

Íslensk bláskel hrein náttúruafurð



Íslensk bláskel ehf

Stykkishólmur - Umhverfissvottað samfélag

Bláskel á thailenska vísu

- 3 kg fersk íslensk bláskel
- 2 1/2 tsk fersk engiferrót
- 1 msk karrý ríflega
- 2 1/2 msk söxuð fersk kóríanderlauf
- 2 1/2 msk sojasósa
- 2 1/2 msk fiskisósa
- 3 dósir kókosmjólk (þessar litlu)

Thailenska uppskriftin okkar miðast við að geta nálgast aðföngin í næstu lágvöruverslun.

Þannig má skipta karrýi út fyrir karrým auk og einnig hægt að nota sérhæfðari soja- og fiskisósu.

Okkar útgáfa af henni er svona:

1. Hitið kókosmjólk, fiskisósu, sojasósu, rifna engiferrót og karrý á miðlungshita í potti/pönnu þar til sósan þykkar.
2. Bætið skelinni út í, setjið lok á og eldið í 5-7 mínútur eða þar til skeljarnar hafa opnað sig.
3. Blandið sósunni vel saman við skeljarnar og stráið söxuðu kóríanderlaufi yfir.

Berið fram með núðlum, pasta eða soðnum hrísgrjónum.

Bláskel í hvítvíni

- 3 kg fersk íslensk bláskel
- 1 heill hvítlaukur saxaður smátt
- 300 gr íslenskt smjör
- 2 dl. hvítvín

Þekkt uppskrift af bláskel á meginlandi Evrópu er skel svissuð í hvítlauk og gufusoðin í hvítvíni.

Okkar útgáfa af henni er svona:

1. Hvítlaukur er saxaður smátt og léttsteiktur í smjöri í potti þar til hann er gullinn að lit. Hvítvíni bætt út í.
2. Skeljunum bætt út í pottinn látið malla í 5-7 mínútur eða þar til skeljarnar opna sig. Gott er að hrista pottinn öðru hvoru, meðan á eldun stendur.

Sett í víða skál og borið fram t.d. með snittubrauði.

Geymsluaðferðir og meðferð bláskelja

Bláskel er kælivara og er best að geyma hana í netinu þar til á að nota hana. Með skál undir og rakan klút yfir geymist hún vel í kælikáp.

Ef frysta á skel, þarf fyrst að elda hana!

Áður en bláskel er elduð er gott að skola hana úr köldu rennandi vatni.

Við matreiðslu á bláskel er hentugt að nota víðan pott með þétu loki, pönnu eða wokpönnu.

- Opin lifandi skel lokar sér ef bankað er létt á hana. Loki skelin sér ekki skal henni hent.
- Sömuleiðis opnast lifandi skel við suðu, en opnast hún ekki skal henni hent.

Bláskel í rjóma

3 kg fersk íslensk bláskel
1 heill hvítlaukur
1 þúrrulaukur
4 stíllar selleri
Ferskt kóríander
Fersk steinselja
300 gr íslenskt smjör
5 dl. rjómi

Bláskel í rjóma og grænmetissósu er réttur sem m.a. er boðið upp á í frægri veitingahúsaðgerð í Brussel.

Okkar útgáfa af henni er svona:

1. Hvítlaukur, þúrrulaukur, sellerí og kryddjurtir er saxað niður. Hvítlaukurinn léttsteiktur í smjöri í frekar víðum potti þar til hann er gullinn að lit, þúrrulauk og sellerí bætt við og látið svissast augnablik.
2. Rjóma og kryddjurtum bætt út í.
3. Skeljunum bætt í pottinn og látið malla í 5-7 mínútur, gott að hrista pott til öðru hvoru.

Borið fram t.d. með snittubrauði.

Sósan hennar Siggú

100 gr. íslenskt smjör
1 msk piparrjómaostur
1 hvítlauksrif
2 msk rjómi
Safi úr hálfri sítrónu
1/2 tsk þurrkað estragoni

Sigríður Erla leirlistakona í Leir 7 í Stykkishólmi býður gestum sínum oft upp á þennan rétt á verkstæðinu og hefur hann mælst vel fyrir.

1. Mýkið hvítlaukinn við vægan hita í smjörinu í potti. Allt annað sett í pottinn og hrært saman. Mikilvægt er að halda vægum hita – ef sósan skilur sig er best að láta hana kólna örlítið og þeyta hana upp með þiskara.
2. Skelin er sett í pott með örlitlum vökva (1 dl.) Lok látð yfir, stillt á hæsta hita í 5-7 mínútur, hrist öðru hvoru.

Borið fram í sitt hvoru lagi og skeljum dýft í sósunu.

Innmatur kvendýrsins er appelsínugulur en karldýrsins rjómagulur.

Næringargildi í 100g af holdi í soðinni bláskel er u.þ.b.

Orka	414 kJ / 98 kcal
Prótein	17 g
Kolvetni	3 g
Fita	2 g

Áætla má um 700 gr af íslenskri bláskel í aðalrétt en um 300gr í forrétt fyrir fullorðinn.

Bláskel er tilvalin putta- og partýmatur og bragðast vel heit og köld. Skelina sjálfa er upplagt að nýta sem skeið til að borða innan úr henni.

Fersk íslensk bláskel úr Breiðafirði - í boði vikulega hvert á land sem er!

Íslensk bláskel ehf í Stykkishólmi var stofnað árið 2007. Ræktunarsvæði fyrirtækisins í Breiðafirði er heilnæmisvottað sem A svæði af Matvælastofnun. Bláskelin, ræktun hennar og vinnsluferli er háð eftirliti Matvælastofnunar sem gefur út uppskeruleyfi hverju sinni. Auðkennismerki lifandi bláskelja er sýnilegt í smásölu.

Snæfellsnes er umhverfisvottað samfélag.

Fersk íslensk bláskel er sótt á ræktunarstaði fyrirtækisins í Breiðafirði vikulega. Markmiðið er að tryggja stöðugt framboð af skel allan ársins hring.

Pantanasími er 893-5056



Hönnun: Anok margmiölun ehf Vistvæn prentun Guðjón Ó



Íslensk bláskel ehf

340 Stykkishólmur

www.blaskel.is

blaskel@blaskel.is

sími: 893-5056

Stykkishólmur - Umhverfisvottað samfélag