

Sushi på norsk

Den første sushirestauranten i Norge åpnet i Oslo i 1985. På under 30 år har sushi gått fra å være nærmest ukjent til å bli noe som er på alles lepper, bokstavelig talt. Sentralt i utviklingen står norsk oppdrettslaks. Det er utrolig at små fiskebiter på bare 15 gram kan føre til så store omsetningsvolum.



Foto: Snöball Film

Hva er sushi?

Sushi er Japans nasjonalrett og betyr «marinert ris» på japansk. Det vi ser for oss her i Norge er oftest nigiri-varianten: en avlang risklump med topping av rå fisk, spist med soyasaus, syltet ingefær og sterk wasabi, men det finnes flere andre måter å lage sushi på, både tradisjonelle japanske og moderne vestlige «fusion»-varianter. Den mest kjente er «California roll». Sushi kan også frituresteges (tempura) og i tillegg finnes sashimi, som er «sushi uten ris». Mange tror at sushi alltid inneholder eller består av rå fisk, men det finnes også vegetar-sushi.

sjømat

Felles for all sushi er ris med eddik. At man begynte å blande eddik i risen har med konservering å gjøre. Opprinnelig ble fisken lagt inne i risen, og ble slik litt gjæret. Eddiken i sushi-risen gjør at bakterieveksten hemmes, i tillegg til å gi smak. Dagens sushi er en praksis fra rundt 1850 da en japansk kokk begynte å servere fiskebitene oppå risen fra sin gatekiosk. Denne sushivarianten var rask å lage og lett å servere og spise med fingrene, altså typisk gatemat.



Foto: Snöball Film

Sushi i Norge

Nordmenn kjøper sushi og sashimi på restauranter, kiosker og butikker for nesten 600 millioner kroner (2012). En tredjedel av omsetningen er de ferdige brettene du kan kjøpe i butikken og i kioskene. Sushi har blitt maten du tar med deg på farten mellom møter og aktiviteter.

Butikk- og kiosksushi øker sine markedsandeler. Det er ferdiglaget sushi som du tar rett fra hylla. Man skiller mellom «volumsegmentet» og «gourmetsegmentet», men produktet er oftest rimeligere enn den sushien som lages på bestilling i restaurantene og på take away-stedene. Holdbarheten er vanligvis 2–3 dager, inkludert produksjonsdagen. Innholdet er vanligvis nigiri og maki, med mye laks.

Utfordringen for ferdiglaget sushi er at kjølingen i seg selv og perioden fram til konsumet, reduserer kvaliteten på fiskebiten. Dette ser ut til å oppveies av at det er et lettvinnt og praktisk tilbud og butikksushi øker sitt salgsvolum. Den neste store bølgen vil være hjemmelaget sushi, tror Sjømatrådet.



Foto: Snöball Film

Råvarene

Opprinnelig var ikke laks en sushifisk. Den ble introdusert i Japan på 80-tallet og nå eksporterer Norge laks for over en milliard kroner bare dit. Det har skjedd gjennom målrettet arbeid av norsk sjømatbransje. Eksporten av laks til sushi viser også at sushi-bølgen er global, drevet av forbrukerønsker om rask, god og næringsrik mat i en hektisk hverdag. Norges sjømatråd anslår at rundt 14 % av all norsk oppdrettslaks går til sushi. Nesten all laksen som går til Asia går til såkalt «rått konsum». I dag har laks i stor grad tatt over for tunfisk som den vanligste fisken i sushi over hele verden – kanskje bortsett fra i Japan.

Norske kunder er ellers ikke så veldig avanserte i hvilke fiskearter vi foretrekker på sushien. Det er laks, scampi og tunfisk som gjelder. Nå ser man også på mulighetene for å introdusere andre norske arter med arter, som torsk, hyse og blåkveite. Men foreløpig føyer vi oss altså godt inn i en etablert tradisjon når det gjelder valg av fisk. De tradisjonelle artene som brukes til sushi er disse:

Tunfisk	Kveite
Laks	Crabsticks
Kampskjell	Smørfisk (escolar)
Scampi	Rødskjell (hokaido)

Matsikkerhet

Sushi inneholder rå fisk. Det setter ekstra store krav til sikker håndtering og god hygiene. Kvalitetsforskriften krever at fisk som skal spises rå må være dypfryst i 24 timer ved 20 grader først. Slik dreper man parasitter som kveis som ofte finnes i villfisk fra sjøen.

Fordi det er dokumentert at oppdrettslaks som er føret på tørrfôr ikke inneholder kveis, trenger ikke norsk oppdrettslaks til for eksempel sushi og sashimi fryses. Det er diskusjon i fagmiljøet om denne regelen kan gjelde ALL oppdrettsfisk, men foreløpig gjelder den kun laks.