

SJØLAKSEFISKE I SKOLEN



Sjølaksefiske – tradisjon, kultur og matauk

Sør-Varanger Sjølaksefiskerlag arbeider for at det tradisjonelle sjølaksefisket skal bestå og har som ett av sine satsingsområder å få barn og unge interessert i sjølaksefiske, slik at vi bidrar til at denne viktige delen av fjordkulturen videreføres til kommende generasjoner.

Sjølaksefiske i skolen, del 2

SJØLAKSEFISKE – TRADISJON, KULTUR OG MATAUK

Vi har utarbeidet 2 hefter om sjølaksefiske for bruk i skolen som danner grunnlag for våre arrangementer for skolene i Sør-Varanger. Heftene tar for seg forskjellige tema og er knyttet mot ett arrangement i vårsemesteret og ett i høstsemesteret. Prosjektet er finansiert av Finnmarkseiendommen og Sør-Varanger Sjølaksefiskerlag.

I del 1 ser vi på sjølaksefiskets historie, laksens vandring i fjorden, båt, redskaper og utstyr og hvordan fisket foregår i praksis. Vi tar elever med på fiske, ser hvordan man røyker bruk og tar vare på fangsten i etterhånd.

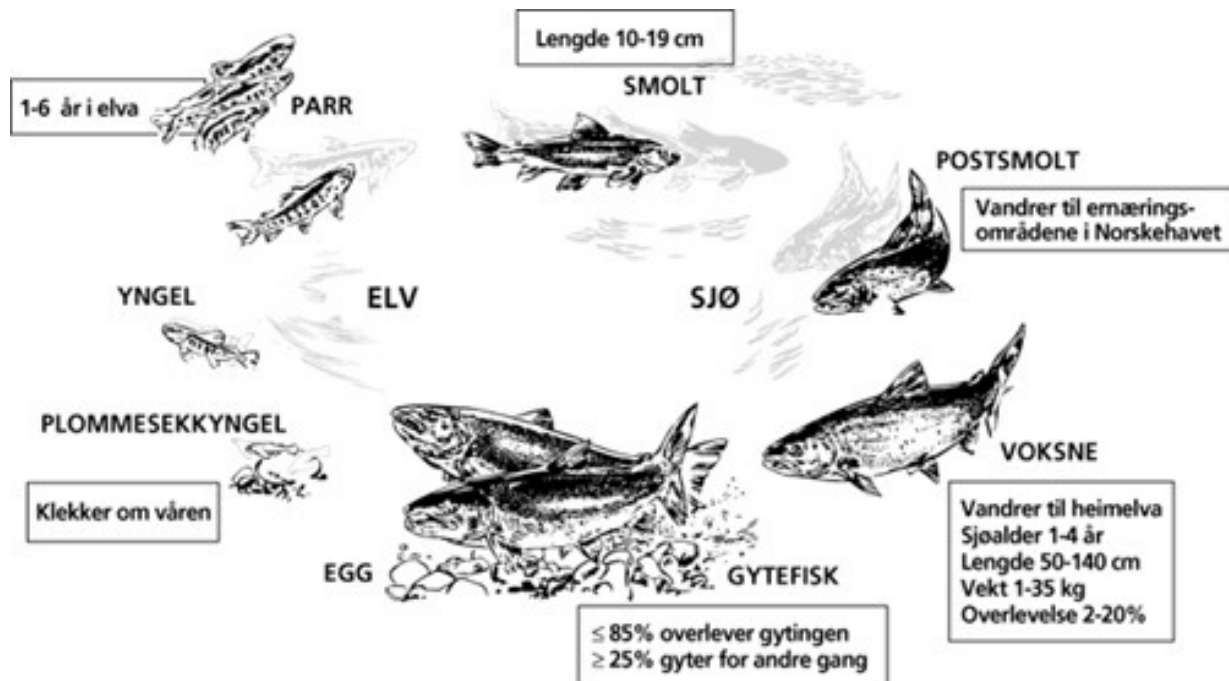
Denne delen tar for seg laksens biologi fra gyting til voksen fisk, trusler mot laksen, beskatning, samt videreføring og konservering i dag og i tidligere tider.

