

Fischkonsumwende und Transparenz in Fischlieferketten

Notwendige Beiträge für eine nachhaltige Fischerei

März 2026



EIN GEMEINSAMES POSITIONSPAPIER VON



Inhaltsverzeichnis

1 Einleitende Zusammenfassung

2 Problemanalyse und Handlungsbedarfe für die Fischerei, den Fischkonsum und Fischlieferketten

- 2.1 Überfischung und Zerstörung von natürlichen Lebensgrundlagen
- 2.2 Steigender Bedarf: Fisch ist eine wichtige Proteinquelle im Globalen Süden
- 2.3 Die umstrittene Rolle von Aquakulturen für die globale Fischversorgung
- 2.4 Die Siegel MSC und ASC garantieren keinen nachhaltigen Fischkonsum
- 2.5 Nur noch wenige Fischbestände sind empfehlenswert –
der Fischkonsum im Globalen Norden muss sich grundlegend ändern
- 2.6 Fischverzehrempfehlungen müssen überarbeitet werden –
zugunsten eines reduzierten Fischkonsums im Globalen Norden
- 2.7 Wöchentlich Fisch essen ist nicht notwendig für eine gesunde Ernährung
- 2.8 Unternehmensverantwortung und Sorgfaltspflichten in Lieferketten –
Voraussetzung für eine Fischkonsumwende

3 Empfehlungen und Erwartungen für eine Fischkonsumwende und nachhaltige Fischlieferketten

- 3.1 Empfehlungen und Erwartungen an die DGE und die EAT-Lancet-Kommission
- 3.2 Empfehlungen und Erwartungen an Einrichtungen mit Gemeinschaftsverpflegung
und Unternehmen
- 3.3 Empfehlungen und Erwartungen an Politik und Behörden

4 Literaturverzeichnis

1 Einleitende Zusammenfassung

Damit Fisch langfristig als Ernährungsgrundlage erhalten und die Fischversorgung im Globalen Süden nicht weiter gefährdet wird, müssen nicht nur verstärkt Maßnahmen für eine nachhaltige Fischerei und gegen Überfischung ergriffen werden – auch beim Fischkonsum sind wirksame Maßnahmen dringend nötig. Aktuelle Ansätze für einen nachhaltigen Fischkonsum reichen angesichts der Mängel verbreiteter Nachhaltigkeitssiegel und der geringen Transparenz in Fischlieferketten nicht aus. Angesichts der geringen Verfügbarkeit von Fisch aus nachhaltiger Fischerei und nachhaltiger Zucht ist auch eine Überarbeitung von Fischkonsumempfehlungen zugunsten einer Reduktion des Fischkonsums in Industrieländern notwendig. Insbesondere der Fischkonsum in der Gemeinschaftsverpflegung muss sich ändern, denn Nachhaltigkeitskriterien spielen hier bezüglich

des Fischkonsums bisher eine geringe Rolle. Täglich nehmen in Deutschland schätzungsweise 16 Millionen Menschen ihr Mittagessen in der Gemeinschaftsverpflegung zu sich (BMLEH 2025). Und in vielen Einrichtungen wird traditionell mindestens einmal wöchentlich Fisch angeboten. Der Hebel für mehr Nachhaltigkeit beim Fischkonsum ist daher in der Gemeinschaftsverpflegung groß. Auch der Groß- und Einzelhandel muss viel mehr als bisher tun, um zukünftig auszuschließen, dass seine Fischlieferketten auf Überfischung, Menschenrechtsverletzungen, illegaler Fischerei und Biodiversitätszerstörung basieren und um mehr Transparenz für Konsument*innen und für die Gemeinschaftsverpflegung zu schaffen. Die Politik und die öffentliche Verwaltung stehen in der Verantwortung, dafür geeignete Rahmenbedingungen zu schaffen.

2 Problemanalyse und Handlungsbedarfe für die Fischerei, den Fischkonsum und Fischlieferketten

2.1 Überfischung und Zerstörung von natürlichen Lebensgrundlagen

Deutschland hat ein massives Problem mit der Überfischung in einheimischen Gewässern – ein besorgniserregendes Beispiel sind die Bestände von Dorsch (Kabeljau) und Hering, die in der Ostsee stark eingebrochen sind. Die Versorgung mit Fischprodukten (einschließlich Krebs- und Weichtieren) ist schon lange nicht mehr regional – Deutschland importiert etwa 90% des Fisches aus dem Ausland (BZfE 2024). Auch ein Großteil der EU-Gewässer ist überfischt und die weltweite Fischerei hat ebenfalls sehr problematische Auswirkungen.

Rund 80 Millionen Tonnen Fisch werden weltweit jedes Jahr aus den Meeren gezogen. Etwa 60% des weltweiten Fangs stammt aus industriellen Fangflotten, die insbesondere durch hohe Beifang-Mengen die Existenzgrundlagen und die Fischversorgung im Globalen Süden gefährden. Denn Beifänge umfassen häufig auch Fischarten, die für die lokale Fischver-

sorgung eine wichtige Rolle spielen. Illegale, unregulierte und nicht gemeldete Fischerei ist verbreitet und trägt maßgeblich zur globalen Überfischung bei. Die fehlende Transparenz in der Fischerei erschwert diesbezüglich wirksame Abhilfemaßnahmen. Sinnvolle Vorschläge für eine erhöhte Transparenz und wirksame Regulierungen wurden bisher nur teilweise politisch durchgesetzt – das betrifft unter anderem die Vorschläge in der Globalen Charta für Transparenz in der Fischerei (Coalition for Fisheries Transparency 2024).

Grundschieppnetzfischerei und andere besonders schädliche Fischereipraktiken setzen marine Ökosysteme stark unter Druck und gefährden damit unsere natürlichen Lebensgrundlagen. Wissenschaftler*innen weisen darauf hin, dass die Überfischung in den letzten Jahren nicht ab-, sondern zugenommen hat. Diesen Trend bestätigen auch Zahlen der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO). Aktuell gelten knapp 40% der globalen Fischbestände als

Fischkonsumwende und Transparenz in Fischlieferketten – Notwendige Beiträge für eine nachhaltige Fischerei

überfischt – und dies ist eine eher optimistische Einschätzung (FAO 2024). Aktuelle Studien warnen, dass weitaus mehr Bestände bereits zusammengebrochen sind als bisher von der FAO angenommen (Worm et al. 2006). Doch nach wie vor sind die auf politischer Ebene festgelegten Fangquoten in der EU ein Treiber der Überfischung, da wissenschaftliche Empfehlungen nicht alle relevanten ökosystembasierten Kriterien berücksichtigen und diese Empfehlungen oft überschritten werden.

