

# SG o u r m e t

*magasinet*

**Høstens boklekyre**

**Den gode gamle  
- fårikål og sild**

**Østfoldfrukt Mysen AS  
- Satser på service,  
miljø og arbeidsmiljø**

*Tiden for å  
invitere venner på  
et hyggelig måltid*



Bjørnulf Engros AS, Mjøndalen	32 23 12 00
Wilys Agentur & Engros AS, Larvik	33 12 06 33
Agder Grossisten AS, Nedenes	37 09 79 90
D. Danielsen AS, Tananger	51 64 88 00
Haugaland Storhusholdning AS, Haugesund	52 73 64 66
Sjur Lothe Skipshandel AS, Haugesund	52 84 64 84
Måkestad Engros AS, Blomsterdalen	55 14 10 30
Kristoffer Kaarbø AS, Kokstad	55 22 72 80
Euro Supply Bergen AS, Bergen	55 39 46 60
Encon AS, Voss	56 52 09 20
Safari Engros AS, Florø	57 74 92 22
Bjørn Kristiansen AS, Kongsvinger	62 88 84 30
Måkestad Engros Øst AS, Sagstua	62 97 18 00
Østfoldfrukt Mysen AS, Slitu	69 89 88 99
Sunnmøre Engros AS, Ålesund	70 17 20 80
TP-Engros AS, Kristiansund	71 56 57 20
Nær Engros Trondheim AS, Trondheim	73 95 73 00
Nær Engros Levanger AS, Levanger	74 08 55 60
Nær Engros AS, Namsos	74 22 61 00
Paul Nygaard AS, Mosjøen	75 11 14 30
Arne Sjøle AS, Mo i Rana	75 19 88 88
Serviceord Engros AS, Harstad	77 00 22 40
Selboe & Aasebø AS, Finnsnes	77 84 04 22
Servicegrossistene AS, Drammen	32 21 80 00

## Neste sommer

Ingen vits i å lengte etter sommeren allerede nå. Mange vil være enig i at nettopp de fire forskjellige årstidene er noe av sjarmen med Norge. Nå har vi akkurat lagt en norsk sommer bak oss. Forhåpentligvis er du og dine klare for en årstid med tiltakende mørke, varierende vær og – fårrikål!

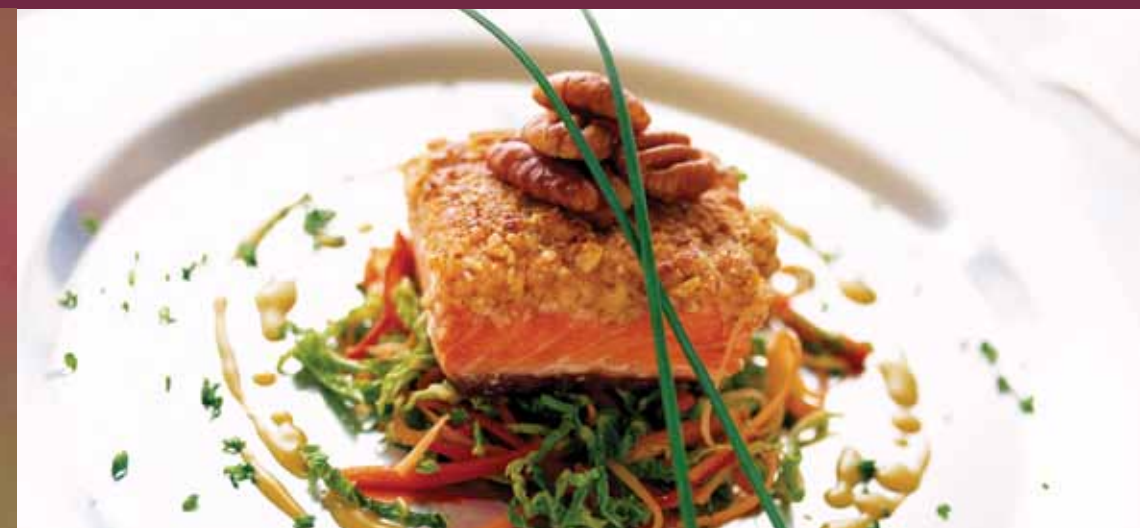
Fårrikål kurerer det meste. Men er du blant dem som ikke har sansen for kombinasjonen av lam, kål og hel pepper, er det likevel håp om en god høst. Denne utgaven av SGourmet Magasinet inneholder både oppskrifter, bokomtaler og vintips tilpasset klima og råvaretilgang. Som vanlig har vi også avlagt besøk hos en grossist, en leverandør og kunder hos Servicegrossistene AS.

Det begynner å bli en vane, men det er alltid like tilfredsstillende å lese at disse tre partene i et forretningsforhold trives godt i hverandres selskap. Gjennomgangstenen er at Servicegrossistene AS utmerker seg gjennom service og fleksible løsninger. Dermed får både kunder og leverandører gode arbeidsforhold med muligheter for suksess.

Sånn vil vi ha det. God høst!

Med vennlig hilsen

Inge Eliassen, Daglig Leder Servicegrossistene AS



ØRRET  
- YPPERLIG HØSTMAT

6

ØSTFOLDFRUKT MYSEN AS  
- SATSER PÅ SERVICE,  
MILJØ OG ARBEIDSMILJØ

12



VINTIPS

21

SGourmet Magasinet

Gyda Wierli Remme (ansvarlig)

Moodboard Reklamebyrå (design og tekst)

Oppskrifter/bilder/txt: matprat.no,

Den Norske Turistforening, kjøkkenskriveren.

no, horecanytt.no, www.godfisk.no, arcus as,

Fortellerforlaget, Forlaget Press.

Utgitt av:

Servicegrossistene AS,

Postboks 3627, 3007 Drammen

www.servicegrossistene.no

Produksjon: Lier Kopi og Trykk AS

Tips oss på tlf: 32 21 80 00

eller e-post:

gyda.remme@servicegrossistene.no

Leder	2	Fruktringen Oslo	24
Innhold	3	Søtt og godt	26
Innledning	5	Førde sentralsykehus	28
Ørret - ypperlig som høstmat	6	Den Norske Turistforening inviterer	30
Østfoldfrukt mysen as	12	Storhusholdningsmesse 2009 Mo i Rana	32
Den gode gamle - fårrikål og sild	14	Fredriksten Kro i Halden	34
Quiche - del med venner	16	Produktnytt	36
Nor-Shipping 09	18	Bransejnytt	39
Vintips	21		
Boktips	22		



*Coca-Cola Drikker AS*

ønsker deg en **ENERGISK** høst!

I september introduserer vi en dagtid energidrikk som utvider kategorien, nemlig Burn® Juiced. I tillegg lanserer vi Burn® 0,5l som tilfører energimarkedet enda større volum og verdi.

**For bestilling:**

**Ring kundeservice tlf: 08088**

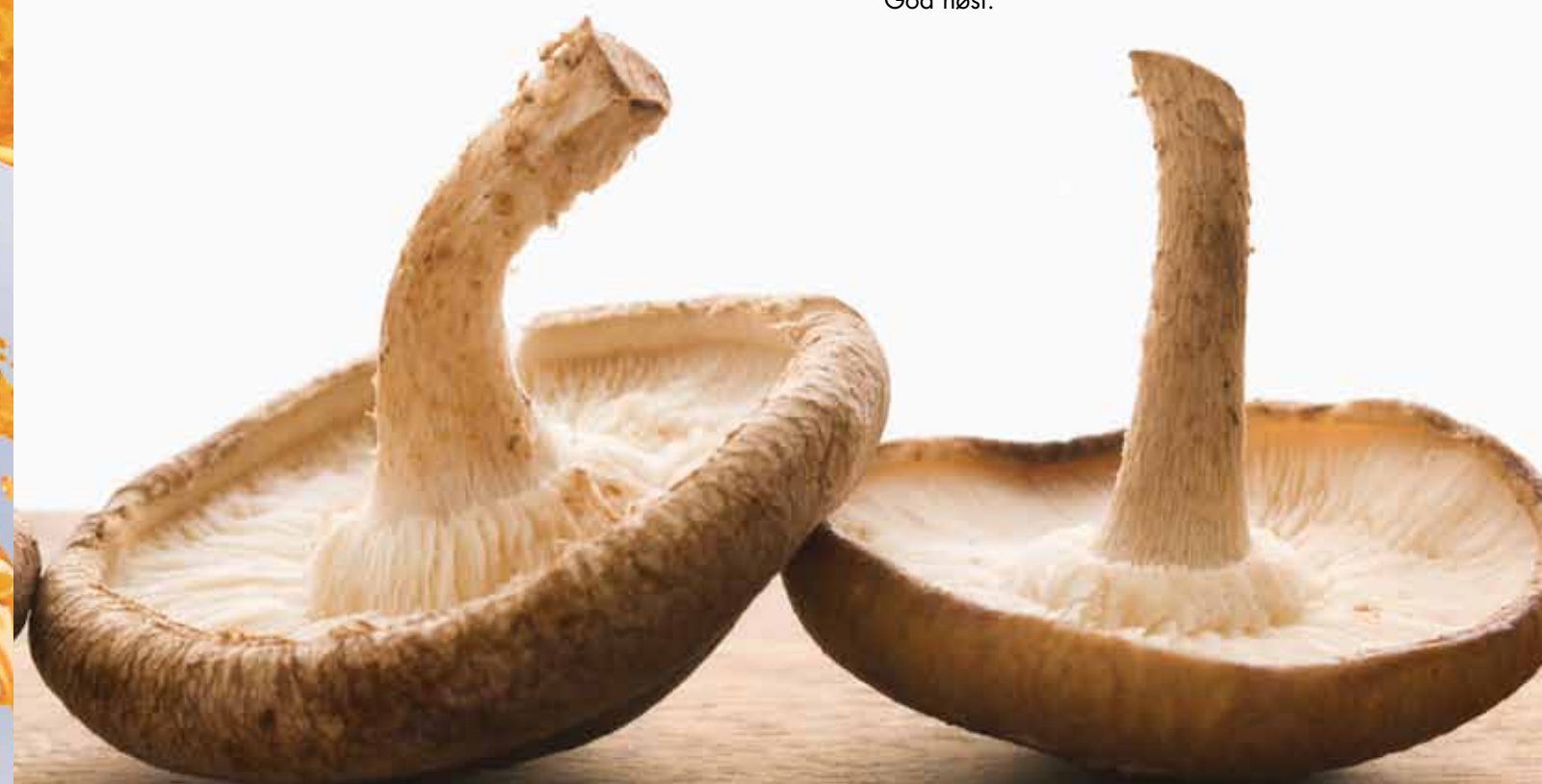


*a product of The Coca-Cola Company*

SLUTT PÅ UTELIVET ELLER START PÅ INNELIVET?

