

Bratheringe

Unter Bratheringen werden meist die in Gewürzsud eingelegten gebratenen Heringe verstanden. Das Gericht aus frisch gebratenen Heringen heißt z.B. in Sachsen Gebackene Grüne Heringe – als *Grüne Heringe* bezeichnet man frisch gefangene Heringe, keine Salzheringe!

Gebackene Heringe sind natürlich die Voraussetzung für eingelegte Bratheringe. Darum will ich mit diesen beginnen.

Man findet viele Brathering-Rezepte im Internet. Wobei man oft den Eindruck hat, dass da nur einer vom anderen abschreibt – samt den Rezeptfehlern.

Gebackene Grüne Heringe

10 Grüne Heringe (etwa 1kg küchenfertige Fische) – *säubern* – *säuern* – *salzen*



Wenn nicht küchenfertig gekauft: Heringe ausnehmen, Kopf abschneiden unter fließend, kaltem Wasser waschen.

Beim Ausnehmen darauf achten (auch bei den küchenfertig gekauften!), dass innen die schwarze Bauchhaut mit entfernt wird – sie hat einen tranig-fischigen Geschmack.

Die Mittelgräte ziehe ich nicht! Erstens reißt man oft gutes Filet mit heraus und zweitens wird der Hering beim Braten sowieso ziemlich instabil und fehlt dann noch die Mittelgräte, zerbricht er umso leichter. Außerdem lässt sich die Mittelgräte bei der Mahlzeit problemlos entfernen. Und für Leute, die Angst vor Gräten haben ist dieses Gericht sowieso nicht das Richtige.

Nach dem Waschen die Fische mit Küchenkrepptrockentupfen und innen und außen mit Essigwasser abreiben. Innen etwas Salz einstreuen – das festigt das Fleisch. Dann die Heringe für zwei Stunden in den Kühlschrank.

Danach die Fische wiederum trocken tupfen, außen gut salzen und in Mehl wälzen. Überschüssiges Mehl wieder abschütteln. Nach dem Mehlen sofort braten! – so werden sie besonders schön knusprig. Zum sofortigen Verzehr brate ich sie in reichlich Butterschmalz *) – beide Seiten je in 4-5 Minuten kross.

Und sofort essen – am liebsten mit Kartoffelmus:

Richte auf dem Teller den Kartoffelmus mit „kleinen Vertiefungen“ (für den Bratensatz) an, gib einen Bratfisch drauf und 1 Löffel Bratensatz. Ich wette, Du wirst 5 Fische aufessen.

Vergiss nicht, zwei Flaschen Bier kalt zu stellen – der Fisch muss schwimmen!

Ich will nicht verschweigen, dass diese köstliche Mahlzeit mit einem ungeliebten Fischbratgeruch erworben werden muss, der sich bei schlechter Lüftung einige Tage hält...

Ich brate darum immer auf der Terrasse.

*) Für die Heringe allerdings, die später eingelegt werden sollen, neutrales Rapsöl zum Braten nehmen, weil das Schmalz beim Abkühlen erstarrt.

Eingelegte Bratheringe

Heringe nach obigem Rezept braten, zum „Entölen“ auf Küchenkrepp legen und abkühlen lassen.



In der Zwischenzeit den Gewürzsud bereiten

½ L Weinessig (5%ig)

¼ L Wasser

100g Zucker

8 Pfefferkörner

6 Piment

4 Wacholderbeeren

2 Lorbeerblätter

2 EL Senfkörner

5 Minuten aufkochen und abkühlen lassen.

Die Zwiebelringe von einer Gemüsezwiebel gebe ich erst nach dem Aufkochen hinzu, damit sie nicht so matschig werden.

Wichtiger Tipp für die richtige Würze: Wenn man beim Abschmecken meint, der Sud sei sauer genug, muss noch ein Schuss Essig dazu! Das heißt, Der Sud muss etwas *zu sauer* sein. (*ich nehme zum Abschmecken Essigessenz*).

Die gebratenen abgekühlten Heringe in ein rechteckiges Gefäß legen und den abgekühlten Gewürzsud über die Bratheringe geben.

Keinesfalls den heißen Sud darüber, wie manchmal zu lesen ist – es sei denn, man mag die Bratheringe „schön matschig“. Die Heringe sind durch das Braten gar, die brauchen nicht noch nachgaren!

Nun sollte das Ganze abgedeckt für mindestens zwei Tage in den Kühlschrank. Dort halten sie sich auch noch längere Zeit.

Bei mir allerdings nicht...



*