

CHIEDI INFORMAZIONI IN PESCHERIA!

La specie, il luogo e le modalità
di pesca o di allevamento

SCEGLI LA TAGLIA GIUSTA!

Non acquistare pesci sotto misura

SCEGLI PESCI DI STAGIONE E NOSTRANI!

Mangiare a km zero
ti garantisce freschezza.
In Italia le flotte di pesca
sono spesso piccole
eviterai la pesca intensiva
e gli allevamenti poco controllati

RISPARMIA E PROVA SPECIE DIVERSE!

Acquistando le specie
meno conosciute e richieste
farai un favore al palato
al portafoglio e al mare!

segreteria@amicidellaterra.it
amicidellaterra.it - supplychange.org

LA PESCA IN... SOSTENIBILE

GUIDA ALL'ACQUISTO

La sostenibilità della pesca è un tema sempre più attuale e conoscerlo è il primo passo per fare scelte consapevoli nei nostri comportamenti quotidiani, senza rinunciare alle nostre abitudini e contribuendo alla tutela dell'ambiente. Se vogliamo continuare a gustare pesce impariamo a conoscere cosa comprare e quando comprarlo. Abbiamo realizzato questa guida tascabile per aiutarti a farlo. Portala con te e consultala quando entri in pescheria!



PRIMAVERA

COSA COMPRARE E QUANDO COMPRARLO

ESTATE

SUGARELLO

SGOMBRO

LECCIA →

SPIGOLA

GALLINELLA

SARAGO

PALAMITA

PAGELLO →



SUGARELLO

SOGLIOLA →

ORATA

RICCIOLA

SPIGOLA

GALLINELLA →

SARAGO

SARDINA

ALICE



AUTUNNO

ALALUNGA →

SPIGOLA

TRIGLIA

ROMBO CHIODATO

GALLINELLA

LAMPUGA →



INVERNO

RANA PESCATRICE

TRIGLIA

RICCIOLA →

SARAGO

SARDINA

PAGELLO

PALAMITA

SGOMBRO

SEPPIA →

