Nachhaltig und gesund: **Heimischer FISCH** am Aschermittwoch

Der Aschermittwoch läutet den Beginn der 40-tägigen Fastenzeit ein. An diesem Tag kommt bei vielen traditionell Fisch auf den Tisch, und zwar erfreulicherweise immer öfter heimischer Fisch von regionalen Produzenten.

FOTO: ASTRID EDER

Der Aschermittwoch, der heuer auf den 23. Februar fällt und wie jedes Jahr dem närrischen Fasching ein Ende setzt und den Beginn der Fastenzeit markiert, ist neben dem Karfreitag der einzige Tag in der katholischen Kirche, der als strenger Fasttag gilt. Und weil an diesem der Verzehr von Fleisch verboten ist, greift man zu Fisch, der – zumindest seit der Lockerung der Fastenregeln vor rund 500 Jahren – erlaubt ist.

Die theologische Erklärung, warum der Verzehr von Fisch nicht unter das Fastengebot fällt: Fisch wurde im Gegensatz zum Fleisch nicht gekreuzigt und war außerdem das geheime Erkennungszeichen der frühen Christen. Interessantes Detail am Rande: In früheren Zeiten befiel in der 40-tägigen Fastenzeit bis Ostern so manchen mitunter auch eine seltsame zoologische Verwirrung und er zählte sämtliche tierische Wasserbewohner zu den Fischen. So konnten etwa Gänse und Enten, aber auch Biber, guten Gewissens verspeist werden.

Gänse, Enten und Biber kommen heutzutage am Aschermittwoch wohl selten bis nie auf den Tisch, dafür aber häufig Fisch. Dabei handelt es sich erfreulicherweise immer öfter um heimischen Fisch von regionalen Produzenten. Der traditionelle Heringsschmaus zum Auftakt der Faschingszeit hat zwar noch keineswegs ausgedient, aber die Nachfrage nach Forelle, Saibling oder beispielsweise Wels aus österreichischen Gewässern wird von Jahr zu Jahr größer. Und es gibt viele gute Gründe, warum man heimischem Fisch den Vorzug gegenüber importiertem – zumeist Meeresfisch – geben sollte.

FOTO: MARTIN HUBER

Der Seesaibling aus dem Ausseerland war lange Zeit für den Adel reserviert, heute kann er von jedermann genossen werden.

Gebeizter Saibling – eine köstliche heimische Aschermittwochsalternative zum Heringsschmaus.

FOTO: ASTRID EDER