Presseinformation

3. April 2008

„Rausgefischt & Aufgetischt" bringt Wissenswertes zu Fisch

Neues Kochbuch der „umweltberatung"

Dem kalorienarmen Fisch und der damit verbundenen optimalen Nährstoffzusammensetzung, der leichteren Verdaulichkeit sowie den im Vergleich zu Fleisch- und Wurstwaren fettärmeren heimischen Fischspezialitäten widmet sich das neue Kochbuch „Rausgefischt & Aufgetischt" der „umweltberatung". Die rund 70 Seiten starke Publikation ist unter der Telefonnummer 02742/718 29 sowie im Bestellservice unter http://www.umweltberatung.at/ kostenlos erhältlich. „Rausgefischt & Aufgetischt" ist in zehn Kapitel gegliedert und beinhaltet u. a. eine Vorstellung der wichtigsten Speisefische aus Niederösterreich, eine „Warenkunde" sowie auf etwa 40 Seiten unterschiedlichste Fischrezepte.

Ernährungsphysiologisch zählen Fische zu den wertvollsten Lebensmitteln, da sie hochwertiges Eiweiß, verschiedene Mineralstoffe und Vitamine sowie mehrfach ungesättigte Fettsäuren enthalten. Aufgrund dieser Inhaltsstoffe befürworten Ernährungsexperten mehrfachen Fischkonsum in der Woche. In diesem Zusammenhang empfiehlt „die umweltberatung" den Umstieg auf heimische Süßwasserfische und einen Verzicht auf gefährdete Arten.

In Niederösterreich hat die Fischzucht eine jahrhundertealte Tradition. Ingesamt gibt es rund 100 Fischwirte, die zusammen eine Teichfläche von 1.000 Hektar bewirtschaften. Die Bandbreite reicht dabei vom Kleinzüchter mit zwei Hektar bis zum größten Züchter Österreichs, dem Bio-Betrieb Fischer von Ankern, mit 165 Hektar und 26 Teichen. Verpflichtet sich ein Fischzüchter den strengen biologischen Kriterien, kann er mit einer Ernte von etwa 200 Kilogramm Fisch pro Hektar rechnen. Das ist zwar weniger, als in der konventionellen Fischzucht erwirtschaftet werden kann, dafür stimmt aber die Qualität.

Nähere Informationen: http://www.waldviertler-karpfen.at/, http://www.biofisch.at/, http://www.biowichtl.at/, http://www.frischundfrei.at/, http://www.umweltberatung.at/

Amt der Niederösterreichischen Landesregierung
Landesamtsdirektion/Öffentlichkeitsarbeit
www.noe.gv.at/presse
E-Mail: presse@noel.gv.at
E-Mail: presse@noel.gv.at