



## **Fryberghof Fischzucht: Ein fairer und nachhaltiger Fischanbieter**

*Bei der Fryberghof Fischzucht kann man guten Gewissens einkaufen*

Fische sind seit jeher ein wichtiges Nahrungsmittel der Menschen. Doch qualitativ guten Fisch zu finden, kann in den heutigen Zeiten des Überflusses manchmal schwierig werden. Die Schweizer Fryberghof Fischzucht bietet allerdings genau das an: Fisch, der artgerecht, regional und nachhaltig produziert und obendrein direkt in der Fischmetzgerei vor Ort verarbeitet wird. Die Fische tragen das nationale Gütesiegel "regio.garantie" und haben unter anderem bei dem Bewertungsprojekt von alpinavera, das Lebensmittel auf ihre Umweltwirkung gemessen pro Kilokalorie bewertet, mit "sehr gut" abgeschnitten.

- ? Welche Fische bietet die Fryberghof Fischzucht an?
- ? Was sind die Besonderheiten der Fischarten?
- ? Warum ist es so wichtig, regelmäßig Fisch zu essen?
- ? Wie werden die Fische der Fryberghof Fischzucht verarbeitet?

### **WELCHE FISCHES BIETET DIE FRYBERGHOF FISCHZUCHT AN?**

Bei der Schweizer Fryberghof Fischzucht können drei verschiedene Fischarten erworben werden: Die Glarner Regenbogenforelle, der Glarner Saibling und die Glarner Goldforelle. Der Kunde kann selbst entscheiden, ob er die Fische vor Ort abholen oder nach Hause liefern lassen möchte. Grundsätzlich bietet die Fryberghof Fischzucht ihre Fische in vier verschiedenen Varianten an: ganz und ausgenommen, ganz und nicht ausgenommen, filetiert und ohne Haut, sowie filetiert mit Haut.

### **WAS SIND DIE BESONDERHEITEN DER FISCHARTEN?**

Jeder Fisch der Fryberghof Fischzucht hat andere Qualitätsmerkmale. So punkten die fangfrischen Regenbogenforellen zum Beispiel mit fettarmem, zartem, weißem Fleisch, das kalorienarm und sehr leicht verdaulich ist. Regenbogenforellen sind darüber hinaus reichlich mit Vitamin A, D und B versehen und daher wichtiger Bestandteil einer gesunden Ernährung. Der Saibling gilt dagegen als absolute Delikatesse, da die Zucht sich hier sehr schwierig gestaltet. Auch das Fleisch des Saiblings ist reich an Vitaminen und Proteinen und darüber hinaus sehr zart. Ebenso ein Fisch zum Genießen ist die Goldforelle, die durch ihre goldgelbe Farbe als besonderer Hingucker gilt.

### **WARUM IST ES WICHTIG, REGELMÄSSIG FISCH ZU ESSEN?**

Wer mindestens einmal in der Woche Fisch verzehrt, legt einen wichtigen Grundpfeiler für eine gesunde Ernährung. Das liegt daran, dass die Süßwasserfische der Fryberghof Fischzucht ausgezeichnete Inhaltsstoffe besitzen, mit denen der Bedarf an besonders hochwertigen, mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren gedeckt wird, die das Risiko für Herzinfarkte, Schlaganfälle und Störungen im Fettstoffwechsel senken können. Darüber hinaus ist Fisch ein wichtiger Lieferant für Jod, Proteine, Selen und Vitamin D.

### **WIE WERDEN DIE FISCHES DER FRYBERGHOF FISCHZUCHT VERARBEITET?**

Die Fische der Fryberghof Fischzucht werden vor Ort gezüchtet und direkt ab Hof oder in Lebensmittelgeschäften sowie Metzgereien in der Region verkauft. Gefangen werden die Fische ganz frisch am Vortag der Auslieferung oder Abholung und anschließend in der lokalen Fischmetzgerei verarbeitet. Der elektrische Strom, der für die Fischzucht benötigt wird, wird aus einem nahegelegenen Wasserkraftwerk auf dem Gelände gespeist. Die Fryberghof Fischzucht nutzt darüber hinaus Grundwasser, das eine sehr hohe Wasserqualität besitzt, wodurch das Fleisch der Fische fest, unbelastet und aromatisch ist.

## **Pressekontakt**

Fryberghof Fischzucht GmbH

Frau Caroline Trümpi-Althaus  
Hefti Areal 1  
8775 Hätzingen

<https://fryberghof.ch/>  
[fryberghof-fischzucht@clickonmedia-mail.de](mailto:fryberghof-fischzucht@clickonmedia-mail.de)

## **Firmenkontakt**

Fryberghof Fischzucht GmbH

Frau Caroline Trümpi-Althaus  
Hefti Areal 1  
8775 Hätzingen

<https://fryberghof.ch/>  
[info@fryberg-hof.ch](mailto:info@fryberg-hof.ch)

Der Fryberghof ist ihr Ansprechpartner für fair und nachhaltig produzierte Fische aus der Region. In unserer Fischzucht in Hätzingen (Glarus Süd) werden Regenbogenforellen, Saiblinge sowie Goldforellen gezüchtet und ab Hof verkauft. Die Fische werden am Vortag der Auslieferung/ Abholung gefangen und entsprechend den gesetzlichen Anforderungen des Tierschutzes und der Lebensmittelherstellung in unserer Fischmetzgerei vor Ort verarbeitet.

Nachhaltig und lokal. Der Strom bezieht die Fischzucht vom nahen Wasserkraftwerk auf dem Gelände und durch die Wasserqualität des Grundwassers ist das Fleisch der Fische fest, unbelastet und geschmackvoll.

Unsere Produkte sind seit 10. 09. 2021 alpinavera zertifiziert und tragen das nationale Gütesiegel "regio.garantie".

Anlage: Bild



  
**FryberghOF**  
Fischzucht