

LÄR DIG FÖRÄDLA RAKFISK MED EDGAR OCH ELDRIMNER

DEN 13 MAJ FINNS DET MÖJLIGHET ATT LÄRA SIG MER OM DEN NORSKA TRADITIONELLA RAKFISKEN UNDER EN KURSDAG PÅ ELDRIMNER I ÅS. KURSLEDARE ÄR EDGAR LINN SOM ÄR FÖRÄDLINGSANSVARIG PÅ RAKFISKPRODUCENTEN WANGENSTEN I NORGE.

INTERVJU Aksel Ydrén • FOTO Roy Myrland & Wangensten

– Vem är du, Edgar?

– Jag är utbildad kock och har jobbat som kökschef i tolv år. Som kock på Fagernes hotell blev jag involverad i den årliga Rakfiskfestivalen, som är en av Norges största matfestivaler. Där blev jag fascinerad av maträtten. År 2013 började jag på Wangensten som är Norges största rakfiskproducent. Tidigare har jag i flera år jobbat som styckare och korvmakare.

– Vad är rakfisk för något och varför är den så speciell?

– Rakfisk är fisk som är syrad med mjölk-syrabakterier och från början en konserveringsteknik som användes i Norges inland för att säkra behovet av vintermat. Den första historiska beskrivningen av rakfisk som vi känner till är faktiskt från Jämtland i en kyrkbok daterad 1348. Från början användes flera olika typer av fet fisk, framförallt öring och röding men även sik och sill. Idag används framförallt odlad regnbågsöring. Mjölksyrningen och fermenteringen ger en fisk med lång hållbarhet och ett bättre näringsinnehåll jämfört med färsk fisk, eftersom mjölksyrabakterierna spjälkar proteinerna till aminosyror och gör att den får en smörbar konsistens. Rakfisken lagras mellan 5 och 18 månader innan den är färdig att avnjutas. Idag säljs nästan all rakfisk i filéer i vacuumförpackningar.

– Hur stort är rakfisk i Norge?

– Rakfisk har med åren börjat bli populär julmat i Norge och det produceras ungefär 350 ton rakfisk årligen. Merparten produceras i sydöstra Norge men även i Trøndelag finns rakfiskproducenter. På 1970-talet började några bönder i Valdres att odla regnbåge och förädla den till rakfisk. I och med det ökade populariteten och Valdres har blivit huvudområde för rakfisk i Norge. Den första helgen i november arrangeras årligen Norsk rakfiskfestival i Fagernes i Valdres. Festivalen brukar varje år besökas av över 25 000 personer.

– Varför smakar rakfisk och surströmming helt olika fast båda är fermenterade?

– Det finns några huvudanledningar till skillnaden mellan rakfisk och surströmming. En är att rakfisk förädlas av regnbågsöring och öring från sötvatten. Den andra är att under förädlingsprocessen används mindre salt och rakfisken får mogna i lägre temperatur.

Strömmingen till surströmming fiskas i saltvatten eller bräckt vatten och har helt andra typer av mjölksyrabakterier som kommer fram under mognadsprocessen. Detta gör att rakfisken får en mycket mildare lukt och smak som inte är lika syrlig.

– Hur skulle du beskriva smaken på en riktigt god rakfisk?

– En god rakfisk ska vara frisk och syrlig i lukten, ha en fin röd färg i köttet och ha en smörbar konsistens. Smaken ska vara lite syrlig, men samtidigt rund och fyllig. Under fermenteringsprocessen bildas en umami-smak som är svår att beskriva men som påminner lite om ägg.

– Hur äter man vanligast rakfisk i Norge?

– Idag äter de flesta rakfisk med kokt potatis, smör, mjukt tunnbröd, rømme och lök.

– Den 13 maj kommer du till Eldrimner i Ås i Jämtland för att hålla en kurs i rakfiskförädling. Vad kommer deltagarna att få lära sig?

– På kursen kommer jag lära ut hur man förädlar rakfisk av regnbågsöring. Det kommer bli lite historia, teori om hygien och de bakteriologiska utmaningarna innan vi ger oss på det praktiska. Jag kommer även bjuda på lite smakprover av rakfisk och lyfta fram några olika serveringsförslag. //



Läs om kursen med Edgar Linn på sidan 55.

