

Stefan Wiertz

Räuchern



Stefan Wiertz

Räuchern

südwest^o



Inhalt

Vorwort			6
Das Abc des Räucherns			7
Die Geschichte des Räucherns	7	Die Räucherausrüstung	18
Was geschieht beim Räuchern?	8	Vor dem Räuchern	20
Was wird geräuchert?	9	Das Räuchern – Step by Step	22
Basic: das Räuchermehl	11	Dos and Don'ts beim Räuchern	25
Die Räuchermethoden	14	Perfekte Begleiter zu Geräuchertem	27
Fleisch & Co.			28
So werden Rind, Schwein & Co. zu Menü-Spezialitäten: Ribeye-steaks und Rehfilets, Lammschulter und Hasenrücken frisch aus dem Rauch – ein Hochgenuss!			
Geflügel & Co.			54
Geräucherte Gans, Ente, Pute und – ganz klassisch – Hähnchen bieten besondere Geschmacksmomente. Und für Gourmets darf's auch mal Wachtel oder Kapaun sein.			
Fisch & Co.			74
Räucherküche von traditionell bis experimentell: von Forelle, Lachs und Kabeljau bis Garnelen, Mies- und Jakobsmuscheln. Alles gleichermaßen empfehlenswert!			
Gemüse & Co.			100
Spargel oder Zwiebel, Eier oder Pilze, Mozzarella oder Tofu setzen überraschend neue kulinarische Akzente auf dem Räucher-Speiseplan. Unbedingt probieren!			
Hersteller/Bezugsquellen			124
Rezeptregister/Sachregister			126
Impressum			128

Vorwort

»Wie, du willst ein Buch über Räuchern schreiben?! Das ist doch wohl total von gestern!« – das war die Reaktion meines Sohnes Marlon auf mein neues Buchprojekt. Doch nachdem immer wieder tagelang ein verführerisch duftender Aromennebel durch unsere Küche und unser Haus gezogen war und vor allem nach diversen Kostproben von leckerem selbst Geräuchertem, war seine anfängliche Skepsis einer stetig wachsenden Probierlust gewichen.

Wie viele war mein Sohn ursprünglich von der landläufigen Meinung ausgegangen, Räuchern sei nichts anderes als eine etwas angestaubte und aufwendige Methode zur Konservierung von Lebensmitteln. Mich interessierte aber vor allem der neue Ansatz, das einzigartige Geschmackserlebnis, das Räuchern bietet, für jedermann zugänglich zu machen. Und das ist leichter, als man denkt, gibt es doch im Angelbedarf schon Räucher-Startersets mit kleinen Öfen, die sich hervorragend zum Hobbyräuchern eignen. Allererste Räucherversuche können auch in jedem Topf oder Wok gemacht werden – auf den folgenden Seiten werden Sie erfahren, wie einfach, aber effektiv Räuchern sein kann. Und vor allem: Wie lecker es ist.

Räuchern ist ein Kreativprozess, und somit sollte dieses Buch als erste Anregung sowie als Basis für eigene Rezeptentwicklungen dienen. In diesem Sinne hoffe ich auf einen möglichst hohen Suchtfaktor beim Lesen und anschließendem Selbsträuchern anhand dieses Buches.

Mit den genüsslichsten Grüßen
Ihr »Genussnomade« Stefan Wiertz

Die Geschichte des Räucherns

Neben dem Salzen und Trocknen zählt das Räuchern zu den ältesten Konservierungsverfahren der überlieferten menschlichen Geschichte. Denn schon in der Ursteinzeit wurde diese Methode angewandt. Archäologische Funde belegen beispielsweise, dass in Nordeuropa bereits vor circa 10000 Jahren Fleisch zur Konservierung in die Rauchabzüge der Häuser gehängt wurde.

Von der Kirche zur Küche

In den diversen Religionen der Weltbevölkerung diente der Rauch zunächst zum Vertreiben böser Geister sowie zur Reinigung. Die berühmtesten religiösen Rauchgaben sind wohl die der Weihnachtsgeschichte: Hier bringen die drei Weisen Myrrhe und Weihrauch als edle Geschenke, die in jener Zeit zum Räuchern dienten.

Aus dem religiösen Brauchtum des Räucherns zur inneren Reinigung entwickelte sich langsam die Erkenntnis, dass Räuchern durchaus auch in anderem Sinne säubernd wirkt, nämlich indem es Lebensmittel frei von Fäulnisstoffen hält und sie so länger haltbar macht. Oder andere Materialien, zum Beispiel Stoff, wie diese überlieferte Geschichte über die Räucherethode einiger nordamerikanischer Indianerstämme zeigt: Weil Büffelfelle zur Bespannung ihrer Tipis zu schwer

waren, gingen die Indianer dazu über, Leinen zu räuchern, um damit imprägnierte Stoffe zum Bau ihrer Zelte zu gewinnen. Sie gaben einfach frisch geschlagenes hochharziges Fichtenholz mit in die Lagerfeuer, und das im Rauch enthaltene Harzöl versiegelte die Zwischenräume der Stoffe, die sie darüber gespannt hatten. So wurde das Gewebe bis zu einem gewissen Grad wasserundurchlässig – und länger nutzbar.

Auf welche Weise nun genau entdeckt wurde, dass Räuchern konserviert – seien es Stoffe oder Lebensmittel –, ist nicht exakt belegt. Man geht davon aus, dass es Zufall war: Jemand hatte ganz einfach einen Fisch oder ein Stück Fleisch über dem langsam erlöschenden Feuer vergessen. Als man das so Geräucherte dann am nächsten Tag probierte, musste man feststellen, dass es nicht nur immer noch essbar war, sondern dass es sogar viel besser schmeckte!

Kein Wunder also, dass diese Methode überzeugt, sich bis dato durchgesetzt und viele kulinarische und technische Weiterentwicklungen (siehe auch Seite 18f.) hervorgebracht hat. Und während Geräuchertes für unsere Vorfäter und für zahlreiche Land- oder Nomadenvölker noch essenziell für das tägliche Überleben war, wird es heute vor allem wegen einer Sache geschätzt: wegen seines einzigartigen Geschmacks!

