

September ist wieder Karpfenzeit

Gasthof

»Zum Haidelbach«

Unterhaidelbach • Tel. 09120-9428

Ab 22. September:

KARPFEN & FORELLEN

(gerne auf Vorbestellung)



Auf Euer
Kommen
freut sich
Familie Rösch

Der Karpfen gilt als eine der bekanntesten europäischen Fischarten. Ursprünglich aus Asien stammend, wurde er durch die Römer nach Europa gebracht. Hier wurden diese schmackhaften und gesunden Speisefische vom Mittelalter an in Teichen gezüchtet. Die Karpfen vergrößerten das Speisenangebot während der Fastenzeit, die an bis zu 150 Tagen den Verzehr von Fleisch untersagten. Da die Fische auch in Wasser mit geringem Sauerstoffgehalt gut gedeihen, konnten sie in flachen Gewässern gehalten werden. Wahrscheinlich führten Mönche und Nonnen sie ein, um für mehr Abwechslung auf den Speiseplänen zu sorgen.

Teichanlagen sind bis heute ganz und in ihren Spuren rund um Klöster zu finden. Für viele landwirtschaftliche Betriebe bietet die Karpfenteichwirtschaft heute zusätzliche Einkommensmöglichkeiten. Die Karpfenteiche sind zugleich ein Lebensraum für teilweise bereits selten gewordene Tiere und Pflanzen. Franken und die Oberpfalz gelten als traditionelle Karpfengebiete, die Teichwirte erzeugen pro Jahr etwa die Hälfte aller deutschen Speisekarpfen.

Gasthaus „Zur Linde“ Wollner-Saal

Lauf-Heuchling, Tel. 09123/2800

**Täglich lebend
frische Karpfen
Gut bürgerliche Küche.**

Wildgerichte auf Anfrage

Nebenzimmer und Saal für Veranstaltungen von 10 bis 400 Personen.
Fremdenzimmer mit Dusche und WC.

Gasthaus „Zum Ludwigskanal“



Ab sofort servieren wir Ihnen
**schlachtrische
Karpfen**

Am 5. und 6. Oktober 2019:
**Karpfen- und
Gans-Partie**

Öffnungszeiten:

Do.-Mo. ab 10 Uhr geöffnet · Di. Ruhetag · Mi. ab 15 Uhr geöffnet
Dammweg 8 – 90559 Burgthann-Schwarzenbach
Tel. 09183/250 – Fax 09183/403423 – www.ludwigskanal.de

Gesund und schmackhaft

Fisch ist gesund und sollte ein bis zwei Mal pro Woche unseren Speiseplan bereichern. Dies empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung. Aber welchen Fisch kann man mit gutem Gewissen auswählen, wenn die Bestände vieler Speisefischarten durch Überfischung gefährdet sind? Eine gute Kaufentscheidung ist der heimische Karpfen, den Greenpeace in seinem Fischratgeber 2016 als uneingeschränkt empfehlenswert einstufte. Mit seinem Fettgehalt von einem bis zehn Prozent ist der Karpfen ein mittelfetter Fisch. Er liefert besonders leicht verdauliches Eiweiß und enthält zudem Jod, wenn auch in geringerem Maß als Seefisch. Jod ist ein wichtiges Spurenelement, das die Schilddrüse zur Produktion der Schilddrüsenhormone benötigt.

Eine Hochburg der Karpfenzucht liegt in Mittelfranken und dort besonders im Aischgrund.

Zwischen Erlangen und Dinkelsbühl führt der Fränkische Karpfenradweg entlang der Teiche. Hier gibt es viele Informationen zur Spezialität der Region – dem Aischgründer Spiegelkarpfen. Der trägt seit 2012 das EU-Gütesiegel „g.g. A.“ (geschützte europäische Angabe). Dieses EU-Gütesiegel ist mit Vorgaben verbunden.

Die Speisefische werden naturnah und umweltfreundlich auf der Basis eiweißreicher Naturnahrung und der Zufütterung von Getreide groß gezogen.

