

Vanlige spørsmål om Skrei



1. Hva er skrei?	2
2. Hva er kvalitetsmerket Skrei?	2
3. Hva går kvalitetsstandarden for Skrei ut på?	2
4. Hva betyr ordet "skrei"?	3
5. Hvordan skiller skrei seg fra kysttorsk?	3
6. Når foregår skreifisket?	3
7. Hvor foregår skreifisket?.....	3
8. Hva påvirker tilgjengeligheten av skrei i butikker og restauranter?.....	4
9. Hvor selges kvalitetsmerket Skrei?.....	4
10. Kan det forekomme høyere pris for kvalitetsmerket Skrei, og hvorfor skal vi evt. betale mer for Skrei enn skrei som ikke er kvalitetsmerket?	4
11. Er skreifisket bærekraftig?	4
12. Hvilke tiltak har vi for å bevare bestanden av norsk-arktisk skrei?	5
13. Hvordan kan man rettferdiggjøre fisket etter skrei, med tanke på behovet for å bevare torskbestanden generelt?	5
14. Hvordan kan vi vite om skreien i butikkene er lovlig fisket?	5
15. Kan man anbefale folk å spise skrei med god samvittighet?	6
16. Hvordan skal Sjømatrådet motivere til mer eksport av skrei?.....	6
17. Smaker skrei det samme som annen torsk?	6
18. Hvordan tilbereder man vanligvis skrei?	7
19. Hvordan kan man vite at man kjøper skrei?	7
20. Hvordan kan man vite at man kjøper kvalitetsmerket Skrei?	7
21. Hvilke deler av skreien kan man spise?	7
22. Er skreitunger annerledes enn torsketunger?.....	8
23. Hvordan tilbereder man skrei?.....	8
24. Hvor lenge kan man oppbevare fersk skrei?	8
25. Hva er næringsinnholdet for skrei?.....	8
26. Er skrei sunnere enn torsk?.....	9
27. Vil smaken forringes når skreien har gytt?	9
28. Hvorfor kjøpe kvalitetsmerket Skrei?	9

1. Hva er skrei?

Skrei er norsk torsk på sitt aller beste. Den tilhører verdens største torskebestand som lever i Barentshavet; den norsk-arktiske torskebestanden (*Gadus morhua*). Torsken tilbringer mesteparten av livet i det næringsrike Barentshavet, men når torsken blir kjønnsmoden (ca. 5 år) svømmer den i vintermånedene inn til norskekysten for å gyte. Når torsken kommer til kysten kalles den skrei. Skrei er derfor førsteklasses norsk torsk.

Skrei er en norsk delikatesse. Hver vinter i mange tusen år har skreien returnert til sitt fødested langs kysten for å gyte.

2. Hva er kvalitetsmerket Skrei?

Bare førsteklasses fersk skrei, som er fanget, behandlet og pakket etter bestemte krav beskrevet i en egen kvalitetsstandard (NS 9406:2013), kan merkes med et beskyttet kvalitetsmerke og omtales som Skrei. Skrei kan derfor skilles fra annen skrei og andre torskeprodukter.

Skrei skal være gytemoden norskarktisk torsk (av arten *Gadus morhua*) som kommer fra Barentshavet. Den er bare tilgjengelig med kvalitetsmerket i vintersesongen, 1. januar - 30. april, på de tradisjonelle gytefeltene langs norskekysten. Kvalitetsmerket Skrei skal være pakket innen 12 timer etter fangst og oppbevares på is med en temperatur mellom 0 og 4 °C. Hel fersk Skrei skal individmerkes med et kvalitetsmerke festet i fremste ryggfinne og ligge i kasser med kvalitetsmerket på. Ryggfileter og loins eller hel fersk filet av Skrei skal ha dette merket påsatt emballasjen.

