

Havkogebogen

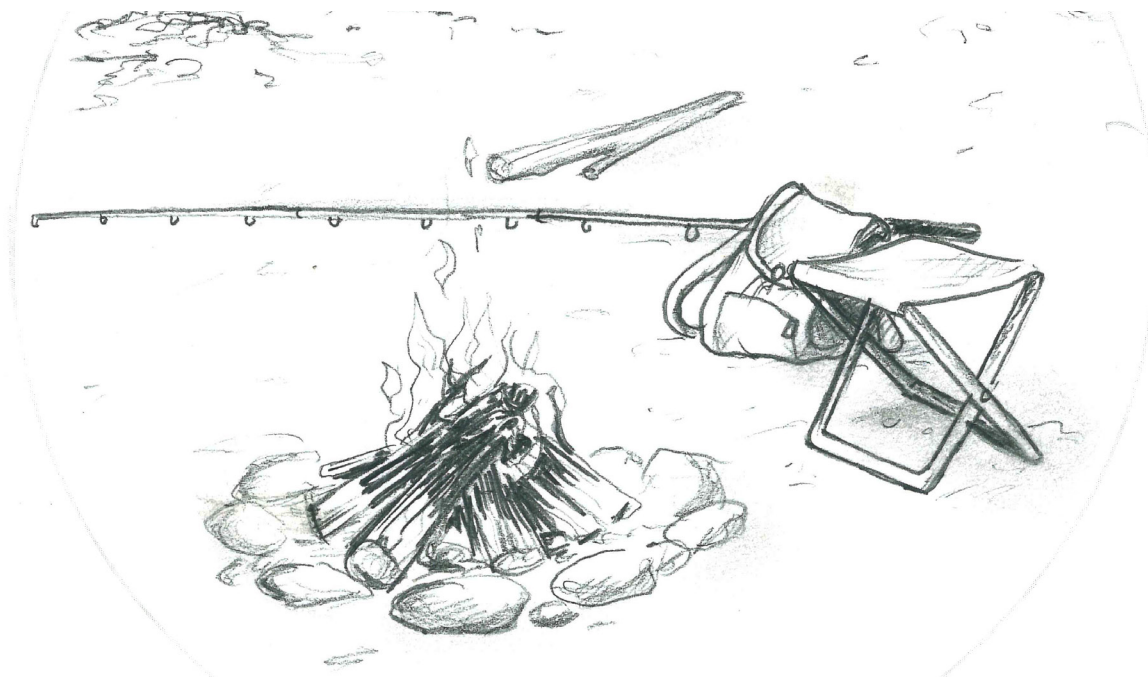
Mad fra Fjord og Bælt



Havkogebogen

Mad fra Fjord og Bælt







Indhold

Forord	side	6
Strandsnegl	side	8
Almindelig sandmusling	side	10
Almindelig hjertemusling	side	12
Blåmusling	side	14
Knivmusling	side	16
Hestereje	side	18
Fjordreje	side	20
Strandkrabbe	side	22
Abbore	side	24
Almindelig ulk	side	26
Havørred	side	28
Hornfisk	side	34
Hvilling	side	36
Makrel	side	38
Tyklæbet multe	side	42
Pighvarre	side	46
Sild	side	48
Skrubbe	side	50
Ålekvabbe	side	52
Ederfugl	side	54
Tang	side	56



Forord

Denne bog er blevet til i samarbejde mellem biolog og naturvejleder Tue Skovgård Larsen og kok Jonas Bernhardt. Den er støttet af Tips- og lottomidler til friluftslivet.

Lidt om forfatterne:

Tue Skovgård Larsen: Jeg har villet være havbiolog, så længe jeg kan huske: Jeg tegnede hvaler med indvolde allerede som 4-årig og blev senere vældig fascineret af at se Jaques Cousteaus film og læse Dr. Lieberkind og Hans Hvass' bøger og artikler om dyr. Jeg blev færdiguddannet biolog ved Syddansk Universitet i 1996. I 2001 fik jeg arbejde i skoletjenesten på Fjord&Bælt, som er et kombineret forsknings- og formidlingscenter, der med akvarier og udstillinger har fokus på livet i de indre danske farvande. Jeg har siden undervist og fortalt tusinder af børn og voksne om havet og dets beboere, og jeg forsøger efter bedste evne at viderebringe den samme fascination, jeg selv føler for disse fascinerende skabninger.

Jonas Bernhardt: Jeg har været på Uddannelsescentret Fredericia i godt et års tid, hvor vi tænker meget på, hvad det er, vi putter i munden og hvorfor. Som en naturlig følge af dette er mange af vores råvarer økologiske, og vi sørger f.eks. for, at

vores kød kommer fra dyr, der har haft det godt og levet sundt. På den måde ønsker vi at skabe et sundt og energisk køkken proppet med en masse positiv energi.

Samtidig er det også vigtigt for os at udfordre det "normale" kantinekøkken, så det bliver lidt mere spændende og lækkert. Så nytænkning og udvikling er en selvfølge hos os.

Dette er jo, hvad der fik mig til at sige ja til at bidrage med opskrifter til Tues bog, og jeg må sige, at det har været meget lærerigt og sjovt.

Jeg har altid været fascineret af den simple og ægte madlavning, hvor fornemmelse og vilje er at foretrække, frem for detaljerede opskrifter og besværlige fremgangsmåder.

Og det har jeg fået lov til at hylde i denne bog.

Om opskrifterne:

Kokken: Opskrifterne egner sig især til lystfiskere, jægere og andre, der er vant til at færdes ude i naturen, og som samtidig har et vist kendskab til dyrene, samt forberedelse og klargøring af samme. Opskrifterne er lavet ud fra de fisk, fugle og andre dyr, jeg mener er de mest tilgængelige ved de danske strande og kyster. De er så tilberedt med forskellige krydderurter, blomster, bær og grøntsager, som jeg har kendskab til. Det er ikke afgørende,

at det lige er dem, der bliver brugt, da I måske kender nogle andre ingredienser, der er bedre eller mere tilgængelige. Opskrifterne er mere til inspiration end noget, der skal følges slavisk. Det er oplagt at lave opskrifterne udendørs, selvom du kun har få redskaber til rådighed, men er også egnede til hjemmemad, sågar også til gæster. Der er ingen måleenheder i denne bog og det er meget vigtigt, at du sletter alt, der hedder regler og indøvede rytmer. Det er meningen, at du selv skal skabe en ægte ret ud fra de retningslinjer, du her har fået. Sæt fantasien fri, så kommer resultaterne.

Naturvejlederen: Mmmm....

Selvom bogen ligger frit tilgængeligt på internettet som PDF-fil, er tekst og tegninger stadig beskyttede og må ikke bruges i anden publikationsmæssig sammenhæng uden tilladelse.

Tekst: © 2009 Tue Skovgård Larsen, Jonas Bernhardt og Fjord&Bælt.

Tegninger: © 2009 Emil Wissing og Fjord&Bælt.

Grafisk tilrettelæggelse: Michael Toghøj



Strandsnegl

Littorina sp.

Der findes ca. 100 forskellige arter af strandsnegle i verden, hvoraf de fire er almindeligt forekommende hos os i Danmark: Almindelig strandsnegl, lille strandsnegl, but strandsnegl og ungefødende strandsnegl. Almindelig, lille og but strandsnegl lægger deres æg i ægkapsler, som sidder fast på sten og tang, mens den ungefødende strandsnegl, som navnet mere end antyder, føder levende unger. Ungerne hos denne art udvikles i en yngelomme, hvor man på samme tid kan se op til tre kuld unger - på hver deres udviklingsstadiet.

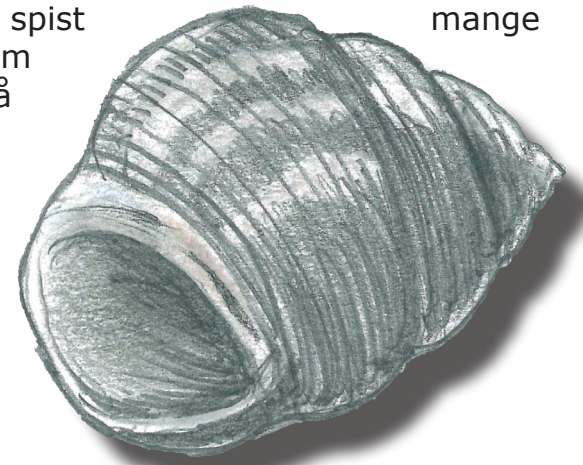
Strandsneglene kan nogle steder yngle hele året, hos os dog normalt kun i forsommeren, og de er særkønnede - det vil sige, at der findes både hanner og hunner. Hos de æglæggende arter kan en hun producere mellem 1.000 og 100.000 æg ad gangen. Disse befrugtes af hannen, hvorefter han - i hvert fald hos den almindelige strandsnegl - taber sin penis, og testiklerne degenerer. De vokser dog ud igen til næste sæson. En strandsnegl bliver normalt 5-10 år gammel, selvom der i akvarier er set eksempler på, at de kan blive over 20 år gamle.

Strandsneglene er alle tilpasset et liv i tidevandszonen. De kan udskille slim fra deres fod, som efterfølgende hærder og klistrer sneglen fast

til underlaget. Sneglen trækker sig ind i sin skal og lukker åbningen med det hornagtige låg, den bærer på fodens rygside. Derved er sneglen forsejlet, og den kan tåle udtørring i op til tre uger.

Når en strandsnegl spurter, kan den komme op på en hastighed af 4-5 meter i timen, men holder normalt et mere adstadigt tempo på 1-2½ meter i timen. Mens den bevæger sig, bruger den sin raspetunge til at spise de alger, der sidder på underlaget.

Den mest kendte af strandsneglene - i spiseligt øjemed - er den almindelige strandsnegl, som også er den største af arterne. Den findes i stenalderens køkkenmøddinger som bevis på, at vi her i landet tidligere har spist mange strandsnegle. Selvom vi ikke spiser dem så meget mere, er de meget populære på de Britiske Øer og i Frankrig. Det kan være, at følgende opskrift kan rette op på det.



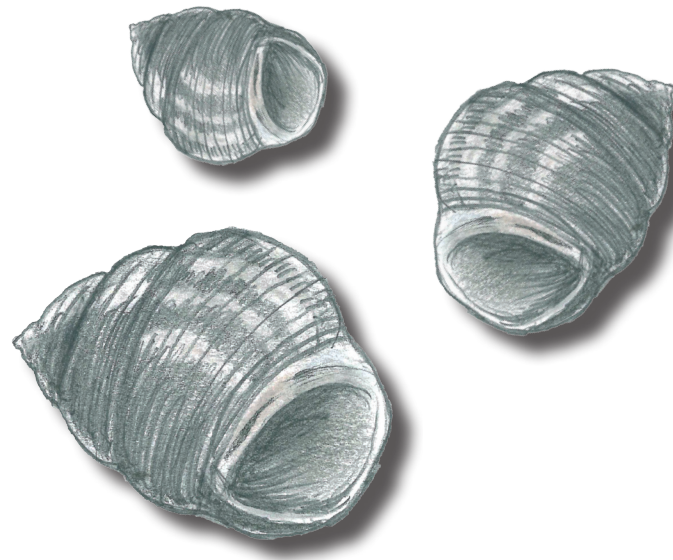
Strandsnegls i egen sauce

Skyl sneglene godt og kog dem i ca. 5 min og køl så ned. Herefter tages sneglen ud af huset med en nål eller lignende, læg sneglene til side og kassér husene.

Varm lidt olie i en pande over bål, svits så porre i ca. 2 min., hvorefter du tilsætter 1 spsk. henning og lidt af vandet, du kogte sneglene i. Lad det koge tykt.

Når sauce er tyk, kommer du sneglene i sammen med friskhakket persille, vend rundt et par gange og smag til med salt og peber.

Så har du din egen lille snegle-snack. Go' fornøjelse.



Almindelig sandmusling

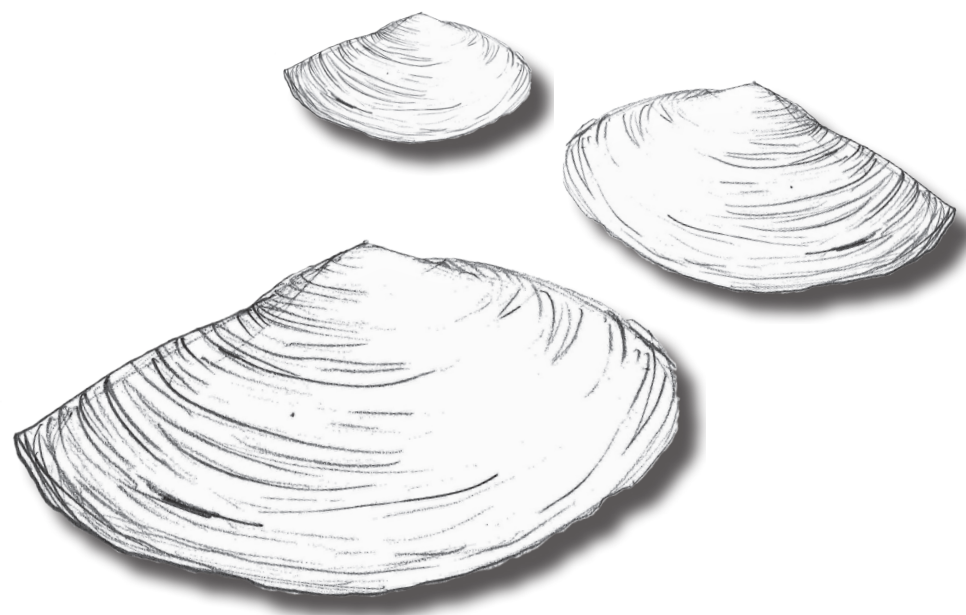
Mya arenaria

Sandmuslingens lidt ovale, tynde og hvide skaller kan ofte ses skyllet op stranden, men det er noget mere sjældent, at finde den levende, da den graver sig temmelig dybt ned i sandbunden.

Sandmuslingen er både en invasiv art og så ikke alligevel. Fossile fund af sandmuslingen i Europa viser, at den har levet her for ca. 5 millioner til 2,5 millioner år siden, men uddøde i forbindelse med den række af istider, der kendetegner den følgende geologiske periode. Sandmuslingen overlevede i Nordamerika, hvorfra den er blevet ført tilbage til Europa. Nogle mener, at den er kommet tilbage i forbindelse med vikingernes kolonisering af Nordamerika, hvor andre mener, det er mere sandsynligt, at den er kommet hertil i forbindelse med 1500-tallets rejser mellem Europa og Amerika.

Sandmuslingens larver slår sig ned på bunden, når de er ca. ½ mm store og graver sig først ned, når de er 5-6 mm store. Den graver ikke lige så hurtigt som f.eks. hjertemuslinger og knivmuslinger, da den ikke bruger sin fod til at grave med, men graver ved at lukke skallerne sammen og udspy en kraftig vandstråle. Sandmuslingens valg af levested er temmelig kritisk, da den overhovedet ikke kan flytte sig, når den er blevet 5 cm lang. En sandmusling kan

blive 10-15 cm lang og 10-12 år gammel. Selv om det lyder gammelt for en musling, er det dog intet imod molboøstersen, som kan blive 410 år, hvilket gør molboøsters til verdens længstlevende dyr. De voksne sandmuslinger findes gravet 15-30 cm ned, og deres ånderør kan blive helt op til 50 cm lange. Ligesom hjertemuslingen stikker sandmuslingen ånderørene op i vandet og filtrerer det indkommende vand for plankton, og den har også øjepletter på ånderørene, der kan advare muslingen om farer. Sandmuslinger kan overleve flere dage uden ilt, men da den ikke kan flytte sig, er den sårbar over for længere perioder med iltsvind.





Ristet fladbrød med sandmuslinger og hytteoste-salsa

Start med at udvande muslingerne mindst ½ time, hvorefter de skrubbes. Alle muslingerne skal være helt lukkede, ellers kasseres de.

Tag så en gryde, bradepande eller andet med kant, der kan stå over et bål. Kom lidt havvand i bunden af gryden, sæt den på bål, grill eller lignende og bring det i kog. Tilsæt muslingerne og damp dem i 5-10 min, husk at røre i gryden en gang imellem. Når muslingerne er færdige, tages de op og stilles til side.

Til brødet blander du mel, vand, salt og lidt olie og laver en dej. Nu ruller du dejen ud til pandekager på ca. en halv cm tykkelse. Brødene kan steges på en varm sten (ikke flint) eller en pande, der stilles i bålet. Steg brødene i lidt smør eller olie, til de er gyldne på begge sider.

Til salsaen blander du hytteost og lidt chili sammen med hakkede grønne tomater og til sidst sandmuslingerne (ikke for meget salt i salsaen, da muslingerne er meget salte).

Tag et lunt fladbrød og rul det med salsaen i midten. Man kan bruge mælkebøtter eller ramsøg som salat i rullen, hvis det ønskes.

Almindelig hjertemusling

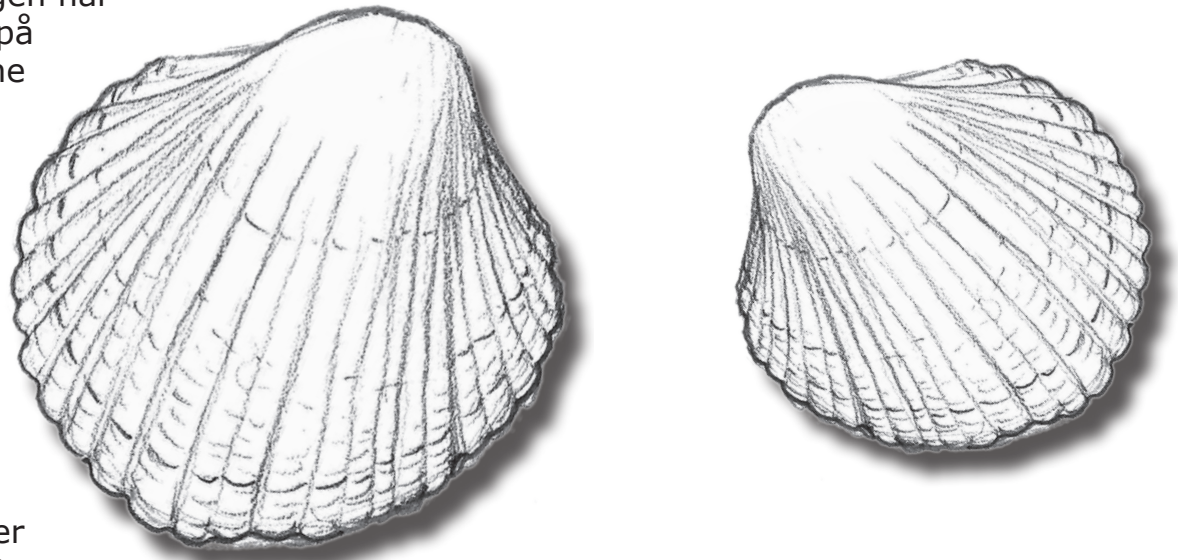
Cerastoderma edule

Hjertemuslinger er en af de muslinger, alle kender – om ikke andet som skaller på stranden.

