

# KABELJAUW

## *Gadus morhua*

FR: cabillaud, morue  
UK: Atlantic cod  
DE: Kabeljau, Dorsch  
Lokaal: gul (jonge kabeljauw)

Beenvissen, orde van de kabeljauwachtigen  
en familie van de kabeljauwen

Voedingswaarde per 100 g  
72 kcal – 0,6 g vetten – 16,6 g eiwitten



## LEEFGEBIED

Zowel langs de Europese als aan de Amerikaanse kant in de Noord-Atlantische Oceaan. In Europa van de noordelijke IJszee tot aan Bretagne. Niet in de Middellandse zee. Kabeljauw is een typische koudwatervis en heeft het lastig in de ondiepe Noordzee en Engels Kanaal waar de watertemperatuur is gestegen door de klimaatwijziging. Hierdoor trekt kabeljauw naar meer noordelijke wateren.

## BESCHRIJVING

Volwassen vissen hebben een lengte van 60 cm. Kabeljauw kan tot 2 meter lang, 100 kg zwaar en 25 jaar oud worden. Kabeljauw groeit zeer snel, in de eerste levensjaren verdubbelt hij jaarlijks in gewicht. Kabeljauw heeft een lange baarddraad, groenbruin gemarmerde flanken en een witte zijlijn. De familie van de kabeljauwen hebben allen drie rugvinnen en twee buikvinnen.

 Extra info: [www.zeevruchtengids.org/nl/kabeljauw](http://www.zeevruchtengids.org/nl/kabeljauw)

## CULINAIR

Kleine kabeljauw wordt soms in zijn geheel verkocht, meestal echter in visfilets of vismoten. Het visvlees is helder wit, bevat weinig graten en heeft een vaste structuur (naar de staart toe iets zachter). Stokvis is gedroogde kabeljauw, terwijl klipvis of bacalao gedroogde en gezouten kabeljauw is. Kabeljauw is een van de belangrijkste consumptievissen en kan op alle mogelijke manieren bereid worden, viskenneren verkiezen echter gepocheerde kabeljauw of ovenbereidingen.

 Recepten: [www.visvanbijons.be](http://www.visvanbijons.be)

# BESTE AANKOOPPERIODE

De beste kabeljauw koop je van juni tot en met december.

## BELGISCHE VISSERIJ OP KABELJAUW

### VANGSTGEBIEDEN

Onze vissers landen jaarlijks gemiddeld 1150 ton kabeljauw aan.

Voor informatie over de vangstgebieden kan je de website van het VLIZ raadplegen via onderstaande link en klik door naar de gewenste vissoort.

 Info: [www.vliz.be/nl/multimedia/onze-kust?album=4831](http://www.vliz.be/nl/multimedia/onze-kust?album=4831)

### VANGSTMETHODES

Bijvangst, vooral door het groot vlootsegment in de centrale Noordzee bij de visserij op pladijs met de boomkor (~91%) en het bodembordennet (~5%).

### MINIMUM AANVOERLENGTE

35 cm