

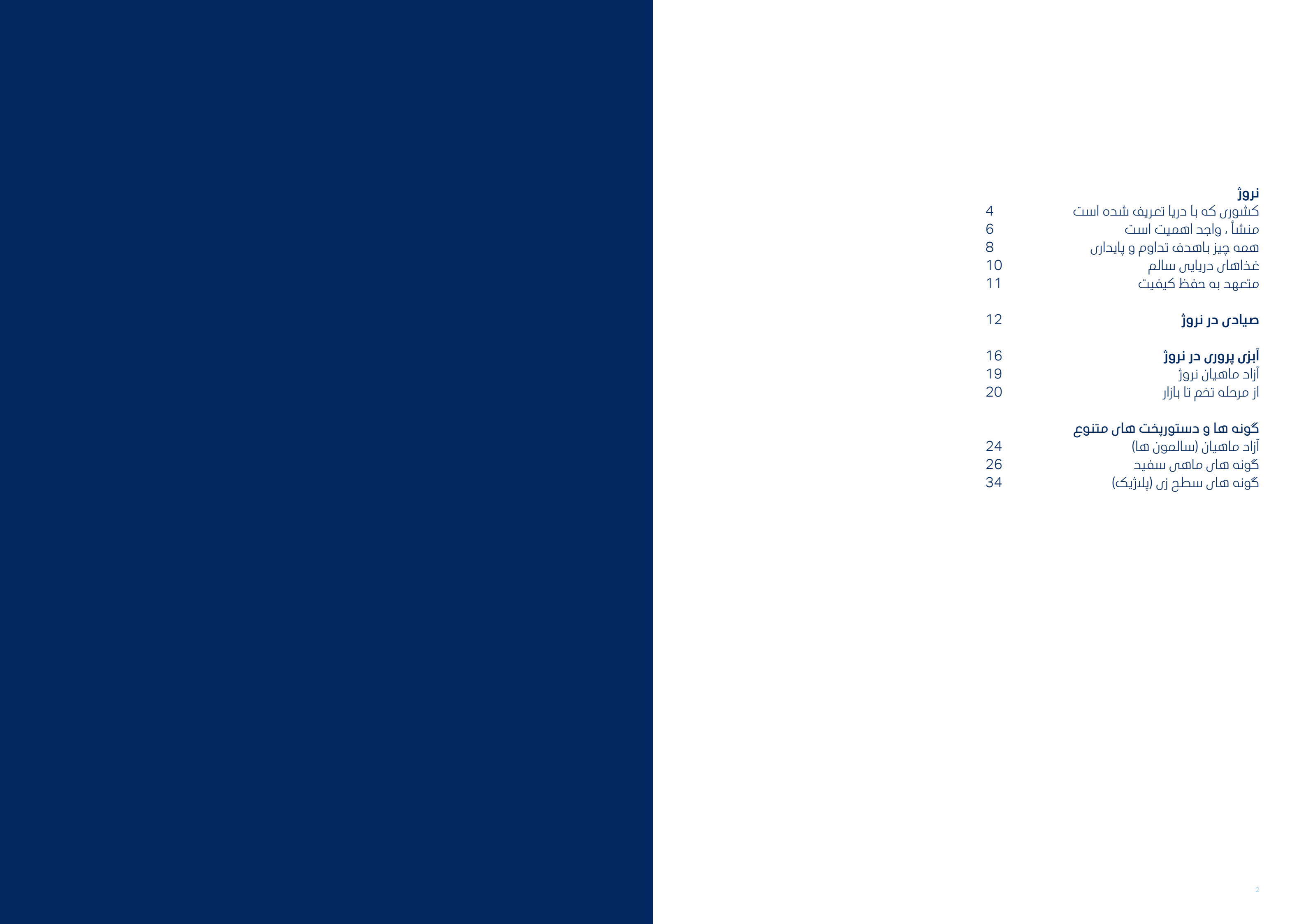
غذاهای دریایی نروژ

طعمی ناب ، از سرزمین
های شمالی



SEAFOOD
FROM NORWAY





نروژ

- 4 کشورى که با دریا تعریف شده است
- 6 منشأ ، واجد اهمیت است
- 8 همه چیز باهدف تداوم و پایداری
- 10 غذاهای دریایی سالم
- 11 متعهد به حفظ کیفیت

صیادی در نروژ

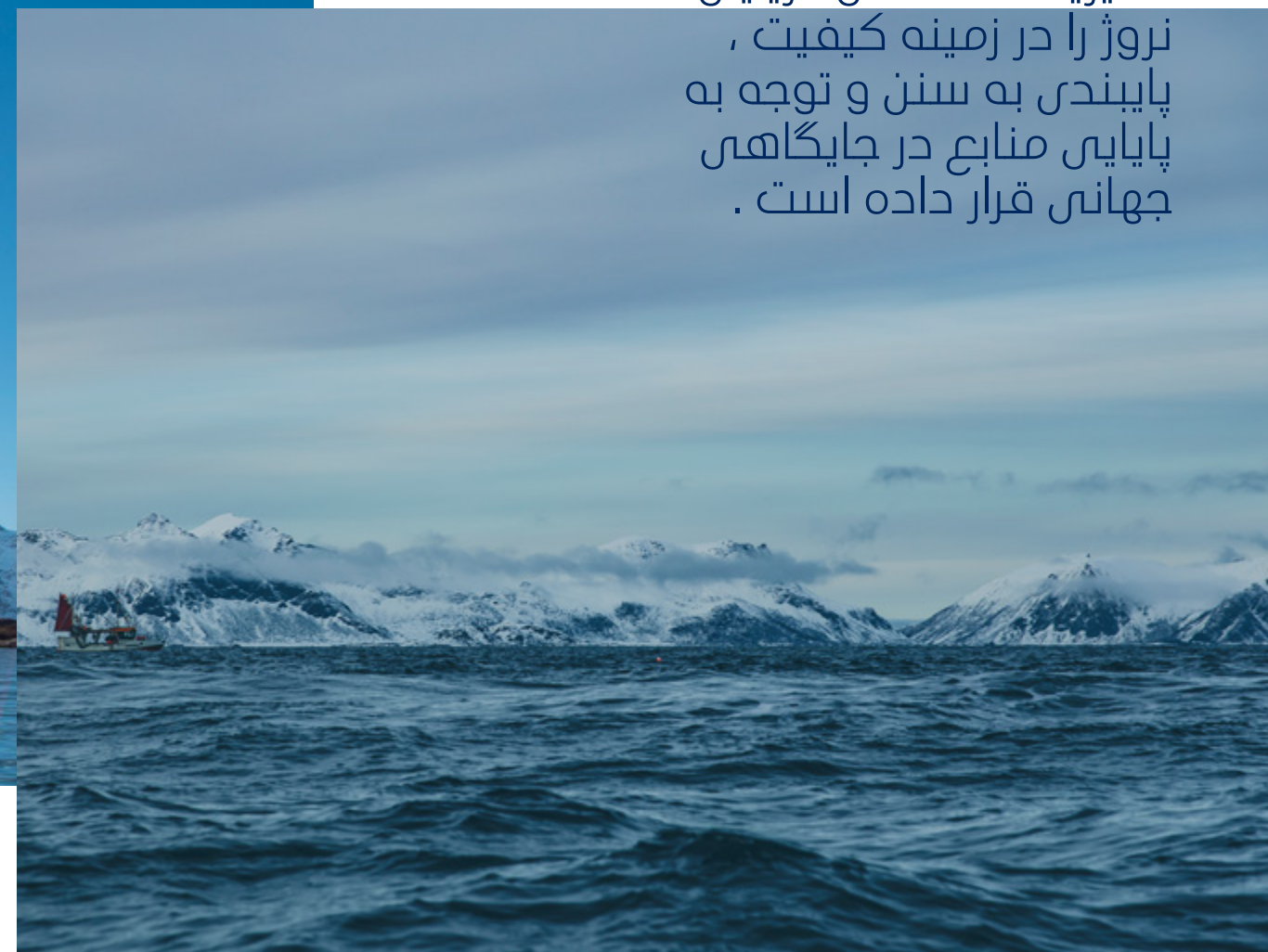
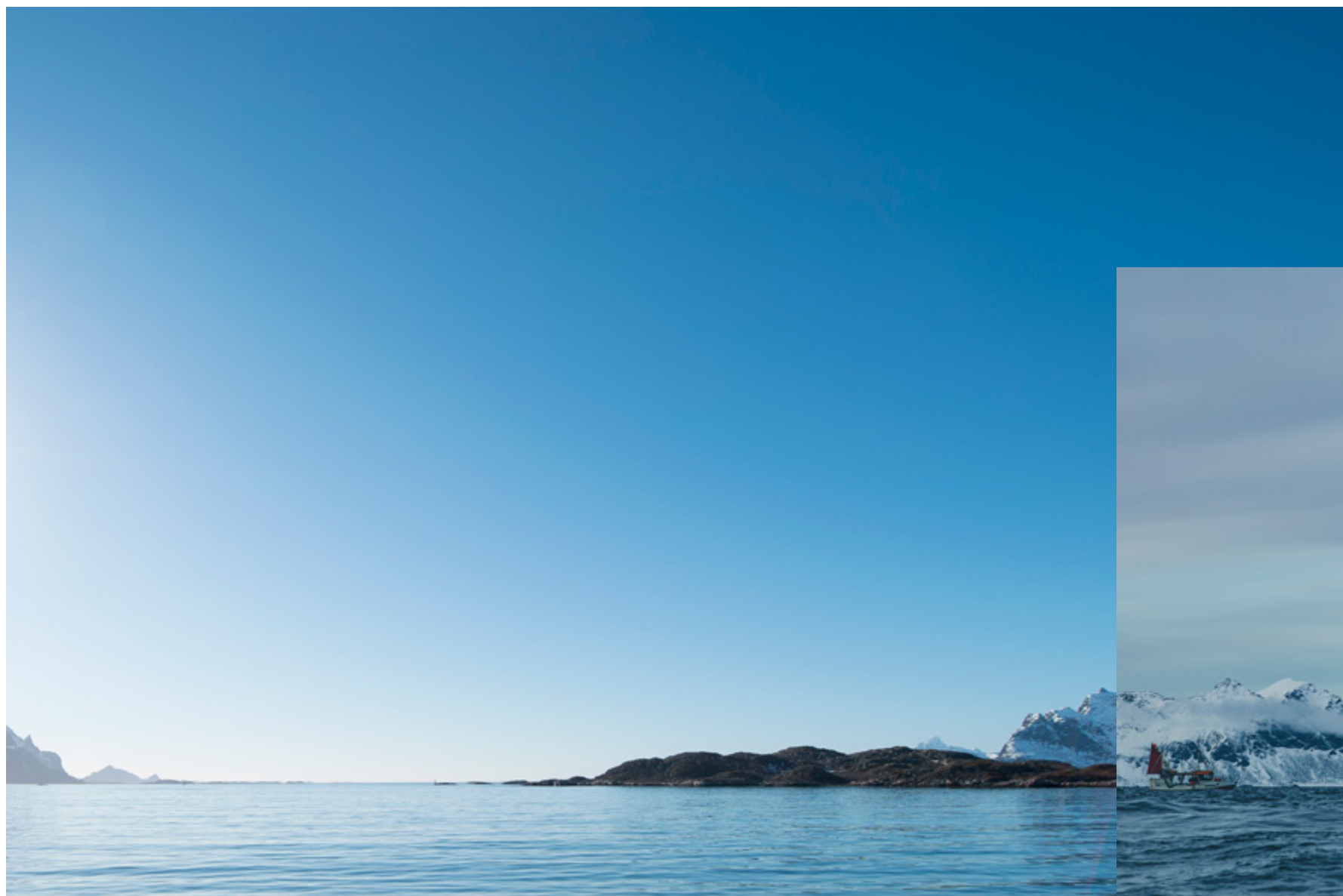
- 16 **آبزی پروری در نروژ**
- 19 آزاد ماهیان نروژ
- 20 از مرحله تخم تا بازار

گونه ها و دستورپخت های متنوع

- 24 آزاد ماهیان (سالمون ها)
- 26 گونه های ماهی سفید
- 34 گونه های سطح زی (پلاژیک)

دریا

ترکیبی منحصر به فرد
از طبیعت ، فرهنگ و
مدیریت ، غذاهای دریایی
نروژ را در زمینه کیفیت ،
پایبندی به سنن و توجه به
پایایی منابع در جایگاهی
جهانی قرار داده است .



