

FRAGEN UND ANTWORTEN ZU

FISCHEN AUS NORWEGISCHER AQUAKULTUR

Lachs ist heute der beliebteste Fisch in Deutschland. Fast drei von vier Deutschen essen Lachs in irgendeiner Form im Laufe eines Monats. Das meiste davon ist norwegischer Lachs, vor allem wenn es frischer Lachs ist. Zudem verzehren deutsche Verbraucher norwegischen Lachs auch gern geräuchert und gebeizt.

Fjordforelle ist ein Nischenprodukt mit einer geringen jährlichen Produktionsmenge von 50.000 Tonnen. In Deutschland ist die Fjordforelle vor allem bei jungen, kreativen Köchen beliebt. Sie wird gern roh, gebeizt, geräuchert, gepökelt, pochiert oder bei niedriger Temperatur gekocht, genossen.

1. WIE LANGE DAUERT ES, BIS LACHS UND FJORDFORELLE AUSGEWACHSEN SIND?



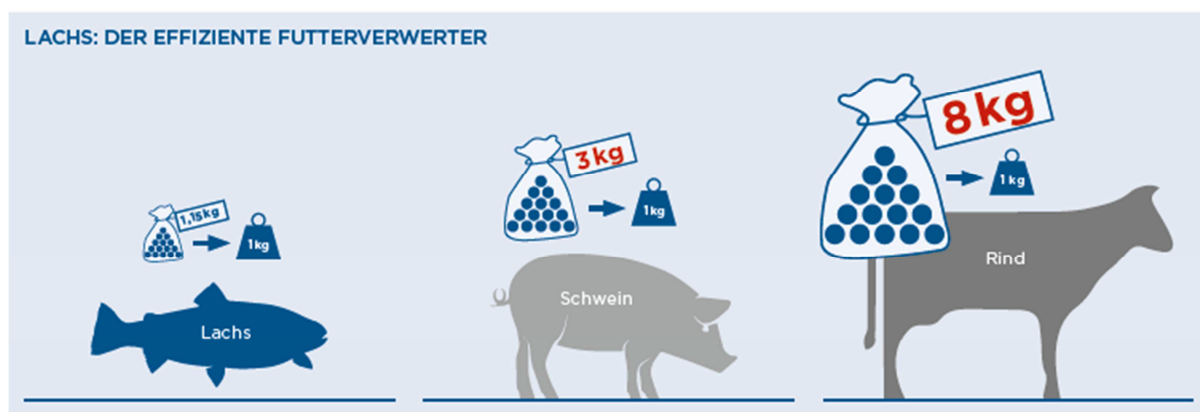
Zwei bis drei Jahre braucht der norwegische Lachs, bis er vier bis fünf Kilo Körpergewicht hat und fertig ist für den menschlichen Konsum.

Fjordforellen wachsen etwas langsamer als Lachse. Sie benötigen dieselbe Zeit um zwei bis vier Kilo schwer zu werden.

Beide verbringen die ersten Lebensmonate in der Sicherheit eines Aufzuchtbeckens mit Süßwasser. Erst dann sind sie stark genug, um im klaren, kalten norwegischen Meer zu überleben. Fjordforellen werden dabei eher in Küstennähe in den weniger salzigen Fjorden großgezogen, Lachse weiter draußen im Meer.

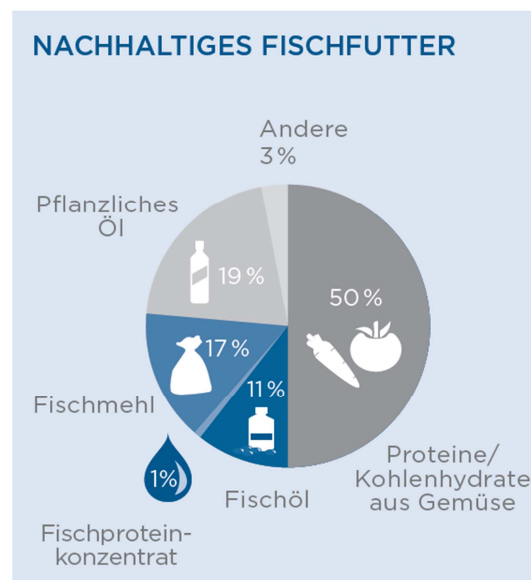
2. WIE VIEL FUTTER BEKOMMT BEISPIELSGEWEISE EIN LACHS BIS ER AUSGEWACHSEN IST?

