

Gesund und lecker: Zuchtlachs ist Testsieger bei Stiftung Warentest



Laut der deutschen Gesellschaft für Ernährung sollte jeder Erwachsene ein- bis zweimal die Woche Fisch essen. Hier spielen vor allem fettreiche Fische wie der Lachs eine essenzielle Rolle, da er mit seinen natürlichen Omega-3-Fettsäuren einer der reichhaltigsten Omega-3-Lieferanten ist. Kein Wunder, dass Lachs der beliebteste Speisefisch Deutschlands ist. Ob als Festmahl an Feiertagen, als schnelles Mittagessen oder als kinderfreundliches Familienessen: Lachs ist vielseitig, lecker und gesund.

Viele stehen beim Kauf von Fisch oft vor der Frage: Wildlachs oder Lachs aus Aquakulturen? Die Stiftung Warentest hat beides geprüft.

Dabei erhält vor allem Zuchtlachs aus Aquakulturen Bestnoten, welcher – wie auch die Testsieger – meist aus norwegischen Gewässern stammt. Die Ergebnisse sprechen für sich, denn im Test besticht der Zuchtlachs mit seiner geschmacklichen Note. Demnach schmeckt er besonders buttrig, zart und saftig und weist dank seines hohen Fettanteils einen kräftigen Lachsgeschmack auf. Alle norwegischen Zuchtlachse erhielten im Test eine sehr gute bis gute Note für die Qualität: Das liegt insbesondere an den strengen Kontrollen der Becken, einer hohen Wasserqualität und dem guten Futter, welches aus nachhaltigen Quellen bezogen wird.

Aber Aquakulturen bieten nicht nur Vorteile hinsichtlich des Geschmacks und der Qualität, sondern helfen auch dabei, die weltweit hohe Nachfrage nach leckerem Fisch bedienen zu können. Durch die lange Expertise der norwegischen Fischereien werden hierfür modernste Technologien eingesetzt, um die Fischfarmen auf nachhaltige Weise zu bewirtschaften und die natürlichen Ressourcen für kommende Generationen intakt zu hinterlassen.



Mehr Informationen und Rezeptideen zum Lachs: www.fischausnorwegen.de/rezepte

Gern stellen wir Bildmaterial für den Abdruck zur Verfügung.

Copyright für alle Fotos: „Seafood from Norway“

Über „Seafood from Norway“

Die Ursprungskennzeichnung „Seafood from Norway“ gibt an, dass Norwegen das Herkunftsland ist und garantiert den Verbrauchern weltweit die hervorragende Qualität norwegischen Fisches und norwegischer Meeresfrüchte. Sie steht für eine natürliche Umwelt und die Menschen, die in der Branche arbeiten – Menschen, die außergewöhnlich, zuverlässig und stolz darauf sind, Fisch aus Norwegen zu repräsentieren. Es werden modernste Technologie und Expertise angewendet, um die Fischbestände auf nachhaltige Weise zu bewirtschaften und sicherzustellen, dass die Ozeane und Ressourcen für kommende Generationen intakt hinterlassen werden. „Seafood from Norway“ steht für klares, kaltes Meerwasser, Reichtum an natürlichen Ressourcen, Respekt vor der Natur, Küstenkultur und bewährte Traditionen.

www.fischausnorwegen.de