



Aischgründer Karpfen aus Franken

Rezepte von Svenja Viertel

Alle Mengenangaben für **6 Personen**

Gruß aus der Küche: Halber gebackener Karpfen mit Kartoffel- und Endiviensalat

Zutaten Karpfen

6 halbe Karpfen

Salz, Pfeffer

500 g Panade (Verhältnis: 1/3 Mehl und 2/3 Semmelbrösel)

Sonstiges Zubehör: Fritteuse, Frittierfett

Zubereitung

Den Karpfen gut von vorne und hinten mit Salz und Pfeffer würzen. Dabei gerne unten am Bauch etwas mehr würzen, da hier das meiste Fleisch dran ist. Anschließend ca. 30 Minuten ziehen lassen. Hier kann sich die Würze besser ausbreiten.

Wenn der Karpfen gut durchgezogen ist, dann in Panade wenden (vorne und hinten), sodass alles gut bedeckt ist. Hierfür nehmen wir eine große Schüssel, in die der Karpfen gut reinpasst.

Im Anschluss kommt der Karpfen dann in die Fritteuse. Darauf achten, dass auch der Schwanz im Fett landet, sodass dieser schön knusprig wird. Nach ca. 3 Minuten wird der Karpfen einmal gewendet. Nach weiteren 3 Minuten kann der Karpfen aus der Fritteuse genommen werden.

Hier nach Bauchgefühl entscheiden – wenn der Karpfen schön goldbraun ist. Schön abtropfen lassen – am besten auf einem Gitterblech - anschließend servieren und genießen. Dazu passt am besten ein selbstgemachter Kartoffelsalat und Endiviensalat. (siehe weiter unten)

Tipp

In den männlichen Karpfen befindet sich das sogenannte „Ingreisch“, wie wir es nennen. Das Ingreisch hat keine Gräten und wird in Franken als Delikatesse bezeichnet. Bei uns in der Familie bekommen die Kinder das Ingreisch, weil keine Gräten drin sind. Jedoch kostet jeder davon, weil es einfach lecker schmeckt. Probiert es gerne mal aus!

Wir essen den Karpfen am liebsten, wenn er frisch geschlachtet wurde.

Wer Pfeffer gerne mag, kann beim Würzen auch groben Pfeffer hernehmen und diesen mitfrittieren. Das gibt nochmal ein besonders gutes Aroma ab.



Zutaten Kartoffelsalat

1 kg Kartoffeln

Zutaten Brühe

¼ l Brühe

2 EL Essig

2 EL Öl

Salz, Pfeffer

1 TL Senf

1 TL Gurkenwasser

Zubereitung

Die Kartoffeln ca. 20 Minuten kochen. Danach schälen und in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln können hier auch durch ein Gitter gedrückt werden. Anschließend die Brühezutaten zusammenmischen und über die noch warmen Kartoffelscheiben geben. Dann den Salat ca. 2 Stunden kalt ziehen lassen.

Zutaten Endiviensalat

1 Kopf Endiviensalat

Zutaten Dressing

200 ml Wasser

150 ml Balsamico, weiß

30 g Zucker

1 TL Salz

½ Teelöffel Pfeffer

Ca. 3 EL Öl (z. B. Olivenöl)

Zubereitung

Den Salat in Streifen schneiden, waschen und trocknen. Die Dressing-Zutaten verrühren und über den Salat gießen. Dressing mit dem Salat gut durchmischen.



Hauptgang: Dreierlei vom Fisch: Karpfen-Crunchies, geräuchertes Karpfenfilet & Graskarpfen mit Weißwein-Soße und Salzkartoffeln

Zutaten Graskarpfen

1 Graskarpfen, geschlachtet und gewaschen
Salz, Pfeffer
Petersilie

Zutaten Weißweinsoße

4 EL Puderzucker
400 ml Weißwein (z. B. Silvaner)
100 ml Gemüsebrühe
400 ml Sahne
8 TL Speisestärke
4 EL kalte Butter
Salz, Pfeffer
Schnittlauch

Zutaten Salzkartoffeln

1 kg Kartoffeln
Wasser
Salz

Sonstiges Zubehör

Alufolie, Auflaufform / Bräter, Topf

Zubereitung

Den Graskarpfen in 3 Stücke teilen und jeweils gut mit Salz und Pfeffer von innen würzen. Außen wird nicht gewürzt, da man die Haut in diesem Rezept nicht mitessen kann. Im Anschluss ca. 2 Stunden ziehen lassen, sodass sich die Würze gut im Graskarpfen ausbreiten kann.

Danach die Filetstücke in eine mit Alufolie ausgelegte Auflaufform oder Bräter legen und den Graskarpfen von innen mit Petersilie auslegen. Im Backofen wird der Graskarpfen bei ca. 200 Grad Ober-/Unterhitze 2 Stunden gegart.

In der Zwischenzeit kann die Weißweinsoße zubereitet werden.