2.2 Steigender Bedarf: Fisch ist eine wichtige Proteinquelle im Globalen Süden

Global deckt Fisch rund 15% der tierischen Eiweißversorgung, in einigen Ländern Asiens und Afrikas sogar mehr als 50%. Umso wichtiger ist es, dass Fisch als Bestandteil der Nahrung verfügbar ist. Doch während vor allem in den Industrienationen der Fischkonsum besonders hoch ist und steigt, wird zum Beispiel in Afrika viel weniger Fisch konsumiert: In Europa werden im Durchschnitt 22,2 Kilogramm Fisch pro Kopf und Jahr konsumiert, in Afrika sind es lediglich 9,4 Kilogramm.

Prognosen zeigen zudem, dass der Fischkonsum in den Ländern südlich der Sahara künftig sinken könnte, weil voraussichtlich das Angebot nicht mit der steigenden Nachfrage mithalten kann, die das Bevölkerungswachstum mit sich bringt. Um einen zumindest gleichbleibenden Fischkonsum in Sub-Sahara-Afrika langfristig zu erhalten, müsste angesichts des Bevölkerungswachstums 74% mehr Fisch bereitgestellt werden (FAO 2024).

2.3 Die umstrittene Rolle von Aquakulturen für die globale Fischversorgung

Da die Fischerei an ökologische Grenzen stößt, gilt der Ausbau der Aquakultur als zentral für die zukünftige Welternährung. Die FAO strebt im Rahmen der Initiative „Blue Transformation“ bis 2030 eine Ausweitung der Aquakultur um 35% an; bereits 2022 übertraf ihre Produktionsmenge erstmals die der Fischerei auf Wildfisch (FAO 2024). Inwieweit der vorgesehene Ausbau der Aquakulturen die steigende Nachfrage nach Fisch decken kann und inwiefern dabei soziale und ökologische Herausfor-

derungen von Aquakulturen überwunden werden können, ist aktuell noch umstritten (CFFA CAPE 2025).

Aquakultur umfasst unterschiedliche Produktionsmodelle mit variierenden ökologischen und sozialen Auswirkungen: Während kleinräumige und extensive Formen wie beispielsweise die Zucht von Algen und Muscheln vergleichsweise umweltverträglich sind, kann intensive industrielle Aquakultur erhebliche Schäden an Küstenökosystemen und lokalen Gemeinschaften verursachen.

Groß angelegte Aquakultursysteme, wie sie für den bei uns beliebten Lachs betrieben werden, sind mit immensen ökologischen Problemen verbunden und stehen zudem in der Kritik, mit dem Einsatz von Fischmehl für die Fütterung zur Überfischung der Meere beizutragen (DUH 2020; Changing Markets 2019). Die norwegische Lachszucht weist zum Beispiel einen hohen Futterbedarf auf, der jährlich den Fang von fast zwei Millionen Tonnen Wildfisch erfordert. Ein erheblicher Teil des dafür benötigten Fischmehls wird aus Nordwestafrika importiert, einer Region mit akuter Ernährungsunsicherheit (Feedback Global 2024).

Auch andere Regionen im Globalen Süden sind bereits von negativen Auswirkungen der Fischmehlproduktion auf die Fischverfügbarkeit für den lokalen Bedarf betroffen, wie verschiedene Studien zeigen (Changing Markets 2019; AAP 2026).

2.4 Die Siegel MSC und ASC garantieren keinen nachhaltigen Fischkonsum

Vor dem Hintergrund der gravierenden negativen Auswirkungen der globalen Fischerei ist es sinnvoll, auch nachfrageorientiert auf eine erhöhte Nachhaltigkeit hinzuwirken. Aktuell beschränken sich die Bemühungen um Nachhaltigkeit beim Fischkonsum weitgehend darauf, beim Einkauf auf Nachhaltigkeitsiegel zu achten. Besonders bekannt und verbreitet sind die Siegel Marine Stewardship Council (MSC) sowie Aquaculture Stewardship Council (ASC). Für Erzeuger*innen und Handel sind Zertifizierungen ein wichtiges Instrument, um Sortimente

systematisch in Richtung Nachhaltigkeit weiterzuentwickeln. Sie setzen Mindestanforderungen, ermöglichen zusätzliche Kontrollen und erhöhen Transparenz sowie Rückverfolgbarkeit entlang der Lieferkette. Doch beide Siegel stehen seit vielen Jahren in der Kritik und können aufgrund erheblicher Mängel einen nachhaltigen Fischkonsum nicht verlässlich garantieren. Viele MSC-zertifizierte Fischereien erfüllen die wissenschaftlichen Anforderungen für eine bestandserhaltende nachhaltige Fischerei nicht – darauf weisen Wissenschaftler*innen seit vielen Jahren hin (Westin 2016; Hasting et al. 2017). So wurde aufgezeigt, dass auch Fisch aus überfischten Beständen das MSC-Siegel erhält. Eine Studie zeigte am Beispiel nordeuropäischer Fischbestände auf, dass das MSC-Siegel keine effektive Kontrolle gewährleistet und die erlaubten Fänge bei mehreren Fischbeständen um bis zu 50% überschritten wurden (Opitz et al. 2016). Eine weitere entscheidende Kritik am MSC-Siegel ist, dass auch Fisch, der mit Grundschleppnetzen gefangen wurde, zertifiziert wird. Die Grundschleppnetzfisherei ist aufgrund der Zerstörung von Biodiversität, der hohen Beifänge, des hohen Treibstoffverbrauchs und der Freisetzung von Kohlenstoffdioxid (Atwood et al. 2023; GEO 2024) nach Einschätzung vieler Umweltorganisationen und Wissenschaftler*innen nicht mit einer nachhaltigen Fischerei vereinbar. Im Meeresschutzgebiet Doggerbank ist beispielsweise die Fischerei auf Sandaale mit Grundschleppnetzen vom MSC als nachhaltig zertifiziert, obwohl sie zentrale Arten des Nordsee-Nahrungsnetzes gefährdet. Der gesamte Fang wird zudem nicht direkt für die menschliche Ernährung genutzt, sondern vollständig zu Fischmehl und Fischöl verarbeitet (BUND 2025).