Enkelte beklager at sommeren er over og kvier seg for å sette bort grillen (hvilket for øvrig er helt unødvendig!). Andre jubler over at fårrikålen gjør sitt inntog og koser seg i tussemørke og småregn med flammende telys og et våkent blikk for høstens mange prima råvarer.

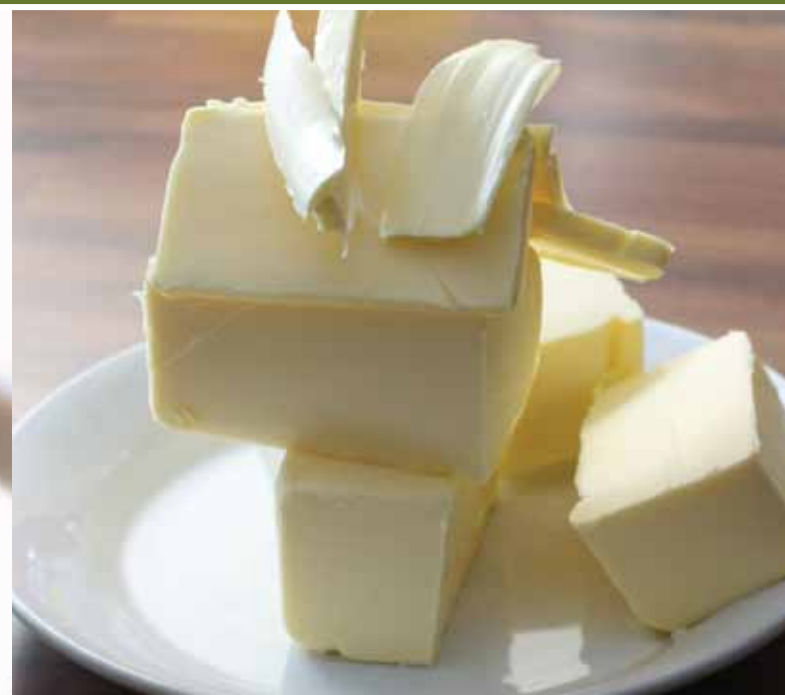
Lam er høstsnadder. Krabbe, hummer og skjell er også på sitt beste nå, og i fall du har glemt det: Høstsilda har ikke bare berget liv og helse her til lands i århundrer, den gir også en fabelaktig smaksopplevelse. I tillegg er den utrolig sunn for kroppen. Men mon tro om ikke nytelsen er like viktig? Fersk høstsild, høstens lam og smellfersk ørret gjør såvisst noe med kroppen, men et godt måltid med gode venner trenger ikke på død og liv være fullt av Omega-3 og antioksidanter. Det gode måltidet er mentalhygiene på vei mot en lang vinter. Nå er det tid for å invitere venner på et langt måltid. God høst.





# PECANSTEKT ØRRET

4 porsjoner



## HØSTEN ER VEL KANSKJE DEN DELEN AV ÅRET HVOR DE FLESTE FISKERE PAKKER FISKEVESKA SAMMEN OG BEGYNNER DVALEN ETTER SESONGEN.

Men i småelver og bekker er det full aktivitet. Gyteklar fisk samles i store antall, og ofte kan du treffe på fine eksemplarer av salmo trutta. Om du takler noen grader kaldere vær og færre og mer sporadiske klekkinger kan du forlenge sesongen din med noen uker. Ta på deg strikkelue og fingervanter og gjør deg klar...

800 g ørretfilét  
2 dl finhakkede pecan-nøtter  
1,5 dl hvetemel  
salt og pepper  
1 pisket eggehvite  
2 ss smør

Saus:  
2 dl frisk presset appelsinsaft  
1,5 dl tørr hvitvin  
1 dl finhakkert sjalottløk  
0,5 dl hvitvinseddik  
8 persillekvaster  
1 kvast frisk timian  
2 greenerfrisk rosmarin  
0,5 dl kremfløte  
100 g smør i små biter

### Slik gjør du:

1. Kjør pecannøtter og 1 ss av hvetemelet i foodprosessor og ha blandingen over i en vid bolle.
2. Ha resten av hvetemelet i en egen bolle. Pisk eggehvitene lett sammen.
3. Skjær fisken i serveringsstykker og dryss over salt og pepper.
4. Dypp ene siden av fiskestykkene i hvetemel, andre siden i eggehvite og deretter i pecanblanding.
5. Legg fiskestykkene på et fat og sett dem kjølig.

### Sausen:

1. Ha frisk presset appelsinsaft, tørr hvitvin, finhakkert sjalottløk, hvitvinseddik, persillekvaster, frisk presset sitronsaft og frisk timian i en kjele og kok forsiktig i ca 10 minutter. Tilsett rosmarin. Kok inn til det er ca 1 dl væske igjen. Sil sausen over i en ren kjele, tilsett kremfløte og kok opp. Reduser varmen og rør inn smøret bit for bit, må ikke koke.
2. Smak til med salt og pepper og la stå ved romtemperatur.
3. Smelt 1 ss smør og 1 ss olivenolje i stekepanne og la det bli gyldenbrunt. Legg i ørretstykkene med pecansiden ned. Stek til den er gylden og sprø. Snu og stek på den andre siden til fisken så vidt er gjennomstekt.
4. Anrett ørreten med sausen på en seng av friske grønnsaker.





NYHET!

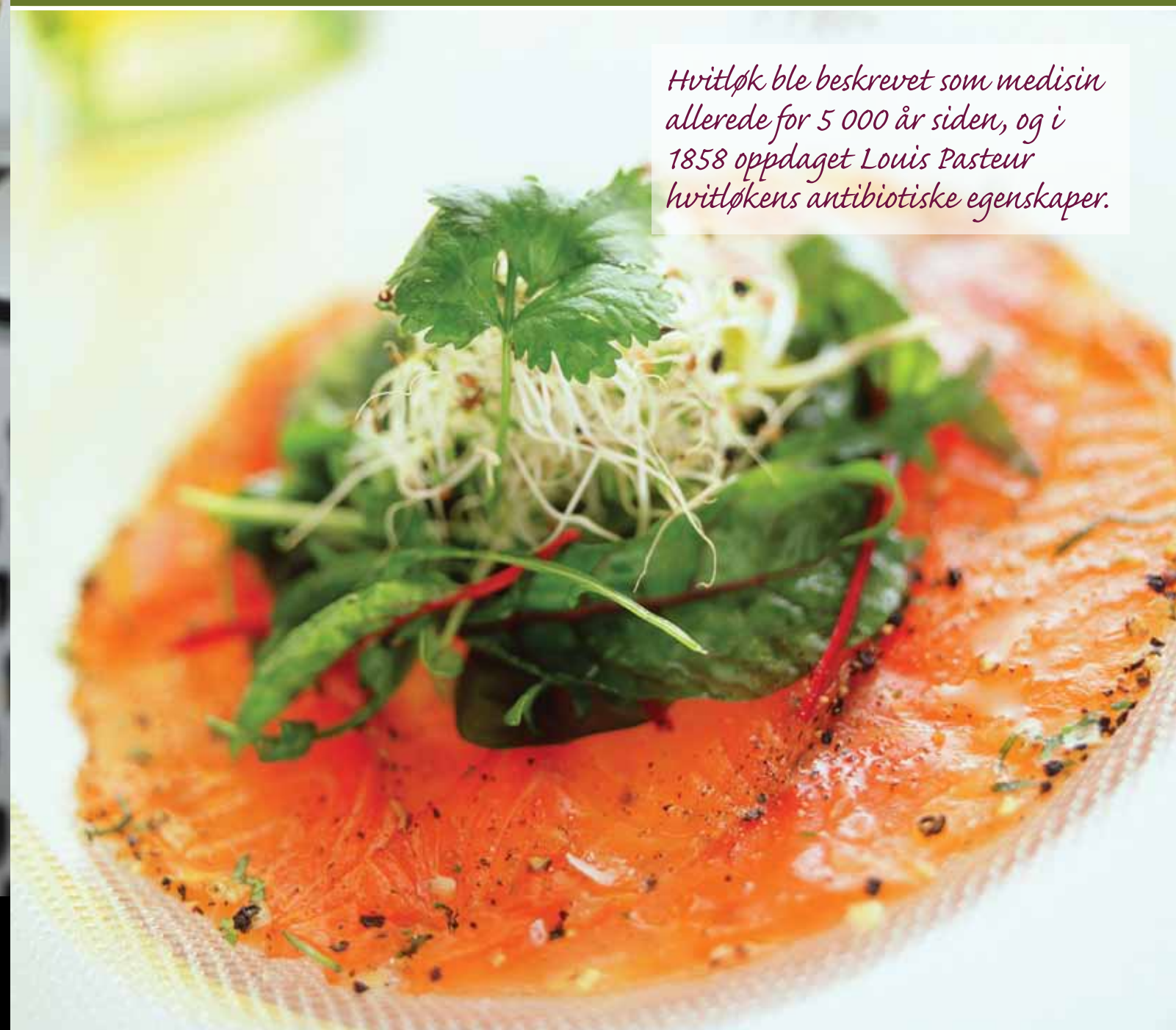
## NYMALT HVER GANG!

Extra Fine selection of spices - premium krydder i en lekker kvern beregnet på horeca markedet. Spennende blandinger og rene krydder som gir deg den uimotståelige smaken av nykvernet krydder - hver gang!