Hierfür wird der Puderzucker im Topf karamellisiert. Anschließend mit Weißwein ablöschen und einköcheln lassen – dabei die Temperatur etwas verringern. Wer hier eine alkoholfreie Variante möchte, kann mit Apfelsaft oder Apfelschorle ablöschen; der Rest bleibt beim Rezept auch für die alkoholfreie Soße gleich.

Brühe hinzugeben und köcheln lassen. Ein kleines bisschen vom Sud entnehmen und mit Speisestärke verrühren. Nach und nach in die Soße unterrühren, bis es aufkocht. Runterschalten und rühren und von der Kochstelle nehmen, dass es nicht mehr kocht. Langsam die Sahne hinzugeben und unterrühren. Dann kalte Butter mit dem Stabmixer unter die Soße schaumig rühren. Wer keinen Stabmixer hat, kann die Butter auch mit dem Schneebesen unterrühren. Würzen nach Geschmack mit Salz und Pfeffer, ggf. noch Schnittlauch dazu.



Nun können auch die Salzkartoffeln zubereitet werden. Hierfür werden die Kartoffeln geschält und in passende Stücke geschnitten. In einem Topf Wasser erhitzen und Salz dazugeben, wenn es kocht. Anschließend die Kartoffeln zugeben. Daraufhin kann die Hitze reduziert werden und die Kartoffeln mit Deckel für 20 Minuten ziehen/köcheln lassen. Ob die Kartoffeln fertig sind, kann mit einer einfachen Probe getestet werden. Hierfür einfach mit einem Stab in die Kartoffeln stechen. Wenn sie weich sind, dann sind sie fertig.

Im Anschluss kann der Karpfen nach den oben angegebenen 2 Stunden aus dem Ofen geholt werden und das innere Fleisch sollte weiß sein (es darf nicht mehr rosa sein). Anschließend das innere weiße Fleisch von der Haut abziehen. Die Haut wird in diesem Rezept nicht mitgegessen.

Zutaten Karpfen-Chrunchies

6 entgrätete Karpfenfilet

Salz, Pfeffer

500 g Panade (Verhältnis: 1/3 Mehl und 2/3 Semmelbrösel)

Zutaten gemischter Salat

500 g Tomaten

3 Paprika, gelb und rot

1 Kopf Eisbergsalat

1 Gurke

Balsamicoessig

Öl

Salz, Pfeffer

Senf

Sonstiges Zubehör

Fritteuse, Frittierkorb

Zubereitung

Die Karpfenfilets in Stücke schneiden. Anschließend gut mit Salz und Pfeffer würzen. Gerne wieder 30 Minuten ziehen lassen (ist aber kein Muss).

In der Zwischenzeit kann z. B. der gemischte Salat zubereitet werden. Hierzu die Zutaten in kleine Würfel schneiden und alles in eine Schüssel geben. Im Anschluss die Salatsoße mischen und über den Salat geben.

Im Anschluss können die Karpfenfiletstücke in der Schüssel mit der Panade gewendet werden, sodass alles gut bedeckt ist. Für die Karpfen-Chrunchies haben wir einen Frittierkorb benutzt, sodass die Karpfen-Chrunchies einfacher wieder aus der Fritteuse geholt werden können.

Die Hälfte der geschnittenen Karpfenfilets in den Frittierkorb geben und ca. 5 Minuten frittieren, bis diese goldbraun sind. Anschließend aus der Fritteuse nehmen und abtropfen lassen. Im Anschluss die zweite Hälfte frittieren, den Vorgang wiederholen und ebenfalls gut abtropfen lassen. Die frittierten Karpfen-Chrunchies auf den gemischten Salat legen und servieren.



Zutaten Karpfenfilet

2 geräucherte Karpfenfilet, Natur
2 geräucherte Karpfenfilet, Pfeffer

Zubereitung Karpfenfilet

Die geräucherten Karpfenfilets können sofort gegessen werden. Ich habe diese mit einem Karpfenausstecher ausgestochen und auf das Baguette gelegt. Wer keinen Ausstecher hat, kann diese auch in kleine Stücke schneiden.

Zutaten für 3 Baguettes

Für den Vorteig

150 g Wasser, lauwarm
150 g Mehl 550
1 g Frischhefe

Für den zweiter Schritt:

390 g Mehl Type 550
140 g eiskaltes Wasser
80 g Eiswürfel
7 g Hefe
12 g Salz

Zum Servieren

je 1 Salatblatt pro Baguettescheibe

Sonstiges Zubehör

Karpfenausstecher, Baguetteform

Zubereitung

Der Vorteig muss einen Tag vorher am Abend zubereitet werden. Hierzu muss das 150 g lauwarme Wasser mit 150 g Mehl und 1 g Frischhefe gemischt werden. Bei Zimmertemperatur zugedeckt über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag den Vorteig zusammen mit 390 g Mehl, 140 g eiskaltem Wasser und 80 g Eiswürfeln eine Minute in der Küchenmaschine laufen lassen. Anschließend 45 Minuten bis 1 Stunde stehen lassen. Dann 7 g Hefe und 12 g Salz dazugeben und in der Küchenmaschine 10-12 Minuten laufen lassen. Den Teig abgedeckt in der Schüssel bei Zimmertemperatur 1 Stunde ruhen lassen.

