

MARE REZEPTE: AUS CAPTAIN COOKS KOMBÜSE

von Hans-Helge Ott

Der Steinbeißer

Felsen in der Brandung sind hart, stabil, unempfindlich, sind Synonym für fabelhafte Kerle auf die man zählen kann, die aber manchmal auch verschlossen sind wie die Austern, an denen kann man sich die Zähne ausbeißen. Austern zum Beispiel, genau, die sind solche Kerle. Gepanzert und auf jeden Angriff vorbereitet. Unzugänglich sind sie und schroff, haben aber einen weichen Kern. Und dann kommen da plötzlich so schräge Gestalten an, sehen schon nicht besonders nett aus, groß, schwer und mit einem Gesicht, das man sich ungern aus der Nähe ansieht. Sie sehen die Auster, denken an deren weichen Kern, nehmen die Auster zwischen die Zähne und – beißen sie einfach durch. Happs.

Gut, denken Sie jetzt, das machen die einmal, aber das wird ihnen zu denken geben! Die sollen sich jetzt mal ihr Gebiss ansehen! Also sie machen es nicht einmal, sondern immer wieder. Die Zähne gehen dabei drauf, da haben Sie recht. Aber sie wachsen einfach nach! Ja, in dem Punkt hat der Steinbeißer wirklich Glück. 25 Jahre kann er alt werden und nicht einmal muss er Angst vorm Zahnarzt haben! Aber da, wo er lebt, gibt's die sowieso nicht sehr häufig, nämlich in 500m Tiefe und mehr auf dem Grund der kalten Meere im Norden der Erde. Da macht er sich's gemütlich und knuspert Muscheln und Stacheltiere.

Aber jetzt kommen wir ins Spiel! Wenn diese Kerle nämlich ein Leben in Saus und Braus mit Austern satt geführt haben, dann landen Sie auf unserem Tisch. Da werden sie dann schon sehen! Wir bereiten sie so zu, dass sie sich nie wieder an eine Auster heranmachen. Und der Steinbeißer sieht vielleicht nicht besonders charmant aus (wenn auch nicht so wild wie der Seeteufel), aber er ist lecker. Sehr lecker! Schneeweißes, festes Fleisch, aromatischer Geschmack – wunderbar!

Sie können alles Mögliche mit ihm machen. Braten oder dämpfen, pochieren, im Ofen backen - grillen weiß ich nicht so, täte ich eher nicht, aber versuchen können Sie's ja mal. Aber immer die Filets, würde ich Ihnen raten. Als ganzer Fisch, ich weiß nicht. Er wird ja auch sehr groß, er kann über einen Meter lang werden. Mein Rat: Panieren Sie ihn. Nach alter Väter Sitte mit Mehl, Ei und Paniermehl geht natürlich. Aber nehmen Sie doch mal Panko-Brösel statt Paniermehl! Sehr knusprig! Oder Sie mischen Mehl und geriebenen Parmesan und wälzen den Fisch darin! Oder was ich mache, wenn es schnell gehen soll (und weil ich Senf so gern mag): Einfach in einer Mischung aus Senf und Mayonnaise wälzen und dann in Paniermehl. Aber nehmen Sie einen milden Senf, sonst merken Sie von dem Fisch nichts mehr.

Und wenn Sie noch ein bisschen recherchieren wollen über den Steinbeißer, dann werden Sie schwer ins Grübeln kommen: Er heißt nämlich eigentlich Katfisch und nicht Steinbeißer. Aber auch nicht Catfisch, also „Katzenfisch“, das ist nämlich ein Süßwasserfisch aus den Südstaaten der USA. Manchmal er wird auch als „Loup de Mer“ verkauft, der aber ja eigentlich der viel kleinere Wolfsbarsch ist. Der wirkliche Steinbeißer ist aber ein kleiner Süßwasserfisch aus Europa und Asien, der auch Dorngrundel heißt und nur 10 cm lang wird. Au Mann, diese Fisch-Namen: Daran kann man sich wirklich die Zähne ausbeißen!