

KOCHSCHULE

Urlaub auf dem Teller

Gerade kommt der Sommer so richtig in Schwung: Bei Temperaturen um die 30 Grad kann man in heimischen Gefilden locker vom nächsten Urlaub träumen. Kulinarisch passt dazu eine Dorade auf Pfirsich-Pfifferling-Bett. „Das ist Urlaub auf dem Teller“, sagt der Spitzenkoch.

VON STEPHANIE EBNER

„Mit kaum einem anderen Fisch als der Dorade verbinden wir mehr das Thema Urlaub.“ Egal, ob in Portugal, in Italien oder in Griechenland. „Eine Dorade findet man immer auf dem Fischmarkt“, sagt Hans Jörg Bachmeier. Deshalb ist die Goldbrasse, wie sie auch genannt wird, für ihn der „Urlaubs-Fisch“ schlechthin.

Die Goldbrasse ist ein äußerst schmackhafter Speisefisch mit feinem, weißem Fleisch, erklärt der Spitzenkoch den Lesern unserer Zeitung, das sowohl roh als auch gegrillt, gebraten, gebacken oder gedünstet genutzt wird.

Beim Kauf von Goldbrassen gilt es die Augen aufzuhalten. „Am besten ist sie freilich, wenn sie aus dem Wildfang stammt.“ Auch wenn sie etwas teurer ist als gezüchtete Ware, wie der Profi sagt. Problem: Die frei schwimmende Dorade wird immer seltener. Häufig stammt sie mittlerweile aus Aquakulturen, wo sie in großen Netzkäfigen gezüchtet wird. Goldbrassen werden heute erfolgreich unter anderem in Griechenland, der Türkei, Israel, Italien, Spanien und Kroatien gezüchtet, wobei Griechenland und Kroatien die größten Produzenten sind. Übrigens: An der ägyptischen Küste wurde die Goldbrasse schon vor über 3500 Jahren kultiviert.

Bei einer Kerntemperatur von 65 Grad ist der Fisch gar. Wer kein Bratenthermometer zur Hand, dem hilft die Flossenprobe: Lässt sich die Rückenflosse mühelos herausziehen, ist die Dorade durchgegart. In der Regel ist das nach circa 15 Minuten der Fall.

Doch diesmal arbeitet Bachmeier mit Fischfilets. Sein Tipp: „Die kann man auch fertig im Fischladen kaufen.“

„Gerade startet die Pfifferling-Saison“, erklärt Bachmeier den Lesern. Die Saison reicht in der Regel bis in den September hinein. Und gut zu wissen: „Beste Sammelzeiten sind in warmen, feuchten Wetterlagen, insbesondere nach Gewittern.“ In lichten Wäldern und in der Nähe von Fichten, Tannen, Rotbuchen und Kiefern wachsen die schmackhaften Pilze besonders gerne.

Jetzt kommen auch die ersten schmackhaften Pfirsiche auf den Markt. Spitzenkoch Bachmeier greift am liebsten zu den weißen – „für mich der Inbegriff des Sommers“. Und in Kombination mit der Dorade lässt das Urlaubsgefühl daheim nicht lange auf sich warten. Versprochen. Dazu passt ein gekühlter Weißwein.

Kochschule

Wenn Hans Jörg Bachmeier Mitte Juli das nächste Mal zur **Kochschule** einlädt, sind die Regale in den Obst- und Gemüsegeschäften **gut gefüllt mit regionaler Ware**. So kann der Spitzenkoch am **Montag, 10. Juli**, bei der Vorstellung seines nächsten Gerichts aus dem Vollen schöpfen. Wer dabei sein will, bewirbt sich unter **Gastro@merkur.de**. Wie immer entscheidet das Los über die Teilnahme.



Da kommen Urlaubsgefühle auf, wenn Hans Jörg Bachmeier die Dorade auf einem Pfifferling-Pfirsich-Bett legt und darüber eine Kartoffelnudel drapiert. „So schmeckt der Sommer“, sagt der Spitzenkoch, der die ersten Pfifferlinge der Saison verarbeitet. Auch die ersten saftigen Pfirsiche sind jetzt auf dem Markt. Tipp: Das Fischfilet legt man am besten über eine Schüssel, um das Filet von Gräten zu befreien.

FOTOS: OLIVER BODMER



Das hat jetzt Saison: Dorade mit Pfifferlingen und weißem Pfirsich

Dorade | Pfifferlinge | weißer Pfirsich

(Zutaten für vier Personen)

- 1 Dorade, ca. 1 kg
- 2 EL Olivenöl zum Braten
- 50 g Butter zum Nachbraten
- 500 g frische Pfifferlinge
- 2 weiße Pfirsiche
- 2 Schalotten
- 3 EL milder Essig (Condimento Balsamico oder Reisesig)
- 3 EL bestes Olivenöl zum Abschmecken
- 1 Bund Petersilie
- 2 Zweige frischer Majoran
- 2 festkochende Kartoffeln, mittlere Größe
- 3 EL Olivenöl zum Braten
- 30 g Butter für die Pfifferlinge
- 500 ml Rapsöl
- Salz und Pfeffer aus der Mühle



Frische Sommerküche: Dorade mit Pfifferlingen und Pfirsich.

Zubereitung:

1. Dorade vom Fischhändler schuppen und ohne Gräten mit Haut vorbereiten lassen. Ansonsten wer es kann: Die Dorade selber schuppen und filetieren. Die Mittelgräten zupfen.

