Fisk og Skalldyr i farger

OPPLYSNINGSUTVALGET FOR FISK

Saltvannsfisk

Mager fisk, 0–3 % fett

Torsk (skrei)

Størrelse: Opptil 130 cm. Vekt: Opptil 35 kg. Vekt ved gytetid: 4–5 kg. Gytetid: Januar–april. Leddtall (ryggvirvler): 60–61. Fettinnhold: 0,6 %.

Sei (pale)

Størrelse: Opptil 120 cm. Vekt: Opptil 20 kg. Gytetid: Februar–april. Leddtall (ryggvirvler): 58–60. Fettinnhold: 0,7 %.

Lyr

Størrelse: Opptil 130 cm. Vekt: Opptil 20 kg. Gytetid: Mai–juli. Leddtall (ryggvirvler): 56–58. Fettinnhold: 0,5 %.

Lange (kvitlange, lyslange)

Størrelse: Opptil 180 cm. Vekt: Opptil 30 kg. Gytetid: Januar–april. Leddtall (ryggvirvler): 63–65. Fettinnhold: 0,3 %.

Lodde

Størrelse: 18 cm. Vekt: Opptil 50 g. Gytetid: Januar–april. Fettinnhold: Sommerhalvåret: 2–3 %. Vinter: Opptil 25 %.

Hyse (kolje)

Størrelse: Opptil 100 cm. Vekt: Opptil 10 kg. Gytetid: April–mai. Leddtall (ryggvirvler): 0,5 %.

Brosme

Størrelse: Opptil 90 cm. Vekt: Opptil 10 kg. Gytetid: Mai–juli. Leddtall (ryggvirvler): 0,3 %.

Hvitting (blege, bleike)

Størrelse: Opptil 70 cm, men vanlig under 35 cm. Vekt: Opptil 3 kg. Gytetid: Mai–juli. Leddtall (ryggvirvler): 0,4 %.

Rødspette (gullflyndre)

Størrelse: 25–40 cm. Enkelte kunne bli 60 cm. Vekt: Opptil 0,5 kg. Gytetid: Januar–april. Gytes på 25 cm. Aldersbestemmelse: Otolitter. Fredet maat–maal/lukt: Fangst er 25 cm. Fettinnhold: 2,7 %.

Steinbit (havkatt)

Størrelse: Opptil 140 cm. Vekt: Opptil 30 kg. Gytetid: Juli–september. Leddtall (ryggvirvler): 0,7 %.

Mellomfet fisk, 3–7 % fett

Kveite (hellefisk, helleflyndre, storkveite)

Størrelse: Opptil 1 m. Vekt: Opptil 100 kg. Gytetid: April–desember. Fredet: 20. des.–31. mars. Fettinnhold: 4 %.

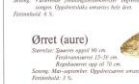
Piggvar

Størrelse: Opptil 1 m, vanlig størrelse i norske farvann 40–50 cm. Fettinnhold: Mellomfet.

Laks

Størrelse: Opptil 150 cm/35 kg. Smoltutsetting: Juni–juli. Fettinnhold: 4 %.

Ørret (aure)



Størrelse: Sjøørret opptil 90 cm. Fettinnhold: 3 %.

Smørflyndre

Størrelse: Opptil 60 cm/2,5 kg. Gytetid: Vår.

Uer (rødfisk)

Størrelse: Opptil 100 cm, vekt opptil 15 kg. Gytetid: Mai–juni. Fettinnhold: 2,5 %.

Fet fisk, over 7 % fett

Sild

	Størrelse	Vekt	Fettinnhold
Vårsild	14–16 cm	30–40 g	16–20 %
Høstsild	14–16 cm	30–40 g	16–20 %
Brisling	7–9 cm	3–5 g	16–20 %
Norsildsild	5–7 cm	1–2 g	16–20 %

Brisling

Størrelse: Ca. 8–16 cm. Sesong: Januar, juni–desember, fredet fra 1. februar til 31. mai, dispensasjon kan gis fra 2. mai. Fettinnhold: 11 %.

Makrellstørje

Størrelse: Opptil 300 kg/200 cm (?) lav. Sesong: Juli–september. Fettinnhold: 9,9 %.

Makrell

Størrelse: Opptil 50 cm. Sesong: April–november. Fettinnhold: I mai–juni er makrellen mellomfet, 5 % fett. I juli–september er den fet, ca. 20 % fett.

