

Smagens Dag



Smag på fremtiden - maritimt skatkammer

Af Helle Brønnum Carlsen



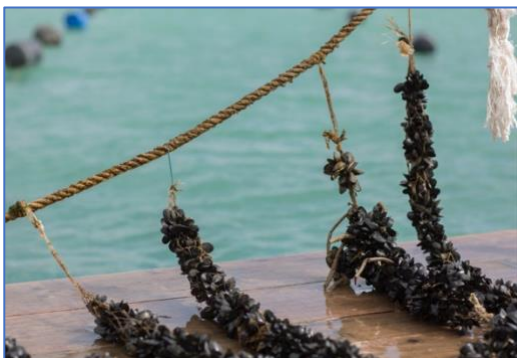
- Blåmuslinger (*Mytilus edulis*)

Vi har spist blåmuslinger lige siden ældre stenalder for mere end 10.000 år siden. Det ved vi, fordi vi kan finde køkkenmøddinger, hvor der er skaller fra bl.a. blåmuslinger.

Blåmuslinger lever i alle de nordlige tempererede farvande. Det er den mest almindelige musling i Danmark. Da den lever på lavt vand og gerne i store banker, har det altid været nemt at samle en stor portion. Blåmuslinger tilhører den række af hvirvelløse dyr, der hedder bløddyr (Mollusca). Her er alle slags muslinger, østers, snegle og blæksprutter. Sammen med krebsdyrene: rejer, hummer, krabber med flere kaldes de for skaldyr. Men, det er faktisk ikke en biologisk korrekt betegnelse.

Bløddyrene kræver kun meget få ressourcer og har et lille CO₂-aftryk. Blåmuslinger er faktisk de allerbedste med kun 0,22 kg CO₂-aftryk per kg. Oksekød har ca. 13,4 kg CO₂ per kg. Så hvis vi skal gøre noget godt for vores miljø og bæredygtighed i fremtiden, er det genialt at spise blåmuslinger.

Endnu bedre er det, at blåmuslinger godt kan lide at sætte sig fast på noget. Det kan være havbunden, men det kan også være på tovværk. Derfor dyrker man dem flere steder, bl.a. i Limfjorden på liner. Her er blåmuslingerne nemme at høste. De er også meget lettere at rengøre, fordi der ikke sætter sig mange alger på dem, som hvis de lå på havbunden. Og så smager blåmuslingerne fantastisk.



Vidste du at ...

- Blåmuslingen rengør vandet, den lever i og filtrerer op til 100 liter vand i døgnet.
- Derfor skal du spise blåmuslinger fra rent vand med god gennemstrømning. Det har vi heldigvis stadig en del af i Danmark.
- Blåmuslingen lægger ca. 7 lag til skallen hvert år. Tæl dens alder ved at tælle skallens riller og dividere med 7.
- De muslinger, vi spiser, er typisk 2-3 år gamle.

Vidste du at ...

- Porcelæn fra Royal Copenhagen hedder musselmalet, fordi det efterligner muslingens riflede overflade og blå nuancer. Musselmalet blev lavet første gang i 1775.
- I 1900-tallet brugte vi knuste skaller fra musling i hønsefoder. Det gjorde æggeskallerne stærkere.
- På olddansk hed muslinger skelfisk eller skalfisk. Senere blev det til skaldyr.
- Skelfisk har lagt navn til byen Skælskør. Først hed den Skielfiskør. Det betyder "byen ved muslinge-strandbredden".



Smagens Dag



Muslinger med senneps-aioli

I skal bruge

Til 4 personer som forret

Muslinger

500 g friske blåmuslinger med skal

2 spsk. olivenolie

1 løg

1 fed hvidløg

2 dl vand

Saften af ½ citron

Salt og peber



Senneps-aioli

1 æggeblomme

¼ tsk salt

½ tsk dijonsennep

½ fed hvidløg

Evt. lidt revet citronskal

Ca. 1 dl mild olivenolie

Brød som tilbehør

Sådan skal I gøre

1. Kom muslingerne i vasken. Hæld koldt vand over, mens du skramler rundt med dem, så de vågner.
2. Tag hver musling i hånden. Tjek, at den er helt lukket, eller lukker sig ved et let slag mod bordkanten.
3. Kassér de muslinger, der ikke lukker sig, eller som har ødelagt skal.
4. Skrub skallerne med en svamp eller børste.
5. Pil og hak løg og hvidløg fint.
6. Varm olien op i en stor kasserolle (som har låg).
7. Sautér det hakkede løg og hvidløg i olien.
8. Hæld muslingerne i kasserollen. Læg låg på, og ryst kasserollen.
9. Pres citronen. Hæld vand og citronsaft på. Damp muslingerne under låg i ca. 3 min., til de har åbnet sig.
10. Smag væden i kasserollen til med salt og peber.
11. Tag muslingerne op, og vip den øverste skaldel af.
12. Gem suppen fra kasserollen i fryseren. Du kan bruge den som en fond til alle typer af fisk.

