

STOLT

#6

2019

MAT I SÖRMLAND

PASSION:MOD:TANKE

MED SMAKEN
SOM RESMÅL

3

GÅNGER
HÄLLEFORSNÄS

Rysk kaviar
FRÅN SÖRMLAND

*Duka
med Annas
keramik*

Krögaren

FREDRIK ERIKSSON

hotel
malmköping

Hotell, konferens & restaurang



0157-245 80 / info@hotellmalmkoping.se / www.hotellmalmkoping.se





Liselott Hagberg.

Den sörmländska maten skapar stolthet

Isex år har jag med stolthet tagit emot ett nytt nummer av Stolt Mat. En skrift som med sitt breda innehåll visar på allt det fantastiska vi har och skapar i vårt län.

Sedan Stolt mat startades har en viktig utvecklingsresa ägt rum. Genom samarbeten har en stark sörmländsk matidentitet skapats, mycket tack vare den utvecklingskraft vi har inom området mat. Vi har en lång och stolt tradition av matproduktion som dels handlar om jordbruk, fiske och jakt men även om förädling. Tillgänglig statistik visar att det 2016 fanns nästan tretusen företag inom primärproduktion i Sörmland. Även inom den växande besöksnäringen har sörmländsk mat fått stor betydelse för att stärka identiteten.

Under våren presenterades Sörmlands livsmedelsstrategi vilken arbetats fram av medarbetare på länsstyrelsen i samverkan med Region Sörmland och LRF. Där har vi fastlagt viktiga mål och skapat en handlingsplan med mätbara mål för att kunna följa utvecklingen som sker framåt. Läs mer om strategin på sidorna 46–47.

Strategin handlar bland annat om att öka självförsörjandegraden där även frågan om klimat och säkerhet är en viktig del då vi i dag är beroende av att importera mat. I vårt län har vi fantastiska möjligheter att ta tillvara länets högkvalitativa produktion.

Vi behöver en tydligare bild av jordbrukets betydelse och förmedla den. Något vi gör bland annat genom Stolt Mat och arbetet med innovativ företagsutveckling från primärproduktion till förädling och genom att finna samarbeten över gränserna.

Allt det fantastiska som sker och som vi har tillgång till här i länet återspeglas varje år i skriften Stolt Mat. Till min glädje har det varit enkelt att fylla den med innehåll utan att vi behövt upprepa oss. Så mycket finns och utvecklas inom området från jord till bord.

Stolt Mat är resultatet av ett gott samarbete mellan länsstyrelsen i Södermanlands län, Region Sörmland, Sörmlands Sparbank och Sparbanken Rekarne – där min förhoppning är att arbetet ska få en permanent form under 2019.

Välkommen till ny, spännande och inspirerande läsning!

Liselott Hagberg
Landshövding i Södermanland

3 SNABBA TILL LISELOTT HAGBERG

Vilket är ditt favoritäpple?

– Jag gillar äpplen som är friska och syrliga och fasta i köttet. Vilket jag tror att alla våra sörmländska äpplen är.

Var reser du i sommar?

– I sommar är jag turist i Sörmland. Dels för att det varnas för en torr sommar även i år och då vill jag vara hemma men även för att vi har så mycket att se och göra här utan att vi behöver resa så långt.

Vad är det bästa med en livsmedelsstrategi?

– Den ger ett tydligt signalvärde att svensk matproduktion är viktig och angelägen.

52



28



09



72



74



66



40



68



26



82



60

INNEHÅLL

- 6 Trosa strömmingsfestival
- 10 Smakresa i Sörmland
- 12 Nätverk lyfter maten
- 14 Profilen: Fredrik Eriksson
- 20 Follow Your Star
- 23 Krönika: Relationsmat
- 24 Det händer i Vingåker
- 32 Spannmål till grönsaker
- 34 Tallrikar som lyfter
- 38 Dukningstips
- 40 Offentlig måltid mer lokal
- 42 Monas lufttorkade skinka
- 46 Strategi med mål
- 50 Virå levererar vilt
- 52 Rysk kaviar från Sörmland
- 56 Kyckling till alla
- 59 Hälleforsnäs växer
- 66 Ösvreta gårdsmjölk
- 68 Äppellandskap på gång
- 72 Lär allt om korv
- 74 Warbro kvarn gör malt
- 78 Nils Oscar satsar på Balder
- 82 Lida gård ett utflyktsmål
- 84 Sörmländska matmarknader
- 88 White Guide
- 90 Länets matguide

STOLT MAT I SÖRMLAND

Magasinet Stolt Mat 2019—volym 6 ges ut av Stolt Mat i Sörmland: ett samverkansprojekt mellan Länsstyrelsen i Södermanlands län, Region Sörmland, Sörmlands Sparbank och Sparbanken Rekarne

Produktion: Reklamateljén Sörmlandsmedia, reklamateljén.nu

Redaktör: Catarina Bennetoft, 070-655 45 59

Skribenter: Catarina Bennetoft, Anneli Nyström, Malin Turunen och Lou Norén

Fotografer: Stefan Wettainen, Bobo Lindblad, Catarina Bennetoft, Rocco Gustafsson, mattonstock.com, pexels.com, foter.com

Tryckeri: Österbergs Tryckeri

Omslag: Fredrik Eriksson, foto Stefan Wettainen

Logo framsida: aStory

Samverkanskoordinator Stolt Mat i Sörmland:

Bengt Jansson, 070-598 05 55,

stoltmatisormland.se

ISSN: 14000792-14



Strömmingen HAR EN EGEN FESTIVAL

Text: Catarina Bennetoft | Foto: Paola Andersson

Självklart ska östkustens silver – strömmingen – firas med en festival och det görs bäst i Trosa där den traditionellt fiskats i århundraden.

På Kristihimmelsfärdsdagen bjuds det på historiska vandringar, forskningsberättelser och goda strömmingsrätter runt om i centrala Trosa.



Över 4 000 nyfikna besökare kommer till Trosa för att fira och förkovra sig i både smak och kunskap om strömmingen. Något finns här för alla utan kostnad. Barnen kan tävla i mete. Man kan besöka Alla barns roliga dag eller ta med föräldrarna på den historiska teatervandringen. Ett skådespel som gestaltar livet i Trosa för länge sedan. Om hur de gamla handlarna, de så kallade skärborgarna, flyttade från staden ut i skärgården på sommaren för att fiska, salta och sedan sälja fisken under senhöst och vinter.

Än i dag kallar skärfogden till fest och flytt ut i skärgården när han vandrar genom staden och kallar alla till samling på festivaldagen. Då för längesedan tömdes Trosa helt på sin befolkning under sommaren – i dag är det tvärt om!

Det är tredje året som det ambitiösa ”strömmingsnätverket” med Jessica Gustáv i spetsen arrangerar festivalen.

– En tanke om att göra något om Trosas historia har funnits länge, så när jag började på Östra Sörmlandsposten fick jag tillsammans med de andra i nätverket möjligheten att utveckla tankarna till en festival där vi satte strömmingen och fiske i fokus, berättar Jessica. Det kändes självklart eftersom vi bor i en gammal fiskestad.

Syftet är både att öka kunskapen om Östersjön och Östersjöfisk och om Trosas historia av fiske och skärgårdsliv.

Förr var fiskarna många i Trosa. I dag finns bara en yrkesfiskare kvar. På festivalen säljs nyfångad Trosaströmming direkt från båten och nystekt i strömmingstältet.

En annan viktig del som lyfts fram under festivalen är forskningen som sker på Askö.

– De pengar som blir över från festivalen köper vi forskningsutrustning för till Askölaboratoriet, berättar Jessica. De gör ett viktigt arbete för att öka förståelsen för vad som sker i vårt hav och för oss Trosabor är Östersjön en viktig del av våra liv, även om de flesta inte längre livnär sig av havet.

Tillgången på strömming har gått ner på senare år. Det råder en obalans i havet som påverkar både tillgången och strömmingens storlek.

– Det här är komplexa och komplicerade samband så vi är väldigt glada över att samarbeta med Askölaboratoriet som hjälper oss att förstå frågorna bättre och på så sätt också hur vi ska kunna hjälpa havet att må bättre.

Med festivalen vill man stärka Trosa som fiskstad och locka fler att äta fisk.

Smaka på strömming

Under festivalen sprids doften av nystekt strömming och andra spännande anrättningar från stans krogar som deltar i evenemanget. På Östra Hamnplan bjuds även strömmingsrätter i tältet där krogarna deltar med sin personal. I år kommer ett nytt evenemang gä av stapeln i anslutning till strömmingstältet – en kockarnas kamp mellan stans olika restauratörer. Ett spännande tillägg liksom att det i år kommer serveras nya strömmingsrätter på krogarna. ●

På nästa uppslag bjuder Stolt Mat på tidigare års favoriter från Fina Fisken och Trosa Matstudio.

Recept!

VÄRT ATT VETA

Vill du ha ett unikt simmärke ska du fara till badhuset i Trosa på en simtur och uppfylla kriterierna för att få en silverströmming till simmärckessamlingen.

På våren kastades förr de fiskebåtar som inte underhållits under vintern på valborgsmässobrasan. En tradition som hållit i sig, även om båtarna senare varit mer symboliska.

Efter andra världskriget låg norra Europas största fiskerökeri här. Det fanns där restaurangen Fina Fisken ligger i dag, men än i dag röker fiskaren Trosaböckling.

Strömming eller sill – vad den kallas beror på var den fiskats. Gränsen går i Kalmarsund.

De glittrande strömmingarna har Trosas guldsmeder fångat i berlocker som finns att köpa under festivalen.



Skepparströmming

Denna macka är perfekt för strömmingsnybörjaren eller den som är rädd för ben. Knäckebrödet och det mjuka moset döljer dessa helt.

Till 4 pers:

16 små strömmingsfiléer
5 dl gräddfil
2 dl dijonsenap
2 dl ströbröd
1 dl grovt rågmjöl
Smör att steka i

Tillbehör:

Dill
Gräslök
Rostat knäckebröd
Potatismos av mandelpotatis
Rårörda lingon
Citronklyftor

Gör så här:

1. Klipp ryggen av strömmingarna. Blanda gräddfil och dijonsenap. Lägg i filéerna och marinera över natten, ca 12 timmar.
2. Lägg samman strömmingarna två och två med köttssidan mot varandra.
3. Vänd flundrorna först i ströbröd blandat med rågmjöl.
4. Bryn smöret gyllenbrunt. Stek strömmingsflundrorna gyllene och krispiga på båda sidor.
5. Hacka dill och gräslök. Rosta knäckebrödet i en vanlig brödrost eller i ugn.
6. Bred mos på knäckebrödet. Ringla lite lingon över och toppa med strömming. Skeda över lite av det brynta smöret och garnera med örter och citron.

Trosa Matstudio

I den gamla brandstationen mitt i Trosa ligger i dag Trosa Matstudio. Här har Tom Fredriksson under tidigare festivaler serverat krispiga Skepparströmmingar – knäckebröd med mjukt mos och nystekt strömming.

– Bättre kan det inte bli enligt min mening, säger Tom och berättar att i år kommer vi hitta på nya rätter till festivalen, så kom gärna förbi och prova!

Trosa Matstudio har öppet året om. Lunch serveras dagligen, klassiska rätter och mat med smaker från jordens alla hörn. På kvällar och helger serveras à la carte.



Fina fisken

Här tar kocken Johan Brunnström ut svängarna och bjuder på strömming med krisp och hetta.

– Vi serverar fyra olika strömmingsrätter på Fina Fisken, då finns det utrymme att utvidga smakvyerna. Denna rätt får även skeptikern på fall, säger Johan och berättar vidare att Fina Fisken tillsammans med Apelago från och med sommaren kommer driva Trosa Gästhamn med tillhörande restaurang.

– Där får vi möjlighet att öppna med ett, för oss, nytt koncept vilket ska bli oerhört spännande och utmanande.

Fina Fisken har öppet från påsk fram till hösten och därefter vid utvalda helger och aktiviteter.

Chili- och citrongräsgravad friterad strömming med limesyrad fänkål



Tillbehör:

Kokt kall färskpotatis,
gärna också lätt friterad

Gör så här:

1. Hacka chili, krossa citrongräset. Blanda ättika, vatten och salt och rör tills saltet löst sig. Lägg i de skinnfria strömmingsfiléerna, chili och citrongräs. Låt stå i kylan ett dygn.
2. Låt strömmingen rinna av i ett durkslag.
3. Fänkål: Skiva fänkålen tunt, gärna på mandolin och blanda med rivet skal och saft från limen, chiliflakes, strimlad salladslök, salt och peppar.
4. Gurk- och korianderyoghurt: riv gurkan, strö över lite salt och låt den rinna av i ett durkslag ca 30 min. Pressa vattnet ur gurkrivet och blanda med övriga ingredienser till yoghurtsåsen.
5. Strömming: Blanda mjöl och Espelettepeppar i en skål, uppvispat ägg i en annan och i den tredje panko. Vänd strömmingarna först i mjöl, sedan i ägg och sist i panko. Lägg dem en och en vart efter på smörpapper.
6. Hetta upp rikligt med olja i en vid gryta till 180°. Friter strömmingarna några åt gången, ca 1 min tills de får färg och är krispiga. Lyft upp och låt rinna av. Salta.
7. Servera genast med färskpotatis, fänkål och den goda yoghurten. En grillad lime är gott till.

Börja dagen före serveringen med att lägga strömmingen i lag. Espelette är en fransk chilipeppar från Baskien. Smaken är het men fruktigt och kan jämföras med cayenne, men är mildare.

Till 4 pers:

500 g skinnfria och benfria strömmingsfiléer
½ dl ättika, 24 %
5 dl vatten
1 msk salt
1–2 chilifruktur
1 citrongräs

Panering:

2 dl vetemjöl
1–2 msk chilipeppar, gärna Espelette

2 ägg
3 dl pankoströbröd

Fänkål:

1 fänkål
1 lime
1 tsk chiliflakes
3 salladslökar
salt och peppar

Gurk- och

korianderyoghurt:
2 dl matlagningssyoghurt
½ gurka, riven
½ dl grovhackad koriander
1 vitlöksklyfta, pressad
Salt och peppar
Olja till fritering



Elin Jordahl bjuder på nybakat bröd på Printz Bageri.

SMAKA PÅ SÖRMLAND

Nybakat surdegsbröd. Ekologiska grönsaker. Doften av nyrökt lax. Eller varför inte lite provsmakning från gårdarnas rika skafferier av nötkött och vilt?

Text: Annelie Nyström

Många är vi som har vänt och vridit på ett paket i vår matvaruaffär och ställt oss frågan: Undrar hur en vildand smakar? Hur får man till ett lyckat surdegsbröd? Ekologisk djurhållning, hur går det till? Vad menas med hängmörat kött?

Följ med på en smakrundresa på den sörmländska landsbygden och ta chansen att ställa de frågor du inte fått svar på tidigare, direkt på gården. Sörmland har en stor skatt av mathantverkare. Här finns ekologiska mjölkproducenter, grönsaksodlare, bagare, styckare och fiskare som odlar, föder upp och förädlar sörmländsk mat i både större och mindre skala. Här finns små gårdsmejerier och mustrier. Här finns rökerier, här finns restauranger och caféer.

Med start i maj och vid fyra ytterligare tillfällen kan du åka med på smakrundresan The Proud Tasting Tour och provsmaka dig genom Sörmland under en hel dag. Naturligtvis med en kunnig guide som berättar om gårdarna vi besöker under resan, om na-

turen och kulturen. På varje stopp möter mathantverkarna själva upp och det utlovas både provsmakning, rundvisningar och tid för att handla. En kylväska är bra att ta med.

Resan startar utanför Restaurang Akkurat på Hornsgatan 4 i Stockholm och styr därefter mot Stallarholmen med Printz Bageri och Köttbutiken Millert & Dahlén. Nästa stopp är Åleby gård som har fantastiskt viltkött att erbjuda och sedan vidare mot Hornuddens Trädgård utanför Strängnäs, med ekologiska grönsaker, café och butik.

Därefter väntar Magdakullan i Näshulta, där vi får höra om gårdens historia, deras rödkullor och den ekologiska köttproduktionen. Vi avslutar utanför Eskilstuna, närmare bestämt på Sundbyholms Kött och Fisk, som har eget rökeri och en stor butik med avsmakningar. ●

För mer information gällande biljetter och tider, besök tunatrafik.se



THE PROUD TASTING TOUR

Tar dig genom sörmländska
skogar till olika smakrika resmål.
För mer info se tunatrafik.se

KOCKNÄTVERK SKA FÅ SÖRMLÄNSK MAT ATT LYFTA

Text: Catarina Bennetoft

För att lyfta den sörmländska maten och måltiden har ett antal nätverk bildats i Sörmland. Allt från den offentliga måltiden, till kommunikation och affärsutveckling diskuteras i olika grupper. Nyligen drogs ett nytt nätverk för kockar igång. Stolt Mat hängde med på en av de första träffarna som hölls på Äleby gård, norr om Stallarholmen.

Patrik Arneke är kock och mathantverkare på Äleby gård och tar emot oss i den luftiga restaurangen. Att det tidigare varit stall är det inte mycket annat än form och fönster som skvallrar om.

– Vi vill skapa ett stort och brett nätverk där kockar kan dela sina kunskaper och erfarenheter med varandra. Men även hjälpas åt i frågor som rör branschen. Vi kommer att samlas regelbundet och man får gärna höra av sig om man vill delta, säger Bengt Jansson, projektledare Stolt Mat i Sörmland.

Teman ska variera

Dagens diskussionsämne handlar om vilt och tillgången på vilt för restaurangerna. Det passar extra bra att då vara på Äleby som har en av Sörmlands godkända vilthanteringsanläggningar och var tidigt ute med både slakteri och gårdsbutik för viltkött.

Jacob Högfeldt är en av ägarna och håller i kvällens presentation om arbetet med vilt, butik, restaurang, konferens och andra arrangemang. Allt under temat Skapa – Synas – Sälja. Tre S som tillsammans ger en helhet till ett lyckat företagande.

– Vi har råvarorna här på gården. Vi har en välkött viltstam och numera odlar vi även en hel del grönsaker och örter som sedan används i vår restaurang. Vi erbjuder boende och konferensmöjligheter med olika aktiviteter bland annat matlagning i vårt aktiva kök. Nya satsningar framöver kommer även innefatta utbildningar inom jakt och apport.



Foto: Catarina Bennetoft

Patrik Arneke flamberar andhjärta till sina gäster.

Hur ser tillgången på vilt ut för restauranger?

Enligt deltagarna ser tillgången olika ut och hänger ofta på vilka kontakter man har. Det är sällan de stora köttgrossisterna säljer vilt och om det finns, är det importerat vilt från bland annat Nya Zeeland, något kockarna inte är intresserade av.

– På Södertuna slott vill vi gärna servera vilt. Det hör liksom till att bjuda på när vi befinner oss mitt i vackra Sörmland, men jag har svårt att få tag på det. Jag hoppas genom vårt nätverk få förslag på vilthandlare, säger kökschefen Måns Lundkvist.

Det finns flera godkända vilthanteringsanläggningar i Sörmland. Några av dem har precis som

Äleby egen avsättning för det vilda köttet, men andra återförsäljare nämns som förslag.

Även om man får tillgång till vilt kan lagerhållningen vara ett annat dilemma. Det är inte många restauranger som har stora frysutrymmen.

– Jag tror att man kan ha en dialog med sin vilt-handlare om detta. Många har frysar och kan säkert lagerföra under perioder, menar Jacob. Det kan vi delvis erbjuda.

– Vi har utrymme och skulle även kunna köpa hela djur och stycka själva. Det skulle ge ytterligare en dimension till matlagningen och beskrivningen av maten till gästerna, säger Måns, men den möjligheten har inte alla restauranger förstås.

Samtalet leds så småningom in på gästernas attityd och svårigheten att serva vissa vilt, som till exempel vildsvin.

– Gemene man är inte van vid att äta vildsvin och det är sällan kockarna själva har kunskap och erfarenhet i att tillaga vilt. Det är inte svårt, men kräver ett annat handlag, säger Patrik Arneke. Intresset borde vara stort nu när hållbarhetsmatlagning är på tapeten, liksom långtidslagade rätter, fortsätter han.

Björn Eriksson från Ulvhälls Herrgård i Strängnäs förklarar att gästerna sällan ser vilt på menyerna. Dels för att mellanprisrestaurangerna inte är intresserade av vilt och fler och fler krogar säljer i dag koncept. Då får inte vilt plats.

En tanke som diskuteras är att butikerna borde sälja mer vilt och exponera det bättre. I dag finns det i vissa livsmedelsbutiker under säsong. I bästa fall färskt, men oftast fryst.

– Det finns en okunskap kring fryst kött, säger Patrick. Många tror att det är sämre. Man vet heller inte att vilda djur hängmöras hela och styckas först när mörningsprocessen är klar, förpackas och sedan fryses. Tamboskap slaktas kontinuerligt och styckas direkt, förpackas och möras i vakuumförpackningen.

Medan samtalet fortsätter bjuds gruppen ut i köket för lite provsmakning av några vilda delikatesser.

Rökt och torkat kött från vildsvin serveras och där-
efter bjuds en värmande chili, kokt i en sous vide* – en av viltkockarnas viktigaste redskap till ett mört och saftigt kött.

Medan maten smakas kommer gruppen överens om att snart ses igen och till dess ha hittat några fler leverantörer av vilt. ●

*Sous Vide – är franska och betyder under vakuum. Maten tillagas i en vakuumförsluten plastpåse i vattenbad under kontrollerad temperatur. Det innebär att det som tillagas får samma temperatur som vattenbadet. Tillagningen tar tid men är skonsam och resultatet mört och saftigt.



Kvällens deltagare



Jacob Hörnfeldt, delägare och Patrik Arneke, kock och mathantverkare, Äleby gård.



Måns Lundkvist, kökschef, Södertuna slott och Björn Eriksson, Ulvhälls Herrgård och Den lokala maten.



Bengt Spider Jansson, samverkanskoordinator, Stolt Mat i Sörmland.

Foto: Rocco Gustafsson

Prisbelönt KRÖGARE MED SÖRMLÄNSKA RÖTTER

Text: Malin Turunen | Foto: Stefan Wettainen

Fredrik Eriksson är en kock och krögare som har hängt med ett tag. Redan på 1990-talet såg vi honom laga mat i tv och han var en av de yngsta att vinna tävlingen Årets kock 1987. Nu arbetar han hårt för att både anställda och gäster ska trivas på hans krogar Långbro värdshus och Restaurang Nationalmuesum. Han har också fått flera priser för det. De varma känslorna för Södermanland sitter i ryggmärgen med en uppväxt på bondgården i Mellösa.

Berätta om din koppling till Södermanland?

– Jag är född i Eskilstuna och bodde där mina första sex år. Sedan flyttade vi till Strängnäs där jag gick grundskolan tills jag var 16. Mina far- och morföräldrar bodde där och var lantbrukare. Jag är uppväxt på bondgården i Mellösa på somrarna.

Har du fortfarande koppling dit?

– Min syster har tagit över mina föräldrars hus, och det är jag glad för. Trots att jag inte är där så ofta så känner jag en koppling och ett ansvar. Jag vill betala tillbaka för allt det jag har fått växa upp med, och jag vill att Södermanland ska ha ett levande mat- och krogliv. Jag blir lycklig när jag åker till Bondens marknad i Malmköping och det faktiskt är riktigt bra. **Är det svårt att få det att funka?**

– Det man kan säga är att alla får kämpa. När vi växte upp fanns det väl nio bönder i området. Nu tror jag att den sista har gett upp.

Du är engagerad i Restaurang- och livsmedelsprogrammet, Culinary Craft, på Thomasgymnasiet i Strängnäs. Vad gör du där?

– Mycket handlar om att förmedla kontakter och hjälpa till att ordna praktikplatser. Men jag är också ute och pratar med elever, inte minst om hyfs. Om hur man betar sig när man söker jobb till exempel. Jag hade en kille här som hälsade på mig med ett ”tjena mannen!”, då fick vi ta ett snack om hur man talar till sin arbetsgivare. Jag tycker att sådant också är viktigt.

Tog eleven det bra när du sa till!

– Ja, och jag tror aldrig att han glömmer det. Annars hjälper jag skolan att se över läroplaner och kommer med idéer. Jag kan erbjuda eleverna möjlighet att jobba vid speciella tillfällen som inför prins Carl Philips bröllop, eller som nu nyligen när vi hade invigning för min nya Restaurang Nationalmuseum.



FREDRIK ERIKSSON



Född: 1964.

Bor: Södermalm och i Stockholms skärgård.

Aktuell: Fick nyligen Guldrakens hederspris som delas ut av Dagens Nyheter.

Han vann också pris för bästa arbetsplats på Restauranggalan

Gör: Driver Långbro Vårdshus, Restaurang Nationalmuseum, är verksam i Årets kock och i Restaurangakademien.

Bakgrund: Arbe-

tade hos Erik Lallerstedt på Eriks Fisk när han som 23-åring vann Årets Kock 1987. Jobbade på Fjäderholmarnas krog 1990-1998. Kökschef och delägare på Villa Källhagen 1998-2005. Startade Långbro Vårdshus 2005. Tv-kock i TV4:s Nyhetsmorgon med mera sedan 1992. Gjort och medverkat i många kokböcker.



Interiörbild från Långbro Vårdshus.

Då var det många elever från Culinary Craft där och jobbade och det var ju en jättesuccé. Det är kul för dem att få vara med om så stora evenemang och själva etableringen på Nationalmuseum är något jag är jättestolt över.

Nyligen pratade du i radio om att det blir färre krogar för att det fattas personal. Hur kommer man tillrätta med det?

– Vi måste hitta kreativa utbildningar och många fler lärare. De restaurangutbildningar som fungerar i dag gör det till stor del för att de drivs av eldsjälar som i princip jobbar ideellt. När de där drivna människorna slutar så blir det inte lika bra.

– Sedan vore det bra om vi kunde göra kortare utbildningar. Vi kanske inte bara ska tänka på gymnasiet, utan på de 21-åringar som ligger hemma på soffan. De har redan en gymnasieutbildning i ryggen men behöver kanske bara tio veckors utbildning för att ta sig ut i arbetslivet.

Hur ska man göra yrket mera attraktivt?

– Vi måste bli bättre arbetsgivare. Det är ofta slarviga anställningsintervjuer, korta anställningar och många som inte ens har utvecklingssamtal med sina anställda.

Varför har sådana frågor varit så lågt prioriterade inom krogvärlden?

– Det finns inga pengar till det och då blir det inte prioriterat.

Du gick själv livsmedelstekniskt gymnasium.

Hur var det?

– Det var en tvåårig gesällutbildning där man var på skolan en dag i veckan och ute på praktik fyra dagar. Det passade mig perfekt eftersom jag var så skoltrött. Sedan var det ganska hårt att komma till Stockholm och tuff atmosfär i köket. Jag tog med mig sporten hemifrån och fick ett bra umgänge genom den.

Var för sport?

– Bandy.

Var är största skillnaden på jobbet i krogbranschen om du jämför hur det är nu med hur det var när du började?

– Det är en sådan enorm skillnad. Allt har blivit bättre. Man jobbar mer i team, det är mindre hierarki och jämnare kvalitet.

Hur har stämningen i krogköken förändrats?

– Också till det bättre. Jag tror att det var en ganska elak jargong i köken förr. Här jobbar vi med något som vi kallar "Krogkoden". Vi har en digital



Full fart i köket.



Hanna Wiik-Hansen har också koppling till Södermanland. "Jag är född på Hyltingö på en stor mjölgård där vi hade nära till allt, grönsaker, bär, fisk och vilt."

plattform med arbetsbeskrivning och policies för hur vi ska arbeta. Två gånger om året går vi igenom den och hittar på saker som ska utmynna i aktiviteter och saker som förstärker oss som team och utvecklar oss som kollegor.

När du träffar andra krögare, pratar ni om hur man ska höja statusen på yrket då?

