

S 146

Fiskeridirektoratet  
Biblioteket

BLEKKS PRUT  
=====

RENSING, TILBEREDNING,  
OPPSKRIFTER

av

Kr. Fr. Wiborg  
HAVFORSKNINGSINSTITUTTET  
Bergen



November 1977.

## BLEKKSPRUT

Kroppformen er karakteristisk med tydelig hode og lange fangarmer i en krans omkring munnen. Fangarmene har sugeskåler eller kroker, og munnen hornkjever som minner om et papegøyenebb. Kappen som omgir kroppen danner en stor kappehule med en traktformet åpning under hodet. En blekkjertel munner ut i kappehulen.

I motsetning til sine slektninger muslinger og snegler er blekksprutene meget bevegelige og regnes for de mest intelligente av de hvirvelløse dyr. De fleste blekksprut er rovdyr. De svømmer dels ved svømmefinner, dels ved jetdrift, ved å presse vann ut av kappehulen gjennom trakten.

Blekksprut har hittil vært lite spist i Norge, men etter besøk i utlandet har flere nordmenn erfart at det ikke bare går an å spise dem, men at det også kan være en virkelig delikatesse. Nå kan en også få kjøpt blekksprut hermetisk, flere fiskehandlere i større byer har fersk blekksprut tilsalgs, og en kan få servert blekksprut på enkelte restauranter.

Det er to større grupper av blekksprut, tiarmete og åttearmete. I norske farvann forekommer flere arter blekksprut som både er spiselige og gode. Noen av dem er avbildet på plansjen.

### Tiarmete blekksprut

Akkar, Todarodes sagittatus.

Kroppen er slank med en karakteristisk spydformet hale. Total lengden er opptil vel en meter, hvorav kappen utgjør halvdelen, og vekt etpar kg. Undtaksvis kan en finne større individer, opp til 1½ m og vekt opptil 15 kg. Den akkaren som fiskes i norske farvann er vanligvis 50-70 cm og veier 200-700 g.

Akkaren er en sydlig gjest, kommer inn til kysten om høsten og vandrer etterhvert inn i fjordene, særlig nordpå. En kan få den på vanlig bunnsnøre, pilk eller sluk. Akkaren er et ettertraktet agn, og den blir fisket med spesielle krokredskaper, akkardregger, kombinert med lys. I enkelte år kan det være store stim med akkar, og da er fiskerne arge, fordi den jager vekk vanlig fisk. I enkelte år er det tatt opptil 10 000 tonn med akkar, i andre år kan den være helt borte, slik som i 1972-1976. Det meste av akkaren går til agn, men i de siste årene er en begynt å bruke den til mat, og det er gått endel tonn til restauranter i Oslo. Også i Tromsø blir den servert.

Kanadisk akkar, Illex illecebrosus.

Når det er knapt med norsk blekksprut, hender det at forretninger kjøper blekksprut fra Kanada. Den likner på akkar, men er litt mindre og slankere (se plansjen). I smak likner den på akkar, og kan tilberedes på samme måte.

Kalmar, Loligo forbesi, likner på akkar, men skilles best på halen, som er skrått tilspisset. Størrelsen er omtrent som akkar, opptil vel en m totallengde og en vekt på 2 kg, vanligvis 50-60 cm og vel  $\frac{1}{2}$  kg. Hannen blir størst. Skottene har et eget fiske etter kalmar nord og vest av Skotland. Tidligere var det meget kalmar utenfor Jæren og i Skagerak. Kalmaren holder seg mest på bunnen og fiskes med trål. Det hender rekefiskere og industrifisktrålere får den i redskapen.

Vi har også noen små tiarmede blekksprut i våre farvann.

Alloteuthis subulata blir opptil 15-20 cm. Halen er trukket ut i en lang stjert, lengst hos hannen. Denne arten er meget vanlig i Nordsjøen, men fins også langs norskekysten, særlig langs Skagerakkysten og i Oslofjorden, og tas under tråling etter industrifisk.

Rossia macrosoma blir opptil 14 cm og Sepietta oweniana ca. 10 cm. Begge arter tas leilighetsvis i reketrål.

Av åttearmete blekkspruter (engelsk: Octopus) har vi en litt større art, Eledone cirrosa, som fins langs hele kysten, mest på hard bunn. Den blir opptil 40 cm og går av og til i teiner eller tas med andre redskaper, en sjelden gang på snøre.

Alle de blekksprutartene som er nevnt, er spiselige og gode, men smaken kan nok være forskjellig. Det må bli en personlig erfaring hvilke en liker best.

