BLÅSTÅNG

Fucus vesiculosus

Blåstång är en brunalg som kan bli väldigt gammal, upp till femtio år. Färgen är ljusgrön till mörkbrun. En planta kan bli meterhög. Bålen är platt med en tydlig mittnerv och flytblåsor som sitter i par och håller plantan upprätt. På vågutsatta platser kan blåsorna saknas. Plantorna är antingen hanar eller honor.

Blåstång växer längs hela svenska kusten upp till Bottenhavet.

Hitta & tillaga

Blåstången växer i vattenbrynet på klippor och stenar runt nästan hela svenska kusten. Den är vanlig och ganska lätt att känna igen. Plocka från tidig vår fram till hösten. Använd en sax och klipp av de yttersta skotten som är ljusare och mjukare än resten av tångplantan.

Färsk blåstång som får koka med i potatis- eller fiskgrytan ger en mjuk fin smak av hav. Kan även torkas och användas som krydda och som te.

Rekommendation

Blåstång är en lämplig art för handplockning för eget bruk eller vid ”outdoor cooking” i mindre grupper inom ekoturism. Använd sax och klipp av toppskotten som är ljusare och mjukare än övriga plantan.

Plocka på platser med god vattenomsättning. Undvik hamnar och områden som kan vara förorenade av avlopp eller andra utsläpp. Använd inte delar som har mycket påväxt av djur eller fintrådiga alger.

Fisksoppa med blåstång

Lägg ner 1–2 dl blåstång, en tärnad morot och en hackad lök i kokande buljong. Tillsätt potatis i bitar efter ca 15 minuter. Lägg i bitar av fisk när potatisen är färdigkokt, smaksätt med färsk ingefära och en skvätt vitt vin. Runda av med en smörklick.

Servera med bröd och creme fraiche blandat med en pressad vitlöksklyfta.

Recept från Meny i P1

SCARY SEAFOOD
SCHYSST SJÖMAT

Webb: www.gu.se/scary-seafood

Europeiska jordbruksfonden för landsbygdsutveckling: Europa investerar i landsbygdsområden

GÖTEBORGS UNIVERSITET