la couvrez de quelque nape en double. Lors que vous ferez prest de servir, mettez la égouter, faites une fauce avec du beurre seul, empêchez qu'il ne se tourne, le mettez dessus vostre moruë, & servez avec persil dessus & autour.»

¹ Kulturgeschichte der Kochkunst, Kapitel: Speisebeschränkungen als Folge von Glaubensvorstellungen, Hans Wiswe, Heinz Moos Verlag München

² Marx Rumpolt «Ein new Kochbuch», Frankfurt am Main 1604

Zeitlich weiter zurückliegende Rezeptvorschläge waren nicht aufzufinden. Bei meinen Recherchen unterstützte mich Hans Weiss aus Zürich. Seine «Biblioteca Gastronomica» zählt über 7000 Kochbücher, in der alle deutschen Gastronomiebücher von 1485 bis 1914 verzeichnet sind.

Die Methode des Einsalzens wurde natürlich schon viel früher angewandt. So lassen sich Rezepte im römischen Kochbuch von Apicius (3. Jh.n.Chr.) nachlesen, worin vor allem mit Salz behandelte Fische für die Speisen aufbereitet und verwendet wurden. Interessant in diesem Zusammenhang ist, dass Apicius' Schrift, in lateinischer Sprache abgefasst und aus zehn Büchern (oder Kapiteln) bestehend, erst 1909 als erste deutsche Ausgabe in Berlin auf dem Büchermarkt erschien. Frühere schriftliche Überlieferungen (z.B. Griechen?) konnte ich nicht aufstöbern. Es ist aber anzunehmen, dass die geniale Idee, Salz gegen das Verderben von Lebensmitteln einzusetzen, wohl eine Erfindung ist, die auf die Altsteinzeit zurückgeht (4000–3000 v.Chr.).

Jedenfalls nimmt der Stockfisch unter allen, mit Salz konservierten Lebensmitteln, eine Sonderstellung ein. Sein Erfolg und sein «Überdauern» als geschätzter Speisefisch über die letzten vier Jahrhunderte hinweg fusst auf drei unschlagbaren Gründen: Stockfisch ist gesund, er ist nahrhaft und sehr billig. A. Escoffier, begnadeter Koch, Vordenker und Begründer der «modernen» Koch- und Küchenlehre, hat 1929 in Paris ein Buch mit Stockfischrezepten veröffentlicht: «La vie à bon marché. La morue. 82 recettes pour l'accommoder». Darin hebt Escoffier den Stockfisch über den Status des «Arme-Leute-Essens» weg, hin zur Speise, die durchaus auch im «gehobeneren Milieu» aufgetischt werden kann. Der so salonfähig gemachte Fisch fand in ganz Europa und in Südamerika seine Verbreitung. In Europa ist vor allem Portugal hervorzuheben, wo Stockfisch ein nicht mehr wegdenkbares «Nationalgericht» geworden ist.

Vorbereitung des Stockfisches

Der Stockfisch (Klippfisch) muss im Wasser eingeweicht werden. Dabei wird das konservierende Salz ausgelöst. Das Ausschwemmen des Salzes wird durch das häufige Wechseln des Wassers gefördert. Frau Maria de Lourdes Modesto (Receitas Escolhidas, Verlag Verbo, Portugal) gibt uns einen praktischen Tip: In ein Becken wird ein Gitter gestellt (oder übers Kreuz gelegte Holzstäbchen), dergestalt, dass der Fisch mit der Haut nach oben etwa fünf Zentimeter vom Beckenboden zu liegen kommt. So kann der Fisch bequem aus dem Wasser gehoben und die Salzlake weggeschüttet werden.

Die Zeitdauer des Einlegens hängt von der Grösse und damit vom Gewicht des Fisches ab. Sämtliche einschlägigen Rezept-Empfehlungen gehen von einer Einweichzeit von mindestens 24 bis maximal 48 Stunden aus. An dieser Stelle muss betont werden, dass immer ein geringer Salzanteil im Fisch zurückbleibt. Es ist darum bei der Stockfischzubereitung mit dem Salz mit äusserster Zurückhaltung umzugehen.

Ist der Stockfisch einmal aus dem Wasserbad, wird er unter kaltem Wasser gut abgespült. Dann, am besten mit einem Stück Küchenpapier, trocken getupft. Je nach Rezept bleibt er am Stück oder es müssen Haut und Gräten entfernt werden (siehe Übersicht). In vielen, vor allem portugiesischen Rezepten, wird Stockfisch entweder roh, oder nach dem Blanchieren, von Hand ausgefrant. Ebenfalls oft wird er mit Hilfe des Passevite püriert, um anschliessend mit diversen Zutaten vermengt zu werden. Die einfachste und wohl rationellste Art den Stockfisch zuzubereiten ist ihn ganz zu belassen oder in Portionenstücke zu schneiden, einzumehlen und im heissen Olivenöl auf beiden Seiten anzubraten. Parallel dazu kann irgendeine Saucen-Variante kreiert werden, in dieser dann der Fisch im «Finish» garkocht wird.

Einmal aufgeweichter Stockfisch kann im Kühlschrank zwei Tage, im Tiefkühler eine Woche gelagert werden.

Zur Vorbereitung des Stockfisches zum Kochen ein Beitrag aus dem «Kochbuch der Catharina Fehr» aus dem Jahre 1824:

Stockfische zu wässern

Man muß den Fisch zuerst beÿ einem Schmied recht klopfen laßen, dann innen, je nachdem der Fisch groß ist, 2 oder 3 Schaüfeli Aschen, thue sie in ein großes mit kaltem Waßer gefülltes Beken und laß es 24 Stunden stehen. Schütte das lautere Wasser ab, lege in dieses den Fisch, nachdem Er in 3 oder 4 Theile geschnitten worden ist. Binde die Stücke recht loker zusammen, laß den Fisch in diesem Waßer 24 Stunden, auch wohl noch länger, wenn Er noch nicht recht aufgegangen ist; dann schütte das Waßer ab, laß die Brunnenröhre einichemal darüber laufen und wiederholle dieses alle Tage, bis sie gekocht werden. (Siehe auch das empfohlene Rezept der Catharina Fehr).
Bemerkung: Die Rede ist vom luftgetrockneten, ganzen Kabeljau. Die Asche, gleich dem Soda, unterstützt und beschleunigt den Mürbeprozess des Stockfisches.

Quelle: Das Kochbuch der Catharina Fehr 1824, Rezepte aus dem Haus des letzten Schultheissen von Frauenfeld, Angelus Hux und Walter Müller, Verlag Huber Frauenfeld

Zum Vergleich, eine Anweisung Stockfisch vorzubereiten aus einem süddeutschen Kochbuch aus dem Jahre 1882

«Will man den Stockfisch selbst wässern, so klopft man ihn erst langsam, nach und nach tüchtiger, bis er locker geworden is; man darf ihn aber nicht zerfetzen. Drei Tage vor dem Gebrauche legt man ihn in kaltes Regenwasser, worin etwas Soda aufgelöst ist. Am dritten Tage reinigt man den Stockfisch, schuppt die Haut, schneidet die Flossen weg, zertheilt ihn in Stücke, wie man sie zum Gebrauche haben will, und legt ihn wieder in frisches Wasser bis zum anderen Tage. Es ist gut, das Wasser zwei-oder dreimal abzugiesen und wieder frisches darauf zu schütten. Drei Stunden vor der Essenszeit setzt man den Fisch mit kaltem Wasser auf, lässt ihn langsam heiss werden, aber nicht kochen (er darf nur ziehen), ganz zuletzt fügt man etwas Salz dazu.»

aus: Das häusliche Glück, Vollständiger Haushaltsunterricht nebst Anleitung zum Kochen für Arbeiterfrauen, Ausgabe für Süddeutschland, Verlag von U. Riffarth, M.Gladbach und Leipzig 1882

Eine weitere Möglichkeit Stockfisch vorzubereiten stammt aus Italien:

Baccalà

«Nach der Legende soll dieser getrocknete Fisch seinen Ursprung den Hunnen verdanken. Über die Normannen soll er später zufällig nach Vicenza gekommen sein, wo ein Stück davon eine Köchin sehr irritiert haben soll. Sie wusste mit diesem harten Fisch nichts anzufangen. Schliesslich legte sie das Stück ins Wasser, um es aufzuweichen, und schlug es alsdann heftig, um die Prozedur zu beschleunigen. Als der Fisch endlich weich wurde, kochte sie ihn mit den ihr zur Verfügung stehenden Zutaten. Daraus entstand sehr wahrscheinlich das berühmte Gericht Baccalà alla vicentina. Für diese Zubereitung wird der Stockfisch nach dem Aufweichen und Entgräten zusammen mit gedünsteten Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Sardellen und Parmesan in Olivenöl und Milch gargekocht und mit Polenta serviert.»

Quelle: Aus Italiens Küchen, Marianne Kaltenbach und Virginia Cerabolini, Verlag Hallwag (Auszug)

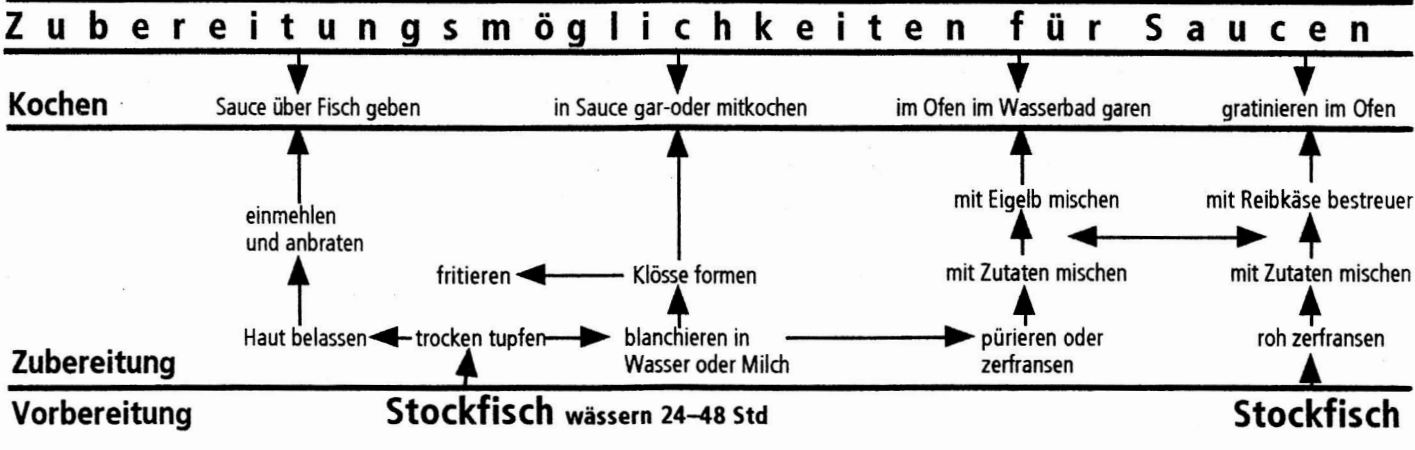
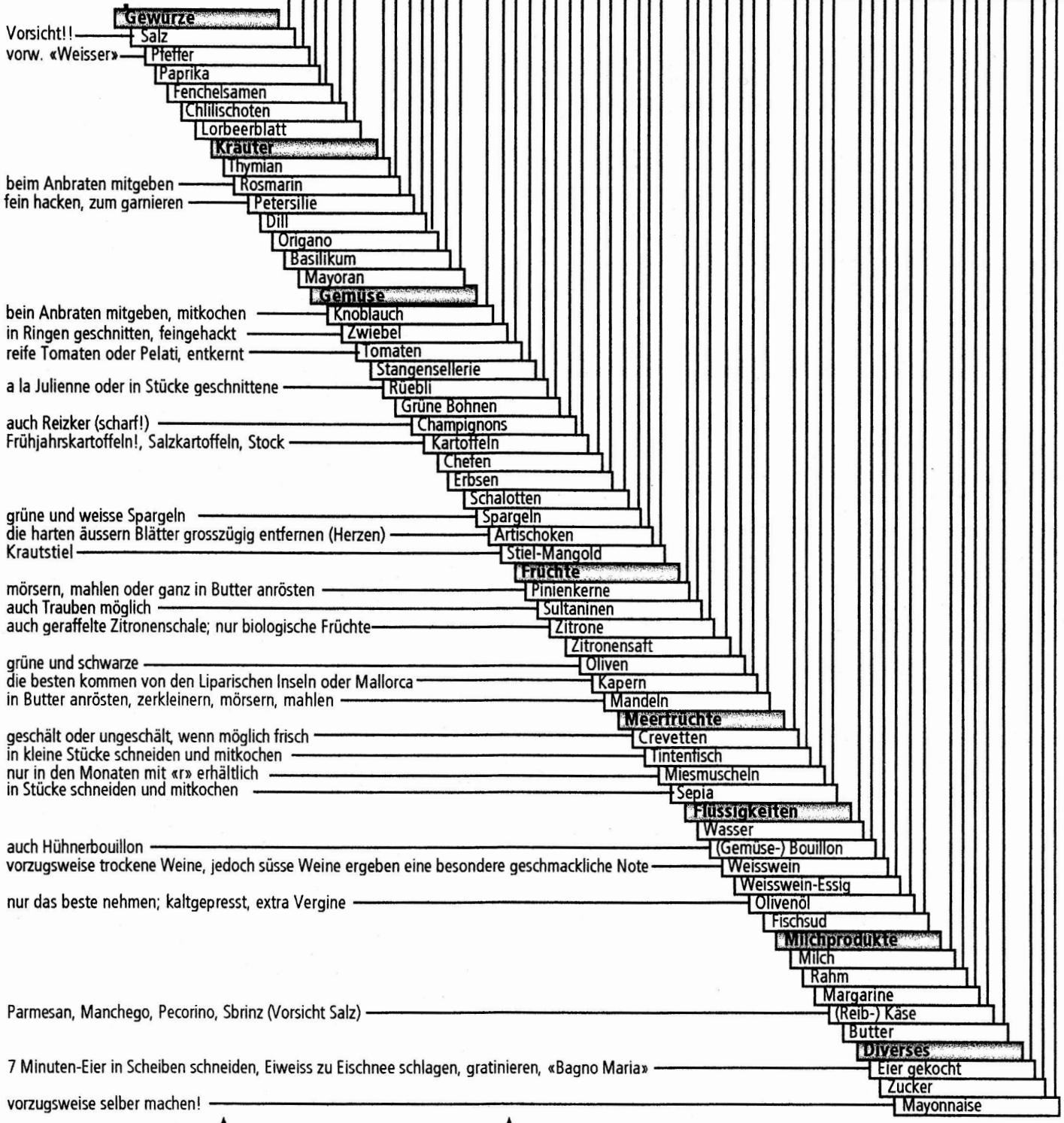
Zum Kochen salzt man den Stockfisch ein paar Stunden vor der Bereitung ziemlich stark, wäscht ihn dann wieder aus, setzt ihn mit kaltem Wasser zu und lässt dieses so heiss werden, dass es am Rande Perlen aufwirft. Dann zieht man es vom Feuer weg und lässt den Fisch so lange damit stehen, bis man ihm die Gräten ausziehen kann. Man legt ihn dazu auf ein Sieb und teilt ihn in Stücke».

Eine nächste Empfehlung für die Vorbereitung (auch hier ist der ganze luftgetrocknete Stockfisch gemeint) gibt uns Mathilde Ehrhardt im «Grosses Illustriertes Kochbuch», erschienen in Berlin 1907. Drei Rezepte aus diesem Kochbuch finden sich in der Rezeptsammlung im Anhang der Dokumentation.

«Stockfisch (getrockneter Kabeljau) muss vor der eigentlichen Zubereitung erweicht werden. Man sucht einen recht weichen Fisch aus, lässt ihn einen Tag im weichen Wasser (Regen-oder Flusswasser) liegen, klopft ihn dann, bis er sich etwas blättert, und legt ihn für 24 Std in klare, scharfe Lauge von Buchenasche. Dann lässt man ihn noch 5 bis 8 Tage in weichem Wasser liegen, welches man dreimal des Tages wechselt.

Stockfisch/Klippfisch-Zubereitung

- 5 garnieren
- 4 würzen
- 3 mitkochen
- 2 ablöschen
- 1 andünsten



Eigene Zubereitungsmöglichkeiten

Die Anwendung der Grafik für das Zusammenstellen eigener Stockfisch/Klippfisch-Rezepte

Beispiel

Klippfisch à la Max
Max Bottini

Zutaten

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 2 Chilischoten
- 6 Tomaten oder
- 1 Büchse Pelati
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Esslöffel Kapern
- 1 Zweiglein Thymian
- 1 Zweiglein Rosmarin
- 1 Teelöffel Zucker
- weisser Pfeffer
- wenig Salz
- Petersilie

Zubereitung

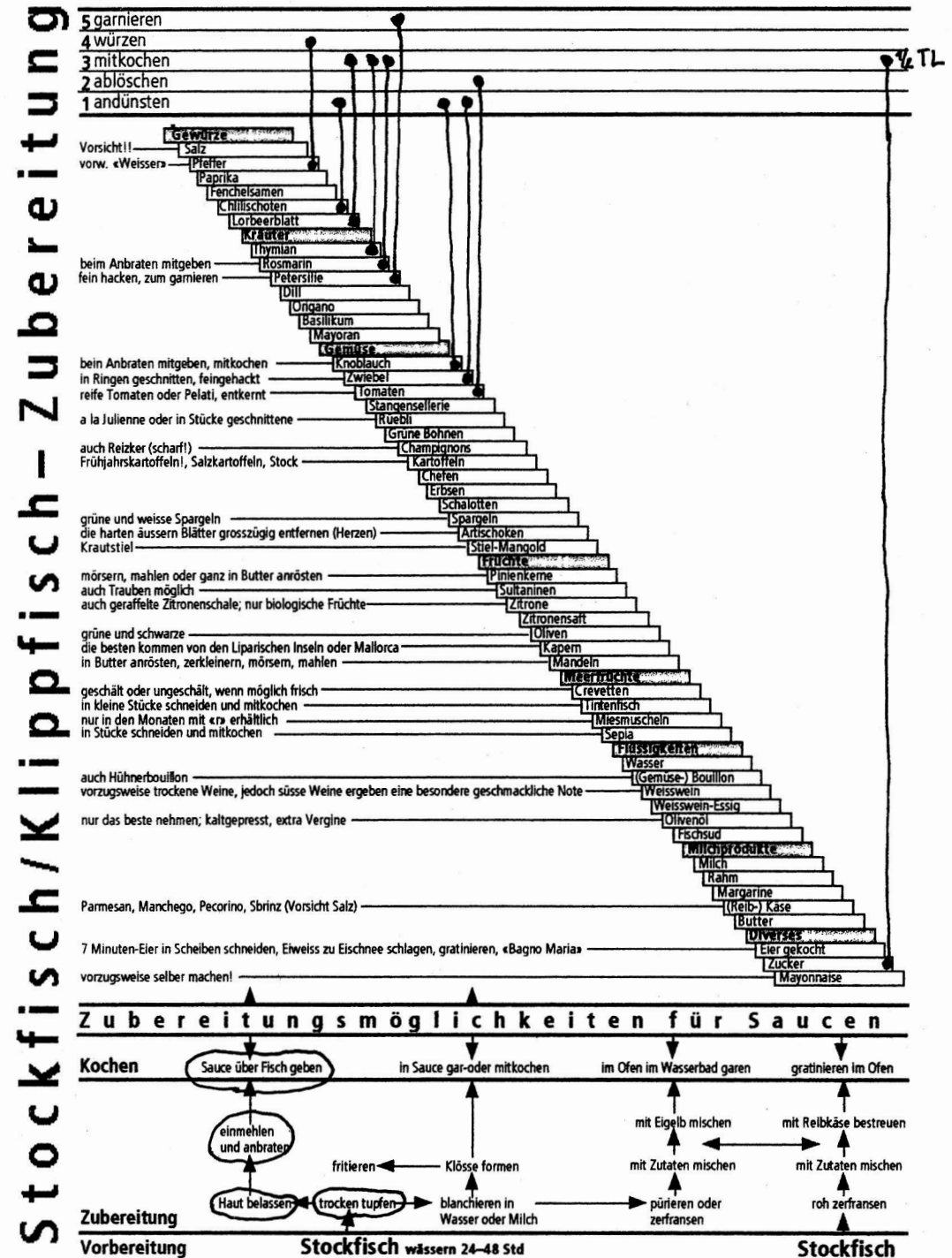
- 1 Sauce vorbereiten
den Knoblauch, die Zwiebel, die Chilischoten fein hacken und in Olivenöl andünsten.
- 2 ablöschen mit Tomaten (enthäutet und entkernt) oder einer Büchse Pelati (ohne Saft)
- 3 in die Sauce geben und mitkochen; das Lorbeerblatt, den Thymian, den Rosmarin und einen halben Teelöffel Zucker
- 4 mit wenig weissem Pfeffer würzen
- 5 alles sanft etwa 3/4 Std zugedeckt köcheln lassen
- 6 die letzten 10 min den Deckel wegnehmen und auf diese Weise die Sauce reduzieren
- 7 den Fisch einmehlen und in Olivenöl auf beiden Seiten 5 min anbraten
- 8 nun die Sauce über den Fisch geben und nochmals 5 min darin ziehen lassen
- 9 mit feingehackter Petersilie garnieren.

Zubereitungszeit

ca. 1 Std

Vergleiche die Beschreibung der Zubereitung mit nebenstehender Grafik!

Klippfisch à la Max



Eigene Zubereitungsmöglichkeiten

Ausgehend von nebenstehender Grafik können auf diesem Blatt (als Kopiervorlage gedacht) eigene Stockfisch bzw. Klippfisch-Rezepte kreiert werden.

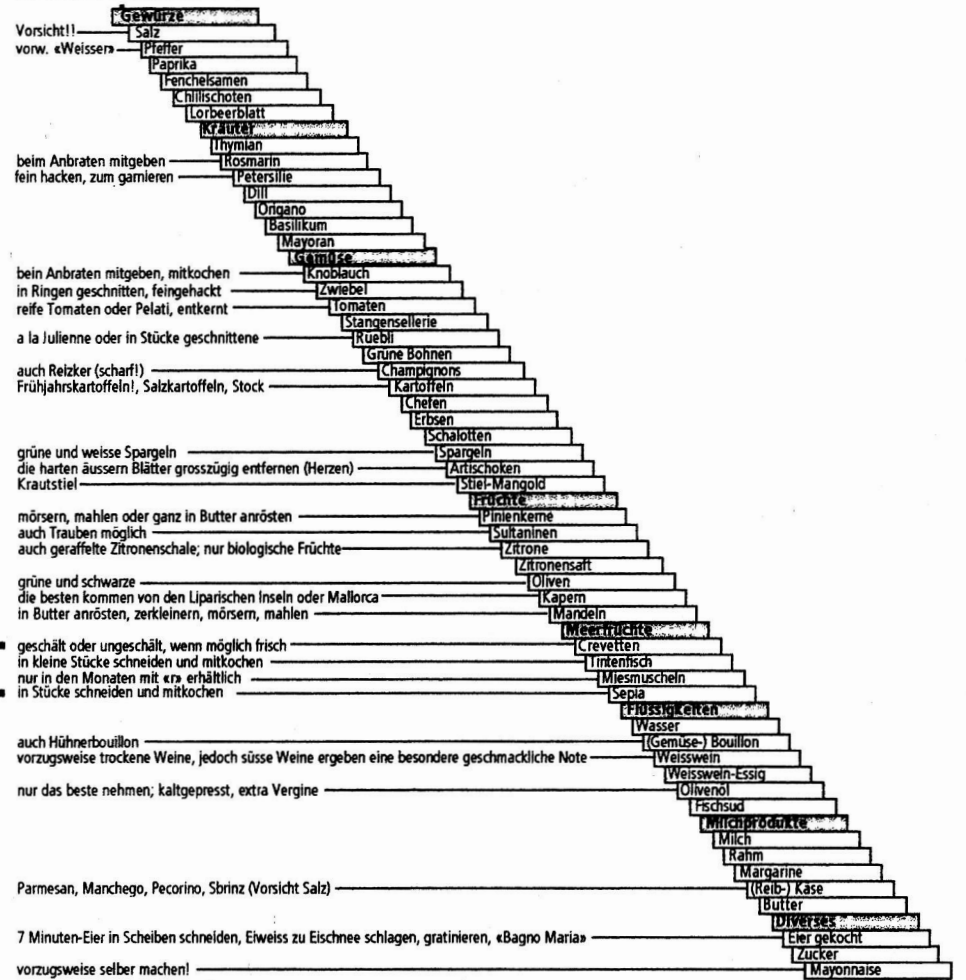
Zutaten

Zubereitung

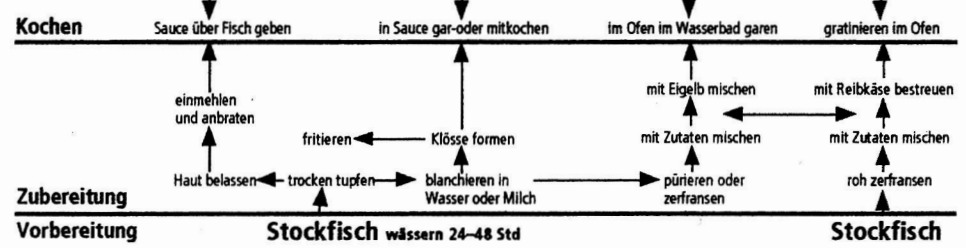
Zubereitungszeit

Stockfisch/Klippfisch-Zubereitung

- 5 garnieren
- 4 würzen
- 3 mitkochen
- 2 ablöschen
- 1 andünsten



Zubereitungsmöglichkeiten für Saucen



Aktion-Rezeptübersicht

**ausgewählte Rezepte für die
Degustations-Essen
27. Oktober und 3. November 1998**

1 Stockfisch im Ofen

Mia's Mutter
Schweden

Zutaten

600–800 g Fisch
1 dl Chilisauce (z.B. Heine)
3 dl Rahm
ca. 4 Tomaten oder Peperoni
frischer Dill
Butter oder Margarine
Salz

Zubereitung

- Form mit **Butter** oder **Margarine** ausstreichen und Fisch dreingeben
- **Chilisauce** und **Rahm** mixen, mit **Salz** abschmecken
- **Tomaten** in Scheiben schneiden und auf Fisch auflegen
- Saucenmix darüber giessen
- in Backofen bei 225° C, ca 30 min backen
- mit **frischem Dill** garnieren als Beilage empfiehlt sich Kartoffelstock

Zubereitungszeit

ca. 1 Std

2 Baccalà dolce e forte

Nonna Duc
Italien

Zutaten

800 g Fisch
ein 1/2 Glas Weissweinessig
ein 1/2 Glas trockenen Weisswein
2 Esslöffel Zucker
2 Esslöffel Sultaninen
2 Esslöffel Pinienkerne
Mehl
Olivenöl

Zubereitung

- Sauce vorbereiten
- **Weissweinessig, Weisswein, Zucker, Sultaninen** und **Pinienkerne** in einem Pfännchen kurz aufkochen (ca. 10 min)
- vom Feuer nehmen und auf die Seite stellen
- die mundgerecht geschnittenen **Fischstücke einmehlen**
- im heissen **Olivenöl** auf beiden Seiten anbraten
- Bratöl ableeren
- Fischstücke wieder hineingeben
- die süß-scharfe Sauce darübergiessen und 1 min aufkochen
- sofort servieren um zu verhindern, dass der Stockfisch zu weich wird

Zubereitungszeit

ca. 1/2 St

3 Baccalà alla ghiotta (Baccaluru a ghiotta)

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo, Newton & Compton editori
Italien/Sizilien

Zutaten

800 g Fisch
1 Zwiebel
5 reife Tomaten
50 g Sultaninen
100 g grüne Oliven
20 g Kapern
Olivenöl
Pfeffer

Zubereitung

- zuerst Sauce zubereiten
- in Scheiben geschnittene **Zwiebel** im **Olivenöl** andünsten
- zugeben, die entkernten **Oliven, Kapern** und **Sultaninen**
- das ganze einige Minuten anziehen lassen
- die geschälten und in Stücke geschnittenen **Tomaten** hinzufügen
- jetzt den Fisch kurz aber kräftig im **Olivenöl** anbraten
- die Fischstücke zur Sauce geben und bei schwacher Hitze ca. 20 min köcheln
- mit **Pfeffer** abschmecken

Zubereitungszeit

ca. 3/4 Std

4 "Brandada" de bacalao

Mallorca y su cocina, Tomea Esteva
Spanien/Mallorca

Zutaten

400 g Fisch
1 dl Olivenöl
2 Knoblauchzehen
ein bisschen Zitronensaft
ein Tässchen Rahm
Salz
weisser Pfeffer

Zubereitung

- Fisch im Wasser weichkochen
- erkalten lassen
- Gräten entfernen und Fisch enthäuten
- im Mörser oder Fleischwolf pürieren
- in kleiner Bratpfanne im **Olivenöl** den **Knoblauch** Farbe annehmen lassen
- den **Knoblauch** herausnehmen
- jetzt zum pürierten Fisch das Bratöl nach und nach einrühren, ähnlich wie eine Mayonnaise hergestellt werden würde
- zuletzt den **Rahm** und einige Tropfen **Zitronensaft** unterrühren
- würzen, falls nötig mit **Salz** und ein wenig **weissem Pfeffer**
- servieren mit Croutons (getoastetes oder geröstetes Brot)

Zubereitungszeit

ca. 1 Std.