SJØLAKSEFISKE I SKOLEN, DEL II, HØSTSEMESTERET

BIOLOGI, VIDEREFOREDNING OG KONSERVERING AV LAKS

Laksens biologi

Atlantehavslaks (*Salmo salar*) finnes naturlig i over 2000 elver i det nordlige Atlanterhavet og i Østersjøen. Laks er en viktig art både for oppdrett, nærings- og tradisjonsfiske i sjøen og for sportsfiske i elver. Laksen gyter og har sitt yngelstadium i ferskvann, men som vanligvis lever hele eller deler av sitt voksne liv i saltvann.



Gyting

I elver i Norge er det vanlig at laksen gyter den sesongen den vandrer opp i elvene. I noen Finnmarkselver, bl.a Tana og Altaelva, går imidlertid enkelte laks opp i elva allerede om høsten ett år før gyting. Hunnen rensar ei gytegropp med sporden, der befruktet rogn legges.

Hanfisker legger sin melk i samme groppa. Eggene ligger over vinteren og klekkes om våren.



Lakserogn



Parr (øverst) og smolt (nederst)

Laksens livssyklus – fra egg til smolt.

Livssyklusen til laksen starter ved klekking av eggene. Lakseungene kalles yngel det første året, og parr fra de er et år gamle. Etter 2-5 år i ferskvann smoltifiseres parren.

Dette gjør at den vil tåle saltvann. Da er de 10-20 cm lange og går de ut i sjøen for å finne næring og vokse seg store. Vandringsen til sjøen skjer om våren og forsommeren, og i mange elver under vårflommen.

Laksens vandring i havet – fra smolt til voksen fisk

Kunnskaper om laksens vandringer i sjøen er dårlig sammenliknet med kunnskapene om laksens liv og opphold i elvene. Laksen vandrer ut som smolt og vokser raskt i havet. I havet spiser den plankton og fiskeyngel, og etter hvert som den vokser ulike sildearter, krill og lysprikkfisk. Det varierer fra ett til fem år etter utvandringen som smolt, til den vandrer tilbake til ferskvann. I våre områder kommer den kjønnsmodne laksen inn til kysten i april/mai. Storlaksen kommer først.

Trusler

Laksen er utsatt for flere typer trusler.

Utslipp, forsurening, konkurrenter og parasitter

I elver er det først og fremst utslipp fra ulike typer næringsaktivitet som er trusselen. Forsuring på grunn av sur nedbør er en viktig årsak til at laksebestandene ble utryddet eller truet i flere norske vassdrag. I tillegg vil også introduksjon av nye arter kunne være trussel. De nye artene kan være konkurrenter eller parasitter (f. eks gyrodactylus salaris). Praktisk talt alle lakseunger i et gyro-infisert vassdrag vil dø. Etter få år vil antall voksen laks bli dramatisk redusert, og den lokalt tilpassede laksestammen vil være truet av utryddelse.

Vassdragsreguleringer

En tredel av de norske laksevassdragene er påvirket av vassdragsreguleringer. Dette gjelder mange av de viktigste laksevassdragene. Reguleringer med for lite vann i vassdragene har gått hardt utover bestandene. Flere ble utryddet eller er truet.

Predatorer

I sjøen er det naturlig mange arter som spiser laks. Flere fiskearter slik som sei, lyr og torsk har smolt og smålaks på menyen. Også fiskeeender og andre fuglearter spiser smolt. Når laksen vokser og blir større er det hovedsakelig sel som er trusselen.

Oppdrettsvirksomhet

Oppdrett av atlantisk laks startet i Norge i slutten av 1960-tallet, og har økt enormt. I 1999 ble det produsert 415 000 tonn oppdrettslaks bare i Norge. Oppdrettslaksen er en trussel for vill-laksen på flere måter. Gjennom genetisk forurensning, konkurranse om gytegrøper i elver og sykdommer.

Lakselus er en parasitt som finnes naturlig i sjøen, men det har blitt unaturlig høye konsentrasjoner i mange av våre fjord- og kystområder på grunn av oppdrett av laks og regnbueørret.

