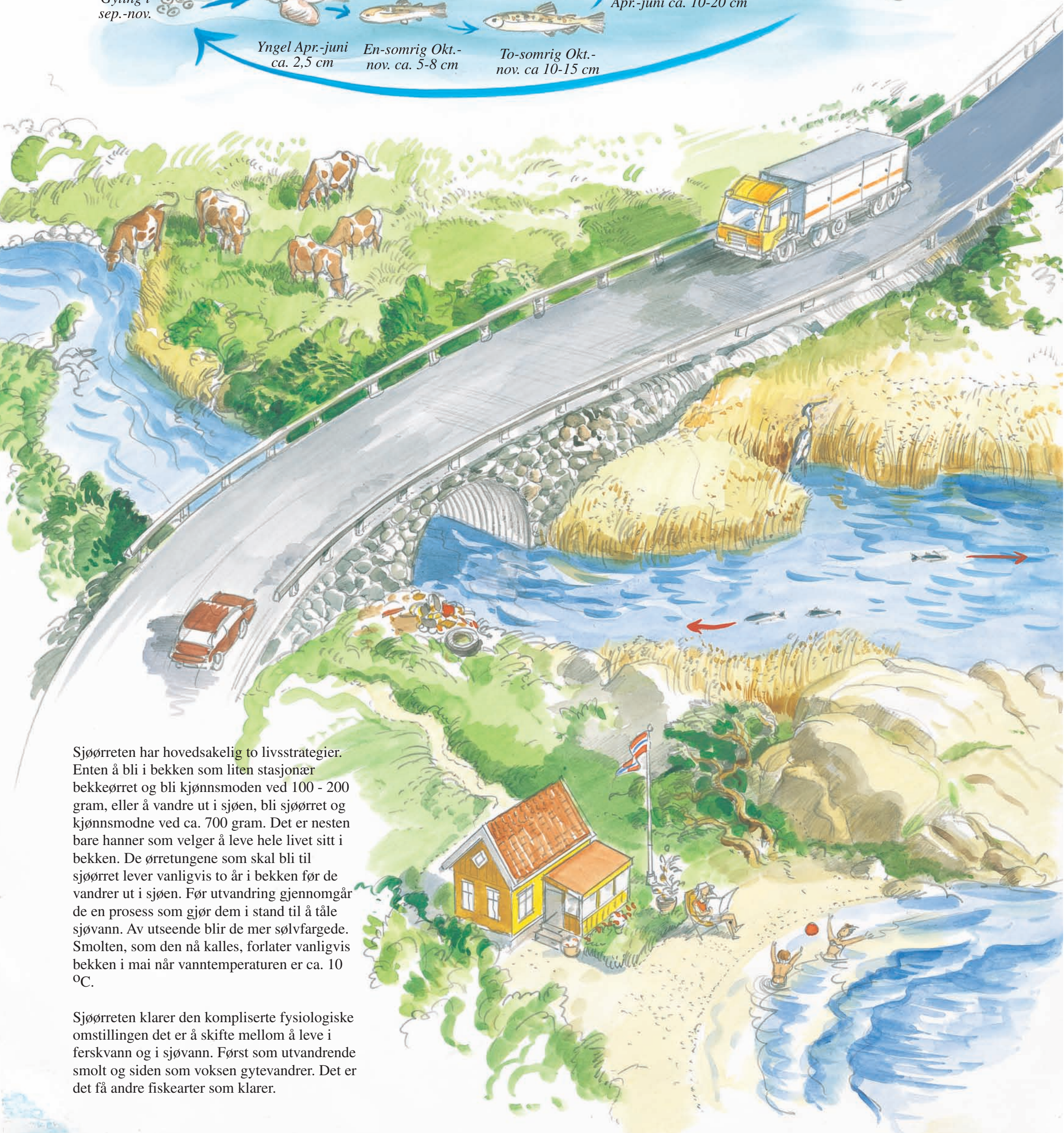
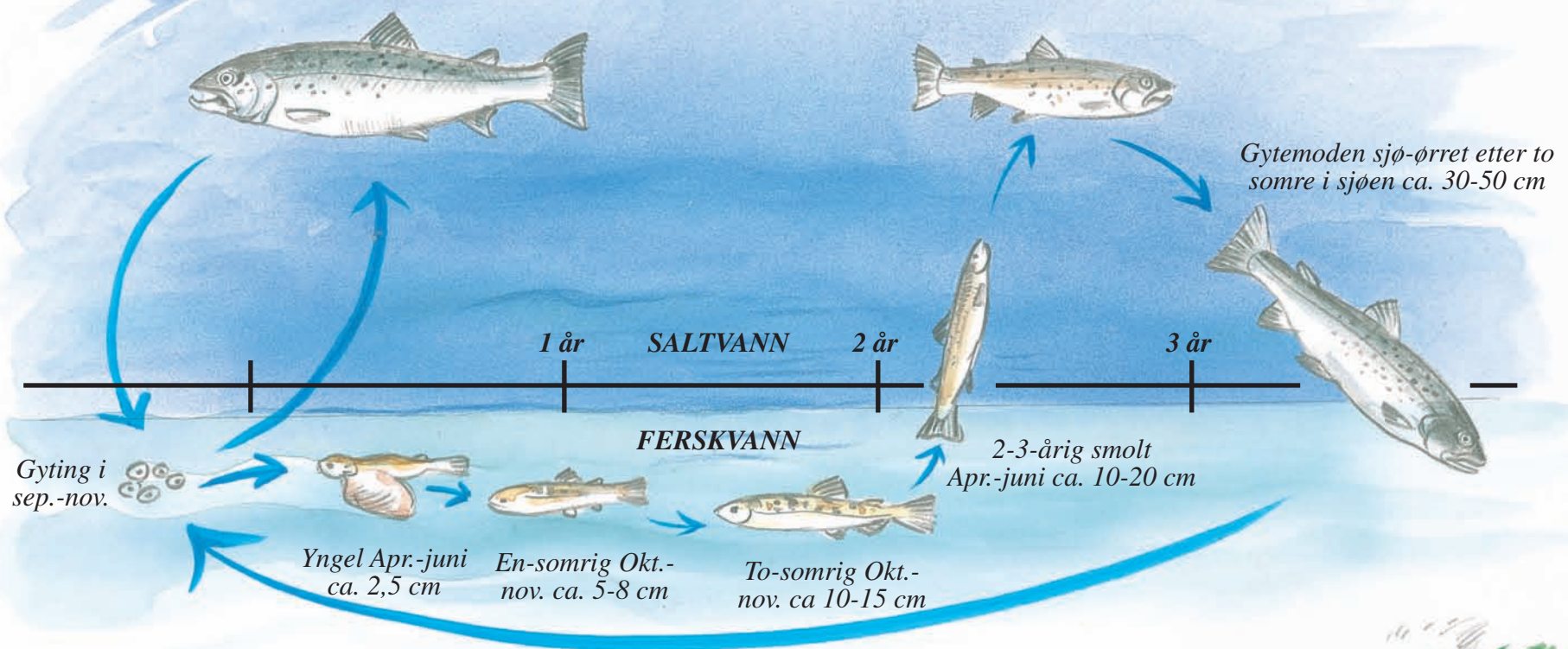


Flergangsgytende sjø-ørret opptil 70-80 cm

Umoden sjø-ørret etter en sommer i sjøen ca. 20-30 cm



Sjøørreten har hovedsakelig to livsstrategier. Enten å bli i bekken som liten stasjonær bekkeørret og bli kjønnsmoden ved 100 - 200 gram, eller å vandre ut i sjøen, bli sjøørret og kjønnsmodne ved ca. 700 gram. Det er nesten bare hanner som velger å leve hele livet sitt i bekken. De ørretungene som skal bli til sjøørret lever vanligvis to år i bekken før de vandrer ut i sjøen. Før utvandring gjennomgår de en prosess som gjør dem i stand til å tåle sjøvann. Av utseende blir de mer sølvfargede. Smolten, som den nå kalles, forlater vanligvis bekken i mai når vanntemperaturen er ca. 10 °C.

Sjøørreten klarer den kompliserte fysiologiske omstillingen det er å skifte mellom å leve i ferskvann og i sjøvann. Først som utvandrende smolt og siden som voksen gytevandrer. Det er det få andre fiskearter som klarer.