

Somon afumat

David Contant, feb. 2012

Haideti sa mergem in Romania, aproape de Bucuresti, doar la o distanta de 40 de kilometri. Frumusetea iernii, stralucirea zapezii ma poarta ca intr-o poveste ca din copilarie. Este o atmosfera de basm. Haideti pe urmele naturii...

Putem sa descoperim dansul fulgilor de nea, aer curat de munte, razele soarelui topesc usor tuturii formati la stresinea caselor. Privelistea te lasa cu rasuflarea taiata.



Sunt conditiile perfecte sa-mi pot pregati o buna portie de somon afumat. Afumatoarea este creata ad-hoc dupa o reteta locala, cu putina originalitate si cu rezultate surprinzatoare. Toate conditiile atmosferice, intre 0 grade si -5, erau asigurate, in ceea mai mare camera frigorifica din lume, in natura.

Sa vorbim un pic despre somon asadar, istorie si ceea ce regasim in farfuriile noastre.

Originea cuvântului este Latina “Salmo” – “saritor”. Inca din perioada preistorica este pestele cel mai consumat in Europa. S-a demonstrat ca era consumat si de catre omul din Neadertal. In Gaule si in Germania somonul era un preparat foarte apreciat. Dupa cuceririle lor, romanii au creat foarte multe rezerve de somon in Gaule.

Este vanat pentru carnea sa succulenta si admirat pentru capacitatile sale atletice, somonul este vazut ca printul marilor si a rivierelor. In fiecare an, somonul se imbarca intr-o calatorie a lumii in ocean, in sensul opus acelor de ceasornic. Se intorc in acelasi punct in care s-au nascut pentru a-si depune ouale. Somonul este un peste anadrom, este nascut in apa dulce si se transfera apoi in mare. Somonul norvegian este recunoscut pentru conditiile ideale in care traieste, avand cea mai pura apa din lume. Calitatea rivierei si a fjords in Norvegia este optima. Statul este constient de bunastarea economica legata de aceasta industrie si investeste in conservarea acestui eco-sistem. Deci da, iata ca exista...

Putina istorie: se spune ca Talleyrand era servit cu somon pentru a impresiona curtea tarului Alexandru. Alexandre Dumas era un mare iubitor al acestui preparat, prezentand deseori in scrierile sale. Studiile nutritioniste au evidentiat multe calitati ale somonului: Omega 3, vitamina A, E si magneziu. In Norvegia au lansat conceptul unui hamburger cu preparate din somon pentru a lupta impotriva nutritiei ne-sanatoase (“la mal bouffe”) in Europa. Pe 16 octombrie 2008 au fost aduse in Paris Rungis 250 de milioane de somon din Norvegia. Au fost prezent si ambasadorul Norvegiei alaturi de acest transport extraordinar, cu ocazia unui mare eveniment gastronomic in Paris.

In ziua de azi, acvacultura reprezinta peste 90% din cota de piata. In aceste ferme, pestii sunt ca niste sardine. Cu cat mai putin se misca, cu atat mai mult sunt mai grasi. Sunt graniti cu faina imbogatita cu lipide, plina de antibiotic si karoten (folosit si in auto-bronzante), cat si cu faina animala, cu lipide mai putin sanatoase. Un somon ajunge la 7 kilograme in doi ani, fata de somonul crescut natural ce ajunge doar la 4 kilograme in doi ani. Grasimea somonului este extraordinara, dar nu cea din crescatoriile artificiale. Va recomand insa acvacultura “eticheta rosie”, somonii sunt crescuti in conditii mult mai bune. Nu consumam numai ceea ce vanam.

Un hectar pe mare poate produce pana la 100 de tone de peste, de 15 ori mai mult decat ceea ce putem produce pe terenurile agricole pe aceeasi suprafata. Chiar daca somonul este considerat un peste gras, se poate echivala cu carnea de pui, cunoscuta pentru continutul slab de grasimi. Contine 10% grasimi, asa numitele “grasimi” bune pentru sanatatea noastra.

Somonul afumat

Exista doua categorii: cel pe care il gasiti in supermarket si cel afumat artizanal.

