

# SÖCKERTÅNG

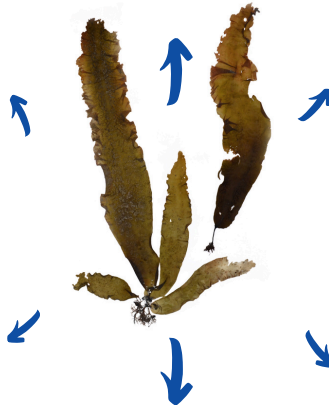


Innehåller: Massvis med bra näringsämnen bland annat jod och kalcium.

Ersättare:  
Blåmusslan har en egen smak men kan ersättas med andra musslor såsom hjärtmussla och andra skaldjur.

Maträtter: Sockertång kan t.ex. användas i soppor, som tångchips eller i bröd. Nori är en tång som används till sushi.

Lever: På 1-30 metersdjup men vanlig på 2-15 meter.



Välj tång: Tång passar bra som tillbehör och smaksättning. Perfekt om du är vegetarian.

Storlek: Bladen kan bli upp till 3 meter långa och 10-30 cm bred.

Utseende: Sockertång ser ut som ett stort, långt brunt band med vågiga kanter som böljar i vattnet.

Tillagning: Tången kan serveras färsk men det är bra att snabbt doppa den i kokande vatten för att bli av med en del av mineralen jod.



# SÖCKERTÅNG

*Mytilus edulis*



kul fakta!

## VISSTE DU ATT...

- Ett annat namn för tång är makroalger. Dessa växer i havet och syns under ytan. Sjögräs kallas felaktigt för tång men är egentligen ett slags blomväxt och har rötter.
- Tång fäster till underlaget med fästskivor.
- I Sverige odlar vi tång, framför allt sockertång men också havssallat och dulce.
- Tång kan användas till mycket. Man kan isolera hus med tång, göra vegansk kaviar, kosttillskott, hudvård, plast och såklart äta den som den är.
- Enligt allemansrätten får du lov att plocka tång själv. Alla tångsorter är ätliga. Använd en sax och klipp av istället för att dra och plocka där vattnet har en bra genomströmning.

SJÖMATSGLÄDJE