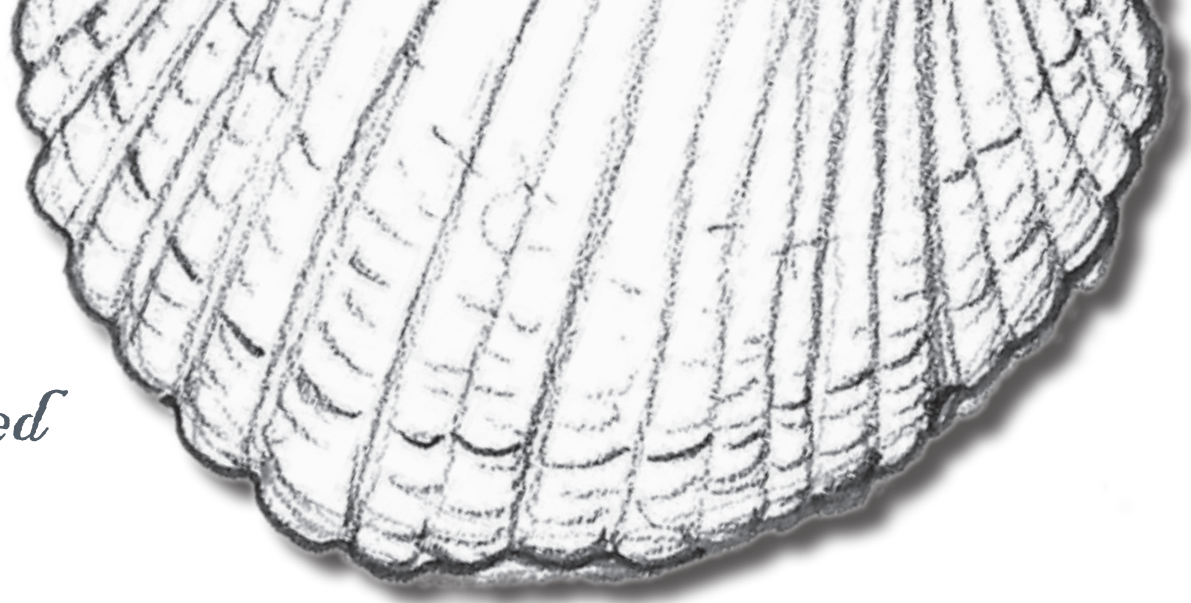
Hjertemuslingen bliver maksimalt ca. 5 cm og lever nedgravet, fortrinsvist på sandbund, hvor den holder sig fast med sin fod som anker. Foden kan muslingen bruge til at grave sig ned med, pløje sig vej gennem sandet og i øvrigt også til at springe med.

Den lever af plankton og organisk materiale, der filtreres fra vandet, som hele tiden pumpes ind og ud af de to ånderør, muslingen stikker op til overfladen af sandet. Yderst på indstrømningsåbningen har hjertemuslingen øjepletter, der reagerer på lys, således at den kan trække ånderørene ind, hvis der kommer en skygge ind over muslingen. Ånderørenes åbninger kan ofte ses ved lavvande, og mange vadefugle, f.eks. strandskaden, spiser store mængder hjertemuslinger. Hvor der er mange hjertemuslinger, f.eks. i Vadehavet, kan der være 6000 pr. m². Der er her stor konkurrence om pladsen, og dyrene bliver ikke så store. I vore indre farvande finder man mellem 10-270 hjertemuslinger pr. m². Hjertemuslingen er særkønnet, dvs. at der både er hanner og hunner. De gyder første

gang i deres anden sommer. Æggene og sæden frigives samtidig ud i vandet af store dele af en bestand, og de resulterende larver driver med strømmen i tre til seks uger, før de forvandler sig til små muslinger og graver sig ned i bunden. Væksten sker fortrinsvis om sommeren, hvilket giver vækst-bånd i skallen, som man kan bruge til at aldersbestemme muslingen. En typisk hjertemusling lever to til fire år, men kan leve op til 9 år. Mennesket har samlet og spist hjertemuslinger i Danmark siden stenalderen, og den samles bedst ved at rive sandbunden ved lavvande.



Hjertemussingesuppe med whisky



Start med at udvande mussingerne mindst 1/2 time, hvorefter de skrubbes. Alle mussingerne skal være helt lukkede, ellers kasseres de.

Tag en gryde og sautéér løg og saurbærblad. Tag så din lømmelærke med whisky og hæld lidt i gryden, lad det koge ind og tilsæt så vand eller fiskefond - der skal være lige præcis nok væde til at dække mussingerne, når de kommer i. Bring det i kog.

Når suppen koger, kommer du mussingerne i, og du kommer låg på gryden. Kog ca. 5-10 min og rør rundt en gang imellem. Når mussingerne er kogte, skal alle være åbne, ellers skal de kasseres.

Mussingerne tages op, og suppen koges ned til det halve. Suppen er god, som den er, men en god klut smør eller lidt fløde runder den perfekt af - det er op til dig, om du ønsker det. Husk salt og peber.

Skær bladende fra ramsøg i fine strimler, og saml alle de krydderurter, du kan lide, f.eks. krendild og sommersar. Kom mussingerne tilbage i den kogende suppe, og lige inden serveringen kommer du ramsøg og krydderurter i.

Nyd en god whisky og et godt brød til.

Blåmusling

Mytilus edulis



En anden almindelig kendt musling er blåmuslingen, som mange danskere nok har prøvet at bruge som madding, når der skulle fiskes efter krabber. Blåmuslingen har blålige, aflange skaller og bliver op til 10 cm lang. Unge blåmuslinger kan dog være brune i farven. Blåmuslingen lever ikke som de andre muslinger, der er nævnt i denne bog, gravet ned i sandet. Den lever på steder, hvor der er godt med strøm og bruger sine såkaldte byssus-tråde (som er de hår-lignende tråde, der stikker ud af muslingen) til at holde sig fast på sten, moler eller andre blåmuslinger. Den findes ofte i store blåmuslinge-banker.

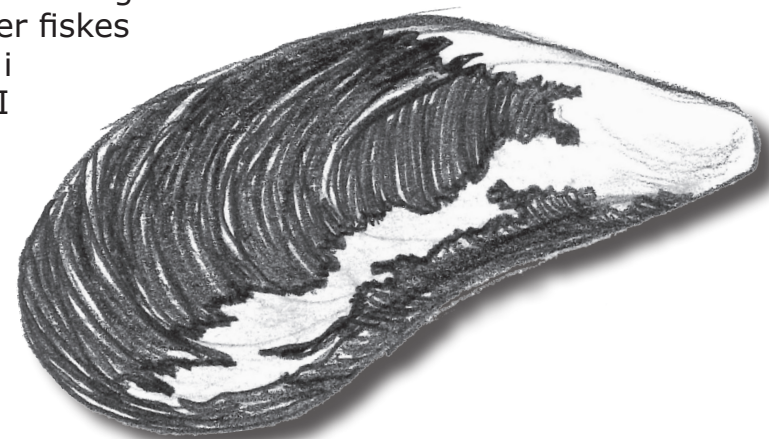
Blåmuslingen tager vand ind gennem det ene af sine ånderør, fører vandet over gællerne og ud gennem det andet ånderør. En pudsing ting er, at gællerne ikke bruges til at optage ilt fra vandet, hvilket sker over muslingens overflade. Gællerne bruges til at fange føde og består af nogle dele, der er besat med små fimrehår, som bruges til at føre det indkommende vand hen til nogle slimdækkede fødekanaler. Planktonet og det organiske materiale i vandet bliver fanget i dette slim og ført til munden.

Hos blåmuslingen findes der hanner og hunner, og

hvis du nogen sinde har prøvet at stå med nogle løsfrosne, kogte blåmuslinger i hånden, så er de orange og faste hunnerne, medens hannerne er lysegule og løsere i kødet. Når blåmuslingerne skal gyde, er det hannerne der begynder. Sæden i vandet stimulerer hunnerne til at gyde mellem 5 og 12 millioner æg hver, og en enkelt han kan sætte gang i en regulær massegydning.

Når muslingelarven efter tre uger har sat sig fast med sine byssus-tråde, betyder det ikke, at den har valgt sin plads permanent. Bliver konkurrencen for hård eller forholdene for dårlige, kan den rive trådene over og krybe på sin fod til et andet og forhåbentligt bedre sted.

Der er mange dyr, der spiser blåmuslinger, blandt andet krabber, søstjerner og edderfugle og blåmuslingen er også den musling, der fiskes mest efter i Danmark. I 2007 blev der landet ca. 57.000 tons



blåmuslinger i Danmark. Hertil kommer blåmuslinger fra opdræt.

Da blåmuslinger filtrerer havvand for alger, kan man på nogle tidspunkter af året finde muslinger, der har spist giftige alger. Muslingerne samler algerne og opkoncentrerer derfor den gift, de indeholder. I nogle sjældne tilfælde indeholder muslinger så meget gift, at man kan blive alvorligt syg – endog dø – af at spise dem. Det er derfor vigtigt, ikke at samle muslinger i perioder med opblomstringer af giftige alger.

Det er ikke hvert år, der ses opblomstringer af giftige alger, men hvis man vil være på den sikre side, kan man lade være med at samle muslinger fra maj til og med september. Tør man ikke samle muslinger selv, kan man hos fiskehandleren købe muslinger, der er blevet tjekket for indholdet af gift.

Blåmuslingesuppe med nelliker

Rens blåmuslingerne godt i koldt vand, skrab dem fri for alger og fjern det lille stykke 'hår', der sidder i den ene side. Efter de er rensede, skal de være helt lukkede, ellers skal de kasseres.

Put lidt mousserende vin eller lignende i en gryde sammen med nelliker og grøntsager; f.eks. gulerødder, løg, selleri osv. og kog det hele op

Tilsæt smør og muslinger og lad det simre ca. 10 min., hvorefter der smages til med salt og peber. Alle muslingerne skal nu være åbne, ellers skal de kasseres.

Spis grillet brød til.



Knivmusling

Solenidae sp.

Der findes fem slags knivmuslinger i Danmark, og de kan alle spises. Knivmuslingerne kendes på, at de ligner knive, men det kan være svært at skelne de enkelte arter fra hinanden. Inden for de seneste 20-30 år er en ny knivmusling begyndt at sprede sig i Danmark, nemlig den amerikanske knivmusling. Den blev først observeret i Danmark i Vadehavet i 1981 og kan nu findes i alle danske farvande. På trods af dette lader det dog ikke til, at den amerikanske knivmusling udgør samme problem som så mange andre indvandrede arter, nemlig at de udkonkurrerer de lokale arter, fordi de ingen fjender har. Den amerikanske knivmusling bliver spist af bl.a. ederfugle, og det ser ud som om, den har fundet sig sin egen plads i økosystemet.

Knivmuslingerne har det tilfældes, at de er meget hurtige gravere og at de graver sig relativt dybt ned i havbunden (op til 40 cm). De graver ved først at åbne skallen og fylde foden med vand. Det får foden til at skyde ned i sandet, hvor den forankres. Muslingen tømmer så foden for vand, hvilket somme tider kan ses ved lavvande, hvor en vandstråle på op til en meter over sandet kan ses, når knivmuslingerne graver. Når vandet tømmes ud af foden, trækker den sig sammen og muslingen hives derfor ned i sandet. De største knivmuslinger kan hive sig selv en halv

meter ned i sandet!

Knivmuslingerne lever, som mange af de andre gravende muslinger, af at filtrere organisk materiale fra det vand, de suger ind via ånderørene. De gyder flere gange i løbet af foråret og larverne er fritsvømmende i en måneds tid, før de slår sig ned på bunden. Man mener, at knivmuslinger kan blive ca. 10 år gamle.

Den amerikanske knivmusling er den af knivmuslingerne, man oftest ser som skaller på stranden. Måske fordi det er den, der lever tættest på kysten, eller fordi det er den, der er flest af. Knivmuslingerne er ikke nemme at se i levende live, da de graver så hurtigt. Hvis man skal indsamle dem, skal man gå ud ved lavvande og lede efter de nøglehulsformede huller efter ånderørene i sandet. Når man har fundet et, kan man hælde salt eller saltopløsning ned i hullet, hvorefter knivmuslingen kommer op til overfladen, hvor man så forsigtigt kan lirke den fri. Vær opmærksom på, at knivmuslingerne kan springe, og opbevar dem derfor i en smule vand i en spand med låg. Knivmuslingerne fiskes kommercielt og man kan derfor også finde dem hos nogle fiskehandlere.



Knivmuslinger med øl

Udvand muslingerne i rent rindende vand ca. 15 minutter, så al sand m.m. er væk. Tjek dem så en ekstra gang, så man er sikker. Alle de muslinger, der ikke er lukkede på nuværende tidspunkt, skal kasseres.

Tag alle muslingerne og læg dem på et dobbelt foldet stykke sølvpapir eller i en bradepande. Sørg for, at der ikke er nogen muslinger, der ligger oven på hinanden, da de alle skal have lige meget varme. Læg så bradepanden eller sølvpapiret ind på nogle gløder i et bål eller på grillen i ca. 1-2 minutter - eller indtil muslingerne begynder at åbne sig. Det er vigtigt, at man tager dem af, lige når de åbner sig.

Køl muslingerne af.

Tag lidt dag gammelt brød og smulder det helt fint, bland det så med lidt olie eller smør (kan undslades), salt og peber og stil til siden.

Tag de kolde muslinger og pil den øverste skal af, således at muslingen ligger i den nederste skal. Du tager så din medbragte øl og hæld et par dråber over hver musling og drysser brødblandingen over muslingerne.

Nu lægges muslingerne ind i gløderne igen med skal-siden nedad, så vil de langsomt gratinere og er færdige efter ca. 2-4 minutter.

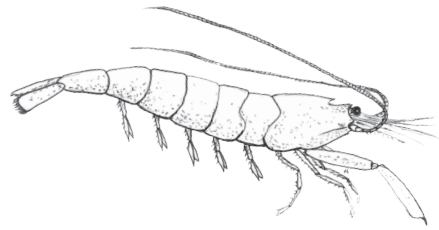
Muslingerne tages ud af gløderne og køles lidt af, og så er der den anden musling, mens man drikker resten af øllen til.

FANTASTISK!!!!!!



Hestereje

Crangon crangon



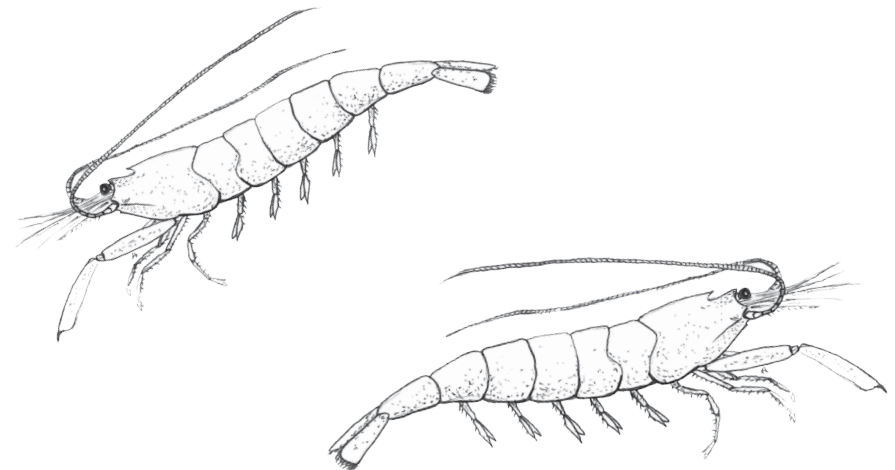
Hesterejen er en tynd og aflang reje, der let kan skelnes fra de andre danske rejer på, at den kan ligge udstrakt på 'maven' og på hovedet, der har en flad, brat afslutning. Hesterejer kan blive lidt over 3 år gamle og kan i få tilfælde blive 9 cm lange. Der har været – og er – en del tvivl omkring hesterejernes sexliv; nogle mener, at hesterejer er hanner som små og skifter køn, når de bliver større, mens andre mener, at hannerne bare ikke bliver så gamle og store som hunnerne.

Hesterejen lever på sandbund, hvor den graver sig ned for at skjule sig for fjender og for at kunne ligge i baghold for potentielle byttedyr. Den er stort set altædende; i føden indgår blandt andet børsteorme, tanglopper og ådsler, men den spiser også tang (specielt søsalat). Hesterejen finder primært sin føde om natten og bruger i høj grad lugtesansen.

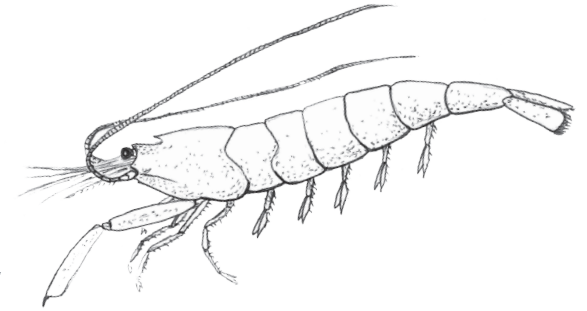
Hvis hesterejen bliver opdaget af en fjende, har den – som alle rejer – sit rejehop at falde tilbage på, idet den store halemuskel er udviklet for, at rejerne kan foretage et kraftigt spring baglæns og dermed undgå at blive spist. At halemusklen så også er grunden til, at rejer er så populær en spise blandt mennesker, har den nok ikke overvejet. Fangsten af hesterejer kan føres helt tilbage til den tidlige middelalder,

idet denne fangst nævnes i Wilhelm Erobrerens Doomsday Book (færdiggjort i 1086), og hesterejen fanges stadig i enorme mængder: Igennem de sidste 50 år har den globale fangst af hesterejer ligget på ca. 40.000 tons i gennemsnit.

Når hesterejen koges, bliver den ikke rød som andre krebsdyr. Den røde farve skyldes et rødt farvestof, astaxanthin, som hesterejen ikke har brug for (da den kun skal ligne sand og ikke tang), hvorfor den ikke producerer det. Astaxanthin er normalt bundet til et protein, men hvis krebsdyret koges, bliver proteinet ødelagt og den røde farve fritlagt. Det er i øvrigt det samme stof, der farver ørred og laks røde.



