



Guida all'acquisto

## Pesci e frutti di mare

### Occhio al pesce!

- ✓ Non considerate il pesce una **leccornia da gustare tutti i giorni.**
- ✓ Privilegiate il pesce **autoctono.**
- ✓ Scegliete i **prodotti a marchio Bio** (allevamento).



**naturaplan**



- ✓ Scegliete i **prodotti MSC** (pesce selvatico).



- ✓ Fate la spesa utilizzando **questa guida.**

...segue

●	<b>Sogliola limanda</b> Mare del Nord *	S
●	<b>Sogliola del Senegal</b> Atlantico centro-orientale./sudorient.	S
●	<b>Sogliola tropicale</b> Atlantico centro-orientale./ sudorient.	S
●	<b>Squalo</b> tutto il mondo	S
●	<b>Sugarello</b> Atlantico nordorient.	S
●	<b>Sugarello</b> Mediterraneo	S
✓	<b>Tilapia</b> Europa/USA	A
●	<b>Tilapia</b> Asia	A
●	<b>Tonnetto striato/Skipjack</b> Pacifico *	S
●	<b>Tonnetto striato/Skipjack</b> Oceano Indiano (Maldive escluse) *	S
●	<b>Tonno albacora</b> Atlantico/Pacifico *	S
●	<b>Tonno albacora</b> Oceano Indiano (Maldive escluse)	S
●	<b>Tonno bianco/Alalunga</b> Pacifico *	S
●	<b>Tonno bianco/Alalunga</b> Oceano Indiano	S
●	<b>Tonno obeso</b> Oceano Indiano/Pacifico *	S
●	<b>Tonno rosso/pinna blu</b> tutto il mondo	A/S
●	<b>Triglia</b> Atlantico nordorient.	S
●	<b>Triglia</b> Mediterraneo	S
●	<b>Trota</b> Europa del Nord/occidentale *	A

Trovate altri pesci e apps digitando [wwf.ch/pesce](http://wwf.ch/pesce)

### Pesci in difficoltà

L'ottanta per cento degli stock ittici sfruttati commercialmente è soggetto a pesca eccessiva o è da essa minacciato. Il quaranta per cento di tutti gli esseri viventi marini catturati viene inoltre considerato pesca accidentale e viene rigettato in mare, morto o moribondo. Anche gli allevamenti minacciano la vita nei mari e negli oceani: il pesce allevato, infatti, viene generalmente nutrito con olio o farina di pesce.



Maggiori informazioni digitando [wwf.ch/pesce](http://wwf.ch/pesce)

Un grazie di cuore alla Oak Foundation per il sostegno.  
Impressum: edizione e redazione WWF Svizzera, Casella Postale, 8010 Zurigo, © 2010 WWF Svizzera, stampato su carta FSC,  
© Fotografie: Frédéric Bassemayousse/WWF Mediterranean, Brian J. Skerry/National Geographic Stock/WWF, Kom 513/10

### Sulla buona strada

Un'altra via è possibile! Il WWF collabora con gli operatori e le aziende del settore della pesca che si impegnano a dare il proprio contributo a favore della tutela del mare. I partner del WWF Seafood Group, ad esempio, convertono gradualmente il loro assortimento al pesce proveniente da stock ittici sfruttati in modo sostenibile e da allevamenti ecocompatibili. I partner, inoltre, ampliano costantemente il loro assortimento di prodotti MSC e bio.



**WWF SEAFOOD GROUP**

**WWF**

*for a living planet*

Maggiori informazioni digitando

[wwf.ch/seafoodgroup](http://wwf.ch/seafoodgroup)

## Sempre altamente consigliati

sono:

- ✓ i prodotti a marchio **Bio** di tutto il mondo



**naturaplan**



- ✓ i prodotti a marchio **Marine Stewardship Council** (MSC) di tutto il mondo



- ✓ i pesci **autoctoni selvatici**

## Senza i marchi MSC o Bio valgono le seguenti raccomandazioni:

●	<b>Acciuga/Alice</b>	Atlantico nordorient./Mediterraneo	S
●	<b>Aragosta</b>	Atlantico nordorient./nordocc.	S
●	<b>Aragosta</b>	Atlantico nordocc. (Brasile)	S
✓	<b>Aringa</b>	Mare di Barents/Norvegia/Islanda	S
●	<b>Astice</b>	Atlantico nordocc. (Canada)	S
●	<b>Astice</b>	Atlantico nordorient./occ. (USA)	S
●	<b>Barramundi</b>	Asia sudorient.	S
●	<b>Branzino/Spigola</b>	Paesi del Mediterraneo	A
✓	<b>Calamaro</b>	tutto il mondo	S
●	<b>Capone imperiale</b>	Atlantico nordorient.	S
✓	<b>Carpa</b>	Europa	A
●	<b>Cernia</b>	tutto il mondo *	S
✓	<b>Conchiglie</b>	Europa	A
●	<b>Coregone</b>	Europa occidentale	S
●	<b>Eglefino</b>	M. di Barents/Islanda/M. del Nord *	S
●	<b>Gamberello boreale</b>	Mare di Barents/Mare del Nord	S
●	<b>Gamberello boreale</b>	Atlantico nordocc./Islanda	S
●	<b>Gamberetti</b>	Paesi tropicali *	A
●	<b>Gamberetti</b>	Acque tropicali	S
●	<b>Gamberetti Acqua dolce</b>	Paesi tropicali	A
●	<b>Halibut</b>	Atlantico nordocc. *	S
●	<b>Halibut</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Halibut nero</b>	Mare di Barents/Atlantico nordocc. *	S
●	<b>Halibut nero</b>	Atlantico nordorient. *	S
●	<b>Limanda</b>	Atlantico nordorient. *	S
●	<b>Lompo (uova)</b>	Atlantico nordorient. (Islanda esclusa)	S
✓	<b>Lucioperca</b>	Europa occidentale	S
●	<b>Lucioperca</b>	Europa orient./Russia	S
●	<b>Lupo di mare</b>	Islanda *	S
●	<b>Lupo di mare</b>	M. di Barents/M. del Nord *	S
●	<b>Magnosa/Cicala di Mare</b>	Oceano Indiano	S
●	<b>Mahi Mahi/Lampuga</b>	Pacifico *	S
●	<b>Marlin azzurro</b>	tutto il mondo	S
●	<b>Merlano</b>	La Manica/Mare del Nord	S
✓	<b>Merluzzo bianco</b>	Mare di Barents	S
●	<b>Merluzzo bianco</b>	Europa occidentale	A
●	<b>Merluzzo bianco</b>	Islanda *	S
●	<b>Merluzzo bianco</b>	Mare del Nord	S
●	<b>Merluzzo del Pacifico</b>	Pacifico nordorient. (USA) *	S
●	<b>Merluzzo del Pacifico</b>	Pacifico nordorient. (Canada)	S
●	<b>Merluzzo del Pacifico</b>	Pacifico nordocc.	S
✓	<b>Merluzzo dell'Alaska</b>	Pacifico nordorient.	S
●	<b>Merluzzo dell'Alaska</b>	Pacifico nordocc.	S
✓	<b>Merluzzo nero/giallo</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Molva</b>	Mare di Barents/Islanda	S
●	<b>Molva</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Nasello</b>	Nord dell'Atlantico nordorient. *	S
●	<b>Nasello</b>	Spagna, Portogallo/Mediterraneo	S
●	<b>Nasello argentino</b>	Atlantico sudocc./Pacifico sudorient.	S
●	<b>Nasello del Capo</b>	Atlantico sudorient.	S
●	<b>Orata</b>	Paesi del Mediterraneo	A
●	<b>Pagello/Rovella</b>	Paesi del Mediterraneo	A
●	<b>Pagro</b>	Paesi del Mediterraneo	A
●	<b>Pagro</b>	Mediterraneo	S
●	<b>Pangasio</b>	Vietnam/Thailandia *	A
●	<b>Passera lingua di cane</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Passera lingua di cane</b>	Atlantico nordocc.	S
●	<b>Passera pianuzza</b>	Mare del Nord	S
●	<b>Persico del Nilo</b>	Uganda/Kenia/Tanzania	S
✓	<b>Persico/Perca</b>	Europa occidentale	A/S
●	<b>Pesce S.Pietro</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Pesce S.Pietro Nuova Zelanda</b>	Pacifico	S
●	<b>Pesce spada</b>	tutto il mondo	S
✓	<b>Pettine maggiore/Ventaglio</b>	Europa	A
●	<b>Pettine maggiore/Ventaglio</b>	Atlantico nordorient. *	S
●	<b>Platessa/Passera</b>	Mare Baltico/Mare d'Islanda/Mare del Nord *	S
●	<b>Platessa/Passera</b>	La Manica/Mare Celtico *	S
●	<b>Polpo</b>	Atlantico/Mediterraneo *	S
●	<b>Polpo</b>	Pacifico *	S
●	<b>Rana pescatrice</b>	Islanda *	S
●	<b>Rana pescatrice</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Rana pescatrice</b>	Spagna/Portogallo	S
●	<b>Rana pescatrice</b>	Pacifico nordocc.	S
●	<b>Red Snapper</b>	tutto il mondo	S
✓	<b>Rombo chiodato</b>	Europa	A
●	<b>Salmone atlantico</b>	Europa	A
●	<b>Salmone atlantico</b>	Cile	A
✓	<b>Salmone del Pacifico</b>	Pacifico nordorient. (Alaska)	S
●	<b>Salmone del Pacifico</b>	Pacifico nordorient. (Canada occ.) *	S
●	<b>Salmone del Pacifico</b>	Pacifico nordocc. (Russia)	S
✓	<b>Sardina</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Sardina</b>	Mediterraneo	S
●	<b>Scampo</b>	Mare del Nord	S
●	<b>Scampo</b>	Golfo di Biscaglia	S
●	<b>Scorfano atlantico</b>	Atl. nordorient./Islanda	S
●	<b>Seppia</b>	Atlantico/Mediterraneo *	S
✓	<b>Sgombro</b>	Atlantico nordorient.	S
●	<b>Sogliola</b>	Mare del Nord/Mare di Norvegia *	S
●	<b>Sogliola</b>	Ovest dell'Inghilterra/Mediterraneo	S
●	<b>Sogliola limanda</b>	Islanda	S

Continua sul retro ...

## Le valutazioni del WWF

- ✓ = consigliato S = selvatico
- = consigliato con prudenza A = allevamento
- = problematico
- = sconsigliato

\* Differenti valutazioni per la medesima specie ittica sono da ricondurre a differenti metodi di pesca o di allevamento.

Maggiori dettagli digitando [wwf.ch/pesce](http://wwf.ch/pesce)