

# Ab in die Dose

*Je fatter, desto besser: Jahrgangs-Ölsardinen sind eine Spezialität, die erst mit der Reife ihren vollen Geschmack entfalten. Es gibt dabei keine Sortenunterschiede, nur auf das Alter der Fische beim Fang kommt es an*

VON MANUELA BLISSE  
UND UWE LEHMANN

**K**löppeln zu können, ist eine gute Fingerfertigkeit für die Sardinenverarbeitung, sagt Noémie Causse. „In Frankreich sind es meistens Frauen, die in kleinen Betrieben die Sardinen in die Dosen legen. Viele von ihnen können Handarbeiten“, begründet die Tochter von Philippe Causse, besser bekannt als Maître Philippe, die zusammen mit ihrer Schwester Anaïs auch im väterlichen Käse- und Feinkostgeschäft in Berlin arbeitet.

Man mag es kaum vermuten, aber Ölsardinen können eine Delikatesse sein. Zumindest dann, wenn es sich wie bei Maître Philippe, der mit weit über 50 Sorten das größte Sortiment in der Hauptstadt bereit hält, um „Jahrgangs-Ölsardinen“ handelt. „Diese Sardinen kommen fangfrisch in die Konserve. Sie werden nachts traditionell gefischt, morgens am Hafen verkauft und gleich verarbeitet“, erklärt Noémie Causse den Unterschied zur zwischendurch tiefgekühlten Industrieware. „Es wird auf gleich große Fische in einer Dose geachtet, die fein säuberlich und mit Abstand platziert werden. Nur wenn genug Platz vorhanden ist, kann das Öl von allen Seiten ins Fleisch dringen“, erläutern die Schwestern das zudem optisch schöne Ergebnis.

Bei Jahrgangs-Ölsardinen ist es wie beim Wein: je älter, je besser. Ihren vollen Geschmack entfalten sie nach fünf bis acht oder sogar erst zehn Jahren. Kenner kaufen gerne größere Mengen eines Jahrgangs, machen zwischendurch immer mal wieder eine Dose auf, testen den Geschmack und entscheiden dann: aufessen oder noch liegen lassen. In ihrer „Reifezeit“ sollten die Konserven, die meist zwischen 4,95 und 6,95 Euro kosten, alle drei Monate umgedreht werden, damit sich das Öl gut verteilen kann. „Dann schmelzen sie am Gaumen“, sagt Noémie Causse, die gerade einen Ölsardinen-Internetshop



Fangfrisch: Sardinen in einem Fischgroßmarkt von Chania auf der griechischen Insel Kreta

(www.sardinophil.de) eröffnet hat.

Der Klassiker ist die Sardine in Öl mit Salz. Spannend, so das Causse-Trio, sei auch die Kombination mit Chili, mit Zitrone, schräg der Mix mit Bayonner Schinken und Piment d'Espelette. Zuweilen werden sie auch statt in Öl in Weißwein, in Muscadet, eingelegt. Normalerweise mit Mittelgräte verarbeitet, gibt es neuerdings auch die grätenlose Variante. Viele der Konserven-Etiketten sind kleine Kunstwerke und längst auch Sammlerstücke.

An den Küsten Frankreichs ziehen die Fische, die viele ungesättigte Omega-3-Fettsäuren und Jod enthalten, im Sommer auf ihrem Weg nach Grönland vorbei, in Spanien und Portugal etwas früher. Es gibt keine Sortenunterschiede, das

Alter macht die Sardinen größer und fetter. Sehr zart, weil kleiner, kommt die spanische Sardine in die Konserve. Für Maître Philippe sind die September-fetten französischen Fische die besten. Zudem werden sie für eine krosse Haut zuvor frittiert.

Weil bei den Jahrgangssardinen nur in hochwertiges, kaltgepresstes Olivenöl eingelegt, könne man, so Anaïs Causse, die Reste wunderbar mit Baguette oder geröstetem Graubrot stippen. Das hat sie auch jüngst im Portugal-Urlaub getan. In Lissabon kann man im Restaurant „Sol & Pesca“ Ölsardinen, die im Schaufenster ausliegen bestellen. „Weil in Portugal, wo die Sardi-

nen in Wasser vorgekocht werden, zum Einlegen nur normale Ölqualitäten verwendet werden, wird das Öl vor dem Servieren abgossen und die Sardinen auf dem Teller mit gutem Übergossen“, erzählt sie.

