Verbraucherzentrale Hamburg

Pressemitteilung vom 7. Februar 2022

Welchen Fisch kann man noch essen?

Verbraucherzentralen veröffentlichen aktualisierten Ratgeber für den nachhaltigen Fischeinkauf

Immer mehr Menschen möchten sich gesund und nachhaltig ernähren. Gelegentlicher Fischverzehr ist Teil einer gesunden Ernährung, denn Fisch liefert wertvolle Fettsäuren, Eiweiße und andere wichtige Nährstoffe. Gut für den Menschen heißt jedoch nicht automatisch gut für den Planeten, im Gegenteil. Die Weltmeere sind in einem schlechten Zustand und die Fischbestände schrumpfen. Welchen Fisch man da noch guten Gewissens essen kann, zeigt der aktualisierte Fischratgeber der Verbraucherzentralen Berlin und Hamburg.

Das ausklappbare Booklet im Hosentaschenformat kann beim Einkauf von nachhaltigem Fisch helfen. Die Mini-Broschüre zeigt anschaulich, welche gängigen Fischsorten und Meerestiere »empfehlenswert«, »bedingt zu empfehlen«, »nicht zu empfehlen« oder »absolut nicht zu empfehlen« sind. Erstmals werden neben Wildfang auch Tiere aus Aquakultur bewertet, darunter zum Beispiel Lachs, Garnelen und Forellen. Anhand eingeteilter Kategorien in den Ampelfarben bekommen Ratsuchende schnell einen guten Überblick.

Nachhaltige Fischerei ausbauen

Über ein Drittel (34 Prozent) der weltweiten Fischbestände sind überfischt und weitere 60 Prozent werden bis an ihre Grenzen genutzt. Nur noch sechs Prozent der Bestände sind in naturnahem und gutem Zustand. Durch die Einhaltung festgelegter Fangquoten und den Einsatz umweltschonender Fangmethoden bleiben die Bestände und das Ökosystem erhalten. Fischereien können sich entsprechend nachhaltig zertifizieren lassen. „Doch manchmal versprechen die Label auf den Verpackungen mehr als sie halten“, gibt Armin Valet von der Verbraucherzentrale Hamburg zu bedenken.

Darüber hinaus werden immer mehr Fische und Meeresfrüchte in Aquakulturen gezüchtet, um der Nachfrage gerecht zu werden und die natürlichen Bestände zu schonen. „Die Aufzucht erfolgt jedoch oft in weit entfernten Ländern und als Futtermittel kommt Fischmehl aus bedenklichem Wildfang zum Einsatz“, berichtet Verbraucherschützer Valet. Nicht jedes Produkt aus Aquakultur sei daher zu empfehlen.

Mehr Informationen zum Thema Fischeinkauf und ein PDF des kostenlosen Fischratgebers sind veröffentlicht auf der Internetseite der Verbraucherzentrale Hamburg:

- www.vzhh.de/fisch-kaufen
- www.vzhh.de/fischratgeber

Gegen Versandkosten verschickt die Verbraucherzentrale Hamburg auch eine gedruckte Fassung des Booklets über ihren Online-Shop:

- www.vzhh.de/shop/ernaehrung/680673/welcher-fisch-auf-den-tisch.aspx

Der Fischratgeber der Verbraucherzentralen wurde in Zusammenarbeit mit Manfred Krautter von der unabhängigen Nachhaltigkeitsberatung EcoAid (www.ecoaid.de) erstellt.

Bitte beachten Sie, dass die Meldung den Stand der Dinge zum Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung wiedergibt.

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/presse/welchen-fisch-kann-man-noch-essen