

Leonhard Fischereiartikel präsentiert

Lachs & more

«Geniessen Sie den echten Alaska Lachs –
direkt von Ihrem Partner vor Ort.»



Geschätzte Lachsliebhaberinnen

Geschätzte Lachsliebhaber

Einmal mehr darf ich Ihnen die neuste Ausgabe von «Lachs & more» überreichen. Angehängt finden Sie nicht nur eine aktuelle Bestellkarte sondern vermittelt Ihnen der Innenteil einige Informationen über Alaska-Lachs. Abgerundet wird diese gelungene Broschüre mit zwei herrlichen Lachsrezepten.

Ich wünsche Ihnen jetzt schon einen guten Appetit mit feinstem, echten Wildlachs oder Heilbutt aus Alaska. Oder wie wär s einmal mit einem schmackhaften Krabbenbein?

Ich danke Ihnen im Voraus für Ihre Bestellung.



René Leonhard



Herausgeber

Leonhard Fischereiartikel
Zürichstrasse 9 – 8600 Dübendorf
Tel. +41 44 825 14 12 – Fax +41 44 825 14 23
Email: fischerleo@bluewin.ch – www.fischerleo.ch

Gestaltung

Cyrell Weiss – Grafik & Webdesign
www.cyrellweiss.ch





Alaska-Lachs

In den Gewässern in und um Alaska leben fünf Wildlachsarten: **Rotlachs, Hundslachs, Königslachs, Silberlachs und Buckellachs**. Sie gehören zur Familie der Salmoniden und leben anadrom. Das heißt, sie leben im Meer und kehren, wenn sie geschlechtsreif sind, in denjenigen Fluss zurück, in dem sie geboren wurden. Nach dem Laichen stirbt der pazifische Lachs, während der atlantische Lachs mehrere Male ins Meer zurückkehren kann. Alaska-Lachse ernährt sich unter anderem von Krebstieren, die dem Lachsfleisch die charakteristische rötliche Farbe verleiht. Bis zur Geschlechtsreife vergehen je nach Lachsart ein bis sieben Jahre. Während dieser Zeit fressen die Lachse im Meer genügend Fettreserven an, um die Rückwanderung zum Laichen an ihre Geburtsplätze im Süßwasser antreten zu können. Mit Durchschnittsgeschwindigkeiten von 50 bis 100 Kilometern pro Tag legen die Fisch im Laufe ihres Lebens Tausende von Kilometern zurück.





Aussehen

Bezeichnend für lachsartige Fische ist das feste, rot bis hellorangefarbene Fleisch, sowie eine dicke, strahlenlose Hautfalte zwischen Rücken- und Schwanzflosse.

Die ins Meer abwandernden Junglachse durchlaufen eine physiologische Veränderung, die es ihnen ermöglicht, im Meerwasser mit 28 bis 32% Salzgehalt zu leben. Dieser Vorgang der «Smoltifizierung» verändert auch das Erscheinungsbild der kleinen Lachse. Sie verlieren die dunkel gefärbten Streifen und erhalten ein silbriges Aussehen mit dunklem Rücken. Beim Herannahen der Geschlechtsreife legen die bis dahin silberblanken Lachse mit dunkelblauem Rücken je nach Art ihre Laichtracht mit Oliv bis braun gefärbtem Rücken und Gelb/rötlichen Seiten an. Der zu diesem Zeitpunkt farbenprächtigste Vertreter der Lachse ist der Rotlachs oder auch Sockeye genannt, der annähernd scharlachrot in die Flüsse zum Laichen aufsteigt.

NÄHRWERTE ALASKA-LACHS FRISCH / TIEFGEKÜHLT pro 100g

	Kalorien	Eiweiss (g)	Fett (g)	Gesättigte Fettsäuren (g)	Natrium (mg)	Cholesterin (mg)	Omega-3s EPA + DHA (mg)
KÖNIGSLACHS	250	26	13	3	60	85	1700
ROTLACHS	220	27	11	2	65	85	1200
SILBERLACHS	140	23	4	1	60	55	1100
KETA-LACHS	155	25	5	1	65	95	800
BUCKELLACHS	150	37	4	1	85	65	1300



Der Lebenszyklus

1 Die Lachseier reifen und die Larven schlüpfen im Kies des Flussbetts. Im Frühling steigen sie vom Boden empor und beginnen ihre Wanderung.

2 Einige Lachsarten wandern gleich die Flüsse hinab zum Meer, während andere ein bis drei Jahre im Süßwasser der Flüsse und Seen bleiben.

