



# VÄLJ RÄTT FISK!

Välj  
grönt ljus!



WWF  
FISKGUIDEN  
VÄLJ  
RÄTT  
SJÖMAT

[wwf.se/fiskguiden](http://wwf.se/fiskguiden)

FISKGUIDEN OCH WWFs  
ANDRA GUIDER FINNS SAMLADE  
I APPEN WWF MATGUIDEN



## Fiskemetoden är viktig.

Fiske med bur är mer skonsamt mot botten, och fiskar som inte borde ha fångats kan släppas tillbaka levande. Välj bort bottentrålad fisk!

## Låt bli fisk med rött ljus!

De hör hemma i haven – inte på tallriken. Ålarna är till exempel akut hotade och har alltid rött ljus. Välj fisk med grönt ljus, och låt resten simma vidare och få en chans att överleva.



## Värna hav och vattendrag!

Hittar du inte sjömat med grönt ljus rekommenderar vi MSC, ASC och KRAV-certifierad sjömat som andrahandsval.

- BÄTTRE MAT FÖR PLANETEN -