Was geschieht beim Räuchern?

Warum Räuchern Lebensmittel länger haltbar und extra aromatisch – einfach so besonders – macht, liegt an vielen verschiedenen Faktoren:

Die Konservierung

Da sind zunächst einmal die im Rauch enthaltenen Phenole, Kerosole sowie Essigsäure, die für die Konservierung sorgen. Die Phenole verhindern zudem die Fettoxidation in Fleisch und Fisch, sodass Letztere nicht mehr ranzig werden können. Gleichzeitig wirken Phenole antibakteriell. Dann gibt es das Formaldehyd, das beim Räuchern freiwird: Es stoppt nicht nur das Schimmel- und Hefepilzwachstum, sondern spaltet auch Wasser bei der Quervernetzung der Proteine im Gewebe ab und trägt damit zur Bildung der einzigartigen festen Haut von Geräuchertem bei. Durch den Wasserentzug wird die Oberfläche leicht ledrig; die Lebensmittel sind so besser geschützt, länger haltbar – und ganz nebenbei schmeckt die Haut dadurch besonders gut. Beim kurzen Räuchern (bis circa 20 Minuten) wirkt der Rauch vor allem außen und hat dort die intensivste konservierende Wirkung. Je länger und stärker er ins Innere der Lebensmittel eindringen kann, desto dauerhafter ist ihre Haltbarkeit. Deshalb sind für eine lange Konservierung geringe Räuchertemperaturen notwendig, da Fleisch, Fisch und Co. sonst zu schnell

gar werden, und damit das ausgeflockte Eiweiß das weitere Eindringen des Rauches verhindert.

Der Geschmack

Außer den gasförmigen Stoffen finden sich diverse Schwebstoffe bzw. Partikelstoffe in Rauch und Geräuchertem wieder. Harze sowie Asche-, Teer- und Rußanteile legen sich als würziger Aromamantel auf die Außenhaut der Lebensmittel. Im Holz und in den der Räuchermehlmischung beigefügten Kräutern sind außerdem Öle enthalten: Die konservieren das Räuchergut nicht nur, sondern verleihen ihm einen individuellen Geschmack und Geruch. Essig und Karbonsäuren tragen zusätzlich zu der typischen Räuchernote bei.

Die Farbe

Neben Geschmack und Struktur wird durch das Räuchern außerdem die Farbe der Lebensmittel verändert. Dies entsteht durch chemische Reaktionen und die unterschiedlichen farbgebenden Stoffe, die in dem Holz, das zum Räuchern verwendet wird, enthalten sind. Schinken bekommt beispielsweise eine schwarze Tönung, Fisch eine goldgelbe. So wird Geräuchertes nicht nur zum Gaumenschmaus, sondern auch zur Augenweide!

Was wird geräuchert?

Im Grunde könnte man jedes Lebensmittel räuchern. Es kommt nur darauf an, dass man dafür das passende Räucherverfahren findet. Die eigenen Kreationen sollten immer darauf abgestimmt sein, wann man sie auf den Tisch bringen will. Generell gilt: Warm- und Heißgeräuchertes ist eher zum baldigen Verzehr geeignet und sollte binnen einer Woche konsumiert werden. Kaltgeräuchertes hingegen kann sorglos bis zu 14 Tage gelagert werden. Und vakuumverpackt ist Frischgeräuchertes sogar bis zu sechs Wochen haltbar.

Die Räuchergut-Liste

Fisch In der Regel lassen sich alle Fischarten mit einem höheren Fettanteil sehr gut räuchern; ganz klassisch sind Aal, Makrele, Forelle und Lachs. Aber auch ein schwarzer Heilbutt, frisch aus dem Rauch, aus der Haut gelöst, nur mit etwas Salz gewürzt, ist ein Hochgenuss. Grundsätzlich sollte Fisch so frisch wie möglich in den Rauch gelangen, um den einzigartigen Eigengeschmack der jeweiligen Fischart zu konservieren.

Würz-Allrounder: geräuchertes Salz

Rauchsalz ist der ideale Begleiter für mildgeräucherte Gerichte, z. B. im Aroma-Wrap zubereiteten Lachs (Rezept siehe Seite 122), denn es rundet den Räuchergeschmack erst so richtig ab! Und: Es kann beliebig veredelt werden. Ein feines Zitrusaroma, z. B. für die Asia-Küche, erhält es etwa durch die Zugabe von getrockneten Biozitrusfrüchteschalen – von Zitronen, Orangen, Limetten oder Mandarinen – in die Räuchermehlmischung. Und hochkarätige Ölträger wie Wacholder oder Kardamom in der Mehlmischung werden zu Geschmacksoptimierern für jedes Gericht. Plus:

Frische Kräuter wie Zitronenthymian oder Rosmarin können sowohl der Räuchermehlmischung als auch dem Salz beigemischt werden (beim Salz kann dies vor und nach dem Räuchern erfolgen) und verleihen den damit gewürzten Speisen eine leichte Kräuternote.

Und so wird's gemacht: 5 Esslöffel Buchenholzspäne in dem jeweiligen Räuchergerät zum Glimmen bringen. 1 Kilo Meersalz mit einem Kugelsieb in das Räuchergerät einhängen und ca. 10 Stunden (oder über Nacht) im Rauch ziehen lassen.

Fleisch Beim Fleisch geht man normalerweise davon aus, dass durchwachsene Stücke mehr Aroma beim Räuchern aufnehmen und nicht zu trocken werden. Daher gilt: Je durchwachsener das Fleisch, desto höher die Räuchertemperatur, je magerer desto niedriger. Geeignet sind alle gängigen Fleischarten, ob nun vom Schwein, Rind, Lamm oder Wild – es kommt letztendlich auf die Wahl der richtigen Räuchermethode an.