5 Bacçalà al pil pil

Manuel Vazquez Montalban, Ricette immorali, Universale Economica Feltrinelli, Mailand 1988
Spanien/Katalonien

Zutaten

8 Stück Fisch
1/2 Olivenöl
4 Knoblauchzehen
2 Pfefferschoten

Zubereitung

- den Fisch von den Gräten befreien
- auf schwachem Feuer die **Knoblauchzehen** und die **Pfefferschoten** anziehen
- wenn die **Knoblauchzehen** Farbe zeigen, diese und die **Pfefferschoten** herausnehmen
- im gleichen **Öl** in der gleichen Pfanne den Fisch mit der Haut anbraten
- ist die Qualität des Fisches gut, genügen 15 Minuten Bratzeit
- das **Bratöl** in ein Gefäss umleeren und auf die Seite stellen
- nun in der Folge die Pfanne mit dem verbliebenen Fisch kreisförmig bewegen, während man von Zeit zu Zeit das auf die Seite gestellte **Bratöl** einträufeln lässt
- dies solange tun, bis sich eine dickliche, sämige Sauce einstellt
- garnieren mit den angezogenen **Knoblauchzehen** und den in Streifen geschnittenen **Pfefferschoten**

Zubereitungszeit

ca. 3/4–1 Std

6 Morue à la biscayenne (Stockfisch nach Biskayer Art)

Frankreich

Zutaten

600 g Stockfischfilet
6 Knoblauchzehen
3 violette Zwiebeln
3 rote Pfefferschoten aus Espelette
4 Tomaten
2 dl Olivenöl
3 Esslöffel
Oliven
Salz
Pfeffer

Zubereitung

- den Fisch in 12 viereckige Stücke schneiden
- den **Knoblauch** und die **Zwiebeln** schälen, die letzteren in dünne Scheiben schneiden
- die **Tomaten** überbrühen, häuten und entkernen
- 5 Esslöffel **Olivenöl** in einem Kochtopf bei mildem Feuer erhitzen
- Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Pfefferschoten** unter ständigem Rühren darin andünsten
- die **Tomaten** hinzufügen, **salzen** und **pfeffern**
- das Ganze 10 Minuten lang schmoren lassen
- die Sauce durch ein Sieb passieren und beiseite stellen
- die Fischstücke im restlichen **Öl** bei starker Hitze braten

- wenn sie Farbe angenommen haben, in einen Schmortopf geben und mit der Sauce übergossen
- zugedeckt bei schwacher Hitze unter vorsichtigem Rühren 15 Minuten lang dünsten lassen
- nach 10 Minuten die **Oliven** begeben

Zubereitungszeit

ca. 3/4 - 1 Std

7 Bolinhos de Bacalhau (Stockfisch-Klöße)

Remo Schürmann
Portugal/Schweiz

Zutaten

300 g Fisch
500 g Kartoffeln
Olivenöl
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen (gepresst)
1 Büschel Petersilie
4 Eier
Salz
Pfeffer

Zubereitung

- Stockfisch in Wasser blanchieren
- anschliessend von Hand zerpfücken
- **Kartoffeln** garkochen und durch das Passevite geben
- Stockfisch, Purée, feingehackte **Zwiebel**, gehackte **Petersilie** und gepressten **Knoblauch** mischen
- die vier geschlagenen **Eier** darunter geben
- mit **Salz** und **Pfeffer** würzen
- aus dem «Teig» mit Hilfe eines Esslöffels «bolinhos» (Klöße) formen
- in sehr heissem **Öl** goldgelb fritieren

Zubereitungszeit

ca. 1 Std

8 Bacalao de la casa (Stockfisch Hausrezept)

Las fiestas de Frida (Kahlo) y Diego (Rivera), recuerdos y recetas, Guadalupe Rivera, Marie-Pierre Colle, 1994 Editorial Patric, bajo el sello de Promexo, 02400 México, D.F.
Mexico

Zutaten

das Rezept ist für 8 bis 10 Personen gedacht
1 1/2 kg Fisch
1 (Kaffee)-Tasse Olivenöl
3 in feine Scheiben geschnittene Zwiebeln
8 Knoblauchzehen sehr fein gehackt
1/2 Tasse gehackte Petersilie
1/2 Tasse gefüllte Oliven (Peperoni)
1/4 Tasse Kapern
1/4 Tasse geschnittene Mandeln
1/4 Tasse Rosinen
1 kg gekochte Kartoffeln in Würfel geschnitten

Salz nach Geschmack
5 Marroni (aus Konserve)
1 Konserve mit gelben Chilischoten

Zubereitung

- den Fisch solange in Wasser blanchieren bis er sehr weich ist, ungefähr 30 Minuten
- im Wasser abkalteln lassen
- den Fisch sehr fein zerstückeln und auf die Seite stellen
- im **Olivenöl** die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** anziehen (bis sie gelbe Farbe annehmen)
- die **Tomaten** und die **Petersilie** dazugeben
- weitere 10 Minuten kochen lassen
- die **restlichen Zutaten**, ausser dem Fisch und die Chilischoten, hinzufügen
- kochen lassen bis alles schön gar ist
- dann den Fisch und die **Chilischoten** dazugeben
- nochmals einige Minuten ziehen lassen

Zubereitungszeit ca. 1 – 1 1/4 Std

9 Buridda

Nadia Canepa, Bistagno
Italien

Zutaten

800 g Fisch in kleine Stücke geschnitten
4 oder 5 Sardellenfilets
Kapern
Oliven
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
2 Salbeiblätter
Petersilie
die Spitze eines Rosmarinzweiges
2 Haselnüsse
1 Pfefferschote (frisch, mild)
1 halbes Glas trocknen Weisswein
3 oder 4 reife Tomaten oder 1 Büchse Pelati
1/2 kg Kartoffeln in Würfel geschnitten
Olivenöl
Salz
Wasser

Zubereitung

- im **Olivenöl** die **Sardellenfilets**, die **Kapern**, die **Oliven** anziehen
- die Fischstücke hinzufügen und mitziehen lassen
- mit dem (Sichel-) Messer werden fein gehackt: **Knoblauch**, **Zwiebel**, **Salbeiblätter**, **Petersilie**, **Rosmarin**, **Haselnüsse** und **Pfefferschote**
- die Mischung dem Fisch begeben und ebenfalls mitziehen lassen
- mit dem **Weisswein** ablöschen und einkochen lassen
- die **Tomaten** hinzugeben
- die gewürfelten **Kartoffeln**
- alles mit **heissem Wasser** begiessen bis sämtliche Zutaten bedeckt sind

- wenn nötig **salzen** das Gericht ist fertig, wenn die Kartoffelstücke gar sind

Zubereitungszeit ca. 1 – 1 1/4 Std

10 Pudim de bacalhau com sultanas

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas, Verlag Verbo 1992
Portugal

Zutaten

250 g Fisch
100 g Butter oder Margarine
125 g Sultaninen
100 g Mehl
6 Eier
7,5 dl Milch
Brunnenkresse
1 Tasse der Saucen «mornay» oder «bernaise»

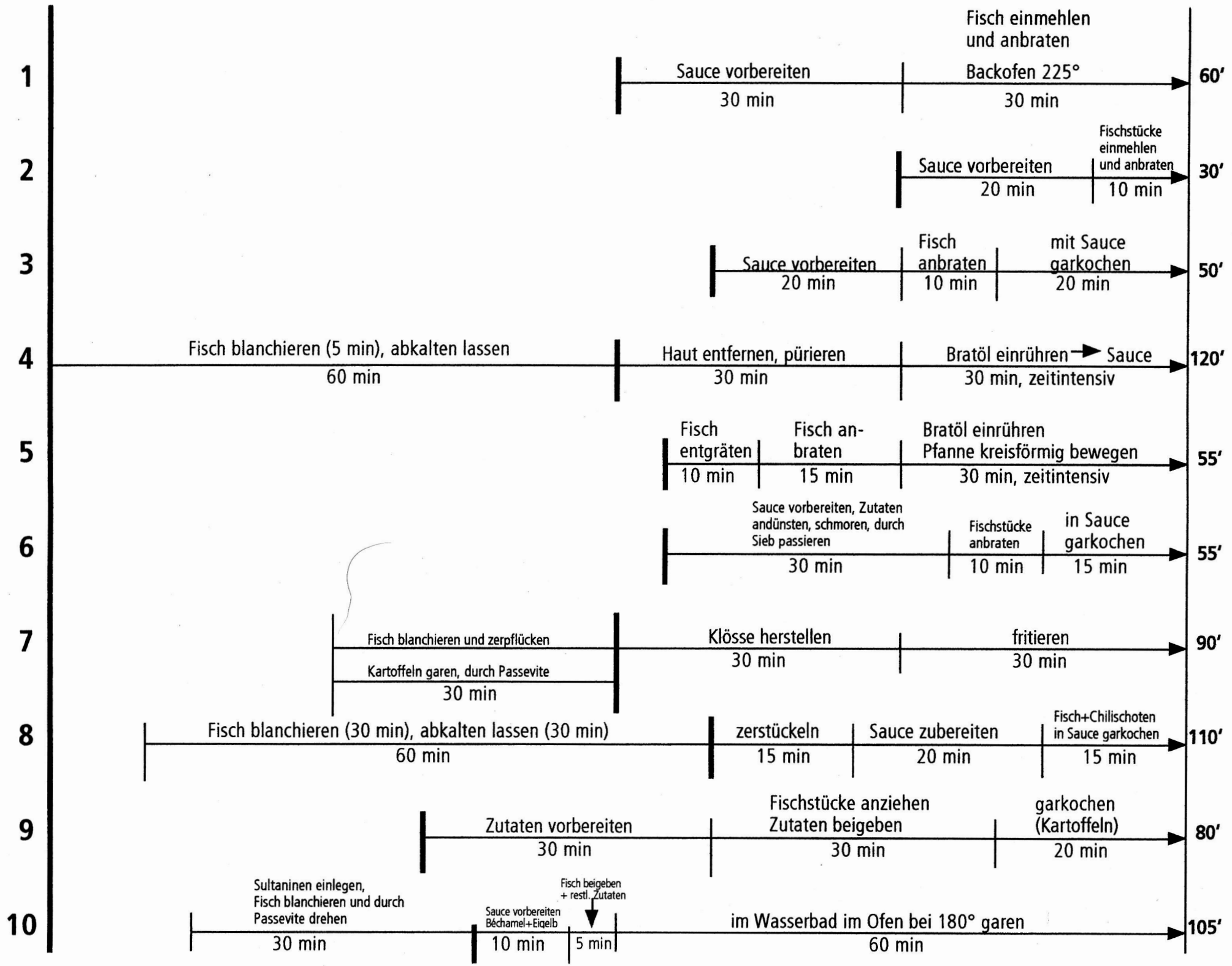
Zubereitung

- die **Sultaninen** zum Einweichen in kaltes Wasser legen
- die **Butter** oder Margarine in einer Bratpfanne zergehen lassen
- dann mit **Mehl** bestäuben
- sobald sich auf der Oberfläche ein weisslicher Schaum bildet, mit **Milch** ablöschen
- die **Milch** aufkochen lassen und die **Eigelb** untermischen
- den kurz blanchierten Fisch, enthäutet und entgrätet, durch das Passevite drehen
- der **Milch** begeben
- dazu kommen die trockenen, in **Mehl** gewendeten **Sultaninen** und die steiff geschlagenen **Eiklar**
- das Gericht in ein verschliessbares Gefäss geben
- im Wasserbad (banho-maria) im Ofen während einer Stunde gar werden lassen
- auf einer Servierplatte entformen und mit **Brunnenkresse** garnieren
- separat in Saucieren die Saucen «mornay» und «bernaise» auftischen

Zubereitungszeit

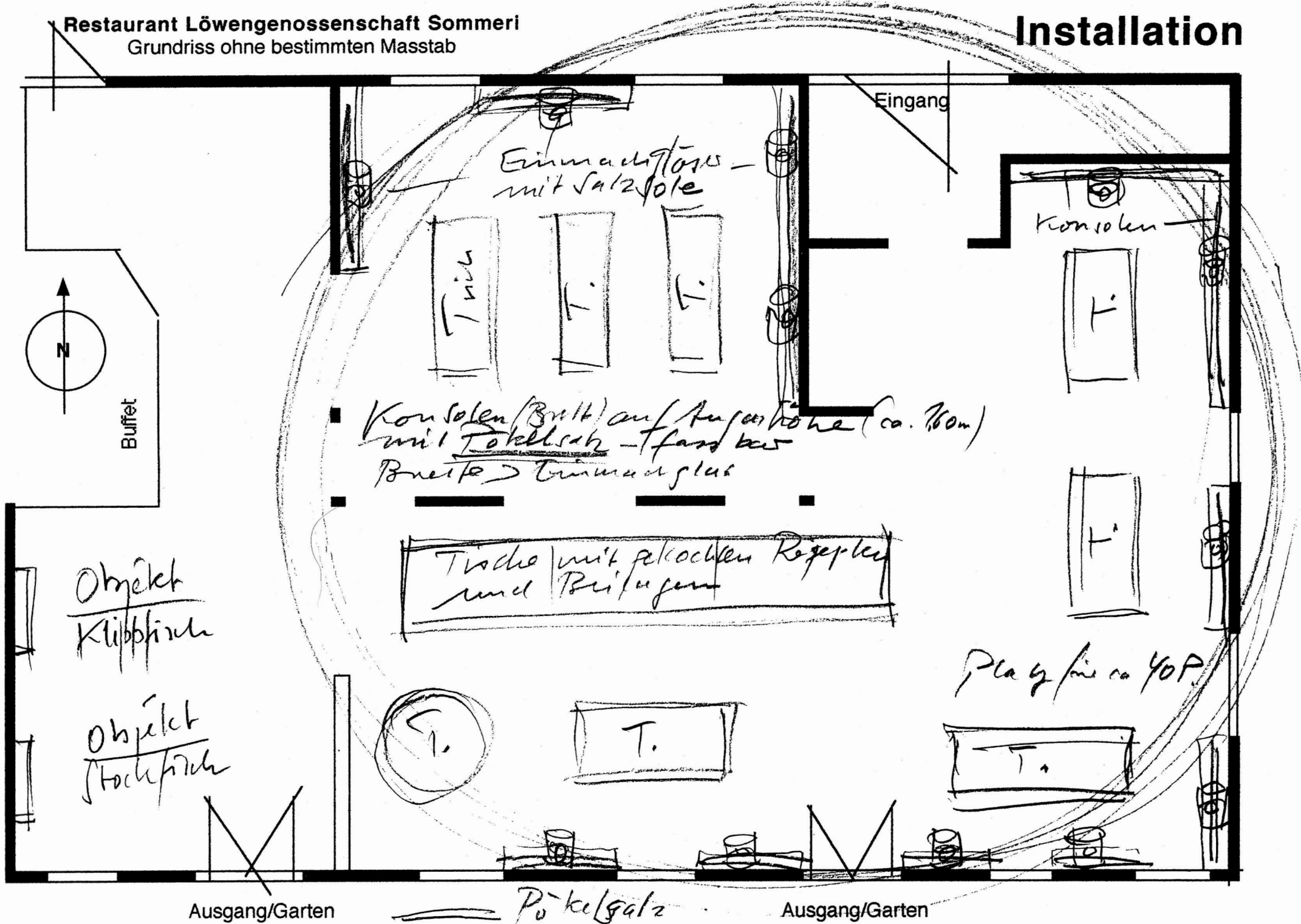
ca 1 1/2 Std

Mise en Place



Restaurant Löwengossenschaft Sommeri
Grundriss ohne bestimmten Masstab

Installation



Dank an

- alle ProjektteilnehmerInnen, für die finanzielle Unterstützung
- das Restaurant «Löwengenosenschaft Sommeri», für die zur Verfügungstellung der Infrastruktur
- das Kochteam, für ihre grossartigen Einsätze
- sämtliche HelferInnen bei der Aktion
- die «Löwision», für das Interesse an meiner Arbeit
- alle TestesserInnen im Vorfeld der Aktion, für ihren Wagemut
- Hanna Mader, für die Mithilfe bei der Übersetzung des Montalban-Zitates
- Markus Dreher, für die Rezeptkarten-Programmierung
- Alfons Lenz, für die «Übersetzungen» aus dem Althochdeutschen
- Max Schneider, für die «wissenschaftliche Beratung
- Hans Weiss, für die «kochbuchtechnische» Beratung
- alle Rezept-SpenderInnen
- die Redaktion von «Salz und Pfeffer», für die Realisierung einer Reportage
- Max Iseli, für die fotografischen Arbeiten vor Ort und im Labor