Um ein Kilo Lachs zu erhalten, wird circa 1,5 Kilo Fischfutter benötigt. Demnach hat ein Lachs in seinem Leben um die 6-7 Kilo Futter bekommen.



Im Vergleich zu anderen Tieren ist das sehr wenig. Für 1 Kilo Schweinefleisch werden beispielsweise 3 Kilo Futter benötigt. Für 1 Kilo Rindfleisch sogar 8 Kilo Futter.

3. WELCHES FUTTER BEKOMMEN FISCHE IN NORWEGISCHER AQUAKULTUR?



Lachse und Fjordforellen bekommen ein ähnliches Futter, bestehend aus Fischöl und Fischmehl, Pflanzenöl und pflanzlichen Stoffen sowie Proteinen und Kohlenhydraten.

Das Fischöl und das Fischmehl werden aus Fischabfällen und aus Wildfisch, der nicht für den menschlichen Verzehr geeignet ist, gewonnen.

Heute stammen circa 70 Prozent des Fischfutters aus vegetabilischen Quellen (Getreide, pflanzliche Stoffe, etc.), der Rest kommt aus marinen Quellen (Fischöl, Fischmehl). Das ist gut für die Umweltbilanz.

4. WIE VIEL OMEGA-3 HABEN NORWEGISCHER LACHS UND FJORDFORELLE AUS AQUAKULTUR?

Norwegischer Lachs und Fjordforelle sind beide reich an Omega-3-Fettsäuren. 1 Kilo norwegischer Lachs enthält beispielsweise 1,3 Gramm Omega-3-Fettsäuren und gehört damit zu den reichhaltigsten Omega-3-Lieferanten für unseren Körper. Das Omega-3-Niveau in norwegischem Zuchtlachs entspricht heute dem von Wildlachs.

Eine „bescheidene“ Portion norwegischer Zuchtlachs (ca. 125 Gramm pro Woche) deckt heute den empfohlenen wöchentlichen Bedarf an Omega-3-Fettsäuren. Die Deutschen essen jedoch nur circa 32,5 Gramm Lachs pro Woche. Das deckt also nur ein Viertel der empfohlenen Menge an Omega-3-Fettsäuren.

5. WARUM IST DENN OMEGA-3 SO WICHTIG FÜR UNS MENSCHEN?

Omega-3 sorgt dafür, dass unsere Zellen, die für die Grundstruktur unseres Lebensablaufs verantwortlich sind, optimal funktionieren.

Natürliche Omega-3-Fettsäuren, wie sie zum Beispiel in Lachs vorkommen, ist für uns Menschen eine wichtige, vorbeugende Maßnahme gegen Herz- und Arterienerkrankungen.

Wenn wir zudem nicht genug Omega-3 zu uns nehmen, besteht ein erhöhtes Erkrankungsrisiko für Diabetes und wirkt unterstützend für Übergewicht.

6. WIE VIEL FISCH SOLLEN WIR PRO WOCHE ESSEN?



Die Weltgesundheitsorganisation, wie auch die norwegische Gesundheitsbehörde und die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. empfehlen:

Wir sollten zwei bis drei Mahlzeiten mit Fisch pro Woche zu uns nehmen, und davon sollte die Hälfte fetthaltiger Fisch, wie zum Beispiel Lachs, Makrele oder Hering sein.

Wenn wir also zwei bis drei Mahlzeiten mit Fisch pro Woche essen, und davon die Hälfte fetthaltiger Fisch ist, stellen wir sicher, dass unser Körper die notwendige Menge an Omega-3-Fettsäuren sowie an Jod, Selen und weiteren wichtigen Vitaminen bekommt.

7. SOLLTEN ALLE MENSCHEN ZWEI- BIS DREIMAL PRO WOCHE FISCH ESSEN?

Ja, alle Menschen sollten zwei- bis dreimal pro Woche Fisch essen, egal ob jung oder alt. Auch Schwangere und stillende Mütter sollten dieser Empfehlung folgen.

Außer Menschen, die bereits an Herz- oder Arterienerkrankungen leiden, ihnen wird empfohlen, den Konsum von fettreichen Fischen noch zu erhöhen, um ihren Omega-3-Haushalt aufzufüllen.

8. KÖNNEN WIR UNS DARAUF VERLASSEN, DASS DIE FISCHE AUS NORWEGISCHER AQUAKULTUR, DIE BEI UNS VERKAUFT WERDEN, SICHER UND GESUND SIND?