Scheibenrandes schälen, sodass eine lange Kartoffelnudel entsteht. Rapsöl in einem hohen Topf auf 175°C erhitzen und die Kartoffelnudeln darin goldbraun frittieren. Auf einem Küchentrepp abtropfen lassen und leicht salzen.

4. Petersilie waschen und ganz trocken schleudern. Die Hälfte der Petersilienblätter zupfen und in dem noch heißen Fett frittieren. Petersilie aus dem Fett nehmen und auf einem Küchentrepp abtropfen lassen und leicht salzen.

5. Für den Pfifferling-Pfirsich-Salat die Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Pfifferlinge in Olivenöl in einer Pfanne anrösten. Die Schalotten dazugeben und beides ziehen lassen.

Majoran zu den Pfifferlingen geben. Pfifferlinge mit Salz würzen und nochmals für ein paar Minuten ziehen lassen. Pfirsiche waschen und in Spalten schneiden. Die Pfirsichspalten zu den Pfifferlingen geben und die Pfanne durchschwenken. Butter in die Pfanne geben, Butter leicht einkochen lassen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Restliche Petersilie mit den feinen Stielen hacken und zu den Pfifferlingen und Pfirsichen geben.

7. Doradenfilets mit Salz würzen. Eine Pfanne oder einen Teppanyaki-Grill erhitzen. Die Doradenfilets auf der Hautseite mit Farbe anbraten. Wenn sich der Fisch von der Hautseite weiß färbt, Butter zum Fisch geben und den Fisch wenden. Mit der Butter übergießen und fertig garen.

8. Anrichten: Pfifferlings-Pfirsich-Salat in einem tiefen Teller anrichten. Die Dorade auf die Pfifferlinge legen und

mit der Kartoffelspirale und der frittierten Petersilie garnieren.

Gut zu wissen:

Jetzt beginnt die **Pfifferling-Saison**. Anders als viele andere Speisepilze sind Pfifferlinge – wie zum Beispiel Champignons – nur in einem begrenzten Zeitraum erhältlich, da sie bis heute **nicht kommerziell angebaut** und somit nur in der Natur gesammelt werden können. Pfifferlinge sind bis **September** auf dem Markt.

Wer die Pilze im **Handel** kauft, sollte wegen der meist langen Transportwege darauf achten, ob die Ware wirklich noch frisch ist. Frische Pfifferlinge erkennt man an

Aussehen und Geruch. Die Pilze sollten **dottergelb und fest sein** und keine feuchten Stellen haben. Ein unangenehmer Geruch deutet darauf hin, dass die Ware verdorben ist.



Genuss pur: Dorade auf Pfifferling-Pfirsich-Bett. Dazu passt ein Glas Weißwein.



Macht was her: die Kartoffelnudel. Bis zur Weiterverarbeitung wird sie gewässert.



In Rapsöl Kartoffel goldgelb frittieren.



Erinnerung für Zu Hause: Die Leser machen Fotos von Hans Jörg Bachmeier.

KOCHBUCH

Meine Süperküche

In der türkischen Küche gibt es so viel mehr als bloß Döner oder Lahmacun. Ob herzhaft gefüllte Backwaren, frische Salate, heiße Eintöpfe, aromatische Hauptgerichte oder herrlich süße Nachspeisen – mit diesen Familienrezepten von Meltem Kaptan – die man sonst eher als Schauspielerin kennt – holt man sich die Türkei nach Hause. In ihren Gerichten bringt die Deutsch-Türkin die warme Herzlichkeit türkischer Küche ihrer Mutter Melek auf moderne und einfache Art dem deutschen Gaumen näher. Da wollen alle mal probie-



ren: der kritische deutsche Ehemann, der feingeistige Filmregisseur und sogar ihr Hund Chino. Meltems orientalische Süperküche ist etwas für die ganze Familie. Die Hobbyköchin kombiniert die reichhaltige türkische Suppenkultur mit den Salaten der Ägäisküste, Backwerk mit Hausfrauenkost, Meze mit klassischen Desserts. „Gutes Essen verbindet“, da kann man der Kochbuchautorin einfach nur zustimmen.

Meine Süperküche. Das Beste aus zwei Heimaten. Meltem Kaptan, Erschienen bei GU. 192 Seiten. 24 Euro.



Zauber des Orients

Einfach mal eine Auszeit nehmen. Ohne ins Auto oder gar ins Flugzeug steigen zu müssen. Das geht so einfach: Über 60 authentische Rezepte aus dem Nahen Osten – von Marokko über die Türkei bis nach Israel – liefert das Buch „Zauber des Orients“. Es liefert nicht nur die Rezepte, sondern auch spannende Themenseiten zu Essen, Kultur und Sagenwelt des Orients. Zur Küche dieser Region gehören – ganz typisch – Streetfood, Mezze und zucker-süße Desserts. Wie wäre es mit Hummus oder Rote-Bete-Salat mit Tahin-Sauce? Oder lieber ein aromatisches Hauptgericht wie Rindfleisch-Dattel-Tajine oder Süßkartoffel auf Artischocken-Creme. Auch herzhaftes Gebäck wie das Jemenitisches Zupfbrot oder Teigtaschen mit Spinatfüllung – dürfen nicht fehlen. Süße Desserts und leckere Getränke wie Baklava und marrokanischer Minztee bilden den krönenden Abschluss und entführen uns in die kulinarische Welt von 1001 Nacht. **se** **Zauber des Orients.** Eine kulinarische Genussreise von Marokko bis Israel. Erschienen bei EMF. 160 Seiten. 11 Euro.