Situasjonen er så alvorlig en del steder at det er fare for at lakselus kan utrydde bestander av laks.



Stadier av lakselus



Lakselus på ryggen av laks

Beskatning

I sjøen har man en årlig nedgang i laksefangstene på grunn av stadige innskrenkninger i fisketiden og i fiskesesong. I følge SSB så fanget vi sjølaksefiskere i underkant av 270 tonn villaks og sjøørret i 2010. Dette er 22 tonn, eller 8 % mindre enn året før. For Sør-Varanger viser tallmaterialet en nedgang i fangstene i sjøen fra 24,4 til 16,7 tonn. En reduksjon på 31,6 % fra året før.

Når man ser på antallet sjølaksefiskere i Norge så er utviklingen faretruende. Fra 3211 sjølaksefiskere i 1996 til bare ca 1000 fiskere idag.

Sjølaksefiske i skolen

I elvene ser man over tid en motsatt utvikling. Det ble fiska i alt 499 tonn laksefisk i elvene i Norge i 2010. Det er 67 tonn, eller nesten 35 % økning i forhold til i 2009. 61 tonn ble sluppet ut igjen, såkalt Catch-and-release.

Rapport fra Statens Fiskefond viser at årlig betaler nærmere 100.000 sportsfiskere avgift for fiske etter laks i elvene våre hver sommer.

Videreforedling

Et godt utgangspunkt for videreforedling av laks, er skarpe gode kniver og egnet pinsett for å gjøre laksefiletene beinfri.

Flekking

Laksen flekkes før man skal steke, koke eller salte den. Først deler man fisken langs etter midtbeinet i hele fiskens lengde. Så skjærer man bort midtbeinet. Magebein og bukskinn beholdes. Så deles fisken opp i passelige stykker for steking og koking. Skal fisken saltes så beholder man større stykker, gjerne hele sidestykker.

Filetering

Ofte filiterer man laksen og deler den opp i passelige stykker. Utgangspunktet er som ved flekking, men man fortsetter med å fjerne magebein, tverrbein og bukkinne. Pinsett er godt hjelpemiddel til å fjerne tverrbein fra fiskekjøttet. Man har da beinfri fisk klar til tilberedning.

Tilberedning, koking–steking–sushi

Koking

Tradisjonelt her koking av laksestykker til middag vært den mest tradisjonelle metoden for tilberedning. Man koker opp vann i en gryte, har salt i vannet og legger fiskestykkene oppi. Man trekker fisken i noen minutter til man ser at fiskekjøttet løsner fra midtbeinet. Tiden avhenger av størrelsen på fisken. Koke, eller trekketiden er viktig. Hvis tiden blir for lang mister fisken smak og den blir «tørr».

Steking

En annen tradisjonell metode er steking av laks på panne. Man bruner smør, og legger fiskestykkene på panna. Krydre med pepper og salt. Man lar fisken steke noen minutter med skinnsiden ned, før man vender dem. Et bra tips for steking er at laksestykkene stekes som biff. Panna må være så varm at smøret er brunt.

Steketiden er viktig å passe på. Best smak og saftige stykker oppnår man når stykkene taes ut av panna når de «akkurat er ferdig». Dvs slipper beinet.

I dag ser man utrolig mange varianter av laks til middag. Vi nevner ovnsbakt laks, grilling av laks, lakseburger, lakselasagne, lakseform og sushi. Vi skal se nærmere på de tre sistnevnte retter.

Lakse-lasagne

Her bruker man enkelt og greit laksesuppe som væske. Denne tyknes litt med litt fløte. Krydre med salt og sitronpepper. Legg laksestykker og lasagneplater lagvis i en ildfast form, med laksesuppe imellom. Ost på toppen. Stek formen midt i ovnen og server med en frisk salat.

Lakseform

Man skjærer laksen i passe biter. Legg det i en ildfast form. Krydre med salt, sitronpepper og litt dill. Ha i litt purre og legg fløtepoteter over. Stek formen midt i ovnen og server med kokte poteter til.

