

## Randi Skaug

er fjellklatrer, eventyrer, forfatter og foredragsholder. Hun var første norske kvinne på toppen av Mount Everest og har besteget de høyeste toppene på hvert av de syv kontinentene.



I **Mat fra Norge** skriver hun om gode spiseopplevelser under åpen himmel og deler sine tips og oppskrifter med leserne.

**I TROMSØ** har jeg en god venn i Knut. Vi var en gang kolleger som utvekslet erfaringer, men det han har lært meg mest om er å være på tur, og ikke minst om god mat på tur. Kanskje var det han som fikk meg ut av direktørdrakt og høyhælte sko? Mine første padletak tok jeg i hvert fall i en toerkajakk sammen med ham. Siden har han introdusert meg både til Svalbard og selkjøtt, Telemarksski og måltider under stjernene.

Jeg mintes et ledermøte på Svalbard for 20 år siden, tørrfisen på ytterveggen som vi hadde gnagd i oss og hvor godt den smakte. En lensel steg i meg. Kritt-hvit snø, atlanteblått hav, lange dager på ski og den appetitten som kun et solid opphold i friluft kan opparbeide. Hva med en skitur på Sørøya på langs?

## Søring på Sørøya

– Når du nærmer deg øyas høyeste punkt kan du se havet på begge sider, forklarte vår venn Børge ivrig.

Han, Knut og jeg ankom Akkarfjord nord på Sørøya med hurtigbåten fra Hammerfest en tidlig april morgen i tåke, duskregn og slaps. Øya ligger i Vest-Finnmark og er Norges fjerde største øy. Den har omtrent 1100 innbyggere og et eventyrlig fiske, noe som i sin tid førte til at tettstedet Breivik ble kalt Lille Lofoten. Største torsk tatt på stang er 37,5 kilo og en heldiggris har notert seg for ei atlantehavskveite på 161,5 kilo.

Synd at fisk er uegnet som turmat, tenkte jeg og unnlot heldigvis å nevne det med ord. Det sparte meg for et enda større søringstempel i panna enn jeg allerede har. Og egentlig vet jeg bedre. På



# MODEN – men ikke tørr

Det var mørketid i nord. I stearinlysenes lune skinn var det godt å være, men bordkavaleren hadde vekket mine lengsler. Jeg kunne nesten ikke vente. Og jeg fikk mer enn forventet.

**SPEKTAKULÆRT:** Kritt-hvit snø, atlanteblått hav, lange dager på ski og den appetitten som kun et solid opphold i friluft kan opparbeide.





**UT MOT HAVET:** Knut er den som har lært meg mest om å gå på tur og ikke minst om god mat på tur. På ski over Sørøya beviste han at boknafisk er god turmat. Sørøya i Vest-Finnmark er Norges fjerde største øy. Den har omtrent 1100 innbyggere og et eventyrlig fiske.



Foto: BENT RAANES OG SARAH CAMERON SØRENSEN/NORGES SJØMATRÅD

Grønland hadde jeg hatt med tørrfisk av lange som snacks og fikk tørrfisk av lodde i retur av inuitter. Det er bare det at jeg er fra Østlandet, og den eneste holdbare fisken vi har er rakefisk. En gang hadde en sambygding med seg rakefisk til Nepal. Det førte til at sherpaene forsøkte å stikke av fra lukta.

#### Moden mat

Sørøya er lang og kan bli krevende å forserer når føret svikter. Sporet ble lagt oppover i høyden, og da kom godføret og svetten, men snart også sulten. Vi dempet den med elgkjøtt den første dagen. Dag to lå blåswixen fortsatt godt nedpakket, men Knut lovet oss «fesk». Opp av sekken trakk han ei pakke bacon. Deretter tryllet han fram poteter, gulrøtter, fløte og til slutt en eske ferdig utvannet boknafisk.

– Mer holdbart enn kjøtt, forklarte Knut, han hadde boknet den selv.

