

Fischlexikon: Zander

(*Sander lucioperca*)

Zander



FIZ
Fisch-Informationszentrum e.V.

Kurzbeschreibung

Der **Zander** ist ein heimischer Raubfisch aus der Familie der Barschartigen und ist ein wertvoller Speisefisch in Europa. Mit seinem festen, grätenarmen Fleisch und dem feinen Geschmack ist er besonders beliebt. Als Süßwasserräuber lebt er in Flüssen, Seen und teilweise auch im Brackwasser. Zunehmend wird der Zander in Aquakulturen gezüchtet.

Verbreitungsgebiet & Lebensraum

- **Verbreitung:** Europa und Westasien – von Frankreich bis zum Kaspischen Meer
- **Lebensraum:** Tiefe, langsam fließende Flüsse und große Seen bis in Brackwasserbereiche
- **Verhalten:** Dämmerungs- und nachtaktiv, bevorzugt trübes Wasser zur Tarnung

Merkmale

- **Aussehen:** Langgestreckter, torpedoförmiger Körper, zwei getrennte Rückenflossen, silbriger Körper mit dunklen Querbändern
- **Größe:** meist 40–80 cm, maximal bis 1,30 m
- **Gewicht:** Durchschnittlich 2–6 kg, Ausnahmefänge über 15 kg
- **Besonderheit:** Sehr gutes Sehvermögen bei schwachem Licht – optimal für Beutefang in trüben Gewässern; lebt einzelgängerisch oder in kleinen Gruppen, bevorzugt trübes Wasser – meidet helles Sonnenlicht

Fortpflanzung

- **Laichzeit:** März bis Mai, je nach Wassertemperatur
- **Eiablage und Brut:** Weibchen legen mehrere Hunderttausend Eier, Männchen bauen flache Laichgruben, bewachen und befächeln das Gelege

Wissenswertes

Zander sind hocheffiziente Jäger mit einem ausgezeichneten Sehvermögen – perfekt angepasst an trübes Wasser und die nächtliche Jagd. In der Berufsfischerei ist der Zander ein wichtiger Wirtschaftsfisch, wird aber auch in der Aquakultur zunehmend gezüchtet. Sein festes Fleisch, der geringe Fettgehalt und die wenigen Gräten machen ihn zu einem Top-Fisch für Feinschmecker, was ihn besonders für Familien und Fisch-Einsteiger attraktiv macht.

Kulinarische Verwendung

- **Geschmack und Textur:** Fein, mild, leicht nussig mit fester Struktur
- **Zubereitungsarten:**
 - In der Pfanne gebraten oder gegrillt
 - Gedünstet oder pochiert
 - Im Ofen gegart mit Kräutern und Butter