Breiflabb (marulk, havtaske, sjødjevel)

Størrelse: Opptil 170 cm. Sesong: Hele året. Fettinnhold: Fet.

Blåkveite

Størrelse: Opptil 120 cm. Sesong: Hele året – selges gjerne fersk i sommermånedene. Fettinnhold: 16 %.

Ål

Størrelse: Hunn opptil 150 cm. Vekt: Opptil 30 cm. Sesong: Høst. Fettinnhold: 20 %.

Fisk som sjelden brukes i Norge

Berggylt

Størrelse: Opptil 70 cm. Sesong: Hele året. Fettinnhold: Mellomfet.

Lysing (sølvlyr, hegg)

Størrelse: Opptil 135 cm. Fettinnhold: Mager.

Horngjel

Størrelse: Opptil 90 cm. Sesong: April–juni. Fettinnhold: Mellomfet.

Lodde

Størrelse: 18 cm. Sesong: Vinterhalvåret: Januar–april. Sommerhalvåret: August–november. Fettinnhold: April–mai: 2–3 %. Juni: Opptil 25 % fett.

Rognkjeks/Rognkall

Størrelse: Hannen opptil 60 cm, hunnen opptil 30 cm. Sesong: April–september. Fettinnhold: Fet.

Kvitlaks (Vassild, Stavsild)

Størrelse: Opptil 50 cm. Sesong: Hele året. Fettinnhold: Mellomfet.

Pigghå

Størrelse: Opptil 120 cm. Vekt: Opptil 8 kg. Gytetid: Fet.

Røye (røyr, gautefisk, gib, roe, bleik, kolmunn, stilk, vassrør)

Størrelse: Store variasjoner. Fisk som vandrer opptil 50–60 cm. Innsjøfisken fra enkelte tanger opptil 25 cm. Sesong: Hele året, kun om sommeren. Fettinnhold: Mellomfet.

Ferskvannsfisk

Gjedde

Størrelse: Hunnen opptil 150 cm, 35 kg, den kan bli 35 år. Hannen opptil 90–100 cm, 5–8 kg, 10–14 år. Sesong: Vinter og vår. Fettinnhold: Mager.

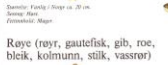
Gjørs

Størrelse: 35–55 cm, sa. 1 kg, kan vele 15 kg. Sesong: Rett vinter og vår.

Lagesild (lågsild, høstsild, lakesild, stinte, vemme)

Størrelse: Opptil 30 cm. Sesong: Rett før og etterest. Fettinnhold: Mellomfet.

Lake

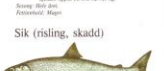


Størrelse: Opptil 40 cm, til likhet blir den større. Sesong: Fanges hele året unntatt gytesesongen, om høsten.

Åbor (abbor, skjebbe, tryte)

Størrelse: Ca. 25 cm/200 g. Sjelden opptil 50 cm, ca. 3,5 kg. Sesong: Hele året. Fettinnhold: Mager.

Sik (risling, skadd)



Størrelse: Opptil 50 cm. Sesong: Rett før og etterest. Fettinnhold: Mellomfet.

Ferskvannskreps

Størrelse: Opptil 17 cm. Sesong: Ferskvannskreps kan fiskes fra begynnelsen av august og til april, men vanligvis unngår fisket allerede først i oktober. Fettinnhold: 0,9 %.

Østers

Størrelse: 5–12 cm. Sesong: Oktober–april.

Sjøkreps

Størrelse: Sjøkreps kan bli 35 cm, hannen kan bli 20 cm. Hannen kan bli 34 cm. Sesong: September–desember. Fettinnhold: 4,6 %.

Sandskjell

Størrelse: Opptil 10 cm. Sesong: Mai–august.

Krepsdyr

Hummer

Størrelse: Opptil 30 cm, med en vekt på 5 kg. Sesong: Oktober–desember. Fettinnhold: Fettmellom, ikke gytemellom. 3,9 %.

Krabbe (taskekrabbe, høvring, paletorsk)

Størrelse: Hunnkrabben kan bli opptil 30 cm, men vanligvis er hunnkrabben kun 14 opptil 20 cm over ryggskjoldet. Sesong: September–november. Fettinnhold: 3,4 %.

Reker

Størrelse: 10–12 cm. Sesong: Hele året. Fettinnhold: 1,2 %.

Bløtdyr

Skjell

Blåskjell

Størrelse: 5–8 cm. Sesong: Sjøsvoren–april/mai.

