



## **Gebeizter Fischsalat**

### **Grundrezept**

**Zutaten für die Beize:** 1kg Fischfilet ohne Haut; 1Teil Wasser; 2 Teile Weißweinessig;  
2 EL Salz; 1TL Zucker; 1TL schwarze Pfefferkörner; 1EL Senfkörner;  
1EL Wacholderbeeren; 1-2 Lorbeerblätter; 1-2 in Ringe geschnittene  
Zwiebeln; Fischgewürz oder Sauerbratengewürz je nach Geschmack;  
1-2 Scheiben Ingwer.

**Zubereitung:** Fischfilet in Mundgerechte Stücke schneiden. Wasser und Essig  
mischen, einen Teil mit den Gewürzen kurz aufkochen lassen, den  
Rest dazu geben und abkühlen lassen. Die Beize mit den Gewürzen  
über die Fischhappen geben so das sie bedeckt sind. und 12-18 Std.  
im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen.  
Die Fischhappen von der Beize und den Gewürzen trennen, die  
Zwiebelringe können für die weitere Verarbeitung verwendet werden

### **Pikanter gebeizter Fischsalat**

**Zutaten:** 500gr. gebeizte Fischhappen; 1-2 in Ringe geschnittene Zwiebelringe;  
je 1 gelber und roter geschälter Paprika gewürfelt; 3-4 in schein  
geschnittene Essiggurken; 2-3 EL Ketchup; Tabasco; Salz und Pfeffer.

**Zubereitung:** Die gebeizten Fischhappen mit dem gewürfelten Paprika und den  
Zwiebelringen vermischen. Das Ketchup dazu geben und unterheben  
Mit Salz, Pfeffer und dem Tabasco je nach belieben abschmecken.

### **Fischsalat mit Joghurt / Creme fraich**

**Zutaten:** 500gr, gebeizte Fischhappen; 2-3 Zwiebeln in Ringe; 4 Essiggurken in  
Scheiben geschnitten; 1 Becher Creme fraich u. saure Sahne; Essig;Dill;  
Schnittlauch;1/2 Apfel in Würfel geschnitten; Salz;Pfeffer.

**Zubereitung:** Die Zwiebelringe mit etwas Salz und Essig ziehen lassen. Creme fraich  
mit dem Joghurt vermischen und zu den Zwiebeln geben. Gurken und  
Apfelwürfel untermischen. Mit Zucker, Salz, Pfeffer und den Kräutern  
abschmecken. Die Karpfenstücke unterheben und 2-3 Std. ziehen  
lassen.

**Als Fische können Karpfen , so wie  
alle Weißfischarten verwendet werden !**

ein Rezept v. G. Hammerbacher

