

# Tintenfischtuben 1000g

## Produktinformationen: Tintenfischtuben 1000g – Küchenfertig & Vielseitig

Unsere **Tintenfischtuben** (auch bekannt als Kalmar-Tuben) sind ein Highlight für alle Fans von **Meeresfrüchten**. Sie stammen aus nachhaltigem Fang, sind bereits **küchenfertig vorbereitet** (enthäutet, ausgenommen, gereinigt) und bieten vielseitige Zubereitungsmöglichkeiten – von **gegrillt**, über **gefüllt**, bis hin zu **asiatisch gebraten**.

---

### Ihre Vorteile auf einen Blick:

- **Küchenfertig vorbereitet** – direkt einsatzbereit ohne zusätzliche Reinigung
- **Schonend tiefgefroren** – Frische, Geschmack und Nährstoffe bleiben erhalten
- **Zart & elastisch** – ideal für Grill, Pfanne oder Ofen
- **Reich an Eiweiß, Omega-3, Selen & Jod**
- **Kalorienarm & fettarm** – perfekt für bewusste Ernährung

**U5 = ca. 5 große Tuben / U10 = ca. 10 kleinere Tuben pro 1kg-Packung**

---

### Zubereitungsideen für Tintenfischtuben

#### 1. Gegrillt mit Zitrone & Knoblauch

Einfach marinieren mit Olivenöl, Zitronensaft, frischem Knoblauch und Kräutern. Bei mittlerer Hitze **2–3 Minuten pro Seite grillen** – außen zart geröstet, innen saftig.

#### 2. Gefüllt und geschmort

Füllen Sie die Tuben mit einer Mischung aus Reis, Feta, Gemüse oder Garnelen. In Tomatensauce schmoren oder im Ofen backen – ein mediterraner Klassiker!

#### 3. Frittierte Calamari

In Ringe schneiden, in Mehl wenden und kurz in heißem Öl frittieren. Mit **Aioli** oder frischer Zitrone servieren – perfekt als Vorspeise.

#### 4. Asiatisch im Wok

Fein geschnittene Streifen mit **Sojasauce, Chili, Ingwer & Frühlingszwiebeln** scharf anbraten. Dazu passt Reis oder gebratene Nudeln.

---

### Herkunft & Nachhaltigkeit

Unsere **Tintenfischtuben** stammen aus **zertifizierten Fanggebieten** und werden direkt nach dem Fang verarbeitet. Durch schnelles **Schockfrost** bleiben Geschmack und Textur optimal erhalten. Nachhaltigkeit und Qualitätskontrollen stehen im Vordergrund.

---

### Vertrieb & Herkunft

- **Produktion:** durch Partnerbetriebe im internationalen Fanggebiet
  - **Vertrieb ausschließlich über: GreetFish Onlineshop**
  - **Verpackung & Versand durch: de Beer Fischfeinkost GmbH**
- 

### Produktdetails

- **Inhalt:** 1000g tiefgekühlt (U5 oder U10, je nach Größe)

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

- **Lagerung:** Bei -18 °C lagern
- **Hinweis:** Nach dem Auftauen **nicht wieder einfrieren**. Innerhalb von 24 h verarbeiten.

---

**Fazit:**  
Ob mediterran, asiatisch oder klassisch vom Grill – unsere **Tintenfischtuben** sind ein echtes Multitalent. Gesund, schmackhaft und unkompliziert – ideal für ambitionierte Hobbyköche und Profis gleichermaßen.

**Jetzt bestellen und frischen Meeresgeschmack genießen!**

---

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	380 kj
Brennwert in kcal	95 kcal
Fett	1,2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,9 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	15,2 g
Salz	1,03 g
Natrium	0 g

## Allergene

Weichtiere	Ja
------------	----