



Frågor och svar om Fiskguiden 2018

Vad är Fiskguiden?

Fiskguiden är WWFs konsumentguide för mer hållbara och miljövänliga köp av fisk och skaldjur. Guiden i Sverige har getts ut sedan 2002. I år omfattar den drygt 70 av de vanligaste fisk- och skaldjursarterna som finns på den svenska marknaden.

Var kan jag ladda ner den? Fiskguiden 2018 finns på sajten wwf.se/fiskguiden och är anpassad för mobil, dator och surfplatta. Den finns också som gratis app för androidtelefoner och iPhones. Sök i appbutiken eller på www.wwf.se/fiskguidenapp. OBS! Ingen tryckt upplaga ges ut sedan 2017, dels för att spara resurser men också för att alla uppdateringar görs digitalt och i appen.

Varför behövs en konsumentguide om fisk?

Guiden hjälper både privatpersoner och andra aktörer att välja miljövänliga och hållbara sjömatprodukter som kommer från hållbart förvaltade fisken eller från ansvarfulla miljöanpassade vattenbruk. Många fiskbestånd mår dåligt och överfisket är ett stort hot. I dag är cirka 90 procent av alla kommersiella fiskbestånd överfiskade eller fiskade till sin gräns.

Klimatförändringar, förstörelse av livsmiljöer och försurning sätter också stark press på livet i haven. Ju fler medvetna konsumenter som finns, desto större blir påverkan på politiker och marknaden. Många följer Fiskguidens råd sedan många år.

Vad avgör om fisken får grönt ljus (Ät gärna), gult ljus (Var försiktig) eller rött ljus (Låt bli)?

WWF bedömer de vildfångade arterna efter tre kriterier: – hur bestånden mår – om kontrollen och förvaltningen är effektiv – och fiskets påverkan på ekosystemet

För odlade arter tittar vi också på var fodret kommer ifrån och miljöpåverkan från odlingen liksom anställdas sociala och etiska rättigheter. Fiskarna får sedan grönt, gult eller rött ljus – som trafikljusen. En art kan ha flera olika färger beroende på var och hur den är fiskad eller odlad.

Hur många arter får grönt ljus, gult och rött ljus i guiden?

Cirka 80 procent av arterna i fiskguiden har alternativ på grönt ljus, vilket inkluderar de miljömärkta. Vidare finns ca 75 procent av arterna även representerade på gult ljus, och närmare 90 procent återfinns på rött ljus.

Finns det arter i guiden som saknar alternativ på grönt ljus?

Ja, 15 arter saknar idag alternativ på grönt ljus i fiskguiden vilket kan jämföras med 17 arter i fjol. För ål, haj (pigghaj), rocka, vitling och röd snapper saknas även alternativ på gult ljus och bör därför alltid undvikas.

Hur många av våra Östersjöfiskar finns på grönt ljus?

Av de cirka 13 Östersjöarter som finns med i fiskguiden är det endast tre som har alternativ på grönt ljus. Dessa är abborre som fiskats med garn i Rigabukten, strömming fångad i östra Östersjön och MSC certifierad skarpsill från Östersjön.

Ger WWF ut fiskguider i andra länder?

Ja. Arbetet med fiskguiden och utvärderingen av fisk- och skaldjursarterna/ sjömatsarterna görs i samarbete mellan många WWF-kontor. Guiden ges ut i 25 länder på ett 20-tal olika språk.

Hur ställer sig WWF till certifierade arter?

WWF rekommenderar MSC-, ASC- och KRAV-märkta produkter som hållbara val. Arter som är certifierade får automatiskt grönt ljus (titta efter miljömärkta arter i Fiskguiden). Gå gärna in på respektive märknings hemsida för att se fullständiga listor och uppdateringar.

Vad är skillnaden mellan rödlistning och rött ljus?

Att en art får rött ljus i WWFs fiskguide är inte samma sak som att den är officiellt rödlistad av till exempel Artdatabanken. Rödlistorna bedömer risken för om en art kan komma att dö ut beroende på populationsförändringar. WWFs röda ljus ger en ögonblicksbild ur verkligheten som baseras på hur bestånden mår, hur fisket eller odlingen påverkar ekosystemet och förvaltningens effektivitet.

