



Seezunge

Solea Solea

Die Seezunge kommt in der Nordsee vielfach vor. Sie ist ein typischer Bodenbewohner. Seezunge ist eine wahre Delikatesse.

Nährwert pro 100 Gramm unzubereitetes Produkt:

Brennwert	332 kJ/79kcal
Fett	2,1 g
Gesättigte Fettsäuren	0,5 g
Kohlenhydrate	0 g
Zucker	0 g
Protein	15 g
Salz	0,08 g