

# Lachsfilet ohne Haut fangfrisch

Hochwertiges Norwegisches Lachsfilet aus nachhaltiger Aquakultur – Ohne Haut für unkomplizierten Genuss

Ein exquisiter Gaumenschmaus erwartet Sie: Unser frisches Lachsfilet aus kontrollierter norwegischer Aquakultur verspricht nicht nur exzellenten Geschmack, sondern auch nachhaltigen Genuss. Entdecken Sie die Vorzüge der Aquakultur und erfahren Sie, warum unser Lachsfilet ohne Haut eine Bereicherung für Ihre Küche ist.

## Norwegische Aquakultur: Garant für Nachhaltigkeit und Qualität

Unser Lachs stammt aus sorgfältig überwachten norwegischen Aquakulturen, die höchsten Standards für Umweltschutz und Fischgesundheit entsprechen. In diesen modernen Anlagen werden optimale Bedingungen geschaffen, um den Lebensraum des Lachses bestmöglich zu imitieren. Dadurch wird nicht nur die Umwelt geschont, sondern auch die Qualität und Reinheit des Lachsfleisches gewährleistet.

Die norwegische Aquakultur ermöglicht eine artgerechte Aufzucht, die den Einsatz von Antibiotika verzichtbar macht und sicherstellt, dass der Lachs frei von Schadstoffen ist. Durch kurze Transportwege wird zudem die Frische des Fisches bewahrt – ein Faktor, der sich direkt auf den Geschmack auswirkt.

## Lachsfilet ohne Haut: Praktisch und vielseitig in der Küche

Unser Lachsfilet ohne Haut bietet Ihnen die Freiheit, sich ganz auf den reinen Genuss des zarten Fleisches zu konzentrieren. Die Zubereitung wird mühelos, da Sie auf das mühsame Entfernen der Haut verzichten können. So sparen Sie Zeit in der Küche und profitieren gleichzeitig von einem unkomplizierten Kocherlebnis.

Durch die Zubereitung ohne Haut behält das Lachsfilet seine saftige Konsistenz und ermöglicht eine Vielzahl von Zubereitungsmöglichkeiten. Ob grillen, braten, dünsten oder pochieren – Ihrer kulinarischen Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Das Ergebnis ist stets ein zartes, aromatisches Lachsfilet, das sowohl Feinschmecker als auch Hobbyköche begeistert.

## Frisches Norwegisches Lachsfilet – Ihr Beitrag zu nachhaltigem Genuss

Mit dem Kauf unseres Lachsfilets aus kontrollierter norwegischer Aquakultur entscheiden Sie sich nicht nur für exzellenten Geschmack, sondern auch für Nachhaltigkeit und Umweltschutz. Genießen Sie die Vorzüge einer umweltfreundlichen Aquakultur und entdecken Sie die unkomplizierte Zubereitung unseres Lachsfilets ohne Haut – für genussvolle Momente in Ihrer Küche.

Natürlich wurden von uns auch die Stehgräten entfernt.

Hier ist ein Rezept für die Zubereitung von fangfrischem **Lachsfilet ohne Haut**:

---

## Zitronen-Kräuter-Lachsfilet in der Pfanne

(4 Portionen)

### Zutaten:

- 4 Stücke fangfrisches Lachsfilet (ohne Haut, je ca. 150–200 g)
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bio-Zitrone (Schale abreiben, Saft auspressen)
- 1 Bund frische Kräuter (z. B. Dill, Petersilie, Thymian)
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 50 g Butter
- 1 EL Honig (optional, für eine leichte Süße)
- Frische Kräuter oder Zitronenscheiben zum Garnieren

---

### Zubereitung:

#### 1. Lachs vorbereiten:

- Die Lachsfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Zitronenabrieb leicht über die Filets reiben.

#### 2. Pfanne erhitzen:

- Das Olivenöl in einer großen, beschichteten Pfanne auf mittlerer bis hoher Hitze erhitzen.

#### 3. Lachs anbraten:

### Fisch-Feinkost Klaassen

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden

◦ Die Lachsfilets in die Pfanne geben und auf der einen Seite 3–4 Minuten anbraten, bis sie goldbraun sind. Wenden und weitere 3 Minuten anbraten. Der Lachs sollte innen noch saftig sein.

#### 4. Butter-Kräuter-Mischung:

- Die Hitze reduzieren und die Butter in die Pfanne geben. Sobald die Butter geschmolzen ist, Knoblauch, den Saft der Zitrone und frische Kräuter hinzufügen. Optional kann der Honig jetzt hinzugefügt werden, um die Sauce abzurunden.
- Die Butter-Kräuter-Sauce mit einem Löffel über die Lachsfilets geben, damit sie gut durchziehen.

#### 5. Servieren:

- Die Lachsfilets auf Teller legen und mit der warmen Zitronen-Kräuter-Sauce beträufeln. Mit frischen Kräutern oder Zitronenscheiben garnieren.

---

#### Beilagenempfehlung:

- Ofenkartoffeln oder Kartoffelpüree
- Gedünstetes Gemüse (z. B. grüner Spargel, Zucchini, Brokkoli)
- Ein frischer Blattsalat oder ein leichter Gurkensalat

---

#### Tipp:

Wenn du den Lachs noch zarter möchtest, kannst du ihn nach dem Braten für 5 Minuten in der warmen Pfanne ziehen lassen, anstatt ihn zu lange zu braten. So bleibt das Filet besonders saftig.

Dieses Rezept ist einfach zuzubereiten und bringt den frischen Geschmack des Lachsfilets perfekt zur Geltung!

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

## Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	830 kj
Brennwert kcal	207 kcal
Fett	12,90 g
davon gesättigte Fettsäuren	2 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	20,50 g
Salz	0,07 g
Natrium	0 g

## Allergene

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

## Zusätzliche Informationen

Zutaten

Lachs

Herkunftsart

Lat. Name: Salmo salar Fanggebiet: Norwegen aus Aquakultur Fangmethode: -----

Inverkehrbringer

Fisch Klassen

**Fisch-Feinkost Klassen**

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden