

Pressemitteilung

München, den 14.04.2025

Sehr geehrte Damen und Herren

wir bitten um Veröffentlichung folgender Presseinformation:

+++++

Karfreitag nachhaltig genießen: Heimischer Bio-Fisch statt Importware

BUND Naturschutz empfiehlt bewussten Fischkauf mit Blick auf Umwelt und Gesundheit

Karfreitag ist für viele Menschen ein Tag des Innehaltens – auch beim Essen. Traditionell kommt an diesem Feiertag kein Fleisch, sondern Fisch auf den Tisch. Der BUND Naturschutz München empfiehlt: Wer Fisch isst, sollte bewusst zu heimischen Arten aus ökologischer Teichwirtschaft greifen. Karpfen, Forelle, Saibling oder Zander aus der Region sind nicht nur lecker, sondern auch ökologisch die bessere Wahl.

„Global gesehen stammen die meisten Speisefische mittlerweile aus Aquakulturen in fremden Ländern. Diese sind in vielerlei Hinsicht problematisch, denn in ihnen wird massiv mit Fischmehl, Antibiotika und oft unter fragwürdigen Haltungsbedingungen gearbeitet“, erklärt Christian Hierneis, 1. Vorsitzender der BN-Kreisgruppe München. Daher ist es viel besser, Fisch aus heimischer, am besten ökologischer Teich- und Fischwirtschaft zu wählen. Hier haben die Fische mehr Platz, sie werden artgerecht gehalten und gefüttert, was einen wesentlich geringeren Einsatz von Medikamenten und Antibiotika zur Folge hat.

Übrigens: Fisch aus natürlichen Gewässern (See, Fluss, Meer) kann nicht bio-zertifiziert werden! Denn Bio bezieht sich immer auf kontrollierte Haltungsbedingungen - bei Wildfang ist das nicht möglich. *“Die Fischereien an unseren bayerischen Seen achten aber auf die Fischbestände in den Gewässern und arbeiten damit aus unserer Sicht nachhaltig“,* so Christian Hierneis. Der BN-Tipp: Achten Sie beim Kauf genau auf die Herkunftsangaben!

Landesverband Bayern des Bundes für Umwelt und Naturschutz Deutschland e.V.

Kreisgruppe München

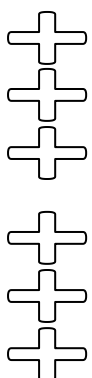
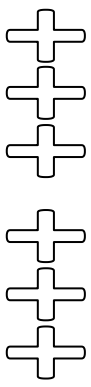
Pettenkoferstr. 10 A
80336 München
Tel.: 089 – 51 56 76-0
Fax: 089 – 51 56 76-77

Besuchen Sie auch unsere Homepage:
www.bn-muenchen.de
info@bn-muenchen.de

Vorsitzender:
Christian Hierneis

Spendenkonto:
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE62 3702 0500 0008 8621 00

Vereins-Reg. Nr.: 834
Amtsgericht München



Bio-Karpfen: Nachhaltigster Fisch in Bayern, gesund und schmackhaft

Die eindeutig beste Wahl für den Karfreitags-Fisch treffen Verbraucher*innen dagegen mit dem Kauf eines Bio-Karpfens aus der Region. Er ist aus mehreren Gründen der nachhaltigste Fisch in Bayern.

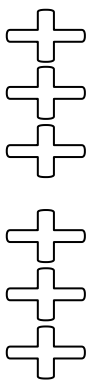
„Und wir fördern damit regionale Lebensmittel und Jahrhunderte alte Traditionen wie die bayerische Teichwirtschaft, die gleichzeitig viele Vorteile für unsere Natur bietet wie Wasserrückhalt oder Förderung der Biodiversität. Die Teiche bieten Lebensraum für viele Tier- und Pflanzenarten, darunter Insekten, Amphibien und Vögel. Die traditionelle bayerische Karpfenteichwirtschaft ist sogar immaterielles Kulturerbe bei der UNESCO. So ein Karpfen ist tausendmal besser als ein Pangasius, der in Aquakulturen in gerodeten Mangrovenwäldern in Südostasien gezüchtet wurde und einmal um die halbe Welt geflogen ist“, so Hierneis.

Zudem ernähren sich Karpfen überwiegend von Pflanzen, Insekten und Würmern, die in den Teichen sowieso vorkommen. Eine Zufütterung ist daher nur in geringem Maß notwendig.