Diese Form des Sardinengenusses gibt es in hiesigen Restaurants nicht. Dennoch ist die Sardine an sich auch hierzulande ein Thema. Die Sardinienbestände im Mittelmeer haben sich erholt, es gibt sie zur Genüge und die Sardinen sind nach wie vor rund ums Mittelmeer fester Bestandteil der rustikalen Alltagsküche. Kein Grieche, kein Südeuropäer, der sie nicht auf der Karte hat; „Ein toller proteinhaltige Fisch. In Mehl paniert, nur mit Pfeffer und Salz

gewürzt rund frittiert, fertig. Schön ist auch ein leichtes Zitronen-Ölivenöl-Dressing“, schwärmt Athanasios Gortas, der mit der Ousia gerade in Berlin den Restaurantnachfolger des bekannten Ousias eröffnet hat.

Die Sardine, eigentlich alles andere als ein Edelfisch, hat es sogar bis in die oberste Küchenliga geschafft. Zwei-Sterne-Koch Hendrik Otto aus dem Lorenz Adlon Esszimmer hat sie bereits geaddelt: als Zwischengang in einem achtgängigen Menü und zwar im Olivenöl, mit Eigelbcreme, Bohne und Paprika. Auch Fernseh- und Sternkoch Kolja Kleeberg hat ein Faible für den „kleinen Fettfisch, der kräftige Aromen verträgt“. Schon bei den Eltern habe es häufig Ölsardinen aus der Dose gegeben, so Kleeberg. „Im

Skiurlaub hat mein Vater immer einen Salat aus einer Dose Sardinen, einer Dose Thunfisch, klein gehackten Schalotten, Kapern, Zitronensaft, Salz und Pfeffer gemacht“, erzählt der Küchenchef.

Auf die frische Sardine ist der Fernsehkoch allerdings in Köln gekommen, während seiner Zeit bei Rino Casati in dessen gleichnamigen Restaurant. Kleebergs knusprige Sardinenstulle mit Tomatensalat, Minze und jungem Knoblauch ist inzwischen schon einer seiner Klassiker. Sizilianisch bereitet Kleeberg die Wanderfische aus der Gattung der Heringe hingegen im Kochbuch „Filmrezepte“ (Callwey Verlag) zu: im Ofen gebacken mit sizilianischem Auberginengemüse „Caponata“, Tomatenmarmelade und Lorbeeröl. „Ein sizilianisches Sprichwort sagt, willst du einem guten Freund eine richtige Freude machen, schenk ihm eine Dose Thunfisch oder Sardinen mit abgelaufenem Verfallsdatum“, sagt Kleeberg.

Sizilianisch, das ist auch eine der liebsten Sardinen-Varianten von Pasquale Balloni, toskanischer Küchenchef im Kreuzberger Nudo. „Ich nehme für die sarde beccafico große Sardinen, Kopf weg, Gräte raus, brate eine Mischung aus Paniermehl, Knoblauch Salz, Pfeffer, Zitronenschale, Lorbeer, Pinienkerne, Rosinen und einem Ei leicht an, lösche mit Weißwein ab und fülle die aufgeklappten Filets damit“, erklärt Balloni, „in Palermo kommt noch Bauchspeck mit hinein“. Die Filets werden zugeklappt, mit einem Spieß geschlossen und 20 bis 25 Minuten im Ofen fertig gebacken. Auch sizilianische Pasta mit Sardinen, Chili, Minze, Kapern, Knoblauch und Oliven mag er.

Doch da der Küchenchef aus Viareggio stammt und sein Großvater noch Fischer war, ist sein heißester Sardinen-Tipp ganz einfach und günstig: „Kleine Fische mit allem drum und dran in Mehl wenden, frittieren, mehrere Tage in eine Marinade aus Öl, Weißweinesig, gebratenem Knoblauch, Rosmarin und Zwiebeln einlegen, dann pur essen, nur ein Glas Weißwein dazu. Basta!“



Sie schwimmen sozusagen in Öl: Sardinen aus den Jahrgängen 2011 (links), 2012 (oben) und 2013 (rechts)



## Restaurantführer

In einer Serie stellt der General-Anzeiger Restaurants, Cafés, Kneipen, Weinlokale und Bars vor.

