

## Fisch räuchern: In 4 Schritten zum Räucherprofi

Fisch räuchern ist wohl eine der ältesten Methoden, einen Fang haltbar zu machen und ihn in einen echten Gaumenschmaus zu verwandeln. Mit unseren 4 Tipps zum Räuchern wirst auch Du zum Profi. Außerdem erfährst Du, wie man seine Filets mit Kalträuchern zu einem leckeren Gaumenschmaus zubereitet.



**Fisch räuchern in nur vier Schritten. Damit gelingt die Fischzubereitung.**

Dass das Fischräuchern so lecker ist, war zu Zeiten unserer in Höhlen hausenden Vorfahren wohl eher angenehmer Nebeneffekt. Und es liegt wohl auf der Hand, dass seinerzeit kaum eine komplizierte [Technik für das Heißräuchern](#) genutzt werden konnte. Das Grundprinzip ist daher einfach und eigentlich immer gleich – auch wenn der Phantasie natürlich keine Grenzen gesetzt sind.

Die Ofengröße und -form sollte den zu räuchernden Fischen angepasst sein. [Lange Aale](#) und [Hornhechte](#) lassen sich logischerweise in einem hohen Ofen besser aufhängen als in einem flachen Exemplar, das wiederum hervorragend für das Liegendräuchern von vielen Forellen geeignet ist. Das Grundprinzip jedoch ändert sich nie.

Wenn Du unsere vier einfachen Schritte befolgst, werden auch bald bei Dir leckere, selbst geräucherte Fische auf dem Teller liegen!

# Fisch räuchern – Schritt für Schritt zum Gaumenschmaus

## 1. Salzen

Vor dem Räuchern muss der Fisch gesalzen werden. Dies kann auf unterschiedliche Arten passieren. Grundsätzlich unterscheidet man das Nass- und Trockensalzen. Beim **Nasssalzen** werden die Fische in eine Lake eingelegt. Das garantiert eine möglichst gleichmäßige Verteilung des Salzes. Ein Mischungsverhältnis von 60 Gramm Salz auf einen Liter Wasser sollten es mindestens sein. Für fettreiche Fischarten können es auch durchaus einmal 80 bis 100 Gramm sein.



**Die Lake zum Fisch räuchern kann auch noch mit anderen Gewürzen veredelt werden. Im Fachhandel gibt es zum Beispiel zahlreiche Gewürzmischungen.**

Je nach Geschmack können auch **fertige und bereits gewürzte Salzlaken** verwendet werden. In dieser Lake verweilen die Fische dann für etwa **acht bis zwölf Stunden**. Ein wenig länger schadet nicht. Wer schneller ans Ziel kommen möchte, kann die Salzlake auch sättigen und eine sogenannte Schnellsalzung durchführen. Dann benötigt der Fisch nur etwa zwei Stunden im Lakebad, allerdings werden besonders dicke, große Fische dann nicht ganz gleichmäßig gesalzen.

Am schnellsten geht es mit der **Trockensalzung**. Diese Methode ist besonders für Filets geeignet, da diese in der Lake ansonsten leicht auslaugen und Geschmack verlieren. Die Filets oder Fische werden mit einem Salzstreuer bestreut. Etwa die Menge, die auch zum Braten verwendet wird, mal zwei. Das Risiko des Fehlsalzens ist dabei allerdings höher!



