

AKTION WP bewegt



„Salz, Zitrone und Petersilie – mehr braucht eine Forelle nicht“, so Laaser.

STIMMEN

„Als Hobbykoch würde ich gerne noch etwas von Mirco und Helena Laaser lernen.“

Jürgen Kamerichs, Bad Laasphe, in seiner Bewerbung

„Ich habe auch schon geräuchert, aber das spezielle Räuchersalz werde ich auch mal testen. Die lockere Art von Herrn Laaser fand ich gut.“

Reinhard Sticker, Berghausen

„Ich hätte mich so nie 'range-
traut, eine Forelle auszunehmen.“

Andrea Womelsdorf, Alertshausen

„Gut, dass er hauptsächlich regionale Produkte verarbeitet.“

Guido Kirscht, Bad Berleburg

„Ich fand es sehr lehrreich und habe mich richtig wohlfühlt.“

Klaus Dieter Jung, Bad Laasphe

„Fische zu räuchern werde ich auch mal ausprobieren.“

Susanne Konert, Schüller

„Forellen beißen nicht – auch wenn es Raubfische sind!“

Mirco Laaser, Forellenhof

„Andreas ist Fischliebhaber und war abends nach der Aktion total begeistert.“

Katja Weller-Wahl, Wunderthausen, hatte Glück bei der Ziehung und konnte ihrem Mann den Gewinn zum Geburtstag schenken



Als wahre Delikatesse stellte sich der frisch geräucherte Fisch heraus.

So erkennt man frischen Fisch

- **Kiemer** von frischen Fischen sind leuchtend rot.
- **Augen** sind glänzend, klar, nicht eingetrübt, sollen sich prall anfühlen.
- **Geruch** ist frisch, neutral, keinesfalls nach Fisch, höchstens nach Meerwasser.
- **Haut** ist fest und elastisch, soll nach Daumenabdruck wieder ursprüngliche Form annehmen.
- **Schleim** ist klar und durchsichtig, sollte keine Fäden ziehen.

Auszubildende dringend gesucht

Vieles hat der Forellenhof zu bieten, gesucht wird allerdings noch Personal. Ob für Küche, Service oder den Hotelbetrieb – Arbeitskräfte sind nicht nur dort, sondern deutschlandweit im Hotel- und Gaststätten-Gewerbe Mangelware, vor allem Auszubildende. „Ich würde gerne wieder einen nehmen, aber ich finde keinen.“ Bewerbungen werden gerne jederzeit entgegengenommen.

Butter bei die Fische gibt's erst zum Schluss

Mirco Laaser zeigt, wie Forellen besonders lecker gelingen – und dass es dafür gar nicht viel braucht

Von Ute Schlapbach

Wingeshausen. Fischers Fritz fischt frische Fische – so lautete das Motto des Tages auf dem Forellenhof. Gemeinsam mit Küchenchef Mirco Laaser ging es für zwölf Leserinnen und Leser, die sich speziell für diese Aktion unserer Zeitung beworben hatten oder aus Einsendern der Rezept-Serie „Kochen in Wittgenstein“ ausgelost worden waren, rund um das Thema „Fisch“.

Schließlich ist der Name des Hauses auch sonst Programm in dem idyllisch gelegenen Hotel. Gefischt hatte im Vorfeld zwar nur der Chef, aber ausgenommen und zubereitet haben die Gäste die Forellen auch. Dazu später mehr.

