

Kokkonst 1920-1922 - samling av trycksaker - 2

Vardagstryck



h. v. h. h.

ät mera fisk



Om
STEFISK OCH FISK-
STEKNING



1920

O mstående rubrik säger egentligen ej tydligt ifrån, vad denna lilla broschyr ämnar behandla, men vi ha intet lämpligare svenskt uttryck för saken ännu så länge. Det avses att beskriva den moderna fiskstekning, som sedan en del år bedrivs i flera länder av restauranter och fiskaffärer, och genom vilka den färdigstekta varan omedelbart utlämnas till publiken, antingen till förtäring på stället eller till avhämtning. Samtidigt vilja vi lämna en liten historik över denna, man skulle kunna säga hemindustri.

I England blev denna idé först förverkligad, det är väl minst 50 å 75 år sedan, och trots de primitiva anordningar man hade att betjäna sig av, lyckades man framställa en produkt, som tilltalade publiken. "Fried fish shops" växte upp som svampar ur jorden, och i denna dag torde i Storbritannien c:a 30.000 fiskstekningslokaler finnas, varav enbart i London c:a 1.300. Värdet av den årliga omsättningen i dessa lokaler anslås till c:a 35 millioner pund sterling = c:a 630 millioner kronor. En fjärdedel av landets hela fisktillförsel anses åtgå till denna industri.

Principen för metoden var, att genom neddoppande av fisken, som först fått sig ett dopp i en tunn smet av mjölk och mjöl eller blivit panerad på annat sätt, i starkt upphettat fett få en snabb stekning till stånd, varvid paneringen skulle hindra fiskens naturliga saft att försvinna, samtidigt som paneringen på grund av den höga temperaturen hastigt skulle stelna till och hindra fettets inträngande till fisken. Man använde i början endast hel småfisk såsom småkolja, vittling, småtorsk och mindre rödspättor, sill etc. men övergick undan för undan även till kotletter av större fisk (skivor tvärs över fisken med isittande kota av ryggbenet). Likaledes använde man uteslutande animaliskt fett till stekningen. Med hänsyn till trålfiskens i England i allmänhet låga kvalitet, beträffande färskhetsgraden, och till den ingalunda sympatiska lukten av bränt djurfett, som omgav "Fried and shops" som en stabil, privat londondimma, är det ganska svårt att förstå, att metoden så snabbt vann ankläng, om ej därför, att fisken på det beskrivna sättet behandlad, faktiskt fått en avsevärt bättre smak än man eljest var van vid. Under årens lopp blev metoden fullkomnad, lämpliga ugnar konstruerade och renare fett, även växtolja, kom till användning, varmed de förutnämnda olägenheterna till stor del bortföll. I samband härmed blevo "Fried fish shops" allt populärare, och metoden har haft sin snabbaste utveckling de senaste 25 åren.

I Tyskland, där saltsjöfisken länge ansågs som en mindervärdig föda, hade man ej någon vidare lust att följa engelsmannens ex-

empel, ehuru man väl iakttagit vilket uppsving den engelska fiskerinäringen tagit just med hjälp av fiskstekningen. Man gick i Tyskland en annan väg. Väl stekte man fisk och sill, men produkterna användes till marinering och släpptes i marknaden i bleckburkar. Storindustrin hade hand om denna stekning och omsättningen, särskilt av stekt sill, var mycket stor. En olägenhet var emellertid att Tyskland självt vid denna tid ej hade något egentligt färsksilfiske, utan måste importera sillen från Sverige och Norge. Efterhand blev emellertid den färska saltsjöfisken med hjälp av en målmedveten propaganda allt mera inarbetad och omtyckt, och vid tiden för krigsutbrottet kunde största delen av fiskfångsterna omställas i färskt tillstånd. Efter världskriget måste en förnyelse av trållflottan äga rum och, med tanke på folknäringen, även en ökning av densamma. Fisket inriktades i huvudsak på fångster vid Island, Vita havet m. fl. avlägsna platser, där det kvantitativa utbytet blev bättre än vid fiske i Nordsjön. Men den före kriget genom en kraftig propaganda upparbetade efterfrågan visade sig icke vara så livlig efter den s. k. islandsfisken, vilken ju var ganska ålderstigen innan den kom på marknaden, och rederierna gingo med förlust. En stödaktion sattes igång av stat och kommuner, och samtidigt togs propagandaverksamheten upp i stor skala, varvid man som ett huvudnummer upptagit Stekfisk (Bratfisch) och dess distribution enligt engelskt mönster. I England användes nämligen också mest islandsfisk. Den första restauranten för "Bratfisch" inrättades med kommunalt stöd i Altona i februari 1924. Med hänsyn till den panering, som omgiver fisken, och vilken regelrätt bakas vid anrättningen, ävensom för att skiljas från annan stekfiskindustri, kallas de tyska fiskrestauranter, som använda metoden, "Fischbackstuben" och den använda ugnen "Fischbackofen". Exemplet i Altona vann snabbt efterföljd, kanske allt för snabbt, ty några bakslag följde, men vis av skadan har utvecklingen under de allra sista åren skett, ehuru hastigt, dock med en viss försiktighet. För närvarande finnas ett flertal "Fischbackstuben" i alla större städer i Tyskland och särskilt i Rhenprovinsen har metoden vunnit stort insteg. Enbart i Frankfurt am Main lär finnas ett 30-tal butiker och restauranter för "Gebackene Fische" (bakad fisk).

