

Arbeitsblatt 3: Fisch ist nicht gleich Fisch



Wusstest du, dass es über 30.000 verschiedene bekannte Fischarten auf der Welt gibt? Davon sind natürlich nicht alle zum Verzehr geeignet. In Deutschland können mehr als 850 verschiedenen Speisefische und Meeresfrüchte eingekauft werden. Rund 1,2 Millionen Tonnen Fisch und Fischereierzeugnisse werden pro Jahr in der Bundesrepublik Deutschland gegessen, das sind 15 Kilogramm (Fanggewicht) pro Einwohner.

Mit rund 65 Prozent machen die Seefische weltweit den überwiegenden Teil unserer Speisefische beim Verzehr aus. Auch in Deutschland wird am liebsten Fisch aus dem Meer gegessen. Die bedeutendsten Arten sind Alaska-Seelachs, Hering, Lachs, Thunfisch und Pangasius.

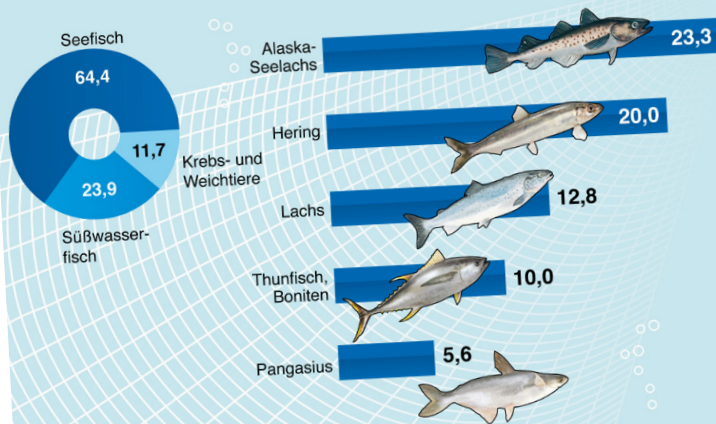


Grundsätzlich unterscheidet man Speisefische nach ihrer Herkunft in Süß- und Salzwasserfische und nach ihrer Lebensweise: sind sie Schwarmfische oder Einzelgänger und zwischen Grundfischarten und pelagischen Fischen.

Fischverzehr in Deutschland

Die großen 5 beim Fischverzehr

Anteil der Fischarten am Fischverzehr in %



Quelle: FIZ

Aufgabe:

1. Ordnet die folgenden Fische ein in Süß- und Salzwasserfische:

Forelle, Lachs, Karpfen, Makrele, Hoki, Zander, Scholle, Hering, Wolfsbarsch, Seeteufel, Scholle, Kabeljau, Rotbarsch, Seelachs, Alaska-Seelachs

2. Der Lachs wird auch als „Wanderfisch“ bezeichnet. Was ist darunter zu verstehen?

Grundfischarten leben, wie der Name schon beschreibt, am Grund des Meeres. Dazu zählen beispielsweise die Flunder, Seezunge und der Steinbutt. „Pelagisch“ bedeutet „im freien Wasser lebend“ und bezeichnet alle Fische, die vorrangig im freien Wasser - also zwischen Wasseroberfläche und Meeresgrund - leben. Dazu zählen Kabeljau, Seelachs, Hering und Alaska-Seelachs.

Für die Zubereitung und Ernährung ist die Unterscheidung der Speisefische nach ihrem Fettgehalt wichtig. Die Fische werden in die drei Kategorien Fettfische, mittelfette Fische und Magerfische eingeteilt. Zu den Fettfische zählen solche Fische, die mindestens zehn Prozent Fettgehalt haben, wie zum Beispiel Lachs, Hering und Makrele. Magerfische haben einen Fettgehalt von weniger als zwei Prozent wie Kabeljau, Seelachs, Alaska-Seelachs und Zander. Alles was dazwischen liegt, wird als mittelfetter Fisch bezeichnet. Das Fett der Fische ist reich an wertvollen marinen Omega-3-Fettsäuren, die positive Wirkung auf die Gehirnentwicklung haben.