Der Umgang mit dem Problem der Beifänge im Hinblick auf gefährdete Arten (Endangered, Threatened and Protected (ETP)-Arten) ist eine weitere massive Schwäche des MSC. Ein grundsätzliches strukturelles Problem des MSC besteht darin, dass Zertifizierungsstellen von den Fischereien selbst bezahlt werden, was zu Interessenkonflikten führen kann.

Auch das ASC-Siegel steht im Hinblick auf die Fütterung mit Meeresfisch und gentechnisch veränderter Soja, die hohen

Besatzdichten und schwachen Vorgaben für den Medikamenteneinsatz zu Recht in der Kritik (Foodwatch 2024).

Damit bieten die Siegel ASC und MSC allein aktuell keinen verlässlichen Nachweis für eine nachhaltige Fischerei und Aquakultur. Sie können eine erste Orientierung sein, ersetzen aber keine weitergehende Bewertung von Art, Herkunft sowie Fang- bzw. Produktionsmethode.

2.5 Nur noch wenige Fischbestände sind empfehlenswert – der Fischkonsum im Globalen Norden muss sich grundlegend ändern

Die schwerwiegenden Schwächen der verbreiteten Siegel MSC und ASC zeigen – ein wirklich nachhaltiger Fischkonsum erfordert einen grundlegenden Wandel. Das bedeutet zum einen, dass von verschiedenen Seiten verstärkt darauf hingewirkt werden muss, dass MSC und ASC striktere Nachhaltigkeitsstandards etablieren. Zum anderen wird deutlich, dass Siegel wirksame politische Regulierungen nicht ersetzen.

Und solange weder Siegel noch politische Regulierungen eine nachhaltige Fischerei verlässlich sicherstellen, sind Einkaufsratgeber, die auf strikteren Nachhaltigkeitskriterien basieren, eine unverzichtbare zusätzliche Grundlage für einen nachhaltigen Fischkonsum.

Eine gute Orientierungshilfe bietet zum Beispiel der vom WWF herausgegebene [Fischratgeber](#). Demnach sollten solche Fischprodukte genutzt werden, die im Fischratgeber als grün eingestuft sind, alle gelb und rot eingestuften Produkte sollten vermieden werden (WWF 2026).

Auch die [„Guter Fisch“-Liste](#), die von der Verbraucherzentrale Berlin und der Verbraucherzentrale Hamburg gemeinsam mit dem GEOMAR-Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung, der Deutschen Umwelthilfe, dem NABU und dem WWF erstellt und jährlich aktualisiert wird, bietet eine gute Grundlage für Kaufentscheidungen von Meeresfisch. Denn die hier dargestellten Empfehlungen basieren auf wissenschaftlichen Kriterien, die

Fisch aus überfischten Beständen sowie zerstörerische Fischereimethoden wie zum Beispiel die Grundschleppnetzfischerei ausschließen. Aktuell empfiehlt die „Guter Fisch“-Liste 14 Meeresfische – jedoch mit Einschränkungen. Für jede empfohlene Fischart gibt es detaillierte Hinweise darauf, welche Fanggebiete und welche Fangmethoden akzeptabel sind.

Ein wirklich nachhaltiger Fischkonsum erfordert, dass die Menschen bereit sind, beim Einkauf genau hinzuschauen und auch auf Fischarten auszuweichen, die aktuell weniger beliebt sind – zum Beispiel Karpfen, Scholle, Stöcker und Schellfisch aus bestimmten Fanggebieten und mit ausgewählten Fang- oder Zuchtmethoden.

Begrenztes Angebot an nachhaltigem Fisch

Die „Guter Fisch“-Liste zeigt jedoch auch, wie stark begrenzt das derzeitige Angebot an Fisch aus nachhaltiger Fischerei ist. Zugleich verdeutlicht sie die Notwendigkeit, sowohl Angebot und Nachfrage für die empfohlenen Arten auszubauen als auch die vorgeschlagenen Fangmethoden konsequent in der Fischereipraxis umzusetzen. Denn teilweise werden die durch die „Guter Fisch“-Liste empfohlenen Arten in der Praxis selten mit den empfohlenen Fangmethoden gefangen und ein Teil der empfohlenen Fischarten wird in Deutschland wenig vermarktet.

Daher ist fraglich, ob aktuell auf dem Markt genug Fisch aus wirklich nachhaltiger Fischerei vorhanden ist, um die gegenwärtige, geschweige denn eine steigende Nachfrage nach Fisch in Deutschland abdecken zu können.

Auch die Fischverzehrmenen und die etablierten Empfehlungen zur Häufigkeit des Fischkonsums – unter anderem von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) – müssen daher kritisch hinterfragt werden.

2.6 Fischverzehrempfehlungen müssen überarbeitet werden – zugunsten eines reduzierten Fischkonsums im Globalen Norden

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) gilt mit ihren Empfehlungen in Deutschland als eine wichtige, wissenschaftlich basierte Autorität. Die DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung sind bereits jetzt in vielen Orten ein wichtiger Orientierungsrahmen und sollen laut Ernährungsstrategie der Bundesregierung bis 2030 verbindlich etabliert werden (DGE 2022; BMEL 2024). Vor diesem Hintergrund halten wir es für notwendig, dass die DGE ihre Empfehlungen zum Fischkonsum überarbeitet – denn sie berücksichtigt die dringenden Handlungsbedarfe im Hinblick auf die Überfischung nicht angemessen.

Wenn es nach der DGE geht, sollten die Deutschen deutlich mehr Fisch essen als es aktuell üblich ist. Die DGE empfiehlt aktuell, 1–2 Mal pro Woche eine Portion Fisch zu essen (DGE o. D.). Eine Portion entspricht laut DGE 120 Gramm (DGE o. D.).

Der Fischkonsum der Deutschen liegt laut der letzten, durchgeführten Nationalen Verzehrstudie deutlich darunter: Männer essen durchschnittlich 105 Gramm Fisch pro Woche und Frauen durchschnittlich 91 Gramm (Max-Rubner-Institut 2008).