– Absolut. Över huvud taget tror jag att det behövs tydliga regler. Det visade ju inte minst Metoo-rörelsen. Det är viktigt att man tar upp frågor som rör hur vi betar oss mot varandra.



Du har haft Långbro Vårdshus sedan 2005, hur har det varit?

– Fantastiskt. Jag underskattade min egen kapacitet när jag öppnade här. Krogen har blivit större och mer framgångsrik än jag någonsin tänkte. Jag ville ju inte ha en stjärnkrog utan ett nutida vårdshus. En mellankrog som ska attrahera många. Och det har vi lyckats göra här.

Finns det något du aldrig skulle servera?

– Oärlig mat kanske. Dåliga råvaror. Vi serverar inte ofta anklever och jag skulle tänka mig för innan jag gjorde det.

Hur jobbar ni med mat från Södermanland?

– Dels har vi ju mycket vilt från Nyköping, men sedan kommer alla våra juldekorationer från Södermanland. Vår keramik tillverkas också där. Vi skulle säkert kunna bli ännu bättre och vi tittar hela tiden efter spännande och goda produkter.

Finns det någon produkt du särskilt vill lyfta fram?

– Det är väl hela Jürss mejeri i så fall. De jobbar hållbart och har funnits länge. De hade faktiskt en riktigt god kryddost som de slutade med. Den vill jag gärna ha tillbaka.

Om du öppnade en drömkrog i dag utan några krav på vinst, vad skulle det då bli?

– Det vore kul att öppna något utomlands. I en fransk by. Det skulle nog bli en bistro med inriktning på fisk.

En drömmåltid att få ordna?

– En middag på Harpsund vore kul. I så fall en kräftskiva. Det skulle bli en riktig Södermanlandskväll. ●



Vårsallad från Långbro

TILL 4 PERSONER:

400 g kokt, rimmat fläsklägg

Rotselleripuré:

½ rotselleri

½ dl vatten

2 tsk vit balsamvinäger

2 krm salt

1 krm svartpeppar

Picklade senapsfrön:

1 msk gula senapsfrö

1 msk bruna senapsfrö

2 msk ättika, 12 %

4 msk strösocker

6 msk vatten

Tillbehör:

1 dl rostade hasselnötter

2 polkabeter

2 gulbeter

2 hjärtsallad

machésallad

1 msk kallpressad rapsolja

flingsalt och svartpeppar

örter, t ex harsyra och körvel

En vacker sallad med sörmländska smaker som passar både som förrätt eller lunch med ett gott bröd till. Du kan förbereda både puré och de picklade senapsfröna, liksom att koka fläskläggen dagen före.

Gör så här:

1. Tärna den kokta fläskläggen i 2 cm stora tärningar. Ställ kallt.
2. Sätt ugnen på 200°. Skala och tärna rotsellerin i 2 cm stora tärningar. Lägg dem i en ugnsfast form och rosta mitt i ugnen i ca 20 minuter, tills de är mjuka.
3. Häll selleribitarna i ett mixerglas. Tillsätt vatten, vinäger, salt och peppar och mixa till en slät puré. Låt kallna.
4. Koka upp ättika, socker och vatten i en liten kastrull. Häll i senapsfrön och låt sjuda i ca 10 min. Ställ åt sidan att svälla ytterligare.
5. Rosta hasselnötterna på en plåt mitt i ugnen, ca 200° i ca 10 minuter, tills skalet lossnar. Häll nötterna i en handduk och gnugga av skalet. Lägg dem i en ren handduk och krossa dem lätt med undersidan på en kastrull. Hit kan förberedas!
6. Tvätta och skrubba betorna. Skiva dem tunt med mandolin. Bryt hjärtsalladen i mindre bitar och blanda betor, hjärtsallad och maché med senapsfrön och hälften av ättikslagen i en bunke. Ringla över kallpressad rapsolja, strö över flingsalt och svartpeppar.
7. Fördela salladen i fyra tallrikar. Stick in bitar av fläsklägg, spritsa eller klicka ut selleripurén. Strösla över hasselnötter och garnera med örter. Servera.



»Sörmlands Sparbank -
ingen vanlig bank.«



Var med och gör gott för bygden!

Sörmlands Sparbank är ingen vanlig bank. Vi tar nämligen en del av vinsten och satsar på sånt som gör gott för bygden. Det gör vi för att bidra till ett Sörmland som är attraktivt att besöka, bo och verka i. Vi satsar till exempel på skola, kultur, idrott och näringsliv.

Inte kund i Sörmlands Sparbank? Det borde du vara. Genom ditt val av bank kan du bli en del i kretsloppet för sund ekonomi och utveckling av lokalsamhället.

Sörmlands Sparbank



0771-350 350 | sormlandssparbank.se

Följ din STJÄRNA TILL JOBB

*Ta plats i storköket och kavla upp ärmarna.
Börja med en bransch i skriande behov av personal. Tillsätt ett tjugotal
utrikes födda som inget hellre vill än att börja jobba. Krydda med en
grundläggande utbildning och goda råd från experter inom
både grön näring och besöksnäring. Smaka av. Saknas något,
komplettera med lite mer yrkessvenska eller annan lämplig krydda.
Eventuellt kan tillagningstiden behöva förlängas något.*

Text: Anneli Nyström | Foto: Bengt Jansson

Så ser receptet ut för en framgångsrik integrationsmotor i en bransch med stort behov. Trots att besöksnäringen just nu är den näring som anställer absolut flest människor, så tycks behovet vara omätligt. Maria Ringström från Destination Eskilstuna och Jonas Wulff från Arbetsförmedlingen i Eskilstuna förklarar framgången med Follow Your Star:

– Vi har en stor grupp människor som står en bit utanför arbetsmarknaden. Samtidigt har hotell-, restaurang- och storköksbranschen massor av lediga lågtröskeljobb, där enklare kompletteringar behövs för att komma igång. Här tänkte vi att det måste gå att ordna ett snabbspår, berättar Maria.

– Den här gruppen arbetssökande bär inte enbart på en längtan efter att få komma ut i arbete. Med sig i bagaget har de också en mängd olika arbetslivs- erfarenheter från sina hemländer, såsom jordbruk, skogsbruk, restaurang och mycket mer. Kanske inte ett fulländat CV, en del inte ens ett diplom, men man har den grundläggande kunskapen. För oss återstår att komplettera denna med delar som saknas, i många fall yrkessvenskan men även de lagar och regler som gäller inom svensk livsmedelshygien.

Sagt och gjort. Ett samarbete inleddes mellan Arbetsförmedlingen, Destination Eskilstuna, Stolt Mat i Sörmland och utbildningsföretaget Astar. Året var

2016 och framgångskonceptet Follow Your Star, en ettårig yrkesutbildning skapades med storkök i både Nyköping och Eskilstuna, samt praktik i hela länet.

För att bygga vidare på metaforen matlagning är det viktigt att använda sig av bra råvaror om man vill uppnå ett bra resultat. Jonas Wulff fortsätter:

– Arbetsgivaren har ett stort ansvar för att det ska fungera. Kock är den yrkesgrupp som efterfrågas mest och fulländad kock blir du inte på ett år. Tillsammans med Astar tillhandahåller vi de grundkunskaper som behövs, möjligheten till arbetsplatsförlagt lärande (APL) och branschspråket. Därefter måste även arbetsgivaren förvalta sin roll och vara delaktig för att detta ska bli lyckosamt. Samma sak gäller eleven. Förväntar du dig stöd från oss och från din arbetsgivare, så måste du själv visa intresse för utbildningen och faktiskt dyka upp. Ett uppriktigt engagemang och intresse från båda sidor är A och O här.

– Den första träffen mellan arbetsgivare och elev sker inte i ett rum på Arbetsförmedlingen. Istället håller vi en workshop i ett storkök, där arbetsuppgifter som matlagning, dukning och social kompetens övas. Här ges eleverna möjlighet att känna efter om det är ett jobb de är genuint intresserade av, samtidigt som arbetsgivaren kan presentera sitt företag och lära känna eleverna. På så vis vill vi kunna försäkra oss om att intresset är ömsesidigt, avslutar Maria Ringström. ●

Utbildaren Stefan Mårtensson med eleverna Hosam Abdulkader Azouz, Mayda Aziz och Andrea Fodor.



FOLLOW YOUR STAR

- Ett samarbete mellan Arbetsförmedlingen, Stolt Mat i Sörmland och Destination Eskilstuna
- Ska möta upp rekryteringsbehov inom restaurangnäring, grön näring och offentliga kök
- Utbildningskök i Eskilstuna och Nyköping, praktik i hela länet

Foto: Matonstock



STOLT MAT I SÖRMLAND PRESENTERAR:

TILLSAMMANS

för en ökad livsmedelsproduktion i Sörmland och Sverige

”Fråga gärna i din butik, restaurang, café eller inom den offentliga måltiden efter sörmländska och svenska råvaror.”

Bengt Jansson
Samverkanskoordinator
Stolt Mat i Sörmland



Jag bryr mig om – gör det du också!

Utan mat står du och jag handfallna. Extremt väder och kris i världen kan sätta vår vardag ur spel, då är kaos inte längre än några måltider bort. Stängs gränserna räcker maten till ungefär varannan person i Sverige. Det är inte tryggt. Därför behöver livsmedelsproduktionen öka här på hemmaplan. Genom att köpa från svenska producenter försäkras vi oss om att det finns lantbruksföretag som kan leverera mat. Matförsörjningen är en säkerhetsfråga. Du, jag och alla andra som väljer att köpa närproducerad och svensk mat gör skillnad för att minska sårbarheten vid en kris. Tillsammans hjälps vi åt att öka självförsörjningsgraden!

**STOLT
MAT**
I SÖRMLAND

I SAMARBETE MED:

 LÄNSTYRELSEN
Södermanlands län

 REGION
SÖRMLAND

Sparbanken Rekarne 

Sörmlands Sparbank 

 Eskilstuna
kommun

 Nyköping

 Eskilstuna-Kuriren
 Strängnäs Tidning
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA

 Katrineholms-Kuriren
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA

 **sn**
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA

 SÖRMLANDS
MATKLUSTER

 SÖDERMANLAND

 VÄXA
SVERIGE

Relationsmat och resiliens

Relationsmat är ett fint begrepp. När vi äter mat från vår omgivning, producerad av människor vi kan ha en relation till, får vi en möjlighet till förståelse för hur maten produceras.

Text: Lou Norén, Kalkugnstorp

Att vi lever i ett socialt sammanhang där folk känner varandra och kan samarbeta är nödvändigt. Genom att köpa svensk, helst närproducerad och förstås miljövänligt producerad mat ökar vi vår resiliens*. Genom aktiva val kan vi bli självförsörjande på mat i Sverige igen. Ökad efterfrågan ger en ökad produktion.

Direktförsäljning utan mellanhänder ökar möjligheten till att skapa relationer mellan de som konsumerar maten och de som producerar den. En form av direktförsäljning är REKO, vilket är en mötesplats för utlämning av förbeställda matvaror där producenter och konsumenter möts. I Sörmland finns REKO än så länge i Nyköping, Mariefred och Eskilstuna, förhoppningsvis på fler orter framöver.

Maten består av ett utbud som hittas i gårdsbutiker snarare än i större livsmedelskedjor. Det kan vara gräsbeteskött, lokalt fiskad fisk, ägg från helt frigående höns, mjölkprodukter, grönsaker utifrån säsong, mathantverk utan tillsatser, bröd och bakverk och en hel del annat.

Sedan 2013 är jag och min man småbrukare på Kalkugnstorp, en liten gård i Sörmland. Vår flytt från Stockholm har inneburit en omställning av våra konsumtionsvanor och en ökad förståelse för hur maten produceras – från att ha varit konsumenter är vi nu även producenter. Vi har olika lantrasdjur som får utöva sina naturliga instinkter; vi odlar även kulturarvsgrogrönsaker och äpplen.



Lantrasdjur är en del av vårt historiska och kulturella arv. De har sedan många år anpassat sig för ett liv med våra svenska förutsättningar, ofta finns deras ursprungliga egenskaper kvar.

Alla djur på vår gård har arbetsuppgifter. Gutefår håller betesmarkerna öppna.

Linderödsgrisar bökär upp marken. Skånska blommehöns och myskankor går fritt och äter insekter, maskar och grönt. Ladugårdskatter jagar sork och möss. Honungsbin, vilda bin, humlor och andra insekter pollinerar både det vi odlar samt alla vilda blommor vi har runt omkring.

Kulturarvsgrogrönsaker är gamla goda sorter som bevarats genom att odla dem och ta frö. De har både god smak och bra egenskaper, exempelvis torktålighet eller att en sort mognar pö om pö vilket ger en längre skördeperiod. Det innebär en mångfald av smaker, färger och former att välja mellan.

Lantrasdjur, kulturarvsgrogrönsaker, resiliens och relationer – för mig hör det ihop. Djuren som har funnits i vårt område sedan lång tid tillbaka och varit väl värda att fortsätta föda upp, grönsakerna med namn som berättar om ursprung och med egenskaper som gjort att de sparats. Pålitliga och med en mångfald egenskaper som gör att de lättare kan anpassa sig efter rådande förhållanden.

Att vara en del av matproduktionen med denna underbara mat ger mening. Allt detta skapar relationer, både till maten och till de som äter den. ●

* Resiliens: långsiktig förmåga hos ett system att hantera förändringar och fortsätta att utvecklas.

BÅSENBERGA OCH VINGÅKER LEVERERAR



Här dukas Båsenbergas berömda
dessertbuffé fram av Agnes Jordan.

Foto: Hanna Maxstad

I sydvästra kanten av Sörmland ligger Vingåker. Kanske mest känt för sin Outlet men här finns även det välrenommerade Båsenberga Hotell & Konferens och på gården intill tappas Julita Rapsolja i flaskor för både små och stora hushåll. I skogarna på andra sidan Vingåker skapas mathantverk med både hetta, sötma och syra på Archangelica.

Text: Catarina Bennetoft



Anders Möller skapar smaker utöver det vanliga.

Archangelica

Archangelica är ett mathantverksföretag som både odlar och förädlar spännande originalprodukter som såser och salt med sting, prisad glögg av rabarber och en honung utöver det vanliga.

Efter en längre stunds letande längs mjuka grusvägar kommer jag till vägs ände och Anders Möllers lilla gård i skogarna utanför Vingåker. Anders tar emot utanför huset och säger med ett leende:

– Nu förstår du varför jag inte har en gårdsbutik och presenterar därefter sin kompanjon, 12-åriga tiken Pumah.

Vi går alla tre in i Anders bostad och sätter oss ner vid matbordet som också fungerar som packningscentral och lager av burkar och flaskor – ofyllda och fyllda.

– Jag håller på att bygga en produktionsanläggning i ladan. Den ska vara klar i juni, berättar Anders, men än så länge får jag hålla till här inne i huset med både produktion och lager.

I det minimala köket skapar och tillagar Anders sina karaktärsfulla kryddsåser, krydd- och örtsalter, saft, glögg och den populära honungen Kiss me, spank me. Honung från de egna kuporna som smaksatts med chili från växthuset.

Anders kommer från Göteborg och har som journalist flyttat runt en del, men lämnade tidningsvärlden för några år sedan för att flytta ut på landet. Här i skogarna började han odla rabarber, äpplen, chili och kräftor i den anlagda dammen mitt i gläntan där han bor.

– Jag började att blogga och lägga upp filmer på Youtube under namnet Fstvs.se vilket står för ”Från Stockholm till vägens slut”. Jag vill dela med mig av mina erfarenheter till andra som vill göra samma resa eller bara är nyfikna.

De första produkterna Anders skapade var klassiska – saft och äppelmos. Han kom snabbt fram till att det inte gick att konkurrera med dessa och tack vare sin innovationsförmåga blev det istället egna originalprodukter.

– Då kunde jag själv bestämma priset eftersom det inte finns några motsvarigheter för kunderna att jämföra med.

I dag hålls ett sortiment på runt 15 olika produkter, de flesta smaksatta med chili eftersom det är en passion och ger karaktär.

– När jag gör min Spökepparsås måste jag ha tjocka gummihandskar och gasmask. Spökeppar är en av världens starkaste chilisorter, men den lyfter andra smaker där den används.

Såsen är inget för nybörjaren, men chillientusiaster gillar den. Anders själv använder den som en Tabascosås i bland annat köttfärsrätter.

– Rabarberglöggen är populär och den vann guld i Mathantverk 2016. Jag säljer en hel del av den på julmarknader. Glöggen smakar mycket rabarber med en ton av glöggkryddor. Nu till sommaren ska jag göra en variant som drinkmixer för att blandas i bål och drinkar.

Fler nya produkter är på gång. På ett mindre fält en bit bort i skogen ska det odlas drogfri hampa som ska pressas till olja. Ett projekt där Anders kommer ta hjälp av Erica Larsson på Julita Rapsolja. ●

Honung och såser med hetta.



Foto: Privat



Erica Larsson.

Julita Rapsolja

Den gula rapsen vajar vackert på fälten i trakterna runt Julita. Fyra gårdar hjälps åt att odla raps som så småningom pressas och blir till rapsolja. Gyllene och vacker, med nötig doft och smak. En svensk motsvarighet till Medelhavets olivolja och som används hos både stjärnkrögare och i vanliga hem.

För många är Julita Rapsolja känt. Det är ett varumärke som funnits med sedan tidigt nittio-tal då Bengt Isaksson började kallpressa sin raps. Det var under en inspirationsresa till Frankrike då han vandrade i olivlundarna som han fick idén att göra det samma men av raps. Med det omställningsbidrag bönder fick för att sluta odla spannmål köpte Bengt en press för att kallpressa en svensk extra virgin matolja. En olja som fick mycket uppmärksamhet i både tv och i tidningar och Julita Rapsolja blev känt över hela landet.

I dag är det Erica Larsson som äger och utvecklar företaget. Ett livsverk som hon tog över redan 2003 av Bengts döttrar.

–Ja, jag fick ta över detta företag och har sakta men säkert utvecklat det under åren, men det har tagit tid, jag har arbetat med andra projekt parallellt, berättar Erica, men från och med i år kommer jag att ägna all min tid åt Julita Rapsolja och utveckla företaget ytterligare.

Erica samarbetar med fyra lokala rapsbönder från trakten runt Julita. På en av gårdarna står rapspressen. Varje skörd pressas för sig och får sedan sedimentera i stora mjölkttankar. Därefter levereras oljan hem till Erica på Båsenberga där den tappas för hand på flaskor, som den är, eller efter förädling.

–Jag tycker egentligen att oljan är bra som den är, men för att få en annan smak, men ändå använda den nyttiga oljan, har jag smaksatt den med riktiga kryddor. En som jag kallar ört och en som kallas vilt med kryddor som passar viltkött. En olja är smaksatt med riktig citron och är extra god att ringla över glass och en tredje får sin vackert röda färg av chili och vitlök.

Rapsen i sig smakar olika beroende på sort, jordmån och om det är vårraps eller hörraps.

–Nu försöker vi få fram en ekologisk rapsolja. Det är vår granne som föder upp ekologiska grisar som kommer odla ekologisk raps för att ta tillvara rapskakor till grisarna och vi tar oljan, berättar Erica.

Marknadsföring

Hittills har inte Erica ägnat sig så mycket åt marknadsföring av sin olja. Den har sålt sig själv genom djungeltrumman.

–En dag blev jag uppringd av Björn Franzén som jag då inte visste vem det var, men som i dag driver Sveriges enda trestjärniga restaurang, skrattar Erica. Han ville att jag skulle ta fram något unikt av raps till honom. Något ingen annan använde. Det blev några flaskor med gulgrönt rapsskum som bildas vid kallpressningen. Den är nyttig och god men har utseendet emot sig.

Björn hörde genast av sig och förmedlade en god och en dålig nyhet till Erica. Den dåliga var att han blivit beroende av hennes produkt, den goda var att den smakade hav. Han vill att Erica skulle komma dit och prata om sin produkt med några utländska journalister, men det fanns inte tid till det just då. I dag inser hon att kockarna är en bra kanal för att marknadsföra den gyllengula oljan.

Dubblera produktionen

I och med den helhjärtade satsningen finns även en vilja att dubblera produktionen. I dag pressas 25 000 liter per år.

–Det är ett samarbete med mina odlare och de ska ha yta och möjlighet även de att öka, säger Erica. Vi måste också hoppas på bättre väderförhållanden. Både 2017 och 2018 var inte så bra för oss.

Med en ökad produktion kommer Erica även satsa på att ta fram nya produkter av den hälsosamma oljan. Det experimenteras med massageoljor, hud- och handkrämer finns redan, men tvålar är också något som finns på önskelistan.

–Det ska bli så spännande att äntligen ta mig tid att genomföra alla idéer och samarbeten. Med tiden hoppas jag att vi blir fler i företaget. ●

VÄRT ATT VETA OM RAPSOLJA

- 4 procent av den totala oljeframställningen är kallpressad rapsolja.
- 99 procent av rapsen utvinns vid varmpressning. Det blir en ofärgad, smaklös olja som bland annat används i margarintillverkningen.
- 24 procent av rapsen utvinns vid kallpressning. Det blir en guldgul olja fylld av smak och viktiga näringsämnen E- och K-vitamin.
- Rapsolja består mest av enkelomättade fetter, därefter fleromättade med bland annat omega 3 och omega 6. En liten del av fettsyror är mättade.
- Rapsolja passar till all typ av mat och matlagning även fritering och upphettning till 242°.



Båsenberga



Foto: Hanna Maxstad

Den stora vita hotell- och konferensbyggnaden syns på långt håll och ger bilden av en pampig herrgård i skön Sörmländsk natur. Men skenet bedrar. Innan det stora huset byggdes om till kursgård för TBV på 1970-talet var det ålderdomshem för Vingåkers gamla.



Foto: Carolina Berneröft

Thomas Neuerdorf och Maria Rundberg, ägare till Båsenberga, tar väl hand om sina gäster!

Numera är det Maria Rundberg och Thomas Neuerdorf som välkomnar sina gäster till den trivsamma anläggningen. Tillsammans har de i 14 år vårdat, utvecklat och drivit företaget. En året-runt öppen mötesplats för både vetgiriga och de som bara vill vara.

– Vi träffades för många år sedan på Billinge hus som jag då var chef över, berättar Thomas. Innan det hade jag jobbat på flera stora hotell runt om i Sverige, men även drivit Salzburger Hof i Österrike.

– Vi kommer båda från resebranschen och närde egentligen inte en dröm att köpa något eget, men när Båsenberga dök upp väcktes vår nyfikenhet, säger Maria.

Paret fann en välskött anläggning med potential att växa under deras ledning. Så de blev egna företagare, men är glada för den erfarenhet de har med sig från att driva stora hotell.

– Det är ett företag och ett stort ansvar att ta på sig, säger Thomas. Vi vill att både gäster och personal ska trivas och att företaget går med vinst. Även om hjärtat är med är det hjärnan som styr.

– Vi fann en själ här på Båsenberga och den har vi förvaltat med rutiner och en lojal personal som tar stort ansvar, försätter Maria. Vi bor här, men även i Stockholm och i Hjo. Det innebär att vi inte alltid är på plats, vilket är bra för oss alla.

Investeringar

Under åren har Båsenberga förändrat sitt utseende. Efter 10 år var 10 miljoner placerade i små och stora ombyggnationer.

– I dag har vi lagt in ytterligare 10 miljoner, berättar Thomas.

Succesivt har standarden höjts, allt för att hålla takten mot konkurrenterna. Stil och inredning har

de fått inspiration till genom långa promenader och besök på Stockholms hotell.

– Det är inte inredningen i sig som är viktig utan den atmosfär den skapar, säger Maria.

Hotellet är ljust inrett med mjuka färger och många små detaljer som fångar ögat vart man än går eller sitter. Det andas kvalitet i allt. Stämningen är lugn och harmonisk. Mitt i hotellet har paret sitt kontor. En öppen dörr välkomnar den som vill byta några ord i förbifarten, gäst eller personal. Tid finns för alla.

Dessertbord som lockar

Under tidigare ägares initiativ satsades det på desserter. Något som Maria och Thomas valt att ha kvar till gästernas stora förtjusning.

– För både konferensgäster och andra besökare serveras sex dagar i veckan en fyrrättersmeny, berättar Maria.

Förrätt och varmrätt efterföljs av en ostbuffé och avrundas med det härliga dessertbordet med cirka 15 olika smakupplevelser.

Ambitionen är att skapa en meny som passar allas smaker. Det är svenska råvaror och i den mån det går är de lokala.

– Vi vill gärna handla lokalt men det är svårt. Vi behöver stora volymer eftersom vi serverar samma veckomeny under tre månader. Vi har heller inte lagringsutrymme, då är det enklare att vår grossist levererar regelbundet, menar Thomas.

Maria fyller i att de själva och personalen tar tillvara på det naturen ger runt Båsenberga.

Svamp, bär, kräftor, vilt och gös från Hjälmarén är alltid av högre kvalitet när det handlas lokalt. Även av personalen köps svamp och bär när de varit ute och plockat.

I trädgården står ett trettiotal äppelträd vars frukt ger must till frukosten.

– Det är viktigt att hålla en jämn kvalitet sex dagar i veckan. Vi ska vara ett premiummärke och maten är en viktig pusselbit.

Det är morgonfika för några av konferensgästerna som stannar till och byter några ord.

Louise är en ständigt återkommande konferensarrangör från Försvarshögskolan som svarar på frågan från Thomas om vad hon tycker om Båsenberga.

– Det är som att komma till en avslappnad bubbla av mysighet, man blir alltid väl mottagen och vet att allt fungerar.

Thomas fyller i att de har många återkommande konferensgrupper. Nu mer än någonsin kommer grupper som jobbar med ledarskap och utveckling.



Foto: Hanna Maxstad

Framtiden

– Vi trivs bra här och har ännu nyfikenheten att fortsätta, säger Maria och Thomas kontrar leende:

– Bara för att du är yngre än mig och har krafterna kvar. Kommer någon med en tillräckligt stor påse pengar är allt till salu!

– Visst är det så, men jag har svårt att tänka att någon annan ska ta vid. Ännu är jag inte redo, skrattar Maria.

Thomas menar att denna typ av anläggning kan utvecklas hur mycket som helst.

– Vi har lyft verksamheten på flera plan under våra år. Bland annat är vi Svanenmärkta och medlemmar i organisationer som i sig ställer krav. Det är ett sätt att vara med i matchen. En annan är att vi inte springer på allt. Vi har en beläggning på cirka 30 procent, det låter lågt och visst kan vi öka den, men vi har hittat en bra lönsamhetsnivå där.

Huvuddelen av intäkterna kommer från konfererande gäster, cirka 70 procent, de övriga 30 procent är gäster som vill unna sig en stunds vila och god mat. Eller avnjuta en helg på golfbanan intill och köper ett golfpaket. Det kommer även en del dagsgäster som bara njuter av en god lunch eller middag utan att bo kvar. Alla är välkomna och att människorna står i centrum för Maria och Thomas är tydligt. ”Det är människorna som gör skillnaden” enligt dem båda. ●

Skottvångsgrufva

– UPPLEVELSE MITT I SKOGEN

Skottvångs Grufva är en före detta järnmalmsgruva mitt ute i Åkers skogar, mellan Mariefred och Gnesta. I dag driver Maria Bystedt ett kulturhus här ute i skogen. Ett värdshus för matglada som med maten även kan inmundiga både teater eller musik. Utställningar och många andra aktiviteter finns att uppleva.

Maten som serveras är hemlagad och anpassas efter råvaruutbud och kockens lust och inspiration för dagen. Här finns alltså ingen meny.

Fredagar, lördagar och söndagar är gäster välkomna. Vad som sker finns att läsa på hemsidan, vilka artisterna är som kommer och hur du bokar.

www.skottvangsgrufva.com



SÖRMLÄNSK MAT PÅ BORDET

Det händer mycket inom matområdet i Sörmland. Flera spännande projekt pågår inom jordbruk, energi, mat och besöksnäring där flera av dem tangerar varandra.

För att få en bättre bild och för att underlätta arbetet, gör STUA tillsammans med länsstyrelsen och Stolt Mat en kartläggning av alla aktiviteter och projekt som pågår och matchar dem med de nya riktlinjerna i livsmedelsstrategien. På så sätt hoppas man kunna underlätta för de som arbetar inom hela livsmedelskedjan – från jord till bord. När strategier och handlingsplaner så småningom samverkar kommer kartläggningen presenteras och förhoppningsvis leda till ett tydligare och effektivare arbete för de som skapar den sörmländska maten.



Foto: LRF

2019 ÅRS SILVERGRYTA TILDELAR LRF MAGDAKULLAN

Magdakullan ligger i Näshulta utanför Eskilstuna och har varit EKO-gård sedan 1976.

Christer Nordquist som driver gården föder bland annat upp rödkullor, en av våra äldsta nötkreatursraser. Om dem och om mycket annat berättar Christer för sina besökare när de går en guidad tur på gården.

Som gäst kan du även handla i butiken, äta och njuta i både restaurang och café där det serveras hemlagad mat av lokala varor, däribland det egna Krav-certifierade naturbetesköttet. En upplevelse-gård för kunskapstörstande besökare med aptit.

Väg 223

Utmed vackra väg 223 som går mellan Mariefred och Nyköping finns en massa trevliga utflyktsmål att besöka. Ett 30-tal kvinnliga företagare, verksamma längs vägen, arbetar tillsammans för att skapa en upplevelserik utflyktsväg. Läs mer om alla aktiviteter och ladda ner kartan på www.vag223.se



Det finns mycket att uppleva i vår region där du alltid har natur och kultur nära till hands.

För den som vill ha en genuin svensk naturupplevelse finns det många alternativ att välja mellan. Paddla kanot på våra sjöar och vattendrag, sitt upp på hästryggen eller ta dig runt vackra Näckrosleden på cykel och vandra på Sörmlandsleden. För en komplett upplevelse avslutas dagen med ett dopp i närmaste sjö och något gott att äta från den lokala gårdsbutiken.

Unikt för regionen är våra många slott och herrgårdar som erbjuder allt från museiverksamhet till jakt och vilt safarin. Läs mer om vad Katrineholm, Flen och Vingåker har att erbjuda dig som turist i vår turistguide. Hämta den på någon av våra Turistinformationer eller gå in på någon av våra webbsidor och läs den där.



KATRINEHOLMS TURISTINFORMATION
STATIONSPLAN 1 • TEL. +46(0)150-44 41 40
TURISM@KATRINEHOLM.SE
WWW.VISITKATRINEHOLM.SE



FLENS TURISTINFORMATION
TEL. + 46(0)157-43 09 96
TURISM@FLEN.SE
WWW.VISITFLEN.SE



VINGÅKERS TURISTINFORMATION
VINGÅKERS BIBLIOTEK
TEL. +46(0)151-191 86
TURISM@VINGAKER.SE
WWW.VINGAKER.SE/TURISM




För SÖRMLAND *i tiden*

PÅ VÅRA SÖRMLÄNSKA PÄRLOR; Dufweholms Herrgård, Gripsholms Vårds-
hus, och Södertuna Slott skapar mat
med tradition, variation och nyskapande
som ledord. Vi hämtar både inspiration
och råvaror från de sörmländska skog-
arna, sjöarna och åkrarna och är stolta
över våra långa samarbeten med lokala
mejerier och gårdar.

SKA DU FIRA din födelsedag, ett bröllop
eller en annan högtid så erbjuder vi
catering av allt från en picknickkorg till
en sjurättersmiddag. Välkommen att
smaka på Sörmland!

**SVENSKA
KULTURPÄRLOR**

08-511 600 40 • KULTURPARLOR.SE



GRÖNSAKSODLINGAR

för att bemöta samhällsutmaningar

Sörmlänningarna vill handla och äta mer grönt, gärna närproducerat. Samtidigt har vi en alltför låg självförsörjandegrad i länet och en ständigt växande import av grönsaker. Detta leder till en angelägen samhällsdebatt: Hur kan vi samarbeta, bidra till ökad produktion och lönsamhet, samtidigt som vi hjälper människor att komma i arbete?

Text: Annelie Nyström

A tt ställa om delar av spannmålsarealen till grönsaksodling på friland är ett projekt som Agro Sörmland tror kan bära frukt. Ett samarbete med ett antal lantbruksföretagare, Arbetsförmedlingen med flera har därför inletts med finansiellt stöd från Leader Södermanland. Maria Dirke som är projektledare på Agro Sörmland förklarar hur tankarna har gått:

– Det handlar så klart inte om en fullständig omställning, det är inte rimligt och har inte heller

varit avsikten. De gårdar som ingår i projektet väljer en del utifrån företagsegna förutsättningar och möjligheter, för att ställa om till frilandsodling. Varje gård avgör själv. Syftet med projektet är delvis att kunna motverka de problem vi har med en alltför låg självförsörjandegrad. Det har inte alltid varit så och Sverige har inte heller haft så här stora importbehov tidigare. I synnerhet inte Sörmland. Men, det handlar också om att finna samordningsvinster.

I filosofin ingår att svara upp emot flera angelägna



”För att hitta mervärdet krävs det att man är några landsbygdsföretag där tjänster kan utbytas och samarbete skapas.”



Maria Dirke.

samhällsutmaningar och det har varit ett av flera starka skäl till varför dessa lantbrukare har valt att engagera sig i projektet. Det finns ett enormt driv hos dessa företagare att utvecklas och kunna möta de problem som synliggjorts i samhällsdebatten. Fler behöver komma i jobb och fler kan lära sig att arbeta inom den gröna näringen, även om en del i dag knappt vet att den finns. Här finns arbetstillfällen att hämta, menar Maria Dirke bestämt.

– Det handlar om stora gårdar med en rationell och specialiserad produktion i dag. Varje förnyelse kräver sin beskärda del av personaltimmar, hela vägen från plantering och skörd, via inlagring och putsning till försäljning och leverans.

I den analys som länsstyrelsen i Södermanland gjort, har man kunnat se att det inte funnits tillräckligt mycket odling på friland tidigare, särskilt inte i Sörmland, som har haft avstånd korta nog att kunna samordna kostnader, såsom lån av utrustning eller lagringsplats. Ingen lantbrukare kastar sig in i ett pro-

jekt utan en förhoppning om att få någonting tillbaka. Allt annat vore orimligt.

– Just detta är en viktig pusselbit, menar Maria Dirke. För att hitta mervärdet krävs det att man är några landsbygdsföretag där tjänster kan utbytas och samarbete skapas. Det kan handla om allt från lagerhållning till lån av maskiner, liksom hjälp med försäljning och logistik.

Projektet är från början finansierat av EU via Leader Södermanland, och man är i uppstartsfas just nu. Det blir provodlingar under 2019, i större och mindre skala.

– Det är viktigt att känna sig för och vara trygg med att man har valt rätt åker, rätt jordart, rätt omfattning. Som projektledare är det intressant att få arbeta med detta, om än bara vid sidan av. Det är ett glatt gäng lantbrukare jag jobbar med, och som passar bra in i Agro Sörmlands verksamhetsplan; Att lyfta och stötta lantbruksföretagarnas verksamhet, avslutar Dirke. ●



Vackra TALLRIKAR GER MATEN LIV

Text & foto: Catarina Bennetoft

Det är maten som har huvudrollen på det dukade bordet. Tallriken och dukningens uppgift är att lyfta det goda, men även vara funktionellt och hållbart. Det är keramikern Anna Lindells filosofi.

Vägen fram till Rosendal, där Anna har sin verksamhet, slingar sig över ett böljande sörmländskt jordbrukslandskap och genom en grönskande skog. Anna bor kvar i sitt föräldrahem och har här byggt sin keramikverkstad i ett av de många röda husen på gården.

Hon tar emot på gårdsplanen och vi går in i verkstaden som inte är särskilt stor. Att det produceras hundratal med tallrikar per dag, skålar och kannor är svårt att förstå.

På golvet står tunga lerblock inlindade i plast, kartonger packade med färdiga tallrikar och skålar och överallt olika redskap som behövs för att producera vackra fat för mat och dryck.

– Jag har varit yrkesverksam som keramiker i 35 år. Men det var inte tänkt att det skulle bli så! Jag skulle egentligen studera vidare, men pryade i nian hos en keramiker i Nyköping som lärde mig modellera. När jag var arton fick jag lära mig dreja hos en annan keramiker och då blev jag fast, berättar Anna. Vi liksom fann varandra, leran och jag.

Anna har under alla år tillverkat bruksföremål som tallrikar, muggar, fat och skålar och levererat till andra återförsäljare. Men i samband med sitt medlemskap i Sörmlands Matkluster, för fem år sedan,



Anna Lindell.

hölls speedmeeting och Anna fick kontakt med Mathias Dahlgren som då bland annat drev stjärnkrogen Matsalen i Stockholm. Han beställde genast ett stort antal tallrikar. En tid senare kom en inbjudan till Gastronomiskt Forum där kontakt med Paul

Svensson på Fotografiska och Fredrik

Eriksson från Långbro Vårdshus, knöts, båda kända kokar som gillade Annas alster och beställde till sina restauranger.

– Det roliga med detta var samarbetet. Att vi tillsammans skapade och diskuterade glasyrer och form, säger Anna.

Tidigare hade Anna sin egen palett, mest med svarta och vita glasyrer, men nu skapades schatteringar i olika färger utifrån kockarnas önskemål.

– Paul Svensson kom en dag med en kasse mussel och ostronskal i ena handen och en påse kompost i den andra och ville att jag skulle använda det i hans keramik. En kul utmaning som slutade med att jag krossade skalen fint och brände komposten. Blandningen gav en spännande färgskiftning i glasyren.

Restauranger väljer keramik

Numera är det flera av Stockholms krogar som har Annas keramik i sin servering. Utöver ovan nämnda



finns de även på Paul Svenssons Retaste, på Ulriksdals Vårdhus, Rival, Vår Gård och Smådalarö Gård för att nämna några. Och naturligtvis har Mathias Dahlgren Annas keramik på Rutabaga, men den största beställningen gjorde Frida Ronge till restaurangen TAK. I den lilla verkstaden drejades, slipades, glaserades och brändes 2 600 artiklar på kort tid! Det krävde koncentration.

– Det roliga med Frida är att hon använder mina alster som ett signum. De syns i reklam och ofta i social media. Jag tycker de passar väldigt bra in i hennes asiatiska koncept.

Det är inte bara till restauranger Annas keramik hittar, även om beställningarna från branschen ökar så finns hennes alster även hos hemsäljden i Linköping, en del finns på Skansen i Stockholm

och på Sörmlands museum. Till museet tillverkas en replika av en gammal träbägare och säljs i butiken där. Vill man själv beställa, så går det bra, men det kan ta tid.

Populärt

Att det blivit så populärt med handgjorda tallrikar och andra bruksföremål inom restaurang beror naturligtvis på att de är vackra och unika, men att de är lätta att bära, tål maskindisk och kan enligt Anna även repareras har också stor betydelse. Går något sönder kan servicen snabbt uppdateras och levereras personligen så snart det är klart.

– Det är enklast så, säger Anna. Det ska annars packas på pall. Jag packar med erfarenhet i banankartonger och levererar över dagen när beställningen är klar.

De kartonger som står på golvet fyllda med vita fat och små skålar ska levereras till Köpenhamn under helgen. Till den kände krögaren Bo Bech på restaurant Geist. Annas vackra alster ska numera även lyfta den danska maten. ●



"Bra mat är en av de viktigaste ingredienserna för ett gott liv och en hållbar framtid. För människor, djur och för hela vår planet."

Björn Eriksson, Den Lokala Maten



I korsningen Gyllenhjelmsgatan och Hospitalsgatan ligger butiken **Den Lokala Maten** Strängnäs med sin härliga matlagningsstudio.

"Den lokala maten-Strängnäs" är en butik där vi samlar lokalproducerad mat med full spårbarhet, råvarorna har en etisk samt hållbar bakgrund som bidrar till ett gott liv och en hållbar framtid. Vi följer råvarornas säsong i ett mycket nära samarbete med producenterna och skapar en levande butik.

Då Strängnäs, Sörmland, Sverige och världen har fantastiska råvaror och producenter vill vi samla dessa på en plats för att skapa lättillgänglighet och en medvetenhet om matens ursprung samt att handla lokalt. Vi erbjuder kött, vilt, fisk, mejeri, grönsaker, kryddor med mera, på ett och samma ställe för att du lätt ska kunna handla allt du behöver.

**DEN
LOKALA
MATEN**

Hospitalsgatan 17, Strängnäs
072-366 22 23
[@denlokalamaten_Strängnäs](https://www.denlokalamaten-strangnas.se)

S T R Ä N G N Ä S



5 enkla dukningstips

En vacker och funktionell tallriks viktigaste uppgift är att lyfta den goda maten. Tallrikar finns i dag i alla de färger och former och tillsammans med andra delar som duk, servetter, blommor och ljus skapar de en vacker inramning till måltiden.



1 Dukningen ska skapa stämning och få gästerna att känna sig välkomna till bords. Tillsätt gärna några detaljer som överraskar och skapar samtalsämnen. Det kan vara blommor eller udda glas, tallrikar eller salt- och pepparkar som sätter igång samtalen.

2 Var inte rädd för att blanda form, färg eller udda glas, tallrikar och bestick. Anpassa gärna dukningens färger efter maten. Är maten färgrik är en enfärgad tallrik bäst som kontrast. Svart eller vit. Är maten svalt blek kan en färgad tallrik skapa kontrast och lyfta den.

3 Duka med textilier. Det ger en ombonad känsla och elegans beroende på val av duk. En grov linneduk eller manglad damast ger olika signaler till gästen. Är bordet vackert kan det framhävas med enkla tabletter eller löpare som accent.

4 Låt gästen känna sig speciell med en dekoration på varje tallrik. Lägg en blomma, några örkvistar i band eller några vackra blad från trädgården på varje kuvert.

5 Duka efter tema och anpassa gärna temat till maten. Bjuds det på fisk kan bordet dukas i blått med marina detaljer. Är maten indisk duka i roströda och gula detaljer – låt din fantasi flöda. Och duka gärna dagen före!

Den genuina skärgårdsstaden *Världens ände*
A picturesque paradise by the sea *World's End*
Die Idylle am Meer *Das Ende der Welt*

TROSA.COM

TROSA
VISIT

Er lokala leverantör till ert kök!

SLÅ OSS EN SIGNAL SÅ BERÄTTAR VI MER:

Ståle Lyngen 0730-322 740, stale@sormlanddisk.se

Martin Linder 0702-260 403, martin@sormlanddisk.se

**SÖRMLÄNSKA
DISK & RESTAURANG-
BOLAGET AB**

**Disk
Städ
Hygien
Service**

#diskmedel #torkpapper #förrådsservice #tillbehör #rengöringsmedel #diskmaskiner #kylskåp
#ren disk #köksutrustning #snabba leveranser #städmaskiner #Vi finns i Sörmlands Hjärta...

TORKAN 2018

påverkade den offentliga måltiden



Förra sommarens torka påverkade inköpen i den offentliga sektorn. Alla valde att stötta bönderna, så även här i Sörmland. Här berättar tre måltidsansvariga om arbetet för lokal upphandling.

Text: Catarina Bennetoft

Förra sommarens torka skapade problem för många bönder. Många tvingades att nödsla sina djur och köerna till slakterierna blev där för långa. Flera kommuner och grossister gjorde stöd-upphandlingar för att stötta de lokala producenterna i Sörmland. Något man även gjorde i Katrineholm, så här berättar Robert Henriksson, enhetschef för Mat och måltider i Katrineholms kommun, för Stolt Mat.

– Vi har avtal med åtta olika lokala leverantörer och när två av gårdarna, Skalltorp och Sjöholm, tvingades skicka boskap på slakt stödköpte vi kött från dem. Det skedde 3–4 gånger under sommaren. Tack vare avtalen var det enkelt för Katrineholms kommun att agera omgående. För kommuner utan avtal blev det svårare, men de kunde istället vända sig till sina grossister som även de köpte in svenskt kött för att stötta.

– Torkan fick oss att lyfta blicken och se över våra inköp. Priserna förändrades när tillgången minskade på andra varor som bär och vissa grönsaker. Nu måste vi jobba smartare med vår ekonomi utan att för den delen göra avkall på kvaliteten och de lokala inköpen, fortsätter Robert.

Livsmedelsstrategin, både den nationella och lokala, pekar på att vi ska värna den lokala produktionen. Något som görs i offentlig måltid och av många grossister, men även vi vanliga konsumenter behöver tänka på att handa lokalt, menar Robert.

I Nyköpings kommun är Marianne Backrud-Hagberg verksamhetschef för Måltids service och berättar att även de gjorde stödupphandlingar förra sommaren, men att just nu håller på att bygga upp en ny måltidsorganisation i kommunen efter att den under flera år legat på entreprenad. Marianne poängterar dock att upphandling av lokal mat kommer vara en viktig del fram över.

Arbetsätten för lokal upphandling varierar mellan kommunerna i länet. I Flens kommun arbetar man

tillsammans med flera andra mindre kommuner och gör en gemensam upphandling tillsammans med Södertälje. Genom nätverksträffar skapas en samsyn gällande inköp av lokal mat, men hur man går tillväga bestäms i varje kommun.

Här berättar Monika Holm, Måltidschef i Flens kommun om deras arbete:

– Just nu är vi inne i ett förändringsarbete och avvaktar nya riktlinjer från våra politiker, men under förra året var målsättningen att 40 procent av upphandlingen skulle vara ekologisk och/eller närproducerad. Efter sommarens torka togs ett snabbt beslut att allt kött skulle vara svenskt, detta för att stötta våra bönder i länet och landet.

I väntan på nya riktlinjer utgår arbetsgruppen ifrån ett avtal med en större grossist där ett utrymme på 3 procent finns för att ta egna initiativ till lokala inköp.

– Det låter lite, men kan generera mycket. Det ger oss utrymme att få kunskap om vilka producenter vi har i närområdet och vilka deras möjligheter är att leverera varor till oss utifrån våra kriterier. Vi kommer att bjuda in till träffar för att presentera möjligheterna som finns i vårt livsmedelsavtal och diskutera hur vi kan gå tillväga för att finna samarbeten för att öka de lokala inköpen. Det kan röra sig om att vi önskar en särskild grönsak i en viss volym och det kan då finnas någon som odlar den i dag eller blir intresserad av att odla och sälja till oss.

Genom en utökad dialog med lokala producenter hoppas Monika att man ska upplysa varandra om sina behov och på så sätt kunna stötta varandra. Som man gjorde under torkan 2018. ●



Monika Holm, Måltidschef i Flens kommun.

Foto: Lars Sjöberg Bildbyrå AB

FRÅN LÄRARE till skinkexpert

Text & foto: Catarina Bennetoft

Mitt i Sörmland tillverkas lufttorkad skinka av bästa sort. En svensk motsvarighet till skinkan från Parma och Serrano. Hantverksmässigt framställd under kontrollerade former och helt utan antibiotika.

Fors Säteri ligger i vackra Flodafor mellan Katrineholm och Flen. Här har flera generationer Hultström brukat jorden och fött upp grisar. Lars och Mona Hultström driver i dag gården men har sedan elva år även ägnat sig åt förädling på högsta nivå. Mona som arbetat som specialpedagog på ett gymnasium i Katrineholm, byggde parallellt upp ett företag för att producera svensk lufttorkad skinka. Något som gjordes redan under 1800-talet här på gården.

Hur kom du på idén att börja lufttorka skinka?

– Jag är Italienfrälst och har släpat skinkor med mig hem från varje resa, berättar Mona. Men det var efter en grismässa som allt började.

Mona berättar för Stolt Mat att vid varje mässmonter, där grisar visades, serverades olika produkter och samtalen kring dessa var trevliga och lärorika. Mona lärde känna en skinkproducent från en liten by inte större än Valla och Sködinge. I byn fanns 175 skinkproducenter som tillsammans levererar cirka 10 miljoner skinkor om året.

– Vi besökte familjen Coradi som var en av de mindre producenterna med cirka 40 000 skinkor per år, berättar Mona. Vi fann varandra trots att vi till största delen kommunicerade med kroppsspråket. Familjen lärde oss processen som inte är svår när man kan den, men torkad skinka ses som kungen av alla torkade livsmedel och då förstår man att processen inte är okomplicerad.

– När vi reste därifrån frågade jag min man Lars varför inte vi torkar skinka när vi har världens godaste grisar själv.

Väl hemma testade Mona och lät torka två skinkor



uppe på loftet. De gjorde som de lärt och lät dem hänga ett år. Sedan fick vänner och familj provsmaka. Därefter togs skinkan med till Fredrik Eriksson, kock på Långbro Vårdshus, som inte trodde att det var en svensk skinka de bjöd på. Så med all positiv respons för de hem och startade.

Hur har du hunnit med när du jobbat heltid som lärare?

– Man är bra naiv att dra igång ett så här stort projekt och samtidigt arbeta heltid, men när man inte vet så är det bara att köra, ler Mona. Trots allt slit har det varit oerhört lärorika 11 år och vi har träffat och lärt känna både kockar och andra entusiaster som man annars inte kommer i kontakt med som primärproducent. Kockarna har varit helt fantastiskt stötande och påhejande under vår resa. Arbetsmässigt har vi hjälpts åt inom familjen och har numera även två anställda.

Hur går det till att torka skinkan?

Mona tar med oss till det gamla mejeriet inne i lilla Flodafor. En skylt på fasaden avslöjar att det torkas skinka här.

– När de färska skinkorna levereras ska de först masseras och sedan läggas på saltbäddar inne i kylrummet. Efter tre veckor hängs de upp så att saltet kan droppa av, därefter läggs rena lakan över för att skinkorna inte ska torka. Sedan får de hänga i kylan i 2,5 månader.

Från kylan går vi in i ett annat rum. Där möts vi av en nötigt söt och angenäm doft. Vi har kommit in i kyrkan, som rummet kallas och där torkningen sker. Ett stort luftigt rum med kontrollerad temperatur och luftfuktighet. Här hänger skinkor i olika åldrar och



Mona Hultström på Fors Säteri
i Flodafors med sina lufttorkade
skinkor .



Fika i Nyköping.

Baklava, prinsesstårta
och surdegsbröd.

I Nyköping hittar du kaféer med
atmosfär, karaktär och kvalitet.
Fika med influenser från världen,
råvaror från skogen eller bakat
med lokalt producerade råvaror.



Längs ån, på Storgatan,
i kulturlandskapet eller
skärgårdsnära hittar du
allt det goda. Lämna inte
Nyköping hungrig.

Hitta ditt favoritställe på
www.nykopingsguiden.se

nykopingsguiden.se

EN STRATEGI FÖR ATT STIMULERA SÖRMLÄNSK LIVSMEDELSPRODUKTION

Vi frågar Karin Larsson som är projektledare för regional livsmedelsstrategi i Sörmlands län om mål, visioner och hur arbetet ska genomföras för att implementera den nya livsmedelsstrategin.

Text: Catarina Bennetoft



Karin Larsson. Foto: Privat

Vad innebär den nya regionala livsmedelsstrategin för sörmlänningen?

– Att vi ska öka tillgången på lokala livsmedel och att de blir mer synliga för gemene man. Vi vill även öka kunskapen om det som produceras i Sörmland. Att lära hur man gör medvetna val – hur produktion och konsumtion hänger samman och påverkar vår jord. Företagare i länet ska få stöd och bli mer lättillgängliga från primärproduktion till förädling. Vi är redan på god väg eftersom Stolt Mat och andra aktörer, såsom Sörmlands Matkluster, länge arbetat med dessa frågor och gör därför vårt arbete enklare än det är för de län som börjar från början.

Hur kan strategin inspirera till en ökad självförsörjning och produktion?

– Syftet är att öka produktionen och bidra till målen i den nationella livsmedelsstrategin, men det leder även till en egen ökad självförsörjningsgrad. Vi vill stimulera med information som är lätt att ta till sig. I dag har vi inom länsstyrelsen och Region Sörmland redan god kontakt med offentliga aktörer men även intresseorganisationer samt företag som har en stor roll att stimulera till en ökad produktion. Det blir lättare om vi kan samverka mel-

lan de olika intressegrupperna. I arbetet med att implementera strategin kommer vi starta upp ett branschråd med aktörer från det offentliga, organisationer, jordbrukare, restauranger och andra berörda för att bland annat hitta samarbeten.

Finns det en plan för att få produkter från producent till konsument?

– Det finns ingen konkret plan för logistiklösningarna just nu. Det finns inte en ensam lösning, utan flera olika, beroende på område. Inom det offentliga finns det samlastningscentraler som kan lösa logistiken, men att få varor från producent till butik kräver mer arbete för att hitta logistiska lösningar. Branschen behöver samla sig för att diskutera tillvägagångssätt. Om man ska använda grossister eller om det finns andra vägar. STUA och Stolt Mat arbetar med dessa frågor i projektet Sörmländsk mat på bordet.

Är det några särskilda produktionsområden som behövs för att stärka vår självförsörjning om något oförutsett händer?

– Vi vill i dag hitta lösningar som kan fungera i en kris. Hur vi ska hålla igång jordbruket, till exempel, få djurhållning-

en att fungera även om det blir stora strömvabrott. Vi ska vara proaktiva i vår planering och förbereda jordbrukarna till att vara reaktiva om något skulle hända. De är redan vana vid att hantera oförutsedda händelser, men vi behöver lyfta frågan i ett större perspektiv. Vi behöver även se över det som odlas i länet eftersom efterfrågan på lokala grönsaker är stor. Just nu pågår ett projekt drivet av Agro Sörmland att ställa om viss areal från spannmål till grönsaksodlingar på några gårdar. Men förutsättningarna ska vara de rätta för att det ska fungera. Liksom att vi är flera som hjälps åt för att nå målen i detta.

Har torkan 2018 påverkat upphandlingarna?

– Torkan var en väckarklocka för hur vi ska agera. Den fick fler att tänka efter hur vi ska göra för att ha en egen livsmedelsproduktion framöver. Vi kommer i implementeringsarbetet föra dialog med kommuner om vad som kan göras utifrån de offentliga upphandlingarna för att stötta våra producenter i länet och Sverige. Alla visar en stor vilja att handla lokalt, men kan behöva hjälp med att hitta producenter. Vi kan då stötta med information och när det är lämpligt att ta kontakt. Det är också bra om andra aktörer tänker efter i vad de kan bidra med, det kan till exempel handla om att få producenter att organisera sig för att kunna lämna gemensamma anbud.

Kan du kort sammanfatta de områden ni ska fokusera kring?

– Sammanfattningsvis är det fem områden vi ska fokusera kring för att nå målen i strategien om en ökad hållbar produktion. Dels arbeta för ökad kunskap och teknik för bättre konkurrenskraft. Vi kommer behöva en dialog och arbeta med de regler och villkor som styr upphandlingarna och företagens verksamheter. Vi vill se över och förbättra förutsättningarna för företagen i länet. Och inte minst fastställa en matidentitet för vårt län. Både kulturellt, kunskapsmässigt men även lyfta de rätter och produkter som kännetecknar Sörmland. ●



NY BUTIK!

Den lokala maten - Strängnäs

Under våren drog Björn Eriksson igång den första av en rad butiker för och med lokal mat.

Mitt i centrala Strängnäs ligger den första butiken som säljer varor utifrån säsong och tillgång. Här finns allt som i en "vanlig" livsmedelsbutik med den skillnaden att här vet man var allt kommer ifrån.

– När man definierar lokal mat handlar det om människan bakom maten. Vi kommer sälja tomater från närområdet, men även från Härnösand. Mjölkhjallorna fylls på från Järna och Ösvreta mejerier och grönsaksbordet kommer digna under sommarhalvåret men kanske vara magrare under vintern, berättar Björn.

Producenter kommer dyka upp i butiken med jämna mellanrum samt att det finns en matlagningsstudio på plats.

– Allt vi gör här ska handla om utbildning. Att lära ut mer om det vi äter och var det kommer ifrån, avslutar Björn.



Foto: Rocco Gustafsson

BONDENS NÄRA I NYKÖPING

Varje torsdag fylls bageriet på Hellmanska gården mitt i centrala Nyköping med lokala matvaror som kött, bröd, ägg, grönsaker, mjölk, must och mycket mera. Sörmländska specialiteter som säljs av producenterna som själva är på plats. Mer information finns på Facebook.

VAD ÄR REKO?

REKO står för Rejäl Konsumtion och är ett sätt att handla lokalproducerad mat, helt utan mellanhänder. Konsumenter och producenter på en ort går samman och startar en REKO-ring där råvaror och produkter säljs direkt från producent till konsument. I Nyköping, Mariefred och Eskilstuna finns REKO-ringar och en är på gång i Strängnäs. Sök efter REKO på Facebook.

23

procent av
Sörmland är
åkermark

KÄLLA:
SCB, JORDBRUKSVERKET 2015

ICA MAXI satsar lokalt

Det satsas på lokal och närproducerad mat i ICA Maxis butiker i Sörmland och i länen runt omkring. Den lokala maten synliggörs med särskilda hyllor och event i butikerna. Både handlare och producenter arbetar för att hitta rätt volymer och förutsättningar för att kunna tillgodose kundernas efterfrågan.

– Dagens kunder är mer pålästa och förstår betydelsen av att handla lokalt – för kvalitet och för en ökad självförsörjningsgrad, berättar Harriet Nilsson från ICA Maxi i Katrineholm stolt.

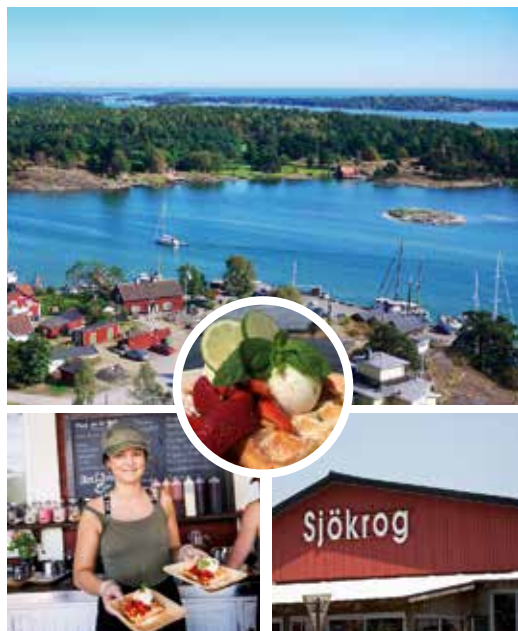


Oväntade upplevelser på nära håll



SAGOLIKA SÖRM LAND
UPPLEVELSER I GNESTABYGDEN

www.sagolikasormland.se
Facebook: Sagolika Sörmland



Matupplevelser vid havet

Hitta din favoritrestaurang på visitoxelosund.se



Sommar i Strängnäs, Mariefred Stallarholmen och Åkers styckebruk

1 juni	Ångans Dag, Mariefred
1- 16 juni	Vasaveckorna, Nya Vasaspelet
29 juni	Kreativa sommarmarknaden, Stallarholmen
5- 7 juli	Vikingafestival, Stallarholmen
19-20 juli	NM för Food Trucks, Mariefred
10 aug	SM för Gatumusikanter, Mariefred
31 aug	Vintagefestival, Stallarholmen
31 aug	Gruvans dag, Skottvång

Musik på Gripsholm, Dramatiserade stadsvandringar,
Bondens Egen Marknad, bil- och MC-träffar,
konserter på Mälsåker, museijärnvägen m m, se
strangnas.se/turism



Strängnäs - Mariefreds turistinformation, 0152-291 00, 297 90



PÅ VIRÅ BRUK

LYFTER DE VILDA SMAKERNA

Mitt i de vackra Kolmårdsskogarna ligger Virå Bruk med anor från 1600-talet. Då smiddes järn till kanoner – i dag är det de vilda smakerna, konferens och skytte som lockar besökare hit.

Text: Catarina Bennetoft | Foto: Virå Bruk

Det gamla brukssamhället i Virå har fått liv igen. Hit reser besökare från när och fjärran. Många är jägare som kommer hit för att träna skytte. Här på Virå byggde ägaren Caesar Åfors och hans son Rikard Sveriges första inomhusanläggning för skytte 2010. En övningsbana där man skjuter med skarpa vapen på en rörlig film i verkliga situationer. Strax efter byggdes även en restaurang och butik. Med åren har Virå Bruk vuxit och numera finns även möjligheter att konferera, fira bröllop och högtidsdagar eller varför inte bara komma hit med vännerna på en bit god mat att avnjuta i den vackra bruksmiljön.

I Viltköket möter gästerna kockarna direkt i det öppna köket. Restaurangen är stor och luftig, solen lyser in genom vackert spröjsade fönster på mjukt lindblomsgröna väggar. Stämningen är varm och familjär. I det öppna köket står köksmästare Erik Nordin med sina kollegor och lagar mat. I kökets ena del brinner en brasa där Erik grillar paprikor, men annars vilt när det står på menyn.

– Vi serverar vilt från skogarna här omkring. Älg, dov- och kronhjort, vildsvin, rådjur och vildand kombinerar vi med grönsaker och andra råvaror från gårdar i vår närhet, berättar Erik. Vi tar till vara på allt från djuren i vår nybyggda vilthanteringsanläggning – med hänsyn till djuren och ur ett resursperspektiv.

Köttet som skjuts på Virå serveras i huvudsak i restaurangen till konfererande gäster, fester eller



Johan Palmgren och Erik Nordin.

under de allmänna fredagsluncherna och middagarna.

Johan Palmgren är jägare på Virå och ansvarig för arbetet i slakteriet.

– Vi byggde en ny anläggning som godkänts som vilthanteringsanläggning. Här kan vi ta emot kunder under säsong. Genom en lucka kan man beställa och samtidigt se vad vi gör i styckningsrummet. Som utomstående får du inte gå in, men kan på detta vis ta del av arbetet. Allt utifrån Livsmedelsverkets regler.

– Även jag jobbar en hel del med styckning, berättar Erik. Det är lärorikt och vi kan tillsammans utveckla nya styckningsdelar och produkter, säger Erik.

Johan menar att ha en kock i slakteriet är kul och guld för kunderna.

– De får inte bara en bit kött med sig utan tips och råd om tillagning som inte jag kan bidra med.

Det är främst under säsong, från oktober till februari som vilt finns att tillgå i den lilla butiken. Främst fredagar är den bemannad. Samma dag som restaurangen är öppen för allmänheten.

– Vi kommer växla upp kockarnas närvaro här i anläggningen när vi drar igång charkproduktion, säger Johan.

– Ja, det ska bli kul att göra egna korvar, torka och så småningom även röka kött. Att göra egna isterband står högt på ägarfamiljens önskelista – de härstammar nämligen från Småland. ●



Sergey Gazeev och Elena Gazeeva
med en sällsynt sibirisk stör i famnen.



Ultraljud görs för att
säkra att rommen
är mogen innan den
kramas ur.

Stören är en
urgammel fisk
som funnits i

200

miljoner år och är
i dag utrotningshotad
och rödlistad.



Sörmländsk RYSK KAVIAR SNART I HANDELN

Under året kommer vi kunna njuta av rysk kaviar från Sörmland. Det är familjen Gazeev som satsat på odling av störfisk för kaviarproduktion och fiskförädling. Här berättar paret för Stolt Mat om den långa resan från yngel till färdig kaviar.

I en blågul gammal industribyggnad i Enstaberga väster om Nyköping finns i dag Sveriges första odling av störfiskar. Det är Elena Gazeeva och hennes man Sergey Gazeev som med stort engagemang och mod dragit igång detta enorma projekt.

De började redan 2011 med att bygga om de gamla smutsiga industrilokalerna. I en av de stora hallarna sattes isolerade paneler upp som väggar och tak. Stora plastkar installerades liksom en vattenanläggning som pumpar runt 400 m³ vatten per dygn genom bassänger och reningsverk. Miljön är kliniskt ren, något båda påpekar ett flertal gånger.

– Det är viktigt för vi vill ha friska fiskar, säger Sergey som tidigare arbetat som kirurg.

Det är ett helt slutet system där den första rening- en görs av karpar och regnbågar som simmar i en 50 meter lång kanal mellan karen. Bananplantorna som växer under konstgjort ljus vattnas med det näringsrika vattnet från reningsverket.

– Vi har tre arter stör i vår odling, berättar Elina och Sergey fyller i – Sibirisk, Rysk och Sterlett som är den minsta arten och kan väga upp till 10 kilo. De andra två kan väga 100 kilo eller mer.

Det är först senare i år som paret kommer kunna leverera rom på marknaden, i små volymer, för första gången. Kunder finns i Sverige, men

även utomlands. Det tar lång tid för stören att bli könsmogen, fem till tio år eller längre. För att vara säkra på att honorna bär rom gör Sergey ultraljud på fiskarna. Till sin hjälp har han sonen som läser till veterinär i Uppsala. När de är säkra att rommen är mogen, kramas den ur honorna eller så slaktas de för att även fiskköttet ska förädlas.

Rödlistad

Stören är en urgammal fisk som funnits i 200 miljoner år och är i dag utrotningshotad och rödlistad. Med fler odlingar ökar chansen för dess överlevnad menar Sergey och Elena.

– Tjuvfiskad rom är inget att sträva efter. Rommen är ofta oren och smaken därefter. Det finns även odlingar som är orena och där man använder antibiotika. Det gör inte vi. Det enda vi tillsätter är lite salt i vattnet för att stören ska trivas. Och till rommen är det bara salt som används för smak och hållbarhet.

Romstorleken varierar beroende på art. Beluga är störst och Sterletten minst. Sterlettens fina små romkorn är den exklusivaste enligt japanerna, medan andra tycker Beluga är det. Priset varierar mellan de olika sorterna, men räkna med att betala från 10 000 kronor kilot upp mot flera hundra tusen per kilo.



Smak och utseende

Störens rom kan även variera i färg. Den kan vara svart, grå eller grön och har inte med kvalitet att göra. Smaken är mjuk och lätt salt med en nötig efterton. Bäst servas rommen som den är på en sked av pärlmor.

– Vi brukar servera rom på en skiva vitt bröd med lite smör på. Aldrig på något varmt som blinier, då smakar rommen fisk, säger Elena.

Champagne eller vodka är klassiska drycker till kaviar, men Sergey menar att det förtar smaken. Åt först rom och njut av den och drick champagne efteråt!

Först och främst kaviar

Den stora satsningen kunde göras tack vare bidrag från EU:s Havs- och fiskeriprogram. Tack vare att systemet är slutet kunde de även få tillstånd att odla en art som annars inte tillhör vår svenska fauna.

Först och främst är det rom som kommer att produceras i anläggningen.

– Vårt mål är ett ton rom per år och 10 ton fisk, men tanken är att vi även ska sälja störyngel till andra uppfödare, berättar Elena och tittar på Sergey som nickar.

I en annan byggnad ligger förädlingen av fisk och kaviar. Även här är det bländande rent. Ett rum för uppvägning, förpackning och specialkyla finns för kaviar och ett annat för fiskhantering med bland annat två stora rökar för kall- och varmrök.

– Fisken torrsaltas innan vi röker den.

Den varmrökta påminner om rökt ål, säger Elena. Störens kött är välsmakande och fast och inte så fet som ål eller lax och kan mycket väl ersätta den hotade ålen på julbordet.

– Vi kommer sälja rökt stör men även färsk till restauranger. Fisken är mycket nyttig, säger Sergey. Den har en bra fettsammansättning som motverkar högt kolesterol.

Elena och Sergey kommer utveckla sina produkter vidare och så småningom kanske de även öppnar en fiskrestaurang i Nyköping. Men än är det bara tankar.

– Nu ska vi bjuda in kockar och grossister till provningar så att även andra snart kan få njuta av vår färska och friska kaviar och den goda stören. ●

RYSK KAVIAR

Första gången rysk kaviar kom till Europa var när Tsaren skickade en trätunna för att blidka Napoleon som spottade och svor för kockarna visste inte vad det var och hade därför kokt de svarta guldkornen. Det sägs vara en av orsakerna att Napoleon invaderade Ryssland 1812.

Andra gången rysk kaviar serverades i Europa var i samband med världsutställningen i Frankrike 1867. Då bjöds champagne till den isade kaviaren och är sedan dess känd i hela världen som en exklusiv läckerhet.



STOLT MAT I SÖRMLAND PRESENTERAR:

TILLSAMMANS

för en ökad livsmedelsproduktion i Sörmland och Sverige



”Långsiktighet och hållbarhet är viktigt när mat ska produceras. En god dialog och ett gott samarbete mellan alla aktörer bidrar till detta.

För mig är det viktigt att många kommande generationer ska kunna njuta av den unika sörmländska maten.”

Johan Varenius
Landsbygdsdirektör
Länsstyrelsen Södermanland

Jag bryr mig om – gör det du också!

Utan mat står du och jag handfallna. Extremt väder och kris i världen kan sätta vår vardag ur spel, då är kaos inte längre än några måltider bort. Stängs gränserna räcker maten till ungefär varannan person i Sverige. Det är inte tryggt. Därför behöver livsmedelsproduktionen öka här på hemmaplan. Genom att köpa från svenska producenter försäkras vi oss om att det finns lantbruksföretag som kan leverera mat. Matförsörjningen är en säkerhetsfråga. Du, jag och alla andra som väljer att köpa närproducerad och svensk mat gör skillnad för att minska sårbarheten vid en kris. Tillsammans hjälps vi åt att öka självförsörjningsgraden!

**STOLT
MAT**
I SÖRMLAND

I SAMARBETE MED:



LÄNSSTYRELSEN
Södermanlands län



REGION
SÖRMLAND

Sparbanken Rekarne



Sörmlands Sparbank



Eskilstuna
kommun



Nyköping



Eskilstuna-Kuriren
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA



Strängnäs Tidning



Katrineholms-Kuriren
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA



SN
EN DEL AV SÖRMLANDS MEDIA



SÖDERMANLAND

VÄXA
SVERIGE

KYCKLING TILL ALLA FRÅN VALLA

I Valla utanför Katrineholm ligger ett av Sörmlands största livsmedelsföretag anonymt inbäddat i grönskan. Kronfågel, företaget som producerar klimatsmart mat från kläckeri till konsumenten.

Kronfågel ingår i dag i en skandinavisk koncern, Scandi Standard med verksamheter i Danmark, Finland, Norge och även Irland och alla har de samma vision – Bättre kyckling för ett Bättre liv. Bra djurvälstånd är en viktig hörnsten i alla länders kycklingproduktion.

Kyckling är populärt och har många fördelar som livsmedel. Det är lätt och gott att tillaga. Kyckling har låg klimatpåverkan, lägst av de vanligaste proteinkällorna, som accepteras av de flesta religionsinriktningar. Vilket kan vara en anledning till att konsumtionen sakta ökar. I dag äter svensken cirka 23 kilo kyckling per person och år. Motsvarande siffra i USA är 45 kilo men då ingår även kalkon.

Marknadsledande

Kronfågel är marknadsledande i Sverige med 35 procent marknadsandelar av kyckling i dagligvaruhandeln, varav det mesta produceras i Valla. Hit kommer kycklingar från olika gårdar i Mellansverige. Hela kedjan är transparent och varje led är noggrant kontrollerad.

Totalt inom företaget jobbar det 850 personer, i Valla är det cirka 750 personer som arbetar i skift, och bland medarbetarna representeras trettio olika nationaliteter, många har arbetat länge och på olika befattningar. I Skåne ligger produktionen av Kronfågels ekologiska kyckling under namnet Bosarp.

Företaget är väldigt stolta över utnämningen som Årets leverantör vid Dagligvarugalan 2018.

Produktutveckling

Under alla år som Kronfågel funnits har marknaden förändrats. Från den förr så vanliga frysta, hela, kycklingen är det i dag färskast bröstdfiléer som är mest populärt hos konsumenten. Det mesta på kycklingen används till olika styckningsdetaljer. Inget går till spillo.

Produktutveckling sker ständigt. Just nu är det fokus på sommarens grillat och många nya smaksatta produkter finns i butikshyllorna. Kycklingsteak är en ny produkt som snabbt blivit populär. Det är en urbanad kycklingklubba som passar bra att grilla och har mycket smak i sig.

Kycklingfärsen har funnits i Kronfågels sortiment under ett tag. På senare tid har företaget noterat ett uppsving av försäljningen. Konsumentens vanor att köpa nöt eller blandfärs till köttbullar och köttfärsås håller förvisso i sig, men med ökad fokus på klimat och hållbarhetsfrågor hoppas man på Kronfågel kunna ändra på det.

I julis fick den då nya kycklingjulsinkan pris under Chark-SM. ●





Grillad kycklingsteak tryffel med klyftpotatis, tomatsalsa och myntakräm

Recept!

Till 6 pers:

- 1 paket BBQ KycklingSteak Tryffel, ca 850 g
- 3 bakpotatisar
- 2 sötpotatisar
- 2 msk olivolja
- ½ tsk salt
- 2 dl riven parmesanost

Tomatsalsa:

- 4 tomater
- 2 vitlöksklyftor
- 2 tsk paprikapulver
- 2 tsk mald ingefära
- ½ grön chili, finhackad
- 3 msk finhackad persilja
- 2 krm salt
- 1 msk olivolja
- 1 msk limejuice

Myntakräm:

- 2 dl turkisk yoghurt
- 1 dl crème fraîche
- 150 g fetaost
- 2 dl finhackad mynta
- 2 msk olivolja
- 2 krm salt och 1 krm svartpeppar

Gör så här:

1. Sätt ugnen på 250°. Borsta och tvätta potatis väl. Skär i grova klyftor. Lägg klyftorna med snittytan upp på en plåt med bakplåtspapper. Pensla potatisarna med olja. Rosta i mitten av ugnen i ca 25 minuter. Toppa med salt och färsk riven parmesanost.
2. **Tomatsalsa:** Riv tomater på den grova sidan av rivjärnet eller hacka dem fint. Skala och riv vitlök. Lägg tomat och vitlök i en skål. Tillsätt paprikapulver, ingefära, grön chili och persilja. Salta. Ringla över olivolja och limejuice. Blanda.
3. **Myntakräm:** Blanda yoghurt, crème fraîche och smulad fetaost. Smaka av med salt. Hacka mynta och rör ner. Ringla över olivolja och toppa med peppar.
4. Börja grilla kycklingdelarna på skinnsidan på medelhög värme så den blir krispig i skinnet. Vänd och grilla på köttssidan tills innertemperaturen är 70°. Vänd då och då under grillningen.



hotel
malmköping

Hotell, konferens & restaurang



0157-245 80 / info@hotellmalmkoping.se / www.hotellmalmkoping.se



HÄLLEFORSNÄS

är på gång

Det satsas stort i Hälleforsnäs. Både företagare och kommunen etablerar sig i det gamla brukets lokaler.



Först flyttade Jürss in med sitt mejeri. I början av året öppnade Axel Johnsson med vänner Bruksrestaurangen i lokalen ovanpå mejeriet och senare i höst kommer ytterligare en entreprenör flytta in. Högtorp gård och Lena Engelmärk Embertsén lägger sin tillverkning av skogens smaker här.

Flens kommun planerar att bygga produktionskök för de offentliga måltiderna, samt att det även planeras för ett mejeri för mjölkprodukter i någon av de ännu tomma fabrikslokalerna. Utöver de smakrika etableringarna finns redan i dag butiker, teater och museum. Turistbyrån finns naturligtvis här och hjälper besökare att få sina önskningar uppfyllda. ●





MENY	
(MSC) BRUKETS RIKHIDE LAX, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	155:-
(MSC) FISKBETTA PÅ MUSTIG HÄRREFOND MED TRÄSK, KRAV, SKALDjur, LÄRST, HÄRRE, ÅL, PELL, BOKHOLM, ANGLAND	185:-
(VEG) GRILLAD BURGARE FRÅN JESUS MÅN, KÄRREBÄR, CABBAGE, POTIS, KRAV, ÅL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	175:-
(KRAV) BRUKETS HÄRREDE FRÅN HERRGÖLLET - SEVERAL-LAND, BOKHOLM, CABBAGE, KRAV, SKALDjur, LÄRST, HÄRRE, ÅL, PELL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	185:-
(LÄRST) SÄRLANDSKT KRAV, FRÅN STALLER, MED BOKHOLM, TRÄSK, GÖRÖR, ÅL, PELL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	155:-
KRISPIG WIENERSCHNITZEL FRÅN KRAV, CABBAGE, POTIS, KRAV, ÅL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	175:-
(VEG) FRITERAD, CABBAGE FRÅN JESUS MÅN, KÄRREBÄR, CABBAGE, POTIS, KRAV, ÅL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	165:-
(BARN) HEMGÖRDA KRAV, FRÅN JESUS MÅN, KÄRREBÄR, CABBAGE, POTIS, KRAV, ÅL, BOKHOLM, ANGLAND, DALSSILVAD, POTIS, FÄRLLER, CITRUS, GRÖNT	65:-
CRÊME BRÛLÉE FRITERAD, CABBAGE	85:-
FRITERAD, CABBAGE	105:-



Med hela världen SOM ARBETSPLATS OCH LANDADE I HÄLLEFORSNÄS

Från alla världens främsta kök har nu Axel med vänner landat i den alldeles nya Bruksrestaurangen i Hälleforsnäs. Här kan gäster konferera, njuta av en god lunch eller middag eller beställa maten till den egna festen.

Ar man nyfiken och intresserad av att ständigt lära mer och utvecklas i sitt yrke, då gör man verklighet av möjligheterna och arbetar sig runt i världen. Det gjorde Axel Johnsson under flera år innan han slutligen landade i Hälleforsnäs.

Här har han nu öppnat Bruksrestaurangen som han driver tillsammans med sina vänner Natasja Hildén och Jim Frid.

Resor ger kunskap

Axel är utbildad kock, ett yrke som han tappade lusten till under utbildningen, men tack vare en kompis, fick han chansen att resa utomlands och jobba, och intresset väcktes igen. Under många år har Axel jobbat under sina semestrar, på kända och stjärnbeströdda restauranger som Noma i Köpenhamn, Fat Duck i England, Alinea i Chicago och nu senast på The Test Kitchen i Kapstaden för att nämna några.

– Det har varit lärorikt yrkesmässigt att få arbeta med de bästa kockarna i världen, men också väldigt tufft. Parallellt har jag arbetat här i Sverige på flera olika restauranger, bland annat här i Sörmland, de senaste åren på Sparreholms slott. Men nu är det kul att stå på egna ben.



Restaurangen är stor, luftig och ljus. Ännu är det enkelheten som råder, men med roliga detaljer på borden som ansjovisburkar för tandpetare. Köket är öppet så att kockarna kan ha kontakt med gästerna.

– Det är så jag vill jobba. Kunna laga mat och prata samtidigt som jag serverar gästerna. Vi har fått en mycket bra start på verksamheten. Många är naturligtvis nyfikna, men vi har redan flera konferenser bokade och en del cateringuppdrag som är ytterligare ett ben vi står på.

Öppettider

Restaurangen är öppen tisdag till lördag från halv tolv till fyra och på fredagar är det öppet till nio på kvällen.

– Men vi är flexibla. Vill man komma med en större grupp en annan kväll går det bra – vi är ju ändå här, säger Axel och berättar att han själv bor i Uppsala och vännerna i Göteborg. Så alla tre veckopendlar.

Maten som de tre vännerna serverar hålls enkel med ambitionen att den ska vara lokal och hållbar. Smakerna är i huvudsak svenska.

– Både jag och Jim skulle kunna hålla en väldigt hög svansföreläsning, men det passar inte i detta sammanhang. Däremot kan vi göra catering med mer avancerad matlagning om kunden önskar det.

I ett utrymme som ännu är tomt kommer ett beredningskök installeras. En glastruta ut i restaurangen gör att gästerna kan se allt som försiggår. Här kan även kurser hållas är tanken framöver.

– Det är kul att Flens kommun vågar satsa så här och att jag får möjligheten att vara min egen chef och utveckla ett koncept här i Hälleforsnäs. Jag hoppas många ska hitta hit. Ännu har vi inte marknadsfört oss, men djungeltrumman har gått och många har hittat hit. Hoppas att det fortsätter så. ●



MED SMAK AV VÅR NATUR

Är man kemiingenjör och folkbildare då är det självklart att starta innovativ livsmedelsproduktion av skogens skafferier i skogarna mellan Hälleforsnäs och Mellösa. I alla fall är det så man kan sammanfatta de senaste åren i Lena Engelmark Embertséns liv.

Text: Catarina Bennetoft

Vi möts i den blivande produktionsanläggningen i en av brukets tomma lokaler. Här sågas och hamras det för tillfället. Lena visar runt vart allt ska stå och vara så småningom.

– Här vid den glasade ytterdörren ska vi ha en liten butik säger Lena skrattande. Eftersom vi ändå kommer vara här och producera tänker vi att vi även kan möta våra kunder och andra nyfikna som hittar in genom dörrarna.

Det är först till hösten som allt kommer vara klart. Lena, hennes man Ola och ett gäng engagerade plockare ägnar sig åt att plocka av skogens och naturens skafferier från maj och några månader framöver. Då finns det inte tid att flytta. När hösten så kommer ska allt som plockats förädlas till de innovativa produkter som fått så stor uppmärksamhet, här och utomlands.

Vad är det då Lena gör undrar ni?

Förvaltar och förädlar smaken av den skog och mark hon och familjen bor och lever i, är det enkla svaret.

Spruce

Lena är utbildad kemiingenjör och arbetade på flera ställen för att så småningom landa i Sörmland och ett chefsjobb på Tom Tits i Södertälje.

– Ett härligt arbete där min folkbildarsjäl fick stort utrymme, säger Lena.

2011 bestämde Lena och Ola sig för att satsa på något eget på gården i Mellösa. De valde att följa sina intressen att skapa unika produkter, utifrån bådas kunskaper.

– Ola är skogsekolog och expert på skogens alla möjligheter. Han utvecklar nya skötselmetoder och skriver böcker om det. Jag är nyfiken och har alltid varit intresserad av mat, smaker och bra råvaror, berättar Lena. Granskottsolja blev den första innovativa produkten vi gjorde och den slog genast igenom! Än i dag är det den som säljer bäst.

Arbetet med skogen är viktigt. Lena berättar att de utvecklat metoder för att plocka hållbart på sin egen mark och samtidigt få ökad mångfald.



Foto: Högtorp gård

– Vi är först i Sverige med att eko-certifierat vår skog för livsmedel.

Smakrika produkter

I hagarna och skogsbrynen hålls granarna låga för att kunna plocka skotten när de kommer på försommaren. Korridorer och luckor skapas i granplanteringarna vilket gynnar skottsättning och björk.

På några av vallarna gynnar de maskrosor och på en och en halv hektar stor äng vajar älgörten. Allt och mycket mer förädlas till olika smakrika produkter, söta, syrliga och oljiga. Och några att dricka.

– Av granen gör vi sex helt olika produkter. Alla med sin egen rena smak och helt olika varandra. Granskott av olika storlekar syltas in. Granskottssirap får en röd färg och härlig smak av röda bär och kåda. Granbarrssylen är det små barrbitar i och är god till en bit salt ost. Granskottsolja smakar som att dricka doften av en gran. Granblommor inlagda i lagrad granvinäger får en mild lite nötig smak. Slutligen är Spruce Botanical Bitter en tolkning av Högtorps natur.

Ut i världen

I början av året tog grossisten Grönsakshallen Sorunda med sig Lenas granskottsolja till Biofach-mässan i Nürnberg. En ekomässa av rang där oljan väckte stort intresse och efterfrågan.

– Ja, vi ser ett stort intresse för nya smaker av hög kvalitet, och det har vi gjort en tid. Kockarna

som gillar det vi gör, sprider våra produkter världen över.

