

# Schellfisch



- Lat.** Melanogrammus aeglefinus
- D** Schellfisch
- GB** Haddock
- F** Aiglefin, Eglefin
- E** Eglefino
- I** Asinello

## Lebensweise

Der Schellfisch gehört zu den dorschartigen Fischen, ist aber – anders als sein „Bruder“, der Kabeljau – kein Raubfisch und Einzelgänger, sondern ein „Friedfisch“, der sich lieber im Schwarm und in Bodennähe aufhält. Er ist ein ständiger Wanderer zwischen den küstennäheren Weide- und den Laichplätzen im Meer. Dieser Wandertrieb beruht auf der Temperaturempfindlichkeit dieses Fisches. Er orientiert seine Lebensweise an den für ihn optimalen Temperatur- und Nahrungsbedingungen.

Der Schellfisch bevorzugt im allgemeinen küstenferne Gewässer mit Wassertemperaturen zwischen 4 und 10 Grad Celsius. Man findet ihn dort in Tiefen von 40 bis 300 Meter vor allem in Gebieten mit sandig-muddigem Grund. Hier ernährt er sich von Würmern, Muscheln, Krebsen und Schlangensterne. Er frißt aber auch gerne Heringsbrut und verschiedene Jungfischarten. Ausgesüßte Gewässer, z. B. in der Nähe von Flußmündungen werden vom Schellfisch konsequent gemieden.

Geschlechtsreif wird diese Fischart zwischen dem 3. und 8. Lebensjahr. Während der Wintermonate ziehen die Schellfische zu ihren Laichplätzen. Zwischen Januar und Juli laichen die Rogner bis zu einer Million Eier ab. Die daraus schlüpfenden etwa 5 Millimeter langen Larven lassen sich durch die Meeresströmung über weite Strecken verdriften. Nach dieser Phase, in der sich die Tiere nur treiben lassen, ziehen die 30 bis 40 Millimeter langen Jungfische ins Mittelmeer, wo sie oft in Gesellschaft von Nesselquallen leben. Nach der Laichzeit nähern sich die Schellfische wieder ihren Weideplätzen in Küstennähe.

Schellfische können bis zu einem Meter lang und 15 Kilogramm schwer werden. Ihre Lebensdauer wird auf maximal 20 Jahre datiert.

## Aussehen/Erkennungsmerkmale

Vom Körperbau her ist die Ähnlichkeit des Schellfisches mit dem Kabeljau frappierend. So hat er auch eine dreigeteilte Rückenflosse und eine Kinnbartel, die allerdings wesentlich kleiner als beim Kabeljau ist.

Zu unterscheiden ist der Schellfisch von seinen Artverwandten durch seine charakteristische Färbung.

Von der weißlich-silbrigen, am Rücken etwas dunkler-grauen, auch mit violetten Tönen versetzten Färbung sticht beim Schellfisch nämlich anders als beim Kabeljau das Schwarz der Seitenlinie und zusätzlich ein großer, schwarzer Fleck über der Brustflosse, scharf ab. Hieran erkennt der Fachmann sofort, daß es sich um einen Schellfisch handelt.

## Herkunft

Das Verbreitungsgebiet des Schellfisches – Nord- und Ostseeregionen sowie die Ostküste Nordamerikas – entspricht fast dem des Dorsches. So bewohnt er vorwiegend fast das gesamte nordatlantische Schelfgebiet, das europäische Nordmeer sowie die Labrador- und Barentssee. Allerdings dringt der Schellfisch weniger weit nach Norden in arktische Gewässer und nach Süden in wärmere Gewässer vor. Zentrum seines Lebensbereichs sind die Gewässer bei Island und den Färöern, von wo er sich nach Schottland hin und in die nördliche Nordsee ausbreitet.

Die wichtigsten europäischen Fanggründe sind die nördliche Nordsee, die Barentssee und die isländische Süd- und Ostküste. Zur Versorgung des europäischen Marktes spielen daneben die nordamerikanischen Fänge eine ziemlich bedeutende Rolle.

## Fangmethoden

Die kommerzielle Fischerei fängt den Schellfisch überwiegend mit dem Schleppnetz (Trawl). Außerdem werden auch Stellnetze (Kiemennetze) und Langleinen eingesetzt. Langleinen sind Schleppleinen, die mit Haken versehen sind und die beködert werden. Gefangener Schellfisch ist als „Angelschellfisch“ auf dem Markt besonders begehrt. Er ist von besonders hoher Qualität, da kein Netz sein zartes Fleisch drücken kann, bevor er nach dem Fang ins Eisbett gelegt wird.

Obwohl der Schellfisch nicht zu den „Super-Anglerfischen“ gehört, stellen Sportfischer – vor allem in Norwegen – gerne diesem Fisch nach.

Wegen der Gefahr der Überfischung der Schellfischbestände wurde zum Schutz der für die Bestandserhaltung besonders wichtigen jungen Schellfische von der Nordsee-Konvention für den kommerziellen Schellfischfang ein Mindestmaß von 27 Zentimetern festgelegt.

## Nährwerte und Energie von 100 g Schellfisch

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

### Grundzusammensetzung

Wasser	81,0	(78,0–83,0) %
Eiweiß	18,2	(15,4–20,4) %
Fett	0,5	(0,1–1,0) %

### Mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Summe	45	(30–57)	mg
-------	----	---------	----

<b>Cholesterol</b>	<b>0,23</b>	<b>mg</b>
--------------------	-------------	-----------

### Mineralstoffe

Natrium	116	mg
Kalium	301	mg
Calcium	18	mg

### Spurenelemente

Jod	243	µg
Selen	30	µg
Phosphor	203	mg
Magnesium	24	mg

### Vitamine

Vitamin A	17	µg
Vitamin B1	0,05	mg
Vitamin B2	0,17	mg

### Energie

Kilojoule	334
-----------	-----

## Wirtschaftliche Bedeutung

Schellfisch ist zwar nicht unter den „Top Ten“ der in Deutschland meistgegessenen Speisefische zu finden, dennoch spielt er als beliebter Konsumfisch eine relativ wichtige Rolle. Bei uns ist er der „klassische“ Kochfisch. Sein weißes, etwas blättriges Fleisch ist wohlschmeckend, und für ein Stück frischen Schellfisch werden gute Preise bezahlt. Dazu trägt auch bei, daß Schellfisch zu den besten Magerfischen zählt: Sein Fleisch ist sehr fettarm, aber sehr eiweißreich und damit als „Schlankmacher“ bestens geeignet.

Angelandet wird Schellfisch frisch auf Eis gebettet oder tiefgekühlt. Als ganzer Fisch gelangt er überwiegend im Anschnitt zum Verbraucher, kleinere Exemplare werden als Angelschellfisch angeboten und gelten als eine besondere Spezialität. Gefrosteter Schellfisch, der nach dem Fang auf See einzeln oder in Platten tiefgefroren wurde, wird zu Convenience-Produkten wie Fertiggerichten oder Schellfisch-Frostfilets weiterverarbeitet – einem beliebten Produkt am Markt. Auch geräucherter Schellfisch wird von Feinschmeckern sehr geschätzt.

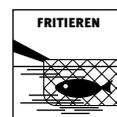
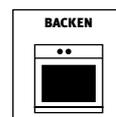
## Produktarten:

- frisch auf dem Eisbett als ganzer Fisch oder als Filet
- tiefgefroren
- geräuchert
- getrocknet



## Zubereitungsmethoden:

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



## Copyright:

Fisch-Informationszentrum e.V. (FIZ)

Große Elbstraße 133

22767 Hamburg

Tel.: (040) 38 92 597

Fax: (040) 38 98 554

