

BLUS

DANMARKS GASTRONOMISKE FOODSERVICEMAGASIN



No II / SEPTEMBER 2023

TAG MED PÅ EN GASTRONOMISK REJSE UNDER HAVETS OVERFLADE. VI SÆTTER TANG, FISK OG SKALDYR PÅ MENUEN, KRYDRET MED INSPIRERENDE HISTORIER, NYE TRENDS OG SMAGFULDE OPSKRIFTER.

BLUS. HELE DANMARKS GASTRONOMISKE FOODSERVICEMAGASIN. LAVET AF LYST TIL OG PASSION FOR MAD. FORDI VI TROR PÅ, AT MAD ER LIVSKVALITET. AT LYST OG PASSION FOR MAD I FOODSERVICE KAN SKABE EN BEDRE FORRETNING, FAGLIGHED OG FREMTID FOR ALLE. VI ELSKER AT MØDE ANDRE MENNESKER MED SAMME PASSION. LEVERANDØRER, DER LEVER OG ÅNDER FOR DERES VARER OG RÅVARER. KUNDER, SOM I KANTINER, RESTAURANTER OG CAFÉER IKKE TALER OM ANDET. VI BEFINDER OS I EN FANTASTISK BRANCHE OG ARBEJDER HVER DAG HÅRDT FOR AT BLIVE DEN FORETRUKNE FØDEVAREPARTNER FOR HELE DANMARKS PROFESSIONELLE KØKKEN. SAMMEN KAN VI FREMELSKE PASSION FOR MAD. SAMMEN KAN VI SÆTTE FOKUS PÅ, HVAD DET ER, DER GØR MAD TIL EN GOD FORRETNING. VI ELSKER MAD OG ALT DET OMKRING MADEN.

INDHOLD

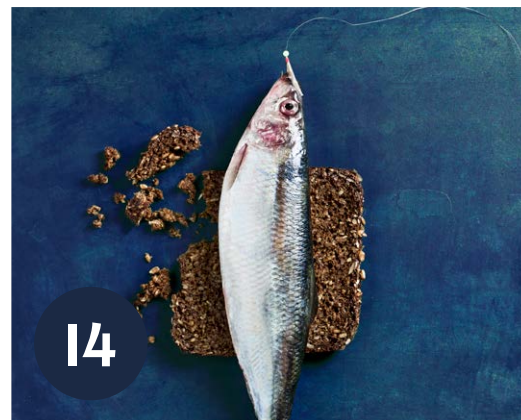
No II / SEPTEMBER 2023



22

FISK A LA SVINKLØV

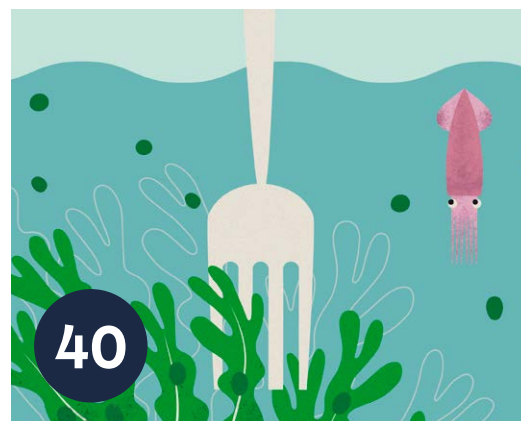
95 % af maden på Svinkløv Badehotel er fisk og grøntsager. Læs Kenneth Toft-Hansens bedste tips til fisk.



14

LILLE FISK, STORT POTENTIALE

Farvandene myldrer med sild. Alligevel serveres den velsmagende fisk meget sjældent. Måske bliver der ændret på det?



40

TANGGUIDE

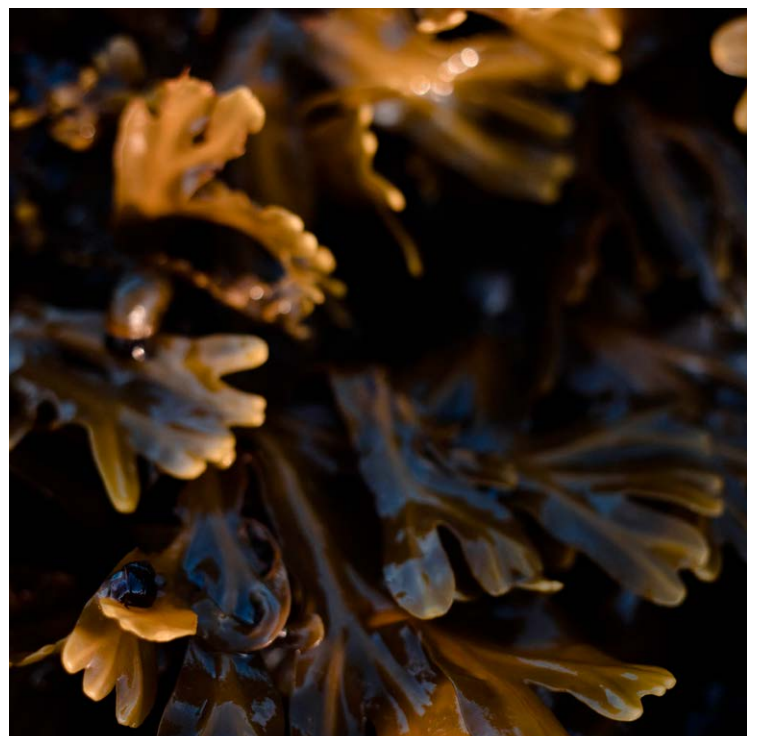
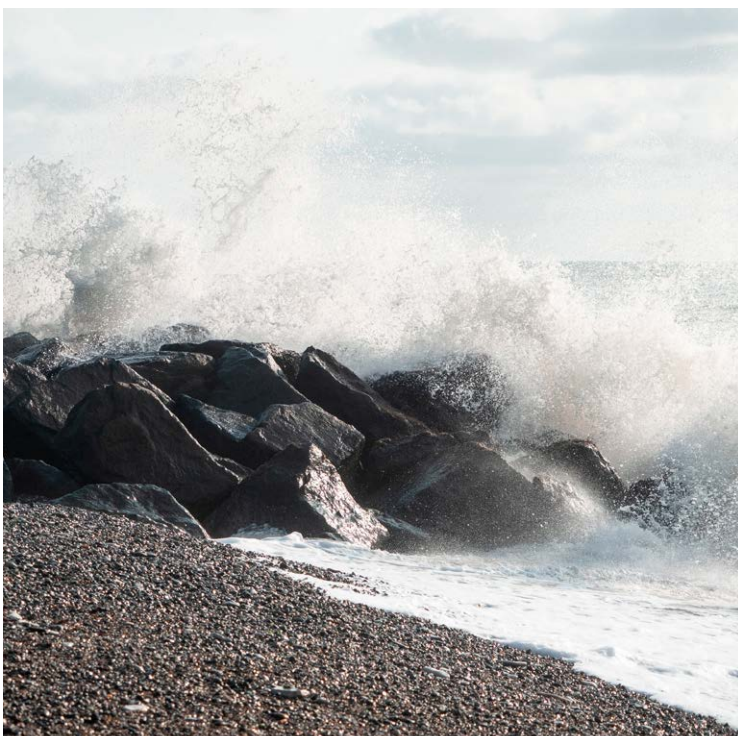
Tørret tang er et fantastisk krydderi, og frisk tang er en smagfuld grøntsag. Dansk Tang guider til, hvilke tangarter du bør kende.



66

DANSK FISK OG SKALDYR

Danmark svømmer i fisk, som vi aldrig spiser. Læs vores bedste bud på velsmagende, oversete danske fisk, du bør servere.



VELKOMMEN TIL BLUS

DANMARKS GASTRONOMISKE FOODSERVICEMAGASIN

Velkommen til dette nummer af BLUS, hvor vi besøger de danske kyster og tager på en gastronomisk rejse under havets overflade. Danmarks samlede areal består af 71 % hav og gemmer på en masse liv og smagsoplevelser, som vi glæder os til at udfolde i dette BLUS.

Sammen med ISS tager vi på tangsafari med Dansk Tang i Isefjord ved Nykøbing Sjælland og høster tang med egne hænder og smager på havets grøntsager frisk fra fjorden.

Iført waders skal vi ikke mere end et par meter ud, før vi kan høste den første blæretang, som har en let bitter smag med et twist af umami, salt og skaldyr. Vi høster også både havsalat og gracilaria, men den største overraskelse, synes jeg, er dumont-tang, som med sit sprøde bid og klare smag af østers er en skøn spiseoplevelse.

Liv i havet giver liv på tallerkenen. Men i dag er det langt fra kun fisk, man får i nettet, men også store mængder af plastik. Hvert år ryger der 14 millioner ton plastik i havet, og man mener, der allerede er over 150 millioner ton. Plastikforurening er en enorm udfordring. Og når livet i havet er presset, må alle os, der arbejder med fødevarer, hver især gøre, hvad vi kan for at gøre en positiv forskel.

Hos Dansk Cater har vi blandt andet indgået et samarbejde med ReSea om at indsamle 1000 kilo plastik fra havene i år. Det ligger os meget på sinde at gøre, hvad vi kan, og derfor er vi glade for at støtte ReSeas vigtige arbejde.

Udover at støtte arbejdet for et sundt havmiljø er det også vigtigt at overveje, hvordan vi fanger og høster i havet. Derfor handler det ikke kun om størrelse og pris, når vi bestiller fisk, men også fangstmetoder og mærkningsordninger. Bæredygtighed i fiskeriet er en kompleks størrelse – og det vigtigste, vi madprofessionelle kan gøre, er at have en holdning, stille spørgsmål og søge viden. For udbud følger efterspørgsel, og den agenda kan vi påvirke sammen.

I Danmark har vi lang tradition for at servere fisk og skaldyr til hverdag, fest og højtider. Særligt højtider – og det er silden et godt eksempel på. Men det er en skam, fordi sild er en både sund, velsmagende og klimavenlig proteinkilde. Vi dykker derfor ned i sildens historie og giver 4 tips til at servere sild på nye måder.

På både Svinkløv Badehotel og restaurant Hooked i København har de stor succes med at sætte blå proteiner på menuen – fra gourmetmad til streetfood. Vi besøger begge for at blive inspireret af hver deres tilgang til madlavning med havets råvarer.

Dét – og meget mere – kan du finde inspiration til i denne udgave af BLUS.

God fornøjelse (og velbekomme).

Søren Kyed

Gastronomisk chef – Dansk Cater A/S

BLUS ONLINE

Du behøver ikke kun at læse de gode historier og se de lækre opskrifter i magasinet. Du kan også se dem i levende live ved at scanne QR-koderne med din telefon eller gå ind på inco.dk/blus, abcatering.dk/blus, og bccatering.dk/blus



Film



QR-kode



Web



TANGSAFARI I ISEFJORD

Tang er havets grøntsag, og der findes cirka 400 tangarter i Danmark. Tag med til Isefjord, hvor BLUS og ISS er på tangsafari med Dansk Tang, som guider til, hvilke tangarter du bør kende.



TAG MED PÅ ØSTERSJAGT

Pak østerskniven og tag med til Isefjord, hvor BLUS er på østersjagt. Vi griller dagens fangst i vandkanten og laver forskellige serveringer med blandt andet æble, tang, chorizo og citron.

HØST HAVETS GRØNTSAG

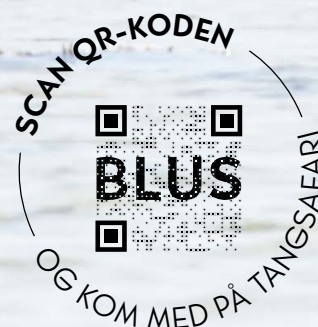
i Isefjord



Der er lavvande, høj sol og fralandsvind her ved kysten, hvor Anneberg Kulturpark og Isefjord mødes. Man kan se klynger af tang på havbunden, så langt øjet rækker. Noget bryder havoverfladen, som har trukket sig tilbage med tidevandet, mens det meste gemmer sig på fjordens bund.

Danmarks samlede areal består af 71 % hav, og tang kan bedst beskrives som havets grøntsag – fuld af vitaminer, mineraler, kostfibre og smag. Tang kan spises rå, kogt, bagt, ristet, pureret, tørret, granuleret eller friturestegt. Det er en råvare, vi spiser alt for lidt, men har uanede mængder af.

BLUS-redaktionen er taget til Isefjord for at komme tæt på havet og råvarerne og høste tang med egne hænder. Alt sammen kan du læse om og lade dig inspirere af i dette magasin.



Et hav af god smag



Tang gavner havmiljøet og er en udsøgt grøntsag, men også en længe overset spise. Det har Dansk Tang sat sig for at ændre på ved at udbrede kendskabet til og brugen af havets grøntsag. For tang har et hav af smagsoplevelser at byde på. Lad dig inspirere til tang på gafflen her.



Ligesom alle andre grøntsager smager tang allerbedst, når den er i sæson. Heldigvis er der forskelligt tang i sæson hele året.

Al tang kan trygt spises, der findes ikke giftige tangarter i Danmark.

Med noter af urter, skaldyr og nødder til sødme, salt og umami er tang en overset smagsbombe og kilde til vitaminer, mineraler, kostfibre og proteiner. Vikingerne spiste masser af tang. Men siden dengang er havets grøntsag gået så godt som i glemmebogen. Det har Dansk Tang sat sig for at ændre på – blandt andet ved at arrangere tangsafariture for professionelle og private samt høste og sælge frisk og tørret tang fra Odsherreds kyster.

– Tang er en fantastisk spise, fordi den smager godt, har høj næringsværdi, vokser hurtigt, er let at høste og er til gavn for klimaet, forklarer Claus Marcussen, CEO i Dansk Tang.

Sammen med sin søn, Simon Marcussen, startede Claus i 2016 Dansk Tang med ambitionen om at arbejde henimod en mere klimavenlig fødevarerproduktion og en mere bæredygtig tilgang til mad.

– Bæredygtighed er enormt vigtigt. Når vi høster, klipper vi kun spidserne, og så sker der det fantastiske, at planten skyder ud igen i flere skud. Og så har du faktisk mere tang, når du kommer igen et år efter. De tangarter, vi høster, er derfor nogen, vi med sikkerhed kan levere uden at påvirke klimaet, fortæller han.

Mad med mening

Udover at være en taknemmelig grøntsag, som kommer igen hvert år, uden at man skal hverken pløje eller gøde, så har tang også en høj næringsværdi og indeholder langt flere vitaminer, mineraler og kostfibre end frugt og grønt og optager mere CO₂ end planter på land. Samtidig optager tang kvælstof og fosfor under sin vækst og har dermed en positiv betydning for havmiljøet.

I dag høstes tangen manuelt i Isefjord, Kattegat og Sejerøbugten, men på sigt håber Dansk Tang at etablere flere maritime haver, hvor tangen vokser på spoler med liner og let kan høstes som æbler fra et træ.

– Med en maritim have med 68 hektar line med Gracilaria i Isefjord kan vi neutralisere næringsstofudledningen fra hele Odsherreds Kommune. Så vi kan altså lave biofiltre ude i vandet og neutralisere det – vi kan altså rense vandet med noget, vi kan spise. Det giver så god mening, forklarer Claus Marcussen.

Havets grøntsag

Noma var den første restaurant, der serverede Dansk Tang. Siden er listen vokset sig større. Blandt andet Michelin-kok Claus Henriksen serverer tang på Restaurant MOTA og sin nyåbnede bistro ERBA, som er hhv. nabo og genbo til Dansk Tang i Anneberg Kulturpark.

Der findes mere end 400 tangarter i Danmark, og hver art smager forskelligt og kan tilberedes på et hav af måder. Tang kan spises rå, kogt, bagt, ristet, pureret, tørret, granuleret eller friturestegt. Ligesom alle andre grøntsager smager tang allerbedst, når den er i sæson. Heldigvis er der forskelligt tang i sæson hele året. Og både konsistens, smag, duft og udseende varierer alt efter årstid.

– Tang overrasker mange. Pludselig møder de smage som edamamebønne, asparges, skaldyr og ærter. Det er klart smagen, folk oplever som den største overraskelse. Og dertil kan tang også optage andre smage – præcis ligesom andre grøntsager. Så det er ikke så svært med tang, når først man har fundet ud af, at det egentlig bare er en grøntsag, der gror i vandet. Så har man egentlig knækket koden til at arbejde med tang, forklarer Claus Marcussen.

Tang kan man med fordel betragte lidt som kål, anbefaler han. Nogle tangarter smager endda som kål, men især strukturen minder om, hvorfor det er en god reference, når man står i køkkenet.

– Når jeg arbejder med tang, bliver jeg meget inspireret af, hvordan folk tilbereder kål. For der er lidt det samme i det. Du kan arbejde med kål og tang lidt på samme måde. Du kan stege, blanchere, sylte eller fermentere den. Du kan bage tang i ovnen og lave chips eller koge den og lave en stuvning. Der er enormt mange muligheder, afslutter han.

TIP: Start med få, friske tangarter og bliv forelsket i dem. Derefter kan du kaste dig ud i flere. Claus Marcussen anbefaler at starte med Blæretang, Gracilaria og Havsalat.

TANG I STORE GRYDER

Der er høj sol og fralandsvind i Nykøbing Sjælland ved Isefjord, når BLUS og ISS er på tangsafari med Dansk Tang. Her høster vi tang med egne hænder og smager, hvad havets grøntsag har at byde på frisk fra fjorden. ISS driver kantiner for virksomheder og offentlige institutioner og serverer cirka 40.000 måltider om dagen. Vi har spurgt Malte Sejr, Food Development Specialist, og Morten Hassing, Head of Food, fra ISS om, hvad de mener om tang i store gryder.

Hvad synes I om tang hos ISS?