O-skjell (rødskjell, agnskjell)

Størrelse: 10–15 cm, opptil 20 cm. Sesong: Sjøsvoren–april/mai.

Østers

Størrelse: 5–12 cm. Sesong: Oktober–april.

Sandskjell

Størrelse: Opptil 10 cm. Sesong: Mai–august.

Haneskjell

Størrelse: Opptil 11 cm. Sesong: April–august.

Kamskjell

Størrelse: Opptil 17 cm. Sesong: Mai–august.

Hjerteskjell

Størrelse: 6–16 cm. Sesong: Mai–august.

Snegler

Strandsnegl

Størrelse: 1–4 cm.

Blekksprut

Akkar

Størrelse: 400–600 g i norske farvann, kan bli opptil 6 kg. Sesong: September–desember. Fettinnhold: 1 %.

1.2 BL 400.000 © Opplysningsutvalget for Fisk. Postboks 6112 Etterstad, 0602 Oslo 6. TF. 02/67 92 90.

Saltvannsfisk

Mager fisk, 0–3 % fett

Torsk (skrei)

Torsken har skjeggtråd, lys sidelinje og tre ryggfinner. Torsk kan delvis endre farge etter omgivelsene (beskyttelsesfarge). Tarmtorsk lever i langsgrunnere og er småbrun, mens sandtorsken som lever på sandbunn og dypt vann er lysegrå. Torsk som holder til i åligras er grønnaktig og kalles grønntorsk. I januar–mars går gytefelting mens fiskarmeiene om hvem som hos de andre fortrekkfiskene, men det har en kraftig og god smak. Det blir fiskeeuspe av sei. Selskap er om god fiskarsei, likeledes selkarfiskeslag. Sine sei smeltes i fileter. Omslag halvdelen av fangstene går til tørrfisk og klippfisk/saltfisk.

Lange (kvitlange, lyslange)

Langen har tre ryggfinner og den er lett kjennelig på sin lange og tynne bygning. Langen har skjeggtråd og er forholdsvis lys og svakt brun under haken. Langen lever på dypt vann, 100–600 m, ingen annen norsk fisk gjør så mange reg på en gang, opptil 60 millioner egg. Men ytterst få lange og andre fiskearter har mange fiender, både blant fugl, fisk og virvelløse dyr, og bare en liten del av yngelen vokser opp.

Blålange ligner på lange, men er slankere, og mørk under haken. Den lever på dypere vann enn langen, 200–1500 m. Lange og blålange har velsmakende kjøtt og smakes fersk, dypfryst, tørket eller røkt.

Lyr

Lyren ligner sei, men skiller seg lett fra den ved brystfinnen. Den fisken som bifangst under torskefisket og er vanlig langs Sør- og Vestlandet til Trondheimsfjorden. Lyr er en god matfisk, men har liten økonomisk betydning.

Hyse (kolje)

Hyse er lett å kjenne på en mørk flekk ved brystfinnene og mørk sidelinje. Hyse er en barnefisk, den lever seg bort i grunne havområder og på kystbanken. Den spiser bunndyr som muslinger, snegler og dyreplankton, men tar også fisk som lodde og sild. Hyse har brett, fast kjøtt og smakes mye til fiskemat. Fra sør–det nærer og velgjørs som rakk hyse, og en del går til mel/fiskeprodukter. Ved siden av torsken er hyse, økonomisk sett, den viktigste fisken i Atlanteren.

Brosme

Brosme er en dypvannsfisk. Vanligvis fins den i kanten av banksene på 200–500 meters dyp. Den kan leve helt ned til 1000 meter, og fins også i dype Vestlandsfjorder. Den har en lit klumpet kroppsform, barn en ryggfinne og gatt finne som begge går i ett med halefinnen. Brosme har skjeggtråd og hvit kjøtt med mild smak og kvalitet. Kjøtet er fast, bvitt og meget godt. Den brukes fersk eller saltet. Fra god del brosme går til tørrfiskproduksjon.

Hvitting (blege, bleike)

Hvitingen har lysfarge og en mørk flekk ved brystfinnen. Fiskeskatten er hvitt og fint, og den kalles ofte «havets kylling». Hvitting bør brukes helt fersk. Den kan fiskes langs hele kysten, men er mest vanlig sør for Stad. En del fiskes som bifangst under småfiskeri vinterstid.

