



# Aus dem Teich auf den Tisch – Forellen für die Küche vorbereiten





# Ausnahmen einer Forelle

---

Die Regenbogenforelle (*Oncorhynchus mykiss*) hat sich, nachdem sie Ende des 19. Jahrhunderts von Nordamerika nach Europa eingeführt wurde, als wichtigste Fischart für die Aquakultur in Deutschland und NRW etabliert. Wenn man in Deutschland eine Forelle im Restaurant bestellt, wird man in fast allen Fällen eine Regenbogenforelle und nicht die heimische Bachforelle (*Salmo trutta*) serviert bekommen, da die Regenbogenforelle besser für die Erzeugung in der Aquakultur geeignet ist.

Bevor man die Regenbogenforelle aber verspeisen kann, muss sie tierschutzgerecht betäubt, getötet und dann anschließend ausgenommen werden.

Diese Anleitung zeigt Ihnen Schritt für Schritt, wie eine Regenbogenforelle ausgenommen wird.

## Benötigte Utensilien:

- Scharfes kleines Messer
- Löffel oder Ähnliches



## Schritt 1



Zuerst erfolgt das tierschutzgerechte Betäuben und Töten der Forelle (z. B. durch einen Kopfschlag und anschließenden Kiemenrundschnitt).



## 6 | Forellen für die Küche vorbereiten

Dann wird das Messer am After des Fisches angesetzt ...

### Schritt 2



Schritt 3



... und die Bauchhöhle des Fisches bis ganz nach vorne zum Kopf aufgeschnitten.



## 8 | Forellen für die Küche vorbereiten



Wichtig ist, dass das Messer nicht zu tief geführt wird, da sonst der Magen-  
darmtrakt oder aber die Galle des Fisches verletzt und das Fischfleisch ver-  
unreinigt werden könnte.





#### Schritt 4



Nun wird zuerst ein kompletter Kiemenrundschnitt durchgeführt, so dass der Kopf im Kehlbereich vom restlichen Fischkörper getrennt wird.

Anschließend kann der Bauchraum im Kehlbereich mit sanftem Druck auseinandergebogen werden, wodurch die Bauchlappen voneinander getrennt werden.

### Schritt 5



## Schritt 6



Um die Kiemen der Regenbogenforelle zu entnehmen, fixiert man den Fischkörper mit dem Daumen der einen Hand und fährt mit dem Zeigefinger der anderen Hand durch die Kiemenbögen und reißt diese dann heraus.



## Schritt 7



Nun können die Innereien inklusive der Schwimmblase aus dem Bauchraum der Regenbogenforelle entfernt werden. Dazu fasst man diese im oberen Bereich und zieht sie zusammen mit der Schwimmblase bis zum After herunter.

Mit einem kräftigen Ruck lassen sich die Innereien dann komplett vom restlichen Fischkörper trennen.

### Schritt 8





Der Bauchraum der Forelle ist nun fast komplett von Innereien befreit, nur die Niere der Forelle ist noch vorhanden.

Um die Niere zu entfernen, wird die darüber befindliche schützende Haut mit einem Messer vom Kopf beginnend bis zum Ende eingeschnitten.

### Schritt 9



### Schritt 10



Jetzt kann die Niere mit Hilfe eines Löffels oder Ähnlichem aus dem Bauchraum gekratzt werden.

Nun ist der komplette Bauchraum der Regenbogenforelle von Innereien befreit. Die Forelle kann nun weiterverarbeitet werden oder als ganzer Fisch verspeist werden.





# Impressum

---

## Herausgeber

Landesamt für Natur, Umwelt und Verbraucherschutz  
Nordrhein-Westfalen (LANUV)  
Leibnizstraße 10, 45659 Recklinghausen  
Telefon 02361 305-0, Telefax 02361 305-3215  
E-Mail: [poststelle@lanuv.nrw.de](mailto:poststelle@lanuv.nrw.de)

## Ansprechpartner

Fachbereich 26. Fischereiökologie und Aquakultur  
Heinsberger Straße 53, 57399 Kirchhunden  
Daniel Fey, Tel: 02361-305 6835, E-Mail: [daniel.fey@lanuv.nrw.de](mailto:daniel.fey@lanuv.nrw.de)  
Dr. Cornelius Becke, Tel: 02361-305 6856,  
E-Mail: [cornelius.becke@lanuv.nrw.de](mailto:cornelius.becke@lanuv.nrw.de)

## Text

Dr. Cornelius Becke (LANUV)

## Satz

Claudia Brinkmann (LANUV)

## Bildnachweis

Fischzucht Mohnen (Titel), Jakob Gährken (LANUV, Inhalt)

### Informationsdienste

Informationen und Daten aus NRW zu Natur, Umwelt und Verbraucherschutz unter

- [www.lanuv.nrw.de](http://www.lanuv.nrw.de)
- Aktuelle Luftqualitätswerte zusätzlich im
- WDR-Videotext

### Bereitschaftsdienst

Nachrichtenbereitschaftszentrale des LANUV  
(24-Std.-Dienst) Telefon 0201 714488

Stand: Juli 2023

LANUV-Info 58

Nachdruck – auch auszugsweise – ist nur unter Quellenangaben und Überlassung von Belegexemplaren nach vorheriger Zustimmung des Herausgebers gestattet. Die Verwendung für Werbezwecke ist grundsätzlich untersagt.



---

Landesamt für Natur, Umwelt und Verbraucherschutz  
Nordrhein-Westfalen (LANUV)

Leibnizstraße 10  
45659 Recklinghausen  
Telefon 02361 305-0  
[poststelle@lanuv.nrw.de](mailto:poststelle@lanuv.nrw.de)

[www.lanuv.nrw.de](http://www.lanuv.nrw.de)