**Santa Maria**

Santa Maria Norge AS  
Kirkeveien 226 B - 1383 Asker  
Tlf 67 55 52 80 Fax 67 55 52 81  
www.santamariafoodservice.no

EPD	Produktnavn	Antall/vekt
1906346	Black Pepper	6 x 210 g
1906353	Salt	6 x 255 g
1906379	Chili Explosion	6 x 275 g
1906395	Lime Pepper	6 x 310 g
1906510	Roasted Garlic & Pepper	6 x 265 g
1906528	BBQ & Grill Mesquite	6 x 285 g
1906536	White Pepper	6 x 255 g



*Hvitløk ble beskrevet som medisin allerede for 5 000 år siden, og i 1858 oppdaget Louis Pasteur hvitløkens antibiotiske egenskaper.*

### ØRRET MARINERT I HVITLØK OG KORIANDER

4 porsjoner

1 kg ørret  
4 pressede hvitløkbåter  
4 ss salt  
3 ss sukker  
1 ts malt pepper  
1 potte frisk koriander  
baby leaf salat  
olivenolje  
salt og pepper

*Slik gjør du:*

1. Skjær filet av ørreten og renskjær den fri for bein, men behold skinnet på. Bland sammen salt, sukker og pepper.
2. Fordel presset hvitløk, salt- og sukker blandingen på kjøtt siden til begge ørretfiletene.
3. Dekk dem med frisk koriander og legg filetene med kjøtt sidene mot hverandre. Dekk med plastfilm og legg over en plate med lett press. La ligge kjølig og marinere i 48 timer. Snu fisken noen ganger i løpet marineringen.
4. Vask salatblader og legg disse i isvann så de blir sprø. Tørk godt og drypp over olivenolje. Dryss over salt og grovkvernet pepper.
5. Skjær ørreten i tynne skiver og anrett på tallerken sammen med litt salat. Drypp litt ekstra fin olivenolje rundt og server med nybakt brød.



## NORSK FISKESUPPE

4 porsjoner



*I en norsk fiskesuppe kan du putte 'det meste'. Gjerne flere fiskeslag og de grønnsakene du har i huset. Men – den må smakes ordentlig til!*

400 g ørretfilet  
1 - 2 gulrøtter i terninger  
1 liten grovhakket løk  
1 liten purre i ringer  
10 dl fiskekraft  
4 ss smør  
4 ss hvetemel  
2 dl melk  
0,5 dl rømme  
1 ss gressløk

*Slik gjør du:*

1. Kok grønnsakene nesten møre i fiskekraften.
2. Lag jevning av smør og hvetemel. Spe med melk og kokekraft.
3. Ha grønnsakene over i suppen.
4. Del fisken i biter og ha disse i suppen. La fisken trekke i suppen. Visp rømmen inn i suppen.
5. Kok opp og server suppen med et dryss av finklippet gressløk.

## SUSHI PIZZA SASHIMI SAFE

4 porsjoner



Marinert tunfisk:  
100 g tunfisk  
1 ss kimchisaus  
1 ss ristede sesamfrø  
1 vårløk, finhakket

50 g ørretfilet  
50 g kveitefilet  
½ g kaviar eller lakserogn

Søt, kremet wasabisaus:  
2 ss søt sojasaus  
1 ss brunt sukker  
2 ss wasabi  
8 ss majones

*Slik gjør du:*

1. Kok sushiris i henhold til oppskriften og la den avkjøle.
2. Finhakk tunfisken og bland den med ristede sesamfrø (ristes over middles varme i en tørr panne til de begynner å poppe). Ha i finhakket vårløk og kimchisaus og bland godt.
3. Skjær ørret- og kveitefiletene i sashimiskiver (tynne skiver).

Søt, kremet wasabisaus:

1. Ha sojasaus og brunt sukker i en panne og kok opp til sukkeret har løst seg opp.
2. Form sushirisen til en sirkel ved hjelp av en 10 cm stor ring.
3. Pensle over den søte, kremete wasabisausen og dekk med tunfiskrøren.
4. Legg opp skiver av ørret og kveite og topp med kaviar.

Husk: All fisk som skal nytes rå skal fryses i minst to dager før den benyttes for at den skal være helt trygg å spise.



# SATSER PÅ SERVICE, MILJØ OG ARBEIDSMILJØ

Østfoldfrukt Mysen AS ble startet i begynnelsen av 70-årene som et enkeltmannsforetak. Kjell Grimsrud så potensialet i å selge frukt og grønnsaker av høy kvalitet til butikknæringen i Østfold. I dag er bedriften en familiebedrift med 19 ansatte, fullsortiment innen storhusholdning, kunder over hele Østfold og Akershus og medlem av Servicegrossistene AS.

– Vi ble medlem av Servicegrossistene i 1998 og utvidet samtidig vareutvalget, forteller daglig leder Kjell Grimsrud. – Det ble et vendepunkt for oss, ikke minst fordi vi samlet står bedre rustet til å konkurrere mot de største konstellasjonene i bransjen.

## Stabile kunder

Østfoldfrukt Mysen AS er blitt omtalt tidligere her i SGourmet Magasinet. Det var i 2004, og Grimsrud forteller at det bare har gått oppover siden den gang.

– Akkurat i den artikkelen husker jeg at to av våre kunder fikk spesiell omtale. Det var gatekjøkkenet Rich Bar AS og Kafe Coop OBS! Tune. Jeg syns det sier litt om hva vi i fellesskap har fått til i bedriften vår, når jeg med glede kan fastslå at disse to kundene fremdeles er kunder hos oss. Vi er veldig bevisst på at service er vårt viktigste produkt. Alle Servicegrossistene deler denne innstillingen, sier Kjell Grimsrud.

## 470 på kundelista

Østfoldfrukt Mysen AS er også medlem av Frukringen. Siden påsken i 2003 har bedriften holdt hus i moderne lokaler i næringsparken på Slitu, sentralt plassert i hjertet av nedslagsfeltet Østfold/Akershus. Bedriften leverer det meste innen tørrvarer, kjøle- og frysevarer til hotell, restaurant/bar, kafe, kantine, catering, institusjon, konditori, kiosk og gatekjøkken. Med stort og smått har Østfoldfrukt Mysen AS ca. 470 kunder. Firmaet leverer også ut rundt 9.000 fruktenheter hver dag til barne-, ungdoms- og videregående skoler gjennom Skolefruktordningen.



Miljøfyrtårn er en stiftelse for fremme av konkrete miljøtiltak i næringslivet. Det er en nasjonal sertifiseringsordning som er skreddersydd for små- og mellomstore virksomheter i privat og offentlig sektor. Miljøverndepartementet står bak ordningen.

## Fokus på service og fleksibilitet

– Det er travle dager, men våre ansatte er vant til å brette opp ermene og gjøre en innsats når det trengs, sier Kjell Grimsrud, som ikke kan få fullrost sine medarbeidere nok. – Vi satser på service, service og atter service. Å kunne svinge seg rundt og levere når kunden har behov for varen, er helt avgjørende. Selvsagt må man også kunne konkurrere på pris for å vinne anbud. Og skulle kunden ønske seg varer som vi ikke har på lager, prøver vi å bidra så godt vi kan med å få tak i det de etterspør.

– Hvordan virker de tøffe økonomiske tidene inn på dere?

– Vi har ikke merket så mye til finansuroen ennå, sier Kjell Grimsrud, men selvfølgelig vil vi også merke den hvis krisen blir langvarig. Vi har mange forskjellige typer kunder, og det er mitt inntrykk at folk ikke først og fremst reduserer på god mat i vanskelige tider. De har fremdeles evnen til å kose seg på kafeer og restauranter.

## En miljøbedrift

Våren 2009 ble Østfoldfrukt Mysen AS miljøsertifisert gjennom stiftelsen Miljøfyrtårn. Å tenke miljø og være miljøbevisst er viktig både for samfunnet og for bedriften. Firmaet og de ansatte var enige om å gå inn i prosessen.

– Det var mye å sette seg inn i, mye å tenke igjennom og mye å få ned på papiret, selv om bedriften allerede var godt i gang fra før av, sier Grimsrud. – Vi komponerte en gruppe på åtte personer, deriblant styret, en tillitsvalgt, verneombudet m.fl. For hvert møte vi hadde med konsulenten fra Miljøfyrtårn, vokste det fram tanker og meninger om hva vi måtte gjøre for å bli mer miljøbevisst. Enden på visa var at vi måtte innfri tre konkrete krav, og i løpet av våren var vi klare for sertifisering. Alle de ansatte er med og vi hjelper hverandre til å tenke miljø. Uten de ansattes velvilje og positivitet hadde dette ikke gått, sier daglig leder Kjell Grimsrud.







## FÅRIKÅL

4 porsjoner

*Fårikålen svever mellom husmannskost og festmat. En rykende varm gryte midt på bordet er uansett verdens beste grunn til å samle familie og venner. I Norge spises fårikål tradisjonelt om høsten. Fårikådens dag er den siste torsdagen i september hvert år.*

- 1 ½ kg fårikålkjøtt
- 1 ½ kg hodekål
- 4 ts hel pepper
- 2 ts salt
- 3 dl vann

*Slik gjør du:*

1. Del hodekålen i båter.
2. Legg kjøtt og kål lagvis i en gryte (kjøtt nederst med fett siden ned). Strø salt og pepper mellom lagene. Pepper kornene kan legges i en spesiell pepperholder.
3. Hell på vann. Kok opp og la fårikålen trekke på svak varme til kjøttet er mørt (til det løsner fra benet). Ca. 2 timer.
4. Fårikålen serveres rykende varm på varme tallerkener.

Noen liker å jevne fårikålen. Strø da litt hvetemel (1-2 ss) mellom lagene.

Serveres med kokte poteter.

*Det å komme sulten hjem fra arbeid en tidlig høstdag og kjenne eimen av stekt, fet høst-sild og et fat nypoteter, kan få vannet til å flyte i munnen på flere enn husmenn. Det var ikke stor forskjell på herre og husmann når silda satte inn mot land. Silda var til for alle.*

## SILD OG NYPOTETER

4 porsjoner



4 hele sild, alt 8 sildefileter

- Til 1 liter vann:
- 2 ss salt
  - 2 ss eplesidereddik, 6 %
  - 1 ss sukker
  - 1 ts hel svart og hvit pepper
  - 1 laurbærblad
  - ½ sjalottløk i tynne skiver

- Pepperrot- & dillkrem:
- 2 dl kesam
  - 1 ss pepperrot
  - 1 ss sitronsaft
  - 1 klype salt
  - 2 ss finkuttet frisk dill

*Slik gjør du:*

1. Rens sildene (ta ut innmat og kutt hodet) og del opp i skiver à 3-4 cm. Hvis du kun får tak i fileter, deler du hver filet i to.
2. Kok opp vann og øvrige ingredienser. Legg sildebitene oppi og kok forsiktig opp. Trekk kjelen til side og skru ned varmen. La fisken trekke ved svak varme til den er kokt. Det tar ca 10 minutter. La stå kjelen med fisken på kjøkkenbenken til den er lun. Sett deretter kaldt.