3. Hva går kvalitetsstandarden for Skrei ut på?

Norske fiskemottak og produsenter som ønsker å selge kvalitetsmerket Skrei må registrere seg i en kvalitetsmerkeordning hos Norges sjømatråd. De får da en kvalitetsstandard som skal følges; og ansvar for at kvalitetskravene i standarden oppfylles. Dette dokumenteres i en lisensavtale mellom Sjømatrådet og fiskemottakene eller produsentene. Når dette er gjort får de anledning til å merke skrei av topp kvalitet med kvalitetsmerket for Skrei. Et frittstående sertifiseringsorgan følger opp de som er registrerte og sikrer at produktene som leveres er i henhold til kvalitetsstandarden. Merket er en garanti for at skreien er av høy og stabil kvalitet.

4. Hva betyr ordet "skrei"?

Ordet skrei kommer sannsynligvis fra det norrøne ordet *skrida*, som betyr å vandre eller gå.

5. Hvordan skiller skrei seg fra kysttorsk?

Skrei skiller seg både genetisk og utseendemessig fra kysttorsken ved at den er lengre og spissere i formen og har lysere fargetegninger i skinnet. Dessuten vandrer den over store avstander og har Barentshavet som oppvekstområde. Store deler av kysttorsken lever mer stasjonært langs kysten, og kan gjenkjennes ved at de har et stort hode sammenlignet med kroppsstørrelsen.

Skrei spiser lite mens den vandrer fra Barentshavet til norskekysten. Dette betyr at mageinnholdet er begrenset i forhold til kysttorsk som beiter hele året. Bare den fisken som er i stand til å bygge opp en sterk kondisjon etter intens næringsinntak i Barentshavet vil starte på den lange reisen mot gyteplassene. En andel av den modne torsken vil hoppe over gytingen året etter deres første gyting. Denne andelen vil trolig være betydelig mindre for kysttorsken som ikke behøver å vandre like langt. Skrei har derfor en fast konsistens og et svært hvitt fiskekjøtt.

6. Når foregår skreifisket?

Skrei er et sesongprodukt som bare er tilgjengelig i vintermånedene. Kvalitetsmerket SKREI er tilgjengelig i tidsperioden 1. januar til 30. april. Bakgrunnen for at kvalitetsmerket SKREI bare er tilgjengelig i denne perioden er basert på naturgitte forutsetninger samt erfaringer rundt sesongmessig tilgjengelighet.

Dette betyr at norsk torsk fra Barentshavet er tilgjengelig hele året, men norsk SKREI bare er tilgjengelig i sesongen januar-april.

7. Hvor foregår skreifisket?

Skrei fanges på de tradisjonelle gytefeltene langs norskekysten. Områder rundt Lofoten og Vesterålen er de viktigste fangstfeltene, men skreiens gyteområde strekker seg fra Mørekysten i sør til Finnmarkskysten i nord. Den relative betydningen av ulike gyteområder varierer over tid og årsaksmekanismene er enda ikke fullt forstått.

8. Hva påvirker tilgjengeligheten av skrei i butikker og restauranter?

Tilgjengeligheten avhenger først og fremst av værforholdene. På vinteren kan det være uvær som forhindrer fiskerne i å komme seg ut på fiskefeltene. Klimaforhold spiller også inn. Vanntemperatur og saltinnhold i havet har påvirkning på hvor og når skreien ankommer fiskefeltene.

9. Hvor selges kvalitetsmerket Skrei?

I skreisesongen vil kvalitetsmerket Skrei være tilgjengelig hos fiskehandlere, supermarkeder og restauranter både i Norge og i markeder hvor fersk fisk fra Norge omsettes.

10. Kan det forekomme høyere pris for kvalitetsmerket Skrei, og hvorfor skal vi evt. betale mer for Skrei enn skrei som ikke er kvalitetsmerket?

Ja. Kvalitetsmerket Skrei er fanget, pakket og oppbevart etter strenge kriterier som er en garanti for at kunden får fersk Skrei av ypperste kvalitet. Det kreves merarbeid og spesialtilpasning for å produsere kvalitetsmerket Skrei. Skrei er også et sesongprodukt med begrenset tilgjengelighet og produktet har kvaliteter som er ekstraordinære med tanke på konsistens, farge og smak. Det er et godt og populært produkt som stadig har økt etterspørsel både i Norge og i utlandet.

De som leverer, produserer og selger kvalitetsmerket Skrei skal kunne garantere et produkt av høy kvalitet og bør derfor få betalt for dette i form av høyere priser.

