

21.02.2023 – 15:11 Uhr

Fisch an Aschermittwoch: So geht's nachhaltig

Berlin (ots) -

Zur Fastenzeit gehört traditionell auch das Fischessen. So köstlich Lachs, Forellen und Hering auch sind, sie sollten nur nachhaltig konsumiert werden.

Am Mittwoch ist der Spaß vorbei. Dann beginnt für viele gläubige Katholikinnen und Katholiken die Fastenzeit. In der Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern wird traditionell auf Fleisch, Süßigkeiten und Alkohol verzichtet. Stattdessen kommt vielerorts Fisch auf den Tisch. Lachs, Hering und Forellen sind dabei besonders beliebt. Was viele nicht wissen: Mehr als ein Drittel der hierzulande verkauften Fische und Meeresfrüchte werden gezüchtet und nicht wild gefangen. Bei Lachs stammen sogar fast alle Produkte aus Aquakultur: Sie kommen vor allem aus Norwegen, Schottland und Chile, wo Lachs in großen Mengen gezüchtet wird.

Gerade weil der Großteil der konsumierten Fische und Meeresfrüchte - in Deutschland knapp mehr als 80, in den Binnenländern Österreich und Schweiz sogar mehr als 90 Prozent - nicht aus heimischen Seen und Flüssen stammt, sind unabhängige Zertifizierungsprogramme wichtig, die Fischereien und Zuchtbetriebe weltweit kontrollieren und sich für umweltverträgliche Praktiken einsetzen. Das ASC-Siegel ist das am weitesten verbreitete Siegel für verantwortungsvolle Aquakultur, und auf vielen Fischprodukten zu finden. Es kennzeichnet Fische, die aus verantwortungsvollen Zuchten stammen. Sie achten auf den Schutz der Umwelt und die Gesundheit der Fische.

Weniger Wildfisch im Aquakultur-Futter entlastet die Meere

Etwas mehr als ein Drittel der weltweiten Fischbestände sind überfischt. Fischzuchten können den Druck auf die Wildbestände reduzieren und gleichzeitig zu einer weltweiten Nahrungssicherheit beitragen. Mit einer Voraussetzung: Sie müssen nachhaltig geführt werden. Und dazu gehört vor allem auch ein nachhaltiger Einsatz von Wildfisch im Futter. Glücklicherweise hat sich in den letzten Jahrzehnten viel auf diesem Gebiet verbessert.

Ein Blick auf die gesamte globale Aquakultur zeigt, dass nur 220 Gramm Wildfisch für jedes produzierte Kilo Zuchtfisch verwendet werden. Auch bei Lachs wird im Durchschnitt - anders als oft behauptet - weniger als ein Kilo Wildfisch benötigt. Der Rest besteht aus an Land produzierten Zutaten, wie Weizen, Mais und Soja. Auch diese Bestandteile sollten aus verantwortungsvollen Quellen stammen, deswegen enthalten die ASC-Standards Anforderungen an marine und auch pflanzliche Zutaten.

Nachhaltiger Fischgenuss ist gut für Gesundheit und Klima

Im Sinne einer Zeit des bewussten Verzichts liegt Fasten auch ganz allgemein im Trend, nicht nur ab Aschermittwoch. Viele Menschen verzichten ganz bewusst auf ungesunde Lebensmittel und achten stärker auf einen verantwortungsbewussten Konsum - sowohl für sich selbst als auch für die Umwelt. Fisch ist ein gesundes und zugleich klimafreundliches Lebensmittel. Lachs, Hering und Co. enthalten jede Menge Mikronährstoffe, Vitamine und Omega-3-Fettsäuren.

Die Annahme, dass gezüchteter Fisch voll mit Antibiotika sei, ist übrigens falsch. Denn: Nicht nur wir Menschen können mit vorbeugenden Maßnahmen wie Hygiene und Impfungen viele Krankheiten abwenden. Das gleiche gilt auch für Fischzuchten. Der Einsatz von antibakteriellen Medikamenten konnte so massiv reduziert werden, bei Lachs aus Norwegen um 99 Prozent.

Also: Der an Aschermittwoch so beliebte Herings-, oder auch Lachsschmaus, kann beibehalten werden, wenn wir auf eine nachhaltige Herkunft achten. Das ASC-Siegel für verantwortungsvolle Zuchtfische hilft dabei. Wer Fisch dann noch als Delikatesse sieht und nur vereinzelt auf den Speiseplan nimmt, hat alles richtig gemacht.

Pressekontakt:

Maren Pfalzgraf
Communications Manager DACH

maren.pfalzgraf@asc-aqua.org

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100088446/100903181> abgerufen werden.