Nyheter i Fiskguiden 2018:

Sämre ställt för Östersjöfisker

Torsk, *Gadus morhua*, från östra Östersjön som fiskats med trål går från gult till rött ljus. Det östra beståndet är svårt att åldersbestämma vilket försvårar beståndsuppskattningar. Tillförlitligdata på utkast saknas och fiskekvoter följer inte ICES vetenskapliga råd. **Färgändringen innebär att all Östersjötorske nu ligger på rött ljus, oavsett fiskemetod.** Torsken i östra Östersjön är liten och smal. Den har "stannat" i sin tillväxt och blir könsmogen vid mycket låg ålder. Minimimåttet för fiske av torsk har sänkts från 38 till 35 cm, eftersom mängden större torsk minskar.

Torsk från nordvästra Atlanten (Södra Newfoundland), fiskad med garn, lina och trål får rött ljus, tidigare gult ljus i guiden. Fiskedödligheten fortsätter att öka trots att endast hälften av kvoten landas och det finns en hög andel ungfisk i fångsterna. Ålder för könsmognad sjunker vilket tyder på stress hos beståndet.

Torsk från Barnets hav, Norska havet och vid Svalbard (Spetsbergen och Björnön) fiskad med lina och garn flyttas från gult till grönt ljus. Beståndet är livskraftigt och effektiva åtgärder har vidtagits för att stoppa illegalt fiske, minska utkast och förbättra rapportering av fångster.

Kvar på grönt ljus är MSC och KRAV-certifierad torsk. Rött ljus fortsätter även att gälla generellt för torsk fiskad i nordvästra och nordöstra Atlanten.

Sill/strömming

Sill, *Clupea harengus*, från Skagerrak, Kattegatt, Bälthavet, till väster om Bornholm fiskad med garn och trål flyttas från grönt till gult ljus. Utvärderingen berör den vårlekande sillen. Färgändringen beror på att beståndet stagnerat och rekryteringen är på en historiskt låg nivå.

Kvar på gult ljus är strömming fångad i Bottenviken med garn och fiskad med ringnot i nordvästra Atlanten (Kanada). Övrig sill/strömming från nordvästra Atlanten, nordöstra Atlanten och Östersjön får fortsatt grönt ljus, liksom MSC och KRAV-certifierad sill.

Piggvar

Piggvar, *Scophthalmus maximus*, fiskad med sättgarn i Östersjön flyttas från gult till rött ljus. Svårigheter att bedöma beståndets status och bristande information om fångster bidrar till färgändringen. Inga fångstbegränsningar har satts och bifångst av tumlare och sjöfåglar förekommer i fisket.

Kvar på gult ljus är piggvar fiskad med garn i Nordsjön och odlad piggvar från Spanien eller Frankrike. Rött ljus fortsätter att gälla generellt för piggvar oavsett fångstområde eller fångstmetod.

Nya arter och miljöcertifierade fisken

Mer fisk på grönt ljus när chilensk blåmussla, peruansk kammussla, hokkaidokammussla, bäckröding och silverlax läggs till i guiden. Samtliga arter finns som ASC.

- **Chilensk blåmussla, *Mytilus Chilensis***, finns som ASC-certifierad från Chile. Även den konventionellt odlad chilenska blåmussla från Chile får grönt ljus.
- **Peruansk kammussla, *Agropecten purpuratus***, får grönt ljus om den är odlad i Peru och Chile. Den ASC-märkta peruanska kammusslan kommer från Peru.

Musslor hjälper till att filtrera näring från omgivande vattnet och behöver inget extra foder. Musselodlingar har generellt sett mycket begränsad påverkan på omgivande miljö förutom vattenvolymen de upptar när de odlas.

- **Hokkaidokammussla, *Patinopecten yessoensis***, får endast grönt ljus om den är ASC-certifierad (odlad i Kina). Rött ljus om den är bottenkrpad i nordvästra Stilla havet. Skraporna har stor påverkan på bottenlevande organismer vilket kan skapa stora negativa förändringar i den marina miljön.
- **Bäckröding, *Salvelinus fontinalis*** får grönt ljus om den är odlad i Österrike. Den ASC-certifierade odlas i Frankrike. Bäckrödingen odlas i dammar. Även om visst näringsläckage förekommer och rödingen är beroende av foder med högt fiskinnehåll så finns ett robust regelverk som begränsar odlingarnas totala miljöpåverkan.

- **Silverlax**, *Oncorhynchus kisutch* finns som ASC från Chile och får även grönt ljus om den är garnfångad i Alaska. Beståndet är livskraftigt och förvaltningen effektiv. Gult ljus för silverlax fångad i Kanada oavsett fiskemetod eller burfångad i Ryssland. Rött ljus för silverlax fiskad med garn i Ryssland. Garnfiske ger ofta bifångster av exempelvis olika fåglar. I det ryska silverlaxfisket förekommer även bifångst av laxarten Taimen som rödlistats av IUCN.

