



Foto: Richard Carey/AdobeStock



## Nachhaltigkeit und Fisch

Spricht man über nachhaltige Lebensmittel, geht es zunächst einmal um Fleisch. Wie nachhaltig ist die Fleischproduktion, wie gesund ist Fleisch und ähnliches. Über Nachhaltigkeit beim Verzehr von Fisch spricht man eher selten. Deshalb ist es sinnvoll, sich auch darüber Gedanken zu machen.

„ WIR SIND NICHT HERREN DER NATUR, SONDERN NUR IHR TEIL“

(Richard von Weizsäcker)

Dabei geht es um Themen wie Überfischung, Methoden der Fischzucht, wo kommt der Fisch her – aus Wild- oder Zuchtbeständen, aus dem Meer oder aus Süßwasser, aber auch um den Klimawandel.

Weltweit werden pro Jahr etwa 20 Kilogramm Fisch pro Person gegessen. Wir essen gerne Lachs, diverse Fischfilets, Thunfisch, Forellen, Shrimps/Garnelen und, vor allem die Kinder, Fischstäbchen. Über die Frage, wo und wie der Fisch herkommt und wie nachhaltig er „produziert“ wird, machen wir uns eher selten Gedanken. Mit vielerlei Versprechen werden wir zum Kauf von Fisch aufgefordert. Es ist aber sinnvoll, sich vor allem folgende Fragen zu stellen:

Wo kommt der Fisch her? Etwa 2/3 der Speisefische stammen aus Meer, Seen und Bächen, etwa 1/3 aus Aquakulturen. Wie werden die Fische gefangen? Nur umweltschonende Fangmethoden sind akzeptabel. Werden Sozialstandards eingehalten? Fischer und in der Fischverarbeitung arbeitende Menschen müssen sozialverträglich behandelt werden. Genügt die Weiterverarbeitung des Fisches ökologischen Standards? Insbesondere bei Salaten oder Ähnlichem muss auf Gentechnik und künstliche Zusätze verzichtet werden.

Einer der beliebtesten Fischarten bei uns ist der Lachs. Da die Meere systematisch überfischt wurden, ist aus Wildlachs deklarierter Lachs unter diesem Gesichtspunkt eher mit Vorsicht zu genießen. Aus Qualitätsgründen ist er allerdings dem überwiegend in Aquakulturen gezüchteten Lachs vorzuziehen ist. Das schlägt sich auch im Preis nieder. Der Fang von Lachs wird mittlerweile streng reguliert. Bei Lachs aus Aquakulturen ist die Art der Zucht wichtig.

Bei Wildlachs, wie bei anderen Fischarten auch, ist auf das MSC-Fischsiegel (Marine Stewardship Council), zu achten. Dies wurde 1997 ins Leben gerufen. Das Siegel sollte helfen, Überfischung einzudämmen und Fischbe-

stände zu schützen, allerdings sind die Standards relativ schwach – aber immerhin. Der Verbraucher sollte beim Einkauf jedenfalls auf dieses Siegel achten. Das gleiche gilt auch bei Fisch aus Aquakulturen, bei dem es um eine verantwortungsvolle Zucht geht, die man am Bio-Siegel des ASC ([www.asc-aqua.org/de/](http://www.asc-aqua.org/de/) (Aquaculture Stewardship Council)) erkennt.

Werden Garnelen/Shrimps im Meer gefischt ist es wichtig, dass mit den Grundschieppnetzen der Meeresboden nicht in Mitleidenschaft gezogen wird. Kommen sie aus Aquakulturen, die sich in großem Umfang in Südostasien befinden, treten Umweltprobleme auf. Es werden Mangrovenwälder vernichtet und die oft mit Chemikalien, Antibiotika und Fäkalien verunreinigten Gewässer führen zu Krankheiten bei den Menschen und anderen Tierarten.

Eine hohe Nachfrage und industrielle Fangmethoden haben die Bestände von Thunfisch in den letzten Jahren drastisch reduziert. Herkunft und Fangmethoden entscheiden darüber, ob Thunfisch nachhaltig sein kann. Beim Kauf von Thunfisch, der überwiegend in Dosen verkauft wird, sollte man in jedem Falle darauf achten, dass er MSC, FOS (Friends of the Sea), Dolphin-SAFE oder Naturland-zertifiziert ist. Damit gibt die Verpackung Aufschluss über die Herkunft, die Fangmethoden und sozialen Aspekte des Thunfischfangs (wie etwa bei Followfish). Auch gibt es mittlerweile Bio- und Fair Trade Thunfisch.

In Deutschland werden jährlich etwa 60000 Tonnen Fischstäbchen gegessen. Der verarbeitete Fisch ist Alaska Seelachs. Verglichen mit den Garnelen sind Fischstäbchen unter Nachhaltigkeitsgesichtspunkten eher unauffällig.

Der Lieblingsfisch des Autors ist die Dorade. Sie ist zwar von Greenpeace als „nicht nachhaltig“ eingestuft worden. Dennoch kann man zur Dorade greifen, wenn sie entweder aus dem Mittelmeer stammt und mit Fallen oder Langleinen gefangen wird. Auch Doraden aus der Aquakultur, also aus kontrollierter Aufzucht von Fischen aus den Ländern Griechenland und Kroatien, wenn sie entsprechend zertifiziert sind, gelten als unbedenklich.

Die Darstellung zeigt, dass man keinesfalls auf den Verzehr von Fisch verzichten muss, zumal er ein wichtiges und grundsätzlich gesundes Lebensmittel ist. Aber gerade bei Fisch ist es sehr wichtig, sich über die Herkunft und die Fangmethoden zu informieren. Sei es durch Fragen an den Fischhändler oder durch das Studium der Zertifikate auf den Packungen und Dosen. Überfischung und rigide Fangmethoden zerstören die Ökosysteme und damit eine weltweit wichtige Nahrungsquelle - und damit eine unverzichtbare Lebensgrundlage der Menschheit.