این افتخار در طعم منحصر به فرد غذاهای دریایی نروژ که بر آمده از آب های پاک و سرد این کشور است نیز بازتاب داشته است .

فرهنگ غذاهای دریایی نروژ ، مبتنی بر دو دیدگاه سلامت تغذیه و دستور پخت ماهرانه غذاست . این موضوع را کشورهای اطراف ما نیز دریافته اند . روزانه بیش از 37 میلیون وعده غذایی از خوراک دریایی نروژی ، در بیش از 140 کشور مختلف در سراسر جهان سرو می شود .

هرچند تولید غذاهای دریایی نروژ ، حاصل به کارگیری دانش ، فناوری و تجربه بوده اما هرگز ، دیدگاه احترام به محیط زیست ، دریا و مردم فراموش نشده است .

طی هزاران سال ، دریا نقش مهمی در زندگی روزمره ما ایفا نموده است . مصب های طویل ، جزایر خرد و منابع کوچک ورودی آب محیطی عالی برای صیادی و آبیاری پروری ایجاد کرده اند . این منابع غنی اقیانوسی ، پایه های تشکیل جوامع استوار و نیرومندی را در طول سواحل کشور نروژ بنیان نهاده اند .

اینجا ، در نروژ ، ماهیگیری و آبیاری پروری نه تنها به عنوان یک صنعت بلکه به منزله راهی برای زندگی محسوب می شوند. مردم در این کشور ، بر اساس دانش و ملاحظات که طی نسل ها حاصل آمده ، به بهره برداری از منابع دریایی می پردازند .

ما بدون شک ، ملتی دریانورد و پرافتخار هستیم که برای دریای پاک و سرد خود ، با ساحل طولانی و رشته کوه های مرتفع آن ، احترامی عمیق و ویژه قائلیم.

غذاهای دریایی نروژ

اصالت : مسئله این است

دلیل کیفیت بالا در غذاهای دریایی نروژ ، سرچشمه داشت منابع آن در طبیعت سرد و ناب این کشور است . تلاش ما به منظور کسب اعتماد مشتریان در سراسر جهان ، تولید محصولات با کیفیت و اعلاست . رنگ های قرمز ، سفید و آبی بکار رفته در لوگوی NORGE بر روی غذای دریایی به شما این اطمینان را می دهد که محصولی از کشور نروژ را در اختیار دارید . وقتی غذایی با این لوگو را ملاحظه می کنید مطمئن هستید که این غذای دریایی :

- از آب های پاک و سرد نروژ منشأ گرفته است .
- تولید آن به شکلی مسئولانه توسط دولت نروژ مدیریت شده است .
- جابجایی آن توسط افراد واجد صلاحیت و ماهر انجام گرفته است .

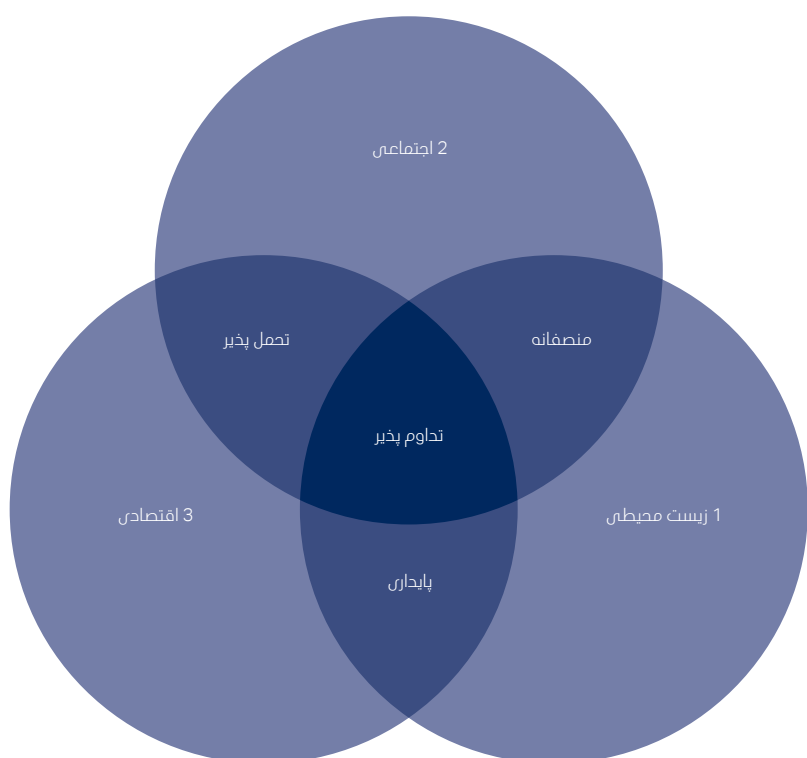
SEAFOOD
FROM
NORWAY

در زمان خرید غذاهای دریایی در بازار ، این نشان تجاری را دنبال کنید . در این صورت بهترین انتخاب را با بهترین روش پخت در اختیار خواهید داشت .

روپارویی با نیازهای امروز ،
بدون تهدید منابع متعلق به
نسل های آتی



آیا می دانید .
نروژ دارای یکی از گسترده
ترین تشکلهای تحقیق و
توسعه در زمینه غذاهای
دریایی در جهان است ؟



این ماهی ها متعلق به ما نیست ، ما تنها مراقب آن ها هستیم

کمیته جهانی محیط زیست سازمان ملل متحد ، پایداری
(Sustainability) را چنین تعریف نموده است :

« **روپارویی با نیازهای عصر حاضر ، بدون به مخاطره
انداختن منابع نسل های آتی** » .

از آنجا که دریا برای ما اهمیتی حیاتی دارد ، همواره
با قدرت، تمرکز خود را بر این نکته قرار داده ایم که
قابلیت دریا را جهت تأمین نیاز نسل های آینده حفظ
نمائیم . به این دلیل نروژ توجه ویژه ای نسبت به
مدیریت پایدار منابع دریایی مبذول داشته است . در
این رابطه ، فعالیت نهادهای مسئول ، مراکز تحقیقاتی
و بهره برداران به صورت تنگاتنگ و در این مسیر بوده
که آبرز پروری و ماهیگیری در کشور نروژ همیشه در
قابلیت پایدار اجرا و مدیریت شود ، چرا که ما همواره
به این نکته توجه داریم که هرگونه فعالیت منجر به
تولید مواد خوراکی ، چه روی زمین و چه در دریا ، بر
محیط زیست تأثیر خواهد گذاشت .

همه چیز با هدف پایداری

1 محیط زیست ، یکی از ابعاد دستیابی به پایداری
بهره برداری از منابع است . تولید یا استحصال مواد
خوراکی ، چه در خشکی و چه دریا ، دارای اثرات
زیست محیطی است .

2 وجه دیگر پایداری ، بعد اجتماعی آن است که با
تسهیم عادلانه و منصفانه منابع در ارتباط است
. صنعت تولید غذاهای دریایی ، از جمله صنایعی
است که بیشترین نقش را در معیشت و اشتغال
مردم در کشور نروژ ایفا می نماید .

3 از طرف دیگر ، پایداری بهره برداری ، با توجه به لزوم
سودآوری ، ثبات و پیش بینی پذیری برای دست
اندرکاران این صنعت دارای بعد اقتصادی نیز می
باشد .

طی سال ها ، نروژ یکی از ملل پیشرو جهان در خصوص
توسعه مدیریت صیادی و آبرزی پروری بوده و در این
زمینه تلاشی روزافزون نیز در جهت بهبود این منابع
مبذول می نماید .

تمامی واحدهای صیادی نروژ ، دارای تأییدیه منطبق با
استانداردهای شناخته شده زیست محیطی در سطح
جهان هستند .

کشور نروژ ، در مسیر توسعه روند پایدار بهره برداری از
منابع ، سه زمینه واجد اهمیت را پیگیری می کند .



آیا می دانید :

نروژ ، خود دارای نهادی موازی با سازمان امنیت

غذایی اروپا (EFSA) به نام کمیته امنیت غذایی

(VKM) است ؟ فعالیت این کمیته به صورت

مستقل و در راستای تطیل ریسک بازار غذاهای

دریایی در جهان برای سازمان امنیت غذایی کشور

نروژ می باشد .

غذاهای دریایی سالم دارای اهمیت حیاتی برای کشور نروژ

سیستم شفاف و معتبر مدیریت ریسک از طریق همکاری نهادهای مختلف ، با هدف ارائه محصولات صرفاً باکیفیت بالا و سالم به بازارها صورت می گیرد .

کشور نروژ به عنوان دومین صادرکننده بزرگ اغذیه دریایی در سطح جهان ، سلامت غذایی را در رأس اهداف راهبردی خود قرار داده همچنان که ما این هدف را قلباً دنبال می کنیم .تداوم موفقیت صنعت تولید غذاهای دریایی و اقتصاد کشور نروژ ، به تأمین غذای سالم در سطح بین المللی وابسته است .

ضوابط نظارتی این کشور ، با دستورالعمل های اتحادیه اروپا همسو و هماهنگ بوده و منطبق بر قوانین بهداشتی و بهداشتی های ناظر بر تولید مواد غذایی در این اتحادیه بنا نهاده شده است . سیستم بهداشت غذاهای دریایی در نروژ ، بر اساس برنامه اجباری HACCP¹ شکل گرفته و سازمان سلامت غذایی طبق دستورالعمل ها و ضابطه های این برنامه بر اجرای آن نظارت دارد .

به منظور دستیابی به اطلاعات مورد نیاز در زمینه سلامت غذایی ، کشور نروژ جوانب زیر را دنبال می کند :

¹ ایجاد سیستمی جامع با هدف تضمین سلامت مواد غذایی

² تبیین مسیر باز در تبادل اطلاعات در حوزه سلامت غذایی ، با هدف اعتماد سازی .

با قرارگرفتن وزارت تجارت ، صنعت و شیلت در کنار بهداشت و خدمات حمایتی در رأس ساختار نظارت بر غذاهای دریایی ، سیستمی متشکل از سازمان بهداشت مواد غذایی نروژ ، انجمن ملی تغذیه و تحقیقات غذاهای دریایی (NIFES) ، اداره کل شیلت و سایر نهادهای مرتبط ، با هدف نظارت و تأمین سلامت اغذیه دریایی به همکاری با این صنعت در تمامی حلقه های زنجیره تولید همت گمارده اند. در این راستا ، تمامی سازمان های یاد شده ، به منظور پایش بهداشت محصولات تولید شده به اجرای وظایف خود در کنار همکاری با دیگر نهادها می پردازند . هدف این سیستم ، مدیریت جامع مخاطرات ، تضمین سلامت غذایی و تأمین سلائق مشتریان می باشد .

در سال 2014 ، NIFES² به انجام 11 000 آزمایش از آزادمایان مبادرت ورزید که در نتیجه آنها ، سلامت و بهداشت کلیه ماهی های تست شده جهت مصرف خوراکی تأیید گردید . این نتایج برای استفاده عموم در آدرس قرار داده شده است .²

¹ HACCP (تحلیل مخاطرات و کنترل نقاط بحرانی) : سیستم پیشگیرانه در حوزه بهداشت مواد غذایی است که به بررسی کلیه مخاطرات زیستی ، شیمیایی و فیزیکی موجود در فرایند تولید می پردازد که در صورت وجود آنها سلامت تولید دچار مشکل خواهد شد . این سیستم راهکارهای کاهش این مخاطرات تا رسیدن به سطح سلامت محصول را ارائه می نماید .