Somonul afumat din supermarket este injectat cu apa si sare, afumat cu fenol lichid si car bonil pentru culoarea de afumat. Aceasta operatiune dureaza maxim o ora. Somonul este foarte gras, dulce, ca un burete. Este de preferat sa verificati locul de origine, modul de fabricatie si proportia de zahar si sare. Zaharul este adaugat pentru a indeparta gustul de sare. Este si vina consumatorilor pentru lipsa de atentie a provenientei produselor ce au dat nastere acestei industrii artificiale.

Somonul afumat artizanal



Somonul pregatit cu mare grija este salbatic, sau cel putin de provenienta din crescatoriile asa-numite cu “eticheta rosie”. Inainte de toate sa nu uitam ca prospektarea produselor face diferenta.

Acesta este reteta pe care vreau sa o impartasesc cu voi, pe care am descoperit-o in Canada.

Sa ne intoarcem asadar in atmosfera de poveste. Urmarind anotimpurile, va aminteam de razele soarelui calduroase de vara in precedentul articol <http://www.restograf.ro/ce-fel-de-meniu-am-putea-alcaturi-cu-ajutorul-produselor-romanesti/>

acum sa ne bucuram de racoarea iernii, asteptand primavara in mijlocul naturii. Ne-am inceput ziua de lucru energic. Cu



un pic de exercitiu fizic si tuica, ne-am pregatit lemnele si am pornit focul. Somonul, selectat cu mare grija, de provenienta din crescatoriile de “eticheta rosie”, este pregatit pentru prima etapa – “efillage”.

Daca nu va simtiti confortabil sa efectuati aceasta operatiune puteti sa rugati la pescarie sa vi-l pregateasca deja o data ce l-ati cumparat si o vor face cu mare placere.



In fila noastra de poveste, sub atenta supraveghere ale patru pedelilor, am continuat etapele pregatirii – desaretagere’ (indepartarea micilor oase cu multa multa atentie, pentru a nu distruge frumosul file).



Dupa aceste controale dificile, sa nu uitam urmatoarea etapa foarte importanta: ambele parti ale fileului trebuie sa fie acoperite de sare de mare. Aceasta operatiune, numita exosmose are rolul de a conserva pestele, dar si de a indeparta apa din somon. In acelasi timp am adaugat



doua liguri de zahar de artar.

Pentru un somon de 4,5 kilograme trebuie lasat 4, 5 ore.

Alaturi de noi avem parte desigur si de un exigent control al calitatii,

specialistul casei, venit din tari indepartate. Partea cea mai dificila este de a trece cu brio testul ei. Nu putem sa o inselam sub nici o forma.



Deci, nu uitati somonul trebuie spalat inainte de afumatoare, pentru a indeparta sarea. Printre ultimele etape, la fel de importanta este afumarea propriu-zisa. Dupa cum va povesteam, afumatoarea noastra a fost construita dupa un design local cu ceva imaginatie. Ceea ce trebuie retinut in afara constructiei este ca afumarea somonului se va face intotdeauna la rece. Ne dorim sa afumam carnea, nu sa o gatim. Parte din afumatoarea noastra are un tunel astfel ca flacarile sa nu ajunga la somon, ci doar fumul. Ideal ar fi sa aveti carbunii incinsi pregatiti, sa nu creati prea multa caldura. Pentru 4,5 kilograme de somon este nevoie de 6 ore, insa focul trebuie ingrijit, sa fie mocnit, redus.

Dupa cele 6 ore, somonul trebuie pastrat intr-o camera cu o temperatura adecvata intre 0-3 grade, vertical, asa cum a fost afumat. Inainte de conservarea lui, ar fi perfect sa fie uns cu ulei de sambure de struguri, fiind cel mai indicat (neutru ca gust). Inainte sa va bucurati de el, ar trebui sa asteptati 3 zile pentru a atinge un echilibru armonic intre afumat si sare.

V-as recomanda sa taiati foarte fin de-a lungul file-ului. Bon appetit!

Pe scurt, somonul cel adevarat este extraordinar – Bref du Saumon, du vrai c'est tellment Bon.