11. Er skreifisket bærekraftig?

I Barentshavet lever verdens største torskebestand. Den norsk-arktiske torskebestanden er ansett å være en av verdens best forvaltede torskebestander. Norge har et helhetlig syn på bærekraftig forvaltning, og den bygger på et langsiktig perspektiv. Fisket etter torsk og skrei fra Barentshavet er det viktigste fiskeriet for Norge økonomisk sett. Norge og Russland har et delt ansvar for forvaltning av bestanden, og bestemmer sammen hvor store fiskekvotene skal være hvert år. Den norske andelen av kvoten for torsk i 2015 er 401 240 tonn. Dette er i henhold til ICES og Fiskerikommisjonens anbefalinger, som har som formål å oppnå høy langsiktig avkastning samt gi en fornuftig stabilitet i uttaket fra år til år. Forvaltningen av torskebestanden i Barentshavet er anerkjent av blant andre WWF og sertifisert gjennom ordninger som MSC (Marine Stewardship Council) og KRAV.

12. Hvilke tiltak har vi for å bevare bestanden av norsk-arktisk skrei?

Norge og Russland fastlegger kvotene for norsk-arktisk torsk i Barentshavet basert på bestandsanalyser utført av en internasjonal vitenskapelig arbeidsgruppe (ICES). Kvotene skal sikre en sunn og reproduserbar torskebestand. I tillegg har vi en fiskeriforvaltning som fører streng kontroll med at fiske foregår lovlig både langs Norskekysten og i Barentshavet.

13. Hvordan kan man rettferdiggjøre fisket etter skrei, med tanke på behovet for å bevare torskebestanden generelt?

Situasjonen til skrei (gytemoden torsk) blir også tatt i betraktning når kvotene fastlegges. Det viktigste er at nok fisk overlever slik at de kan produsere. De vitenskapelige rådene tar hensyn til usikkerhet og har som mål at mer enn dobbelt så mange gytefisk overlever enn det som er «nødvendig». I tillegg settes målsettingen om høstehastighet lavt slik at torsken får utnyttet sitt fulle vekstpotensial.

Miljøvariasjon har sterk innflytelse på bestandens produktivitet, men med dagens strategi vil gytebestandens størrelse svinge godt over føre- var nivået som er satt av forskere. Skreifisket fanger også kysttorsk som bifangst og på grunn av den nåværende statusen for kysttorsken er enkelte områder med høye bifangst rater stengt for all fiske. God tilgjengelighet av skrei i områder med svært lite eller ingen kysttorsk har redusert påvirkningen skrei fisket har på kysttorsken. I hovedsak er all torsk fanget før gyting:

- Som torsk som ikke er kjønnsmoden
- Samtidig som den blir kjønnsmoden for første gang
- Mellom gyting mens den fornyer og gjenoppbygger gonadene

Torsk som ikke har gytt benytter store deler av energien fra det den spiser til vekst, og er langt fra å utnytte sitt vekstpotensial. Nylig gytt fisk har tømt alle sine ressurser og går inn i en periode med godt næringsinntak før neste gyting. Dette er grunnen til at den beste tiden for å fange skrei er perioden når skreien vandrer mot gytefeltene.

14. Hvordan kan vi vite om skreien i butikkene er lovlig fisket?

Norske myndigheter har god kontroll over fiskeriaktivitetene gjennom Kystvakta, Fiskeridirektoratet og salgslagene. Alle fiskefartøyer som fisker i norske farvann er

registrert og skal benytte seg av en fangstdagbok som viser hvilke art og mengde fisk fartøyet til enhver tid har om bord, i tillegg til hvilke fangstområder fisken er fangstet i.

Fiskesalgslagene fører oversikt over hvor mye hver enkelt båt leverer og hvilken restkvote hver enkelt norsk båt har til enhver tid. All norsk fisk som leveres i Norge skal omsettes gjennom fiskesalgslag. Fangstvolumet kontrolleres når fisken bringes på land, og både båt og kjøper kvitterer for at riktig mengde fisk er rapportert. Fiskesalgslagene rapporterer til Fiskeridirektoratet som fører regnskap over kvotene. Disse kvoteregnskapene oppdateres en gang i døgnet. Kontrollsystemet i Norge sikrer at den fisken som omsettes er lovlig fanget.

