

Doradenfilet fangrisch

Frisches Doradenfilet fangrisch von de Beer aus Greetsiel – exklusiv bei GreetFish

Frisches Doradenfilet von **de Beer aus Greetsiel**, einem renommierten Fischspezialisten an der Nordseeküste, steht für höchste Qualität und nachhaltige Herkunft. Aus **kontrollierter Aquakultur** bezogen, wird der Fisch direkt vor Ort mit größter Sorgfalt verarbeitet. Der **Vertrieb erfolgt ausschließlich über den Onlineshop GreetFish**, der für Regionalität, Frische und Transparenz steht.

Dieses **hochwertige Doradenfilet** überzeugt durch seinen **zarten Geschmack**, die **feine Textur** und seine **Vielseitigkeit in der Küche**. Egal ob gegrillt, gebraten oder roh als Ceviche – das **fangrische Doradenfilet** bietet vielfältige Möglichkeiten für genussvolle Gerichte.

Zubereitungsideen für Doradenfilet:

1. Gebratenes Doradenfilet

In Olivenöl goldbraun gebraten, mit frischen Kräutern und Zitrone verfeinert – ein Klassiker der mediterranen Küche.

2. Gegrilltes Doradenfilet

Kurz mariniert mit Zitrone, Knoblauch und Thymian – auf dem Grill entsteht ein herrlich rauchiges Aroma.

3. Doraden-Ceviche

Klein gewürfelt und in Limettensaft mariniert – mit roten Zwiebeln, Chili, Koriander und Avocado servieren.

4. Doraden-Tacos

In Streifen geschnitten und in Tacos mit frischem Gemüse, Limettensaft und würziger Joghurt-Sauce anrichten.

5. Doraden-Curry

In cremiger Kokosmilch mit Currypaste, Paprika und Koriander gekocht – serviert mit Basmatireis.

6. Ofengebackenes Doradenfilet

Mit Olivenöl, Zitronenscheiben und mediterranen Kräutern im Ofen gegart – gesund und aromatisch.

Rezepttipp: Ofengebackenes Doradenfilet mit mediterranem Gemüse

Zutaten (für 2 Personen):

- 2 frische Doradenfilets von de Beer
- 1 Zucchini
- 1 rote Paprika
- 1 kleine Aubergine
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Zitrone
- Frische Thymian- und Rosmarinzweige
- Olivenöl
- Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden, mit Knoblauch, Salz, Pfeffer, Kräutern und Olivenöl vermengen und auf ein Backblech geben. Die Doradenfilets salzen, pfeffern, mit Zitronenscheiben belegen und auf das Gemüse legen. Alles ca. 20 Minuten im Ofen garen.

GreetFish GmbH
Ust-IdNr.: DE454426134
Finanzamt: Emden

Serviervorschlag:

Mit frischem Baguette und einem Glas Weißwein servieren – ein unkompliziertes, aromatisches Gericht mit Urlaubsflair.

Hinweis: Trotz sorgfältiger Filetierung kann ein geringer Anteil an Gräten enthalten sein.

Verpackung: Die Ware wird **vakuumiert** und gekühlt geliefert – für maximale Frische.

Jetzt exklusiv erhältlich bei GreetFish – Ihrem Onlineshop für fangfrische Fischspezialitäten aus Greetsiel!

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	415 kj
Brennwert in kcal	98 kcal
Fett	1,93 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,11 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	19,45 g
Salz	0,1 g
Natrium	0 g

Allergene

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

Zutaten

Dorade

Zusätzliche Informationen

Herkunftsort

Lat. Name: Sparus aurata Fanggebiet: Griechenland // Aquakultur

GreetFish GmbH

IdNr.: 58/200/11321

USt-IdNr.: DE31426134

Finanzamt: Emden

Inverkehrbringer