Med sin folkbildarvana bjuder Lena regelbundet in kockar till smakvandringar och passar då på att lära dem om ekosystemen. Det är vanligt att kockar själva är ute i skog och mark och plockar till sina kök, men det är bra om de kan göra det hållbart och med kunskap om vad som är ädligt menar Lena.

Med en ny produktionsanläggning hoppas Lena att innovationerna ska öka, liksom försäljningen och möjligheten att sprida kunskapen om naturen och glädjen den ger för både öga och gom. ●



Foto: Catarina Bennetoft

Ostar FRÅN JÜRSS MEJERI FLYTTAR IN I BERGRUMMEN

PRISADE OSTAR

Jürss Mejerier fortsätter att imponera med sina ostar. Under Ostfestivalen i Stockholm i februari deltog mejeriet i Hälleforsnäs tillsammans med 40 andra utställare.

Kerstin och Claes Jürss ställde ut fyra av sina ostar. Den redan prisade Granbarksosten utsågs till festivalens godaste ost 2019. En extra värdefull utmärkelse menar paret då det var besökarna som röstade fram deras ost.

Under hösten 2018 fick Jürss ostar både guld och silver i den internationella tävlingen World Cheese Awards där 3500 ostar från 29 länder konkurrerade.

Aterigen har Jürss Mejeri vunnit priser för sina välgjorda ostar och samtidigt satsar man på nya lagringsutrymmen inne i Hälleforsnäs gamla skyddsrum. Inom några år kan vi smaka på resultatet.

Text: Catarina Bennetoft

Nu äntligen är bergrummen i Hälleforsnäs iordningställda och godkända för ostlagring. Sakta men säkert fylls det gamla skyddsrummet med Big Ben, en hårdost på 25 kilo. En gyllengul ost som ska lagras i minst 1,5 år i det svala bergrummet innan den kan avnjutas i en provning på plats, på restaurang eller hemma vid middagsbordet.

– Det är ett fantastiskt utrymme. Här är både temperatur och luftfuktighet jämn över året, berättar Kerstin Jürss. Det skiljer bara ett par grader i temperatur mellan vinter och sommar, så medeltemperaturen ligger nog runt 10°.

Det har tagit lite tid för Kerstin och Claes Jürss att få okey att lagra sina ostar i vad de menar är det mest klimatsmarta och energisnåla alternativet. Något som för övrigt görs runt om i Europa och där även vissa producenter använder det i sin marknadsföring som grottlagrade ostar.

– Det finns några mindre mejerier här i Sverige som fått godkänt att lagra sina ostar i jordkällare, så ”vårt” bergsrum är nog det största än så länge, men vi är många som jobbar för att få en notifikation från EU för att kunna använda dessa utrymmen till lagring, berättar Kerstin. Något även Livsmedelsverket vill att vi ska göra.

Provningar

Det numera vackra bergsrummet doftar ost när de tjocka dörrarna öppnas. En lång upplyst plattlagd gång är det enda som syns. Men en bit längre in öppnar sig rum i vilka ostarna står uppställda på pallar och plank.

– Vi kommer hit minst en gång i veckan och vänder och borstar ostarna. Vi har även koll på takdropp, det vore förödande om det droppar ner på ostarna, säger Claes. I så fall måste taket täckas med en duk, men det har vi inte behov av än.

Under våren räknar Kerstin och Claes med att öppna upp för besökande grupper och framöver finns

ambitionen att även erbjuda enklare provningar i det mäktiga bergrummet.

– Vi hoppas hitta ett samarbete med Bruksrestaurangen ovanför vårt mejeri, säger Kerstin. Att vi tillsammans kan erbjuda besökare en liten ostprovning hos oss som sedan avslutas med en god middag hos Axel.

– Det är kul att det händer så mycket här på Bruket nu. Det är bara ett boende som behövs så att gästerna kan stanna efter ostprovning och ett glas vin, fortsätter Kersin och ler.



Foto: Per Groth

Så här görs Big Ben

Det tar en dag att ysta två Big Ben av 500 liter mjölk. Därefter får de ligga i kylrummet inne på mejeriet i 2-3 månader. Under den tiden ska ytan behandlas regelbundet med olivolja och saltvatten. Då sluts ostens yta flytta ut till bergrummet där de vänds och borstas regelbundet och får mogna under 1,5 år.

Osttips!

- Förvara alltid ostarna så lufttätt som möjligt i kyl, men tänkt på att ta fram dem i god tid före servering. Smakerna kommer fram bättre när de är lite varmare, det gäller särskilt hårdostar.
- Vit- och grönsmörgölostar görs på olika vis. Till mjölken tillsätts de mögelsporer som önskas. Vitmögel sitter på utsidan medan grön- eller blåmögel växer till inuti eftersom dessa ostar prickas. Det är när syret finns som möglet kan växa.
- Blir vitmöglet hårt och pappersaktigt kan det skäras bort, annars går det att äta.
- Kanten på hårdosten är ätlig, men kan vara svår att tugga. Låt istället kanten koka med i grytan eller soppan för att avge smak.
- Får du mögel på hårdosten skär du bara bort det. Oftast har detta mögel ingen god smak men är inte farligt på något vis. ●

*På Ösvreta Gård kan du bo,
klappa en ko och se plantor gro.
Rimmet är Anna Brodén och beskriver
väl den verksamhet som är på väg att växa
fram på gården strax utanför Nyköping.
Bland besökarna finns både kockar,
skolklasser och privatpersoner.*



Text: Anneli Nyström | Foto: Bobo Lindblad

GÅRDSMJÖLK FRÅN ÖSVRETA PÅ SÖRMLANDS MUSEUM

På gården driver Mats Larsson och Anna Brodén ett småskaligt ekologiskt familj jordbruk med Rödkullor och SRB-kor som bas för mjölk och kött. Ett trettiotal Gotlandsfår som lämnar både kött och vackra skinn finns, liksom tre Linderödssvin och höns för självhushållning. Tillsammans bidrar de till ett öppet landskap och en biologisk mångfald.

Vid sidan av den traditionella produktionen har Anna sedan ett par år börjat bygga upp en förädling av produkter från gårdsmjölken i sakta mak.

– Det är ju fortfarande mjölken som är basen. Jag skulle uppskatta att vi använder omkring 30 procent till förädling, men det är tiden som avgör. Som lantbrukare jobbar man ju jämt. Jag provar mig fram och det är roligt när det blir tid över även till förädlingen. I dag har vi både yoghurt och ostkaka, karamelliserad mjölk och glass i vår butik. Till och med eldost inför sommarens grillning.

För Anna är det viktigt att kunna hålla med gårdsmjölk till kunder som verkligen söker efter närproducerat, som handlar och lagar mat med hjärtat. Sedan en tid tillbaka är Sörmlands museum en av gårdens största kunder.

Marcus Sjösten är kökschef på museet:

– När restaurangen var ny och jag sökte efter en bra gårdsproducent var Anna och Ösvreta det första jag blev rekommenderad. Sagt och gjort,

jag åkte ut till gården och vi kom överens. Anna är verkligen jätteduktig på det hon gör och jag hoppas att fler människor får upp ögonen för vikten av att handla hållbara och bra produkter som hennes. I dag köper vi den största delen av mjölken från Anna, även om vi måste komplettera med laktosfritt vid sidan av.

– Marcus och museet köper omkring 30 liter ekologisk gårdsmjölk i veckan från oss. När det blir lite större volymer kan vi dessutom leverera i tio- och tjugoliters hinkar, vilket passar väldigt bra i vårt returflöde och minimerar behovet av förpackningar, berättar Anna.

Arbetsbostaden på gården byggdes 1956 för Mats farmor och farfar, Elsa och Hjalmar. I dag kan gäster som vill besöka gården och stanna över natten hyra logi där. Även skolklasser som vill besöka gården och klappa en ko är välkomna om man bestämmer en tid. I källaren finns gårdens mejeri och butik.

– I sommar hoppas jag kunna utöka med mer gårdsglass. All vår glass tillverkas för hand utan tillsatser och smaksätts så långt det är möjligt av egna och närproducerade ekologiska råvaror, avslutar Anna.

Det låter som ett vinnande koncept. Vilka barn vill inte klappa djur och äta glass? ●

ÄPPELLANDSKAPET SÖRMLAND ÄR SNART TILLBAKA

Sörmlands äppellandskap växer så det knakar tack vare den ideella föreningen Sörmlandsäpplen. Tillsammans verkar de för att öka kunskapen, odlingarna och ett bredare utbud av förädlade äppelprodukter. Hur det går till berättar Charlotte Sommarin mer om.

Text: Catarina Bennetoft | Foto: Charlotte Sommarin

Foto: Anna-Johanna von Platen



Charlotte Sommarin njuter av äppelblom.

Det riktigt sprudlar av energi kring Charlotte Sommarin när hon sätter sig vid bordet för ett samtal om ett av hennes hjärteprojekt – Föreningen Sörmlandsäpplen.

En ideell förening vars vision är att återskapa Sörmland som äppelodlingslandskap, framförallt genom att skapa förutsättningar för nya, moderna etableringar men även genom att väcka liv i gamla sörmländska fruktodlingar.

– Hösten 2014 presenterade vi vår första vision med målet att Sörmland ska vara ett äppellandskap 2020, berättar Charlotte.

Många kom för att diskutera förutsättningar och möjligheter. Även landshövdingen Liselott Hagberg.

– Därefter fick vi pengar till en grundläggande utbildning i ekologisk fruktodling som lockade ett trettiotal deltagare från hela Mellansverige och ledde till att nio gårdar gick samman och beställde äppelträd från Holland, fortsätter Charlotte.

Att träden beställs från Holland beror på att de där, på grund av ett gynnsammare klimat, kan odla fram större träd på kortare tid än vad man kan här i Sverige. Grundstammar ympades med en ädelsort,

bland annat några av våra sörmländska äppelkändisar. Efter 2 ½ år, i maj 2018, levererades 6 000 träd som snabbt behövde komma i jorden på grund av det varma vädret våren 2018.

– Det var tufft för många. Även om de flesta odlare var väl förberedda är det ändå svårt att beräkna hur mycket tid och vilken arbetskraft som krävs för snabb plantering. Men vi hjälps åt och stöttar varandra inom föreningen vilket är en styrka och vi lär av varandra, menar Charlotte.

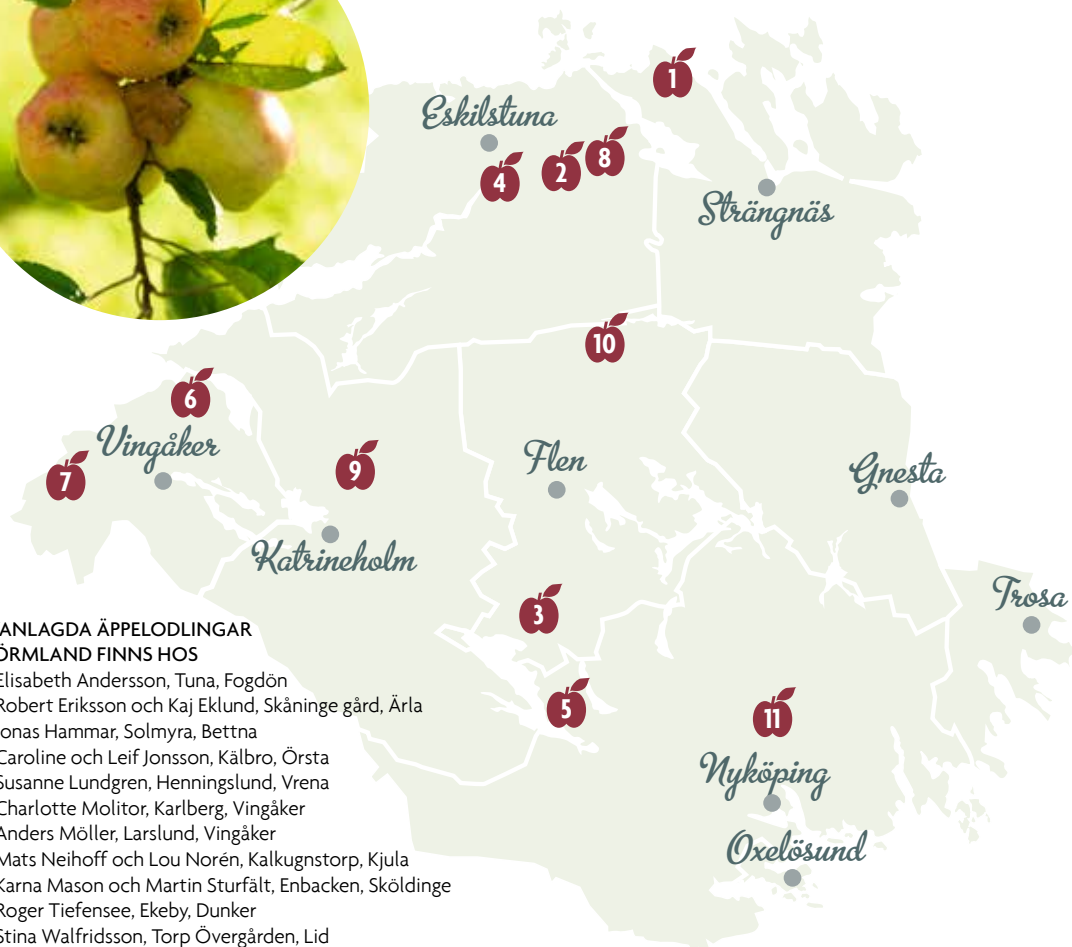
För 100 år sedan, runt sekelskiftet 1900, var Sörmland ett blomstrande fruktodlingslandskap där många gårdar, stora som små, såg frukten som en viktig inkomstkälla. Stockholm och andra stora städer var viktiga marknader, precis som i dag. Men jordbrukets reglering och omvandling under senare delen av 1900-talet ledde till att fruktodlingarna i Sörmland

lades ner. När äppelodlingarna försvann gick även kunskapen förlorad.

– Tillgången till kunskap och rådgivning är A och O för att vi ska kunna utveckla fruktodlingen i Sörmland. Vi får vända oss till danska Kirsten Jensen, fruktodlingsexpert på länsstyrelsen i Västra Götaland, men på sikt vore det önskvärt att ha en ”egen” rådgivare. Rådgivning och kunnig arbetskraft behövs för att vi ska få större gårdar att satsa på fruktodling. Det är stora investeringar och mycket arbete, som förutom kunnig arbetskraft kräver ett nätverk som vi nu bygger för att bland annat hitta säljkanaler för våra äpplen.

Fantastiska förutsättningar

I Sörmland är förutsättningarna fantastiska för fruktodling. Långa soliga dagar och svala nätter ger smakrika, friska äpplen. Krispigt saftiga frukter som



NYANLAGDA ÄPPELODLINGAR I SÖRMLAND FINNS HOS

1. Elisabeth Andersson, Tuna, Fogdön
2. Robert Eriksson och Kaj Eklund, Skåninge gård, Ärla
3. Jonas Hammar, Solmyra, Bettna
4. Caroline och Leif Jonsson, Kälbro, Örsta
5. Susanne Lundgren, Henningslund, Vrena
6. Charlotte Molitor, Karlberg, Vingåker
7. Anders Möller, Larslund, Vingåker
8. Mats Neihoff och Lou Noren, Kalkugnstorp, Kjula
9. Karna Mason och Martin Sturfält, Enbacken, Sködinge
10. Roger Tiefensee, Ekeby, Dunker
11. Stina Walfridsson, Torp Övergården, Lid

är goda som de är men även är goda att använda i mat, bakverk och desserter. Att musta äpplen har på senare år blivit populärt och lett till att det finns gott om musterier. Även i Sörmland. Cidertillverkarna experimenterar glatt och skapar drycker som passar till krogarnas mat lika bra som vin och öl.

– Inom förädlingen behöver vi också utvecklas. Att musta och göra cider är en väg att ta tillvara våra äpplen, men tanken är att skapa fler produkter. Något vi kommer utveckla framöver.

Föreningens syfte och ändamål är att främja odling och förädling av frukt men man vill även verka brett, för ett större intresse och kunskap och frukt generellt. Ympningskurserna på Julita gård lockar många deltagare liksom kurserna i sortbestämning och fruktträdbeskrivning.

– Intresset för äpplen är jättestort, säger Charlotte leende. Då vi hösten 2018 anordnade vår andra grundläggande kurs i fruktodling tillsammans med Länsstyrelsen så lockade den nära 50 deltagare, de flesta deltagarna kom från närområdet men några reste ända från norra Sverige vilket verkligen visar att fruktodling är ”hett”!

Odlingar skapar tillväxt

Föreningens fokus är att öka antalet fruktodlingar. Många gårdar, både större och mindre, kan behöva en kompletterande gröda för ökad tillväxt och fler inkomster. Inför årsskiftet 2018/2019 genomförde föreningen återigen en sambeställning av fruktträd från Holland. Totalt beställde sju gårdar, varav sex i Sörmland och en i Östergötland, ytterligare cirka 5 000 träd vilka kommer levereras i maj 2021.

Det är arbetsintensivt med äppelodlingar och kan därför ge arbete som passar unga men även lämpar sig som integrationsprojekt.

Besöksnäringen kan öka genom att skapa aktiviteter under äppelodlingarnas blomning och skörd. Det kan även vara ett sätt att förädla den sörmländska kulturhistorien

– Tänk när äppelträden blommar att resa från gård till gård och få njuta av prakten eller på hösten när det doftar gudomligt av mogna äpplen.

Arbetet fortskrider och nya tag tas för att få fler utbildningar, väcka fleras intressen och för att knyta nya kontakter.

– Vår målsättning är att arrangera ett nytt ”visionsmöte” om odling och förädling av frukt i höst. Det är 5 år sedan sist och nu behöver vi stämma av och förnya de mål som vi hade för 2020. Mål som vi är på god väg att uppnå, avslutar Charlotte. ●



Några sörmländska äppelsorter

ÅKERÖ – ett av de mest kända äpplena är ett höstäpple som uppkallats efter herrgården Åkerö i Bettna där moderträdet fortfarande står, nämns första gången 1759.

SÄFSTAHOLM – upptäcktes av Eneroth och har sitt ursprung i Vingåker och slottet Säftstaholm. Sorten uppkom på 1830-talet och moderträdet finns ännu att beskåda.

KESÅTER – har fått sitt namn efter Kjesåters gård utanför Vingåker. Ett populärt höstäpple under 1800-talet men som försvann ur produktion på grund av sin litenhet. Nu åter i ropet.

SPARREHOLM – upptäcktes 1860 på Sparreholms gård men spreds från Sörmland så småningom utanför landets gränser. Ett känsligt äpple som tillhör ett av finaste höstäpplena.

Äppelhistorik

- **Under 1600-talet** anlades trädgårdar och parker på de förnäma herresätena i Sörmland. Återvändande krigsherrar influerades av de praktfulla odlingarna de skådat i Europa. Med sig tog de kunniga trädgårdsmästare som hade kunskap både om odling och växtförädling. Det var dessa trädgårdsmästare och deras efterföljare som skapade de nya äppelsorter som bär herrgårdarnas namn. Åkerö, Säftstaholm och Sparreholm för att nämna några.
- **Under 1800-talet** var Sveriges första pomolog Olof Eneroth verksam i Sörmland. Genom sin mecenat, den blinde excellensen Carl Bonde, fick han möjligheter att införskaffa och provodla nya sorter från kontinenten på grevens egendomar Vibyholm, Kjesäter och Säftstaholm.
- **Genom århundradena** spreds odlingskunskapen från herrgårdar till bönder och torpare och blev en viktig inkomstkälla. Med den nya järnvägen blev det enkelt att transportera sin frukt till försäljning i de större städerna, framför allt till Stockholm.
- **I mitten av 1900-talet** började vi importera frukt som sakta konkurrerade ut de svenska odlarna. Därefter kom EU bidrag som fick många att helt lägga ner. Bara i Skåne höll sig odlarna kvar i en större omfattning.



Äppel- och kardemummakaka

TILL 12 BITAR:

2-3 sörmåländska äpplen

Smet:

75 g smör
1 dl muscovadosocker
eller råsocker
3 ägg
2 ½ dl vetemjöl
1 tsk vaniljsocker
1 tsk bakpulver
2 krm mald kardemumma
½ dl mjölk

Strössel:

50 g smör
1 dl vetemjöl
½ dl muscovadosocker
eller råsocker
2 krm kardemumma

En perfekt efterrättsskaka – god som den är men vaniljsås eller glass är lite extra gott till.

Gör så här:

1. Sätt ugnen på 225°. Tvätta och kärna ur äpplena. Dela i mindre klyftor.
2. Rör samman smör och råsocker till en luftig och mjuk smet. Tillsätt ett ägg i taget.
3. Blanda vetemjöl, vaniljsocker, bakpulver och kardemumma och blanda ner i smeten och tillsätt mjölk. Rör till en jämn smet.
4. Häll smeten i en smord och bröad form, ca 24 cm i diameter. Tryck ner äppelklyftorna i smeten.
5. Strössel: Lägg smör, vetemjöl, råsocker, och kardemumma i en skål och blanda till ett strössel. Strö över kakan.
6. Grädda i nedre delen av ugnen ca 30 minuter. Låt svalna och servera.



THOMAS LÄR UT ALLT HAN KAN OM KORV

Har du funderat på att lära dig göra egen korv, då finns möjlighet till det i Gnesta. Här finns sedan fyra år Gnesta Charkskola som drivs av en mycket kunnig och engagerad Thomas Malmertoft.

Text: Catarina Bennetoft

Mitt i livet bytte Thomas Malmertoft yrkesbana. Från att i 20 år drivit företag inom reklam- och trycksaksbranschen, hamnade han av en lycklig slump i charkbranschen.

En kund behövde hjälp och Thomas, som ursprungligen kommer från Uruguay, tipsade om en charkuterist specialiserad på att torka kött och charkprodukter. Han kom till Sverige och under en vecka gick både Thomas och hans kund i lära. Men det var Thomas som tog kunskapen vidare och satsade därefter på ett företag i charkbranschen.

– Jag ville lära mig att göra italienska och spanska charkuterier av de allra bästa råvarorna här i Sverige, berättar Thomas. Jag gick ytterligare utbildningar i både Spanien och Uruguay för att lära mig mer om lufttorkning.

Så småningom flyttade han till Teneriffa och startade där ett charkuteri och lärde sig mer om de spanska delikatesserna. Där stannade han i åtta år.

– När krisen kom i mitten på 2000-talet fanns inget annat att göra än att packa ihop och resa hem igen. Över 4 000 företag lades ner eller gick i konkurs bara på Kanarieöarna. Att gå i konkurs var inte aktuellt för min del, så vi utvecklade företaget, men all kunskap tog jag med hem.

Charkskola

Sedan fyra år driver Thomas charkskola i Gnesta. Här kan privatpersoner, företag eller föreningar komma och lära sig göra korv av alla de slag eller lära om rökning och torkning av kött och charkprodukter.

– Jag har Sveriges dyraste utbildning, säger



Thomas Malmertoft knyter korvar i långa banor.

Thomas och skrattar. Det är sant! Jag vet att det finns billigare utbildningar men här delar jag med mig av 25 års erfarenhet och jag kan garantera att alla är mycket nöjda med de kunskaper de får med sig.

I ”klassrummet” finns fem stationer för korvtillverkning. Recept, kryddor och en korvstoppningsapparat står vid varje station. Kursdeltagarna roterar mellan platserna för att lära sig göra de olika produkterna. Även ett röskåp finns för de produkter som ska rökas, vilket är ytterligare en metod Thomas lär ut om.

Nya möjligheter

Intill skolan har Thomas och hans son Daniel, som är styckmästare, byggt en lokal för egen produktion av charkprodukter. Under våren öppnar de en butik inne i Gnesta för att sälja korvar av alla slag, Coppa – en italiensk ört och saltmarinerad karré som torkas långsamt, Bresaola – lufttorkad nötrulle och andra charkprodukter. Färsch kött från gårdar runt Gnesta kommer finnas, liksom delikatesser från både närområdet och länderna runt medelhavet.

– Vi vill bara sälja det bästa här, säger Thomas stolt. Vi har så fint kött här i Sverige och jag hjälper flera bönder med att själva lansera sina fina produkter, istället för att de skickas till grossist. Det är ett projekt vi driver tillsammans med gårdarna i kommunen.

Köttet till de egna produkterna kommer från gårdar i närområdet. Tillsammans med den KRAV-certifierade gården Närsjö har Thomas utvecklat en Coppa di Närsjö med bland annat honung och öl. En produkt som de även fick pris för i Matverk Södermanland 2017. ●

Torkning och Rökning

Kött som ska torkas eller rökas ska först saltas och kryddas för hållbarhet och smak. Det är vanligt att använda nitritsalt och saltspruta för att få en jämnare saltning och färg. Men så gör inte Thomas. Han lägger först i köttet grovt salt, 1 dygn per kilo kött. Därefter torkas köttet av och läggs i en svagare saltlake med kryddor där det får ligga i upp till 14 dagar i 0°. Då hinner salt och kryddor sakta tränga in i köttet som även då blir vackert rött inuti. Därefter torkar eller röker Thomas sin produkt. Torkningen sker hängandes i ett kylrum där temperaturen sakta höjs till 24° och luftfuktigheten är kontrollerad. Därefter får den hänga i ett svalare rum, även det med kontrollerad luftfuktighet för att mogna.



Thomas har skrivit en bok om chark-tillverkning på spanska och utgiven i Spanien och Sydamerika. Den finns snart även på svenska.

Vårt att veta

Genom kryddningen kan du avgöra om en charkprodukt är spansk eller italiensk. De spanska innehåller nästan alltid paprika som ger både färg och smak. Det innehåller sällan de italienska som istället smaksätts med fänkål, vin och svartpeppar.



Demonstration innan korvkursen drar igång.

”Jag delar med mig av 25 års erfarenhet och jag kan garantera att alla är mycket nöjda med de kunskaper de får med sig.”

THOMAS MALMERTOFT

Ålder: Lite drygt 60.

Född: I Uruguay men flydde av politiska skäl som 19-åring till Sverige.

Familj: Fru, fyra barn och nio barnbarn.

Favoriter i kylan: Italiensk Coppa, Kabanoss och Fuet – en spansk torkad korv som är mild och god när jag gör den.

Tips: Använd inte så mycket chili eller cayenne om du själv gör korv – den tar lätt över smaken. Och var noga med temperaturerna när du gör egen korv.



Foto: Catarina Bernerdt

Thomas Björklund vid malttorken
i Warbros nya kvarn.

WARBRO KVARN SATSAR PÅ MALT



Text: Catarina Bennetoft | Foto: Bobo Lindblad

*Warbro kvarn har i snart 16 år producerat produkter
av kulturspannmål. Nu fortsätter de efter stora investeringar med nya
satsningar och en ny produkt – malt!*

På en höjd i det böljande, sörmländska landskapet ligger Linds gård. Ett till det yttre vanligt jordbruk med ladugårdar, magasin och böningshus. Vad man inte ser är att det bakom väggarna döljer sig en mångmiljoninvestering.

När den gamla kvarnen i Warbro blev för liten för familjen Björklunds växande spannmålsföretag byggdes en ny modern kvarn hemma på gården utanför Sköldinge. Familjeföretaget har i över 15 år odlat och producerat mjöl, flingor och andra produkter av kulturspannmål som exempelvis emmer, nakenhavre och enkorn. Ekologiska livsmedel som levereras till bagerier, restauranger och handel runt om i landet.

– Vi har ständigt vuxit med våra produkter och nu växer vi ytterligare med en helt ny spannmålsprodukt, berättar Kerstin Björklund. För några år sedan fick vi en idé att satsa på ett mälteri. Det har varit en lång väg, men nu är det äntligen verklighet.

Det är Kerstin som tillsammans med sin man Thomas driver företaget och som efter långt övervägande vågade satsa.

– Vi reste till Tyskland 2015 och besökte Kaspar Schultz, en av världens främsta producenter av bland annat mälterianläggningar, fortsätter Kerstin. När vi väl visste vad vi ville ha åkte vi hem och ansökte om pengar i Sörmlandsfonden.

För att alls få möjlighet att köpa mälteriet krävdes nämligen betalningen i förskott och när den var gjord var det bara att vänta. Det skulle ta över ett år innan mälteriet var byggt nere i Tyskland.

Kerstin berättar vidare om den långa väntan och oron den gav. Tio miljoner investerades och de flesta pengarna hade landat hos den tyska producenten.

– Under tiden byggde vi den stora hallen där alla maskiner skulle installeras. 2017 kom sedan mälteriet tillsammans med 4 tyska montörer som både bodde och byggde hos oss under sex veckor. Därefter kom två dataexperter och stannade två veckor för att trimma in all datateknik.

Den långa väntan med bara kostnader tog hårt på alla inblandade och lättare blev det inte när väl mälteriet kom igång. Till en början var ingen intresserad att köpa Warbros malt.

Kerstin och Thomas hade sin vana trogen valt att göra malt av ett gammalt kulturkorn med namnet Balder. Balder var vanligt inom bryggerinäringen i början och i mitten av 1900-talet, men när andra sorter med högre avkastning kom, försvann så småningom den smakrika Balder från marknaden och föll i glömska.

Det var genom deras kontakt Lennart Karlsson på SLU – Sveriges Lantbruksuniversitetet utanför

Uppsala, som Thomas och Kerstin kom i kontakt med Balder och som gav idén till det stora projektet. De fick lite spannmål och började långt innan mälteriet byggdes att odla fram Balder i större mängder så att det skulle finnas korn att mälta när allt var på plats.

2018 vänder det

Efter ett ovisst slut på 2017 inledde Warbro kvarn i början på 2018 ett samarbete med bryggeriet Nils Oscars i Nyköping. De skapade en ljus, ofiltrerad lager av malkornet Balder. Lagern heter Kellerbier och är ekologisk. Balder ger ölet en lite sötare smak med en nötig ton. Ölet är aromatisk och har redan vunnit flera priser. Tack vare samarbetet Nils Oscar och de gemensamma framgångarna har intresset för Warbro Malt vuxit. Andra bryggerier hör av sig liksom destillerier och då inte bara från Sverige!

– Vi har fått en stor beställning från ett japanskt småskaligt whiskydestilleri som producerar exklusiv whisky av hög kvalitet, berättar Kerstin och strålar. Det är jätteroligt att man redan hört talas om Balder på andra sidan jorden. Nu hoppas vi få möjligheten att exportera till fler länder och även expandera.

Så fungerar mälteriet

Mälteriet är det första i Sverige i sitt slag så Kerstin och Thomas får ofta studiebesök. Även den tyska producenten kommer hit med grupper för att visa tekniken.

I den nybyggda hallen är det stål som dominerar. Tankarna är enorma och har alla olika funktion.

Precis vid dörren står en stor cylindertank på höjden, en så kallad stöptank. Till den blåses malkornet i rör från lagerbyggnaden intill. När kornet är på plats trycker en annan stor cylinder in stora mängder med vatten så att alla kornen blöts samtidigt. Från botten

till toppen. De blöta kornen börjar sedan sakta att gro. Groningen aktiverar kornets enzymsystem så att stärkelse och protein kan brytas ner under mältningsprocessen. När groningen är klar, efter ca sex dagar, torkas kornet med varm luft och groddarna avlägsnas. Temperaturen avgör maltens smak och färg. Låg temperatur ger en ljus malt och innehåller mycket enzymer, men få aromämnen. Med högre värme blir malten mörkare och ger i slutänden ett smakrikt öl.

– Just nu kan vi mälta 5 ton korn i veckan, men vi har utrymme för 2 tankar till, alltså 15 ton, säger Thomas som sköter mälteriet utöver alla andra sysslor på gården. Vi vill så småningom öka kapaciteten för att kunna öka avkastningen och så småningom även anställa fler.

I dag är det sju personer som arbetar på Warbro kvarn och Malt. Även familjen är involverad. Lindsay är svärdotter och sköter ekonomin. Kerstin och Thomas svägerska Maud Brinckmann i Stockholm jobbar med försäljning och sprider kunskap om deras produkter. Om hälsoeffekter och idéer till olika användningsområden på mässor och kundevent. Även styrelsen är engagerad – både Rolf Lydahl och Kjell Hasslert dyker upp med jämna mellanrum och inspirerar och hejar på.

– De är båda en god tillgång och ger oss stöttning på alla plan, säger Kerstin.

Med mälteriet har Warbro kvarn fått ytterligare ett ben till att stå på. Med en ökad kapacitet kommer andra korn än Balder så småningom att mältas.

– Tack vara samarbetet med SLU får vi både hjälp och kunskap, kring Balder men snart har vi även en sort som heter Gull i produktion, Gull har sitt ursprung på Gotland och är en föregångare till Balder. Intresset växer och vi hoppas våra produkter ska leda till nya goda drycker fram över. ●

Det bästa från Södermanland

Vi tror att du är lika stolt över maten här i trakten som vi är. Därför har vi i samarbete med lokala och nära producenter samlat den bästa lokala maten. Njut av äkthet, omtanke, kunskap och småskaligt skapande som känns på smaken.

Katrineholm

Starrvägen 17
Tel: 0150-48 78 00
www.ica.se/katrineholm

7-22

Nyköping

Gustafsbergssstigen 6
Tel: 0155-455400
www.maxinykoping.se

7-23

Eskilstuna

Karl Hovbergsgatan 32
Tel: 016-15 87 00
www.maxieskilstuna.se

6-23

MAXI
ICA STORMARKNAD

Lokala SAMARBETEN SKAPAR FRAMGÅNGAR

Mitt i centrala Nyköping ligger bryggeriet Nils Oscar. Stolt Mat är här för att tala om ett samarbete som gett både medaljer och uppmärksamhet. En ny lageröl brygd på malt från det nystartade mälteriet på Warbro Kvarn, som mältrar korn odlat här i Södermanland.

Text: Catarina Bennetoft

Det är en mustig, fräsch och härlig doft som stiger ur glaset med skummande lager. Och det är inte vilken lageröl som helst utan en prisbelönt Kellerbier från Nils Oscar. Smaken är aromatisk, nötig och ganska söt. En sötma som kommer från malkornet Balder.

– Kellerbier är ett bra exempel på ett lokalt och mycket lyckat samarbete, berättar Ida Lindberg Klausen, marknadschef på Nils Oscar. Det är Warbro kvarn utanför Katrineholm som uppmuntarat bönder i trakten att odla Balder – en gammal kornsort, så kallad ursprungskorn, som var vanlig och mycket populär inom bryggerinäringen i mitten på förra seklet. Balder odlas bland annat runt Nyköping och mältas sedan i Warbro kvarns nya moderna mälteri. Kellerbier är med andra ord ett lokalt öl som bryggs på tyskt vis av Nils Oscars bryggmästare Patrick Holmqvist.

Kellerbier kom till världen 2018 och vann omgående utmärkelser. Först i SM i Mathantverk och senare under hösten blev Nils Oscar Kellerbier en av tre jämbördiga vinnare i den internationella tävlingen Heirloom Malt Brewing Award i Nürnberg, Tyskland.

– Det passar oss på Nils Oscar att vi får sticka ut med en ny maltsort, säger Patrick och berättar att han blivit tokhyllad för Kellerbier. Vi är duktiga på att brygga lageröl som är mer nakna i sin smak än vissa andra öltyper.

Att Warbro nu satsar på ett mälteri med fokus på äldre malkornsvarianter ökar möjligheterna att skapa nya ölsorter. Man ser även fram emot andra mältade spannmål att brygga öl av.

Trenderna inom öl växlar, men under en lång period har det varit stort fokus på att framhäva humlen och dess citrustoner. Kanske kommer det att bli mer populärt att lyfta malkornets brödiga karaktär.

– Det finns utrymme för olika maltsmaker inom bryggerierna och mälteriet har en viktig roll där, säger Patrick. Maltens smak påverkas av hur det mältats, men nyansen beror på vilket korn eller spannmål som använts.

Sugen på att prova Kellerbier?

Kellerbier är en ljus ofiltrerad dekoktionsmäskaad lageröl på 5.1%. Ölen går att hitta på Systembolaget, antingen på en av deras hyllor eller så kan man beställa från beställningssortimentet. Du kan även besöka bryggeriet i Nyköping på visning och provning. I höst kommer de öppna ett nytt visningsrum i bryggeriets äldre lokaler. Men tänk på att anmäla dig i förväg.

– Vi kommer även att ta fram ett kit för hembrygning av Kellerbier. Det gör vi tillsammans med Warbro kvarn och ett näthandelsföretag, så håll utkik om du är nyfiken på att brygga på egen hand, berättar Ida glatt. ●





NILS OSCAR

Bryggeriet startades i Stockholm 1996 men växte så småningom ur sina lokaler och hamnade då i Nyköping 2006.

Bryggeriet var ett av de första småbryggerier som startades i Sverige och är i dag tredje störst av dessa. Intresset för öl från mindre producenter har ökat enormt.

På 1990 talet fanns 26 olika ölsorter på Systembolaget. I dag finns cirka 3500 och av dessa har Nils Oscar ett varierande antal.



Bryggmästare Patrick Holmqvist och marknadschef Ida Lindberg i bryggeriet.

Foto: Catarina Benneft





SVERIGES BÄSTA UNGA MATLAGARE BOR I SÖRMLAND

På Gripsholmsskolan i Mariefred går Sveriges bästa högstadiematlagare. Det var i februari som Tilde Wideaus, Emilia Hammild och Saga Alfredsson tog hem första priset i riksfinalen i Kockduellen.

De vann delvis för sitt hållbara tänkande – att minimera matsvinnet i en välsmakande raggmunk med en sallad av äpple, syrad rödlök, körsbärstomat, ruccola och rostade kikärtor. Av kikärtsspadet gjordes en majonnäs som toppades med färsk chili. Tävlingen arrangeras av Visita för att väcka intresset för restaurangyrket. Tillsammans vann de 10 000 kronor, ära och glädje!



SÖRMLAND - EN REGIONAL MATRESA

Läckra recept kopplade till tolv av länsstyrelsens viktiga projekt finns nu publicerade i en grön liten bok. Recepten har Jonas Hammar, måltidskreatör på länsstyrelsen skapat. Boken finns på Sörmlands turistbyråer.

Unga företagare SATSAR PÅ KOKBOK

Fyra unga företagare, Kajsa Sjökvist, Elliot Norlander, Emma Hedman och Johanna Egestål, från Katrineholm har löst vardagspusslet med en kokbok för tidspressade familjer. Recepten har de gjort själva – alla med utgångspunkt att vara lättlagade, nyttiga och goda. Men viktigast av allt är den preppurta som presenteras till varje recept.

– Förbereder man dagen före är middagen snabbt på bordet och man hinner med träning, skjutsning och möten, säger Elliot och utan att göra avkall på bra mat.

Boken har de sålt under olika aktiviteter, bland annat på ICA Maxi i Katrineholm och på Måltidskonferensen i Nyköping. Det har varit strykande åtgång på den röda boken med vackra inspirerande bilder av Bobo Lindblad.

– Det har varit ett roligt uppdrag och vi vann 1:a pris för bästa monter på UF-mässan för sörmländska UF-företagare – så nu ska vi till Stockholm och tävla mot andra från hela Sverige, berättar Elliot glatt.



Konst, slöjd, historia och mathantverk på Sörmlands museum

Bland utställningar och slöjdverkstäder ligger Sörmlands museums nya restaurang.

Här är matlagningen ett hantverk och köket dess verkstad. Inga förproducerade varor kommer in i köket utan allt lagas från grunden. Hembakt bröd och hemkockt saft, fonder och buljonger.



Sörmlands museum ligger i hamnområdet i Nyköping. Nynäs slott ligger på kustvägen mellan Nyköping och Trosa.

På båda platserna går det att boka restaurang och lokaler för fest, möten och konferens.



Delar av Region Sörmland

RÅVARORNA KOMMER BLAND ANNAT FRÅN NYNÄS SLOTT OCH NATURRESERVAT.

I Nynäs köksträdgård, som har anor från 1600-talet, odlas grönsaker, rotfrukter, kryddor och frukt helt ekologiskt och utan vare sig konstgödsel eller kemiska bekämpningsmedel.

Vilt och nöt hämtas från Nynäs gård och från hagar och skogar i reservatet där djurhållningen och viltbruket är kravmärkt.

Årstiden styr utbudet och i museets restaurangkök tas hela råvaran tillvara och tillagas på en mängd olika sätt.

Intresset för mat, matlagning och hållbar utveckling engagerar allt fler, säger Marcus Sjöstén, köksmästare på Sörmlands museums restaurang. Hur vi producerar och konsumerar mat är ett angeläget och aktuellt ämne. Det är därför en självklarhet för museet att laga och servera välsmakande rätter på ett hållbart sätt, från ax till limpa.

FOKUS PÅ HÅLLBARHET OCH DET GRÖNA.

Ingredienser och kryddor varierar från en dag till en annan och kombineras till överraskande smakupplevelser. Fokus ligger på det gröna och hälsosamma, det finns alltid minst en vegetarisk rätt att välja på.

För besöksmål som Sörmlands museum och Nynäs slott är dessutom matservice med särprägel och hög kvalitet av oerhört stor betydelse. Den är inte en separat del från övriga delar av verksamheten, utan ofrånkomligen en attraktiv del av helheten. På Sörmlands museum blir detta tydligt.

www.sormlandsmuseum.se
www.nynasslott.se



PÅ LIDA GÅRD FINNS NÅGOT FÖR ALLA

Text: Catarina Bennetoft | Foto: Rocco Gustafsson

Strax utanför Flen, i hjärtat av Sörmland, ligger en vackert röd lada i kanten av bokskogen som hör Stenhammars gods till. Här har djuren sedan länge flyttat ut och istället finns här nu både butik, café och restaurang.

För många i trakten kring Flen är butiken Kvalité Häst och Hund bekant. Det är 22 år sedan Kerstin Olsson startade butiken inne i Flen. Så småningom började även dottern Hannah Larsson i företaget och konceptet växte. Utöver artiklar till hästar och hundar så tillkom kläder och en del inredning.

Efter ett celebert besök i butiken fick de förslaget att flytta till Lida gård utanför Flen. En magnifik lada som inretts till butik.

– Jag nappade direkt, säger Hannah, men mamma var mer tveksam till en början.

– Ja, det tog ett bra tag innan jag trodde på idén, säger Kerstin som nyss klivit ut från köket där hon bakat bröd hela förmiddagen.

För att våga denna stora satsning och med ett långtidskontrakt, krävdes ett bra och utvecklande koncept.

– Vi hade redan en bra grund med välrenommerade produkter för både häst och hund, men nu satsade vi mer på kläder och även inredning, berättar Hannah. Men viktigaste satsningen har nog varit restaurangen och caféet som även lockar andra besökare till oss.

I caféet, tillika restaurangen erbjuds hembakade kakor och bakverk av mjöl från närliggande Warbro Kvarn. Maten lagas från grunden, gärna av ekologiska och lokala råvaror från gårdar runt om kring. Gästerna kan välja mellan dagens lunch och à la carte.

– Mamma har hittills ansvarat för allt det bakade, men vi har nu anställt en husmor och en ny kock så vi kan utveckla vår restaurangverksamhet, berättar Hannah stolt. Vi själva behöver finnas till hands för att ta hand om våra kunder och gäster.

Med ny personal kommer nya möjligheter och idéer. På fredagar dukas det numera fram en härlig frukostbuffé. Något som bland annat lockar lokala företag och deras anställda. Behöver man hjälp med catering ordnas det, men olika festarrangemang kan även hållas på plats.

– Vi har haft en del födelsedagsfester här, men även dop och begravningar, berättar Hannah.

– Du får inte glömma att vi även har haft bröllopsfester, fyller Kerstin i och skrattar.

När vädret tillåter och under sommaren slås dörarna upp till den enorma altanen som rymmer 150



Hanna Larsson, kocken Love Noren och Ulrika Sturen tar hand om kunderna på Lida gård.

gäster. Här kan besökaren njuta av den vackra sörm-ländska naturen eller mingla under en sommarfest.

Säsongssteman

– Vi har fått önskemål om grillkvällar, så det ska vi starta upp i sommar, fortsätter Hannah, men vi kommer även jobba med temaveckor som följer säsongen. När det är skördetid kommer menyn fyllas mer än vanligt med färgglada grönsaker och under jaksäsongen kommer vi servera vilt. Allt eftersom vi får nya idéer.

Sedan början av året kan man även konferera här. Ett tidigare lager har byggts om till en ljus och vacker lokal där de fina detaljerna från det anrika stallet framträder. Kungafamiljen besöker då och då Lida gård i samband med sina besök på Stenhammars Gods. De har sedan starten engagerat sig i utvecklingen av Häst och Hund på Lida gård med både idéer och tankar.

– Det är roligt att våra hyresvärdar är så engagerade och bryr sig om vår verksamhet, säger Hannah.

Strömmen av besökare har succesivt ökat och numera stannar även turistbussar här för en stunds fika eller lunch. Framför allt på sommaren kommer turisterna. Många vandrar eller cyklar på de leder som finns runt om kring. Eller promenerar i den vackra bokskogen som ligger mellan Stenhammars Gods och Lida gård.



Även barnen trivs. Här finns snickerboa och flera olika lekaktiviteter ute.

– Många som kommit hit kommer tillbaka. Numera har vi stamkunder från både Stockholm och Karlstad, men de flesta bor runt om kring här i Sörmland.

Öppettiderna är generösa – alla dagar i veckan är det öppet, nästan hela året. Via sociala media sprids det snabbt när något särskilt händer på Lida gård – och det gör det ofta. ●



Hallå där ERIK OLOFSSON!

Erik har nu sålt och lämnat över sina restauranger Erik i Forsen, Erik på Slottet och cateringfirman Erik till Bordet i Nyköping och satsar på ett liv som anställd vd.

Vad gör du nu för tiden?

– Jag är sedan årsskiftet vd för Grytsbergs Säteri utanför Stjärnhov. Här utvecklar vi verksamheten så att fler ska kunna komma och njuta av god mat, golf, bröllop och fester men även på konferenser med aktiviteter och till jul kommer julbord serveras i vårt vackra ombyggda stall.

Hur ser sommaren ut?

– Under sommaren säljer vi många golfpaket. Vi har boende för cirka 100 gäster. I klubbhuset finns även en restaurang där vi erbjuder enklare rätter till alla besökare som är sugna på en bit njutbar mat i en vacker miljö. Säteriet är under helgerna från april till oktober bokat för bröllop och fest. Då har man både boende och lokaler för sig själv. Totalt är det 50–60 bröllop vi arrangerar och hälften gör vi som catering.

Vilket är ditt mål?

– Att vi nu ska bli klara med alla ombyggnationer och få dra igång verksamheten och skapa en rekreationsplats för själ och hjärta till våra gäster. ●

Foto: Rocco Gustafsson

Bondens egen marknad i Mariefred

Sedan 2004 har marknaden huserat på torget i pitoreska Mariefred, alltid med lokala produkter som rest maximalt 15 mil innan de hamnar i din korg eller kasse! I år firar Bondens egen Marknad i Mariefred 15 år och fortsätter att utveckla marknaden med nya samarbeten. Marknaden innehåller sedan många år även lokalt kvalitetshantverk och under 2019 samarbetar vi med REKO-ring Mariefred som har vissa av sina utlämningar i samband med Bondens marknadsdagar.

Bondens egen Marknad i Mariefred erbjuder det bästa i säsong: blommor, grönsaker, bröd, ost, honung, fisk, marmelad, frukt, bär, chilisåser och mycket annat – som du kanske inte smakat förr! Allt lokalt och en hel del ekologiskt. Marknaderna är alltid lördagar och öppet kl 10–14, REKO-utlämning kl 10–10.30.

MARKNADSDAGAR 2019:

- 18 MAJ** Primör- och rabarberfesten med fokus på våra primörer
- 10 AUG** SM för Gatumusikanter kl 10–16
- 28 SEPT** Äppelfesten i Mariefred med äppelmustning, besök av pomolog som kan sortbestämma dina äpplen
- 19 OKT** Skördefesten med inbjudna gäster och evenemang



Marknad i Mariefred.



Aptitrundan 14–15 september

Gör en egen rundtur och besök sörmländska mathantverkare, producenter, caféer och restauranger som håller öppet hus under Aptitrundan i Sörmland klockan 10–16. För nionde året i rad erbjuder Sörmlands Matkluster besökare chansen att smaka och uppleva det bästa av den sörmländska maten. Hälsa på gårdarnas djur och roa dig med olika aktiviteter som erbjuds. Ett 50-tal aktörer ställer ut.

Mer info och matkartor på matkluster.se Här finns också många förslag på boende under Aptitrundan helgen.

Sörmlands
största mat-
festival!

Korv och bröd- festivalen

För nionde året sker festivalen med korv och bröd i fokus i Stallarholmen lördagen 7 mars 2020. Festivalen har under de senaste åren vuxit och 2019 besökte över 6000 korv- och brödsjälkare festivalen för att uppleva hantverksmässigt tillverkad korv och bröd med goda tillbehör. Allt under festliga former med musik, föreläsningar och uppträdanden. Bakom arrangemanget står korventusiasten Lasse Dahlén och kompisarna från Printz Bageri tillsammans med Sparbanken Rekarne och Sörmlands Matkluster.

Boka in 2020 års festival redan nu, lördagen 7 mars, klockan 10–16 i Stallarholmen.

matkluster.se

Festivalen
för korv-
älskaren!



Kristofer Franzén från Franzéns Charkuterier på årets festival.

Sörmländska MATMARKNADER

Foto: Rocco Gustafsson



2019

MAJ

16 TORS DAG

Bondens Nära, Hellmanska gården, Nyköping
(alla torsdagar hela sommaren 11–18)

18 LÖRDAG

Bondens egen Rabarber- och primörfest i Mariefred

25-26 LÖRDAG & SÖNDAG

Aptitrundan Vår i Sörmland, ett 30-tal mathantverkare öppnar upp sina gårdar och cafeer, vårens primörer i fokus. Mer info på matkluster.se

JUNI

26 ONSDAG

Torgkväll i Malmköping

JULI

19-20 FREDAG & LÖRDAG

Nordiska Mästerskapen i Food Truck i Mariefred

24 & 31 ONSDAGAR

Torgkväll i Malmköping

AUGUSTI

6-10 TISDAG-LÖRDAG

Katrineholmsveckan med restaurangtält

7 ONSDAG

Torgkväll i Malmköping

10 LÖRDAG

Bondens Egen Marknad i Mariefred

17 LÖRDAG

Skördedag med matmarknad, Julita Gård

SEPTEMBER

5, 12, 19, 26 TORS DAGAR

Torgtorsdag i Trosa

8 SÖNDAG

Skillebyholms Höstmarknad 10–16

14-15 LÖRDAG & SÖNDAG

Äppeldagar på Julita Gård

14-15 LÖRDAG & SÖNDAG

Aptitrundan i Sörmland

28 LÖRDAG

Äppelfesten i Mariefred med äppelmustning, pomolog

Skördefest i Strängnäs



OKTOBER

19 LÖRDAG

Skördefesten i Mariefred med inbjudna gäster och evenemang

25, 26, 27 FREDAG-SÖNDAG

Julmarknad på Julita gård

30-31 ONSDAG & TORSDAG

Höstlovskul 2019, våra djurskötare guidar i Wildlife park, start kl 14, Öster Malma

NOVEMBER

23-24 LÖRDAG & SÖNDAG

Östermalma Julmarknad

DECEMBER

1 SÖNDAG

Trosa julmarknad 10-15



2020

FEBRUARI

MIDVINTERFESTEN I NYKÖPING

I mitten av februari, se datum på stoltmatisormland.se

MARS

7 LÖRDAG

Korv och Bröd Festivalen i Stallarholmen

MAJ

30-31 LÖRDAG & SÖNDAG

Aptitrundan Vår

*Festivalen
byter namn!*

Aptitrundan Vår 25-26 maj 2019

Sörmlands äldsta matfestival
Rabarberfestivalen byter nu namn
till Aptitrundan Vår.

Men fortfarande står rabarbern i fokus som en av våra tidigaste primörer. Många gårdar och producenter öppnar upp för året. Här har du chansen att hitta sommarens besöksmål och kanske nya favoriter bland gårdar, producenter, caféer och restauranger runt om i Sörmland.

Lördagen den 18 maj är det Bondens egen rabarbermarknad på torget i Mariefred. Även här finner du rabarber i alla dess former, både att äta och köpa.

Läs mer på matkluster.se



WHITE GUIDE

Restauranger och caféer i Sörmland 2019

White Guide skapades 2004 genom en sammanslagning av de två välkända och tillförlitliga restaurangguiderna Gourmet 199 Bord och Vägarnas Bästa, den förstnämnda gavs ut under 17 år och den senare utkom första gången 1985.

White Guide är den enda heltäckande restaurangguiden i Sverige som utvärderar den svenska restaurangscenen med journalistisk integritet.

2013 expanderade White Guide sin bevakning till att också testa svenska caféer och utger nu en årlig guide där Sveriges 250–300 bästa caféer presenteras och bedöms utifrån kaffe- och bakverksutbud.

Vid pressläggning var White Guide caféerna för 2019 inte offentliggjorda. För uppdatering se stoltmatisormland.se

Årets restauranger

Bomans Hotel & Restaurang
TROSA | bomans.se

Edsbacka Bistro
STRÄNGNÄS | edsbackabistro.se

Restaurang Fina Fisker
TROSA | finafisker.se

Gripsholms Vårdshus Hotell & Konferens
MARIEFRED | gripsholms-varldshus.se

Julita Vårdshus
JULITA | julitavardshus.se

Restaurang Kung Blacke
FLEN | blaxstawine.se

Parken Restaurang & Bar
KATRINEHOLM | parkenkatrineholm.se

Ny!

Skaferiet bar & matsal
NYKÖPING | mickesskaferi.se

Skåpmat
JÄRNA | [facebook/skaPMat](https://facebook.com/skaPMat)

Taxinge Krog
NYKVARN | taxingekrog.nu

Trosa Stadshotell och Spa
TROSA | trosastadshotell.se



Avb- etal- ning

En jordnära bank

Alla lantbrukare behöver ibland investera för att nå önskat resultat. Därför finns nu vår helt nya avbetalningslösning!

Nu har vi tagit fram en ny kreditprocess för att effektivisera hanteringen för lantbrukare.

Med Sparbanken Rekarne behöver du inte ha flera olika finansiärer, det räcker med oss.

Avbetalning hos oss är ett smidigt sätt att fördela kostnaden för en stor investering, utan att behöva inteckna företaget eller fastigheten.

Själva investeringsobjektet kan utgöra säkerhet för de pengar som banken lånar ut.

Företaget står som ägare till objektet vilket innebär att du kan göra avskrivningar på vanligt sätt.

Under låneperioden kan du göra kostnadsfria extra-amorteringar eller lösa lånet helt.

Upplägget kan anpassas helt efter ditt företags unika behov.

Fråga din rådgivare eller använd vår digitala kundtjänst för mer information.

Vilken annan bank ger mer?

Matguide till Sörmland

**SÖRMLANDS MATKLUSTER
FRÅN JORD TILL BORD**

2019

Sörmlands Matkluster är en ekonomisk förening för mataktörer som vill driva en utveckling för bättre, mer och godare mat i Sörmland. Följ oss gärna på Facebook: Sörmlands Matkluster och på Instagram: matkluster.



Välkommen till den sörmländska matkulturen!

Här har vi i Sörmlands Matkluster samlat det bästa inom mat, förädling och matlagning som länet har att erbjuda. Vi är en ekonomisk förening som bland annat verkar för att göra den sörmländska maten och matkulturen tillgänglig för alla innevånare och besökare.

