

# Wenn Fische saunieren ...

*Was es mit der „Fischsauna“ auf sich hat und warum die steirischen Teichwirte in diesem Leben wohl keine Freundschaft mehr mit dem Fischotter schließen.*

... Von Alexandra Binder

Nein, es ist nicht der neueste absurde Küchentrend, beim Saunieren sein Mittagessen zu kochen – obwohl das durchaus funktionieren könnte und Zeit sparen würde. Aber das machen nicht einmal die Finnen, die bekanntlich spinnen. „Fischsauna“ ist der Fachbegriff dafür, fangfrische Fische schonend zu dämpfen. Dabei erhalten sie ihre wertvollen Inhaltsstoffe am besten. So jedenfalls machen es die steirischen Teichwirte am liebsten und die müssen ja wissen, wie es geht. Schließlich gibt es aktuell 400 von ihnen, die Forellen, Lachsforellen, Bachforellen, Saiblinge und Karpfen züchten oder Fischliebhaber zum selbst Angeln einladen. Satt 1.200 t bringen sie jährlich auf den Markt, die sich je zur Hälfte auf Karpfen und forellenartige Fische aufteilen.

## Wie kommt das?

Der Erfolg erklärt sich einerseits aus der Frische und den kurzen Transportwegen, andererseits stehen Meeresfische und Importe schon seit geraumer Zeit in der Kritik – nicht nur wegen der Quecksilberbelastung. Im Übrigen ernähren sich die heimischen Fische naturnah, und verschiedene Arten bilden eine vielfältige Teichgemeinschaft aus Karpfen, Stören, Amure und Schleien sowie Raubfischen wie Hechten, Welsen und Zandern. Das Grundeln? Sprich der schlammige Geschmack, den man dem Karpfen gern zuschreibt? Ist längst passé. Heute verbringt der Karpfen nach der Teichzeit noch zwei Wochen im Frischwasser. Davor ernährt



© Fischerei Ausserland

er sich in der Steiermark von Plankton und Insekten, Gerste und Ölkuchen (das ist der Presskuchen von der Kernölherstellung).

Doch zurück zur Fischsauna: Sie mögen keinen gedämpften Fisch, hätten aber doch irgendwie gern ein fastentaugliches Rezept? Wie gefällt Ihnen die Idee, den Karpfen als Suppe mit viel Wurzelgemüse zu genießen? Noch immer zu viel chi-chi? Dann empfehlen wir eine klare Suppe, das ist die ideale Fastenspeise. Viel zu fett? Das täuscht. Mit 12 Prozent weist der Karpfen einen ähnlichen Fettgehalt auf wie Lachsforellen. Die klare Suppe geht so: Sie brauchen 400 g Karpfenkarkassen, 1 Karpfenfilet, 50 g Lauch, 2 Zwiebeln, 0,2 l Weißwein, 8 Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 80 g Staudensellerie und 80 g Karotten. Alle Zutaten, außer dem Filet, werden mit kaltem Wasser

angesetzt und zum Kochen gebracht. Reduzieren Sie die Hitze und köcheln Sie das Ganze etwa eine Stunde. Schneiden Sie dann das Filet in kleine Stücke, lassen es kurz darin ziehen, entfernen die Karkassen, et voilà – die Suppe ist servierbereit.

## Ohne Fischotter wäre alles gut

Erhältlich sind der Karpfen und seine Genossen allein in der Steiermark bei 85 Direktvermarktern und 30 Bauernmärkten. Und zwar das ganze Jahr über in geringen Mengen, obwohl es mit der Selbstversorgung, die in Österreich Fisch betreffend nur bei 6 Prozent liegt, rein rechnerisch gesehen mit Ende Jänner eigentlich vorbei wäre. Geplant ist zwar, sie innerhalb der nächsten zehn Jahre auf 12 Prozent zu verdoppeln. Ob aber auch durchführbar ist, was da in der Zukunftsstrategie „Land- und

Forstwirtschaft 2030“ festgelegt wurde, steht auf einem anderen Blatt Papier. Und auf dem steht weit oben auch in ganz großen Lettern „Fischotter“. Die niedlichen Tierchen gehören nämlich zu den Fischräubern und sollen laut LK-Präsident Franz Titschenbacher allein in den steirischen Gewässern täglich über als 1.500 kg Fische vertilgen – auf das Jahr gerechnet sind das 500 t! Besonders lieben sie offenbar Leckerbissen, wie deren Herz oder andere Innereien. Einfach abschießen geht allerdings nicht, denn Fischotter sind in der Steiermark geschützt. Wer dennoch dagegen vorgehen will, der braucht eine Einzelfallprüfung. Und da sind die Kriterien streng. Es gilt, davor alle Schutzmaßnahmen wie fixe Zaunanlagen, E-Zäune, Fischgitterkäfige & Co auszuschöpfen und außerdem nachzuweisen, dass der Schaden mit 100%iger Sicherheit durch Otter verursacht wurde. Eine zeitnahe Lösung scheint nicht in Sicht. Und vom Fasten hält der Fischotter erfahrungsgemäß auch rein gar nichts ...

[www.teichwirteverband.at](http://www.teichwirteverband.at)



© Andrea Knura

## IMPRESSUM:

### Medieninhaber und Herausgeber:

„bauernladen.at“ B2B GmbH  
Anschrift: Brehmstraße 10, 1110 Wien

Telefon: +43 1 91920 2111

E-Mail: [office@bauernladen.at](mailto:office@bauernladen.at)

Homepage: [www.bauernladen.at](http://www.bauernladen.at)

### Geschäftsführer:

Germanos Athanasiadis, Markus Bauer

### Redaktion:

Andrea Knura (Chefredakteurin),  
[office@bauernladen.at](mailto:office@bauernladen.at),  
Brehmstraße 10, 1110 Wien

### Druck:

Herold Druck und Verlag AG, 1030 Wien

Offenlegung gem. §25 Mediengesetz:

<https://bauernladen.at/seite/impressum>

## Der Bauernladen Gut-Schein



**Gutes zum Schenken  
für Kunden, Mitarbeiter  
und jeden Anlass.**