Wenn in Deutschland tatsächlich alle Menschen zwei Mal pro Woche 120 Gramm Fisch essen würden, müsste in Deutschland jährlich pro Kopf etwa 28,1 kg Fisch (Fanggewicht) bereitgestellt werden. Das ist fast 120 % mehr als der tatsächliche Verbrauch im Jahr 2024, als in Deutschland 12,8 kg Fisch (Fanggewicht) pro Kopf verbraucht wurde (FIZ 2025).¹

Eine derartige Steigerung des Fischverbrauchs ist nicht vereinbar mit dem Ziel, die Überfischung in Deutschland und weltweit zu stoppen.

Daher halten wir es für notwendig, dass die Empfehlungen der DGE zum Fischkonsum angepasst werden. Die DGE verweist

¹ Nur ein Teil des Fanggewichts von Fischen steht für den Verzehr zur Verfügung – die Filetausbeute liegt bei etwa 40 % des Fanggewichts bei fettarmen Fischen und 50 % des Fanggewichts bei fettreichen Fischen.

darauf, dass ihre lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen auf der Basis eines mathematischen Optimierungsmodells entwickelt werden und dabei bereits Nachhaltigkeitsaspekte berücksichtigt werden (DGE 2024a). Allerdings wurden bisher keine Studien zur Problematik der globalen Überfischung berücksichtigt. Das muss sich ändern.

Empfehlungen zum Fischkonsum dürfen nicht losgelöst von den Erkenntnissen zu vorhandenen Fischpopulationen und den notwendigen Rahmenbedingungen eines ökosystembasierten Fischereimanagements ausgesprochen werden. Wissenschaftlich basierte Ernährungsempfehlungen müssen sich daran ausrichten, dass nicht mehr Fisch gegessen wird als sich durch natürliche Vermehrung in den Populationen erneuern kann. Nur so kann Fisch auch langfristig als Nahrungsgrundlage erhalten werden.

Überfischung muss ernster genommen werden

Die DGE als wissenschaftliche Fachgesellschaft sollte wissenschaftliche Erkenntnisse zur Überfischung genauso ernst nehmen wie die Erkenntnisse im Hinblick auf die Vorteile des Fischkonsums für die Krankheitsprävention.

Wie viel Fischkonsum in Deutschland im Hinblick auf die globalen Fischbestände aus Nachhaltigkeitsperspektive vertretbar ist, lässt sich schwer genau beziffern. Denn die Fischverfügbarkeit muss angesichts der starken Importabhängigkeit Deutschlands aus einer globalen Perspektive betrachtet werden – dabei müssen eine gerechte Ressourcenverteilung und die Ernährungssouveränität der Länder des Globalen Südens im Vordergrund stehen.

Im Hinblick auf die DGE-Empfehlungen für den Fischkonsum ist es aus unserer Sicht sinnvoll, grundsätzlich einen reduzierten Fischkonsum von 0 bis maximal 1 Mal wöchentlich zu empfehlen und dabei hervorzuheben, dass Fisch nur aus nachhaltiger Fischerei oder Bio-Zucht gekauft werden sollte. Dabei reicht es nicht aus, auf die Siegel MSC und ASC zu verweisen. Die DGE sollte die Kritik an diesen Siegeln offen kommunizieren und

darauf hinweisen, dass für einen nachhaltigen Konsum immer auch auf die Empfehlungen von Einkaufsratgebern (wie z. B. die „Guter Fisch“-Liste und den WWF-Fischratgeber) geachtet werden sollte.

Zudem sollte die DGE eine strengere Ausrichtung an wissenschaftlich basierten Nachhaltigkeitskriterien beim MSC und ASC einfordern und sich für wirksame politische Regulierungen für eine nachhaltige Fischerei einsetzen.

Regionale Differenzierung ist notwendig

Die Empfehlungen der EAT-Lancet-Kommission bezüglich eines Fischkonsums im Rahmen der Planetary Health Diet sind dahingehend hervorzuheben, dass die Empfehlung eine Spannweite von 0–200 Gramm pro Woche vorsieht. Dies ist wichtig, um deutlich zu machen, dass nicht jede Woche Fisch auf den Teller muss.

Die EAT-Lancet-Empfehlungen gelten für den weltweiten Verzehr von Lebensmitteln und sollen jeweils an die regionalen Bedingungen und Ernährungsgewohnheiten angepasst werden. Dies ist von zentraler Bedeutung, da bei einer weltweiten Umsetzung der empfohlenen Höchstmenge von 200 Gramm Fisch pro Woche eine Steigerung der globalen Fisch- und Meeresfrüchteproduktion um 118% gegenüber dem Niveau von 2010 erforderlich wäre. Wissenschaftler*innen weisen daher bereits darauf hin, dass aufgrund der Überfischungsproblematik die Notwendigkeit besteht, die Fischverzehrempfehlungen der EAT-Lancet-Kommission regional anzupassen. Die Reduktion des Fischkonsums in den wohlhabenden Teilen der Welt wird als wichtiger Beitrag gegen die Überfischung angesehen (Troell et al. 2019).

Geänderte Ernährungsempfehlungen und ein langfristig reduzierter Fischkonsum in Deutschland, Europa und anderen Industrieländern können einen Beitrag dafür leisten, dass die Bereitschaft in Politik und Wirtschaft steigt, angemessene Maßnahmen gegen die Überfischung und für wirksame Regulierungen der Fischerei zu ergreifen.

2.7 Wöchentlich Fisch essen ist nicht notwendig für eine gesunde Ernährung

Nach Einschätzung der DGE ist Fisch ein besonders wertvoller Bestandteil der Ernährung, da er neben Omega-3-Fettsäuren auch gut verfügbares Jod, Selen und hochwertiges Eiweiß liefert (DGE 2024).

Doch grundsätzlich lässt sich eine ausgewogene Nährstoffversorgung auch ohne Fisch sicherstellen – vorausgesetzt, die Ernährung ist gut geplant. Das zeigt auch die DGE mit ihren Speiseplan-Empfehlungen für eine vegetarische Ernährungsweise. Bei einer flexitarischen Ernährung, bei der Fisch und Fleisch nur in einem nachhaltigen Ausmaß konsumiert wird, ist eine ausgewogene Nährstoffversorgung daher ebenfalls gut möglich.

Selen und Jod lassen sich durch eine gezielte Auswahl an pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln sowie angereicherten Produkten abdecken (DGE 2024; Leizmann und Keller 2020). Selen ist zum Beispiel in Kohlgemüse, Paprika, Hülsenfrüchten, Nüssen, Haferflocken, Soja- und Milchprodukten enthalten. Jod ist in höheren Mengen nicht nur in Fisch, sondern auch in Algen sowie in geringen Mengen in verschiedenen tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln enthalten.² Da Jodmangel viele Menschen betrifft – Mischköstler*innen ebenso wie Vegetarier*innen – wird (unter anderem durch die DGE) empfohlen, jodiertes Speisesalz zu verwenden.

Omega-3-Fettsäuren in Fisch und bei vegetarischer Ernährung

Ein wichtiger Aspekt der DGE-Empfehlung für einen wöchentlichen Fischkonsum ist die Versorgung mit langkettigen Omega-3-Fettsäuren, insbesondere Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA), die vor allem in fettreichen Kaltwasserfischen wie Lachs, Hering oder Makrele in relevanten Mengen vorkommen. Der Konsum dieser fettreichen Arten wird daher durch die DGE besonders empfohlen.

Die genannten Fettsäuren werden von der DGE als wichtig für die Herz-Kreislauf-Gesundheit angesehen – es wird darauf verwiesen, dass eine ausreichende Zufuhr dieser Fettsäuren das Risiko für koronare Herzerkrankungen und Schlaganfälle vermindern kann. Vorstufen von EPA und DHA – etwa Alpha-Linolensäure (ALA) – können auch über pflanzliche Quellen wie Lein-, Raps-, Chia- oder Walnussöl sowie Nüsse, Samen oder Ölsaaten aufgenommen werden. Doch die Umwandlungsrate im Körper gilt als gering. Auf dieser Basis argumentiert die DGE, dass allein durch den Verzehr pflanzlicher Lebensmittel eine adäquate Versorgung mit EPA und DHA nur schwer zu erreichen sei. Studien deuten jedoch darauf hin, dass eine ausreichende Zufuhr an ALA in Kombination mit einem niedrigen Omega-6-zu-Omega-3-Verhältnis die endogene Synthese begünstigt (Baker et al. 2016; Brenna et al. 2009).

Vereinfacht ausgedrückt bedeutet das, dass Omega-3-Fettsäuren besser vom Körper aufgenommen werden können, wenn die Ernährung weniger Omega-6-Fettsäuren enthält. Ein reduzierter Konsum von Produkten mit hoher Konzentration an Omega-6 Fettsäuren (wie z. B. Fleisch oder Sonnenblumenöl) ist daher förderlich.

Alternativ können gezielt Algenöle und andere Algenprodukte als DHA-/EPA-Quelle in vegetarischer oder veganer Ernährung genutzt werden – diese gelten als nachhaltigere Alternative zu Fischöl. Dabei weist die DGE darauf hin, dass nur in der EU zugelassene Produkte, deren Jodgehalt ausgewiesen wird, ausgewählt werden sollten (DGE 2026a).

Krankheitsprävention mit Fisch oder pflanzenbasiert?

Studien belegen, dass Fischkonsum – insbesondere von fettreichen Sorten – mit einem geringeren Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen assoziiert ist (DGE 2016). Die Prävention dieser Erkrankungen wird von der DGE als entscheidendes Argument für einen häufigen Fischkonsum genannt. Dabei bleibt jedoch unberücksichtigt, ob der höhere Fischkonsum auch im Vergleich zu einer vegetarischen oder weitgehend pflanzen-

² Der Selengehalt von pflanzlichen Lebensmitteln ist vom Selengehalt der Böden abhängig. Auch wenn der Selengehalt der Böden in Europa eher niedrig ist, lässt sich die Selenversorgung über pflanzliche Lebensmittel sicherstellen.

basierten Ernährungsweise Vorteile bezüglich eines geringeren Risikos für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bringt oder ob diese Vorteile nur bei einer durchschnittlichen Ernährungsweise mit einem regelmäßigen bis häufigen Fleischkonsum festgestellt wurden.

Gleichzeitig zeigen große Kohortenstudien wie die EPIC-Studie (Key et al. 2021) oder die Adventist Health Study, dass auch pflanzenbetonte oder vegetarische Ernährungsweisen mit einem reduzierten Risiko für chronische Erkrankungen wie Bluthochdruck, Typ-2-Diabetes und koronare Herzkrankheiten einhergehen. Entscheidender Faktor scheint weniger der Verzehr einzelner Lebensmittel als vielmehr das Gesamternährungsmuster zu sein.

Fazit: Eine gesunde Ernährung und die Versorgung mit allen notwendigen Nährstoffen ist auch ohne wöchentlichen Fischkonsum möglich. Diesbezüglich ist mehr Bewusstseinsbildung notwendig. Denn das ist eine Voraussetzung dafür, dass auf verschiedenen Ebenen die Bereitschaft steigt, die Handlungsbedarfe im Hinblick auf die globale Überfischung und den Fischkonsum ernster zu nehmen und entsprechend geeignete Maßnahmen zu unterstützen.

2.8 Unternehmensverantwortung und Sorgfaltspflichten in Lieferketten – Voraussetzung für eine Fischkonsumwende

Die oben beschriebene Fischkonsumwende setzt voraus, dass Unternehmen stärker Verantwortung dafür übernehmen, Transparenz über ihre Fischlieferketten herzustellen. Großhändler und der Einzelhandel müssen ihren Kund*innen die notwendigen Informationen (u. a. zu Fanggebieten und Fangmethoden) zur Verfügung stellen. Aktuell informieren weder Großhandelsbetriebe noch der Einzelhandel ausreichend darüber, ob der verkaufte Fisch mit seriösen Nachhaltigkeitskriterien (siehe WWF-Fischratgeber und „Guter Fisch“-Liste) übereinstimmt. Nachhaltiger Fischkonsum bedeutet aktuell immer Mehraufwand, z. B. indem in Lebensmittelgeschäften und bei Großhändlern nachgefragt werden muss. Diese Hürde sollte durch Großhändler und Fischgeschäfte abgebaut werden. Groß- und Einzelhändler sowie Einrichtungen mit Gemeinschaftsverpflegung sollten zudem ihr Angebot schrittweise anpassen – Ziel sollte sein, langfristig nur noch Fisch aus glaubwürdig nachhaltigen Quellen anzubieten.