**Bei der Trockensalzung werden die Fische mit Salz bestreut.**

## 2. Fische trocknen

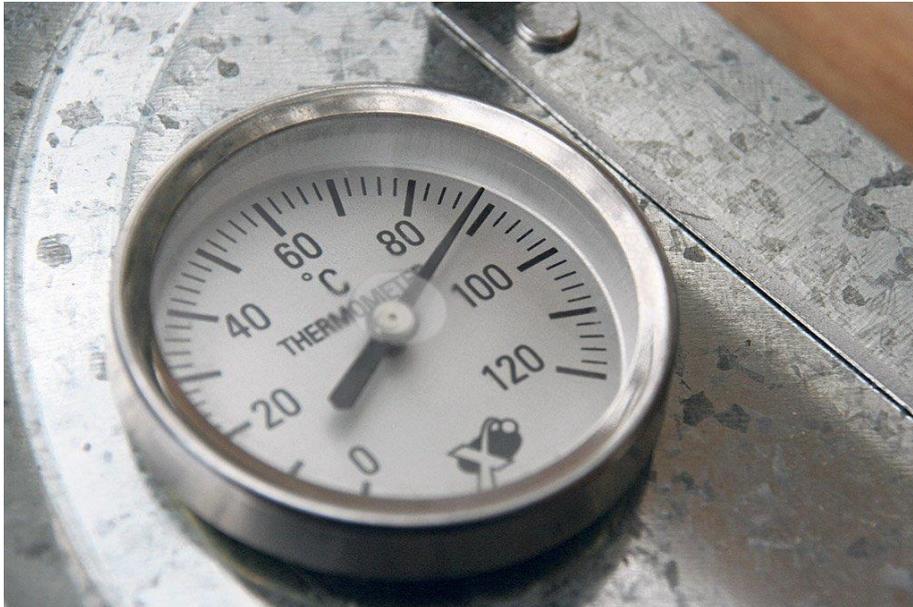
Nach dem Salzbad werden die Fische kurz sauber gewaschen. Dann mit Küchentrepp abreiben und auf die passenden Räucherhaken ziehen oder auf das Rost legen. Zum oberflächlichen Trocknen kann man jetzt je nach Jahreszeit und Wetterlage die Fische auf einer Wäscheleine aufreihen oder aber man hängt diese bereits in den Ofen. Dann lässt man sie bei geöffneter Tür und mit einem kleinen Startfeuer kurz ablüften, bis die Oberfläche fühlbar trocken ist. Besonders in der warmen Jahreszeit hat die Ofenmethode den großen Vorteil, dass man durch den Rauch gleichzeitig die nervigen Insekten von den Fischen fernhält.



**Die Fische sollten vor dem Räuchern getrocknet werden.**

### 3. Garen

Das Prinzip des Garens ist bei jedem Räucherofen gleich – unabhängig von Bauart und Hitzequelle. Die Fische hängen und die Temperatur des Ofens wird langsam hochgefahren, bis die gewünschte Gartemperatur erreicht ist. Diese sollte bei etwa **90 Grad** liegen. Bereits jetzt wird das Räuchermehl in einer Räuchermehlschale auf das Feuer beziehungsweise über den Brenner gestellt.



**Bevor der Räuchervorgang startet, sollte der Ofen auf 90 Grad Celsius vorgeheizt werden.**

Während des Garvorgangs ist es sehr wichtig, den Ofen für wenige Minuten auf über 90 Grad zu erhitzen. Das tötet alle eventuellen Keime ab. Die Garzeit variiert je nach Größe der Fische und der gewählten Temperatur.

**Als Faustregel gilt:** Etwa eine halbe Stunde und der Fisch ist komplett durchgegart. Ob die Fische gar sind, erkennt man leicht daran, dass die Augen weiß sind und die Rückenflosse leicht zu entfernen ist.

### 4. Fisch räuchern – Jetzt wird's lecker!

Jetzt beginnt das eigentliche Veredeln der Fische, das Räuchern. Die Auswahl des zum Heizen verwendeten Holzes hat bereits Einfluss auf den Geschmack. Grundsätzlich gilt: **Harte Laubhölzer eignen sich gut**, Nadelhölzer und harzhaltige Hölzer eignen sich nicht. Klassisch verwendet man zum Fisch räuchern Buchenholz.

Tipp: Auch Obsthölzer geben dem Räucherfisch einen tollen Geschmack. Entscheidender für das Räucherergebnis ist jedoch die Wahl des Räuchermehls und eventuell zugegebener Gewürze, wie zum Beispiel Wacholder. Hier sind der Phantasie keinerlei Grenzen gesetzt.



**Die Zugabe von Gewürzen gibt dem Räuchermehl seine ganz persönliche Note.**

Für den Räuchervorgang wird die Zu- und Abluft des Ofens geschlossen. So kann das Feuer nicht mehr brennen, sondern glimmt lediglich vor sich hin. Die Temperatur sollte nun möglichst nicht mehr über 50 Grad steigen (optimal: etwa 40 Grad).

