

FISCH UND MEERESFRÜCHTE



Das Meer bestimmt das Leben der Menschen des Languedoc mit und hat natürlich auch einen großen Einfluss darauf, was auf den Tisch kommt. Das Étang de Thau beherbergt eine der größten Austernbänke der Welt und über die Fischereihäfen ist fangfrisch verfügbar, was das westliche Mittelmeer zu bieten hat. In den Fischlokalen von Sète, Bouzigues oder Mèze bekommen Sie Fischgerichte und Meeresfrüchte, wie Sie das vielleicht zuvor noch nicht erlebt haben. Auf den Märkten wird der Fisch in einer Frische angeboten, wie es in Deutschland abseits von Nord- und Ostsee nicht möglich ist.

Allerdings bringt der Artenreichtum des Mittelmeeres an Speisefischen zusammen mit der Entwicklung seiner vielen Anrainerländer auch eine nicht mehr zu übersehende Kehrseite der Medaille mit sich: Das Mittelmeer ist in weiten Teilen überfischt und der Fortbestand einiger Arten wie etwa der Sardelle oder des Thunfisches (welcher in der Antike mittels der berühmten römischen Fischfangstationen gar von Land aus zu fangen war) sind stark gefährdet und stehen bereits auf einer sogenannten **roten Liste**.

TIPP: Im Kapitel "Rezepte" stellen wir nach und nach natürlich auch typische Gerichte für Fisch und Meeresfrüchte zusammen. Jedoch kann es sicher nicht schaden, zur Vorbereitung auf ihre Zeit im Languedoc ein mediterranes Kochbuch mit entsprechenden Rezeptvorschlägen zu konsultieren.

Speisefische sowie Weich-, Krusten- und Schalentiere aus dem Mittelmeer



Auf dem Markt in Pézenas und z.B. am Hafen von Sète werden Sie ein grosses Fischangebot vorfinden. Am häufigsten werden Ihnen hierbei wahrscheinlich **Sardellen** und **Sardinen** begegnen, die sich in der Region grosser Beliebtheit während der Grillsaison erfreuen. Darüber hinaus finden Sie **Seehecht**, **Makrele**, **Meerbarbe**, **Thunfisch**, **Goldbrasse**, **Schwertfisch**, **Seezunge**, **Meeraal**, **Loup de Mer** und noch einiges mehr wie etwa **Dorche**, **Seebarsche** und **Sprotten**. Dies sind jedenfalls die Wichtigsten.



Als Spezialität lokal sehr beliebt sind auch die sogenannten Weichtiere wie etwa **Kalmar**, **Octopus** und **Sepiatintenfisch**. Die entscheidenden Merkmale zwischen den Arten bestehen hier in Grösse und der Anzahl an Fangarmen. - Es gibt in der Region eine grosse Vielfalt in der Zubereitung und bezüglich des Genusses von Weichtieren aus dem Meer. Man muss es mögen.

Wir haben einmal den Fang eines ziemlich grossen Tintenfisches vom Strand aus beobachtet sowie die anschließend etwas brachiale Behandlung mit einem Stein; nichts für zarte Gemüter.



An Schalentieren gibt es die sehr leckere **Mittelmeer-Miesmuschel**, **Schrimps**, **Krabbe**, **Garnele**, **Languste** und sowieso aus dem Étang de Thau die **Auster**.