



2

Zempiner

Fischrezepte

Rezepte von Oma und Tante
gesammelt

vom Heimatverein Zempin e.V.

Zempiner 2 Fischrezepte

Rezepte von Oma und Tante
gesammelt
vom Heimatverein Zempin e.V.

Der Hering

vom Maler Hugo Scheele, der von 1921 bis zu seinem Tode 1960 in Zempin gelebt hat.
Das Titelbild ist ein Motiv des Malers.

*Der Hering ist, so steht's im Brehm,
Ein Fisch, dem Gaumen angenehm.
Der lebt in Nord- und Ostsee tief
In Scharen, das heißt kollektiv,
Bringt ihn der Fischer tot an Land,
So wird der Hering grün genannt,
Als Matjes wird er hoch verehrt,
Wenn seine Unschuld unversehrt,
Schwimmt er in einer scharfen Soße,
So nennt man mariniert die Chose. -
Doch der, der in den Rauchfang kam,
Verändert plötzlich Art und Nam',
Der Hering geht ins Räucherhaus,
Als Bückling kommt er wieder raus.
Denn dieses Tier ist anonym
Lebt unter einem Pseudonym.
So populär er ist an Land,
Mir scheint er riesig int'ressant.
Schon das macht ihn bei mir beliebt,
Daß er die Auster einst geliebt. -
Zuletzt hört ich vom Hering sagen,
Daß er die Kater soll verjagen.*

Inhaltsverzeichnis:

<i>Hering süß - sauer eingelegt</i>	4
<i>Tipp: Salzhering</i>	
<i>(hart gesalzen) richtig vorbereitet</i>	5
<i>Tipp: Fischkochwasser - Fischsud</i>	6
<i>Marinade zu Matjes -</i>	7
<i>Soße zu Matjes</i>	8
<i>Matjesfilet nach Hausfrauenart</i>	9
<i>Gurkensalat - Usedomer Art</i>	10
<i>Gute Achterwasser-Fischsuppe</i>	11
<i>Gebackener Zander</i>	12
<i>Fischeintopf für 10 - 12 Zempiner</i>	13
<i>Kartoffelsuppe mit Räucheraal</i>	15
<i>Zander aus der Backröhre</i>	16
<i>Fischsalat aus gekochten Fischresten</i>	17
<i>Gespickter Zander oder Hecht in</i>	
<i>Sahnesoße</i>	18
<i>Süß-sauer Dorsch, Blei oder Karpfen</i>	20
<i>Blei, von Oma Trude</i>	21
<i>Zwiebelfisch</i>	22
<i>Aalsuppe mit Rotwein</i>	23
<i>Fischsuppe mit Kartoffeln</i>	24
<i>Zempiner Heringstopf</i>	25
<i>„Siebenerlei“ Heringssalat</i>	26
<i>Gebackener Hecht auf Gemüsebett</i>	27

Hering süß - sauer eingelegt

(von Verwandten aus Wolgast)

Grüne Heringe säubern, gut salzen und 12 Stunden zugedeckt kühl stellen, danach abwaschen und 24 Stunden in kräftiges Essigwasser legen. Danach den abgetropften Fisch filetieren.

Die Filets werden in ein Gefäß geschichtet:

Eine Schicht in Ringe geschnittene Zwiebeln,

eine Schicht gemahlener Pfeffer (ca. 1 TL) und Zucker (nicht zu wenig),

eine Schicht Heringsfilets

In gleicher Reihenfolge fortfahren, mit Zwiebeln abschließen.

Mit Essigwasser bedeckend auffüllen und 24 Stunden kühl stellen.

Dazu Pellkartoffeln oder Schwarzbrot reichen.

Tipp:

Salzhering (hart gesalzen)
richtig vorbereitet:

24 Stunden wässern (Salz wird entzogen,
werden wieder saftig!)

Filetieren:

- Nach dem Wässern den Bauch aufschneiden, die Innereien sauber ausschaben.
- Die Haut von beiden Seiten am Kopf einschneiden und abziehen, Kopf und Schwanz abschneiden
- Den Hering aufklappen, die Hauptgräte herausnehmen und sauber putzen. Hering in zwei Hälften teilen.

Sehr schmackhaft werden diese Filets,
wenn sie 2 - 3 Stunden in Milch oder
Buttermilch gelegt werden.

Tipp:

Fischkochwasser - Fischesud
(von einer Fischersfrau!)