15. Kan man anbefale folk å spise skrei med god samvittighet?

Ja. Skrei er en utmerket kilde til et næringsrikt måltid. Det er en av verdens sunneste hvitfisker og en porsjon med skrei vil gi det anbefalte daglige inntaket av Omega-3. Skrei kommer fra verdens største torskebestand. Bestanden er i svært god stand og fisket foregår på en bærekraftig måte. Det er ingen tvil om at man kan nyte skrei med god samvittighet.

16. Hvordan skal Sjømatrådet motivere til mer eksport av skrei?

Kvotene for torsk er fastsatt med hensyn til at også gytemoden fisk skal fiskes. Det viktigste er å unngå at småtorsk fanges før den har gytt minst en sesong.

Torskestammen i Barentshavet, den norsk-arktiske torsken, kommer i tillegg fra en bestand som ikke på langt nær er utsatt for samme risiko for utfisking som Nordsjøtorsken.

Ved å innføre kvalitetsstandarder for Skrei ønsker Sjømatrådet å fokusere på skreiens fantastiske kvaliteter, det friske opphavet og den gode smaken. Vi ønsker ikke at kvalitetsmerket Skrei bare skal eksporteres, men også kunne nytes av skreielskere her hjemme.

17. Smaker skrei det samme som annen torsk?

Skrei er gytemoden torsk i sin beste alder da den når sin beste kvalitet i vintermånedene. Kvalitetsmerket Skrei selges bare i perioden januar til slutten av april og betegnes som et særegent sesongprodukt. Forklaringen bak dette er:

a) Skreien svømmer langt for å gyte og er derfor i veldig god form. Dette fører til at den har fyldige muskler og teksturen er fast og fin.

b) Skrei spiser lite mens den svømmer inn til norskekysten. Dette betyr at mageinnholdet er lavt, noe som påvirker fiskekjøttet på en svært positiv måte.

Smak er vanskelig å måle og alle har forskjellige preferanser. Noen vil hevde at det er stor forskjell mellom skrei og torsk, samtidig som andre vil ha vansker med å skille disse to produktene fra hverandre i en blindtest.

18. Hvordan tilbereder man vanligvis skrei?

Den tradisjonelle norske måten å tilberede skrei på kalles mølje. Det er enkelt å lage; fisk, lever og rogn (i hver sin gryte) trekkes i lettsaltet vann og serveres med kokte poteter. Skrei er også kilde til flere produkter slik som tunge og kjake. Disse betegnes av mange som en ettertraktet delikatesse. Torskemager er også en spennende tradisjonell kuriositet. Med skreidelikatessens økte utbredelse finnes det også flere internasjonale spesialiteter basert på dette enestående faste, fine og hvite fiskekjøttet.

19. Hvordan kan man vite at man kjøper skrei?

Dersom du får servert fersk torsk i Norge i perioden januar-april, er det mest sannsynlig skrei. Fiskerne foretrekker å fiske i denne perioden, da fisken står nært kysten og kvaliteten er veldig høy.

20. Hvordan kan man vite at man kjøper kvalitetsmerket Skrei?

Kvalitetsmerket Skrei kan bare selges fersk i perioden 1.januar til 30.april og den skal da være merket med et eget kvalitetsmerke. Kvalitetsmerket har en tegning av en skrei og teksten "Skrei, *Gadus morhua*". Hel skrei skal ha dette merket festet i ryggfinnen. Skreifilet eller skrei i skiver skal merkes utenpå emballasjen eller på annen måte i fiskedisken.

21. Hvilke deler av skreien kan man spise?

Nesten alle delene av skreien kan spises. I tillegg til det hvite faste kjøttet gir skreien produkter som rogn, lever, tunge og kjake som betraktes som kulinariske delikatesser av mange. En annen delikatesse er torskemager. Dette er også en norsk tradisjon hvor magene vrenses og rengjøres i kaldt vann. Deretter fylles magene med

oppkuttet løk, lever, salt og pepper. Dette trekkes i en gryte alene eller sammen med skreien.

