

## Aktivitetsmöte om lutfisk 8 november 2018

**Jon Hansson**, matskribent och kokboks författare hade kommit för att berätta historiken om lutfisken och fisket. Många av det 30-tal intresserade som hade samlats verkade vara lutfiskälskare.



Så här berättade Jon:

Det ligger en lång och inte alldeles okomplicerad resa bakom den här julklassikern. Färden mot julbordet började redan i våras utanför Islands västkust. Bara några timmars gång ut i Atlanten söder om Grindavik bort mot Västmannöarna finns enorma stim med långa

Fiskeföretaget Vísir med fem båtar har specialiserat sig på torkad och saltad fisk och förser Sverige med långa till lutfisk.

Långan finns också närmare Sveriges gränser, i Skagerack och Öresund, men det svenska kommersiella fisket upphörde 1992.

I dag kommer all lutfisklånga från isländska vatten. – Det blev väl ungefär 500 ton i år, säger Erling Fransson (se bild på sid 3) som är sjätte generationen på familjeföretaget Skärhamns Frys, den helt dominerande lutfiskproducenten i Sverige.



Alltnog, stora plasttråg med isade långor lyfts in i fabriken där de matas de in i ett par slamriga maskiner – den ena en trotjänare från 1974 – som benar ur, filéar och skinnar.



Sedan putsas fisken för hand vid ett stort arbetsbord.



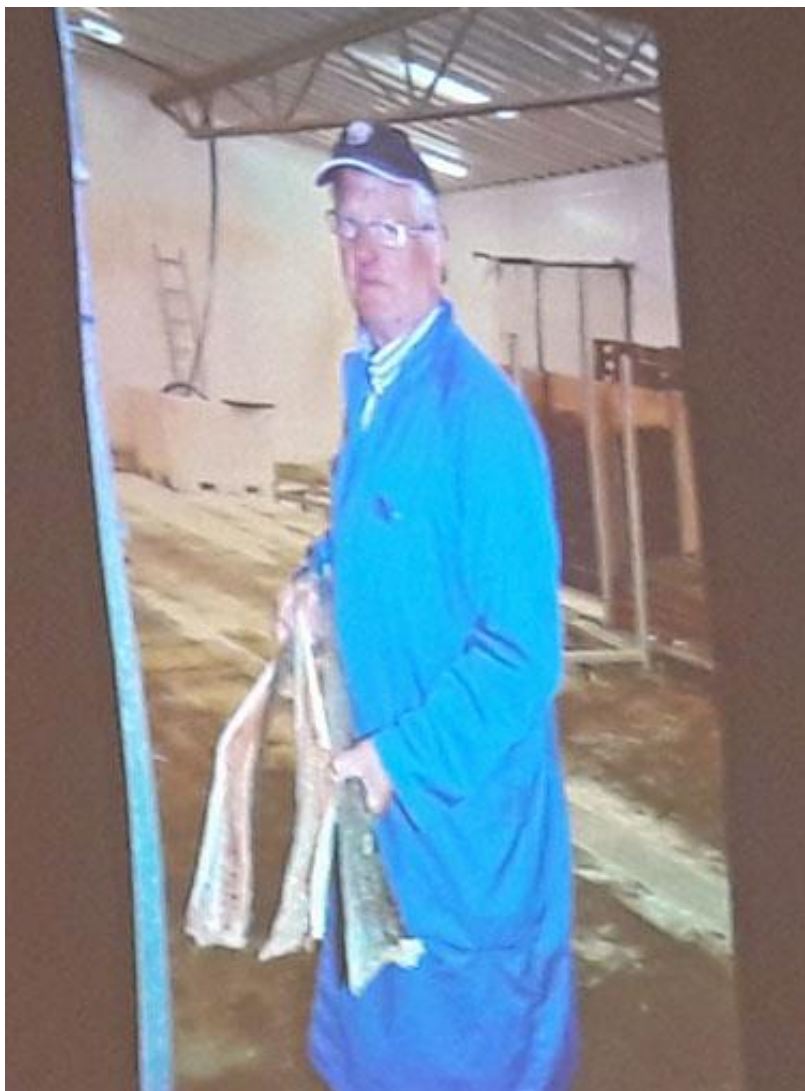
När fiskfiléerna nu ska torkas på träramar med plastnät läggs de upp för hand.



Nu är det stora torkrum som gäller och man kan torka året om (inte som tidigare ute i det fria). De håller 15–17 grader och efter ett par tre veckor är filéerna som lätta, tunna bräddor.

Allt vatten är borta och fisken har tappat 85 procent av sin vikt. Färskvaren har blivit hållbar och Erling och de andra på Skärhamns Frys kan ta semester.





"Vi torkade fisken utomhus på stora träställningar där borta fram till 1978", säger Erling Fransson och pekar bort mot klipporna med havet i bakgrunden.

Lagom till skolstarten får långan plumsa i vattnet igen. Efter fyra dagar i blötan är det dags för processen som gett lutfisken dess namn och dess speciella karaktär. Luten är en starkt basisk blandning av soda och kalk med ett pH på 11–12. Den torkade fisken består till tre fjärdedelar av protein men efter en vecka i luten återstår bara hälften. Resten har lösts ut, vävnaderna har mjuknat och blivit mer geléartade. Samtidigt kan de nu ta upp en massa vatten, ungefär sex gånger så mycket som i vanligt fiskkött.

"Erling, har du några tips?"

"- Gör som det står på paketet. Sedan ska du se att det sprider sig en doft av jul!"



Här ser vi långa som den brukade torkas förr, utspänd på gammaldags torkställningar.



Jon fortsatte:

Efter lutningen väntar ytterligare ett antal vattenbad under cirka tre veckor för att skölja luten ur fisken. Trots den avslutande avlutningen har fisken fortfarande ett relativt högt pH-värde. Det är troligen en av anledningarna till att många tycker sig må bra av en tallrik lutfisk. Det basiska neutraliserar den magsyra som kan bildas efter ett antal varv runt julbordet.

Även "kändisar" gillar lutfisk...



På Lutfisksidan på Facebook hittar du bland annat tillagningstips och recept på lutfisk med hjärtmusslor och andra nykomponerade recept av Thomas Sjögren, nybliven vinnare av Kockarnas kamp i TV4, här till höger.

[www.facebook.com/Lutfisksidan/](http://www.facebook.com/Lutfisksidan/)



Här är en modern variant med mortlade senapskorn.





Här är en annan variant som matchar andra Tacos-typer och är tänkt att få yngre generationer att börja älska lutfisk...



På sajten Allt om lutfisk finns helt enkelt allt om lutfisk – nästan i alla fall. Det är tillagnings- och dryckestips, fakta och massor av recept.  
[www.lutfisk.nu](http://www.lutfisk.nu)



Det blev en hel del frågor från den intresserade publiken efter Jons Föredrag.



Jon svarade kunnigt och beredvilligt på alla frågor innan det var dags för avtackning.



Jon hade med sig ett stort antal kokböcker, som bland annat handlade om lutfisk förstås och de tilldrog sig stort intresse.



Några passade på att inhandla en eller flera böcker till sig själv eller som julklapp till någon annan lutfiskälskare...

Faktatexten i rapporten kommer från Jons föredrag. Tack för vänligheten att dela med dig, Jon!