² nifes.no/en/trygg-oppdrettsfisk

تعهد بی قید و شرط به حفظ کیفیت

اطمینان از سلامت و کیفیت غذایی به طرق ذیل تأمین می گردد :

- محیط زیست دریایی سالم
- مدیریت کیفیت در تمامی مراحل زنجیره تولید غذا
- تعامل با مشتریان و
- همکاری های بین المللی در اشتراک گذاری نتایج تحقیقات و تجارب میدانی

معرفی محصولات غذایی نروژ ظرف سالیان اخیر افزایش قابل توجهی داشته است . کیفیت ، ارزش غذایی ، تازگی ، طعم و سایر ویژگی های این محصولات نیز در این سال ها مورد بررسی و تحقیقات بیشتری قرار گرفته و به ارتقاء شهرت و آوازه آن در زمینه کیفیت و طعم غذاهای دریایی منجر گردیده است . اکنون ، غذاهای دریایی نروژ به عنوان محصولاتی با کیفیت بالا که در زمینه طعم و سلامت ، موفق به جلب رضایت مشتریان گردیده ، از نام و شهرت جهانی برخوردار گردیده است .

صنعت ماهگیری در کشور نروژ



سود شده بود . اما صیادی در نروژ بسیار بیش از اهمیت تاریخی خود ، برای مردم این کشور و سایر ملل جهان ، سمبل و نشانه رویکرد به آینده است .

ماهیگیران نروژی دسترسی آسان به گله های وسیع ماهی از گونه های مختلف داشته و قادرند در طلوع آفتاب سفر دریایی خود را آغاز کرده و همان روز محصول تلاش صیادی خود را به صورت تازه و با بالاترین کیفیت ممکن به ساحل بیاورند .

تمرکز ناوگان صیادی فوق مدرن ما با قدرت بر حفظ کیفیت صید معطوف است . این ناوگان به شکلی تجهیز شده اند که می توانند ظرف تنها چند دقیقه دمای نگهداری ماهی صید شده را به صفر درجه سانتیگراد برسانند . بکارگیری فناوری های ویژه در انجام محصول با کمک در تخلیه صید در اسکله ها ، تجارت صیادی در کشور نروژ را در زمینه بهره وری و سرعت عمل توانمند ساخته است . بعضی از شناورهای صیادی نیز هفته ها در دریا فعالیت داشته و در طول این مدت دمای نگهداری ماهیهای صید شده را ظرف چند ساعت به کمتر از منفی بیست درجه سانتیگراد می رسانند .

در صنعت صیادی کشور نروژ نسل ها تجربه ماهیگیری ، که به دشواری حاصل آمده با فناوری نوین ترکیب گردیده است . حاصل این ترکیب ، سطح بالایی از کیفیت بوده که تلألؤ آن در طعم منحصر به فرد گونه های آبزی محصول ماهیگیری در نروژ هویدا گردیده است .

هیچکس به قطعیت قادر نیست بگوید صیادی در نروژ از چه زمانی آغاز شده اما همه می دانیم این تاریخ غنی ، سرشار از تنوع بوده است . سنگ نگاره های یافت شده در شمال نروژ متعلق به ابتدای دوران پارینه سنگی ، تصاویری از قایق هایی را نشان می دهد که از پوست حیوانات ساخته شده و برای صید ماهی کفشك (هالیبوت) مورد استفاده قرار می گرفته است . Leiv Eiriksson وایکینگ مشهور ، زمانی که آمریکا را کشف کرد بر عرشه کشتی خود فرآورده های ماهی کاد خشک به همراه داشت و نخستین محموله صادراتی ماهی به کشور برزیل از نروژ در سال 1692 ، ماهی پولاک نمک



تاریخچه صیادی در کشور نروژ نشان می دهد پایداری در بهره برداری از منابع دریایی ، در زمان های مختلف ، در ایصادی با چالش مواجه شده اما سازمان های مسئول ، محققین و دست اندرکاران صنعت ، در زمینه های ذیل برای رویارویی با این چالش ها تلاش نموده اند :

- پیشگامی در ایجاد محدودیت در صید بی رویه ، عاملی مهم در تضمین پایداری محیط زیست در کشور نروژ بوده است . در این زمینه ، ارائه مجوز و امتیاز صید به صیادان و شناورهای صیادی با نظارت نهادهای مسئول صورت پذیرفته و برای برداشت از منابع تمامی گونه های آبیزی قوانین دقیق و جامع در سهمیه بندی صید تدارک دیده شده است .
- در طول فرآیند (از صید تا فرآوری ، نگهداری و صادرات) ، کیفیت ماهی توسط اداره کل شیلات نروژ مورد نظارت و پایش قرار میگیرد .

- در کشور نروژ ، دورریز ماهی ها به دو دلیل ممنوع است ، نخست به این دلیل که این دورریز به صورت پسماند وارد منابع آبی می شود و دوم آن که این ماهی ها در آمار ثبت نشده و محققین را در تعیین اندازه جمعیت ذخایر آبزیان دچار مشکل می سازند . نروژ پیشتاز اجرای روش های کاهش دورریز ماهی در جهان محسوب می گردد.

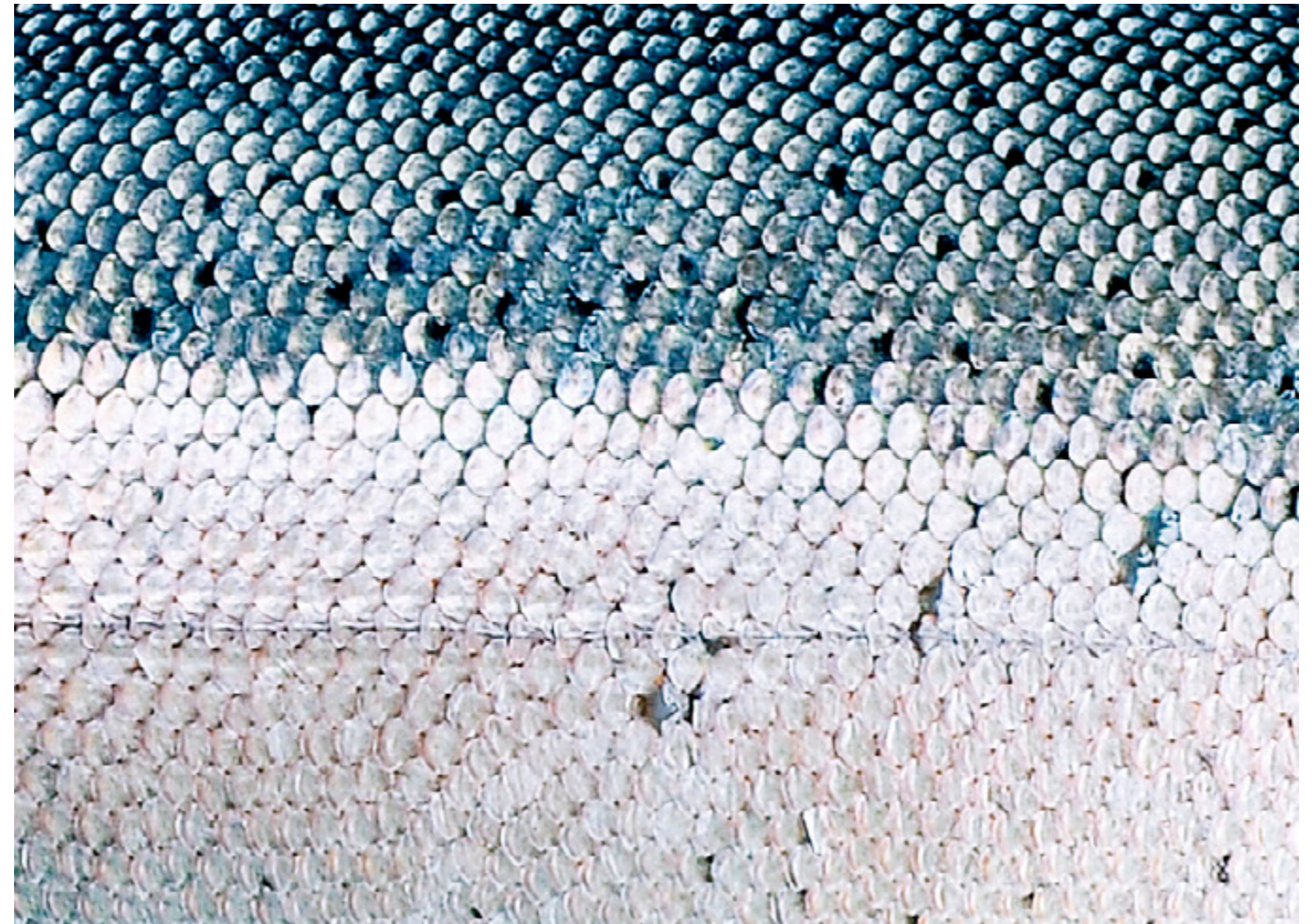
- در کشور نروژ قوانینی الزام آور در خصوص کنترل ادوات صید اجرا می گردد .

آبزی پروری در نروژ

خلیج ها و آبهای محافظت شده عمیق نروژ، به ما منابع آبی با جریان و دمای مناسبی داده است که محیط ایده آلی برای آبزی پروری است .

غذاهای دریایی نروژ در آبهای سرد و تمیز تولید می شوند و در این آبها به آرامی رشد می کنند و در نتیجه طعمی تازه و خالص می یابند. شرایط طبیعی درکنار مردمی شایسته، سبب شده است که غذاهای دریایی نروژ خواصی بسیار برجسته و چشمگیر داشته باشد. این موارد همچنین این اطمینان را می دهد که همه باریهایی که در هر زمانی از نروژ می رسند، همان کیفیت عالی را همیشه خواهند داشت.

صنایع پشتیبان آبزی پروری هم تاریخچه ای طولانی دارد و همه حرفه ها پی را که از گوشه گوشه جوامع ساحلی نروژ سرچشمه گرفته است، در بردارد. در بسیاری از این جامعه های ساحل نشین، آبزی پروری حرفه های حیاتی را برای اغلب مردمی ایجاد کرده است که همه سخت کار میکنند تا محصولاتی سالم و خوشمزه تولید کنند. آبزی پروری یک صنعت با محصولات صادراتی و بسیار مهم برای کشور نروژ است. نروژ پیشرو در نوآوری و توسعه در این بخش است و ما شرایط را برای ادامه این وضعیت در آینده نیز تأمین می کنیم.



سالمون نروژی

ماهی سالمون ، گونه اصلی و مهم ترین گونه ماهی پرورشی در آبی پروری نروژ محسوب می گردد . کشور نروژ بزرگترین تولید کننده سالمون اقیانوس اطلس بوده و 70 درصد از صادرات غذاهای دریایی این کشور به این گونه اختصاص دارد . روزانه 14 میلیون وعده غذایی تهیه شده با سالمون نروژی در سراسر جهان مصرف گردیده و این ماهی به 100 کشور دنیا صادر می شود .

پرورش سالمون ، تحت نظارت دقیق بوده و استانداردهای سختگیرانه ای در تمامی سطوح تولید این ماهی مراعات می گردد . دست اندرکاران این صنعت ، به شیوه های مبتکرانه ، تمامی تلاش خود را نسبت به مقابله با چالش های فراروی آبی پروری معطوف داشته اند . این شیوه ها در جهت پیشگیری از کنه (انگل) سالمون ، روش های مقابله با فرار ماهی ها از قفس ، مدیریت بهداشتی ماهی ها در کنار کاهش استرس و ارتقاء سلامت آن ها اعمال می گردد . تحقیق ، توسعه و به روز رسانی ، محور فعالیت های انجام گرفته در راستای توسعه بیشتر در تمامی حلقه های زنجیره صنعت آبی پروری نروژ است .

