



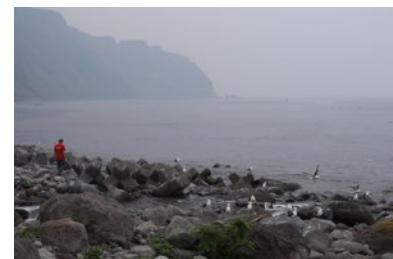
Einst eine Methode zur Konservierung, wird der Fisch heute eher aus aromatischen Gründen eingelegt. (Zürich, 8/2014)

SAKE NO MISOZUKE

Lachsfilet, in einer Paste aus Miso, Mirin und Yuzu gebeizt – roh oder gebraten verzehrt

Die Stadt Shibetsu im Osten von Hokkaido liegt ganz in der Nähe des Shiretoko-Nationalparks und der Küste von Rausu, wo ein in ganz Japan bekannter *Kombu* (Riementang) produziert wird. Shibetsu selbst ist berühmt für seinen Lachs, der hier in ganz besonderen Mengen gefangen wird. Lachs-Freunde können von einer speziellen Brücke aus beobachten, wie sich zwischen August und November die Ketalachse (*Oncorhynchus keta*) und Buckellachse (*Oncorhynchus gorboscha*) den Shibetsu River (標津川) hochkämpfen. Die Gemeinde hat dem Lachs sogar ein eigenes Museum gewidmet, das Shibetsu Salmon Museum. Es verfügt über die größte Sammlung von Lachsfischen (*Salmonidae*) Japans, die es unter anderem in einem riesigen Aquarium ausstellt. Das große Haus, das ein wenig an eine Fabrik erinnert, erklärt dem Besucher Leben und Kultur des Lachses in allen Facetten (wenn auch leider fast ausschließlich auf Japanisch).

Klar, dass der Lachs auch in den verschiedenen Restaurants der Stadt ganz oben auf der Speisekarte steht und auf unterschiedliche Weise serviert wird. In einem Lokal, das im Zentrum der Siedlung an der Hauptstraße liegt, bekamen wir ein Lachsfilet vorgesetzt, das



Hinter allen Biegungen | «Jetzt aber bräuchte ich ein Schiff oder Flügel, um weiterzukommen. In wenigen Metern schließen die Felsen bis ans Meer, und links beginnt der dichte Wald des Shiretoko. Es regnet ganz leicht und ein Duft von Jod liegt in der Luft, die feucht wirkt und schwer. Die See gleicht einem erst zerknitterten, dann mit den Händen geglätteten Laken.»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 26. Juli 2014.



Die Stadt Shibetsu ist berühmt für ihren Lachs, dem sie sogar ein eigenes Museum gewidmet hat. (7/2014)



Das Museum ist ein etwas eigen-
tümlicher Ort. Man kann dort in
einem großen Aquarium Lachse
in allen denkbaren Schritten ihrer
Entwicklung beobachten.



Wer Lust hat, die Futterkette in
Frage zu stellen, kann sich von Wel-
sen anknabbern lassen.

vor dem Braten in Miso mariniert worden war. Der Fisch war Teil eines ganzen Sets, zu dem auch eine Misosuppe, Pickles, ein Salat, eine leicht fermentierte Pflaume, ein Eierstich (*Chawanmushi*) und natürlich Reis gehörten.

Vor Erfindung des Kühlschranks entwickelten die Japaner diverse Methoden, Fisch haltbar zu machen. Nebst dem Trocknen oder Einsalzen, das immer noch viel praktiziert wird, legten sie den Fang auch gerne in Miso ein. Auch diese Technik wird heute immer noch in vielen Küchen angewandt – wenn auch weniger aus konservatorischen Gründen, denn wegen des speziellen Aromas, das der Fisch in der Paste entwickelt.

Misozuke (味噌漬け) wird gewöhnlich auch zu den sogenannten *Tsukemono* (漬物) gerechnet, also zu den «eingelegten Dingen». Wir sind aber nicht sicher, ob das Einlegen in Miso auch tatsächlich einen Fermentationsprozess in Gang setzt, also eine enzymatische Umwandlung. Sauer oder gar alkoholisch schmeckt der Fisch auf jeden Fall nicht. Welche Begriffe man verwendet, hängt natürlich auch davon ab, was man zum Beispiel unter Fermentation versteht – und da gehen die Ansichten ja bekanntlich weit auseinander. Wir sprechen hier auf jeden Fall nur von *gebeiztem Lachs*.