#### Rensing og tilberedning av blekksprut

I likhet med muslinger er blekksprut lite holdbar i fersk tilstand. En kan bedømme friskheten både etter utseende og lukt. Helt fersk blekksprut er oftest mørkfarget på ryggen, men blekner etterhvert. Har den ligget lenge vil pigmentet oppløses og kjøttet blir farget. Nedkjølt til 0 C (is) kan blekksprut holde seg 3-6 dager om sommeren eller 9-10 dager om vinteren. Dypfryst kan blekksprut holde seg som fisk.

Kjøttet på blekksprut er noe seigt på større individer. Det kommer av at trevlene i kjøttet går på kryss og tvers. På større blekksprut bør kappen på ferske dyr bankes, med en klubbe, biffhammer eller liknende. Dypfrysing med påfølgende opptining kan gjøre samme nytten. Armene pleier ikke å være så seige.

Kjøttet inneholder 16-20 prosent protein, omtrent som fisk, og 1-5 prosent fett.

Blekksprut har ingen ben, bare et hornnebb og en tynn hornplate i ryggen. I hodet er det endel brusk rundt øynene. Slekten Sepia, som ikke fins i våre farvann, har et indre porøst kalkskall, og folk som holder undulater, kjøper slike skall for at fuglene skal hakke i dem for å få i seg kalk.

Rensing av blekksprut kan gjøres på flere måter. Små blekksprut kan brukes hele, en fjerner bare nebbet og innmaten.

På større dyr skjærer en armene fra med et snitt gjennom hodet foran øynene. Nebbet presses ut med tommel- og pekefinger. Vil en bruke kappen hel, presser eller trekker en ut innvoller og gjeller. Ellers spretter en kappen opp, tar ut innvoller og "ryggben", bretter kappen ut, skraper vekk rester av innvoller og blekk og fjerner gjellene som sitter på innsiden av kappen. I noen oppskrifter brukes blekket, og da må en ta vare på blekksekken.

En åttearmet blekksprut kan vrenses etterat en har skåret av musklene som holder innvollene på plass. Så tar en vekk innvoller og blekksekk og vranger dyret igjen. For å få vekk slim og skinn, kan en gni blekkspruten med grovt salt i et fat.

Etter rensing vasker en blekkspruten under rennende vann. Skinnet kan om ønskes fjernes ved å flenge eller gni det av. Det går lettest hvis en først dypper dyret i kokende vann i noen sekunder. Smaken skal bli bedre om en koker det med skinnet på, men da blir vannet sterkt farget.

Etter rensing og eventuelt banking kan blekkspruten kokes i saltet vann som til fisk, gjerne med litt eddikk i. Koketiden skal være kortest mulig, 10 minutter eller mindre. Koker en for lenge, blir blekkspruten hard og seig. Etter 5 minutter er 35-40% av vekten gått vekk i kraften, etter 30-40 minutter, 55%.

Vil en ha blekkspruten hel, kan en senke den ned i kokende vann med armene først. De vil da bli gjennomkokt og spres ut fra hverandre. Så legges hele blekkspruten ned i vannet og koker til den er mør. En stikker i den med en gaffel eller liknende for å kjenne når den er gjennomkokt.

Er blekkspruten skåret i stykker, blir koketiden kortere. Skinnet kan som nevnt fjernes på forhånd, eller en kan gni det av den kokte blekksprut med en grov håndduk.

Det blir gjerne en egen lukt på kjøkkenet under kokingen, og de som ikke er kjent med blekksprut, vil nok reagere litt, men en skal ikke la seg skremme, for smaken av blekkspruten er helt anderledes. Smaken kan minne om hummer, reke eller kamskjell.

Kokt blekksprut kan frysas ned til senere bruk, og den kan også holde seg i kjøleskap opp til 8-10 dager. En kan skjære den opp i terninger og bruke den som salat sammen med majones eller annen dressing og forskjellige grønnsaker, bl.a. sure agurker eller paprika. For å pynte på fatet kan en beholde forparten med armene hel etter å ha skrapet av skinn og sugeskåler. Blekksprut kan også brukes til pizza.

Kokt blekksprut kan serveres varm i tykk tomatsaus med løk, persille og krydderier. Til sausen kan en bruke olivenolje, annen matolje, eller smør.

Blekksprut kan frityrsteges i olje, små dyr hele, større dyr i stykker.

