

## Sardelle oder Sardine? Was ist der Unterschied?

Mo, 07.08.2017 - 15:05

Sardellen und Sardinen haben nicht nur ähnlich klingende Namen, sondern gleichen sich auch äußerlich: beide haben eine schmale Form und silbrige Haut. Tatsächlich gehören beide zu den heringsartigen Fischen und sind miteinander verwandt. Ihre Namen leiten sich vom lateinischen Wort „sarda“ ab, was Hering bedeutet. Sie werden gerne gebraten, gegrillt oder frittiert gegessen.

Sardellen sind kleiner und schlanker als Sardinen, ihr Fleisch ist fetter, saftiger und weicher. Sardellen werden gerne mit Salz haltbar gemacht, vor allem in Italien hat das Einsalzen Tradition. Die Sardellen („Filetti di Alice“, „Acciughe“) reifen bis zu zwei Jahre lang im Salz, dabei entwickeln sie eine weiche Konsistenz und einen sehr intensiven Geschmack. International wird für in Lake eingelegte Sardellen auch die Bezeichnung Anchovis verwendet.

Sardinen sind etwas größer und rundlicher als Sardellen. Sie werden häufig als ganzer Fisch verspeist, also mitsamt dem Skelett.

Beide Fischarten werden im Mittelmeer vor allem mit Ringwadennetzen gefangen. Diese Fangmethode gilt im Allgemeinen als umweltverträglich. Sowohl Sardelle als auch Sardine vermehren sich schnell und sind daher im Vergleich zu anderen Fischarten weniger stark von Überfischung bedroht.