Geräuchertes Salz verleiht einfachen Fleisch-, Geflügel- oder Gemüsegerichten schnell ein dezentes Raucharoma. Man kann es schon fertig kaufen, aber noch besser können Sie es selbst zu Hause herstellen (Anleitung siehe Seite 9).



Wurst und Geflügel Natürlich darf selbst gemachte oder gekaufte Wurst genauso wenig in der Räuchergut-Palette fehlen wie Hähnchenbrust und unterschiedliches Großgeflügel, beispielsweise Enten, Kapaune oder Maispouarden – sie alle eignen sich perfekt!

Käse Auch Käse wird geräuchert, es finden sich sogar bereits einige einzigartig aromatisch geräucherte Sorten in gut sortierten Supermärkten oder Feinkostläden, etwa italienischer Scamorza oder polnischer Oscypek. Selbst geräucherter Käse ist ideal zum Verfeinern von Salaten oder als Spezial-topping von Pizza und Flammkuchen.

Schalentiere, Eier und Kartoffeln Sie zählen noch zu den Geheimtipps der Räucherszene, aber ein Versuch lohnt sich: Sie sind ein Genuss!

Gemüse und Pilze Im Zeitalter der Lean Cuisine werden immer mehr Gemüsesorten und Pilze als Räuchergut entdeckt, und so gehören sie mittlerweile zum festen Bestandteil des Räucherspeiseplans. Rauchgemüse und -pilze können sowohl pur als Beilage gereicht als auch als Basis für feine Risottos oder Pastasaucen verwendet werden.

Spezialitäten Zusehends verbreiten sich Rauchspezialitäten, wie Räuchersalz (gekauft oder selbst gemacht, Anleitung siehe Seite 9), die man in seine kreative Küche einbauen und mit denen man schnellstmögliche Aromaeffekte realisieren kann. Beispielsweise Räucher-Fleur-de-Sel: einfach auf ein schönes kurz gebratenes Fleischstück gestreut oder auf Austern – ein außergewöhnliches Geschmackserlebnis!

Basic: das Räuchermehl

Das richtige Räuchermehl ist die eigentliche Basis des guten Räucherns. Denn egal ob in der Tonne, in der Pfanne, im Wok oder im professionellen Räucherofen gearbeitet wird, das Mehl verleiht Fleisch, Fisch und Co. einen ganz eigenen charakteristischen Rauchgeschmack.

Die Mischung macht's

Grundmehle Räuchermehle selbst sind nichts anderes als feinste Sägespäne ohne Rindenanteil. In der Regel wird Hartholzmehl verwendet, zum Beispiel von Buche und Eiche. Um unterschiedliche geschmackliche Variationen zu kreieren, werden dem Standardräuchermehl andere Mehle zugegeben, etwa Wacholder- oder Birken-, Esche- oder Ahornmehl. Auch Obsthälzer wie Birne, Kirsche und Apfel verleihen raffinierte Noten. Im Fachhandel werden außerdem Woodchips, Chunks und Pellets angeboten: Chips sind einfache Holzschnitzel diverser Holzsorten, Chunks größere Holzbrocken von zwei bis vier Zentimeter Durchmesser und Pellets bestehen aus Holzmehl, das unter Hochdruck gepresst wurde. Es gibt unterschiedliche Größensortierungen, die das Aroma des Räuchergutes mitbestimmen, maßgeblich ist jedoch die verwendete Holzsorte. (Eine Anwendungs- und Einsatz-Hilfestellung siehe Kasten Seite 12; Bezugsadressen siehe Seite 124.)

Eigenkreationen Man kann sich individuelle Räuchermehlmischungen im Handumdrehen auch selbst herstellen. Zum Beispiel indem man zu den feinen Sägespänen von Erle und Buche zerkleinerte, trockene Wacholderzweige im Verhältnis 2:1 zugibt – fertig ist der eigene Aromenmehlmix! Der Experimentierfreude sind dabei (fast) keine Grenzen gesetzt, denn in der Regel kann man handelsübliche Mischungen mit den unterschiedlichsten Zutaten optimieren: frischen oder getrockneten Kräutern (wie Salbeiblättern, zerbröckelten Lorbeerblättern, Rosmarinnadeln) sowie Tannenzweigen, Nussbaumhölzchen, Heidekraut, Wacholderbeeren, Schalen von Biozitrusfrüchten oder schwarzem Tee. Grundsätzlich kann man hierbei kreativ experimentieren, sodass man sich Schritt für Schritt seiner hauseigenen Mischung nähert. Am besten schreibt man seine Erfahrungen mit den jeweiligen Räuchermehlmischungen auf, so bleibt jedes gute Geschmackserlebnis wiederholbar – und jedes schlechte beim nächsten Mal vermeidbar.

Selbst zusammengestellte Mehlmischungen kann man auch sehr gut vakuumieren. Voraussetzung: Sie müssen gründlich getrocknet sein. Dann nur noch sorgfältig beschriften und für den nächsten Einsatz bereithalten. Oder für Räucherfreunde: Denn so ein fertiger und getesteter Aromamix ist immer ein nettes Geschenk für Rauchfans.

