

Rotbarschfilet

Der Rotbarsch oder auch Goldbarsch genannt, ein wahrer Klassiker unter den Speisefischen. Die 150-200 g Filetstücke sind ohne Haut. Vakuum verpackt.

Infos zum Fisch:

Der Rotbarsch zählt zu den beliebtesten Frischfischen Deutschlands. Zu recht, denn sein festes, rotweißes Fleisch schmeckt köstlich und lässt sich ausgesprochen vielseitig zubereiten. Kochen, Dünsten, Braten, Pochieren oder Backen - alles geht und alles schmeckt.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	450 kj
Brennwert kcal	90 kcal
Fett	3,61 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,76 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	18,62 g
Salz	0,08 g

Allergene

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

Sonstige Angaben

Lateinische Bezeichnung	Sebastes marinus
Herkunft	Gefangen
Fanggebiet	Nordostatlantik
Fanggeräte-kategorie	Schleppnetze