I Sörmlands Matkluster finns vi som producerar råvaror, förädlar dem, säljer dem, gör fint kring bordet, serverar fantastisk mat och härligt fika. Här finns också vi som arbetar för bra mat och läckra matupplevelser på andra sätt, till exempel med kurser, catering och matvandringar.

Helt enkelt alla vi som brinner för att du ska få tillgång till den goda maten från trakten!

Välkommen in i Sörmlands matrike!

Erika Olsson
Ordförande Sörmlands Matkluster



Foto: Rocco Gustafsson

INNEHÅLL

Eskilstuna kommun	92
Flens kommun	94
Gnesta kommun	95
Katrineholms kommun	97
Nyköpings kommun	97
Strängnäs kommun	98
Södertälje kommun	101
Trosa kommun	102
Vingåkers kommun	102
Övrigt	102

På matkluster.se finner du ännu mer information om Sörmlands Matkluster samt en sökbar karta med medlemmarnas geografiska placering.

Medlemmarna i Sörmlands Matkluster:

ESKILSTUNA KOMMUN

BLOMMOR & BRIE

Som smakinspiratör & med en genuin serviceanda levererar jag det bästa av kvalitet med fokus på gårdsproducerade ostar & dess tillbehör. Jag utför blomsterdekorationer, stora som små för både privatpersoner & företag. Wäsby Magasin, Rosells väg, Torshälla, 070-526 42 73, info@blommorbrie.se, FB & Instagram: @blommorbrie

BRÖDBUTIK/MINIKAFÉ PRINTZ BAGERI

Kvartersbutik med ekologiskt surdegsbröd och kaffebröd från Printz Bageri i Stallarholmen. Mjöl av Sörmländskt spannmål. Lokalt mathantverk. Kungsvägen 8, Eskilstuna, 016-14 00 30, eskilstuna@printzbageri.se, printzbageri.se

ESKILSTUNA DELIKATESSHANDEL

Gammaldags delikatessaffär med svenska, helst närproducerade delikatesser som ost, chark, marmelad, kaffe, te, choklad, bröd, karameller. Egen tillverkning av matbröd, sötebröd och egna kolor. Även web-shop. Köpmangatan 48, Eskilstuna, 070-224 70 89, kontakt@eskilstunadelikatesshandel.se, eskilstunadelikatesshandel.se, FB & Instagram: @eskilstunadelikatesshandel

ESKILSTUNA ÖLKULTUR

Brygger öl på äkta vara: malt, humle, jäst och vatten. Bryggeripub med restaurang, företagsarrangemang. Faktorigatan 1, Eskilstuna, 016-13 17 14, info@eskilstunaolkultur.se, eskilstunaolkultur.se

FIKA BY ANNA

En härlig blandning av lunchlådor, rawbakverk, hemmixade smoothisar och annat att fika i mysig miljö eller ta hem till kalaset på hemmaplan. Ett näringsriktigt alternativ till din fika som produceras med fokus på njutning, kvalitet och respekt för både miljö och hälsa. Rothoffsvillan, Tullgatan 4, Eskilstuna, 070-957 06 21, info@fikabyanna.se, fikabyanna.se, FB & Instagram: @fikabyanna

GRANERFELDTS TRÄDGÅRDSCENTER

Stor odling i växthus av obesprutade grönsaker med fokus på smak. Tomater, gurkor, paprikor och kryddväxter är basen i odlingen. Granerfeldts Trädgårdscenter, Ostra, Eskilstuna, 016-35 33 10, info@granerfeldt.se, granerfeldt.se

KALKUGNSTORP

Småskalig kretsloppsgård med lantrasdjur, köksträdgårdsodling och äppelodling. Köttlådor, honung och ägg. Kulturarvsgrönsaker, frukt, bär och mathantverk. Långhåriga gutelammsskinn. Gårdsbutik och musteri.

Sommarkafé. Öppettider: se hemsidan.

Kjulamon Kalkugnstorp, 635 06 Eskilstuna, 070-447 53 94, lou@kalkugnstorp.se, kalkugnstorp.se, FB & Instagram: @kalkugnstorp

KJULA HEMBAGERI

Naturligt fritt från gluten och mjölk. Brett sortiment, skivat mörkt o ljust matbröd, småbröd, bullar, kakor, mazariner, tårtor o tårbitar mm samt pizzabottnar 30 cm Ø på folietallrik. Gårdsbutik, ring för öppettider. Lindsäter 1, 635 06 Eskilstuna, 070-492 22 26, info@kjulahembageri.se, kjulahembageri.se

MAGDAKULLAN

Ekologisk uppfödning av rödkullor. Gårdsbutik, café och restaurang. Öppet fre-sön året runt. Sommartid även loppis vissa dagar. Magda säteri, Västra Näshtulta, 016-80018, info@magdakullan.se, magdakullan.se

MAKKARA YKSI

Makkara Yksi är en kvarterskrog på söder i Eskilstuna med finska influenser. Vi jobbar för att främja lokalt producerad öl och korv i kvalitativ enkelhet. Eskilsgatan 1B, Eskilstuna, 072-331 55 38, info@makkarayksi.se, makkarayksi.se, FB: makkarayksi, Instagram: @makkarayksi

MARY'S CAFÉ & BUTIK

I Mary's Café & Butik hittar du en skön blandning av ekologisk och närproducerad mat, galleri, musik, skafferier & lantligt B&B. Åkerbyvägen 2, Eskilstuna, 016-35 01 05, info@maryscafe.se, maryscafe.se, FB: Marys Café och Butik

MÄLARCHARK AB

Mälarchark producerar, säljer och distribuerar varmrökt blandad chark, såväl konventionell som ekologisk samt leverpastej. Hejargatan 1B, 632 29 Eskilstuna, 016-14 89 80, info@malarchark.se, malarchark.se, FB: Mälarchark AB

NÄRSJÖ GÅRD – FARCON AB

Vi föder upp nöt och gris enligt KRAV. Vi säljer förbokade köttlådor. Anordnar marknadsdagar, gårdsbesök och grissafari. Närsjö Gård, Eskilstuna, 070-309 00 05, farconab@outlook.com, farcone.se, FB: FarCon AB – Närsjö gård

PEPERONE

Odling av chilipeppar och småskalig tillverkning av heta marmelader, såser, kryddsalter med flera produkter innehållande chilipeppar. Aspvägen 2, Eskilstuna, 072-361 08 65, info@peperone.se, peperone.se



REKARNEKÖTT

Föder upp nötkreatur. Lokalt kvalitetskött från harmoniska djur. Lindholms gård, Eskilstuna, 070-825 03 81, info@rekarnekott.se, rekarnekott.se

ROBERT E'S BOTANISKA

Gårdskafé, försäljning av växter och grönsaker. Pralin- och chokladtillverkning (Robert E's Choklad). Allt är skapat/odlat med mycket kärlek och omsorg. Skåningegård, Flätörp/Solhem, Årila, Robert 070-799 25 36, Kaj 070-227 28 80, FB: Robert E's Botaniska

SKETORP

Ekologisk grönsaks- och snittblomsodling i Hedlandets naturreservat. På gården finns även höns och värmländska skogsfår i genbank. Försäljning på gården, marknader och via REKO Eskilstuna. Hedlandet Sketorp 1, Husby Rekarne, 070-356 42 30, sketorp.se, FB: Sketorp, Instagram: @sketorp1

SOLBY GÅRD

Vår gårdsbutik är fylld av när- och härodlade varor. Vi odlar potatis, jordgubbar, hallon, blåbär m.m. Även självplock. Öppen hela året. Solby Gård, Eskilstuna 016-35 10 02, 070-918 76 41, solbygard.se, FB & Instagram: @solbygard

SÖRGÅRDEN MÅLA

Unika smaker i goda och prisbelönta marmelader, chilisåser, chutneys, senap, gourmetknäcke, honung m.m. Gårdsbutik vid Hjälmarens norra strand. Sörgården Måla, Arboga, 070-549 85 87, info@sorgardenmala.se, sorgardenmala.se, FB: Sörgården Måla, Instagram: @sorgarden_mala

Y-WON BAR & GRILL

Här serverar vi frukost, lunch och middag. Vällagad mat och klassiska rätter i modern tappning. En blandning av internationell bar, bistro och grill med ett lokalt råvarutänk. Hamngatan 11, Eskilstuna, 016-540 23 00, 072-389 99 80, restaurang.eskilstuna@elite.se, elite.se/y-won, FB & Instagram: @ywonbarochgrill

ÖJA GÅRDSPRODUKTER

Handgjord buffelmozzarella och yoghurt från eget mejeri. Buffelburgare, lamm- och buffelkött från harmoniska djur. Säljer även lammskinnsfällar. Kontakta oss för handel utanför gårdsdagar. Öja Gård 1, Stora Sundby, 070-768 77 64, info@ojagard.se, ojagard.se, FB & Instagram: @ojagard

FLENS KOMMUN

BACKAMO RABARBER

Odlar rabarber och äpplen (must, äppelljumme). Vadsbro Backamo, Flen, 0157-701 35, bosse@blaxta.se

BLAXTA VINGÅRD

Vin från egen vindruvsodling. Restaurang med fokus på

smaker, egenodlade råvaror och säsongens primörer. Exklusivt hotell. Öppet året runt för bordsbokning och hotell. Öppet varje dag under sommaren med ny meny, s.k. dagsmeny, varje kväll. Blackstaby gård, Flen, 0157-704 60, 070-483 46 90 (bordsbokning), goran.amnegard@blaxtawine.se, blaxtawine.se

CAFÉ LIDA GÅRD / KVALITÉ HÄST & HUND

Hos oss hittar ni lunch och fika. Vi jobbar med svenska och närproducerade råvaror. 80 platser inne + 150 ute. Öppet alla dagar. Stenhammar Lida Gård, Flen, 0157-120 05, 070-471 12 89, hannah@kvalitehasthund.com, kvalitehasthund.com

FINESSERNA

Hantverksmässig marmelad och dryck, ekologiskt. Leder och utvecklar projekt, så att fler ska kunna arbeta med maten från jord till bord. Flinkesta, Flen, 070-313 15 73, 0157-703 28, monika.naess@finesserna.se, finnesserna.se

FRÄKENTORP

Djur, natur, kultur, här- och närodlad mat samt boende. Ekologisk och klimatsmart kretsloppsgård med mjölk, kött och vitaliserad kulturspannmål. Matvandringar och matupplevelser - Smaka på Sörmland, ute i den vackra sörmländska naturen. Fräkentorp säteri, Malmköping, 070-594 41 18, 0157-441 18, heideken@telia.com, frakentorp.se

GRINDA GÅRDSGLASS

I vårt café hittar du framför allt närproducerad glass gjord på riktiga råvaror, såsom mjölk, ägg och bär från trakten, men också fikabröd, honung och mycket annat. Här finns också möjlighet att ha konferenser. Grinda säteri, Malmköping, 070-201 91 87, grindagardsglass.se, FB: Grinda säteri AB

HOTEL MALMKÖPING

Hotell, konferens och restaurang med vällagad mat av lokala råvaror. Furugatan, 642 60 Malmköping, 0157-245 80, info@hotellmalmkopning.se, hotellmalmkopning.se, FB & Instagram: @hotellmalmkopning



Foto: Rocco Gustafsson



Foto: Rocco Gustafsson

HÖGTORP GÅRD

Vi förädlar skogens och naturens smaker ur växter och svampar som vi plockar på vår egen, ekologiskt certifierade mark. Högtorp 1, Mellösa, 070-577 22 08, lena@hogtorp.se, hogtorp.se, FB & Instagram: @hogtorpgard

JÜRSS MEJERI

Ystar i liten skala på hantverksmässigt sätt. Butik med cirka 25 olika sorters ostar. Kurser i hantverksmässig ost- och mejeritillverkning. Gjutmästarbacken 1, Hälleforsnäs, 0157-141 10, jurssmejeri@jurssmejeri.se, jurssmejeri.se

LANDSBERGS

Familjejordbruk med inriktning på nöt och fläsk. Köttinriktning mot bbq och grillning. Håller event inom bbq. Hytternäs, Flen, 070-257 59 21, landsbergsekologiska@gmail.se, landsbergs.se, FB: Landsbergs

MOJAVE GRÖNT AB/

GOURMETGRÖNT I MALMKÖPING

Odlar vid Grinda gård historiska och udda grönsaker, örtkryddor, ätbara blommor m.m. Mojave grönt AB, Mellösaverken, Mellösa Gourmetgrönt Malmköping, Grinda Säteri, Malmköping, 076-402 77 57, contact@mojavegront.se, mojavegront.se, FB & Instagram: @mojavegront

RABA SWEET

Piroger och olika bakelser.
Storgatan 11 A, 648 31 Hälleforsnäs, 070-025 42 33

SIGRIDSLUNDS CAFÉ & HANDELSBOD

Ett café som satsar på hembakat och hemlagat för alla i en unik, hemtrevlig miljö i Sigridslunds skola bygd 1826 i herrgårdsstil. Öppet må-sö kl 11-17 jun-aug, sep-maj fr-sö kl 11-17. Sigridslunds skola Årdala, 649 91 Sparreholm, 070-675 11 18, info@sigridslund, sigridslund.se, FB: Sigridslund, Instagram @sigridslundscafe

SOFIELUNDS GÅRD

KRAV-gård med uppfödning av köttdjur av rasen Charolais. Sofielunds gård, Sofielund, 642 95 Flen, 0157-720 20, info@sofielund.se, sofielund.se

SOLMYRA SMAKFULLT

Äppelodling, Catering med lokalproducerade råvaror, Projektledare. Gripensnäs Solmyra, 642 97 Bettna, 070-686 92 41, jonas@solmyra.se, FB: @solmyrasmakfullt, Instagram: @solmyrajonas

STAVTORPS DELIKATESSER

Egna och andras sörmländska produkter. Dryck, ost, marmelad, glass, kött, bröd, presenter, gårdsmjolk och espressobar. Öppet fredag och lördag. Kungsgatan 22, Malmköping, 070-731 41 16, info@stavtorp.nu, stavtorp.nu

STAVTORPS GÅRD

Honung, Musteri & Mathantverk – bipollen, senap, nektar, saft, must. Köper in frukt och bär ni inte kan ta hand om själva. På hösten kan ni få er frukt mustad i musteriet. Stavtorp, Malmköping, 070-731 80 82, info@stavtorp.nu, stavtorp.nu

STENBRO MUSTERI

Musteri, gårdsbutik och leverantör. I butiken finner du marmelader, nektar, honung och övriga delikatesser. Vi förädlar din frukt till god must. Har du äpplen över köper vi gärna in dessa. Välkommen! Gripensnäs Stenbro 3, 640 33 Bettna, 072-216 50 60, kontakt@stenbromusteri.se, stenbromusteri.se, FB & Instagram: @stenbromusteri

TIEFENSEE ÄPPELODLING

Driver en modern ekologisk äppelodling med 1200 träd i bästa söderläge ned mot sjön Skundern i hjärtat av Sörmland. Säljer äpplen, must på trädgårdsfrukt och lammskinn. Stuguthyrning med boende precis intill äppelodling och sjön Skundern. Ekeby Sjöstugan 1, Malmköping, 070-263 36 02, roger.tiefensee@gmail.com

GNESTA KOMMUN

GRYTSBERG SÄTERI AB

Grytsberg Säteri är en plats för minnesvärda och meningsfulla möten. Verksamheten präglas av hög servicenivå, ett personligt bemötande, flexibilitet och en omsorg om den vackra omgivningen. Fest, bröllop, hotell, konferens, event & golf. Grytsberg Säteri, 646 96 Stjärnhov, 072-550 16 82, info@grytsberg.se, grytsberg.se, FB: Grytsberg Säteri, Instagram: @grytsberg

PETERSLUNDS EKOODLING

På Peterslunds Ekoodling odlar vi ekologiska och biodynamiska grönsaker på friland och i växthus, och förädlar en del till mjölksyrade produkter. Vi har gårdsbutik, grönsakslådar och står på Bondens marknad i Stockholm. Kleva Peterslund 3, 076-245 39 18, malin@ekoodling.se, ekoodling.se, FB: Peterslunds Eko Odling, Instagram: @burkettmartin



ROCKLÖSA GÅRD

Gårdsbutik med eget biologiskt mångfaldskött och ägg från höns/ankor samt många andra sömländska produkter. Paketerade naturupplevelser med trerätters och övernattnin (turridning, vandra, cykla, svampsafari, paddla och golf), stugor, B&B. Rocklösa Gård, Stjärnhov, 070-550 11 49, lena@rocklosa.se, rocklosa.se, FB: Rocklösa gård, Instagram: @rocklosagard

KATRINEHOLMS KOMMUN

BÅLTSNÄS GÅRD/VILT & GÅRDSPRODUKTER

Gårdsbutik och B&B. Slakteri för lamm och vilt. Lokal för uthyrning, konferenser, fester och marknader. Båltsnäs gård, Katrineholm, 070-747 01 46, kicki@viltogardsprodukter.se, viltogardsprodukter.se, FB: Båltsnäs gård, Instagram: @baltasnagard

ETC TOMAT

Gårdsförsäljning och café. Energikullen 1, Katrineholm, 076-671 28 23, stenake.nordin@etc.se

ICA NÄRA KATRINEHOLM

En framat butik med ett brinnande intresse för lokalt & klimatsmart och en ambition att göra dagen enklare för dig! Linnévägen 30, Katrineholm, 0150-48 93 80, magnus.jeppsson@nara.ica.se, ica.se/linnevagen, FB & Instagram: @icanaraktrineholm

LERBO NATURNÄRA MAT

Brebols gård har får, höns och bin. I vår gårdsbutik säljer vi kött och korv från naturbetande får och kalv, ägg från våra helt frigående höns och honung från våra bin. Mindre caféverksamhet. För öppettider, ring. Brebols gård, Valla, 070-561 71 95, FB: Lerbo naturnära mat

STORTORGETS BISTRO

Vi på Stortorgets Bistro Ceith & Agnes Mat och Dryck har en stor passion för god lokalproducerad mat och dryck som serveras efter säsong. Vi har något som passar för hela familjen för en trevlig lunch eller middag. Välkomna till vår restaurang! Fabrikgatan 10, 610 30 Katrineholm, 073-330 12 31, stortorgetsbistro@gmail.com, ceithagnes.se

SÖRTORP

Ekologisk produktion av spannmål, nöt- och lammkött och grönsaker. Aroniasnapsen. Sörtorp, Katrineholm, 070-897 01 33, 0150-711 17, karl.kallander@ekolantbruk.se, ekojord.se

WARBRO KVARN

Familjeföretaget som odlar och förädlar ekologiskt spannmål. Vi har hela kedjan från jord till bord, från utsäde till mjöl, flingor och numer även malt. Vår specialitet är kultursorter som enkorn, dinkel och nakenhavre. Gårdsbutikens öppettider: se vår hemsida. Linds gård, 641 99 Sködinge, 073-034 39 88, info@warbrokvarn.se, warbrokvarn.se, FB & Instagram: @warbrokvarn

ÄNDEBOLS GÅRDSBUTIK & CAFÉ

Levande ekologiskt lantbruk med får, dikor, tomater i växthus, grönsaker. Gårdsbutik, kafé och kök med gårdens och bygdens produkter. Köttlådor. Ändebols gård, Bettna, 070-687 15 00, info@andebolsgard.se, andebolsgard.se, FB & Instagram: @andebolsgard

ÄNGBY GÅRDSBUTIK & CAFÉ

Ägg, kött, bröd, lammskinn, hantverk och loppis. Fika i mysig bondgårdsmiljö! Glindran Ängby 2, Björkvik, 070-237 77 96, wallens.akeri@telia.com, angbyull.snabber.se

ÄNGLARNAS KÖK

Din cateringpartner i Katrineholm med omnejd! Med förkärlek till det lokala levererar vi varm och kall catering till privatpersoner, företag och butiker i området. Åsgatan 28, Katrineholm, 0150-34 41 00, info@anglarnaskok.se, anglarnaskok.se, FB & Instagram: @anglarnaskok

NYKÖPINGS KOMMUN

ANNAS KERAMIK

Tillverkning av brukstålga handdrejade stengodsserviser till restauranger och privatpersoner. Rosendal 1, Jönåker, 0707-20 48 34, info@annaskeramik.se Instagram: @rosendalskrumaker

ANNAS KÖK

På Ösvreta Gård finns ett gårdsmejeri och butik med mjölk- och köttprodukter från gården samt utvalda varor från närområdet. Under sommaren ett trädgårdskafé med egentillverkad glass och ostkaka. Ösvreta Gård, Nyköping, 070-288 98 26, anna@osvreta.se, osvreta.se

BIRGITTAS TRÄDGÅRD

En småskalig ekologisk grönsaksodling som följer etik och principer hämtade från permakultur: att skapa bördig och hälsosam jord som kan producera mat och ekosystemtjänster på samma gång. Du känner det på smaken på våra grönsaker. Lunda Eriksberg, 611 96 Jönåker, 079-011 21 80, olsson.alexander@gmail.com, birgittastradgard.com, FB: Birgittas Trädgård, Instagram: @birgittas.tradgard

BY RANCH/CAMELINA OF SWEDEN

Är ensamma i Sverige om att odla kulturväxten Oljedädra (Camelina sativa) i stor skala för tillverkning och försäljning av 100 % ekologisk, kallpressad och välsmakande camelinaolja samt camelinafrön, båda naturligt laddade med omega 3. Björksund, Tystberga, 0155-40 00 66, info@byranch.se, camelinaofsweden.se, FB: Camelina of Sweden

BÄRSTABÄRET

Bärstabäret har självplock av jordgubbar, potatis, rabarber, majs och även egen honung. Café med fika och hantverk. Torp till uthyrning vid kanten av Bärstakärrets

naturreservat. Nära till Bärstabadet. Bärsta Kronogård 3, 611 97 Stigtomta, 070-693 65 75, barstabaret.se, FB: Bärstabäret

GRÖNA ROSENDAL

Småskalig odling, en mångfald av grönsaker, örter och blommor. Gårdsbutik med säsongens grönsaker, förädlade produkter samt honung och hantverk från trakten. Säsongssöppet juli till oktober. På gården finns även får och höns. Stuguthyrning. Rosendal, Stigtomta, 070-621 57 98, grona.rosendal@gmail.com, FB: Gröna Rosendal

HELLMANSKA GÅRDEN

Kafé och stenugnsbageri med nästan allt ekologiskt och närodlat. Luncher och varma mackor. Även bosättningsaffär. V Trädgårdsgatan 24, Nyköping, 0155-21 05 25, info@hellmanskagarden.se, hellmanskagarden.se

LASÄTTER GÅRD

Flädersaft, kolsyrad fläderdryck och flädersirap från egen odling. Boende, konferens och Bo på lantgård, certifierade av Naturens Bästa. Lasätter gård, 611 95 Nyköping, 0155-530 33, 070-725 30 80 monika@lasatter.se, lasatter.se, FB: Lasätter gård, Instagram: @lasattergard

LÖVSUNDS VÄXTHUS (Nielsens Trädgårdsservice)

I huvudsak tomater, men även övriga grönsaker. Lövsunds säteri, Tystberga, 070-604 06 95, gu.nielsen@hotmail.com

NILS OSCAR BRYGGERI

Sedan 1996 brygger vi klassisk öl i modern stil. Vi är en av pionjärerna i branschen och vår öl finns på Systembolag, krogar och i dagligvaruhandeln över hela landet. Vi ordnar även ölprovningar och rundvisningar på vårt fina bryggeri, välkomna! Fruängsgatan 2, 611 31 Nyköping, 0155-772 80, info@nilsoscar.se, nilsoscar.se, FB: Nils Oscar Bryggeri, Instagram: @nilsoscarbrewery

NYKÖPING STRAND UTBILDNINGSCENTRUM

Gymnasieskola med restaurang- och hotellutbildning. Restaurang där våra elever lagar mat med känsla, passion och lokala råvaror. Gästabudsvägen 6, Nyköping, 0155-28 44 24, 070-213 31 00, hannu.husa@nsutbildning.se, nsutbildning.se, FB: Nyköping Strand Utbildningscentrum, Instagram: @nsutbildning

NYSTUGAN EKOGRÅRD

Ekologiskt lantbruk med nöt, lamm, gris och vilt. Småskalig äggproduktion, frilandsodling av grönsaker, vedförsäljning. Gårdsbutik. Nykyrka, Nystugan, Stigtomta, 070-776 22 91, 070-755 10 05, nystugan.ekogard@gmail.com, FB: Nystugan ekogård

ONSBERGA GÅRD

Ekolantbruk med gårdsförsäljning av kött och chark på nöt, gris och lamm. Onsberga Sättersta, Tystberga, 070-653 10 31, info@onsberga.se, onsberga.se

RUNNVIKENS PENSIONAT

Övernattning i herrgårdsmiljö. Måltider baserade på råvaror från gårdens odling och lokala producenter. Konferenser samt aktiviteter för att främja hälsa och välmående. Lövsunds säteri, Tystberga, 076-947 11 63, info@runnviken.se, runnviken.se, FB: Runnviken, Instagram: @runnvikenpensionat

TOMTEKULLA

Här finns det självplock och försäljning av jordgubbar och färsipotatis. Gör även ett besök i Tomtekullaboden som säljer närproducerade varor från gården eller ta en fika i vårt mysiga sommarcafé. Tomtekulla, Tystberga, 070-091 10 52, tomttekulla.potatis@gmail.com, tomttekulla.nu, FB: Tomtekulla potatis & Entreprenad AB

VILT I VRENA

Finstyckat sörmäländskt viltkött och charkvaror. Gårdsbutik. Öppet fredagar 10–18 och lördagar 11–15. Lilla Stentorp, Vrena, 0155-919 30, christer@viltivrena.se, viltivrena.se

VIRÅ BRUK

Upplevelser inom mat, jakt och utbildning där viltet har en central plats. Catering. Virå Bruk, Stavsjö, 0705-88 69 70, classe@virabruk.se, virabruk.se

VRENA BOUTIQUE

Livsstilsbutik med ett noga utvalt sortiment av kläder och inredning samt allt du behöver till det dukade bordet. Lilla Stentorp, Vrena, 073-745 57 38, info@vrenaboutique.se, vrenaboutique.se

VRENA GRÖNT

Växthusodlad tomat, gurka, paprika, chili, utplanteringsörter och sallad. Gårdsbutik. Lilla Stentorp, Vrena, 070-647 00 05, info@vrenagrönt.se, vrenagrönt.se

ÅSAS SMAKER FRÅN LANDET

Utomhusmatlagning med egenproducerade eller lokala råvaror. Matvandringar med mat från trakten. Christineholms gård, Trädgmästbost 1, Nyköping, 070-856 05 60, lantlovett@gmail.com, lantlivet.nu, FB: ÅSAs smaker från landet, Instagram: @lanttanten

ÖSTER MALMA

Viltkött från eget slakteri. Kan levereras, köpas i gårdsbutiken eller avnjutas i restaurangen. Öster Malma, Nyköping, 0155-24 62 28, info@ostermalma.se, ostermalma.se

STRÄNGNÄS KOMMUN

BETTANS GRÖNA HÖRN

Äppelodling, odling av grönsaker, frukt och bär. Tillverkning av mathantverk från gårdens odlingar. Gårdsförsäljning under säson. Musteri finns på gården. Gårdsbutik under säsong. Fogdö Tuna 4, Strängnäs, 070-588 37 88, bettan@gronahorn.se, gronahorn.se, FB: Bettans Gröna Hörn





EDSBACKA BISTRO STRÄNGNÄS

Kvarterskrogen med det lilla extra. Vi fokuserar på bra utvalda råvaror och svenska smaker efter säsong, gärna med lokala råvaror. Västervikstorget 6, Strängnäs, 0152-163 00, strangnas@edsbackabistro.se, edsbackabistro.se

ELSAS KANTIN

Lunchrestaurang med fokus på snabb, vällagad mat och rikligt med tillbehör. Cateringverksamhet för små och stora sällskap. Festvåning. Eskilstunavägen 34, Strängnäs, 0152-189 55, info@elsaskantin.se, elsaskantin.se