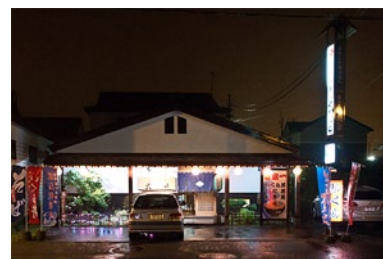
In der Misomarinade wird der Fisch deutlich fester, glänzend und etwas transparent, er nimmt eine dunklere Farbe an und bekommt eine leicht glitschige und klebrige Konsistenz. Er verströmt einen eigentümlich gekochten Geruch mit kräftiger Misonote. Roh hat er im Mund eine käsige Konsistenz und ist nur leicht salzig.

Das Aroma bewegt sich entlang den Achsen Fisch, Miso und Beize – ein Geschmack wie aus einer anderen Zeit. Man denkt an *Gravad Lachs* und Co. – und doch ist der Flavour ganz anders. Der Nachgeschmack kann überraschend heftig sein – vor allem, wenn Weißwein mit im Spiel ist.

Beim Braten tritt das salzig-erdige Aroma stärker in der Vordergrund. Es kontrastiert auf belebende Weise mit dem leicht angebrannten Duft der Haut. Die Konsistenz ist käsige und doch fischig, fest. Brät man den Fisch ganz durch – was wir vermeiden – ist das Fleisch etwas trocken, weicht das Salzaroma einem Geschmack, der ein wenig an geräucherten Lachs erinnert.

Wir packen etwas getrocknete Yuzuschale (oder ersatzweise frische Zitronenzeste) in die Marinade, was dem Fisch im Hintergrund einen ganz leichten Hauch von Zitrus verpasst. Manche Rezepte empfehlen, den Lachs mit einem Zitronenschnitt zu servieren. Unserer Meinung nach verwässert dies das Aroma des Fisches. Wir geben hier nur das Rezept für den Lachs wieder. Als Beilage könnte man zum Beispiel eine Misosuppe, ein oder zwei Pickles, etwas Algensalat und natürlich Reis servieren.

Man kann den Lachs auch ohne Braten, direkt aus der Marinade genießen. Er hat im Mund eine käsige Konsistenz und schmeckt auf eine interessante Weise weder wirklich roh, noch richtig gekocht.



Auch in diesem Restaurant, das an der Hauptstraße im Zentrum von Shibetsu liegt, steht der Lachs ganz oben auf der Speisekarte. (7/2014)



Roh genossen hat der Fisch im Mund eine käsige Konsistenz und ist nur leicht salzig. Das Aroma bewegt sich entlang den Achsen Fisch, Miso und Beize.



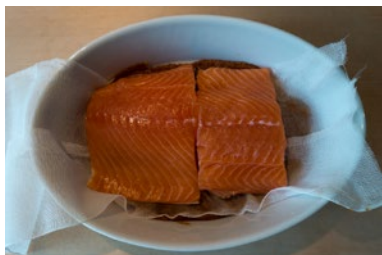
Sake no misozuke wird in diesem Restaurant in Shibetsu als Teil eines ganzen Sets serviert, zu dem außerdem eine Misosuppe mit Lauch, Pickles, ein Algen- Gurken-Salat mit gesalzene Ingwer, eine leicht fermentierte Pflaume, ein Eierstich (*Chawanmushi*) mit Pilzen und natürlich weißer Reis gehören. Zum Lachsfilet reicht das Lokal eine Scheibe Zitrone und etwas geriebenen Daikonrettich. Alle Bestandteile des Menus werden auf einem dunkelrot lackierten Tablett serviert. (7/2014)

FÜR 2–4 PERSONEN

- 400 g Lachsfilet mit Haut (in einem oder in zwei Stücken)
- 400 g Miso, nicht zu dunkel
- 5 EL Mirin
- 1 TL Yuzuschale, gefriergetrocknet (alternativ etwas fein gehackte Zitronenzeste)
- 1 St. Wundgaze
- 2 EL Rapsöl



Hälfte der Paste ausstreichen, Gaze so hineindrücken, dass etwa die Hälfte des Stoffes im Miso liegt.