Tyskarna ha gått till verket med vanlig grundlighet. Den första tyska fiskstek- eller fiskbakugnen fanns färdig då den första restauranten inrättades i Altona. Man tillgodogjorde sig engelsmännens erfarenheter på området, och på sista åren ha tyskarna kommit med ytterligare förbättringar, varjämte djurfettet till stor del ersatts med renade vegetabiliska oljor vid stekningen. Proceduren har blivit så gott som luktfri. Saken har slagit igenom i Tyskland och utvecklingen torde framskrida i allt raskare tempo.

Här i Sverige ha väl fiskeriintresserade haft sin uppmärksamhet fäst vid denna "rörelse", men i saknad av en stödjande propagandaorganisation har man avstått från saken. Redan i fiskerisakkunnigas betänkande av 1922 framhålls kraftigt, att hos oss finnas de bästa förutsättningar för inrättandet av fiskstekningsbutiker efter engelskt mönster, samt att detta skulle vara till fördel såväl för det svenska folkhushållet, som för fiskerinäringen.

Då Riksföreningen för Fiskpropaganda i slutet av förra året bildades, hade man klart för sig att fiskstekningen enligt engelsk och tysk metod borde vara ett gott medel att höja konsumtionen av s. k. massfisk, men oberoende av föreningen hade på privat initiativ åtgärder redan vidtagits för att introducera metoden här. Inspektör Halldén i Göteborgs Restaurant A.-B. hade i samarbete med A.-B. Coronaverken, Göteborg konstruerat en "stekugn", varvid alla tidigare erfarenheter beaktats. Den första ugnen, som är avsedd för en medelstor restaurant, inmonterades på Skeppsbrokällaren vid Stora Badhusgatan i Göteborg, och i dessa dagar ha ytterligare 2 ugnar levererats till Restaurantbolaget, sedan försöket i Skeppsbrokällaren slagit mycket gynnsamt ut. En ugn av samma storlek användes vid Riksföreningens demonstration å Svenska Mässan. Man följer vid denna ugn en ny princip och använder två fettbehållare med olika temperaturer. Som fettämne för stekningen har man funnit Reymerholms Kronolja ur flera synpunkter vara det mest lämpliga.

I Riksföreningens utkomna lilla kokbok har metoden i brist på bättre namn beskrivits under "frityrstek fisk". För att få ett enda ord för anrättningen ifråga skulle man t. v. kunna kalla den "Frityrfisk". "Stekt fisk" säger, som i början nämnts, ej vad man vill ha fram, och bakfisk låter nog litet bakvänt.

