

FrISChe FiSChe – tÄglicH erhÄltlicH

In der Karwoche findet in der Fischzucht Bremgarten der traditionelle Oster-Fischverkauf statt. Die Fischzucht ist das ganze Jahr über geöffnet. Das frische Fischangebot ist ab sofort auch an weiteren Verkaufspunkten in Bremgarten erhältlich.

An keinem anderen Tag wird hierzulande mehr Fisch gegessen als an einem Karfreitag. In der Karwoche findet deshalb wieder der traditionelle Oster-Fischverkauf statt – direkt bei der idyllisch gelegenen Fischzucht an der Vogelsangstrasse 8 in Bremgarten. Das Angebot umfasst frische Regenbogenforellen, Lachsforellen, Bachforellen und Saiblinge sowie geräucherte Forellenfilets aus der eigenen Zucht, aber auch Seefische wie Egli, Felchen und Zander. Die Fische sind ganz oder als Filets erhältlich. Während der Karwoche ist die Fischzucht Bremgarten am Mittwoch, 20. April, und Donnerstag, 21. April, sowie am Karfreitagmorgen geöffnet. Vorbestellungen unter **079 746 32 43** sind willkommen und erwünscht.

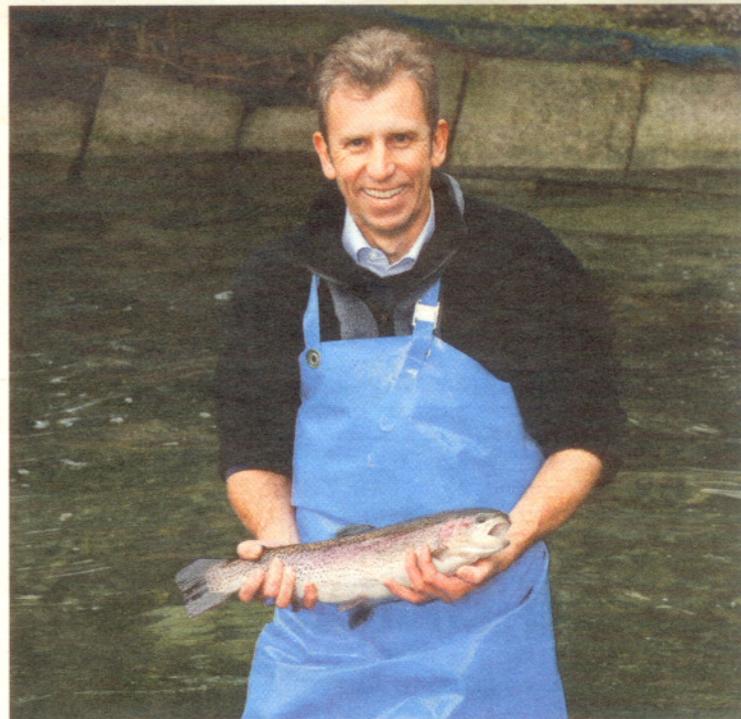
Verlängerte Öffnungszeiten, zusätzliche Verkaufspunkte
FrISChe FiSChe direkt ab FiSCHzucht sind nicht nur an Ostern,

sondern das ganze Jahr über erhältlich. Die Fischzucht Bremgarten ist von Dienstag bis Samstag von 8 bis 17 Uhr durchgehend geöffnet. Zusätzlich bieten wir unsere frischen Fische jeweils am Donnerstagvormittag beim Bahnhof in Bremgarten an. Sie finden unseren Verkaufswagen von 8.30 bis 12 Uhr neben dem Brotwagen.

Seit 19. März sind wir auch wieder auf dem Wochenmarkt auf dem Schulhausplatz in Bremgarten anzutreffen. Dieser findet jeweils samstags von 8 bis 12 Uhr statt. Neu beliefern wir auch die Denner-Filiale in Bremgarten-West während der ganzen Woche mit unseren Frischfischen.

