








































































# Fischführer - Der bewusste Fischeinkauf

	Pazifik	Indischer Ozean	Atlantik/ Mittelmeer					Aquakultur			
Gute Wahl	 <b>Lachs</b> (NO-Pazifik)		 <b>Hering</b> (NO-Atlantik)	 <b>Kabeljau</b> (östl. Ostsee)	 <b>Sprotte</b> (Ostsee)	 <b>Wels</b> (Europa)	 <b>Jakobsmuschel</b> (SO-Asien, Japan)	 <b>Miesmuschel</b> (europ. Hängeskulturen)			
Wahl ok	 <b>Alaska-Seelachs</b> (NW-Pazifik)	 <b>Heilbutt</b> (NO-Pazifik)	 <b>Echter Thun</b>	 <b>Leng</b> (Island)	 <b>Seehecht</b> (SO-Atlantik)	 <b>Makrele</b> (NW-, NO- Atlantik)	 <b>Seelachs</b> (Island)	 <b>Scholle</b> (Ostsee)	 <b>Forelle</b> (Europa)		
	 <b>Lachs</b> (NO-Pazifik, Kanada)	 <b>Echter Thun</b>	 <b>Eismeer-garnele</b> (NO-Arktis, Nordsee)	 <b>Sprotte</b> (Nordsee)	 <b>Kabeljau</b> (NO-Arktis, norweg. See, westl. Ostsee)	 <b>Sardinen</b> (NO-Atlantik, östl. Mittelatlantik)	 <b>Schellfisch</b> (Norwegische See, Island, Nordsee, NO-Arktis)	 <b>Lachs</b> (Nordeuropa)			
Keine gute Wahl	 <b>Granatbarsch</b>	 <b>Kabeljau</b>	 <b>Schwertfisch</b>	 <b>Leng</b> (NO-Atlantik)	 <b>Rochen</b>	 <b>Kabeljau</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Steinbeisser</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Seelachs</b> (NO-Atlantik)	 <b>Garnelen</b> (Tropen)	 <b>Aal</b> (Europa)	
	 <b>Lachs</b> (NW-Pazifik, Chile)	 <b>Scholle</b>	 <b>Granatbarsch</b>	 <b>Scholle</b> (NO-Atlantik)	 <b>Schellfisch</b> (NO-Atlantik)	 <b>Jakobsmuschel</b> (Mittelmeer, NO-Atlantik)	 <b>Garnelen</b> (Tropen)	 <b>Dorade</b> (Mittelmeer)	 <b>Sardinen</b> (Mittelmeer)	 <b>Dorade</b>	 <b>Forelle</b> (Südamerika)
	 <b>Oktopus</b>	 <b>Schwertfisch</b>	 <b>Hai</b>	 <b>Red Snapper</b>	 <b>Dornhai</b>	 <b>Rotbarsch</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Heilbutt</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Seeteufel</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Pangasius</b> (Vietnam)	 <b>Tilapia</b>	
	 <b>Rochen</b>	 <b>Haie</b>	 <b>Rochen</b>	 <b>Granatbarsch</b>	 <b>Lachs</b> (Ostsee)	 <b>Meerforelle</b>	 <b>Seezunge</b> (NO-Atlantik, Mittelmeer)	 <b>Makrele</b> (Mittelmeer, östl. Mittelatlantik)	 <b>Zander</b>	 <b>Miesmuschel</b> (europ. Bodenkulturen)	
				 <b>Eismeer-, Kaltwassergarnele</b> (NO-, NW-Atlantik)	 <b>Wittling</b> (NO-Atlantik)	 <b>Schwertfisch</b>	 <b>Oktopus</b>		 <b>Viktoriabarsch</b>		
	 <b>alle Thunfischarten (Großaugenthun, Roter Thun, Blauflossenthun, Gelbflossenthun, Weißer Thun)</b>										