### Kurzlebig

Bonner Café hinter dem Alten Rathaus

### Gastgeber

Seit September 2012 Sandra Hinze und Koon-Sun Man

### Räumlichkeiten

Laut Chefin im „liebevoll-altbackenen“ Berliner Stil. Antike Holzanrichte mit italienischer Carimali-Siebträgermaschine. 37 Plätze

### Außenbewirtung

Kleine Terrasse vor dem Haus. Zehn Plätze

### Speiseangebot

30 Frühstücksvarianten ab 1,90 Euro, z. B. „Route 66“ (u. a. zwei

Spiegeleier, Bacon, Baked Bean, Pfannkuchen mit Ahornsirup, Bagel) 11,50 Euro. Nachmittags selbst gebackener Kuchen; Abendbrot mit „deutschen Tapas“

### Getränkerte

Kaffeeröstungen von Schmitz-Mertens aus Troisdorf, z. B.

Milchkaffee 2,70 Euro; acht Teesorten von Gschwendner je zwei Euro. Craft Beers, z. B. Craftwerk (0,33l) 3,90 Euro

### Aktionen

Montags ab 16h Brotkorb mit zwei Dips 5,90 Euro und Mühlen Kölsch (0,33l) zwei Euro. Früh-

stück der Woche

### Gäste

Mütter mit Kindern, Studenten, vom Schüler bis zur Großmutter

### Besonderheiten

Kinder-, Spiele- und Bücherecke. Montags ab 16h Spieleabend

### Philosophie des Hauses

„Unser Ziel ist es, dass Veganer, Vegetarier und Fleischesser gemeinsam lecker essen können, ohne Abstriche machen zu müssen“, sagt Sandra Hinze.

### Öffnungszeiten

Mo-Fr 9-16h, Sa und So 10-16h. täglich 16-21h

### Adresse

Rathausgasse 2-6, 53111 Bonn-Innenstadt, www.kurzlebig.net

### Kontakt

Tel. (0228) 94 80 26 77



Kuchen, Torten und Pralinen: Konditorei-Café Kleinmann

## Weinprobe

Vielleicht ist es etwas ungehörig, das Thema „Parker-Punkte“ gerade bei diesem Wein ins Spiel zu bringen: dem 2012 Côte du Rhône von der Domaine Grand Nicolet, einer Cuvée aus den roten Rebsorten Grenache (70 Prozent), Syrah, Carignan und Mourvèdre. Es ist nämlich der einfachste Wein des Weinguts und kostet bescheidene 9,50 Euro. Aber da stehen sie nun mal: 91 Parker-Punkte. Der bekannte amerikanische Weinkritiker Robert Parker und sein Verkostungsteam vergeben die Punkte nach dem amerikanischen Schulsystem, von 50 bis 100. 90 bis 95 Punkte stehen für „hervorragend“. Und es ist immer bemerkenswert, wenn ein solch „kleiner“ Wein in dieser Kategorie auftaucht. Was hat er also an sich, was ihm 91 Punkte eingebracht? Zuallererst ist er das, was man als ehrlich be-



zeichnet. Er verlässt sich einzig auf das, was die Trauben von Natur aus mitbringen: Kirsch- und helle Beerenfrucht, die Würze von wilden Kräutern, eine gewisse Erdverbundenheit, aber da ist nichts von den beschönigenden Noten, die Holzfässer beisteuern. Der Wein wurde ausschließlich in Zementtanks verarbeitet. Das Tannin ist dennoch feinkörnig, die Säure angenehm frisch, aber insgesamt ist sein Erscheinungsbild auch etwas rustikal. Gönnen wir ihm also das „hervorragend“ für das Preis-Leistungs-Verhältnis. Ein lohnenswerter Alltagswein. Caro Maurer

2012 Côte du Rhône von der Domaine Grand Nicolet, Frankreich Preis: 9,50 Euro Bei der Vinothek in der Krone Hauptstr. 374, 53639 Königswinter Tel. (02223) 700 970. Auch zu probieren auf der Wein-Messe der Vinothek, Sonntag, 31. 8., 12-19h