

**Landsforeningen  
Levende Havs**

# Fiskekalender



**2004**

# Landsforeningen Levende Hav i 2003

**Levende Hav** er aktiv i den miljø- og fiskeripolitiske debat. Foreningens hjemmeside [www.levendehav.dk](http://www.levendehav.dk) bliver besøgt af godt 8000 besøgende og mere end 100.000 hit pr. måned. Levende Hav udarbejder redegørelser, notater og analyser af den førte miljø- og fiskeripolitik og disse stiles til regeringen, Folketinget og myndighederne.



**M/S Anton** er foreningens største aktiv. Det er nu ombygget med gode faciliteter og i 2003 var det på farten fra maj – oktober i de indre danske farvande med udstillinger og fiskekøkken og sejlads med betalende gæster. For tiden ligger M/S Anton i Lemvig havn for vinteren. Seneste initiativ vedr. Anton er oprettelsen af et skibslaug til at varetage opgaverne med fartøjet. Laugets sekretær er Henrik Jøker Bjerre som gerne vil høre fra alle der kan investere tid, lyst og ideer i en fremtidssikring af M/S Anton og dets virke.

Henrik: Tlf. 86100135  
mail: [henrikbjerre@stofanet.dk](mailto:henrikbjerre@stofanet.dk)

**Fiskeriprojektet** ved Aralsøen har også været arbejdskrævende i 2003. Der sker rigtig meget i projektområdet og det fiskericenter, Kambala-Balyk, som blev begyndt opbygget i slutningen af 2002, har dette efterår modtaget de første fisk til indfrysning og salg. Centeret vil, når det står færdigt og fuldt udbygget om 3-4 år, kunne omsætte 4000 tons fisk/år og der vil være et hav af andre aktiviteter knyttet til centeret. Bl.a. en Fiskernes Indkøbsforening, en Fiskernes Kreditbank, værksteder, kontorer til 3 foreninger, kantine, bibliotek og meget mere. Fra dansk side støtter vi

så godt vi kan med udstyr og midler. Og i efteråret 2003 er der sendt 3 stk. 40 fods kølecontainere til Aralsk, fyldt med godt og kostbart udstyr. Arla Food har sponsoreret projektet med en større mængde rustfrit udstyr til brug for behandling og indfrysning af fisk, og der er sendt generatorer, kompressorer, et komplet frysehus, tøj, computere, elektroniske vægte og meget mere. Tak til alle som har hjulpet med opbygningen af Kambala-Balyk med udstyr, arbejde og penge.

**I 2004** vil Levende Hav efter bedste evne holde fast i foreningens formål ved at være miljø- og fiskeripolitisk aktiv og opsøgende i forhold til havmiljøet og det natur-skånsomme fiskeri. Foreningen vil blande sig i den offentlige debat med artikler, foredrag og hjemmesiden. M/S Anton projektet skal støttes så meget som muligt og det samme er tilfældet med fiskeriprojektet ved Aralsøen. Der skal følges op på initiativer i 2003 som eks. en forundersøgelse i Eritreas kystfiskeri og foreningen vil stå for en kampagne med titlen "I Fiskens Tegn" som gennemføres over sommeren med udstillinger, fiskekøkken og offentlig debat.

**Levende Havs bestyrelse ønsker alle foreningens medlemmer, samarbejdspartnere og donorer et godt og lykkebringende nytår 2004.**



# Fiskekalender 2004

2004 fiskekalenderen er en brugsanvisning til 12 fiskearter. Der er viden om **sæsoner** og **fiskens biologiske status**, dvs. bestandens tilstand målt i forhold til fiskeriet. Der er også viden om de **fiskeredskaber** fiskerne bruger og viden om **hvilke redskaber fiskerne burde bruge**, dvs. de redskaber som giver færrest problemer i forhold til havbunden og i forhold til bestandene (f.eks. trawl og vodfiskeri i sten som også medfører et stort udsmid). Der er også en beskrivelse af **de største problemer i fiskeriet** i forhold til kvoter, udsmid osv. (Der kan selvfølgelig også være andre faktorer end fiskeriet, som f.eks. forurening og ustabile økosystemer, som er årsagen til, at en bestand har det dårligt. Eller at bestanden har det godt, som det muligvis er tilfældet med sildebestanden, hvor der nu er mange sild, måske fordi de større rovfiskebestande som ex. torsk er blevet nedfiskede.)