3 Im Meer fressen die Junglachse Plankton und kleinere Fische und weichen Raubtieren wie Vögeln, Seehunden, Walen und anderen Fischen aus.

4 Alaska-Lachse wandern tausende von Meilen. Je nach Art brauchen sie zwei bis vier Jahre, um in den kalten, nährstoffreichen Gewässern des Nordpazifik auszuwachsen.

6 Das Lachsweibchen gräbt eine Kuhle im saubersten Teil des Flussbetts und wählt dann ein Männchen, um die Eier zu befruchten, während es sie in die Kuhle legt. Alle Alaskalachse sterben, nachdem sie einmal in ihrem Leben gelaicht haben.

5 Im Sommer leitet ihr Instinkt die Lachse auf ihrer Wanderung in die Flüsse Alaskas, in denen sie einst zur Welt kamen.

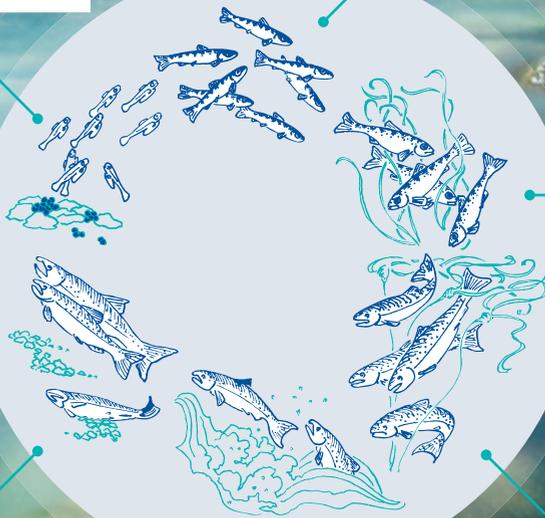


Illustration: © Morgan Humphreys Davis



Die Lachsarten

KÖNIGSLACHS (King)

Hautfarbe-Güteklassen:

«brite,» «blush,» «redskin»

In Bezug auf Größe, Geschmack und Konsistenz verdienen Alaskas Königslachse ihren königlichen Status und hohen Preis. Diese großartigen Fische sind geschätzt wegen ihrer Fleischfarbe, ihrem hohen Fettgehalt, delikater Konsistenz und saftigem Fleisch. Königslachse werden vor allem in der gehobenen Gastronomie serviert und auch gern zum Räuchern genommen. In der Regel werden sie ganz, als Steak, Filet und geräuchert verkauft.



ROTLACHS (Sockeye)

Hautfarbe-Güteklassen:

«brite,» «blush,» «redskin»

Rotlachse sind die zweithäufigste Lachsart Alaskas. Viele Rotlachse gehen nach Japan, wo sie wegen ihrer charakteristischen dunkelroten Fleischfarbe beliebt sind. Allerdings geht jetzt immer mehr auch in die EU oder verbleibt in den USA, da der heimische Markt die hochwertigen Eigenschaften des Rotlachs entdeckt. Wie beim Königslachs gibt der hohe Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren dem Rotlachs eine saftige Konsistenz und viel Geschmack. Rotlachse werden als ganze Fische, Steaks, Filets und Konserve verkauft.



SILBERLACHS (Coho)

Hautfarbe-Güteklassen:

«brite,» «blush,» «redskin»

Silberlachse ähneln dem King in Geschmack, Farbe und Konsistenz. Sie zeichnen sich durch ihre orange-rote Fleischfarbe und feste Textur aus. Silberlachse sind einheitlicher in der Fleischfarbe und Festigkeit als einige andere Arten. Sie geben ausgezeichnete Steaks und Filets. Ihre Größe, der relativ hohe Fettgehalt und eine ausgezeichnete Farbstabilität machen sie frisch und tiefgekühlt ebenso beliebt wie geräuchert. Sie sind gut geeignet für anspruchsvolle Kunden wie Restaurants. Silberlachse werden vor allem als ganzer Fisch, Steak und Filet gehandelt.





