

# Zanderfilet ohne Haut fangfrisch

Zander ist ein begehrter Süßwasserfisch, der für sein zartes und schmackhaftes Fleisch geschätzt wird.

Der Zander ist in den Flüssen und Seen Europas beheimatet und zeichnet sich durch seinen langgestreckten Körper und seine glatte, olivgrüne bis graue Haut aus. Er hat eine feine Textur und ein mildes, leicht süßliches Aroma, das ihn zu einem beliebten Speisefisch macht.

Aufgrund seines delikaten Geschmacks und seiner vielseitigen Zubereitungsmöglichkeiten ist der Zander in der Küche sehr vielseitig einsetzbar. Eine beliebte Zubereitungsmethode ist das Braten in der Pfanne. Dazu wird der Zander mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft gewürzt und in heißem Öl goldbraun gebraten. Das Ergebnis ist ein saftiges, aromatisches Fischfilet mit einer knusprigen Haut.

Eine weitere Möglichkeit ist das Dämpfen des Zanders. Dabei bleibt der Fisch besonders zart und behält seinen natürlichen Geschmack. Der Zander kann mit Gewürzen wie Dill, Zitrone und Knoblauch gedämpft werden, um zusätzliche Aromen hinzuzufügen.

Der Zander eignet sich auch gut zum Grillen. Dabei wird der Fisch mit Gewürzen nach Wahl mariniert und auf dem Grill gegart, bis er eine goldbraune Farbe hat und das Fleisch leicht vom Gräten löst. Das Grillen verleiht dem Zander einen rauchigen Geschmack und eine leicht knusprige Textur.

Eine weitere beliebte Zubereitungsmethode ist das Backen im Ofen. Der Zander wird mit Kräutern, Zitronenscheiben und Olivenöl gewürzt und im Ofen gebacken, bis er gar ist. Diese Methode bewahrt die Zartheit des Fisches und verleiht ihm ein intensives Aroma.

Insgesamt ist der Zander ein schmackhafter Fisch mit einer Vielzahl von Zubereitungsmöglichkeiten. Mit seinem zarten Fleisch und seinem milden Geschmack ist er eine beliebte Wahl für Fischliebhaber. Ganz gleich, ob Sie ihn braten, dämpfen, grillen oder backen - der Zander bietet Ihnen ein kulinarisches Erlebnis, das Sie nicht verpassen sollten. Probieren Sie ihn aus und lassen Sie sich von seinem delikaten Geschmack verzaubern.

**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	360 kj
Brennwert kcal	80 kcal
Fett	1,35 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	19 g
Salz	0,07 g
Natrium	0 g

**Fisch-Feinkost Klassen**

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt Bielefeld

**Allergene**

## Zusätzliche Informationen

Zutaten

Zander

Herkunftsart

Lat. Name: Stizostedion spp. Fanggebiet: Russland // Kasachstan Fangmethode: Aquikultur Umschließungs und Hebenetze im Binnengewässer

Inverkehrbringer

Fisch Klassen