

Filetering av laks



Skrap skjellene av fisken, og skyll den godt.



Legg fisken med ryggsiden mot deg.

Før kniven inn rett bak ørebeinet med bladet mot hodet og skjær ned til beinet.

Snu kniven mot sporen og skjær langs ryggbeinet helt ned til sporen.



Skjær bort bukbeina og finnefestene



Beinene som sitter i tykkfileten nappes ut med en pinsett eller laksetang.



For å ta av skinnet må du bruke en skarp kniv med et ikke for stivt blad.

Begynn ved sporen og skjær på skrå ned mot skinnet. Ta godt tak i den delen av skinnet du har løsnet. Før kniven fremover, samtidig som du drar skinnet mot deg