Rezepte

1 Stockfisch	Schweden	31 Bacalhau em leite	Schweiz/Portugal
2 Stockfisch auf spanische Art	Schweden	32 Bolinhos de Bacalhau	Schweiz/Portugal
3 Stockfisch mit Meerfrüchten	Schweden	33 Bacalhau assado no forno	Schweiz/Portugal
4 Stoccafisso	Italien	34 Bacalhau à brás	Schweiz/Portugal
5 Überbackener Stockfisch mit Sahne	Italien	35 Tortilla de Bacalhau	Schweiz/Portugal
6 Baccalà alla Fiorentina	Italien	36 Bacalao de la casa	Mexico
7 Baccalà dolce e forte	Italien	37 Stoccafisso alla burita	Italien/Piemont
8 Baccalà agrodolce	Italien/Sizilien	38 Burrida	Italien/Piemont
9 Baccalà alla ghiotta	Italien/Sizilien	39 Bacalhau à conde da guarda	Portugal
10 Baccalà alla palermitana	Italien/Sizilien	40 Bacalhau no forno à minha moda	Portugal
11 Baccalà infornato	Italien/Sizilien	41 Bacalhau à brás	Portugal
12 Baccalà in umido	Italien/Sizilien	42 Bacalhau à moda do minho	Portugal
13 Cazuela de bacalao	Spanien/Mallorca	43 Pudim de bacalhau com sultanas	Portugal
14 Bacalao con cebolla	Spanien/Mallorca	44 Bacalhau à rosa negra	Portugal
15 Bacalao con salsa verde a la mallorquina	Spanien/Mallorca	45 Bacalhau com tomates e pimentos	Portugal
16 «Brandada» de bacalao	Spanien/Mallorca	46 Bacalhau à gomes de sa	Portugal
17 Bacalao confitado al ajo	Spanien/Mallorca	47 Bacalhau com natas	Portugal
18 Bacalao con salsa tomate	Spanien/Mallorca	48 Baccalà montebianco	Italien
19 Bacalao al horno	Spanien/Mallorca	49 Bacalao a la Vizcaina	Spanien
20 Cazuela de bacalao	Spanien/Mallorca	50 Albóndigas de bacalao con gambas	Spanien
21 Bacalao gratinado en cazuela	Spanien/Mallorca	51 Bacalao con patatas	Spanien
22 Bacalao con pasas y pinõnes	Spanien/Mallorca	52 Stockfisch mit Schoten	Deutschland
23 Bacalao en «crostada»	Spanien/Mallorca	53 Abgeschmalzen	Deutschland
24 Albóndigas de bacalao	Spanien/Mallorca	54 Kapuziner-Stockfisch	Deutschland
25 Baccalà alla Trevisana	Italien	55 Stockfisch in Tomatensauce	Schweiz
26 Stockfisch zu kochen	Schweiz	56 Stockfisch mit Milchrahm und Erdäpfeln	Schweiz
27 Bacalao al pil pil	Spanien/Katalonien	57 Stockfisch aus dem Languedoc	Schweiz/Frankreich
28 Bacalhau Luso-Helvético	Schweiz/Portugal	58 Bacalao ajo arriero	Schweiz/Spanien
29 Morue à la biscayenne	Frankreich	59 Klippfisch alla parmigiana	Schweiz
30 Stockfisch in Ölsauce	Schweiz	60 Stockfisch in einer Pasteten	Schweiz

1 Stockfisch

Schweden

Mia's Mutter

Zutaten

ca. 600 – 800 g Stockfisch
50 g Margarine oder Butter
1 grosse Zwiebel
1 Büchse Pelatti (400g)
Salz und frischgemalener Pfeffer
1 dl trockener Weisswein
200 g frische Champignon
1 dl Rahm
feingehackte Petersilie

Zubereitung

- **Zwiebel** hacken und andünsten.
- **Tomaten** dazugeben
- Fisch würzen mit **Salz** und **Pfeffer** und dem Schmortopf begeben
- 1 dl **Weisswein** hinzugeben, 3 – 4 min köcheln dann ruhen lassen
- in Scheiben geschnittene **Champignon, Rahm** und **Petersilie** dazu
- zugedeckt in Backofen 10 min bei 220–250° garkochen, oder
- auf dem Herd 10 min ebenfalls zugedeckt schmoren lassen.

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

2 Stockfisch auf spanische Art

Schweden

Mia's Mutter

Zutaten

600–800 g Fisch

Knoblauch

1 grosse Zwiebel

je eine rote und grüne Peperoni

250 g grüne Bohnen

3 kleine Chilischoten

1 Büchse Pelati

Zubereitung

- **Zwiebel** und **Peperoni** fein hacken
- mit **Knoblauch** in **Olivenöl** andünsten
- **Tomaten** und **Bohnen** zugeben
- aufkochen und mit **Salz** abschmecken
- Fisch auf Gemüsebett auflegen
- zugedeckt ca. 7 min garkochen

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

mit Reis oder Salzkartoffeln servieren

3 Stockfisch mit Meerfrüchten

Schweden
Mia's Mutter

Zutaten

600–800 g Fisch
dazu Salz und Butter

Gratinsauce:

Margerine oder Butter

Mehl

1 Ei

Zitronnsaft

Salz und Pfeffer

Reibkäse

Garnitur:

Crevetten, Muschel, Pilze, Tomaten,
Dill

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

mit Kartoffelstock servieren

Zubereitung

- Fisch mit **Salz** einreiben
- in Auflaufform geben und 20 min bei 175° in Backofen geben
in dser Zwischenzeit Sauce vorbereiten
- **Mehl** in **Margerine** anrösten
- mit **Fischsud** (aus Backofen) und **Rahm** übergiessen
- **Rührei** dazugeben (freiwillig)
- Fisch mit Garnitur belegen und mit reichlich **Dill** bestreuen
- **Gratinsauce** und **geriebenen Käse** darüber geben
- in Backofen ca. 15 min bei 250° garkochen
-
-

4 Stoccafisso

Italien (Ligurien)

aus: Die echte italienische Küche

Verlag: Gräfe und Unzer

Zutaten

600 g Fisch
500 g reife Tomaten
1 Stange Staudensellerie
1 Möhre
300 g Kartoffeln
1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Basilikum
3 EL Pinienkerne
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
5 EL Olivenöl
etwa 1 l Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungszeit

ca. 2 1/4 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- Fisch in mundgerechte Portionen schneiden
- **Tomaten** überbrühen, enthäuten, entkernen und zerkleinern die **Selleriestange, 1 Möhre, 1 Zwiebel** und **2 Knoblauchzehen** kleinhacken
in einem Schmortopf **5 EL Olivenöl** erhitzen
- **Sellerie, Möhre, Zwiebel** und **Knoblauch** andünsten
- **Fisch** einrühren und kurz anbraten
- **Tomaten** und **1 l Brühe** dazugeben, mit **Salz** (wenig!) und **Pfeffer** würzen
- zugedeckt bei kleiner Hitze 1 Std schmoren
- **Kartoffeln** schälen und in zentimetergrosse Würfel schneiden
nach 1 Std zum Fisch geben, noch 30 min garen,
- fertigen Eintopf abschmecken, mit **Petersilie, Basilikum** und
mit **3 EL Pinienkernen** bestreuen

5 Überbackener Stockfisch mit Sahne

Italien

aus: Antipasti, Italienische Vorspeisen und Gerichte

Unipart-Verlag GmbH, Remseck bei Stuttgart, 1991

Zutaten

Zutaten

800 g Fisch

100 g Mehl

1 knappes Glas Olivenöl

2 Knoblauchzehen

2 Bund Basilikum

100 g frisch geriebener Parmesan

Salz, Pfeffer

1 grosse Sahne

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** in Scheiben und dann in Stücke schneiden
Haut und Gräten entfernen und die Fischstücke in **Mehl** wenden
- eine feuerfeste Form mit **Öl** austreichen und die Hälfte der Fischstücke hineingeben
- **Knoblauchzehen** fein hacken, das **Basilikum** in Streifen schneiden und beides vermengen
- die Hälfte dieser Mischung und die Hälfte des **Parmesans** über den Fisch in der Form streuen
- die restlichen Fischstücke darüber geben
- wieder mit dem **Knoblauch-Basilikum-Gemisch** bedecken
- **salzen** und **pfeffern**
- den restlichen **Parmesan** darüberstreuen und mit dem
- **verbliebenen Öl** beträufeln
- soviel **Sahne** aufgiessen, dass der Fisch bedeckt ist.
im vorgeheizten Backofen (200°) etwa 1 Std backen, bis sich eine goldgelbe Kruste bildet

6 Baccalà alla fiorentina

Italien

Nonna Duc

Zutaten

800 g Fisch
400 g reife Tomaten oder Pelati
2 Lauch
3 Knoblauchzehen
1 Esslöffel gehackte Petersilie
1 Zweiglein Rosmarin
Mehl
Olivenöl
Salz und Pfeffer

Zubereitungszeit

1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- zuerst die **Tomatensauce** zubereiten
- in einer Pfanne den fein geschnittenen **Lauch** und die **Knoblauchzehen** anziehen (leichte Braunfärbung)
- die **Tomaten** hinzugeben
- **salzen** und **pfeffern**
- auf kleiner Flamme köcheln
- in der Zwischenzeit den **Fisch** in mundgerechte Stücke schneiden
- die Stücke auf beiden Seiten mehlen
- in **heissem Olivenöl** mit einer **Knoblauchzehe** und einem Zweiglein **Rosmarin** den Fisch kräftig auf beiden Seiten anbraten
- die gebratenen Stücke auf Küchenpapier abtropfen lassen sobald der Sugo fertig ist, die Fischstücke in einer Schicht hineingeben
- etwa 5 min, immer auf kleiner Flamme, mitgaren lassen.
- vor dem Servieren mit frischer Petersilie bestreuen

7 Baccalà dolce e forte

Italien

Nonna Duc

Zutaten

800 g Fisch

ein 1/2 Glas Weissweinessig

ein 1/2 Glas trockenen Weisswein

2 Esslöffel Zucker

2 Esslöffel Sultaninen

2 Esslöffel Pinienkerne

Mehl

Olivenöl

Zubereitung

- **Sauce vorbereiten**
- **Weissweinessig, Weisswein, Zucker, Sultaninen** und **Pinienkerne** in einem Pfännchen kurz aufkochen (ca. 10 min) vom Feuer nehmen und auf die Seite stellen
- die mundgerecht gechnittenen **Fischstücke einmehlen**
- im **heissen Olivenöl** auf beiden Seiten anbraten
- Bratöl ableeren
- Fischstücke wieder hineingeben
- in der die süß-scharfen Sauce 1 min aufkochen
- sofort servieren um zu verhindern, dass der Stockfisch zu weich wird

Zubereitungszeit

ca. 1/2 Stunde

Bemerkungen

8 Baccalà agrodolce (Baccalaru agruduci)

Italien/Sizilien

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo

Newton & Compton editori

Zutaten

800 g Fisch

1/2 Glas (Weisswein-) Essig

2 Esslöffel Zucker

300 g Mehl

Olivenöl

Salz

Zubereitung

- **Fischstücke einmehlen**
- in **heissem Olivenöl** anbraten
- in einem Pfännchen den **Essig** mit einem **1/2 Glas Wasser** aufkochen
- den **Zucker** darin auflösen
- die Sauce auf die gebratenen Fischstücke giessen
- kalt servieren

Zubereitungszeit

ca. 1/2 Stunde

Bemerkungen

9 Baccalà alla ghiotta (Baccalaru a ghiotta)

Italien/Sizilien

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo

Newton & Compton editori

Zutaten

800 g Fisch
1 Zwiebel
5 reife Tomaten
50 g Sultaninen
100 g grüne Oliven
20 g Kapern
Olivenöl
Pfeffer

Zubereitung

- zuerst **Sauce zubereiten**
- in Scheiben geschnittene **Zwiebel** andünsten
- zugeben: die entkernten **Oliven, Kapern** und **Sultaninen**
- das ganze einige Minuten anziehen lassen
- die geschälten und in Stücke geschnittenen **Tomaten** hinzufügen
- jetzt den **Fisch** kurz aber **kräftig anbraten**
- die Fischstücke zur Sauce geben und bei schwacher Hitze ca. 20 min köcheln

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

10 Baccalà alla palermitana

Italien/Sizilien

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo

Newton & Compton editori

Zutaten

800 g Stockfischfilets
500 g Kartoffeln
200 g grüne Oliven
100 g Kapern
das Weisse von einem
Stangensellerie
1 Zwiebel
Petersilie
200 g Mehl
1 Glas Weisswein
Olivenöl
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- **Zwiebel, Sellerie** und **Petersilie** fein hacken
- im **Olivenöl** anziehen
- die **Fischstücke einmehlen** und dazu geben
- vorsichtig auf beiden Seiten anbraten bis sie Farbe angenommen haben
- mit dem **Weisswein** ablöschen
- die geschälten und in Stücke geschnittenen **Kartoffeln** hinzufügen
- soviel **Wasser** auffüllen bis die Fischstücke vollständig bedeckt sind
- mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken
- bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten köcheln

11 Baccalà infornato (Bacalaru `nfurnatu)

Italien/Sizilien

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo

Newton & Compton editori

Zutaten

800 g Fisch
500 g Kartoffeln
200 g Paniermehl
2 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln
Fenchelsamen
1 Zitrone
Origano
Olivenöl
Salz und Pfeffer

Zubereitung

- eine gepresste **Knoblauchzehe**, eine feingehackte **Zwiebel**, die **Fenchelsamen**, wenig **Salz, Pfeffer** und den **Zitronensaft** mit dem **Paniermehl** mischen
- den in Stücke geschnittenen **Fisch** darin wenden
- alles in eine geölte Pfanne einschichten
- mit **Kartoffelstücken** und der **zweiten Zwiebel** bedecken
- reichlich mit **Origano** bestreuen
- noch mit einigen Tropfen **Olivenöl** beträufeln
- im Backofen bei 200° garkochen