- 1 ½ l Wasser
- 2 Teelöffel. Salz
- 1 große Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Pimentkörner

Zubereitung:

Diese Zutaten ca. 15 Min. kochen.
Die Zwiebeln müssen gar sein, bevor der
Fisch in den Sud kommt.

Nachdem der Fisch (Dorsch, Zander usw.)
in den Sud gelegt wurde, soll er nur gar
ziehen, darf **nicht kochen**, aber man muss
darauf achten, dass der Sud salzig genug
ist.

Bei Kochfisch ist es ganz wichtig für den
Geschmack, dass immer gleich genügend
Salz ans Wasser gegeben wird und man
auf keinen Fall nachsalzen muss. So ist der
Geschmack am kräftigsten.

Marinade zu Matjes - wie in der Peenestraße

- 1 Becher saure Sahne
- 2 cl Aquavit
- 1 Teelöffel grob gemahlener Pfeffer
- Zitronensaft
- 1 Teelöffel scharfer Senf
- 2 Bund Dill
- 1 Eigelb
- 1/8 l Öl
- 2 Gewürzgurken
- Salz

Zubereitung:

Die Sahne mit dem Aquavit, Pfeffer und Zitronensaft würzen. In einer zweiten Schüssel werden Eigelb und Senf schaumig geschlagen. Die Kräuter hacken und die Gurken fein würfeln. Beides unterheben und mit Salz würzen. Die Zutaten aus beiden Schüsseln zu einer Creme vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Soße zu Matjes

nach der Dörpstraßenart

1 kleines Glas Mayonnaise

1 Becher Joghurt

1 Teelöffel Senf

Salz, Pfeffer, Zucker

2 große Gewürzgurken

etwas Gurkenwasser

2 Zwiebeln

2 Esslöffel Kapern

1 hartgekochtes Ei

½ Bund Petersilie

Zubereitung:

Die festen Zutaten fein hacken, Die Soße cremig rühren und pikant abschmecken.

Alle Zutaten mischen.

Matjesfilet nach Hausfrauenart

8 Matjesfilets	1 Messerspitze
100 g Mayonnaise	weißen Pfeffer
1/2 Becher saure Sahne	2 Zwiebeln
(100g)	2 Gewürzgurken
1 Prise Salz	2 säuerliche Äpfel
1 Prise Zucker	

Zubereitung:

Die Matjesfilets zum Abtropfen in ein Sieb legen, dann mit Küchentuch abtupfen. Die Mayonnaise mit der sauren Sahne verrühren und mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden, die Gewürzgurken in kleine Würfel schneiden. Die Äpfel schälen und in kleine Würfel oder feine Scheiben schneiden. Die Sahne-Mayonnaise mit den Äpfeln, Zwiebelringen und den Gurkenwürfeln mischen (auf Wunsch kann etwas feingeschnittener Dill zugefügt werden.) Die Matjesfilets in eine Schüssel legen und die Soße darüber gießen. Dazu reicht man Pellkartoffeln oder Bratkartoffeln.

Zu gebratenen und gekochten
Fischgerichten wird gern gereicht:

Gurkensalat - Usedomer Art für 4 Personen

2 Salatgurken

$\frac{1}{4}$ Teelöffel Salz

$\frac{1}{4}$ Teelöffel weißen Pfeffer

2 gehäufte Eßl. gehackter Dill o. Petersilie

3 Eßl. Kräuternessig

2 Eßl. Zucker

Zubereitung:

Gurken schälen und in dünne Scheiben schneiden, beiseite stellen.

Alle anderen Zutaten, am besten mit einem Holzlöffel, so lange rühren, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben.

Dann diese Marinade über die Gurkenscheiben gießen und vorsichtig mischen.

Nach 2 Stunden noch einmal mischen und abschmecken.

Gute Achterwasser-Fischsuppe

300 g Zanderfilet

1 Bund Wurzelgemüse

250 ml Sahne

1,5 l Wasser

Lorbeerlaub, Piment, Salz, Pfeffer

50 g Möhrenwürfel

50 g Selleriewürfel

50 g Lauchstreifen

etwas Mehl, Dill

Zubereitung

Fisch mit kaltem Wasser, Wurzelgemüse, Salz, Pfeffer, Lorbeerlaub und Piment auf kleiner Flamme vorsichtig aufkochen.

(Schaum abschöpfen) Nach 30 Min. Fisch mit Schöpfkelle herausnehmen. Fischfond durch ein Sieb passieren und mit den Gemüsegewürfeln nochmals kochen. Mit Sahne abschmecken, mit Mehlschwitze andicken.

