Fisch:

Ob gebraten, frittiert oder gedünstet – Fisch hat es in sich: Ein Blick auf die natürlichen Inhaltsstoffe verrät, warum Lachs, Karpfen und Co. so gesund sind. Aber hier geht es um den Geschmack.

Beim Italiener um die Ecke gibt es ihn gebraten in Salbeibutter, beim Straßenimbiss frittiert im Brötchen, und im Sushi-Restaurant isst man ihn roh: Fisch hat viele geschmackliche Gesichter. Und das nicht nur wegen solch unterschiedlichen Zubereitungsarten, sondern auch, weil weltweit rund 30.000 verschiedene Arten gezählt werden, wobei nicht alle zum Verzehr geeignet sind.

Sehr viel besser als sein Ruf ist auch Tiefkühlfisch. Da er direkt auf den Fischkuttern gefrostet wird, bleibt der Großteil seiner wertvollen Inhaltsstoffe erhalten. Also einfach mal probieren.

Hier möchte ich meine Rezepte nicht kategorisieren:

Gemüse-Fischeintopf mit Safran und Grapefruit

Seelachs-Frikadellen einfach selber machen

Essen und Mehr

From:
https://www.ddws.de/ - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:
https://www.ddws.de/fisch:start

Last update: **25.03.2022 18:16**