

# Fisch

Einkaufsratgeber



GREENPEACE

**Essen Sie seltener und bewusster Fisch.** Kaufen Sie Fisch aus gesunden Beständen, der mit schonenden Methoden gefangen wurde oder aus nachhaltigen Aquakulturen.

**Grün:** Noch empfehlenswert

**Rot:** Nicht empfehlenswert



### **Wildfang**

- ▣ Fanggebietseinteilung der Welternährungsorganisation FAO
- # Sub-Fanggebiet / Fischbestand
- ✓ Fangmethode



### **Aquakultur**

- Herkunftsland
- ◆ Aquakultur-Methode

## Aal



*Anguilla anguilla*, – *australis australis*,  
– *dieffenbachii*, – *japonica*, – *reinhardtii*,  
– *rostrata*

## Afrikanischer Wels



*Clarias gariepinus*

### **Nicht empfehlenswert:**

- Brasilien, Deutschland, Niederlande, Thailand, Ungarn, Vietnam
- Teiche (offene Systeme)

## Alaska-Seelachs /-Pollack



*Theragra chalcogramma*

**Anchovi** → Sardelle

## Barramundi



*Lates calcarifer*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Australien, Großbritannien, Polen
- ◆ Teiche, geschlossene Kreislaufsysteme

**Bonito** → Thunfisch

## Dorade



*Sparus aurata*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Griechenland, Kroatien
- ◆ Käfige (extensiv) – Naturland zertifiziert

## Dornhai / Seeaal / Schillerlocke



*Squalus acanthias*

## Flussbarsch



*Perca fluviatilis*

## Forelle



*Oncorhynchus mykiss, Salmo trutta fario*

### Noch empfehlenswert:

**Bachforelle** (*Salmo trutta fario*)

Zu bevorzugen: Naturland zertifiziert

**Regenbogenforelle** (*Oncorhynchus mykiss*)

○ Dänemark, Deutschland, Großbritannien, Irland, Italien, Spanien

● Teiche (extensiv) – Naturland zertifiziert

**Garnele** → Shrimp

**Goldmakrele** → Mahi Mahi

## Granatbarsch



*Hoplostethus atlanticus*

## Heilbutt



*Hippoglossoides platessoides*,  
*Hippoglossus hippoglossus*, – *stenolepis*,  
*Reinhardtius hippoglossoides*

### ■ Noch empfehlenswert:

*Reinhardtius hippoglossoides*

- ▣ Nordwestatlantik FAO 21
- ⌘ Östliche Baffininsel, Offshore West-Grönland
- ↘ Langleinen, Stellnetze

## Hering



*Clupea harengus*

### ■ Nicht empfehlenswert:

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- ⌘ Finnischer Meerbusen, Nördlicher Bottonischer Meerbusen, Rigaer Meerbusen, Zentrale Ostsee, Westliche Ostsee, Skagerrak/Kattegat, Südwestlich Schottlands, Westlich Irlands, Porcupine Bank

- Nordwestatlantik FAO 21
- # Bay of Fundy, Südlicher Golf von St. Lorenz (Frühjahrs- und Herbstlaicher), Südwest Nova Scotia

## Hoki / Blauer Seehecht



*Macrurus magellanicus*, – *novaezelandiae*

## Hummer



*Homarus americanus*, – *gammarus*

### ■ Noch empfehlenswert:

*Homarus americanus*

- Nordwestatlantik FAO 21
- # Magdalenen-Inseln, Offshore Ost-Kanada, Golf von Maine, Georges Bank
- ✓ Fallen

*Homarus gammarus*

- Nordostatlantik FAO 27
- # Jersey, Normandie
- ✓ Fallen

**Jakobsmuschel** → Pilgermuschel

## Kabeljau



*Gadus macrocephalus*, – *morhua*

### Noch empfehlenswert:

#### **Atlantischer Kabeljau** (*Gadus morhua*)

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- ≠ Nordost-Arktis
- ↘ Grund-Langleinen

#### **Pazifischer Kabeljau**

(*Gadus macrocephalus*)

- ▣ Nordostpazifik FAO 67
- ≠ Aleuten, Golf von Alaska, Östliche Beringsee
- ↘ Fallen, Grund-Langleinen, Leinen & Haken (jigs)

**Kaisergranat** → Shrimp

## Karpfen



*Cyprinus carpio*



## Kliesche



*Limanda limanda*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Nordostatlantik FAO 27
- # Nordsee, Skagerrak / Kattegat
- ↪ Grund-Langleinen, Handleinen, Snurrewaden / Ankerwaden

**Krabbe** → Shrimp

## Lachs



*Oncorhynchus spp.*, *Salmo salar*

### ■ Noch empfehlenswert:

#### **Pazifischer Lachs**

(*Oncorhynchus gorbuscha*, – *keta*)

