

Traditionelles aus Österreich:

KARPFFEN Info



Fotos: Florian Kainz/Archiv Aqua



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 **Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus**



Europäischer Meeres-
und Fischereifonds:
Hier investiert Europa in
eine nachhaltige Fischerei.



IMPRESSUM

Herausgeber:

NÖ Teichwirteverband
Wiener Straße 64, 3100 St. Pölten
Österreich

Kontakt:

Geschäftsführer
Ing. DI DI Leo Kirchmaier
Tel.: +43 (0) 5 / 02 59 23 102
E-Mail: teichwirteverband@lk-noe.at
Web: www.teichwirteverband-noe.at

Hersteller:

Druckerei Janetschek GmbH
Brunfeldstraße 2, 3860 Heidenreichstein
Österreich

Inhalt:

Studierende des Bachelor-Studiengangs
„Produktmarketing & Projektmanagement“
Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH
Campus Wieselburg
Zeiselgraben 4, 3250 Wieselburg
Österreich

Projektleitung & Realisation:

Jürgen Undeutsch, MA
Wissenschaftlicher Mitarbeiter der
Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH

Fotos:

Florian Kainz/Archiv Aqua,
Martina Siebenhandl/Archiv Aqua,
Viktor Divos/vidi.at/Archiv Aqua,
Leo Kirchmaier/Archiv Aqua,
Archiv Kinsky'sches Forstamt,
Burg Heidenreichstein GmbH & Co OG,
Claus Kadrnoschka
Stefan Hörth
Martin Rehberger
www.traunseehotels.at
Luzia Ellert

Design & Layout:

Ines Muthenthaler, BA
(Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH)

Stand:

2019

Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird auf die geschlechtsneutrale Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für beide Geschlechter.

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus



Europäischer Meeres-
und Fischereifonds:
Hier investiert Europa in
eine nachhaltige Fischerei.



EINLEITUNG

4

KULINARISCHER ASPEKT DES KARPENS

6

1. Die Inhaltsstoffe

7

2. Die gesundheitsfördernden Eigenschaften

8

3. Das Karpfenfleisch

9

4. Trendfisch „Karpfen“

10

DER ERWERB DES KARPENS

12

1. Teichwirte

12

2. Großhandel & Lieferanten

12

ZUBEREITUNG DES KARPENS

14

1. Frischetest

14

2. Zubereitungstechnik

16

DIE ÖSTERREICHISCHE TEICHWIRTSCHAFT

20

1. So funktioniert die Karpenteichwirtschaft

20

2. Abfischfeste

21

3. Auswirkungen auf die Gesellschaft und die Umwelt

21

4. Geschichte des Karpens

22

QUELLEN

24

EINLEITUNG

Als eine der **bekanntesten Fischarten in Europa** ist der **Karpfen** ein Speisefisch mit langer Geschichte. Der in Mitteleuropa vor allem zu traditionellen Feierlichkeiten häufig konsumierte Fisch, zeichnet sich durch seinen einzigartigen Geschmack aus.

Der Karpfen verfügt über eine **Vielzahl an gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen** und kann kulinarisch durch **vielfältige Zubereitungsmöglichkeiten sowohl in traditionellen als auch in modernen Gerichten** überzeugen. Darüber hinaus ist die Karpfenteichwirtschaft eine der **nachhaltigsten Formen der Fischzucht** und leistet einen bedeutsamen Beitrag zum Erhalt des Lebensraums vieler Tiere und Pflanzen sowie unserer Umwelt.

Die folgenden Kapitel geben einen **Einblick in die kulinarischen Möglichkeiten des Karpfens** und erläutern, weshalb der Karpfen ein äußerst gesunder Speisefisch für Körper und Geist ist. Zudem erfahren Sie, worauf Sie beim Kauf des Karpfens achten müssen und wo Sie ihn erwerben können.

Um die Zubereitung zu erleichtern, finden Sie darauffolgend eine Anleitung, wie das schrittweise **Zerlegen, Filetieren und Schröpfen** ausgeführt wird.

Im letzten Kapitel wird die **österreichische Karpfenteichwirtschaft** kurz dargestellt und die positiven Auswirkungen auf die Umwelt veranschaulicht.



Foto: Martina Seberhandl/ArchivAqua

1

Das Abfischen im Herbst - oft verbunden mit einem Abfischfest - ist einer der wichtigsten Vorgänge in der Teichwirtschaft.

2

Die idyllischen Teichlandschaften Österreichs bieten neben einem atemberaubenden Rückzugsort auch zahlreiche Vorteile für Mensch, Tier und Natur.



Foto: Florian Kainz/ArchivAqua

KULINARISCHER ASPEKT des Karpfens

Durch den *exzellenten Geschmack und die gesundheitsfördernden Eigenschaften* ist der Karpfen nicht nur zu traditionellen Feierlichkeiten ein guter Fang. Er erfüllt als Zutat alle Eigenschaften für moderne Trendgerichte und überzeugt Fischliebhaber in der Küche durch eine Vielzahl an Zubereitungsmöglichkeiten.



Foto: Martina Siebenhandl/Archiv Aqua

1

Die vielfältigen Zubereitungsmöglichkeiten und gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe machen den Karpfen zu einer wertvollen, traditionellen Zutat in der österreichischen Küche.

1. Die Inhaltsstoffe des Karpfens

Je nach Zubereitungsart variieren die Inhaltsstoffe und Nährwerte des Karpfenfleisches. Die folgenden Angaben beziehen sich auf den rohen Fischzuschnitt ohne Kopf, Flossen, Schwanz und Innereien.