Zubereitungszeit

ca. ³/₄ Stunden

Bemerkungen

12 Baccalà in umido

Italien/Sizilien

La cucina di pesce Siciliana, Maria Adele di Leo

Newton & Compton editori

Zutaten

800 g Stockfischfilets

2 Knoblauchzehen

Petersilie

Olivenöl und Salz

Zubereitung

- die **Filets** in eine grosse Pfanne einlegen
- hinzufügen, die feingehackte **Petersilie**, den gepressten **Knoblauch**, ein wenig **Olivenöl** und **Wasser**
- **salzen** (vorsichtig!)
- 20 Minuten bei schwacher Hitze garkochen

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

13 Cazuela de bacalao (Stockfisch-Eintopf)

Spanien/Mallorca

Mallorca y sa cocina, Tomeu Esteva, Editado por Alpha 3, servicios editoriales y la asociacion empresarial de restauracion de Mallorca, Palma de Mallorca

Zutaten

500 g Stockfisch
2 dl Olivenöl
6 feingehackte Knoblauchzehen
1 Zwiebel, zart, fein geschnitten
1/2 Tasse fein geschnittene Petersilie
450 g geschälte und in Scheiben geschnittene Kartoffeln
1/2 handvoll kurz geschnittenen Stiel-Mangold
2 geschälte und fein geschnittene Tomaten
2 dl Fischesud
1 dl Weisswein
100 g Rosinen
200 g Champignons geschnitten
1 handvoll Spinat

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- Gemüse waschen und rüsten
- **Fisch** trocken tupfen und **einmehlen**
- in Bratpfanne in **Olivenöl** auf beiden Seiten leicht anbraten aus der Pfanne nehmen und auf die Seite stellen
- ins selbige Öl kommt: **Knoblauch**, die zarte **Zwiebel**,
- **Petersilie**, die geschnittene **Tomate**
alles leicht andünsten
- hinzufügen: **Stiel-Mangold**, den **Spinat**, die **Rosinen** und
- die **Champignons**
rühren mit Holzgabel und einige Minuten ziehen lassen
- in der Zwischenzeit die leicht mit **Olivenöl** benetzten
- **Kartoffeln** am Boden einer Auflaufform auslegen und den Fisch oben aufschichten
- zudecken mit dem **Fischesud** und dem **gedünsteten Gemüse**
- darüber die **Tomatensauce** (Concasse) und den **Weisswein** mit **Tomatenscheiben** garnieren
- über alles ein wenig **Paniermehl** und einige Tropfen **Olivenöl**
- sprenkeln
im Backofen bei 180° etwa 30–40 Minuten garkochen
-

14 Bacalao con cebolla (Stockfisch mit Zwiebel)

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

450 g Fisch
500 g Zwiebeln
6 Knoblauchzehen
2 Lorbeerblätter
1 1/2 dl Olivenöl
1/2 Glas Olivenöl

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Daselbe Rezept kann auch im Ofen gemacht werden

Zubereitung

- Den **Fisch** in eine Pfanne mit Wasser geben und bis zum Siedepunkt erhitzen
- den Fisch vom Feuer nehmen und im Sud abkalteln lassen
- die **Zwiebeln** waschen und a la julienne schneiden (in feine Streifen)
- den Fisch von Haut und Gräten befreien und zerbröckeln
- in einer Bratpfanne mit der Hälfte des **Olivenöls** die feingeschnittenen **Knoblauchzehen** andünsten
- aus der Bratpfanne nehmen
- in einer Auflaufform schichtweise zuerst die **Zwiebeln**, dann den zerstückelten **Fisch**, dann wieder **Zwiebeln** und zuletzt noch eine Lage **Fisch**
- die zwei **Lorbeerblätter** obenauflegen und mit der anderen Hälfte des **Olivenöls** beträufeln
- den **Weisswein** dazugiessen
- auf kleiner Flamme mit Deckel garköcheln (ca. 1 Std)
- öfters kontrollieren (anbrennen!) am Schluss abschmecken und evt. nachwürzen (Vorsicht mit dem Salz), vielleicht eine Prise **weissen Pfeffer!**

15 Bacalao con salsa verde a la mallorquina

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

400 g Fisch in vier Stücke geschnitten
1 Esslöffel Mehl
1 1/2 dl Olivenöl
3 in Scheibchen geschnittene Knoblauchzehen
3 Esslöffel sehr fein geschnittene Petersilie
einige Blättchen Origano und Majoran
30 g geröstete Mandeln
1 Lorbeerblatt
1/2 Zwiebel fein gehackt
3 dl Fischsud
1 dl Weisswein

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** mit einem Küchenpapier trocken tupfen
- leicht **einmehlen** und kurz sanft anbraten
- in einer grossen Bratpfanne (in Mallorca Kochtöpfe aus Terracotta) in das vom Anbraten übrig gebliebene **Olivenöl** den **Knoblauch** einige Sekunden Farbe annehmen lassen
- die **Zwiebel** hinzufügen und anschwitzen lassen
- mit dem **Weisswein** ablöschen und den Fisch einlegen
- die **Petersilie**, das **Lorbeerblatt**, die im Mörser zerstampften **Mandeln** und die **Kräuter** begeben
- den **Fischsud** angiessen, kochen lassen
- von Zeit zu Zeit die Pfanne schütteln um das Binden der Sauce zu fördern
- 15 Minuten kochen und mit der gleichen Pfanne sofort servieren!
- falls erforderlich kann nachgesalzen werden; wie immer sehr vorsichtig mit dem Salz umgehen, da der Stockfisch tendenziell immer noch salzig ist

16 "Brandada" de bacalao

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomea Esteva

Zutaten

400 g Fisch

1 dl Olivenöl

2 Knoblauchzehen

ein bisschen Zitronensaft

ein Tässchen Rahm

Zubereitung

- **Fisch** im Wasser weichkochen
- erkalten lassen
- Gräten entfernen und Fisch enthäuten
- im Mörser oder Fleischwolf pürieren
- in kleiner Bratpfanne im **Olivenöl** den **Knoblauch** Farbe annehmen lassen
- den Knoblauch herausnehmen
- jetzt zum pürierten Fisch das **Bratöl** nach und nach **einrühren**, ähnlich wie eine Mayonaise hergestellt werden würde zuletzt den **Rahm** und einige Tropfen **Zitronensaft** unterrühren
- würzen, falls nötig mit **Salz** und ein wenig **weissem Pfeffer** servieren mit Croutons (getostetes oder geröstetes Brot)
-
-

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

17 Bacalao confitado al ajo

Spanien/Mallorca

Receta del Restaurante S'era de Paula, 4° Mostra de Cuina Mallorquina

Zutaten

500 g Fisch
12 Knoblauchzehen
1 1/2 dl Olivenöl
4 dl Tomatensauce (Konkase)
1 1/2 dl Mayonnaise (selbstgemacht)
ein bisschen Mehl für den Fisch

Zubereitung

- zuerst die **Knoblauchzehen** in lauwaren **Olivenöl** einlegen
- vorbereiten: eine **Tomatensauce** oder Konkase
- den in Stücke geschnittenen **Fisch einmehlen** und leicht anbraten
- den Fisch in eine Auflaufform geben
- mit dem **ingelegten**, in feine Scheibchen geschnittenen **Knoblauch** bedecken
- darüber die vorbereitete **Tomatensauce** oder Konkase
- darüber eine Schicht **Mayonnaise** (wenn möglich selbst gemacht)
- das Ganze im Ofen bei 180° überbacken

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Das Einlegen des Knoblauchs sollte einige Stunden vor Kochbeginn geschehen

18 Bacalao con salsa tomate

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

400 g Fisch
2 dl Olivenöl
2 Esslöffel Mehl
ein Glas Fischsud

für die Tomatensauce:

2 Knoblauchzehen
1 Esslöffel feingehackte Petersilie
1/2 gehackte Zwiebel
4 reife Tomaten, geschält und zerkleinert
einen gestrichenen Esslöffel Mehl
1 dl Olivenöl (vom Anbraten)
1 Teelöffel Paprika

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde
ohne Fisch blanchieren!

Bemerkungen

als Beilage Salzkartoffeln servieren

Zubereitung

- den **Fisch** in einer Pfanne mit Wasser kurz blanchieren
- im Wasser abkühlen lassen
- den Fisch aus dem Wasser nehmen und trockentupfen
- auf beiden Seiten **einmehlen** und leicht anbraten
- in eine Auflaufform bringen
- mit dem Stabmixer die **Zutaten für die Tomatensauce** pürieren
- über den Stockfisch verteilen
- das Glas **Fischsud** dazugeben
- im Ofen bei 180° garkochen

19 Bacalao al horno (Stockfisch im Ofen)

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

600 g Fisch
5 Knoblauchzehen
3/4 Zwiebel a la Julienne geschnitten
80 g sobrasada (im Notfall
Saucicon!)
2 dl Olivenöl
350 g reife Tomaten geschält und
zerkleinert
3 blanchierte Peperonis
2 harte Eier

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde
ohne Fisch blanchieren

Bemerkungen

Zubereitung

- den Fisch mit der Haut nach oben in einer Pfanne mit Wasser blanchieren (Wasser darf nicht kochen)
- im Wasser abkalteln lassen
- den Fisch enthäuten und von den Gräten befreien
- anschliessend den Fisch "zerbröseln"
- die **Knoblauchscheiben** im **Olivenöl** dünsten
- die **Zwiebeln** hinzugeben und anschwitzen lassen
- hinzu kommen die **Tomaten** ohne Kerne
- weiter die blanchierten und in Streifen geschnittenen **Peperoni** alles gut umrühren
- die **Eier** zu Würfeln schneiden
- in einer Auflaufform kommen der Reihe nach: **der Fisch**, eine
- Schicht **Sauce**, die **Eier**, und alles mit dem Rest der Sauce bedecken
- das Ganze bestreuen mit einem **Petersilie/Knoblauchgemisch**,
2 **Knoblauchzehen** und einem Stäubchen **Paprika**
- zuletzt mit ein wenig **heissem Olivenöl** beträufeln
- im Ofen bei 180° 15 Minuten garkochen

20 Cazuela de bacalao

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

400 g Fisch

1 1/2 dl Olivenöl

3 Knoblauchzehen

4 Artischockenherzen

400 g Frühjahrskartoffeln

8 blanchierte Schalotten

200 g blanchierte Erbsen

100 g Chefen

2 handvoll grüne Spargeln

100 g blanchierte Bohnen

eine 1/2 Zwiebel gehackt

2 harte Eier

Würzmischung:

Salz, weisser Pfeffer, Thymian,

Majoran und Zitronensaft

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden mit Rüsten des Gemüses

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Knoblauch** und die **Zwiebel** im **Olivenöl** anschwitzen lassen
- die **Schalotten** und die **Kartoffeln** beigegeben die
- **Artischockenherzen** in Scheiben schneiden und mit **Zitronensaft** beträufeln (verhindert das Braunwerden)
- zusammen mit den **Bohnen** und den **Erbsen** mit in die Pfanne geben
- den Fisch trocken tupfen in ein wenig **Olivenöl** auf beiden Seiten leicht anbraten
- dem Gemüse bei halber Garzeit beifügen
- das harte Ende der **Spargeln** entfernen und in etwa 5 cm kurze Stücke schneiden
- die **Chefen fädeln** und ebenfalls in den Kochtopf geben
- abschmecken mit der Würzmischung
- alles garkochen
- zuletzt mit den **Eiern** garnieren und in selbiger Pfanne servieren

21 Bacalao gratinado en cazuela

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

600 g Fisch in Stücke geschnitten
ein wenig Mehl zum Einmehlen
2 dl Olivenöl
3 Knoblauchzehen
3 gehackte Zwiebeln
4 Tomaten, enthäutet und zerkleinert
1 Glas Weisswein-Essig
1 Glas Milch
200 g in Streifen geschnittene
Champignons
250 g Miesmuscheln
200g geschälte Crevetten
weisser Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Zubereitung

- **Fisch einmehlen** und im **Olivenöl** kurz anbraten
- aus der Panne nehmen und mit Küchenpapier das Öl abtupfen in eine Schmorpfanne bringen
- im restlichen Bratöl die **Knoblauchzehen**, die **Zwiebeln** und die **Tomaten** andünsten
- einen gehäuften **Esstlöffel Mehl** hinzufügen und mit dem **Weisswein** und der **Milch** unter ständigem Rühren einige Minuten aufkochen
- den Fisch durch den Fleischwolf drehen
- in **Butter** die **Pilze**, die **Miesmuscheln** und die **Crevetten** anbraten und würzen
- alles auf dem pürierten Stockfisch verteilen
- falls der Fisch nicht ganz mit Flüssigkeit bedecckt ist, ein wenig **Wasser oder Fischesud** hinzufügen
- eine Mischung aus: **Paniermehl**, einer gequetschten **Knoblauchzehe** und fein gehackter **Petersilie** herstellen
- diese über alles streuen
- im Ofen etwa 15 Minuten garkochen

22 Bacalao con pasas y piñones

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

500 g Fisch
80 g Sultaninen
50 g Pinienkerne
400 g Tomaten enthäutet und entkernt
1 grosse, gehackte Zwiebel
1 geröstete Brotscheibe
2 1/2 dl Olivenöl
3 Esslöffel Mehl zum panieren
1 Lorbeerblatt
6 Knoblauchzehen in Scheiben geschnitten

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Beilagen: Salzkartoffeln und getostetes Brot

Zubereitung

- den **Fisch** in vier Stücke schneiden
- leicht **einmehlen**
- im **heissen Olivenöl** auf beiden Seiten anbraten
- mit der Haut nach oben in eine Auflaufform geben
- im restlichen Bratöl den **Knoblauch**, die **Zwiebeln** und das **Lorbeerblatt** anschwitzen lassen
- die **Tomaten** mit hineingeben
- ein wenig **Zucker** einstreuen um die Säure der Tomaten zu neutralisieren
- die **Scheibe Brot** rösten und im Mörser zerquetschen
- mit **Wasser** aufweichen
- zusammen mit den **Sultaninen** und den **Pinienkernen** der Tomatensauce begeben
- die Sauce kurz aufkochen, dann über den Fisch verteilen
15 Minuten auf kleiner Flamme weiterköcheln (ohne Deckel)
- mit **Petersilie** bestreuen und servieren

23 Bacalao en «crostada»

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

450 g Fisch
ein wenig Mehl
3 dl Olivenöl
2 gehackte Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Lorbeerblatt
2 Esslöffel fein geschnittene Petersilie
2 Eischnee
für die Sauce (picado):
2 Knoblauchzehen
60 g Pinienkerne
ein wenig Petersilie
ein Glas Milch
ein Teelöffel Mehl

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** abtupfen, **einmehlen** und auf beiden Seiten anbraten
- in eine Auflaufform legen
- in ein wenig **Olivenöl** den **Knoblauch**, die **Zwiebeln**, die **Petersilie** und das **Lorbeerblatt** anziehen
- die fertiggestellte Sauce (picado) und das angezogene Gemüse über den Fisch verteilen
- mit dem **Eischnee** abdecken
- im Ofen etwa 15 Minuten überbacken

24 Albondigas de bacalao (Stockfisch-Klöße)

Spanien/Mallorca

Mallorca y su cocina, Tomeu Esteva

Zutaten

200 g fleischiger Fisch

2 1/2 dl Olivenöl

1 Ei

3 feingehackte Knoblauchzehen

1 Stück in Milch eingeweichtes

Weissbrot, ausgedrückt

1 gehackte Zwiebel

2 Tomaten, geschält und entkernt

100 g Mehl

1 1/2 Glas Weisswein

1 Esslöffel Petersilie

Würzung:

Salz

weisser Pfeffer

ein Lorbeerblatt

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- den Fisch einige Minuten im Wasser (mit **Lorbeerblatt**) blanchieren
- im Wasser abkühlen lassen
- herausnehmen und Haut und Gräten entfernen
- durch den Fleischwolf drehen
- in den pürierten Fisch kommen: das **eingeweichte Weissbrot**, ein wenig **Petersilie**, einige **Knoblauchzehen** und die **Zwiebel**
- das **Ei** zugeben und gut aufrühren
- die Masse zu Klößen formen und diese im **Mehl** wenden
- im **Olivenöl** anbraten bis sie zartgelb sind
- aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen warmstellen
- im Mörser (oder Mixer) den **Rest der Zwiebeln**, 3 **Knoblauchzehen** und eine Schnitte **getostetes** (geröstetes) **Brot** zerkleinern
- die **Tomaten** zugeben
- es ergibt sich eine pastenförmige Masse, die mit dem **Weisswein** verdünnt wird
- in einer Auflaufform (oder Gusseisenpfanne) 1 dl Öl langsam aufwärmen
- den Inhalt des Mixers oder Mörsers in die Pfanne geben
- ablöschen mit **4 dl Wasser oder Fischsud** (Fischbouillon)
- die Klöße in die Pfanne geben
- auf keiner Flamme, zugedeckt garkochen (1/2 bis 3/4 Std)

25 Baccalà alla Trevisana

Italien

Aus Italiens Küchen, Marianne Kaltenbach und Virginia Cerabolini

Hallwag

Zutaten

800 g Fisch
30 g getrocknete Steinpilze
2 Esslöffel Mehl
80 g Olivenöl
100 g Butter
1 gehackte Zwiebel
2 1/2 dl Weisswein
5 dl Milch
1/2 dl Fleischbrühe
Salz
Muskatnuss
Pfeffer
80 g geriebener Parmesan
3 Esslöffel gehackte Petersilie
1 dl Rahm

Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten
Schmorzeit 2 Stunden

Bemerkungen

Beilage: Salzkartoffeln

Zubereitung

- Steinpilze 30 Minuten in lauwarmes Wasser einlegen
- den Fisch in grosse Stücke schneiden
- in einer Kasserolle das Öl und 40 g Butter erhitzen
- Fischstücke zusammen mit den gut ausgepressten und kleingeschnitten Steinpilzen und der gehackten Zwiebel darin anziehen lassen
- wenn die Zwiebel Farbe angenommen hat mit 2 dl Weisswein ablöschen
- bei starker Hitze kochen bis der Wein vollständig verdampft ist mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen
- die Milch dazugiessen
- die Kasserolle in den heissen Backofen schieben
- den Fisch während meherer Stunden leise schmoren
- die Fischstücke nach Beendigung der Kochzeit vorsichtig herausnehmen
- in eine feuerfeste Form legen
- geriebenen Parmesan und Petersilie darüber verteilen und mit wenig gemahlten Pfeffer überstäuben
- nochmals 15 Minuten in den heissen Ofen schieben
- das Gericht herausnehmen, sobald sich eine grüngoldene Kruste zu bilden beginnt
- den Bratensatz mit dem restlichen Wein, wenig Brühe, und wenn nötig, etwas Salz und Pfeffer lösen
- Rahm dazugiessen, gut rühren und nochmals zum Kochen bringen
- sobald die Sauce sehr heiss ist, über den Fisch giessen und sofort servieren

26 Stokfisch zu kochen

Schweiz

Das Kochbuch der Catharina Fehr 1824, Rezepte aus dem Haus des letzten Schultheissen von Frauenfeld, Angelus Hux und Walter Müller, Verlag Huber Frauenfeld

Zutaten

Butter
Pfeffer
Zwiebeln
Paniermehl
Fleischbrüh
evtl. Kartoffeln

Zubereitung

Thue sie in kaltes Wasser übers Feuer, fängt das Waßer an zu sieden, so nimm es weg und die Fische heraus, thue alle Gräthe sorgfältig heraus, dann bestreiche eine Blatte, die gut übers Feuer ist, mit süßem Butter recht, lege von den Fischen hinein, streue Pfeffer darüber und fahre so fort, bis alle Fische darin sind, dann röste in vielem Schmalz Zwiebel und Brodsaamen gelb, schütte dieses über die Fische, nebst ein wenig Fleischbrüh, dann laß es auf der Glut kochen. Es ist auch gut, wenn man zwischen die Stokfische Erdapfel thut.

Zubereitungszeit

Bemerkungen

Es handelt sich hier um den luftgetrockneten, ganzen Stockfisch

27 Bacalao al pil pil

Spanien/Katalonien

Manuel Vazquez Montalban, Ricette immorali

Universale Economica Feltrinelli, Mailand 1988

Zutaten

8 Stück Fisch
1/2 Olivenöl
4 Knoblauchzehen
2 Pfefferschoten

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ –1 Stunde

Bemerkungen

Beachte das Zitat auf der zweiten Seite der Dokumentation!

Zubereitung

- den **Fisch** von den Gräten befreien
- auf schwachem Feuer die **Knoblauchzehen** und die **Pfefferschoten** anziehen
- wenn die Knoblauchzehen Farbe zeigen, diese und die Pfefferschoten herausnehmen
- im gleichen Öl in der gleichen Pfanne den Fisch mit der Haut anbraten
- ist die Qualität des Fisches gut, genügen 15 Minuten Bratzeit das Bratöl in ein Gefäß umleeren und auf die Seite stellen
- nun in der Folge die Pfanne mit dem verbliebenen Fisch
- kreisförmig bewegen, während man von Zeit zu Zeit das auf die Seite gestellte **Bratöl einträufeln** lässt dies solange tun bis sich eine dickliche, sämige Sauce einstellt
- garnieren mit den angezogenen Knoblauchzehen und den in Streifen geschnittenen Pfefferschotten
-

28 Bacalhau Luso-Helvético

Portuga/Schweiz

Eva Maria Pacheco Fernandes

Zutaten

800 g Fisch
kleine Kartoffeln
Chicorée
Knoblauch
Kaltgepresstes Olivenöl
Zitronensaft
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

Es sollte, wenn möglich, nichts gewendet werden. In der Halbzeit des Backvorganges, Zutaten mit mit Sauce begiessen

Zubereitung

- **Fisch** mit der Haut nach unten in eine Bratenform legen
- feingeschnittene **Knoblauchscheiben** über den Fisch verteilen mit **Salz** (vorsichtig) und **Pfeffer** würzen
- **Zitronensaft** darüber träufeln
- **Kartoffeln** waschen
- der Länge nach halbieren und neben den Fisch in die Bratenform legen
- leicht salzen
- **Chicorée** waschen, der Länge nach halbieren und ebenfalls in die Bratenform geben
- leicht **salzen** und nach Belieben mit **Zitronensaft** beträufeln
- **Olivenöl** über alle Zutaten giessen
- im vorgewärmten Backofen bei 220 ° ca. 30 Minuten backen
-

29 Morue à la biscayenne

Frankreich

Zutaten

600 g Stockfischfilet
6 Knoblauchzehen
3 violette Zwiebeln
3 rote Pfefferschoten aus Espelette
4 Tomaten
2 dl Olivenöl
3 Esslöffel Oliven
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ –1 Stunde

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** in 12 viereckige Stücke schneiden
- den **Knoblauch** und die **Zwiebeln** schälen, die letzteren in dünne Scheiben schneiden
- die **Tomaten** überbrühen, häuten und entkernen
- 5 Esslöffel **Olivenöl** in einem Kochtopf bei mildem Feuer erhitzen
- Die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Pfefferschoten** unter ständigem Rühren darin andünsten
- die **Tomaten** hinzufügen, **salzen** und **pfeffern**
- das Ganze 10 Minuten lang schmoren lassen
- die Sauce durch ein Sieb passieren und beiseite stellen
- die Fischstücke im restlichen Öl bei starker Hitze braten
- wenn sie Farbe angenommen haben in einen Schmortopf geben und mit der Sauce übergießen
- zugedeckt bei schwacher Hitze unter vorsichtigem Rühren 15 Minutenlang dünsten lassen
- nach 10 Minuten die **Oliven** begeben

30 Stockfisch in Ölsauce

Schweiz
Juliette Ackermann

Zutaten

600 g Fisch
1 Knoblauch
4 Esslöffel Olivenöl
1 getrocknete Chilischote
weisser Pfeffer

Zubereitungszeit

$\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheiben schneiden
- den **Fisch** entgräten ohne die Haut zu verletzen und in Portionenstücke schneiden
- in einer Pfanne mit hohem Rand das **Olivenöl** erhitzen
- die **Pfefferschote** etwas ausdrücken und mit dem **Knoblauch** ins **Öl** geben
- bei schwacher Hitze braten bis der Knoblauch goldgelb geworden ist
- anschliessend samt der Chilischote herausnehmen und beiseite stellen
- die Fischstücke mit der Haut nach unten in das Olivenöl legen bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten schmoren
- dabei die Pfanne ständig rütteln, bis sich aus dem austretenden Fischsaft und dem Olivenöl eine mayonaiseartige Sauce gebildet hat
- Fisch und Sauce mit **weissem Pfeffer** würzen
- Fisch und Sauce auf vier vorgewärmten Tellern anrichten und mit den **Knoblauchscheiben** garnieren
- sofort auftragen

31 Bacalhau em leite (Stockfisch in Milch)

Portugal/Schweiz

Remo Schürmann

Zutaten

4 Stück Fisch (600 g)

500 g Kartoffeln

3 Zwiebeln

1 Liter Milch

30 g Margarine

Salz

Pfeffer

Zubereitung

- die nicht zu grossen **Kartoffeln** schälen
- **Zwiebeln** in Ringe schneiden
- in eine eingefettete Gratinform verteilen
- darauf die **Stockfischstücke** legen
- **salzen (!)** und **pfeffern**
- **Milch** darüber giessen
- **Margarineflocken** darauf
- im Ofen bei ca. 180° gratinieren

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

Remo Schürmann wohnte längere
Zeit in Portugal

32 Bolinhos de Bacalhau (Stockfisch-Klöse)

Portugal/Schweiz

Remo Schürmann

Zutaten

300 g Fisch

500 g Kartoffeln

1 Zwiebel

3 Knoblauchzehen (gepresst)

1 Büschel Petersilie

4 Eier

Salz

Pfeffer

Zubereitung

- **Stockfisch** in Wasser blanchieren
- anschliessend von Hand zerpfücken
- **Kartoffeln** garkochen und durch das Passevite geben
- Stockfisch, Purée, feingehackte **Zwiebel**, gehackte **Petersilie** und gepressten **Knoblauch** mischen
- die **4 geschlagenen Eier** darunter geben
- mit **Salz** und **Pfeffer** würzen
- aus dem «Teig» mit Hilfe eines Eszlöffels «bolinhos» (Klöse) formen
- in sehr heissem **Öl** goldgelb fritieren

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

33 Bacalhau assado no forno (Stockfisch im Ofen)

Portugal/Schweiz

Remo Schürmann

Zutaten

4 Stück Fisch (400 g)

1 1/2 dl Öl

500 g Kartoffeln

3 grosse Zwiebeln

Salz

Pfeffer

Zubereitung

- **Kartoffel** schälen
- **Zwiebeln** in Ringe schneiden
- beides in einer Gratinform verteilen
- **Fischstücke** darauflegen
- **salzen** und **pfeffern**
- **Öl** darüber verteilen
- im Backofen bei ca. 180° garen
- zwischendurch, falls nötig Öl über den Fisch giessen
- das Gericht ist fertig, wenn die Kartoffeln und Zwiebeln goldgelb sind

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ – 1 Stunden

Bemerkungen

34 Bacalhau à Brás

Portugal/Schweiz

Remo Schürmann

Zutaten

4 Stück Fisch 800 g)

500 g Kartoffeln

2 grosse Zwiebeln

2 Eier

1 Büschel Petersilie

Salz

Pfeffer

schwarze Oliven

Zubereitung

- die in Ringe geschnittenen **Zwiebeln** in wenig anbraten
- den in Streifen geschnittenen **Fisch** dazugeben und mit braten
die **Kartoffeln** als «Paillettes» separat fritieren, dann zum Rest
- dazugeben
mit **Salz** und **Pfeffer** würzen
- **Petersilie** dazugeben
- die geschlagenen **Eier** hinzufügen und gut verrühren
- garnieren mit **schwarzen Oliven** und sofort servieren
-

Zubereitungszeit

ca. $\frac{1}{2}$ – $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

35 Tortilha de Bacalhau

Portugal/Schweiz

Remo Schürmann

Zutaten

600 g Fisch

2 Eier

50 g Margarine

1 kleine, feingeschnittene Zwiebel

1 Teelöfel feingehackte Petersilie

Salz

Pfeffer

Zubereitung

- **Fisch** blanchieren
- anschliessend sehr fein zerpflücken
- **Eier** schlagen und **Petersilie** beifügen
- mit **Salz** und **Pfeffer** würzen
- Fisch und **Petersilie** dazugeben
- in der **Margarine** von beiden Seiten goldgelb braten (wie eine Omelette)

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

36 Bacalao de la casa (Stockfisch Hausrezept)

Mexico

Las fiestas de Frida (Kahlo) y Diego (Rivera), recuerdos y recetas, Guadalupe Rivera, Marie-Pierre Colle, 1994 Editorial Patric, bajo el sello de Promexo, 02400 México, D.F.

