

MAGAZIN

Sonntag, 2. März 2025



Frisch gefangen

Die Meere sind überfischt. Heimische Süßwasserfische liegen deshalb im Trend. Als Besonderheit glänzt neuerdings die gezüchtete Goldforelle aus regionalen Gewässern.

Goldstück aus dem Wasser

Die Goldforelle ist eine Besonderheit, wenn es um regionalen Fisch geht. Was sie kulinarisch auszeichnet, erklärt Chefkoch und Fischfan Fabio Birlmair vom „Schwarzfischer“ in Stams. Dazu ein Rezept.

Text: Liane Pircher
Fotos: Rita Falk

Der Stiftsweiher unterhalb des berühmten Stiftes Stams zählt zu den ältesten Tirols. Bereits Kaiser Maximilian soll daraus Speisefische gegessen haben. Mit Garantie waren es Süßwasserfische wie eine Bachforelle oder ein Saibling. Blickt man heute in die Teichgewässer der Fischzucht, sieht man es an der Oberfläche golden blitzen. Es sind so genannte japanische Goldforellen (Albinoforellen), die hier als schöne gold-orange Farbtupfer inmit-



Rezept

ZUTATEN:

200 g Goldforellenfilet pro Person
1 unbehandelte Zitrone
Kapern oder Kapernblätter
frische Kräuter der Saison, z. B. Schnittlauch, Kerbel, Petersil
Parmesan, Salz, Öl

350 g Topinambur fürs Püree
50 g Topinambur für Chips
30 ml Sahne
20 g Butter
Salz

ZUBEREITUNG Goldforelle:

Goldforellenfilet trocken tupfen, salzen, außen gut mit Öl einreiben, damit es beim Grillen nicht kleben

ten von Forellenarten und Saiblingen schwimmen. Als Laie könnte man sie auf den ersten Blick fast mit den berühmten Koi verwechseln. Die Idee für diese Zucht kommt auch aus Japan, letztendlich sind Goldforellen eine eigene Zucht aus Bachsaibling und Regenbogenforelle. Hier in Stams, wo das junge Pärchen Maria und Fabio Birlmair die Fischzucht samt (dem mittlerweile mehrfach ausgezeichneten) Restaurant „Schwarzfischer“ führt, sind die Goldforellen seit einem Jahr Teil ihres regionalen Küchen- und Fischzuchtkonzepts. Man kann hier fischen, den Fang daheim selber zubereiten, aber auch essen: „Warum Meeresfisch, wenn es gleich um die Ecke bei uns die Möglichkeit gibt, gute Süßwasserfische zu züchten“, sagt Fabio, der gelernter Koch und Biologe ist.

Kaltes Wasser tut Forellen gut

In Fabios Küche kommt nur Regionales. Für die Besetzung mit Goldforellen hat man sich vor einem Jahr gemeinsam mit dem Hausfischer Angelo entschieden. Vorrangig sei es die Farbe, die diese Fische so besonders macht. Geschmacklich kann man das weiße Fleisch mit der Lachsforelle vergleichen, sie schmeckt mild und fein. Wie alle anderen Forellen ist auch die Goldforelle um die drei Jahre alt, bevor sie fangfertig ist: „In kalten Gewässern wie hier in Tirol wachsen Süßwasserfische langsamer als etwa in wärmeren Gegenden wie in Italien. Für den Geschmack ist das gut, im Preis sind heimische Fische dafür etwas teurer“, erklärt Fabio. Bevor eine Forelle in der Küche verarbeitet wird, sollte sie zwischen vier und acht Stunden am besten zwischen 0 und zwei Grad „ablagern“. Das ist gut für den Geschmack, dann lassen sich auch Gräten leichter entfernen.



Koch und Meister der Fischzubereitung Fabio Birlmair mit zwei fangfrischen Goldforellen.

bleibt. Das Filet auf offenem Feuer (optional in einer Fischpfanne, diese gut ölen) ca. 8 bis 10 Minuten auf der Hautseite grillen. In der Pfanne (ohne Grillkorb) bei mittlerer Hitze auf der Hautseite braten. Butterschmalz verwenden. Kräuter fein hacken und mit dem Parmesan auf dem gegrillten Filet verteilen. Ebenfalls die Zesten der Zitrone über den Fisch reiben und mit Kapern/Kapernblättern ausgarnieren.

Fürs Püree:

350 g Topinambur schälen, in gesalzenem Wasser sehr weich kochen. Abgießen. Die Topinamburknollen mit Sahne, Butter und Salz in einem Mixer pürieren, bis eine glatte Creme entsteht. Für die Chips den restlichen Topinambur ganz fein hobeln und bei ca. 150–160 Grad frittieren, bis die Chips goldbraun sind. Als Topping übers Püree geben.

