Fisch ist gesund – aber drei Viertel aller Bestände sind bereits überfischt. Sollen wir also überhaupt noch Fisch essen? Und wenn ja, welchen?

von Katharina Seiser

KEINE KLEINEN FISCHE

Umweltschutzorganisationen wie Greenpeace und WWF warnen ebenso wie Meeresbiologen, Klima- und Artenforscher, dass die Meere zum einen bald leergefischt, zum anderen bereits extrem verschmutzt sind. Sie werden ihre Funktion als wichtige Nahrungsquelle für Hunderte Millionen Menschen schon in diesem Jahrhundert nicht mehr erfüllen können.

WAS ALLES INS NETZ GEHT

Wenn wir in Österreich an Fischfang denken, fallen uns vermutlich einsame Angler auf der Donauinsel oder kleine Fischerboote auf Salzkammergutseen im Morgendunst ein. Moderner Fischfang ist aber ein beinhartes Geschäft, in dem so viel wie möglich aus den Meeren geholt wird. Riesengroße, engmaschige Schleppnetze kommen dabei zum Einsatz, die häufig mit schweren Gewichten am Meeresgrund entlangkratzen. Dadurch wird erstens der Meeresboden dauerhaft zerstört, womit das ökologische Gleichgewicht der Meere zu kippen droht. Zweitens werden nicht nur ausgewachsene Fische gefangen, sondern auch Jungfische, die sich folglich nicht mehr fortpflanzen können. Auf diese Weise werden die Bestände sehr schnell dezimiert. Drittens geraten große Mengen so genannten »Beifangs« in die Schleppnetze. Darunter werden sowohl andere Fischarten als die gewünschten, aber auch Delfine, Haie, Meeresschildkröten und Wasservögel verstanden. Selbst wenn der Beifang sofort ins Meer zurückgeworfen wird, besteht wegen des enormen Drucks in den Netzen kaum eine Überlebenschance für die Tiere. Schätzungen zufolge beträgt der Beifang mehr als ein Fünftel des gesamten Fanges. Der Großteil davon wird zu Fischfutter verarbeitet, welches für Aquakulturen, die als Alternative zum überfischten Wildfang gelten, benötigt wird.

FÜR UND WIDER AQUAKULTUR

Aquakulturen gibt es sowohl im Salz- als auch im Süßwasser. Aquakulturanlagen im Meer sind meistens küstennahe Netzgehege zur Aufzucht von z. B. Lachs oder Wolfsbarsch, aber auch Garnelen. Mittlerweile beträgt der Anteil an Fisch aus Aquakulturen bereits knapp ein Drittel, Tendenz stark steigend. Wie bei jeder Art der Massentierhaltung gibt es dabei Probleme: Wenn die Fische zu eng gehalten werden, breiten sich leichter Krankheiten aus, die mit Antibiotikagaben bekämpft werden. Die Abwässer und Medikamentenrückstände gehen ins Meer. Entkommene Zuchtfische verdrängen ursprünglich heimische Fischarten oder infizieren sie mit Krankheiten. Außerdem werden große Mengen Futterfisch als Nahrung für die Zuchtfische gebraucht, was wieder die Überfischung beschleunigt. Gleichzeitig sind die Meere durch den Missbrauch als »unsichtbare« Müllkippen stark verschmutzt, was sich in Schwermetall- oder Dioxinrückständen im Fisch bemerkbar machen kann. Eine gute Alternative dürften jene neuen Aquakulturanlagen sein, die mit geschlossenen Kreisläufen in Tanks arbeiten.

MSC-ZEICHEN IST EIN ANFANG

Natürlich gibt es neben innovativen Züchtern auch verantwortungsvolle Fischer, die mit kleineren, grobmaschigen Netzen oder mit Leinen fangen, aber derzeit ist es für KonsumentInnen so gut wie unmöglich, beim Fischkauf die genaue Herkunft, Fangmethode und Transportdauer der Fische zu erfahren. Bei Wildfang bietet das MSC-Gütesiegel eine Orientierung, denn für das ovale blaue Zeichen (das zum Beispiel bereits auf vielen Iglo-Packungen zu finden ist) müssen zumindest die Richtlinien des Marine Stewardship Council für nachhaltige Fischerei wie etwa Fangquoten und weniger schädliche Fangmethoden eingehalten werden.

IST BIOFISCH BESSER?

Seit wenigen Jahren ist Bio-Fisch auch in Supermärkten erhältlich. Bio-Fisch stammt immer aus Aquakultur und nie aus Wildfang, weil nur so überprüft werden kann, ob die Besatzdichte nicht zu groß ist, ob die Fische auch wirklich großteils selbst für ihr Futter sorgen müssen, was genau zugefüttert wird, ob die Anlagen nicht überdüngt werden und keine Antibiotika zum Einsatz kommen. Bei so genannten Friedfischen wie Karpfen ist Bio-Fisch wegen seiner hervorragenden Ökobilanz ideal. In Österreich gibt es bereits 16 Bio-Karpfen-Züchter, bei Merkur und Billa wird der traditionelle Fisch schon seit mehreren Jahren unter der Biomarke *Ja! Natürlich* verkauft. Derzeit nur um Weihnachten, weil die Mengen noch nicht für das ganze Jahr reichen. ▶▶

FOTOS CORBIS

Herkunft, Fangmethode und Transportdauer von Fischen sind derzeit für KonsumentInnen kaum nachvollziehbar.

Schon im kommenden Herbst darf aber mit Neuigkeiten zum Thema Bio-Fisch von *Ja! Natürlich* gerechnet werden.

