

# Matretter av flyndre

Av Kurt Johnsen

Hvordan ble flyndra brukt i husholdet? Kokt og stekt flyndre synes å være kjent mattradisjon i hele Nord-Norge, men her stopper likhetene.

Nykokt flyndre servert med årets nypoteter var favorittmat på ettersommeren og tidlig høst. Til måltidet ble det gjerne servert kokte grønnsaker og smeltet smør. Noen foretrakk også kald margarin i stedet for smør. Nykokt betyr at flyndra var aldeles fersk. Det skulle helst være flyndre som var tatt opp fra garnene samme dag.

Stekt flyndre er kanskje den flyndreretten som er mest kjent. Også til stekt flyndre skulle det helst være nypoteter. Stekt flyndre ble servert med stekt løk og helst skulle det være nyplukket gressløk. Dessuten hørte det med kokte grønnsaker eller råkost av grønnsaker. Senere er det også blitt mer vanlig med salat, men bruk av ferske grønnsaker er først blitt vanlig i nyere tid. Som saus ble det benyttet stekt smør, eventuelt i lag med rømme eller fløtesmør. Det har også vært vanlig å servere rørt tyttebær som tilbehør.

Kaldfisk er et eget begrep. Det var vanlig å koke rikelig med fisk og fisken som ble til overs ble brukt som kaldfisk til frokost neste dag i lag med brød, eller varmet i panne som plukkfisk. Dette gjaldt all fisk og ikke bare flyndre.

I Porsanger har det vært en egen tradisjon på å salte flyndre. Denne tradisjonen er ikke kjent i andre områder (Andreassen 2003, 88-89\*).

Saltet flyndre ble laget i to varianter.

Speket flyndre på lik linje med speket laks, uer og sild.

Dette var påleggsmat som vanligvis ble servert til frokost og lunsj, men det kunne også bli brukt som middagsmat på linje med spekesild. Salting av fisk er en gammel konserveringstradisjon. Før man fikk fryseboksen var dette den mest vanlige måten å konservere fisk på ved siden av tørking.

Flyndra ble saltet i kar eller små tynner. Fisken var sløyd og vasket og delt opp i stykker på ½-1 kg. Fisken ble lagret i saltlake frem til den skulle brukes. Før bruk måtte den utvannes. Flyndra er en fet fisk og det var viktig at fisken lå i lake og gjerne i et lukket kar i et kjølig rom slik at man unngikk harskning i fiskefettet. Fisk som skulle brukes umiddelbart ble gjerne tørrsalt uten lake. Det krevde også mindre utvanning før bruk.

Pinneflyndre Dette var lett speket flyndre som ble grillet enten på pinne over åpent bål eller på gaffel i kjøkkenovnen. Pinneflyndre ble helst brukt om sommeren, og var vanlig som slåttemat og turmat på fjellet. Fersk pinneflyndre skulle kun ligge noen timer i salt og maks ½ døgn (tørrsaltet).

Pinneflyndre kunne også lages av speket flyndre, men det krevde ekstra utvanning og gav ikke samme gode kvalitet som fersk lettsaltet flyndre.

Da grillfolien kom ble det også vanlig å grille flyndra i folie, gjerne innsurt med et tynt lag margarin.

Flyndresuppe Fiskeværet Bugøyenes i Sør-Varanger har hatt en egen tradisjon med bruk av tørket/boknet flyndre i fiskesuppe. I Børselv har det vært laget fiskesuppe a fersk flyndre. (Andreassen, 2003, 88-89)

Kilde:

Johnsen, Kurt (2007): *Flyndra i kvensk og sjøsamisk hushold og næringstilpasning*. ( Oppgave i forb. med studier i kvensk, ikke trykt.)

\* Andreassen, Irene: *Tainariksi kuttuthaan se steimpiitti täälä* : en studie av kvenske fiske- og sjødyrnavn i Varanger, Porsanger og Alta. Det humanistiske fakultet, Universitet i Tromsø 2003.