MSC-certifierad lubb (*brosme brosmes*) och **havskatt** (*Anarhichas lupus*) från Island får grönt ljus (fisket MSC-certifierades i oktober 2017). Detta innebär att det nu finns gröna alternativ för lubb och havskatt som inte funnits tidigare. Lubb fångad med långlina i Nordöstra Atlanten står fortfarande på gult ljus. All trålad lubb oavsett fångstområde står på rött ljus. Havskatt fångad vid Island får fortsatt gult ljus. All övrig havskatt står på rött ljus.

Marulk (*Lophius piscatorius*) som även saknade grönt alternativ i guiden finns nu även som MSC. Det isländska marulksfisket certifierades i januari 2018. Marulk fiskad med garn i Keltiska havet och fångad vid Island (ej certifierad) ligger kvar på gult ljus. Fortsatt rött ljus för all övrig marulk, oavsett fångstmetod eller fångstområde.

Grönt ljus får även Kungskrabba (*Paralithodes camtschaticus*) som MSC-certifierades i februari 2018. Kungskrabba som är burfångad i Alaska (nordöstra Stilla havet) eller i Norge (Barents hav) står kvar på grönt ljus. Rött ljus om fångad i västra Berings Hav eller i västra Kamtjatka, Ryssland.

Guldsparid (*Sparus aurata*) och **havsborre** (*Dicentrarchus labrax*) från Medelhavsregionen finns nu som KRAV-certifierade och får därmed grönt ljus i guiden vilket tidigare saknats för dessa arter. Guldsparid fiskad med handlina längs Portugals kust, eller med lina i Medelhavet står kvar på gult ljus liksom guldsparid fiskad med spö i Biscayabukten eller odlad i Frankrike. Kvar på rött ljus ligger guldsparid fångad i Medelhavet eller Nordöstra Atlanten, eller om konventionellt odlad i marina kassar. För havsborre gäller även rött ljus om konventionellt odlad i marina kassar eller om den är fångad i Medelhavet eller Atlanten. Gult ljus för odlad havsborre från Frankrike eller fiskad med handlina i östcentrala, nordöstra Atlanten eller Medelhavet.

Grönt ljus får även KRAV-certifierade ostron (*Ostrea edulis*). Sedan tidigare finns ASC och MSC-certifierade ostron på grönt ljus.

Grönt ljus fortsätter att gälla för ostron odlade i norra Europa, handplockade i Norge eller odlade i USA (Stilla Havet), Kina (Dadeng Sea) eller norra Europa (Atlanten). Kvar på gult ljus är handplockade ostron från Skagerrak och Nordsjön (*Ostrea edulis*) och Japanska vatten (*Crassostrea gigas*). Rött ljus fortsätter gälla för bottentrålade ostron, oavsett ostronart eller fångstområde.

Fler nyheter i Fiskguiden

Nordhavsräka

Nordhavsräka, *Pandalus borealis*, från Kanada som fiskats med trål får grönt ljus, tidigare gul i guiden. Fisketrycket har minskat och beståndet mår bra.

Nordhavsräka från Island fiskad med trål flyttas från rött till gult ljus. Beståndet visar en positiv utveckling på grund av minskat fisketryck men har inte helt återhämtat sig.

MSC och KRAV-certifierad nordhavsräka får fortsatt grönt ljus. Kvar på gult ljus ligger nordhavsräka som fiskats i Barents hav, i Skagerrak & Kattegatt (norskt fiske) eller fiskade intill Grönland. Fortsatt rött ljus för nordhavsräkor fångade i Skagerrak, Kattegatt eller Nordsjön, liksom övrig räka fiskad i nordvästra och nordöstra Atlanten.

Rödtunga

Rödtunga, *Glyptocephalus cynoglossus*, från östra Engelska kanalen, Skagerrak, Kattegatt och Nordsjön fiskad med snurrevad går från rött till gult ljus. Trots att beståndet bedöms som livskraftigt finns viss risk för överfiske på grund av högt fisketryck på vissa platser. Snurrevad har mindre påverkan på havsbotten än exempelvis bottentrål men stör ändå bottenlevande organismer på grund av viss bottenkontakt.

Kvar på gult ljus är rödtunga fångad vid Island. Rött ljus för all annan rödtunga, oavsett fångstområde eller fångstmetod.

