



1. April 2015

Für den Karfreitag: Alles rund um den Fisch

Anmoderationsvorschlag:

Traditionell wird Karfreitag gerne Fisch gegessen, aber auch das übrige Jahr hat Fisch seine Berechtigung auf der Speisekarte, denn er ist gesund und lecker. Häufig ist man aber unsicher, wenn es um Frische und Lagerung von Fisch geht. Mein Kollege Marco Chwalek hat die wichtigsten Tipps zusammengetragen.

Beitrag:

Sprecher: Zander oder Lachs, Hecht oder Kabeljau, Aal oder Makrele, die Bandbreite an Fischarten ist groß und alle eignen sich für ein köstliches Festgericht. Bevor es ans Kochen geht, muss der Fisch aber erst mal gekauft werden. TÜV SÜD-Experte Dr. Andreas Daxenberger erklärt, woran man frischen Fisch erkennt:

O-Ton Dr. Andreas Daxenberger: 22 Sekunden:

Das Fischfleisch ist fest und hinterlässt keinen sichtbaren Abdruck, wenn man zum Beispiel mit dem Finger auf den Fisch drückt, und auch der Geruch vom Fisch ist auf jeden Fall unaufdringlich. Gutes Zeichen für Frische sind die Augen. Die müssen prall sein, klar und glänzend. Und beim frischen Fisch kann man auch die Kiemen anschauen, die müssen hellrot sein und dürfen nicht verklebt sein.

Sprecher: Im Handel muss der Fisch am besten immer im Eis liegen und nicht nur obendrauf. Und wie bewahrt man Fisch zuhause auf, damit er frisch bleibt?

O-Ton Dr. Andreas Daxenberger: 22 Sekunden:

Frischen Fisch lagert man im Kühlschrank, aber am besten nur kurz. Man sollte ihn möglichst zügig weiterverarbeiten. Auch Tiefkühlfisch sollte man nach dem Auftauen rasch weiterverarbeiten und nicht weiter zwischenlagern. Bei geräuchertem Fisch in der Vakuumverpackung beispielsweise, sollte man das Mindesthaltbarkeitsdatum beachten.

Sprecher: Und worauf kommt es bei der Zubereitung von Fisch an?

O-Ton Dr. Andreas Daxenberger: 15 Sekunden:

Fischfleisch hat kaum festes Bindegewebe, deshalb sollte man Fisch viel, viel sanfter erhitzen als zum Beispiel Fleisch, weil er sonst auseinanderfällt. Aber gleichzeitig ist darauf zu achten, dass der Fisch auch durch erhitzt ist.

Abmoderationsvorschlag:

Brät man Fisch im Ganzen, sollte man vor dem Würzen die Haut einritzen, so kann das Fischfleisch das Aroma besser aufnehmen, rät TÜV SÜD.

FÜR REDAKTEURE:

Ein Service für Sie: Den dazugehörigen Podcast finden Sie auf der Homepage von TÜV SÜD unter www.tuev-sued.de/audio-pr.

Presse-Kontakt:

Heidi Atzler TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation Westendstraße 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail heidi.atzler@tuev-sued.de Internet www.tuev-sued.de
---------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Als einer der führenden Dienstleister in den Bereichen Prüfung, Begutachtung, Auditierung, Zertifizierung, Schulung und Knowledge Services sorgt TÜV SÜD für Qualität, Sicherheit und Nachhaltigkeit. Seit 1866 schützt der technische Dienstleister gemäß seinem Gründungsauftrag Menschen, Umwelt und Sachgüter vor den nachteiligen Auswirkungen der Technik. Das Unternehmen mit Sitz in München ist inzwischen an über 800 Standorten weltweit vertreten. TÜV SÜD agiert weltweit mit mehr als 22.000 Experten aus den verschiedensten Disziplinen, die auf ihren Gebieten als herausragende Experten anerkannt sind. Der technische Dienstleister kombiniert unabhängige und neutrale Kompetenz und langjährige Erfahrung mit wertvollen Brancheninformationen und bietet Unternehmen, Verbrauchern und Umwelt damit echten Mehrwert. TÜV SÜD unterstützt seine Kunden auf der ganzen Welt mit einem umfassenden Leistungsspektrum um Effizienz zu steigern, Kosten zu senken und Risiken beherrschbar zu machen. www.tuev-sued.de