Nach der Stunde den Teig aus der Schüssel nehmen. Ca. 300 g jeweils abwiegen und zu 3 gleichgroßen Bällen formen und nochmal ca. 15 Minuten liegen lassen. Dann den Teig in 3 gleichförmige Baguettes formen und aufs Blech legen. Nochmal 30 Minuten in der Form abgedeckt gehen lassen.

Ofen auf 240 Grad Umluft vorheizen. Baguette etwas oben einschneiden und in den Ofen geben. Wichtig: Unten in den Ofen eine heiße Schüssel mit Wasser füllen, dass es dampft.

Die Baguettes für 15–20 Minuten im Ofen backen, bis sie eine schöne Bräune haben. Das Baguette aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Anrichten

Wenn das Baguette ausgekühlt ist, wird dieses in Scheiben geschnitten und der geräucherte Karpfen kann mit einem Salatblatt und selbstgemachtem Meerrettich auf dem Baguette serviert werden.



Zutaten Meerrettich

400 g Meerrettich, geschält
100 ml Wasser
50 ml Essig
25 g Zucker

Zubereitung

Den Meerrettich schälen und in der Küchenmaschine oder mit einer Raspel kleinreiben. Alle Zutaten untermischen und nochmal verrühren.

Dessert: Fränkische Kühle mit selbstgemachtem Vanilleeis und heißen Himbeeren

Zutaten Fränkische Kühle

250 g Mehl
15 g Hefe
125 ml Milch, lauwarm
30 g Butter
30 g Zucker
1 Ei
Puderzucker zum Bestreuen

Sonstiges Zubehör

Karpfenausstecher, Fritteuse mit frischen Frittierfett

Zubereitung

Aus Mehl und Hefe einen Vorteig machen und ca. 15 Minuten gehen lassen. Lauwarme Milch und die restlichen Zutaten hinzufügen und einen glatten Teig daraus kneten. Dieser darf gerne 10 Minuten geknetet werden.

Anschließend werden die Kühle „gehullert“. Hierzu wird der Teig in ungefähr gleich große Stücke geteilt und auf einem Holzbrett zu einer Kugel geformt. Die Kugeln nochmal abgedeckt unter Küchentüchern gehen lassen, bis alle Kugeln geformt sind.

In dieser Zeit die Fritteuse auf 170 Grad erhitzt werden. Es ist wichtig, dass der Zubereitungsraum schön warm ist, denn die Kühle mögen Wärme, um besser aufgehen zu können. Wenn der Teig fertig zu Kugeln geformt wurde, dann die Kühle in der Mitte dünn ausziehen, ohne dass ein Loch entsteht. Der Rand bleibt dabei etwas dicker (ca. 2 cm dicker Rand). Die Kühle kommen ausgezogen in die Fritteuse und werden goldbraun gebacken. Anschließend abtropfen und mit Puderzucker bestreuen.

Wir haben passend zum Thema ein paar der Kühle mit einem Karpfenausstecher ausgestochen und ebenfalls im heißen Fett gebacken.

Tipp

Die Kühle schmecken am besten frisch, wenn sie aus der Fritteuse kommen. Man kann diese jedoch auch einfrieren und am nächsten Tag oder Tage später auftauen und im Backofen nochmal warm machen.



Zutaten Vanilleeis mit heißen Himbeeren

500 ml Sahne
250 ml Vollmilch
150 g Zucker
1 Vanilleschote
4 Eigelb
1-2 Schälchen Himbeeren
1-2 EL Zucker, je nach Süße der Himbeeren

Zubereitung Eis

Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Schote und Mark mit Sahne, Milch und Zucker in einem Topf kurz erhitzen, dann 15–20 Minuten ziehen lassen. Nicht kochen! Die Eigelbe in einer Schüssel leicht schaumig schlagen. Die warme Milch-Sahne-Mischung vorsichtig in einem dünnen Strahl zu den Eigelben geben, dabei ständig rühren. Zurück in den Topf geben und bei mittlerer Hitze unter Rühren sämig einkochen, bis sie leicht an der Rückseite eines Löffels haftet. Nicht richtig kochen.

Wir haben die Mischung in die Eismaschine gegeben, bis eine cremige Masse entstanden ist und das Eis eine gute Konsistenz hatte.

Zubereitung Himbeersoße

Für die Himbeersoße haben wir die Himbeeren in einem Topf erhitzt und mit ein bisschen Zucker versüßt, bis die Himbeeren flüssig wurden.

Die Küchle werden auf dem Teller verteilt und mit Puderzucker bestreut. Daneben haben wir das Eis mit den heißen Himbeeren in einer Schüssel auf den Teller gestellt und diesen noch mit den restlichen Himbeeren dekoriert.