Den Zander auseinander zupfen und als Einlage in die Suppe geben.

Mit Dill garnieren.

Gebackener Zander *nach Hildes Art*

Küchenfertiger mittelgroßer Zander, mit oder ohne Kopf, wird etwa 1 Stunde vor dem Backen gesalzen - auch von innen. Das Backblech mit etwas Margarine und Öl im vorgeheizten Ofen erhitzen.

Den Fisch mit Öl einreiben und in Semmelmehl wälzen - zu viel Semmelmehl gut abklopfen, auf das Blech legen und mit Butterflöckchen belegen.

Zu Beginn den angewärmten Backofen etwas mehr aufheizen, dann weiter zurücknehmen. Den Fisch öfter mit dem heißen Bratenfett begießen, wenn nötig etwas nachgeben. Nicht wenden.

Nach ca. 50 Min, wenn der Zander eine schöne Bräune hat, wird er auf einer Platte angerichtet und warm gestellt.

Für die Soße löscht man mit saurer Sahne ab, gibt Gewürze (Salz, Pfeffer, wenig Tomatenmark und etwas Brühe) dazu und bindet mit Mehl.

Fischeintopf für 10 - 12 Zempiner

- von der Fischerfamilie in der Waldstraße

4 - 5 kg verschiedene Fischarten mit Köpfe
nund Haut abkochen. (sollten ca. 2 kg
Fischfleisch ergeben)

2 große Zwiebeln, gehackt

5 Stengel Petersilie

1 Lorbeerlaub

2 Eßl. Zitronensaft

20 cl Weißwein

10 Pfefferkörner

Salz und gemahlene Pfeffer

20 cl Olivenöl

4 große Zwiebeln in dünne Scheiben
geschnitten

4 Knoblauchzehen, zerdrückt,

500 g Tomaten abgezogen, entkernt und
gehackt, 3 Stengel Koriander

300 g Brot in Scheiben geschnitten und im
Backofen getrocknet oder getoastet.

Zubereitung:

In einen großen Topf gehackte Zwiebel,

2 St. Petersilie und Lorbeerblatt auf den Boden legen, Fisch dazugeben, Zitronensaft, Wein, Salz und Pfefferkörner hineingeben, etwa 2 l Wasser dazugeben. Fisch gut kochen und 30 Min. auf kleiner Flamme weiterkochen, dabei öfter umrühren. Danach abgießen und die Brühe bei Seite stellen, das Fischfleisch auslösen.

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebelscheiben und Knoblauch hineingeben. Die Zwiebeln goldbraun braten, Tomaten zufügen, alles etwas köcheln lassen, dann je 1 Stengel Petersilie und Koriander hinzufügen. Die durchgeseibte Brühe dazugeben. Alles zum Kochen bringen, dann noch 10 Min köcheln lassen.

Den in kleine Stücke gerupften Fisch in den Topf geben, aufkochen und 10 Min köcheln lassen. Die restliche gehackte Petersilie hinzufügen und mit dem Brot servieren.

Kartoffelsuppe mit Räucheraal (von Hans-Helmut gelobt!)

Zubereitung:

Suppengrün (Mohrrüben, Porree, Sellerie) würfeln und in Margarine anbraten.

Kartoffeln etwas kleiner als zu Salzkartoffeln schneiden und auch so kochen. Nachdem sie gar sind, das Wasser abgießen, die Kartoffeln zerstampfen und das angebratene Gemüse dazugeben.

Vorhandene Knochenbrühe oder Instant Brühe dazugeben, bis die gewünschte Sämigkeit entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die entgräteten , zerpfückten Räucheraalstückchen unterheben. Mit gehackter Petersilie bestreuen.

Zander aus der Backröhre

(„Taugetrecktenrezept“ - Zugezogenenrezept))

- 1 Zander ca. 1 kg küchenfertig
- 1 Zitrone (ungespritzt)
- 1 große Zwiebel
- 300 g Butter (je nach Zandergewicht)
- Salz, Pfeffer

Für die Beilage:

- Frischer Meerrettich (o. Sahnemeerrettich im Glas)
- 2 mittelgroße säuerliche Äpfel

Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad C vorheizen. Zander außen und innen gut salzen, pfeffern und in die Fettauffangschale legen.

Zitrone in Scheiben, Zwiebel in Ringe schneiden und mit der in Stückchen geschnittenen Butter in und um den Zander verteilen.

Garzeit ca. 35 bis 40 Min.

