

Der Bachmeier ★ Mit Spaghetti wird der Fisch saftig

Saibling mal ganz raffiniert



Hans Jörg Bachmeier bereitet Saibling gern mit Spaghetti zu
Foto: Steffen Leiprecht (1), fkn

Meine Spaghetti mit Saibling sind einfach und raffiniert zugleich. Der Trick: Der feine Fisch zieht in den frisch gekochten Nudeln gar und bleibt so perfekt saftig.

Zuerst wird der Fenchel vorbereitet. Ich zupfe das Grün ab und lege es beiseite, dann schneide ich die Knolle in Viertel, schneide den Strunk heraus und hoble beziehungsweise schneide den Fenchel in feine Scheiben.

Die Schale von Zitrone und Orange wird mit dem Zestenreißer in feine Streifen gerissen. Wer kein solches Werkzeug hat, kann die Früchte ganz dünn schälen und die Schalen mit dem Messer in ganz feine Streifen schneiden. Nun setzte ich 100 ml Wasser auf, gebe den Zucker dazu und lasse ihn aufkochen. In diesem Läuterzucker, wie wir in der Küchensprache sagen, koche ich die Zitronen- und Orangenschalen weich und nehme den Topf zum Auskühlen vom Herd.

Die Zitrone und Orange presse ich aus, gebe den Saft in einen kleinen Topf, dazu noch Sternanis, Zimt, Lorbeerblatt, Nelke, Salz sowie Zucker und lasse alles auf die Hälfte einkochen.

Währenddessen bringe ich in einem großen Topf etwa fünf Liter Wasser zum Kochen, salze es kräftig und gebe den Fenchel hinein und nehme ihn nach ein paar Sekunden mit dem Schaumlöffel schon wieder heraus. Tauche ihn in möglichst kal-

tes Wasser und lege ihn zum Abtropfen auf ein Tuch. Nun nehme ich die Gewürze aus dem eingekochten Saft und gebe diesen mit dem Fenchel in eine große Schüssel. Die Orangen- und Zitronenschalen nehme ich aus ihrem Zuckerbad und gebe sie ebenfalls zum Fenchel in die Schüssel. Tipp: Den Zucker unbedingt aufheben, man kann wunderbar Tee damit süßen.

Während die Spaghetti im kochenden Wasser al dente kochen, schneide ich die Saiblingsfilets in etwa fünf Zentimeter große Stücke und gebe sie zum Fenchel in die Schüssel.

Die fertig gekochten Spaghetti schüttele ich ab, wobei ich ein wenig Kochwasser aufhebe, und gebe sie tropfnass und heiß zu Fenchel und

Saibling in die Schüssel und vermenge alles ganz vorsichtig. Durch die heißen Nudeln gart nun der Fisch. Falls die Nudeln zu trocken sind, gebe ich noch etwas vom zurückbehaltenen Kochwasser dazu. Nun würze ich noch mit Salz sowie schwarzem Pfeffer aus der Mühle, zupfe die Basilikumblätter und das Fenchelgrün, hebe es vorsichtig unter die Nudeln in der Schüssel und stelle diese ganz rustikal auf den Tisch. ★



Spaghetti mit Saibling, Fenchel und Orange

Zutaten für 4 Personen

- 1 Packung Spaghetti (500g)
- 4 Saiblingsfilets à ca. 120 g entgrätet
- 1 große Fenchelknolle mit Grün
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- 100 g Zucker
- 1/2 Sternanis
- 20g Zucker
- 1 Messerspitze Zimt
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Nelke
- 1 Prise Salz
- 8 Blatt Basilikum
- Bestes Olivenöl

An Guadn wünscht
Ihr

ANZEIGE

Marktschreier & Markttreiben
Käse-Mika, Wurst-Jan, Nudel-Ralli, Keks-Ronny & Blumen-Jan
großes Fischangebot, Steaks, Bratwurst, Crêpes, Lángos, Bergkäse uvm.
10. - 12. April Fr., Sa. 9-20 So. 11-20 Uhr
Haar · Bahnhofstraße
Fr. 11 Uhr Einladung zu Freibier & Häppchen Info: 0173-2154891

ANZEIGE

Königlicher Hirschgarten
Täglich geöffnet von 10.00 - 24.00 Uhr
Durchgehend warme Küche von 11.00 - 22.00 Uhr
Terminänderungen vorbehalten!

Kulinarische Reise:

Do., 9. 4. 2015, ab 18.00 Uhr Des Weidmanns Heil € 13,80 pro Person	Fr., 10. 4. 2015, ab 18.00 Uhr Ins Netz gegangen € 12,50 pro Person
Sa., 11. 4. 2015, ab 18.00 Uhr Roulade meets Pasta € 12,80 pro Person	So., 12. 4. 2015, 11.00-14.30 Uhr Sonntagsbrunch € 21.- p. P., € 12,50 Kinder bis 10 J.
So., 12. 4. 2015, ab 18.00 Uhr Spargelbuffet € 17,80 pro Person	Mo., 13. 4. 2015 ab 18 Uhr Oid boarisch aufkocht € 12,80 pro Person

Bei uns finden Sie den perfekten Rahmen für Ihre Feier. Wir beraten Sie gerne!