Salat af hestereje, rødbeder og mælkebøtter



Skyl rejerne og kom dem i spiskogende vand tilsat lidt salt og sukker. Kog dem ca. et minut og hæld så vandet fra og lad dem afkøle. Pil dem.

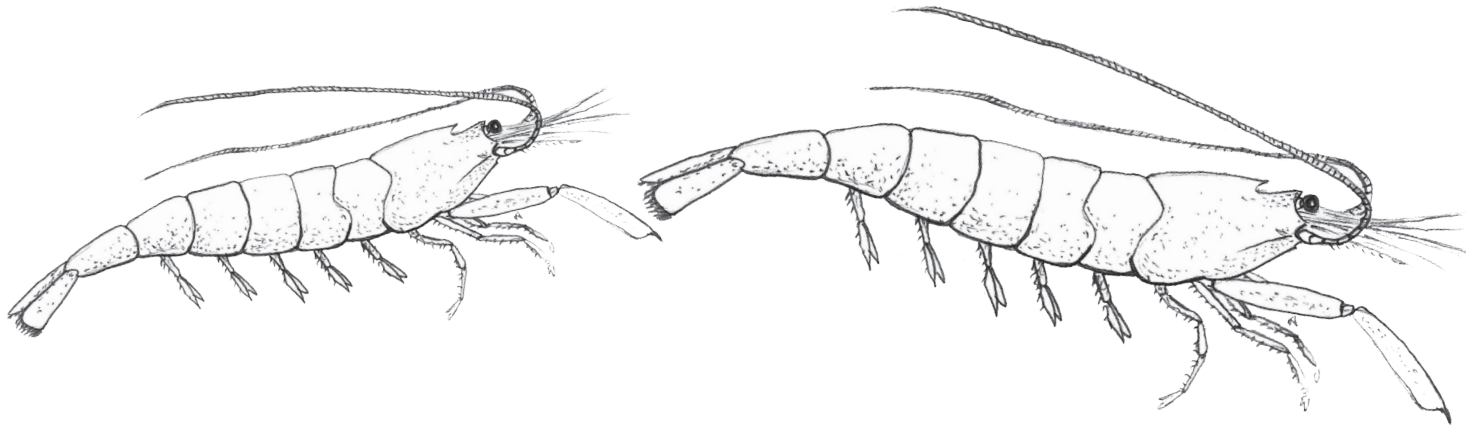
Nu er det kun fantasien der sætter grænser, for næsten alt kan kommes i salaten. Jeg bruger dog tit mælkebøtteblade, ristede jordskokker, glaserede rødbeder eller hvad sæsonen ellers tillader.

Her har jeg valgt at lave salaten med rødbeder og mælkebøtter.

Pluk friske mælkebotteskud og skyl dem godt.

Find nogle fine små rødbeder og kog dem i 15 minutter i let saltet vand, lad dem køle af og pil skindet af. Skær dem i små tern.

Bland mælkebøtterne med rejerne og drys med tern af rødbede og krydder med groftkværnet peber. Værsgo.



Fjordreje

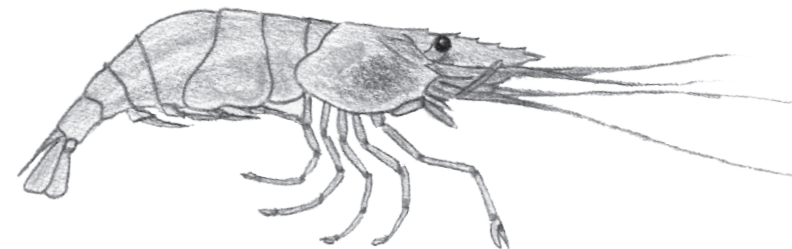
Palaemon adspersus



Fjordrejen har mange navne, da den ofte er opkaldt efter det sted, hvor den fanges. Roskildereje er nok det mest kendte, men også Kertemindereje, Limfjordsreje og Holbækreje er navne på fjordrejen. Af de tre rejer, vi fanger til konsum i Danmark, er fjordrejen den, der fanges færrest af: I fiskeristatistikkerne indgår fjordrejen i 'andre rejer', hvoraf der i 2007 blev landet 47 tons. Til sammenligning blev der landet 1.935 tons dybvandsrejer og 3.975 tons hesterejer i Danmark samme år. Til privat brug er en rejeruse den nemmeste måde at fange rejer på, men har man ikke en sådan, er strygning med rejehov også en effektiv måde. Husk at fjord- og tangrejer sidder i tang og ålegræs, hvorimod hesterejerne findes på sandbunden.

Da man finder fjordrejen i tang og ålegræs og de skifter farve efter omgivelserne, kan de være ret svære at få øje på. Lemmerne hos fjordrejen er specialiserede, idet de fem par ben, der sidder på brystet, er gangben; de lemmer, der sidder på bagkroppen, er svømmeben; og dem, der sidder foran brystbenene, er mundlemmer, som bruges til at fastholde og tygge føden. Fjordrejen er stort set altædende.

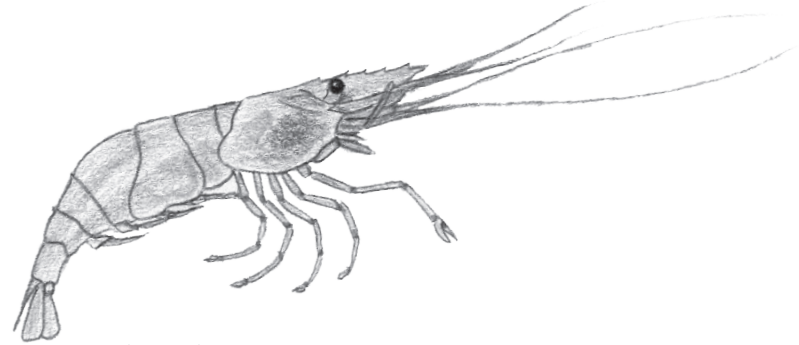
Fjordrejen er at finde på dybt vand vinteren over,



men vandrer ind på lavt vand i maj. Dette falder sammen med rejens parring, der sker, når havtemperaturen stiger. Parringen sker ved, at en eller flere hanner anbringer en sædklump ved hunnens kønsåbning. Når hunnen gyder æggene, passerer de sædklumpen, hvorved de befrugtes. De befrugtede æg klæber sig til halefødderne, og hunnen bærer rundt på æggene, til de klækker 1 måned senere. En stor hun kan lægge op til 2.500 æg ad gangen. Over den næste måneds tid lever larverne oppe i vandet og gennemgår seks udviklingstrin, før de ligner de voksne og slår sig ned på havbunden. Fjordrejen bliver kønsmoden, når den er et år gammel, og kan få unger to-tre gange på en sommer. Hunnerne vokser fra starten hurtigere end hannerne, og det er da også dem, der når den største størrelse på 8 cm efter tre-fire år. Om vinteren vokser rejerne ikke.

Fjordrejer er kendt for at foretage massevandring om sommeren – blandt andet kendt fra Kerteminde Fjord. De vandrer om natten, og man regner med, at vandringen er en gydevandring af ægbærende hunner, der bringer æggene ud på dybere vand i sikkerhed for de højere temperaturer på det lave vand.

Fjordrejer med æble og salturt



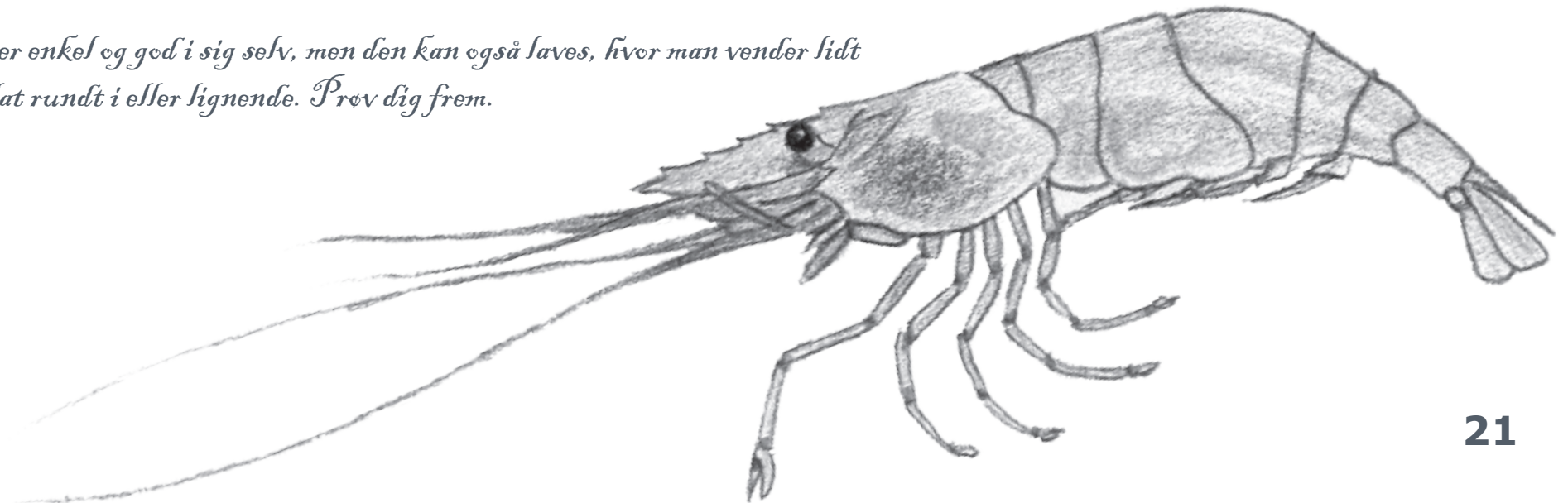
De levende fjordrejer puttes i let saltet kogende vand, gives et hurtigt opkog, køles så hurtigt ned og stils til side.

Tag et æble og skær det i så små tern som muligt og stænk med lidt citreusafst, hvidvin eller lignende. Stil til side.

Tag salturten, skyl den godt og lad den dryppe hest af for vand. Opvarm en pande med lidt olie på til den er stegende varm, og rist salturten hårdt i 4-5 sekunder, og lad den køle lidt af.

Nu mikses rejer, salturt og æble forsigtigt sammen og nydes evt. med en tør hvidvin.

Retten er enkel og god i sig selv, men den kan også laves, hvor man vender lidt frisk salat rundt i eller lignende. Prøv dig frem.



Strandkrabbe

Carcinus maenas

Strandkrabben er en meget almindelig og hårdfør krabbe. Den lever tæt på kysten og er i stand til at tåle store svingninger i temperatur og saltholdighed. Den kan sågar tåle at være helt ude af vandet i lang tid. Man kan finde strandkrabben i alle danske farvande, dog meget få ved Bornholm. Dette skyldes, at krabbens larver ikke er så tolerante over for lav saltholdighed som de voksne og ikke kan overleve i det relativt ferske vand i Østersøen. Alle de krabber, man kan finde ved Bornholm er altså vandret derind fra Bælthavet.

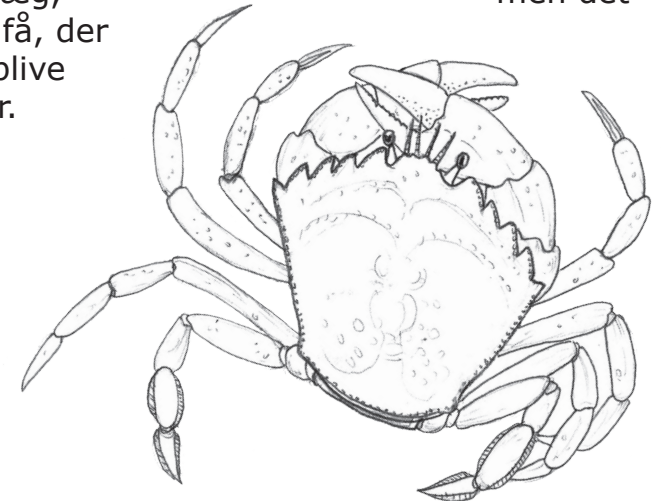
Man kan finde strandkrabber i mange farver; blå, grønne, røde og brune. Det lader til at det både er krabbens gener samt økologiske faktorer, der bestemmer farven på den enkelte krabbe. Som små skifter krabberne farve i løbet af døgnet, hvor de er lysere om dagen end om natten.

Strandkrabben lever af ådsler, muslinger, fisk og i det hele taget alt, hvad den kommer i nærheden af: Studier har vist, at krabben gennem sit liv kan spise dyr (og nogle få planter) fra 158 slægter! Det lader dog til, at den ikke rigtigt bryder sig om søstjerner. Krabben har mange sanser, den kan bruge, når den skal jage. Den kan smage og føle sig frem, men kan højst sandsynligt også bruge synet. Krabben er mest

aktiv fra forår til efterår og ligger stort set i dvale hele vinteren. Den er primært aktiv om natten, men kan sagtens ses fremme om dagen.

En strandkrabbe kan blive op til 8 cm bred over skjoldet, veje 150 g og kan blive 5 år gammel. Det er hannerne der bliver størst. Krabben vokser, som alle krebsdyr, inden i sin skal og skal skifte denne, når den bliver for trang. Fra den er larve til den når den maksimale størrelse, skal en krabbe skifte skjold 24-25 gange.

Krabbernes parring foregår oftest om sommeren, og hunnen bærer rundt på æggene vinteren over, selvom man nogle steder kan finde hunner med æg hele året. En enkelt hun kan bære rundt på op til 185.000 æg, men det er kun ganske få, der ender med at blive voksne krabber.





Suppe af strandkrabbe med æbler og vandmynte

Skyl de levende krabber og flæk dem på langs. Den nemmeste måde er at lægge krabben på ryggen og hugge til, før den får vendt sig om.

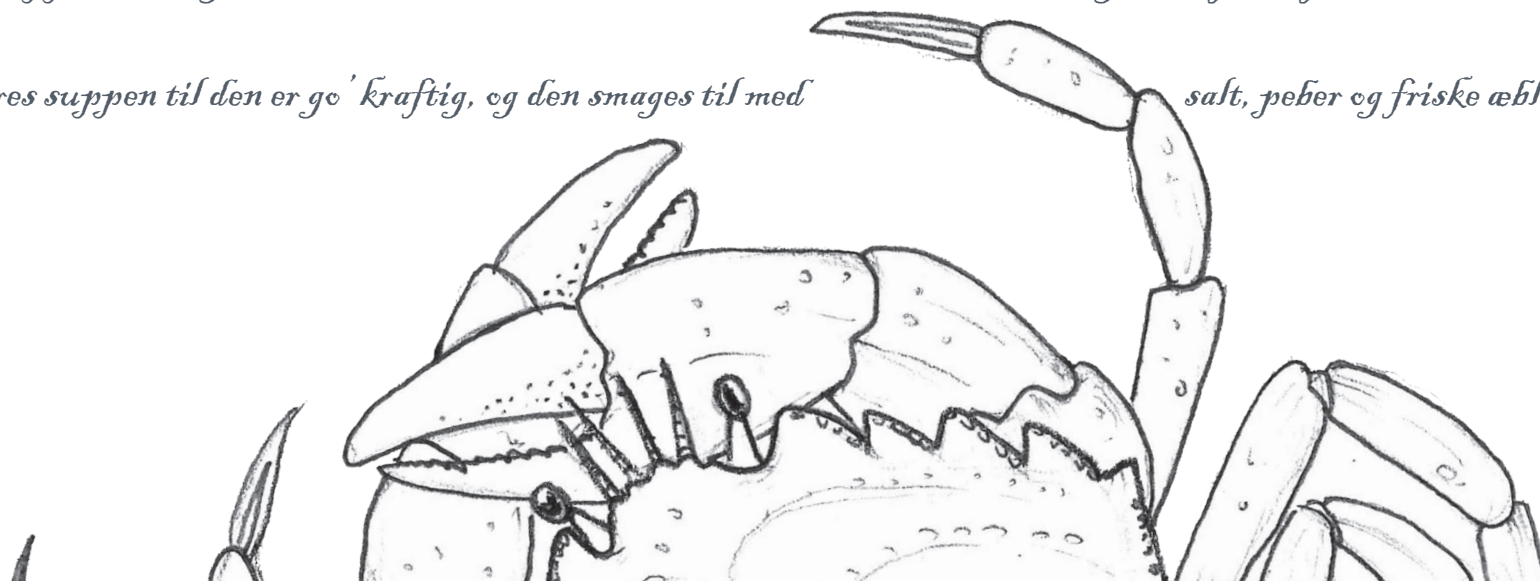
Gå nu i haven og saml alle de grøntsager, der er tilgængelige på dette tidspunkt, gerne rødfrugter.

Orden grøntsagerne og snit dem i små stykker (der skal ca. være lige så mange grøntsager, som der er krabber).

Tag nu en gryde eller lignende og stil den ind i gøderne på et bål, brun krabberne i lidt olie og tilsæt så grøntsagerne og svits det hele godt. Tilsæt nu 1 dl æblecider pr. person. Lad nu suppen koge i 30 min (tilsæt gerne lidt vand, hvis væsken er ved at koge væk). Når suppen har kogt de 30 minutter, knuses krabbeskallerne med en ske eller lignende for at få det sidste smag ud og suppen sigtes.

