

Kabeljau / Dorsch

- Ⓐ *Gadus morhua*
- Ⓓ Kabeljau/Dorsch
- Ⓔ Bacalao
- Ⓝ Torsk, Skrei Torsk
- ⒸⒹ Cod/Atlantic Cod
- ⒹⓀ Torsk
- Ⓕ Morue, Cabillaud
- ⓃⓀ Kabeljauw, Gul
- Ⓢ Torsk



Aussehen/Erkennungsmerkmale

Als Jungfisch wird er Dorsch genannt, und Kabeljau als älterer, laichreifer Fisch. Fänge aus der Ostsee werden generell als Dorsch ausgewiesen, egal wie alt und groß sie sind.

Charakteristisch für den Dorsch bzw. Kabeljau ist der kräftige Bartfaden am Unterkiefer und der vorstehende Oberkiefer. Weitere Kennzeichen sind die hell abgesetzte Seitenlinie, die dunkle Marmorierung der Flanken und die fast gerade abgeschnittene Schwanzflosse. Die Grundfarbe der verschiedenen Dorscharten kann je nach Lebensraum stark variieren. So findet man in Seegrasregionen graugrüne bis olivgrüne Exemplare (Seegrasdorsche), in Algengebieten rötliche bis goldbraune (Rotdorsche) und in sandigen Zonen graue und sandfarbene Fische (Sanddorsche).

Herkunft und Lebensweise

Der Lebensraum des Kabeljaus ist fast der gesamte Nordatlantik bis hinab zum 45. Breitengrad, das Europäische Nordmeer, Labrador- und Barentssee, eingeschlossen das Weiße Meer. Die wichtigsten Fangnationen sind: Norwegen, Island, Dänemark, Großbritannien, Russland, Kanada und USA.

Kabeljau gehört zu der Gruppe der sog. Gadeidae. Der Kabeljau ist ein Wanderfisch, der stark von Umwelteinflüssen abhängig ist. Wenn sie auf Nahrungssuche sind, halten sich die Fische in kälteren Regionen auf, zum Laichen ziehen sie gen Süden in wärmere Regionen. Das bekannteste Beispiel hierfür ist der „Skrei“. Der Skrei ist ein eigentlich ein ganz normaler Kabeljau, mit einer ganz besonderen Eigenart. Er lebt in der Barentssee und kehrt für die Zeit von Januar bis März in die Gewässer vor den Lofoten zurück, aus denen er stammt. Er hat dann eine Strecke von gut 1.000 Kilometern hinter sich. Sein Fleisch ist dann von besonderer Qualität, fest und weiß.

Die Jungfische ernähren sich von Kleintieren wie Krebsen, Muscheln, Krabben und Kleinfischen. Der ausgewachsene Kabeljau ist ein Räuber, der sogar Heringsschwärme kilometerweit verfolgt. Dorsche wachsen sehr schnell (im 1. Jahr auf 14 cm, im 2. bis auf 28 cm, im 5. auf 54 cm Länge). Die durchschnittliche Größe eines ausgewachsenen Kabeljaus ist 60 cm und sein Durchschnittsgewicht 2,5 kg. Vereinzelt gibt es auch Exemplare, die bis zu 1,5 Meter lang, 40 kg schwer und 25 Jahre alt werden.

Fangmethoden

Auf den Kabeljau werden alle bekannten Fangmethoden angewendet. Da er zu den Konsumfischen gehört, fängt man große Mengen mit Schleppnetzen, Stellnetzen und Ringwaden, aber auch mit Leinenfischerei. Auch die Sportangler mögen gerne den Dorsch, weil er sich mit der Wurfangel leicht angeln lässt.

Wirtschaftliche Bedeutung

Für die deutsche Fischwirtschaft ist Dorsch/Kabeljau wegen seiner Beliebtheit beim Verbraucher von großer Bedeutung. Er rangiert in der Beliebtheitskala in den Top 10 (Marktanteile: siehe Broschüre „Daten und Fakten“).

Kabeljau / Dorsch

Produktarten

Dorsch ist nicht nur eine Delikatesse, sondern war früher auch „Medizin“. Aufgrund seines hohen Vitamingehaltes (Vitamin A und D) in der Leber verwendete der norwegische Apotheker Peter Möller diese als Grundlage für Lebertran. In den 50er Jahren war Lebertran ein Vitaminspender für Kinder mit Vitaminmangel.

Lange Tradition als Trockenfisch

Der Name „Dorsch“ bedeutet Dörrfisch. Schon bei den Wikingern hatte getrockneter Kabeljau als Nahrungsmittel und Handelsware große Bedeutung. Bei den nordischen Völkern, insbesondere den Norwegern, ist er es heute noch. Dort kann man Kabalejau sehen, die über Stangen hängend (Stockfisch) oder auf den Klippen ausgelegt (Klippfisch) in der Luft trocknen. Das Aufschneiden, Salzen und Trocknen ist eine der ältesten bekannten Methoden zur Konservierung von Fisch. Stock- und Klippfisch werden vor allem in südliche Länder exportiert, wo der Kabeljau in dieser Angebotsform lange haltbar ist. Vor dem Kochen wird der Fisch gewässert, damit er wieder Feuchtigkeit aufnimmt und wie frischer Fisch verarbeitet werden kann.



- frisch als kleiner, ganzer Dorsch oder als Filet
- tiefgefroren
- geräuchert
- getrocknet (gesalzen oder ungesalzen)
- Konserven
- (Dorschrogenprodukt, Dorschleberpastete)



Frisch



Tiefgekühlt



Geräuchert



Getrocknet



Konserven

Zubereitungsmethoden

- Grillen (Kotelett)
- Dünsten in feuerfester Form oder Folie (Filet, ganze Fische oder Kotelett)
- Backen und Braten (als Filet in der Pfanne oder Friteuse, als ganzer Fisch in Pfanne, Friteuse, Bratbeutel/ Bratrohr)
- Kochen (Klipp- oder Stockfisch)



Grillen



Dünsten



Frittieren



Backen



Braten



Kochen

Nährwerte und Energie von 100 g Kabeljau

(verzehrbarer Anteil) mittlere Gehalte und Schwankungsbreite (soweit vorhanden)

Grundzusammensetzung:

Wasser	81 (72–84) %
Eiweiß	16,9 (15,0–19,6) %
Fett	0,6 (1,0–2,4) %

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Summe	0,26 mg
-------	---------

Cholesterol 40 (20–57) mg

Mineralstoffe:

Natrium	72 mg
Kalium	356 mg
Calcium	24 mg

Spurenelemente:

Jod	120 µg
Selen	30 µg
Phosphor	184 mg
Magnesium	25 mg

Vitamine:

Vitamin A	9* µg
Vitamin B1	57 µg
Vitamin B2	40 µg
Niacin	2,0 mg
Vitamin C	nur in Spuren

* die Leber enthält ca 15.000 µg/100g

Energie:

Kilojoule	342
-----------	-----