سالمون نروژی در آب های سرد و پاک نروژ پرورش داده می شود. این ماهی نه تنها دارای طعمی خوشمزه و مورد پسند تمامی سنین است بلکه پروتئین ، امگا 3 ، ویتامین و مواد معدنی موجود در آن ، ماهی سالمون را به گزینه ای بسیار مغذی تبدیل نموده است .

تمامی کسب و کارهای مرتبط با آبی پروری در کشور نروژ ، می بایست دارای مجوز از نهادهای معتبر و قانونی در خصوص فعالیت در زمینه تولید غذاهای دریایی و یا مزرعه پرورش آبیان باشند .

• . مزارع معمول پرورش ماهی ، از تعداد 6 تا ده قفس و ظرفیت تولید 3 تا 4 هزار تن به اراء هر مزرعه می باشند . این قفس ها دارای یک بخش شناور در سطح آب و کیسه توری هستند که ماهی های قابل نگهداری در آن محافظت می شوند .

• تور کیسه ای در قفس های پرورش ماهی دارای ارتفاع بین 20 تا 50 متر است .

• قطر رایج قفس ها در حدود 50 متر می باشد .

• 2.5 درصد از حجم هر قفس ، ماهی و مابقی را آب تشکیل داده است .

فعالیت آبی پروری در نروژ در محیط زیست طبیعی انجام می شود و مشارکت همگانی در این منابع طبیعی ، الزاماتی را برای همه ما ایجاد نموده است . به همین دلیل ، دست اندرکاران صنعت آبی پروری و نهادهای عمومی به منظور مدیریت صنعت آبی پروری در قالبی پایدار با یکدیگر همکاری می نمایند .

گونه های مورد استفاده در صنعت آبی پروری نروژ عبارتند از : سالمون ، قزل آلا ، کفشک ، انواع صدف داران و ماهی کاد .

آبی پروری ، این فرصت را فراهم نموده که تغییرات فصلی که ماهیگیری سنتی را با محدودیت مواجه می سازد ، بر صنعت تولید غذاهای دریایی بی تأثیر باشد . به علاوه ، این زیر بخش ، یکی از راهکارهای پراهمیت نروژ در چالش فراروی کنونی در سطح جهان ، یعنی تولید غذای کافی و سالم برای جمعیت روزافزون دنیا محسوب می شود .البته بدیهی است این صنعت ، در چارچوب قابل تحمل برای محیط زیست تعریف شده است .

از مرحله تخم تا بازار

مرحله نخست : تخم ماهی سالمون

ماهی های سالمون پرورشی ، حیات خود را در روی زمین (در کارگاه های تکثیر) و در سینی های انکوباتور آغاز می نمایند . تلقیح تخم در سالمون های پرورشی نیز همچون سایر آزاد ماهیان در محیط طبیعی ، در آب شیرین انجام می شود . سپس تخم ها پیش از تفریخ ، حدود هشتاد روز در دمای ثابت نگهداری می شوند .

عرضه کنندگان شناخته شده تخم سالمون ، قادرند مقدار تولیدات خود را بر حسب نیاز بازار در فصول پیش رو و با تنظیم تعداد مولدین تغییر دهند .

مرحله دوم : بچه ماهی نورس

بچه ماهی های نورس سالمون ، پس از تفریخ (خروج بچه ماهی از تخم) ، دارای کیسه ای حاوی زرده در معده خود می باشند و توسط محتویات این کیسه ، نیازهای تغذیه ای خود را تأمین می نمایند . بچه ماهی ها چهار تا شش هفته پس از خروج از تخم ، شروع به تغذیه از محیط اطراف نموده و آماده انتقال به مخازن آب شیرین می گردند .

مرحله سوم : اسمولت

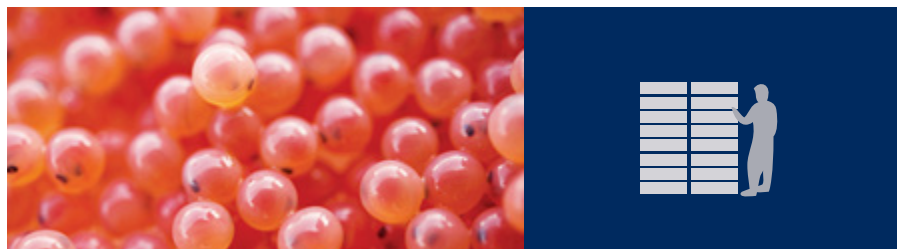
پس از گذشت 10 تا 16 ماه در آب شیرین ، سالمون ها برای انتقال به آب دریا آماده می شوند . هرچند در این مرحله وزن هر قطعه ماهی ، بین 60 تا 100 گرم است اما تغییرات بزرگی تحت عنوان « اسمولت شدن » در آن ها اتفاق می افتد که ماهی های سالمون را قادر به زندگی در دریا می سازد . به همین دلیل بچه ماهی هایی که این مرحله را تجربه می کنند ، به نام اسمولت می شناسند .

مرحله 4 : سالمون بالغ

دوره پرورش ماهی سالمون در دریا و مصب های نروژ در حدود 14 تا 22 ماه به طول می انجامد . طی این مدت ، ماهی ها به وزن 4 تا 6 کیلوگرم رسیده و آماده صید و فرآوری می شوند .

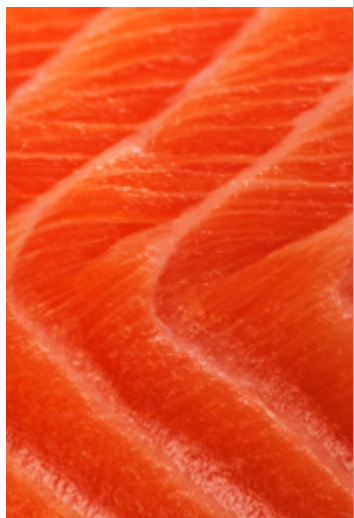
محصول نهایی

ماهی های سالمون توسط قایق های حمل ماهی زنده ، به کارخانه های فرآوری منتقل می شوند . در آنجا ابتدا آن ها را بی حس نموده سپس شکم ماهی ها خالی شده و شستشو داده می شوند . در مرحله بعد ماهی ها بر اساس اندازه و کیفیت یخ گذاری می شوند . پس از آن ، برای انجام سایر مراحل فرآوری ، به نروژ ارسال می شوند ، یا به مغازه های ماهی فروشی و یا به یکی از 100 کشور دنیا صادر می شوند .



گونه های مختلف و شیوه پخت آنها

گونه های آبی نروژ را بشناسید و
بعضی از برترین دستورالعمل های پخت
آن ها را به روش ما امتحان کنید .





تاریخچه

سالمون اقیانوس اطلس

یک سالمون اقیانوس اطلس در حال شنا

کشور نروژدر توسعه پرورش ماهی سالمون پیشگام بوده است . از ابتدای دوره آیزی پروری در اقیانوس در دهه ۱۹۷۰ ، نروژ جایگاه خود را به عنوان بزرگترین تولید کننده ماهی پرورشی سالمون اقیانوس اطلس حفظ نموده است .از سال ۱۹۹۸ تاکنون ، کشور نروژ ، میزان تولید ماهی سالمون را به حدود ۱ میلیون تن (بیش از سه برابر) افزایش داده است . هم اکنون ، روزانه ، ۱۴ میلیون وعده غذایی طبخ شده با ماهی سالمون نروژ در سراسر جهان صرف می شود .

محبوبیت ماهی سالمون پرورشی نروژ را می توان ناشی از روند ثابت تولید و فرآیند کنترل و مراقبت حین تولید دانست . بر خلاف بسیاری از گونه های خوراکی ماهی و اسیر مواد غذایی ، سالمون تازه در تمام طول سال در دسترس است . علاوه بر این ، غذاهای دریایی نروژ در زمینه اجرای برنامه های سلامت غذایی و ضوابط سختگیرانه کیفیت اینگونه محصولات ، دارای شهرت و اعتبار جهانی است . در آیزی پروری کشور نروژ دستورالعمل های جامع ، به شکلی اعمال می شود که بالاترین کیفیت و سلامت تغذیه ای ماهی های تولیدی تضمین می گردد .

پرورش یافته در اقیانوس

سالمون های پرورشی نروژ ، حیات خود را در آب شیرین با کیسه زرده کوچکی پس از خارج شدن از تخم آغاز می کنند . پس از ۸ تا ۱۸ ماه بچه ماهی ها به اسمولت هایی با وزن حدود ۱۰۰ گرم تبدیل و آماده انتقال به دریا می گردند .

اسمولت ها معمولاً در قفس های بزرگی در دریا ذخیره سازی می شوند که در مناطق دارای جریان آب

یک سالمون اقیانوس اطلس در حال شنا. سالمون اقیانوس اطلس یک گونه مهاجرتی است که در آب شیرین به آب شور مهاجرت می کند.

خصوصیات محصول

سالمون نروژی به اشکال ذیل در بازار عرضه می شود:

- فیله تازه و یا منجمد
- ماهی کامل تازه و یا منجمد
- ماهی جودی

ماهی سالمون نروژ در تمام طول سال در بازار عرضه می گردد .

اندازه

چهار تا شش کیلوگرم

محل تولید

سالمون پرورشی ، در قفس های مستقر در دریا در طول سواحل نروژ پرورش داده می شود .

نوع خوراک مورد استفاده
غذای پلت (حبه ای)
(http://laksefakta.no/index.php/ Norsk-havbruk/ Dette-spiser-laksen)

لاتین	Salmo salar
انگلیسی	سالمون اقیانوس اطلس
فرانسه	Saumon atlantique
آلمانی	Lachs

ارزش غذایی

سالمون اقیانوس اطلس ، به ویژه در موارد ذیل غنی می باشد:

- پروتئین: ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن اسید های
- چرب دریای امگا ۳ که از ایجاد بیماری های قلبی – عروقی پیشگیری و ریسک بروز آن ها را کاهش داده و اجزاء ساختمانی پر اهمیتی در ساختار سلول های مغزی محسوب می شوند .
- ویتامین D که جهت ایجاد تعادل مناسب کلسیم در بدن به منظور حفظ و تقویت استخوان ها ضروری است .
- سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرایندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات تغذیه ای بیشتر در این خصوص را می توانید در لینک ذیل بیابید:
www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data

ارزش غذایی ۱۰۰ گرم گوشت ماهی سالمون پرورشی (بخش خوراکی)

انرژی ۹۳۲ کیلوژول / ۲۲۴ کیلوکالری

مواد مغذی	
پروتئین	۲۰گرم
چربی	۱۶ گرم
اسیدهای چرب اشباع	۳ گرم
اسیدهای چرب ترانس	۰ گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع با یک پیوند دوگانه	۵٫۹ گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع با پیوندهای دوگانه متعدد	۵ گرم
کلسترول	۸۰ میلی گرم
کربوهیدرات تام	۰ گرم

انواع ویتامین ها	
ویتامین A	۲۶ RAE
ویتامین D	۱۰ میکروگرم
ریبوفلوین	۰٫۱۱ میلی گرم
فولیک اسید	۷ میکروگرم
ویتامین B۱۲	۳٫۵ میکروگرم

مواد معدنی	
آهن	۰٫۳ میلی گرم
سلنیوم	۳۰ میکروگرم

منبع:

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g4/salmon-farmed-raw-04.220)
Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/laks/laks_i_oppdrett/nb-no)
Laksefakta (http://laksefakta.no/)



خواص و ارزش غذایی

سالمون پخته شده با سس خامه ای سیب

برای چهارنفر	روش تهیه	کوچک برش دهید .	سس را با نمک و فلفل طعم دهید .
زمان تهیه: ۴۰ دقیقه	ابتدا فر را تا ۱۳۰ درجه سانتی گراد گرم نمایید .	پیازچه ها را در برش های کوچک خلال نموده و کمی در کره تصفیه شده تفت دهید .	سالمون تهیه شده را با سس سیب و سیب زمینی سرو نمایید .
ترکیبات	فیله سالمون را به قسمت های دلخواه برش داده و با برس روی آن را به روغن زیتون آغشته کنید .	برش های سیب ، خامه هم زده و سرکه سیب را به پیازچه ها افزوده و اجازه دهید حجم مخلوط به نصف کاهش پیدا کند .	
	مقداری نمک بر روی سینی پخت پاشیده و قطعات سالمون را به مدت بیست دقیقه بر روی آن قرار دهید .		
	سالمون ها را برای پخت ، درون اون قرار دهید .	پس از جوشیدن ، مایه سس را از روی آتش برداشته و با مقداری کره به هم بزنید .	
	پنج سس سی خامه هم زده ۲ قاشق چایخوری سرکه سیب ۲۵۰ گرم کره شیرین کره تصفیه شده با مقداری سیب زمینی سرو شود .	طرز تهیه سس سیب پوست سیب ها را گرفته ، مغز آن ها را خارج ساخته و آن ها را در قطعات	سس مخلوط تهیه شده را با یک همزن دستی به هم زده و از درون یک تور با چشمه ریز عبور دهید .



