

# Oktopus-Krake-Pulpo

Der Octopus auch Krake oder Pulpo genannt, mit seinen acht Fangarmen und den Saugnäpfen, ist sehr beliebt in der spanischen Küche. Gereinigt, aufgetaut. Vakuum verpackt.

Infos zum Pulpo:

Er lebt in den wärmeren Meeren der Welt. Kraken werden frisch, gefroren, als Salat oder in Öl angeboten. Das Fleisch ist dabei meist in Stücke geschnitten.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	340 kj
Brennwert kcal	68 kcal
Fett	0.97 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.31 g
Kohlenhydrate	2.03 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	15.84 g
Salz	0.32 g

## Sonstige Angaben

Lateinische Bezeichnung	Octopus spp.
Herkunft	Gefangen
Fanggerätekategorie	Haken und Langleinen