Kleines Lexikon der Räuchermehle

Räucherholz- bzw. -mehlart	Besonders geeignet für	Verleiht dem Räuchergut
Ahorn	Geflügel und Schwein	ein süßlich mildes Aroma und eine tiefe goldgelbe Farbe
Apfel	fetthaltigen Fisch (Makrele, Hering und Lachs), Geflügel, bedingt auch Schwein	ein fruchtig-süßes Aroma
Buche	alle Lebensmittel; Buchenholzspäne werden wegen ihres neutralen Geschmacks oft als Basis für Räuchermehlmischungen genutzt	ein typisches Raucharoma und eine tiefe goldgelbe Farbe
Eiche	Wild, Rind, Lamm	ein tiefes kräftiges Aroma
Erle	Meeresfrüchte (speziell Krusten- und Schalentiere), Lachs, Geflügel	ein leicht mildes Aroma und eine hellbraune Farbe
Esche, Wied, Kastanie, Pappel	Schinken	ein sehr rauchiges Aroma und eine dunkle Farbe
Hickory	Schwein, Rind, Lamm	ein sehr kräftiges Speckaroma
Kirsche	fetthaltigen Fisch (Makrele, Hering und Lachs), Geflügel, bedingt auch Schwein	ein leicht süßliches Aroma
Linde	Rind, Lamm und Schwein	eine tiefe goldgelbe Farbe
Mahagoni	Wild, Rind	eine satte dunkelbraune Farbe
Mesquite	alle Lebensmittel	ein sehr starkes Raucharoma
Nadelhölzer*		eine schwarze/rußige Farbe
Olive	Lachs und Meeresfrüchte (speziell Krusten- und Schalentiere), Rind, Käse, Pilze	ein fein öliges Aroma
Rebstockholz	Wild, Ente; in Kombination mit Olivenholz für Rindfleisch	leichte Fruchtaromen und eine goldgelbe Farbe
Wacholderholz	Wild; wird eher nur in kleinen Mengen (eine Handvoll) zur Mischungsveredelung verwendet	ein duftiges Ölaroma und eine dunkle Farbe
Walnuss	Schweinefleisch	ein vollmundiges Aroma und eine fein goldgelbe Farbe
Whiskeyfässer**	alle Lebensmittel; sehr intensiv, wird daher eher nur in kleinen Mengen (eine Handvoll) verwendet	ein deutliches Whiskeyaroma
Tannenmehl	Schwarzwälderschinken	ein etwas bitteres Aroma und eine sehr rauchige, tief-dunkle Farbe

* Nadelhölzer werden wegen der hohen Konzentration enthaltener Harze meist nur zum Nachglimmen innerhalb des Räuchervorgangs genutzt; unter Umständen verursachen diese einen zu hohen Gehalt an krebserregenden Kohlenwasserstoffen (PAK=polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe), deshalb sollte man privat eher nicht schwarzüchern.

** Chips bzw. zerkleinertes Holz von alten Whiskeyfässern, z.B. von Jack Daniels

Richtig eingekauft und gelagert

Insgesamt sollte darauf geachtet werden, dass das Holz und die Zusätze, die verwendet werden, weder modrig noch verschimmelt sind. Räuchermehl sollte außerdem möglichst wenig Rindenmaterial beinhalten, und die Späne sollten am besten gleich groß sein, damit eine gleichmäßige Rauchentwicklung stattfinden kann.

Grundsätzlich gilt: Gekauftes oder selbst hergestelltes Räuchermehl sollte in jedem Fall sauber, trocken und naturrein sein, frei von jeglicher

Verunreinigung und von chemischen Zusätzen wie zum Beispiel Farben, Ölen und Imprägnierstoffen. Dies ist am besten gewährleistet, wenn man das Material im Fachhandel kauft und auf Herkunfts- und Zertifizierungsnachweise achtet. Auf Nummer sicher geht man bei einem Produkt mit Biosiegel. Und: Das Mehl muss immer trocken und luftig gelagert sein, da sich sonst Pilze und Moder bilden können.

Räuchermehle werden aus unterschiedlichsten Hölzern hergestellt. Buche und Eiche sind geläufige Varianten, Wacholder-, Birken- oder Ahornmehle sowie Obstbaumhölzer verleihen dem Räuchergut raffiniertere Noten.



Die Räuchermethoden

Neben dem Räuchermehl bestimmt die Methode das Ergebnis des Räucherns. Und die Experten unter den Räucherern wissen, dass sogar die regionalen und saisonalen Unterschiede eine Rolle spielen können. Denn hohe Luftfeuchtigkeit, Küstenklima oder Bergwinde beeinflussen den Geschmack und die Textur des Räuchergutes genauso erheblich wie das gewählte Holz oder die Mehlmischung!

Doch bevor man solche Feinheiten unterscheiden kann, sollte man sich erst einmal grundsätzlich mit den unterschiedlichen Verfahren vertraut machen:

Die Raucherzeugung

Bei der Raucherzeugung unterscheidet man generell zwischen Glimm-, Schwel- und Katenrauch: Glimmrauch entsteht durch Verglühen von Sägespänen durch Feuer mit reduzierter Luftzufuhr. Schwelrauch wird dagegen erzeugt, indem das Räuchermehl unter hohem Druck bei minimaler Sauerstoffzufuhr per elektrischer Beheizung auf 300 bis 400 °C zum Glimmen gebracht wird. Und Katenrauch entsteht durch die Verbrennung von Torf und Heidemoos; diese Methode kann nur professionell unter Ausschluss gesundheitsschädigender Stoffe durchgeführt werden, deshalb ist sie auch für den Hausgebrauch verboten.

Das Kalträuchern

Das Kalträuchern dient in erster Linie zum Haltbarmachen. Heutzutage werden kaltgeräucherte Produkte vorwiegend fertig eingekauft, da sich der Zeit- und Arbeitsaufwand nicht so einfach in unseren Alltag integrieren lassen.

Beim Kalträuchern von Wild, Geflügel und Fleisch findet kein Garprozess statt, und somit muss das Räuchergut bei diesem Verfahren durch Beizen oder Pökeln vorbereitet werden. Durch diese vorgeschaltete Konservierung sind die jeweiligen Lebensmittel nicht mehr ganz roh und erhalten außerdem nebenbei schon vor dem Räuchern einen intensiven Grundgeschmack.

Was und wie wird geräuchert? Kaltgeräuchert werden normalerweise Fisch und Fleisch; dies dient in der Hauptsache der Konservierung, zum Beispiel von Wurst, Schinken, Speck oder Lachs, aber auch Käse. Man räuchert bei Temperaturen zwischen 15 und 30 °C (vorwiegend um 25 und 26 °C sowie bei einer maximalen Luftfeuchtigkeit von bis zu 80 Prozent) mit speziellen Hölzern, in der Regel mit Harthölzern wie Erle, Esche, Eiche und Buche. Fische wie Lachs, Meerforelle, Hering und Aal werden eher bei Temperaturen von 15 bis 20 °C geräuchert, meist in einem Zeitrahmen von ein bis sechs Tagen.