- Nordwestpazifik FAO 61
- # Iturup, Sachalin
- ↪ Fallen

*Oncorhynchus gorbuscha*, – keta,  
– kisutch, – nerka

▣ Nordostpazifik FAO 67

# Golf von Alaska

↘ Ringwaden, Schleppangeln, Stellnetze

**Loup de mer** → Wolfsbarsch

## Mahi Mahi / Goldmakrele



*Coryphaena hippurus*

## Makrele



*Scomber scombrus*

## Marlin



*Istiompax indica*,

*Kajikia albida*, – audax, *Makaira nigricans*

## Miesmuschel/Grünschalenmuschel



*Mytilus chilensis*, – *edulis*,  
– *galloprovincialis*, *Perna canaliculus*

### ■ Noch empfehlenswert:

#### **Grünschalenmuschel** (*Perna canaliculus*)

- Neuseeland
- ◆ Hängekulturen an Leinen

#### **Miesmuschel** (*Mytilus chilensis*)

- Chile
- ◆ Hängekulturen an Leinen

#### *Mytilus edulis*, – *galloprovincialis*

- Albanien, Bulgarien, Deutschland, Frankreich, Griechenland, Großbritannien, Irland, Italien, Niederlande, Schottland, Spanien
- ◆ Hängekulturen an Leinen, Pfahlkulturen

**Nordseekrabbe** → Shrimp

**Octopus** → Tintenfisch

## Pangasius



*Pangasianodon hypophthalmus*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Vietnam
- Käfige und Teiche (extensiv) – Naturland zertifiziert

## Pilgermuschel / Jakobsmuschel



*Pecten fumatus, – maximus*

### ■ Noch empfehlenswert:

**Große Pilgermuschel** (*Pecten maximus*)

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- ⌘ Norwegen, Shetland-Inseln
- ↵ Taucher

**Red Snapper** → Schnapper

## Rotbarsch



*Sebastes fasciatus, – mentella, – norvegicus*

Roter Schnapper → Schnapper

## Sardelle / Anchovi



*Engraulis anchoita*, – *encrasicolus*, – *ringens*

### Noch empfehlenswert:

#### **Argentinische Sardelle** (*Engraulis anchoita*)

- Südwestatlantik FAO 41
- # Bonaerense Sub-Population
- ↪ Netzreusen, Ringnetze, Ringwaden, Ringwaden mit Licht (lampara)

#### **Europäische Sardelle**

(*Engraulis encrasicolus*)

- Nordostatlantik FAO 27
- # Golf von Biskaya
- ↪ Ringwaden

#### **Peruanische Sardelle** (*Engraulis ringens*)

- Südostpazifik FAO 87
- # Nördlich-zentraler Peru-Bestand, Südliches Peru/Chile (chilenischer Bestand)
- ↪ Ringwaden

## Sardine



*Sardina pilchardus*

### ■ Noch empfehlenswert:

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- ⌘ Irische See, Keltische See, Westlicher Ärmelkanal
- ↘ Pelagische Schleppnetze, Ringwaden

## Sardinelle



*Sardinella aurita*

**Scampi** → Shrimp

## Schellfisch



*Melanogrammus aeglefinus*

### ■ Noch empfehlenswert:

- ▣ Nordwestatlantik FAO 21
- ⌘ Östliche Georges Bank
- ↘ Handleinen, Langleinen

## Schnapper



*Lutjanus campechanus*, – *malabaricus*

## Scholle



*Lepidopsetta bilineata*, – *polyxystra*,  
*Pleuronectes platessa*

### ■ Noch empfehlenswert:

#### **Pazifische Scholle**

(*Lepidopsetta bilineata*, – *polyxystra*)

- ▣ Nordostpazifik FAO 67
- # Aleuten, Beringsee, Golf von Alaska
- ✓ Grund-Langleinen, Snurrewaden / Ankerwaden

## Schwarzer Seehecht



*Dissostichus eleginoides*, – *mawsoni*

## Schwertfisch



*Xiphias gladius*

### ■ Noch empfehlenswert:

- ▣ Östlicher Zentraler Pazifik FAO 77, Südostpazifik FAO 87
- ↘ Handleinen, Harpunen, Schleppangeln

## Seehase



*Cyclopterus lumpus*

## Seehecht



*Merluccius australis*, – *capensis*,  
– *gayi gayi*, – *gayi peruanus*, – *hubbsi*,  
– *merluccius*, – *paradoxus*, – *productus*

### ■ Noch empfehlenswert:

#### **Kap-Seehecht** (*Merluccius capensis*)

- ▣ Südostatlantik FAO 47
- # Namibia, Südafrika
- ↘ Haken & Leinen



## Seelachs / Köhler



*Pollachius virens*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Nordostatlantik FAO 27
- # Island
- ✓ Leinen & Haken (jigs), Snurrewaden / Ankerwaden

## Seeteufel



*Lophius americanus*, – *budegassa*,  
– *piscatorius*

### ■ Noch empfehlenswert:

*Lophius budegassa*, – *piscatorius*

- Nordostatlantik FAO 27
- # Ärmelkanal, Golf v. Biskaya, Keltische See
- ✓ Stellnetze