#### Tørrfisk, klippfisk, hjellosing og boknafesk

Ordet torsk kommer av gammelnorske «turskr», tørrfisk. Tørking av fisk er en konserveringsmetode og et håndverk som mange fortsatt behersker i nord. Fisken tørkes på alt fra terrasser til vegger og tørkestativ i både byer og i bygd. Tørking tilfører smak, og maten holder året rundt.

Det finnes ulike sorter tørket fisk. Tørrfisken bindes sammen parvis og henges til tork på hjell fra lofotfisket i februar til Sankthans. Tørrfisk er den mest proteinrike råvaren som finnes, hele 80 prosent proteiner. Det gir godt påfyll for

musklene på tur. Klippfisk saltes, tørkes på klipper eller på vegg og presses. Begge typer smaker mildt og godt av tørket fisk.

Boknet fisk tas ned og spises midt i modningsprosessen. Det finnes to varianter – hjellosing og boknafisk. Hjellosing sprettes opp i buken, men ikke helt opp og henges også på hjell, men kun i to til tre uker. Spensten i fisken skal være så god at buken forblir åpen. Ryggbeinet surner, og det er en smaksbombe. Den skal være bløt inni, såkalt bokna. Bokna betyr bløt.

Boknafisken, derimot, splittes på midten, brettes ut og tørkes deretter på vegg eller hjell. Den er mer på smaksnivå med tørrfisk. Felles for hjellosing og boknafisk er at den ikke er gjennomtørket, og at den har en gjæret eller såkalt fermentert smak. Det er viktig at skinnen ikke tørker helt, slik at fisken tørkes både innenfra og utenfra. Hjellosingen var gamlekaras favoritt. Det sies at de gikk under hjellen og snuste: «Nu osa han godt, då kain vi ta han.»

#### Mer enn lovet

Knut serverte oss gylne dråper i små glass. Duften av snarlig middag bredte seg. Fisken ble servert med sprøstekt bacon og gulrotstuing. Vi satte tennene i det faste gode fiskekjøttet. Herregud, som det smakte. Hvem sa at fisk ikke egner seg på tur?

Neste dag nådde vi turens høyeste punkt. Det var enda bedre enn Børge hadde lovet. Vi så havet på tre sider, ikke bare to.

#### TRADISJONELL, NORDNORSK BOKNAFISK

Til 4 personer

800 g utvannet boknafisk  
200 g bacon  
4 store gulrøtter  
10–12 store poteter

#### Hvit saus:

5 dl melk  
2 ½ ss hvetemel  
2 ss smør  
½ ts salt

Visp først melet med litt av melken i en kjele. Rør inn resten av melken. Tilsett smør og kok opp under omrøring. Skjær gulrøtter i tynne skiver og ha dem i sausen. Kok på svak varme i 5 minutter. Smak til med salt.

Kutt bacon i terninger og stek det i panne. Ha gjerne i litt smør mot slutten.

Kok opp saltet vann. Bruk 1 ss salt per liter vann. Legg i fisken, og la den trekke i 5 minutter på svak varme.

Server boknafisken rykende varm med kokte poteter og gulrotstuing. Oppskriften er fra Anders Blomkvist ved Store Norske Fiskekompani i Tromsø.

BAGALAG FRA ÅLESUND

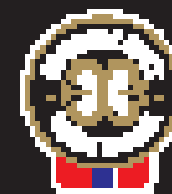
# DYBVIK



## DYBVIK Klippfisk Gran Reserva

Langtidsmodnet klippfisk fra den beste torsken! Den unike modningsprosessen og spækningen gjør fiskekjøttet mørt og gir det en helt spesiell smaksrikhet. Klippfisken gjennomgår en spækprosessen der det kun tilsettes salt, en god dose erfaring, luft, tålmodighet og mye kjærlighet.

– Norsk mattradisjon i særklasse, med mange spennende muligheter.



Unike smaksopplevelser

Spesialmat og fiskekjøtt med  
modnede smaker og tradisjon  
www.dybvik.no

Les mer om  
Klippfisk Gran Reserva



Levert av Store Norske Fiskekompani  
Fagallé 2, 9000 Tromsø  
Tlf: +47 79922800 – Fax: +47 79922800  
www.dybvik.no