Auch die EU-Lieferkettenrichtlinie (CSDDD) verpflichtet Unternehmen, zukünftig Maßnahmen zu ergreifen, um Risiken für Menschenrechtsverletzungen, Zerstörung von Biodiversität und Lebensgrundlagen in ihren Lieferketten zu mindern. Grundlage dafür ist, dass auch die Politik wirksamer gegen illegale, nicht gemeldete und unregulierte Fischerei (IUU-Fischerei) vorgeht – hier sind Menschenrechtsverletzungen (bis hin zur Zwangsarbeit) und die Zerstörung von Lebensgrundlagen besonders verbreitet. Um die IUU-Fischerei, Menschenrechtsverletzungen und die Zerstörung von Lebensgrundlagen in Fischlieferketten wirksam eindämmen zu können, müssen auf politischer Ebene diverse Maßnahmen für mehr Transparenz in der Fischerei ergriffen werden.

3 Empfehlungen und Erwartungen für eine Fischkonsumwende und nachhaltige Fischlieferketten

3.1 Empfehlungen und Erwartungen an die DGE und die EAT-Lancet-Kommission

Allgemeine Empfehlungen zum Fischkonsum

- Die DGE sollte von der generellen Empfehlung, 1–2 Mal pro Woche Fisch (mit 120 g pro Portion) zu essen, abkehren und eine Empfehlung von 0 bis maximal 1 Portion Fisch pro Woche aussprechen. Eine geringere Verzehrmenge ist aus Nachhaltigkeitsgründen v. a. in Industrieländern (in denen die Bevölkerung weniger stark auf Fisch als Ernährungs- und Lebensgrundlage angewiesen ist) sinnvoll, um einen Beitrag gegen die globale Überfischung zu leisten.
- Die EAT-Lancet-Kommission sollte im Rahmen ihrer Planetary Health Diet Fischkonsumempfehlungen regional differenzieren und einen geringeren Fischkonsum in Industrieländern empfehlen.
- In ihren allgemeinen Empfehlungen sollte die DGE darauf hinweisen, dass Fisch nur dann konsumiert werden sollte, wenn er aus nachhaltiger Fischerei kommt. Dabei sollte die DGE auf die Kritik an den Siegeln MSC und ASC hinweisen, und verdeutlichen, dass diese Siegel allein einen nachhaltigen Fischkonsum nicht ausreichend sicherstellen. Die Empfehlung zum Fischkonsum sollte immer an die Verfügbarkeit von Fisch aus nachhaltiger Fischerei oder nachhaltiger Zucht gekoppelt sein. Die DGE sollte entsprechend auf den WWF-Fischratgeber und die „Guter Fisch“-Liste hinweisen. Im Hinblick auf Fisch aus Aquakulturen sollte auf Bio-Siegel verwiesen werden und besonders empfehlenswerte Siegel wie Naturland hervorgehoben werden. Naturland bietet besonders strikte Nachhaltigkeitskriterien für Aquakulturen, die unter anderem niedrige Besatzdichten, den Verzicht auf Gentechnik und Hormone, artgerechte Haltungsbedingungen, die Verwendung von nachhaltigem Fischfutter, sowie strenge Umweltauflagen umfassen (Naturland 2025).

- Die DGE sollte eine strengere Ausrichtung an den wissenschaftlichen Vorgaben für eine bestandserhaltende nachhaltige Fischerei und Aquakultur beim MSC und ASC einfordern.
- Die DGE sollte in Informationsmaterialien aktiv aufzeigen, inwiefern auch durch eine stärker pflanzenbasierte Ernährung ohne wöchentlichen Fischkonsum alle wichtigen Nährstoffe aufgenommen werden können (z. B. Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren durch ein erhöhtes Angebot an Nüssen, Samen, Algen und Ölsaaten). Eine Umstellung von Ernährungsgewohnheiten sollte durch die DGE empfohlen und unterstützt werden. Dies sollte auch im Rahmen von Empfehlungen zu Speiseplänen und innovativen Rezepten umgesetzt werden.
- Die DGE sollte die Bevölkerung verstärkt darüber informieren, dass die gesundheitlichen Vorteile, die dem Fischkonsum zugeschrieben werden (z. B. die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen) wissenschaftlichen Studien zufolge auch durch eine pflanzenbasierte Ernährung (und einen reduzierten Fleischkonsum) erreicht werden können.

Die DGE sollte die Empfehlungen zum Fischkonsum auch in ihren Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung anpassen:

- Keine Standard-Empfehlung für einen wöchentlichen Fischkonsum in den nicht-vegetarischen Menülinien: In der Gemeinschaftsverpflegung bietet sich die Chance, dass fachlich geschulte Köch*innen auf eine ausgewogene Speisepflegung ohne wöchentlichen Fischkonsum achten. Die DGE-Qualitätsstandards sollten mehr Spielraum geben bezüglich der Frage, wie häufig Fisch angeboten wird. Wichtig ist, dass Fisch ausschließlich aus wirklich nachhaltigen Quellen bezogen wird (siehe WWF-Fischratgeber, „Guter Fisch“-Liste, Biosiegel).