HAUPTNÄHRSTOFFE Menge pro 100 g

| | |
|----------------------|---------|
| Eiweiß | 18 g |
| Fett | 4,80 g |
| Kohlenhydrate | 0 g |
| Ballaststoffe gesamt | 0 g |
| Wasser | 76,03 g |
| Kilokalorien | 116 |
| Kilojoule | 484 |
| Cholesterin | 75 mg |
| Mineralstoffe | 1,17 g |

VITAMINE Menge pro 100 g

| | |
|-------------------|---------|
| Vitamin A Retinol | 0,04 mg |
| Vitamin D | 0,50 µg |
| Vitamin E Aktiv. | 0,50 mg |
| Folsäure | 23 µg |
| Vitamin B1 | 0,07 mg |
| Vitamin B2 | 0,05 mg |
| Vitamin B6 | 0,15 mg |
| Vitamin C | 1 mg |
| a-Tocopherol | 0,50 mg |
| Vitamin K | 3 µg |
| Pantothensäure | 0,56 mg |
| Biotin | 8,50 µg |
| Vitamin B12 | 1,50 µg |
| Retinolaquivalent | 44 µg |
| Niacinäquivalent | 5400 µg |

AMINOSÄUREN Menge pro 100 g

| | |
|-----------|---------|
| Arginin | 1270 mg |
| Cystein | 180 mg |
| Histidin | 420 mg |
| Isoleucin | 1000 mg |
| Leucin | 1680 mg |
| Lysin | 2110 mg |
| Methionin | 590 mg |

AMINOSÄUREN Menge pro 100 g

| | |
|---------------------------|----------|
| Phenylalanin | 890 mg |
| Threonin | 1040 mg |
| Tryptophan | 210 mg |
| Tyrosin | 740 mg |
| Valin | 1050 mg |
| Alanin | 1450 mg |
| Asparaginsäure | 2310 mg |
| Glutaminsäure | 3190 mg |
| Glycin | 1000 mg |
| Prolin | 640 mg |
| Serin | 990 mg |
| essent. Aminosäuren | 11180 mg |
| nicht essent. Aminosäuren | 9580 mg |

MINERALSTOFFE & SPURENELEMENTE Menge pro 100 g

| | |
|-----------|-----------|
| Natrium | 30 mg |
| Kalium | 400 mg |
| Magnesium | 55 mg |
| Calcium | 66 mg |
| Eisen | 0,70 mg |
| Phosphor | 255 mg |
| Kupfer | 87 µg |
| Zink | 0,74 mg |
| Chlorid | 50 mg |
| Fluorid | 32 µg |
| Jodid | 1,70 µg |
| Mangan | 55 µg |
| Schwefel | 230000 µg |

FETTSÄUREN Menge pro 100 g

| | |
|---------------------------|--------|
| Ges. Fettsäuren | 1,04 g |
| mehrf. unges. Fettsäuren | 1,12 g |
| einfach unges. Fettsäuren | 2,28 g |

2. Die gesundheitsfördernden Eigenschaften

Ernährungswissenschaftler empfehlen **zweimal wöchentlich den Konsum von Fisch**. Als regionale und nachhaltige Alternative zu Lachs und Makrele besticht auch österreichischer Karpfen mit seinen qualitativ hochwertigen Fleischeigenschaften, die positive Auswirkungen auf Körper und Geist haben.

- Fördert die Konzentrationsfähigkeit und ein **gutes Gedächtnis**
- Stärkt die Sehkraft
- Hilft beim **Muskelaufbau** und sorgt für hohe **Leistungsfähigkeit**
- Stärkt Knochen und Zähne
- **Hilft bei Bluthochdruck** und bei Herzrhythmusstörungen und **senkt das Herzinfarktrisiko**
- Hilft gegen Entzündungsreaktionen im Gewebe
- **Hilft dem Immunsystem** beim Abwehren von Viren und Bakterien
- **Schwächt** den Verlauf von **chronischen Entzündungen** ab
- Wirkt sich positiv auf die **Blutfettwerte** aus
- Wirkt sich in der Schwangerschaft und Stillzeit **positiv auf die Entwicklung des Kindes** aus
- Fördert die Funktion der Bauchspeicheldrüse
- **Beugt Thrombose** vor

3. Das Karpfenfleisch

Der Karpfen zeichnet sich durch eine hervorragende Fleischqualität aus, da er sich großteils von Naturnahrung ernährt und nur gering beigefüttert werden muss.

Das Karpfenfleisch kann weiß bis zartrosa gefärbt sein, da die Muskelfasern bei der Muskelkontraktion unterschiedliche Aufgaben übernehmen. Das rötliche Fleisch ist für langsame Kontraktionen zuständig, während die eher weißlichen Muskelfasern bei intensiveren Bewegungen in Anspruch genommen werden.

Die Konsistenz des Karpfenfleisches ist zart und fest zugleich und hat keinen schwammig-fetten Geschmack, wie es manche alt-hergebrachten Vorurteile erzählen, sondern ein genussvolles Aroma das manche auch etwas an Nüsse oder gekochte Heurige (Erdäpfel) erinnern lässt.

Obwohl der Karpfen fälschlicherweise oft noch als „fett“ bezeichnet wird, hat er nur einen durchschnittlichen **Fettgehalt von 4 bis 8 %**, der geringer ausfällt als beim Thunfisch, beim Lachs und sogar geringer als bei einem mageren Rindfleisch.