Sjötunga

Sjötunga, *Solea solea*, från östra Engelska kanalen fångad med grimgarn/"sättgarn" förflyttar sig från rött till gult ljus. Fisketrycket har minskat och bedöms som hållbart, dock saknas information om bifångster, utkast och ekosystempåverkan.

Sjötunga från Portugal fiskad med grimgarn/"sättgarn" får gult ljus, tidigare rött ljus. Förvaltningen är välfungerande och ekosystempåverkan från fisket är låg. Dock saknas beståndsuppskattningar och data på landningar vilket gör fisket svårbedömt.

Fortsatt grönt ljus för MSC-certifierad sjötunga. Gult ljus för sjötunga fångad i Skagerrak, Kattegatt eller Östersjön samt fiskad med garn i Nordsjön. Kvar på rött ljus ligger trålad sjötunga från Nordsjön. Rött ljus gäller även generellt för sjötunga fiskad i nordöstra Atlanten.

Rödspätta

Rödspätta, *Pleuronectes platessa*, fiskad med trål i Nordsjön och Skagerrak får rött ljus, tidigare på gult ljus. Höga utkast och bifångster förekommer i fisket. Trålen har negativ inverkan på havsbotten.

Kvar på grönt ljus är MSC-certifierad rödspätta eller om fångad med garn i Skagerrak eller Nordsjön. Fortsatt gult ljus för rödspätta fiskad med garn i övriga nordöstra Atlanten, fiskad i Kattegatt, Norska Havet eller Östersjön eller om fångad vid Island. Övrig rödspätta fiskad med trål i Nordöstra Atlanten står kvar på rött ljus.

Bläckfisk

Åttaarmad bläckfisk, *Octopus vulgaris*, från sydvästra Atlanten (Senegal, Gambia) fiskad med handlina tillagd på grönt ljus. Beståndet är livskraftigt och fiskemetoden skonsam.

Åttaarmad bläckfisk fiskad med handlina eller bur i Marocko flyttas från grönt till gult ljus. Beståndet är överfiskat men fisketrycket bedöms ge möjligheter för återhämtning. Båda fiskemetoder är skonsamma för miljön.

Kvar på grön ljus finns småskaligt fiskad bläckfisk från Mexiko samt MSC-certifierad bläckfisk. Fortsatt gult ljus gäller generellt för burfångad bläckfisk. Rött ljus fortsätter att gälla generellt om fångad med trål eller garn eller fångad med bur i sydvästra Atlanten (Senegal och Gambia).

Tioarmad bläckfisk, *Illex argentinus*, fiskad med lina i sydvästra Atlanten nu på gult ljus, tidigare grönt ljus. Beståndet har minskat och illegalt fiske förekommer på grund av bristande kontroll.

Kvar på grönt ljus är tioarmad bläckfisk fiskad med lina i nordost- och sydostatlanten samt sydvästra Atlanten. Fortsatt gult ljus om fångad med handlina eller selektiv trål i Stilla havet, fiskad med trål i nordöstra Atlanten, fångad med handlina i Medelhavet eller trål i sydvästra Atlanten. Rött gul fortsätter gälla generellt för trålad bläckfisk.

Blåfenad tonfisk

Blåfenad tonfisk, *Thunnus thynnus*, fångad med bur i Medelhavet går från grönt till gult ljus.

Blåfenad tonfisk fiskad med ringnot i Medelhavet förflyttas från gult till rött ljus.

Fiskekvoten för blåfenad tonfisk i Medelhavet har ökat trots osäkra beståndsuppskattningar vilket äventyrar tonfiskens återhämtning. Inom ringnotsfisket förekommer även bifångster av exempelvis haj och en hög andel ungfisk i fångsterna.

Kvar på gult ljus är blåfenad tonfisk fiskad med selektiv ringnot (FAD free) i östra Atlanten eller Medelhavet med handlina. Rött ljus oavsett fångstområde eller fångstmetod eller om odlad.

Övriga frågor och arter

Hur kan jag som konsument bidra till ett mer hållbart fiske?

Välj fisk och skaldjur som har grönt ljus i Fiskguiden, gärna certifierade enligt MSC, ASC eller KRAV. Fråga efter certifierad fisk när du går på restaurang och handlar i butik!

Är butiker och restauranger tvungna att uppge var och hur fisken fångats?

