Lachsforelle küchenfertig fangfrisch

Frische Lachsforellen von de Beer aus Greetsiel – exklusiv bei GreetFish erhältlich

Entdecken Sie mit den **frischen Lachsforellen von de Beer aus Greetsiel** eine **kulinarische Delikatesse** direkt aus **kontrollierter deutscher Aquakultur**. Die Lachsforellen werden mit größter Sorgfalt aufgezogen, frisch verarbeitet und **über den Onlineshop GreetFish direkt zu Ihnen geliefert** – für echten Genuss aus der Region.

---

1. Qualität aus deutscher Aquakultur – Vertrauen in jeden Bissen

Die **Lachsforellen von de Beer** wachsen in zertifizierten deutschen Aquakulturen unter strengen Umwelt- und Qualitätsauflagen heran. Dank **regionaler Aufzucht** und kurzer Transportwege bleibt die Frische erhalten – und mit ihr der **natürliche, milde Geschmack** des Fisches.

---

2. Vielseitige Zubereitungsmöglichkeiten für Ihre kreative Küche

Ob **gegrillt**, **gebraten**, **geräuchert** oder **im Ofen gegart** – das zarte, saftig-rosa Fleisch der **Lachsforelle** ist die perfekte Basis für vielfältige Gerichte. Die **feine Textur** harmoniert mit mediterranen Kräutern, asiatischen Gewürzen oder klassischen Butter- und Zitronennoten. Ob zu Pasta, im Salat oder als elegantes Hauptgericht: Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

---

3. Ein Plus für Ihre Gesundheit – reich an Omega-3-Fettsäuren

Lachsforellen enthalten wertvolle **Omega-3-Fettsäuren**, die sich positiv auf **Herz, Gehirn und Entzündungsprozesse** auswirken. Gleichzeitig liefern sie hochwertiges **Eiweiß** – ideal für eine **bewusste und ausgewogene Ernährung** mit Genussfaktor.

---

4. Für jeden Anlass – vom Alltag bis zum Festessen

Ob im Alltag oder bei besonderen Anlässen: Mit der **frischen Lachsforelle von GreetFish** servieren Sie ein hochwertiges Fischgericht, das Eindruck macht. Verwöhnen Sie Ihre Gäste mit einem edlen, regionalen Produkt – unkompliziert in der Zubereitung, aber raffiniert im Geschmack.

Jetzt online bestellen bei GreetFish – Ihrem Fachhändler für Fisch aus Greetsiel

Bestellen Sie Ihre fangfrische Lachsforelle online – küchenfertig ausgenommen und **vakuumverpackt geliefert**. Vertrauen Sie auf die Qualität von **de Beer** und genießen Sie die Vielfalt, Frische und Regionalität dieses Premiumprodukts.

Rezept: Gebackene Lachsforelle mit Kräuter-Zitronen-Butter

Portionen: 4
Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Einfach

Zutaten:

- 1 große **Lachsforelle** (ca. 1–1,5 kg, küchenfertig – erhältlich bei GreetFish)
- Salz & Pfeffer
- 1 Bio-Zitrone (Abrieb + Scheiben)
- 2–3 Knoblauchzehen (in Scheiben)
- 1 Bund frische Kräuter (z. B. Petersilie, Rosmarin, Thymian, Dill)
- 50 g Butter
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Paprikapulver (optional)

- Backpapier oder Alufolie

Zubereitung:

1. **Vorbereiten:**
   Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Lachsforelle abspülen, trocken tupfen und innen sowie außen mit Salz und Pfeffer würzen.

2. **Füllen:**
   Zitronenabrieb mit etwas Butter vermengen und in die Bauchhöhle streichen. Anschließend mit **Zitronenscheiben**, **Knoblauch** und **frischen Kräutern** füllen.

3. **Butter-Mix:**
   Butter schmelzen, mit Olivenöl und Paprikapulver verrühren und die Fischhaut damit bestreichen.

4. **Backen:**
   Die Lachsforelle auf ein mit Backpapier oder Alufolie ausgelegtes Blech legen. Optional abdecken.
   Ca. 25–30 Minuten backen – die Alufolie nach der Hälfte der Zeit entfernen, damit die Haut knusprig wird.

5. **Servieren:**
   Mit frischen Kräutern garnieren. Ideal mit Salzkartoffeln, Gemüse oder einem Blattsalat.

Varianten-Tipps:

- **Grill:** In einer Grillzange oder Alufolie auf dem Grill ca. 20–25 Minuten garen
- **Würzig:** Mit einer Marinade aus Honig, Senf und Kräutern verfeinern
- **Fruchtig:** Zitronenscheiben durch Orangen ersetzen für einen neuen Twist

Tipp: Die Lachsforelle sollte innen **glasig und zart** bleiben – nicht zu lange garen!

Jetzt bei GreetFish bestellen – Frische Lachsforelle von de Beer, direkt aus Greetsiel auf Ihren Teller.

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	515 kj
Brennwert in kcal	125 kcal
Fett	2,9 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,21 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	19,5 g
Salz	1,62 g
Natrium	0 g

Allergene

Fisch	Ja

Zutaten

Lachsforelle

Zusätzliche Informationen

Herkunftsort
Lat. Name: Oncorhynchus mykiss Fanggebiet: Dänemark aus Aquakultur

Inverkehrbringer

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