Renset blekksprutkjøtt kan males på kjøttkvern til en deig som så kan lages til kaker og steges. En kan f.eks. fylle deigen i et tomt kamskjell, legge en skive med bacon oppå, og steke i ovn til bacon'en er sprøstekt.

#### Mer avanserte oppskrifter

(Alan Davidson: Mediterranean Seafood)

#### Blekksprut fylt med skinke (spansk).

4 blekksprut, ca. 250 g hver	persille, 1 stor løk
100 g røkt skinke	2 kløfter hvitløk
2-3 modne, skrelte tomater	salt, pepper, olje

Behold kappene (kroppen) hele, rens ut innvoller og blekksekk. Hakk armene fint sammen med skinken og to tomater. Tilsett salt og pepper og litt hakket persille. Blandingen skal være ganske tykk. Fyll kappene med dette, men ikke helt, og lukk dem med en

tannpirker eller sy dem sammen med tynn tråd. Kok den hakkete løk i olje med to kløfter hel hvitløk. Tilsett en tomat til om ønskes. Når alt er godt blandet, legg blekksprutene oppi og småkok 20 minutter ved svak varme. Tilsett litt vann eller vin hvis sausen tørker inn mot slutten av kokingen.

Stuet blekksprut (fransk).

4 blekksprut, tilsammen mindre enn ett kg.	salt og pepper
3/4 vinglass olivenolje	en bouquet garni
3 oppskårne løk	med en dusk fennikkel
2 kløfter hakket hvitløk	6 tomater
1 vinglass rødvin	1/4 vinglass olivenolje.

Skjær kappene på de rensede blekkspruter i ringer en halv cm vide og hakk opp armene. Varm olivenolje i et kokekarr med lokk og tilsett løk og hvitløk. La dette småkoke til det tar farge, ha så blekksprutene i, og vinen etpar minutter etter. Når vinen har boblet et minutt eller to setter en ned varmen og tilsetter krydder og bouquet. Fortsett å koke smått med lokk opptil 1½ time. Mot slutten av tiden skrelles og hakkes tomatene og tas opp i olivenoljen som er varmet opp i et annet kar. Når tomatene er blitt nesten møre krydres de og en tar dem over blekksprutene. Ferdig til servering etpar minutter senere.

Fyllt blekksprut (chilensk).

blekksprut, middels store	løk
hvitvin	2 kløfter hvitløk
raspet brød	2 ss fiskekraft
mel	2 ss tomatsaft
salt	

Blekksprutene renses, kappene beholdes hele. Ta vare på blekket. Hakk opp armene, bland dem med hakket løk og raspet brød, og fyll blandingen i kappene. Hakk opp en løk og to kløfter med hvitløk og brun det i olivenolje på en stekepanne. Blekksprutkappene rulles i mel og legges på pannen og vendes noen ganger over svak varme sammen med løken. Blekket blandes med salt, hvitvin, fiskekraft og tomatsaft. Alt presses gjennom en sikt over blekksprutene så de blir fullstendig dekket. Ferdig til servering på ca 20 minutter.

Fyllt, stuet blekksprut (italiensk).

Rens og stell blekksprutene som vanlig. Behold kappene hele. Hakk opp hodet og armene. Varm litt olivenolje i en stekepanne og tilsett litt etter litt en hakket kløft hvitløk, de hakkete armer og hode av blekkspruten, et halvt dusin oliven uten stener, 1 ss kapers og 2 ss hakket persille, to skrelte og hakkete tomater, noen små stykker rød paprika (eller litt tabascosaus), og når dette er brunet, 1 ss brødsmler. Fyll blandingen i kappene og sy dem sammen. Varm litt mer olivenolje i en panne, ta uti en opphakkert kløft med hvitløk, tilsett skrelte og oppskårne tomater, litt oregano, salt og pepper. Legg de fyllte blekkspruter i denne sausen, sett lokk på og småkok i 20 minutter.

Stuet blekksprut (gresk).

1½ kg blekksprut, middels store	150-175 g ris
salt og pepper	3 ss hakket persille
½ vinglass olivenolje	2 ss hakket dill
1 vinglass tomatsaft	1 ss pine nuts (frø av Pinus edulis)
1 vinglass olivenolje	1 vinglass rødvin
2 store løk, fint hakket.	