Ja, men trots krav är informationen ofta otillräcklig. Enligt EUs marknadsförordning nr 1379/2013 för fisk- och vattenbruksprodukter måste butiker och restauranger visa:

- Artens namn i dagligt tal och vetenskapligt namn.
- Info om produkten är vildfångad eller odlad.
- För vildfångade arter måste fångstplats och fångstmetod/fiskeredskap anges

- För odlad fisk odlad ska odlingsplats uppges (vatten och land)

Också information om produkten är tinad och minsta hållbarhetstid ("bäst före-dag" eller "sista förbrukningsdag") ska finnas med enligt kraven i livsmedelsmärkningen. Frivillig information om fångst- eller landningsdag, miljömässiga, sociala och etiska aspekter, produktionsteknik och näringsinnehåll kan också finnas med.

Varför hamnar gösen i Östersjön på rött ljus? Finns hållbara alternativ?

Beståndsuppskattningarna är osäkra och pekar nedåt. Gösen är känslig för överfiske och saknar en hållbar förvaltning. MSC-certifierad gös, och odlad gös från norra Europa har grönt ljus i guiden och kan ätas med gott samvete. Det kan även finnas hållbart förvaltade bestånd i mindre sjöar för fritidsfiske. Hör med fiskekonsulenten i ditt län eller kommun.

Varför är vildlaxen i Östersjön och nordöstra Atlanten röd?

Den vilda laxen hotas starkt av vattenkraften. Den är en vandrande art som när den ska leka går upp i rinnande vatten och fastnar nedanför kraftverkens turbiner då det inte finns någon vandringsväg förbi dessa. Blockeringarna från dammarna gör att man inte kan fiska vild lax på ett hållbart sätt. Det kan dock finnas hållbart förvaltade bestånd i vissa älvar som nyttjas för fritidsfiske. Hör med fiskekonsulenten i ditt län eller kommun.

Kan jag vara säker på att fisk från Östersjön eller våra svenska insjöar som har grönt ljus i guiden inte innehåller miljögifter?

Nej, Fiskguiden tar inte hänsyn till miljögifter, utan hänvisar till Livsmedelsverkets råd. Fet fisk bör konsumeras med försiktighet då gifter som PCB och dioxider ackumuleras i fiskens fettvävnad. Livsmedelsverket rekommenderade kostråd omfattar vildfångad lax, öring och strömming/sill från hela Östersjön, vildfångad lax, öring och sik från Väneren och Vättern samt röding från Vättern.

Varför är ålen akut hotad? Kan jag äta odlad ål?

I huvudsak är det överfiske och vattenkraftsdammar som orsakar stora problem. Ålarna skadas svårt i turbinerna vid vandring nedströms och många dör. Detta begränsar återvandring och leken i Sargassohavet. Återväxten minskar och ålen riskerar på sikt att utrotas. Odlad ål är inte förökad på konstgjord väg utan man tar av vilda individer för att sedan driva upp ålen i odlingarna och man bör därför inte äta den heller. Odlad ål är lika med vild ål som göds i fångenskap.

Vad har hänt med gäddorna?

Övergödning och miljögifter hotar lekområdena, utdikning tar bort våtmarker och lekplatser. Gädda fiskas intensivt i sportfisket och tas som bifångst i kommersiellt fiske. Både kvoter och beståndsuppskattningar saknas. Rött ljus gäller för gäddan vid Östersjökusten och de svenska stora sjöarna samt i Europa generellt. Det kan dock finnas hållbart förvaltade bestånd lokalt eller i mindre sjöar som nyttjas för fritidsfiske. Hör med fiskekonsulenten i ditt län eller kommun.

Vad gäller för svenska sötvattenskräftor?

Flodkräftan i svenska vatten får rött ljus i Fiskguiden och är klassad som akut hotad på Artdatabankens rödlista. Forskarna uppskattar att den bara finns på cirka tusen platser (lokaler) i Sverige.

Antalet flodkräftor i Sverige har minskat stadigt till följd av kräftpest och försurning i våra sjöar. Jämfört med början av 1900-talet beräknas beståndet av flodkräfta vara nere under 5 procent.

Signalkräfta introducerades i Sverige på 1960-talet, efter att flodkräftan slagits ut av kräftpest i samtliga av de stora sjöarna. Signalkräfta från svenska vatten står idag på gult ljus i Fiskguiden. Detta beror främst på att det är en invasiv art (främmande art) som inplanterats och att det fortfarande förekommer illegala utsättningar av den för att möjliggöra fortsatt fiske. Kräftpesten fortsätter därmed spridas i våra vatten vilket försvårar flodkräftans återhämtning. Signalkräftan klarar att bli immun mot kräftpest men kan sprida sjukdomen vidare till den känsligare flodkräftan.