**Fiskeopskrifterne** er mere retningslinier i forhold til tilberedninger af de forskellige fisk, end egentlige opskrifter. Det er metoder som vi bruger i M/S Antons fiskekøkken, hvor fiskeretterne forsøges holdt så tæt på fisken som muligt. Det kræver meget friske fisk, dvs. fisk som ikke er ældre end 2 dage siden de blev fanget og som umiddelbart efter fangsten er blevet rensset og lagt på is.

Et gennemgående træk, er den vægt vi lægger på en marinering af fisken inden den tilberedes. Med en meget enkel marinering, i salt, krydderurter og lidt citron, et par timer før man tilbereder retten, opnår man både en bedre



smag, men også en mere fast og sammenhængende fisk. Fisken bliver nemmere at arbejde med, og det uanset om den skal bruges rå, stegt, kogt, dampet eller hvad man nu ønsker.

Et af formålene med denne kalender er at opstille fornuftige alternative til de "Fishguide" som bl.a. udgives af de europæiske miljøorganisationer i disse år. Retningslinierne i Fishguiderne er at give forbrugerne oplysninger om de forskellige fisks biologiske status, om f.eks. torskebestandene i de enkelte farvande befinder sig inden eller uden for sikre biologiske grænser. I Sverige er man gået så vidt, at man anbefaler forbrugerne helt at stoppe med at købe torsk, fordi torskebestandene har det meget dårligt.

Vi siger, at forbrugerne skal fortsætte med at købe torsk og andre fisk, men de skal samtidig stille krav til fangstmetoderne. Stoppede man f.eks. trawl og vodfiskeriet oppe i sten og på stenrev, så er det sikkert, at torskebestandene meget hurtigt ville blive genopbygget. Og derfor bør forbrugerne f.eks. købe krog- eller garnfangede torsk, ligesom de bør købe rødspætter fanget med snurrevod osv.

På Levende Havs hjemmeside [www.levendehav.dk](http://www.levendehav.dk) er der flere oplysninger om fisk og fiskeri og der finder man også link til andre hjemmesider inden for fisk, fiskeri og forvaltning.

Denne kalenders kok Kurt Bertelsen Christensen ønsker alle et

*Godt Nyt Fiske-år 2004.*

# Torsk *Gadus morhua*



## Opskrift:

Kogt Torsk med det hele er en fornem servering af torsk, brug torsk som vejer over 3 kg. - den skal være frisk.

Jeg skærer den til filet med skind. Før man koger/simrer fisken skal den marineres i en del salt og krydderier efter smag i nogle timer. Det samler kødet så fileten er fast og hård. Tilbehøret bør være kartofler og sennepssovs samt hakkede kogte æg, ristet bacon, kapers, peberrod og rødbeder. (Vil man lave fiske-frikadeller så brug mørksej da det er en meget billigere fisk end torsk). Torskens ben og hoved bør koges til fiskesuppe til brug for sennepssovsen.



**Sæson:** Okt. – Marts. Bedst fra sent efterår og så frem til nogle uger før den gyder, marts/april. Ser man på torskens med objektive kriterier, som kødkvalitet og fiskens struktur, så er Nordsøtorskens bedre end Østersøtorskens. Torsk fra Nordsøen er også dyrere end torsk fra Østersøen.

**Biologisk status:** Elendig, så er det sagt. Vores vigtigste fiskeart på disse nordlige breddegrader har det meget dårligt og udsigterne for bestandene er lige så ringe. Årsagen er selve fiskeriet, der fanges alt for mange torsk, dernæst forurening og klimaændringer.

**Anvendte redskaber:** Torskens fanges i trawl, vod, garn, kroge, pilke, men langt hovedparten af den danske torsk fanges i trawl og vod. Længere mod nord er brugen af langliner udbredt.

**Anbefalede redskaber:** Torskebestandene vil få det bedre hvis torskefiskeriet blev omlagt til garn og kroge, dvs. de mere passive redskaber. Så når du køber torsk så forlang garn- el. krogfanget torsk.

