



## ***Anleitung zum richtigen Räuchern***

Frisch geräucherte Forellen sind eine Delikatesse und viel einfacher zu machen, als man denkt. Das Räuchern von Forellen ist kein Hexenwerk. Es erfordert lediglich ein wenig Fingerspitzengefühl, ein wenig Zubehör und im Idealfall einen Räucherofen. Mit dieser Anleitung zum Fische räuchern gelingt das Heißräuchern garantiert.

### **Zutaten für geräucherte Forellen**

Die Zutatenmenge für geräucherte Forellen ist überschaubar. Neben den Forellen und dem Räucherholz braucht man eigentlich nur eine Salzlake und ein paar Gewürze um die Forellen zu aromatisieren.

3-4 frische Forellen  
5 g Kräuter der Provence  
5 g Wacholderbeeren  
500 g Salz auf 8 Liter Wasser (ca. 6%ige Lake)

### **Erster Schritt: Die Forellen kommen in eine Salzlake**

Zunächst wird die Salzlake hergestellt. Dazu wird das Salz (einfaches Speisesalz verwenden, kein Pökelsalz!) einfach in kaltem Wasser aufgelöst. Beim Räuchern von Forellen verwendet man in der Regel eine 5-8 prozentige Salzlösung, was dann 50 – 80 g Salz pro Liter Wasser entspricht. Welche Salzkonzentration man verwendet ist letztendlich Geschmackssache, je nachdem wie salzig man den Fisch haben möchte. Wir haben die besten Erfahrungen mit einer ca. 6% Salzlake gemacht.



1.Schritt für geräucherte Forellen: Das Bad in der Salzlake

### **Zweiter Schritt: Das richtige Aroma**

Die Wacholderbeeren werden leicht aufgestoßen, damit sie ihr ganzes Aroma freigeben können mit den Kräutern der Provence in die Lake gegeben. Die ausgenommenen und gesäuberten Forellen werden ebenfalls ins Wasser gelegt und dürfen jetzt 12 Stunden bei Raumtemperatur "schwimmen". Generell gilt bei der Menge der Lake, das man pro kg Forelle etwa 1,5 bis 2 Liter Lake benötigt. Je nachdem wie viele Forellen man räuchern möchte, muss man dann hier die Menge anpassen. Die Lake nur einmalig verwenden und dann entsorgen, da sich Schleim- und Blutreste der Fische darin befinden können.

### **Dritter Schritt: Forellen trocknen**

Nach den 12 Stunden nimmt man die Forellen aus dem Wasser, tupft sie mit etwas Küchenpapier ab und hängt sie zum Trocknen auf. Dies dauert in der Regel 4-6 Stunden, bis eine "ledrige" Haut entsteht. Dafür benutzt man am besten Räucherhaken, auf denen die Forellen sicheren Halt haben und mit denen Sie später auch in den Smoker, bzw. Räucherschrank gehängt werden. Damit (z.B. im Sommer) keinerlei Fliegen oder ungewünschte Haustiere an die Forellen gelangen können, kann man sich für schmales Geld eine "Trockenbox" aus Dachlatten und Fliegengitter selber bauen. Im Sommer kann man die Fische auch einfach auf die Wäscheleine im Garten hängen. 😊

Übrigens: Je trockener die Fische vor dem Räuchern sind, je dunkler und goldgelber wird die Farbe beim Räuchern. Auch schon aus diesem Grund sollten keine frischen Fische verwendet werden.



### **Vierter Schritt: Forellen räuchern**

Nach der Trocknungsphase können die Fische nun geräuchert werden. Dafür heizt man den Räucherofen, Grill oder Smoker kurzzeitig auf 100-110 °C auf, um etwaige Keime und Bakterien abzutöten und hängt die Forellen in den Rauch. Anschliessend wird der Räucherofen auf 90 °C runtergeregelt und die Forellen werden je nach Größe und Dicke etwa 60-100 Minuten geräuchert. Die Forellen sind fertig, wenn Sie eine Kerntemperatur von 60 °C erreicht haben. Das erkennt man auch daran, wenn sie goldgelb sind, die Augen sich weiß verfärben und man die Rückenflosse leicht herausziehen kann.

Zum Räuchern von Forellen eignet sich Buchenholz oder auch Erlenholz. Sollte man in einem Grill oder Watersmoker räuchern, sollte man darauf achten, regelmäßig Räucherholz auf die Glut zu legen, damit die Forellen auch genug Raucharoma annehmen können. Für die Verwendung im Räucherofen empfiehlt sich gut abgelagertes Buchenholz, oder beispielsweise das Axtschlag Smoker Wood, was man dann nochmal mit einer Axt in dünnere Scheite teilen kann.



***Tip: Auf dem Räucherholz sollte man zusätzlich eine handvoll Wacholderbeeren und ein paar Kräuter der Provence verteilen, denn das sorgt für ein tolles Raucharoma.***

Sofern die Forellen nicht unmittelbar verspeist werden, sollte man sie luftdicht im Kühlschrank lagern. Die Haltbarkeit beträgt dann etwa 3-4 Tage. Möchte man den Räucherfisch länger aufbewahren, sollte man ihn vakuumiert einfrieren. Jedoch schmecken geräucherte Forellen frisch aus dem Rauch am besten!

***Wir stehen Euch mit Rat und Tat zur Seite und freuen uns auf rege Teilnahme bei unseren Räucherterminen in Praxmar!***