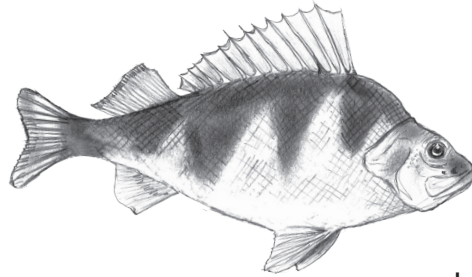
Herefter reduceres suppen til den er go' kraftig, og den smages til med

salt, peber og friske æbletern



Aborre

Perca fluviatilis

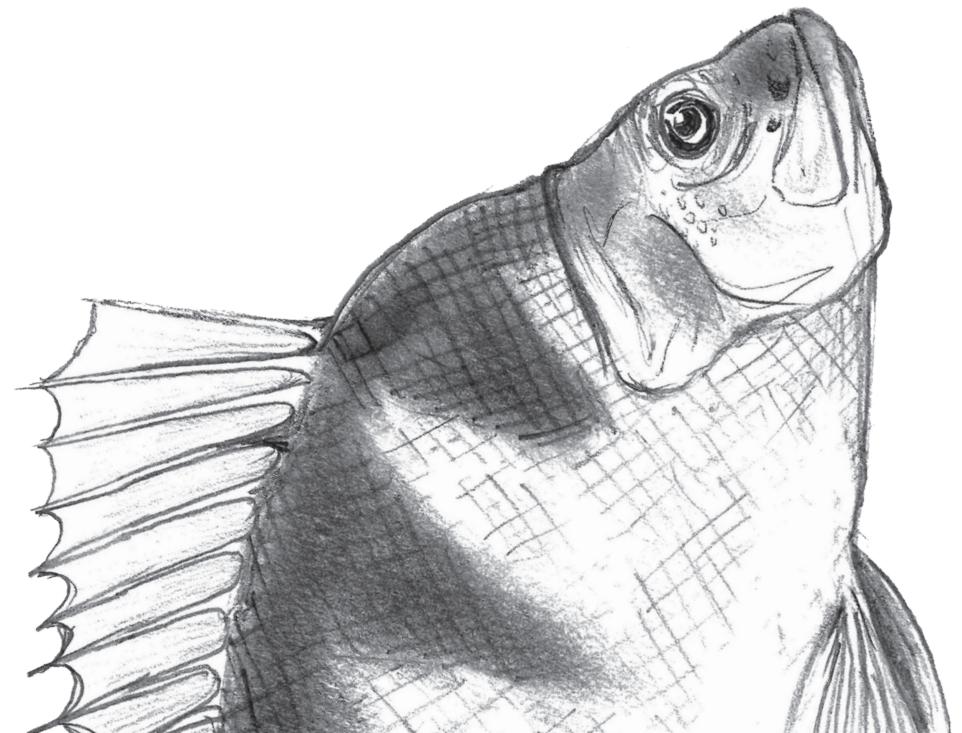


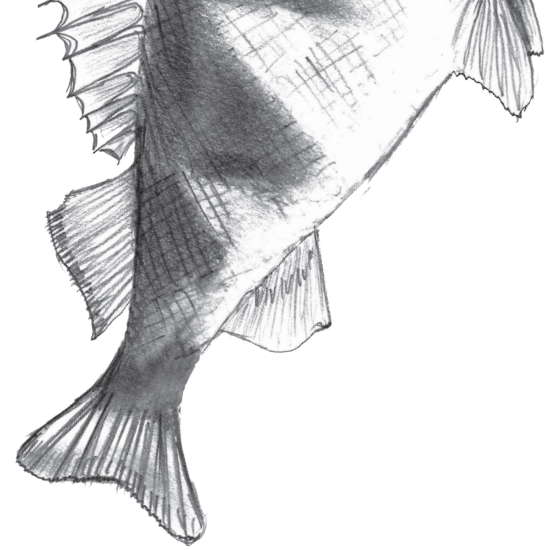
Selv om de fleste nok kender aborren som en ferskvandsfisk, trives den også i havet, så længe saltindholdet i vandet ikke er for højt.

Aborren er ikke en hurtigtvoksende fisk; selvom den vokser 7-8 cm det første år, er den ni år om at opnå en længde på 30 cm. Væksten er, som hos alle fisk, meget afhængig af udbuddet af føde. I små søer kan man finde stimer af små aborrer, som alle konkurrerer med hinanden om den smule føde, der er til rådighed, og derfor vokser ingen af dem ret meget. Disse samfund kaldes 'tusindbrødre-samfund' og kan også ses hos andre dyr – f.eks. hos vandmænd i Kertinge Nor. Omvendt er det ofte i brakvandsområder, man om sommeren finder de største individer af aborre, som er trukket derud for at nyde godt af det rige udbud af føde.

Gydeperioden ligger om foråret i bestemte områder, hvortil hannerne ankommer først. Når en gydemoden hun ankommer, bliver hun jagtet af en kø på op til 25 hanner. De forreste to vil skubbe til hende med snuderne for at få hende til at gyde æggene. Hunnen lægger æggene i et langt hvidt bånd, der kan blive helt op til en meter, mens hun svømmer ind og ud mellem planter, sten m.v., hvorefter de forfølgende hanner befrugter æggene. Æggene smager ikke godt og er dermed, til en vis grad, beskyttet mod

at blive spist af andre fisk. Efter 1-3 uger klækker æggene, og ynglen bliver stimevis i nærheden af udklækningsstedet, indtil blommesækken er opbrugt. Aborren er også som voksen stimefisk, og stimen samarbejder i jagten på de hundestejler og andre småfisk, der udgør deres bytte.





Aborre med kirsebær, citrontimian og radiser samt en snært af ramsløg

Start med at filetere aborren, men behold skindet på og fjern alle benene med en pincet eller lignende.

Tag så nogle røde eller gule kirsebær, som du halverer, og tag stenen ud. Skyl citrontimianen godt, pluk den i små stykker og bland den med de halve kirsebær.

Radiserne skylles godt og skæres i tynde skiver, hvor toppen også indgår.

Nu tager du 3 af de bredeste blade fra ramsløg, du kan finde, og lægger dem på langs, så de overlapper hinanden. Så kommer du en lille portion af kirsebær/timian blandingen ind på midten af dit underlag af ramsløg, og ovenpå lægger du en aborrefilet.

Nu folder du, så godt du kan, ramsløg-bladene omkring fisken, så de danner en lille pakke.

Pak pakken ind i noget sølvpapir og sørg for, at den er ordentligt lukket. Læg så pakken ind i gløderne på et bål og lad den bage/dampe i ti minutters tid. Bagefter tager du pakken ud af sølvpapiret og fjerner ramsløgene, der er rundt om fisken, da de kun var der for at beskytte fisken samt give den en snert af ramsløgsmag.

Server fisken med kirsebærrene og drys med de tynde skiver af frisk radise.

Almindelig ulk

Myoxocephalus scorpius

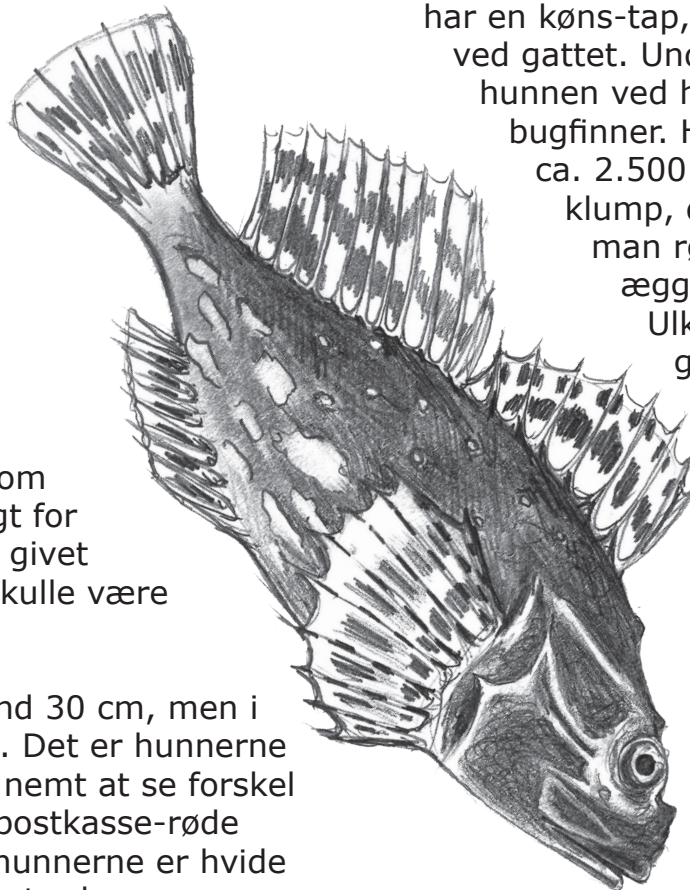
Den almindelige ulk er en rigtig bundfisk; den er en dårlig svømmer, der mangler svømmeblære, men er til gengæld velcamoufleret i forhold til sit levested mellem tang og sten. Ulken har et stort hoved og en stor mund, og den er i stand til at spise bytte, der er lige så stort som ulken selv. Føden er primært fisk og krebsdyr, men ulken spiser stort set alt, hvad der bevæger sig.

På gælleågene findes flere pigge, som har til formål at gøre det ubehageligt for et rovdyr at spise ulke. Piggene har givet grobund for historier om, at ulken skulle være giftig, men det er den IKKE!

Ulken bliver i Danmark ikke mere end 30 cm, men i Arktis kan den komme op på 60 cm. Det er hunnerne der bliver størst. I gydetiden er det nemt at se forskel på han og hun, da hannerne bliver postkasse-røde med hvide prikker på maven, hvor hunnerne er hvide eller svagt gullige. Hos ulkene befrugter hannen

æggene inde i hunnen, til hvilket formål hannen har en køns-tap, der er noget forlænget hudvæv ved gattet. Under parringen fastholder hannen hunnen ved hjælp af sine store, ru bryst- og bugfinner. Hunnen lægger efter kort tid de ca. 2.500 æg på bunden i en sammenkittet klump, der føles lidt som gummi, hvis man rører ved dem. Hannen bevogter æggene, til de klækker 5 uger senere. Ulke er kønsmodne, når de er to år gamle.

Ulken har mange kælenavne, hvor 'København' og 'Jydetorsk' er de mest almindelige – lidt afhængig af, hvor man bor i landet.



Sprødstegt usk med ærtedip

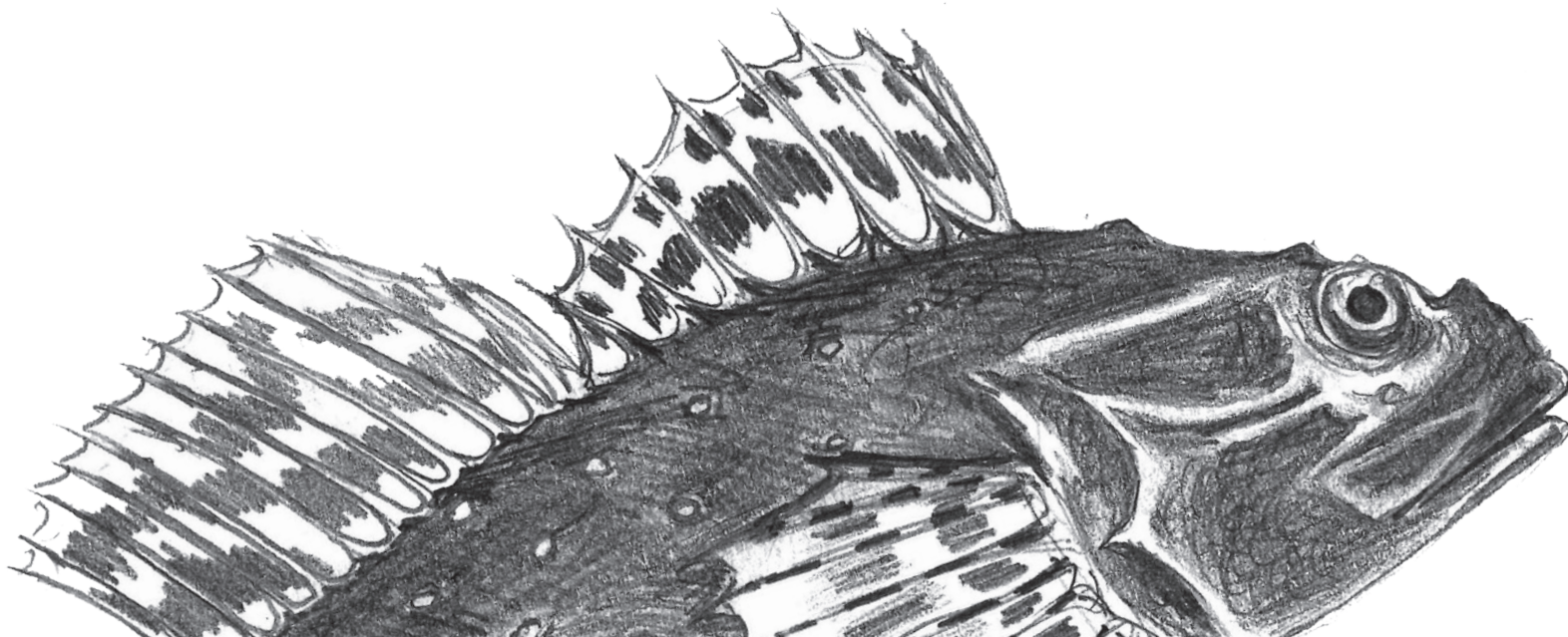
Fisken skal ordnes, således at det, du bruger, er fileterne uden skind. De skal så skæres i 5x1 cm tykke skiver.

Rul skiverne i æggehvide og derefter i vild timian, der er hakket fint.

Tag en gryde og kom ca. 1 cm olie i bunden. Når den er varm, steges fiskestykkerne sprøde på alle sider.

Pluk nogle friske ærter og bælg dem, kog dem møre i vand. Kom dem op i en skål med lidt olie og frisk mynte, mort det så godt du kan, til det er en form for pasta. Smag til med salt og peber.

Dyp et fiskestykke i ærtedippen og spis. Velbekomme.



Havørred

Salmo trutta

Havørreden er en af de mest kendte fisk i Danmark, og den er absolut Danmarks sportsfisk nr. 1. Lystfiskeriet efter den er så stort, at man på Fyn har gjort det til en turistattraktion.

Havørreden er nært beslægtet med laksen, og de ligner hinanden meget. En måde at se forskel på de to er ved at se på øjets placering i forhold til munden: Hos ørreden strækker overkæben sig forbi øjets bagkant, mens den hos laksen ikke strækker sig længere end til bagkanten af øjet. Havørreden er i øvrigt samme fiskeart som bækørred og søørred; det er kun valget af levested som voksen, der adskiller dem.

De voksne ørreder vandrer i juli til november op i det vandløb eller den å, hvor de selv blev klækket, for at gyde. På gydepladsen graver hunnen et hul i noget grus på bunden. Hannen befrugter æggene samtidig med, at hunnen gyder dem, hvorefter hun dækker æggene i hullet til med grus. Herefter overlades æggene til sig selv, mens de voksne i det tidlige forår vandrer ud i havet igen. Om foråret klækker æggene, og de små ørreder lever i op til 5 år i ferskvand, før også de vandrer ud i havet. Som lille spiser havørreden insekter og små krebsdyr, som den jager ved at ligge på lur i skjul af sten, planter eller lignende.

Som voksen er havørreden en aktiv jæger, der ofte jager om natten. Føden er nu vandlopper, rejer og mindre fisk som tobis og hundestejler. I havet vokser havørreden sig hurtigt stor, og efter et ophold på op til 5 år, vandrer den tilbage for selv at gyde.

Forskellen på et liv i hhv. saltvand og ferskvand er rimelig dramatisk. En fisk, der lever i ferskvand, har et højere indhold af salt i kroppen i forhold til vandet. Den vil derfor opleve, at vandet udefra strømmer ind i fiskens krop via gællerne, samtidig med at den mister salt med urinen. Fiskens løsning på dette er at optage salt aktivt over gællerne, udskille en urin med meget lavt saltindhold og ikke at drikke. Omvendt har en fisk, der lever i saltvand et lavere indhold af salt i kroppen i forhold til vandet og vil derfor miste vand til omgivelserne. For at opveje dette, må fisken drikke saltvand. Derved får den for meget salt ind i kroppen og udskiller dette aktivt over gællerne og med urinen. En fisk der, som ørreden, skifter mellem fersk- og saltvand, må derfor være i stand til at 'vende' funktionen af nyrerne såvel som funktionen af de proteiner, der håndterer transporten af salt over gællerne.

Skindstegt ørred på glødende sten, hertil mælkebøttesalat med bær

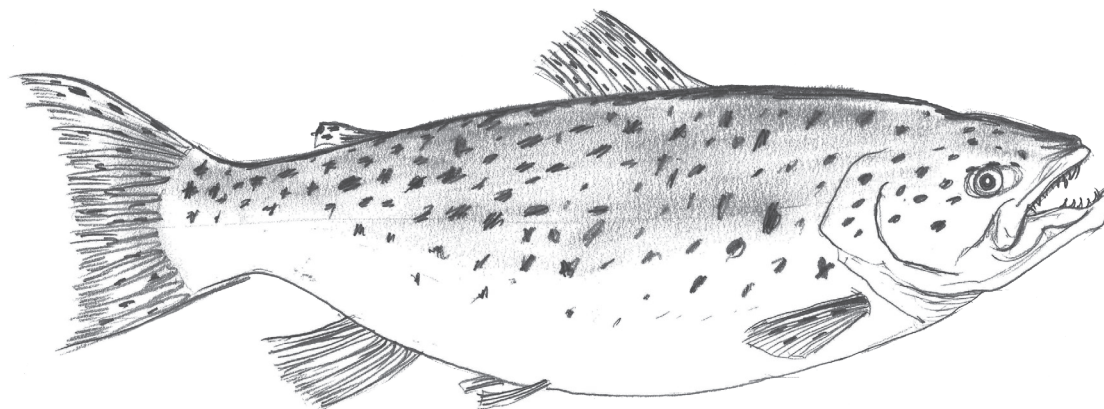
En stor flad sten lægges i et bål til den bliver brændende varm. Husk ikke at bruge flint, da det kan sprænge!

