



Junming Fisch

Eichhörnfisch gekocht auf einer House-Party in Shanghai

Wir haben uns zu 10 Personen in Shanghai zur einer Küchen House-Party getroffen. Endlich bekam ich Gelegenheit meinen chinesischen Lieblingsfisch zu kochen. Für mich als Europäer sieht er optisch aus wie explodiert. In China gibt es eine andere Geschichte zu dem Fisch.

Eichhörnfisch - Das Gericht hat seinen Namen von dem Erscheinungsbild des fertig zubereiteten Fisches, bei dem Kopf und Schwanz nach oben zeigend auf dem Teller drapiert werden.

Serviert wird er in seiner Heimat unter einer süß-sauren Sauce die mit Erbsen, saisonalem Gemüse, Shrimps und Schinken verziert wird.

Die rote Sauce besteht im Grundsatz aus der handelsüblichen süß-sauer Sauce.

Als Fisch benötigt man einen mit möglichst wenig KLEINEN Gräten. In China verwendet man den Mandarinfisch. Bei uns sollte man dazu auf einen Barsch oder Karpfen zurückgreifen.

Eichhörnfisch-Mandarinfisch ist mir als Name zu lang. Daher habe ich das nun folgende Fischgericht nach meinem chinesischen Lehrmeister benannt: Yuming Fisch



Zutaten:

1 Karpfen oder Barsch (geschuppt und ausgenommen)

2 Eier (es wird nur das Eiweiß benötigt)

Salz, Stärke, Rapsöl

1 Flasche Ketchup

Zucker, Salz, Weißwein Essig

Stärke

Pinienkerne



Den ausgenommenen und geschuppten Fisch säubern. Kopf abtrennen und beiseitelegen. Mit einem scharfen Messer werden nun die Filets jeweils vom Kopfende kommend vom Gerippe abgelöst. Dabei nicht bis zum Ende durchtrennen, sondern am Schwanzteil die Verbindung heile lassen. So lässt sich nun das Gerippe aus der Mitte heraustrennen. Das Fleisch der beiden miteinander verbundenen Filethälften jetzt vollständig rautenförmig bis zur Haut anritzen.

2 Eier trennen und den Fisch mit dem Eiweiß (Video zeigt Eigelb) und Salz einmassieren.

Den Fisch in Stärke wälzen und dabei alle Schnittflächen gründlich mehlen (sonst lösen sich die Fischstücke später nicht ab).

Zuerst den Fischkopf in reichlich heißem Pflanzenfett (zB Rapsöl) frittieren. Den Kopf als Deko auf einen Teller legen. Nun wird der Fisch frittiert und ebenfalls auf dem Teller positioniert. Dabei wird der Schwanz nach oben gebogen, so dass die Eichhörnchenform entsteht. Während der Fisch frittiert, darauf achten, dass er vollständig mit Fett bedeckt ist. Falls das nicht der Fall ist, den Fisch während des Frittierens immer wieder von allen Seiten mit dem Fett übergießen.

Fisch und Kopf auf einem Teller drapieren.

Für die Sauce wird eine Flasche Ketchup mit Zucker und etwas Salz und Essig vermischt. Die Mischung im Wok einköcheln und mit Stärke-Wasser abbinden. Über den Fisch gießen, mit Pinienkernen garnieren und sofort servieren.





Abwandlung zur Sauce:

Italienische Tomatensauce:

100g Speck,
2 St Staudensellerie, 1 Möhre, 1 Zwiebel, 1 Knobi
1/8 l Weißwein, tr
400g Tomaten
Pfeffer, Salz, Zucker

Speck würfen, Gemüse klein schneiden. Speck auslassen und das Gemüse darin sanft anbraten. In der Zeit die Tomaten entkernen und würfeln. Das gedünstete Gemüse mit Weißwein ablöschen und einköcheln. Pfeffer, Salzen und sämig einkochen. Zum Abschluss mit Zucker abschmecken.

Tomatensauce asiatisch:

300ml Hühner- oder Gemüfefond
1 Tl Sambal Oelek
¼ Tl Fünf-Gewürz-Pulver
2 El Fisch- oder Austernsauce
2 El Sojasauce, süß & 2 El Sojasauce
1 rote Paprikaschote, 1 Möhre, 1 Zwiebel, 20g Ingwer, 1 Knobizehe
5g Pilze (chinesische Pilze, Austernpilze, o.ä.), getrocknet
Rapsöl

Die getrockneten Pilze für eine Stunde in Wasser einweichen. Anschließend abtropfen lassen.

Möhre, Paprika und Pilze in Streifen und die Zwiebel in Spalten schneiden. Knoblauch und Ingwer in sehr feine Würfel zerkleinern.

Möhren, Pilze, Paprika und Zwiebeln in einem Wok oder einer beschichteten Pfanne in 3 EL Öl einige Minuten braten, bis diese gar sind, aber noch Biss haben. Kurz vor Ende der Garzeit Ingwer und Knoblauch zufügen. Die Brühe angießen, dann Sojasoße, süße Sojasoße, Fisch- bzw. Austernsoße, Sambal Oelek und Gewürze zufügen. Alles aufkochen, ggf leicht einköcheln, dann final abschmecken.

Weitere Zutaten:

Erbsen salzen, zucken und gart. Mit den Pinienkernen über den Fisch geben.

Shrimps kurz vor Ende der Garzeit des Fisches mit in den Wok geben und frittieren. Über den Fisch garnieren.