22. Er skreitunger annerledes enn torsketunger?

Nei, smaken er ikke forskjellig. Men på grunn av skreiens størrelse er det mest gunstig å skjære tunger av skrei da fisken er større. Torsketunger er for mange et must enten sammen med skrei eller annet tilbehør.

23. Hvordan tilbereder man skrei?

Skrei kan tilberedes slik som all annen fisk enten den er hel, filetert eller delt i skiver. Lever, rogn og mager kokes. Tunger og kjaker kan kokes eller stekes.

24. Hvor lenge kan man oppbevare fersk skrei?

Dersom fisken blir tatt levende opp av havet, bløgget og behandlet riktig og oppbevart hel på jevn lav temperatur på rundt 0°C, kan skreien ha god kvalitet i minst 12 dager etter fangstdato. Dersom kjølekjeden brytes, vil kvaliteten straks forringes.

Det er kritisk at skreien holdes på en lav, konstant temperatur. Kvalitetsstandarden for Skrei setter strenge krav til bløgging, sløying, pakking og ubrutt kjølekjede, noe som sikrer at skreien får best mulig holdbarhet. Forhandler har ansvaret for å trekke tilbake fisk dersom holdbarhetsdatoen er oversteget.

25. Hva er næringsinnholdet for skrei?

Skrei er en av de magreste fiskene vi har fordi den lagrer overflødig fett i leveren og ikke i musklene. Men på tross av at den er en mager fisk inneholder det lille som er av fett i skrei rikelig med omega-3- fettsyrer. Det vil si at en porsjon med skrei dekker ditt daglige behov for omega-3- fettsyrer. Serveres skrei med lever har du rene helsekosten stappet med omega-3- fettsyrer. Skrei er i tillegg rik på proteiner, vitaminer og mineraler. Et måltid med skrei er sunt og helseriktig.

Se tabell under:

	Fat (g/100g)	Carbohydrate (g/100g)	Protein (g/100g)
Filleted/sliced	0,4	0	22,6
Roe	2,9	0	21,8
Liver	59	0	5,5

Alle tall i g/100 g fersk prøve. Mer næringsstoffdata på <http://www.matvaretabellen.no/fisk-og-fiskeprodukter-g4.1>







26. Er skrei sunnere enn torsk?

Nei, det er ikke dokumentert. Både torsk og skrei er gode proteinkilder, og inneholder en god del vitamin B12 og selen. I tillegg inneholder leveren mye omega-3- fettsyrer og vitamin D, som er viktig for mennesker som bor i områder hvor solen er fraværende deler av vinteren.

27. Vil smaken forringes når skreien har gytt?

Før skreien har gytt egner den seg best til fersk fisk og skreimølje siden den har store muskler som gir store og fine fileter. Etter gyting blir fisken magrere og vanninnholdet i musklene øker. Fiskekjøttet vil være løsere, og mange oppfatter det som et mindre attraktivt måltid enn den gytemodne skreien. Etter gyting egner skreien seg best til å henges ute til tørk for å produsere en annen delikatesse; tørrfisk.

28. Hvorfor kjøpe kvalitetsmerket Skrei?

-  Kvalitetsmerket Skrei er fanget, pakket og behandlet etter strenge kriterier som garanterer at kunden får skrei av beste kvalitet.
-  Skrei er en sesongvare som er tilgjengelig fra januar til april.
-  Skrei kommer fra verdens største torskebestand. Bestanden forvaltes på en bærekraftig måte og på bakgrunn av dette er den i veldig god stand.
-  Skreiens fiskekjøtt har ekstra mye muskler, god fasthet og et hvitt delikat fiskekjøtt. Dette gjør skreien lett å bearbeide, den ser veldig delikat ut og har en nydelig smak.
-  Skreiens tilbehør som rogn, lever, tunge og kjake gjør produktet skrei helt spesielt. En virkelig delikatesse for matelskere.
-  Skrei er rik på proteiner, vitaminer, mineraler og en porsjon (150 g.) med skrei dekker det anbefalte daglige inntaket av Omega-3-fettsyrer.