ماهی کاد

همه ساله در فصل زمستان ماهی های کاد ، برای تخم‌ریزی به سواحل نروژ مهاجرت می کنند . به این سفر مهاجرتی ماهی های کاد Skrei گفته می شود و در تجارت نیز برای نشان دادن کیفیت بالای این ماهی ها همین نام به کار برده می شود .

مهاجرت ماهی ها سبب می شود گوشت آنها محکم و در عین حال نازک تر شده و طعم فوق العاده و بافت ورقه ای بی نظیری به خود بگیرد . نروژ دارای بزرگترین ذخیره دریایی ماهی کاد در جهان است و این ماهی یکی از متداول ترین و مهم ترین گونه های تجاری در صنعت شیلات کشور محسوب می گردد .

ماهی کاد دارای بدنی کشیده ، سری بزرگ و سیلاب های مشخص در زیر دهان است که برای جستجوی غذا به کار گرفته می شود .ماهی کاد گونه ای کفزی است و در آب های مجاور بستر اقیانوس زندگی می کند با این حال ماهی های کاد بزرگ در آ بهای آزاد نیز قادر به زندگی می باشند .

در آب های نروژ ، دو نوع ماهی کاد وجود دارد : کادهای مقیم ساحل که نزدیک بستر و در آب های کم عمق ساحلی زندگی می کنند و کادهای مهاجر قطبی در منطقه شمال شرق که بلوغ آن ها در دریای بارنتز انجام شده و برای تخم ریزی به ساحل نروژ مهاجرت می کنند . در واقع ، اصطلاح Skrei به این نوع ماهی های کاد در زبان محلی اطلاق می شود و بیش از 90 درصد از صید ماهی در نروژ به این گونه اختصاص دارد که در آب های سرد و تمیز دریای بارنتز رشد می کنند . عمر ماهی کاد می تواند به 40 سال نیز بالغ گردد .

صید از ذخایر وحشی

صید از ذخایر ماهی کاد در تمام طول سال انجام می شود اما اوج این فعالیت بین ماه های ژانویه تا آوریل می باشد که این ماهی ها برای تخم ریزی به سواحل مهاجرت می نمایند . منطقه اصلی تخم ریزی این ماهی در Lofoten و Vesteralen می باشد .

ماهی کاد به شیوه های مختلفی صید می شود که از آن جمله می توان به ترال کف ، تور دانمارکی ، رشته قلاب ، گوشگیر ، تور پیاله ای و قلاب دستی اشاره نمود . هرچند تولید عمده ماهی کاد از محل صید از دریاست اما پرورش این ماهی نیز در مقیاس محدود انجام می شود .

خصوصیات محصول

ماهی کاد به اشکال ذیل در بازار عرضه می

شود

تازه و یا منجمد به دو شکل :

- قطعه قطعه
- فیله شده
- ماهی کامل

خشک

نمک سود

حداکثر اندازه

تا 169 سانتی متر طول و 55 کیلوگرم وزن

منطقه صید

ذخایر کاد در نروژ در حاشیه سواحل این کشور و در دریای بارنتز یافت می شود .

غذای طبیعی

ماهی و انواع سخت پوستان

اسامی دیگر

نام لاتین Gadus morhua
نام انگلیسی Cod
نام فرانسوی Cabillaud, Morue
نام آلمانی Dorsch, Kabeljau

ارزش غذایی

پروتئین 20 گرم
چربی 0.5 گرم
اسیدهای چرب اشباع 0.1 گرم
اسیدهای چرب ترانس 0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع با یک پیوند دو گانه 0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع دارای پیوندهای دوگانه -متعدد 0.2 گرم
کلسترول 82 میلی گرم
کربوهیدرات نام 0 گرم

ویتامین

ویتامین A 2 RAE
ویتامین D 0.7 میکروگرم
ریبوفلاوین 0.09 میلی گرم
فولیک اسید 12 میکروگرم
ویتامین B12 1 میکروگرم

مواد معدنی

آهن 0.2 میای گرم
سلیوم 30 میکرو گرم

منبع

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g4/cod-farmed-raw-04.326)
Reference: Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/torsk/ nordaustarktisk_torsk_skrei/nb-no)

برای مصرف 4 نفر ،

مدت پخت : 40 تا 60 دقیقه ،

سطح دشواری : متوسط

ترکیبات

800 گرم فیله ماهی کاد بدون فلس و

تیغ گرفته شده،

دو حبه سیر

یک شاخه اکلیل کوهی

1 قاشق غذاخوری روغن آفتابگردان

1 قاشق غذاخوری کره

طرز تهیه پولنتا

1 قاشق غذاخوری پیازچه

پنجاه سی سی عصاره سوپ مرغ

ده سی سی پولنتا

ده سی سی خامه کم چرب

1 قاشق غذاخوری کره

1قاشق غذاخوری پنیر ایتالیایی

(Parmesan)

نمک و فلفل

یک پرس راتاتوی

1/2 عدد پیازچه

فلفل قرمز

2 عدد گوجه فرنگی

1 عدد فلفل دلمه

2قاشق غذاخوری پوره کدوتنبیل

1 قاشق غذاخوری پوره شلغم زرد

2 قاشق غذاخوری ریشه جعفری

1/2 قطعه کدو حلوايي سبز

1 قاشق غذاخوری پوره گوجه فرنگی

1 قاشق غذاخوری روغن زیتون

1 قاشق غذاخوری جعفری تازه

طرز تهیه

فیله ماهی را به تعداد قطعات مورد

مصرف برش دهید

اکلیل و سیر را به قطعات ریز برش دهید

فیله ماهی را در روغن آفتابگردان به

مدت 3 تا 4 دقیقه به نحوی سرخ کنید

که سمت پوست ماهی پائین قرار گیرد

. مدت سرخ شدن ماهی باید به اندازه

ای باشد که گوشت ماهی کاملاً پخته

شده و پوست ماهی حالت ترد و برشته

پیدا نماید .

پس از گذشت نصف زمان پخت ، سیر و

اکلیل و کره را به ماهیتابه اضافه کنید .

تهیه پولنتا

پیازچه را خرد کنید .

به مخلوط بالا فلفل قرمز ، گوجه

فرنگی و فلفل دلمه را نیز بیافزائید و

اجازه دهید به مدت حدود 15 دقیقه بپزد.

هربره جو را به سوپ افزوده و به مدت

20 دقیقه در حال پختن به هم بزنید .

خامه ، کره و پنیر ایتالیایی رنده شده را

به سوپ اضافه کنید .

ک و فلفل را به میزان دلخواه و برای

طعم دهی به سوپ بیافزائید .

تهیه راتاتویل

پیازچه و فلفل را خرد کنید . گوجه

فرنگی ، فلفل دلمه ، کدوتنبیل ، شلغم ،

ریشه جعفری و کدوحلوايي را نیز قطعه

قطعه نمائید .

به مدت 1 تا دو دقیقه پیازچه و پوره گوجه فرنگی را در روغن زیتون سرخ کنید .

به مخلوط بالا فلفل قرمز ، گوجه فرنگی و فلفل دلمه را نیز بیافزائید و اجازه دهید به مدت حدود 15 دقیقه بپزد.

پس از افزودن کدوتنبیل ، شلغم و ریشه جعفری ، فرآیند پخت را به مدت 2 تا 3 دقیقه دیگر نیز ادامه دهید .

کدو حلوايي و جعفری را به ترکیبات بالا افزوده و اجازه دهید کمی به جوش بیاید .

برای طعم دهی ، کمی نمک و فلفل اضافه کنید .

ماهی کاد را با راتاتوويي و پولنتا سرو

نمایید .



روغن ماهی (هادوک)

روغن ماهی به خانواده ماهی های کاد تعلق دارد و از لکه های تیره روی پهلوها به راحتی از سایر ماهی های هم خانواده خود قابل تشخیص می باشد . در کشور نروژ از این ماهی ، اغلب برای تهیه کیک سنتی ماهی (برش های نازک گوشت ماهی که برای نگهداری گوشت ، کاملاً مناسب بوده و معمولاً برای تهیه قیمه ماهی استفاده می شود) استفاده می شود . همچنین ، این ماهی یکی از گزینه های مطلوب برای تهیه خوراک ماهی و چیپس سیب زمینی می باشد .

روغن ماهی (Haddock) از ماهی های کفزی است که در عمق 40 تا 300 متر زندگی کرده و بستر های هموار از جنس ماسه ، رس یا قلوه ای را می پسندد . ذخایر گوناگونی از این ماهی به شرح ذیل شناسایی شده است :

- در دریای بارنتز ، در طول ساحل غربی ایالات متحده به سمت شمال Newfoundland
- ساحل شرقی پرتغال تا ایسلند در Skagerrak
- دریای شمال

روغن ماهی های جوان در دریای بارنتز ، نسبتاً ساکن هستند اما ماهی های بزرگتر به نواحی دورتر مهاجرت می کنند . این ماهی ها وقتی طولی در حدود 8 تا 11 سانتی متر دارند بوسیله جریانات آبی به سمت بستر رانده می شوند و در آن جا مستقر می شوند . روغن ماهی ها در سن 4 تا 7 سالگی ، وقتی طولی در حدود 40 تا 60 سانتی متر دارند بالغ می شوند . فصل تخمیرزی آن ها بین مارس تا ژوئن است و تخمیرزی آن ها در حاشیه غربی Tromsøflaket (بخشی از ساحل شمالی نروژ) انجام می شود . ماهی های هادوک نزدیک به 20 سال عمر می کنند .

خصوصیات محصول

روغن ماهی در اشکال زیر در بازار عرضه می شود

- فیله تازه و منجمد
- ماهی کامل
- نمک سود
- خودس

حداکثر اندازه

تا 1.1 متر طول و 14 کیلوگرم وزن

منطقه صید

ذخایر دریایی ماهی هادوک در نروژ در طول سواحل نروژ از Stad تا Svalbard یافت می شوند .