In der Zwischenzeit den geschälten Meerrettich fein reiben, geschälte Äpfel fein reiben und gut mischen und in einer Schale anrichten.

Zander auf eine Platte geben. (In unserer Fischerfamilie kam Fisch nur mit dem Kopf auf den Tisch, es sieht besser aus.)

Man kann den Fischsud auch zu Soße verarbeiten: Mit etwas heißem Wasser auffüllen, durch ein Sieb gießen, aufkochen und mit etwas Mehl binden.

Dazu werden Salzkartoffeln gereicht.

Fischsalat

aus gekochten Fischresten -
schmeckt immer gut bei der Cousine aus
Karlsruhe

Zubereitung:

Gekochten Fisch von Haut und Gräten
befreien, auseinander zupfen und in eine
Schüssel geben.

Gehackte Zwiebeln und etwas Mayonnaise
dazugeben, je eine kleine Prise Salz, Pfeffer
und Zucker hinzufügen und mit etwas
Essig abschmecken.

Das ist eine gute Bereicherung des
Abendbrotstisches.

Gespickter Zander oder Hecht in Sahnesoße

1 küchenfertiger Zander oder Hecht von
etwa 1,5 kg

2-3 Eßl. Zitronensaft

125 g fetter Speck

1 Tl. Salz

80 g Butter

1 mittelgroße Zwiebel

2 große Kartoffeln oder Zwiebeln (für den
Bauch des Fisches, damit er gut auf dem
Bauch liegen bleibt!)

1 Möhre

1/8 l saure Sahne

1 Eßl. Mehl

1 Schuss Weißwein oder Zitronensaft

Salz

weißer Pfeffer gemahlen

Zubereitung:

Den Fisch gründlich abspülen, trocken
tupfen, innen mit Zitronensaft beträufeln
und salzen. Den Speck in ½ cm breite und
10 cm lange Streifen schneiden. Mit diesen
Streifen den Fisch seitlich und quer zum

Rücken spicken oder dünne Scheiben auf den Fisch legen. Eine feuerfeste Auflaufform mit niedrigem Rand, mit wenig Butter fetten. Den Fisch auf zwei große, durchgeschnittene Kartoffeln oder Zwiebeln (geben gleich entsprechenden Geschmack), mit der offenen Bauchseite nach unten, in die Form setzen. Restliche Butter erhitzen und über den Fisch gießen. Die geschälte und in Viertel geschnittene Zwiebel und die geputzte halbierte Möhre neben den Fisch legen. Die Form in den auf 220° C (Gas Stufe 4, Umluft 180° C) vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene ca. 40 Minuten braten.

Zwischendurch hin und wieder mit dem Bratenfond begießen. 3 Esslöffel saure Sahne mit dem Mehl verrühren und etwa 15 Minuten vor Ende der Bratzeit den Fisch mit dieser Mischung bestreichen und weitergaren.

Für die Soße den Bratenfond aus der Form schöpfen, saure Sahne verrühren, mit Wein oder Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Als Beilage sollten Salzkartoffeln und Gurkensalat gereicht werden.

Süß - sauer -

Dorsch, Blei oder Karpfen

(Madlens Lieblingsessen)

Fisch in kochenden Fischesud (Wasser, Salz, 3-4 Lorbeerblätter, 5 Pimentkörner, Essig, Zwiebel) geben und zugedeckt 15 - 20 Min ziehen lassen.

Den Fisch aus dem Sud nehmen, mit dem in Wasser angerührten Mehl den Sud andicken.

Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, Zucker dazugeben und mittelbraun werden lassen, nicht zu dunkel, schmeckt sonst bitter. Diesen braunen Zucker in den angedickten Sud geben. Abschmecken mit Essig, Zucker und Salz. Den Fisch wieder vorsichtig in diese süß-saure Soße geben.

Zusätzlich kann man kleinwürflig geschnittenen und in der Pfanne ausgelassen Speck in die Soße geben.

Blei, wie Oma Trude ihn kochte und wie Mutter Trautchen ihn noch kocht

ca. 2,5 kg Blei möglichst nicht kleiner nehmen, sonst so viele Gräten,also viele Leute an den Tisch, um so netter wird es!

1 große Zwiebel	5 Pimentkörner
1 l Muckefuck (Malzkaffee)	Speck
2 EL Mehl	Salz, Zucker, Essig
2 Lorbeerblätter	

Zwiebel klein geschnitten in Wasser aufkochen, Salz und küchenfertigen in Portionsstücke geschnittenen Blei dazu geben und garziehen lassen.