Wo wird geräuchert? Dieser stunden- oder tagelange Prozess wird in der Regel in großen Räucheröfen oder -kammern durchgeführt. Früher fand er auf dem Dachboden statt, woraus das traditionelle Dielenräuchern entstand. Dabei wird in der sogenannten Diele (ein großer Raum, oft ein Speicher mit Holzboden) der Rauch eines offenen, immer in Betrieb gehaltenen Feuers zur Langzeiträucherung verwendet: Schinken und Würste werden erst im Rauch und anschließend über Monate unter Zuführung von Frischluft durch die geöffneten Dachluken veredelt. Das Abhängen bei schwankenden Temperatur- und Feuchtigkeitsbe-

dingungen bringt eine sehr intensive regionale Wiedererkennbarkeit ins Produkt. Leider wird dieser uralte Brauch in der heutigen Zeit nur noch in wenigen Regionen angewendet, zum Beispiel dem Bayrischen Wald oder Mecklenburg-Vorpommern, da speziell Saibling aus der Müritz. Es gibt mittlerweile aber Räucherurse in einigen Gegenden, die das Wissen über die typischen althergebrachten Methoden wiederbeleben und weitergeben.

Beim professionellen Räuchern für den Großbedarf wird den Lebensmitteln ein standardisiertes Raucharoma für den allgemeinen Geschmack verliehen. Beim heimischen Kleinräuchern arbeitet man indes sehr individuelle Aromennoten nach eigenem Gusto aus.



Das Warmräuchern

Beim Warmräuchern liegt die Räuchertemperatur zwischen 30 und 60 °C bei hoher Luftfeuchtigkeit um 80 Prozent und die Räucherdauer zwischen 2 und 48 Stunden. Warmgeräuchert werden zum Beispiel Kassler, Kochschinken, Heilbutt oder Rotbarsch, denn sie bleiben bei dieser Technik saftig. Weil man jedoch bei dieser Methode die Lebensmittel genau in dem Zustand erwischen und aus dem Rauch holen muss, in dem sie weder richtig gar noch roh sind, eignet sie sich eher für ambitionierte Räucherer als für Anfänger.

Das Heißräuchern

Für den Räucheranfänger und ambitionierten Alltagsräucherer ist das Heißräuchern mit anschließendem Direktverzehr die Methode, die am leichtesten umsetzbar ist. Ohne viel Vorarbeit und Aufwand gelangt man schnell zu einem wohl-schmeckenden Ergebnis. Plus: Heißräuchern kann man sowohl auf dem Balkon als auch im Garten

Wer mit dem Räuchern erste Erfahrungen sammeln will, sollte mit dem einfachen Heißräuchern beginnen. Ein Wok mit Deckel und Siebeinsatz, etwas Alufolie und eine fertige Räuchermehlmischung reichen als Grundausstattung.



und sogar in der Wohnung. Weil sie so einfach und vielseitig ist, beruhen die Rezepte in diesem Buch zum größten Teil auf dieser Methode.

Wie wird geräuchert? Heißräuchern findet immer bei Temperaturen über 60°C statt. Da das Eiweiß ab dieser Temperatur gerinnt, wird bei dieser Methode streng genommen gegart und nicht geräuchert. Je höher die Temperatur beim Heißräuchern, umso kürzer die Räucherzeit. In der Regel gart und konserviert man rohes Fleisch oder rohen Fisch bei Temperaturen zwischen 60 und 100 bis zu 200°C über einige Stunden. Trockenes, intensives Heißräuchern bei Temperaturen von 80°C und darüber nennt man »Braten«. Diese Methode führt nicht nur zu einem höheren Wasserverlust bei den Lebensmitteln, sondern auch zu einer massiveren Geschmacksausbildung.

Was wird geräuchert? Heißräucherprodukte im Handel sind unter anderem Aal, Makrele, Sprotte, gekochter Schinken und Jagdwurst. Auch Forellen, Saiblinge, Meeresfrüchte (Jakobsmuscheln, Krabben), Schweinefleisch wie Bauchspeck, Rippchen oder Haxen, Rehkeulen und Hähnchenschenkel eignen sich zum Heißräuchern.

Das Flüssigräuchern

Industrielles Flüssigräuchern Beim Flüssigräuchern, das hauptsächlich als Industrieverfahren angewendet wird, wird den Lebensmitteln das charakteristische Raucharoma über das Einlegen in oder Besprühen mit Flüssigkeiten zugeführt. Die angereicherten Flüssigkeiten enthalten

echten Rauch und diverse Aromaträger oder Kräuterauszüge. Kresole und Holzessig sind die Hauptbestandteile, die sich durch das Benebeln im Räuchergut festsetzen. Das Verfahren sichert dem Produzenten eine konstante Qualität bei geringerem Aufwand und höherem wirtschaftlichem Ertrag. In Deutschland ist die Verwendung von Flüssigrauch nur mit Sondergenehmigungen erlaubt, da in dem dickflüssigen, braunen Öl auch alle Teerbestandteile komprimiert sind.

Dazu eine kleine Einkaufshilfe für gebrauchsfertig flüssiggeräucherte Lebensmittel (Käse, Salz et cetera) im Handel: »Mit Raucharoma« heißt, dass die so gekennzeichneten Waren ihren Geschmack künstlichen Aromen verdanken; nur der Begriff »geräuchert« garantiert, dass das Produkt auch wirklich Rauch ausgesetzt war.

