

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 Küchenkrepp 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.