3.2 Empfehlungen und Erwartungen an Einrichtungen mit Gemeinschaftsverpflegung und Unternehmen

- Großhändler und der Einzelhandel sollten ihre Kund*innen proaktiv darüber informieren, welche Fischarten sie anbieten, die mit den Kriterien einer nachhaltigen Fischerei im Einklang steht. Diese Fischarten sollten zudem verstärkt angeboten und beworben werden, um eine veränderte Nachfrage anzuregen.
- Caterer bzw. Einrichtungen mit Gemeinschaftsverpflegung sollten ihr Fischangebot schrittweise umstellen. Ziel sollte sein, dass Fisch nur noch angeboten wird, wenn er Bio- oder MSC-zertifiziert ist und zusätzlich mit den Kriterien des WWF-Fischratgebers oder der „Guter Fisch“-Liste übereinstimmt.
- Großhändler und der Einzelhandel sollten das eigene Sortiment auf der Grundlage des WWF-Fischratgebers und der „Guter Fisch“-Liste anpassen und Fische, die nachweislich aus überfischten Beständen kommen oder die Lebensräume und Ökosysteme stark beeinträchtigen, nicht mehr anbieten.
- Unternehmen sollten die Verwendung von Fischmehl und Fischöl aus Wildfisch in ihren Aquakulturlieferketten deutlich reduzieren und sicherstellen, dass diese ausschließlich aus nachhaltigen Quellen stammen.
- Unternehmen, die die Siegel MSC und ASC nutzen, sollten sich mit der Kritik beschäftigen und sich für verbesserte Standards dieser Siegel einsetzen.
- Der Einzelhandel sollte sich frühzeitig auf die Vorgaben der europäischen Lieferkettenrichtlinie (CSDDD) vorbereiten, um Menschenrechte und Umweltstandards – einschließlich Biodiversität – in seinen Lieferketten zu sichern. Voraussetzung dafür ist mehr Transparenz; daher sollte er die Umsetzung der Globalen Charta für Transparenz in der Fischerei (Coalition for Fisheries Transparency 2024) unterstützen.

3.3 Empfehlungen und Erwartungen an Politik und Behörden

- Die Bundesregierung sollte die Umsetzung der Globalen Charta für Transparenz in der Fischerei durch geeignete (u. a. gesetzgeberische) Maßnahmen in Deutschland und der EU voranbringen und sich auch in der internationalen Zusammenarbeit (u. a. in der Entwicklungszusammenarbeit) dafür einsetzen. Dies ist ein dringend notwendiger Beitrag für die Bekämpfung der illegalen Fischerei (IUU-Fischerei) und für einen wirksameren Schutz von Menschenrechten und Umweltstandards in Fischlieferketten.
- In allen Kantinen des Bundes, der Länder und der Kommunen sowie in Ausschreibungen und Verträgen für die Kita- und Schulverpflegung sollten verbindliche Nachhaltigkeitskriterien für das Fischangebot etabliert werden: Meeresfisch sollte nur angeboten werden, wenn er MSC-zertifiziert ist und zusätzlich den Kriterien des WWF-Fischratgebers oder der „Guter Fisch“-Liste entspricht. Fisch aus Aquakulturen sollte nur angeboten werden, wenn er Bio-zertifiziert ist.

4 Literaturverzeichnis

Aquaculture Accountability Projekt (2026): The Myth of “Sustainable” Aquaculture. Online verfügbar unter <https://aquacultureaccountability.org/wp-content/uploads/2026/01/The-Myth-of-Sustainable-Aquaculture.pdf>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Atwood, Trisha B.; Romanou, Anastasia; DeVries, Tim; Lerner, Paul E.; Mayorga, Juan S.; Bradley, Darcy et al. (2024): Atmospheric CO2 emissions and ocean acidification from bottom-trawling. In: Front. Mar. Sci. 10, Artikel 1125137. DOI: 10.3389/fmars.2023.1125137.

Baker, Ella J.; Miles, Elizabeth A.; Burdge, Graham C.; Yaqoob, Parveen; Calder, Philip C. (2016): Metabolism and functional effects of plant-derived omega-3 fatty acids in humans. In: Progress in Lipid Research 64, S. 30–56. DOI: 10.1016/j.plipres.2016.07.002.

Brenna, J. Thomas; Salem, Norman; Sinclair, Andrew J.; Cunnane, Stephen C. (2009): alpha-Linolenic acid supplementation and conversion to n-3 long-chain polyunsaturated fatty acids in humans. In: Prostaglandins, leukotrienes, and essential fatty acids 80 (2-3), S. 85–91. DOI: 10.1016/j.plefa.2009.01.004.

BUND (2025): Wie die Jagd auf Sandaale ein Schutzgebiet zerstört – Industriefischerei im Herzen der Nordsee. Online verfügbar unter <https://www.bund.net/service/publikationen/detail/publication/wie-die-jagd-auf-sandaale-ein-schutzgebiet-zerstoert-industriefischerei-im-herzen-der-nordsee/>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

BMEL (2024): Gutes Essen für Deutschland Ernährungsstrategie der Bundesregierung. Online verfügbar unter https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/ernaehrungsstrategie-kabinett.pdf?__blob=publicationFile&v=8, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

BMLEH (2025): Gemeinschaftsverpflegung.

Online verfügbar unter: https://www.bmleh.de/DE/themen/ernaehrung/gemeinschaftsverpflegung/gemeinschaftsverpflegung_node.html, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

BZfE (2024): Frische Fisch-Fakten. Online verfügbar unter: <https://www.bzfe.de/presse/pressemitteilungen-archiv/frische-fisch-fakten>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Changing Markets (2019): Fishing for Catastrophe.

Online verfügbar unter <https://changingmarkets.org/wp-content/uploads/2023/10/CM-WEB-FINAL-FISHING-FOR-CATASTROPHE-2019.pdf>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Coalition for fair Fisheries Arrangements (2025): Joint statement: “FAO and its members must address the destructive impacts of industrial feedlot aquaculture.”

In: Coalition for Fair Fisheries Arrangements, 02.09.2025. Online verfügbar unter <https://www.cffacape.org/publications-blog/joint-statement-address-the-destructive-impacts-of-industrial-feedlot-aquaculture>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Coalition for Fisheries Transparency (2024): Globale Charta für Transparenz in der Fischerei. Online verfügbar unter <https://ejfoundation.org/resources/downloads/Globale-Charta-fuer-Transparenz-in-der-Fischerei.pdf>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

DGE (2022): DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen 2022. Online verfügbar unter https://www.bmleh.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/GesundeErnaehrung/QualitaetsstandardsSchulverpflegung.pdf?__blob=publicationFile&v=4, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

DGE (2016): Regelmäßig Fisch auf den Tisch! Online verfügbar unter <https://www.dge.de/fileadmin/dok/presse/meldungen/2011-2018/DGE-Pressemitteilung-aktuell-0916-Fisch.pdf>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

DGE (2024a): Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen der DGE. Online verfügbar unter <https://www.dge.de/wissenschaft/fbdg/>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

DGE (2024b): Neubewertung der DGE-Position zu veganer Ernährung. Unter Mitarbeit von Alessa Klug, Janett Barbaresko, Ute Alexy, Tilman Kühn, Anja Kroke, Hermann Lotze-Campen, Ute Nöthlings, Margrit Richter, Christian Schader, Sabrina Schlesinger, Kiran Virmani, Johanna Conrad, Bernhard Watzl. Online verfügbar unter https://www.dge.de/fileadmin/dok/wissenschaft/positionen/DGE_Position_Neubewertung_Vegane_Ern%C3%A4hrung_EU_2024_60-84.pdf, zuletzt aktualisiert am 09.02.2026, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

DGE (2026a): Die DGE-Empfehlungen. Fisch jede Woche. Online verfügbar unter: <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-empfehlungen/fisch/>, zuletzt geprüft am: 24.02.2026.