Flüssigräuchern zu Hause Abgewandelt ist dieses Verfahren aber auch »hobbyköchetauglich« und einfach umsetzbar. Zum Beispiel durch Confieren. Das ist eine besonders schonende Art des Garens in warmem, aromatisiertem Öl bei Temperaturen unter 80°C. (Confieren bedeutet traditionell außerdem: Einmachen bzw. Haltbarmachen im eigenen Fett.) In der modernen Küche gart man beim Confieren vorwiegend Fisch in warmem Öl bei Temperaturen um die 70°C bis maximal 80°C. Bei dieser Methode bleibt die delikate Struktur, zum Beispiel eines Fisches, vollständig erhalten. Diese Zartheit gepaart mit einem leichten Raucharoma lässt Genießergaumen frohlocken! Aber auch feine Fleischstücke wie etwa Filetscheiben eignen sich zum Confieren. Und Krusten- oder Schalentiere ohne Schalen, denn sie nehmen das leichte Räucheraroma sehr schnell auf.

Die Räucherausrüstung

Für die »Hardware« beim heimischen Räuchern gilt: Man kann selbst mit geringem Aufwand zu großem Genuss kommen!

Für Anfänger

Die Grundausrüstung zum Hobbyräuchern kann zu Anfang lediglich aus einem alten Bräter aus Gusseisen, etwas Alufolie, einem Rosteinsatz und einer fertigen Räuchermehlmischung bestehen, mehr braucht man nicht zum Räuchergenuss zu Hause. Auch die Technik ist ganz einfach: Auf den Boden des Bräters gibt man die Alufolie und darauf das Räuchermehl, dann wird das Ganze wieder mit Alufolie bedeckt. Zuletzt das Räuchergut auf einem eingölten Rost einlegen. Nun den Bräter auf dem Herd erhitzen, sofort bei Rauchbildung von der Hitzequelle nehmen und die Lebensmittel mit Deckel räuchern. Dieses Prinzip funktioniert auch in der Pfanne, im Wok, auf dem Grill oder im kleinen Räucherofen. Empfehlenswert sind für Anfänger kleine Räucherpfannen aus dem Anglerbedarf inklusive Räucherstarterset.

Für Fortgeschrittene

Es gibt auch komplette Heißräuchergeräte im Handel, die aus Spiritusbrenner, Räuchermehl-

pfanne, Abdeckschale, einem Rost und einem Gehäuse mit Deckel bestehen. Hier wird das Räuchermehl in der Pfanne erhitzt, mit der Schale abgedeckt, das Räuchergut auf dem eingölten Rost platziert und der Deckel geschlossen. Und wen die Räucherleidenschaft dann gepackt haben sollte, für den gibt es schöne platzsparende professionelle Räucheröfen; Herstellernachweis und Bezugsquellenliste siehe Seite 124.

Für Spezialisten

Smoker Nicht ganz klassisch, aber auf dem Trendweg aus den USA zu uns nach Europa befinden sich die Barbecue-Smoker. Das sind Grills, bei denen Fleisch, Fisch und Co. nicht direkt über dem Feuer, sondern im heißen Rauch gegart werden. Das Feuer wird in der seitlichen Feuerkammer entfacht und in der Grube (englisch »Pit« für »Grube«, abgeleitet von den Erdgruben, in denen früher Fleisch zubereitet wurde) wird das Gargut im Rauch bzw. in der Heißluft gegart. Eine Besonderheit beim Zubereiten im Smoker ist die Verwendung von aromatisierten Holzspänen mit eigenwilligen Geschmacksrichtungen aus Amerika.

Altonaer Ofen Im diesem Ofen wird direkt über dem offenen Holzfeuer geräuchert. Er erinnert in seiner Form an eine aufrecht stehende

Rakete. Der Altonaer Ofen wurde gerne zur Jahrhundertwende in Schrebergärten aufgestellt und von mehreren Parzellen genutzt. Er ist eigentlich ein geschlossener Rauchabzug mit integriertem offenem Feuer. Durch die enorme Rauch- und Geruchsentwicklung bei dieser Räucher- methode werden Neubauten dieser Öfen heute jedoch nicht mehr zugelassen.

Klassische Räucherpfeife Diese Art von Räucherpfeife ist eigentlich nichts anderes als ein perforiertes Edelstahlrohr mit Schraubdeckel, in das man Edelspäne gibt. Die so gefüllte Räucherpfeife wird dann nach ausgiebigem Wässern (circa 15 Minuten) einfach in die Grillkohle oder auf den Gasbrenner gegeben. Nach etwa 15 Minuten beginnt es, aromatisch aus dem gelochten Rohr (Pfeife) zu rauchen, und man kann auf dem heimischen Grill bei geschlossenem Deckel räuchern. Gerade für Einsteiger ist dies eine einfache und kostengünstige Methode zu räuchern.

Molekulare Räucherpfeife So eine Räucherpfeife saugt innerhalb eines Zweikammernsystems den Rauch des Räuchermehl und der Aromenträger wie Kräuter oder Tees elektronisch an. Dann wird der Rauch über einen Schlauch meist in eine Glasglocke geblasen, unter der das Räuchergut steht; das kann ein ganzes Gericht oder nur ein Einzelprodukt sein. Das Besondere an dieser Methode ist mehr der aufsteigende aromatische Rauch beim Anheben der Glocke und der damit verbundene visuelle Reiz als das tatsächliche Räuchern. Es ist also eher für den großen Auftritt vor Gästen geeignet als für das gemütliche Räuchern in der Familie. Verschließt man die Lebensmittel jedoch

gleich frisch aus dem Rauch in einem Weckglas und lässt sie über einen längeren Zeitraum darin ziehen, erreicht man damit doch noch ein intensives Raucherlebnis. Denn durch die Lagerung entwickelt sich ein sehr starkes Kalträucheraroma. Räucherpfeifen gibt es in diversen Preisklassen. Bevor man sich für ein teureres Spezialgerät entscheidet, sollte man sich genau überlegen, ob und wie oft man es in seinem Kochalltag verwendet.

Die klassische Räucherpfeife wird mit Räucher- mehl gefüllt, gewässert und anschließend auf den heißen Grill gegeben, dann kann bei geschlossenem Deckel geräuchert werden. Mit dieser Methode kann jedem Grillgut eine zusätzliche Räuchernote verliehen werden.