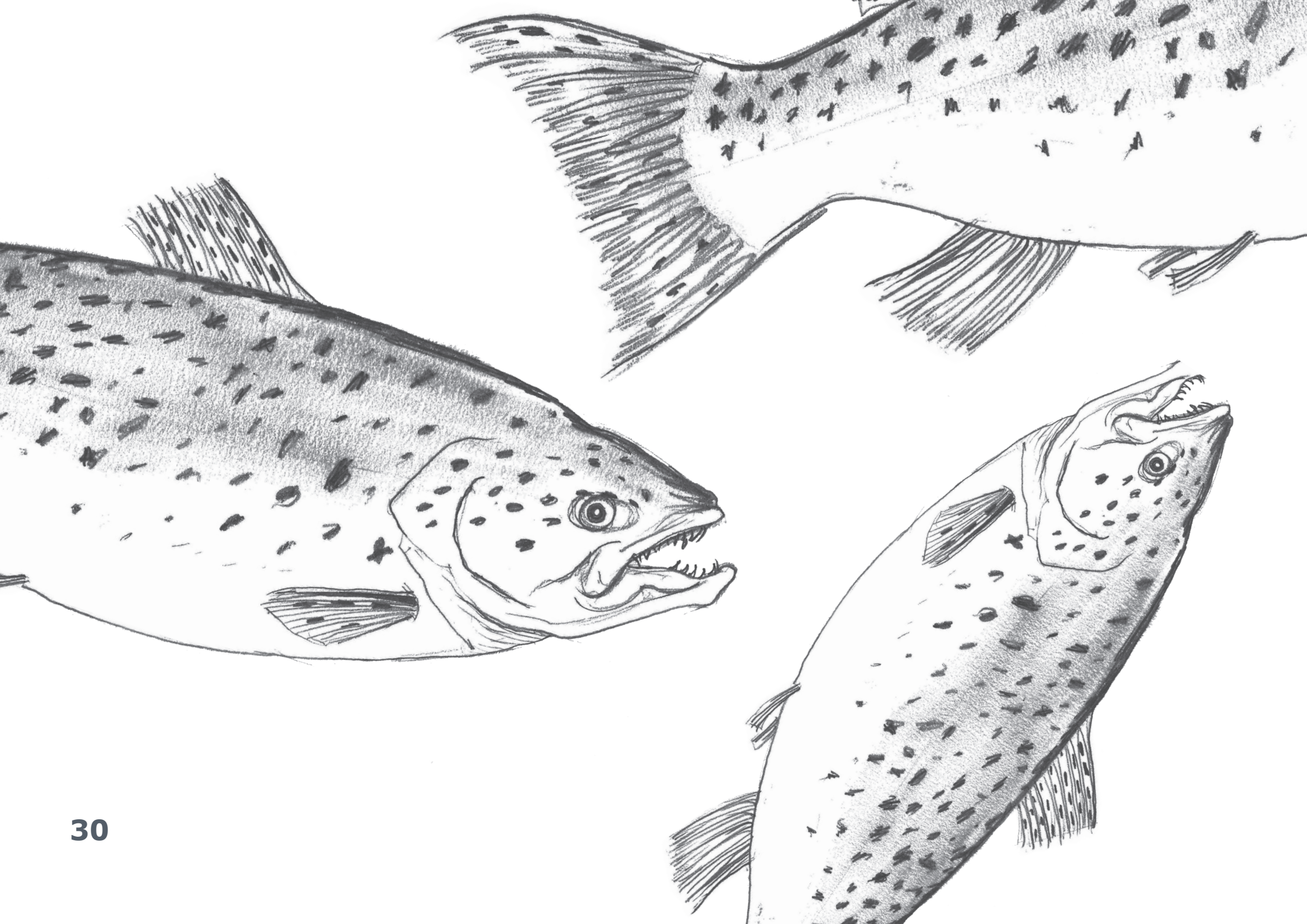
Hierafter ordnes fisken for skæl og fileteres. Rids fileterne på skindsiden og læg dem på den varme sten med skindsiden nedad.

Pluk mælkebøtterne, du skal bruge både de grønne blade og de gule kronblade. Bland dem med citrontimian og friske bær (alle former for salat kan dog bruges).

Når fisken er helt sprød på skindet, og man kan se, at den er ved at være færdig, krydrer man med havsalt og peber, tager fisken af stenen, og lader den trække i 5 minutter.

Hierafter serveres den med salat og dressing.







Ørred i dagens avis med masser af urter og kærlighed

Tag en avis med rigtige, gamle papirsider og gennemvæd den i saltvand og rens ørreden for skæl og indvoldsde. Hoved og finner beholdes på.

Åben avisen på midten og læg ørreden ovenpå, fyld så fisken med alle de krydderurter og spiselige blomster du elsker. Til sidst kommes der nogle klumper smør, samt salt og peber, i fisken - og måske 2-3 citreusskiver - hvorefter avisen lukkes så tæt som muligt rundt om fisken.

Smid pakken i et bål eller ind i gløderne på en grill og giv den ca. ½-1 time efter størrelse. Fjern derefter den sorte og forkullede avis med forsigtighed, og den mest fantastiske urtedampede fisk kommer frem.

Server med f.eks. nye kartofler, der koges på stedet, og bed så en bøn, hvor du værdsætter alt, hvad der er enkelt og smukt, inden du smager.



Rosmarin-røget ørred med bærkompot

For de, der har en lille transportabel røgeovn, er denne ret fantastisk. For de, der ikke har, er det lige så godt - så skal man bare bruge en aluminiums bradepande eller en almindelig bradepande med rist.

Ørreden ordnes for skæl og indmad, hvorefter den skæres ud i koteletter gennem rygbenet.

Læg koteletterne på risten. I bradepanden lægges rygesmuld (kan købes i fisk og vilddt butikker eller i butikker, der sælger fiskegrej), der blandes med masser af rosmarin. Læg risten over bradepanden, så fisken er ca 5 cm fra bunden. Det hele overtrækkes med stanniol, så der ikke kan komme røg ud.



Stil så bradepanden over en grill eller bål, så rygesmuld og rosmarin begynder at frigive røg og smag. Lad en gang imellem på stanniolen for at fisken ikke får for meget røg, da det ikke smager godt. Når man vurderer, at fisken har fået nok røg, tages den ud. Er den ikke helt færdig, griller eller steger man den bare færdig på normal vis.

Find alle de dejlige danske bær du kan (blommer og signende kan også bruges) og kom dem i en gryde - evt. sammen med nogle hysdebismster. Drys med sukker og lun dem forsigtigt op, så det koger sammen til marmelade konsistens.

Servér fisken med masser af kompot.

Hornfisk

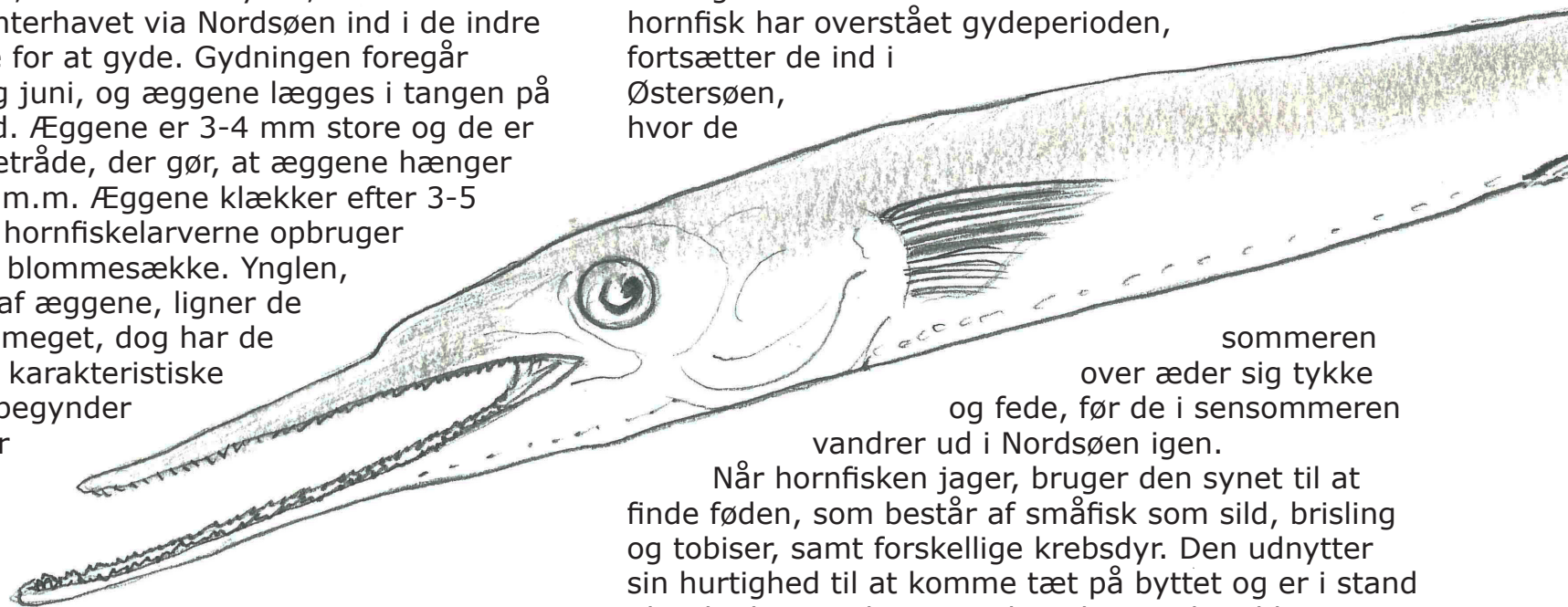
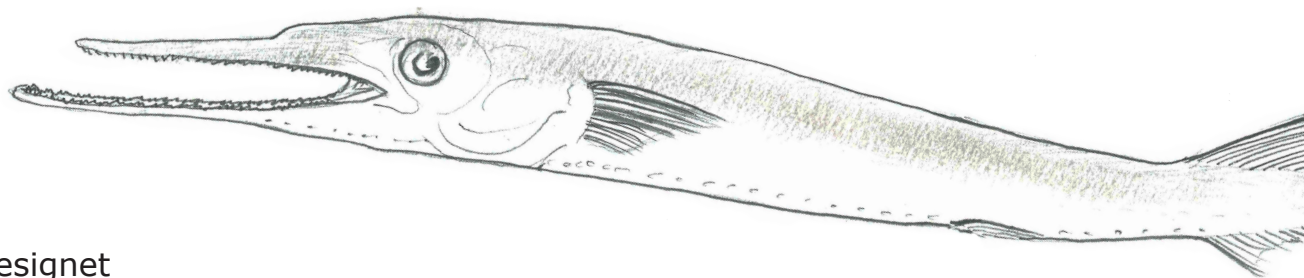
Belone belone

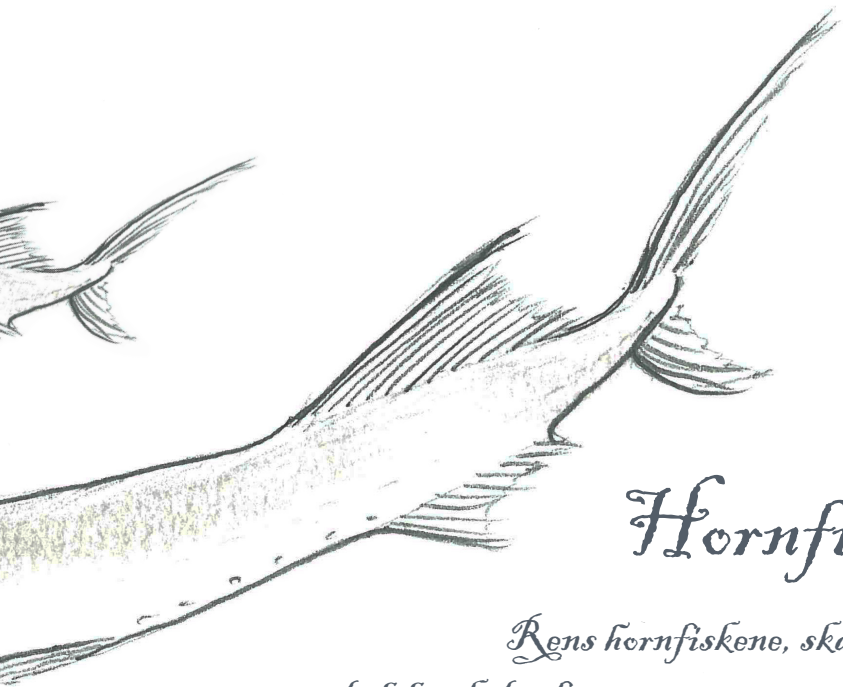
Hornfisken er en lang, slank fisk, der er designet til at svømme hurtigt. Den lever i stimer og for mange danskere er fiskeri efter hornfisk en yndet forårsbegivenhed, hvor man udnytter, at hornfisken trækker fra Atlanterhavet via Nordsøen ind i de indre danske farvande for at gyde. Gydningen foregår primært i maj og juni, og æggene lægges i tangen på relativt lavt vand. Æggene er 3-4 mm store og de er besat med hæftetråde, der gør, at æggene hænger fast i tang, sten m.m. Æggene klækker efter 3-5 uger, hvorunder hornfiskelarverne opbruger energien i deres blommesække. Ynglen, der kommer ud af æggene, ligner de voksne hornfisk meget, dog har de ikke hornfiskens karakteristiske næb, som først begynder at vokse ud efter klækningen –

i øvrigt med underkæben først. Når de voksne hornfisk har overstået gydeperioden, fortsætter de ind i Østersøen, hvor de

sommeren over æder sig tykke og fede, før de i sensommeren vandrer ud i Nordsøen igen.

Når hornfisken jager, bruger den synet til at finde føden, som består af småfisk som sild, brisling og tobiser, samt forskellige krebsdyr. Den udnytter sin hurtighed til at komme tæt på byttet og er i stand til at bedøve sit bytte med et slag med næbbet, hvorefter det nemt kan samles op. Hornfisken er kendt for sine grønne ben, der skyldes ophobninger af et, i øvrigt ufarligt, jernholdigt stof kaldet vivianit. Det samme kan ses hos ålekvabber.





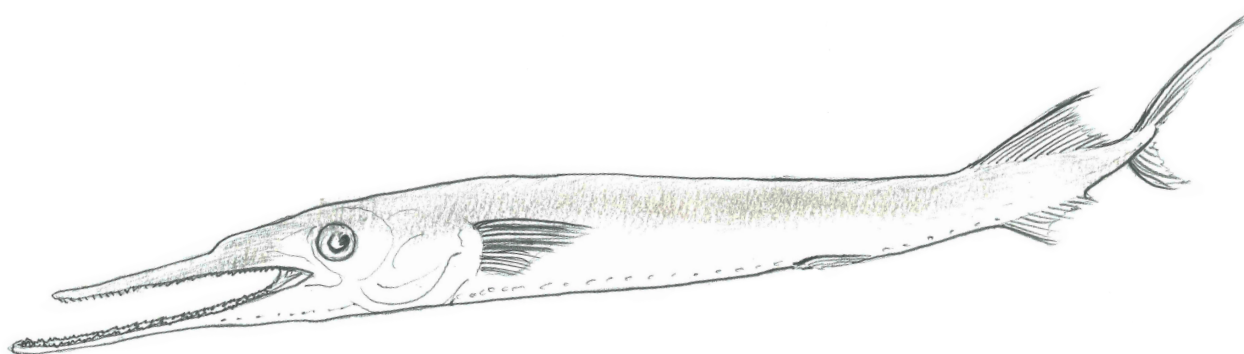
Hornfisk braiseret på strand-malurt og øl

Rens hornfiskene, skær dem i 6-7 cm lange stykker og vend dem i valmuefrø. Rist dem i olie, så de er sprøde, og lad dem køle af.

Tag en af dine medbragte øl og hæld ca. halvdelen ud i en gryde, hvori der ligger friskpukket strandmalurt og en halv brette honning eller sirup.

Hornfiskene skal ligge ovenpå malurten, så øl og honning kun lige dækker fisken.

Kom låg på gryden og varm stille op, og lad det simre ca. 15 min. Så er fisken klar, og hvis man koger lagen lidt ind, er den fantastisk som sauce.



Hvilling

Merlangius merlangus

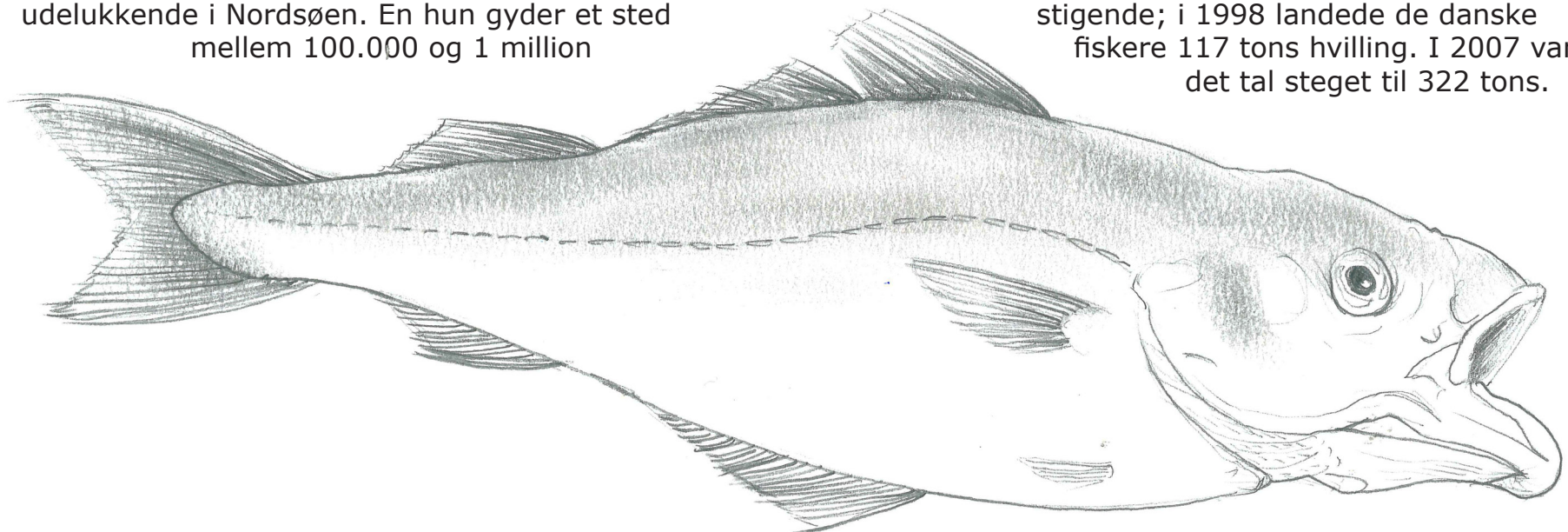
Hvillingen er en torskefisk, der ligner torsken meget. I modsætning til torsken har den dog lange, spidse tænder og mangler skægtråd som voksen. Hvillingen kan blive op til 70 cm lang, men den bliver sjældent mere end 40 cm.

Hvillingen er ikke så knyttet til havbunden, som andre torskefisk, og jager sildeyngel, torsk, kuller, svømmekrabber, blæksprutter, børsteorme, tobis, kutlinger og meget andet – også mindre artsfæller ryger ned.

Når en hvilling er 2-4 år gammel, er den kønsmoden, og gydningen hos de danske hvillinger foregår udelukkende i Nordsøen. En hun gyder et sted mellem 100.000 og 1 million

æg, og larverne bliver så ført med strømmen ind i de indre danske farvande. Det anslås, at flere hundrede milliarder hvillinge-larver bliver ført denne vej. Ynglen holder ofte til imellem fangtrådene på forskellige gopler, hvilket yder dem sikkerhed for eventuelle fjender. Når en hvilling er 5-10 cm lang, forlader den goplernes beskyttelse og søger mod havbunden, hvor den lever af bunddyr som hesterejer. Når hvillingen er blevet to år gammel, trækker den ud i Nordsøen igen, og man regner med, at flere hundrede millioner hvillinger svømmer ud igen hvert år.

Kødet på en hvilling betragtes som en delikatesse, men det har en kort holdbarhed. Alligevel fanges der mange hvillinger i Danmark, og antallet er stigende; i 1998 landede de danske fiskere 117 tons hvilling. I 2007 var det tal steget til 322 tons.



Lerbagt hvilling

Fisken renses, og gællerne tages ud. Nu krydres fisken indvendigt med salt og peber samt lidt olie.

Så er det ellers ud og finde noget godt ler, her kræver det selvfølgelig, at man finder noget rent ler, der ikke er blandet med jord og lignende.

