Steinbeißerfilet fangfrisch

Steinbeißerfilet – zart, geschmackvoll & außergewöhnlich

Exklusive Meeresdelikatesse jetzt bei GreetFish bestellen

Willkommen in der Welt des **exquisiten Steinbeißerfilets**, auch bekannt als **Seewolf** – ein echter Geheimtipp für Liebhaber edler Meeresfische. Dieses **fangfrische Filet** überzeugt mit **festem, weißem Fleisch**, einer angenehm milden Salznote und einem **intensiven, fein-nussigen Geschmack**, der auf der Zunge zergeht.

Der Steinbeißer stammt aus den kalten, sauberen Gewässern des **Nordatlantiks und der Nordsee** und zählt zu den Delikatessen der gehobenen Fischküche. Seinen Namen verdankt er übrigens seinem kräftigen Gebiss, mit dem er in freier Wildbahn selbst **Muscheln, Schnecken und Seeigel** mühelos knackt.

Produkt-Highlights:

- **Fangfrisch & küchenfertig**
- **Zartes, festes Fleisch mit feinem Meeresaroma**
- **Wenig Fett, viel Protein – ideal für eine bewusste Ernährung**
- **Reich an Omega-3-Fettsäuren**
- **Perfekt zum Braten, Dämpfen oder für edle Ofengerichte**

Rezeptidee: Gebratenes Steinbeißerfilet mit Zitronenmarinade

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Einfach
Portionen: 2–4

Zutaten:

- 4 Stücke fangfrisches Steinbeißerfilet (erhältlich bei GreetFish)
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bio-Zitrone (Saft und Abrieb)
- Salz & Pfeffer nach Geschmack
- Frische Kräuter (Petersilie oder Dill) zum Garnieren

Zubereitung:

1. Filets kalt abspülen, trocken tupfen.
2. Mit Olivenöl, Zitronensaft und -abrieb marinieren, salzen und pfeffern.
3. In einer Pfanne bei mittlerer Hitze je Seite ca. 3–4 Minuten braten, bis das Filet goldbraun ist und sich leicht teilen lässt.
4. Auf Tellern anrichten, mit frischen Kräutern garnieren.

Servervorschläge:

- **Klassisch:** Mit Salzkartoffeln & Buttersoße
- **Kräftig:** Mit cremiger Senfsoße
- **Leicht:** Mit gebratenem Gemüse oder Zitronenreis
- **Frisch:** Mit Rucolasalat und Balsamicodressing

GreetFish-Tipp:

Steinbeißerfilet ist zart und darf nicht übergart werden – am besten bei mittlerer Hitze und kurzer Garzeit braten. Die feine Struktur belohnt mit einem besonders saftigen Ergebnis.

Wissenswert:

Der Steinbeißer (Seewolf) wird bis zu **150 cm lang** und ist für sein einzigartig schmackhaftes Fleisch berühmt. Seine außergewöhnliche Textur und sein kräftiges Gebiss machen ihn in der Natur wie in der Küche zu einer Besonderheit. Gourmetköche weltweit schätzen ihn für seine vielseitige Einsetzbarkeit – ob pur, in der Pfanne oder als Highlight auf dem Grill.

Bestellen Sie jetzt fangfrisches Steinbeißerfilet bei GreetFish und erleben Sie einen Fischgenuss, der Eindruck hinterlässt.
Jetzt Steinbeißerfilet online kaufen

Zum Produkt

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	330 kj
Brennwert in kcal	80 kcal
Fett	2,3 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,06 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	16 g
Salz	0,07 g
Natrium	0 g

Allergene

Fisch	Ja

Zutaten

Steinbeißer

Zusätzliche Informationen

Herkunftsort
Lat. Name: Anarhichas lupus Fanggebiet: Nordostatlantik, FAO27 (Norwegische See) Fangmethode: Haken und Langleinen

Inverkehrbringer

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