Gestartet wurde die Aktion mit einem kleinen Spaziergang zu den in Hausnähe gelegenen Fischteichen. Dort tummeln sich Regenbogenforellen, Saiblinge und auf dem Grund Störe. „Wir setzen sie ein und lassen sie wachsen. Und dann darf geangelt werden. Zum Beispiel gibt es am 1. Mai immer ein großes ‚Fisch- und Angelfest‘. Und wenn Forellenhof-Gäste oder auch die Laasers selbst Lust haben, holen sie die Angelrute raus – und fangen sich ihren Fisch selbst.“

„Erst in der Pfanne die zweite Seite mehlen, sonst klebt alles am Handtuchpapier.“

Mirco Laaser, Küchenchef

Vom Anglerparadies geht es in den Keller. Dort schwimmen in einem Bassin – es war zu erwarten – Forellen. Gespeist aus Quellen, die zum Haus gehören, werden die Tiere laufend mit frischem Wasser versorgt. „Ich brauche nur in den Keller zu gehen und welche holen. Fri-

scher geht's kaum noch!“ Wo früher Kartoffeln lagerten, züchtet Laaser inzwischen auch Pilze – und träumt „von einem Seewasserbecken mit Salzwasser“. Ja, warum nicht? Schließlich werden in seiner Küche auch noch andere Fische verarbeitet: Dorade, Wolfsbarsch, Seesunne, Steinbutt und – Exoten.

Geräucherte Fische nicht einfrieren

Doch diesmal geht es um Forellen. Diese werden auf dem Forellenhof verschieden zubereitet, traditionell gebraten oder „blau“ und saisonal auch mit Schwetzingen Spargel gefüllt. Doch zuvor wird erst einmal geräuchert. Laaser hat alles vorbereitet. Der Fisch lag bereits mehrere Stunden in einer Salzlake, die Roste müssen nur in den mit Sägemehl gefüllten Kasten eingelegt und die Brenner angezündet werden. Nach rund 20 Minuten ist der Fisch fertig.

Laaser: „Wir verkaufen täglich geräucherte Forellen an Gäste zum Mitnehmen“ – Haltbarkeit: zwei bis drei Wochen. „Aber nicht einfrieren!“, warnt der Fachmann. Susanne Konert hat Geschmack gefunden – nicht nur am äußerst leckeren Räucherfisch, den alle pur oder mit einem speziellen Räuchersalz probieren, sondern auch am Räuchern selbst.

Wie servieren Sie zu Hause Forellen? Die Mehrheit der Teilnehmer antwortet: gebraten. „Also nach ‚Müllerin Art‘“, nickt Laaser. 14 weitere frische Exemplare liegen in einer Schale bereit. Wer hat denn schon mal einen Fisch ausgenommen? Einige Finger schnellen in die Höhe. Nach anfänglicher Zurückhaltung sind (fast) alle Teilnehmer mutig und bereiten nach der gleichen Art und Weise wie der Küchenmeister die Fische zum Braten vor: vom After zum Kopf aufschneiden, Eingeweide herausnehmen, dann unter kaltem Wasser abspülen. „So einfach geht das!“

Während reihum gearbeitet wird, gibt der Experte sein Wissen über Fi-



Leser dürfen Küchenchef Laaser über die Schulter schauen. Ob beim Ausnehmen, Würzen, Vorbereiten – oder beim Braten der Fische.

FOTOS: UTE SCHLAPBACH



Im Keller des Forellenhofes schwimmt bereits der Nachschub für die Pfanne.



Das gemeinsame Essen in gemütlicher Runde ist der Abschluss eines interessanten Nachmittags bei Laasers, bei dem der Fisch im Mittelpunkt steht.



Es darf probiert werden: Helena Laaser holt die frisch geräucherten Forellen.

sche weiter und beantwortet Fragen. Wie lange kann ich frischen Fisch aufheben? Woran erkenne ich ihn? Und welche Temperatur benötigt er im Kühlschrank? Auch der Unterschied zwischen Rundfischen, zu denen die Forellen gehören, und Plattfischen wie Steinbutt und Co. wird erklärt.

Nicht zu tief schneiden

Küchentipps und -tricks gibt's gratis: Bitte das Messer vom Körper weg führen und nicht zu tief schneiden, sonst trifft man die Galle. Das Schuppen entfällt bei der Forelle. Und dann fehlen eigentlich nur noch Salz, Zitrone und Petersilie. „Forelle hat einen zarten Geschmack. Sie braucht nicht viel Gewürze.“ Wer möchte die Forellen füllen? Freiwillige vor.

