

Surströmming: jak jeść ten szwedzki przysmak o intensywnym zapachu

Surströmming to fermentowany śledź bałtycki, uznawany za jeden z najbardziej kontrowersyjnych przysmaków szwedzkiej kuchni. Produkt ten wyróżnia się niezwykle intensywnym zapachem, który dla nieprzygotowanych osób może być trudny do zniesienia. Mimo to, w Szwecji cieszy się statusem kultowego przysmaku, szczególnie w północnych regionach kraju.

Historia i kulturowe znaczenie surströmmingu

Tradycja fermentowania śledzi w Szwecji sięga XVI wieku, kiedy to rybacy z północnych wybrzeży szukali sposobu na przedłużenie trwałości połowów. Początkowo fermentacja była prostą metodą konserwacji, wymuszoną niedoborem soli podczas wojen. Z czasem surströmming stał się elementem szwedzkiej tożsamości kulinarnej, a jego spożywanie przerodziło się w rytuał społeczny.

„Surströmmingsskiva” – tradycyjne przyjęcie z surströmmingiem w roli głównej – to ważne wydarzenie w szwedzkim kalendarzu kulinarnym, organizowane głównie w sierpniu, gdy rozpoczyna się sezon na ten przysmak.

Współcześnie surströmming jest nie tylko pokarmem, ale również symbolem kulturowym, elementem dziedzictwa i powodem do dumy dla wielu Szwedów, szczególnie z regionu Norrland.

Proces fermentacji i charakterystyczny zapach

Produkcja surströmmingu opiera się na kontrolowanej fermentacji śledzi bałtyckich, które najpierw są lekko solone, a następnie umieszczane w szczelnych puszkach, gdzie fermentują przez co najmniej 6 miesięcy. Podczas tego procesu bakterie rozkładają białka ryby, wytwarzając związki zawierające siarkę, w tym siarkowodór i kwas masłowy.

Te związki chemiczne są odpowiedzialne za charakterystyczny, niezwykle intensywny zapach, który przyczynił się do nadania surströmmingowi tytułu „najbardziej cuchnącej żywności na świecie”. Zapach ten porównywany jest do zgniłych jaj, zepsutego mięsa czy ścieków.

Ciekawostka: Puszki z surströmmingiem często są wyrzucane z powodu ciągłego procesu fermentacji i wytwarzania gazów. Niektóre linie lotnicze zabraniają przewożenia tego produktu ze względu na ryzyko wybuchu puszki na wysokości.

Mimo odpychającego dla wielu zapachu, smakosze cenią surströmming za złożony, umami smak, który jest znacznie łagodniejszy niż sugerowałby to aromat. Wartości odżywcze fermentowanego śledzia są imponujące – produkt jest bogaty w białko, kwasy tłuszczowe omega-3, witaminy z grupy B oraz minerały, w tym selen i jod, co czyni go nie tylko kulinarną ciekawostką, ale również wartościowym elementem diety.

Jak prawidłowo jeść surströmming – szwedzki protokół konsumpcji

Sztuka otwierania i serwowania

Surströmming to nie tylko potrawa, ale prawdziwy szwedzki rytuał kulinarny wymagający odpowiedniego przygotowania.

Otwieranie puszki musi odbywać się wyłącznie na zewnątrz lub pod wodą – to absolutnie kluczowa zasada! Sfermentowany śledź uwalnia intensywny zapach, który w zamkniętym pomieszczeniu może być nie do zniesienia. Doświadczeni Szwedzi często otwierają puszkę zanurzoną w wiadrze z wodą, co znacząco redukuje rozprzestrzenianie się aromatu.

Tradycyjny sposób serwowania surströmmingu to przygotowanie *surströmmingsklämma* – specjalnej kanapki na bazie tunnbröd (cienkiego, miękkiego chleba). Procedura wygląda następująco:

1. Rozłóż dwa kawałki tunnbröd
2. Na pierwszym umieść ugotowane i pokrojone w plastry ziemniaki
3. Dodaj filety surströmmingu (wcześniej dokładnie oczyszczone z ości)
4. Posyp drobno posiekaną czerwoną cebulą
5. Dopełnij kleksem śmietany lub kwaśnej śmietany
6. Przykryj drugim kawałkiem chleba i złóż w formę „kanapki”

Dla początkujących zaleca się **stopniowe zwiększanie ilości surströmmingu** w kanapce, zaczynając od niewielkiej porcji, aby przyzwyczaić podniebienie do intensywnego smaku.

Tradycje i napoje towarzyszące

Szwedzi mają jasno określone preferencje dotyczące napojów towarzyszących surströmmingowi. Najpopularniejsze opcje to:

- *Piwo* (najlepiej jasne lager) – jego goryczka i gazowanie doskonale równoważą intensywny smak ryby
- *Schnapps* (akwawit) – tradycyjny skandynawski alkohol ziołowy, który pomaga „przepłukać” podniebienie
- *Mleko* – zaskakujący, ale skuteczny wybór, szczególnie dla osób niepijących alkoholu

Prawdziwi entuzjaści surströmmingu świętują *Surströmmingspremiär* – oficjalne otwarcie sezonu, które

przypada na trzeci czwartek sierpnia. To wydarzenie często przybiera formę spotkań towarzyskich na świeżym powietrzu, gdzie Szwedzi wspólnie delektują się tym kontrowersyjnym przysmakiem. Podczas premiery przestrzega się wszystkich tradycyjnych protokołów, a doświadczeni konsumenci wprowadzają nowicjuszy w tajniki właściwej degustacji.

„Surströmming to nie tylko jedzenie, to doświadczenie kulturowe. Kluczem do jego docenienia jest przestrzeganie tradycyjnego protokołu i stopniowe przyzwyczajanie się do jego unikalnego charakteru” – Magnus Nilsson, szwedzki szef kuchni