Begynd nu stille og roligt at danne en lille pakke af ler rundt om fisken, men sørg for at der ikke kommer noget ler ind i fisken. Når pakken er lukket helt tæt sammen kan den evt. glattes lidt ud med lidt saltvand.

Nu puttes pakken ind i gløderne på et bål og skal bage ca. 1/2 time alt efter størrelsen på fisken, men hellere gi' den for meget, da det jo ikke er nemt at give fisken mere, efter leret er brudt.

Når du mener, at fisken er færdig, tager du den ud af gløderne, og forsigtigt slår du hul på leret med bagsiden af en kniv eller lignende. Sørg for at holde leret i så store stykker som muligt, så er det nemmere at få af fisken.

Når leret er fjernet, tages skindet forsigtigt af fisken, og kødet spises med det samme.

Makrel

Scomber scombrus

Makrellen er en stimefisk, der skal svømme hele sit liv, da den ikke kan ånde, hvis ikke den er i bevægelse. Makrelstimerne kan være enorme; der er blevet observeret en stime, der var 9 km lang, 4 km bred og 40 meter dyb, hvilket svarer til 1,44 milliarder kubikmeter. I en makrelstime svømmer der ca. 9 fisk pr. kubikmeter, hvilket vil sige, at der i ovennævnte stime var lige knap 13 milliarder makreller! Makrellens popularitet som spisefisk gør den selvfølgelig eftertragtet for fiskere, og især de store not-både, der fisker fra Vestkysten i Nordsøen, kan fange mange makreller - op til 600-1.000 tons i et kast. I Danmark blev der i 2007 landet 14.204 tons makrel af danske fiskere.

Stimerne af makrel vandrer rundt i havet efter føde; om foråret trækker de ind mod kysterne og filtrerer dyreplankton som tanglopper, vingesnegle og fiskeæg fra vandet. Dette gør de ved at svømme med åben mund og bruge gællerne som filter. De bruger også synet til at jage aktivt efter småfisk som tobis. Om vinteren, hvor makrellerne er at finde på dybere vand, tager de ikke føde til sig. Væksten hos en makrel er i starten hurtig, idet den efter et år er 20 cm og efter to år 30 cm, men derefter aftager væksten. Der er observeret makreller på 60 cm, men normalen er omkring de 40 cm. Makrellen kan leve

forholdsvis længe og den ældste makrel er angivet til at være blevet et sted mellem 17 og 25 år – kilderne er ikke helt enige på dette punkt.

Gydeperioden ligger i maj til august og foregår i vandoverfladen tæt på kysterne, hvor en enkelt hun kan gyde op mod 400.000 æg. Æggene er små, ca. 1 mm, og indeholder en dråbe olie, der gør, at de holder sig flydende i vandet, indtil de klækker efter en uges tid. Larverne bevæger sig ud på dybere vand i Nordsøen i efteråret og vender tilbage til kysterne sammen med de 2-3 år gamle kønsmodne makreller næste forår.

En pudsig detalje om makrellen er, at den mangler svømmeblære, hvilket ellers sjældent ses hos fisk, der lever i de åbne vandmasser (men som ofte ses hos bundlevende fisk som fladfisk). En svømmeblære kan sammenlignes med en ballon i kroppen, som fisken kan puste op eller lukke luft ud af, så dens vægtfylde svarer til det vand, fisken svømmer i. Makrellerne kompenserer ved aktiv svømning i stedet; en egenskab de deler med hajerne, der også mangler svømmeblære.

Makrel i saltdej med syrlige rødbeder

Kog rødbederne i saltvand, til de er møre, men stadig med bid, lad dem køle lidt af og gnid så skallen af. Skær dem i ønskede stykker og stil til side.

Rens makrellen for indvolds og fjern gællerne - men lad hoved og finner sidde på.

Lav saltdejen ved at blande 3 dele mel og 1 del salt med æg, til det bliver en fast dej.

Tag lidt under halvdelen af dejen og rul den ud, hvorefter du lægger fisken på dejen. Ovenpå lægges krydderurter, grøntsager, blomster eller lignende. Tilsæt også et par skiver citron og olie eller smør. Husk salt og peber.

Så tages resten af dejen og rulles ud, så den dækker fisken hele vejen rundt og kan nippos sammen med den nederste dej. Det er en god idé at lave pakken på et dobbelt lag af stanniol, da den så er nemmere at flytte. Læg pakken ind i gløderne på et bål eller en grill, gerne så den er dækket af gløder. Lad den ligge ca. 30-40 min.

Læg rødbederne i en bradepande eller lignende, og hæld så lidt honning eller sukker over sammen med eddike og lidt olie.

Stil bradepanden ind i bålet eller på grillen, og lad det koge sammen, til rødbederne er glaserede og helt møre. Justér med lidt mere honning eller sukker, hvis de er for sure.

Når rødbederne er færdige, vendes de rundt med strimler af frisk brændenælde; husk salt og peber.

Når fisken tages ud af gløderne, skal den lige stå et kvarter og trække, hvorefter det øverste lag saltdej tages af med en kniv. Fisken kan nu plukkes i fine stykker og spises sammen med rødbederne.

Makrel i eddike

Orden makrellen og skær den i 6x6 cm stykker, rist den på skindsiden på en varm sten, grill eller lignende (sørg for, at fisken ikke er stegt tør). Læg de stegte fiskestykker i en plastskål, glas eller lignende.

Tag nogle hyben og skær top og bund af. Del dem på midten og tag kærnerne ud. Læg dem ned sammen med fisken.

Tag en eddike, du kan lide (alt kan bruges - også almindelig lagededdike) og kog den op med ca. 1 tredjedel sukker samt en stor håndfuld grønne hyldebær.

Hæld lagen over fisken, mens den er varm, og lad den trække minimum 2-3 timer, men den kan også stå et par dage.

Saltet makrel med pigsvampe

Skær makrellen i fileter og tag benene væk med en lille pincet eller lignende.

Læg fileterne med skindsiden nedad på en tallerken eller noget andet rent og fladt. Drys dem med havsalt, lidt sukker og evt. lidt citreusafst og skal. Lad det trække mellem 2 timer og et døgn (skal det stå et døgn, bruges der lidt mindre salt, end hvis det skal stå 2 timer).

Rens pigsvampene og rist dem hårdt af i gryde, pande eller lignende. De vil frigive meget saft, så bliv ved med at riste svampene, til der ikke længere er mere saft i dem. Lad svampene køle af.

Pluk en god håndfuld skvalderkål, sortér de pæneste fra og skær dem i tynde strimler. Bland strimlerne med olie, salt, peber og de ristede pigsvampe.

Skær makrellen i tynde skiver uden at få skindet med, læg skiverne på et fad eller tallerken og garnér med blandingen af svampe og skvalderkål.

Tyklæbet Multe

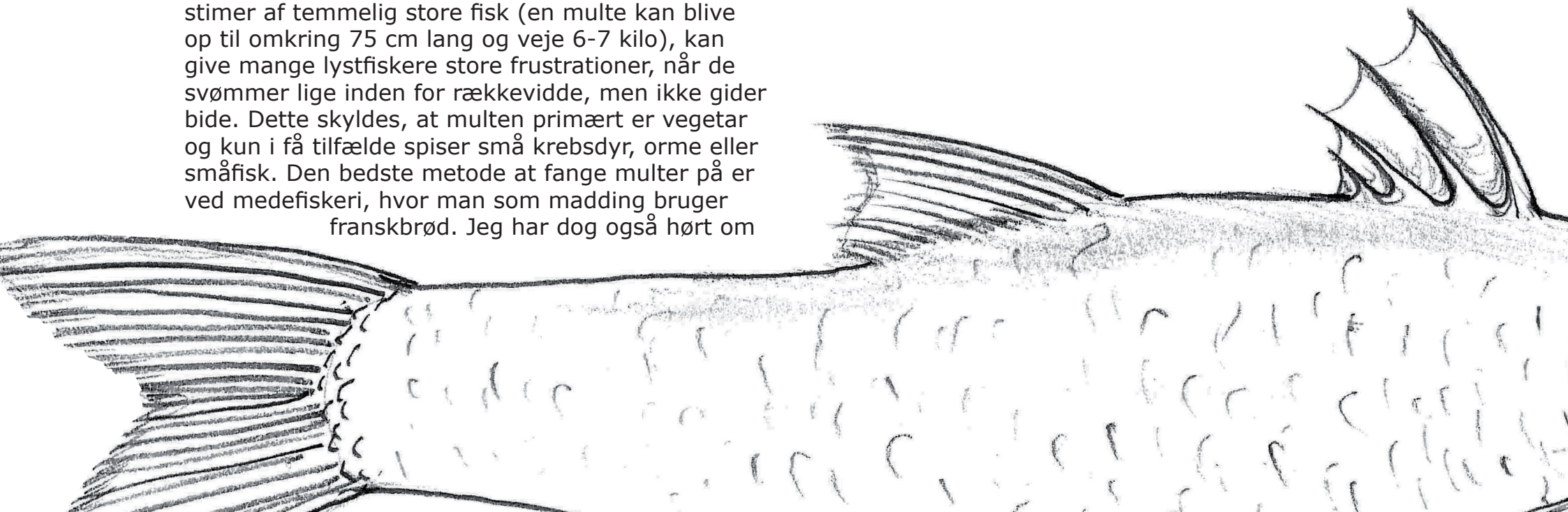
Chelon labrosus

Multen er en fisk, der foretrækker varmt vand og som oftest ses ved de danske kyster om sommeren. Nogle af disse fisk er vandret hertil fra Sydeuropa, medens nogle har overvintret her. Multen er specielt kendt for at overvintre i det varme kølevand fra kraftvarmeværkerne. Der er noget, der tyder på, at der bliver flere multer i Danmark, og fund af yngel tyder på, at de også er begyndt at gyde her.

Om sommeren kan man ofte se stimer af multer, der bevæger sig langs kysten. De bevæger sig på temmelig lavt vand, og hvis det er en stor stime, ser det næsten ud, som om vandet koger. Disse stimer af temmelig store fisk (en multe kan blive op til omkring 75 cm lang og veje 6-7 kilo), kan give mange lystfiskere store frustrationer, når de svømmer lige inden for rækkevidde, men ikke gider bide. Dette skyldes, at multen primært er vegetar og kun i få tilfælde spiser små krebsdyr, orme eller småfisk. Den bedste metode at fange multer på er ved medefiskeri, hvor man som madding bruger franskbrød. Jeg har dog også hørt om

pommes frites. Det er forholdsvis sjældent, at en fisk er planteæder, men multen kan spise planktonalger, der filtreres fra vandet, samt bestemte tangplanter. Den har en specielt muskuløs mavesæk, der hjælper med at findele planterne, lidt ligesom fuglenes kråser.

Multens kød er meget velsmagende og er meget efterspurgt, specielt i Sydeuropa – men mon ikke det samme kommer til at gøre sig gældende her, efterhånden som vi lærer multen at kende. Sådan gastronomisk set.



Muste i rabarber med lavendel

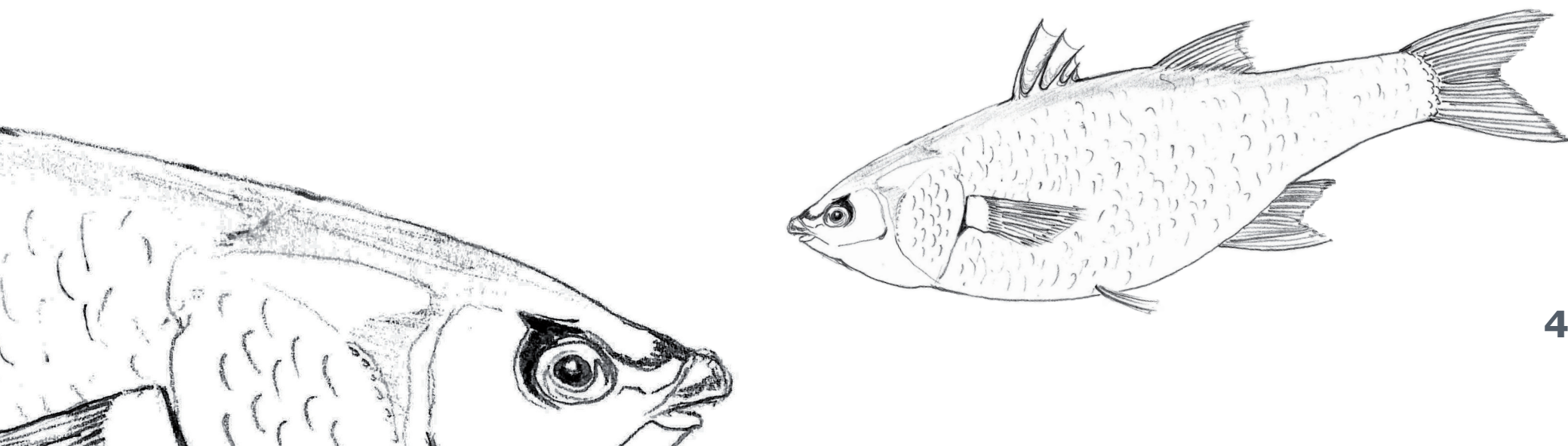
Filetér fisken og tag skindet af. Skær fileterne ud i passende stykker og læg dem oven på hver deres rabarberblad. Krydr fisken og læg lidt friske lavendler over og måske lidt estragon. Kun fantasien sætter grænser.

Tag en gryde med lidt vand, hvidvin, mælk eller lignende, bare ca. 2 cm. i bunden.

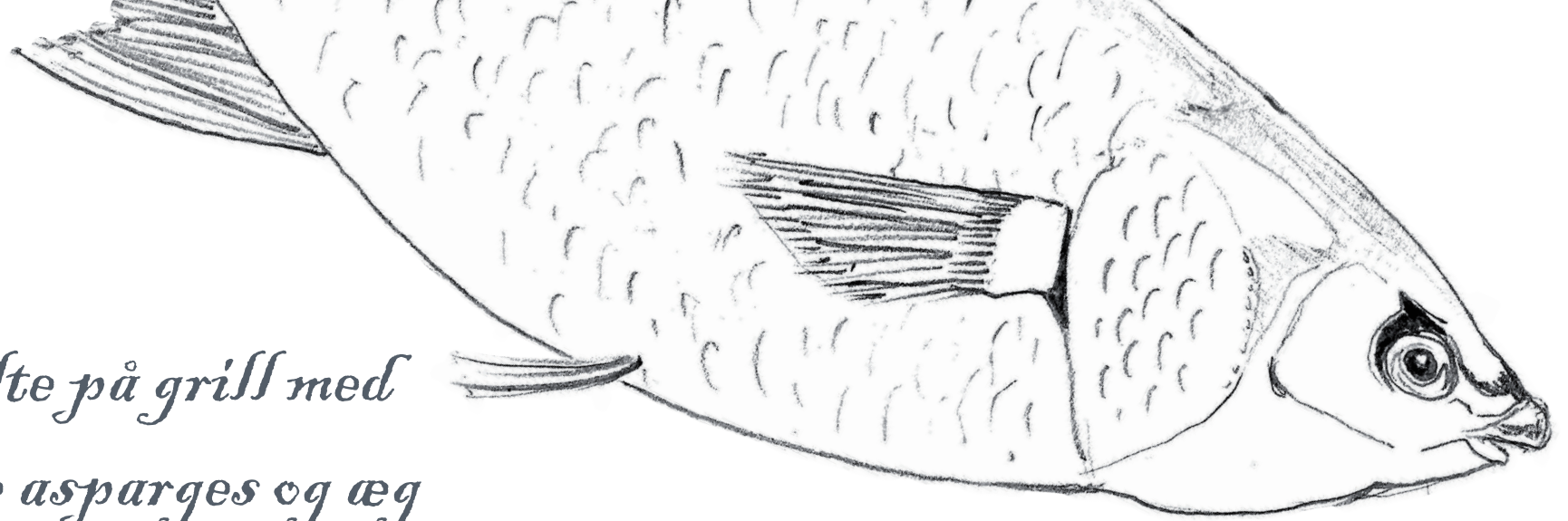
Fold så rabarberbladet omkring fisken, så det er så tæt som muligt, hvorefter pakken lægges ned i gryden med væske, som står og simrer let. Låget lægges på.

Pochér fisken i 10-15 min.

I en gryde ved siden af kan man lave rabarberkompot, hvor rabarberen skæres i stykker og varmes stille op med honning. Tilsæt måske lidt stjerneanis og appelsinskal, og server det lunt til den pocherede fisk.



Muste på grill med friske asparges og æg



Orden musten for de store skæl og filetér den. Skær den i passende stykker, dryp med olie og drys med salt.

Læg musten på grillen med skindet nedad og grill, til den slipper, vend så fisken og grill færdig på den anden side.

Kog nogle æg til de er smilende.

Tag en gryde med lidt vand og godt med smør og kog det op. Tilsæt asparges og kog dem, til du mener, de er, som de skal være.

Lav en dressing af hvidvin eller lignende, hvor den blandes med lidt olie og dijon sennep. Tilsæt smag, alt efter hvad du kan lide, f.eks. salvie, løg eller parmesan. Prøv dig frem.

Ænret den grillede muste med et halvt smilende æg og alle de asparges, du kan spise. Tilsæt med rund hånd din dressing.

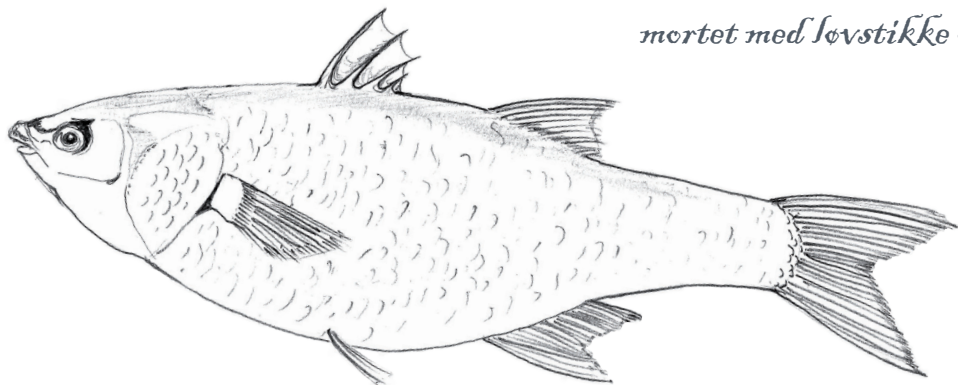
Kogt muste med majroe og søvstikke

Filetér fisken og skær den i passende stykker. Tag en gryde med lidt mousserende vin, hvidvin eller vand. Tilsæt både af majroe og et frisk saurbærblad og lad det koge op. Efter ca. 1 minut kommes fiskestykkerne forsigtigt i, og de simrer, til de er færdige. Tag dem op og læg dem til side. Holdes lune.

