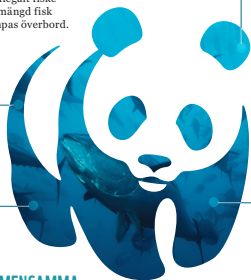


Världsnaturfonden WWF

WWF - FISKGUIDEN 2015

HÅLLBART FISKE

WWF arbetar för att minska illegalt fiske och den mängd fisk som dumpas överbord.



EU:s GEMENSAMMA FISKERIPOLITIK

WWF jobbar för den gemensamma fiskeripolitiken utan skadliga subventioner och för hållbara förvaltningsplaner för alla fiskarter.

SMARTA FISKEREDSKAP

WWF stödjer utvecklingen av smarta fiskeredskap som minskar onödiga bifångster.

MILJÖMÄRKT FISK

Genom att välja miljömärkt fisk kan du bidra till ekosystem i balans.



Därför finns vi. Vi arbetar för att hejda förstörelsen av jordens naturliga livsmiljöer och bygga en framtid där människor lever i harmoni med naturen.
wwf.se

WWF - SE

Världsnaturfonden WWF, Ulriksdals Slott, 170 81 SOLNA. Telefon 08-624 74 00

Välj MSC, ASC och KRAV

Vill du ha gott samvete när du äter fisk? Håll utkik efter märkningarna **MSC**, **ASC** och **KRAV**. WWF stödjer dessa certifieringar från tredje part som bästa tillgängliga miljöval för konsumenterna. Genom att välja certifierade fiskar och skaldjur bidrar du till en mer hållbar konsumtion.



MSC - Marine Stewardship Council

MSC är en global organisation som tar fram standarder för vildfångade certifierade fisk- och skaldjursprodukter.



ASC - Aquaculture Stewardship Council

ASC grundades 2010 och certifierade de första fiskodlingarna 2012. Exempel på arter som stegvis certifieras är odlad hajmal, tilapia och lax.



KRAV KRAV är en nationell certifiering och står för en hållbar livsmedelsproduktion.

Ladda ned FISKGUIDEN!



Scanna QR-koden och ladda ned WWFs mobilapp till din telefon!



9:e utgåvan. Foto: Sundström/Fotografiska, WWF, DDB Stockholm (Illustration: Brian J. Steery / National Geographic Stock, WWF (andra tabeller) Produktion: Odelius & CO 2015 14x38cm



På wwf.se/fiskguiden finns en mer utförlig version av WWFs FISKGUIDEN 2015. Tryckt version av fiskguiden kan beställas mot portokostnad från info@wwf.se



Rött = Låt bli

Undvik dessa fiskar och skaldjur. De kommer från ohållbara fisken och/eller odlingar som skadar miljön och de arter som lever där.



Alaska pollock (NöSh T)
Bläckfisk (G T)
Bergtunga (NöA T, Isl)
Blåmussla (T)
Fjällröding, röding
Flodkräfta
Flundra,
skrubbskädda (Ns Skrr Ktt, Ös G T)
Gädda (NEU)
Gös (Ös NEU Insjö)
Haj, rocka
Havskatt

Havskräfta (T)
Hoki
Hummer (No Ns)
Hälleflundra (NvA NöA)
Kolja (NvA NöA T, Färö LL T)
Krabba
Kummel (NöA T LL, Med)
Kungsfisk/uer
Kungskrabba (NvSh Ry)
Lake
Lax, öring (Ös NöA, SAm Odl)
Lubb
Liten hälleflundra (NvA NöA)
Långa (Isl LL, Barents, T)
Makrill (Med Atlanten T)
Marulk
Ostron (T)
Pilgrimsmussla (T)
Nordhavsräka (Ns Skrr Ktt NvA NöA)
Pangasius/hajmal (Thailand Asien Odl)
Piggvar
Regnbåge (SAm Odl)
Rödspätta (Skrr Rn T, Ns T)

Röd tunga

Sej (Färö Skrr Ktt Barents Ns T)
Sik (Bh Bv Vn Ml Hj)
Siklöja (Vt Ml)
Sill, strömming (NvA)
Skarpsill (Skrr T, Ktt)
Stenbitsrom, sjurygg
Sjötunga, tunga (NöA)
Svärdfisk
Tilapia (SAm Odl)
Tonfisk – blåfenad
Tonfisk – skipjack/bonit (Atlanten Rn, G LL)
Tonfisk – gulfenad (G LL Rn)
Tonfisk – tonggol
Tonfisk – vit (LL, Med)
Torsk (Skrr Ktt VÖs Ns T, NvA No kust)
Tropisk räka, scampi, jätteräka
Vitling
Al