HEIMISCHER FISCH ALS BESTE WAHL

Fisch aus österreichischer Binnenfischerei – ob aus Aquakultur oder Wildfang – ist generell empfehlenswert. Der Fisch wird nur kurz transportiert, und die Qualität ist durchgängig gut. Einige heimische Betriebe und Vereinigungen wie Gut Dornau (das auch jene Merkur-Filialen beliefert, die von Montag bis Samstag Fisch anbieten), Alpenlachs, Waldviertler Karpfen, Mariazeller Wildsaibling, Wildfang oder Wilder Fisch haben sogar einen exzellenten Ruf. Das weiß auch die Gastronomie zu schätzen, die der Hauptabnehmer des Fanges ist. Wenn Fisch aus fernen Ländern kommt, hilft nur ein vertrauenswürdiger Fischhändler. Österreichweit beliefert die Firma Eishken Estate aus Inzersdorf im Süden Wiens seit mehr als 20 Jahren die Spitzengastronomie. Als erste österreichische Supermarktkette hat Merkur vor zwei Jahren eine Kooperation mit Eishken Estate gestartet, und seit einem Jahr werden alle Merkur-Filialen beliefert. Eishken Estate ist zwar nicht der einzige Lieferant von Frischfisch an Merkur, aber die Zusammenarbeit zeigt, dass dank moderner Logistik und kompromissloser Qualität Fisch auch bedenkenlos im Supermarkt gekauft werden kann. Das entbindet Konsumenten aber nicht von der Entscheidung, welcher Fisch auf den Tisch kommt. Die Fischführer von Greenpeace und WWF helfen dabei. Einfach auf den jeweiligen Websites bestellen oder ausdrucken, beim Fischeinkauf mitnehmen und das nächste Mal Fisch mit gutem Gewissen genießen.

FRISCHEN FISCH ERKENNEN?

Fischkauf ist wie Fleischkauf Vertrauenssache. Am ganzen Fisch erkennt man am besten, wie frisch er ist: Die Kiemen sollen rot, die Augen klar sein. Auf Druck soll er sich fest anfühlen und keine Delle zurückbleiben. Frischer Fisch riecht nicht nach Fisch. Wenn der Fisch von einem guten Händler stammt und in einer Kühltasche nachhause transportiert wird, hält er problemlos mehrere Tage. ■

F(R)ISCH AUS HEIMISCHEN GEWÄSSERN
1 Hecht Jäger mit festem Fleisch
2 Regenbogenforelle wichtigster, preiswerter heimischer Fisch
3 Zander gehört zur Familie der Barschartigen – in Österreich schon lange zuhause
4 Karpfen unterschätzter Allrounder
5 Bachsaibling der noble Verwandte der Forelle mit rosa Fleisch
6 Wels oder Waller heimischer Verwandter des Pangasius
7 Huchen selten gewordener Gourmetfisch

WEB- UND BUCHTIPPS

WELCHER FISCH?

Als **extrem gefährdet** gelten Kabeljau (= Dorsch), Alaska-Seelachs, Thunfisch, Atlantischer Lachs, Rotbarsch, Scholle, Heilbutt, Schwertfisch, Seezunge, Hoki und Neuseeländischer St. Petersfisch sowie Shrimps, Garnelen, Tintenfisch und Oktopus. Zur Erholung der Bestände würden nur drastisch gekürzte Fangquoten bzw. Schutzgebiete helfen. Auf politischer Ebene drückt man sich derzeit noch vor solchen Entscheidungen. **Eine gute Wahl ist heimischer Fisch,** vor allem Karpfen, Forelle, Saibling, Hecht, Zander und Waller, aber auch weniger bekannte Arten wie Reinanke, Schleie oder Huchen. Außerdem folgende **Meeresfischarten mit MSC-Siegel:** Alaska-Seelachs, Heilbutt, Hering, Pazifischer Kabeljau, Alaska-Wildlachs, Seelachs aus der Nordsee, Weißer Thunfisch und Eismeergarnelen vom nördlichen Atlantik. **Aus biologischer Aquakultur** sind z. B. Lachs, Dorade, Wolfsbarsch und Garnelen erhältlich. Achten Sie auch bei Dosenfisch (es gibt MSC-zertifizierten Thunfisch z. B. von *Connétable)* und in der Gastronomie (z. B. bei Sushi) auf diese Kriterien.
Mehr Infos zur Wahl des richtigen Fischs, zu Überfischung und Fangmethoden gibt es unter ***www.greenpeace.at/rotefische, http://marktcheck.greenpeace.at/fischkonsum, www.wwf.de/themen/meere-kuesten, www.wwf.at/fischfuehrer, www.fair-fish.ch, www.msc.org/de, www.biofisch.at***
Welche Merkur-Filialen wann frischen Fisch anbieten, steht auf ***www.merkurmarkt.at*** unter dem Menüpunkt »Merkur Frische«.

GÜTESIEGEL FÜR FISCH AUS WILDFANG

Das MSC-Siegel steht für nachhaltige Fischerei, in der Fangquoten eingehalten und Ökosysteme geschützt werden.

FISCHKOCHBÜCHER

Fischküche aus Bach, Fluss, Teich und See *Heino Huber & Christoph Wagner, Kneipp Verlag 2007*
Hervorragendes Kochbuch für heimischen Süßwasserfisch mit toller Warenkunde.
Fish Basics *Sebastian Dickhaut & Cornelia Schinharl, GU 2006.* Viele unkomplizierte Rezepte. Gut für Fisch-Neulinge, die sich bisher nicht über die Wasserbewohner getraut haben.
Das große Buch vom Fisch *Teubner 2007.* Schier unerschöpfliche Warenkunde, Küchenpraxis und anspruchsvolle Rezepte von Spitzenköchen. Sehr schön gestaltet!

ILLUSTRATIONEN ARCHIB