Ganz nach persönlichen Vorlieben können die Fische nun etwa eine halbe Stunde (für den milden Rauchgeschmack) bis zu drei Stunden (sehr kräftiger Rauchgeschmack) im Rauch hängen. Fettarme Fische schmecken direkt und noch lauwarm aus dem Rauch am besten. - Andere Fische entwickeln ihre Vorzüge erst nach dem schonenden Abkühlen. So einfach ist Fisch räuchern.

**Guten Appetit!**



**Es lassen sich nicht nur ganze Fische räuchern, sondern auch Fischsteaks.**

## Fisch kalt räuchern

Das sogenannte Kalträuchern ist eine Form der Zubereitung, die etwas länger dauert als das weit verbreitete Heißräuchern. Aber dafür haben kalt geräucherte Fische ein besonders feines Aroma und sind sehr lange haltbar. Räucher-Fachmann Peter Suszka von Primus-SM zeigt, wie er seine Lachsforellen-Filets im kalten Rauch veredelt.

Beim Kalträuchern wird der feine Fischgeschmack besonders gut erhalten. Es kann sich jedoch durchaus lohnen, den Rauch zusätzlich mit würzigem Wacholderholz oder mit Lorbeerzweigen zu verfeinern. Geben Sie diese Zutaten einfach während des letzten Drittels des Kalträucherns in den Glutkasten.

Wer Knoblauch oder Schärfe mag, kann diese Aromen ebenfalls nutzen: Die Filets etwa zehn Stunden vor dem Ende des Kalträuchervorgangs einfach mit einer halbierten Knoblauchzehe, einer halben Zwiebel oder Chilischote einreiben. Auch das Auflegen frischer Gartenkräuter im Endstadium des Kalträucherns bringt zusätzlichen Pepp.

*Auch interessant*

---

Während beim Heißräuchern die Garung und Veredelung in ein und demselben Gerät erfolgen, darf beim Kalträuchern die Temperatur im Räucherofen **niemals über 30 Grad** steigen. Die Temperatur muss immer unter dieser Gerinnungstemperatur des zarten Fischeiweißes liegen.

**Zu hohe Temperaturen beim Kalträuchern** sind sehr eindeutig dann gegeben, wenn das Eiweiß aus dem Fischfilet austritt.

Wie aber erzeugt man Rauch ohne Hitze? Ganz einfach: Mit einer Rauchquelle, die außerhalb des Räucherofens liegt! Der Rauch wird durch Ersticken eines Feuers erzeugt, indem man Räuchermehl oder Sägespäne auf die Glut gibt. Allerdings muss der dabei entstehende heiße Rauch die Gelegenheit haben, sich auf dem Weg zum Fisch abzukühlen.

Nach diesem Prinzip wird in Großräuchereien gearbeitet. Für uns Hobbyräucherer bietet der Fachhandel entsprechende externe Raucherzeuger aus Metall an, mit denen man den Heißräucherofen einfach zum Kalträuchern umgestalten kann.

## Fischfilets zum Kalträuchern – Das sollte man wissen

Bei dünneren Filets, beispielsweise von Portionsforellen, genügen mitunter bereits 24 Stunden im kalten Rauch. Verlasst euch dabei ruhig auf euer Auge und entnehmt den Fisch erst dann, wenn die Haut eine **goldgelbe Farbe** hat beziehungsweise die Fleischseite eines rotfleischigen Filets sich tiefrot, die eines hellen Fisches bräunlich-gelb gefärbt hat. Auch sollte sich das Fleisch bei Daumendruck fest anfühlen und keine Druckmulden hinterlassen. Erst wenn der Fisch sich wirklich trocken und fest anfühlt, könnt ihr den Anschnitt wagen.

## Schritt für Schritt zum kaltgeräucherten Fisch

1. Zur Vorbereitung des Kalträucherns benötigt man Rohrzucker und eine Gewürzmischung für Räucherlauge. Die Laugenmischung wird hier allerdings trocken verwendet.



