Lachsfilet pre-rigor mit Haut

Produktbeschreibung: Lachsfilet pre-rigor mit Haut – Maximale Frische & Perfekter Geschmack

Unser **Lachsfilet pre-rigor mit Haut** bietet höchste Frische und Qualität. Pre-rigor bedeutet, dass der Lachs **direkt nach dem Fang** verarbeitet wird, bevor die natürliche Totenstarre eintritt. Dadurch bleibt das Fischfleisch besonders **zart, saftig und aromatisch** – ein echter Genuss für Fischliebhaber!

Die Haut sorgt beim Braten oder Grillen für eine **knusprige Textur**, während das Fleisch innen wunderbar saftig bleibt. Der hohe Omega-3-Gehalt macht diesen Lachs nicht nur zu einem kulinarischen Highlight, sondern auch zu einer gesunden Wahl.

Eigenschaften unseres Lachsfilets pre-rigor mit Haut:

Maximale Frische durch Pre-Rigor-Verarbeitung – Direkt nach dem Fang verarbeitet
Zartes, saftiges Fleisch – Intensives Aroma & perfekter Biss
Ideal zum Braten, Grillen oder Backen – Haut sorgt für knusprige Textur
Reich an Omega-3-Fettsäuren – Fördert eine gesunde Ernährung
Premium-Qualität – Nachhaltig gefangen und sorgfältig verarbeitet

Natürlich wurden von uns auch die Stehgräten entfernt.

Rezept: Knusprig gebratenes Lachsfilet pre-rigor mit Haut auf Zitronen-Dill-Butter

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Portionen: 2

Zutaten:

- 2 Stück **Lachsfilet pre-rigor 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, gehackt**
- ½ TL **Salz**
- ½ TL **frisch gemahlener Pfeffer**
- ½ TL **Paprikapulver (edelsüß)**

Zubereitung:

1. Lachsfilet vorbereiten

- Das **Lachsfilet unter kaltem Wasser abspülen** und mit Küchenpapier gut trocken tupfen.
- Die Hautseite **nicht würzen**, damit sie knusprig bleibt.
- Das Fischfleisch mit **Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Zitronenabrieb** würzen.

2. Lachsfilet braten

- Eine große Pfanne auf **mittelhohe Hitze** bringen und das **Olivenöl** erhitzen.
- Den Lachs **mit der Hautseite nach unten in die heiße Pfanne legen**.
- **5–6 Minuten braten**, bis die Haut knusprig ist und sich leicht vom Pfannenboden löst.

3. Butter & Kräuter hinzufügen

- Die Butter und den gehackten **Knoblauch** in die Pfanne geben.
- Den Lachs vorsichtig wenden und auf der Fleischseite nur noch **1–2 Minuten** sanft anbraten.
- Zum Schluss den **Zitronensaft und frischen Dill** über den Fisch geben.

4. Servieren

- Die Lachsfilets mit **knuspriger Haut nach oben** auf Teller legen.
- Mit Zitronenscheiben und Dill garnieren.

Beilagenempfehlung:

Klassisch: Kartoffelpüree oder Bratkartoffeln
Leicht & gesund: Blattsalat mit Joghurtdressing
Sättigend & nahrhaft: Wildreis oder Quinoa

Variationen:

Lachsfilet vom Grill:

- Das Filet mit Olivenöl und Zitronensaft marinieren und auf dem Grill **ca. 4–5 Minuten pro Seite** garen.

Kräuterkruste:

- Das Filet mit einer Mischung aus Panko, Parmesan und Kräutern bestreichen und im Ofen gratinieren.

Asiatische Note:

- Mit Sojasauce, Ingwer und Sesamöl marinieren und in einer Pfanne scharf anbraten.

Tipp:

Lachs nicht zu lange garen – er sollte innen noch leicht glasig sein, um saftig zu bleiben!
Hautseite immer zuerst braten, damit sie knusprig wird.

Fazit:

Unser **Lachsfilet pre-rigor mit Haut** bietet ein unvergleichlich **zartes Fleisch mit intensivem Geschmack**. Ob gebraten, gegrillt oder im Ofen – mit diesem Premium-Lachs gelingt jede Zubereitung perfekt!

Jetzt bestellen und echten Frischegenuss erleben!

Zum Produkt

Nährwerte

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

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	0,07 g
Natrium	0 g

Allergene

Fisch	Ja

Inverkehrbringer

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