„Mit einem Karfreitags-Karpfen können Sie den Feiertag kulinarisch und ökologisch verantwortungsvoll gestalten“, so Susanne Kiehl, Projektleiterin der Projektstelle Ökologisch Essen des BUND Naturschutz München. „Der Karpfen ist sehr gut verdaulich, kalorienarm und enthält besonders viel Protein. Die relativ großen Gräten des Karpfens können mit einem Grätenschneider vor dem Filetieren fein zerkleinert werden, sodass sie beim Essen nicht mehr stören. Oft übernehmen das die Fischgeschäfte schon beim Verkauf.“ Das sogenannte Mooseln, das man Karpfen nachsage, sei ein überholtes Klischee, so Susanne Kiehl: „Qualitätskarpfen haben keinen modrigen Geschmack. Wer auf Nummer Sicher gehen möchte, kann den Karpfen vor der Zubereitung noch ausreichend wässern.“

Seefisch? Lieber verzichten!

Von Seefisch rät der BN München übrigens gänzlich ab und das sowohl aus ökologischer als auch aus gesundheitlicher Sicht: „Unsere Meere sind stark überfischt, viele Seefische sind bedroht und stehen auf der roten Liste“, so Christian Hierneis, 1. Vorsitzender des BUND Naturschutz München. In Bayern kämen darüber hinaus lange Transportwege hinzu. Da Seefisch mehr und mehr mit Schwermetallen und Mikroplastik belastet sei, gelte er inzwischen



auch nicht mehr als gesund.

Unsere Tipps für nachhaltigen Fischkauf finden Sie auf unserer Homepage unter <https://bn-muenchen.de/themen/oekologisch-essen/>

Ende der Pressemitteilung

++++

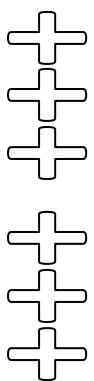
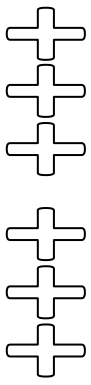
Hintergrundinformationen:

Projektstelle Ökologisch Essen des BUND Naturschutz in Bayern e.V., Kreisgruppe München

Die Projektstelle Ökologisch Essen des BUND Naturschutz (BN), KG München hat sich zum Ziel gesetzt, nachhaltige, biologisch-regionale Lebensmittel auf die Münchner Teller zu bringen. Der BN München unterstützt damit den ökologischen Landbau und möchte gutes und gesundes Essen für alle ermöglichen. Die Projektstelle, die vom Referat für Klima- und Umweltschutz der Landeshauptstadt München gefördert wird, richtet sich gezielt an die Außer-Haus-Verpflegung: Mit Workshops, Kochkursen und einem speziellen Coaching für Küchenverantwortliche bietet die Projektstelle konkrete Unterstützung für den Umstieg auf Bio.

Im „Haus der Kost“, das vom Referat für Klima- und Umweltschutz (RKU) betrieben wird, leitet der BUND Naturschutz die Koordination und fachliche Umsetzung des Coaching-Programms gemeinsam mit dem Münchner Ernährungsrat e.V.

BUND Naturschutz in Bayern e.V (BN), Kreisgruppe München:



Die Kreisgruppe München ist mit über 30.000 Mitgliedern die größte Kreisgruppe des BUND Naturschutz in Bayern e.V. Sie ist in ganz unterschiedlichen Bereichen tätig wie: allgemeine Umweltberatung, Flächenpflege, Arten- und Baumschutz, Wiedervernässung von Mooren, Wespen- und Hornissenberatung, Umweltbildung an Kitas und Schulen, Biodiversitätsberatung sowie Stellungnahmen zu Planverfahren und auch im Bereich ökologischer Ernährung und nachhaltiger Mobilität ist die Kreisgruppe tätig. Geleitet wird die Kreisgruppe München und ihre 20 Ortsgruppen in Stadt- und Landkreis von ehrenamtlichen Vorständen und die Kreisgruppe wird darüber hinaus durch Hauptamtliche unterstützt. Dank parteipolitischer und finanzieller Unabhängigkeit kann sich die Kreisgruppe München eine starke unabhängige Position im öffentlichen und politischen Diskurs erlauben.

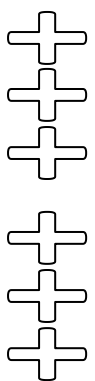
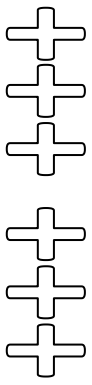
Ansprechpartner*innen für Rückfragen:

BUND Naturschutz in Bayern e.V.
Kreisgruppe München
Pettenkoferstr. 10a
80336 München

Christian Hierneis

1. Vorsitzender, BN München
christian.hierneis@bn-muenchen.de

Susanne Kiehl



Projektleiterin der Projektstelle Ökologisch Essen, BN München

Mobil: +49 159 0 68 21 779

susanne.kiehl@bn-muenchen.de

Eva Dutz

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, BN München

Mobil: +49 155 60772437

eva.dutz@bn-muenchen.de