غذا

انواع بنتوز (جانوران و گیاهان کوچکی که در بستر دریا زندگی می کنند) ، انواع ماهی ها و تخم شاه ماهی (هرینگ) و خردماهی (کاپلین)

نام های دیگر
لشتین
انگلیسی Haddock
فرانسوی Églefin
آلمانی Schellfish

ارزش غذایی

روغن ماهی از نظر ترکیبات زیر غنی است

- پروتئین : ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن
- ویتامین B12 ، که برای تولید سلول های جدید از جمله گلبول های قرمز خون بسیار مهم است . ویتامین B12 قادر است از بروز کم خونی جلوگیری نماید .
- سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرآیندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات بیشتر در خصوص ارزش غذایی این ماهی را می توانید در لینک ذیل مشاهده نمایید
www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data

ارزش غذایی 100 گرم ماهی هادوک (بخش خوراکی)

انرژی 290 کیلوژول / 68 کیلوکالری

ترکیبات غذایی

پروتئین 16.6 گرم
چربی 0.2 گرم
اسیدهای چرب اشباع 0 گرم
اسیدهای چرب ترانس 0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع دارای یک پیوند دوگانه 0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع دارای چندین پیوند دوگانه 0.1 گرم
کلسترول 46 میلی گرم
کربوهیدرات تام 0 گرم

انواع ویتامین

ویتامین A 2 RAE
ویتامین D 0.5 میکروگرم
ریبوفلاوین 0.11 میلی گرم
فولیک اسید 9 میکروگرم
ویتامین B12 2 میکروگرم

مواد معدنی آهن 0.1 میلی گرم
سلنیوم 30 میکروگرم

منابع

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g4/haddock-raw-04.110)

Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/hyse/nordostarktisk_hyse/nb-no)

ماهی هادوک و چیپس سیب زمینی

مناسب جهت مصرف چهارنفر

زمان آماده سازی : 20 تا 40 دقیقه

سطح دشواری : متوسط

ترکیبات

700 گرم فیله ماهی هادوک بدون

فلس و تیغ گیری شده

نمک و فلفل

روغن سرخ کردنی

تهیه خمیر

240 گرم آرد گندم

1 قاشق چایخوری نمک

3 قاشق چایخوری بیکینگ پودر

بیست و پنج سی سی آب

تهیه سس تارتار

2 عدد زرده تخم مرغ

1 قاشق چایخوری آب لیمو

1 قاشق چایخوری خردل فرانسوی

1 حبه سیر

بیست سی سی سی لیتر روغن

3 عدد خیار شور

3 قاشق غذاخوری لگجی

مقدارن چیپس سیب زمینی و برش

های لیمو

طرز تهیه

فیله ها را خشک نموده و به قطعات

دلخواه برش دهید .

روی فیله ها قدری نمک و فلفل

بپاشید .

طرز تهیه خمیر

آرد گندم ، نمک و بیکینگ پودر را با هم

مخلوط کرده و به آن آب سرد اضافه

کنید .

مخلوط بالا را آنقدر به هم بریزید که

خمیر نرمی حاصل شود . خمیر حاصله

را به مدت 20 دقیقه در یخچال قرار

دهید .

روغن سرخ کردنی را تا دمای 160 درجه سانتیگراد در یک ماهیتابه و یا سرخ کن ، داغ کنید .

قطعات ماهی را در خمیر فرو برده و اجازه دهید چکه خمیر اضافی گرفته شود .

هر بار دو قطعه ماهی را در روغن داغ شده سرخ کنید .



قطعات خیار شور و لگجی را به مخلوط

اضافه کرده و با نمک به آن طعم دهید .

سرخ کردن ماهی ها را تا طلایی و

برشته شدن قطعات به مدت تقریباً 5

دقیقه ادامه دهید .

پس از سرخ شدن ، ماهی ها را روی

کاغذ خشک کن قرار دهید .

ماهی های سرخ شده را با خلال سیب

زمینی ، سس تارتار و برش های لیمو

میل نمایید .

سس تارتار

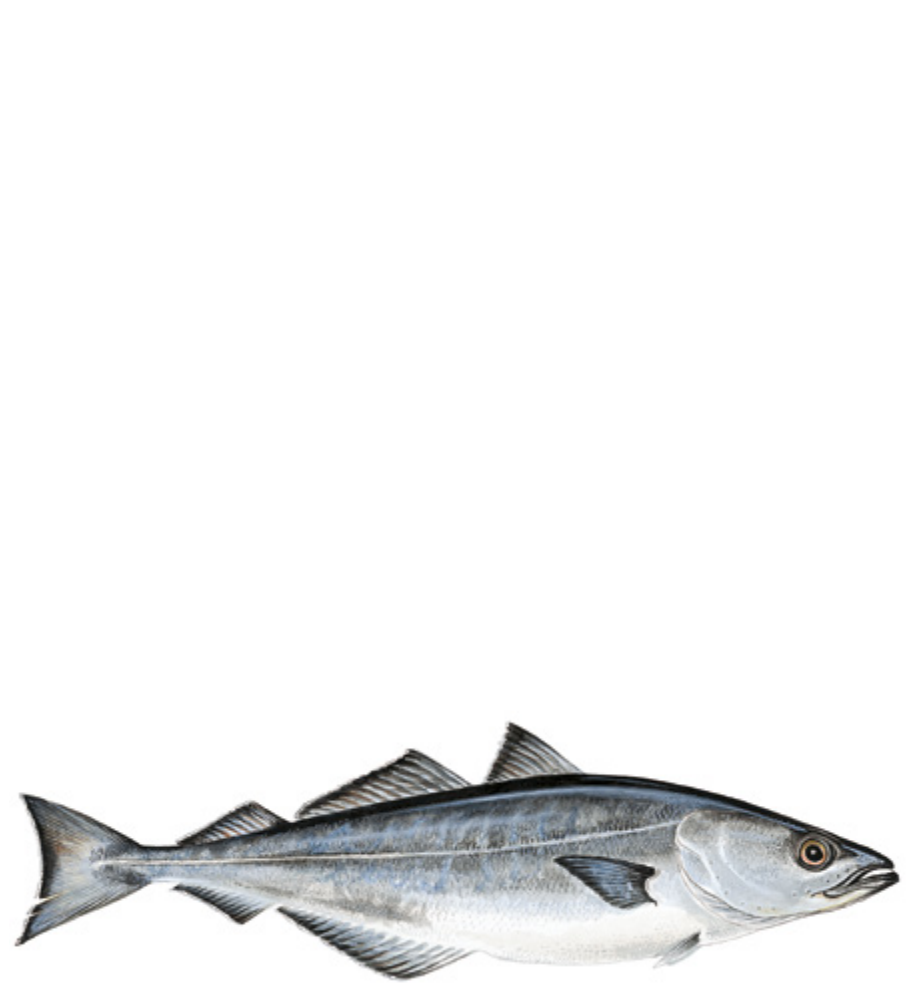
زرده تخم مرغ ها را به همراه آب لیمو ،

خردل و سیر له شده با هم مخلوط

کنید .

در هنگام به هم زدن قدری روغن به

مخلوط اضافه نمایید .



ذغال ماهی قطب شمال (منطقه شمال شرقی)

ماهی ذغالی (Saithe) در مقایسه با سایر ماهی های سفید ، طعم ویژه ای دارد . مزه این ماهی برای تهیه غذاهای تند مناسب تر است . گوشت ماهی ذغالی دارای بافتی سفت است و به همین دلیل برای سرخ کردن گزینه مناسبی است .

گونه شمال شرقی ماهی ذغالی (Saithe) در سن 5 تا 6 سالگی از نظر جنسی بالغ شده و در فصل زمستان در طول نوار ساحلی کشور نروژ از Lofoten تا دریای شمال تخم‌ریزی می کند . اوج دوره تخم‌ریزی این ماهی در ماه فوریه است و پس از آن ، ماهی های جوان توسط جریان‌ات دریایی به سمت شمال رانده می شوند . ماهی های کوچک در بهار در بخش های جنوبی و غربی نروژ مشاهده شده و در پایان آگوست در ساحل Finnmark پدیدار می گردند . این ماهی ها بین منطقه تغذیه و رشد ، مسافت طولانی را مهاجرت نموده و طول عمر آن ها در حدود 30 سال تخمین زده شده است .

خصوصیات محصول

ذغال ماهی به روش های ذیل در بازار عرضه می شود :

- فیله تازه و منجمد
- ماهی کامل (فیله نشده)
- ماهی خشک و نمک سود / ماهی خشک

حداکثر اندازه
تا 1.3 متر اندازه و 20 کیلوگرم وزن
منطقه صید
ذخایر دریایی ذغال ماهی در تمام طول نوار ساحلی نروژ از datS تا شبه جزیره aloK پراکنده می باشد .

غذا
کوبه پودا ، کریل و سایر سخت پوستان سطح زی ، شاه ماهی ، کیلکا ، ماهی نرم باله آبی ، ماهی های هادوک جوان و اسبله نروژی

اسامی دیگر
لاتین
Pollachius virens
انگلیسی
Saithe/Coalfish
فرانسوی
Lieu noir
آلمانی
Köhler/Seelachs

ارزش غذایی
ذغال ماهی از نظر ترکیبات زیر بسیار غنی است :
• پروتئین : ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن
• ویتامین D ، مورد نیاز برای ایجاد تعادل یون کلسیم در بدن که برای استحکام استخوان ها نیز ضروری است .
• ویتامین B12 ، که برای تولید سلول های جدید از جمله گلبول های قرمز خون بسیار مهم است . ویتامین B12 قادر است از بروز کم خونی جلوگیری نماید .
• سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرایندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات بیشتر در خصوص ارزش غذایی این ماهی را می توانید در لینک ذیل مشاهده نمایید :

www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data.

ارزش غذایی 100 گرم گوشت خام ذغال ماهی (بخش خوراکی)
انرژی
292 کیلوژول / 69 کیلوکالری
ترکیبات غذایی
پروتئین
16.5 گرم
چربی
0.3 گرم
اسیدهای چرب اشباع
0 گرم
اسیدهای چرب ترانس
0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع با پیوند دوگانه منفرد
0.1 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع با چندین پیوند دوگانه
0.1 گرم
کلسترول
49 میلی گرم
کربوهیدرات تام
0 گرم

ویتامین ها
ویتامین A
2 RAE
ویتامین D
0.8 میکروگرم
ریبوفلاوین
0.2 میلی گرم
فولیک اسید
12 میکروگرم
ویتامین B12
4 میکروگرم

مواد معدنی
آهن
0.1 میلی گرم
سلنیوم
30 میکروگرم

منابع
Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g/4/haddock-raw-04.110)
Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/hyse/nordostarktisk_hyse/nb-no)



ذغال ماهی تنوری با سالاد خیار

برای مصرف چهارنفر
مدت آماده سازی 20 دقیقه
سطح دشواری آسان

ترکیبات
700 گرم ماهی ذغال ماهی (Saithe)
بدون فلفل و تیغ گیری شده
3 قاشق غذا خوری ادویه تنوری
4 قاشق غذاخوری روغن

سالاد خیار
1 عدد خیار
1 شاخه صنایع تازه
یک و نیم دسی لیتر ماست
با نان مصرف شود

روش تهیه
ماهی ها را بر اساس تعداد مصرف کننده و به اندازه بشقاب ها برش دهید .

روی ماهی ها را به روغن آغشته کرده و ادویه تنوری بپاشید
--

هر دو روی ماهی ها را به مدت 2 تا 3 دقیقه با حرارت ملایم در روغن سرخ کنید .

روش تهیه سالاد خیار
پوست خیارها را جدا ، خیار را به صورت طولی دو تکه نموده و مغز آن را بیرون بیاورید . سپس خیار را در برش های نازک ، قطعه قطعه کنید .

صنایع را خرد کرده و با خیار و ماست مخلوط نمائید .

ماهی تنوری را با نان و سالاد خیار سرو کنید .



هالیبوت (کفشک ماهی) اقیانوس اطلس

تولید کفشک ماهی (هالیبوت) در نروژ هم از محل صید از دریا و هم پرورش در اقیانوس انجام می شود . گوشت سفید و ظریف این ماهی ، دارای بافتی آبدار و محکم است . این ماهی گزینه ای عالی برای مناسبت های خاص است چرا که گوشت هالیبوت را می توان با انواع مختلفی از افزودنی ها و به شیوه های مختلف پخت ، تهیه نمود که این امر ، آماده سازی وعده های غذایی با کیفیت را که مناسب ذائقه اکثر افراد باشد ، به راحتی میسر می سازد .

