

# Die vier Frischemerkmale von Fisch

## Wie frisch kann ein Fisch im Einzelhandel sein?

Ein Hochseefisch ist mindestens 5-6 Tage alt, bis er in unseren Einzelhandel kommt.

Handelt es sich um Süßwasserfisch, dauert es hingegen nur 1-3 Tage.

## Die vier Merkmale

### Augen klar?

Die Augen sollten klar sein und nicht trüb. Eine einseitige Trübung kommt von der Kälte, die der Fisch von der Lagerung auf Eis bekommt. Daher immer beide Augen kontrollieren!

### Kiemer rot?

Die Kiemen werden im Laufe der Zeit immer blasser und zuletzt grau und schleimig. Ist die Kieme rot und sauber, kann man davon ausgehen, dass der Fisch zwischen 3 und 5 Tagen alt ist.

### Spannkraft gut?

Beim Drucktest sollte keine Delle zurückbleiben. Allerdings haben Fische aus der Aquakultur, die nicht so viel schwimmen müssen, oft nicht so viel Spannkraft wie Wildfänge.

### Geruch neutral?

Frischer Fisch riecht eigentlich sehr neutral, evtl. könnt ihr eine leichte Meerbrise wahrnehmen.

## Tipp:

- Wildfang hat immer festere Fleisch als Fische aus der Aquakultur.
- TK-Fisch ist immer frisch, da die Fische sehr schnell verarbeitet und eingefroren werden.