Laaser salzt, Andreas Wahl schneidet Zitronenscheiben, Andrea Womelsdorf steckt sie mit Petersilie zusammen in den Fisch-

„Mmmmmh, ein Gedicht!“

Einhellige Meinung beim Essen

bauch. Dann wird mehliert. „Erst in der Pfanne die zweite Seite mehlen, sonst klebt alles am Handtuchpapier.“ Man kann auch eine Hautseite einschneiden. Schließlich isst das Auge mit.

Übrigens: Ein Hochwölben des Fisches beim Braten ist ein Zeichen von Frische. Fisch ist gesund, enthält rund 20 Prozent Eiweiß. Wie oft essen Sie Fisch? Ein bis zweimal die Woche, so die Antwort der Fischfans. „Ich bekomme aus Bremerhaven jede Woche Frischfisch“, so der Küchenchef, „unter anderem auch Red Snapper, Papageifische oder Exoten mit grünen Gräten. Schauen Sie mal auf Facebook. Da haben wir einige Bilder von besonderen Exemplaren.“

Spezialitäten mit grünen Gräten

Auf dem Forellenhof werden mitunter Red Snapper und Co. zubereitet

„Willkommen in der badischen Enklave“, so begrüßt Küchenchef Mirco Laaser oftmals lachend neue Gäste, denn der 56-Jährige stammt aus Baden-Baden. Zusammen mit seiner Frau Helena führt er den Wingeshäuser Forellenhof, ein Hotel mit Restaurant und Terrasse sowie Fischteichen und Grillhütte.

Das Gastronomen-Ehepaar ist im Dezember 2014 nach Wittgenstein gezogen und hat den Forellenhof wieder zum Leben erweckt. Auf der saisonal ausgerichteten Speisekarte dreht sich natürlich vieles um Fisch, aber auch badische Gerichte, Elsässer Flammkuchen und Wild werden serviert. „Wir haben eine ständig wechselnde Karte.“



Auch Exoten wie den Papageifisch servieren Helena und Mirco Laaser.

Auf Vorbestellung können nicht nur Lachsforellen und Co., sondern auch Froschschenkel, Trüffel, Schnecken oder Gänsestopfleber den Weg auf den Teller finden. „Ich

Und wie serviere ich zeitgleich 14 gebratene Forellen? Nur beidseitig in der Pfanne anbraten, dann auf einem Blech etwa acht Minuten bei 200 Grad in den Ofen. So kann man sie gut für eine größere Runde vorbereiten.

Kennen Sie den Spruch? Fisch muss dreimal schwimmen: in Wasser, Fett und Wein. Wein ist keine Frage – badischer natürlich, lacht Laaser. Aber welches Fett eignet sich? Er verwendet gern Rapsöl. Erst später heißt es: „Butter bei die Fische!“ Auf Fischtellern wird mit Mandeln sowie mit in Butter geschwenkten Kartoffeln angerichtet. „Mmmmmh, ein Gedicht!“, schwärmen alle beim gemeinsamen Essen. Der Laaspher Klaus Dieter Jung hat, während er sein Besteck ablegt, nur noch eine Frage: „Können wir das nicht jede Woche machen?“

Mehr Fotos vom Aktionstag unter wp.de/forellenhof

bin damit aufgewachsen!“ Grundsätzlich legt Laaser Wert auf regionale Produkte in Bio- oder Demeterqualität. Fleisch, Kartoffeln, Eier, Geflügel, Gemüse, Honig kommen direkt aus Aue und Wingeshausen. „Wir kochen alles frisch!“ Einen Dosenöffner braucht der Küchenchef nicht. Und den Hinweis auf Zusatzstoffe und Konservierungsmittel sucht man vergebens auf der Karte. Die Alleinstellungsmerkmale auf dem Forellenhof sind Fisch, Spirituosen („Obst in seiner schönsten Form“) und Spitzenweine, betont der Gastronom.

Infos im Internet: www.forellenhof-wingeshausen.de