Steinbit (havkatt)

Det er flere typer steinbit – grønnsteinbit, flekksteinbit og blåsteinbit. Blåsteinbiten er lys og vaaen i kjøttet og brukes ikke til mat. Steinbit har rundt huske med stor munn og kraftige tenner. Steinbiten lever av blåskjell, krabbe, reker og kråkeboller. Kjøttet er hvitt, fast og meget velsmakende. (Steinbit kalles i Tyskland «Kabeljaudeutsche» og i Danmark «Kontrollfisk».)

Rødspette (gullflyndre)

Flyndrefiskene omfatter mange arter som har den flatvokte formen felles, og kalles også flatfisker. Den sidder som vender mot kalles blindsida og er som oftest hvit eller lys. Den siden som vender opp kalles øyesida. Flyndrefiskene er bunnfisk. Rødspette (gullflyndre) er den vi fisker mest av i våre farvann. Andre flyndrefiskar som er nyttige for fiskeriene er skrubbe, lomre, rødtunge, smørflyndre og lomre. Turige regnes som den edleste. Det som omsettes i Norge er alle vanlige importert. Rødspetta er lett å kjenne på de røde fiskkorne på oversiden. Den fins på 10–25 meters dyp, de største forekommer grunnere vann.

Rødspetta holder seg helst på sammte sted, men når gytetiden nærmer seg kan den begi seg på lange sandvandringer til bestemte gytelokaler. Merkelenesh har vist at rødspette fra Nord-Norge sakter nærmer seg den skal gytte. Den kan bli både ate og gammel. Hunnen blir større enn hannen. I Kvitsøyen er det fisket flyndre som var over 40 år gammel.

For å bevare rødspettebestanden har staten lang, derfinnet Norge, gjennomført lukkede fredninger.

Arci nandi fisken det norsk utenfor kysten, kystnær eller flyndrerik. Disse torskefiskartene er stasjonære, og vandrer ikke over store områder. De blir tidligere kjønnsmodne enn Lofotskreien.

Sei (pale)

Seien har fire, rett sidelinje, tre ryggfinner og voksen sei mangler skjeggtråd. Den fiskes langs hele kysten, men er ikke særlig alminnelig på Skagerrakkysten og i Oslofjorden. Den går heist i sitet. Smådyr på 1 år kaller man eller kod. Sei på 2–3 år kalles pale.

Når seien vokser seg eller mer blir den ofte kalt storsei. Sei lever av N.A. små krepsdyr, sild og bredsig. Fiskekjøttet er mørkere enn hos de andre torskefiskene, men det har en kraftig og god smak. Det blir fin fiskesuppe av sei. Selskap er om god fiskarsei, likeledes selkarfiskeslag. Sine sei smeltes i fileter. Omslag halvdelen av fangstene går til tørrfisk og klippfisk/saltfisk.

Lange (kvitlange, lyslange)

Langen har tre ryggfinner og den er lett kjennelig på sin lange og tynne bygning. Langen har skjeggtråd og er forholdsvis lyst og svakt brun under haken. Langen lever på dypt vann, 100–600 m, ingen annen norsk fisk gjør så mange reg på en gang, opptil 60 millioner egg. Men ytterst få lange og andre fiskearter har mange fiender, både blant fugl, fisk og virvelløse dyr, og bare en liten del av yngelen vokser opp.

Blålange ligner på lange, men er slankere, og mørk under haken. Den lever på dypere vann enn langen, 200–1500 m. Lange og blålange har velsmakende kjøtt og smakes fersk, dypfryst, tørket eller røkt.

Lyr

Lyren ligner seien, men skiller seg lett fra den ved brystfinnen. Den fisken som bifangst under torskefiskeri og er vanlig langs Sør- og Vestlandet til Trondheimsfjorden. Lyr er en god matfisk, men har liten økonomisk betydning.

Hyse (kolje)

Hyse er lett å kjenne på en mørk flekk ved brystfinnene og mørk sidelinje. Hyse er en barnefisk, den lever seg bort i grunne havområder og på kystbanken. Den spiser bunndyr som muslinger, snegler og dyreplankton, men tar også fisk som lodde og sild. Hyse har brett, fast kjøtt og smakes mye til fiskemat. Fra sør–det nærer og velgjørs som rakk hyse, og en del går til mel/fiskeprodukter. Ved siden av torsken er hyse, økonomisk sett, den viktigste fisken i Atlanteren.

