

# Lachsfilet ohne Haut fangfrisch

## Norwegisches Lachsfilet ohne Haut – Nachhaltig gezüchtet, zart im Biss, pur im Geschmack

✓ Ohne Haut · ✓ Ohne Stehgräten · ✓ Aus verantwortungsvoller Aquakultur

Entdecken Sie den puren Genuss feinsten Lachsfilets – **fangfrisch, ohne Haut und grätenfrei**. Unser hochwertiges Lachsfilet stammt aus **kontrollierter norwegischer Aquakultur**, die für höchste Qualität, Nachhaltigkeit und Tierschutz steht. Die perfekte Wahl für bewussten Genuss – schnell zubereitet, vielseitig einsetzbar und unverfälscht im Geschmack.

---

### Warum unser norwegisches Lachsfilet?

**Ohne Haut & ohne Stehgräten** – Sofort bereit für die Pfanne, den Grill oder den Ofen  
**Aus nachhaltiger Aquakultur** – Umweltfreundlich, antibiotikafrei & lückenlos kontrolliert  
**Rein & mild im Geschmack** – Kein Fischgeruch, sondern zartes, saftiges Fleisch  
**Perfekt für die schnelle Küche** – Ob gebraten, gedünstet oder pochiert  
**Reich an Omega-3 & Eiweiß** – Für gesunde Ernährung und bewussten Lebensstil

**Stückgewicht:** ca. 150–200 g

⚠ Hinweis: Trotz bester Verarbeitung können einzelne, sehr feine Gräten nicht völlig ausgeschlossen werden.

---

### Rezeptidee: Zitronen-Kräuter-Lachsfilet aus der Pfanne

**Zubereitungszeit:** ca. 25 Minuten · **Schwierigkeit:** Einfach · **Portionen:** 4

#### Zutaten:

- 4 Lachsfilets ohne Haut (je ca. 150–200 g)
- 2 EL Olivenöl, 50 g Butter
- 1 Bio-Zitrone (Abrieb & Saft)
- 2 Knoblauchzehen (gehackt)
- 1 Bund frische Kräuter (z. B. Dill, Thymian, Petersilie)
- Salz, Pfeffer nach Geschmack
- Optional: 1 EL Honig für feine Süße

#### Zubereitung:

- Filets würzen & vorbereiten**  
Lachsfilets mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen.
- Anbraten**  
Öl in Pfanne erhitzen, Lachs 3–4 Min. pro Seite goldbraun braten.
- Kräuterbutter-Sauce zubereiten**  
Hitze reduzieren, Butter, Knoblauch, Zitronensaft und Kräuter zugeben. Optional: Honig.
- Servieren**  
Lachs mit Sauce übergießen, mit Kräutern und Zitronenscheiben anrichten.

---

### Beilagenempfehlung:

Gründeramt Emden  
IdNr.: 58/200/11321  
USt-IdNr.: DE454426134  
Finanzamt: Emden

- **Kartoffel-Liebliche:** Ofenkartoffeln, Püree oder Rösti
- **Leicht & grün:** Brokkoli, Spargel, Zucchini
- **Frisch:** Gurkensalat oder gemischte Blattsalate

---

## Tipp:

**Nicht zu lange braten!** Der Lachs bleibt besonders saftig, wenn er nach dem Anbraten kurz in der Resthitze der Pfanne nachzieht.  
**Für den Grill:** Lachsfilets in Backpapier oder Alufolie mit Zitrone & Kräutern einschlagen – fertig in 8–10 Minuten.

---

## Fazit:

Mit unserem **norwegischen Lachsfilet ohne Haut** bringen Sie ein echtes Premium-Produkt auf den Teller: **rein, nachhaltig, vielseitig und schnell zubereitet**. Ob als Alltagsklassiker oder festliches Hauptgericht – dieses Filet überzeugt durch Qualität und Geschmack.

Jetzt bestellen & die Vorteile norwegischer Aquakultur selbst erleben!

---

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	830 kj
Brennwert in kcal	207 kcal
Fett	12,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	2 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	20,5 g
Salz	0,07 g
Natrium	0 g

## Allergene

Fisch	Ja
-------	----

## Zutaten

GreetFish GmbH

IdNr.: 58/200/11321

USt-IdNr.: DE454426134

Lachs

Herkunftsamt: Emden

## Zusätzliche Informationen

### **Herkunftsort**

Lat. Name: Salmo salar Fanggebiet: Norwegen aus Aquakultur

## Inverkehrbringer

de Beer Fisch-Feinkost GmbH  
An den Darren 1 // 26736 Greetsiel