Rens og vask blekksprutene, ta vekk blekksekken. Armene skjæres av, hakkes opp og settes tilside for å brukes som fyll. Kappene krydres og legges i en blanding av olivenolje og tomatsaft. Varm et vinglass olivenolje og brun løken lett i den. Tilsett de hakkete armer og la dem få farge, tilsett så ris, persille, dill og pine nuts. La det surre etpar minutter. Kok opp vann i en kjele. Ta blekksprutene opp av sitt "bad" og fyll med blandingen, men fyll dem ikke helt, for risen må ha plass til å svulle. Fordel vinen i hver kappe. Sy sammen toppen av kappene og sett en tannpirker i tilslutt som lås. Sett kappene opp på høykant, tett sammen i en ildfast form. Tøm over blandingen av olivenolje og tomatsaus de lå i, og nok kokende vann til å dekke. Stekes i ovn ved middels varme i 1-1½ time til blekksprutene er møre. Da skulle sausen være ganske tykk. Serveres varm eller kald.



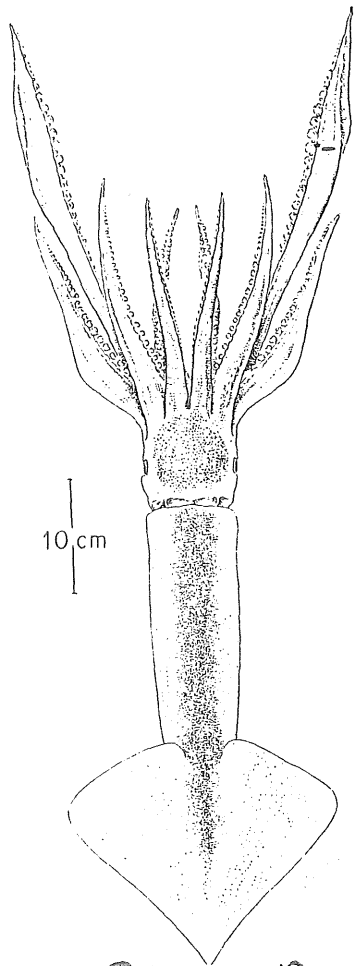
Spagetti med blekksprut (italiensk).

Hakk løk, litt hvitløk og persille, ta på litt salt og pepper og kok dette lett i olivenolje (soffritto på italiensk). Skjær blekkspruten i meget små stykker, ta den opp i soffritto'en og når den er halvkokt tilsett rikelig med tomatpure eller hermetiske bønner. La det småkoke en stund til over svak varme og bruk resultatet som en saus over spagettien som er kokt og silt på forhånd. 300 g blekksprut er tilstrekkelig til  $\frac{1}{2}$  kg spagetti. Blekksekken bør være fjernet fra blekkspruten, ellers blir spagettien svart, men noen liker smaken av blekket, så det går an å prøve.

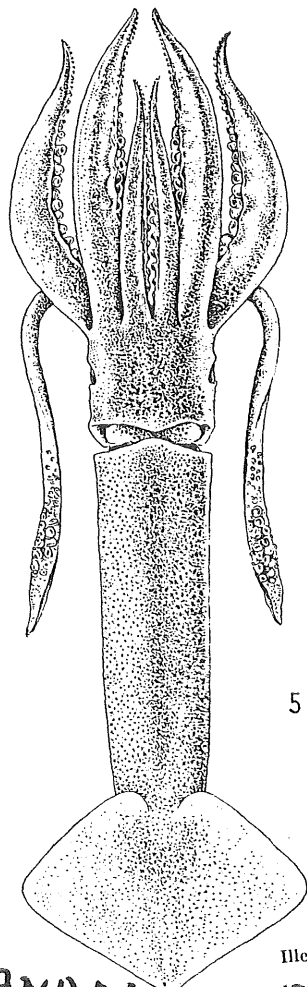
Blekksprut Hongroise.

Blekkspruten deles opp i passelige stykker. De dyppes i en blanding av egg og melk, deretter i en blanding av salt, hvetemel og rugmel og frityrsteges.

Serveres med brun saus tilsatt paprika, tomatpure og litt hvitløk.

