



## FISCH EINKOCHEN IM DRUCKKOCHTOPF

Welche Crew hat das noch nicht erlebt: wieder einmal hat ein viel zu großer Fisch an der Schleppangel angebissen,... oder: die Fische in der Ankerbucht beiße wie verrückt und den Skipper hat die Angelwut gepackt!

An Bord La Belle Epoque ist etwas ernsthaft verpönt: Lebensmittel über Bord zu werfen oder gar Fische töten, um sie dann nicht zu verspeisen. Und es wäre ja auch wirklich schade, denn nicht immer ankert man in fischreichen Buchten und leider hängt auch nicht je nach Wusch ein schöner Fisch an der Schleppangel. Doch Fisch einkochen ist einfach, funktioniert auch nebenbei und der Aufwand lohnt auch für wenige Gläser.

### Und so geht's:

Gesammelte und gewaschene Marmeladegläser in kochendem Wasser einige Minuten sterilisieren. Auch die Deckel auf Rost kontrollieren und ins kochende Wasser geben. Auf einem frischen Geschirrtuch trocknen lassen. Achtung: nicht abtrocknen und weder Deckelinnenseite noch Glasrand berühren.



In der Zwischenzeit den Fisch filetieren und die Filets in Stücke schneiden.

Die Fischstücke in die Gläser möglichst dicht schichten, salzen und mit kaltem Wasser füllen, so das auch die oberen Fischstücke bedeckt sind. Wer will, kann den Fisch nach Geschmack würzen: Dill, Chili, Wachholder, Basilikum, was schmeckt ist erlaubt. Falls man den Gläserrand beim Füllen beschmutzt, mit einem Stück sauberer Küchenrolle abwischen, nicht angreifen. Ich tauche die Küchenrolle zusätzlich immer in etwas Schnaps oder hochprozentigen Alkohol.



Die Gläser gut verschlossen auf einem Rost oder einem zusammen gelegten Geschirrtuch in den Drucktopf stellen, wenn nötig, übrigen Platz mit offenen, mit Wasser gefüllten Gläsern ausfüllen. Den Drucktopf fünf Zentimeter oder bis zur halben Glashöhe mit kaltem Wasser füllen, Deckel drauf und auf die Flamme stellen.

Sobald der Topf unter Druck steht, mindestens eine halbe Stunde Flamme kochen. Dabei sollte der Druckkochtopf konstant unter Druck stehen. Falls der Druck abfällt, einfach die Einkochzeit verlängern.

Den Drucktopf abkühlen lassen, bis kein Druck mehr im Topf ist, den Druck nicht ablassen, da auch in den Gläsern Druck ist, der nicht abgelassen werden kann. Die Gläser aus dem noch heißen Wasser nehmen und aufs Geschirrtuch zum Abkühlen stellen. Für Bakterien und Mikroorganismen sind die Temperaturen um 45°C die beste Lebensbedingung. Der Grund, weshalb man die Gläser nicht im Wasser abkühlen lässt und nicht dicht aneinander stellt: dieser Temperaturbereich sollte möglichst schnell überwunden werden.

Darauf achten, dass alle Gläser beim Abkühlen Vakuum bilden. Sollten Gläser nicht den Deckel mit einem „Plop“ nach innen ziehen, muss deren Inhalt sofort gegessen werden.

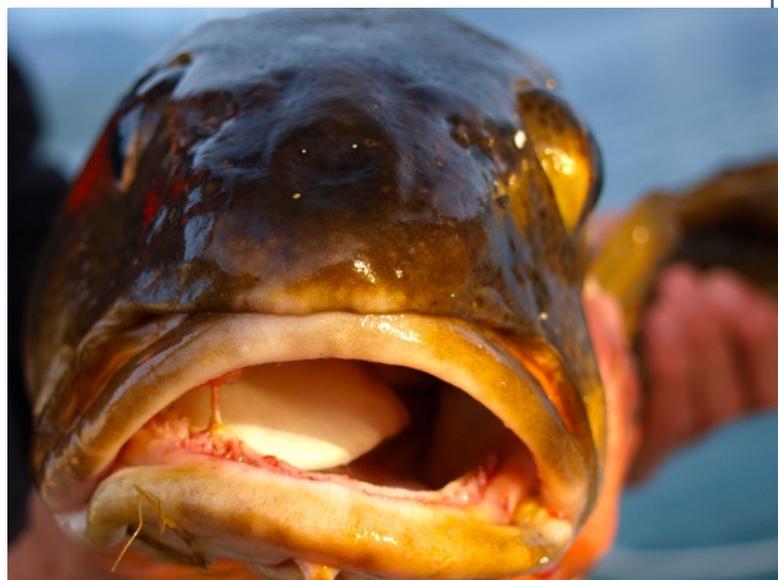
Erst komplett erkaltete Gläser verstauen. Fischkonserven sollten so wie alle Lebensmittel, die in Gläser eingekocht werden, dunkel gestaut werden. Schichtet man die Gläser

ohne Zwischenraum in einen Schapp, ist man vor Bruch gefeit.

So eingelegter Fisch hält mehrere Monate und eignet sich für Curries, Fischgulasch, Fischlaibchen oder, falls er gut gewürzt wurden, auch kalt zur Jause. Nach spätestens 6 Monate sollten Fisch- und Fleischkonserven aufgebraucht werden.

Bei der Verwendung der Fischkonserven muss beachtet werden, dass das Glas beim Öffnen noch unter Vakuum steht. Falls sich der Deckel nach oben wölbt oder Luft beim Öffnen entweicht, muss der gesamte Inhalt über die Seite befördert werden, selbst, wenn der Fisch frisch aussieht und riecht. Denn es könnten sich in der Konserve Botulismus Bakterien (*Clostridium botulinum*) vermehrt haben, die zu einer meist tödlich endenden Lebensmittelvergiftung führen.

[Zurück zu Leben an Bord...](#)



*Diese Homepage soll unsere Erfahrungen zeigen, die Inhalte der Texte sind daher unsere persönlichen Anschauungen und unterliegen keiner Verpflichtung auf Vollständigkeit oder Richtigkeit. Dies gilt auch für alle navigatorischen Informationen und angegebenen Koordinaten, wir übernehmen keinerlei Haftung*