Das **qualitativ hochwertige Fleisch** eignet sich besonders für jene, die eine **vollständige aber auch leichte Ernährung** brauchen. Der Karpfen entspricht daher besonders den kulinarischen Bedürfnissen von Menschen, die im Büro arbeiten und eingeschränkte Bewegung haben, Kinder, Patienten, Sportler oder übergewichtige Menschen. Weiters ist es **durch den geringen Anteil an Bindegewebe äußerst leicht verdaulich**. Karpfen benötigen mit 3-4 Jahren im Vergleich zu anderen Tierarten wie Geflügel, Schwein oder auch Rind wesentlich länger um die Speisereife zu erlangen.

4. Trendfisch „Karpfen“

Dass sich der Karpfen als Speisefisch für traditionelle Gerichte gut eignet, ist allgemein bekannt. Doch er lässt sich durch die **vielfältigen Zubereitungsmöglichkeiten** und seine einzigartigen Eigenschaften auch hervorragend in die moderne Küche integrieren!

NACHHALTIGKEIT

Die Gesellschaft befindet sich in einem Wandel der Esskultur. Die Konsumenten legen Wert auf **saisonale, nachhaltige und regionale Produkte**. Durch den hohen Anteil an Naturnahrung, wie z. B. tierisches Plankton, kann der Karpfen nachhaltig produziert werden.

GESUNDHEIT & WELLNESS

Fisch spielt eine immer größer werdende Rolle auf den Tellern der Konsumenten. Durch die **gesundheitsfördernden Eigenschaften**, die ein regelmäßiger Fischkonsum mit sich bringt, ist er bei vielen unterschiedlichen Ernährungsweisen nicht mehr vom Speiseplan wegzudenken. Fisch ist generell sehr beliebt, da er die **Trends Gesundheit, Wellness und Genuss** vereint.

TRANSPARENZ

Karpfen sollte auch in der Gastronomie auf keiner Speisekarte fehlen. Dabei sollte man die **hohe Qualität, Regionalität und Nachhaltigkeit** des Karpfens kommunizieren. Auch die Transparenz bezüglich Aufzuchtbedingungen und Nachhaltigkeit, die um ein Vielfaches höher als bei ausländischen Fischen ist, stellt einen wichtigen Faktor dar, um die Konsumenten zu überzeugen.

1 & 2

Der Karpfen überzeugt mit hoher Qualität und Nachhaltigkeit. Er wird über mehrere Jahre mit viel Fleiß, Idealismus und Liebe zum Handwerk von den Teichwirten aufgezogen.



Foto: Florian Kainz/ArchivAqua

Foto: Florian Kainz/ArchivAqua

DER ERWERB des Karpfens

Die heimischen Karpfen werden hauptsächlich durch kleine und mittelgroße Familienbetriebe aufgezogen und über Direktvermarktung vertrieben. Jedoch findet man auch bei diversen Großhändlern den Karpfen im Sortiment, wobei hier auch auf die österreichische Herkunft geachtet werden sollte. Die genaue Herkunftsangabe muss immer auf dem Etikett vermerkt sein. Aktuelle Preise können bei Verkäufern angefragt werden.

1.

TEICHWIRTE

Die meisten Karpfenteiche sind auf Niederösterreich und die Steiermark verteilt. Weiters befinden sich auch vereinzelt in Oberösterreich, Burgenland, Kärnten und Salzburg Teichwirte, bei denen der Karpfen direkt zu erwerben ist.

Gute Wahl: Fisch!
Hier finden Sie **Informationen**
und **regionale Einkaufsmöglichkeiten**
für heimischen Fisch:



2.

GROSSHANDEL & LIEFERANTEN

Um den Karpfen in größeren Mengen zu erwerben, muss man nicht unbedingt einen Teichwirt aufsuchen. Großhändler und Lieferanten bieten auch österreichischen Karpfen in mehreren Verarbeitungsstufen an.

Hier finden Sie eine
Tabelle mit **steirischen**
Karpfenteichwirtschaften:



Unter diesem **QR-Code**
finden Sie eine Karte,
auf der **niederösterreichische**
Karpfenteichwirte markiert sind:



Foto: Viktor Divosyvič / Archiv Aquara



Foto: Florian Kainz / Archiv Aquara



Foto: Leo Kirchmayer / Archiv Aquara

ZUBEREITUNG des Karpfens

Im folgenden Kapitel werden ein Frischetest und die wichtigsten Verarbeitungsschritte des Karpfens der Reihe nach erklärt und gezeigt.

1. Frischetest

Beim Kauf des Karpfens muss unbedingt auf die Frische des Fisches geachtet werden. Diese erkennen Sie anhand folgender Merkmale:

DER GERUCH

Beim frischen Fisch ist der Fischgeruch nur schwach wahrnehmbar und angenehm. Er **riecht nahezu neutral** und nach dem Gewässer, in dem er gehalten wurde, jedoch nicht typisch „fischig“. Ein alter Fisch riecht dagegen sehr „fischig“ und unangenehm, woran man erkennt, dass die Zersetzung bereits begonnen hat. **Fische stinken zuerst am Kopf**, weshalb man den Geruch am besten an den **Kiemern** kontrolliert. Auch die **Bauchhöhle** eignet sich dafür.

DIE HAUT

Frischer Fisch hat eine **glänzende Haut** und ist mit einer transparenten, feuchten Schleimschicht überzogen. Wenn der Fisch älter ist, erscheint diese Schleimschicht eher milchig.

DAS FLEISCH

Wenn man mit dem Finger auf den frischen Karpfen drückt, bilden sich **keine Druckstellen** im festen und elastischen Fleisch. Sind Verfärbungen und Druckstellen zu erkennen, handelt es sich um einen alten Fisch.

