

SINGKATAN  
PM – Semenanjung Malaysia  
M – Malaysia

Sertailah  
Pergerakan Ke arah  
Pemilihan  
Makanan Laut Lestari

SINGKATAN  
PM – Semenanjung Malaysia  
M – Malaysia

SINGKATAN  
PM – Semenanjung Malaysia  
M – Malaysia

SPEKIES	KAEDAH PENANGKAPAN	KAWASAN TANGKAPAN
Tongkol Kurik	Pukat Jerut	M
Kikek	Pukat Tangguk	Sabah
Geragau/ Belacan	Pukat Bekul	PM
Kembong	Pukat Jerut	M
Mata Besar/ Lalang	Pukat Jerut	PM
Selar Kuning	Pukat Jerut	M
Sotong Mengambang	Bubu	PM
Bilis	Pukat Jerut/ Pukat Tangguk	M
Tongkol hitam	Pukat Jerut	M
Udang puth	Pukat Hanyut	M

SPEKIES	KAEDAH PENANGKAPAN	KAWASAN TANGKAPAN
Pelata	Pukat Jerut	M
Tongkol Selasih	Pukat Jerut	M
Bulu Ayam (Ikan Masin)	Pukat Lain	PM
Bakulan	Pukat Jerut	Sabah
Kuruu	Pukat Hanyut	M
Ketam laut/ Ketam Biru	Bubu	Sabah

SPEKIES	KAEDAH PENANGKAPAN	KAWASAN TANGKAPAN
Mameng	Racun	Sabah
Sunoh	Pukat Tunda/ Pancing	M
Pari	Pukat Tunda	M
Yu	Pukat Tunda	M
Kerapu Tikus	Racun	Sabah
Kerapu ekor gelap	Pukat Tunda	PM
Kerapu Bara	Pukat Tunda	PM
Senderong	Pukat Tunda	PM
Kerapu bintik jingga	Pukat Tunda	PM
Kerapu Bebeh	Pukat Tunda	PM

SPEKIES	KAEDAH PENANGKAPAN	KAWASAN TANGKAPAN
Jenahok	Pukat Tunda	PM
Udang Karang	Pukat Tunda	PM
Kekacang	Pukat Tunda	M
Sotong Biasa/ Cumi-Cumi	Pukat Tunda	M
Bawal Putih	Pukat Tunda	M
Gamot	Memunguti	M
Ketam Bekau Duang	Penternakan	M
Gelama	Pukat Tunda	M

## KURANGKAN

## KURANGKAN

## ELAKKAN

## ELAKKAN

Panduan Kelestarian Makanan Laut Malaysia  
Mei 2013

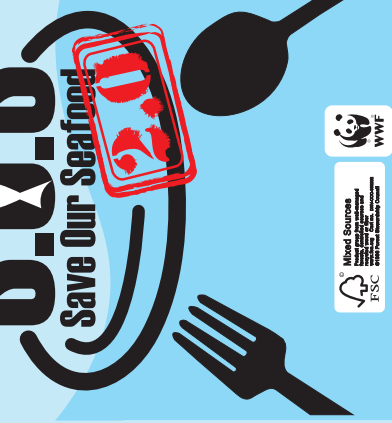
Stok perikanan kita semakin merosot dan berada diambang keruntuhan. Lautan tidak boleh lagi menampung permintaan makanan laut kita yang semakin rakus.

CARA MENGGUNAKAN PANDUAN INI

Panduan ini menggunakan kaedah antarabangsa untuk menilai kelestarian makanan laut. Untuk membantu anda membuat pilihan yang tepat, spesies ikan telah dikategorikan kepada:

DISYORKAN

Panduan ini menggunakan kaedah antarabangsa untuk menilai kelestarian makanan laut. Untuk membantu anda membuat pilihan yang tepat, spesies ikan telah dikategorikan kepada:



Malaysia merupakan negara yang mencatatkan pengambilan makanan laut tertinggi di Asia Tenggara di mana setiap individu secara puratanya memakan 50.4 kg makanan laut setiap tahun.

Daripada stok ikan, diuruskan dengan lestari dan tidak ditangkap secara berlebihan. Pilihan yang baik untuk pemakanan.

Daripada stok ikan, diuruskan dengan lestari dan tidak ditangkap secara berlebihan. Pilihan yang baik untuk pemakanan.

Saintis meramalkan bahawa menjelang tahun 2048, sumber perikanan akan lenyap sekiranya kita meneruskan corak pemakanan sekarang.

Daripada perikanan yang tidak lestari dan ditangkap secara berlebihan, Elakkan memakan spesies ini sekarang.

Daripada perikanan yang tidak lestari dan ditangkap secara berlebihan, Elakkan memakan spesies ini sekarang.

Untuk maklumat lanjut, layari:  
[www.saveourseafood.my](http://www.saveourseafood.my)  
f Save Our Seafood (S.O.S) Campaign  
t @SOS\_Malaysia

MSC - Perikanan yang dikitar sebagai lestari oleh Majlis Pengawasan Marin, MSC mengesahkan bahawa perikanan ini diatamkan secara bertanggungjawab dan memenuhi piawai alam sekitar MSC.

ASC - Akuakultur yang dikitar sebagai lestari oleh Majlis Pengawasan Akuakultur. Spesies ini diatamkan sebagai makanan laut yang diatamkan secara bertanggungjawab dan memenuhi piawai ASC.

SPEKIES	KAEDAH PENANGKAPAN	KAWASAN TANGKAPAN
Lala	Memunguti	M
Kepah	Memunguti	PM
Kerang	Penternakan Dasar	PM
Siput sudu	Kultur Rakit	M
Bangkuli	Kultur Rakit	Sabah
Tilapia	Penternakan	M
Patin	Penternakan	Vietnam
Kepah Bentre	Memunguti	Vietnam
Fallock	Pukat Jerut	Alaska
Saimon	Pukat Jerut/ Pukat Tangguk	Alaska
Hoki	Pukat Tunda	New Zealand
Tuna	Pancing/ Heret & candat	Lautan Pasifik
Sardin	Pukat Jerut	Portugal