- Um zu wissen, wie hoch Gewürz und Zucker dosiert werden müssen, wird das Fischfilet gewogen.



- Nun wiegt man 5 Prozent des Filetgewichts von der Laugenmischung ab.



4. Der Anteil von Zucker liegt bei 1 Prozent, also 10 Gramm pro Kilo Fischfilet.



5. Die Gewürzmischung und der Zucker werden gründlich verrührt.



6. Nun bestreut man das Lachsforellenfilet mit der Mischung und zwar so, dass es ganz bedeckt ist. Anschließend lässt man die Gewürze **10 bis 12 Stunden** lang wirken. Dabei wird dem Fisch auch Wasser entzogen.



7. Danach wäscht man die Filets und entfernt die Gewürzmischung und tupft mit Hilfe von Küchenpapier das Filet trocken.



8. Aus einem kleinen Brettchen mit zwei Löchern und einer doppelt gelegten Kordel hat sich Peter eine spezielle Filet-Halterung gebaut. Natürlich können für das Kalträuchern auch Räucherhaken verwendet werden.



9. Mit einem Messer sticht man am Kopfende nebeneinander zwei Löcher zum Aufhängen in das Filet.



10. Nun führt man die Kordel von der Schuppenseite her durch das Filet...



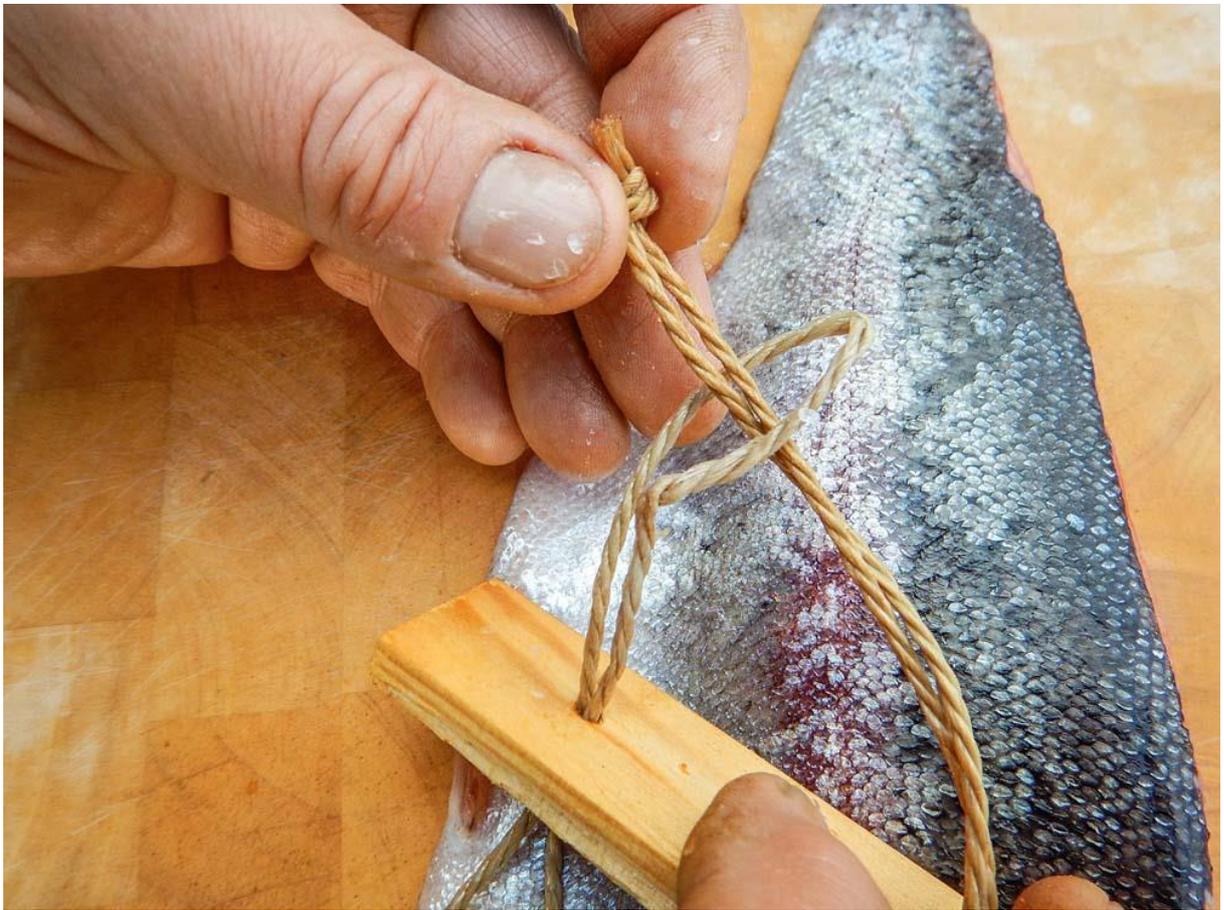
11. ...und dann von innen nach außen durch das zweite Loch im Fischfilet.



