SANDRÄKA

Crangon crangon

Sandräkor lever på grunda sandbottnar ner till 10 meters djup. Färgen är brungrå och kroppen är något tillplattad ovanifrån. Stora honor kan bli 9 centimeter långa. Sandräkor är viktig föda för uppväxande fiskar som torsk och rödspotta. Själva jagar de havs-borstmaskar, kräftdjur och till och med små fiskar. Sandräkan kallas även hästräka, då den förr i tiden ofta trålades med häst.

Sandräkan finns längs västkusten och i Egentliga Östersjön.

Hitta & tillaga

Sandräkor håller till nere i eller strax ovanför sandbotten. De kamouflerar sig väl mot bakgrunden och ofta syns bara ögon och antenner. Det traditionella fångstredskapet för sandräka är en liten bomtrål som man drar över bottnen.

Stora mängder sandräka trålas kommersiellt i Nordsjön och räkorna är en uppskattad delikatess i bland annat Frankrike och England. Räkorna kokas och stora exemplar skalas. Mycket små sandräkor äts hela med skal. Smaken är mild och fin.

Rekommendation

Sandräkor är en lämplig art att håva för eget bruk eller vid ”outdoor cooking” i mindre grupper inom ekoturism. Innan ett eventuellt kommersiellt fiske kan påbörjas i Sverige behövs biologiska undersökningar som visar hur olika bestånd skulle påverkas.

Observera att sandräkor och alla andra kräftdjur omfattas av fiskerilagstiftningen. Licens krävs för kommersiellt upptag och försäljning.

Potted shrimp på svenska

Lägg smör, sardell och strimlat citronskal i en kastrull och låt smälta på låg värme. Riv i lite muskot. När smöret "tystnat" och doftar nötigt är det dags att sila bort allt grums. Skala sandräkor och hacka dem grovt. Blanda ner räkorna i smöret och lägg över dem i en skål. Tryck till med en sked, täck med plastfolie och ställ kallt i minst en halvtimme. Servera räksmöret med rostat bröd, citronklyftor och lite tabasco.

Recept efter Margit Richert

SCARY SEAFOOD
SCHYSST SJÖMAT

Webb: www.gu.se/scary-seafood

Europeiska jordbruksfonden för landsbygdsutveckling: Europa investerar i landsbygdsområden

GÖTEBORGS UNIVERSITET