Lachs auf die Gaze setzen und sanft hineindrücken.



Die zweite Hälfte der Gaze über den Fisch schlagen.



Verbleibendes Miso über das Filet verteilen und so ausstreichen, dass der Fisch überall bedeckt ist.

Zubereitung (Marinierzeit 33 Stunden)

- 1 | Fischfilets wenn nötig reinigen und von Gräten befreien.
- 2 | Miso, Mirin und Yuzuschale zu einer Paste verrühren. Die Hälfte der Paste auf dem Boden einer flachen Schale ausstreichen, die etwas größer ist als das Filet. Die Gaze so hinein drücken, dass etwa die Hälfte des Stoffes im Miso liegt. Den Fisch darauf setzen, die zweite Hälfte der Gaze darüber legen. Ziel ist es, dass der Fisch in der Gaze eingepackt ist – das gestattet es später, ihn gut aus der Marinade zu lösen. *Ist der Gazestreifen (wie in unsere Fall) nicht breit genug, kann man zwei Streifen nebeneinander legen. Wir marinieren den Fisch auf unseren Bildern in einer ovalen Schale, was eher ungeschickt ist – eine rechteckige Schale wäre besser, ist doch auch das Lachsfilet eher rechteckig.*
- 3 | Die verbleibende Marinade über den Fisch verteilen und so ausstreichen, dass die Filets überall bedeckt sind. Schale mit Küchenfolie verschließen. Fisch bei Raumtemperatur (aber nicht mehr als 22 °C) etwa 9 Stunden ziehen lassen, dann für weitere 24 Stunden in den Kühlschrank stellen. *Selbstverständlich kann man den Fisch auch weniger lang oder länger marinieren – entsprechend wird sein Aroma etwas anders ausfallen. Generell wird die Textur mit der Zeit fester, das Aroma salziger und zugleich süßer.*
- 4 | Den Fisch aus der Misomarinade lösen, was dank der Gaze problemlos möglich sein müsste. Sollte doch etwas Marinade an dem Fisch haften, diese abschaben. *Im Verlauf der Marinierzeit verändern sich die Farbe und die Konsistenz der Marinade. Diese kann für weitere Misozuke gebraucht werden (allerdings nur für Fisch). Sie hält sich im Kühlschrank mindestens eine Woche.*
- 5 | Rapsöl in einer Pfanne mit Antihafbeschichtung erhitzen. Den Fisch auf der Hautseite hinein legen und 3 Minuten scharf anbraten (die Haut darf durchaus etwas angekohlt sein) – wenden und auf der Fleischseite 1 bis 2 Minute braten. In Tranchen schneiden und sofort servieren. Man kann den Fisch natürlich auch auf dem Grill zubereiten – das Fleisch ist so kompakt und fest, dass es weniger schnell auseinanderbricht als bei frischem Fisch.

Auch die Kochschule Cookuk in Aarau hat Sake no misozuke 2014 in ihr Repertoire aufgenommen: Susanne Vögeli, die Chefin der Schule, mischt das Miso mit Sake und Limonschale zu einer geschmeidigen Paste. Statt Gaze verwendet sie ein stabiles Haushaltspapier und kommt insgesamt mit etwas weniger Misopaste aus. Zudem stellt sie den gebeizten Fisch sogleich in den Kühlschrank, lässt also die Phase bei Raumtemperatur aus. Im Cookuk wird der Lachs auch immer roh verzehrt, manchmal als Teil anderer Speisen aus Japan, manchmal als Tapa oder zu einem Salat.

Wir hatten bei einem unserer Rezeptetests etwas Fisch übrig, den wir in Flocken zerteilt und eingefroren haben. Später haben wir die Flocken in einen mit Miso gewürzten Risotto gegeben – eine sehr komfortable Speise, ein Misotto mit Lachs sozusagen.