

## Der Atlantische Lachs !

Der Lachs ist der König unter den Fischen. Kein anderer Fisch lässt sich so vielfältig zubereiten wie der Lachs ! Dazu kommt, dass er dank seiner positiven Inhaltsstoffe für unsere Ernährung zu den wichtigsten Energieträgern gehört.

**Lachs ist reich an Omega-3-Fettsäuren, die fast ausschließlich in Seefischen vorkommen,**

**nicht aber als natürlicher Bestandteil anderer Lebensmittel.**

**Einige wichtige gesundheitsfördernde Auswirkungen der Omega-3-Fettsäuren**

**können Herz- und Kreislauferkrankungen vorbeugen**

**·senken Blutfettwerte und Viskosität des Blutes**

**·vermindern Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko**

**·machen die Zellmembranen elastischer**

**·haben cholesterolsenkenden und**

**blutdrucknormalisierenden Effekt**

**entzündungshemmende Wirkung (lindern u. a. rheumatische Beschwerden)**

**Stärkung des Immunsystems**

**Förderung kognitiver Fähigkeiten**

**Mitverantwortlich für geistige Fitness (u.a. vorbeugender Effekt bei der Entstehung von Alzheimer)**

**können zur Verbesserung bei Hauterkrankungen beitragen**

Wussten Sie dass unsere Lachse fast ausschließlich von der Loch Duart Lachsfarm in Schottland kommen ? [www.lochduart.com](http://www.lochduart.com) Die seit vielen Jahren von **Label Rouge** und **Freedom Food** anerkannt ist ! Die beiden wichtigsten Organisationen in Europa, wenn es um gesunde, hochwertige tierische Lebensmittel geht. Sie überwachen Futter, Aufzucht, Schlachtung, Verarbeitung, Frische und Artgerechte Haltung. Loch Duart Lachs gehört zu den Aquakulturlachsen die mit den größten Raum ihren Fischen zum schwimmen zur Verfügung stellen. Deshalb haben sie, wie der Wildlachs, einen schlanken torpedoförmigen Körper, kräftiges gesundes Muskelfleisch, das gewöhnt ist ständig gegen die Gezeiten Strömung zu schwimmen.

Wir sind seit über 10 Jahren direkter Partner von Loch Duart ! Das heißt wir bestellen und bekommen den Lachs ohne Zwischenhandel ! Er kommt ohne Umwege über andere Fischmärkte-Fischhändler zu uns nach Umkirch.  
<http://lochduart.com/real-life/>



**Loch Duart Lachse können ohne voriges Einfrieren roh als Sashimi und Sushi verzehrt werden.**

**Das geht nicht bei allen Lachsen !!**

Bei Wildlachs z.B. empfiehlt die EU-Lebensmittelüberwachung immer erst eine Frostbehandlung von mind. 24 Stunden bei -20° vor dem Verzehr von rohem oder kalt geräucherten/gebeizten Wildlachsen um eventuell noch vorhandene Parasiten zu töten !



*Auch „Stefan Koch“ ist von der Qualität von Loch Duart Lachsen überzeugt! Er bereitete bei der Königlichen Hochzeit von William und Kate in England das Menü zu ! Natürlich mit Loch Duart Lachs. [www.home.regioseiten.com/files/1232.pdf](http://www.home.regioseiten.com/files/1232.pdf) Hier beim verkosten unserer Räucherfische mit seiner Frau im Forellenhof-Stüble. Stefan Koch und seine Frau leiten in Emmendingen das Restaurant [www.kulinarium-emmendingen.de](http://www.kulinarium-emmendingen.de)*

**Loch Duart hat eigene Laichfische und Brutanlagen. Somit ist alles in eigener Hand. Vom Ei bis zum fertigen Speisefisch. Das hat den Vorteil dass die Fischzüchter genau wissen was ihre Fische brauchen. Wann der beste Zeitpunkt ist die jungen Lachs vom Süßwasser ins Salzwasser umzusetzen und was die Fische zu fressen bekommen. Das Futter besteht natürlich aus genfreien Getreide und Fischmehl das aus nachhaltigen Quellen kommt. Das Futter wird speziell für Loch Duart zusammengestellt und selbstverständlich von Label Rouge und Freedom Food überwacht.**

Jeder Lachs wird bei uns von Hand filetiert. Das hat den Vorteil das weniger Wasser ins Filet eindringen kann. Außerdem ist es nochmal eine Qualität Kontrolle von jedem einzelnen Lachs ! Das kann keine Filetiermaschine leisten.



Wenn Sie mehr über diese vorbildliche Lachsfarm wissen wollen, gehen Sie auf unsere Homepage [www.forellenhof-online.de](http://www.forellenhof-online.de) oder die von Loch Duart. [www.lochduart.com](http://www.lochduart.com) Natürlich haben wir uns auch vor Ort davon überzeugt das die Angaben von Loch Duart stimmen 😊



*Loch Duart liegt im Nordwesten von Schottland dort wo der Atlantik mit seinen Stürmen eine zerklüftete Landschaft geformt hat.*



*Andy Bing Geschäftsführer von Loch Duart mit meinen Eltern kurz vor einer Bootstour zu den Lachsen.*



*Zur Sicherheit mit Schwimmweste denn es schaukelt ganz schön.*



*Was in so einem Futtersack alles drin ist durften sie natürlich auch lesen.*



*Meine Mutter wollte es genauer wissen, taugt es das morgendliche Müsli zu ersetzen 😊*