12. Das Kordelende fädelt man zurück durch das zweite Loch im Brettchen.



13. Das Ganze muss nun noch am Brettchen festgezurrurt werden.



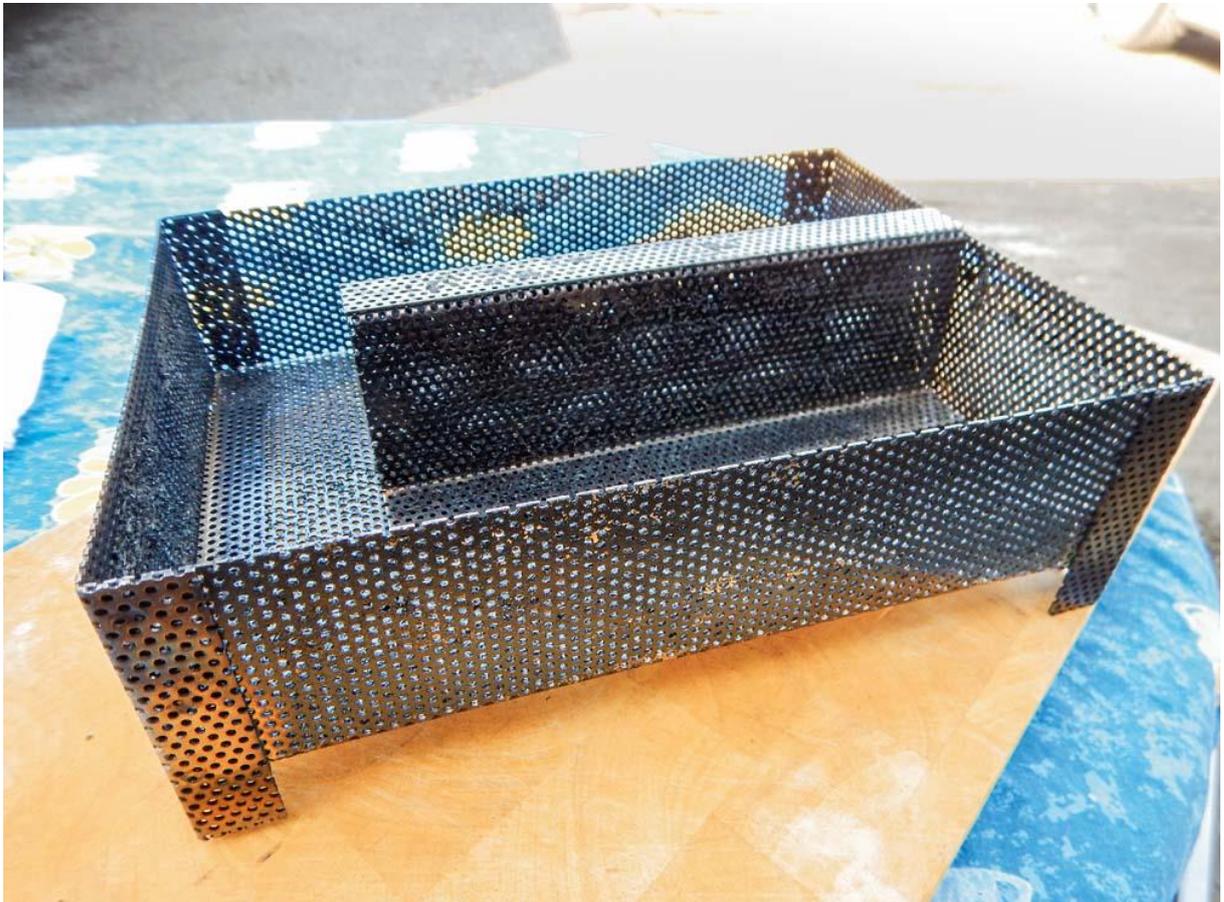
14. Dank des Brettchens bleibt das Filet fixiert und kann sich im Ofen nicht zusammenziehen.