Vor dem Räuchern

In der Regel ist dem Räuchern das Pökeln, Einsalzen und damit das erste Aromatisieren vorge-schaltet. Gesalzen oder gepökelt wird jedoch nicht nur um des besseren Geschmacks willen. Im Vordergrund steht traditionell die Konservierung des Räuchergutes. Während des Pökeln setzt die Osmose ein, hierbei dringt die Lake ins Gewebe des Räucherguts ein und ersetzt Wasser durch Salz. Je weniger Wasser in Lebensmitteln ist, desto trockener und haltbarer sind sie. Das Pökeln von Fleisch tötet außerdem zersetzende Mikroorganismen ab und verzögert die Oxidation des Muskel-farbstoffes, sodass das Fleisch eine ansehnlichere Farbe aufweist. Und: Alles, was geräuchert wird, muss trocken in das Räuchergerät kommen – das erreicht man ebenfalls durch Einsalzen oder Pökeln. Letzteres ist vor allem für Fleisch nötig, das kalt- oder warmgeräuchert wird. In den Rezepten in diesem Buch wird jedoch hauptsächlich das Heißräucher-Verfahren angewendet, weil es einfacher und daher für Hobbyräucherer besser geeignet ist. Und dazu müssen die Lebensmittel nicht unbedingt gepökelt werden, nass einsalzen oder in eine würzige Marinade legen reicht völlig aus.

Das Trockenpökeln

Bei diesem Verfahren werden Fisch oder Fleisch mit einer Mischung aus Pökelsalz und Zucker

(10 Gramm Zucker auf 1 Kilogramm Salz) eingerieben bzw. bedeckt, größeren Mengen werden anschließend übereinander geschichtet. Diese Methode ist wohl die zeitintensivste, denn je nach Größe der Fleischstücke kann die Pökellung bis zu sechs Wochen dauern. Pökelsalz sollte immer beim Metzger oder im Fachhandel bezogen werden.

Man kann jedoch auf der Basis des gekauften Pökelsalzes seinen hauseigenen Spezialmix selbst machen. Einfach mit verschiedenen Kräutern, zum Beispiel Thymian, Rosmarin oder Wacholder aufpeppen – fertig ist ein ganz individuelles Basisprodukt zum anstehenden Räuchern. Als Faustformel zur Herstellung der eigenen Pökelsalzmischung dienen folgende zwei Größen: 1. Zucker als Transportstoff ins Pökeltgut: 10 Gramm auf 1 Kilogramm Fleisch. 2. Frische Kräuter, gezupft: 20 Gramm auf 1 Kilogramm Fleisch.

Das Nasspökeln

Bei dieser Methode wird Fleisch in eine Pökelsalzlake gelegt. Durch die einsetzende Osmose wird das Eigenwasser des Fleisches nach und nach durch Salzlake ersetzt. Bei großen Stücken kann dieser Prozess bis zu vier Wochen dauern. Verwendet wird dazu in der Regel eine zwölfprozentige Lake. Dies bedeutet: Auf 10 Liter Wasser kommen

1,2 Kilogramm Pökelsalz. Was das Mengenverhältnis Fleisch und Lake angeht, sollte man die Faustformel 3:1 beherzigen, das heißt, 3 Kilogramm Fleisch wird in 1 Liter Lake eingelegt.

Nasspökeln eignet sich auch ideal dazu, das Räuchergut vorzuaromatisieren, denn die Basislake kann je nach Verwendung und Wunsch verfeinert werden. Gute Aromenträger dafür sind beispielsweise Rosmarin, Thymian, Wacholderbeeren oder Lorbeerblätter sowie die Schalen von Biozitrüsfrüchten. Dabei bitte beachten: Wenn Kräuter oder feste Gewürze, wie etwa Piment, Sternanis oder Langpfeffer, zur Geschmacksverbesserung verwendet werden, sollten sie mit der Pökellake aufgekocht werden, um Keime und Bakterien abzutöten. Vor der Verwendung zum Einlegen des Räucherguts sollte die Lake dann abgekühlt sein.

Man kann Pökellake auch auf eine rustikalere Art zubereiten: In einen Wassereimer gibt man eine geschälte rohe Kartoffel und rührt so lange Salz hinzu, bis die Kartoffel an der Oberfläche zu schwimmen beginnt. Die schwimmende Kartoffel zeigt an, dass die Lake gesättigt ist.

Das Trockensalzen

Im Unterschied zum Pökeln mit Pökelsalz verwendet man zum Einsalzen nur Kochsalz oder grobes Meersalz. Eingesalzen werden vorwiegend große Fische oder Fischseiten: Die gut gereinigten Fische werden innen und außen kräftig mit Salz und eventuell unter Zugabe von frischen Kräutern eingerieben und für einige Stunden zum Ruhen

gelegt (die genaue Zeit ist von Größe und Fischart abhängig). Ein einfaches Verfahren, das jeder Räucheranfänger meistern kann. Man sollte nur darauf achten, dass die Salzkonzentration auf dem Fisch nicht ungleichmäßig ist.

Das Nasssalzen

Im Gegensatz zum Trockensalzen wird beim Nasssalzen das Räuchergut in gesättigter oder ungesättigter Lake nass eingelegt. In der Regel 10 bis 12 Stunden lang, während es dunkel und kühl (10 bis 15 °C) gelagert wird. Die angesetzte Lake kann je nach Wunsch gewürzt werden. Jedoch nicht zu stark, da sie dann aufgekocht werden muss, um Keime abzutöten, und sie durch das Aufkochen nochmals an Würzkraft zulegt. Um den Eigengeschmack des Räucherguts nicht zu überdecken, sollte man außerdem nur Basisgewürze verwenden. Man kann für das Nasssalzen zwei Lakevarianten wählen:

Einlegen in gesättigter Lake Eine Lake ist dann gesättigt, wenn sie einen bestimmten Prozentanteil an Salz in sich trägt. Dies geschieht in einem Verhältnis von 1:1,5, das bedeutet, auf 1 Kilogramm Fleisch kommen circa 1,5 Liter Wasser.