Senneps-aioli

1. Pil og riv hvidløget fint.
2. Pisk æggeblommen med salt, sennep, revet hvidløg
3. Tilsæt evt. lidt revet citronskal.
4. Rør olien i dråbevis, til du har en tyk mayonnaise.
5. Fordel mayonnaisen i små klatter på hver musling.
6. Spis muslingerne som forret med brød til.



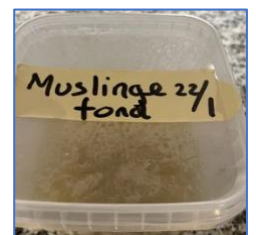
Skyllede muslinger



Sauteret i olie



Suppe fra kasserollen ... gem som smagfuld fond.



Pisket æggeblomme ... rørt med krydderi og olie.



Åbnede muslinger, serveret med en teskefuld senneps-aioli.



Smagens Dag



Smag på muslinger – uden og med senneps-aioli

Smag først på en musling UDEN senneps-aioli. Brug Smage-5-kanten.

Smager retten lidt bitter, farves felt 1 under bitter. Smager retten lidt sødt, farves felt 1 under sødt osv.

Smag så på retten MED en teskefuld senneps-aioli. Brug Smage-5-kanten igen.

Beskriv, hvordan du oplever retten med muslingerne:

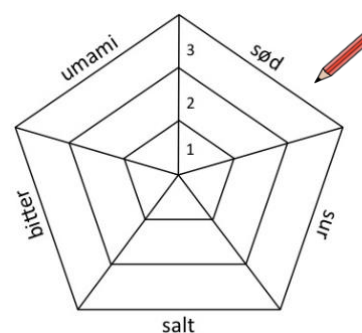
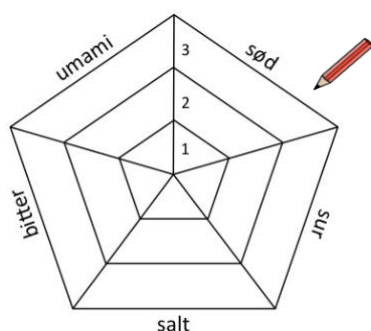
Udfyld Smage-5-kanten



Musling UDEN senneps-aioli



Musling MED senneps-aioli



Tænk og drøft

Hvordan kan du også bruge muslinger som smagfuldt protein i din mad?

Find tre lækre retter med muslinger som hovedingrediens. Prøv evt. at lave dem. Tag billeder af dine retter. Derefter kan du lave en poster om, hvor godt det er at spise muslinger som bæredygtig og smagfuld mad.

1. ret med muslinger: _____
2. ret med muslinger: _____
3. ret med muslinger: _____

Smagens Dag



Vil du vide mere?

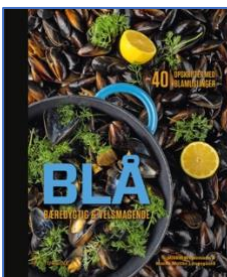
Brug teksturkort og Smage-5-kanten

- Teksturkort: <https://smagensdag.dk/wp-content/uploads/2017/08/Teksturkort.pdf>
- Smage-5-kanten: https://smagensdag.dk/wp-content/uploads/2017/08/Smage_5_kant_ark.pdf

Andre interessante bøger og links



Vores Hav af Mikkel Weidemann og Helle Brønnum Carlsen
Turbine forlag 2017



BLÅ af Mikkel Weidemann og Maren Moltke Lyngsgaard
Turbine forlag 2021



Verdensmål og Madkundskab Praksisbog af Helle Brønnum Carlsen,
FADL 2020 (side 38 og 40)



Maritime nyttehaver

– se mere på <https://www.xn--havst-eya.dk/>