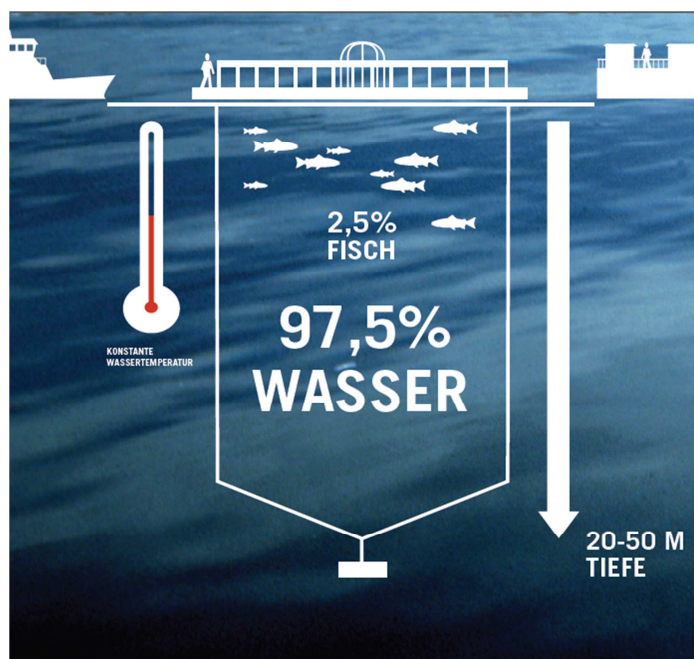
Ja, denn norwegischer Lachs und Fjordforelle wachsen beide nicht nur in Gewässern auf, die kaum einer Umweltbelastung ausgesetzt sind, sie werden zudem ständig überwacht und streng kontrolliert.

Jedes Jahr werden in Norwegen beispielsweise 11.000 Lachse, die bereit sind für den menschlichen Verzehr, nach dem Zufallsprinzip vom zuständigen unabhängigen wissenschaftlichen Forschungsinstitut kontrolliert. Dabei wurden noch nie Rückstände von unerlaubten Arzneimitteln oder anderen illegalen Fremdstoffen gefunden. Genauso verhält es sich auch mit den Ergebnissen zu Fjordforelle.

9. FRÜHER HAT MAN OFT ÜBER DEN EINSATZ VON ANTIBIOTIKA IN DER NORWEGISCHEN FISCHZUCHT GEREDET. WIRD DENN HEUTE AUCH NOCH ANTIBIOTIKA EINGESETZT?

Nein, denn die norwegischen Zuchtfische, wie zum Beispiel Lachse und Fjordforellen, sind gesund. Wenn sie ganz klein sind und eine Größe von circa 15 Zentimetern Länge haben, werden sie gegen die häufigsten Krankheiten, die bei Lachsen und Fjordforellen auftreten können, geimpft. Zudem gibt es strenge Hygienebestimmungen, die Krankheiten in Aquakultur verhindern. Seit den 90er Jahren ist zum Beispiel die Lachsproduktion in Norwegen von 50 Tausend Tonnen auf über eine Million Tonnen gestiegen. Der Einsatz von Antibiotika ist dabei im gleichen Zeitraum um 99 Prozent gesunken.

10. ES WIRD VIEL LACHS IN NORWEGEN GEZÜCHTET. IST DAS NICHT MASSENTIERHALTUNG?



Nein, die Lachszucht in Norwegen ist keine Massentierhaltung. Denn der norwegische Lachs hat viel Freiraum.

Pro Netzgehege gilt:
Auf 2,5 Prozent Fisch, kommen rund 97,5 Prozent Wasser.

Die Netzgehege, in denen die Lachse aufwachsen, haben einen Umfang von bis zu 200 Metern und sind bis zu 50 Meter tief.

Das gesetzlich festgelegte Verhältnis von 2,5 Prozent Fisch auf 97,5 Prozent Wasser, gilt genauso für Fjordforellen.

Stand: September 2014

Herausgeber: Norwegian Seafood Council

Das Norwegian Seafood Council (NSC) ist die Marketingorganisation der norwegischen Seafood-Industrie. Mit Niederlassungen in den für Norwegen wichtigsten Absatzmärkten für Fisch, unterstützt das NSC mit dem Herkunftssiegel NORGE – Fisch aus Norwegen, Marketingaktivitäten in mehr als 150 Ländern.

Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie uns jederzeit gern:

Norwegian Seafood Council

Anschrift: Caffamacherreihe 5, 20355 Hamburg

Telefon: +49 (0)40 / 351 551

E-Mail: norge.de@seafood.no

Web: www.fischausnorwegen.de