Pepperrot- & dillkrem:  
Bland alt sammen og sett kaldt.

Serveres med nypoteter.

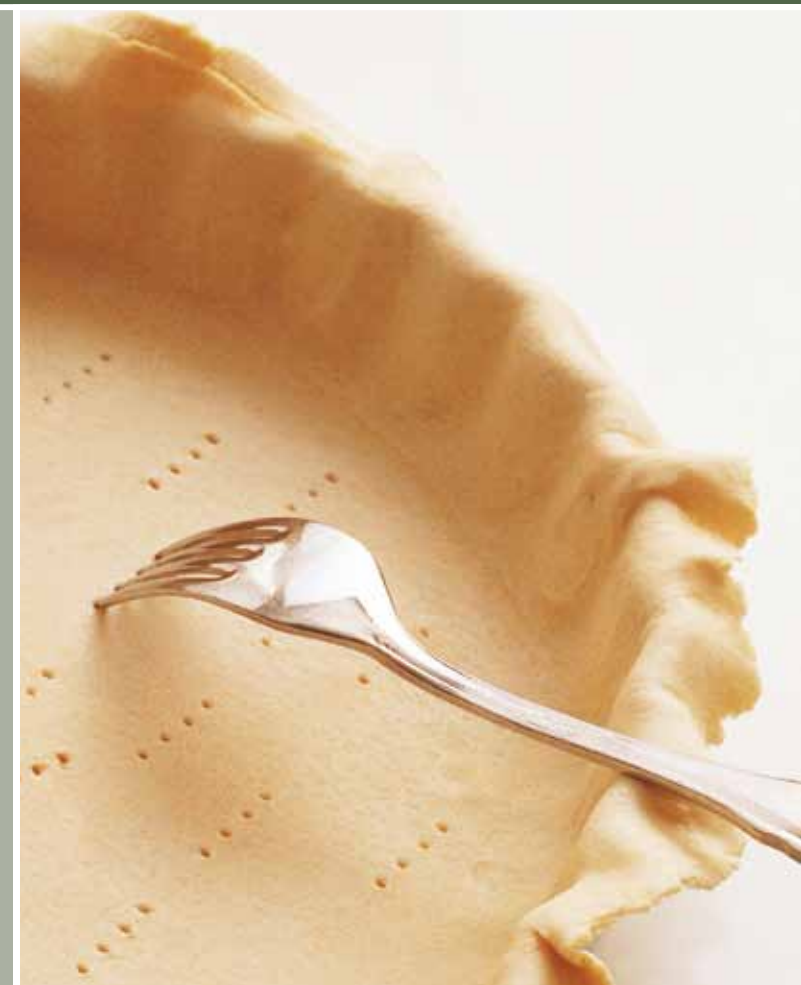




## QUICHE MED PØLSE OG CHEDDAR

*Quiche er en pai laget av egg og diverse andre ingredienser. Disse varierer og gir hver quiche sitt særpreg.*

Paibunnen kan du også kjøpe ferdig eller du kan bruke 3-4 plater butterdeig. Paien kan også lages i små porsjonsformer hvis du ønsker å servere den som en forrett til middagen. I så fall må du beregne en del kortere steketid.



4 porsjoner

Paideig:  
50 g meierismør  
2 ½ dl hvetemel  
2 ss vann

Fyll:  
8 stk grillpølse  
200 g cheddar eller en annen gul ost  
2 ½ dl melk  
4 stk egg  
2 ss finkuttet tørket gressløk  
½ stk purre  
½ ts pepper

Slik gjør du:

1. Smuldre smør og mel og tilsett kaldt vann ( gjerne i foodprocessor). Kjevle ut deigen, litt større enn formen.
2. Trykk deigen ut i en paiform, prikk bunnen med en gaffel og stek den nederst i ovnen på 200°C i ca. 15 minutter.
3. Del pølser og skjær purre i ringer. Bland egg, melk, gressløk og pepper. Dryss ost på paibunnen og hell eggeblandingen over. Legg purre og pølser på toppen.
4. Stek til eggeblandingen har stivnet på 180 grader, til quichen har fått en fin, gylden farge (ca. 45 minutter).

Server gjerne quiche med frisk salat og godt brød.

Norsk  
**STORHUSHOLDNING**  
Slåtto HOFF JÆDER



**SOMMERMENY:**  
**Gourmet Hamburger & pommes strips m/skall**

Se kampanjevisen for mer informasjon om produktene!

HOFF  
**OPPHØGDE  
POTTETER**

THE PURE  
**AMERICAN HAMBURGER**  
TASTE OF NEW  
AMERICA

Jæren  
smak

Slåtto

HOFF

JÆDER

HOFF  
**TURBO FRITES**

HOFF  
**TURBO FRITES**

GOURMET

McCain

McD  
Ridderheims





# SG MARITIM GODT FORNØYD MED MESSEDELTAKELSEN

**De åtte Servicegrossistene som opererer under SG Maritim-paraplyen, deltok i juni for første gang på den gigantiske NOR-Shipping messen i Lillestrøm.**

Over 1.100 utstillere innen nesten 300 produkt- og tjenestegrupper hadde funnet veien til Norges Varemesse, og det ville være en overdrivelse å si at den tradisjonelle skips-handelen dominerte blant disse.

#### **Med suppe mot ubåter**

– Vi var nok litt spurv i tranedans blant slamutskillere, oljeoppsamlingsfartøyer og miniubåter, sier Dag Ove Danielsen fra D. Danielsen AS i Tananger.

– Likevel er vi fornøyd med aktiviteten. Vi fikk vist oss fram for

en rekke potensielle kunder både fra inn- og utland, noe som er viktig i konkurransen med utenlandske aktører.

Dessuten er det et faktum at vi som tradisjonelle skipshandlere i Servicegrossistene er best kjent under egne selskapsnavn langs kysten. Vi driver nå en form for voksenopplæring for å styrke SG Maritim som varemerke, sier Danielsen, som understreker at gruppen leverer et mye bredere sortiment enn proviant alene.

– Vi er totalleverandør av en rekke maritime forbruksprodukter, som for eksempel renholdsmidler, tauverk, verktøy, kjemikalier og verneutstyr, forteller han.

SG Maritim hadde satset på en kombinasjon av moderne elektronikk og tradisjonsrikt håndverk på sin stand.

På vegghengte flatskjermer gikk informasjonsbildene kontinuerlig, om gruppen, gruppens konsept, historikk, referanser og nøkkeltall. På standen ble det servert ekte norsk fiskesuppe fra en av gruppens leverandører, samtidig som en lokal tusenkunstner fascinerte gjestene med avansert repslaging, knytting, fletting, spleis osv.

– Det nytter ikke å stille på en messe som dette med noen poser tomatsuppe og en flaske Ajax, sier Dag Ove Danielsen.

– Vi ville profilere oss selv som en profesjonell avtalepartner, med gode, effektive løsninger for bestillinger, god service og logistikk samt elektroniske løsninger for dokumenthåndtering, og syns vi lyktes bra med det.





# Skivet ost fra passer perfekt...

TINE hjelper deg å tilby et bredt utvalg av skivet ost til dine gjester. Ferdig skivet ost fra TINE gir mange valg- og variasjonsmuligheter.

... i ferskt bakverk



... på skåler i påleggssdisken

... i en fristende toast

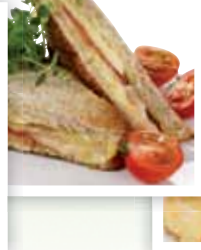
... til overtidmat



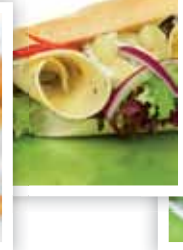
... på brødiskiva



... på ostefat til frokost og på lunsjbuffeen



... på vaffelen



... til møtemat



På [www.paamenyen.no](http://www.paamenyen.no) finner du flere tips og ideer til bruk av TINEs produkter.

## • Claremont Shiraz 2008

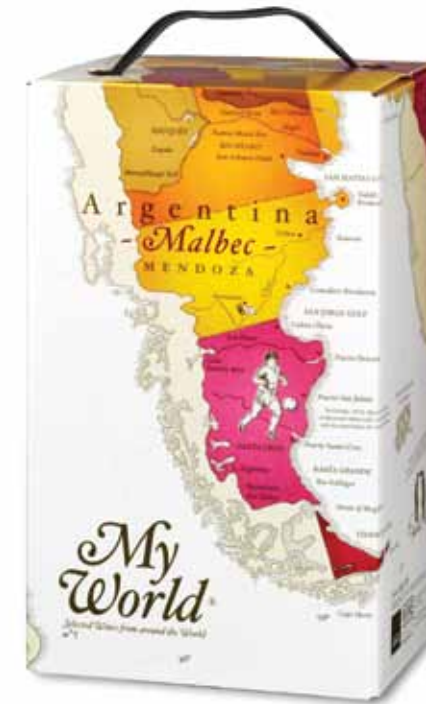


Claremont Shiraz er en smaksrik og karakterfull Shiraz fra Western Australia. Området har et relativt kjølig klima som gir vinene herfra en europeisk stil. Vinen har en tiltalende bløt og fruktdrevet stil, med aromaer av pepper, lakris, plommer og skogsbær. Flott fruktsødme og en smaksrik avslutning.

En ypperlig vin til høstens retter av elg.

75 cl  
vinmonopolerts varenr: 2036901

## • My World Argentina 2008



My World - Argentina er en moderne og smaksrik rødvin med opprinnelse i Mendoza. Vinen er fremstilt av Argentinas egen kvalitetsdruer Malbec. Fargen er intens og dyp rød, med aromaer av mørke plommer, moreller, bjørnebær og solbær. Smaken er genrøs og rik, med ung frisk frukt med hint av krydder.

Avslutningen har bløte, runde tanniner og fruktdreven ettersmak. Deler av vinen (40 %) har fått et kort opphold på eik.

Vinen passer utmerket til Biff av okse – entrecote.

200 cl  
vinmonopolerts varenr: 5654606

## • Marqués de dos Aguas



Marqués de dos Aguas er en tradisjonell og fruktig rødvin fra området Utiel-Requeña på østkysten av Spania. Vinen har en sammensatt smak med solid innslag av frukt og krydder i tillegg til et tydelig preg av eik. Vinen har en behagelig og delikat ettersmak.

Ideell til høstens retter av lam. Kan også nytes alene.

200 cl  
vinmonopolerts varenr: 4366106



# HØSTLIG MATLEKTYRE

Høst og god mat hører sammen, akkurat som høst og godt lesestoff. Som vanlig har vi trålet hyllene etter spennende matbøker, og denne gangen har vi funnet mye interessant – fra spesiallitteratur om søtsaker til en klassisk kokebok av verdens nest beste kokk.

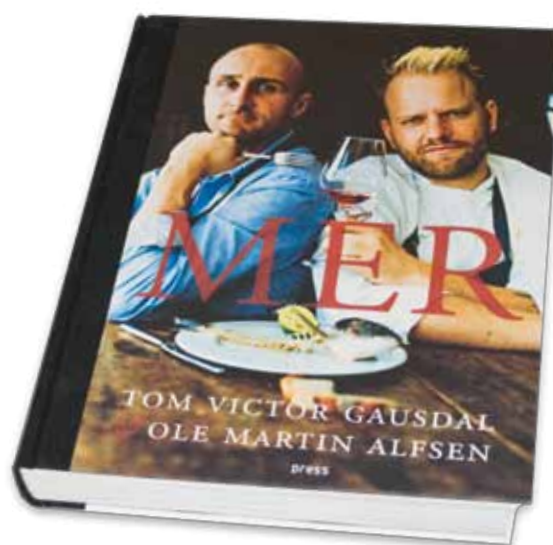


## Smaken av sjokolade

Boken gir en komplett innføring i alt du trenger å vite om sjokolade – og mer til. En nyttig bok i en tid da sjokolade plutselig har gått fra å være syndig og fetende til sunn og rik på antioksidanter. Du lærer sjokoladesmaking ved hjelp av alle sansene, i tillegg til at du får 40 oppskrifter på kaker, desserter og drikke med sjokolade. Boken har også en oversikt over sjokoladens former, flere ordlister og forslag til gode kombinasjoner av sjokolade og andre matvarer, samt råd om kjøp og oppbevaring av sjokolade.

Bokas innbinding er i seg selv en nytelse. Den er formet som en sjokoladeplate med sølvfoliert omslag og utvendig papphylster. En praktfull gavebok!

Forfatter: Stephan Lagorce  
Foto: Eric Fenot  
Utgitt: 2008  
Forlag: Fortellerforlaget  
Sider: 160  
ISBN: 9788281030459



## Mer

Kjendiskokkene Tom Victor Gausdal og Ole Martin Alfsen har laget en omfattende kokebok basert på alle årstiders ferske råvarer. Oppskrifter og forslag til menyer er delt inn i årets måneder, alt etter hvilke råvarer som har sesong til enhver tid. Dette er med andre ord en kokebok du med fordel kan ha liggende konstant på kjøkkenbenken.

Den omfangsrike boken på nesten 400 sider rommer i tillegg til oppskrifter en innføring i smakskombinasjoner, aroma, konsistenser, fargesammensetninger og mattradisjoner. I tillegg får du mange gode tips til gode vinvalg og bruk av vin til og i maten.

Forfattere: Tom Victor Gausdal, Ole Martin Alfsen  
Foto: Ingvar Eriksson  
Utgitt: 2008  
Forlag: Forlaget Press  
Sider: 382  
ISBN: 9788275473057



## Sicilia – en kulinarisk reise

Denne meget spesielle boken er en kombinert reiseskildring og matbok med oppskrifter. To menn gjør en reise gjennom Sicilias matkultur og historie. Den ene er på leting etter sin egen opprinnelse. Underveis presenterer de det beste den italienske øya har å by på av mat og drikke. Og det er ikke lite. Sicilia er mest berømt (eller beryktet) for sin Mafiakultur, men øya hører også hjemme høyt oppe på listen over matfavoritter. Maten er jordnær og enkel, men likevel fantasifull, velsmakende og fargerik. Råvarene står alltid i sentrum, som overalt ellers i Italia.

Boken rommer både reisetips, matoppskrifter og vintips. Den leveres i en røff gaveeske av tre, og er dermed et hett tips til årets firmagave.

Forfattere: Mathias Mattenberger, Giovanni Di Bannardo  
Utgitt: 2008  
Forlag: Fortellerforlaget  
Sider: Ca. 90  
ISBN: 9788281030442



## Polarsirkelmat

Mesterkokk Svein Jæger Hansen byr på 43 nye oppskrifter med retter fra området rundt Polarsirkelen. Alle rettene har lokalt tilsnitt og er basert på kortreist mat fra lokale produsenter. Nisjeprodusentene blir også grundig presentert, helt i tråd med dagens trend mot økende forbruk av råvarer som ikke forurenser unødig på grunn av lang transport fra jordet til butikk. Du får også bli med på en kulinarisk reise i Polarsirkellandet.

Boken er nydelig illustrert med smakfulle bilder. Oppskrifter på tapas, forretter, fisk, kjøtt, desserter og ost.

Forfatter: Svein Jæger Hansen  
Foto: Rolf-Ørjan Høgset  
Utgitt: 2007  
Forlag: To-Foto  
ISBN: 9788299550154



Fruktringen Oslo holder til tett på Ringveien i Oslo. Det er ikke helt tilfeldig for en ferskvarebedrift som er avhengig av lynrask distribusjon både i hovedstadsområdet og videre utover i landet. Transporttiden er en avgjørende kvalitetsfaktor i en bransje som lever av "fem om dagen".

# Sådde i 1886, høster i 2009

- Fruktringen er den største leverandøren av frukt, bær og grønnsaker til SG Maritim, som er en konstellasjon Servicegrossister som spesialiserte seg på offshore og maritim virksomhet, sier Morten Patricksson i A. Nilsson & Co AS, som er Fruktringens juridiske navn.

#### Servicegrossist-leverandør over hele landet

- Vi leverer fast til Servicegrossistene: Euro Supply i Bergen, Encon på Voss, Safari Engros i Florø, Sunnmøre Engros i Ålesund, TP-Engros i Kristiansund, Nær Engros i Trondheim, Levanger og Namsos, Arne Sjule i Mo i Rana og Paul Nygaard i Mosjøen. I tillegg leverer vi varer til Euro Supplys cruisekunder om sommeren. Det er kanskje vår største distribusjonsutfordring, siden varene skal fraktes og lastes opp i Longyearbyen uten å tape kvalitet eller friskhet, sier Patricksson.

#### Langsamt voksende bedrift gir kvalitet og smak

For å sikre duggerike varer, kreves det en godt moden bedrift med moderne utstyr og rutiner. A. Nilsson & Co AS ble etablert i Oslo i 1886 av svensken Albert Nilsson, som innvandret til Norge fra Arvika. Axel Patricksson overtok virksomheten i 1929, og i dag drives den av 3. generasjon Patricksson, Tom og Morten, i samarbeid med Rune og Erik Kokkim.

Mens alle andre konsentrerte seg om vinter-OL på Lillehammer, ble Fruktringen etablert som et kjedesamarbeid mellom åtte fruktgrossister i 1994. Fruktringen Oslo ble valgt som profilerings- og markedsføringsnavn, og lokaliseringen ble "frukt- og grøntbeltet" på Økern, side om side med store deler av resten av bransjen. Bedriften har i dag 10 fast ansatte, samt en rekke deltidsarbeidere. Siden kundene ikke er nevneverdig preget av

faste åpnings- og arbeidstider, er det også aktivitet i Fruktringens lokaler alle ukens dager.

Foruten Servicegrossistene, som er Fruktringens desidert største kundegruppering, har bedriften egendistribusjon i Osloområdet til storhusholdning, institusjoner og innvandrerbutikker. I tillegg får opptil 7300 Osloelver daglig tilkjørt fersk skolefrukt fra leverandøren på Økern.

#### Kunsten å leve lenge

- Hva må til for å overleve i 125 år til, Morten Patricksson?

- Studerer vi linjene helt tilbake til 1886, ser vi at det må både arbeidsinnsats, kremmerånd og tilpasningsevne til. Alt endres over tid; behovene, markedssituasjonen, teknologien, produktene og transportmulighetene. I dag er vi en fullsortimentsleverandør av frisk frukt, bær og grønnsaker, med tilgang på alle typer ferske, bearbejdede og frosne varer innenfor våre varekategorier. Vi har lagt vekt på å utvikle en bedrift med korte kommunikasjonslinjer, som stemmer godt overens med Servicegrossistene AS sin driftsform. Vi har blant annet eiere som er aktivt med i den daglige driften og en oversiktlig organisasjon med store muligheter for individuell tilpasning til den enkelte kundes ønsker. Samarbeidet med Servicegrossistene AS startet i 1997, og vi har levert sammenhengende til enkelte av medlemmene helt siden den gang, forteller Patricksson.

#### Fantasifulle løsninger og gode rutiner

Enhver bedrift trenger et særpreg, noe som skiller den fra de andre i bransjen. Fruktringen Oslo er kjent for å være svært kreative når det gjelder å skaffe til veie spesielle varer.

Et eksempel er å samarbeide med de mange innvandrerbukkene på kundelisten for å skaffe ferske, orientalske dagligvarer til skip med asiatisk besetning.

Transportkapasitet og -kvalitet er også et kjennetegn. Frukt og grønt preges av meget høy omløpshastighet, siden mange av varene har svært lang distribusjonsvei fra produsent til sluttbruker. Den siste delen av reisen må være kortest mulig for å sikre maksimal kvalitet på varene, særlig når det gjelder eksotiske produkter.

#### Sunne produkter, sunn bedrift

- Vi har opparbeidet stor kompetanse på holdbarhet og lagringsmetoder, og er svært nøye med å holde kjølekjeden ubrutt, sier Patricksson. – Det er meget små feilmarginer når det gjelder frakt, emballering og kjøling, og vi har gode rutiner for å kontrollere prosessene. I tillegg har vi de senere årene investert mye på miljøfremmende tiltak. Vi har moderne biler med lave utslipp, bruker miljøvennlige kjølemidler og revideres løpende av eksterne konsulenter på områder som HMS og IK-mat.