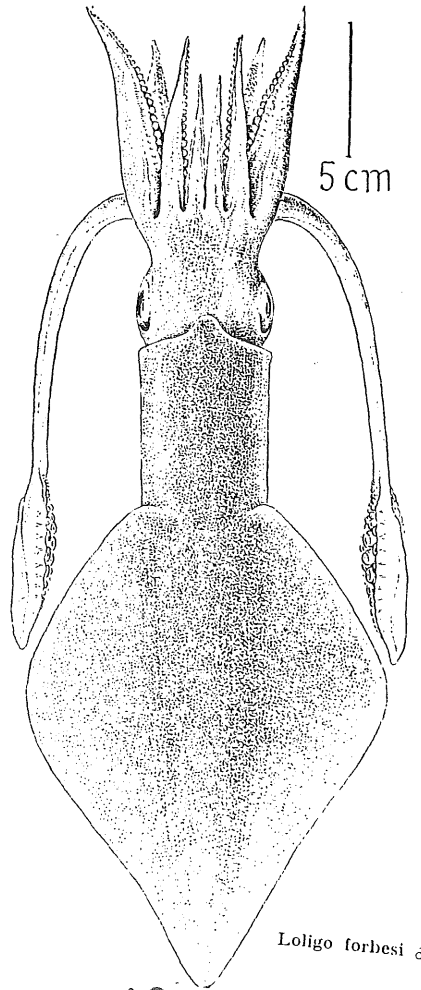


AKKAR



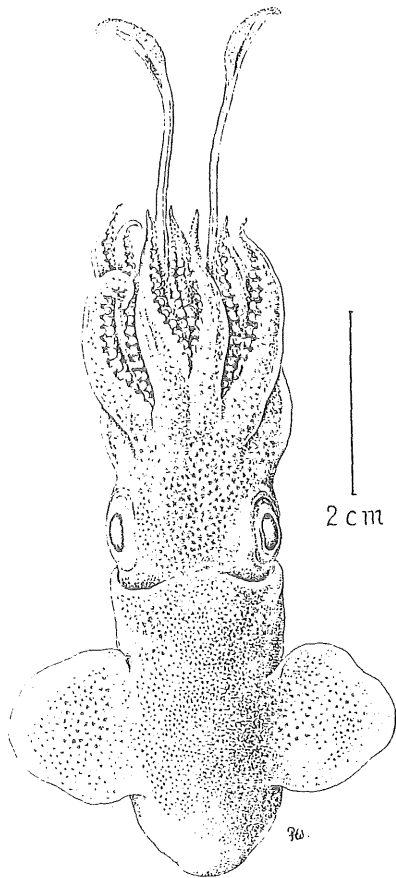
KANADISK AKKAR.

*Illex illecebrosus*

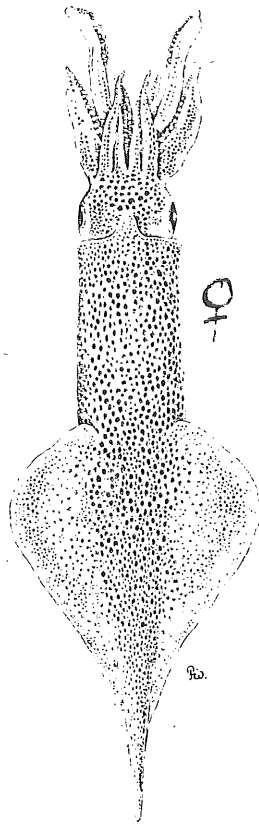


KALMAK

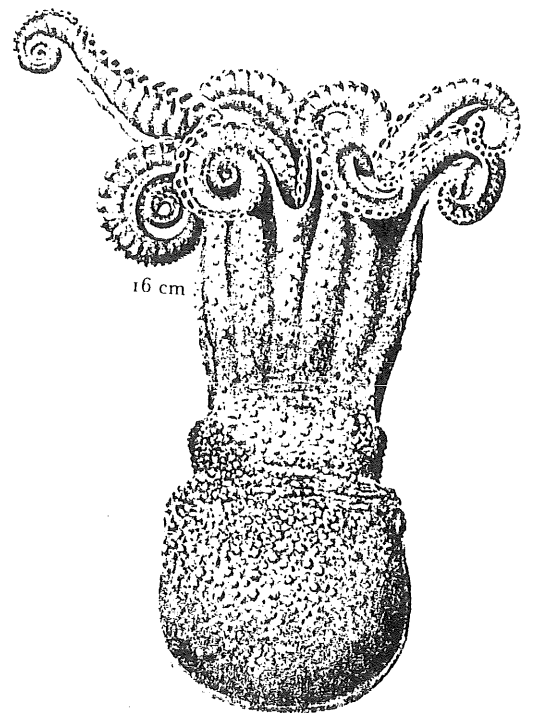
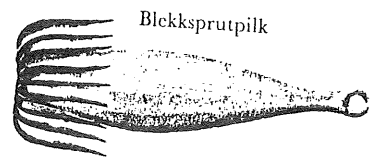
*Loligo forbesi* ♂.



*Sepietta oweniana*.



*Alloteuthis subulata*.



ATTEARMET  
BLEKKSPRUT  
*Eledone cirrosa*