Karpfen wird in den regionalen Gaststätten in allen Monaten serviert, die ein „r“ im Namen tragen. Das geschieht, weil eine Algenart, die diese Fische im Sommer verzehren, ihnen während dieser Zeit einen etwas schlammigen Geschmack verleiht. Karpfenesser können diese besonderen Fischgerichte also vom September an bis zum April kommenden Jahres genießen. So bleibt das Gericht auch etwas Besonderes.

So wird der Karpfen gegessen

Die traditionellste Zubereitung ist „Karpfen blau“. Dafür wird der Fisch ausgenommen und in leicht siedendem Wasser mit Salz, Kräutern und Essig gegart. Aber auch knusprig frisch in einer Panade aus Bier, Salz und Mehl, gewendet und in reichlich Butterschmalz ausgebacken ist er eine Delikatesse, die es nun endlich wieder zu genießen gibt.

Pur, zu Kartoffelsalat und frischen Kartoffeln ist frisch zubereiteter Karpfen gleichermaßen ein Genuss. Durch welche Getränke der Fisch dann erneut zum „Schwimmen“ gebracht wird, das liegt rein an Geschmack und Appetit eines jeden Genießers.

Auch entgrätete Karpfenfilets, zubereitet auf vielerlei Weise, finden mehr und mehr ihre Liebhaber unter den Fischessern. Beim Backen lässt sich übrigens auch erkennen, ob der Fisch wirklich frisch ist: Krümmt er sich in der Pfanne, dann ist er frisch geschlachtet worden.

Quelle: Landfrauen im Bayerischen Bauernverband

Tipps für den Einkauf und die Zubereitung:

– Kaufen Sie heimische Karpfen in den Monaten mit einem „R“ im Namen. Sie erhalten frischen Fisch auf den Wochenmärkten, direkt vom Erzeuger oder auch in Fischgeschäften. Achten Sie auf kurze Transportwege

– Die Frische des Fisches lässt sich gut an den klaren, glänzenden Augen sowie den roten Kiemen erkennen. Das Fischfleisch darf nicht auf leichten Daumendruck nachgeben.

– Halten Sie beim Transport die Kühlkette ein, denn Fisch ist leicht verderblich.

– Verzehren Sie den Fisch am besten möglichst frisch. Im Kühlschrank lässt er sich zwei Tage aufbewahren. Dabei ist wichtig, den Fisch nach dem Kauf aus dem Papier in eine Aufbewahrungsdose umzupacken.

– Für die Zubereitung von Fisch gilt die 3-S-Methode: Säubern – Säuern

– Salzen. Dabei den Fisch kurz unter fließendem, kaltem Wasser säubern und mit Küchenkrepp abtupfen. Mit Zitrone oder Essig beträufeln. Durch die Säure gerinnt das Eiweiß, und das Fleisch wird weiß und fester.

– Fisch erst kurz vor der Zubereitung salzen, sonst verliert das Fleisch Flüssigkeit und wird trocken.

– Zum Karpfenessen braucht es etwas Übung, denn der Karpfen gilt als eher grätenreicher Fisch. Die Gräten befinden sich vor allem am Rücken, während das Bauchfleisch fast grätenfrei ist.

Wir empfehlen:

schlachtrische Karpfen

FangFisch

Inh. Udo Bouda Fischfachgeschäft

Frischfisch, Räucherware und Salate
Nbg.-ALTENFURT

Altenfurter Str. 6, Montag geschlossen

Tel. 0911/7041163, Fax: 0911/7041162

E-Mail: fangfrisch@arcor.de

Homepage: www.fangfrisch.eu

An jedem Wochenende schlachtrisch!

Karpfenfilet, Karpfen

gebacken oder blau

Gasthaus Grüner Baum

Kucha, Telefon 09158/230

Tischreservierung möglich

Auf Ihr Kommen freut sich Fam. Niebler