Brosme

Brosme er en dypvannsfisk. Vanligvis fins den i kanten av banksene på 200–500 meters dyp. Den kan leve helt ned til 1000 meter, og fins også i dype Vestlandsfjorder. Den har en lit klumpet kroppsform, barn en ryggfinne og gatt finne som begge går i ett med halefinnen. Brosme har skjeggtråd og hvit kjøtt med mild smak og kvalitet. Kjøtet er fast, bvitt og meget godt. Den brukes fersk eller saltet. Fra god del brosme går til tørrfiskproduksjon.

Hvitting (blege, bleike)

Hvitingen har lysfarge og en mørk flekk ved brystfinnen. Fiskeskatten er hvitt og fint, og den kalles ofte «havets kylling». Hvitting bør brukes helt fersk. Den kan fiskes langs hele kysten, men er mest vanlig sør for Stad. En del fiskes som bifangst under småfiskeri vinterstid.

Steinbit (havkatt)

Det er flere typer steinbit – grønnsteinbit, flekksteinbit og blåsteinbit. Blåsteinbiten er lys og vaaen i kjøttet og brukes ikke til mat. Steinbit har rundt huske med stor munn og kraftige tenner. Steinbiten lever av blåskjell, krabbe, reker og kråkeboller. Kjøttet er hvitt, fast og meget velsmakende. (Steinbit kalles i Tyskland «Kabeljaudeutsche» og i Danmark «Kontrollfisk».)

Ørret (aure)

Ørret tilhører laksefiskene, og det fins mange typer. Sjøørret, innsjøørret (innsjøaure), bekkeørret og regnbueørret.

Sjøørreten vandrer fra havet opp i ferskvann for å gyte og drar så tilbake til havet igjen. Yngel av sjøørret kan stå seg til to i ferskvann og dette størrelsen som ikke sakte tilbake til havet. Sjøørreten er litt hvitere ved halestokken enn laks, de kan ellers se ganske like ut.

Innsjøørreten gyter i elver hvor ungdom vokser opp og vandrer senere over i innsjøene.

Bekkeørreten er en forholdsvis liten lakselfisk som lever hele sitt liv i bekker og elver. Den har ikke bestemte plasser hvor den gyter i og for seg anadrom.

Regnbueørreten ble innført til Europa fra California omkring 1880 og kjennes på det mellomliggende håndet som sitter i gattpenisken. Den vokser raskt og er egnet til oppdrettsformål.

Ørreten har som oftest rødlig kjøtt. Bekkeørreten kan ha lit rødlig farge, men er ofte hvit i kjøttet. Rødfargen hos arter skyldes små krepsdyr som den lever av. Ørret omsettes fersk, dypfryst, røkt, gravet og rakfisk.

Fet fisk, over 7 % fett

Sild

Silda har en ryggfinne, blanke skjell og mangler sidelinje. Den lever av små krepsdyr, fiskeegg og yngel. Det første levestet kalles sildi-yrmna og fra 1,5–3 år kalles den blaksild. I stallen like før den blir kjønnsmoden, blir den betegnet som fettsild.

Sild i ulike størrelser gyter til forskjellige tider. Vekst og kjønnsmodning er avhengig av hvor den vokser opp.

Storsild fanges i januar–februar, hovedsakelig langs kysten på Nord-Vestlandet og i Nord-Norge, særlig rundt Lofoten. Silda er stor, fra 2–4 etk. pr. kg. Det viktigste kjennetegnet for storsild er at den er en stor sild med fast rogn og melke, og som fanges like før gytemodnet.

Etter at storsilda har nådd gytestedet blir den betegnet som vårsild. Vårsild fanges i februar–mars i de samme distrikter som storsilda. Stor- og vårsild har fellesbetegnelsen «vintersild».

Fra juli og utover til desember fanges det sildesild og fettsild på sterkningen Vestlandet/Nord-Norge.

I Nordsjøen fanges det sild fra mai–juni og ut året. Den er lit i sommermånedene og tilfig på høsten.

Fjordsild fanges hovedsakelig langs Sørlandskysten, i Oslofjorden og i Trondheimsfjorden. Den snadrera i størrelsesgruppene fra 3–20 stk. pr. kilo. Den fisket om vinteren er den det går til fiskemelmeren til utvortr hasten, men magrere om vinteren.

