

# Schollenfilet paniert Doppelfilet

Ein Gaumenschmaus aus der europäischen Küstenfischerei. Das magere, zarte und dennoch feste Fleisch ist reich an Eiweiß und Jod.

\*praktisch grätenfrei, paniert\*

## Schollenfilet paniert – Doppelfilet für doppelten Genuss

Unser **Schollenfilet paniert als Doppelfilet** vereint **zartes, mildes Schollenfilet** mit einer **goldbraunen, knusprigen Panade** – für ein unwiderstehliches Geschmackserlebnis. Dank der feinen Panierung bleibt der Fisch innen besonders saftig, während die Kruste herrlich kross wird.

Durch das **Doppelfilet-Format** bietet dieses Produkt eine besonders sättigende Portion und ist perfekt für alle, die **knusprigen Fisch in bester Qualität** genießen möchten. Ob in der Pfanne, im Backofen oder in der Fritteuse – das Schollenfilet gelingt garantiert und sorgt für einen leckeren Fischgenuss.

---

## Warum unser paniertes Schollenfilet als Doppelfilet?

**Feinstes Schollenfilet** – zart, aromatisch & saftig

**Goldbraune, knusprige Panade** – perfekt gewürzt & knusprig

**Sättigende Portion dank Doppelfilet** – ideal für große Fischliebhaber

**Schnelle & einfache Zubereitung** – gelingsicher in Pfanne, Backofen oder Fritteuse

**Vielseitig kombinierbar** – perfekt als Hauptgericht oder für Fischbrötchen

---

## Zubereitungsempfehlung:

### In der Pfanne:

- In heißem Öl bei **mittlerer Hitze** ca. **5–7 Minuten** pro Seite braten, bis die Panade goldbraun ist.

### Im Backofen:

- Bei **200°C Ober-/Unterhitze** ca. **15–18 Minuten** backen (nach der Hälfte der Zeit wenden).

### In der Fritteuse:

- Bei **170°C für ca. 4–5 Minuten** frittieren, bis das Filet knusprig ist.

---

## Servierideen:

**Klassisch:** Mit Bratkartoffeln & Remoulade

**Leicht & frisch:** Mit Blattsalat & Joghurt-Dressing

**Rustikal:** Mit Kartoffelpüree & Zitronen-Dill-Sauce

**Jetzt probieren & den doppelten Genuss unseres panierten Schollenfilets erleben!**

Wir empfehlen zum Backfisch unseren hausgemachten Kartoffelsalat und eine, oder auch zwei, von unseren hausgemachten Saucen.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

Fisch-Feinkost Klaassen

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden

## Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	462 kj
Brennwert kcal	109 kcal
Fett	1,20 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,30 g
Kohlenhydrate	14,10 g
davon Zucker	0,80 g
Ballaststoffe	0 g
Eiweiß	10 g
Salz	0,50 g
Natrium	0 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Hühnerei	Ja
Milch	Ja
Sellerie	Ja
Fisch	Ja
Senf	Ja

## Zusätzliche Informationen

### Zutaten

Nordsee Schollenfilet (Pleuronectes platessa) 55%, Panierung (45%) (Weizenmehl, Wasser, Salz, Maismehl)

Inverkehrbringer

Fisch Klaassen // Lieferant H.-P. Klughardt GmbH Trettaustraße 22 21107 Hamburg

### Fisch-Feinkost Klaassen

IdNr.: 58/122702059

USt-IdNr.: DE117201530

Finanzamt: Emden