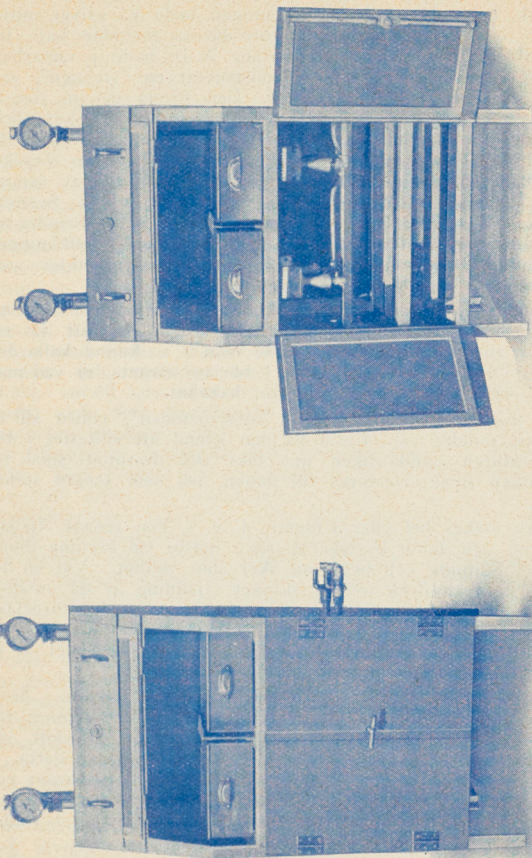
All slags fisk kan tillredas enligt "frityrmetoden", ehuru sill av praktiska skäl mindre väl. Detta på den grund att sillfettet i den höga temperaturen ovillkorligen ger lukt och dessutom smak till stekoljan, vilken smak överföres till annan fisk som senare stekes i densamma.

Mindre fisk stekes hel eller i fileter, d. v. s. den rensas, fjällas, tvättas, huvud och fenor bortskäras, samt måste väl avrinna innan den paneras. Saltning och peppring sker som vanligt. Vid en del fisksorter måste man dock avtaga skinnet (fjällning är då onödig) exempelvis knot, pigghaj, rocka m. fl. men eljest är det fördelaktigt att endast fjälla fisken och skrapa skinnet riktigt väl. Anrättningen blir saftigare om skinnet får sitta på. Men det är ju en smaksak, som var och en får pröva sig till.

Större fisk skäres i fileter och dessa i passande stycken. Även i detta fall anbefalla flertalet av tyska yrkesmän att skinnet får kvarsitta, av samma anledning som förut nämnts. Särskilt vid användande av havslax (gräsej, lyrtorsk), rekommenderas detta.

I fiskrestauranterna i England serveras vanligen flottyrstekta potatis "pommes frites" till fisken, i Tyskland mest potatissalad eller kokt potatis och en god sås. Även makaroner användas i stället för potatis.

Det är att hoppas, att "Frityrfisken" skall vinna erkännande i vårt land, men Riksföreningen för Fiskpropaganda vill visst icke animera till ett kritiklöst upptagande av metoden som en ny förvärvsgren, utan manar tvärtom till iakttagande av en viss försiktighet, ty även om förutsättningarna vad vår fisktillgång och densnas kvalitet beträffar äro de allra bästa, så är dock kanske metoden, som affär betraktad, icke lämplig på alla platser och under



Apparat för stekning av fisk i Kronolja.

alla förhållanden. Riksföreningen står dock gärna till tjänst med upplysningar.

Man skall heller icke fatta de här lämnade meddelandena så, att det ovillkorligen skulle vara nödvändigt att anskaffa de nämnda, speciella ugnarna, för att sätta igång en servering av eller handel med "frityrfisk", tvärtom tillrådes att man börjar med stekningen i en större gryta eller aluminiumkastrull på en gasspis eller en vanlig spis. Sedan man fått en säker uppfattning om affärens möjligheter och räntabilitet kan det vara tid att skaffa en särskild ugn.

Våra hotell och restauranter bereda ju sedan många år s. k. frityrkokt fisk, mest plattfisk, på liknande sätt och på sina vanliga spisar, och även i hemmen förekommer denna beredningsmetod, ehuru mera sällan. Att mera allmänt i hemmen använda enklare sorter "frityrfisk" skulle nog vara det allra bästa sättet att upparbeta smaken för sådan fisk, och därigenom skulle en fastare grundval för eventuella affärsföretag i branschen vinnas.

Det torde emellertid redan nu med stor säkerhet kunna förutspås att metoden på en del industriplatser i vårt land ävensom vid större marketenterier eller matserveringar, kaserner, sjukhus, fängelser m. fl. inrättningar skulle vinna ankläng och visa sig vara fördelaktig.