CERTIFIED
SUSTAINABLE
SEAFOOD
MSC
www.msc.org



KETA-LACHS (Chum)

Hautfarbe-Güteklassen:

«brite,» «blush,» «redskin»

Keta-Lachse sind beliebt, weil sie Wirtschaftlichkeit mit ausgezeichneter Konsistenz, attraktiver Fleischfarbe und delikatem Geschmack verbinden. Ihre Größe und ihr Preis machen sie für Steaks und zum Heißbräuen sehr begehrt. Die meisten Steakhersteller bevorzugen die 6 bis 9 Pfund Größe, die ein durchschnittlich 2,5 Zentimeter dickes Steak von etwa 250 Gramm ergibt. Die Fleischfarbe des Keta-Lachses kann je nach Fangplatz und Entwicklungsstadium deutlich unterschiedlich sein. Der Fisch kann in der Schwanzregion angeschnitten werden, um die Fleischfarbe zu bestimmen. Die meisten Lachse werden vom Schwanz aufwärts blasser. Keta stehen als ganze Fische, Steaks, Filets, Konserve und geräuchert zur Verfügung.

BUCKELLACHS (Humpy)

Hautfarbe-Güteklassen:

«brite,» «watermarked,» «dark»

Buckellachse sind die häufigste Art der Alaska-Lachse und zeichnen sich durch ihr leichtes, rosarotes Fleisch, zarte Konsistenz und delikaten Geschmack aus. Ihre große Zahl führt zu niedrigeren Preisen. Wegen ihrer Größe und dem Preis eignen sich Buckellachse hervorragend für den Einzelhandels-Verkauf. Sie werden auch immer beliebter als kleiner, günstiger Lachs für eine Reihe von Gerichten auf der Speisekarte: gegrillt zu Pasta, in Meereskost-Salaten und für Suppen. Buckellachse haben einen niedrigeren bis mittleren Fettgehalt. Buckellachse werden als Konserve, geräuchert und als ganze Seite vermarktet.



Warum Alaska-Lachs

Einmal abgesehen davon, dass Alaska-Lachs hervorragend schmeckt, liefert Ihnen der nachfolgende Text genügend Gründe, auf jeglichen atlantischen Zuchtlachs - egal aus welchem Land er stammt - zu verzichten. Essen Sie lieber einmal weniger Lachs, dafür aber echten Wildlachs aus nachhaltigen Beständen.

Lachsfarmen – eine tickende Zeitbombe

Mehr als 500'000 Tonnen Zuchtlachs erwirtschaftet allein Chile pro Jahr. Zusammen mit Norwegen führt es den Weltmarkt an. In den klaren Fjorden Chiles resp. Patagoniens fanden Aquakultur-Firmen ideale Bedingungen für ihre Lachsfarmen. Hinzu kamen noch unzureichende Umweltgesetze sowie Billiglöhne. Entsprechend rasant haben sich Lachsfarmen angesiedelt. Mit überdosiertem Einsatz von Pestiziden und Antibiotika erzielten die Farmbesitzer Milliarden Gewinne. Im Jahre 2007 kollabierte die Branche



infolge einer Virusepidemie, Über Lachseier aus Norwegen breitete sich das sogenannte ISA-Virus in den Fischfarmen aus. Von einst 1000 Betrieben in Patagonien mussten Hunderte schliessen und über 25'000 Arbeiter mussten entlassen werden. Seither haben sich zwar die Gesetze zur Aquakultur verschärft, aber die Umweltrisiken sind nach wie vor eklatant. Eine einzige grosse Fischfarm produziert ebenso viele Fäkalien durch Fischkot, wie eine mittlere Kleinstadt. Wissenschaftler befürchten, dass dieser Massive Nährstoffeintrag, verbunden mit Unmengen Chemikalien und Krankheitserregern aus den Netzen, die Unterwasserwelt Patagoniens für immer schädigen wird. Sie fordern daher - bis jetzt leider vergebens - dass einige Fjorde dringend zu Meeresschutzgebieten deklariert werden.

In der Zwischenzeit hat sich die Lachsbranche vom ISA-Virus erholt und schon wollen wieder einige hundert Lachszüchter in die Inselwelt Chiles vordringen. Ziel ist der Süden – denn da sind die Gewässer noch weitgehend unberührt.



Caramellini von Königskrabbem und Rauchlachs

auf Steinpilz-Spitzkabisbeet mit Noilly Prat Sauce

Zutaten für 4 Personen:

Caramellini:

- 12 St. dünne Teigwarenblätter 6x10 cm
- 20 g Kochbutter
- 30 g Schalotten fein gehackt
- 240 g Krabbenfleisch gehackt
- 240 g Rauchlachs fein geschnitten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Dill frisch, gehackt
- Salzwasser zum Kochen
- 20g Limonenöl

Steinpilz- Spitzkabisbeet:

- 30 g Kochbutter
- 20 g Schalotten fein gehackt
- 160 g Steinpilze gerüstet
- 280 g Spitzkabis
- Salz, Pfeffer,
- Rosa Pfefferkörner eingelegt

