

Makrele

Die beliebte Makrele hat ein aromatisches, zartes Fleisch. Es ist bräunlich-rot gefärbt und saftig. Ausgenommen und mit Kopf. Vakuum verpackt.

Infos zum Fisch:

Makrelen sind mit den Thunfischen verwandt und durchqueren in großen Schwärmen das Mittelmeer, den Atlantik und die Nordsee. Das aromatische, zarte Fleisch der Fische ist bräunlich rot gefärbt und saftig. Er enthält viel Omega-3-Fettsäuren.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	763 kj
Brennwert kcal	152.6 kcal
Fett	11.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.98 g
Kohlenhydrate	0 g
davon Zucker	0 g
Eiweiß	19 g
Salz	0.1 g

Allergene

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

Sonstige Angaben

Lateinische Bezeichnung	Somber scombrus
Herkunft	Gefangen
Fanggerätekatgorie	Haken und Langleinen