Nigri sushi

Nigiri sushi er den vanligste sushi typen fra Japan. Vi har eksperimentert litt med dette og laget en egen vri. Hovedingredienser er sushiris, sushieddik, laks og wasabi.

Kok risen og avkjøl den. Sushi eddiken fordeles så i risen til den blir myk og klebrig. Ta en porsjon med marinert sushiris. Bruk en spiseskje og form risporsjonen oval. Legg litt wasabi på fileten og legg den oppå risen.

Soyasaus er vanlig tilbehør.

Konservering

Salting

I tidligere tider var salting av fisken den mest brukte konserveringsmetoden.

Rundsalting

Man saltet smålaks rund i saltlake i tretønner og oppbevarte på denne måten laksen utover vinteren.

Tørرسالting

I den senere tid så blir laksen oftest flekket og så tørrsaltet når man ønsker spekelaks, siden laksen oppbevares i fryseren. Etter for hvor stor laksen er og hvilken temperatur man har i rommet, så bregnes tiden for hvor lenge fisken skal ligge i salt.

Sukker-salting

Mange bruker også å sukker-salte laksen. Dette er samme metode som for tørrsalting, men man tilsetter litt sukker i lag med saltet.

Røyking

Før i tiden ble også røyking brukt som en konserveringsmetode. Man flekker laksen og tar bort midtbeinet. Sidene saltes først i noen timer (dette avhenger av størrelsen på fisken og temperaturen), så skylles sidene og man henger ut fisken til tørking. Når fisken har fått en tørr yte, så henges fisken i røykerommet/tønna. Man fyrer med einer og demper flammene med sagflis for å få røyk. Det skal ikke bli for varmt. I dag røyker man laks på samme måte, men i dag holder man denne tradisjonen ved like kun for at man liker den gode smaken av røykalaks. Når laksen er ferdigrøkt, tørket og modnet blir den pakket i passe stykker og dyprosset.

Annen konservering

Laks i olje

For at røykelaksen ikke skulle tørke ut ved lengere tids oppbevaring, så skjærte man den opp i ferdige påleggstykker og la den på glass i matolje.

Gravlaks

Samme metode som for saltlaks, men man bruker mindre salt, frisk dill og litt pepper. Vanlig er to deler salt, en del sukker i hovedblandingen.

Nedfrysing

I dag er den mest brukte oppbevaringsmetoden at man legger fisken i fryseren frem til man skal bruke den. Man fryser laksen ofte rund, dvs at fisken kun er bløgget før den fryses. Da unngår man at luft kommer til inni buken og man kan oppbevare laksen lengere i fryseren. Det er viktig med rundfrysing at laksen må være i live så man får bløgget ordentlig, slik at alt blodet kommer ut av fiskekjøttet før frysing.

Det er viktig å pakke inn fisken, så den ikke tar ”smak” av andre varer i fryseren eller tørker ut.

Vakumpakking

I det siste har flere og flere tatt i bruk vakumpakking av laks. Man skjærer opp og filiterer laksen og vakumpakker dem i ferdige porsjonspakker. Dette forenkler tilberedning i en hektisk hverdag, da man bare kan ta opp porsjonspakker fra fryseren.

Sponsor:

Finnmarkseiendommen
Finnmárkkuopmodat



Kilder:

Hjemmesider:

- Havforskningsinstituttet. <http://www.imr.no/>
- Direktoratet for Naturforvaltning. <http://www.dirnat.no/laks/>
- Miljøstatus Norge. <http://www.miljostatus.no/Tema/Naturmangfold/Laks/Utbredelse-og-vandring/>
- Veterinærinstituttet. <http://www.vetinst.no/nor/Faktaark/Alle-faktaark/Lakselus>
- Statistisk Sentralbyrå. <http://www.ssb.no>
- Sør-Varanger Sjølaksefiskerlag. www.sjolaksefisker.no

Rapporter og utgivelser:

- Sjølaksefisket i Finnmark i et historisk perspektiv. Utredning for Finnmarkskommisjonen, 24. juni 2010 av Steinar Pedersen, rektor ved Samisk Høgskole.
- Verdiskapningspotensialet av sjøfiske etter villaks i Finnmark. Fylkesmannen i Finnmark.