

# "Rezepte gegen Überfischung"

**Der Stuttgarter Sternekoch Vincent Klink unterstützt die Greenpeace-Forderungen für eine nachhaltige Fischerei.**

Die Welternährungsorganisation (FAO) hat ermittelt, dass die Hälfte der kommerziell genutzten Fischarten an der Belastungsgrenze steht; 15 Prozent sind überfischt und acht Prozent völlig erschöpft. Somit dürfen drei Viertel der weltweiten Fischbestände nicht wie bisher gefangen werden, wenn diese wichtige Nahrungsquelle der Menschheit nicht vernichtet werden soll.

Greenpeace fordert deshalb, dass...

- ...die Fischfangflotten weltweit auf die Hälfte verringert werden.
- ...alle Fischbestände nach dem Vorsorgeprinzip bewirtschaftet werden, damit es gar nicht erst zu Überfischung kommt.
- ...die Fangmethoden so auf die gewünschte Fischart zugeschnitten werden, dass Beifang vermieden wird.
- ...in ökologisch sensiblen Gebieten Meeresschutzgebiete eingerichtet werden, in denen sich Fischbestände ungestört entwickeln können.

Verbraucher müssen wegen der weltweiten Überfischung nicht völlig auf Fischgerichte verzichten - es kommt nur darauf an, den richtigen Fisch zu kaufen! **Aus ökologischer Sicht sind zurzeit nur vier Fischarten unbedenklich - Hering, Karpfen, Makrele und Seelachs (Köhler). Außerdem können wir Fischprodukte aus Bio-Aquakultur empfehlen.**

Um Kunden zu mehr Umweltbewusstsein beim Fischkauf anzuregen, baten wir prominente Stuttgarter Köche, mit ihrem persönlichen "Rezept gegen Überfischung" eine Alternative zum Raubbau an den weltweiten Fischbeständen aufzuzeigen. Hierfür durften sie aber nur Hering, Karpfen, Makrele und Seelachs (Köhler) verwenden.



Vincent Klink, Restaurant Wielandshöhe, Stuttgart © Gensch

## Vincent Klink

Der Stuttgarter Sternekoch Vincent Klink war von unserer Idee sofort angetan. Schließlich hat er sich nicht allein der exquisiten, sondern auch der umweltschonenden Kochkunst verschrieben. Seit 1991 betreibt Klink in Stuttgart an der Alten Weinsteige sein "Restaurant Wielandshöhe", das mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wurde. Vincent Klinks persönliches "Rezept gegen Überfischung" ist Karpfenfilet mit Kardamom und Piment (siehe Rückseite).

## Was können Verbraucher tun?

- Fragen Sie Ihren Lebensmittelhändler, woher sein Fisch stammt und wie er gefangen wurde. Kaufen Sie nur unbedenkliche Arten oder verlangen sie Produkte aus Bio-Aquakultur.
- Der Greenpeace-Einkaufsführer "Fisch & Facts" gibt einen Überblick über die Lage der Fischbestände und hilft Ihnen bei Kaufentscheidungen (*telefonisch bestellbar unter 040/306 18-0*).

Greenpeace-Gruppe Stuttgart  
[mail@greenpeace-stuttgart.de](mailto:mail@greenpeace-stuttgart.de)  
[www.greenpeace-stuttgart.de](http://www.greenpeace-stuttgart.de)

## Karpfenfilet mit Kardamom und Piment

(von Vincent Klink, Restaurant Wielandshöhe, Stuttgart)

### Zutaten:

2 Karpfenfilets à ca. 200g  
2 Frühlingszwiebeln mit Grün  
2 EL Butter  
2 EL Noilly Prat oder sonstiger weißer, trockener Wermut  
1/4 l kräftigen Karpfenfond  
1 MS abgeriebene Orange  
1 MS Kardamom, fein gemörsert  
1 MS Piment, fein gemörsert  
1/4 Bund glatte Petersilie  
1 EL Butter  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Den Karpfen vom Fischhändler filieren lassen. Kopf und Gräten werden in einen Topf gegeben und mit Wasser knapp bedeckt. Mit Suppengrün 20 Minuten leicht köcheln lassen. Immer wieder abschäumen. Passieren, zurück in den Topf und soweit einkochen, bis ungefähr ein Viertelliter übrig bleibt.

Karpfenfilets waschen und mit Küchenkrepp trocknen. Pfeffern und salzen. In Butter zwei Minuten von jeder Seite bei geringer Hitze anbraten. Herausnehmen und warm stellen und ziehen lassen.

Die Pfanne ausreiben und mit etwas Butter die in kleine Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln andünsten. Mit einem Teelöffel Mehl bestäuben und gut verrühren. Mit dem weißen Wermut und Fischfond ablöschen. Die Gewürze dazu. Den Fond um die Hälfte reduzieren. Alles gut durchkochen und mit einigen Butterflocken abbinden.

Petersilie und Tomatenwürfel dazu, abschmecken mit Salz und Pfeffer und mit Butter binden.

Gut dazu passen Reisküchlein:

Etwas Pfannkuchenteig mit gekochtem Reis vermischt und als kleine Pfannküchlein in Butter goldbraun backen.

© Vincent Klink  
Restaurant Wielandshöhe  
Alte Weinsteige 71, 70597 Stuttgart  
[www.wielandshoehe.de](http://www.wielandshoehe.de)  
[www.haeuptling-eigener-herd.de](http://www.haeuptling-eigener-herd.de)