## Seezunge



*Solea solea*

## Shrimp / Garnele / Scampi



*Crangon crangon*, *Litopenaeus vannamei*, *Macrobrachium rosenbergii*, *Metapenaeus monoceros*, *Nephrops norvegicus*, *Pandalus borealis*, – *jordani*, *Penaeus monodon*, – *spp.*

### ■ Noch empfehlenswert:

#### **Kaisergranat / Scampi**

(*Nephrops norvegicus*)

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- ≠ Skagerrak / Kattegat
- ↘ Fallen, Fangkörbe

#### **Rosenberggarnele**

(*Macrobrachium rosenbergii*)

- China, Indonesien, Taiwan, Vietnam
- ◆ Teiche

#### **Tropischer Shrimp / Black Tiger**

(*Penaeus monodon*)

- Bangladesch, Indien, Indonesien, Vietnam
- ◆ Teiche (extensiv) – Naturland zertifiziert

## Sprotte



*Sprattus sprattus*

### ■ Noch empfehlenswert:

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- # Nordsee, Ostsee
- ↵ Ringwaden

## Steinbeißer / Seewolf



*Anarhichas lupus*

# Thunfisch



*Katsuwonus pelamis*,  
*Thunnus alalunga*, – *albacares*, – *maccoyii*,  
– *obesus*, – *orientalis*, – *thynnus*

## ■ Noch empfehlenswert:

**Skipjack / Bonito** (*Katsuwonus pelamis*)

- Nordost- & Nordwestpazifik FAO 67 & 61,  
Östlicher Zentraler Pazifik FAO 77,  
Südost- & Südwestpazifik FAO 87 & 81,  
Westlicher Zentraler Pazifik FAO 71
- # Ostpazifik, Westlicher und Zentraler Pazifik
- ↘ Ringwaden ohne Fischsammler (FADs),  
Ruten & Leinen
  
- Östlicher Indischer Ozean FAO 57,  
Westlicher Indischer Ozean FAO 51
- # Indischer Ozean
- ↘ Ringwaden ohne Fischsammler (FADs),  
Ruten & Leinen

# Tilapia



*Oreochromis spp.*

## Noch empfehlenswert:

- Vietnam
- Teiche – Naturland zertifiziert

# Tintenfisch / Krake / Octopus / Sepia



*Doryteuthis gahi*, – *opalescens*, – *pealeii*,  
*Illex argentinus*, – *illecebrosus*, *Loligo forbesii*,  
– *vulgaris*, *Octopus vulgaris*, *Sepia officinalis*

## Noch empfehlenswert:

*Doryteuthis opalescens*

- Östlicher Zentraler Pazifik FAO 77
- # Golf von Kalifornien
- ↪ Ringwaden

*Illex illecebrosus*

- Nordwestatlantik FAO 21
- # Golf von St. Lorenz, Neufundland, Scotian Shelf
- ↪ Leinen & Haken (jigs)

### *Loligo vulgaris*

- ▣ Mittelmeer & Schwarzes Meer FAO 37, Nordostatlantik FAO 27, Östlicher Zentraler Atlantik FAO 34
- ↪ Leinen & Haken (jigs)

### *Sepia officinalis*

- ▣ Nordostatlantik FAO 27
- # Ärmelkanal, Keltische See, Südwestlich Irlands, Golf von Biskaya, Golf von Cadiz, Kantabrische See
- ↪ Fallen, Haken & Leinen

**Wels** → Afrikanischer Wels

## Wittling



*Merlangius merlangus*

## Wolfsbarsch / Loup de mer



*Dicentrarchus labrax*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Griechenland, Kroatien
- ◆ Käfige (extensiv) – Naturland zertifiziert

## Zander



*Sander lucioperca*

### ■ Noch empfehlenswert:

- Europäische Binnen-Gewässer FAO 05
- # Hjälmarren-See / Schweden, Ural-Ästuar / Kaspisches Meer
- ✓ Fallen, Stellnetze

## Greenpeace fordert:

- ▶ eine transparente und nachhaltige Einkaufspolitik für Fisch und Meeresfrüchte in Industrie und Handel
- ▶ ein nachhaltiges Fischereimanagement
- ▶ großflächige Meeresschutzgebiete

 Mehr Informationen unter:  
[greenpeace.de/meere/fischerei](http://greenpeace.de/meere/fischerei)

**Impressum** Greenpeace e.V., Hongkongstraße 10, 20457 Hamburg, Tel. 040/306 18-0, Fax -100; [www.greenpeace.de](http://www.greenpeace.de)  
**V.i.S.d.P.** Dr. Iris Menn **Politische Vertretung Berlin** Marienstraße 19–20, 10117 Berlin **Gestaltung** Johannes Groht Kommunikationsdesign **Foto** [M] J. Kornstaedt/Greenpeace **Druck** reset GmbH, Virchowstraße 8, 22767 Hamburg **Auflage** 100.000 **Stand** 1/2014

**Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier**