

BOT

Platichthys flesus

LEKKER
VAN BIJ
ONS

FR: flet
UK: flounder, butt
DE: Flunder
Lokaal: but, botpladijs

Beenvis, orde van de platvissen
en familie van de pladijzen

Voedingswaarde per 100 g
77 kcal – 0,7 g vetten – 16,0 g eiwitten



LEEFGEBIED



Noordoost-Atlantische Oceaan (van Noorwegen tot Marokko) en Baltische Zee. Ook in de Middellandse en Zwarte Zee. Geïntroduceerd in de noordwestelijke Atlantische Oceaan. Bot leeft een deel van zijn leven in zoet water. Hij zwemt rivieren op om zich er te voeden, maar keert tussen februari en mei terug naar zee om zich voort te planten.

BESCHRIJVING

Volwassen vissen hebben een lengte van 30 cm. Bot kan tot 60 cm lang worden. Bot heeft de ogen meestal op de rechter (donker gekleurde) kant van het lichaam, al bestaan er uitzonderingen met de ogen op de linkerkant. De blinde kant is vuilwit, soms met pigmentplekken. Bot heeft een gladde huid, maar als je met je vinger over de basis van de rug- en anaalvin of vooraan op de zijlijn wrijft, voel je de voor deze soort typisch benige uitsteekseltjes. De zijlijn is relatief recht. Bot kan soms – net als pladijs – roodbruine vlekjes vertonen op de donkere kant, alhoewel die minder opvallend zijn.



Voor meer informatie zie Vis- en zeevruchtengids 2024.

CULINAIR

Bij ons is bot een niet zo gegeerde soort, terwijl het in Noord-Europa (Duitsland, Denemarken, Baltische staten) een belangrijke consumptievish is. Bot kan je vergelijken met pladijs. Het visvlees is vaster dan dat van pladijs maar verliest sneller zijn smaak bij verouderen. Dagvers aangevoerd is bot zeker de moeite waard. Gefrituurd en gebakken komt bot goed tot zijn recht maar in principe zijn alle bereidingswijzen van pladijs toepasbaar.



Recepten: www.visvanbijons.be

BESTE AANKOOPPERIODE

Van juni tot februari.

BELGISCHE VISSERIJ OP BOT



AANVOERCIJFERS

Om de herkomst van onze vis transparant te maken, houden we bij welke hoeveelheden vis van bij ons worden aangeland door Vlaamse vissers in Vlaamse visveilingen.

Deze gegevens geven een helder beeld van de beschikbaarheid van lokale soorten en maken het mogelijk om trends in de aanvoer doorheen de jaren op te volgen.

 Voor meer informatie, zie tabel Aanvoercijfers Vis van bij ons.

VANGSTGEBIEDEN

Vissers zijn, ten behoeve van de traceerbaarheid, verplicht te registreren in welk gebied een vis gevangen werd. Daarom heeft de Voedsel- en Landbouworganisatie van de Verenigde Naties (Food and Agricultural Organisation, FAO) de wereldzeeën onderverdeeld in verschillende visserijzones, elk met een eigen code.

Deze indeling wordt wereldwijd gebruikt en helpt om de herkomst van vis transparant en controleerbaar te maken. De bijhorende code vind je terug op het prijskaartje van de vis in onze winkelkar. Zo weet je precies uit welk deel van de wereldzee jouw vis afkomstig is. Onze vissers zijn actief in de Noordzee, de Westelijke Wateren en in de Golf van Biskaje.

 Voor meer informatie, zie kaart vangstgebieden.

VANGSTMETHODES

Bijvangst, vooral in de kustvisserij op tong en garnaal.

 Voor meer informatie zie Vis- en zeevruchtengids 2024.

MINIMALE AANLANDINGSMAAT*

25 cm

* De lengte van een vis is een goede indicator voor de levensfase (bijv. of de vis al geslachtsrijp is).
Minimum lengtes zijn bedoeld om jonge vissen de kans te geven zich voort te planten voordat ze gevangen worden.