# Fakta om räkmackan

## Räkornas och fiskets historia

I Sverige blev det populärt att äta räkor på 1500-talet, men då bara högreståndspersoner.   
Folket tyckte det var orent att äta skaldjur, som uppfattades som en sorts insekter.  
Fisket var dock mycket småskaligt.   
  
På 1800-talet började Danmark och Norge med ett mer systematiskt räkfiske och Sverige följde efter vid sekelskiftet 1900. Mer exakt började det i Kosterfjorden 1902. Det finns i dag drygt 200 räktrålare i Sverige. Auktionsplatser finns i Göteborg, Smögen och Strömstad.

### Trivia om räkmackor och räksmörgåsar:

* Ordet *räksmörgås* är ett av få ord i svenskan som innehåller alla de unikt svenska bokstäverna (å, ä och ö) och används därför ibland för att testa om datorsystem rätt uppfattar dessa bokstäver.
* Leif Mannerström har sagt att det borde finnas en ”Räkmackans vänner” för alla älskar ju denna rätt.
* Etikettexperten Magdalena Ribbing anser att en räksmörgås endast skall vara en smörgås med räkor, utan ägg och garnering och med majonnäsen i en skål bredvid. Hatten av för hennes etikettskunnande, men hon borde nog hålla sig borta från gastronomin: En räkmacka utan majonnäs är ingen räkmacka!
* Tore Wretman skapade en räkmacka lyx 1962 när han i jakt på att finna lite mer prisvärda förrätter till Operakällares meny stekte brödet, hackade räkorna och rörde ut dem med majonnäsen, och sedan bytte äggskivorna mot löjrom. Räkmackans kusin "Toast Skagen" var född.
* Även kräftmackan kan ses som en kusin till räkmackan.

## Receptet

Bröd, smör, räkor, majonnäs, ägg, grönsak (sallad eller möjligen sparris), citronskiva – gärna en dillkvist. Lallerstedt har även rödlök.

Räkorna måste vara färska, handskalade och av riktigt god kvalitet!

Majonnäsen är också mycket viktigt, den ska helst vara hemlagad, smörgåsen vinner så enormt på det. Eller åtminstone en sort som inte är så söt och syrlig som standardmajonnäsen i svenska affärer, utan en fransk. Faktiskt är även amerikansk majonnäs märkligt nog bättre än svensk.

Brödet, vanligast i Sverige vitt formbröd utan struktur och smak, men många ansluter till den danska smörrebrödtradtionen och föredrar grovt rågbröd. Men brödet är inte så viktigt, det måste finnas där för att man skall kunna kalla det macka, men egentligen är det bara en förevändning för att få äta räkor och ägg med majonnäs . Avstår man från brödskivan har den noll i GI.

En rätt man ska passa på att beställa när man är på restaurang, eftersom den inte är mycket billigare att göra själv, men innebär mycket jobb.

## Räkmackan på Stockholm Arlanda och Göteborg Landvetter Airport

I dag är räkmackan den rätt som mest förknippas med flygresor och annat resande. Lite modern statistik:

* Räkmackans dag, den 14 oktober, instiftades på Stockholm Arlanda Airport 2009.
* På Stockholm Arlanda och Göteborg Landvetter Airport säljs cirka 7.000 räkmackor i veckan, det blir 364.000 på ett år. Det är den överlägset mest sålda produkten i alla Arlandas restauranger.
* Det går åt 42 ton räkor på Arlanda varje år. Räkorna fiskas mestadels i de kalla vattnen i Ishavet, kring Island och Grönland. Räkorna fiskas av små båtar inte lång från land, sedan transporteras de direkt till land där de skalas och läggs i en saltad lake. Räkorna har aldrig varit frysta vilket innebär en mycket fin kvalitet.
* Det finns klassiska räkmackor med räkor, ägg, majonnäs, kaviar och citron. Arlanda har räkmackor från mini till XL, som innehåller 200 gram räkor. Det finns också räkmackor med skagenröra och japanska varianter med kräftstjärtar och wasabi (men då är det inte räkmackor).