Gryden med majroe og væske koges godt op, og der tilsættes lidt honning, sukker eller farin og det koges, til det er kompakt. Til sidst tilsættes der søvstikke.

Anret majroe og søvstikke i bunden, og fisken lægges ovenpå (skindet kan nu forsigtigt skræbes af, men behold det på under tilberedningen, da det holder sammen på fisken).

Krydr med kryddersalt af søvstikke (salt blendet/derefter tørret).



mortet med søvstikke og

Pighvarre

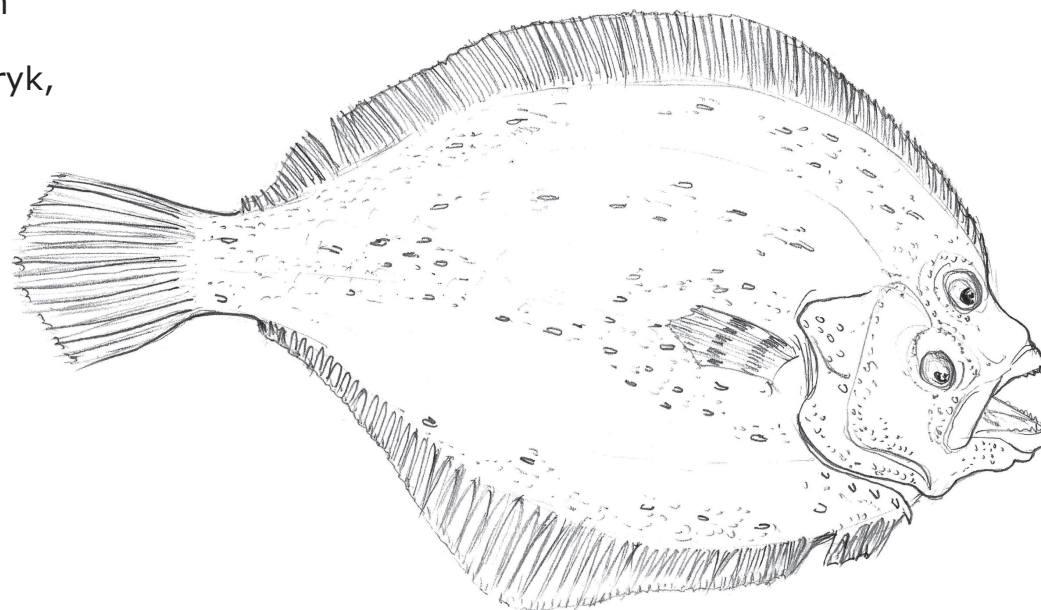
Psetta maxima

Som ung lever pighvarren på sandbund og lavt vand, men foretrækker som voksen en blandet bund med grus og sten. Som de fleste andre fladfisk, kan pighvarren skifte farve, så den ligner omgivelserne. Dette skyldes, at fiskens farve er det samlede udtryk af forskelligt farvede celler, kaldet kromatoforer, i fiskens hud. Disse kromatoforer indeholder pigmentkorn, der kan samles i cellen, når den pågældende farve skal nedtones, og spredes i cellen når farven skal træde frem. Fordelen ved disse farveskift er selvfølgelig, at fisken er skjult for fjender og potentielle byttedyr.

Pighvarren er en grådig rovfisk, der primært jager om dagen ved hjælp af synet. Når et byttedyr er inden for rækkevidde, angriber pighvarren og åbner den meget store mund, hvilket giver et kraftigt undertryk, der suger byttet ind i munden. Herefter lukkes munden, og tænderne, der virker som modhager, holder byttet fast, til det sluges. Samme teknik bruges af mange andre fisk og hos tandhvaler, idet det kan være svært at snappe efter noget i vand – vandstrømmen fra munden, der lukker sammen, skubber byttet væk. Hvis du selv har prøvet den gamle leg, hvor man – uden brug af hænderne – skal spise æbler, der flyder i en balje med vand, ved du, hvor svært det kan være!

Pighvarrens føde er aldersafhængig. Som lille spiser pighvarren små krebsdyr, der lever i vandfasen som den selv. Når pighvarren har slået sig ned på havbunden, begynder den at spise smådyr, der lever på og i bunden, og vil efterhånden som den vokser op begynde at spise flere og flere fisk.

Der er blevet fanget pighvarrer på over 10 kg, men normalt vejer de 2-3 kg. Det er hunnerne, der bliver størst, til gengæld er der flest hanner: I Østersøen er der blevet rapporteret om op til ti gange så mange hanner som hunner i fiskernes landinger. Ingen steder i pighvarrens udbredelsesområde, som strækker sig langs Europas kyster fra Island til Sortehavet, er den særlig talrig. Den har dog altid været en meget populær spisefisk, blandt andet satte romerne pighvarren lige så højt som fasan, og kaldte derfor pighvarren for vandfasan. Så her kommer en opskrift på vandfasan:

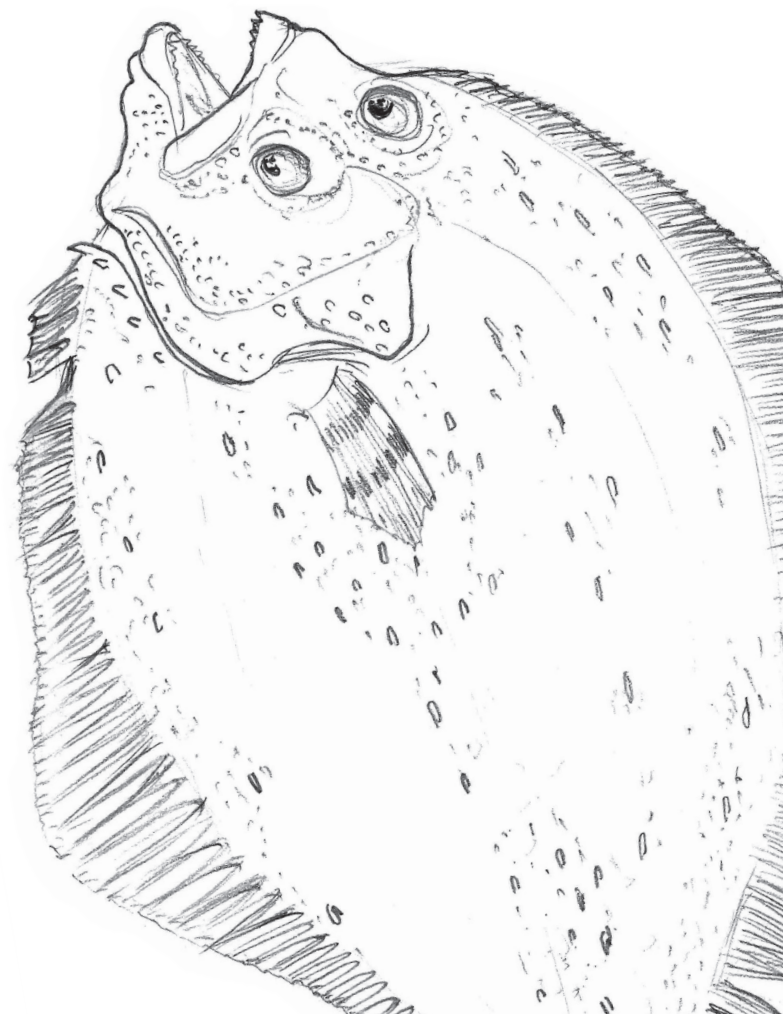


Saltet pighvarre med bøgeblade på bræt

Filetér din pighvarre, men behold skindet på. Læg fileterne på skindsiden og drys dem med salt, ramsø og samt friskplukkede bøgeblade, der mertes for at frigive safterne (sørg for at der ikke drysses for meget salt på fisken – maksimalt hvad der svarer til en lille håndfuld). Lad fileterne stå køligt natten over med saltblandingen på.

Dagen efter skylles fileten i vand og tørres med viskestykke. Tag så et bredt bræt (brug enten fyr eller gran), som er langt nok til, at det kan bankes ned i jorden, og som passer i længden med den filet, der skal bruges. Læg fileten vandret på brættet og prik med en kniv ned igennem fileten, således at du markerer, hvor der skal være huller i brættet. Når du har gjort det, fjerner man fileten og laver nogle små huller i brættet med din kniv, der hvor markeringerne er. Så tager du og laver nogle små kiler af en gren eller lignende. Nu lægger du fileten på igen og så skulle hullerne i fisken jo gerne passe med dem, der er lavet i brættet, og med lidt fingersnilde kan du fæstne fileten til brættet ved hjælp af kilerne. Tjek nu en ekstra gang, at fisken sidder ordentligt fast, det er meget vigtigt.

Når fisken er fastgjort, bankes brættet ned i jorden tæt ved hålet, men ikke varmere end man kan holde en hånd foran fisken uden at brænde sig. Nu er det bare at vente - det tager typisk 2-3 timer, men man kan fremskynde processen ved at rykke brættet lidt tættere på. Det anbefales dog ikke, da god mad er værd at vente på.



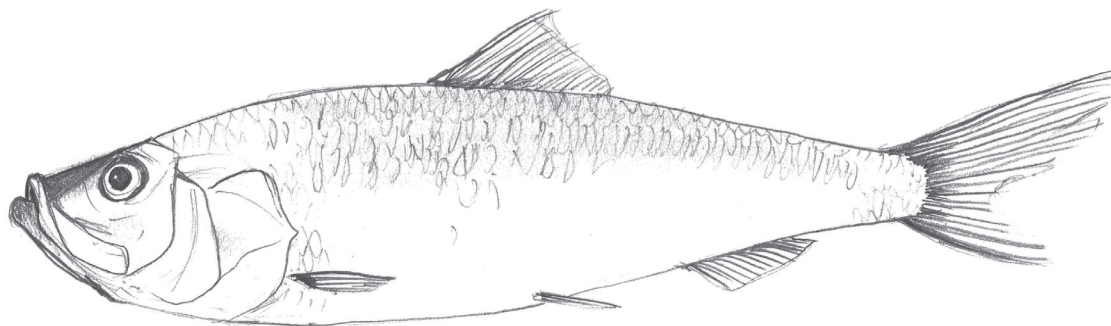
Sild

Clupea harengus

Silden spiser fortrinsvis dyreplankton (specielt små krebsdyr), men den kan godt fange småfisk. Dens tænder er derfor små, men til gengæld er gællegitteret veludviklet.

Gællegitteret er betegnelsen for de 'udvækster', der sidder på gællebuerne. Det bruges hos silden, samt hos en del andre fisk, til at si føden fra vandet, der løber fra munden over gællerne og ud under de store gællelåg.

Silden er en stimefisk, og stimerne kan blive kæmpestore og kaldes så 'sildebjerger'. Sildebjerger på over 4 km³ er blevet set i Nordatlanten. Når disse store stimer vandrer gennem de indre danske farvande, har de været årsag til sæsonbestemte sildefiskerier flere steder. Det vigtigste har nok været middelalderens sildefangst og -marked ved Skanør. Handelen med saltsild herfra var den direkte grund til, at Danmark var en stormagt dengang. Sildefiskeriet gav dog også problemer; man måtte f.eks. lovgive imod at bønder forlod høsten for at fange sild! Det skal bemærkes, at fiskeriet dengang ikke var et egentligt erhverv, men noget man gjorde ved siden af sit egentlige arbejde. I nyere tid har især det norske fiskeri på vintersild været stort. I



rekordåret 1956 blev der fanget 1145 millioner kg sild ved dette fiskeri, men så gik det også ned ad bakke.

Silden er opdelt i stammer efter så forskellige faktorer som størrelse, vækst, gydetid og vandringsveje. F.eks. er nogle sild temmelig stationære, mens andre udfører lange vandringer. Nogle sild gyder om efteråret, andre om vinteren eller foråret. Sildens gydning kan være ret spektakulær, idet en sildestime udvælger en gydeplads, hvor havbunden ikke er for blød. Herefter gyder hunnerne over nogle nætter et sted mellem 20- og 40.000 æg. Hannerne befrugter æggene, før disse når bunden og klæber sig fast til sten, tang eller hinanden. Nogle steder kan kæmpemæssige områder være dækket af silderogn, f.eks. har engelske forskere fundet et område ved Glasgow, hvor et 100.000 m² stort område var dækket af et lag på 4-8 æg, hvilket giver et tal på mellem 103 og 258 milliarder æg. Ægget klækkes efter et par uger, og larven vokser til en kønsmoden sild på ca. 3 år og kan blive op til 22 år gammel.

Stegt sild i eddike med grillet æble

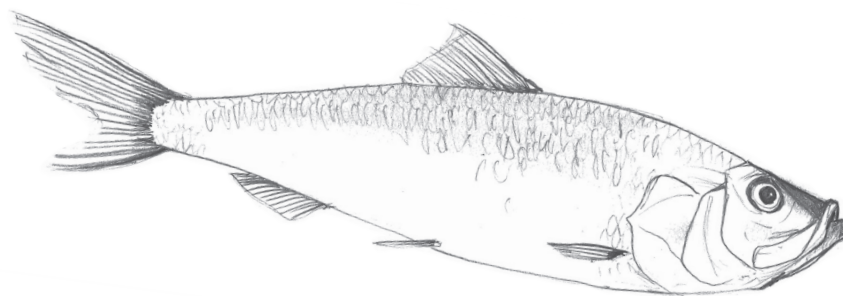
Filetér silden så der kun er skind på. Der sidder nogle små ben på fileten, men dem lader du bare sidde - man lægger ikke mærke til dem alligevel.

Rist fileterne af i lidt olie, men kun lige så de har fået nok. Læg dem til side for at køle af.

Skær 2 løg i skiver og kom dem i en gryde. Her står løgene og sauterer stille og roligt uden at tage farve - det der sker, er at alt sødmen fra løget trækker ud og giver en fantastisk smag. Når løgene er helt bløde og sødmefulde, tilsættes ½ liter eddike og lidt sukker samt masser af dildskærme, hvorefter det hele koges op og køles af.

Når lagen er afkølet, tilsættes fint skårede blade af strandbede. Herefter hældes lagen over de stegte sild, og det hele trækker i mindst 3 timer.

Find et godt discovery æble i haven, eller hvor du nu kan finde et, og skær det midt over fra stilk til blomst. Tag kærnehuset ud med en teske eller lignende og grill så æblet på skæresiden. Sørg for at æblet ikke bliver gennemtilberedt, da der stadig skal være bid i.



Til anretning tager du et grillet æble og lægger midt på en tallerken og ovenpå lægger du to sildefileter. De syrlige sild giver en super kontrast til det søde, grillede æble. . . . god fornøjelse!!!!

Skrubbe

Platichthys flesus

Et af de mere besynderlige fænomener, der kan ses hos fladfisk – og dermed også hos skrubben – er den forvandling, der sker fra larve til fisk. Når en larve af en fladfisk kommer ud af sit æg, ligner den en hvilken som helst anden fisk og lever oppe i vandsøjlen, hvor den føres omkring af strømmen. Efter en måneds tid bliver den fladere og begynder at lægge sig på siden. Derefter vrider hovedet sig, så øjet på den nedadvendte side bevæger sig om til oversiden. Desuden dannes der mere pigment på oversiden, således at oversiden bliver mørk, mens undersiden bliver hvid. Nu er fladfisken klar til sit liv på bunden. Prøv at vende en fladfisk på højkant, næste gang du står med sådan en i hånden, og læg mærke til, at munden nu vender rigtigt, samt at den har gæller og finner på begge sider.

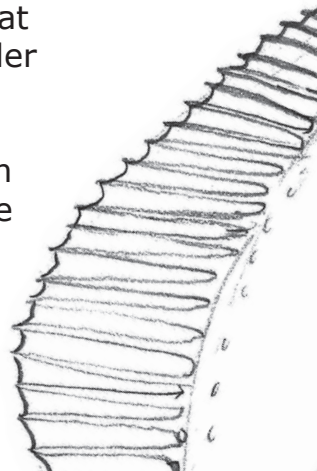
Fladfisk kan, afhængig af art, vende to veje: De kan have den højre side opad og kaldes så 'højrevendte', hvilket gælder for f.eks. rødspætten. Andre fladfisk, f.eks. pighvarrer, vender den venstre side opad og er dermed 'venstrevendte'. Og så er der lige skrubben, hvor 2/3 er højrevendte og 1/3 venstrevendte.

Skrubben findes i alle danske farvande, men bliver mere almindelig, jo længere ind mod Østersøen, man kommer. Dette hænger sammen med, at skrubben

er en rigtig brakvandsfisk, der som lille kan tåle at vokse op i meget brakke vandområder, og som også kan trække langt op i floder og åer. Sammenligner man gener fra Nordsø-skrubber med gener fra Østersø-skrubber, er der temmelig store forskelle, hvilket tyder på, at skrubber har brug for forskellige gener for at kunne overleve i to så forskellige miljøer. Det er en stor fordel for skrubben at kunne tolerere så lav saltholdighed, da det udelukker konkurrence fra andre fladfisk, som er mere sarte. I det hele taget er en skrubbe en særdeles hårdfør fisk, der også kan tåle store temperatur-svingninger, og den kan være ude af vandet i længere tid – flere timer, hvis det ikke er for varmt.

En skrubbe forlader de beskyttende, lavvandede områder efter et par år og bevæger sig ud på dybere vand, hvor den foretrækker at leve nedgravet i sandet eller mudret bund. Her jager den børsteorme, krebsdyr og muslinger, til hvilket formål den har spidse tænder i overmunden, der bruges til at fastholde byttet, og knusetænder i halsen, der bearbejder føden.

Skrubben er en fantastisk god spise, når den er varmrøget, så det kan anbefales, at bruge den i.