Zutaten

1 1/2 kg Fisch
1 (Kaffee)-Tasse Olivenöl
3 in feine Scheiben geschnittene
Zwiebeln
8 Knoblauchzehen sehr fein gehackt
1/2 Tasse gehackte Petersilie
1/2 Tasse gefüllte Oliven (Peperoni)
1/4 Tasse Kapern
1/4 Tasse geschnittene Mandeln
1/4 Tasse Rosinen
1 kg gekochte Kartoffeln in Würfel
geschnitten
Salz nach Geschmack
5 Marroni (aus Konserve)
1 Konserve mit gelben Chilischoten

Zubereitungszeit

ca. 1–1 1/4 Stunden

Bemerkungen

Das Rezept ist für 8–10 Personen
gedacht

Zubereitung

- den **Fisch** solange in Wasser blanchieren bis er sehr weich ist, ungefähr 30 Minuten
- im Wasser abkalten lassen
- den Fisch sehr fein zerstückeln und auf die Seite stellen
- im **Olivenöl** die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** anziehen (bis sie gelbe Farbe annehmen)
- die **Tomaten** und die **Petersilie** dazugeben
- weitere 10 Minuten kochen lassen
- **die restlichen Zutaten**, ausser dem Fisch und die Chilischoten, hinzufügen
- kochen lassen bis alles schön gar ist
- dann den Fisch und die **Chilischoten** dazugeben
- nochmals einige Minuten ziehen lassen

37 Stoccafisso alla burita

Italien

Giovanna Fragnito, Bistagno

Zutaten

600 g Fisch, zerstückelt
Olivenöl
1 Zwiebel fein gehackt
1 Knoblauchzehe
1 Rosmarinzweig
300 g Kartoffeln in Würfel
geschnitten
50 g schwarze Oliven
1 Lorbeerblatt
Tomatensugo vorbereitet oder 1
grosse Büchse Pelati
Wasser
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

warm servieren mit Polenta

Zubereitung

- in einer Pfanne, wenn möglich aus Terracotta, die **Zwiebel**, den **Knoblauch** und den **Rosmarin** im **Olivenöl** anziehen den zerstückelten **Fisch** dazugeben
- die **Kartoffelwürfel**, die **Oliven** und das **Lorbeerblatt**
- hinzufügen
- mit dem vorbereiteten **Tomatensugo** das ganze ablöschen
- wenn nötig soviel **Wasser** zugeben bis der Fisch vollständig bedeckt ist
- abschmecken mit **Salz** und **Pfeffer**
- auf kleiner Flamme garkochen
-

38 Buridda

Italien

Nadia Canepa, Bistagno

Zutaten

800 g Fisch in kleine Stücke
geschnitten
4 oder 5 Sardellenfilets
Kapern
Oliven
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
2 Salbeiblätter
Petersilie
die Spitze eines Rosmarinzwiges
2 Haselnüsse
1 Pfefferschote (frisch, mild)
1 halbes Glas trocknen Weisswein
3 oder 4 reife Tomaten oder 1
Büchse Pelati
1/2 kg Kartoffeln in Würfel

Zubereitungszeit

ca. 1–1 ¼ Stunden

Bemerkungen

das Gericht ist fertig, wenn die
Kartoffelstücke gar sind

Zubereitung

- im **Olivenöl** die **Sardellenfilets**, die **Kapern**, und die **Oliven** anziehen
- die **Fischstücke** hinzufügen und mitziehen lassen
- mit dem (Sichel-) Messer werden fein gehackt: **Knoblauch, Zwiebel, Salbeiblätter, Petersilie, Rosmarin, Haselnüsse und Pfefferschote**
- die Mischung dem Fisch begeben und ebenfalls mitziehen lassen
- mit dem **Weisswein** ablöschen und einkochen lassen
- die **Tomaten** hinzugeben
- die gewürfelten **Kartoffeln**
- alles mit heissem **Wasser** begiessen bis sämtliche Zutaten bedeckt sind
- wenn nötig **salzen**

39 Bacalhau à conde da guarda

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

400 g Fisch
100 g Butter oder Margarine
600 g Kartoffeln
2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
2,5 dl Rahm
50 g Reibkäse
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. 1–1 ¼ Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- die **Zwiebeln** und **Knoblauchzehen** fein hacken
- in **Butter oder Margarine** anbräunen
- den eingeweichten, in grosse Stücke geschnittenen **Fisch** dazugeben
- alles gut miteinander vermischen
- das ganze anschliessend in einem Mörser zerkleinern (oder durch Passevite drehen)
- in einer separaten Pfanne die **Kartoffeln** garkochen und danach durchs Passevite lassen (pürieren)
- nun den gemörserten Fisch zum Puré geben und mit einem Holzlöffel alles gut unterschlagen
- den **Rahm** begeben
- abschmecken mit **Salz** und **Pfeffer**
- das Puré in eine Auflaufform bringen und mit **Reibkäse** bestreuen
- im Ofen ca. 40 Minuten bei 180° gratinieren

40 Bacalhau no forno à minha moda

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

500 g Fisch
1 dl Olivenöl
600 g Kartoffeln
80 g geräuchten Schinken (presunto)
5 dl Milch
2 Eiweiss
Petersilie
Salz
Pfeffer

Zubereitung

- den **Fisch** in 3 dl **Milch** aufkochen und während 30 Minuten zugedeckt abkühlen lassen
- die **Kartoffel** schälen und in Scheiben schneiden
- den **Schinken** fein schneiden
- die Hälfte der **Kartoffelscheiben** in eine geölte Auflaufform schichten
- zuoberst den trocken getupften Fisch legen
- den Schinken darüber verteilen und mit **Pfeffer** würzen
- die verbliebenen **Kartoffelscheiben** darüberschichten
- die **Eiklar** in der **restlichen Milch** unterziehen, **salzen** und das Gericht damit übergiessen
- im heissen Ofen zum Kochen bringen und überbacken (ca. 30–40 Minuten)

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

41 Bacalhau à bras

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

400 g Fisch
1 dl Olivenöl
500 g Kartoffeln
350 g Zwiebeln
4 Eier
1 Knoblauchzehe
Petersilie
Salz
Pfeffer

Zubereitung

- den **Fisch** von Haut und Gräten befreien von Hand
- «ausfransen»
- die **Kartoffeln** in sehr dünne Streifen schneiden
- die **Zwiebeln** in dünnste Scheiben schneiden
- in einer Bratpfanne den **Knoblauch** anbräunen
- herausnehmen und die die Kartoffeln leicht anziehen lassen
- 7. wenn die Kartoffeln weich sind, aus der Pfanne nehmen und
- im gleichen Öl die **Zwiebeln** andünsten
- die weichen Kartoffeln und den Fisch hinzufügen
- jetzt die **Eier** zu Rührei schlagen, **salzen** und **pfeffern**
- in die Bratpfanne geben und mit einer Gabel sämtliche Zutaten fortwährend untereinander mischen
- die Pfanne vom Herd nehmen, wenn die Eiklar geronnen sind
- das Gericht mit **Petersilie** bestreuen und heiss servieren!
-

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

42 Bacalhau à moda do Minho

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

4 Stück Fisch vom Rücken

1 Wirz

6 Zwiebeln

2,5 dl Olivenöl

gekochte Kartoffeln

Salz

Pfeffer

Zubereitung

- die Blätter des **Wirzes** tadellos sauber waschen und in kaltem Wasser aufbewahren
- jedes Stück **Fisch** in einem Wirzblatt (müssen trocken sein) einpacken und mit einem Bridierfaden gut verschnüren
- die verpackten Fischstücke in eine Auflaufform geben
- solange im heißen Backofen behalten bis die Wirzblätter vollständig durchgetrocknet sind (Aspekt eines getrockneten Tabakblattes)
- aus dem Ofen nehmen und die Pakete von den Schnüren befreien
- auf einer Serviceplatte mit den garen **Kartoffeln** anrichten
- warm stellen
- in der Zwischenzeit die **Zwiebeln** in feine Scheiben schneiden
- im **Olivenöl** anziehen bis sie braune Farbe annehmen
- **salzen** und **pfeffern** und über Fisch und Kartoffeln geben
- sofort servieren!

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

wenn möglich mit Maisbrot servieren

43 Pudim de bacalhau com sultanas

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

250 g Fisch

100 g Butter oder Margarine

125 g Sultanimen

100 g Mehl

6 Eier

7,5 dl Milch

Brunnenkresse

1 Tasse der Saucen «mornay» oder
«bernaise»

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- die **Sultanimen** zum Einweichen in kaltes Wasser legen
- die **Butter** oder **Margarine** in einer Bratpfanne zergehen lassen
- dann mit **Mehl** bestäuben
- sobald sich auf der Oberfläche ein weisslicher Schaum bildet, mit **Milch** ablöschen
- die Milch aufkochen lassen und die Eigelb untermischen
- den kurz blanchierten Fisch, enthäutet und entgrätet, durch das Passevite drehen
- der Milch begeben
- dazu kommen die trockenen, in Mehl gewendeten **Sultanimen** und die steif geschlagenen **Eiklar**
- das Gericht in ein verschliessbares Gefäss geben
- im Wasserbad (banho-maria) im Ofen während einer Stunde gar werden lassen
- auf einer Servierplatte entformen und mit **Brunnenkresse** garnieren
- separat in Saucieren die **Saucen «mornay»** und **«bernaise»** auftischen

44 Bacalhau à rosa negra

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

4 Stück Fisch (Rückenstücke)
1 Suppenlöffel Butter oder Margarine
3 Zwiebeln
125 g geräuchten Schinken
(presunto)
4 Knoblauchzehen
1,5 bis 2 dl Olivenöl
1 Suppenlöffel Paprika
1 dl Weisswein
Salz
Pfeffer
500 g kleine Kartoffeln
(Frühjahrskartoffeln)
Petersilie

Zubereitungszeit

ca. 1–1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- den Boden einer Gusseisenpfanne mit **Knoblauchstücken** belegen
- darüber die **Fischstücke** schichten und grosszügig mit Margarine bedecken
- nacheinander den geräuchten **Schinken**, dann die in feinen Scheiben geschnittenen **Zwiebeln** anziehen
- mit **Paprika, Salz** und **Pfeffer** würzen
- über den Fisch verteilen
- den Fisch in der Pfanne bis auf halbe Höhe mit **Olivenöl** bedecken
- obenauf kommen die **Frühjahrskartoffeln**
- im Ofen garkochen, in der Hälfte der Garzeit den **Weisswein** zugiessen
- garnieren mit fein gehackter **Petersilie**

45 Bacalhau com tomates e pimentos

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

500 g Fisch
6 Suppenlöffel Olivenöl
750 g reife Tomaten
2 Pfefferschotten
2 Suppenlöffel Mehl
1 Knoblauchzehe
2 grosse Zwiebeln
Zitrone
Petersilie
1 Lorbeerblatt
Salz
Pfeffer
entkernte Oliven

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

heiss servieren
als Beilage Salzkartoffeln

Zubereitung

- Gräten und Haut vom **Fisch** entfernen
- in quadratische Stücke schneiden
- die Stücke mit **Mehl** bestäuben und im **heissen Olivenöl** anbraten
- wenn sie gar sind, aus der Pfanne nehmen und in einem Gefäss zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren
- im gleichen Fritieröl, die in Streifen geschnittenen **Pfefferschotten** anziehen
- herausnehmen und zum Fisch im Kühlschrank geben
- in der gleichen Pfanne den feinst gehackten **Knoblauch** und die in dünne Scheiben geschnittenen **Zwiebeln**, zugedeckt, auf kleiner Flamme schmoren lassen
- sobald die Zwiebeln etwa auf die Hälfte zusammengefallen sind, ein Zweiglein **Petersilie**, ein **Lorbeerblatt** und die in kleine Stücke geschnittenen, enthäuteten und entkernten **Tomaten** begeben
- das ganze einkochen lassen (puréartige Konsistenz)
- das Lorbeerblatt aus der Sauce entfernen und den Fisch mit den Pfefferschotten hineingeben
- mit **Salz** (vorsichtig!) und **Pfeffer** würzen
- auf schwacher Flamme etwa 10 Minuten weiterkochen lassen
- vor dem Auftragen das Gericht mit ein wenig **Zitronensaft** beträufeln
- garnieren mit **Oliven** und halbierten **Zitronenschnitzen**

46 Bacalhau à gomes de sa

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

500 g Fisch
500 g Kartoffeln
1 dl Olivenöl
1 Knoblauchzehe
3 Zwiebeln
2 gekochte Eier
entsteinte Oliven
Petersilie
Milch
Salz
Pfeffer

Zubereitungszeit

ca 2 1/2 Stunden
mit Vorbereitung

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** in eine Schüssel geben und mit **siedendem Wasser** bedecken
- die Schüssel mit einem Deckel abdecken
- während 20 Minuten ruhen lassen
- nach dieser Zeit den Fisch herausnehmen, enthäuten, entgräten und in Streifen schneiden
- den Fisch in eine tiefe Schüssel geben und mit **heisser Milch** bedecken
- während 1 1/2 bis 2 Std einziehen lassen
- in eine Auflaufform, **Olivenöl, Knoblauch** und die in Scheiben geschnittenen **Zwiebeln** geben
- andünsten
- wenn die Zwiebeln Farbe zeigen, die vorgekochten, geschälten in Scheiben geschnittenen **Kartoffeln** hinzufügen
- dazu kommen die Fischstreifen
- alles mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und für 15–20
- Minuten in den Ofen geben
- garnieren mit **Oliven, Petersilie** und den gekochten **Eiern** (Scheiben)
- heiss servieren

47 Bacalhau com natas

Portugal

Maria de Lourdes Modesto, Receitas Escolhidas

Verlag Verbo 1992

Zutaten

400 g Fisch
2 Suppenlöffel Butter oder Margarine
4 Zwiebeln
500 g Kartoffeln
1 dl Olivenöl
2 Suppenlöffel Mehl
2 Suppenlöffel geriebener Käse
1 Suppenlöffel Senf
1 Eigelb
2 dl Rahm
5 dl Milch
Zitrone
Salz Pfeffer

Zubereitungszeit

ca. 1–1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- den **Fisch** und die in Würfel geschnittenen **Kartoffeln** im **heissen Olivenöl** anbraten
- die Kartoffeln müssen Kruste annehmen und weich sein
- beides auf Küchenpapier «abölen» lassen
- die **Zwiebeln** zu Scheiben schneiden
- in Olivenöl, in einer Pfanne mit Deckel, auf kleiner Flamme weichkochen
- die Kartoffeln und den in Streifen geschnittenen Fisch hinzufügen und alles gut vermischen
- würzen mit **Salz** und **Pfeffer**, auf die Seite stellen
- in einer weiteren Pfanne die **Butter oder Margarine** zu Schmelzen bringen
- das **Mehl** einrühren (aufpassen Anbrenngefahr!)
- nun die **Milch** ebenfalls einrühren, aufkochen lassen und
- abschmecken mit **Salz** und **Pfeffer**
- die Pfanne vom Herd nehmen
- jetzt kommen dazu: der **Rahm**, der **Senf**, die Hälfte des **Reibkäses**, das **Eigelb** und der **Saft der Zitrone**, alles gut vermengen
- in einer Auflaufform das Fisch–Kartoffel–Zwiebelgemisch einschichten
- darüber die Sauce geben
- alles mit dem **restlichen Reibkäse** bestreuen und im Ofen überbacken (30–40 Minuten bei 180 °)

48 Baccalà montebianco (franz. Brandade de morue)

Italien

Pellegrino Artusi, la scienza in cucina e l'arte di mangiar bene

fratelli Melita editori, La Spezia 1994

Zutaten

500 g Fisch

200 g feinstes Olivenöl (extra vergine)

1 dl Rahm oder Milch

Zubereitung

- den **Fisch** von Gräten und Haut befreien, es bleiben so noch etwa 340 g
- am besten in einem Mörser zermanschen, im Notfall das Passevite nehmen
- zusammen mit dem **Rahm** in eine Pfanne bringen
- auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren kochen bis der Rahm oder die **Milch** vollständig vom Fisch absorbiert ist
- dann tropfenweise das **Öl** einträufeln, immer rührend mit einem Holzlöffel, ähnlich so als würde eine Mayonnaise hergestellt eine sämige Sauce wird sich einstellen
- vom Herd nehmen wenn er gar ist (Probe)
- das Gericht ist gelungen, wenn der Fisch, einmal im Teller, kein Öl mehr abgibt
- kalt auftragen mit folgenden Beilage-Vorschlägen: feinst gehobelte Trüffelscheiben oder crostini (gröstetes Brot) mit Kaviar

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Der Autor meint das Gericht sollte für 8 Personen genügen

Was für die Schweizer Küche das «Fülscher» Kochbuch darstellt, gilt in Italien für Pellegrino Artusi. Beide Kochbücher bauen sorgfältig auf einfachen Kochtechniken auf und bieten ein weites Spektrum für die Zubereitung, vor allem landesüblicher, Speisen an. Sehr empfehlenswert!.