Den stora allmänna fördelen med "frityrfisk" är den att de billigare, förut föga beaktade fisksorterna, kunna komma till heders och vinna en större efterfrågan.

Man kan få en oant god fiskrätt utan att behöva köpa en dyr fisk.

Som i början nämnts, är "frityrfisken" i utlandet ej blott avsedd till förtäring i de lokaler, där den anrättas, utan även till avhämtning. I England åtgä $\frac{2}{10}$ av den så beredda fisken till avhämtning, och även i Tyskland börjar konsumtionen luta åt samma håll. Därför har metoden blivit en källa till avsevärt större förtjänst för många av de fiskdetaljister, som skaffat sig stekugnar. En detaljhandlande i Frankfurt a/M., som blivit entusiastmerad av sitt uppnådda resultat, har för någon tid sedan yttrat, att han vore övertygad om, att det inom 10 år ej skulle finnas någon fiskaffär i Tyskland, som ej skaffat sig en stekugn. Det bör emellertid samtidigt omtalas, att fiskaffärerna just i denna stad äro synnerligen elegant och hygieniskt inrättade, och att lokalfrågan spelar en ännu större roll än vanligt vid en dylik kombinerad affär.

Säkerligen finnes det i våra större städer och industrisamhällen en stor publik, som gärna skulle vilja köpa en god, färdiglagad fiskrätt till ett billigt pris. Att i hemmen värma den och steka eller koka litet potatis torde ej vålla våra husmödrar eller självförsörjande kvinnor något bryderi. Som proviant vid resor och utflykter, och särskilt för våra skogsarbetare, lämpar sig "frityrfisken" utmärkt.

En av anledningarna till, att "frityrfisken" slagit så väl igenom i utlandet torde nog vara, att man kommit underfund med, att njutandet av en sådan anrättning ger samma mättande känsla som en bastant måltid av annat kött. Av en stor del av vår befolkning, särskilt bland kroppsarbetarne, skattas fisk som näringsmedel

ganska ringa, ty man säger att fisk mättar inte d. v. s. man känner sig fortare hungrig igen än efter en köttmåltid. På fackspråket kallas detta, att fiskfödans mättnadsvärde är lägre än köttfödans. Denna såsom en nackdel för fiskfödan framhållna omständighet har sin grund däri, att fiskköttet, ehuru lika näringsrikt, är mycket mera lättsmält än vanligt kött, d. v. s. det åtgår mindre tid för dess passage genom magsäcken. Så länge magsäcken har arbete med den inmundigade födan, har man heller inte någon hungerkänsla, men så snart detta arbete är över, framkalla magnerverna en dylik känsla eller "sugning" och giva därmed uttryck åt magsäckens missbelåtenhet med att vara arbetslös.

Emellertid har det omnämnda förhållandet givit anledning till grundliga undersökningar, och de försök professor Kestner i Hamburg verkställt ha tydligt ådagalagt, att mättnadsvärdet växlar högst avsevärt allt efter olika sätt för fiskens tillredning, och att just stekfisken därvidlag besitter ett oant högt mättnadsvärde. Då t. ex. en måltid av kokt sej (havslax) och kokt potatis redan för arbetats och lämnat magsäcken efter 3 timmar, behöver en lika mängd i deg oljestekt sej (frityrstekt havslax) med stekt potatis ungefär 12 timmar för att undergå samma procedur. Detta anser prof. Kestner ej kunna tillskrivas den genom stekningen uppkomna större fetthalten, utan huvudsakligen bero på den hårdstekta ytans större motståndskraft mot magsaftens inverkan. På så sätt anrättad fisk kommer följaktligen vad mättnadsvärdet beträffar upp i jämnhöjd med de flesta köttträtter, men har gent emot dem det företrädet att vara avsevärt billigare.

Det synes sålunda som om denna metod för fiskberedning vore förtjänt av all den uppmärksamhet i vårt land, och ett rationellt genomförande av densamma skulle säkerligen betyda ökade möjligheter för svensk handel och industri, svenskt fiske och ökat välstånd för landet.

Göteborg i Maj 1929.

Riksföreningen för Fiskpropaganda.

