



**TRANS**GOURMET

seafood

# FISCH & POTATO



# Kartoffelzeit - gebraten, gebacken, frittiert & gekocht

## EINLEITUNG

Der Trend geht immer weiter hin zu gesundem Essen. So viel wie noch nie beschäftigen sich Restaurantbesucher mit Nährwerten, Vitaminen und Mineralien. Unter dem Schlagwort „Superfood“ erobern Goji-Beeren, rohe Kakaobohnen oder Hanfsamen die Speisekarten. Dabei muss man nicht unbedingt in unbekannte Fernen schweifen, um seinen Gästen ein gesundes und zugleich vielseitig interpretierbares Lebensmittel zu servieren.

Als beliebter Klassiker der europäischen Küche ist die Kartoffel ein echtes Superfood, das es im wahrsten Sinne in sich hat. Neben ihrem hohen Gehalt an Vitamin C, Magnesium und Eisen hat sie verschiedene B-Vitamine zu bieten und ist reich an Fluorid, Phosphor, Kupfer und Zink. Sie besteht zu 80 % aus Wasser und enthält kein einziges Gramm Fett. Damit hat sie auch nur die Hälfte der Kalorien von Reis und Pasta und ist keineswegs der Dickmacher, für den sie viele halten, sondern in Wirklichkeit eines der gesündesten Lebensmittel der Welt.

Das Potenzial der Kartoffel ist dabei schier endlos – eine Kartoffel mit 1.000 Möglichkeiten. Die Kartoffel ist ein wahrlicher Meister der Verwandlung, so ist für jedes Gericht und jeden Anwendungsbereich das Richtige dabei und es wird ganz einfach, Superfood-Kartoffeln besonders abwechslungsreich zu inszenieren.

Auch Fisch ist reich an sehr wichtigen Nährstoffen und sollte deshalb einen festen Platz in jeder Ernährung haben. Er zählt zu der bedeutendsten Eiweißquelle der menschlichen Ernährung. Zudem enthält Fisch wichtige Nährstoffe, wie Spurenelemente, Vitamine und bestimmte Fettsäuren, und hat einen positiven Einfluss auf eine gesunde Ernährung. Fisch enthält nennenswerte Mengen an Vitamin D, wie sie nur in wenigen Lebensmitteln vorkommen. Weltweit erkennen Konsumenten diesen gesundheitlichen Nutzen, weshalb die Nachfrage von Fisch- und Seafood-Produkten steigt. Die WHO empfiehlt einen Fischverzehr von 150 g zweimal wöchentlich.

Es gibt also allen Grund, die Kartoffel zusammen mit Fisch & Seafood zum Star Ihrer Speisekarte zu machen.

## INHALT

- ★ Mich gibt's groß
- ★ Mich gibt's klassisch
- ★ Mich gibt's klein
- ★ Mich gibt's als perfekte Fritte
- ★ Mich gibt's knusprig

## UNSER PARTNER

Seit der Gründung 1962 hat sich Aviko immer zum Ziel gesetzt, Kartoffeln in Werte zu verwandeln, die Ihre und unser Unternehmen voranbringen. Aviko verarbeitet jedes Jahr mehr als 1.6 Millionen Tonnen Kartoffeln zu hochwertigen Kartoffelprodukten. Aviko verfolgt auch das Ziel, einzigartige Produkte zu entwickeln. Die Möglichkeiten der Kartoffel sind endlos und Aviko lässt nicht nach, neue Varianten zu erfinden.

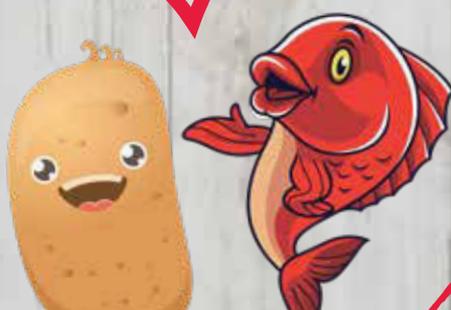


## NACHHALTIGKEIT

Aufgrund der Erzeugung von Kartoffeln in solchen Mengen fokussiert Aviko im Rahmen ihrer Nachhaltigkeitsstrategie eine effiziente Nutzung der Grundstoffe. Schon beim Anbau achtet Aviko auf einen möglichst geringen Wasserverbrauch und sparsamen Einsatz von Pflanzenschutzmitteln. Darüber hinaus wird versucht, die gesamte Ernte zu verwerten, um geringe Reststoffströme zu erzeugen. Die gesamte Wertschöpfungskette von der Produktion bis zum Transport ist somit nachhaltig gestaltet.

**Wussten Sie außerdem, dass Kartoffeln während des Wachstums CO<sup>2</sup> aufnehmen?**

Auf der Grundlage der Berechnungsmethode der FAO ([www.fao.org](http://www.fao.org)) konnte ermittelt werden, dass die Kartoffelpflanzen von Aviko jährlich 600.000 t CO<sup>2</sup> aus der Luft holen. Während der Kartoffelanbau zwar auch CO<sup>2</sup>-Emissionen verursacht, trägt er parallel aber auch zur ihrer Reduktion bei.





## BAKED POTATO MIT ZWEIERLEI VOM LACHS

Baked Potato (Art.-Nr. 795975), Räucherlachsstreifen Sushi-Cut (Art.-Nr. 734154), Flammhachs Portionen ‚Black Label‘ (Art.-Nr. 600148), Tomaten-Algen-Tatar (Art.-Nr. 345042), Sour Crème

## BAKED POTATO MIT FLUSSKREBSFLEISCH

Baked Potato (Art.-Nr. 332149), Flusskrebbsfleisch in Lake (Art.-Nr. 148658), Queller ‚Salicornia‘ (Art.-Nr. 646703), Kamasutra-Dip (Art.-Nr. 175577), Sour Crème



## BAKED POTATO DELUXE

Baked Potato (Art.-Nr. 795975), Räucherlachs-Tatar (Art.-Nr. 559958), Jakobsmuscheln (Art.-Nr. 241915), Tomaten-Algen-Tatar (Art.-Nr. 345042), Sour Crème



## BAKED POTATO SKINS

Baked Potato Skins 1/2 (Art.-Nr. 81643), Räucherlachs (Art.-Nr. 677721)



## BAKED POTATO MIT PULLED SALMON

Baked Potato (Art.-Nr. 332149), Pulled Salmon (Art.-Nr. 734151), Babyspargel, Sour Crème

# Mich gibt's klassisch

MIT  
HAUSFRAUENSAUCE

## MATJESFILET ‚ASCHERMITTWOCH‘

Delikatess-Kartoffeln (Art.-Nr. 964395), MSC Milde Nordsee Matjes Rosé (Art.-Nr. 240642), Saure Sahne, Milch, Mayonnaise, Eier, Senf, Apfelwürfel, Gurkenstreifen, Zwiebeln in Streifen, Petersilie, Schnittlauch



## NUTAAQ® KABELJAUFILET MIT SALZKARTOFFELN

Delikatess-Kartoffeln (Art.-Nr. 389761), Kabeljaufilet ‚Nutaaq‘ (Art.-Nr. 657613), Dill-Senf-Sauce, Röstzwiebeln, Broccoli, Schnittlauch



## KÜSTENSCHMAUS

Mini-Jacket-Potatoes ‚Drillinge‘ (Art.-Nr. 664882), MSC Holländisches Doppelmatjesfilet (Art.-Nr. 979658), grüne Bohnen, rote Zwiebel, Speck



## TORTILLA MIT FLAMMWELS

Garkartoffeln (Art.-Nr. 734387), Flammwels-Portionen ‚Black Label‘ (Art.-Nr. 100346), Zwiebeln, Eier



## OFEN-GOLDFORELLE

Halbe Kartoffeln in Schale (Art.-Nr. 979757), Ursprung Goldforelle (Art.-Nr. 125718), Queller ‚Salicornia‘ (Art.-Nr. 646703), Romanesco

**Alternativ:** Kartoffeln Hausfrauenschnitt (Art.-Nr. 288265)



## FISCHERSCHMAUS

Bratkartoffeln (Art.-Nr. 45902 oder 964401), Fischfrikadelle (Art.-Nr. 429591) oder Gemüse-Fischfrikadelle (Art.-Nr. 474260), Remoulade mit Joghurt (Art.-Nr. 440240)

**Alternativ:** Bratkartoffelscheiben rustikal (Art.-Nr. 486235)



## HOKI MIT DUKATEN CHIPS & GOMA WAKAME

Dukaten Chips (Art.-Nr. 770668) oder Spicy Slices (Art.-Nr. 449045), MSC Hokifilet (Art.-Nr. 755532), Goma Wakame Algensalat (Art.-Nr. 668002), Wasabi Dip (Art.-Nr. 439254)



## NUTAAQ® KABELJAUFILET MIT BOUILLON-KARTOFFELN

Kartoffelwürfel (Art.-Nr. 964418 oder 56571), Kabeljaufilet ‚Nutaaq‘ (Art.-Nr. 254158), Möhren, Porree, Brühe, Sour Crème, Schnittlauch

## SKANDINAVISCHES KARTOFFELGRATIN

Kartoffelgratin (Art.-Nr. 683195 oder 413152) oder Garkartoffeln (Art.-Nr. 539449), Pulled Salmon (Art.-Nr. 766066) oder Flamlachs ‚Black Label‘ (Art.-Nr. 388938), Babyspinat



## KÖTTBULLAR ‚KLASSISCH‘ AUS DEM MEER

Kartoffelpüree (Art.-Nr. 164078), Fischfrikadelle (Art.-Nr. 474256) oder Lachskugler (Art.-Nr. 357572), Preiselbeeren (Art.-Nr. 56045), Rahmsauce



# Mich gibt's als perfekte Fritte



MIT KRÄUTERBUTTER, ZWEIERLEI PAPRIKA-ANTIPASTI UND KARTOFFELECKEN

## GEBRATENES ISLAND LACHSFILET

Wedges Herb & Garlic (Art.-Nr. 523073), Ursprung Premium-Island Lachsfilet in Portionen (Art.-Nr. 618348), Paprika, Kräuterbutter

**Alternativ:** Kartoffel Wedges (Art.-Nr. 236393)



## GARNELENBURGER ‚CLASSIC‘

Kartoffel Wedges (Art.-Nr. 720717), Garnelenburger (Art.-Nr. 439617), Hamburger Brötchen (Art.-Nr. 519656), Lollo Bionda, Kamasutra-Dip (Art.-Nr. 175577), Italian Dressing, Salatmischung

**Alternativ:** Spicy Jacket Wedges (Art.-Nr. 41553)



## MOULE FRITES

Pommes Frites Super Crunch (Art.-Nr. 559022), MSC Miesmuscheln (Art.-Nr. 427227) oder Miesmuschelfleisch (Art.-Nr. 915649), Aioli-Tunke (Art.-Nr. 940634), Kamasutra-Dip (Art.-Nr. 175577), Mehl, Salz, Ei, Paniermehl, Öl

**Alternativ:** Pommes Frites Pure & Rustic (Art.-Nr. 535708), Pommes Plus (Art.-Nr. 93897) oder Steakhouse Pommes Frites (Art.-Nr. 41546)



## FISH & CHIPS

Pommes Frites Julienne (Art.-Nr. 4572), Sweet Potato Fries (Art.-Nr. 495608), Kibbelinge (Art.-Nr. 410724), Sauce, ‚Süß-Sauer‘, BBQ-Sauce



## FISHBALLS & CHIPS

Steakhouse Pommes Frites (Art.-Nr. 899284), Mini-Frikadelle (Art.-Nr. 612830), Remoulade mit Joghurt (Art.-Nr. 440240)

**Alternativ:** Pommes Frites Super Crunch Steakhouse (Art.-Nr. 235259 oder Art.-Nr. 475351)

# Mich gibt's knusprig



## RÖSTI MIT PULLED SALMON

Premium Tellerrösti (Art.-Nr. 281471), Pulled Salmon (Art.-Nr. 766066), Kräuterquark



## RÖSTI 'NORDIC'

Rösti-Ecken (Art.-Nr. 825238), MSC Nordseekrabben (Art.-Nr. 721436 oder Art.-Nr. 721432), Sour Crème

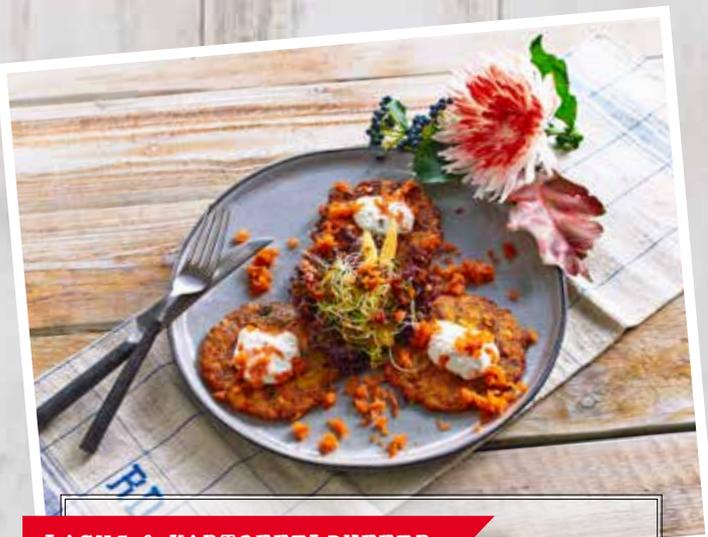
### Alternativ:

Röstinchen (Art.-Nr. 623818 oder Art.-Nr. 878838)



## HOLSTEINER KARTOFFELBAUER BURGER

Premium Tellerrösti (Art.-Nr. 281471), MSC Seelachsfilet-Portion (Art.-Nr. 388931), Farmersalat, Remoulade mit Joghurt (Art.-Nr. 440240), 'Wels-Beste' Welsbratwurst (Art.-Nr. 474260)



## LACHS & KARTOFFELPUFFER

Kartoffelpuffer (Art.-Nr. 671717), Räucherlachs-Tatar (Art.-Nr. 559958), Sour Crème



## KARTOFFEL-MATJES-HAPPEN

Rösti-Ecken (Art.-Nr. 825238), MSC Matjes PUR (Art.-Nr. 42079) oder MSC Hering PUR (Art.-Nr. 644542), Preiselbeeren (Art.-Nr. 56045), rote Zwiebel

**Alternativ:** Röstinchen (Art.-Nr. 623818 oder Art.-Nr. 878838)

