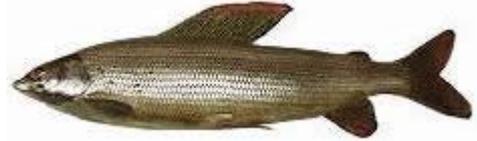




## Gedämpfte Aesche nach Fricktaler Art

Aeschen leben in kleineren Flüssen und sind gefährdet. Deshalb sind sie nach der Berner Konvention international geschützt. Unser Rezept stammt von Frau Waldmeier vom Solbad in Mumpf und ist aus dem Jahre 1894.



Die Aeschen zum Kochen bringen und salzen. Eine Casserole wird reichlich mit Butter bestrichen, darin werden die Aeschen mit Lorbeerblättern, geschnittenen Zwiebeln, gezupfter Petersilie, etwas Sardellenbutter, Zitronensaft und einigen Löffeln sauren Rahms je nach Grösse zwölf bis zwanzig Minuten gekocht. Die Aeschen werden angerichtet und die passierte Sauce wird darüber gegeben. Als Beilage eignen sich Bratkartoffeln.

Quelle: Jost Müller