Kaffee mit Mehl glatt rühren, Lorbeerblätter und Piment hinzu geben und aufkochen. Mit Zucker und Essig abschmecken.

Fisch und Soße in eine Schüssel füllen. Speckwürfel ausbraten und über den Fisch geben.

Dazu isst man Salzkartoffeln.

Oma kochte meist den Kopf mit und Opa hat dann zur Freude der Kinder aus einigen Gräten einen Storch gebastelt.

Zwiebelfisch (4 Personen)

1 kg kleine Gemüsezwiebeln
50 g Butter
1/8 l trockener Weißwein
Salz, weißer Pfeffer
1-2 Esslöffel Dijon-Senf
1 Prise Zucker
800 g Dorsch-, Rotbarsch oder Zanderfilet
2 Essl. Zitronensaft
2 Fleischtomaten
1 großes Bund Dill
150 g geriebenen Gouda-Käse (alt)

Zubereitung:

Zwiebeln in dünne Scheiben teilen, in der heißen Butter glasig werden lassen. Wein angießen und die Zwiebeln etwa 15 Minuten dünsten. Erst dann mit Salz, Pfeffer, Senf und Zucker abschmecken. Fischfilets mit Zitronensaft bestreichen. Tomaten häuten, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln. Dill hacken und unter die Zwiebeln mischen. Eine Hälfte der Zwiebelmasse in eine gefettete Auflaufform geben und mit der Hälfte des Käses bestreuen. Fisch darauf anrichten, schwach salzen, pfeffern und mit den restlichen Zwiebeln bedecken und mit dem übrigen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C etwa 30 Minuten garen. Mit dem restlichen Dill bestreut servieren.

Aalsuppe mit Rotwein für 6 Personen vom Unterdörfp

750 g frischer (grüner) Aal	1 Esslöffel frisch
$\frac{3}{4}$ l Wasser	gehackte Petersilie
$\frac{1}{2}$ Teelöffel Salz	1 Prise Salz
$\frac{1}{2}$ l trockner Rotwein	1 Prise weißen Pfeffer
1 ungespritzte Zitrone	1 Messerspitze Zucker
1 Esslöffel Mehl	1 Esslöffel Zitronensaft
2 Esslöffel Butter	2 Eigelb
2 Esslöffel Kapern	$\frac{1}{8}$ l Sahne

Zubereitung:

Den küchenfertigen Aal in Stücke schneiden. Das Wasser mit dem Salz und Aal zum Kochen bringen, 15 Min im offenen Topf köcheln lassen, dabei den Schaum mehrfach abschöpfen. Den Wein und eine halbe, in Scheiben geschnittene, Zitrone dazugeben und 5 Min köcheln lassen. Die Aalstücke herausnehmen, entgräten und warm stellen. Die Brühe durchsieben. Das Mehl in der Butter unter Rühren anschwitzen und nach und nach mit der Brühe auffüllen und aufkochen. Vom Herd nehmen. Kapern und Petersilie zufügen und mit den Gewürzen und Zitronensaft abschmecken. Die Eigelbe mit der Sahne verquirlen, etwas heiße Suppe untermischen und die Suppe legieren. Die Aalstücke und die restlichen dünnen Zitronenscheiben in die Suppe geben, nicht mehr kochen, aber heiß servieren.

Fischsuppe mit Kartoffeln

750 g Süßwasserfische (Barsch, Forelle oder Schlei)
500 g Kartoffeln
1 große Zwiebel oder 1 Stange Porree
8 Gewürzkörner
1 Lorbeerblatt
½ Esslöffel Salz
2 Esslöffel Butter
½ Becher saure Sahne
1 Messerspitze weißen Pfeffer
1 Bund Dill

Zubereitung:

Die küchenfertigen Fische in größere Stücke schneiden. Die geschälten Kartoffeln in nicht zu kleine Würfel schneiden. Die Zwiebeln oder Lauch in Ringe schneiden.

In einem großen flachen Topf, in dem auch serviert wird, zuerst die Kartoffeln legen, dann Zwiebeln oder Lauch, Gewürzkörner und Lorbeerblatt darauflegen. Die Fischstücke darüber verteilen, mit Salz bestreuen, Butter in Flöckchen darauf setzten und mit Wasser auffüllen, so dass alles bedeckt ist, zum Kochen bringen und 35 Min köcheln lassen. Die Suppe vorsichtig mit saurer Sahne mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit dem gehackten Dill kurz vor dem Servieren bestreuen.

Ein knuspriges Roggenbrot kann man dazu reichen.

