



Vis in december



Door André Brouwer

Kies voor duurzame vis

Vis op het december- of kerstmenu? Kies dan voor duurzame, vis! Slow Food Achterhoek heeft een handige viswijzer gemaakt voor restaurants, die ook voor hobbykoks heel bruikbaar is. De lijst die we hierna laten zien, is de vis die past in het seizoen, in dit geval december.

Wat is duurzame vis?

Over de vraag wat duurzame vis is, kunnen de meningen flink verschillen. Duurzame wilde vis is vis uit een stabiel bestand, die uit goed beheerde vangstgebieden komt, met natuursparende en energiebesparende technieken is gevangen, dus zonder bodemschade of bijvangst. En buiten de paaitijd, wat ook meteen een betere kwaliteit oplevert.

Je hebt daarnaast natuurlijk ook gekweekte vis. Duurzame gekweekte vis is 'Goede Vis' wanneer gebruik gemaakt wordt van duurzaam visvoer, de effecten op de omgeving beperkt blijven, de kwekerij goed wordt beheerd en zich houdt aan wet- en regelgeving.

Over de lijst

De lijst is in oktober 2023 samengesteld op basis van de Viswijzer van Good Fish Foundation, aangevuld met informatie van de keurmerken MSC (voor zeevis) en ASC (voor kweekvis). Een compleet en actueel overzicht van alle Goede Vis vind je op de Viswijzer-website of in de app.

Reageren? Graag! Stuur een mail naar achterhoek@slowfood.nl

DUURZAME VIS IN DE MAAND: DECEMBER

ALIKRUIK
ANSJOVIS (ARGENTIJNSE)
ANSJOVIS (EUROPESE, ALLEEN MSC)
BAARS, ALLEEN KWEEK
BEEKRIDDER
BRASEM, ALLEEN ESTLANDSE
CLARESSE (AFRIKAANSE MEERVAL)
COQUILLE ST. JACQUES, ALLEEN MSC OF HANDGERAAPT
CREUSES (ZEEUWSE OF JAPANESE OESTER)
FOREL, ALLEEN ASC OF BIO
GEELVINTONIJN, ALLEEN MET MSC
HEEK, ALLEEN PACIFIC, NIET EUROPESE OF ARGENTIJNSE
KABELJAUW, ALLEEN MSC
KARPER
KING CRAB, ALLEEN MSC OF UIT PACIFIC
KOKKEL, ALLEEN MET HANDBEUGEL GEOOGST
MAKREEL, ALLEEN LIJNGEVANGEN
MOSSEL
NOORSE GARNAAL, ALLEEN MSC OF UIT NW-ATL. OCEAAN
NOORSE KREEFT (LANGOUSTINE, SCAMPI), ALLEEN MSC OF GEVANGEN ZONDER BOOMKOR OF BODEMSLEEPNET
OMEGABAARS (BELGIE)
PLATTE OESTER
REGENBOOGFOREL
RIVIERKREEFT, NIET UIT CHINA
ROZE GARNAAL, ALLEEN BIO
ROZE STEURGARNAAL, ALLEEN MSC
SCHEERMES, ALLEEN NOORDZEE
SCHELVIS, ALLEEN MSC
SCHOL, ALLEEN MSC OF GEVANGEN MET DEENSE ZEGEN
SKREI, ALLEEN MSC
SPROT, MITS NIET GEVANGEN MET SLEEPNETTEN
STEUR, ALLEEN KWEEK UIT NOORD-EUROPA
TARBOT, ALLEEN KWEEK (ASC)
TIJGERGANALEN, BIO OF UIT EXTENSIEVE KWEEK
VICTORIABAARS, ALLEEN BIO
WIJTING
YELLOWTAIL KINGFISH, ALLEEN OOSTERSCHELDE
ZALM, ALLEEN ASC OF BIO
ZEEDUIVEL, ALLEEN MSC
ZWAARDVIS, ALLEEN NW-ATL. OCEAAN
ZWARTE KOOLVIS, MSC OF IJSLANDS