#### Kompetanse på deling

Kunnskap som ikke deles er dårlig anvendt, og Fruktringen deler gjerne med seg. Bedriftens medarbeidere holder jevnlig kurs for Servicegrossistenes ansatte og har daglig dialog med de fleste kundene. Ikke bare fem om dagen, men ofte rundt 10 – og da snakker vi ikke om frukt, men telefoner. I tillegg deltar Fruktringen på en rekke kundemesser som arrangeres av Servicegrossistene AS lokalt og regionalt i løpet av året. Den nære kontakten gir både tillit, godt samarbeidsklima og økt, felles kunnskap på begge sider av bordet.

#### Trendutsatt i positiv forstand

Vi har lenge vært inne i en helse- og kostholdstrend, noe som må antas å være bra for folkehelsen, men også for en bransje som lever av sunn mat. Antioksidanter er blitt et hverdagsord, mørk sjokolade er blitt sunt, litt rødvin er bra for hjertet og gulrøtter er bra for synet. Bare de ikke er sprøyet.

- Hvordan utvikler markedet for økologiske varer seg?

- Vi er jo på en måte foregangsbransjen for Ø-merkede varer, men vi har noe begrenset og ujevn tilgang på dem. Det holder nok omsetningen litt tilbake, i tillegg til at prisforskjellen på økologiske og konvensjonelle produkter fremdeles ser ut til å være for stor. Trenden for øyeblikket er en vridning fra "tunge" kulturer over mot lettere kulturer med større mangfold, som salater og tomater. Etterspørselen etter salater har økt formidabelt. Vi har Elstøen gartneri på Ringerike som vår leverandør av salater hele året, både norsk og importert. De er dyktige og kvalitetsbevisste, og en medvirkende årsak til at salater er en av våre mestselgende produkter, ved siden av ananas og meloner. I det hele tatt jobber vi med produkter som er sunne og velsmakende og anbefalt av all ekspertise. Vi er på mange måter en privilegert bransje med myndighetene som vår viktigste markedsfører, sier Patricksson, som avviser at finanskrisen har hatt stor negativ virkning i hans bransje. – Vi har merket en viss økning i prisbevisstheten, men kvalitet har fremdeles første prioritet, avslutter han.



# SJOKOLADEKULER ROCHER

ca 10-12 rochers

100 g skoldete hasselnøtter  
350 g mørk sjokolade (52%)  
10 cl crème fraîche  
20 g mykt smør  
300 g mørk sjokolade (70%),  
helst en grad grand cru fra Jamaica

*Slik gjør du:*

1. Grovhakk hasselnøttene og la dem riste i noen minutter i stekepannen. Legg dem til avkjøling på en liten asjett. Riv de to sjokoladetyperne (52% og 70%) hver for seg. La 52% sjokoladen smelte i et vannbad uten at den når en høyere temperatur enn 33°C.
2. Kok opp crème fraîche og ta den av platen. Hell den i den smeltende sjokoladen og tilsett smøret. Rør sammen til en glatt og jevn masse. Tilsett nøttene.
3. Hell sjokoladerøren på en tallerken dekket med bakepapir og pakk det inn i plastfolie før du setter det inn i kjøleskapet i ca 2 timer. Man kan og forme rocher ved å helle massen i smurte former på 5x2,5 cm. Settes i kjøleskapet, tas ut av formene og se punkt 5.
4. Når massen har blitt myk og smidig, kan vi forme 10-12 rochers og la dem hvile i kjøleskapet i 2 timer. I ventetiden kan du temperere 70% sjokoladen i lunkent vannbad til maks 35°C.
5. Dypp rocheren i den tempererte sjokoladen ved hjelo av en gaffel og la dem dryppe av seg på en rist. La dem hvile i ca 1 time før servering

# SJOKOLADEMAKRONER

ca 20 makroner

125 g malte mandler  
200 g melis  
20 g usukret kakaopulver  
105 g eggehvite (fra 3 egg)  
50 g sukker

*Slik gjør du:*

1. Ha malte mandler, melis og kakaopulver i en tørr bolle og bruk stavmikser til å blande godt i ca ett minutt. Forvarm ovnen til 165° C. Dekk en bakeplate med bakepapir.
2. Stivpisk eggehviten og hell sukker, og visp i ett minutt til. Vend forsiktig inn eggehviten i mandelblandingen.
3. Hell røren i sprøyteposen, men bruk ikke munnstykke. Trykk ut et tjuetalls makroner med litt mellomrom. Stek i 12-15 minutter. Avkjøl makronene før du fjerner papiret.



# GÅR FOR SOUS VIDE

En trofast kunde av Servicegrossistene, Førde sentralsjukehus i Florø, har etter nesten 30 års drift endelig fått kjøkkenfasiliteter som tilfredsstillers dagens krav til produksjon og serveringstilbud.

“ – En av våre mest krevende kunder Førde sentralsjukehus og Helse Førde er blant våre største og viktigste kunder, sier Atle Hollevik i Safari Engros AS i Florø.  
 – Kjøkkensjef og brukerkoordinator Torstein Solset er fagmann til fingerspissene og en kjent personlighet innen faget. Han tilhører dem som tør å stille harde krav, noe som gjør oss bedre. Men han er like god til å gi anerkjennelse som kritikk.  
 Mine medarbeidere strekker seg langt for å finne gode løsninger på Solsets utfordringer. Hittil har det gått meget bra. Denne kunden løfter oss som leverandør.  
 Vi ønsker Førde sentralsjukehus lykke til med sitt nye, avanserte produksjons-kjøkken og med satsingen på sous vide, sier Atle Hollevik.”



Elin Haugen



Torstein Solset og Janne Frida

Om- og nybyggingen ble fullført tidlig i sommer. Tiltaket bygger på et styrevedtak Helse Førde gjorde allerede i 2003.

Følgende hovedmål ble satt for utskiftingen:

- forbedret mattilbud til pasienter, pårørende, besøkende og personale
- mer kostnadseffektiv kjøkkendrift
- bedre utnyttning av mat- og personalressurser
- sikker matkvalitet i tråd med Mattilsynets krav
- øke trivsel, service og fleksibilitet rundt matservingen
- forbedre arbeidsmiljøet for kjøkken- og pleiepersonalet

#### Nærmest mulig servering

Sentralsjukehuset valgte en løsning med produksjon av sous

vide. Dette innebærer at kjøkkenpersonalet selv produserer "nesten ferdig" mat med utgangspunkt i førsteklasses råvarer. Etter tilberedning blir maten hygienisk pakket og plassert på midlertidig kjølelager før den distribueres til mottakskjøkkenet for slutttilberedning og servering. På denne måten blir all mat tilberedt nærmest mulig pasienten eller gjesten.

#### Avansert kjøkken

Metoden krever avansert utstyr, og Sentralkjøkkenet står nå produksjonsmessig ikke tilbake for en liten næringsmiddelbedrift. Strengt hygienerutiner og ubrutte kjøle- og fryserekker er en selvfølge. Likeledes ulike former for emballeringsutstyr for optimal holdbarhet. Logistikk og merking står sentralt for å sikre at all mat blir benyttet i god tid før holdbarhetsdatoen nærmer seg. Sentralsjukehuset har fått mottakskjøkkenet i 6. og 8. etasje.

Disse har eget kjøkken og en kafe som kan benyttes av både pasienter, besøkende og pårørende.

#### Fem serveringssteder gir god kapasitet

I disse dager blir det mulig å nyte mat og drikke hele fem steder på sykehuset – inkludert psykiatrisk klinikk. Åpningstidene er utvidet i forhold til tidligere. Det er kommet en besøkskafe i vestibulen, kantine i annen etasje og tre pasientkafeer/mottakskjøkkenet. Hvert sted har en kvalifisert matvert som har ansvaret for slutttilberedning og servering. Det er budsjettert med en årlig kostnads-reduksjon på 2,5 millioner kroner etter utbyggingen. Både sykehusets prosjekt- og eiendomsavdeling, klinikkpersonalet, kjøkkenledelsen, Mattilsynet, tillitsvalgte og vernetjenesten har deltatt i utviklingen av prosjektet.

«Gårdskyllingbryst fra Vestfold Fugl er saftig og svært smakfullt»

Geir Skeie, verdensmester i kokkekunst, Boccuse d'Or i Lyon 2009

## Litt større Litt saftigere

Vi lar kyllingen vokse noe lenger enn vanlig. Det gir et mer smakfullt og saftig resultat. Våre produkter av kylling, kalkun og and er i en særklasse – fordi vi er spesialist på fugl!



VESTFOLD FUGL

www.vestfoldfugl.no



# BREHEIMEN OG JOSTEDALSBREEN

Foto: Anders Gjengedal/Innovasjon Norge



Klassikeren Til Fots i Norge har endelig kommet i ny utgave. Dette er selve guideboka til den norske fjellheimen, og er et riktig "må-ha" for alle fjellvandrere.

Vest for Jotunheimen mellom Sognefjorden, Nordfjord og Ottadalen/Bøverdalen ligger Breheimen og Jostedalsbreen. Navnene oser av snø og kulde og barske menn i tau over gapende bresprekker, men rommer også mye mer. Den største breen på Europas fastland og mange andre mindre breer byr på et vell av opplevelser. Men frodigheten i dalene er vel så iøynefallende som karrigheten på toppene.

Det er først og fremst variasjonene som gjør Breheimen så fascinerende. Du kan oppleve vinterforhold på breene og toppene, vår nede i lia og sommer i dalene. Spennvidden i rutenettet er også så stor at omtrent alle vil finne dagsetapper som passer. Du trenger ikke gå mellom hyttene eller i tau over breer for å oppleve Breheimen. Ta for eksempel turen til idylliske Vigdalstøl ved Jostedalen, eller ta en tur på Vongsen, sjelden får du videre utsikt enn derfra.

I dag er Breheimen og Jostedalsbreen stort sett bare benyttet til friluftsliv, jakt, fiske og brevandring. I tidligere tider gikk det viktige ferdsselsveier gjennom området og fjellene ga næring til folket i bygdene rundt. Alle de kulturhistoriske sporene gjør det ekstra interessant å besøke disse traktene.

De mest populære rutene er fra Sota Sæter via Sprongdalshytta og Arentzbu til Nørdestedal-seter.

På Jostedalsbreen er turer på langs av breen om våren mest populært. Men sannsynligvis er ruta opp Austerdalsbreen, forbi Kvitesteinsvarden til Brigsdal via Kattanakken den flotteste av turene tvers over selve storbreen.