Zempiner Heringstopf

Cornelias Spezialität

600 g Matjes

abspülen, im Sieb abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Für die Soße:

1 Becher süße Sahne

1 Becher saure Sahne

3 Teelöffel Senf

etwas Milch

etwas Gurkenwasser (von den Gewürzgurken)

Zucker, etwas Essig, Zitrone, wenig Pfeffer

Diese Zutaten mit einem Schneebesen glattrühren.

In diese Soße den Matjes und

3 Gewürzgurken, gewürfelt

2 säuerliche Äpfel, mit Schale, gewürfelt

2 Zwiebeln, gewürfelt

2 Lorbeerblätter

5 Pimentkörner

1 Teelöffel Senfkörner

geben, gut mischen und 3 Tage kühl stellen.

Dazu reicht man Pellkartoffeln oder Schwarzbrot.

*„Siebenerlei“
Heringssalat
vom Oberdörf*

- 1 Pott Matjesfilets, abspülen, abgetropft,
gewürfelt*
- 1 Pott süße Sahne*
- 1 Pott Gewürzgurken, gewürfelt*
- 1 Pott rote Zwiebeln, gewürfelt*
- 1 Pott rote Äpfel gewürfelt (mit Schale)*
- 1 Pott Sellerie , gewürzt aus dem Glas, gewürfelt*
- 1 Pott Annanas, gewürfelt (frisch o. Konserve)*

*1 Teelöffel Senf
Pfeffer
etwas Worcestersauce*

*Alle Zutaten gut mischen und einen Tag
kühl stellen.*

Gebackener Hecht auf Gemüsebett

Karl Alberts Überraschung für seine Gäste

Ein großer Hecht ist für dieses Gericht genau richtig. Ist er größer als die Pfanne, dann sollte er filetiert werden.

Den Fisch säubern, salzen, pfeffern und mit Zitrone beträufeln.

Möhren und Sellerie in Streifen, Zwiebeln in Ringe schneiden. Backblech gut mit Butter betreichen und das Gemüse auf dem Backblech so verteilen, dass der Boden gut bedeckt ist.

Den Hecht auf das Gemüsebett auf eine Tasse stellen. Den Fisch am Rücken entlang einschneiden und mit Kräuterbutter belegen.

Mit Streifen aus geräucherten, durchwachsenen Speck und mit einer großen Portion Zwiebelringen wird der Fisch belegt. Filets mit der Hautseite nach oben auf das Gemüsebett legen, die Haut einritzen und mit gleichen Zutaten belegen.

Mit einem Schuss Weißwein wird alles begossen. Während der Garzeit den Fisch mit dem entstandenen Sud begießen.

Backofen auf 175°C vorheizen. Ca.45 bis 60 Min. benötigt ein Fisch von 1500 bis 2000 g.

Dazu wird den Gästen Kräuterbaguette gereicht.

*Vom Heimatverein Zempin e.V.
in dieser Reihe erschienen:*

Zempiner Fischrezepte Nr. 1

Rezepte von Oma und Tante

Zempiner Fischrezepte Nr. 2

Rezepte von Oma und Tante

Zempiner Backrezepte Nr. 3

für Weihnachten und Silvester

Zempiner Räucherheft Nr. 4

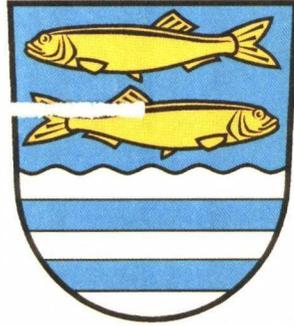
Es muss nicht immer Fisch sein

Zempiner Wanderungen Nr. 5

Die Fische mit dem Bernstein weisen den Weg

Zempiner Kuchen- u. Brotrezepte Nr. 6

Rezepte von Oma und Tante



ZEMPIN

*Das kleinste Seebad auf Usedom
Staatlich anerkanntes Seebad*

Information : www.seebad-zempin.de

Fremdenverkehrsamt - info@seebad-zempin.de

Telefon : 038377 - 42162

Heimatverein Zempin e.V.:

www.zempin-usedom-heimat.de

Besuchen Sie unsere AUSSTELLUNGEN

in „Uns olle Schaul“, Fischerstr.11,

17459 Zempin:

- Fischerei mit Bootsmodellen des
Fischers Konrad Tiefert,*
- Schichleins Laden voller Erinnerungen
und
ständig wechselnde Ausstellungen in den
alten Klassenräumen*