Brisling

Brislingen er en liten sildefisk på opptil ca. 16 cm med blanke skjell. Den gyter mellom januar og juli og bebli i mai–juni. Brislingen er utbredt fra Svartehavet til Finnmark, men er sjeldent nord for Helgeland. Den lever av planktondyr, men er også selv mat for talrike rovfisker. Brislingen kan brukes på 4,000–600 meters dyp og er vanlig på kysten av Sør-Vestlandet og Sørlandet og på banksområdene i Nord-Atlanteren. Fiskes som bifangst under makrellfisket. Smørflyndre er en god matfisk med hvitt, drøhkal kjøtt.

Uer (rødfisk)

Uersskinnet er nøttlagri.

Uererstavet på flere hundre meter dypt vann og fisker lovende ungere, opptil 300.000 om gangen. Når ueren kommer opp til overflaten brist tryksken er mye mindre enn nedo i havet, vil både myssiller og store sprengsjen ut. Fiskes av vedtrakkende og brukes mest fersk og saltet. Rakt uer er også velsmakende.

Laks

Til lakselfiskene hører blant annet laks, ørret (aure), kvitlaks (vassild) og hestle. Et felles kjennetegn er fettfinnen som sitter mellom rygg og stjert.

Fra gytil og utover sommeren vandrer gytefolog laks fra havet opp i elvene for å gyte. Den er da lys og i fleisfarve. Fra den kommer i ferskvann og til den gyter utvil hunnen eter den ikke. Etter gyting er den utmagret, har tapt 30–40% av sin vekt og kalles «matfallslaks». Mesteparten av laksen dør etter gyting. Noen overvintrer i elvre kalvet, mens andre vender tilbake til havet, kommer seg fort og kan gyte igjen etter 1–2 år. Laksesmolten vokser gamske fort. I løpe 2–5 år er ungene blitt 12–15 cm og på vårsesten får den en blank kroppsfarge, og kalles smolt. De søker ditt til havs hvor det fins store næringsrike områder. Etter 1–4 år i havet drar den tilbake til sitt fødested for å gyte. Laksens driftrute, nedlig fargede kjøtt skyldes krepsdyr som den lever av.

Laks og ørret har vist seg utgjil til oppdrett, og mesk oppdrettsfisk har hatett anledne i mn- og utland. Laks omsettes fersk, dypfryst, røkt og gravet. Kaviar av lakserogn er en delikatesse.

Lodde

Lodda er en laksefisk. Hannen har en stripe av skjell langs sidene med små hårlignende fotlengder. Den kalles fakt-lodde, mens hunnen som mangler denne stripen, kalles sil-lodde.

Det er en artrikdi fisk som mesteparten av året utenfor enda ring i Nordsjøen der den lever av småfisk.

Om vinteren og våren søker den i store mengder mot mot Finnmark og Murmanskkysten for å gyte. Gyteområdene av lodde er enorme og blir fulgte til A. ikke kjennetegnet hvor den finner gytemodne for når storkvantum på Finnmarkskysten. Hunnlodde som er full av rogn er en delikatesse i Japan. I Norge er kaviar av laksliknpn blitt populært. Lodde er viktig råstoff for fiskemel og fiskeolje. Fiskolje brukes i margarinprodukter.

Ferskvannsfisk

Gjedde

Gjedda er en utpreget rovfisk som er udreidt over hele kloden, mest i Europa og i Troms og Finnmark.

Gjedda går ikke i store stimer i gytetiden. Da trekker den inn på gytegrunn. Den kan skaks fisk på opptil halvparten av sin egen størrelse. Etter et stort måltid kan det gå opptil en uke før den drar på jakt igjen. Gjedda gyter fra tidlig om våren til mai. Etter gyting er den utmagret og sulten og lett å fange. I løpet av sommeren skifter den hemmer og de er dårlig å bitelysten. Kjøttet på gjedda er best når vinteren er kald. I flere land, særlig Sverige og Finland, regnes gjedda som en delikatesse.

Den har fast, hvitt kjøtt som egner seg utmerket til ovnsbakt fisk. Den kan også syltes og brukes til hjerlfisk.

Åbor (abbor, skjebbe, tryte)

Åboren er ett av våre mest kjente og allmenne ferskvannsfisker. Åboren stiller små krav til kvvsiktighet og fins også i brakkvann. Det er en forholdsvis liten fisk som selv overbefolker fiskevannet. I gytetiden om våren blir det tatt store fangster i ruse.

Åboren kan både koken og stekes. Den har store skjell og skarpe finner. Innvollene bør å skrapes av skjellene forenstkkert mange å få dem for stekning. Dette da best å dypps den i kokende vann og så rettes på begge sider av ryggfinnen slik at skjellet kan trekkes av fra ryggsiden.