DIE AUGEN

Die Augen eines frischen Karpfens sind **klar, glänzend und vorgewölbt**. Die Pupillen sind tiefschwarz. Ist der Fisch alt, hat er eingesunkene und trübe Augen.

DIE KIEMEN

Frische Fische haben feuchte, hellrote und fest anliegende Kiemen. Wenn die Kiemenblättchen verschleimt und gelblich, gräulich oder bräunlich verfärbt sind, ist der Fisch schon älter. **Vorsicht ist geboten**, wenn beim Händler die Kiemen des Fisches bereits entfernt wurden. Da sie sich sehr schnell verändern, könnte dies darauf hindeuten, dass der Karpfen nicht mehr frisch ist.

DIE GRÄTEN

Die Gräten eines frischen Fisches haften fest im Fleisch.

1

Ein frischer Karpfen hat klare Augen, glänzende Haut und riecht nahezu neutral.

DIE BAUCHHÖHLE

Bei einem bereits ausgenommenen frischen Fisch sind die **verbliebenen Blutreste leuchtend rot**. Sind diese jedoch angetrocknet und dunkel, handelt es sich um einen älteren Fisch.

DIE TOTENSTARRE

Wird der Blutkreislauf von einem Fisch unterbrochen, beginnt **nach wenigen Stunden die Muskulatur zu erstarren**. Er wird vom Kopf an steif und biegt sich nach außen, was ein Zeichen für Frische ist. Nach mehreren Stunden wird das Fleisch wieder weicher und elastischer.

DIE FLOSSEN

Die Flossen eines frischen Fisches sind **weder verklebt noch trocken**.

UNSER TIPP!

Besuchen Sie eine Teichwirtschaft und lassen Sie sich vor Ort von einem Teichwirt beraten. Er wird Sie ausführlich über die Aufzucht und Haltung des Karpfens informieren und Ihnen zeigen, worauf man beim Kauf achten sollte.



2. Zubereitungstechnik

Die **Verarbeitung und Zubereitung des Karpfens** stellen selbst für viele Gastronomen noch eine Herausforderung dar. Für das Entschuppen, das Filetieren und das Schröpfen sind spezielle Techniken notwendig. Hier finden Sie eine Anleitung, wie Sie den Karpfen optimal zubereiten!

DAS ENTSCHUPPEN

des **Schuppenkarpfens**

1. Von der Schwanzseite her wird mit der Messerspitze **zwischen Schuppen und Haut** – in die sogenannte **Schuppentasche** – eingestochen.



2. Anschließend den Schuppentaschenschnitt durch **ziehende Schnitte in Richtung Kopf** fortsetzen!



3. Um die Schuppen auf der Bauchseite hinter den Brustflossen einfach zu entfernen, führt man das **Messer in Richtung Kiemendeckel und schneidet die Schuppen bauchseitig ab**.



4. Im Optimalfall löst man mithilfe des Schuppentaschenschnitts **die Schuppen in einem Stück ab**.



Fotos: Viktor Divos/vidi.at/Archiv Aqua

DAS FILETIEREN

1. Der Karpfen wird am Kopf festgehalten und hinter den Kiemendeckeln und Brustflossenansätzen **schräg entlang des gesamten Kopfes** mit dem Messer bis auf das Rückgrat eingeschnitten.



2. Anschließend schneidet man vom Schwanz beginnend, **entlang der Rückenflosse** die Rückenmuskulatur **bis zu den Rippen** ein. Dies führt man bis zum vorigen Einschnitt hinter dem Kopf fort.



3. Nun wird das Messer **kurz vor dem Ansatz der Afterflosse** ganz durchgesteckt und auf der Wirbelsäule anliegend wird entlang dieser bis zum Ende der Schwanzflosse weiter geschnitten. Dort **durchtrennt man die Muskulatur vom Schwanzansatz**.



4. Um das Filet von den Rippen abzulösen, hebt man das bereits bis zu den Rippen vorgelöste Filet an und **trennt das Fleisch am Rücken beginnend von den Rippen bis zum Bauch hin ab**.



5. Danach klappt man das Filet auf und **schneidet es längs der Bauchseite ab**.



Zweite Seite: Nun dreht man den Karpfen um und geht bei der zweiten Seite genauso wie bei der ersten Seite vor! Im Optimalfall ist jetzt nur noch wenig Muskelfleisch an der Karkasse. Danach entnimmt man die Innereien zur weiteren Verwendung.

Fotos: Viktor Divos/vidi.at/Archiv Aqua

ZURICHTEN DES FILETS

Von den beiden Filets werden noch die **ungenießbaren Teile entfernt**. Eventuell vorhandene **Fettpolster** vom Bauchlappen, die sich durch einen glasig weißen bis gelblichen Rand kennzeichnen, werden abgeschnitten.

Auch im Muskelfleisch verbliebene **Rippenreste** im Kopfbereich, bei den Flossenansätzen und bei der Bauch- und Afterflosse werden noch weggeschnitten. Hervortretende **Zwischenmuskelgräten** können ebenfalls entfernt werden.



Fotos: Viktor Divos/vidi.at/Archiv Aqua

1

Mit der richtigen Zubereitung steht einem gelungenen Karpfengericht nichts im Wege.



Foto: Florian Krautz/Archiv Aqua

DAS SCHRÖPFEN

Ziel des Schröpfens ist, die feinen Zwischenmuskelgräten – auch Y-Gräten – am Gaumen nicht mehr zu spüren. Daher werden die **Gräten in kurzen Abständen durchtrennt**, wodurch sie beim nachfolgenden Erhitzungsschritt zusammengezogen werden.