Hohe Wasserqualität

Die Fischzucht Bremgarten – übrigens die älteste Fischzucht der Schweiz – liegt mitten in einem Wohnquartier eingangs Bremgarten im Gebiet Vogelsang. Die 17 Fischbecken mit den Zuchtfischen werden von einem Bach mit Quellwasser gespeist, das sommers wie winters eine konstante Temperatur von 12 Grad Celsius aufweist. Bei diesen tiefen Wassertemperaturen bindet Wasser den Sauerstoff besser. Ideale Vorausset-



Thomas Rüppel mit Lachsforelle. Die natürlich gestalteten Bachbecken (im Hintergrund) bilden einen naturnahen Lebensraum für die Fische.

zungen also für die Aufzucht und Hälterung von Edelfischen wie Regenbogen-, Lachs und Bachforellen.

Für weitere Informationen:
Fischzucht Bremgarten GmbH
Vogelsangstrasse 8
5620 Bremgarten
Tel. 079 746 32 43
www.fischzucht-bremgarten.ch

Wolfsbarsch in Ingwersud

Zutaten für 4 Personen:

- 100 g Ingwer, 1 kleine Chilischote
- 1 Stängel Zitronengras
- 3 EL Sesamöl, 250 ml Kokosmilch
- Schale einer unbehandelten Zitrone (möglichst am Stück)
- Salz, weißer Pfeffer, etwas Rohrzucker
- 3 EL Sahne, 1 EL Butter
- 4 Wolfsbarschfilets ohne Gräten (je 150–200 g)



Zubereitung: Schälen Sie zuerst den Ingwer und schneiden Sie ihn in feine Scheiben. Die Chilischote der Länge nach halbieren und die Kerne entfernen. Das Zitronengras zerdrücken und alles zusammen im Sesamöl andünsten. Geben Sie die Kokosmilch und die Zitronenschale dazu, mit Salz, Pfeffer und Zucker ergänzen und erhitzen (nicht kochen!). Waschen Sie die Fischfilets und tupfen Sie sie trocken. Die Filets dann in den Ingwersud legen und 15 min. pochieren. Herausnehmen und warm stellen. Gießen Sie den Sud durch ein Sieb und fangen Sie die Flüssigkeit auf; mit Sahne und Butter schaumig rühren (Mixgerät), abschmecken und über dem Fisch verteilen. Glasnudeln und ein chinesisches Reiswein runden dieses Gericht perfekt ab.

Schorten/DEIKE



Champignonrisotto

Zutaten für 4 Personen:

- 3–4 getrocknete Steinpilze, 250 g braune Champignons
- 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 40 g Butter, 300 g Risottoreis
- 125 ml trockener Weißwein, 600 ml Gemüsebrühe
- je 2 Stängel frischer Thymian und Rosmarin, Salz, Pfeffer
- 2 EL geriebener Pecorino, 3 EL glatte, gehackte Petersilie

Zubereitung: Die getrockneten Steinpilze unter kaltem Wasser abwaschen und zwei Stunden in lauwarmem Wasser einweichen. Derweil die Champignons putzen, die Stiele in Würfel und die Köpfe in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Vor dem Kochen die eingeweichten Pilze durch ein Sieb abseihen, dabei das Einweichwasser auffangen. Die Butter in einem Topf erhitzen, die Zwiebel und den Knoblauch kurz anbraten, dann den Reis und schließlich alle Pilze dazugeben und kurz mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und bei kleiner Hitze einköcheln lassen. Thymian- und Rosmarinstängel dazugeben, das Pilzwasser und nach und nach die Brühe angießen. Etwa 20 Min. bei kleiner Hitze ziehen lassen, bis der Reis gar ist. Gelegentlich umrühren. Die Kräuter entfernen und den Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit Petersilie und dem Pecorino bestreuen. Schorten/DEIKE