Lista med förkortningar för ursprung och fiskeredskap

Barents – Barents hav
Bh – Bottenhavet
Bv – Bottenviken
Dk – Danmark
Färö – Färöarna
Hj – Hjälmaren
Io – Indiska oceanen
Insjö – Insjöar
Isl – Island
Ktt – Kattegatt
Med – Medelhavet
MI – Mälaren
NEU – N Europa
No – Norge
Ns – Nordsjön
NvA – Nv Atlanten
NvSh – Nv Stilla havet
NöA – Nö Atlanten
NöSh – Nö Stilla havet
Ry – Ryssland
SAm – Sydamerika
Sh – Stilla havet
Skrr – Skagerrak
Sv – Sverige
Vn – Väneren
Vt – Vättern
VÖs – V Östersjön
Ös – Östersjön
ÖÖs – Ö Östersjön
+ – Selektiv
B – Burfångad
F – Fällor
G – Garn
Hpl – Handplockad
L – Lina
LL – Långlina
Odl – Odlat
Rc – Recirkulerande
Rn – Ringnot
T – Trälad

Gult = Var försiktig

Tänk efter! Viss osäkerhet finns kring fisket och odlingsmetoderna.



Abborre (NEU, Ml, Vn, Ös)
Alaska pollock (NvSh Rn T+)
Bergtunga (Ns G Rn)
Bläckfisk (B L T+)
Fjällröding, röding (NEU Odl)
Flundra, skrubbskädda (Ös T+)
Gös (Sv Insjö)
Havskräfta (Skrr Ktt No T+)
Hummer (NvA Sv B)
Hälleflundra (Odl, No G LL, NvA LL)
Kolja (NöA G, Isl Barents LL T, NvA B)
Krabba (NöA Med B)
Kummel (Ns Skrr Ktt G)
Kungsfisk/uer (T+ **Sebastes mentella**)
Kungskrabba (Barents B)
Lake (Ös L)
Lax, öring (NEU Odl, NvA)
Liten hälleflundra (Barents G LL)
Lubb (NöA LL)
Långa (NöA G LL)
Makrill (NöA G, NvA Rn T+)
Marulk (Isl G LL)
Nordhavsräka (Barents)
Ostron (Skrr Ns Hpl)
Piggvar (Odl, ÖÖs G)
Regnbåge (NEU Odl)
Rödspätta (Ktt VÖs G T, Barents T, Isl Rn T)
Sej (Färö Isl T+)
Sik (Ös Vt)
Siklöja (Vn Bv)
Sjötunga, tunga (Ns G T+)
Sill, strömming (Bv G, NvA Rn)
Sötvattenkräfta
Tonfisk – skipjack/bonit (Sh Rn, Io Atlanten L Rn+)
Tonfisk – gulfenad
Tonfisk – tonggol (Sh Io [Thailand] L)
Tonfisk – vit (Io Sh L)
Torsk (VÖs G, ÖÖs G T, Barents T)

Grönt = Ät gärna

Det bästa valet! Bestånden är rikliga, fiske och odlingar sköts på ett mer hållbart sätt.



Abborre (Hj Vt)
Blåmussla (Sv Odl, No Hpl)
Bläckfisk (SAm L [tioarmad], NöA L B [åttaarmad])
Havskräfta (B)
Hoki (SvSh T+)
Kolja (Skrr Ktt Ns No LL)
Krabba (Sv B)
Kungskrabba (NöA B)
Makrill (NöA L Rn T+)
Pilgrimsmussla (NöA Hpl)
Regnbåge (Dk Odl)
Röding, fjällröding (Odl Rc)
Rödspätta (Ns G Rn)
Sej (Isl G LL, Barents No Rn)
Sill, strömming (Ös NöA)
Skarpsill (VÖs Ns T+)
Svärdfisk (NvA L)
Tilapia (Odl Rc)
Tonfisk – skipjack/bonit (Sh L Rn+)
Tonfisk – gulfenad (Sh Io L)
Tonfisk – vit (Sh L+)
Torsk (Barents LL G)

Alla fisk- och skaldjursprodukter som är märkta med MSC, ASC eller KRAV får automatiskt grönt ljus, även om de inte finns med namn i denna guide.