Die Schnitte werden **im Abstand von etwa drei Millimetern bis kurz unter die Haut** geführt. Zwischenmuskelgräten sind nur entlang des Rückens und im Schwanzbereich vorhanden, nicht jedoch in der Bauchwand des Fisches.



Fotos: Viktor Divos/vidi.at/Archiv Aqua

TIPP!

Gut geeignet sind Messer mit langer, gerader Klinge, sogenannte "Aus-schneidemesser".

Genauere Informationen über das **Betäuben**, das **Entbluten** und das **Enthäuten** des Karpfens, sowie über das Zubereiten von **Hufeisen** und **Karpfenstreifen**, finden Sie in einer Broschüre, die kostenlos unter folgendem Link zu finden ist: www.teichwirteverband-noe.at



DIE ÖSTERREICHISCHE Teichwirtschaft

Die traditionelle Zucht der heimischen Karpfen garantiert den exzellenten Geschmack und die hohe Qualität des Karpfenfleisches.

1. Fischerhandwerk mit Tradition

Die Karpfenteiche werden im Einklang mit den Gegebenheiten der Natur bewirtschaftet. Dabei wird bewusst auf den Einsatz von Antibiotika oder chemischen Düngemitteln verzichtet.

Nachdem der Mutterkarpfen Ende Mai abgelaiht hat, dauert es bis zu **vier Jahre, bis die Karpfen zu 2 bis 3 kg schweren Speisefischen heranwachsen**. Den Winter verbringt der Karpfen an den tiefsten Stellen der Teiche in einer Art Winterruhe, wo er kaum frisst und dadurch auch nicht wächst. Im Frühling entwickeln sich Kleinstlebewesen in den Teichen, die dem Karpfen als **natürliche Nahrung** dienen. Zusätzlich wird der Karpfen mit einem Mindestmaß an Getreide zugefüttert.

Im Herbst oder im zeitigen Frühjahr findet **das Abfischen der Teiche** statt. Dabei wird das Wasser der Teiche fast gänzlich abgelassen und die Fische sammeln sich an der tiefsten Stelle des Teiches vor der Ablassvorrichtung. Die Fische werden mit langen Zugnetzen ans Ufer gebracht und dort mit Keschern aus dem Wasser geholt.

Danach werden die Fische nach Größe und Fischart sortiert. Das Alter der Karpfen wird nach der Anzahl der Sommer gemessen. Die Karpfen werden nach der sogenannten „Sömmrigkeit“ kategorisiert: Die ein- bis dreisömmrigen Karpfen kommen wieder zurück in den Teich, während die viersömmrigen und älteren zur weiteren Verarbeitung herangezogen werden.

Diese werden in großen Behältern direkt zum Kunden oder zu den Hälterungen gebracht. Hälterungsanlagen sind von Frischwasser durchströmte kleine Teiche, aus denen **auf Anfrage die Karpfen jederzeit frisch entnommen und angeboten** werden können.



2. Abfischfeste

Das Abfischen als traditionelle Form der Fischernte ist vor allem im Waldviertel ein Highlight für viele Besucher. Bei den großen Abfischfesten, wie zum Beispiel in **Heidenreichstein am Bruneiteich**, erhält man nicht nur Fachinformationen und Einblicke in die Teichwirtschaft, sondern wird auch bei einer Vielzahl an Ständen mit köstlichen Karpfenspezialitäten und anderen regionalen Gerichten versorgt. Dieses besondere Ereignis lockt jährlich tausende Interessierte an, die sich dieses Event nicht entgehen lassen wollen.

2. Auswirkungen auf die Gesellschaft & die Umwelt

Die traditionelle Karpfenteichwirtschaft ist eine der **nachhaltigsten Formen der Fischzucht**. Einerseits aufgrund des Ökosystems des Teichs, andererseits aufgrund der Ernährung des Karpfens selbst.

Neben der Produktion der hochwertigen Speisefische und der Unterstützung vieler klein-strukturierter Familienbetriebe erfüllen Teiche **vielfältige Funktionen für die Umwelt**. Die Bewirtschaftung der Teiche hält diese ökologischen Hotspots aufrecht, denn die Teiche können diese vielfältigen Funktionen nur übernehmen, wenn sie regelmäßig gepflegt und fachgerecht bewirtschaftet werden.

AUSWIRKUNGEN:

- **Wasserspeicher** bei Trockenzeiten
- **Lebensraum und Schutz** für Tiere und Pflanzen
- Ausbreitung gefährdeter Arten
- Nährstofffalle für gewisse Nährstoffe
- Sedimentfalle
- Erholungsraum
- **Abmilderung von Temperaturextremen durch die Verdunstungsleistung**
- **Hochwasserschutz**
- Arbeitsplätze in strukturschwachen ländlichen Regionen



1
Das Abfischfest ist das Highlight der Karpfenzucht und lockt jährlich tausende Besucher an.

4. Geschichte des Karpfens

Als *eine der ältesten Methoden der Fischproduktion* war die Karpfenzucht in Teichen schon bei den Griechen und Römern bekannt, nachdem sich der Karpfen über die Donau und das Schwarze Meer im Mittelmeerraum verbreitete.

Die *ersten Teiche wurden im 11. und 12. Jahrhundert* in Böhmen angelegt, kurz darauf kam es auch zum Aufschwung der Teichwirtschaft im angrenzenden *nördlichen Waldviertel*.