GRIPSHOLMS VÄRDSHUS

En del av "Svenska kulturpärlor" med råvaror från närbelägna gårdar och lokala producenter. Kyrkogatan 1, Mariefred, 0159-347 50, info@gripsholms-varldshus.se, gripsholms-varldshus.se

HORNUDDENS TRÄDGÅRD

Café och restaurang med egen ekologisk odling, butik och gästhamn vid Mälaren. Öppet från 1:a maj till Aptitrundan i september. Aspö, Hornudden, Strängnäs, 0707-32 61 85, 0152-326 18 kontakt@hornudden.net, hornudden.net, FB & Instagram: @hornudden

KLIPPINGE GÅRD

Självplock och försäljning av majs. Klippinge gård, Stallarholmen, 0152-412 50, klippinge.gard@telia.com, FB: Klippinge gård

MILLERT O DAHLÉN KÖTT, VILT OCH CHARK

Styckning och förädling av lokalproducerat kött. Egen butik. Brogatan 21, Stallarholmen, 070-735 43 91, kottbutiken@gmail.com, FB: Köttbutiken Millert & Dahlén

MORRARÖ ODLINGAR OCH NÖJEN

Odling av jordgubbar, potatis och grönsaker. Ekologisk köttproduktion av lamm. Lammskinn. Gårdsförsäljning under säsong. Morrarö 4, Strängnäs, 070-444 31 52, 0152-326 79, info@morrary.se, morrary.se

OSPREY SWEDEN AB

Johnny, arkitekt och Ina, bildpedagog vill verka för en levande ekologisk landsbygd där arkitektur, hantverk och odling samverkar. Producerar grönsaker "no dig" till den lokala marknaden. Råd & utbildning inom hållbart byggande och konsthantverk. Fogdö Norra Vik 6, 645 92 Strängnäs, 070-715 20 20, johnny@ospreysweden.se, ina@ospreysweden.se, ospreysweden.se, FB: Studio Osprey, Instagram: @ospreyfarm, @osprey_sweden

POMOLOGIK

Hantverksmässigt producerad cider och äppelmust med fokus på växtplats, sort och årgång. Mariefredsvägen 35, Strängnäs, 0152-421 60, info@pomologik.se, pomologik.se, FB & Instagram: @pomologik

PRINTZ BAGERI

Ekologiskt surdegsbröd bakat i stenugn. Mjöl från lokala kvarnar. Kafé med utsökta luncher och sötsaker. Pizzakvällar juli/avg. Vin och öl. Brogatan 21, Stallarholmen, 0152-422 30, info@printzbageri.se, printzbageri.se

SÖRMLANDS MUSTERI

Vi är ett modernt mobilt musteri. Vi gör must på din egen frukt. Under säsong finns vi på olika platser i regionen. När vi inte är på turné finns vi stationärt och tar emot er frukt för mustning. Säljer också must och annat mathantverk. Fogdö Tuna, Strängnäs, 0152-252 50, info@sormlandsmusteri.se, sormlandsmusteri.se, FB: Sörmlands Musteri, Instagram: @sormlandsmusteri

TAXINGE KROG

Restaurang med ambition att skapa kontext. Vill förmedla hur platsen och den aktuella tiden smakar. Samma bord och tid för alla gäster hoppas ge tankar om måltidens betydelse som social plattform. Södra skogen 13, Mariefred, 0159-700 17, 070-467 94 04, info@taxingekrog.se, taxingekrog.se

TURINGE OST & VIN

Välkomna till en välsorterad ost- och delikatessbutik med bistro och glassbar! Gamla Strängnäsvägen 335, Nykvarn, 08-55 80 73 60, info@turingeostochvin.se, turingeostochvin.se

ULVHÄLL FEST, MÖTE & EVENT

Hyr Ulvhälls herrgård med matlagningsstudio. Ulvhälls Allé, Strängnäs, 0761-10 15 06, info@ulvhall.se, ulvhall.se

ÅLEBY GÅRD

Med känsla för helheten erbjuder Åleby viltkött, trädgårdsodling, gårdsbutik, aktiv matlagning, bröllop, konferenser och restaurang. Åleby gård, Herrgården, 645 97 Stallarholmen, 070-566 62 22, info@aleby.com, aleby.com, FB & Instagram: @alebygard

SÖDERTÄLJE KOMMUN

BRÖDBUTIK & MINIKAFÉ/PRINTZ BAGERI

Kvartersbutik med ekologiskt surdegsbröd och kaffebröd från Printz Bageri i Stallarholmen. Mjöl från lokala kvarnar. Sörmländska delikatesser. Sallader och smörgåsar. Nedre Torekällgatan 5, Södertälje, 08-23 14 14, sodertalje@printzbageri.se, printzbageri.se

JÄRNA BAGERI

Hantverksbageri i centrala Järna. Bröd, bullar, kakor och färskmalet mjöl till försäljning. Ekologiska råvaror och kulturspannmål. Kafé och lunchservering. Åsgatan 2, Järna, 08-546 113 33, info@jarnabageri.se, jarnabageri.se, FB & Instagram: @jarnabageri

STIFTELSEN SKILLEBYHOLM

Trädgårdsutbildningar samt ekologisk/biodynamisk grönsaksodling med försäljning i egen gårdsbutik. Lunchrestaurang och konferensmöjligheter. Skillebyholm 7, Järna, 08-551 577 85, info@skillebyholm.com, skillebyholm.com

VARMA SVERIGE

Varma Kök driver en ekologisk och vegetarisk lunch-restaurang på Skillebyholm. Vi jobbar med råvaror från närområdet och vår mat inspireras av och följer årstiderna. Skillebyholm 7, 153 91 Järna, 08-551 577 84, info@varmasverige.se, FB & Instagram: @varmasverige

TROSA KOMMUN

BERGS GÅRD TROSA

Gårdsbutik, café och restaurang med gårdens gräs-betande och ekologiska nötkött och andra sömrländska mathantverk. Övernattning i stugor. Mountainbike- och vandringsleder. Bröllop, fest & konferenslokaler. Catering & matlagningskurser. Barnvänligt med lekrområden och gårdens djur. Bergs Gård Stora Huset 1, 619 95 Västerljung, 070-495 49 32, info@bergsgardtrosa.se, bergsgardtrosa.se, FB & Instagram: @bergsgardtrosa

VINGÅKERS KOMMUN

ARCHANGELICA

Vi odlar och förädlar frukt, örter och honung med målet att ha så rena och äkta smaker som möjligt utan tillsatser. Lundbyskog Larslund, Vingåker, 070-867 62 66, info@archangelica.se, archangelica.se

JULITA RAPSOlja

Vi var först i Sverige med att kallpressa rapsolja. Vi skriver vilken gård som odlar rapsen på de naturella flaskorna. Smaksätter med äkta kryddor och gör i liten skala hud-produkter av oljan. Båsenberga Kogölet, Vingåker, 0150-910 25, 070-791 02 52, info@julitarapsolja.se, julitarapsolja.se, FB: Julita Rapsolja AB

ÖVRIGT

CULINARY CRAFT, THOMASGYMNASIET

Utbildar framtidens mathantverkare. Grundidé: "det utökade klassrummet", där regionens mat- och måltids-hantverkare aktivt deltar. Thomasgymnasiet, Campus Strängnäs, Strängnäs, 0152-294 50, jimmy.anderssonforzelius@strangnas.se, thomasgymnasiet.se, FB & Instagram: @culinarycraft_thomasgymnasiet

FLENS KOMMUN

Arbetar för fler matproducenter och liv på landsbygden i kommunen. Näringslivskontoret i Flens kommun, 0157-43 00 00, mikael.larsson@flen.se, flen.se

LRF SÖDERMANLAND

Jobbar för tillväxt och konkurrenskraft i sömrländsk livs-medelsproduktion. Klustervägen 11, Vreta Kloster, sodermanlands.rf@lrf.se, lrf.se/sodermanland, Margareta Malmquist, ordförande, 070-716 77 77

PRINSEN KOMMER

Sömrländska mat/måltidsupplevelser. Konzeptutveckling för restaurang, bageri och kafé. Utbildning, rådgivning & rekrytering. I den sömrländska matens tjänst i 30 år. Stora Lundby Gård, Stallarholmen, 070-772 20 49, saaramariaprintz@gmail.com, FB: Maria Printz, Instagram: @mariaprintz

RHEUM

Producentförening för småskalighet och gemensam försäljning i utvalda butiker i Stockholm och Sörmland. Kontakt: Malin Schreiber, 076-245 39 18, info@rheum.se, rheum.se

SMAKVÄRDE

Hjälper livsmedelsproducenter, mathantverkare och måltidsaktörer att smaksäkra produkt och verksamhet. Erbjuder information, rådgivning och handledning kring sensorisk analys (smakbedömningar), sinnes-marknadsföring och produktutveckling. Plogvägen 1, Gnesta, 070-246 09 64, info@smakvarde.se, smakvarde.se

SPIDER EVENT MARKETING

Koordinering/samverkan, marknadsföring, mat- & dryckprojekt, m.m. 070-598 05 55, bengt.jansson@spiderevent.se, spiderevent.se

SÖRMLANDS NATURBRUK

Utbildar nästa generations matproducenter. Grönt kompetenscentrum. Öknaskolan, Tystberga, 0155-26 48 00, kansli@oknaskolan.se, oknaskolan.se



På matkluster.se finner du ännu mer information om Sörmlands Matkluster samt en sökbar karta med medlemmarnas geografiska placering.



Smultron- **STÄLLEN** *i Sörmland*



*Länets turistchefer rekommenderar några
smultronställen ni inte får missa!*

ESKILSTUNA KOMMUN

MAGDAKULLAN

Magda är en av pionjärerna inom ekologisk odling och djurhållning. Här började man med biodynamisk odling redan 1976. I dag har man uppfödning av lantrasen rödkullor. Djuren hjälper till att hålla landskapet levande och bidrar till den biologiska mångfalden, dessutom ger de fantastiskt kött som finns att köpa i gårdsbutiken. I Gårdsbutiken kan du även köpa ost, rapsolja, ägg, skorpar, sylt och andra delikatesser. På gården finns även ett Stallcafé med ekologiskt kaffe, hembakat och smörgåsar.

Magda säteri, Västra Näshulta,
016-800 18, magdakullan.se

MARY'S CAFÉ

En skön blandning av ekologisk och närproducerad mat. Härlig äppelträdgård och lantligt B&B. Galleri. Musik. Butik.
Åkerbyvägen 2, Eskilstuna,
016-35 01 05, maryscafe.se

WÄSBY MAGASIN

Besök Butikerna på Wäsby och låt dig inspireras av inredning och mode. Besök även keramikstudio, konstgalleri, viltbutik, ost- och blomsterbutik och njut av mat & café i traditionell svensk miljö.
Rosells väg, Torshälla, Eskilstuna
0709-84 14 36, wasbymagasinet.se

FLENS KOMMUN

HOTEL MALMKÖPING

En modern hotell- och konferensanläggning på en höjd mitt i Malmköping, omgivet av vacker natur. Här erbjuder restaurangen en avslappnad miljö för sina gäster, där råvarorna som serveras reflekterar mycket av

vad Sörmland har att erbjuda.
Furugatan, Malmköping, 0157-245 80,
hotellmalmkopings.se

SLOTTETS AXELLENTA RETROBISTRO PÅ SPARREHOLMS SLOTT

Kant i kant med den vackra slottsparken finns Axellents retrobistro, som drivs av Axel Johnsson, fylld av nostalgi och kurios. Väggarna täcks av en stor samling vackra gamla emailj- och plåtskylltar som bidrar till den charmiga miljön.
0733-260 516, sparreholmsslott.com

HEDENLUNDA SLOTT

Hedenlunda Slott är som klippt och skuret för ett vackert slottsbröllop, men passar lika bra när ni vill konferera ostört med vacker natur runt knuten. Eller vad sägs om en härlig slottssveck där ni bor kungligt på slottet och njuter av god mat där många av restaurangens råvaror plockas direkt från slottets egna trädgård. Upplev Slottsbadets ritual med ett bastulandskap i toppklass.
0157-754 00, hedenlundaslott.se

BRUKSRESTAURANGEN I HÄLLEFORSNÄS

Bruksrestaurangen i Hälleforsnäs med luncher, middagar, konferens, evenemang och catering. Genomkomponerat och måltiderna tillagas till största delen av råvaror från närområdet.
Gjutmästarbacken 1, Hälleforsnäs,
073-326 05 16, www.axellent.se
info@axellent.se

GNESTA KOMMUN

GNESTA CHARK

Gårdsbutiken mitt i Gnesta – 5 minuter från pendeln. Färska korvar och lufttorkade produkter gjorda på

svenskt kött och mycket kärlek! Väl utvalda delikatesser i form av ostar, oliver och andra tillbehör.
Västra Storgatan 9, Gnesta.
070-047 02 27, gnestadeli.se

STERNERSBORGS CHOKLAD

Nyhet sommaren 2019: Sommarvåfflan på Sternersborgs Choklad (1/7 – 31/8). Sörmlands godaste praliner och egentillverkad italiensk glass gjord på KRAV-mjolk från en Björnlundagård. Mer närproducerad än så blir det inte. Vard 11-17, lör 11-15.
Stationsvägen 22, Björnlunda,
0158-133 00,
FB: Sternerborgs choklad

SKOTTVÅNGS GRUFVA

Kulturhistorisk oas mitt ute i den vackra Sörmländska landsbygden. Här kan du äta gott, lyssna på live-musik med landets finaste artister, besöka Skottvångs gruvmuseum, ta en tur på Sörmlandsleden, cykla på Näckrosleden, besöka hantverksboden och visningsträdgårdar. Eller varför inte vara med när en riktig kolmila tänds. Öppettider se hemsida.
Skottvångs Grufva, Åkers Bergslag,
0158-259 00, skottvangsgrufva.se

GUSTAFVIKS LJUS & CAFE

Café med mycket hembakat kaffebröd. Du avnjuter det tillsammans med kaffe i en mysig 1890-talsmiljö, där kakelugnarna vintertid, sprider värme tillsammans med levande ljus. Ljus- och presentbod.
Gustafsvik, Östra Storgatan 41,
Gnesta, 0158-264 00,
gustafsvikslevandeljus.se

KATRINEHOLMS KOMMUN

PARKEN KATRINEHOLM

Restaurangen ligger i stadsparken i hjärtat av Katrineholm.

Den drivs av stjärnkocken Tommy Myllymäki.

Tegnervägen 25, Katrineholm

0150-401150, parkenkatrineholm.se

STORA DJULÖ HERRGÅRD

Stora Djulö Herrgård ligger precis intill vattnet vid Djulösjön.

Här finns ett herrgårdscafé med fullständiga rättigheter och en stor uteservering på baksidan med utsikt mot vattnet.

Laxmans väg, Katrineholm

0150-210 00, storadjulo.se

MUMS VEGANSK MAT

Café som serverar frukost, lunch och fika. Allt är veganskt.

Uteservering sommartid.

Köpmangatan 16, Katrineholm

070-781 14 03, mumsveganskmat.se

NZ CRAFT PIES

Här bakas nyzeeländska matpajer i världsklass.

Du kan köpa med dig pajer hem eller avnjuta dem i caféet.

Movägen 11, Katrineholm

0150-102 06, nzcrafterpies.se

NYKVARNS KOMMUN

TURINGE OST & VIN

Delikatessbutik med en välsorterad ost- och charkdisk. Även en bistro där du kan äta en omsorgsfullt lagad lunch eller en brunch på lördagar.

Ost- och dryckesprovningar.

Gamla Strängnäsvägen 335, Nykvarn, 08-558 073 60, turingeostochvin.se

MÅNGFALDENS HUS

Här finns Tegelhuset med inredning, konst och möbler. I matcaféet serveras kall och varm mat i mysig miljö,

fika med dryck och hemmagjorda bakverk. Även handelsträdgård april–september.

Gamla Strängnäsvägen 341, Nykvarn,

Tegelhuset: 08-552 405 05,

Café & Deli: 08-552 405 02,

info@mangfaldenshus.se,

mangfaldenshus.se

NYKVARNS FRUKT OCH GRÖNT

En liten butik mitt i Nykvarns

centrum. Här säljs främst frukt och

grönt men även andra produkter och råvaror.

Centrumvägen 22, Nykvarn,

08-552 456 00,

FB: Nykvarns Frukt och Grönt

NYKÖPINGS KOMMUN

SVÄRDSKLOVA

Sommarrestaurang och café.

Svärdsklova 1, Nyköping,

0155-21 17 00, svaradsklova.se

RESTAURANG NYNÄS

Orangeri med sommarrestaurang som har fokus på ekologiskt och närodlat.

Nynäs slott, Tystberga,

0725-29 46 80, nynasslott.se

RUNNVIKENS PENSIONAT

I en återuppbyggd herrgårdsflygel erbjuds övernattnings i personligt inredda rum. I restaurangen kan du njuta av en säsongsbetonad meny med råvaror från den egna odlingen och från lokala producenter.

Lövsund 1, Tystberga, Nyköping,

076-947 11 63, runnviken.se

OXELÖSUNDS KOMMUN

LÄGET HAMNKROG OCH BAR

Klassisk skärdgårdskrog i oslagbar miljö. Läget är just läget no 1. Gott

om parkeringar och i direkt anslutning till Oxelösunds gästhamn och sjömack. Musikkvällar.

Strandvägen 3, Oxelösund

0155-334 50, by-charlie.se

SAILOR KICKIS

God mat vid havet längs vågpiren i Oxelösunds Fiskehamn. Se fritidsbåtar och fartyg glida förbi strax utanför fönstret.

Fiskehamnsvägen 12, Oxelösund

070-213 40 61, sailorkickis.se

JOGERSÖ RESTAURANG & KONFERENS

Här serveras god mat i kombination med aktiviteter och friluftsliv.

Jogersövägen 8, Oxelösund

070-217 22 60,

skavstaggolf.se/jogerso-restaurang

FB: jogersorestaurangokonferens

STRÄNGNÄS KOMMUN

GRASSAGÅRDEN

Café i en gammal borgargård centralt i Strängnäs. Även lunchrätter och smörgåsar.

Kvarngatan 2, Strängnäs,

073-744 86 02, cafe-grassagarden.se

KAFÉ KLAVÉR

Hemma-hos-kafé på Hedlandet

utanför Mariefred. Utsikt över

Mälaren och Mariefred/Gripsholms slott. Sommartid spelas barnteater i teaterladan på samma gård.

Eckbacka gård, Hedlandet Mariefred,

070-686 76 23, kafeklaver.se

RAKSTUGAN KÖK & BAR

Nyöppnad restaurang centralt i

Mariefred som serverar smårätter.

Munkhagsgatan 10, Mariefred,

073-623 44 00, rakstugan.se



SÖDERTÄLJE KOMMUN

SKANSHOLMEN

I den storslagna skärgården cirka 5 mil söder om Stockholm ligger den pittoreska Skansholmens Sjöbrogård. På Skansholmen finns också en liten familjär camping i kuperad terräng, belägen på en ås med utsikt mot saltsjön från alla sidor. 60-talet platser och alla med el. Sommaren går att avnjuta på sjökrogens fantastiska terrass och brygga med utsikt över båtlivet i gästhamnen. Skansholmen, Mörkö, 08-551 550 66, skansholmen.com

SKÅPMAT

En liten, mysig restaurang i Järna med ekologiskt, mestadels närproducerat mat. Restaurangen har fått utmärkelse i White guide. Gula Villan, Järna, 070-818 15 50, skåpmat.nu

MIRAMAR

Mysig, prisvärd och otroligt god libanesisk och spansk tapasrestaurang: Strandgatan 10, Södertälje, 08-550 321 20, mira-mar.se

TROSA KOMMUN

FINA FISKENS BAGERI

I butiken finns nybakat mat- och sötbröd. De bakar många sorters matbröd, från ljusa baguetter till grövre surdegsbröd. Krispiga knäckebröd med flingsalt & svartpeppar finns alltid på hyllan tillsammans med goda bullar och småkakor. Fukt och bär i egenkokta marmelader följer säsongerna. Under sommaren fylls kyldisken med rökta delikatesser från havet, olika röror med skagen i spetsen och tillhörande såser. Allt du behöver för en perfekt picknick eller en dag på havet! Fiskargatan 12, Trosa, 0156-138 47, finafisken.se

SVENSKA VILTBITIKEN

Försäljning av viltkött från Sörmlandska skogar. Bland annat ölkorv, färsk salciccia, viltburgare, flintastekar och viltlådor med kött från vildsvin, kronhjort, dovhjort och mufflonfår. Åda Handelshus, Trosa, 070-379 01 56, svenskaviltbutiken.se

HILLSTA

Bär, potatis, grönsaker och självplockning. I gårdsbutiken kan du köpa säsongens produkter. Även självplock på jordgubbar och potatis. Runt den 1 juli brukar jordgubbarna vara mogna, för detaljerad information om utbudet, kontakta oss. Potatis för självplock brukar finnas runt den 10 juli. Utbudet för övriga grönsaker varierar efter säsong och tillgång. Hillsta Östra Uppgård, Västerlång, 0156-200 14, hillsta.com

VINGÅKERS KOMMUN

HJÄLMARGÅRDEN

Restaurangen och caféet med anor från 1700-talet, ligger vackert vid Hjälmarens strand. Stort utbud av hembakt fikabröd, lättare luncher och glass. Nära camping, bad och minigolfbana. hjalmargarden.se

BÅSENBERGA HOTELL OCH KONFERENS

Härliga bufféluncher och 4-rätters middagar med allt vad man kan önska av gott mathantverk. Ligger i anslutning till golfbana och café. basenberga.se

DITT SKAFFERI

Trevlig grillkrog som erbjuder flera laktosfria alternativ och anordnar whiskyprovningar. dittskafferi.se



Foto: Rocco Gustafsson

STOLT
MAT
I SÖRMLAND



5 ÅRS
JUBILEUM
2014–2019

*Tillsammans utvecklar
och profilerar vi*

MATREGIONEN SÖRMLAND

stoltmatisormland.se

POSITIVA VINDAR BLÅSER I MAT-SÖRMLAND

Stolt Mat i Sörmland vill informera, inspirera och aktivera alla som ser mat som en viktig utvecklingskraft för länet.

INTRESSET FÖR MAT och dryck, närodlad och ekologiskt är större än någonsin, inte minst i matregionen Sörmland. För att tillgodose konsumenternas behov jobbar länets matakörer på högvarv. Diskussioner förs, nya mötesplatser riggas, idéer, utbildningar och samarbeten utvecklas i strida strömmar.

POSITIVA VINDAR BLÅSER i mat-Sörmland. Flera av de ambitiösa mål som sattes upp hösten 2013, då matstrategin Stolt Mat i Sörmland presenterades, har uppfyllts i förtid. Ökad omsättning, fler företag och fler som arbetar i branschen med mat och dryck från jord till bord.

I KOMMUNER OCH LANDSTING sker ambitiösa satsningar för att såväl öka andelen närodlad mat som att erbjuda mat lagad från grunden. Den offentliga måltiden i länet är på offensiven med nya spännande samarbeten för att hjälpa till att öka självförsörjningsgraden i länet och Sverige.

I ÅR KOMMER VI ATT SAMVERKA gällande implementering av Sörmlands Livsmedelsstrategi som lanserats under våren. Ett viktigt arbete som kräver samverkan mellan mängder av projekt och branschens företagare. Tillsammans – för en ökad livsmedelsproduktion i Sörmland och Sverige!

Tillsammans mot framtiden

Sörmland anses redan i dag vara en av Sveriges starkaste matregioner med goda förutsättningar att producera mat från jord till bord. Vi har bördiga jordar, närhet till stora marknader och inte minst drivna entreprenörer och duktiga mathantverkare. Men visst kan vi bli ännu starkare. Och förutsättningarna för att vi ska lyckas göra Sörmland till ett av landets tre ledande matregioner är stora – om vi gör det tillsammans.

Stolt Mat i Sörmland riktar sig följaktligen till samtliga som på ett eller annat sätt arbetar med mat i länet, från beslutsfattare till anställd. Genom planerade och återkommande samtal oss emellan, där vi delar med oss av våra idéer och kompetenser, har vi möjlighet att nå målet betydligt snabbare än om var och en verkar på egen hand. Roligare blir det förstås också, inte minst eftersom ökad kommunikation och idéutbyte mellan matakörer på olika nivåer genererar inspiration följt av nya tankegångar och idéer. Det innebär också att intressant information, om matrelaterade utbildningar, träffar, möten, evenemang och tävlingar på ett naturligt sätt kommer samtliga deltagare till godo.





Pontus Järleskog, Sparbanken Rekarne och Bengt Jansson, Stolt mat i Sörmland, hälsade alla välkomna till korv och brödfestivalen i Stallarholmen.

Foto: Rocco Gustafsson

TUSS

TUSEN SMÅ STEG



FÖR ATT UPPNÅ de uppsatta målen arbetar Stolt Mat i Sörmland sedan i april 2014 enligt en arbetsmodell som kallas Tusen små steg (TUSS).

Enligt modellen har ett antal arbetsgrupper, internt kallade stråk, bildats för att arbeta med olika ämnesområden.

Inom grupperna diskuterar man och tar fram ytterligare mål, vilka internt kallas bra-lägen, för respektive område. På vägen mot dessa bra-lägen, för att driva arbetet framåt, arbetar man mot ett antal uppsatta milstolpar.

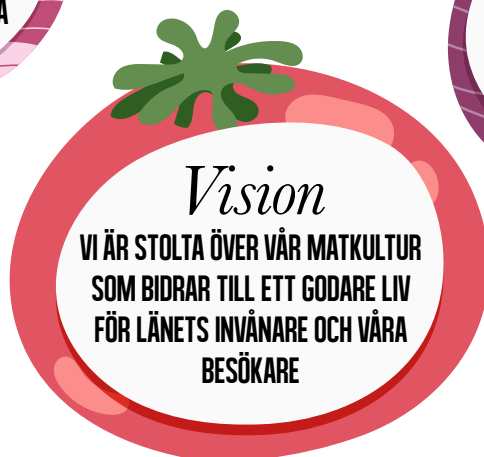
UNDER 2019 KOMMER arbetet med att få till stånd etableringar av slakteri och mejeri i Sörmland att intensifieras och nu finns det möjligheter att delta!

Kanske är du intresserad av att hjälpa till att förverkliga våra mål? Fler sörmländska produkter i länets butiker, restauranger, caféer och inom den offentliga måltiden. Välkommen att investera i slakteri, mejeri eller bli en viktig leverantör och kund.

Arbetet med olika arbetsgrupper/stråk kommer att fortsätta under året och genomsyras av deltagarnas passionerade vilja att skapa mervärden för Sörmland som matregion.



STOLT MAT I SÖRMLAND



VILL DU VARA MED OCH UTVECKLA MATREGIONEN SÖRMLAND?

STOLT MAT I SÖRMLAND vänder sig till dig som arbetar med mat, njuter av mat och ser mat som en viktig utvecklingsresurs för Sörmland. Målgruppen utgörs följaktligen av företagare, anställda i privat och offentlig verksamhet, beslutsfattare och tjänstemän i offentligt finansierad verksamhet samt personer i regionala organisationer och intresseorganisationer.

ALLTSÅ. ÄR DU JORDBRUKARE. grönsaksodlare, producerar du kött, mjölk, öl, vin eller offentliga måltider? Är du kock, krögare, livsmedelshandlare eller livsmedelsdistributör? Eller arbetar du med mat i någon annan form, som företagare eller anställd, och verkar i Sörmland? I så fall är du varmt välkommen att bli en del av oss. Vi tar tacksamt emot idéer som kan stärka projektet.

ANMÄL DITT INTRESSE TILL: Bengt Jansson, samverkanskoordinator,
bengt.jansson@spiderevent.se | 070-598 05 55

stoltmatisormland.se

STOLT MAT I SÖRMLAND ÄR ETT SAMVERKANSPROJEKT MELLAN: