

Lachsfilet mit Haut fangfrisch

Fangfrisches Lachsfilet mit Haut aus nachhaltiger Aquakultur – Exklusiv bei GreetFish

Nachhaltige Herkunft · Mit Haut & ohne Stehgräten · Reich an Omega-3 · Jetzt online bestellen bei [GreetFish.de](https://www.greetfish.de)

Wenn es um hochwertigen Lachs genuss geht, ist **Lachs aus norwegischer Aquakultur** eine ausgezeichnete Wahl – nachhaltig, geschmackvoll und jederzeit frisch verfügbar. Unser Lachsfilet mit Haut bietet nicht nur vollen Geschmack, sondern auch maximale Vielseitigkeit in der Küche – jetzt **exklusiv im Onlineshop [GreetFish.de](https://www.greetfish.de)** erhältlich!

Warum Lachs aus Aquakultur?

In modernen, umweltschonenden Fischfarmen in Norwegen wird unser Lachs unter **kontrollierten, artgerechten Bedingungen** aufgezogen. Das Ergebnis: **gleichbleibend hohe Qualität**, saftiges Fleisch und der Schutz wildlebender Bestände. Durch den gezielten Verzicht auf Antibiotika und kurze Transportwege bleibt der Fisch **natürlich rein und herrlich frisch**.

Nachhaltig & verantwortungsvoll produziert
Hoher Gehalt an Omega-3-Fettsäuren & Eiweiß
Ideal zum Braten, Grillen, Dünsten oder Backen
Ohne Stehgräten – für unkomplizierten Genuss
Mit Haut – für perfekte Knusprigkeit beim Braten

Stückgewicht: ca. 150–200 g
Trotz größter Sorgfalt können vereinzelt kleine Gräten enthalten sein.

Rezept: Knusprig gebratenes Lachsfilet mit Haut auf Zitronen-Kräuter-Butter

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten · **Schwierigkeitsgrad:** Einfach · **Portionen:** 2

Zutaten:

- 2 fangfrische Lachsfilets mit Haut (je ca. 150–200 g)
- 2 EL Olivenöl, 1 EL Butter
- 1 Bio-Zitrone (Abrieb & Saft)
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 EL frischer Dill oder Petersilie
- ½ TL Salz, ½ TL Pfeffer, ½ TL Paprikapulver (edelsüß)

Zubereitung:

1. **Vorbereitung:** Filets unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen. Nur die Fleischseite würzen – die Hautseite bleibt trocken für optimale Knusprigkeit.
2. **Braten:** Öl in einer Pfanne erhitzen. Lachs mit der Hautseite nach unten 5–6 Min. braten, bis sich die Haut vom Pfannenboden löst.
3. **Verfeinern:** Butter, Knoblauch, Zitronensaft und Kräuter zugeben. Fisch wenden und auf der Fleischseite 1–2 Min. garen.
4. **Servieren:** Filets mit der Hautseite nach oben anrichten und mit frischen Kräutern garnieren.

Beilagenempfehlung:

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

• **Kartoffelpüree oder Bratkartoffeln**

- **Blattsalat mit Joghurtdressing**

- **Wildreis oder Quinoa**

Weitere Variationen:

Lachs vom Grill: In Zitronenöl marinieren, je Seite 4–5 Min. grillen

Mit Kräuterkruste: Mit Panko-Parmesan-Kräutermix überbacken

Asiatisch: In Sojasauce, Sesamöl und Ingwer marinieren und scharf anbraten

Fazit:

Mit unserem **fangfrischen Lachsfilet aus nachhaltiger Aquakultur** genießen Sie beste Qualität mit gutem Gewissen. Die Haut sorgt für Biss und Knusprigkeit, das Fleisch bleibt innen zart und saftig – ideal für alle, die Fisch lieben und bewusst genießen möchten.

Jetzt bei [GreetFish.de](https://greetfish.de) bestellen und sich den Geschmack Norwegens nach Hause holen!

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	830 kj
Brennwert in kcal	204 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	0,10 g
Natrium	0 g

Allergene

Fisch	Ja
Senf	Ja

GreetFish GmbH

Zutaten
HINW.: Gef. 2009/11321

USt-IdNr.: DE454426134

Finanzamt: Emden

Lachs, Pfeffer, Knoblauch, Zitrone, Paprika, Tomate, Salz, kann Spuren von Senf enthalten.

Zusätzliche Informationen

Herkunftsort

Lat. Name: Salmo salar // Fanggebiet: Norwegen aus Aquakultur

Inverkehrbringer

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

GreetFish GmbH

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