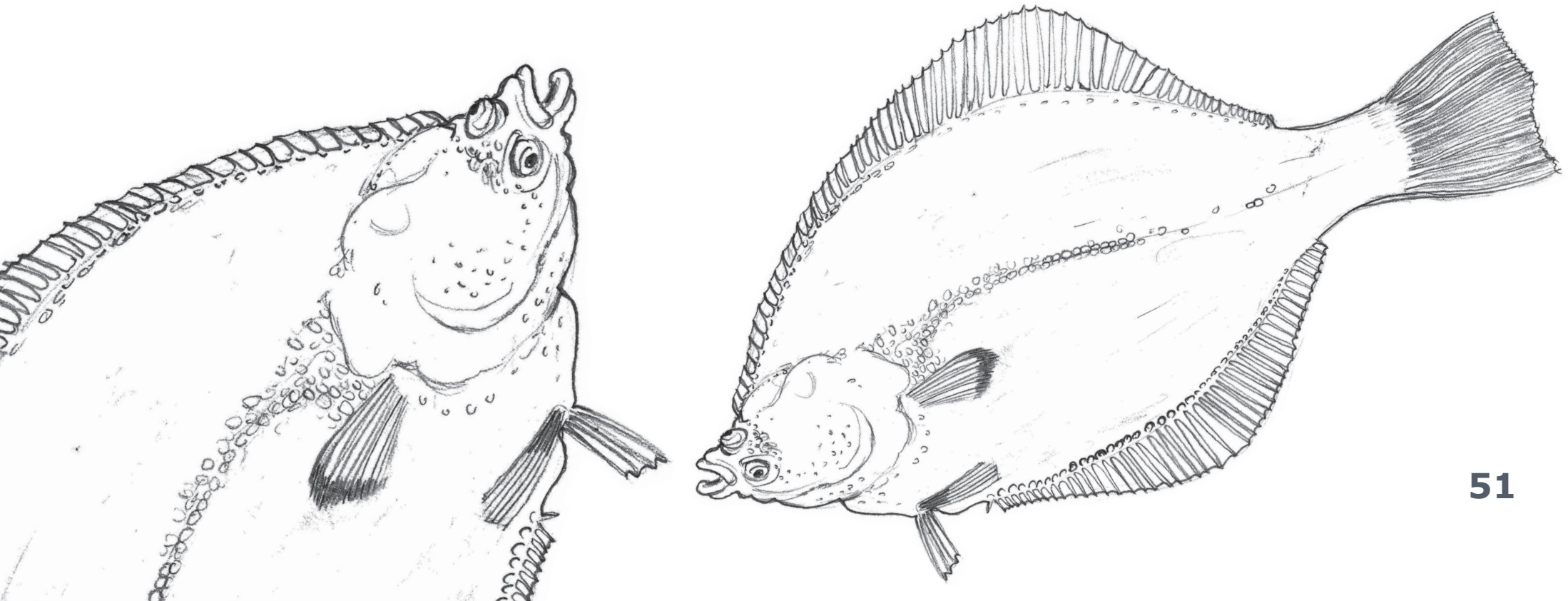
Fladfisk saltet og røget

Denne opskrift kan bruges på alle fladfisk.

Rengør din fisk og flå den. Drys den nu med salt og lad den stå 3-5 timer alt efter størrelse.

Tag nu en røgeovn, gryde eller lignende, og kom sukker i bunden. Fisken kommes på en rist og sættes ned i røgeovnen, som lukkes til, så den er helt tæt. Ovnen stilles over et bål, så sukkeret begynder at smelte og ryge lidt, dog ikke for meget varme, da sukkeret så bliver helt sort og giver en ubehagelig røgsmag. Prøv dig frem.

Når du mener, at fisken er røget nok, tages den op og serveres med grillet brød og mayonnaise, hvis du har. Måske også et par friske asparges - så er der ikke noget bedre.



Ålekvabbe

Zoarces viviparus

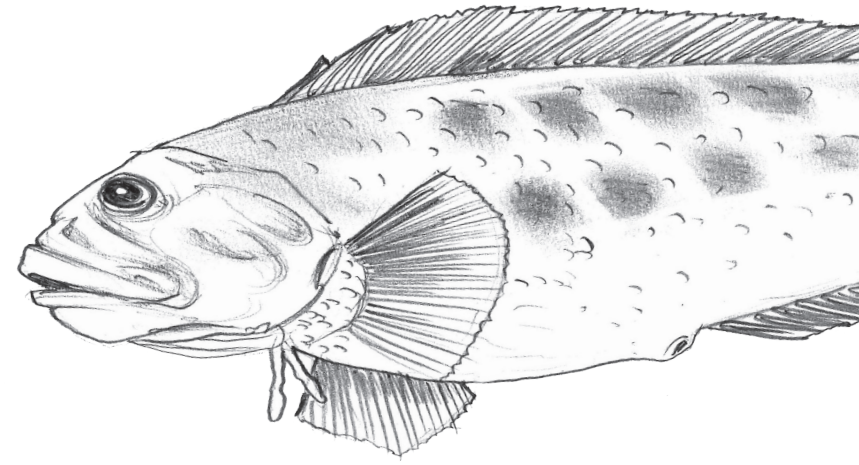
Ålekvabben er en aflang (op til 30 cm) og smidig fisk, der svømmer ved at bugte kroppen. Den er meget glat at holde på, og selvom det ikke ser sådan ud, har den skæl – de er bare meget små og sidder dybt.

Ålekvabben kan findes helt fra Hvidehavet og ned i den Engelske Kanal, men kerneområdet er de indre danske farvande. Den lever på lavt vand, hvor den gemmer sig mellem tang og sten. Den er ret sky og vil normalt fortrække, hvis man kommer tæt på. For at skjule sig tager fisken farve efter omgivelserne. En anden tilpasning til livet på det lave vand og de nordlige havområder er, at ålekvabben indeholder antifryse-proteiner, i lighed med mange fisk fra Antarktis, der beskytter den ved temperaturer under nul grader (saltvand fryser først ved temperaturer under nul).

En ålekvabbe er kønsmoden, når den er to år gammel, og parringen sker normalt i sensommeren. Parringen foregår ved, at hannen indfører sin kønstap, som er en tapformet forlængelse af hudvævet lige ved siden af køsnåbningen, ind i hunnen og befrugter æggene. Hunnen er efterfølgende drægtig i fire måneder, hvorefter hun føder et sted mellem 30 og 400 unger, der alle ligner voksne ålekvabber, dog selvfølgelig mindre (4-5 cm).

De drægtige hunner er ikke til at tage fejl af; de ligner kæmpestore haletudser med deres opspilede maver. I øvrigt finder man flere hunner end hanner i en bestand af ålekvabber. De levende unger er også skyld i at man helt op i 1900-tallet troede, at ålekvabben var ålenes moder. Man vidste ikke, at den europæiske ål skal helt til Sargassohavet for at gyde, og man kunne derfor ikke forstå, hvor ålen ellers skulle komme fra.

Ålekvabben er tidligere blevet fisket meget, og selvom den engang var 'fattigmands-ål', er den dog i dag en forholdsvis dyr spise – men med et hvidt, fast og velmagende kød. Uanset om du køber den eller fanger den selv, kan du jo prøve at lave:



Ålekvabber på spyd

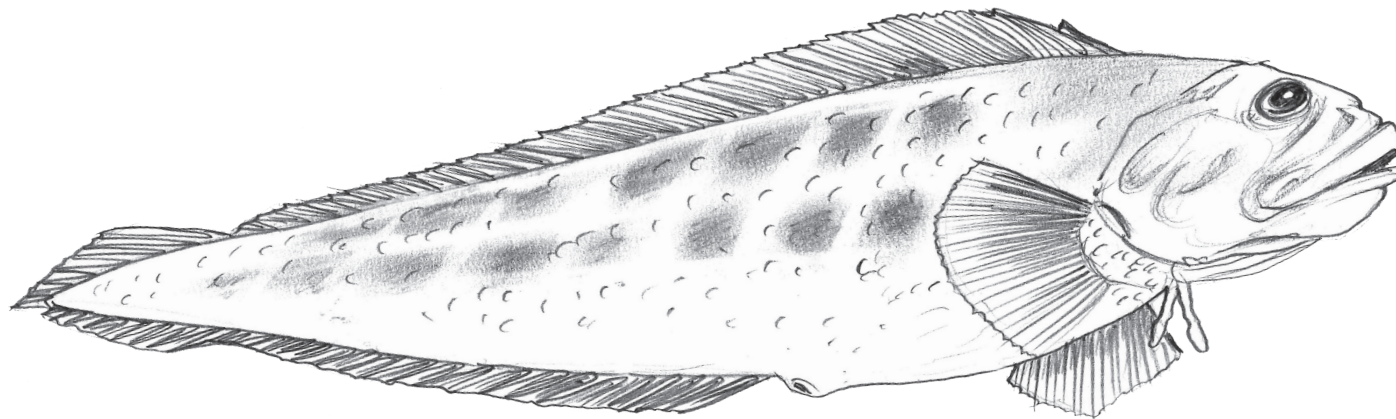
Rens dine ålekvabber - hovedet må gerne blive på.

Skær et par risser i siden på fisken, læg den i lidt olie med de krydderier, du holder af. Det kunne f.eks. være anis pulver, eller måske nogle krydderurter - alt kan bruges.

Lad fisken marinere køligt natten over.

Lav et spyd af noget pil eller lignende, og stik det igennem fisken, så den sidder godt fast. Nu kan du enten holde fisken ind over bålet, eller stikke pinden ned i jorden, så den hælder ind over gløderne, sørg for at dreje spyddet jævnt, så fisken bliver tilberedt jævnt over det hele.

Når fisken er færdig, skræller man lige så stille skindet af, og så er der serveret.



Ederfugl

Somateria mollissima

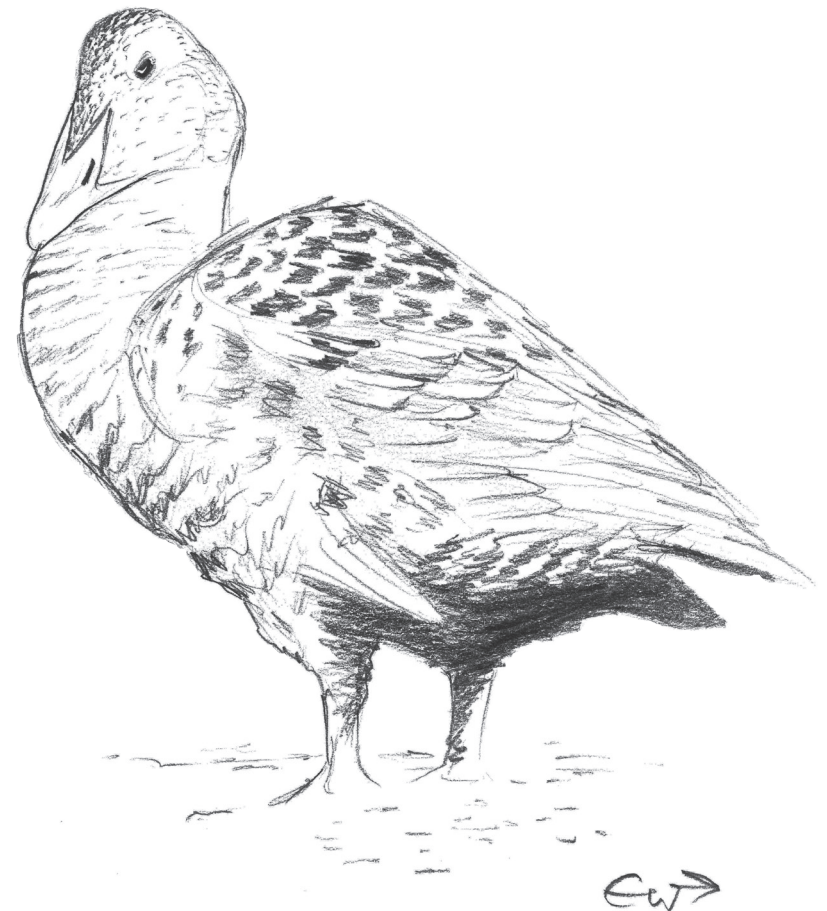
Ederfuglen er en af de mest almindelige havandefugle i Danmark, og selvom den er mest talrig om vinteren, hvor fugle fra hele Østersøen overvintrer i de danske farvande, kan den ses i Danmark hele året.

Ederfuglen har et meget karakteristisk trekantet næb, der gør den nem at kende. Hunnens farver er brune, mens hannens pragtdragt, som den får, når den er tre år gammel, er sort og hvid med olivengrønne nakkefjer. Ederfugle kan blive op til 37-38 år gamle.

Yngleperioden starter i slutningen af marts, hvor hannerne gør kur til hunnerne ved at udføre en række ritualiserede handlinger for dem, som basken med vingerne eller bestemte bevægelser med hovedet. Hunnerne bygger reden i sammenskyttet tang eller lignende og forer den med dun, som hun plukker af sin egen krop, hvorefter hun lægger æggene og udruger dem. Hannerne deltager ikke i yngelplejen, men til gengæld kan hunnerne hjælpe hinanden. Dette kan blandt andet ses ved, at ederfuglene laver børnehaver, hvor der er flere hunner om at passe hinandens ællinger. Hunnerne vil livet igennem komme tilbage til det område, hvor de selv blev klækket, for at yngle.

Ederfuglen kan findes på havet ved lavvandede

områder, hvor den kan dykke op til 42 meter ned efter sin føde, der fortrinsvis består af blåmuslinger, men som også kan være snegle, krebsdyr og søstjerner. Ederfuglen spiser store mængder føde hver dag. Der er lavet undersøgelser, der viser, at en ederfugl kan have op til 3 kg blåmuslinger i maven på en gang. Den sluger føden hel og knuser den i kråsen.



Grubestegt ederfugl

Ederfuglen kan være meget vanskelig at tilberede. Der er to ting, som er lidt afgørende, hvis man vil have et godt resultat: Den første er, at ederfuglen ikke må være for gammel, da den så nemmere bliver sej og kedelig. Den anden er, at det er en god ting at lægge fuglen i kærnemælk natten over, da det trækker den trannede smag ud, som fuglen godt kan have. Rens ederfuglen for indvolde og flå den, hvorefter den lægges i kærnemælk natten over.

Dagen efter rengøres fuglen og brunes af i en gryde eller på en pande. Den skal ikke være brændt, men må godt tage en del farve.

Fyld fuglen med svampe samt løg og lignende. Ålt, man har tilovers, som kan give smag til fuglen, skal bare stoppes ind i den (og har man lidt olie eller en klat smør, er det også dejligt at komme i). Svøb nu fuglen i bacon eller spæk, hvis man har det - har man det ikke, skal man være ekstra forsigtig med, hvor lang tid man giver fuglen, så den ikke bliver tør.

Herefter svøber man fuglen ind i vådt avispapir, store blade man finder på stranden eller lignende. Til sidst kommer man selvopapir i to lag rundt om, så det danner en solid pakke.

Så til gruben: I god tid har man gravet et stort hul i jorden, og nu hvor fuglen er pakket ind, er det tid til at beksæde hullet med glødende sten, som man har varmet op i sit bål. Stenene skal ikke være større end en knytnæve og må ikke være af flint, da de kan sprænge. Når stenene ligger i hullet, kommes pakken ovenpå og der lægges endnu flere varme sten rundt om og oven på pakken, så stenene dækker hele pakken. Til sidst dækkes der til med græstørv, så det slutter tæt. Hvor længe fuglen skal have er op til ens egen fornemmelse, og alt efter hvor mange fugle, man har i gruben ad gangen, osv. Dog er det meget nødvendigt, at fuglen trækker mindst 15 minutter, inden man skærer i den, for at saften ikke løber. Server fuglen med ristede svampe og friske tyttebær.

Tang

Tang er alger og adskiller sig blandt andet fra blomsterplanter (hvoraf der findes nogle i havet, som f.eks. ålegræs) ved ikke at have rødder. De har dog nogle hæfterødder, der bruges til at holde tangplanten fast, men ikke til at optage næring eller vand. Det klares direkte over overfladen.

Tang inddeles normalt i tre grupper: Grønalger, brunalger og rødalger. Står du med en tangplante i hånden, kan farven give dig et fingerpeg om, hvilken gruppe den hører til. Når det er sagt, kan man alligevel ikke altid regne med farven, da den kan variere en del. Alle tangarter har, ligesom træer og blomster, grønkorn, som indeholder klorofyl a. Klorofyl a har en grøn farve, og planterne bruger stoffet i fotosyntesen, der omdanner sollys til energi. Grønalgernes grønne farve skyldes klorofyl a. Brunalgerne indeholder ikke ret meget klorofyl, og deres farve skyldes et stof, der hedder fucoxanthin. Det er et lignende stof, der giver træernes blade deres gyldne farver om efteråret. Rødalgernes farve skyldes phycobiliner; nogle pigmenter, der giver røde, orange og blå farver. Selvom man umiddelbart skulle tro det, er brunalger, rødalger og grønalger ikke så nært beslægtede, som navnene antyder. F.eks. er brunalger og rødalger mindre beslægtede med hinanden, end gopler er med benfisk.

Den organiske produktion hos alger er enorm. Det vurderes, at alger (inklusive planteplankton) er ansvarlig for 90% af atmosfærens ilt og op til 80% af den organiske produktion på jorden. Produktionen hos tang ligger på mellem 2 og 14 kg pr. m² om året, hvor den hos træer og græs er 1 kg.

Mange arter af tang lever i et ekstremt miljø og skal tilpasse sig udtørring, ændringer i vandets saltholdighed og temperatur samt mekanisk slid. Nogle tangarter kan klare udtørring, hvor de mister op til 90% af deres vandindhold, og kan genoptage fotosyntesen nogle få timer efter, de er kommet i vand igen. Nogle brunalger har stoffer (polysaccharider), der holder på vandet og kan på deres overflade udskille et slimlag, der holder dem fugtige. For at beskytte sig mod frostgrader, bruger nogle tangarter polysaccharider som antifroststoffer. Derudover har de fleste tangarter udviklet forsvarsmekanismer mod græssende dyr; de kan f.eks. være seje, forkalkede eller have udviklet kemiske forsvarsmekanismer.

Med ankomsten af sushi til Danmark er det pludseligt ikke mere så mærkeligt at spise tang. De følgende opskrifter ligger dog noget uden for det traditionelle japanske sushi-køkken. Men prøv dem alligevel.



Lasagne af blæretang og havtaske med vilde blomster

Rens og ordren havtasken for skind og hinder og filsetér den. Skær den i 1 cm tykke skiver, lidt på skrå - ligesom når man skærer roget laks ud. Salt skiverne let og stil til side.

Blæretangen skylles godt, og det nederste stykke klippes af. Tør dem godt.

Pluk nogle af de vilde blomster, halvér dem og tag stenene ud. Skær så de halve blomster i skiver.

Tag så en bradepande eller lignende og dæk bunden med et tyndt lag havtaske, så lægger du et lag tang og til sidst et lag af blomsterne. Det hele gentager du en gang mere, og til sidst slutter du af med et lag havtaske.



Chokolade/tang snacks

Alle spiselige typer af tang kan bruges her. F.eks. rød purpurhinde eller søsalat.

Rens og skyl tangen godt og tør den grundigt af.

Smelt din yndlingschokolade i en gryde eller lignende og tilsæt den røde purpurhinde/søsalaten, der er skåret i 1 cm tykke strimler. Vend det hele godt rundt.

Bred hele massen af chokolade og tang ud på et stykke bagepapir og lad chokoladen størkne. Skær massen i passende stykker, og spis med det samme.