هالیبوت دریایی

هالیبوت اقیانوس اطلس یکی از گونه های ماهیان پهن اقیانوسی است که در هر دو سوی اقیانوس اطلس شمالی یافت می شود. ماهی های جوان تر ، در آب های کم عمق زندگی می کنند در حالیکه ماهیان مسن تر در اعماقی در حدود 2000 متر یافت می گردند فصل تخم ریزی بین ماه های دسامبر تا می بوده و هریک ازمولدین ، قادرند حدود 3.5 میلیون تخم خود را در چاله های عمیق واقع در مجاور مناطق صید در طول ساحل و مصب ها رها سازند . ماهی هالیبوت ظرف 18 ماه به بلوغ جنسی می رسد . هالیبوت های اقیانوس اطلس از عمق حدود چند متر بالاتر از بستر دریا صید می شوند .

هالیبوت های پرورش یافته در اقیانوس

کفشک ماهی سفید ، به دلیل رشد کند ، بلوغ دیررس و داشتن قلمرو خاص ، در مقابل صید بی رویه بسیار آسیب پذیر است . به همین دلیل و به منظور مدیریت بلندمدت و پایدار ذخایر وحشی ، این ماهی به عنوان گونه ای پرورشی مورد استفاده قرار گرفته است .

قیمت بالای ماهی هالیبوت در بازار ، سبب شده است پرورش دهندگان نهایت تلاش خود را به منظور تولید محصولی با کیفیت برتر به کار بندند . هالیبوت های پرورشی حیات خود را در مراکز ویژه نگهداری ذخایر این ماهی در محیطی مسقف و زیستگاه حفاظت شده دریایی آغاز می کنند . در اینجا وقتی ماهی های هالیبوت به وزن 2 کیلوگرم رسیدند ، با ماهی

ماهی های صید شده در نروژ

خصوصیات محصول
هالیبوت اقیانوس اطلس به شیوه های زیر به بازار عرضه می شود .
تازه و یا منجمد به شکل :

- قطعه قطعه
- فیله
- ماهی کامل

حداکثر اندازه

هالیبوت صید شده از دریا جنس ماده تا 200

کیلوگرم

هالیبوت پرورشی هالیبوت پرورشی معمولاً زمانی صید و به بازار عرضه می شود که وزنی در حدود 6 تا 7 کیلوگرم دارد .

منطقه صید

ذخایر دریایی ذخایر وحشی هالیبوت اقیانوس اطلس در اغلب نقاط در طول نوار ساحلی و مصب های کشور نروژ یافت می شود . ماهی هالیبوت پرورشی در آب های سرد و تمیز مصب های عمیق شمال نروژ پرورش داده شده و به بلوغ می رسند .

تغذیه

هالیبوت دریایی این ماهی گونه ای شکارچی است که از ماهی هادوک و گونه های سطح زی نظیر شاه ماهی ، کاپلین و اسکوتید تغذیه می نماید .

هالیبوت پرورشی این ماهی ها با غذاهای غنی از ترکیبات مغذی که از فراوری غذاهای زنده دریایی حاصل می گردد تغذیه می شوند .

اسامی دیگر

لاتین Hippoglossus hippoglossus
انگلیسی Atlantic halibut
فرانسوی Flétan de l’Atlantique
آلمانی Heilbutt

ارزش غذایی

- پروتئین : ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن
- ویتامین D ، مورد نیاز برای ایجاد تعادل یون کلسیم در بدن که برای استحکام استخوان ها نیز ضروری است .
- ویتامین B12 ، که برای تولید سلول های جدید از جمله گلبول های قرمز خون بسیار مهم است . ویتامین B12 قادر است از بروز کم خونی جلوگیری نماید .
- سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرایندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات بیشتر در خصوص ارزش غذایی این ماهی را می توانید در لینک ذیل مشاهده نمایید :
www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data.

ارزش غذایی 100 گرم هالیبوت خام (بخش خوراکی)

انرژی 515 کیلوژول / 123 کیلوکالری

مواد مغذی

پروتئین 17 گرم
چربی 6.1 گرم
اسیدهای چرب اشباع 1 گرم
اسیدهای چرب ترانس 0 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع دارای یک پیوند دوگانه 3.1 گرم
اسیدهای چرب غیر اشباع دارای پیوندهای دوگانه متعدد 1.2 گرم
کلسترول 50 میلی گرم
کربوهیدرات نام 0 گرم

ویتامین ها

ویتامین A 17 RAE
ویتامین D 9.7 میکروگرم
ریبوفلاوین 0.05 میلی گرم
فولیک اسید 7 میکرو گرم
ویتامین B12 0.7 میکرو گرم

مواد معدنی

آهن 0.2 میلی گرم
سلنیوم 60 میکروگرم

منابع

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g/4/haddock-raw-04.110)
Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/hyse/nordostarktisk_hyse/nb-no)

ماهی هالیبوت با سس بور بلن (سس کره سفید)

			
برای مصرف 4 نفر	طرز تهیه	دهید به جوش بیاید .	
مدت زمان آماده سازی 40 تا 60 دقیقه	فیله هالیبوت را به تعداد قطعات مورد نیاز برش داده و روی آن را نمک و فلفل سطح دشواری متوسط	ماهیتابه را از روی حرارت برداشته و کره سردشده را در قطعات ریز برش داده و در مخلوط حل کنید . سس نمی بایست در حین حل کردن کره و یا تا رقیق شدن آن ، بر روی حرارت در حال جوشیدن باشد .	
	مواد مورد نیاز	فیله ها را در یک ماهیتابه گود قرار داده و روی آن تا حدی روغن زیتون بریزید که کاملاً روی فیله ها با روغن پوشانده شود .	
	دهمای روغن را تا 70 درجه سانتیگراد (با استفاده از دماسنج آشپزی) افزایش دهید .	با نمک و فلفل ، سس را خوش طعم نموده و موسیر را در آن حل کنید .	
	پخت ماهی را به مدت 5 دقیقه ادامه دهید .	جهت مصرف	
	با مواد ذیل سرو شود	مارچوبه ها را شسته ، در روغن زیتون و کره به مدت 2 دقیقه سرخ نموده و با نمک و فلفل به آن ها طعم دهید .	
	تهیه سس بور بلن	نخودفرنگی ها را در مقداری آب ، کره ، فلفل و نمک برای مدت حدود 2 دقیقه بپزید .	
	سرکه و شراب سفید را با هم مخلوط نموده و آنقدر حرارت دهید تا حجم مخلوط به نصف تقلیل یابد .	ماهی هالیبوت را با سس بور بلن ، مارچوبه ، نخود فرنگی و شاه‌ی میل نمایید .	
	خاصه را به مخلوط فوق افزوده و اجازه		





ماهی قباد (ماکرل)

ماهی قباد در یک فروشگاه ماهی در نیویورک

ماهی قباد محصول کشور نروژ در بسیاری از بخش های جهان ، غذایی لذیذ به شمار می رود . طعم این ماهی نشاط آور بوده ، و گوشت آبدار قباد ، منبعی غنی از امگا 3 محسوب می شود .

ماهی ماکرل (قباد یا خال خالی) گونه ای سطح زی است به این معنا که در آب های آزاد جایی که نه آنقدر به بستر نزدیک است و نه در مجاورت ساحل ، زندگی می کند . زیستگاه این ماهی در شمال شرقی اقیانوس اطلس ، از شمال غرب قاره آفریقا تا دریای بارتنز و بخش غربی دریای نروژ تا ایسلند و Jan Mayen می باشد . ماهی قباد ، معمولاً آب های با دمای نسبتاً بالا (با دمای بیش از 6 درجه سانتیگراد) را ترجیح می دهد .

ماهی قباد در یک فروشگاه ماهی در نیویورک

در آب های اروپا ، ذخیره ماکرل را به عنوان یک جمعیت یکپارچه محسوب می نمایند که از نظر منطقه تخمیرزی به سه گروه تقسیم بندی می شود : ماکرل دریای شمال ، که در ماه های ماه می تا جولای در دریای شمال و Skagerrak تخمیرزی می کند . ماکرل غربی ، که در آب های غرب ایرلند و جزایر بریتانیا از مارس تا جولای تخمیرزی می کند . ماکرل جنوبی ، که بین ماه های فوریه تا ماه می ، در آب های دور از ساحل اسپانیا و پرتغال تخمیرزی می نماید .

این ماهی در لایه های سطحی آب تخمیرزی کرده و لروها ظرف چندماه تا 20 سانتیمتر رشد می نمایند . تقسیم بندی مناطق تخمیرزی جمعیت ماهی ماکرل ، بر اساس دوره های سالانه تخمیرزی و طبق نتایج تحقیقات انجام گرفته توسط نهادهای علمی بین المللی در فصول تخمیرزی (فوریه تا جولای) محاسبه و تعیین گردیده است . تعداد تخم های تولید شده توسط مولدین در طول این دوره نیز اندازه گیری شده است .

ذخایر جنوبی و غربی ماهی ماکرل ، پس از تخمیرزی ابتدا به سمت دریای نروژ و سپس دریای شمال و Skagerrak مهاجرت نموده و با ذخیره ماکرل دریای شمال ترکیب می شوند . از آنجا که ماهی قباد فاقد کیسه شناسست می بایست دائماً به شنّا ادامه دهد تا از فرو رفتن خود در ستون آب جلوگیری کند . عمر این ماهی می تواند تا 25 سال ادامه یابد .

صید از ذخایر وحشی

بهترین زمان صید ماهی ماکرل از سپتامبر تا نوامبر

است که طی این دوره ، ماهی های ماکرل از منطقه تغذیه خود در آب های اقیانوسی مجاور نروژ به سمت منطقه تخمیرزی مهاجرت می نمایند . در این زمان ذخیره چربی بافت مولدین در بالاترین اندازه خود بوده و گوشت این ماهی خوشمزه و غنی از چربی های مفید امگا 3 و اسیدهای چرب EPA/DHA می باشد . صید ماهی در این زمان در بهترین و بالاترین کیفیت ، دلیل مطلوبیت ماکرل نروژ در سطح بین المللی است .

شیوه صید ماهی ماکرل در نروژ ، صید محاصره ای (پرس ساین) است . این مطلب ، نروژ را از سایر کشورهای صادرکننده متمایز ساخته و به حفظ کیفیت ماکرل صید شده در نروژ کمک می نماید . تور کششی (ترولینگ) در راستای ساحل و ترال سطحی در دریا نیز از سایر روش های صید ماکرل است .

خصوصیات محصول

ماهی ماکرل به اشکال زیر در بازار عرضه می

شود :

- فیله تازه یا منجمد
- ماهی کامل

حداکثر اندازه
65 سانتی متر و 3.5 کیلوگرم

منطقه صید
ذخیره ماکرل نروژ در دریای شمال و گاه در شمال نروژ یافت می شود .