Gjørs

Gjørsen er en nær slektning av åboren. Den ligner på åboren, men har en mere langstrakt kropp og litt mye større, opptil 15 kg. I Norge fins gjørsen bare i tre vassdrag: Tista, Glomma og Mosseelvassdraget. Dessuten fins den i Iseljø i Skjerkop.

Gjørs er en glimrik rovfisk som fortrekker strøjere og elver med leirete, sakkatt og rustnt vann. Gjørsen er 1 kg gir ofte i store, større gjørs går heist fisk. Den lever på småfisk, men går på bunnen etter dyr som snegler og muslinger. Den kan også ta fisk, fersk og tru.

Som fangst i luiner og ruser. Den brukes både fersk og røkt. I Danmark og Sverige brukes det langt mer til rens i Norge. Kanskje skyldes det de store forekomstene i Bottenvika.

Makrell

Makrellen er en vandrefisk som går i stim nær overflaten. Den er en glimrende svømmer, mangler svømmeblære og kan foreta lynsnare opp- og nedstigninger i vannet. Når den beiter, svømmer den i nær fart og med åpen munn. Ved hopig av gullsgiktiget eller den vannet ut. På den måten får den i seg mating med plankton og fiskeegg.

Et stor del av makrellen overvinter nær bunnen utenfor Sør-Irland og Nord-Norge. I denne delen spiser den svært lite. I april–mai gyter den i den sentrale delen av Nordsjøen. Fra det kommer også den mot Norskekysten for å gyte og finne næring.

Etter gyting deler stimen seg opp i mindre stimer. Makrellen lever da av småfisk, hvalingog sil og blir tiffet fett tunnmakrell. I august–september trekker den bort fra kysten. En del makrell står på dypt vann i Skagerak vinterstid. Makrellfangsten veksler raske, alkerede om hausten kan vi fiske opptil som vi kaller den «høstmakrellen». Den største fangsten av makrell fant i Nordsjøen og Norskehavet, men det fiskes også en god del langs kysten fra svenskegrensen til Bergen. I Nordsjø-No er et samvirke distriktet som storstilla. Stor- og vårsild har fellesbetegnelsen «vintersild».

Fra juli og utover til desember fanges det småsild og fettsild på sterkningen Vestlandet/Nord-Norge.

I Nordsjøen fanges det sild fra mai–juni og ut året. Den er lit i sommermånedene og tilfig på høsten.

Fjordsild fanges hovedsakelig langs Sørlandskysten, i Oslofjorden og i Trondheimsfjorden. Den snadrera i størrelsesgruppene fra 3–20 stk. pr. kilo. Den fisket om vinteren er den det går til fiskemelmeren til utvortr hasten, men magrere om vinteren.

Brisling

Brislingen er en liten sildefisk på opptil ca. 16 cm med blanke skjell. Den gyter mellom januar og juli og bebli i mai–juni. Brislingen er utbredt fra Svartehavet til Finnmark, men er sjeldent nord for Helgeland. Den lever av planktondyr, men er også selv mat for talrike rovfisker. Brislingen kan brukes på 4,000–600 meters dyp og er vanlig på kysten av Sør-Vestlandet og Sørlandet og på banksområdene i Nord-Atlanteren. Fiskes som bifangst under makrellfisket. Smørflyndre er en god matfisk med hvitt, drøhkal kjøtt.

Makrellstørje

Makrellstørje kalles også tunfisk (av engelsk: tunny). Makrellstørjen kommer til kysten av Vestlandet på mellomsommeren, om sommeren. Makrellstørjen har svart, blank rygg, lys buk. Den fanger makrell, men mager–snadrerisom på ryggen og sidene. Kjøttet er rødt, meget velsmakende og brukes mest fersk. Fangstene i dag er små. Lit ennerhes ferskt, men storsildene kjøtte opp av pepersk oppskjørt. Makrellstørjen ernærtes ovrigrtes ordligt hovedsak i sild, i gode eller i vann.

Breiflabb (marulk, havtaske, sjødjevel)

Breiflabb er navnemt brunskjeldet. Den har hindt og stort hode med svær kjeft og spisse tenner.

Breiflabben er en rovfisk. Den spiser alslags fisk, fra kraut til hardt og skatet, og kan til og med forgripe seg på sjøfugl. I Norge fisker breiflabb som bifangst, det vil si i forbindelse med fiske etter andre fiskeslag.