15. Jetzt wird das Filet in den Räucherofen gehängt. Ein Holzstab dient als Sicherung. Vor dem Fisch räuchern lässt man das Filet für eine Stunde im Ofen, damit es abtrocknen kann.



16. Damit das Räuchermehl im Ofen über lange Zeit glimmt, benutzt Peter eine spezielle sogenannte Kalträucherschnecke. Sie kommt in die Schublade des Räucherofens. Kalträuchern dauert zwischen sieben (1 bis 3 Filets) und zehn Stunden (voller Räucherofen).



17. Die Kalträucherschnecke wird komplett mit Räuchermehl befüllt.



18. Damit das Mehl gleichmäßig glimmt, verwendet Peter Kohlestücke, wie sie zum Betreiben von Wasserpfeifen eingesetzt werden.



19. Das Kohlestück wird entzündet und in die Anfangsecke der Schnecke gegeben. Alternativ kann man auch einen Bunsenbrenner verwenden.

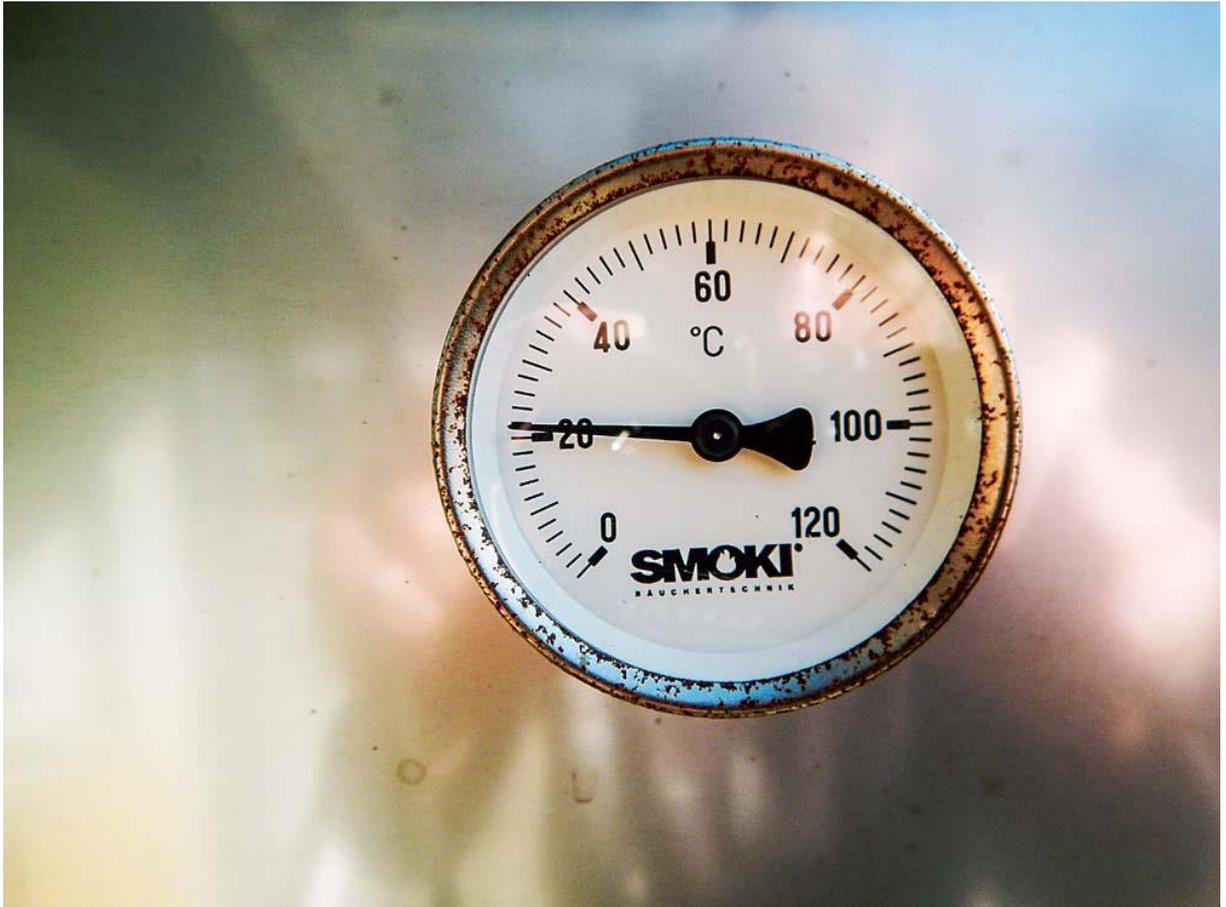


20. Das Kohlestück wird mit Räuchermehl bedeckt und dann wird die Schublade in den Ofen eingesetzt.



21. Beim 7 bis 10-stündigen Räuchervorgang darf die Temperatur im Ofen **nicht über 30 Grad** steigen. Man kann zwischendurch auch mal eine mehrstündige

Pause einlegen – allerdings darf auch in der Pause die 30 Grad-Marke nicht überschritten werden. Wird es im Ofen zu heiß, muss der Abzugsdeckel geöffnet werden.



22. Um eine regelmäßige Luftzufuhr zu garantieren, sollte die **Öffnung an der Schublade geöffnet** bleiben. Dann glimmt das Mehl in der Schnecke gleichmäßig.



23. Fertig! Das sieht gut aus – Peter mit dem fertigen kaltgeräucherten Lachsforellenfilet.



24. Auf Schwarzbrot mit Salat, Gurke, Tomate und etwas Meerrettich ist kaltgeräuchertes Lachsforellenfilet besonders lecker. **Guten**