Noilly Prat Sauce:

- 300 g Fischfond
- 150 g Vollrahm
- 40 g Schalotten fein gehackt
- 100 g Noilly Prat
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Vorbereitung:

- Die Schalotten in Butter glasig dünsten und das Krabbenfleisch kurz mitdünsten. Mit dem Rauchlachs und Dill vermischen, abschmecken und auskühlen lassen. Die Füllung gleichmässig auf die Teigwarenblätter verteilen und zu Bonbons formen.
- Die Steinpilze in Scheiben schneiden.
- Den Spitzkabis blättrig schneiden (2x2cm) und kurz in Salzwasser knackig garen. Abschliessend sofort in kaltem Eiswasser abkühlen und abschütten, trocknen.
- Für die Sauce den Fischfond mit den Schalotten, dem Vollrahm und dem Weisswein zur Hälfte einkochen lassen. Die Sauce fein mixen,

Zubereitung:

- Die Caramellini im Salzwasser garen, abschütten und mit wenig Limonenöl abschnenken, zugedeckt warm stellen.
- Die Steinpilze mit Butter und Schalotten fein andünsten und anschliessend den Spitzkabis kurz mitdünsten. Abschmecken und nach Belieben rosa Pfefferkörner begeben.
- Alle Zutaten in einem tiefen Pasta-Teller gefällig anrichten und beliebig garnieren (Rauchlachsstreifen, Kerbel, Kapuzinerblüte, Steinpilzscheibe, etc.)



Geräuchertes

«Royale» - Lachsrückenfilet

auf Avocado-Mango-Tatar mit Tomaten-Vinaigrette

Zutaten für 4 Personen:

Avocado-Mango-Tatar:

150 g Avocado «Hasso» geschält
 150 g Thai Mango-Fruchtfleisch
 40 g Sauerrahm nature
 Meersalz, bunter Pfeffer aus
 der Mühle, wenig Limettensaft
 wenig Dill frisch, gehackt
 10 g Schalotten fein gehackt
 10 g Limonenöl

Geräuchertes Lachsrückenfilet:

240 g Lachsrückenfilet
 10 g Limonenöl

Tomaten-Vinaigrette:

300 g Ramata Tomaten
 20 g Schalotten fein gehackt
 15 g Basilikum fein geschnitten
 Tomatenessig Wyberg, Olivenöl

Garnitur:

4 St. Sesamflüte
 4 St. Mango-Chips
 Zwiebelsprossen

Vorbereitung:

- Von der Mango längs 8 Stück dünne Scheiben von 2mm schneiden und auf Backpapier im Ofen bei 80°C zu Chips trocknen. Die Avocado und restliche Mango in 5mm grosse Würfel schneiden und mit wenig Limettensaft vermischen.
- Das Lachsrückenfilet in 3mm feine Tranchen schneiden und mit Limonenöl marinieren.
- Die Tomaten 10 Sekunden in kochendes Wasser tauchen und anschliessend in kaltem Wasser abkühlen. Die Tomaten schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden.

Zubereitung

- Das Avocado-Mango-Tatar mit den restlichen Zutaten vermischen, abschmecken und auf vier Glasteller in Dekorringe dressieren.
- Mit den marinierten Lachstranchen fächerartig belegen.
- Die Tomaten-Vinaigrette herstellen und beliebig abschmecken. Die Vinaigrette rund um das Gericht verteilen.
- Mit den Sesamflüte, Sprossen und Mango-Chips gefällig garnieren.

En Guete!





Geschenckpackung 1

750g Rotlachs geschnitten
 1 Flasche Prosecco + 1 Flasche Weisswein
 CHF 149.-



Geschenckpackung 2

750g Rotlachs geschnitten + 1 Flasche Weisswein
 CHF 129.-



Geschenckpackung 3

750g Rotlachs geschnitten + 1 Flasche Prosecco
 CHF 129.-



- Geschenckpackungen können auch individuell zusammengestellt werden.
- Auch ein Postversand ist möglich. Porto gemäss Post-Tarifen.
- **Fragen Sie uns – wir beraten Sie gerne!**



Leonhard Fischereiartikel
 Zürichstrasse 9, 8600 Dübendorf
 Telefon 044 825 14 12
 fischerleo@bluewin.ch
 www.fischerleo.ch

Öffnungszeiten:
 Mo bis Fr 8.30 bis 12.00 Uhr
 und 13.30 bis 18.30 Uhr
 Sa 9.00 bis 15.00 Uhr
 Dienstag geschlossen