غذای طبیعی
پلانکتون ها ، لارو ماهی ها و ماهیان کوچک

اسامی دیگر
لاتین Scomber scombrus
انگلیسی Mackerel
فرانسوی Maquereau
آلمانی Makrele

- ارزش غذایی**
- گوشت ماهی ماکرل از نظر مواد ذیل بسیار غنی است
 - پروتئین : ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن
 - اسیدهای چرب امگا 3 با منشأ دریایی که از بروز بیماری های قلبی – عروقی پیشگیری و ریسک این مشکلات را کاهش داده و از اجزاء ساختمانی مهم سلول های مغزی است .
 - ویتامین D ، مورد نیاز برای ایجاد تعادل یون کلسیم در بدن که برای استحکام استخوان ها نیز ضروری است .
 - سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرایندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات بیشتر در خصوص ارزش غذایی این ماهی را می توانید در لینک ذیل مشاهده نمایید
www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data

ارزش غذایی 100 گرم گوشت ماهی قباد (ماکرل) صید شده بین ماه های مه تا ژوئن (بخش خوراکی)
انرژی 516 کیلوژول / 123 کیلوکالری

مواد مغذی

پروتئین 16.6 گرم

چربی 5.4 گرم

اسیدهای چرب اشباع 1.2 گرم

اسیدهای چرب ترانس 0 گرم

اسیدهای چرب غیر اشباع با یک پیوند دوگانه 2.2 گرم

اسیدهای چرب غیر اشباع دارای پیوندهای دوگانه متعدد 1.3 گرم

کلسترول 68 میلیگرم

کربوهیدرات تام 0 گرم

ویتامین ها

ویتامین A 14 RAE

ویتامین D 6 میکروگرم

ریبوفلاوین 0.36 میلی گرم

فولیک اسید 1 میکروگرم

ویتامین B12 12 میکروگرم

مواد معدنی

آهن 0.9 میلی گرم

سلنیوم 30 میکروگرم

منابع :

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g4/haddock-raw-04.110)
Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/hyse/nordostartisk_hyse/nb-no)



ماهی قباد تریاکی با ماریناد

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

کباب ماکرل تریاکی با ماریناد غذایی ساده ولی خوشمزه است . این کباب را با برنج یاسمین (تایلندی) و سالاد سرو نمایید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

برای مصرف 4 نفر
مدت زمان پخت 20 تا 40 دقیقه
سطح دشواری متوسط

مواد لازم

هشت قطعه فیله قباد
2 قاشق غذاخوری روغن

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

مواد لازم جهت تهیه ماریناد

1 حبه سیر

1 عدد علف لیمو

2 سانتی متر زنجبیل تازه

یک و نیم دسی لیتر سس سویا

ده سی سی آب

کمی شکر

با برنج ، کاهو و گوچه فرنگی میل نمائید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

طرز تهیه

سیر ، غلف لیمو و زنجبیل را شسته و کاملاً خرد کنید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

سبزیجات بالا را با سس سویا آب و شکر در یک ماهیتابه مخلوط نموده و بجوشانید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

ماریناد را به مدت 5 دقیقه پخته و پس از آن اجازه دهید سرد شود .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

قطعات ماهی را به مدت 10 دقیقه در ماریناد بخیسانید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

فیله ها را پس از 10 دقیقه از ماریناد خارج نموده خشک کنید و چندین بار روی آن ها را با روغن آغشته نمائید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

فیله ها را در یک ماهیتابه (با مقدار کمی روغن) قرار داده و هر طرف را به مدت 2 دقیقه سرخ کنید .

ماهی قباد تریاکی با ماریناد

ماهی ها را با برنج کته ای و سالاد و مایقی ماریناد میل کنید .



شاه ماهی

شاه ماهی نروژ به دلیل کیفیت و نیز رنگ زیبای نقره ای که دارد از شهرت جهانی برخوردار است. آب های تمیز و سرد شمال ، به معنای رشدی کند و مزه ای عالی در شاه ماهی های نروژ می باشد .

ماهی هرینگ (شاه ماهی) ، گونه ای سطح زی است که در گروه های بزرگ زندگی کرده ، در طول ساحل و دور از آن به سمت دریا و حتی در اعماقی حدود 200 متر به مهاجرت می پردازد .
دو جمعیتی از شاه ماهی شناسایی شده است : شاه ماهی اقیانوس اطلس و شاه ماهی اقیانوس آرام . این تقسیم بندی بر اساس زمان و مکان تخمیزی ، اندازه ، سرعت رشد و چگونگی مهاجرت این دو جمعیت انجام شده است .

شاه ماهی اقیانوس اطلس بزرگترین جمعیت را دارا بوده و دارای دو نژاد نروژی (دارای تخمیزی بهاره) و شاه ماهی دریای شمال می باشد . نژاد نروژی با تخمیزی بهاره ، در فوریه و مارس در بستر دریا در طول ساحل کشور نروژ تخمیزی می نماید . تخم ها پس از سه هفته تخریخ شده و لارو های تولیدی به وسیله جریانات دریایی به سمت شمال و به سوی دریای بارنتز رانده می شوند.پس از سه تا چهار سال ، شاه ماهی های بالغ دریای بارنتز را ترک و به سمت جنوب مهاجرت می کنند تا به گروه مولدین در حال تخمیزی بپیوندند . شاه ماهی ها خود ، شکار ماهی های کاد ، زغال ماهی ، پرندگان دریایی و نهنگ ها بوده و همواره تعداد زیادی نهنگ قاتل در تعقیب گله های هرینگ درحال مهاجرت دیده می شوند .

صید از خایر دریایی

بهترین زمان صید شاه ماهی دریای شمال ، در طول تابستان است که چربی بدن این ماهی ها تا حدود 25 درصد افزایش می یابد .چربی بدن شاه ماهی های نروژی که تخمیزی آن ها در بهار انجام می شود در طول سال متفاوت است اما بالاترین میزان چربی در پاییز مشاهده شده است .
عمر شاه ماهی می تواند عبارت است از صید محاصره ای ، ترال سطحی و تور گوشگیر .

خصوصیات محصول

شاه ماهی در اشکال ذیل عرضه می شود

- فیله منجمد و ورقه ای
- ماهی منجمد کامل
- اندازه

شاه ماهی نروژی سایز بندی شده و به فروش می رسد . دستجات رایج سایز شاه ماهی به قرار زیر است

زیر 200 گرم

200 تا 300 گرم

250 تا 300 گرم

350 گرم

450 گرم

1 کیلوگرم

حداکثر اندازه

تا 40 سانتی متر طول و 500 گرم وزن

منطقه صید

جمعیت شاه ماهی نروژ در طول ساحل نروژ در دریای شمال و شمال شرقی اقیانوس اطلس یافت می شود .

غذا

پلانکتون

اسامی دیگر

لنتین
انگلیسی Clupea harengus
فرانسوی Herring
آلمانی Hering

ارزش غذایی

ماهی هرینگ از نظر ترکیبات ذیل غنی است :

- پروتئین : ایجاد و حفظ ساختار تمامی سلول ها در بدن
- اسیدهای چرب امگا 3 با منشأ دریایی که از بروز بیماری های قلبی – عروقی پیشگیری و ریسک این مشکلات را کاهش داده و از اجزاء ساختمانی مهم سلول های مغزی است .
- ویتامین D ، مورد نیاز برای ایجاد تعادل یون کلسیم در بدن که برای استحکام استخوان ها نیز ضروری است .
- سلنیوم ، عنصری مهم که برای عملکرد آنزیمی که در برابر فرایندهای مضر ، به سلول های بدن کمک می کند بسیار حیاتی است .

اطلاعات بیشتر در خصوص ارزش غذایی این ماهی را

می توانید در لینک ذیل مشاهده نمایید

www.nifes.no/en/prosjekt/seafood-data.

ترکیبات مغذی

ارزش غذایی 100 گرم گوشت خام شاه ماهی زمستانه (بخش خوراکی) :

انرژی 776 کیلوژول / 187 کیلوکالری

ترکیبات مغذی

پروتئین

چربی

اسیدهای چرب اشباع

اسیدهای چرب ترانس

اسیدهای چرب غیر اشباع با یک پیوند دوگانه 5.9 گرم

اسیدهای چرب غیر اشباع دارای پیوندهای

دوگانه متعدد 3.3 گرم

کلسترول

کربوهیدرات نام

ویتامین ها

ویتامین A 6 RAE
ویتامین D 11.5 میکروگرم
ریبوفلavin 0.3 میلی گرم
فولیک اسید 11 میکرو گرم
ویتامین B12 12 میکروگرم

مواد معدنی

آهن

سلنیوم

منابع

Matvaretabellen (http://www.matvaretabellen.no/fish-and-shellfish-g4/haddock-raw-04.110)
Havforskningsinstituttet (http://www.imr.no/temasider/fisk/hyse/nordostarktisk_hyse/nb-no)

کوفته با شاه ماهی

این غذا ، نمونه نروژی از کوفته

کلاسیک است که از شاه ماهی

، سیب زمینی ، سیر و ادویه جات

تهیه شده و با سس سالسا و

Aioli سرو می شود .

برای مصرف 4 نفر

مدت زمان پخت : 40 تا 60 دقیقه

سطح دشواری : متوسط

مواد مورد نیاز

500 گرم فیله شاه ماهی

500 گرم سیب زمینی

2 حبه سیر

2 عدد پیازچه

1 عدد تخم مرغ

نصف قاشق چای خوری دارچین

نصف قاشق چایخوری شکر

10 قطره سس فلفل تند

1 قاشق چایخوری آرد سیب زمینی

کره ، نمک و فلفل

بریده نان

روغن ذرت

تهیه سس سالسا

20 گرم گوچه فرنگی خشک

1 حبه سیر

2 عدد پیازچه

1/2 فلفل قرمز

یک و نیم دسی لیتر رب گوچه

پنج سی سی روغن

نمک

شکر

تهیه سس Aioli

4 حبه سیر

بیست سی سی سس مایونز

نمک و فلفل و آبلیمو

طرز تهیه

پوست سیب زمینی ها را گرفته ، در آب

بدون نمک کمی جوشانده و سپس به

خوبی آبیگری نمایید .

هر دو طرف ماهی ها را در روغن به

مدت 2 دقیقه سرخ کنید .

سیر را رنده و پیازچه ها را خرد نمائید.

سیب زمینی ، ماهی ، سیر ، پیاز، تخم

مرغ ، دارچین ، شکر و سس تند را در

کاسه ای بزرگ ریخته و به خوبی با هم

مخلوط کنید .

با فلفل و نمک ، مخلوط را طعم دار

کنید .

آرد سیب زمینی را در مخلوط ریخته و

آنقدر به هم بزنید تا قوام لازم را پیدا کند .

از مخلوط ساخته شده گلوله های

کوچک ساخته و در بریده های نان

بپچید .

گلوله ها را در روغن سرخ کنید تا به

رنگ طلایی در آمده ، سپس آن ها را از

روغن خارج نموده و روی کاغذ خشک

کن قرار دهید تا روغن اضافی به کاغذ جذب شود .

تهیه سس سالسا

گوچه فرنگی های خشک شده را در

برش های نازک قطعه قطعه کرده ،

سیر ، پیازچه و فلفل را قطعه قطعه

نمائید .

تمام مواد لازم برای تهیه سس سالسا

(که در ابتدا گفته شد) با یکدیگر

مخلوط کرده و به مدت 20 دقیقه

بپزید .

سس تهیه شده را با نمک و کمی شکر

طعم دهید .

تهیه سس Aioli

-سیر را رنده نموده و با مایونز مخلوط

کنید .

-مخلوط را با آب لیمو ، نمک و فلفل

طعم دار نمایید .

محصولات غذایی دریایی نروژ

تولید شده در آب های سرد و پاک کشور نروژ

انجمن غذاهای دریایی نروژ ، سازمان دهی صنعت تولید غذاهای دریایی نروژ را در راستای فعالیت مشترک در توسعه بازار این صنعت بر عهده دارد. فعالیت این انجمن در کنار شیلست و دست اندرکاران صنعت آبی پروری نروژ در جهت توسعه بازار این محصولات و با بررسی چشم انداز بازار ، توسعه بازارهای هدف و مدیریت مخاطرات در زمینه اعتبار و اعتماد مصرف کنندگان می باشد . دفتر مرکزی انجمن غذاهای دریایی نروژ ، در Tromsø قرار داشته و نمایندگان این انجمن در 12 بازار عمده و واجد اهمیت غذاهای دریایی حضور دارند .

تأمین مالی فعالیت های انجمن از طریق مالیات های وضع شده بر صادرات غذاهای دریایی نروژ و با سرمایه گذاری زیر بخش های این انجام می گیرد . انجمن غذاهای دریایی نروژ ، شرکت ملی است که تحت مالکیت وزارت تجارت ، صنعت و شیلست می باشد .

Norwegian Seafood Council
Stortorget 1
9291 Tromsø Norway

Phone: +47 77 60 33 33
E-mail: mail@seafood.no

www.seafood.no