Im *Weinviertel wurden im 14. Jahrhundert erstmals Teiche angelegt*. Als sich das Christentum verbreitete, stieg die Karpfenzucht stark an und entwickelte sich aufgrund der strengen Fasten-Gebote zu einem wichtigen Teil der mittelalterlichen Esskultur. Daraufhin wurde die *Teichwirtschaft von weltlichen Herrschern weiter ausgebaut* und große Flächen, die sich für die Landwirtschaft als ungeeignet erwiesen, in Teiche umgewandelt.

Aufgrund zu geringer Niederschläge und baulicher Mängel wurden *ab dem 16. Jahrhundert* hauptsächlich im Weinviertel Teiche brach gelegt.

Durch die starke Konkurrenz der böhmischen Teichwirtschaft, die Preissteigerung des Getreides und die Aufhebung der stren-

gen Fasten-Gebote, kam es zum Preisverfall vom Karpfen und die Getreideproduktion wurde wirtschaftlich attraktiver als die Karpfenzucht.

Im *18. Jahrhundert* setzte sich der Rückgang der Teichwirtschaft fort und viele Teiche wurden aufgelassen und als Acker- und Wiesenland verwendet. Die Teiche im Weinviertel waren davon häufiger betroffen als die im Waldviertel, da dort der Boden für Ackerbau nicht geeignet war.

Durch die Nahrungsmittelknappheit nach dem *Zweiten Weltkrieg* gewann die Teichwirtschaft wieder an Bedeutung. Alte Teiche wurden reaktiviert und neue angelegt.

Aufgrund des sich ändernden Ernährungsbewusstseins und der zunehmenden Bedeutung der Angelfischerei *wird die heimische Fischzucht immer wichtiger*. Vor allem in Mittel- und Osteuropa ist der Karpfen an Heiligabend und an anderen Fasttagen nicht mehr wegzudenken.

1

Teiche sind vom Menschen geschaffen und bilden seit über 700 Jahren einen wertvollen Bestandteil der österreichischen Kulturlandschaft



Fotos: Archiv Kinsky'sches Forstamt, Burg Heidenreichstein GmbH & Co OG

QUELLEN der einzelnen Kapitel

KULINARISCHER ASPEKT DES KARPFENS

Projektbericht Projektteam Omega, Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH, Campus Wieselburg
Projektbericht Projektteam GenussFische, Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH, Campus Wieselburg
lko.at/beliebt-karpfen-aus-%C3%B6sterreich+2500+2699197
bmnt.gv.at/land/lebensmittel/trad-lebensmittel/fisch/karpfen.html
derstandard.at/2000048823899/Karpfen-Das-Gute-schwimmt-so-nah
ernaehrung.de/lebensmittel/de/T501100/Karpfen-roh-Fischzuschnitt.php
eatSMARTER.de/lexikon/warenkunde/fisch/karpfen
rybarstvhluboka.cz/de/produkte/karpfen-und-gesundheit

ERWERB DES KARPFENS

teichwirteverband.at/?page_id=343
teichwirteverband.at/wp-content/uploads/2014/03/Preisempfehlungen-ab-Hof_Stand-20180216-1.pdf
teichwirteverband-noe.at/betriebe+2500++2632172+7328?env=dHlwZT1tYXA
fischertraum.at/kulinarisches/fischverkauf/index.php
yspertaler-fisch.at/fischzucht/sortiment.html
feinschmecker.com/artikel/wie-man-frischen-fisch-einfach-erkennen-kann/
bfr.bund.de/cm/343/wie_frisch_ist_der_fisch.pdf
ernaehrung.de/lebensmittel/de/T501100/Karpfen-roh-Fischzuschnitt.php
youtube.com/watch?v=I5jBpXOFF9A

ZUBEREITUNG DES KARPFENS

teichwirteverband-noe.at/media.php?filename=download%3D%2F2016.11.21%2F1479737608325726.pdf&rn=Brosch%C3%BCre%20Karpfenzerlegen
teichwirteverband-noe.at/media.php?filename=download%3D%2F2016.11.21%2F1479737608325726.pdf&rn=Brosch%C3%BCre%20Karpfenzerlegen
teichwirteverband-noe.at/download+2500++2633250+7330
youtube.com/watch?v=JV4OII5EJ10
youtube.com/watch?v=BWT5S3UcKH8

DIE ÖSTERREICHISCHE TEICHWIRTSCHAFT

Projektbericht Projektteam Omega, Fachhochschule Wiener Neustadt GmbH, Campus Wieselburg
waldviertler-karpfen.at/karpfenzucht-im-waldviertel+2500+1791717
wasseraktiv.at/resources/files/2014/9/10/6668/teiche-landschaft-ebook.pdf
wien.orf.at/radio/stories/2571124/
falstaff.at/nd/karpfen-amur-mon-amour/
gusto.at/home/woman-rudi-karl-obauer-lisl-wagner-bacher-weihnachten-127967/slide-1
oe24.at/lifestyle/Weihnachtsmenue-Was-Star-Koeche-am-Heiligen-Abend-auftischen/50329848
extra.orf.at/rezepte/frisch-gekocht/11122017-rezept-karpfen-kaeferbohnen100.html
wwf.ch/de/fischratgeber/karpfen#guide-content
srf.ch/sendungen/ratgeber/fisch-essen-mit-gutem-gewissen-nur-der-karpfen-ist-bedenkenlos
youtube.com/watch?v=s7ecvi_mUTI

1

Die heimische Teichwirtschaft schafft einen einzigartigen Erholungsraum für den Menschen und einen Lebensraum für viele Tier- und Pflanzenarten.

Foto: Florian Käanz/Archiv Aqua



Traditionelles aus der Region:

KARPFEN Rezepte



Fotos: Florian Kainz/Archiv Aqua



Eine **Genusssymphonie**



des Karpfens



Foto: Florian Kainz/Archiv Aqua

EINLEITUNG

Das Rezeptheft baut auf den aktuellen Trends **Regionalität und Saisonalität** auf. Dazu kreierten Spitzenköche aus ganz Österreich abwechslungsreiche **Karpfeneigen-gerichte, abgestimmt auf die vier Jahreszeiten**. So wird die Vielfaltigkeit des Karpfens in der Spitzengastronomie demonstriert.

Ein **herzliches Dankeschön** für die zur Verfügung gestellten Rezepte geht an:

- o KLAUS HÖLZL | Frühlingsrezept
- o ROSEMARIE NEUWIESINGER | Sommerrezept
- o LUKAS NAGL | Herbstrezept
- o MAX STIEGL | Winterrezept

1

Der Karpfen ist ein wertvoller Bestandteil der Spitzengastronomie und wird unter anderem für seine Regionalität und den einzigartigen Geschmack geschätzt.



ZUTATEN Karpfenfilet

- 600 g Karpfenfilet geschöpft
- Zitronenthymian
- Öl & Butter zum Braten

ZUTATEN Karfiol & Wirsing

- ½ kg Karfiol
- ¼ l Obers
- Salz, Chilipulver, Muskatnuss und Zitronensaft
- 100 g Blattpetersilie
- 200 ml Sonnenblumen- oder Rapsöl
- Verjus
- 1 rote Zwiebel
- ¼ Wirsingkopf

Fotos: Claus Kadrnoschka

FRÜHLING

Gebratenes Waldviertler Karpfenfilet mit Karfiol & Wirsing

KARPFENFILET

Den *Karpfen* mit Salz und Pfeffer würzen und *auf der Hautseite* langsam knusprig braten. Zum Schluss etwas Butter dazugeben und *mit Zitronenthymian verfeinern*.

KARFIOL & WIRSING

Den *Karfiol* in Würfel schneiden und *mit dem Obers zu einem Püree kochen*. Das Gemüse ca. eine halbe Stunde leicht köcheln lassen bis das Obers schön einreduziert

ist und das Gemüse weich ist. Danach im Thermomix zu einem feinen Püree mixen und abschmecken.

Die *rote Zwiebel* fein hacken. Den *Wirsing klein schneiden* und für 8 Minuten in Salzwasser kochen. Den Wirsing in Eiswasser abschrecken und mit der roten Zwiebel in Butter anbraten.

Rezept von



KLAUS HÖLZL



Klaus Hölzl ist Inhaber und Chefkoch im Wirtshaus *Auszeit bei Klaus Hölzl* in Gastern.

In der Lehrzeit konnte er den Bundeslehrlingswettbewerb für sich entscheiden. 2016, nachdem er unter anderem im *Hangar 7 in Salzburg* kochte, machte er sich selbstständig. 2018 wurden je 20 seiner Rezepte in den Büchern „*Genüsse des Waldviertels 1 & 2*“ veröffentlicht.

Auszeit bei Klaus Hölzl ist aktuell das nördlichste Haubenlokal Österreichs.

Auszeit, Hauptstraße 2, 3852 Gastern



ZUTATEN Karpfenfilet

- 800 g Karpfenfilet geschöpft
- 1 Zitrone
- Ei & Mehl zum Panieren
- Semmelbrösel & gemahlenem Waldviertler Graumohn zum Panieren (1/3 Semmelbrösel & 2/3 Graumohn)

ZUTATEN Erdäpfelsalat

- Salaterdäpfel
- Lauch & Zwiebel
- Essig & Öl

ZUTATEN Kräutersauce

- Mayonnaise
- Sauerrahm
- Joghurt
- Essiggurkerl
- ½ Zwiebel
- gehackte Kräuter

Foto: Stefan Hörth

SOMMER

Waldviertler Karpfenfilet im Mohnmantel mit Erdäpfelsalat und Kräutersauce

KARPFENFILET

Karpfenfilet salzen und mit *Zitrone* beträufeln. Danach in *Mehl, Ei und Mohnbrösel* panieren (1/3 Semmelbrösel mit 2/3 gemahlenem Waldviertler Graumohn vermischt). *In Rapsöl herausbacken* und mit *Erdäpfelsalat, Kräutersauce und Zitronenscheiben* servieren.

ERDÄPFELSALAT

Salaterdäpfel kochen, schälen und in Scheiben schneiden. *Zwiebel und Lauch* klein

schneiden, mit *Essig und Öl* marinieren. Mit *Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker* würzen und mit etwas Rindssuppe abschmecken.

KRÄUTERSAUCE

Für die *Kräutersauce* *Mayonnaise, Sauerrahm, Joghurt, Salz und Pfeffer* verrühren. *Essiggurkerl* und eine *halbe Zwiebel* würfeln und zugeben. Alles mit frischen Gartenkräutern abschmecken.

Rezept von



ROSEMARIE NEUWIESINGER



Foto: Martin Rehberger

Rosemarie Neuwiesinger, die Mohnwirtin aus dem Mohndorf Armschlag, hat sich auf der kulinarischen Seite ganz dem Mohn verschrieben. Im *Mohnwirthaus* gibt es viele Gerichte rund um den *Waldviertler Graumohn wie Waldviertler Karpfen in der Mohnkruste oder hausgemachte Mohnnudeln*.

