

# mat

## ummælið

mortan@hamrabyrgi.com

# Niðursjóðaðir fiskadøgurðar

Eg fari fyrst at minna á, hvat heilsumyndugleikarnir mæla okkum til í mun til at eta fisk: Í minsta lagi 200-300 gram um vikuna.

Ella eitt sindur av fiskaviðskera hvønn dag.

Føroysku heilsumyndugleikarnir hava víst á, at føroyingar eru farnir at eta minni av fiski í mun til undanfarin ár. Tí skula vit geva tí ans og tryggja okkum, at øll í húsarhaldinum fáa nóg mikið av góðum fiski.

Spillfeskur føroyskur fiskur er nummar eitt. Eingin ivi um tað. Tað vita vit væl.

Men hvat er at finna á handilshillunum av lidnum niðursjóðaðum fiska-døgurðum?

Ja, ótrúligt at finna sovorðið í Føroyum, hugsar onkur kanska.

Men vit hava so nógvan skund í dag, at summi kanska velja, at hava eitt blikk ella tvey liggjandi, - just in case. Náttmat ella tá ið tað skal ganga skjótt fyri seg.

Og niðursjóðaður fiskadøgurði telur sanniliga eisini við í føðslu-roknskapinum.

Úrvalið av fiskadøgurðum í blikki var størri enn eg hevði væntað. Tí havi eg kannað eitt úrval frá donsku fiskafyrirkuni Bornholms og spanska Lorea Gourmet.

Fortreytirnar fyri hesi skoðsmál skula líka setast uppá pláss. Eg seti spurnartekin við um niðursjóðaðar fiskadøgurðar yvirhøvur eru etandi í mun til smakk og estetikk. Nul stjørnur er skoðsmálið fyri reinan diffusan "blikkasmakk" og langt burturi frá nøkrum, ið líkst frískum smakk. Triggjar stjørnur merkir at vøran er etandi, men er undir miðal í mun til ta smakk-uppliving man kann forvænta av slíkari

blikka-vøru. Fimm stjørnur er skoðsmál fyri eina vøru, ið megnar autoklavu-uppgávuna heilt væl. Maturin hevur heilt góðan smakk, ið minnir um fríska vøru, men kortini er ikki talan um delikatessu ella vøru, ið kann samanberast við fríska vøru uppá nakran máta. So skuldi tað verið uppá pláss.



**Bornholms Fiskeboller (FK)**

kr. 16,95/400 g  
Her eru hvørki latin lit- ella haldevni ella smakkforsterkjara í. Rættiliga reinur fiskasmakur, ið minnir um ta fesku vøruna. Væl nýtilig.

★★★★★



**Lorea Laksur í dild/hvítvínssós (FK)**

kr. 34,95/250 g  
Smakururin líkist heilt nógv eina feska vøru. Laksurin góður í smakk og bygnað og sós in somuleiðis væl gjørd.

★★★★★



**Bornholms Bouillabaisse (FK)**

kr. 28,95/540 g  
Heilt góður smakurur, ið minnir um kendu fronsku fiskasúpuna. Fiskapettini og kræklingarnir eru eisini á leið í smakk og bygnað.

★★★★★



**Lorea Tun í soppa/portvínssós (FK)**

kr. 34,95/250 g  
Fiskurin turrilgur, men sopasós in rakar heilt gott.

★★★★★



**Lorea Tun í miðalhavs-sós (FK)**

kr. 34,95/250 g  
Fiskurin nakað turrur og sós in alt ov sølt.

★★★★★



**Lorea Tun í súrsøtari sós (FK)**

kr. 34,95/250 g  
Aftur er tunfiskurin nakað turrur. Sós in er vamlislig súrsøt og kryddað við kili.

★★★★★



**Bornholms Hummer-suppe (FK)**

kr. 29,95/540 g  
Veik súpan, ið ikki rættiliga rakar reina hummarasøðsmakkin. Og so er hon nakað yvirkryddað.

★★★★★

Mortan í Hamrabyrgi ummælir mat úr føroysku matvøruhandlunum. Skoðsmálini eru latin í mun til góðsku.