Pächter: Johann Eichmeier • Hirschgarten 1 • 80639 München • Tel. 0 89 / 17 99 91 19
Fax 0 89 / 17 99 91 17 • www.hirschgarten.de • restaurant@hirschgarten.de

Ausgezeichnet ★
Hier schmeckt's uns ...
Wirtshaus am Rosengarten

Es ist eine Oase im Westpark: das Wirtshaus am Rosengarten. Inmitten des schönen Parks steht der Gasthof, der neben einem gemütlichen Stüberl vor allem durch den schönen Biergarten mit bester Aussicht auf den herrlichen Rosengarten besticht. Für das Wochenende, an dem uns sonniges Wetter und warme Temperaturen beschert werden, ein gelungenes Ausflugsziel. Die Küche ist gehoben bürgerlich und bietet vielfältige Gerichte von Steaks über Fisch bis hin zu Ente.



Service	★★★★★
Preis/Leistung	★★★★★
Ambiente	★★★★★

Maximal fünf Mützen möglich

Das Wiener Schnitzel (19,90 Euro) ist vom Kalb. Dünn mit einer krossen Schicht und zart. Sehr zu empfehlen auch der Zwiebelrostbraten – aus der Rinderlende –, der

mit wunderbar knusprigen Bratkartoffeln gereicht wird. Für Liebhaber von Kaiserschmarrn: Die Portion reicht locker für drei Personen. Er ist locker, schmeckt ausgezeichnet und ist für 9,90 Euro zu bekommen. Serviert wird Paulaner-Bier vom Fass, die Helle (0,5 l) für 3,90 Euro, das Weißbier kostet 4 Euro. Wir sehen uns! ★ A. K.

Wirtshaus am Rosengarten
Westendstr. 305
81377 München
Tel.: 089/57 86 93 00
Öffnungszeiten: täglich von 10 bis 1 Uhr mit durchgehend warmer Küche, 365 Tage ohne Ruhetag

Genuss-Magazin

**BRUNNER ERÖFFNET SAISON
Der Spargel ist da!**

Spargelsaison in Bayern offiziell eröffnet: Landwirtschaftsminister Helmut Brunner (CSU) stach im mittelfränkischen Schwabach gestern gemeinsam mit der fränkischen Spargelkönigin Miriam Adel die ersten Freilandstangen. „Der Spargel ist das Paradebeispiel eines regionalen und saisonalen Produkts“, sagte der Minister. Die kurzen Wege vom Feld zum Verbraucher nannte er einen „unschlagbaren Vorteil“ des Spargels, weil sie für ein Höchstmaß an Frische und Qualität sorgten. Die Spargelsaison endet traditionell an Johanni (24. Juni). Statistisch gesehen isst jeder Bayer bis dahin 1,6 Kilogramm frischen Spargel.



Foto: dpa

**TIPPS BEIM GRILLEN
So schmeckt das Fleisch**

Endlich: Der Frühling kommt. Zeit, den Grill anzuzünden. Fabian Beck, Küchenchef und Grillmeister aus der Oberpfalz, gibt Tipps: „Ich kalkuliere pro Person etwa 250 bis 300 Gramm Fleisch.“ Natürlich komme es auch darauf an, wie reichhaltig Beilagen eingeplant sind. Von fertig eingelegten Fleischstücken hält Beck nichts. Oft liegen die Stücke schon zu lange darin. Für einen guten Geschmack reichen meist frische Kräuter, Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl, um die Steaks darin einzulegen. Beck rät, beim Grillen stets genug Zeit einzuplanen. Wer abends essen will, sollte schon um 16 Uhr den Grill anfachen. „Zum Schluss, wenn die Kohle komplett durchgeglüht ist, ist es perfekt“, so Beck.



Foto: dpa

Redaktion Essen & Trinken

E-Mail: essenundtrinken@tz.de
Telefon: 089/530 65 22
Fax: 089/530 65 67
Postfach 80282 München



Eröffnen ein China-Club, das Hutong: Michael Faltenbacher (li.), Christian Ribitzki

China ist jetzt in Schwabing

Wer schon in Peking war, kennt die kleinen Gassen mit der traditionellen Wohnbebauung, die Hutongs, die sich auch durch ihre vielen Garküchen mit authentischer chinesischer Küche auszeichnen. Mitte Mai bekommt auch München sein Hutong. Zwar ist die Schwabinger Franz-Joseph-Straße, in der Christian Ribitzki, Michael Faltenbacher, Michael Dietzel und Valentina Schunk ihren Hutong-Club eröffnen wollen, alles andere als eine schmale Gasse, das mit der authentischen Küche will das Gastro-Quartett aber sehr wohl umsetzen. Mit Dim Sum, Dumplings, handgezogenen Nudeln und crispy aromatic duck – Spezialitäten des Hauses. Ribitzki war einst einer der Betreiber des Eisbach-Restaurants. Schunk und Dietzel machen das Restaurant Glockenbach im gleichnamigen Viertel und Faltenbacher ist neben dem Harry Klein auch an der lässigen Fantom-Bar beteiligt. Derzeit bauen sie aus dem Lokal in der Franz-Joseph-Straße 28, in dem zuvor das indische Restaurant Sangam residierte, ein stylisches Asia-Restaurant. Hingucker ist die Lichtinstallation in Form eines sechs Meter langen Drachen. Die Idee zum Hutong hatte Ribitzki schon lange. „Mit dem Club bieten wir das, was viele nur aus London oder aus New York kennen.“