MALTE:

– Tang er en ingrediens, som vi er meget nysgerrige på at få ind i vores produktion. Hvad kan den både tekstur- og smagsmæssigt? Kan det give spiseoplevelser, som er anderledes end dem, vi kender? Kan det supplere de perioder af sæsonen, hvor der er mindre adgang til råvarer? Det er spændende og noget, vi er ved at finde ud af.

MORTEN:

– Vi er altid nysgerrige på råvarer, som skaber dialog og fremmer bæredygtighed og sundhed. Fordi det spørger mange af vores kunder også om – hvor CO₂-venlige vi er, og hvad er vores bæredygtighedsstrategi. Og vi har jo selv sat ambitiøse mål ved at sige, at vi vil være CO₂-neutrale i 2040. Derfor er vi nødt til at kigge på, hvilke råvarer der hjælper os på vej. Og der er tang helt klart interessant.

Hvordan bruger I tang i dag?

MORTEN:

– Tang har været på menuen løbende, og der er en stor gevinst i at bruge den som wow-faktor, fordi mange ikke har spist det før.

MALTE:

– Tørret tang bliver brugt som et krydderi og en tekstur op imod en ret mere end som en hovedingrediens. Fordi den har smag, og fordi den har en anden sprødhed. Det kan være fisk med et udvalg af tangprodukter til. Det kan også være i supper som smags giver eller som et salt element til en ret.

Hvad siger jeres gæster?

MALTE:

– Gæsterne er glade for, at vi introducerer nye råvarer, nye tilberedninger og nye sammensætninger, og at vi tager dem i hånden, når vi gør det, ved at vise, fortælle og guide, når vi serverer.

Hvad kan tang i forhold til smag og spiseoplevelse?

MALTE:

– De fleste kender tang i forbindelse med sushi eller det asiatiske køkken generelt. Men hvordan kan vi få det ind i det danske køkken? Det skal vi til at udfolde. Typisk synes folk, at god mad er velkendte smage. Og det er det her ikke. Så derfor skal vi balancere det. Og det er jo en sjov og spændende opgave.

MORTEN:

– Tang giver nogle anderledes teksturer og smage, end vi er vant til. Og så findes der mange forskellige tangtyper, som smager meget forskelligt. Og det synes jeg er rigtig spændende. Vi har smagt tang i dag, som smager af nødder, æbler, agurk og østers.

Hvilken rolle kommer tang til at spille på tallerkenen i fremtiden?

MORTEN:

– Jeg tror, at tang kan bidrage med, at vi får mange flere smagsnuancer ind i det grønne køkken. Men det vil kun fylde mere, hvis vi hjælper det på vej. Ligesom så meget andet skal der være nogen, der går forrest. Og det er der jo heldigvis flere og flere restauranter og store kantinespillere, som gør. Blandt andet os.

MALTE:

– En af vores vigtigste grundprincipper er at levere sund, nærende og bæredygtig mad. Lige nu er der jo et dedikeret arbejde hen imod at nedbringe kød, og de råvarer, som skal ind og have mere hyldeplads, er jo interessante for os. Og der er tang jo en af de råvarer, der er allermest plads til i kostpyramiden.

Hvad giver det at høste tang selv?

MORTEN:

– Jeg vil sige, at tang har givet smil på læben. Jeg er blevet superinspireret af at rende rundt i waders heroppe ved smukke Isefjord og høste tang og lære, hvor mange nuancer der er i det. Hvis mange flere kommer på sådan en tur, så er jeg sikker på, at de går hjem med den samme ild i øjnene, som jeg har. Og er klar til at lave endnu bedre måltider med tang.



Torsk med muslinge-blanquettesauce og tang fra Isefjord

5 PORTIONER

Bagt torsk

375 g torskeroyg
Salt

Muslinge-blanquettesauce

1 kg blåmuslinger

150 g smør

1 æg

2 æggeblommer

30 g creme fraiche 38 %

Citronsaft

4 g Isefjord tørret tangmix

Bagt torsk

Krydr torsken med salt og spænd den stramt op i husholdningsfilm. Ved at spænde fisken op i film fås en flot, rund form på fisken. Stil fisken på køl i et par timer eller natten over. Skær fisken ud i portionsstykker.

Muslinge-blanquettesauce

Skyll muslingerne i koldt vand og tjek, at alle muslinger er lukkede. Knuste muslinger kasseres. Kom muslingerne i en gryde, læg låg på gryden, stil gryden på blusset og damp muslingerne, indtil de har åbnet sig. Sigt muslingerne fra og hæld muslingefonden over i en ny gryde. Reducer den til 1 l/2 dl. Pil muslingerne ud af skallerne og pil skægget af muslingerne.

Kom smør og muslingefond i en gryde og giv det et opkog. Kom æg, æggeblommer og citronsaft i en blender og blend det sammen. Tilsæt den varme muslingefond med smør lidt efter lidt. Tilsæt creme fraiche og smag til.

Ved servering

Bag torsken ved 150 grader i 6-8 minutter. Vend muslinger og tang i blanquettesaucen. Anret den bagte torsk sammen med muslinge-blanquettesaucen.





En lille fisk med et **STORT** potentiale

De danske farvande myldrer med sild, og den lille saltvandsfisk er en både sund, velsmagende og klimavenlig proteinkilde. Alligevel er det de færreste, der sætter sild på menuen. Men det bliver der måske ændret på nu. Læs med, når vi dykker ned i sildens betydning før, nu og i fremtiden.

Hvornår har du sidst sat tænderne i en lille lækker sild? Svaret på det spørgsmål ligger med stor sandsynlighed ikke lige for. Silden har nemlig fået et image som en fisk, der udelukkende hører til på rugbrød med en iskold snaps ved siden af til jule- og påskefrokoster.

Hele 69 % af danskerne anser silden som værende gammeldags og traditionel frem for trendy og klimavenlig, og kun 16 % spiser sild en gang om måneden. Men sådan har det ikke altid været. Silden er uden tvivl den fisk, der har haft størst betydning for dansk historie og madkultur og er blevet spist i store mængder herhjemme gennem flere hundrede år. Silden har mange gode egenskaber, så måske det er på tide, den lille fede fisk får et comeback på menuen?

Nordens sølv

Men lad os først rejse tilbage til middelalderen i begyndelsen af 1100-tallet, hvor Danmarks sildeeventyr for alvor tog fart. På denne tid væltede enorme sildestimer hvert efterår op gennem det smalle sund mellem Danmark og Sverige, og i historiske skildringer fra livet i Danmark dengang beskrives det – måske med en let overdrivelse – hvordan fiskene flokkedes så tæt, at man kunne øse dem op med de bare næver.

Inden længe blev silden kendt som Nordens sølv fra havet, og de millionvis af sild blev livsgrundlaget for mange mennesker, der flyttede til de silderige kyster og skabte fundamentet for byer som København og Helsingør. Silden var en vigtig ernæringskilde, da den både var billig og sund og gav fedme, fylde og protein til den daglige kost.

Silden har den lille havdelikatesse tabt terræn som hverdagsspise hos danskerne og i stedet fået en fast plads i det traditionelle kolde køkken, hvor vi spiser højtbelagt smørrebrød med både den krydrede, marinerede, gravede, spegede og stegte sild til

højtiderne. Silden har fået en næsten hellig status til jule- og påskefrokosten, men samtidig er dens status som nationalspise og hverdagskost truet.

Silden har ellers masser af gode egenskaber, der gør den attraktiv set med nutidens øjne.

Sildens superpotentiale

For det første er den lille saltvandsfisk en naturlig ressource, som ikke kræver yderligere tilførsel af vand, foder eller energi. Sildefiskeriet i Danmark foregår i dag med udgangspunkt fra Skagen og Hirtshals, hvor silden i al sin enkelhed kan hentes i sit naturlige element. Og i rigelige mængder.

Nordsøsilden er en af havets mest talrige fisk, og bestandene er derfor ikke i fare for at blive overfisket med de nuværende regler og fangstmetoder. Hovedparten af de sild, der fanges i Nordsøen i dag, fanges med skånsomme fiskerimetoder som flydetrawl og not.

Derudover er silden også blandt de sundeste fødevarer, du kan servere. Silden er nemlig spækket med en række livsvigtige mineraler og vitaminer som Omega-3-fedtsyrer, A- og D-vitamin, jod og selen. Og så smager den meget bedre, end de fleste af os tror. Det er nemlig kun et fåtal af de danskere, der hyppigt spiser sild, der associerer silden med andet end de marinerede varianter, der traditionen tro pryder julebuffeten. Den marinerede sild har en syrlig, krydret og til dels bitter smag, mens den friske, ferske sild er mild med en naturlig saltsmag og umami, der suppleres af sødme fra forskellige aminosyrer.

Det giver silden et langt større smagsunivers, som flere og flere kokke og madprofessionelle er begyndt at udforske og eksperimentere med. For silden kan så meget mere, end mange af os går og tror.

Kilde: Sild & Gastronomi, Sildebranchen

4 TIPS

Server sild på nye måder



I. NYE SMAGSKOMBINATIONER

Sild rimer på dansk frokost. Det er der ingen tvivl om, fordi sild smager himmelsk på rugbrød. Heldigvis er smagskombinationerne uendelige.

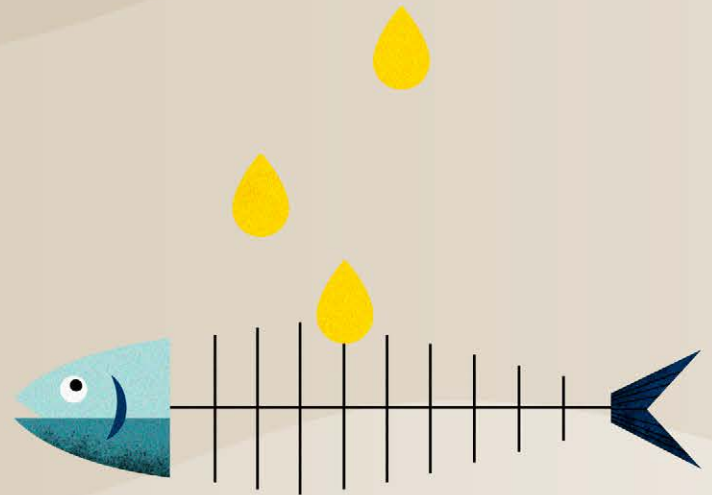
Prøv for eksempel at servere:

1. Kryddersild med kirsebær og saltristede mandler
2. Marineret sild med rygeost, agurk og brøndkarse
3. Stegt sild med stegte æbler, peberrod og sauce tatar



2. SILD PÅ SØNDERJYSK

I Sønderjylland er der tradition for at servere marinerede sild med kartofler og skrædderduelse. Skrædderduelse er tern af løg og bacon, der sautes og koges ind med fløde til en cremet sauce. Inden servering kan saucen monteres med en spiseskefuld creme fraiche 38 %.



3. RØGET SILD UDEN BEN

Røget sild er en delikatesse, som vi bør spise meget mere af. Men mange fravælger retten på grund af benene. Heldigvis kan syre nedbryde benene i sild. Det er derfor, man ikke fornemmer ben i marinerede sild. Prøv at lave en syltelage på 1 del eddike, 1 del vand og 1 del sukker, køl lagen af og kom den røgede sild i og lad den stå i 2-3 døgn på køl. Nu kan silden nydes, uden at man bemærker benene. Syltelagen kan tilsættes krydderier efter eget ønske.



4. SILD SOM FORRET ELLER HOVEDRET

Sild kan meget mere end smørrebrød. Fx er silden fantastisk som ingrediens i en forret eller hovedret. Prøv at servere marinerede sild med grillede porrer, en vinaigrette med friske krydderurter, skalotteløg og grov sennep samt et pocheret æg eller spejlæg. Savner du rugbrødet, kan retten serveres med sprødstegete tern af rugbrød eller rugbrødschips.

GAMMELDAGS OG HURTIGMODNEDE SILD, HVAD ER FORSKELLEN?

GAMMELDAGS MODNEDE SILD

Gammeldags modnede sild er et håndværk, der kræver tid, erfaring og viden. Sildene lægges i tønder eller kar, som lukkes udelukkende med salt. Her ligger de i op til 6 måneder og modner langsomt og helt naturligt ved hjælp af sildens egne enzymer.

Oftest benyttes der også større sild til gammeldags modning, da disse giver et bedre udtryk i det færdige produkt.

Silden flås først, efter at den er modnet. Den langsomme modning gør, at silden har langt flere smagsnuancer. Farven er glasklar og naturligt kødfarvet. Biddet og konsistensen er fast, og man oplever smagen af sild meget mere, da tiden har fået lov til at gøre sit arbejde, og fordi fedtprocenten er større i de store sild.

HURTIGMODNEDE SILD

De hurtigmodnede sild flås, fileteres og kommes herefter i store kar, hvor de overhældes med en eddikeopløsning med salt og sukker. Saltet reducerer væskeindholdet, og eddiken mørner sildefileterne. Ved at bruge den teknik sænker man PH-værdien betragteligt.

Man kan ikke sige, at hurtigmodnede sild er ringere end gammeldags modnede sild - der er nærmere tale om to forskellige produkter. Oftest står det på produktet, hvis silden er gammeldags modnet.

Mildt og saftigt
RUGBRØD
til klassisk smørrebrød



Hos Kohberg elsker vi traditioner, og rugbrød med sild, fiskefilet eller æg og rejer er en sikker vinder. Med vores mange smagsvarianter kan du forkæle dine gæster med klassisk smørrebrød – lavet med rugbrød for enhver smag.

Skal dine gæsters næste smagsoplevelse have karakter af solsikke, gulerod, kartoffel eller græskar? Vores bagere har været i udviklingsbageriet og med deres bagerfaglige ekspertise forfinet opskrifterne på udvalgte brød i vores frokostrugbrødsserie. Brødene er blevet saftigere og mildere i smagen – og så har vi skruet endnu højere op for kvaliteten, så du kan servere det lækreste frokostrugbrød for dine gæster.



SMUSHI

10 PERSONER

10 skiver Kohberg Solsikkerugbrød
 Smør
 2 pk. rørt fiskefars
 1 bakke små cherrytomater, skåret i både
 Brøndkarse
 Grov remoulade
 Friskkværnet peber

Bag og afkøl Kohberg Solsikkerugbrød. Skær brødet i skiver og smør det med smør. Udstik evt. med en lille rund udstikker.

Steg små fiskefrikadeller og anret dem på de små brød. Pynt med remoulade og afslut med brøndkarse, cherrytomater og friskkværnet peber.

VARMRØGET LAKS OG FENNIKELSALAT

10 PERSONER

10 skiver Kohberg Kartoffelrugbrød
 600 g varmrøget laks
 2 store fennikler
 Saft af 1/2 citron
 3 spsk. honning
 1 granatæble
 Dild

Skær fennikel på tværs af trådene i så tynde skiver som muligt. Kom skiverne i en skål sammen med honning og citronsaft og lad det gerne trække natten over på køl.

Bag og afkøl Kohberg Kartoffelrugbrød. Pluk den varmrøgede laks lidt fra hinanden, så det bliver til en grov mos. Læg en bund af afdryppet fennikelsalat på brødet. Fordel herpå den varmrøgede laks og top med granatæblekerner og en kvist dild.

Akvavitsyltede sild med svesker, æble og bacon

5 PORTIONER

Akvavitsyltede sild

5 stk. dobbelte sildefileter
150 g salt
1 1/2 l vand

Syltelage

1/2 dl akvavit
2 1/2 dl eddike
200 g sukker
10 peberkorn
2 stk. stjerneanis

Sveskepure

50 g svesker
Vand

Syltede sennepskorn

50 g sennepskorn
1 dl eddike
1/2 dl sukker

1/2 stk. fast, syrligt æble, fx Rød Elstar
50 g bacon BERTEL X MUSETH
20 g peberrod
15 g syltede sennepskorn
20 g skalotteløg
Kørvel
Salturt

Akvavitsyltede sild

Klip finnerne af sildene og kom dem i en ren plastikbeholder. Kom herefter vand og salt i en gryde og giv det et opkog. Køl lagen ned til 5 grader. Hæld den afkølede lage over sildefileterne og lad dem stå i saltlagen på køl i 5-7 døgn. Tag sildefileterne op af saltlagen og udvand dem i koldt vand i 15 minutter.

Syltelage

Kom eddike og sukker i en gryde og giv det et opkog. Tag gryden fra varmen og tilsæt akvavit, peberkorn og stjerneanis. Køl lagen ned til 5 grader. Kom sildefileterne i den kolde syltelage og stil dem på køl. Silden er klar efter to døgn.

Sveskepure

Kom sveskerne i en gryde og dæk dem med vand. Sæt gryden på blusset og giv den et opkog, lad sveskerne koge et par minutter. Blend sveskerne til en glat pure med noget af kogevandet.

Syltede sennepskorn

Kom sennepskornene i en gryde med vand. Sæt gryden på blusset og giv den et opkog. Sigt vandet fra sennepskornene og kom sennepskornene i en gryde sammen med eddike og sukker. Sæt gryden på blusset og giv den et opkog. Opbevar de syltede sennepskorn på køl.

Ved servering

Skær bacon i tern og steg det sprødt. Skær herefter æblet ud i små tern. Skræl peberroden og skrab den med en skarp kniv. Pil skalotteløget og skær det i ringe. Skær silden ud i mindre stykker.

Anret sild, sveskepure og bacon på en tallerken. Fordel æbletern, syltede sennepskorn, peberrod, løgringe, kørvel og salturt ud over retten.



KOGT PÅ VEDVARENDE ENERGI

Sæt omtanke på menuen og server OSCAR® Signature fonder, boulloner og saucer, som produceres på cirka 85 % vedvarende energi fra eget biogasanlæg.

Nestlé har sat som mål at halvere sin udledning af drivhusgasser i 2030 og blive energineutral i 2050.

Alle OSCAR® Signature fonder, bouilloner og saucer produceres af skandinaviske kvalitetsråvarer i Juuka i Finland på cirka 85 % vedvarende energi fra eget biogasanlæg. Som verdens største producent af fødevarer har Nestlé både et stort ansvar, men også en stor mulighed for at gøre en forskel, der kan mærkes.

Derfor har Nestlé sat som mål at halvere sin udledning af drivhusgasser i 2030 og blive energineutral i 2050. Det mål skal det nye biogasanlæg ved OSCAR®-produktionen i Juuka i Finland være med til at understøtte.

Fra spild til energi

6.000 tons grøntsager, urter og ben fra kylling, kalv og okse fra Finland, Sverige og Norge bruges hvert år til at lave smagfulde Signature fonder, bouilloner og saucer. Det giver en del bioaffald. Derfor har Nestlé etableret et biogasanlæg lige ved siden af

produktionen, som til daglig er drevet af Nevel, en forsyningsinfrastrukturvirksomhed.

Biogasanlægget har kapacitet til at bearbejde 19.500 tons bioaffald og generere 980.000 m³ biogas om året. Biogassen fremstilles blandt andet af bioaffald fra produktionen af Signature fonder, bouilloner og saucer. En del af biogassen bruges derefter til at producere nye OSCAR® produkter, mens det afgassede bioaffald bruges af lokale landmænd til at gøde markerne, så der kan koges nye Signature fonder og bouilloner og produceres ny vedvarende energi.

Med biogasanlægget sikres det, at restprodukter fra produktionen ikke går til spilde, men i stedet styrker den lokale, cirkulære økonomi og bidrager til en grønnere og mere bæredygtig energi- og fødevarerproduktion.

LUN FISKE SAUCE MED BRUNET SMØR

10 PERSONER

1 l OSCAR® SIGNATURE FISKEBOUILLON

1,5 dl hvidvin
5 stk. peberkorn
2,5 dl piskefløde
6 stk. æggeblomme
200 g usaltet smør, brunet
Dijon sennep
1 stk. citron, saften

Kom OSCAR® SIGNATURE FISKEBOUILLON, hvidvin og peberkorn i en gryde og kog det ind til det halve. Sigt herefter bouillonen.

Tilsæt fløde og legér med æggeblommerne over svag varme. Tilsæt smør. Smag til med Dijon sennep og citronsaft. Herefter må saucen ikke koge, men blot holdes lun, da den ellers vil skille.

Server evt. fra sifon.

SMAG, DYBDE OG KVALITET – DET KAN DU TILFØRE MADEN MED FONDER, BOUILLONER, SAUCER OG SUPPER FRA OSCAR®. DE ER UDVIKLET AF KOKKE TIL KOKKE.



DOS AND DON'TS

Fisk med Kenneth Toft-Hansen

Kenneth Toft-Hansen er kok og driver Svinkløv Badehotel i bunden af Jammerbugten, hvor 95 % af det, de serverer, er fisk og grøntsager. Her deler han sine bedste tips til at håndtere, tilberede og servere fisk – samt den ene ting, du ikke må gøre.





Når gæsterne tjekker ind på Svinkløv Badehotel, kan de både dufte, se og høre det brusende Vesterhav. Badehotellet ligger direkte i vandkanten omgivet af vild og foranderlig natur, og det afspejler sig i køkkenet.

- Vi udfordrer os selv ved dagligt at lave en ny menu ud fra de af sæsonens råvarer, der netop er trukket op af jorden eller havet samme morgen. Når du er så tæt på havet som os, går vi 100 % efter frisk fisk fra de nordiske farvande, forklarer Kenneth Toft-Hansen.

Hos Svinkløv Badehotel består 95 % af tallerkenene af fisk eller grøntsager, så der ryger 650 kilo fersk fisk gennem køkkenet hver uge. Det er alt fra ising til rødspætte, pighvar, kulmule, havtaske og fjæsing. - Vi udnytter den store mangfoldighed i de danske farvande, og det er havet, der fortæller os, hvad der skal være på menuen. Om sommeren vrimler det for eksempel med fjæsinger og makreller, fordi det er varmt - og så er det de fisk, vi bruger, fortæller Kenneth Toft-Hansen.

Fond på fiskebenene

DET SKAL DU BRUGE:

8 torskehoveder eller anden rundfisk (halverede og rensede for gælder og blod)
1 kg champignon i skiver
2 spsk. korianderfrø
1 spsk. peberkorn
1 hoved hvidløg flækket på midten

SÅDAN GØR DU:

Brun hovederne grundigt på skindsiden i olie ved høj varme på en pande og kom dem i en gryde. Kassér stegen. Kom de resterende ingredienser i og dæk det hele med iskoldt vand. Kog det op, skum det og kog ved svag varme i 20 minutter. Lad fonden trække i 20 minutter og sigt.

Reducer til passende smag og konsistens. Frys den færdige fond i mindre beholdere med datomærkning og navn.

KENNETH TOFT-HANSEN ANBEFALER

∞ VÆLG FISK I SÆSON

Når du går efter fisk i sæson, får du fisk, der er fanget kystnært, så båden er ude og tilbage samme dag - og så får du ikke friskere fisk. Samtidig giver det mening at bruge det, som havet er fuldt af - på samme måde som vi bruger grøntsager i sæson.

∞ KØB ALTID HELE FISK

Hele fisk med hoved og hale holder sig meget bedre, end hvis de er skåret op i fileter. Så sørg altid for at bestille hele fisk hjem.

∞ TJEK, HVORDAN FISKEN ER HÅNTERET EFTER FANGST

Fisken skal være pakket med is og ligge på bugen - så kan den holde sig frisk i længere tid. Ligger den på siden en hel dag, bliver kødet trykket mørt på den ene side.

∞ TJEKLISTE TIL FRISK FISK

Når du står med din hele fisk, er der tre ting, du kan tjekke, for at sikre dig, den er frisk.

FISKEN SKAL HAVE:

1. Klare, udstående øjne
2. Blodrøde gæller
3. Et intakt slimlag

∞ TILBERED FISK PÅ 1000 MÅDER

Det fantastiske ved fisk er, at du har alle muligheder, når det kommer til at tilberede den. Du kan servere den rå, saltet eller som ceviche. Du kan grille, stege, koge, pochere eller skindstege den.

∞ KOG FOND PÅ FISKEBENENE

En god fiskefond er ren magi i saucer, fiskesupper og risotto. Så kog altid en fond på fiskeben og -skrog, så intet går til spilde.

∞ TJEK KØDET MED EN STEGENÅL

Det er superlet at tilberede fisk. Tjek om fisken er færdig med en stegenål. Glider den lige igennem, er fisken færdig. Er der modstand, skal den have lidt endnu.

∞ GÅ ALDRIG PÅ KOMPROMIS MED KVALITETEN

Velsmagende fisk afhænger af frisk fisk fra fiskehandleren. Eller endnu bedre: Fra fiskeren selv.

∞ PRØV EN SVINKLØV-KLASSIKER

Heroppe laver vi ofte brødsteget fisk - det smager fantastisk. Du tager en tynd skive brød sammen med en filet af for eksempel rødtunge og steger det med brødsiden nedad, så det bruser op med urter og smør.



FORKÆL DINE GÆSTER MED MSC-MÆRKET K-SALAT



Hvert år bruger vi mange typer af fisk og skaldyr til en række af vores pålægssalater under brandet K-Salat - og de fleste af de produkter er nu MSC-mærket. Det gælder blandt andet vores store udvalg af Rejesalater og Tunsalater.

MSC-certificeret K-Salat er din garanti for, at du serverer fisk fra certificeret, bæredygtigt fiskeri - det vil sige fiskeri, hvor der værnes om fiskebestande, økosystemer bevares, og det sikres, at dem, der er afhængige af fiskeri, kan bevare deres levebrød.

Med K-Salat kan dine gæster nyde hver en bid med god samvittighed. Prøv for eksempel vores rejesalat på en blinis, toppet med ærteskud. Det er nemt, lækkert og viser, at du tager stilling til livet i havet.

Længe leve de blå proteiner

Lige i midten af værdikæden, det er der, Dansk Cater står. Det betyder, at udover at arbejde med interne ESG-initiativer såsom at introducere el-lastbiler og installere solceller på taget, så har AB Catering, BC Catering og inco Cash & Carry også en unik mulighed for at deltage i projekter både bagud og fremad i værdikæden. Og det er lige præcis det, de gør.

"Vi interesserer os for hele værdikæden fra jord til bord, og vi har mulighed for at påvirke den. Så det gør vi. Fx ved at understøtte vores kunders forretninger i også at blive mere bæredygtige – ved at vidensdele, inspirere og lancere fælles tiltag. Men også ved at påvirke bagud i systemet, ud mod producenterne," forklarer Jan Kristensen, Development Manager ved Dansk Cater.

Én ting, som Dansk Cater har højt på agendaen, er fisk og skaldyr. Ifølge Fødevarerstyrelsens officielle Kostråd anbefales voksne over 18 år at spise 350 gram fisk om ugen. Men danskerne spiser kun 259 gram fisk om ugen i gennemsnit ifølge en undersøgelse af DTU.

Der er mange gode grunde til at spise fisk. Fisk og skaldyr er sundt og har et højt indhold af vigtige næringsstoffer. Fisk er især rige på D-vitamin og mineralerne jod og selen. Desuden indeholder især de fede fiskearter sunde fiskeolier som omega-3 fedtsyrer.

Danmarks samlede areal består af 71 % hav, som er kilde til oceaner af fantastiske spiseoplevelser. Udover at inspirere de professionelle køkkener til at vælge de blå proteiner ved at tilbyde råvarer af høj kvalitet og dele viden og inspiration om lækker fisk på menuen har Dansk Cater også kastet sig ind i kampen for bedre transportpraksis, mindre plastik i havene og meget mere.

Bliv klogere på flere af Dansk Caters indsatsområder for de blå proteiner her:

UDFASNING AF FLAMINGOKASSER

Dansk Cater arbejder hen imod at udfase flamingokasser, som er ressourcetunge at producere, fylder meget på lastbilen og er besværlige at affaldshåndtere og genanvende. Som alternativ til flamingokassen har INSULA i samarbejde med Dansk Cater udviklet en papkasse til fisk og skaldyr. Papkassen har en plastikmembran, der gør, at den kan pakkes med is samt kan sorteres som almindeligt pap og dermed er nem at affaldshåndtere modsat flamingokassen. I dag leverer Dansk Cater fersk fisk og skaldyr pakket på is i enten en flamingokasse eller papkasse – alt efter hvad kunden foretrækker.

MAP I STEDET FOR IS

Traditionelt leveres fisk og skaldyr på en bund af is. Men det kræver meget energi at forvandle vand til is, og dertil er is tungt at køre rundt med i lastbilerne. Derfor tilbyder Dansk Cater Modified Atmosphere Packaging (MAP) for fersk fisk og skaldyr, som kan

leveres på køl i stedet for på is. MAP er en type forpakning, der ved at manipulere atmosfæren inde i pakken kan forlænge friskheden og holdbarheden af produktet. MAP er udbredt inden for fx kød og ost og fylder meget lidt på lastbilerne sammenlignet med flamingokasser, hvorfor det er mere effektivt og mindre omkostningstungt at transportere.

DEL AF PARTNERSKABET FOR FISK OG SKALDYR

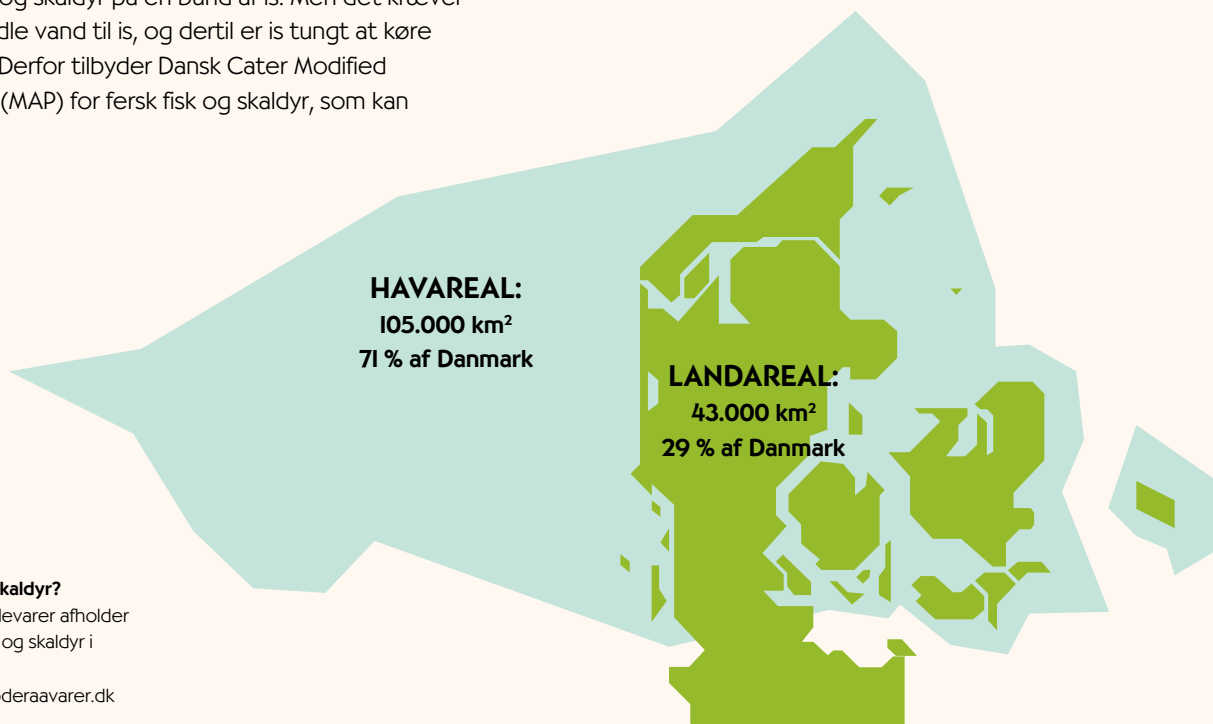
Dansk Cater er en del af partnerskabet for fisk og skaldyr hos Landbrug & Fødevarer, som varetager kampagnen 'Fisk 2 gange om ugen'. Formålet er at øge indtaget af fisk og skaldyr i forhold til Fødevarerstyrelsens anbefaling om 350 gram fisk om ugen gennem inspiration, vidensdeling og events. Fx kåres der hvert år Årets Ret med Fisk & Skaldyr. I 2022 vandt Svinkløv Badehotel. Årets Ret med Fisk & Skaldyr 2023 kåres til november.

BEKÆMPEL PLASTIKFORURENING MED RESEA

Hvert år ryger 14 millioner ton plastik ud i havet, og man mener, at der allerede er over 150 millioner ton i havet. Derfor har danske ReSea Project én mission: De vil fjerne så meget plastik fra hav og floder så hurtigt som muligt. Den kamp har Dansk Cater tilsluttet sig ved at støtte ReSea Project og hjælpe med at fjerne 1000 kilo plastik fra hav og floder. Indonesien er et af de lande i verden med højest plastikforurening, og derfor koncentrerer ReSea Project deres indsats her, hvor de siden januar 2021 har indsamlet over to millioner kilo plastik.

MSC- OG ASC-CERTIFICERET LAKS I INCO

Næsten al fersk laks i inco Cash & Carry er nu enten MSC- eller ASC-certificeret. MSC-certificeret laks er vildtfanget, og MSC stiller blandt andet krav til, at fiskebestandene skal være sunde og ikke overfiskes, fiskeriet skal minimere påvirkningen af havmiljøet og overholde effektive forvaltningsplaner. ASC-certificeret laks er fra opdræt, og ASC stiller blandt andet krav til vandkvaliteten, sygdomsforebyggelse, dyrevelfærd samt løn og arbejdsforhold for medarbejdere.



Vil du lære mere om fisk og skaldyr?

Sammen med Landbrug & Fødevarer afholder Dansk Cater workshop om fisk og skaldyr i København den 13. november. Læs mere og tilmeld dig på goderaavarer.dk

FRA ALLE OS I THY

Dragsbæk ligger i Thisted – og her produceres Bakkedal. Du kunne første gang smage Bakkedal i 2002. Det var en stor dag, for med Bakkedal fik danskerne et alternativ, endda et meget velsmagende et.

Vi går op i den gode smag – og sætter en stor ære i at få den velkendte smag frem i Bakkedal. Det er forklaringen på, at Bakkedal høster mange topplaceringer i diverse smagstests. Men den vigtigste smagstest sker altid på dine gæsters tallerkener. Server Bakkedal, dine gæster vil elske det.

Hvorfor Bakkedal?

Svaret er enkelt: smagen. Bakkedal er nemlig fremstillet med omhu – af naturlige råvarer – for at få den gode smag frem. Med Bakkedal får du en smag, der er så god, at den gør godt brød endnu bedre. Så du kan godt forvente, at dine gæster spørger efter en ekstra skive brød eller to, når der er Bakkedal på bordet.

Bakkedal – fra os i Thy



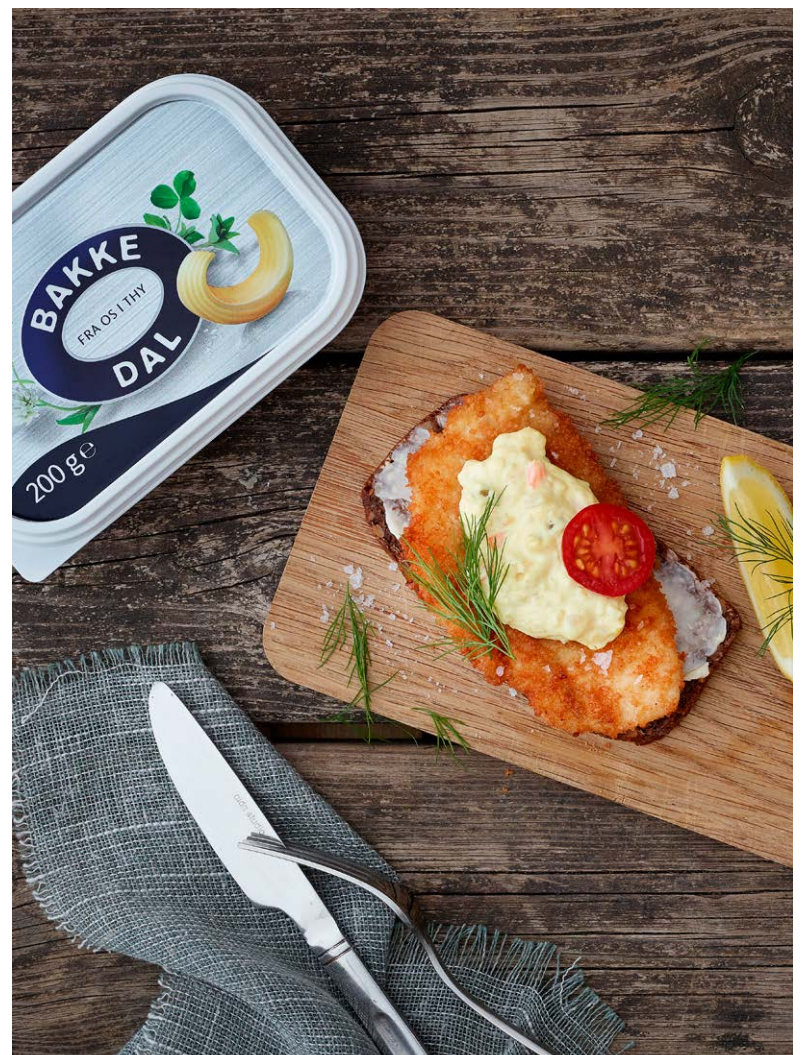
FLADPANDE I THY

10 PERSONER

10 skiver rugbrød
Bakkedal
Æg til panering
Mel
10 fiskefileter
10 cherrytomater
10 spsk. remoulade
Dild
2 citroner
Salt

Slå æg ud i en skål og pisk det. Hæld derefter lidt mel op i en anden skål. Dyp nu fiskefileterne i æg og vend dem derefter i melet. Steg fiskefileten på panden i Bakkedal, til den er gyldenbrun på begge sider.

Smør rugbrødene med Bakkedal. Kom derefter fiskefileterne på, efterfulgt af remoulade. Pynt med dild, tomater og salt. Pres til sidst lidt citronsaft over fladpanderne.



SÅ! DER BID

Fiskeri i de nordiske farvande foregår med forskellige fangstmetoder. Hvorvidt en fangstmetode er bæredygtig, afhænger af, hvordan den bruges. De bedste fangstmetoder er dem, der tager hensyn til både havmiljøet og fiskebestandene. Her er et overblik over de mest anvendte fangstmetoder i Danmark.

TRAWLFISKERI

Ved travlfiskeri fiskes der under bevægelse i de højere vandlag, hvor trawlet bliver slæbt efter fiskekutteren, når den sejler. Trawlet er en åben og tragtformet netpose, som er sat sammen af overnet, undernet og sidenet og er forbundet til fiskeskibet ved hjælp af wirer. Både slæbetid og slæbehastighed er vigtige faktorer for kvaliteten af fangsten.

GARNFISKERI

Ved garnfiskeri fiskes der stationært med net, hvorfor garnet står stille, fra det sættes, til det tages op. Nettets maskevidde bestemmer, hvilken størrelse fisk der går i. Garnfiskeri betragtes som skånsomt, hvis det håndteres rigtigt.

SNURREVODSFISKERI

Ved snurrevodsfiskeri lægger man en række tove ud i en halv-cirkel, og når de trækkes ind, samler alle tovene fiskene, som går i voddet, når det nærmer sig båden. Metoden er skånsom over for yngel og fisk, som hales ind levende, da de kun når at være i voddet i kort tid.

NOTFISKERI

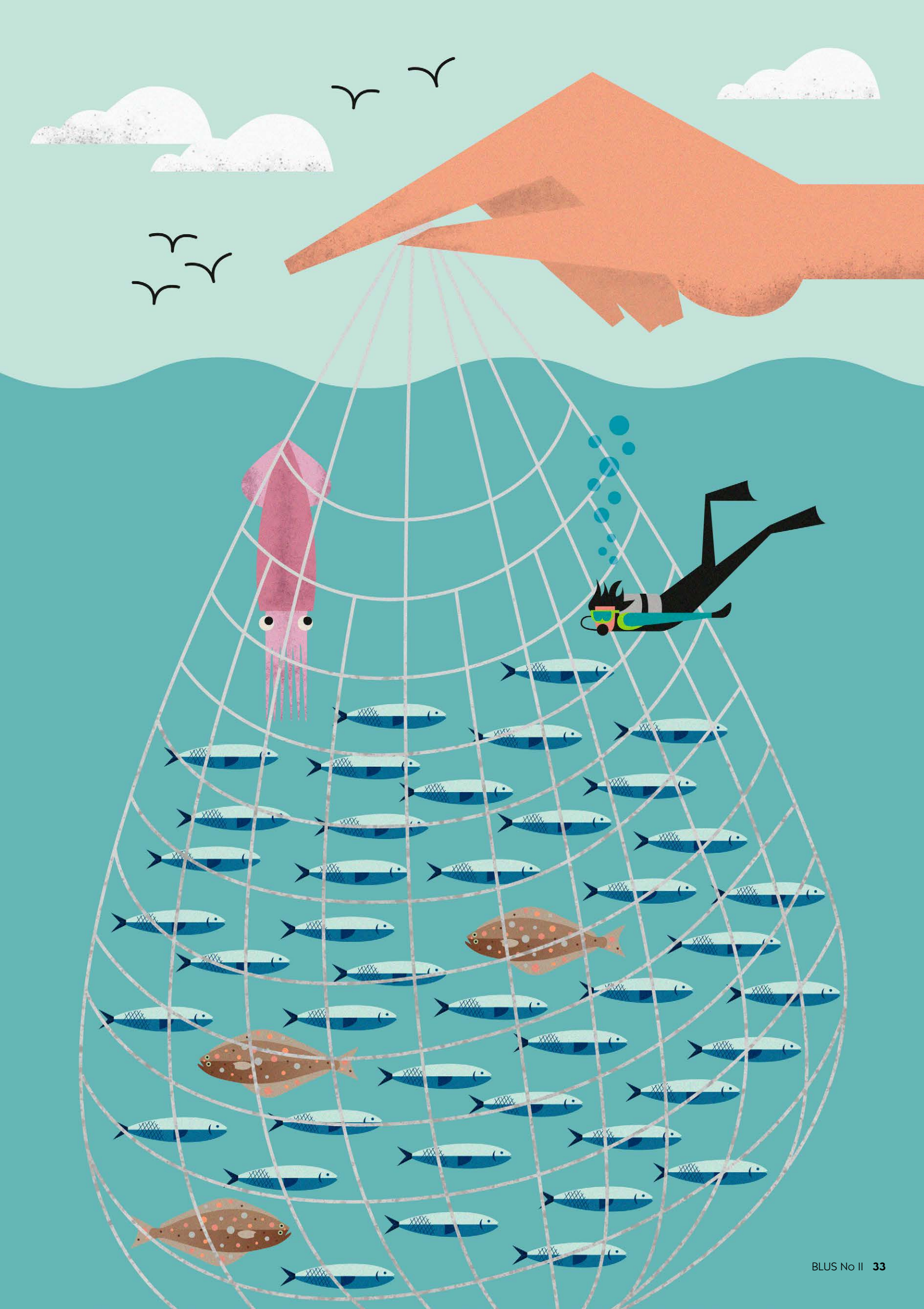
Ved notfiskeri fiskes der med en stor netvæg med en stålwire monteret i underkanten. Noten sættes rundt om en fiskestime, ved at kutteren sejler i cirkler. Når cirkelsejladsen er ovre, og nettet er sat ud, haler kutteren wiren ind, indtil nettet er lukket i bunden. Noten hives herefter ind på båden, og nettet tømmes ved hjælp af en pumpe.

BOMTRAWL

Ved bomtrawl fiskes der under sejlads med et tungt fiskeredskab, hvis underside består af kraftige jernkæder, som slæbes gennem de beboede lag af havets bund og maser havbundens planter og dyr op mellem kæderne og knuser det til en sky af organisk materiale, som tiltrækker rovfisk. Derefter vender trawlerne tilbage for at fange de spisende fisk med trawlposen, som sidder over jernkæderne. Bomtrawl er stærkt medvirkende til at fiskebestande i Danmark er stærkt nedadgående og desuden verdens mest energikrævende fiskemetode.

LANGLINEFISKERI

Ved langlinefiskeri fiskes der med krog ved at opsætte langliner på op til 300 meter, som påmonteres korte sidelinier med krog med en afstand, der er tilpasset den fisk, man vil fange. Med langlinefiskeri kan fiskerne sikre, at fiskeriet foregår på en skånsom måde for både fisk og havmiljø, da man kan justere størrelsen på krogene samt dybden, der fiskes på.



God kvalitet starter i havet

Livet i havet er under pres. Årtier med forurening, overfiskning og brug af ødelæggende fangstmetoder betyder, at verdens største spisekammer har både tomme hylder og svære vækstbetingelser. Men udbud følger efterspørgsel. Derfor gør Insula sit ypperste for at hjælpe foodservice med at tage oplyste valg – og fremme bæredygtigt fiskeri.

Udbud følger som bekendt efterspørgsel. Men fiskeri er et kompliceret stofområde, som er svært at finde hoved og hale i. Derfor er det både tidskrævende og en nærmest umulig opgave for køkkenerne at undersøge forholdene for alle fisk, de bestiller.

Af den grund har Insula, en nordisk seafood koncern med speciale i udvikling, forædling og salg af fisk og seafoodprodukter, fuld sporbarhed på alle fisk, de sælger. Og den viden og vejledning stiller de til rådighed for alle kunder, så køkkenerne kan tage oplyste valg. – Vi kan oplyse fangstmetode, hvor det er fanget, af hvem osv. Vi har eksperter ansat med mange års erfaring til at vurdere fisken på kvalitet, bæredygtighed og andre centrale parametre. Madprofessionelle har ingen chance for at gennemskue, hvad der er rigtigt og forkert, for der er intet, der er sort/hvidt, når det kommer til fiskeri. Men det absolut vigtigste er, at kunden har en holdning til den fisk, de serverer. Det kan skubbe på en ændring. For alt udbud bygger på efterspørgslen, forklarer Gustaf Olafsson, forretningsudviklingschef hos Insula.

Insula er fast leverandør af fisk og skaldyr til AB Catering, BC Catering og inco Cash & Carry. Når et køkken bestiller fisk, ryger ordren direkte til Insula, som køber fra auktion, skærer og pakker fisken, hvorefter kunden modtager leveringen dagen efter.

Grundlæggende for Insulas virksomhed er, at bæredygtighed er en nøgleparameter. Og selvom der ikke er nogen entydig definition på bæredygtigt fiskeri, så vurderes det ud fra tre fastsatte parametre: fiskebestand, fangstmetode og miljøpåvirkning.

Først og fremmest vurderes fiskebestanden, som skal være sund, så overfiskning undgås. Dernæst udvælges de mest skånsomme fangstmetoder. Denne vurdering er kompleks, og den bedste fangstmetode afhænger af fiskeart, område, samt hvordan fangstmetoden praktiseres. Det tredje parameter er miljøpåvirkning, herunder påvirkningen på havmiljøet.

– Bæredygtigt fiskeri er en meget kompleks størrelse. Og det er derfor, det er så vigtigt, at vi har dygtige fiskere i Danmark. Så de ved, hvad de laver. Så uddannelse og opbakning til fiskerne, det er enormt vigtigt, forklarer Gustaf Olafsson.

Skånsomt fiskeri

Fiskeri i de nordiske farvande foregår med forskellige fangstmetoder. I Danmark er den mest udbredte fangstmetode trawl, hvor der fiskes under bevægelse i de højere vandlag, og trawlet slæbes efter fiskerkutteren.

Hvorvidt en fangstmetode er bæredygtig, afhænger af, hvordan den bruges. De bedste fangstmetoder er dem, der tager mest hensyn til både havmiljøet og fiskebestandene.

– Alle metoder kan være bæredygtige, hvis de bruges på den rigtige måde. Hovedsagen er, at der ikke fanges mere, end bestanden kan tåle. Alt fiskeri skal gøres med respekt, understreger Gustaf Olafsson.

Heldigvis er der en god stime i sigte, når det kommer til fremtiden for fiskeriet. Hos Insula oplever de nemlig tiltagende interesse for bæredygtig fisk fra madprofessionelle, og det kan tydeligt mærkes i industrien.

– Det smitter af på os. Og det er der, forandringen kommer fra. Når vores kunder siger, at de vil have bæredygtighed, så er det et incitament og motivation til fiskerne. Derfor er det utrolig vigtigt at informere om, at det er kundens valg, der afgør det hele, fortæller han.

Brug hele fisken

Udover at vælge skånsomt fangede fisk fra sunde fiskebestande, er det også afgørende for livet i havet, at køkkenerne bruger hele fisken, så der ikke går råvarer til spilde.

– Hvis der er noget, der er bæredygtigt og godt for miljøet, så er det, at vi bruger hele fisken. Man kan lave supper, man kan lave fars, man kan lave alle mulige ting. Vi har 21 fabrikker, som forarbejder fisk. Og det gennemgående tema er at bruge hele fisken. Det vil sige, at når vi skærer fisk op, så skal alt bruges, fortæller Gustaf Olafsson.

For at sikre udbredelsen af de bedste praksisser på tværs af industrien – fra hav til tallerken – arbejder Insula også målrettet på at udbrede viden om og inspiration til at bruge hele råvaren. Det foregår gennem vidensdeling og uddannelse. En indsats som foregår i tæt samarbejde med Dansk Cater.

– At bruge hele råvaren er en grundsten, vores virksomhed er bygget på, og noget vi aktivt opfordrer kokkene til at have fokus på, afslutter Gustaf Olafsson.



Bagt fladfisk med brunet smørsauce, ribs og brødcroutoner

5 PORTIONER

Bagt fladfisk

2-3 fladfisk (rødspætte, skrubbe eller slethvar, alt efter hvad der er i sæson)

Brunet smørsauce

100 g smør
50 g bananskalotteløg
25 g kapers
20 g persille

Brødcroutoner

40 g daggammelt brød
Smør
Salt

50 g ribs eller andet bær i sæson

Bagt fladfisk

Kom fladfiskene på en bageplade beklædt med bagepapir. Bag fladfiskene ved 180 grader i 10-12 minutter, alt efter størrelse. Lad fisken hvile i et par minutter.

Brunet smørsauce

Kom smørret i en gryde og brun det, indtil det dufter af ristede hasselnødder. Sigt det brunede smør over i en kasserolle. Pil skalotteløget og skær det i fine små tern. Hak persille og kapers. Kom skalotteløg, kapers og persille i det brunede smør.

Brødcroutoner

Skær brødet ud i tern. Kom smør på panden og varm den op, tilsæt brødternene og steg dem sprøde. Kom brødcroutonerne over på et stykke fedtsugende papir.

Ved servering

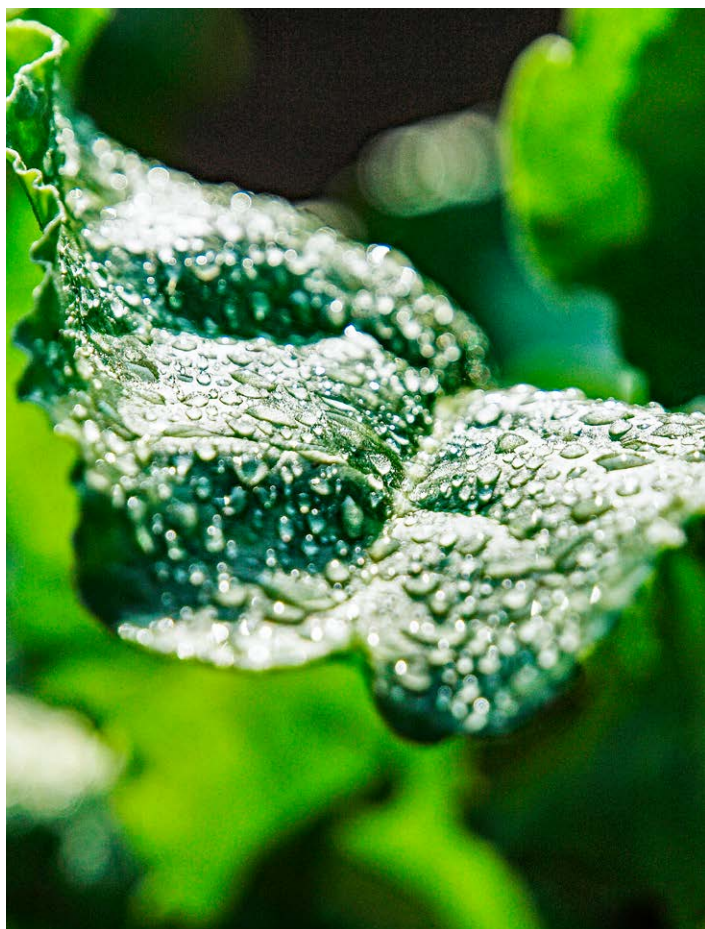
Læg fladfiskene på et fad. Fjern skindet på oversiden af fisken og krydr med salt. Fordel smørsaucen, brødcroutoner og ribs ud over den bagte fisk.





Sukkerroen består af 75 % vand

SUKKERROENS VANDINDHOLD
**GENBRUGES OP
TIL 20 GANGE**



Vand er en knap ressource, som er vigtig at spare på. Når vi producerer sukker, har vi i produktionsprocessen brug for vand til at vaske sukkerroerne, til transport i anlægget og til at udvinde sukkeret fra roerne.

Sukkerroen består af 16 % sukker og 9 % fiber – de resterende 75 % er vand. Under sukkerudvindingen genbruges vandet fra roerne, og derfor kan 80 % af vores vandbehov dækkes gennem det vand, der er naturligt til stede i roerne.

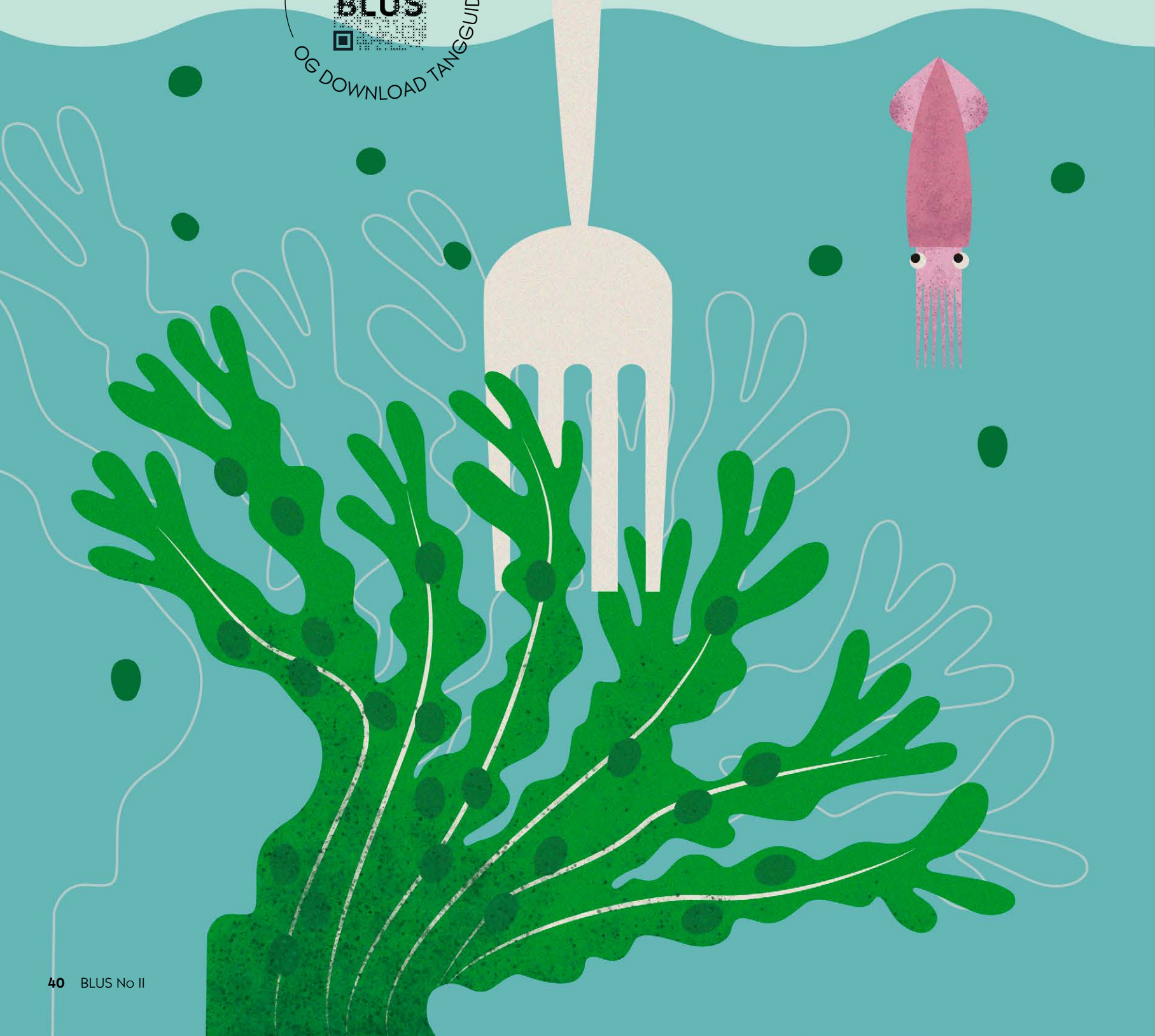
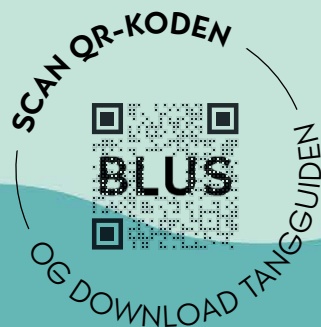
Det er muligt, fordi vi genbruger sukkerroens vandindhold op til 20 gange.

VIDSTE DU?

Roeplanten stammer fra bedefamilien og er råmaterialet for al sukkerproduktion i Danmark. En sukkerroe har brug for vand, varme og sol for at kunne producere sukker. Sukkerroens top kan sammenlignes med en solfanger, der opsamler og omdanner solens energi til sukker.

DEN ULTIMATIVE GUIDE TIL

TANG PÅ TALLERKENEN



Tang kan spises rå, kogt, bagt, ristet, pureret, tørret, granuleret eller friturestegt og er rig på vitaminer, mineraler og kostfiber. Tørret tang er et fantastisk krydderi, mens frisk tang er en lækker og smagfuld grøntsag. Tilberedningsmulighederne er mange, og smagsoplevelserne er store, for der findes et hav af forskellige tangarter, som hver har sine unikke karakteristika, der ændrer sig alt efter vind og vejr.

Men spørgsmålet er, hvilken tang man skal starte med?

Claus Marcussen fra Dansk Tang anbefaler at starte med Havsalat, Blæretang og Gracilaria. Når du mestrer disse, bør du prøve Sukkertang, Fingertang, Savtang, Blomkålstang eller Søl. Bliv klogere på alle tangarterne, du bør kende, her.



HAVSALAT

SMAG: Frisk havsalat har en dejlig "grøn" smag med et pift af spinat, hav og nuancer af jern.

KONSISTENS: Konsistensen er en smule sej trods den tynde struktur.

TILBEREDNING: Havsalat er, som navnet indikerer, en fantastisk salat. Lav en hurtig råsyltning, så er den nemmere at tygge. Derudover kan du også pakke fisk ind i havsalat, når det skal grilles eller steges. Det holder på smagen, giver retten et flot udtryk og smager dejligt.

SÆSON: Juni - november



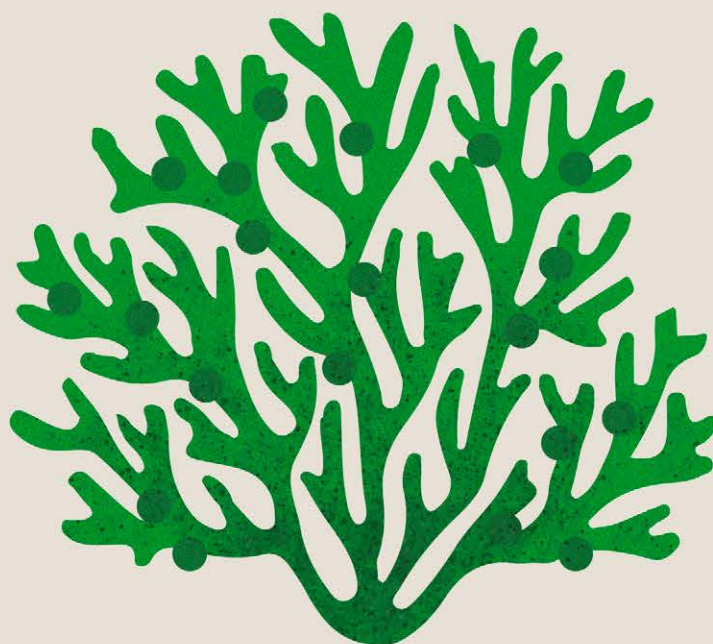
BLÆRETANG

SMAG: Smagen er let bitter med et tvist af umami, salt, skaldyr og edamamebønner.

KONSISTENS: Konsistensen er sprød og nem at tygge. Luftblærene giver en let knasende konsistens.

TILBEREDNING: Blancher den friske blæretang og bland den i en pastasalat eller server den sammen med andre grøntsager til fisk. Tænk på blæretang som en alsidig grøntsag, der giver en elegant note af hav.

SÆSON: Hele året



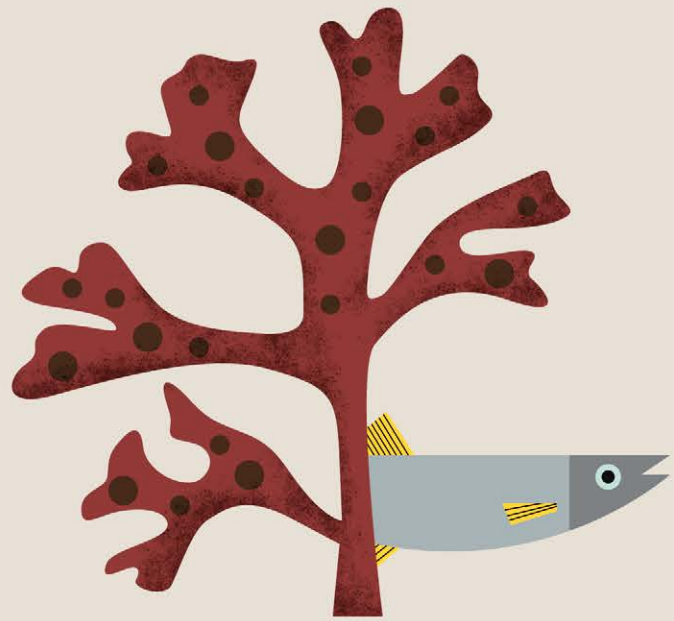


SØL

SMAG: Smager af umami og skaldyr og er kendt som "havets bacon".

KONSISTENS: Forhandles kun tørret og har en sprød konsistens.

TILBEREDNING: Tørret søl er et fantastisk umamikrydderi, som du kan stege i olie eller fritere for at opnå smagen af umami. Tørret søl kan også koges i retter eller granuleres og tilføjes til supper og sovser.



BLOMKÅLSTANG

SMAG: Frisk blomkålstang har en salt grøntsagssmag med et twist af karse, umami og skaldyr.

KONSISTENS: Konsistensen er sej og svær at tygge igennem på grund af dens høje indhold af stivelse.

TILBEREDNING: Skær blomkålstangen i små stykker og bland den i en frisk salat for at tilføje et lækkert bid og en smuk rød farve. Blomkålstang er også god at sylte og bruge som dekorativ topping. Brug kogevandet, som har et højt indhold af stivelse, til fx jævning.

SÆSON: Hele året



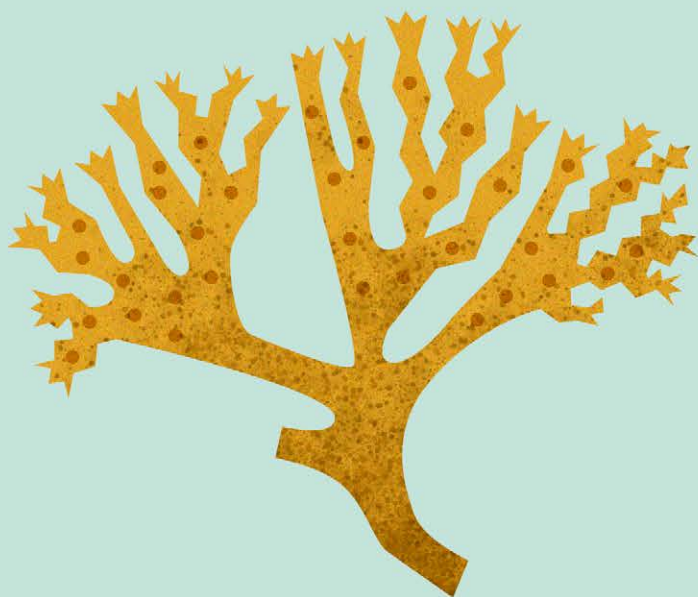
GRACILARIA

SMAG: Smagen er pikant med et lille bid på tungen og en snert af selleri og karse.

KONSISTENS: Konsistensen er sprød og saftig og minder om salturt.

TILBEREDNING: Kog den friske gracilaria i 10-15 minutter, hak den i mundrette stykker, giv den evt. lidt frisk citrus eller en lækker marinade og server en smagfuld grøn tangsalat. Gracilaria kan desuden fryses, når den er tilberedt, uden at det forringer kvaliteten.

SÆSON: Maj - januar



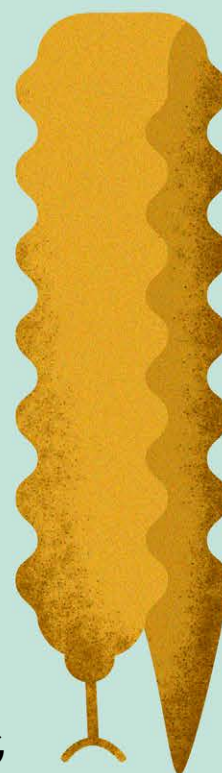
SAVTANG

SMAG: Smagen er frisk og nøddeagtig. Om vinteren smager frisk savtang af sukkerærter, og om sommeren er smagen mere bitter.

KONSISTENS: Konsistensen er blød, fleksibel og en anelse udtørrende, når den tygges.

TILBEREDNING: Savtang er god at sylte og bruge som surt. Derudover er tangen god til anretning, fordi den er enormt flot - fx på en østersservering.

SÆSON: Hele året



SUKKERTANG

SMAG: Smagen er mild, salt og med et tvist af skaldyr og agurk og noter af sødme.

KONSISTENS: Konsistensen er knasende med et lidt sejt bid.

TILBEREDNING: Skær sukkertangen ud i lange stykker og brug den rå i en pasta. Sukkertang kan med sin sødme også bruges i fx is. Sukkertangen er også meget dekorativ og kan bruges til anretning.

SÆSON: December - juni



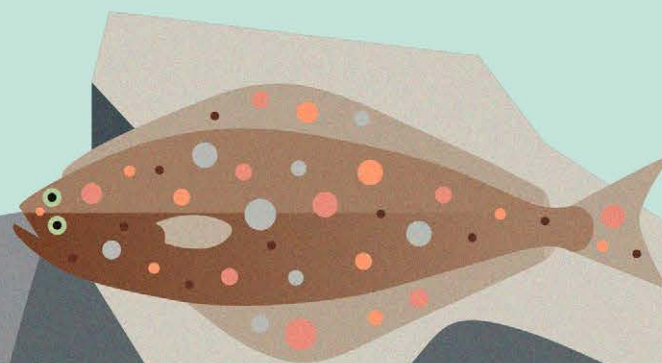
FINGERTANG

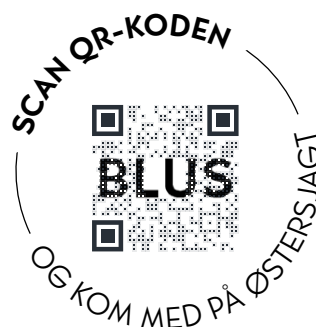
SMAG: Smagen er mild med en anelse agurk, skaldyr og lakrids samt et tvist af umami.

KONSISTENS: Konsistensen er bruskagtig, sej, al dente og danner gelé i munden.

ANBEFALET TILBEREDNING: Kog fingertangen (kombu), skær den i mundrette stykker og brug den i salater. Kogt fingertang har en smuk grøn farve. Tørret er fingertang god til dashi samt som umami-smags giver i retter.

SÆSON: Februar - juni





Grillede østers med æble-tangvinaigrette, chorizo og grillet citron

5 PORTIONER

15 østers

Æble-tangvinaigrette

75 g æble
25 g bananskalotteløg
1/4 dl kulolie (olie der har trukket med glødende kul, se mere i filmen omkring østersjagt)
2 spsk. æbleeddike
1 spsk. tørret tangmix
Salt og peber

Chorizo

75 g chorizo BERTEL X MUSETH
1/4 dl olie

Grillet citron

2 citroner

Høvlet peberrod

Æble-tangvinaigrette

Skræl æblet og skær i små, fine tern. Pil skalotteløget og snit det fint. Kom æbletern, skalotteløg, kulolie, æbleeddike og tang i en skål og rør det sammen. Smag til med salt og peber.

Chorizo

Skær chorizopølsen i små, fine tern. Kom chorizopølse og olie på en pande. Sæt panden på blusset og steg chorizoen sprød. Læg de sprødstegte chorizotern på et stykke fedtsugende papir og sigt olien over i en skål.

Grillet citron

Halver citronerne. Grill citronerne på en varm grill. De er klar, når de er sorte på skæreflader.

Ved servering

Kom østersene på en varm grill. Østersene er klar, når de enten siger en poppende lyd, eller når de så småt begynder at åbne sig. Åbn østersene og anret dem på en tallerken sammen med æble-tangvinaigrette, sprød chorizo og chorizoolie samt grillet citron og friskhøvlet peberrod.

TIP

Ved at komme østersene på den varme grill bliver de markant nemmere at åbne, men de får også en svag tilberedning, som gør, at østersen lige sætter sig lidt i kødet. En god måde at spise østers på, hvis man er utryk ved at spise den helt rå.

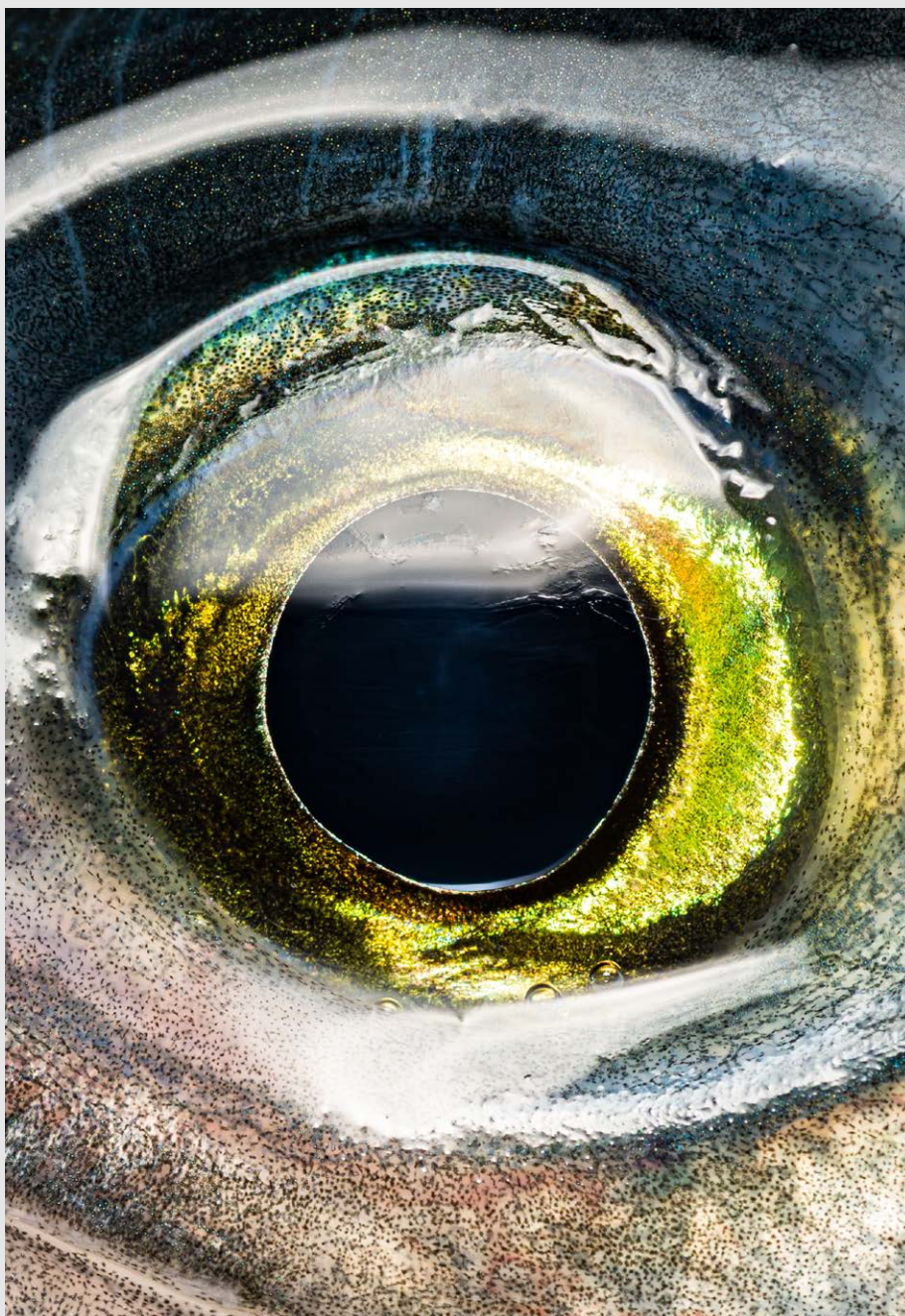


TIDENS TRENDS

Er gastronomien gået i fisk?

Det ser sådan ud. Gastronomien er i konstant bevægelse, og der er ingen tvivl om, at havets blå og grønne proteiner kommer til at fylde langt mere på menuen.

Læs her om nogle af tidens største trends inden for fisk, skaldyr og tang.



BRUG RUB OG STUB

Ángel León, den gastronomiske drivkraft bag den trestjernede restaurant Aponiente i Andalusien, jonglerer i den grad med det muliges kunst. Han arbejder ud fra filosofien om at bruge hele fisken – og når han siger hele fisken, så mener han det. Ved Aponiente er blandt andet fiskeskæl, skind og øjne på dessertkortet.

Hans passion er at forvandle de usædvanlige og mere sjældent brugte dele af fisken til kulinariske smagsoplevelser. En af Ángel Leóns nyskabende koncepter er "havbacon", som han fremstiller af fiskeskind. Resultatet er en baconlignende smag og konsistens, der giver fiskens skind en helt ny dimension.

En anden fascinerende idé fra Ángel León er brugen af fiskeøjne til at lave popcorn. Ved at tørre og riste øjnene forvandler han dem til sprøde og smagfulde snacks. Desuden eksperimenterer Ángel León med at udvinde kollagen fra fiskemaver og anvende det til at lave karamel.

Kun fantasien sætter grænser, når havets ressourcer skal udnyttes – det demonstrerer Ángel Leóns eksperimentelle, gastronomiske univers på fantastisk vis.

Kilde: Arla Pro



KROGMODNET FISK

Når vi taler om kød, så er krogmodning lig med mørhed, saft og kraft. Når det kommer til fisk, er det helt andre parametre, kokke arbejder efter. Fisk skal helst op af havet og ind i køkkenet så hurtigt som muligt. Friskhed betyder alt, når vi taler fisk. Eller gør det?

Det er der delte meninger om. Kokken Carlos del Portillo, der ejer restauranten Bistrónomika i Madrid, foretrækker fisk, der har modnet. Nogle af dem helt op til 14 dage. På Bistrónomika tilberedes fisk og skaldyr udelukkende over åben ild, og her giver de modne fisk – ifølge Carlos del Portillo – klart den bedste smag.

Når fisken modnes, opnås en anden tekstur, skindet bliver mere tørt og fedtet bliver mere koncentreret. Og når den modnede fisk kommer på grillen, bliver resultatet en sprød og nærmest karamelliseret overflade.

Kilde: Arla Pro

REJER AF TANG

Udviklingen af plantebaserede alternativer til de blå proteiner er stadig i sit spæde stadie, og vi har kun set toppen af isbjerget. Innovationen blomstrer, og alternativerne bliver konstant bedre. Et af de nyeste skud på stammen er den plantebaserede reje, Rej-Art®, som er et nyt plantebaseret alternativ til rejer, fremstillet af tang. Tang er havets grøntsag. Så selvom rejen aldrig har set havet, så kommer hovedingrediensen derfra. Rej-Art® ligner en reje – og så har den en overraskende sprød konsistens og en frisk smag. Dertil har den en lang holdbarhed, også efter åbning, hvor den kan holde en hel måned.



HVORFOR TALER ALLE OM UMAMI?

Fordi det fuldender smagsoplevelsen og samtidig er en vigtig smag på rejsen mod en mere plantebaseret kost. Havet dækker ca. 70 % af planetens overflade – og i havet findes en kilde til enorme mængder af umami: tang. Særligt nogle tangarter indeholder store mængder fri glutamat (= en masse umami). Fx tangarten søl er kendt som "havets bacon" og findes i Kattegat.

Det store plast-dilemma

Det er ikke en nyhed, at plast i havene er en kæmpe udfordring og til stor fare for dyrene, der lever i vandet. Vidste du dog, at mellem 14 millioner ton plast hvert år ender i havet? Og at 100.000 havpattedyr og skildpadder samt 1 million havfugle dør hvert år på grund af plastforurening ifølge WWF? Eller at der i 2050 er stor risiko for, at der vil være mere plast end fisk i jordens oceaner ifølge Ellen MacArthur Foundation i The New Plastics Economy.

Plastik påvirker ikke kun havets dyr, men bidrager også til klimaforandringerne. Produktionen af plast udleder meget CO2 og er stort set umuligt at nedbryde i naturen. Men vi er også afhængige af plast i vores dagligdag, og derfor er vi nødt til at finde en løsning på "skab og smid væk"-kulturen.

En cirkulær model

Faktum er, at vi forbruger flere ressourcer, end Jorden kan nå at genskabe, og vi bliver flere og flere mennesker på jorden. Derfor er vi nødt til at reducere vores forbrug af plastik og sørge for, at det kan genbruges og genanvendes via en cirkulær model.

Kun 14 % af den plastemballage, der bruges globalt, ender på en genbrugsstation – og kun 9 % genanvendes. En tredjedel forbliver i skrøbelige økosystemer, såsom havene, og 40 % ender på en losseplads. Forbrugsmodellen "Take-Make-Dispose" er den lineære måde, der dominerer, hvordan vi bruger plast, og det ønsker Unilever at ændre.

Et lille skridt på vejen

Hos Unilever, som blandt andet er forhandler af Knorr og Hellmann's, fylder plastproblematikken meget. Som en af verdens største fødevarer virksomheder, har vi i Unilever et ansvar. Siden 2017 har Unilever derfor arbejdet efter konceptet 'Mindre plast, Bedre plast, Ingen plast'. Det betyder en aktiv indsats for at forbedre den plast, som allerede bruges, samt at finde mere bæredygtige løsninger fremadrettet.

Unilever har et mål om, at inden 2025 skal alle produktemballager være genanvendelige, genbrugte eller komposterbare. Mindst 25 % af plasten i produkterne skal komme fra genbrugte kilder, andelen af jomfruplast skal halveres, og Unilever vil indsamle og bearbejde mere plast, end der sælges. Det er ambitiøst, men også nødvendigt for at bevare en sund planet. For den enkelte forbruger er det umuligt at ændre verden, men for en verdensomspændende virksomhed kan Unilever gøre en forskel og samtidig inspirere andre.

Unilevers målsætning ses allerede i de professionelle køkkener via bouillonerne fra Knorr Professional. Bøtterne overgår gradvis til emballage af genbrugt plast, hvilket betyder, at der ikke er blevet fremstillet nyt jomfruplast for at levere bouillon til dit køkken. Når bøtten er tom, kan den enten genbruges til andre fødevarer, eller den kan sorteres som plast og genanvendes. Det er et eksempel på et lille skridt mod en cirkulær model og en bedre verden – både på land og til vands.





Jomfruummer grillet i urter samt hummer- vinaigrette med syltede kamilleblomster

5 PORTIONER

Grillet jomfruummer

10 stk. jomfruummer
Krydderurter på stilk, for eksempel
løgkarse, timian, kamille, rosmarin
Salt

Syltede kamilleblomster

1/2 dl eddike
1/2 dl vand
1/2 dl sukker
25 g kamilleblomster

Hummervinaigrette

3 dl hummerfond
2 spsk. olivenolie

Tallerkensmækker

Grillet jomfruummer

Bræk halerne af jomfruummerne og pil skallerne af (gem skallerne, de er fantastiske til en fond). Krydr jomfruummerne med salt.

Læg jomfruummerne sammen to og to med krydderurterne imellem.
Bind jomfruummer og krydderurter sammen med kødsnor – gør kødsnoren våd, så den ikke brænder under grilning.

Hummervinaigrette

Kom hummerfonden i en gryde og kog den ind til 3/4 dl. Tilsæt olivenolie og syltede kamilleblomster til den nedkogte hummerfond og smag til.

Ved servering

Grill jomfruummerne på en rygende, varm grill eller brænd dem med en gasbrænder. Anret de grillede jomfruummere på en tallerken sammen med hummervinaigrette og tallerkensmækker.



Et hav af muligheder





På trods af det kolde og barske klima i Nordatlanten er havet fuld af liv. Under vandets overflade udfolder der sig et frodigt miljø, og området er hjemsted for et væld af naturlige ressourcer. Og det skal vi værne om.

Livet i havet skal sikres - for fremtidens skyld

Vi ønsker at drive en virksomhed baseret på bæredygtigt fiskeri og fuld udnyttelse af ressourcerne. Det giver et erhvervsgrundlag, hvor alle interessenter har et godt og sundt liv med mulighed for udvikling - uden at skulle bekymre sig om risikoen for overfiskeri eller forurening af havene.

Vi har et ansvar for, at den ressource, vi fisker, bliver udnyttet optimalt og dermed skaber merværdi både for lokale samfund, det globale samfund og Royal Greenland. Dermed bliver den bæredygtige løsning også det naturlige valg. Vi er der ikke for alle råvarer endnu, men vi arbejder målrettet på at skabe en forandring for de grønlandske arter.

LIVET I NORDATLANTEN & ARKTIS

Royal Greenlands flåde af store havgående trawlere fisker de kolde farvande mellem Grønland og den østlige del af Canada, øst for Grønland og mod nordøst helt op til Barentshavet.

Langs kysten i Vestgrønland og i Atlantisk Canada indhandler lokale fiskere deres fangster til vores mere end 40 indhandlingsanlæg og fabrikker.

Vores lokale tilstedeværelse gør det muligt at få adgang til et bredt udvalg af frisk vildfanget fisk og skaldyr, mens det samtidig sikrer tusindvis af arbejdspladser i de lokale samfund.

KYST- OG HAVFISKERI

KYSTFISKERI

Royal Greenland driver mere end 40 lokale indhandlingsfabrikker i Vestgrønland, Quebec og Newfoundland, hvor afstanden fra fiskepladserne til fabrikken er kort. Fiskerne kan levere deres friske fangster direkte til fabrikken.

HAVFISKERI

Fiskeri på åbent hav foretages af havgående fabrikstrawlere. På disse fartøjer bliver de friske fisk eller skaldyr halet om bord, sorteret, forarbejdet og frosset inden for få timer, hvilket sikrer en særdeles frisk kvalitet.

ATLANTERHAVSTORSKEN

Atlantehavstorsken lever primært i det Nordøst-atlantiske Hav og Barentshavet. Den lever typisk i nærheden af bunden på dybder mellem 50 og 200 meter og foretrækker koldt vand omkring 2-10°C.

Efter fangst forarbejdes den enten til havs eller på et produktionsanlæg på land. På havet forarbejder trawleren Sisimiut fisken som fileter med eller uden skind og ben. Fileterne fryses ned inden for fire til seks timer, efter de er blevet fanget, hvilket giver optimal friskhed og høj kvalitet.

**SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS**



HVAD FOR EN FISK?

Kvoter, certificeringer, arter, sæsoner, fiskemetoder – der er meget at forholde sig til, når man køber fisk og gerne vil vælge det mest bæredygtige. For hvad er egentlig mest bæredygtigt?

Der findes ikke et entydigt svar, forklarer Ole Lundberg Larsen, underdirektør for Fiskeri og Bæredygtighed ved Danmarks Fiskeriforening. Men der er en god tommelfingerregel at følge.



Danmark er en stolt og traditionsrig fiskerination. Gennem århundreder er der blevet fisket langs de danske kyster og i de nordiske farvande. Og det har skabt arbejdspladser, liv og fremgang på tværs af landet – fra Rønne, Gilleleje og Kerteminde til Grenå, Esbjerg, Hanstholm og Skagen.

Fiskeriet har udviklet sig meget i årenes løb. Historisk har alle mennesker haft fri adgang til at fiske i havet. For bare 60 år siden var der hverken ejendomsret eller kvoter, tværtimod kunne man fange alt det, man kunne bære. Og det gjorde man. Indtil 1973, hvor Danmark bliver medlem af Det Europæiske Fællesskab med en aftale om, at fiskeripolitikken fremover skal reguleres i samarbejde med de andre medlemslande for at sikre bestandenes sundhed. – EU's kommissær for fiskeri fastsætter hvert år de enkelte kvoterede arter. Og så er der en fast fordeling for, hvor meget hvert land får. Den fordeling kan man ikke ændre. Det hedder 'den relative stabilitet', og den ligger fuldstændig fast. Fiskekvoter er lidt ligesom et domino-spil. Hvis en brik vælter, så ved man bare, at det hele kollapse. Og det er der ikke nogen, der tør at risikere, fortæller Ole Lundberg Larsen, underdirektør for Fiskeri og Bæredygtighed ved Danmarks Fiskeriforening.

Det Europæiske Fællesskabs Fiskeripolitik blev endeligt vedtaget den 25. januar 1983. I dag er det stadig de grundlæggende principper og fordelingsnøglen vedtaget i 1983, som er fundamentet for EU's fælles fiskeripolitik.

Hverken ja eller nej

Men EU er ikke den eneste, der er med til at forme nutidens fiskeri. I dag findes der også forskellige certificeringer af vildtfanget fisk og skaldyr, som sætter standarder for bæredygtighed. De mest anerkendte i Danmark er Marine Stewardship Council (MSC) og NaturSkånsom.

Det betyder, der både er kvoter og certificeringer, men også arter, sæsoner og fiskemetoder at overveje, når man bestiller fisk. Men spørgsmålet er så, hvad der er mest rigtigt at kigge efter, når man gerne vil bestille bæredygtig fisk? MSC-mærket? Dansk fisk i sæson? Eller begge? Ifølge Ole Lundberg Larsen er svaret ikke entydigt: – Det er jo det problem, der er med fiskeriet. Der er meget få "ja" og "nej" svar. Så derfor bliver det altid med nogle forudsætninger eller anbefalinger eller nogle opfattelser, fortæller han og tilføjer:

– Man skal jo huske på, at det er vildt fanget fisk. Fiskerne har ikke nogen strømnetproduktion. Tværtimod er der en masse parametre, vi ikke er herre over. Fx er vi ikke herre over, at der er nogen, der smider plastik i havene, eller at der sker ændringer i

temperaturen af havstrømmen. Men hvis de ændringer betyder, at bestanden klarer det dårligt, så får bestanden det dårligt. Det er jo et vilkår for os. Måske bliver kvoten mindre, måske kan vi ikke få en certificering. Det, kan man jo godt synes er uretfærdigt, fordi vi ikke kan gøre noget ved det. Men det er et vilkår, når man lever af en bestand, som er vildt fanget.

Bæredygtigt fiskeri

Danmarks Fiskeriforening er Danmarks største og ældste producentorganisation i dansk fiskeri. Med 560 medlemmer – der inkluderer de største fartøjer ned til de mindste – repræsenterer foreningen alle dele af dansk fiskeri.

En af foreningens primære målsætninger er at sikre et bæredygtigt fiskeri med sunde og klimavenlige fødevarer. Det indebærer blandt andet, at dansk fiskeri skal være bæredygtigheds certificeret. Og her har foreningen valgt MSC-certificeringen, fordi det er den mest anerkendte internationale standard for bæredygtigt fanget fisk og skaldyr.

– Hvis du vil købe fisk uden at undersøge alting selv, så er du på rimelig sikker grund med MSC. Derfor har vi haft en målsætning om, at vi gerne vil have vores fiskeri 100 % MSC-certificeret. Men der har vist sig at være forskellige typer af benspænd, der forhindrer det. I dag er ca. 50 % af vores grupper certificerede med MSC.

De benspænd kan være, at kystnationer ikke sikrer en god nok forvaltning. Eller at bestanden vurderes at være for spinkel. Et godt eksempel her er makrellen. For fire år siden var makrelbestanden i det nordøstlige Atlanterhav MSC-certificeret, men det er den ikke længere. Det skyldes, at MSC-certificeringen for al makrelfiskeri blev suspenderet den 2. marts 2019, fordi makrelbestanden var faldet under forsigtighedsniveauet, samtidig med at fangsterne var højere end anbefalet af forskere, skriver Marine Stewardship Council (MSC) i en pressemeddelelse.

– De kyststater, der skal forvalte makrelbestanden, har ikke formået at sikre en ordentlig forvaltning. Problemet er, at man fisker mere, end der bliver rådgivet til. Og hvis man gør det, så kan man ikke få en MSC-certificering. Sådan er reglerne og bestemmelserne omkring certificeringen. Så fraværet af MSC-certificeringen skyldes ikke på nogen måde, at bestanden har det dårligt. Det er udelukkende, fordi man forvalter den dårligt, forklarer Ole Lundberg Larsen. Derfor indgår makrel også stadig i EU's fiskekvoter.

Siden 2009 har Danmarks Fiskeriforening haft som mål at MSC-certificere al dansk fiskeri. For netop at kunne dokumentere, at det, de gør, stemmer overens med de officielle retningslinjer for kvoter. Men siden da har målsætningen ændret form, fortæller Ole Lundberg Larsen:



- Der er forhold i naturen, der gør, at en målsætning om 100 % MSC-certificering, det er muligvis for ambitiøst. Fordi der er så mange ting, man ikke kan kontrollere.

Det er torsken et rigtig godt eksempel på, forklarer han:

- For cirka 10 år siden var mange bekymrede for, om torsken i Nordsøen overhovedet ville overleve. Men den overlevede faktisk så godt, at her for syv år siden fik vi den MSC-certificeret. Den certificering faldt så væk igen, fordi torsken har haft en dårlig periode. Men nu kan vi faktisk se, at vi måske kan få den MSC-certificeret igen om et år, to år, tre år. Det er svært at sige, hvor hurtigt det går. Men det går rigtig godt fremad med den.

Tommelfingerregel

MSC er en international nonprofit-organisation, der blev grundlagt i 1997 for at fremme og udbrede bæredygtigt fiskeri. For at et fiskeri kan blive MSC-certificeret og dermed kan sælge sine fangster som MSC-certificeret, skal de leve op til de videnskabeligt baserede krav i MSC's Fiskeristandard.

MSC opererer således uafhængigt af EU, som hvert år fastsætter kvoter for de europæiske farvande. Men MSC stiller andre krav til fiskerierne. Derfor kan et fiskeri overholde EU's kvoter, samtidig med at det ikke lever op til MSC's Fiskeristand, hvorfor det ikke kan MSC-certificeres. Som det fx er tilfældet for fiskere af makrel og torsk i disse år.

Men ifølge Ole Lundberg Larsen skal man ikke lade sig skræmme af, at dansk eller europæisk fanget fisk ikke er certificeret:

- EU har sine standarder for, hvordan fiskeriet skal udøves. Og i EU fisker man ikke over den kvote, der gives. Derfor kan man godt servere fisk, som er fanget i EU med god samvittighed. Her må man bare konstatere, at i forhold til at få den MSC-certificeret, så er bestanden eller forvaltningen ikke i tilstrækkelig god tilstand ift. MSC's standarder. Når det er tilfældet, udnytter vi den heller ikke så hårdt, fordi det tager EU's kvoter også højde for.

Fælles for mange foodserviceprofessionelle er ønsket om at servere bæredygtig fisk. Fx fordi det bliver efterspurgt af gæster, fordi det matcher spisestedets værdier, eller fordi det betyder, at man kan differentiere sig som restaurant eller kantine ved at sætte dansk -, certificeret -, sæson - eller skånsomt fanget fisk på menuen.

Og her er der flere gode tommelfingerregler at følge, anbefaler Ole Lundberg Larsen:

- Så som tommelfingerregel er MSC-certificeringen altid god, men fraværet af MSC-certificeringen betyder ikke, at den ikke er bæredygtig. Særligt ikke, når den er fanget i EU. Derfor er min egen tommelfingerregel altid at vælge fisk i sæson, rigtig gerne lokal fisk og i hvert fald dansk eller europæisk fisk. Og når jeg køber importeret fisk fra tredjelande, så kigger jeg altid efter MSC-certificeringen.

MEGET MERE BLUS ONLINE

De gode historier og inspirerende opskrifter fra magasinet kan du også nyde online og på Instagram.

LÆS ONLINE

Find det digitale magasin og mange flere opskrifter online:

abcatering.dk/blus,
bccatering.dk/blus og **inco.dk/blus**



FØLG FANTASTISK FRISK PÅ INSTAGRAM

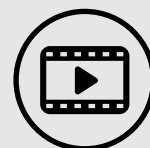
Her får du løbende inspiration til at lave nytænkende opskrifter med friske råvarer.



SE HISTORIERNE

Oplev de gode historier om fagfolk og flere opskrifter i BLUS filmene på:

abcatering.dk/blus,
bccatering.dk/blus og **inco.dk/blus**





RØGGET

kvalitetsmakrel

Makrelbestanden samles omkring Norge i september. Derefter svømmer den ned mod toppen af Skotland og videre mod Irland, hvorefter den bevæger sig ind i Biscayabugten, inden den svømmer hele vejen op til Norge igen. Det er den årlige cyklus for makrel.

Lunar Freezing and Cold Storage fra Skotland er fast leverandør af makrel til Einar Christensen Fiskerøgeri, som ligger på den gamle fiskerihavn i Aarhus. Al makrel fiskes med not, som er et rundt net, der hives ind på båden og tømmes ved hjælp af en pumpe.

"Vi fanger makrel i september, oktober og januar, når fisken er på sit højeste i forhold til fedtindhold og kvalitet. Når bådene kommer i land, bliver makrellerne indfrosset og sendes løbende til Aarhus," forklarer Iain Stephen, Head of Onshore Processing ved Lunar Freezing and Cold Storage.

Med et højt indhold af omega-3 fedtsyrer, protein, vitaminer og mineraler er makrel en særdeles sund fisk at spise. Og når den fanges på det rigtige tidspunkt, er spisekvaliteten helt i top. Og det er de specialister i hos Lunar Freezing and Cold Storage, fortæller Michael Haas, Direktør for Einar Christensen:

"Lunar har en klar politik om at overholde kvoterne og at fiske på den bedste årstid i forhold til kvalitet, så man kan fremstille markedets bedste råvarer. Det harmonerer på bedste vis med vores mission om at skabe fantastiske spiseoplevelser."

Udover sine høje kvalitetsstandarder er Lunar Freezing and Cold Storage også i særklasse, når det kommer til spild, hvor kun 2 % af deres fisk er beskadigede. Det er meget lavt og bekræfter, at alt fra bådene til produktionen på land fungerer, som det skal.

Men Lunar Freezing and Cold Storages ambition stopper ikke her. For udover at reducere sin egen påvirkning, arbejder de også aktivt for at drive en positiv udvikling i branchen.

"Bæredygtighed har altid været højt prioriteret hos os. Vi overholder altid de fastsatte standarder og forsøger desuden at være førende inden for kvalitet og produktion. Både fordi det er det rigtige at gøre, men også fordi vi tror på, at hvis vi går forrest, følger andre måske med," afslutter Iain Stephen.

HVORFOR SERVERE RØGET MAKREL?

Røget makrel smager fantastisk og tilbyder samtidig en række sundhedsmæssige fordele og ernæringsmæssige kvaliteter:

1. Rig på omega-3 fedtsyrer:

Især EPA (eicosapentaensyre) og DHA (docosahexaensyre), som har vist sig at være gavnlige for hjertets sundhed, hjælpe med at regulere blodtrykket og styrke hjernens funktion.

2. Højt proteinindhold:

Protein er vigtigt for opbygning og vedligeholdelse af muskler, væv og en række kropsfunktioner. Derudover er protein er gavnligt for mæthed og kan hjælpe med at regulere blodsukkeret.

3. Vitaminer og mineraler:

Makrel indeholder en række vigtige næringsstoffer som vitamin B12, D og A samt mineraler som selen, jod og calcium. Disse næringsstoffer er vigtige for at sikre stærke knogler, sundt immunsystem og god synsfunktion.

4. Lavt indhold af miljøgifte:

Makrel indeholder ikke PFAS og har generelt et lavt indhold af miljøgifte såsom kviksølv sammenlignet med større fisk som tun eller sværdfisk. Makrel er derfor et godt valg, når man ønsker at undgå høje niveauer af forurenende stoffer.

WWF og EU vurderer begge, at makrelbestanden er sund, hvorfor du trygt kan servere makrel.

Kun Marine Stewardship Council (MSC) vurderer, at makrelbestanden er faldet under forsigtighedsniveauet, hvorfor de har suspenderet MSC-certificeringen af makrel siden 2. marts 2019.



CERTIFICERET

FISK



MSC

Marine Stewardship Council (MSC) er en international NGO, der blev grundlagt i 1997 for at fremme og udbrede bæredygtigt fiskeri. Produkter med MSC-mærket er tredjepartscertificeret vildtfanget fisk og skaldyr. For at blive MSC-certificeret skal fiskebestandene være sunde og ikke overfiskes, fiskeriet skal minimere påvirkningen af havmiljøet og overholde effektive forvaltningsplaner.



ASC

Aquaculture Stewardship Council (ASC) er en international NGO, der blev grundlagt i 2010 for at udbrede bæredygtigt opdræt af fisk. Produkter med ASC-mærket er tredjepartscertificeret fisk og skaldyr fra opdræt. ASC-certificeringen vurderer blandt andet vandkvalitet, sygdomsforebyggelse, dyrevelfærd samt løn og arbejdsforhold for medarbejdere.



ØKOLOGI

Økologisk fisk og skaldyr er altid opdrættet i dambrug eller havbrug og findes med det røde Ø-mærke samt EU's grønne økomærke. Begge økomærker stiller krav til vandkvalitet, energiforsyning, ressourcspild i produktionen, foder, medicinforbrug og antal fisk pr. liter vand, så fiskene har mere plads end i konventionelt fiskeopdræt.



NATURSKÅNSOM

NaturSkånsom er et dansk, statskontrolleret mærke for vildtfanget fisk og skaldyr. Produkter med mærket NaturSkånsomt er blandt andet fanget med skånsomme redskaber, kommer fra sunde bestande og fanges kystnært fra mindre fartøjer.

Q&A MED MSC-DANMARK

Mærkningsordninger har blandt andet til formål at vejlede køkkenerne, så et oplyst valg kan tages. Men er certificeringerne gode nok? Og kan vi stole på dem? BLUS har spurgt Morten Fristrup, Commercial Manager ved MSC-Danmark.

Hvad skal man være opmærksom på, hvis man gerne vil servere bæredygtig fisk?

– Hos MSC er vi af den overbevisning, at det er vigtigt at kigge på hele fiskeriet: bestandsvurderingerne, kvoterne, havmiljøpåvirkning, forvaltningen osv. Men det er meget for et køkken at sætte sig ind i forhold til hver eneste art, man skal købe. Certificeringer som MSC er netop til for, at køkkenerne ikke behøver at undersøge alt dette.

Er certificeringerne for fisk og skaldyr gode nok?

– Alle troværdige mærkningsordninger har indbyggede krav om løbende forbedring og udvikling. MSC's standarder bygger på nyeste videnskab og bedst tilgængelige data, og det flytter sig hele tiden. Derfor bliver , afhænger af, hvordan standarder revideret hvert femte år, så kravene til fiskerier bliver strammet. Man skal også holde sig for øje, at mærkningsordninger ikke kan dække alt, da de ellers bliver u håndterbare for fiskerier og virksomheder at leve op til. MSC har altid haft fokus på miljømæssig bæredygtighed, men er inden for de seneste år også begyndt at inddrage krav til ordentlige arbejdsforhold.

Det er ikke lang tid siden, MSC blev kritiseret i pressen. Hvad bundede kritikken i?

– Kritikken bunder i to forskellige måder at anskue fangstredskaber. Hvor nogle organisationer mener, at visse bundsløbende redskabstyper aldrig kan være bæredygtige, så udelukker MSC ikke

bestemte redskabstyper på forhånd. Det er ikke et spørgsmål om, at nogle redskaber er bedre end andre, da der er forskellige grader af påvirkning – afhængigt af typen af redskab, samt hvor og hvornår fiskeriet foregår. Bundsløbende redskaber kan fx have en negativ påvirkning på havbunde, men en lav grad af bifangst.

Passive redskaber såsom garn har en lav påvirkning på havbunden, men kan til gengæld have udfordringer med bifangst af fx marsvin og truede havfugle. Denne tilgang kan for nogle forekomme uklar, men betyder, at vi ikke udelukker bestemte redskabstyper på forhånd, men vurderer det individuelle fiskeris samlede og konkrete påvirkning.

Kan køkkenerne stole på MSC-certificeringen?

– Køkkenerne kan stole fuldt ud på MSC-certificeringen. MSC er det eneste internationale program for mærkning af fisk og skaldyr, der er anerkendt af Global Sustainable Seafood Initiative. Dertil er MSC-programmet baseret på FN's Fødevarer- og landbrugsorganisations (FAO) principper for miljømærkning af vildfanget fisk og skaldyr.

Fiskerier bliver certificerede af uafhængige, akkrediterede eksperter, og alle virksomheder i forsyningskæden skal have en Chain of Custody certificering, som sikrer at fisk og skaldyr i MSC-certificerede produkter rent faktisk stammer fra et certificeret fiskeri. Al brug af MSC-mærket skal godkendes af MSC.



Denne ret er inspireret af den spanske tapaskultur, hvor man ofte serverer blæksprutte med kartofler og aioli.

Blæksprutte med grov aioli og røget paprika

5 PORTIONER

Blæksprutte

500 g pulpo blæksprutte
2 fed hvidløg
5 kviste timian
Vand

Grov aioli

600 g kartofler, mellemstørrelse
1 past. æggeblomme
1 spsk. hvidvinseddike
Salt og peber
1 dl olie
1/2 fed hvidløg

1/4 dl olie
1/2 fed hvidløg
3 g røget paprika

Blæksprutte

Fjern indvoldene fra blæksprutten. Kom blæksprutten i en gryde og dæk den med vand, tilsæt hvidløg og timian. Sæt gryden på blusset og giv den et opkog, skru ned og lad blæksprutten småkoge ved middelvarme i 45-60 minutter, alt efter størrelse.

Lad blæksprutten køle ned i kogelagen. Man kan med fordel koge blæksprutten dagen før og lade den afkøle i lagen på køl natten over. Skær blækspruttearmene fra kroppen på den afkølede blæksprutte.

Grov aioli

Skræl kartoflerne og skær dem i grove tern. Kom kartoflerne i en gryde med vand og kog dem møre. Hæld vandet fra kartoflerne og lad dem køle lidt af. Mos de afkølede kartofler groft. Riv hvidløget på den fine side af et rivejern. Kom hvidløget i en skål sammen med æggeblomme, hvidvinseddike, salt og peber. Pisk det sammen og tilsæt olie lidt efter lidt under konstant piskning. Smag aiolien til og vend den sammen med de kogte kartofler.

Ved servering

Riv hvidløget på den fine side af et rivejern og rør det sammen med olien. Skær blækspruttearmene ud i mindre stykker. Vend blækspruttestykkerne i hvidløgsolien. Varm en pande eller en grill godt op og steg blækspruttestykkerne på panden. Vend blæksprutten i den grove aioli med kartofler. Anret på midten af en tallerken og drys med røget paprika.

FACTS

Der er 14 invasive blækspruttearter i de danske farvande, som truer mange andre fiskarter i området. Det gør blæksprutten til bæredygtig fangst.

Kartofler sorteres efter størrelse, og i dag er der størst efterspørgsel efter de små, fine kartofler. Men vi har et ansvar for at få brugt hele plantens udbytte. Så hver gang vi bruger et kilo små kartofler, bør vi bruge 3 kilo af de store kartofler.






MultiLine

EMBALLAGE MED OMTANKE



Der er et stadigt stigende fokus på, hvordan vi kan skåne miljøet og skabe en fremtid i bedre balance. En del af løsningen kunne være gennem en højere grad af genanvendelse og en mere cirkulær tilgang.

Vi har for længst udfaset bestik, tallerkener og sugerør i plast og erstattet dem med løsninger i nye materialetyper. Løsninger i papir, pap og plantefibre er blevet en del af vores hverdag. Men det giver nye udfordringer og stiller krav til, hvordan den enkelte bruger skaffer sig af med affaldet, og hvordan det sorteres, bortskaffes, genbruges eller genanvendes.

Kan vi vænne os til det?

Vanens magt er stærk, og vi er, og har altid været, vant til en brug-og-smid-væk-kultur. Og der vil nok altid være omstændigheder, som gør det næsten umuligt at komme helt uden om det. Men trends og tendenser viser allerede, at der er en bevægelse i gang i retning mod emballager og redskaber, som kan anvendes flere gange.

Hvad kræver flergangsbrug?

Det er muligt at anvende flergangsemballager som bægre, skåle, bestik og drikkebægre mange gange, så længe de indsamles, vaskes, tørres og opbevares korrekt. Ved at anvende flergangsløsninger i hårdføre materialer giver det sig selv, at der spares på ressourcerne til fremstilling. Desuden kan der være en yderligere cirkulær gevinst at hente, da materialerne efter deres sidste anvendelse kan indgå i forskellige genanvendelsesprocesser og blive til nye produkter.

Man skal dog være opmærksom på og regne med, at det kræver andre ressourcer i form af optimeret affaldshåndtering, indsamling, opvask og manuel håndtering at understøtte et flergangskoncept. Men udviklingen stiger støt, og i flere europæiske lande er man på vej med krav om, at forbrugeren skal kunne vælge mellem engangs- eller flergangsemballage ved udlevering af mad.

Dyk ned i de danske farvande

Danmark har 8.500 kilometer kystlinje med fjorde og have, der bugner af forskellige fisk og skaldyr. Har du fx arbejdet med hvilling, isinger eller sandreje? Måske ikke. Mange af arterne finder nemlig sjældent vej til dagens ret. For vi er vanedyr. Sådan er det bare. Og det afslører menuerne, som oftest tilbyder det trygge og velkendte såsom laks, tun, torsk og rødspætte. Men tiden er inde til at dykke ned i de oversete skatte fra de danske farvande og overraske og udfordre dine gæster.

Som madprofessionelle har vi et ansvar for at gå forrest og inspirere gæsterne til at vælge andre fiskearter end de traditionelt efterspurgte. Flere arter er nemlig under massivt pres. Torskebestanden er et godt eksempel. Som resultat heraf reducerede EU kvoterne på torsk i Østersøen med 88 % fra 2021 til 2022. Det er tankevækkende.

Men ved at servere flere forskellige arter af fisk og skaldyr kan du være med til at skabe en efterspørgsel, der sikrer et mere afbalanceret fiskeri – til gavn for både havmiljøet og fiskebestandene. BLUS har spurgt incos afdelingschef i Købbyen, Marcel Landbo Hampel, om, hvilke velmagende, oversete danske fisk som fortjener en ny plads på menuen.

HVILLING

Hvilling er en lille torskeart og et velmagende og ofte billigere alternativ til torsk og kulmule. Med dens faste og saftige tekstur og milde smag, der har et strejf af skaldyr, er hvilling meget lig en torsk. Hvilling er desuden nem at tilberede, fx er den fantastisk at skindstege, da skindsiden får en lækker sprødhed.

SÆSON: Hele året

ISING

Ising ligner en rødspætte, men er lidt mindre i størrelsen. Til gengæld er tekstur og smag nærmest identisk med en rødspætte. Selvom de fleste ikke vil kunne smage forskel, så er kødet en anelse mørkere, lidt løsere og lidt sødere. Isingens hjemmebane er havene omkring Danmark, hvor store bestande findes langs de danske kyster.

SÆSON: Februar - april

RØD KNURHANE

Den røde knurhane er i sæson hen over sommeren, hvor den særligt findes i de danske have. Kødet er fast med en lys og let rødlig farve, og smagen er mild med god fedme. Rød knurhane vejer maks. 2 kilo og er dermed en lille, velmagende fisk.

SÆSON: Juni - august

FJÆSING

Fjæsing er en lille fisk, med fast hvidt kød og en meget mild og delikat smag. Om sommeren er der mange fjæsinger i de danske farvande, som nok er bedst kendt for sine giftige pigge. Derfor er det også en fisk, man skal være lidt varsom med, når man arbejder med den. Men det er bestemt det værd, for fjæsingen er både god at skindstege, panere, røge, koge eller grille.

SÆSON: Marts - august

KONKSNEGLE

Konksnegle har vi mange af i de danske farvande, og de minder om havsneglene sydfra – de er bare bedre. Konksnegle har en mild og delikat smag. Kødet er saftigt og mørt med en let sødme og en let saltet undertone. Nogle beskriver smagen som let nøddeagtig eller buttery.

SÆSON: September - april

SANDREJE

Den danske sandreje smager præcis som de rejer, vi kender – men til forskel fra de importerede rejer bliver de ikke lyserøde, når de koges. Og det betyder, at de nærmest ikke bliver efterspurgt.

I stedet importeres rejer i store mængder fra Norge og Grønland, på trods af at vi har adgang til store mængder velmagende sandreje i de danske farvande.

SÆSON: April - oktober



**HAR DU OVERVEJET AT
SKRIVE "HVID FISK" PÅ MENUEN
I STEDET FOR FX TORSK?**
Prøv det! Så kan du servere den lyse
fisk, der i sæson, og samtidig prøve
kræfter med en masse forskellige
velsmagende, danske fisk.

HOOKED

har fået krogen i Københavnerne

En fiskerestaurant lyder umiddelbart som noget traditionelt, fint og fornemt, men fire unge fyre har med restaurantkæden Hooked formået at gøre det at spise frisk fisk moderne, uformelt og populært.

Det hele startede med en englænder, der savnede at kunne sætte tænderne i en vellavet portion fish & chips i København. Derfor åbnede Matthew Jeffery og Kasper Bundgård Christensen i 2016 en lille marineblå foodtruck, der serverede den britiske klassiker – og de fik hurtigt stor succes. – Der manglede et sted i København, hvor du kunne få frisk veltilberedt fisk uden at skulle betale en formue, hvilket faktisk er underligt i et land som Danmark, der er omgivet af hav. Så kort tid efter kunne vi udvide konceptet fra foodtruck til vores første fiskerestaurant på Nørrebro, fortæller Lasse Bundgård Christensen, der i dag er medejer i Hooked.

God fisk skal være nemt

En fiskerestaurant leder ellers hurtigt tankerne hen på en dyr oplevelse med hvide duge på bordet og tjenere i stive skjorter. Men sådan er det ikke hos Hooked.

– Hooked er for alle. Vi kalder det casual seafood, fordi vi gerne vil gøre det nemt og hyggeligt at spise god fisk og skaldyr. Fisk har desværre fået et lidt ærgerligt ry blandt danskerne, og mange har en ide om, at de ikke kan lide fisk. Det forsøger vi at lave om på ved at vise, hvad fisk også kan være, fortæller Lasse Bundgård Christensen.

Hos Hooked kan du få serveret alt fra fish & chips til asian lobster rolls, poké balls og fiskeburgere, men der er især én ret, der hitter blandt gæsterne.

– Fish & chips er vores crowd-pleaser. Her får du en god portion mad til en god pris – og det er noget, alle kan forstå. Men vores lobster rolls og burgere er også meget populære, forklarer han.

Faktisk har københavnerne taget så godt imod Hookeds velsmagende fiskeretter, at de har vundet titlen som Byens Bedste Streetfood to gange.

Certificeret fisk

For Hooked er det også vigtigt at udfordre gæsternes smagsløg med andet end den klassiske rødspætte. Derfor bruger de for

eksempel mørksej til fish & chips, som er en hvid fisk, der minder om torsk. Og de gør sig umage for at bruge certificeret og bæredygtig fisk, der så vidt muligt er fanget i Norden. Mørksejen bliver for eksempel fanget i Nordsøen uden brug af bundtrawl og kommer friskfanget ind hver morgen. Deres laks er fra Færøerne, og deres hummer er fanget på åbent hav i Canada.

– Vi gør vores bedste for at bruge certificeret fisk, men det er ikke alle, der er fanget lokalt, da nogle af de fisk, vi bruger, er svære at få i farvande omkring Danmark, fortæller Lasse Bundgård Christensen og understreger, at det vigtigste er, at fisken er frisk: – Det er faktisk lugten af fisk, som de fleste ikke kan lide, men frisk fisk lugter overhovedet ikke.

Ny restaurant på vej

Siden Hooked slog dørene op til deres første restaurant på Nørrebro, har de udvidet med flere restauranter i København. I dag kan du sætte tænderne i deres lækre fiskeretter i Carlsberg Byen, Kødbyen, Frederiksberg og Christianshavn.

Derudover har de to pop-up restauranter om sommeren – én på Broens Gadekøkken i hjertet af København og én ved Halgodt på Skovshoved Havn. Men det betyder ikke, at den lille blå foodtruck er parkeret af den grund. Hooked kører også ud og laver mad til firmafester, festivaler og andre events, hvor der er brug for velsmagende frisk fisk.

Og noget tyder på, at københavnernes smag for fisk ikke er styret endnu. Hooked pønser i hvert fald på at åbne endnu en restaurant i den nærmeste fremtid.

– Vi ved endnu ikke, hvor i København den skal ligge, men vi har et mål om at begynde at kigge på den næste udvidelse i år, fortæller Lasse Bundgård Christensen.



TRE TIPS FRA HOOKED SERVER FISK MED SUCCES

1. Brug altid frisk fisk

Når du serverer friskfanget fisk, giver du fisken den ære, den fortjener.

2. Drop fiskefileten

Med al respekt for en klassiker, så findes der så mange andre spændende retter med fisk end fiskefilet med remoulade. Udforsk de mange muligheder – der findes lige så mange muligheder med fisk som med kød.

3. Keep it casual

Gør det at spise fisk til en hyggelig og afslappende oplevelse uden fine fornemmelser. Gryde eller pande (fx i støbejern) over ilden eller direkte i bålet.



”VI FJERNER PLASTIK FRA HAV OG FLODER PÅ VEGNE AF VIRKSOMHEDER”

ReSea Project har én klar mission: De vil fjerne så meget plastik fra hav og floder så hurtigt som muligt. For at nå deres mål engagerer de danske og internationale virksomheder – senest har Dansk Cater tilsluttet sig kampen for et plastikfrit hav.

85 %
af alt affald, der
ender i havet,
er plastik.

2.221.027 KILO

Så meget plastik har
ReSea Project fjernet
fra havet siden
januar 2021.

Hver morgen ved solopgang sejler 50 indsamlere i Jakarta ud på hav og floder i små træbåde for at fiske plastik op af vandet. Og de behøver desværre ikke at lede længe, før bådene er omgivet af plastikflasker, indkøbsposer, slikposer og sugerør.

Indonesien er et af de lande i verden med højest plastikforurening, og derfor har danske ReSea Project valgt at koncentrere deres indsats her, hvor de siden januar 2021 har indsamlet over to millioner kilo plastik.

– Hvert år ryger der 14 millioner ton plastik ud i havet, og man mener, der allerede er over 150 millioner ton i havet. Det er voldsomt meget, og ifølge prognoserne er problemet stigende. Så vi vil gerne byde ind med action nu og her i forhold til oprydningssarbejdet, forklarer Mikkel Ibsen, der er adm. direktør i ReSea Project.

Havet er essentielt

Det fungerer på den måde, at ReSea Project samarbejder med virksomheder, der gerne vil bidrage til løsningen og gøre en reel forskel ved at hjælpe med at fjerne en specifik mængde plastik fra hav og floder.

– Vi sætter pris på alle, der vil gøre en forskel, og derfor arbejder vi tæt sammen med vores partnere for en finde den facon, der passer bedst til dem. Sammen kan vi nemlig nå langt, forklarer Mikkel Ibsen.

Et sundt hav er essentielt for vores planet. Livet i havet er langt vigtigere for os, end de fleste går og tænker over. For eksempel kommer halvdelen af vores ilt fra havet, og fangsten af fisk og skaldyr giver mad på bordet for omkring tre milliarder mennesker.

– Havet er så vigtigt for os, og derfor er det vores mission at fjerne så meget plastik fra hav og floder så hurtigt som muligt, slår Mikkel Ibsen fast.

Hårdt arbejde

I Jakarta har ReSea Project tre forskellige opsamlingsområder: ét i havet og to ved floder.

– 80 % af al den plastik, der ender i havet, kommer fra floder, så vi forsøger at fange det, inden det ryger ud i havet, forklarer Mikkel Ibsen.

Når indsamlerne finder et forurenede område, registreres billede og koordinater i et sikkert blockchainsystem, og derefter begynder de at fiske plastikken op af vandet med store fiskenet. Det er hårdt arbejde, og når båden er fyldt, sejler de ind og grovsorterer plastikken i poser og sætter labels med batchnummer på. En gang om ugen vejes den opsamlede plastik, og poserne sendes videre til ReSea Projects sorteringsstation, hvor de finsorteres i specifikke plastiktper.

– Jo bedre vi er til at sortere, jo større chance er der for, at skraldet kan blive brugt til nye formål, og vi er stolte af, at vi i dag kan sende det videre til aftagere, der kan bruge det til at lave genanvendt plastik og til waste to energy, fortæller Mikkel Ibsen.

For det er ikke plastikken i sig selv, der er noget galt med. Plastik er et fantastisk materiale, der historisk set har været en kæmpe gevinst for vores samfund. Men når den havner det forkerte sted – i havet og i naturen – bliver den utrolige holdbarhed pludselig til et kritisk problem.

Dansk Cater fjerner 1000 kilo

Heldigvis er der mange virksomheder, der gerne vil bruge penge på, at ReSea Project rydder op i havet. På den måde viser de, at de er med til at tage ansvar for en af verdens største miljøkriser,

og det er relevant for alle typer af virksomheder. ReSea Project samarbejder blandt andet med DFDS, Messy Weekend og Klitmøller Collective. Og nu også Dansk Cater, der har valgt at kickstarte samarbejdet ved at hjælpe med at fjerne 1000 kilo plastik.

– Det er vi sindssygt glade for. Dansk Cater er en spiller, hvis opbakning betyder rigtig meget for os. Det viser, at plastikforurening, og ikke mindst løsningen dertil, er et punkt, der står højt på dagsordenen, og vi glæder os meget til samarbejdet, siger Mikkel Ibsen.

Og hos ReSea Project hviler de ikke på laurbærrerne. Når en virksomhed forpligter sig til at fjerne plastik, sker der noget med det samme.

– Når man går ind i projektet sammen med os, så handler vi – og en måned senere kan vi typisk allerede dele med vores partnere, at deres opsamling har fundet sted, og at de opsamlede kilo er allokeret specifikt til dem, forklarer Mikkel Ibsen.

Styrken ved ReSea Project er, at al den plastik, der fjernes, er dokumenteret og derudover certificeret af en uafhængig tredjepart, så der ikke er nogen tvivl om, at virksomhedernes indsats gør en forskel. Det er meget konkret, og det gør det også nemmere for virksomhederne at fortælle om. For der er ingen hemmeligheder hos ReSea Project, der kører med en åben-dør-politik.

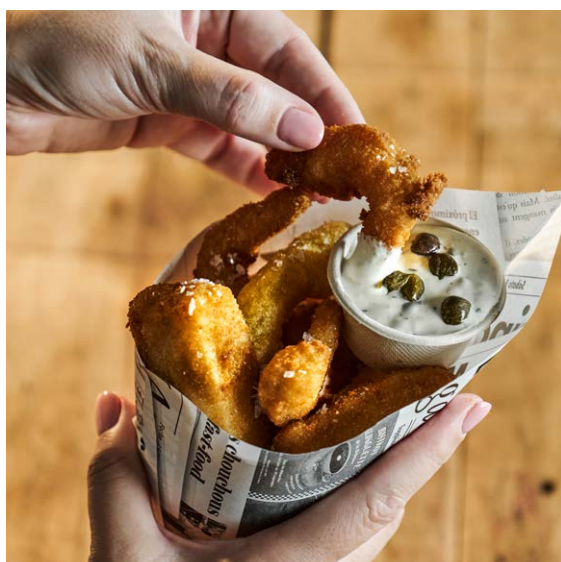
– Vi er så stolte af det, vi laver, og det gennemsyrrer hele vores organisation. Hvis du rejser til Indonesien for at møde vores indsamlere, vil du se, hvordan de stråler af glæde over deres indsats. Vi synes alle sammen, at det er fedt at være med til at gøre en forskel, siger Mikkel Ibsen.





Mere fisk er fremtiden





BÄHNCKE FØLGER MED TIDEN

Der er ingen tvivl om, at plantebaseret mad og fisk vil fylde stadig mere i danskernes spisevaner i fremtiden. Både for at passe på klimaet. Og sig selv. Bähnccke er med på rejsen. I over 160 år har vi skabt små mirakler i det nordiske køkken. Med vores originale opskrifter på sennep og klassiske dressinger har vi givet dybde og smag til utallige måltider. Men vi er også nødt til at følge med tiden og forny vores smagspalette, alt efter hvilket bord du har brug for at servere til.

Lige nu giver vi dig mere end 30 varianter, så du kan sætte smag på dine gæsters dag. Hvert år kommer nye favoritter til, så du let kan diske op med traditionelle serveringer og efterkomme de nye tendenser på spisekortet.

CREMEDE NYHEDER TIL FREMTIDEN

Hils vores nye skud på Bähnccke-stammen velkommen. Wasabi Ingefær Creme og Tartar Sauce. De er begge et sikkert match til sushi, fisk og skaldyr, men kan med deres friske og elegante smag også nydes til plantebaserede serveringer eller lyst kød.

TO KENDTE FAVORITTER FÅR GODT SELSKAB

Bähnccke Dild Dressing og Skaldyrdressing har længe været blandt danskernes favoritter til fiskebordet. Med de to nyheder har vi nu en serie af fire lækre og velsmagende dressinger, der for alvor kan få dine fiskeserveringer helt op at ringe. Brug dem. Dine gæster vil elske dig for det – Intet bord uden Bähnccke.