DGE (2026b): DGE-Ernährungskreis. Fisch, Fleisch, Wurst und Eier. Online verfügbar unter: <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/fleisch-wurst-fisch-und-eier/>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Deutsche Umwelthilfe (2020): Futter bei die Fische. Online verfügbar unter https://www.duh.de/fileadmin/user_upload/download/Projektinformation/Meeresschutz/Bericht_Futter_bei_die_Fische.pdf, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Feedback Global (2024): Blue Empire: Blue Empire – How the Norwegian salmon industry extracts nutrition and undermines livelihoods in West Africa 2024. Online verfügbar unter <https://foodrise.org.uk/wp-content/uploads/2024/01/Feedback-BlueEmpire-Jan24.pdf>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Fisch-Informationszentrum e. V. (2025): Fischreport. Fakten, Trends, Zahlen. Online verfügbar unter https://www.fischinfo.de/wp-content/uploads/2025/11/Fischreport-2026_web.pdf, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Food and Agriculture Organization of the United Nations (2024): The State of World Fisheries and Aquaculture 2024. Online verfügbar unter <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/a10e81b3-3fbd-4393-b7b6-6a926915a19a/content>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Foodwatch (2024): Faule Fische. Tierleid, Massensterben, Täuschung von Verbraucher:innen – die europäische Lachsindustrie außer Kontrolle. Online verfügbar unter https://www.foodwatch.org/fileadmin/-DE/Themen/Tierhaltung/Dokumente/2024-12-04_Faule_Fische_Report.pdf, zuletzt aktualisiert am 12.02.2026, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

GEO (2024): Grundschieppnetze reißen Kohlendioxid-Speicher auf. In: geo.de, 19.01.2024. Online verfügbar unter <https://www.geo.de/natur/oekologie/grundschieppnetze-reissen-kohlendioxid-speicher-auf--34381230.html>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Hastings, Alan; Gaines, Steven D.; Costello, Christopher (2017): Marine reserves solve an important bycatch problem in fisheries. In: Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America 114 (34), S. 8927–8934. DOI: 10.1073/pnas.1705169114.

Key, Timothy J.; Papier, Keren; Tong, Tammy Y. N. (2021): Plant-based diets and long-term health: findings from the EPIC-Oxford study. In: Proceedings of the Nutrition Society 81 (2), S. 190–198. DOI: 10.1017/S0029665121003748.

Leitzmann, Claus; Keller, Markus (2020): Vegetarische und vegane Ernährung. 4. Aufl. Stuttgart: Verlag Eugen Ulmer. Online verfügbar unter <https://katalog.ub.uni-freiburg.de/link?kid=1690918438>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Max-Rubner-Institut (2008): Ergebnis-Bericht, Teil 2, Nationale Verzehrsstudie II. Online verfügbar unter: <https://www.mri.bund.de/de/institute/ernaehrungsverhalten/forschungsprojekte/nvsii/>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Naturland (2025): Richtlinien: Aquakultur. Online verfügbar unter <https://www.naturland.de/de/naturland/wofuer-wir-steinen/qualitaet/qs-richtlinien/rili-aquakultur.html>, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Opitz, Silvia; Hoffmann, Julia; Quaas, Martin; Matz-Lück, Nele; Binochlan, Crispina; Froese, Rainer (2016): Assessment of MSC-certified fish stocks in the Northeast Atlantic. In: Marine Policy 71, S. 10–14. DOI: 10.1016/j.marpol.2016.05.003.

Troell, Max; Jonell, Malin; Crona, Beatrice (2019): The role of seafood for sustainable and healthy diets. The EAT-Lancet commission report through a blue lens. Online verfügbar unter https://eatforum.org/wp-content/uploads/2025/09/Seafood_Scoping_Report_EAT-Lancet.pdf, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Westin, Maria: Will the problem be solved if we just keep eating? A critical analysis of the Marine Stewardship Council as a response to the overfishing issue 2016. Online verfügbar unter https://thesis.eur.nl/pub/37268/MWestin_MA_2015_16_AFES.pdf, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Worm, Boris; Barbier, Edward B.; Beaumont, Nicola; Duffy, J. Emmett; Folke, Carl; Halpern, Benjamin S. et al. (2006): Impacts of biodiversity loss on ocean ecosystem services. In: Science (New York, N.Y.) 314 (5800), S. 787–790. DOI: 10.1126/science.1132294.

WWF (2026): WWF Fischratgeber. Online verfügbar unter <https://fischratgeber.wwf.de/>, zuletzt aktualisiert am 05.06.2024, zuletzt geprüft am 24.02.2026.

Impressum

Text: Julia Sievers (Essen mit Zukunft), Mireille Remesch (Essen mit Zukunft), Daniela Bergthaler (Physicians Association for Nutrition)

Redaktion: Mireille Remesch, Julia Sievers, Mark Heuer (WWF), Valeska Diemel (BUND), Isabel Seeger (DUH), Annette Cerulli-Harms (EJF)

Lektorat: Kim Woods

Layout: Nina Weinrebe

Foto: Shatabdi Chakrabarti, FIAPO, We Animals

1. Auflage: März 2026

Ein gemeinsames Positionspapier von: Essen mit Zukunft e.V., Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V. (BUND), DEEPWAVE e.V., Deutsche Stiftung Meeresschutz, Deutsche Umwelthilfe e.V. (DUH), Environmental Justice Foundation (EJF), Ernährungsrat Metropolregion Hamburg e.V., fair-fish, Physicians Association for Nutrition (PAN), Worldwide Fund for Nature Deutschland (WWF).

Herausgeber:

Essen mit Zukunft e.V.

Nernstweg 32, 22765 Hamburg

www.essen-mit-zukunft.de

info@essen-mit-zukunft.de