

# Lachs mit Kopf

GRATIS DAZU:

Zu jeder Bestellung dieses Artikels erhalten Sie eine Dose Werder Kräutersalz kostenlos dazu. (Gültig bis 30.09.24)

Möchten Sie selber einen Lachs filetieren und beizen, im Salzmantel oder einfach im Ganzen zubereiten? Der Lachs ist küchenfertig und ausgenommen.

Infos zum Fisch:

In Europa findet man im Handel meist den Atlantischen Lachs aus Aquakulturen in Norwegen. Ob gegrillt, gebraten, geräuchert, gekocht oder mariniert: Lachs ist in Deutschland sehr beliebt. Neben dem guten Geschmack überzeugt er auch durch einen hohen Anteil an wertvollen Omega-3-Fettsäuren.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	547 kj
Brennwert kcal	109.4 kcal
Fett	6.34 g
davon gesättigte Fettsäuren	1.62 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	18.4 g
Salz	0.05 g

## Allergene

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

## Sonstige Angaben

Lateinische Bezeichnung	Salmo salar
Herkunft	Aus Aquakultur
Gezüchtet in	Norwegen

## Zutaten

Lachs