

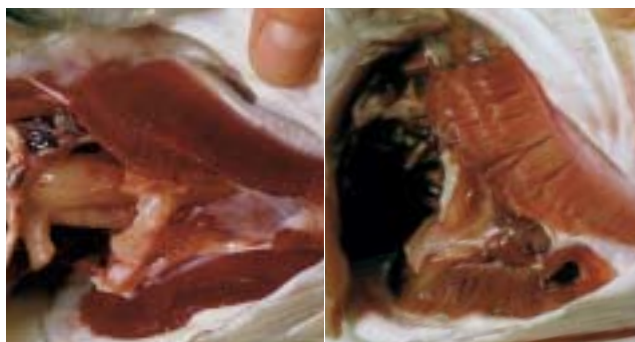
Färsk och gammal torsk. Lägga märke till ögon och skinn.



Färsk torsk

Gammal torsk

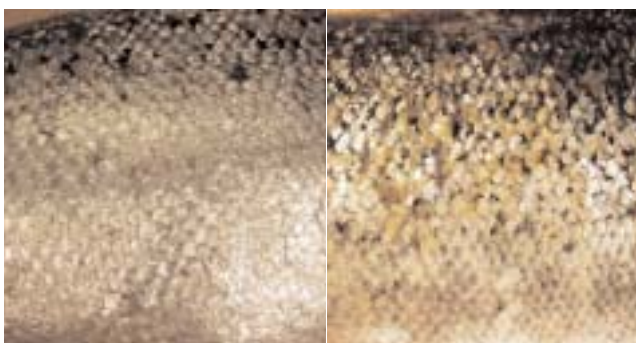
Färska och gamla gälar av torsk. Se hur röda och glansiga de färska gälarna är och hur de gamla har mist färg och glans.



Färska torskgälar

Gamla torskgälar

Färsk och gammal lax. Till höger ser du hur bakterierna missfärgar laxskinn.



Färskt laxskinn

Gammalt laxskinn

Färsk och gammal torskfilé. Den vänstra filén är vit/transparent och glansig. Den högra är matt och gulaktigt missfärgad.



Färsk torskfilé

Gammal torskfilé



Ovan: Färsk makrill. Nedan: gammal makrill

HUR VET JAG OM FISKEN ÄR FÄRSK?

Färsk fisk är sällan dagsfärsk. Vissa arter bör ätas så snart efter fångst som möjligt medan andra vinner på att "möra till sig" (se sjötungan till höger). En stor del av fisken vi äter fiskas från stora båtar som ligger ute hela veckan. Detta gör att fisken och skaldjuren är några dagar när de landas för försäljning till grossister eller direkt till konsument via fiskhandeln.

Hur vet man som inköpare eller vanlig konsument om fisken är färsk och när den inte längre är tjanlig som föda?

Det är en rad saker som påverkar kvaliteten på fisk och skaldjur. **En obruten kylkedja är avgörande.**

Förstörelseprocessen inträder snabbt efter fångst, varför det är **viktigt att fisken kyls snabbt och hålls kyld vid transport och hantering.**

Är man osäker på hur råvaran hanterats i tidigare led bör man använda sina sinnen; syn och lukt.

Fisk skall lukta friskt av hav. Fisk som luktar sött, syrligt eller surt, beroende på hur man upplever det, skall man vara försiktig med. Man kan också titta på fiskens skinn, ögon, gälar och kött. Även här är det svårt att säga exakt när en fisk är tjanlig eller inte, då det varierar från art till art. Nedan följer en generell beskrivning.

Bedömning av rå fisk:

Färsk hel fisk:

- Glänsande skinn
- Klara ögon
- Röda eller mörkröda, glänsande gälar
- Klart, genomskinligt, glänsande kött
- Frisk lukt

Gammal hel fisk:

- Glanslöst skinn
- Mjölkgiga, matta ögon
- Bleka, grågulnade gälar
- Matt, ogenomskinligt kött
- Sur, stark lukt

Färsk fiskfilé:

- Klart, genomskinligt, glänsande kött
- Frisk fiskdoft

Gammal fiskfilé:

- Matt, ogenomskinligt kött
- Lite kletig på ytan
- Söt eller syrlig, obehaglig lukt