

# Karpfen-Rezepte

## Grambeker Fisch-Dreierlei

### Zutaten für 4 Personen (je à ca. 120 g)

1 frische Zitrone  
je 4 Portionen Karpfen, Hecht und Wels  
1 kg frischen Blattspinat  
¼ l Sahne  
150 g Schalotten  
Knoblauchzehe  
60 g Butter  
Zitronenpfeffer  
Salz, Pfeffer und Muskat  
4 große Süßkartoffeln  
6 lange, dicke Möhren

### Zubereitung

Karpfen, Wels und Hecht in Portionsgröße mit Salz und Zitronenpfeffer bestreuen, mit frischer Zitrone beträufeln und in Mehl wenden. Dann in einer vorgeheizten Pfanne langsam goldgelb braten.

Die Süßkartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser garen. Die Möhren schälen und anschließend mit einem Sparschäler soweit es geht abhobeln. Diese "Möhrenspäne" in Salzwasser ca. 1,5 Minuten blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Anschließend mit etwas Butter in der Pfanne anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat von der Reibe abschmecken.

Für die Blattspinatsauce frischen Blattspinat blanchieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Danach den Spinat fein hacken. Schalotten schälen, würfeln und mit dem gehackten Knoblauch und etwas Butter anschwitzen. Den Spinat dazugeben und mit ca. ¼ l Sahne angießen. Alles schön glatt pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quelle: <http://www.de-fischer-ut-grambek.de/speise-i.htm> ( Rezept gekocht am 24. Nov. 2002 von Fernsehkoch Helmut Zipner im "Schleswig-Holstein-Magazin")

## Karpfen in Rieslingsauce

### Zutaten:

2 Zwiebeln  
200 g Möhren  
250 g Sellerie

1 Stange Porree  
100 g frische Champignons  
2 küchenfertige Karpfen à 1 kg  
1 Zitrone  
Pfeffer, Salz  
200 g Butter  
2 Lorbeerblätter  
4 Nelken  
500 ml trockener Weißwein (Riesling)  
2 Becher Schlagsahne  
evtl. Saucenbinder (hell)  
Zitrone  
Petersilie

### **Zubereitung**

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Gemüse putzen und in feine Stifte schneiden, den Porree in Ringe. Die Pilze waschen, putzen, in dünne Scheiben schneiden.

Die vom Fischhändler bereits halbierten Karpfen waschen, trocken tupfen und mit Zitronensaft beträufeln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter schmelzen, die Hälfte davon in einen länglichen Fisch- oder Bratentopf geben. Die Hälfte des Gemüses und der Gewürze hineingeben. Zwei Karpfenhälften auf das Gemüsebett geben, die Hälfte des Weißweins und der Schlagsahne darüber gießen. Den Topf schließen und im vorgeheizten Backofen (225 °Celsius/Gas Stufe 4) 10-15 Minuten garen. Den Fisch vorsichtig herausnehmen, auf einer Platte warm stellen. Die 2. Fischportion ebenso zubereiten. Den Karpfen mit der Gemüsesauce übergießen, mit Zitronenscheiben und Petersilie garnieren.

Zu dem Fisch serviert man Petersilienkartoffeln und Kopfsalat.

## **Karpfen mit knackigem Gemüse**

### **Zutaten**

2 mittelgroße ausgenommene Karpfen von je etwa 1500 g  
3 Zwiebeln  
grober Steakpfeffer  
Salz  
2 EL mittelscharfer Senf  
je 2 gelbe und grüne Paprikaschoten  
300 g Tomaten  
400 g Lauch  
50 g Butter  
1/2 Bund Petersilie  
100 g Crème fraîche  
250 ml trockener Weißwein

### **Zubereitung**

Die Karpfen innen und außen gut waschen, dann unter fließendem kaltem Wasser schuppen. Die Fische in Hälften teilen, dann noch je nach Größe 1-2 mal quer durchschneiden.

1 Zwiebel schälen und fein Reiben. Mit Steakpfeffer und Salz sowie Senf verrühren. Die Fischschnitten damit von allen Seiten sorgfältig bestreichen und 30 Minuten durchziehen lassen.

Inzwischen die übrigen Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Paprikaschoten vom Stielansatz, den weißen Rippen und Kernen befreien und in feine Streifen schneiden. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen. Vom Lauch die dunkelgrünen Teile entfernen, die hellen in Ringe schneiden und sehr gut waschen.

In einem nicht zu kleinen Topf die Butter erhitzen, die gehackten Zwiebeln sowie die Hälfte der Paprikastreifen und der Lauchringe darin 5 Minuten anschmoren.

Währenddessen die Tomaten enthäuten, davon zwei vierteln und beiseite stellen, die übrigen vierteln und mit zum Gemüse in den Topf geben. Das Gemüse in eine flache, feuerfeste Form füllen und die Karpfenstücke darauf legen. Die Form in den kalten Backofen schieben. Auf 150°C aufheizen und das Gericht 45 Minuten garen.

Kurz vor Ende der Garzeit die restlichen Paprikastreifen in 1 Tasse Salzwasser 5 Minuten blanchieren und mit dem Schaumlöffel herausheben. Die übrigen Lauchringe im gleichen Wasser 5 Minuten köcheln lassen. Die Petersilie fein hacken. das gesamte Gemüse salzen. Die Fischschnitten auf eine vorgewärmte Platte heben. Mit den blanchierten Paprikastreifen und Lauchringen sowie den Tomatenvierteln belegen und warm stellen. Das gedünstete Gemüse aus der Backform in einen kleinen Topf umfüllen, mit der Crème fraîche und dem Wein verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Petersilie verfeinern und zum Fisch reichen.

## **Knuspriger Backofen-Karpfen**

### **Zutaten**

Für 4 Personen:

1 Karpfen ca 2 kg

2 unbehandelte Zitronen

2 TL Salz

3 TL schwarzer Pfeffer

3 TL Paprikapulver edelsüß

1/2 TL Curry

einige Zweige glatte Petersilie

Ausgenommenen Karpfen unter fließend kaltem Wasser waschen, abtropfen lassen, mit Küchenpapier trocken tupfen. Mit dem Saft einer Zitrone innen und außen beträufeln. Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Curry mischen. Fisch damit innen und außen einreiben. Karpfen beidseitig mehrmals ca. 1 cm tief einschneiden. In die Einschnitte jeweils 1 halbe Zitronenscheibe und 1 bis 2 kleine Zweige gewaschene Petersilie stecken. Karpfen auf einen mit Öl bepinselten Rost legen. Im vorgeheiztem Backofen bei 200 ° Celsius auf mittlerer Einschubleiste mit der Fettpfanne darunter ca. 50 bis 60 Minuten braten lassen. Noch knuspriger wird der Karpfen, wenn er noch weitere 30 Minuten gegart wird, weil noch mehr Fett herausbraten kann. Dazu schmecken Salzkartoffeln und ein knackiger gemischter Salat.

### **Quelle:**

[http://www.ewetel.net/~bernd.koopmann/eigenheim/rezepte\\_karpfen.html](http://www.ewetel.net/~bernd.koopmann/eigenheim/rezepte_karpfen.html)