Einlegen in ungesättigter Lake Eine andere Variante ist, das Räuchergut in ungesättigter Lake ziehen zu lassen. Hier werden pro 1 Liter Wasser 50 bis 80 Gramm Kochsalz zugegeben. Ungesättigte Lake dient sowohl als Vorbereitung zum Räuchern als auch zum Aromatisieren der Lebensmittel.

Das Räuchern – Step by Step

Räuchern kann man sowohl am heimischen Herd als auch auf Balkon, Terrasse und im Garten, beim Picknick oder Angelausflug. Wer im Haus räuchert, sollte jedoch bedenken, dass in der Küche bzw. Wohnung immer ein durchdringendes Aroma verbreitet wird, das sich teilweise lange in den Räumen hält, trotz geöffnetem Fenster. Ergo ist es gut, für eine Möglichkeit zu sorgen, den erhitzten Wok oder Bräter zum Räuchern ins Freie zu stellen, zum Beispiel auf Balkon oder Terrasse.

Räuchern im Bräter oder in der Pfanne

Dieses Verfahren ist super für Einsteiger geeignet, denn es erschließt einem im Handumdrehen die kulinarische Räucherwelt. Und das ohne große Anschaffungskosten, denn es bedarf nur eines Bräters (eventuell aus Gusseisen) oder einer hohen Pfanne, eines Rosts, der darin Platz hat, und etwas Alufolie zum Abdecken und zum Schutz des Räuchermehls vor möglichem eintropfendem Fett des Räucherguts. Das Mehl wird in dem Bräter (oder der Pfanne) auf dem Herd zum Räuchern gebracht, das Lebensmittel auf einem – meist leicht geölten – Rost in das Räuchergerät eingelegt, und das Ganze dann bei fest verschlossenem Deckel zur Räucherung ins Freie gebracht – fertig! Tipp: Ein nasses schweres Küchentuch auf dem Deckel bewirkt eine bessere Verschlussdichte.

Räuchern im Wok

Das Räuchern im Wok ist ähnlich schnell und sauber wie im Bräter und damit ebenso für Anfänger ideal. Auf den Boden des Woks kommt etwas Alufolie, dann etwas Räuchermehl darauf (ca. 3 Esslöffel) und wieder etwas Alufolie. Den Wok auf dem Herd erhitzen, bis sich Rauch bildet. Nun einen Rost leicht einfetten, die gewünschten Lebensmittel darauf legen und bei geschlossenem Deckel räuchern, am besten im Freien.

Räuchen im Spiritusbräter oder in der Räucherpfanne

Wer in ein Gerät fürs Freilandräuchern investieren will, für den ist ein Spiritusbräter bzw. eine -pfanne wohl die preiswerteste und flexibelste Einsteigervariante. Denn diese Bräter funktionieren als praktischer mobiler Tischbräter oder als Ersatz für einen Gasbrenner oder Grill und können sowohl auf Balkon und Terrassen als auch beim Picknick eingesetzt werden. Ideal sind sie außerdem für ambitionierte Angler, die schon beim Fischen ihre Beute vor- und zubereiten möchten. Durch die offene Flamme des Spiritus kommen im Inneren des Bräters schnell Temperaturen von über 100°C zustande. Beim Kauf sollte man daher



darauf achten, ein gutes Gerät zu wählen, das über ein Deckelthermometer zum Ablesen der Räucher-temperatur im Inneren des Bräters verfügt.

Räuchern im Kugel- oder Haubengrill

Räuchern im Grill birgt gleich mehrere Anwendungsmöglichkeiten:

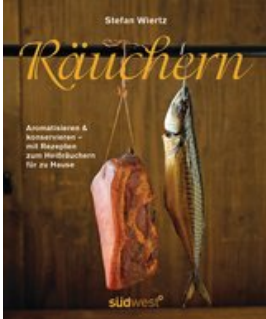
Räuchern über offenen Räucherscheiten und groben Spänen Hierbei bringt man die Scheite oder Späne zusammen mit Aromaträgern

Für das Räuchern im heimischen Garten reichen einfache Geräte wie Räuchertonnen und Räuchertischöfen aus. Sie sind einfach in der Handhabung und erzielen gute Ergebnisse. Ein größerer Ofen lohnt sich oft nur als gemeinsame Anschaffung mit Gleichgesinnten.

wie zum Beispiel Hickoryspänen zum Rauchen und setzt eine Aluschale als Tropfschutz darauf. Anschließend wird das Räuchergut auf dem leicht geölten Rost bei geschlossenem Deckel gegart.

Räuchern mit gelochter Grill- bzw. Räucherpfeife Man legt die Pfeife einfach in die Glut des Grills, bis diese zu rauchen beginnt. Als Einstiegsvariante kann man die gewässerten

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Stefan Wiertz

Räuchern

Aromatisieren und konservieren – mit Rezepten zum Heißräuchern für zu Hause

Gebundenes Buch, Pappband, 128 Seiten, 20,5x24,5
ISBN: 978-3-517-08742-9

Südwest

Erscheinungstermin: September 2011

Alles, was man übers Räuchern wissen muss!

Räuchern ist nicht nur eine der ältesten Konservierungsmethoden, sondern verleiht Fleisch und Fisch, aber auch Gemüse, Käse oder Meeresfrüchten ein unvergleichliches Aroma, das für einzigartige Genussmomente sorgt. In diesem Buch wird die klassische Methode grundlegend erklärt, aber auch neu entdeckt als sanfte Garmethode zur Veredelung von Lebensmitteln. Sie erfahren alles Wissenswerte, Tipps und Tricks zur altbewährten Konservierungsmethode, aber auch über die Aromatisierung mit Rauch. So können Sie auch in der Hobbyküche räuchern und mit einfachen Rezepten vollen Geschmack erzielen.