**Appetit!**

## Fisch räuchern – natürlich schmackhaft!

Natürlich sind die Geschmäcker verschieden – und ein fetter Räucheraal schmeckt völlig anders als ein magerer Barsch. Aber beide schmecken auf ihre Art gut und sind, trotz der Verschiedenheit ihres Fleisches, bestens zur Zubereitung im Räucherofen geeignet.

Vor allem für die Friedfischangler dürfte es erfreulich sein zu erfahren, dass auch Rotaugen, Döbel und Alande aus dem heißen Rauch ziemlich lecker sind. Große Brassen haben es sogar zu einem gewissen Ruhm in der Räucherei gebracht und gelten als ausgesprochene Delikatesse. Allerdings gibt es beim Fisch räuchern von Weißfischen das gleiche Problem wie in der Fischküche generell: Gräten trüben den Essgenuss!

Vor allem, wenn die Fische abgekühlt sind und das Fleisch fester wird, ist kleineren Y-Gräten kaum noch beizukommen. Wie komfortabel ist es dagegen, ein fast [grätenfreies Filet](#) von einer geräucherten Forelle oder einem Saibling zu lösen! Womit wir bei einem anderen Thema wären: Räucherfisch, das schwört jeder Räuchermeister, mundet frisch aus dem Rauch am besten. Das gilt vor allem für relativ magere Fische wie Hechte, Zander oder Barsche. Die werden nämlich nach dem Auskühlen schlicht und einfach zu fest, fast schon hart, und sollten daher auf jeden Fall noch warm aus dem Rauch genossen werden. Gleiches gilt für alle Friedfischarten, bei denen es einfach nicht mehr möglich ist, die vielen kleinen Gräten aus dem abgekühlten Filet zu lösen.

Eine kleine Einschränkung: Bei sehr fetten Fischen wie Aalen, Makrelen oder Heringen sollte man die „durchschlagende“ Wirkung des heißen Fettes nicht unterschätzen! Aber generell ist fetter Fisch ideal zum Räuchern und schmeckt heiß wie kalt exzellent. Allerdings ist er nach dem Abkühlen eindeutig bekömmlicher als direkt vom Räucherhaken in den Magen.

## Fisch räuchern aus Süß- und Salzwasser

Auch die Frage, ob Meeresfische generell besser zum Fisch räuchern geeignet sind als Süßwasserfische, lässt sich nicht eindeutig beantworten. Natürlich punkten Heringe, [Plattfische](#) oder auch Spezialitäten wie Schillerlocken (aus den Bauchlappen des Dornhaies) durchaus mit ganz speziellem Aroma.

Doch welcher Feinschmecker würde deshalb auf den milden Geschmack eines Saiblings oder eines so erlesenen Leckerbissens wie des Sterlets verzichten? Mancher eher unspektakuläre Süßwasser-Speisefisch gewinnt im Rauch noch enorm. Neben dem bereits erwähnten Brassen zählen dazu kleinere Portionskarpfen. Deren Fleisch nimmt den Rauch perfekt an, wie mir ein Räucherprofi in Franken anschaulich bewies. Dort ist der Karpfen in der Küche ohnehin sehr beliebt und man weiß, wie man ihn im heißen Rauch zur Delikatesse reifen lässt.

Dass die gründelnden Fische aus sauberen Gewässern stammen, ist allerdings Voraussetzung. So kann eine sonst so schmackhafte Schleie zu einer herben Enttäuschung werden, wenn sie in einem Waldsee mit verrottetem Laub am Grund an die Angel gegangen ist. Dies gilt umso mehr für fettere Fische wie Aale und eben auch Karpfen.

## Heiß oder kalt räuchern

Auch Angler, [die ihre Forellen regelmäßig in klassischen Forellenseen fangen](#), wissen genau, dass es beim Geschmack der eingesetzten Fische dort große

Unterschiede gibt. Dies hängt neben der Qualität des Wassers und der Beschaffenheit des Gewässerbodens auch stark von der Aufzucht und vor allem von der Fütterung der Fische ab.

Auch außerhalb der Zucht gibt es bei Fischfleisch starke Unterschiede in Geschmack, Farbe und Konsistenz – je nach Nahrung. So fangen wir zum Beispiel im Oberrhein herrliche Spitzkopfaale, deren Fleisch vom Genuss der massenhaft auftretenden Bachflohkrebse eine leicht rötliche Färbung und einen ganz speziellen Wohlgeschmack erhalten hat!

Erstaunlicherweise spielen die kleinen Feinheiten bei der Herkunft der Fische gerade beim Heißräuchern eine wichtige Rolle. Und dies trotz des intensiven Raucharomas, dessen Auswirkung auf den Gesamtgeschmack man nicht überbewerten sollte. Schließlich wird beim klassischen Heißräuchern lediglich Salz als Würze eingesetzt, um den Eigengeschmack des jeweiligen Fisches zu unterstreichen.

So kann sich, absolut gewollt, zum Beispiel das zarte Eigenaroma einer Flunder oder eines Barsches im heißen Rauch entwickeln. Aber eben auch, völlig unbeabsichtigt, ein Nebengeschmack, auf den wir keinen Einfluss haben. Außerdem wird beim Räucherfisch auf Saucen und Beilagen häufig verzichtet und lediglich ein Stück Brot oder ein Salat dazu verzehrt. Dies sorgt für eine weitere Konzentration unserer Geschmacksknospen auf den schieren Fisch.

Beim Kalträuchern spielt der Eigengeschmack des Ausgangsproduktes ebenfalls eine ganz entscheidende Rolle. Bei dieser Zubereitungsart wird das Fischfleisch nicht durch Hitze, sondern durch Beizen und somit auf Basis einer Milchsäuregärung gereift. Das anschließende Veredeln mit kaltem Rauch entwässert und konserviert den Fisch zusätzlich.

Kalträuchern ist insbesondere bei Groß-Salmoniden wie Lachs und Meerforelle sehr beliebt, klappt aber auch mit vielen anderen Fischen sehr gut und lädt somit zum Experimentieren ein.