

Doradenfilet fangrisch

Frisches Doradenfilet: Vielseitigkeit aus Kontrollierter Aquakultur

Frisches Doradenfilet aus kontrollierter Aquakultur ist nicht nur eine gesunde und nachhaltige Wahl, sondern auch äußerst vielseitig in der Küche. Die hohe Qualität und der reiche Geschmack machen es zu einer beliebten Option für kulinarische Kreationen. In diesem Artikel erkunden wir die zahlreichen Verwendungsmöglichkeiten dieses köstlichen Fischfilets und lassen Sie die Vielfalt der kulinarischen Genüsse entdecken, die Sie damit zaubern können.

- 1. Gebratenes Doradenfilet:** Das Doradenfilet eignet sich hervorragend zum Braten. Mit ein wenig Olivenöl, frischen Kräutern und Gewürzen verfeinert, ergibt es ein saftiges und delikates Gericht.
- 2. Gegrilltes Doradenfilet:** Auf dem Grill entwickelt das Doradenfilet ein rauchiges Aroma und eine leicht knusprige Textur. Marinieren Sie es mit Zitronensaft, Knoblauch und Kräutern für ein mediterranes Geschmackserlebnis.
- 3. Doraden-Ceviche:** Doradenfilet eignet sich perfekt für die Zubereitung von Ceviche, einem erfrischenden Gericht, bei dem der Fisch in Zitrusfruchtsaft mariniert wird. Mit Zwiebeln, Chili, Koriander und Avocado gemischt, ist es ein Fest für die Sinne.
- 4. Doraden-Tacos:** Verwenden Sie das Doradenfilet für köstliche Fischtacos. Grillen oder braten Sie das Filet, schneiden Sie es in Streifen und füllen Sie weiche Tacos mit dem Fisch, frischem Gemüse, Avocado und einer würzigen Sauce.
- 5. Doraden-Curry:** Das zarte Doradenfilet harmonisiert hervorragend mit exotischen Aromen. Bereiten Sie ein köstliches Curry mit Kokosmilch, Currypaste, Gemüse und dem frischen Fischfilet zu. Servieren Sie es mit Reis für ein vollständiges Mahl.
- 6. Ofengebackenes Doradenfilet:** Backen Sie das Doradenfilet im Ofen mit Zitrone, Kräutern und Olivenöl für eine gesunde und dennoch köstliche Mahlzeit. Die schonende Zubereitung im Ofen bewahrt die zarte Textur und den natürlichen Geschmack des Fisches.

Fazit: Das frische Doradenfilet aus kontrollierter Aquakultur ist nicht nur ein kulinarischer Alleskönner, sondern auch eine hervorragende Quelle für hochwertige Proteine und essentielle Omega-3-Fettsäuren. Egal, ob gegrillt, gebraten, in Suppen oder Curries – die Vielseitigkeit dieses Fischfilets macht es zu einer Bereicherung für jede Küche. Entdecken Sie die köstlichen Möglichkeiten und genießen Sie die Frische und Qualität dieses herrlichen Fisches in Ihren eigenen Gerichten.

Trotz bester Filetier und Schnitttechnik kann es passieren das sich ein ganz kleiner Grätenanteil im Filet befindet.

Die Ware wird vakuumiert geliefert.

Haltbarkeit nach Erhalt bei einer Lagertemperatur von +2°C - +7°C ungeöffnet 3-4 Tage.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	415 kj
Brennwert 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
-------	----

Zusätzliche Informationen

Zutaten

Dorade

Herkunftsart

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

Inverkehrbringer

Fisch Klassen

Fisch-Feinkost Klassen

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden