

Inhalt

Einleitung	7
Wie Sie dieses Buch verwenden	11
Gut zu wissen: Fischkauf und Lagerung	15
Was es beim Fischkauf zu beachten gilt	16
Das A und O der richtigen Lagerung	19
X•SMALL	22–51
1. Sardine	24
2. Hering	38
SMALL	52–89
3. Blaue Makrele	54
4. Knurrhahn	66
5. Rotbarbe	80
MEDIUM	90–153
6. Petersfisch	92
7. Leopard-Forellenbarsch	108
8. Schnapper	128
9. Flunder	142
LARGE	154–213
10. Zackenbarsch	156
11. Meerforelle	172
12. Gelbschwanzmakrele	184
13. Spanische Makrele	200
X•LARGE	214–253
14. Thunfisch	216
15. Schwertfisch	236
BASICS	254–265
Register	267
Danksagung	271