Breiflabben er en meget god matfisk med fast kvitt og velsmakende kjøtt. Den selges flådd og bindingsfert eller som filet. Breiflabb var lite brukt i Norge, men er etterhvert i utlandet. Den overvintrede det av breiflabb som fanges i Norge ble eksportert.

Blåkveite

Blåkveita hører til flyndrefiskene. Den er brunaktig på ovesiden og er mørkere like mark på blindsiden. Blåkveita svømmer på baksiden og er ingen typisk bunnfisk som de andre flyndrefiskene. Den lever på dypt vann. Den er lit og av best rakt. Blåkveite selges for det meste rakt i skiver.

Lagesild (lågsild, høstsild, lakesild, stinte, vemme)

Lagesild er ingen sild, men en lakesfisk som gyter om høsten. Lagesilda har litt sm navn fra Gudbrandsdalslågen, hvor lagesilda i Mjøsa gyter. Det er en stasjonær fisk som forekommer i store mengder i Mjøsa, Storsjøen i Oddalen og i innsjøer fra Kongsvinger og sørover. Lagesilda regnes for å være den viktigste fiskearten i Mjøsa. Når lagesilda om høsten går opp i Lågen for å gyte, foregår et meget stort lagesildfiske. I Mjøsbåndene har lagesilden forholdsvis mye som utfalmering og vant ut vendfullt tilskudd i kosten.

Krepsdyr

Hummer

Hummeren lever langs hele Nordskotsyten opp til Troms. Hummerern trenger havsalt vannmiljøsvarte som de øvrige nordover for å vokse og formere seg. I Norge er hummeren fisket fra 1. januar til 1. oktober. Det er forbudt å fiske og selge hummer som er mindre enn 25 cm lang fra halespiss til parameteren, og det er bare tillatt å fange hummer i teiner; garn eller annens redskap er forbudt. Hummerfangsteren har gått ned helt siden før siste verdenskrig. Forsøk på oppdrett av hummer pågår. Hummer fanges store deler av kokt. Middels stor hummer, 400–800 g, regnes for best.

Krabbe (taskekrabbe, høvring, paletorsk)

Krabben lever langs kysten opp til Troms. De største fangstene kommer fra Skoe. Tråndelag og Helgeland. Minstemål for fanget av krabben er 13 cm over det bredeste på ryggskjoldet. Hunnkrabbene har større halvskjell enn hannkrabbene og hannkrabbene har større klør. Normalt gyter krabbene om høsten samlet hver år etter at de er kjønnsmodne, vanligvis fra 5-års alderen. Krabbe omsettes levende, kokt, renset i skall, dypfryst eller hermetisk.

Ferskvannskreps

Ferskvannskreps er vanligst i det sørøstlige Norge, men mindre bestander fins på Vestlandet, (Granvin, Ulvik, Voss) og i Trøndelag, etter vellykkede utsettinger. Ferskvannskrepsen er mindre enn havsnner, knapsen og klørne er mindre. Hannen er større enn hunnen, men har smalere hale. Ferskvannskrepsen er hemmelig eller tilfelig og skifter farge til mørk rød ved koking.

Minstemål for fanget er 9 cm.

Sjøkreps

Sjøkreps kalles også hokketrollummer og jnnrtvilsammer. Sjøkrepsen er sprikkere og mindre enn hummeren og klørne er smale og tuggete. Fargen er blolerna både i rålig kokt tilstand. Minstemål for fanget er 15 cm. Sjøkreps kan forekomme langs hele kysten, men fiskes mest utenfor Skagerrakkysten og ellers vanligvis kun. Den fanges i bunge hovedsakelig med teiner og med enkelhet; i de siste årene også med spesielle teiner.

Reker

Dypvannsreka er best kjent hos oss, den fiskes langs kysten og i Barentshavet hele året. Norge fanger ca. 1/3 av den samlede verdensfangsten av dypvannsreke. Strandreken (Palaemon elegans og Palaemon adspersus) er 5–7 cm lang, gjennomsiktige eller hvitlige. Fargen skifter til rosa når de er kokt. Strandreken brukes ikke i Norge. Den gir kvalitetsmessige om hankon forngår et betydelig salake.

Dypvannsreka blir fanet baare og når den er 2 to 4 år skifter den kjønn til hunn. Den parrer seg om høsten og minneret til det lille kokket som sitter utenfor hunnens ev. Andre arter som gyter seg til mai er kongsv