Seit 1881 im Familienbesitz entwickelte sich das Mohnwirthaus. Seit dreißig Jahren geben die Mohnwirtsleut' die Geschichte des Waldviertler Graumohns mit Begeisterung an ihre Besucher weiter. www.mohnwirt.at

Mohnwirt Neuwiesinger,
Armschlag 9, 3525 Sallingberg



ZUTATEN

- 1,2 kg Karpfen im Ganzen
- 2 Stangen Lauch
- 1 Zwiebel
- Sellerie
- 4 Fenchelsamen, 6 weiße Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 8 Korianderkörner
- 4 festkochende Erdäpfel
- 4 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Safranfäden
- 2 Fenchel
- 1 Karotte
- 1 Gelbe Rübe
- 250 ml Weißwein
- Olivenöl
- Rosmarin, Thymian
- Salz, Pfeffer, Zucker

HERBST

Bouillabaisse vom Karpfen

FISCHFOND

Den **Karpfen filetieren** und die Karkassen kalt abwaschen. Diese mit kaltem Wasser aufstellen und am Herd **langsam aufkochen** – dabei immer wieder den **Schaum abschöpfen**.

FISCHSUPPE

Danach das grob geschnittene Gemüse vom **Lauch, Zwiebel und Sellerie und die Gewürze** dazugeben und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb abpassieren. Um **mehr Geschmack** zu bekommen, kann man den **Fond dann ca. um die Hälfte einkochen**.

EINLAGE

In der Zwischenzeit die **Erdäpfel separat kochen** und das **restliche Gemüse in Streifen schneiden**. Dann zuerst die **Schalotten** mit dem Knoblauch und dem Safran in Olivenöl anschwitzen. Das in Streifen geschnittene **Gemüse hinzufügen** und mit **Weißwein** und anschließend dem **Fond aufgießen**. Wenn das Gemüse gar ist, die **Erdäpfel** noch kurz darin ziehen lassen und auch die **Fischfilets darin glasig ziehen lassen**. Mit den Gewürzen und Kräutern abschmecken. Eventuell mit Flusskrebse und geröstetem Weißbrot servieren.

Rezept von



LUKAS NAGL

Fotos: www.traunsee-hotels.at

Lukas Nagl ist Haubenchef und Küchenchef aller Küchen **der Traunsee-hotels** und damit einer der Jüngsten in der Spitzengastronomie. Jahrelange Praxis in den besten österreichischen und internationalen Restaurants prägen sein Schaffen (z. B.: Restaurant Steirereck in Wien & Restaurant Tantris in München).

Das **Restaurant Bootshaus**, eines der Traunsee-hotels, ist im **A la Carte Guide 2019** und im **Falstaff Gourmetguide 2019** jeweils das bestbewertete Restaurant Oberösterreichs.

Restaurant Bootshaus,
Klosterplatz 4, 4801 Traunkirchen

ZUTATEN Fischsuppe

- 1,5 l Fischfond
- 100 g Ingwer
- 2 Schalotten
- 2 rote Spitzpaprika
- 4 Scheiben Mangalitzaspeck
- 1 EL Curry & 1 EL Kurkuma
- 1 EL Tomatenmarmelade oder Ketchup
- 1 g pannonischer Safran
- 4 cl Pernod
- Butterflocken

ZUTATEN Einlage

- 200 g Fischstücke
- 2 EL Fenchel
- 4 getrocknete Paradeis julienne
- 2 EL Belugalinsen vorgekocht

ZUTATEN Fischfond

- Karkassen vom Karpfen
- 1 l Weißwein
- 2 l Wasser
- ½ Sellerie in Würfel
- 3 Karotten in Würfel
- 2 Schalotten
- Weiße Pfefferkörner, Lorbeer, Ingwer



Fotos: Luzia Ellert

WINTER Halászlé "Pannonische Fischsuppe"

FISCHFOND

Karkassen gut waschen und mit *Weißwein*, *Wasser*, *Sellerie*, *Karotten* (in Würfel geschnitten), geschnittenen *Schalotten*, weißen Pfefferkörnern, Lorbeer und Ingwer einmal *kurz aufkochen*, dann bei geringer Hitze *1 Stunde ziehen lassen*. Danach abseihen.

FISCHSUPPE

Speck, *Ingwer* und *Schalotten* schneiden und anschwitzen. Dann den *Safran* hinzugeben und langsam weiter rösten. Zur Seite stellen. *Curry*, *Kurkuma*, *Paprika* und *Tomatenmarme-*

lade dazugeben. Mit dem *Fischfond* aufgießen und langsam köcheln lassen. *Pernod* begeben. Alles im Mixbecher aufmixen und abpassieren.

EINLAGE

Die *Einlage mit der Fischsuppe einmal aufkochen*, dann abpassieren und die Fischsuppe mit *Butterflocken* aufmontieren.

Die Einlage auf 4 Teller verteilen und die Suppe darüber gießen.

Rezept von



MAX STIEGL



Das *Gut Purbach* ist berühmt für seine Innereienküche und die Liebe und Hingabe, mit der sein Chef auch die schwierigeren Teile des Tiers zubereitet. *Max Stiegl* legt dabei sehr großen Wert auf saisonale und regionale Zutaten. Den frischen Fisch bekommt er aus dem Neusiedlersee, das Wild vom Leithaberg, das Lamm aus der Eigenzucht, das Geflügel vom Nachbarn und die frischen Kräuter aus dem eigenen Kräutergarten. Die Speisekarte wechselt mit den Jahreszeiten.

Gut Purbach,
Hauptgasse 64, 7083 Purbach

1

Der Karpfen verfügt über eine Vielzahl an gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen und kann kulinarisch durch vielfältige Zubereitungsmöglichkeiten sowohl in traditionellen als auch in modernen Gerichten überzeugen.