49 Bacalao a la Vizcaína

Spanien

Karlos Arguiñano, el menú de cada día

Servicio de Publicación RTVE y Ediciones del Serbal, Barcelona 1993

Zutaten

8 Stück Fisch (600-800g)
Olivenöl
3 Esslöffel Tomatenmark
Salz
1 Knoblauchzehe
1 kg rote Zwiebeln
1 Pfefferschote
1 grüne Peperoni
15 frische Paprikaschoten (auch Peperonis)

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- die **Zwiebeln** sehr fein schneiden und mit dem halben **Knoblauch** während 3/4 Std auf schwacher Flame (ab und zu rühren!) andünsten
- die **Peperonis** wallen damit das Fleisch weich wird
- mit Küchenpapier trocknen und das Fleisch mit Hilfe eines Messers oder Löffels von der Haut lösen
- sind die Zwiebeln fertig, die ausgelösten Peperonis und drei Löffel **Tomatenmark** zugeben
- alles gut umrühren und 10 Minuten köcheln lassen
- sollte etwas ankochen, ein wenig **Wasser oder Fischsud** hinzugeben
- unterdessen den Fisch mit der restlichen Hälfte des **Knoblauchs** und einigen Stücken der **Pfefferschote** im **heissen Olivenöl** während 6 Minuten anziehen
- der Fisch sollte nicht angebraten, sondern gegart werden
- nun den Fisch in eine Schüssel geben
- die Sauce durch ein Sieb passieren und über den Fisch geben
- garnieren mit einigen angedünsteten, grünen **Peperonistreifen**

50 Albóndigas de bacalao con gambas

Spanien

Karlos Arguiñano, el menú de cada día

Servicio de Publicación RTVE y Ediciones del Serbal, Barcelona 1993

Zutaten

800 g Fisch
24 rohe Crevetten
2 Eiklar
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
Paniermehl
Maizena
salsa verde*
Petersilie
Salz
Olivenöl

Zubereitung

- den **Fisch** (roh) entgräten, enthäuten und anschliessend zerfransen
- mischen mit: **Paniermehl, Eiklar, Knoblauch** und **Petersilie** fein gehackt
- nicht allzu grosse Klöse formen
- die **salsa verde** erhitzen
- die Klöse darin von allen Seiten gut anbraten
- die **Crevetten** dazugeben und 10 Minuten lang mitbraten
- auf einer Servierplatte anrichten: die Klöse am Rand, die Crevetten in der Mitte

Zubereitungszeit

ca. 1 Stunde

Bemerkungen

Es gibt verschiedene Macharten der «salsa verde». Im Prinzip geht es um feingehackte Kräuter z.B. Basilikum, Petersilie, Origano usw.) in Olivenöl. Die Sauce kann unendlich variiert werden durch Zugabe von Kapern, Sardellenfilets, Pinienkerne, Zwiebeln Koblauch etc.

Als «Schnellersatz» kann fertig angemachter Pesto dienen.

51 Bacalao con patatas

Spanien

Karlos Arguiñano, el menú de cada día

Sevicio de Publicación RTVE y Ediciones del Serbal, Barcelona 1993

Zutaten

4 Stück Fisch (600–800 g)
4 Kartoffeln
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Bouillon, Sud
1 Ei
Mehl
3 Esslöffel Tomatenmark
feingehackte Petersilie
Salz

Zubereitungszeit

ca. 1–1 ¼ Stunden

Bemerkungen

Zubereitung

- **Fisch** enthäuten und entgräten
- die Haut und die Gräten sowie einige Stückchen vom Fisch auf kleiner Flamme zu einem **Fischsud** aufkochen, dabei die Temperatur nahe beim Siedepunkt halten
- die **Kartoffeln** schälen und in etwa 1 1/2 cm dicke Scheiben schneiden
- die **Zwiebel** und die **Knoblauchzehen** fein hacken und in **Olivenöl** mit ein wenig **Salz** andünsten
- sobald die Zwiebeln glasig sind, die Kartoffeln hinzugeben
- eine oder zwei Minuten mitdünsten
- jetzt die feingeschnittene **Petersilie** zugeben und mit dem Fischsud ablöschen, sodass alles mit Flüssigkeit bedeckt ist
- 20 Minuten kochen lassen
- währenddessen die Fischstücke in **Ei** und **Mehl** wenden
- auf jeder Seite während einer 1/2 Minute anbraten
- nun den Fisch und das **Tomatenmark** zu den Kartoffeln im Fischsud geben
- weitere 5 Minuten köcheln, dabei ab und zu die Pfanne bewegen um die Saucenbindung zu fördern

52 Stockfisch mit Schoten

Deutschland

Mathilde Ehrhardt

Grosses Illustriertes Kochbuch, Berlin 1907

Zutaten

junge, grüne Erbsen oder Schoten
geriebener Semmel
2 Esslöffel frische Butter
Muskatnuss
Salz

Zubereitung

Stockfisch zuerst kochen. Unterdessen werden **junge, grüne Erbsen oder Schoten** ausgeschotet, in Salzwasser gargekocht und mit geriebener **Semmel** sämig gemacht. Nun nimmt man den Fisch aus dem Wasser, zerplückt ihn in kleine Stücke und gibt ihn unter die Schoten; alsdann lässt man beides noch ein wenig mit einander kochen, gibt 2 Esslöffel frische **Butter** daran, reibt etwas **Muskat** darüber und gibt kurz vor dem Anrichten das nötige **Salz** hinzu.

Zubereitungszeit

Bemerkungen

53 Abgeschmalzen

Deutschland

Mathilde Ehrhardt

Grosses Illustriertes Kochbuch, Berlin 1907

Zutaten

Zwiebeln

Butter

Brösel

Sauerkraut oder Senf

Zubereitung

Man lässt **Zwiebeln** in Butter gelb werden, nimmt sie dann heraus und gibt den gekochten, zertheilten **Fisch** in das Fett, überdünstet ihn, legt ihn auf die Schüssel, bestreut ihn mit **gelbgerösteten Bröseln** und der Zwiebel und gibt **Sauerkraut oder Senf** dazu.

Zubereitungszeit

Bemerkungen

54 Kapuziner–Stockfisch

Deutschland

Mathilde Ehrhardt

Grosses Illustriertes Kochbuch, Berlin 1907

Zutaten

Butter

sauren Rahm

Brösel

fein geschnittene Petersilie

(Limonenschalen)

gestossenen Kümmel

feingeschnittene Zwiebel

Beilagen: Sauerkraut und Kartoffeln

Zubereitung

Ein Stück von einem gewässerten **Stockfische saltz** man gut, dünstet es in einer zugedeckten Casserolle auf dem Herde und giesst das Wasser, welches sich absondert ab. Dann zertheilt man den Fisch zu kleinen Stücken, gibt eine Lage von den Stücken in eine mit **Butter** ausgestrichene Schüssel, giesst etwas sauren **Rahm** darauf, streut **Brösel**, die man mit fein geschnittener **Petersilie** (oder Limonenschalen) und Wasser oder gestossenen **Kümmel** gemischt hat, und feingeschnittene, mit Butter gelbgeröstete **Zwiebel** darüber, legt wieder eine Lage von Stockfisch ein und fährt so fort, bis die Schüssel voll ist. Auf die letzte Lage von Fischstücken gibt man Brösel und Butter, stellt dann die Schüssel in das Rohr und bäckt das Ganze. Wenn sich Sauce absondert, giesst man sie in ein anderes Geschirr, lässt sie kurz einsieden und gibt sie beim Anrichten wieder über den Fisch. Man serviert **Kartoffeln** und **Sauerkraut** dazu.

Zubereitungszeit

Bemerkungen

55 Stockfisch in Tomatensauce

Schweiz

Alex Buchhofer

Schweizer Kochbuch, Bern 1894

Zutaten

2 gehackte Knoblauchzinggli
1 gehackte Zwiebel
2 Esslöffel weisser, gehackter Speck
1-2 Kellen Tomatensauce
Wasser oder Bouillon
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Der gut gewässerte Stockfisch wird mit kochendem Wasser übergossen. Haut und Geräte sorgfältig ausgelöst. Scheweisse 2 gehackte **Knoblauchzinggli**, eine gehackte **Zwiebel** mit 2 Esslöffel voll gehackten **Speck** weiss ab, gebe 1-2 Kellen voll **Tomatensauce** und ein wenig **Wasser oder Bouillon** dazu, lasse es aufkochen, würze mit **Salz** und **Pfeffer**, gebe den Stockfisch hinein und lasse ihn einige Minuten kochen

Zubereitungszeit

Bemerkungen

56 Stockfisch mit Milchrahm und Erdäpfeln

Österreich

Praktisches Kochbuch von Katharina Schreder

Wien 1869

Zutaten

Sardellen

Butter

geschnittene Erdäpfel

Milchrahm

Semmelbrösel

Zubereitung

Man überstreicht den Boden einer Schüssel mit **Sardellen-Butter**, gibt geschnittene **Erdäpfel** darauf, und auf diese eine Lage von den abgekochten und zertheilten **Stockfisch**, welchen man dann mit **Milchrahm** überzieht.

Dieses wird so oft wiederholt, bis die Schüssel erhoben angerichtet ist, wonach dann die letzte Lage mit Erdäpfeln gemacht, diese mit Milchrahm überzogen und mit **Semmelbröseln** bestreut werden. Sind auch die Semmelbröseln mit Sardellen-Butter übergossen, so wird das Ganze in der Röhre selbstgedünstet und dann zu Tische getragen

Zubereitungszeit

Bemerkungen

57 Stockfisch aus dem Languedoc

Frankreich/Schweiz

Hans Bosshard

Zutaten

weisse Bohnen

Knoblauch

Vinaigrette aus mildem

Weissweinessig

kaltgepresstes Olivenöl

Zubereitung

- **Bohnen** mit Tranchen von gut entsalzener **Stockfisch** weich kochen
- feingehackten **Knoblauch** daruntermischen
- **Vinaigrette** anrichten und über den noch warmen Stockfisch giessen
- einige Minuten einziehen lassen

Zubereitungszeit

Bemerkungen

dazu empfiehlt der Autor eine

Flasche aus dem Languedoc z.B.:

Pic Saint Coup Grande, Cuveé 1996,

Domaine de l'hortus

58 Bacalao ajo arriero

Spanien/Schweiz

Regula Bleisch-Lauchenauer

Zutaten

600 g Fisch
eine Handvoll Chorizero-
Pfefferschoten
4 grüne Peperoni
1 rote Peperoni
2 Zwiebeln
4 Knoblauchzehen
1 dl Olivenöl

Zubereitungszeit

ca. $\frac{3}{4}$ Stunden

Bemerkungen

kalt oder warm servieren

Zubereitung

- die **Chorizero-Pfefferschoten** mit wenig **Öl** im Mixer pürieren
- den **Knoblauch** pressen und gut mit den pürierten **Pfefferschoten** mischen
- das ganze über den **Fisch** geben
- im Ofen während 30 Minuten schmoren
- in der Zwischenzeit die **Peperoni** und die feingehackten **Zwiebeln** im **Olivenöl** andünsten
- über den geschmorten Fisch geben

59 Klippfisch a la parmigiana

Schweiz

Max Bottini

Zutaten

4–5 grosse Auberginen
300– 400 g Parmesan gerieben
evt. Mozzarella
3 dl Olivenöl (zum Anbraten)
Pfefferkörner
Salz

Für die Tomatensauce:

Olivenöl
2 Knoblauchzehen
2 grosse Büchsen Pelati
1 Pfefferschote
je 1 Zweiglein Rosmarin und Thymian
1 Lorbeerblatt

Zubereitungszeit

ca. 1 1/2 Stunden

Bemerkungen

warm gegessen sehr gut, kalt aber phänomenal!!

Zubereitung

- Fisch 5 min in Wasser mit einigen **Pfefferkörnern** darin blanchieren, abkalteln lassen.
- in der Zwischenzeit, **Auberginen** in Scheiben schneiden und diese gut **salzen**. Alle Scheiben auf schräger Unterlage ausbreiten und mit Küchenpapier abdecken (Das Salz entzieht der Aubergine den bitteren Saft!). Beschweren!
- nun die **Tomatensauce** vorbereiten
- **Knoblauch** und **Pfefferschote** im **Olivenöl** anziehen
- ablöschen mit Pelati, ohne Saft aber zerstückelt
- **Rosmarin, Thymian** und **Lorbeerblatt** begeben
- **pfeffern**
- ca. 30–45 min zugedeckt köcheln lassen
- jetzt den Fisch enthäuten und entgräten
- in handgrosse Stücke portionieren
- bitteren Saft der Auberginen unter fliessendem Wasser abspülen
- auf und mit Küchenpapier trocknen
- in Olivenöl die Auberginenscheiben auf beiden Seiten anbraten (oder fritieren) bis sie gelbe Farbe annehmen
- nun abwechslungsweise Auberginen, Tomatensauce, Parmesan in eine Auflaufform schichten—die letzte Lage ist **Parmesan** (auch Mozzarella!)
- im Ofen bei 180° eine gute halbe Stunde gratinieren

60 Stockfisch in einer Pasteten

Schweiz

Das Kochbuch des Johann Sultzbeger zu Frauenfeld

selbst approbiert von 1780–1798

Zutaten

Stockfisch

Muscatblüthe

Pfeffer

Salz

süßen Anken

1/2 Ms (Mäasli=ca. 3–4 dl) Neidel

(Rahm)

geriebenes Brod

Zubereitung

Nimm gute weiße **Stockfische**, thu die Gräth daraus, seze sie zum Feuer, und laße sie allgemach kochen, dann in ein Geschirr abgeschütt, daß das Waßer abläuft, thu in eine Pfanne

Muscatblüthe, Pfeffer, Salz, süßen Anken, 1/2 Ms

Neidel und dann wohl erkalten. Thue Teig in eine

Tortenpfanne oder Schübel, oder mache gar eine aufgesetzte

Pastete, thu den erkalteten Stockfisch darein, streue

geriebenes Brod und süßen Anken darüber, und bake es im

Ofen bis es genug ist.

Zubereitungszeit

Bemerkungen

Stockfisch im Ofen

Schweden
Mia's Mutter

Zutaten

600–800 g Fisch
1 dl Chilisauce (z.B.Heine)
3 dl Rahm
ca. 4 Tomaten oder Peperoni
frischer Dill

Zubereitung

1. Form mit Butter oder Margarine ausstreichen und Fisch dreingeben
2. Chilisauce und Rahm mixen, mit Salz abschmecken
3. Tomaten in Scheiben schneiden und auf Fisch auflegen
4. Saucenmix darüber giessen
5. in Backofen bei 225° C, ca 30 min backen
6. mit frischem Dill garnieren

als Beilage empfiehlt sich Kartoffelstock

ca. 1 Std

Zubereitungszeit

Bemerkungen