**Fiskeriets problemer:** Det danske fiskeri er bygget op på torskefiskeriet og derfor rammer det hårdt, når kvoterne sættes ned til ingenting. Torskefiskeriets kollaps rammer skævt, fordi mange fiskere ikke har alternativer. Bæredygtige løsninger for torskefiskeriet hænger uløseligt sammen med at fiskeriet får nedbragt udsmidet af torsk i andre fiskerier og at man får stoppet trawl og vodfiskeriet i sten og stenrev.

mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

1

1

2

3

4

5

2

6

7

8

9

10

11

12

3

13

14

15

16

17

18

19

4

20

21

22

23

24

25

26

5

27

28

29

30

31

Januar  
2004

# Stenbider (Kulso) *Cyclopterus lumpus*



**Sæson:** Feb. – april. Sæsonen kan variere meget fra år til år i de enkelte farvande.

**Biologisk status:** Der er ikke kvoter på stenbider og der findes ikke ret mange undersøgelser på hvordan bestanden har det. Stenbider er ret udbredt i de nordeuropæiske farvande, ved Island, Grønland og Canadas kyster.

**Anvendte redskaber:** De fanges i garn (nedgarn) og bundgarn tæt på kysterne.

**Fiskeriets problemer:** Usikkerheden mht. om der overhovedet kommer stenbider og priserne som kan svinge meget. Fiskerne bruger garn med meget store masker og garnene kan tåle at stå i havet i flere dage inden de røgtes. Det giver større eller mindre problemer med bifangster af sæl, marsvin og fugle.

## Opskrift:

Jeg bryder mig ikke om stegt eller kogt stenbider – så er det sagt (det er hannen man kan finde på at spise stegt, røget, kogt osv.) Men jeg synes godt om den friske rogn fra kulsoen (hunnen). Den friske rogn kan man købe i næsten alle fiskeforretninger tidligt på året. Den skyller man godt og grundigt så man får alle de hvide hinder fjernet. Det er det største arbejde, men når rognen er tør, vil små stumper hinder ikke være synlige. Rognen skal saltes efter smag og samme aften er den klar til servering med godt brød, god sur fløde, røde løg og groft peber. Den ret kan jeg spise meget af.



mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

5

1

2

6

3

4

5

6

7

8

9

7

10

11

12

13

14

15

16

8

17

18

19

20

21

22

23

9

24

25

26

27

28

29

Februar  
2004

# Sild *Clupea harengus*



## Opskrifter:

"Sild er godt" og det er så sandt som det er sagt. Sild kan tilberedes på et utal af måder. I Tyskland og Holland spiser man matjes og det er efter min mening en af de fornemste sild. Jeg har ikke set ægte matjes i Danmark, men man kan selv lave noget lignende. Matjes er en 600 år gammel opskrift på sild og det betyder "pigesilden" hvor silden blev meget let saltet. Kunsten er at kunne konservere silden, så længe som muligt og med så lidt salt som muligt. Og den kunst hænger sikkert sammen med datidens måde at salte silden, nemlig i tønder med op til 50 % salt. Matjes er en form for gravning af silden og det kan man gøre derhjemme. Man skal have 10 forårssild (det skal være forårssild, efterårsilden er for fed) og de fileteres så hoved og ben er fjernet, men de to fileter bør stadig hænge sammen ved halen. De lægges i lag i et fad med lidt salt, sukker og en smule dild. De overhældes med en god rasp olie (den bornholmske kan varmt anbefales) og de står i køleskabet i et døgn, så er de klar til servering med løg og godt brød. I køleskabet kan silden sagtens holde sig en uges tid. Og olien kan genbruges nogle gange.



**Sæson:** Der er sæson hele året. Silden fanges overalt hvor den dukker op. Men silden kommer ind til kysterne om foråret og om efteråret. Og alt efter smag kan man vælge den magre forårssild eller den fede efterårssild.

**Biologisk status:** Isoleret set har silden det godt. Siden det store silde kollaps i 70'erne er det direkte industrifiskeri efter sild til fiskemel og olie blevet begrænset og det har været med til at stabilisere bestandene. Men ser man på silden i dens rette element, i sammenhæng med havets økosystem, så har silden det ikke bedre end de andre arter. Der er ubalance i havets økosystem fordi man har fisket for hårdt på de store rovfisk, som store torsk, kuller osv. Det giver flere sild, men det giver også ubalance i havets økosystem. Og derfor taler fiskerne nu meget om at få "tyndet ud i sildebestandene" fordi sild æder ex. torskens æg og laver.

**Anvendte redskaber:** Not og trawl og lidt bundgarn og drivgarn.

**Anbefalede redskaber:** Vi anbefaler bundgarn og drivgarn, men silden vil også i fremtiden blive fanget i not og trawl.

**Problemer i fiskeriet:** De store sild giver de højeste priser og derfor har fiskeriet med trawl og not også et stort udsnid af de små sild. Tidligere landede man de små sild til oliefabrikkerne men den praksis er blevet begrænset efter sammenbruddet i sildefiskeriet i 70'erne.

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
1 10	2	3	4	5	6	7
8 11	9	10	11	12	13	14
15 12	16	17	18	19	20	21
22 13	23	24	25	26	27	28
29 14	30	31				

# Mørksej *Pollachius virens*



## Opskrift:

Mørksejens kød er mørkere end de andre af de såkaldte "hvidfisk" arter. Mørksejen smager af fisk, sikkert fordi sejen sjældent er helt frisk, men i forhold til prisen er det en udmærket fisk. Sejen forhandles i filet og er rigtig gode til hakket fisk, frikadeller, fiskerand etc. Min favorit frikadelle indeholder ca. 80 % mørksej og 20 % sild, makrel. Kødet hakkes en gang med en del løg for derefter at blive rørt fast med salt. Deri rører man 2 hele æg pr halve kg fisk. Og til sidst røres dejen lind med fløde. Det er alt, ingen mel men krydderurter.



**Sæson:** Man kan nu købe mørksej filet hele året. Sejen gyder i forårmånederne og april så det er ikke den bedste periode mht. kødkvalitet.

**Biologisk status:** De pelagiske fiskearter som mørksejen har det nogenlunde mht. den biologiske bæredygtighed. Og derfor kan forbrugerne også købe sej med god samvittighed.

**Anvendte redskaber:** Sejen fanges i trawl og i Norge også i not. Der fanges også sej i garn og på langliner.

**Anbefalede redskaber:** Der fanges mange sej og sejen er blevet industrialiseret, således at fiskehandlerne nu køber sejen i filet, skåret på maskiner. Når bestanden begynder at vise svaghedstegn, kunne man give større kvoter til garn og langliner også fordi disse redskaber har en meget større selektivitet. Der udsnides mange små sej i trawl og not fiskeriet.

**Problemer i fiskeriet:** Sejen indgår som bifangst i de fleste fiskerier. Den danske kvote er ikke særlig stor og det giver problemer med udsmid. Men overordnet er der tale om en art, som sammen med dens fætter lubbe el. lyssej, klarer sig nogenlunde også under et højt fisketryk.

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag	
14			1	2	3	4	
5	15	6	7	8	9	10	11
12	16	13	14	15	16	17	18
19	17	20	21	22	23	24	25
26	18	27	28	29	30	31	

# Hornfisk *Belone belone*



## Opskrifter:

Den kan tilberedes kogt, stegt og dampet i ovn. Den smager udmærket, men bedst om efteråret. Prøv f.eks. hornfisk i stedet for boller i karryen. For at få et større forbrug af hornfisk, burde man opbygge et marked for ægte rollmops. De rollmops man køber i dag er lavet af sild og de kunne blive meget bedre. Prøv selv at lave rollmops af hornfisk så...! Man skal ikke tage de største og de skæres til filet, det giver 4 stk. rollmops pr. fisk. Man laver en blanding efter smag, salt, peber, hvidløg, persille, timian, basilikum osv. Og den lægges tyndt på kødsiden og mopsen rulles sammen og fæstes med en tandstik. De simres i en stærk lage af vand, løg, eddike, peber, laurbær i 5-10 min. og derefter på glas med lage og i køleskabet hvor de kan holde sig i flere uger. Har man engang fået rollmops af hornfisk vil man aldrig mere sætte tænderne i en sild forklædt som hornfisk.

**Sæson:** Hornfisken kommer til de danske farvande i maj og det er i den tid man kan købe fisken. Den er ok, men den er bedst om efteråret hvor den har ædt sig fed efter gydningen.

**Biologisk status:** Det er en pelagisk vandrer og bestandene synes i god form.

**Anvendte redskaber:** Herhjemme fanges al hornfisk i bundgarn

**Anbefalede redskaber:** Bundgarn

**Problemer i fiskeriet:** Økonomien er det største problem. Lige når hornfisken dukker op opnår den en høj pris, men prisen falder hurtigt. Der er ikke den store efterspørgsel efter hornfisk og det afspejles i priserne.



mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

18

1

2

3

19

4

5

6

7

8

9

10

20

11

12

13

14

15

16

17

21

18

19

20

21

22

23

24

22

25

26

27

28

29

30

31

23

Maj  
2004



# Multe *Chelon labrosus*



## Opskrift:

Multen kan serveres på mange måder. Den smager som en blanding af makrel og taskekrabber. Min favorit er hel multe i saltdej. Dertil skal man bruge en pæn multe på ca. 3 kg til et selskab på 6-8 personer (Det bør være et selskab, for det er en festlig ret) Multen skal vaskes let og gæller og blod fjernes. Men ellers skal alt andet, hoved, og de store skæl og finner blive på fisken. I bugen lægges alle de friske krydderurter man kan proppe derind. Saltdejen laves af 5 kg. groft salt og 5-6 æggehvider, det røres sammen. En bradepande smøres godt med olie (af hensyn til den efterfølgende rengøring) og der lægger man et tyndt lag saltdej der svarer til fiskens størrelse. Inden resten af dejen skal dække fisken, skal saften af en citron ind i bugen. Dejen skal dække fisken og så skal den i ovnen ved god varme i 45 min. Dejen må ikke blive sort, men gerne meget brun. Fisken skal stå og slappe af i mindst 15 min og så ellers serveres ved at man ved bordet skærer rundt så man kan løfte et "skjold" af dejen. Og der ligger så den smukke fisk og den duft der vil brede sig i dette gæstebud er hele besværet værd. Server asparges kartofler, salat og en citronsovs til denne ret.

**Sæson:** Det er en sommerfisk og den kan efterhånden købes i de fleste butikker i dag.

**Biologisk status:** Det er den eneste vegetarfisk i saltvand i vores område, og den er nu også begyndt at yngle her. Dens biologiske status i forhold til selve fiskeriet er ukendt. Men det er sikkert kun et spørgsmål om kort tid, så vil multen også være under forvaltning.

**Anvendte redskaber:** Den fanges som bifangst i garn, men nu også i et direkte målrettet fiskeri med garn. Multen er svær at fange og fiskerne skal jage fisken. Dvs. de skal se fisken inde på det grunde vand, hvor den græsser i større eller mindre grupper og derefter forsøger fiskerne at omringe gruppen med garn og så viser det sig om det er multerne eller fiskerne som havde heldet den dag. Ifølge fiskerne er det som regel multerne der narrer fiskerne.

**Anbefalede redskaber:** Det må blive garn. Man burde seriøst overveje mulighederne for at få produceret multe i vore farvande. Det er en vegetarfisk, som kunne æde de grøn-alger, der blomstrer i vore næringsrige farvande.

**Problemer i fiskeriet:** Der er ingen problemer nu, men de er på vej. Det er en relativ kostbar fisk og den vil komme under forvaltning, kvoter og med hvad deraf følger af problemer.

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
23	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

# Taskekrabbe *Cancer pagurus*



## Opskrift:

Herhjemme spiser vi krabbeklør, men vi burde spise de hele krabber, ligesom vi spiser hummer. Det betyder at krabberne skal købes levende. Er man øvet kan man dræbe krabberne ved at stikke dem med en kniv, men det vil jeg ikke anbefale. Tag i stedet en stor suppegryde og bring vand, salt, citron, og dild i kog og start så med de største af krabberne. Vandet skal spilkoge og den første krabbe kommer i. Når vandet er kommet i kog igen, så den næste osv. Når vandet er kommet i kog efter den sidste krabbe skrues ned for blusset og de simrer i 15 min.

Inspiration til tilberedningen og serveringen af de kogte kolde krabber, kan man hente i opskrifter på hummer. Krabberne kan serveres hele (udendørs da det griser lidt), eller man kan gratinere de kogte krabber med kødet fra klør og ben. Det indvendige i krabben kan også bruges, bortset fra maven (det grønne). Det røres sammen med lidt fløde, æggeblomme og krydderier, kun lige så det samler. Lægges ned i skjoldet og drysses med en god ost før gratineringen.



**Sæson:** Heler året, men de er bedst i sommermånederne.

**Biologisk status:** Der er mange taskekrabber i de danske farvande, bortset fra Østersøen. Fiskerne mener, at der er alt for mange.

**Anvendte redskaber:** I Danmark fanges krabber som bifangst i garnfiskeriet, men man er også begyndt på at fange krabber i tejrer. I andre lande, bl.a. Sverige er tejnepfiskeriet ret udbredt.

**Anbefalede redskaber:** Tejrer er det bedste og det mest skånsomme redskab.

**Problemer i fiskeriet:** Krabber fanges som bifangst i garn og de ødelægger garnene. Så fiskerne forsøger at undgå denne bifangst

mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

27

1

2

3

4

5

28

6

7

8

9

10

11

12

29

13

14

15

16

17

18

19

30

20

21

22

23

24

25

26

31

27

28

29

30

31

# Kulmule *Merluccius merluccius*



## Opskrift:

Kulmulen er vores Barracuda. Lige fra havet og endnu levende, er det både en drabelig og meget smuk fisk i sølv og mange farver. Den har et gebis som man skal holde fingrene fra. De kan også blive store, over 10 kg.

Kulmulefilet i ovn med porre, tomater og friske krydderurter er en herlig ret. Kulmulen smager af fisk, så den kan sagtens tåle tomater og krydderurter uden at kødet falder igennem. Kartofler og citronsovs (lavet af den suppe som fisken og grøntsagerne giver). Husk også at marinere kulmulefileterne med lidt citron, salt og peber, et par timer før de skal i ovnen.

**Sæson:** Juni – september i Nordsøen. Den fanges også i Skagerrak, men sjældent i Kattegat og aldrig i Østersøen.

**Biologisk status:** Generelt så har bestandene det meget dårligt. Der er bestande i Nordsøen, Middelhavet, Vest for Skotland osv. og den biologiske status for de enkelte bestande varierer meget, men de fleste steder står det meget sløjt til.

**Anvendte redskaber:** Fanges med trawl, men i dansk fiskeri fanges de fleste kulmule med garn og det foregår i Nordsøen.

**Anbefalede redskaber:** Langliner og garn.

**Problemer i fiskeriet:** Problemet er at der er for få kulmuler, og priserne kan også være et problem for danske fiskere, fordi de kun fanger en ubetydelig del af den mængde kulmule der fanges i Europa.



mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
31						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

# Rødspætte *Pleuronectes platessa*



## Opskrift:

Når man skal stege, koge eller dampe rødspætter så er det vigtigt, at fisken har huden om sig. Skindet skal blive på fisken for at give den bedste oplevelse. Hvis man ikke vil spise skindet så kan man jo bare lade det ligge. Prøv at dampe sådan en tyk rødspætte på mellem 1/2 og en hel kg. Fjern hovedet og finner og skrab fisken og skær på langs af rygbenet så fisken beholder sin facon. Læg fisken i en stor pande med en smule olie og lidt citronsaft, salt og peber efter smag. Damp fisken forsigtigt under låg og server den med salat og brød. På denne enkle facon, kommer man meget tæt på svaret på, hvorfor denne fladfisk er så populær her i landet.

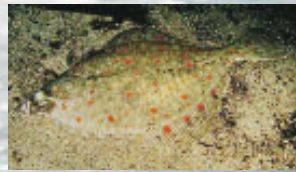
**Sæson:** Juli – november. Rødspætten er allerbedst i efterårsmånederne.

**Biologisk status:** Nogenlunde, men på vej ned. I Kattegat har rødspætten været i fremgang efter at være blevet næsten udryddet af iltsvind i 80'erne. I Nordsøen er bestanden på vej ned, bl.a. pga. et stort udsmid i bomtrawl fiskeriet.

**Anvendte redskaber:** Trawl, vod og garn

**Anbefalede redskaber:** Vod og garn i nævnte rækkefølge er de bedste redskaber til rødspættefiskeri. De kan sortere fangsterne og undgå udsmid som i trawl- og bomtrawl fiskeriet.

**Problemer i fiskeriet:** Vod og garn fiskeriet bliver presset ud af fiskeriet af trawlfiskeriet som fisker med 2,4 om kort tid op til 7 stk. trawl pr. fartøj. Trawl og bomtrawl umuliggør også de mere natur- og ressource skånsomme fiskerier som vod og garn. Kvoterne passer nogenlunde til fangstmulighederne, men de bliver sat ned i 2004 og igen må man frygte, at denne nedsættelse ikke følges op af en tilsvarende kapacitetsnedsættelse.



mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

36

1

2

3

4

5

6

37

7

8

9

10

11

12

13

38

14

15

16

17

18

19

20

39

21

22

23

24

25

26

27

40

28

29

30

September  
2004

# Ål *Anguilla anguilla*



## Opskrift:

Man skal købe den vilde ål. Den smager betydelig bedre end opdræts ålen, man støtter de få fiskere som stadig fanger ål, og dermed er man med til at bevare en af de store kulturhistorier i dansk fiskeri.

Tilberedningen af ål overlader jeg trygt til de læsere som køber ål. Selv foretrækker jeg den kogt saltede ål med det hele. Dvs. kartofler, sennep, rødbeder osv. Til kogt saltet ål skal man bruge ål der vejer mere end 500 g. og det skal også være blanke ål. Kan man få fat i 4 pæne ål, så er der en middag til 4 personer. Ålen tørsaltes i 1-2 dage før tilberedningen. Skæres i rette stykker og koges/simres i en kogeluge, dild, løg, citron, krydderurter alt efter smag. Kogetid ca. 12 min.

**Sæson:** Efteråret hvor de blanke ål trækker mod Sargassohavet.

**Biologisk status:** Den vilde ål har det elendigt. Der bliver hvert år færre ål og det forklarer man med at der fanges store mængder af glasål i Sydeuropa. Glasålen bruges til opdræts ål i Europa og i Fjern Østen.

**Anvendte redskaber:** Ålen fanges i bundgarn, ruser, på kroge og i trawl.

**Anbefalede redskaber:** Bortset fra trawl, som mestendels bruges i Østersøen i kortere perioder, så er de øvrige redskaber skånsomme mod såvel fiskebestande som havbund. I trawlfiskeriet efter ål bruges meget små masker og her fanges der til tider meget store mængder af små torsk. Trawlfiskeri efter ål bør forbydes.

**Fiskeriets problemer:** Opdræts ålen ødelægger markedet for de vilde ål. Før opdræts ålen fik fiskerne mellem 50-80 kr./kg, nu er de nede på 30-35 kr./kg. Så nu er der meget små fangster og små priser, og fiskeriet giver op.



mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag	
40				1	2	3	
4	41	5	6	7	8	9	10
11	42	12	13	14	15	16	17
18	43	19	20	21	22	23	24
25	44	26	27	28	29	30	31

# Østers *Ostrea edulis*



**Sæson:** Den kan købes hele året og mht. kvalitet er der delte meninger om hvornår den er bedst.

**Biologisk status:** Den europæiske østers er udbredt, men østersavl har indført en østers fra Japan og den breder sig. I Limfjorden findes den europæiske østers og bestanden vokser pga. de gode betingelser, det varme vand.

**Anvendte redskaber:** Man bruger skraber af forskellige størrelser og tyngde. I Limfjorden er det ex. tilladt at skrabe østers med muslingeskrabere som vejer 15 gange så meget som de tilladte østersskrabere.

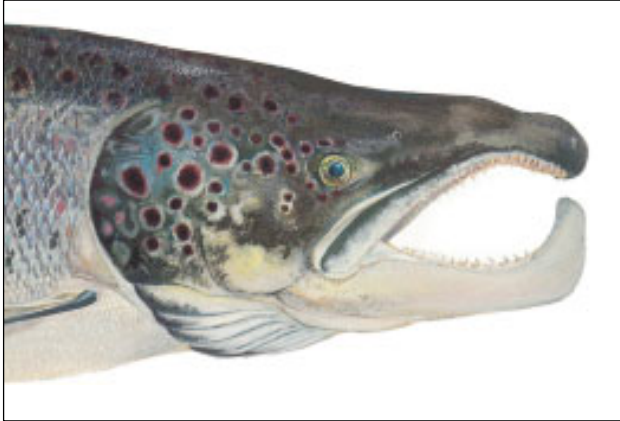
**Anbefalede redskaber:** Det tungeste redskab som burde være tilladt er en østersskraber på max. 20 kg. Kommerciel prejling, hvor man vader ud og indsamler østers er det mest skånsomme.

## Opskrift:

Østers bør spises naturel, men kan også tilberedes på utallige måder. Østers indgår fint i andre retter som garniture og i fiskesupper. Af uforklarlige grunde forsvandt østers ud af danskernes folkekøkken, selv om østers har været en vigtig føde for de første danskere, dengang vi var jægere og samlere. Men med opblomstringen af vilde østers i Limfjorden, avl af østers og danskernes voksende interesse for "sea food" er det muligt, at østers igen kommer til ære og værdighed for os almindelige mennesker.

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
1 45	2	3	4	5	6	7
8 46	9	10	11	12	13	14
15 47	16	17	18	19	20	21
22 48	23	24	25	26	27	28
29 49	30					

# Laks *Salmo salar*



**Sæson:** Opdræts laks fra Norge kan man købe hele året. Den vilde laks og havørred fra Østersøen er svær at få fat i, men den findes til salg også i Danmark. Sæsonen er fredet da den er på vej til gydningspladserne.

**Biologisk status:** I Østersøen er der et sort udsætningsprogram for laks og ørreder og derfor har bestandene det nogenlunde i forhold til fiskeriet. Men udsætningerne betyder også, at den vilde laks efterhånden er ved at være en saga blot. Man mener at i dag er det kun 10 % af laksen i Østersøen som man med rette kan kalde "vilde laks".

## Opskrift:

Gravede laks er en af mine favoritter. Dertil skal man bruge en pæn laks 3 kg som skæres i filet og alle sideben skal fjernes (det gør man med en tang). Den ene side lægges på et fad og overdrysses med salt blandet med lidt sukker og hvid peber. Derover drysser man en håndfuld fint hakket dild (tørret dild kan også bruges), den anden side får samme behandling og så lægges de sammen og en olie, der er neutral i smagen olie hældes over laksen. Olien skal dække skærefladen. Et par skærebrætter lægges over og der placerer man en gryde eller andet der vejer et par kg. Laksen står i køleskabet i et par dage og er så klar til brug. Til serveringen rører man en dressing bestående af rigtig god sennep som røres med olien fra laksen indtil man har den smag der passer én. Laksen skæres i tynde skiver og serveres med ristet brød og dressing.

**Anvendte redskaber:** Drivgarn, kroge og laksebure/gårde.

**Anbefalede redskaber:** Ovennævnte redskaber er fornuftige redskaber, også selv om der stilles spørgsmål ved brugen af drivgarn pga. af bifangster af havpattedyr og fugle. De drivgarn man bruger i Østersøen er der ingen problemer med, da det er forholdsvis spinkle redskaber.

**Problemer i fiskeriet:** Det altovervejende problem i laksefiskeriet er de lave priser på den vilde laks. De producerede laks har ødelagt markedet for laks og i dag får fiskerne 2-3 gange mindre for laksen end de fik for 20 år siden.

mandag

tirsdag

onsdag

torsdag

fredag

lørdag

søndag

49

1

2

3

4

5

6

50

7

8

9

10

11

12

13

51

14

15

16

17

18

19

20

52

21

22

23

24

25

26

27

53

28

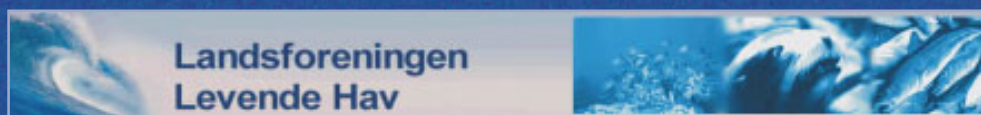
29

30

31

December  
2004

Landsforeningen Levende Hav • Juelsgårdvej 27 • Ferring Strand • 7620 Lemvig  
Telefon: 9789 5455 • mail: llh@levende-hav.dk • www.levendehav.dk



**Landsforeningen Levende Hav** · Juelsgårdvej 27 · Ferring Strand · 7620 Lemvig  
Telefon: 9789 5455 · mail: llh@levende-hav.dk · www.levendehav.dk