

# Tintenfisch



- (Lat.) *Architeuthoidea*  
*/Loliginoidea*  
*Sepioidea, Octopoda*
- (D) *Kalmar, Sepia, Oktopus*
- (GB) *Squid/Inkfish/Sea Arrow,*  
*Cuttlefish, Octopus/*  
*Poulp*
- (F) *Calmar, Sèche, Poulpe*
- (E) *Calamar, Jibia (globito,*  
*chopo), Pulpo*
- (I) *Calmaro, Seppia,*  
*Polpo di scoglio*

## Lebensweise

Tintenfische gehören zu den wirbellosen Weichtieren und sind Kopffüßler mit acht oder zehn Armen (Octobranchia bzw. Decabrachia). Sie sind ausnahmslos Räuber, und die meisten sind äußerst schnelle Schwimmer, die es mit jedem Fisch aufnehmen. Wenn sie blitzschnell aus ihrer Mantelhöhle Wasser durch den röhrenförmigen Trichter auspressen, schießen sie torpedoartig davon. Sie haben ein gut ausgebildetes Gehirn, sind intelligent und lernfähig. Einige Arten unternehmen bei ihren Jagdzügen längere Wanderungen. Bei Erregung und Gefahr können sie blitzschnell ihr Farbkleid wechseln und sich so tarnen oder ihre Feinde abschrecken. Großen Effekt erzielen sie im Gefahrenfall durch das Ausstoßen eines dunkelfarbigem Sekrets, der „Tinte“. In ihr verbergen sie sich entweder selbst oder sie hüllen ihren Feind in diese dunkle Wolke (irritieren z. T. damit auch den Geruchssinn des Gegners) und verschwinden.

Kalmare schwimmen pelagisch zuweilen in kleineren Schwärmen („Schulen“) in allen Meeresgebieten. Bei gemächlichem Schwimmen verwenden sie ihre Flossen, wenn das Tempo erhöht werden soll, setzen sie ihren „Strahlantrieb“ ein. Sie fressen Krebse, Muscheln, Schnecken und kleine Fische. Sepien vergraben sich tagsüber im Boden, nachts jagen sie Krebse, Schnecken, Muscheln, Würmer, Seesterne und andere Bodentiere. Beim Schwimmen über dem Boden benutzen sie ihren Flossensaum, bei Gefahr setzen sie den „Rückstoß“ per Wasserstrahl ein.

Der Oktopus lebt als Einzelgänger am Boden, oft in Felshöhlen. Auch er kann schwimmen, hält sich aber vorwiegend in Küstennähe auf und lauert in einem Versteck auf vorbeikommende Beutetiere.

Tintenfische werden nur bis zu vier Jahre alt und sterben nach der Fortpflanzung. Bei der Paarung umgreift das Männchen das Weibchen hinter der Kopfgregion und setzt sein Samenpaket ab. Die befruchteten Eier (2.000 Stück) legt das Weibchen innerhalb weniger Tage am Meeresboden in langen Schläuchen ab und befestigt sie büschelförmig an Steinen oder Muschelschalen. Nach wenigen Monaten schlüpfen die erst wenige Millimeter großen Jungtiere, die bereits wie erwachsene Tintenfische aussehen.

## Aussehen/Erkennungsmerkmale

Tintenfische sind Kopffüßler, denn die acht bzw. zehn mit Saugnäpfen versehenen Fangarme sitzen am Kopf um die Mundregion. Die Tiere haben hochentwickelte Linsenaugen mit Iris, Pupille, Lidern sowie ein ebenso hochentwickeltes Gehirn. Der Körper ist untergliedert in den Kopf mit Armen und den Rumpf oder Mantel, der die Eingeweide sowie den Tintenbeutel enthält.

Bei den Kalmaren ist der Mantel lang und schlank und trägt hinten beidseitig eine dreieckige Flosse. Von den zehn Fangarmen sind zwei zu langen, einziehbaren Fangarmen (Tentakeln) ausgebildet. Die übliche Mantellänge liegt zwischen 20 und 40 Zentimetern.

Bei den Sepien ist der Mantel breiter und oval gestaltet. Der ganze Rumpf ist von einem Flossensaum umrandet. Auch bei ihnen sind zwei der zehn Arme zu langen, einziehbaren Fangarmen ausgebildet. Die übliche Mantellänge beträgt 30 bis 50 Zentimeter.

Der Oktopus hat einen rundlichen, sackförmigen Körper. Er besitzt keine Flossen. Die acht kräftigen Arme sind eng an der Basis angebracht und erscheinen wie zusammengewachsen. Sein Gewicht kann etwa 25 Kilogramm erreichen.

# Tintenfisch

## Herkunft

Tintenfische sind mit ihren verschiedenen Arten in praktisch allen Meeren vertreten und werden von vielen Nationen befishet. Die in den Handel kommende Ware stammt zu über der Hälfte aus dem Pazifik, rd. ein Drittel aus dem Atlantik, der Rest überwiegend aus dem Indischen Ozean.

## Fangmethoden

Kalmare werden in Küstennähe mit Reusen gefangen. Da die Tiere bei dieser Methode nicht verletzt werden, läßt sich hier die höchste Warenqualität erzielen. Darüber hinaus werden Schleppnetz, Laufleine und Stellnetz verwendet. Für den Fang von Sepien und Oktopus werden Zugnetze und Fallen eingesetzt.

## Wirtschaftliche Bedeutung

Die Jahresfänge von Tintenfisch liegen bei über drei Millionen Tonnen (~~Kalmare ca. 2,5 Millionen Tonnen, Sepia ca. 230.000 Tonnen, Oktopus ca. 310.000 Tonnen~~). Nicht zuletzt dank neuer Verarbeitungs- und Zubereitungsmethoden zu Convenience-Gerichten hat die Nachfrage nach diesen Meeresfrüchten neue Impulse erhalten.

## Produktarten

- in Deutschland meist tiefgefroren
- tiefgekühlte Convenience-Produkte
- Vollkonserve
- Salat



Tiefgekühlt



Salat



Konserven

## Zubereitungsmethoden

- Braten
- Grillen
- Frittieren



Braten



Grillen



Frittieren



## Nährwerte und Energie von 100 g Tintenfisch

(verzehrbare Anteil) mittlere Gehalte. Die Werte schwanken beträchtlich, je nach Art, Fanggebiet, Verarbeitungsart und Organ (Mantel oder Arme), sind für Kalmare, Sepia und Oktopus aber ähnlich.

### Grundzusammensetzung:

Wasser	79,1 g
Eiweiß	20,0 g
Fett	0,9 g

**Cholesterin:** 20 mg

### Mineralstoffe:

Natrium	390 mg
Kalium	270 mg
Calcium	27 mg
Magnesium	30 mg

### Spurenelemente:

Phosphor	140 mg
Eisen	0,8 mg
Jod	20 µg

### Vitamine:

Vitamin E	1,5 mg
Niacin	5,1 mg
Vitamin B6	0,39 mg
Vitamin B12	2,5 µg

### Energie:

Kilokalorien	79
--------------	----