Gode startsteder:  
Gaupne, Mørkrisdalen, Sota Sæter, Sognefjellet og Nørdestedalseter.

# RYFYLKEHEIANE

Foto: Thomas Nielsen

Forrevent og storslått. Grått og grønt. Kontrastene er store i Ryfylkeheiene. Fra de mektige fjordene i Ryfylke til de vidstrakte fjellviddene østover mot Setesdalsheiane er det alt fra åpne daler med frodige stølsområder og saftige grønne beiter til nakne, grå fjellvidder overstrødd med stein. Mektige fjell som Snønuten på 1604 moh. og Vassdalsegga på 1658 moh. ligger som merkesteiner i landskapet.

I nord glir Ryfylkeheiene over i Hardangervidda ved Haukelisetet. I sørvest går Ryfylkeheiene over i Frafjord- og Bjerkreimsheiane. I disse fjellområdene er det i de siste årene bygd ut et nett av ubejente hytter som ligger spesielt lagelig til for folk fra Stavangerområdet. I øst går Ryfylkeheiene umerkelig over i Setesdalsheiane.

Kraftutbyggerne kastet tidlig sine øyne på Ryfylkeheiene og i dag er de aller fleste vassdragene regulert. Da de gigantiske magasinene Blåsjø og Svartevatn ble oppført midt i området, måtte foreningen flytte en rekke av hyttene sine. Men det nye rutenettet byr på flotte turopplevelser både vinters- og sommerstid.

De mest populære rutene er utvilsomt turen til Preikestolen, landet mest brukte fjellrute. Også turen til Kjerag er mye brukt, men i selve Ryfylkeheiene er det Sandsa til Stranddalen og Viglesdalen til Nilsebu som har størst trafikk.

Gode startsteder:  
Haukelisetet, Suldalsosen, anleggsveien mot Blåsjø, Årdal, Hunnedalen, Ådneram og Lysefjord-området.



# Dyptfryst

på sitt beste!

Norrek er en ledende leverandør til norske storkjøkken. Vi satser hele tiden på å utvikle nye produkter og mer effektive problemløsninger. Vi har et bredt produktspekter innenfor vårt fagområde.



## POPULÆR ARENA FOR KUNDER OG LEVERANDØRER



Salgssjef Trygve Larsen

**Nok en gang arrangerte salgssjef Trygve Larsen og hans medarbeidere i Arne Sjøle AS storhusholdningsmesse i Mo i Rana.**

Messen er blitt et populært treffsted for bransjen, og nær sagt alt som kunne krype og gå av kvalitetsleverandører var på plass.

Alt i alt mønstret 40 leverandører rundt 130 personer som kunne informere om nyheter, demonstrere varer og svare på spørsmål. Et sted mellom 700 og 800 kunder la veien innom Meyergården Hotell denne hektiske torsdagen for å holde seg faglig oppdatert, knytte nye kontakter og pleie gamle vennskap.

Messedagen ble avsluttet med middag i ærverdige Restaurant Gamle Søylen, noe som ganske sikkert også ga inspirasjon og ideer til høstens satsing på god mat på serveringssteder og kantiner nord i landet.

**NORREK**

Helgeroveien 892, Eidsten, 3267 Larvik - Telefon 33 16 54 00  
Telefax 33 16 54 01 - E-post: mail@norrek.no - [www.norrek.no](http://www.norrek.no)





# Kortreist mat for langveisfarende gjester

- Nærmat er egentlig ikke noe nytt. Da jeg vokste opp, fantes det så å si ikke annet, sier matentusiast og arbeidende styreformann Sverre Stang på Fredriksten Kro i Halden. Kroa ligger lunt og idyllisk plassert inne på festningsområdet. Noen meter oppi bakken har man panoramautsikt over Halden by og havneområdet. Foruten å være en av landets kraftigste turistmagneter, er Fredriksten festning åsted for en rekke kulturarrangementer i sommersesongen. Siden 2005 er det annethvert år blitt arrangert utendørs opera i festningens naturlige amfi, og TV2s populære TV-program "Allsang på grensen" har hatt sin base her siden 2007. Det kan forklare kroas eventyrlige besøkstall på 55.000 i 2008.

- Ikke alle disse spiste mat, altså, slår Stang fast. - Når man ligger slik til som vi gjør, er det naturlig for besøkende og turister å bruke toaletter og andre fasiliteter selv om de ikke skal spise. Det får de lov til hos oss. Når de ser hvor fint det er inne på kroa, finner mange av dem veien tilbake til oss ved en annen anledning, enten for å innta en bedre middag eller for å arrangere bryllup, konfirmasjon eller andre samlinger som

krever stilfulle omgivelser og god mat, sier Stang.

## Stort utvalg, lokale råvarer

Maten er et kapittel for seg på Fredriksten kro. Ikke bare fordi den i all hovedsak er laget helt fra bunnen av på eget kjøkken, men også fordi bredden i tilbudet er enorm. For eksempel rommer snittemenyen over 50 varianter, og på det berømte dessertbordet finner søtumsene alt hva hjertet begjærer. Det er ikke tilfeldig at kroa bruker "Fra kranssekake til tapas" som et slags credo. Og råvarene er i stor grad av lokal opprinnelse.

- Mat preges av mote og trender, som så mye annet i dag, sier Stang. - "Kortreist mat" er moderne for tiden, men det er da slett ingen revolusjonerende nyhet at man bruker lokale leverandører! Her i huset bruker vi for eksempel kun Livèchekylling fra Rakkestad, egg fra Halden, poteter fra Trøgstad og reker fra Oslofjorden. Lokal fisk får vi ikke tak i lenger, siden mottak og distribusjon er sentralisert. Men fiskepuddingen er lokal, og viltet kommer fra distriktet.

Den lokale råvareforankringen er ikke et forsøk fra vår side på å være politisk korrekt og trendy. Det er simpelthen logisk å bruke de beste råvarene og korte ned transport- og lagrings-tiden mest mulig. God mat skal være nylaget, sier Stang.

## Selvlært kokk, opplært journalist

Sverre Stang er en kjent matpersonlighet både i Østfold og i landet ellers. Men kokk er han ikke. Hans matkarriere startet med en glødende interesse for mat for snart 60 år siden. Uten fagutdanning og i svært ung alder ble han sjef for koldtkjøkkenet på Fredriksten Kro i tre sesonger, før han satset på journalistutdanning og et liv bak skrivemaskinen, som var gjeldende skriveredskap på den tiden. Stang skrev for flere lokalaviser i Østfold og var i 12-13 år tilknyttet Morgenbladet. Mange vil kjenne hans faste matspalte i denne kulturavisen, der han skrev under pseudonymet Artie Schock. Han har også gitt ut Trav- og Galopp-Nytt i en årrekke, og hatt et intermezzo som fiskehandler i Halden!

Ringen ble på en måte sluttet da han vendte tilbake til Fredriksten festning etter at den gamle kroa brant ned på syttitallet, og en kopi av den vakre empirebygningen ble oppført med moderne innredning og nytt teknisk utstyr rundt 1980.

## Stor kapasitet

- Bygningen er tilnærmet identisk utvendig, men litt mindre enn den var før brannen, forteller Stang. - Ikke desto mindre har vi stor gjestekapasitet når vi tar alle kvadratmetrene i bruk. Vi kan servere 200 gjester innendørs og det samme antallet utendørs. Vi har mange retter og menyer å by på, siden klientellet varierer med sesong og øvrige aktiviteter på festningsområdet. Turistmenyen er litt internasjonalt orientert og består av retter som ikke er for tidkrevende for travle reisende som gjerne skal videre til neste attraksjon. Utover det har vi festmenyer beregnet på bryllup, konfirmasjoner osv. Vi komponerer også egne menyer tilpasset arrangementene. Under den tre dager lange operafesten hvert annet år, serverer vi samtidig i overkant av 100 gjester en trereters meny med varierende hovedrett hver kveld. Det er et kappløp med tiden. Forestillingen starter kl. 22.30, og da må alle gjestene være mette, fornøyde og klare til en flere timer lang operaopplevelse. Det er kanskje årets største utfordring for oss, sier Stang, som forteller at han har rundt 20 medarbeidere i sommersesongen og 4-5 om vinteren.

## Laget for hånd

Det må mange folk til for å oppfylle Fredriksten Kros høye ambisjoner. Nesten alt arbeidet utføres for hånd, selv potet-skrellingen. Sausene lages for hånd, ofte laget på egenprodusert kraft og alltid med mye vin. Den eneste snarveien man benytter seg av, er enkelte pureer, fond og kraftpastaer. Det er ikke juks, bare litt tidsbesparende uten at det går utover smaken og matkvaliteten. Nyter du et måltid på Fredriksten Kro, er du garantert ekte hjemmelaget mat basert på de beste og ferskeste råvarer. Det stiller krav både til kjøkkeninnkjøperen og leverandørene.

## Gode leverandører og samarbeidspartnere

- Vi er 100 % avhengig av stabile leverandører vi kan stole på og som stiller opp når det trengs. Vår hovedgrossist er

Østfoldfrukt Mysen AS, som til tross for firmanavnet er en fullsortiments Servicegrossist, sier Stang.

- Vi har et mangeårig samarbeid bak oss, og har ennå til gode å oppleve konflikter. Vi holder oss til Østfoldfrukt Mysen AS fordi de har gode produkter, akseptable priser og utrolig bra service. Det siste er ikke minst viktig for oss. Skal vi ha et arrangement kl. 12.00, kan vi bestille varer om morgenen og dermed være sikret brennferske råvarer på kjøkkenet. Vi er også nødt til å ha en fleksibel leverandør med høy servicegrad i og med at mange av våre aktiviteter skjer på kveldstid og i helgene. Da er det ikke hensiktsmessig med en grossist som er tilgjengelig i tidsrommet 09.00 - 16.00.

## Lysten driver verket

Sverre Stang har passert 60 og nyter hver eneste arbeidsdag, som han alltid har gjort. "Lysten må drive verket" sier han. - Jeg liker å jobbe, og tilbringer i snitt ca 12 timer daglig her på kroa. Dyktige og entusiastiske medarbeidere gjør det til en fornøyelse å legge sjela i jobben. Det hender at mine medarbeidere jager meg hjem når de syns det er nok for dagen. Noen ganger gjør jeg som de sier og reiser hjem for å skrive min faste matspalte i Halden Arbeiderblad. Den har jeg skrevet for moro skyld i omtrent ett år.

Stang mener at han både har vært heldig og dyktig som alltid har kunnet gjøre ting han virkelig liker. Både matakaktivitetene og journaliststudiet viste seg å være lykkelige valg i sin tid. Men fremdeles fins det uoppfylte drømmer.

- Dette festningsområdet er unikt og kan danne en fantastisk ramme for hva det måtte være. Vi har hatt opera og TV-overføringer. Jeg har en aldri så liten drøm om å arrangere en jazz-festival her, og har mange løse tanker og halvferdige planer i hodet. Men jeg stresser ikke med det. Det må være moro, sier krovert Sverre Stang på Fredriksten Kro.



Krovert Sverre Stang





### Sveler fra Lierne

Baxt

Li-Svela er et tradisjonelt norsk produkt, basert på de beste oppskrifter og produsert med de beste råvarer. Li-Svela passer til de fleste påleggssorter. Prøv gjerne med rømme og syltetøy, ost, sirup eller smør og sukker.

### Nylanseringer fra Nortura Storkjøkken 1. september 2009

Nortura

Både Gilde og Prior kommer med mange spennende og funksjonelle produkter denne høsten. Ferdig porsjonspakkede og sousvidekokte varianter er både enkelt å tilberede og kostnadseffektivt på kjøkkenet. Denne høsten lanserer vi hele 9 produkter som gjør din kjøkkenhverdag enklere.

Er du på jakt etter mer eksklusive varianter, kommer også fristende produkter som Kalv Culotte i Gilde Ekstra-serien og ferdig utbenet Livèche kyllinglår fra Prior.

Her er det mange muligheter til å imponere gjestene dine.

Sprek også opp høstmenyen med de smakfulle og fylldige "høstpølsene" Bolzano og Berlinerwurst!

Nortura Storkjøkken leverer alt du trenger av kjøtt, hvitt kjøtt og egg til ditt kjøkken – uansett sesong.



### Lantmännen Unibake Norway lanserer nye spennende produkter innen Bake Off

Lantmännen Unibake Norway

Lantmännen Unibake Norway utvider sitt sortiment og lanserer smakfulle, innovative produkter innen segmentet porsjonsbrød og brød. Med bakgrunn i trender som nytelse, forenkling, helse og sunnhet utvider vi nå sortimentet med 11 attraktive nyheter som tilfredsstiller en eller flere av disse trendene. Vi kommer med følgende produkter:

Rundt steinovnsbakt brød, Lyst steinovnsbakt brød, Mørkt steinovnsbakt brød, Ekstra stort steinovnsbakt brød (2 kg), Sesambrod ekstra grovt, Brytebrød flerkorn, Brytebrød fint, Gresskarstykke, Rugstykke, Havrestykke og Ostestykke.



### Rosinkake med Perlesukker fra Lierne

Baxt

750 gram (6per eske) Ny og forbedret resept. Erstatte Rosinkake. Ideell til kurs og konferanse.



### Aunt Mabel's Premium Muffins 120gr

Baxt

2 Nye Premium Muffins i serien 120 g - saftige og fylt med deilig fyll (bringebær eller cream cheese). Pakket på blister med 8 kaker per blister, 16 i kartongen

### Toro Sennepsild – nå også i 1,2 kg

Rieber & søn



I 2008 ble det kjøpt over 9.000 bokser Toro Sennepsild à 2,9 kg – eller over 25 tonn! Nå gjøres den tilgjengelig også i 1,2 kg boks.

Førsteklasses sild av NVG-kvalitet, fanget senhøstes da den er på sitt feteste. Filetert og tønne-modnet under nøye kontrollert temperaturforhold. Kuttet i små, innbydende sildebiter. Nedlagt i velsmakende og

fyldig sennepsaus med søtlig preg. Perfekt forhold mellom sild og saus gjør produktet velbalansert og reduserer sausesvinn.



### Smakfull nyhet fra Vestfold Fugl

Vestfold Fugl

Vestfold Fugl's Bakte Kyllinglår urte&hviltøk har vært en suksess! Nå kommer oppfølgeren; Bakte Kyllinglår Kreol med smak av hviltøk, oregano, chili og innslag av søt paprika. Kyllinglårerne er utbenet og forsterkt – som gjør det enkelt for deg på kjøkkenet.

Stek kyllinglårerne på 200°C i 12-13 minutter til skinnen er sprøtt og gyldent. Forpakning 2x3kg skål.

### Tre Internasjonale nyheter fra Møllerens

Møllerens

Møllerens tilbyr nå 3 nye smakfulle brødvarianter i bakehyllen; Focaccia, Tomatbrød og Nanbrød. Bakes like godt til hverdag som til fest! De tre nyhetene fra Møllerens er like enkel som resten av Møllerens hjemmebakke serie. Man trenger kun tilsette vann og gjær, så kan enhver fremstå som en mesterkokk!



Focaccia er et italiensk tradisjonsbrød. Her kan man enten servere den slik som den er i pakken eller man kan tilføre egen topping som fetast, tomater, oliven etc.

Nanbrød er et indisk tradisjonsbrød. Det ble opprinnelig bakt i en Tandoori – en indisk bakerovn av leire – sammen med hovedretten.

Tomatbrød. I Spania er brød en selvfølge til alle måltider. Brødene bakes gjerne hjemme og har lange tradisjoner, spesielt på landsbygden.

### Nyhet - Grønn te med sitron 100pk

Unilever Foodsolutions

LIPTON lanserer nå en av markedets mest populære varianter også i vårt 100-paknings sortiment; Grønn te med Sitron. Grønn te med Sitron er en smakfull og aromatisk grønn te kombinert med frisk sitronsmak. Dette er en te til avslapning og indre ro.

Grønn te er en sunn og naturlig drikk, spesielt på grunn av dens høye innhold av polyfenoler og andre antioksidanter. Kroppen har en naturlig beskyttelse bestående av antioksidanter som beskytter mot frie radikaler (molekyler som kan skade celler), men te kan hjelpe til å øke denne beskyttelsen. Å drikke grønn te har derfor en helsebringende effekt, så la dine gjester nyte godt av dette ved å tilby dem Liptons sunne og friske variant; Grønn te med Sitron.





Det er de fornøyde kundene  
du tjener penger på



**Kjeldsberg**  
Kaffe

**Mills**  
Kaffe

**CAFFÈ**  
**Musetti**  
ITALIAN COFFEE  
**ESPRESSO**

Kjeldsberg Kaffebrenneri AS  
Postboks 1820 Lade  
7440 Trondheim  
Tlf 73 60 02 00  
Fax 73 60 02 10  
firmapost.kaffe@kjeldsberg.no  
www.kjeldsbergkaffe.no

*Fornøyde kunder legger mer igjen i kassen, og de kommer oftere tilbake.  
Gi kundene dine en ekstra god grunn til å bli fornøyd. Gi dem en ekstra god kaffe.  
Som en perfekt avslutning – eller hovedrett.*

## FRA KALDE TIL VARME DRIKKER

Coca-Cola ser ut til å lykkes med det store spranget fra kalde til varme drikker. Coca-Cola Drikker AS har allerede skaffet et halvt tusen kunder i convenience-, horeca- og kontormarkedet til kaffekonseptet Chaqwa.

Kilde: [www.fastfood.no](http://www.fastfood.no)

.....

## ØNSKER MER SJØMAT I KBS

Gjennom ett samarbeidsprosjekt kartlegger sentrale institusjoner i fiskeri- og havbruksnæringen muligheten for nye sjømatprodukt i KBS-markedet.

NSL mener det finnes et sug etter nye og sunnere produkter i hurtigmatmarkedet, og organisasjonen arbeider intenst sammen med sine samarbeidspartnere for å kunne synliggjøre hvilke forretningskonsepter som har størst muligheter for suksess. Resultatene fra arbeidet vil bli presentert under Sjømatdagene 2010 på Hell, melder NSL.

Kilde: [www.fastfood.no](http://www.fastfood.no)

.....

## HSH MED PLAN MOT INFLUENSAEN

De siste dagens medieoppslag om «fri smitte» av svineinfluensa har gitt økt bekymring i HSHs medlemsbedrifter. HSH er i dialog med helsemyndighetene og gjør alt de kan for å gi gode råd.

HSH har blant annet foreslått et samarbeid med Helsedirektoratet og Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) sitt nyopprettede sekretariat som skal gi kompetansestøtte i forbindelse med pandemiplanlegging. Målet er å utvikle anbefalinger for hvordan medlemsvirksomhetene kan forholde seg for å minimere smitterisikoen for influensa A (H1N1) (svineinfluensa) for virksomheter som samler mange mennesker på et mindre område.

Kilde: [www.handelsbladet.no](http://www.handelsbladet.no)

.....

## FEM FINALISTER KLARE FOR NM I PIZZA

Osloregionen dominerer klart med tre deltakere i finalen i NM i pizza, som arrangeres under Gladmatfestivalen i Stavanger. De to andre er fra Trondheim og Stavanger, og det blir en maskulin finale, ettersom bare menn gikk videre fra de innledende rundene.

Kilde: [www.fastfood.no](http://www.fastfood.no)

## ARENA NORD I TROMSØ I SEPTEMBER

Årets utgave av Arena Nord arrangeres i Tromsø fra tirsdag 15. til torsdag 17. september.

I forbindelse med Arena Nord arrangeres Nordnorsk Storhusholdningsmesse på onsdag og torsdag, Reiselivsdagene, Arktisk Smakverksted og en rekke mat- og kulturaktiviteter.

Årets Arktiske kokk 2009 skal også kåres, og arrangøren skal også dele ut Verdiskapningsprisen.

Rica Ishavshotel er konferanse- og messehotell under Arena Nord. Det er NHO Nord-Norge som er hovedarrangør.

Kilde: [www.horecanytt.no](http://www.horecanytt.no)

.....

## TESTER KORN FOR FREMTIDIG BAKEKVALITET

Ved Bioforsk legger forskerne nå kornfelt i tunnel for å finne ut hvordan klimaendringer kan påvirke glutenoppbygning og bakekvalitet.

Kornavlingene, kvalitet og dermed økonomi er svært så avhengig av værforholdene gjennom hele sesongen. Både temperatur og nedbør virker inn på avlingsstørrelsen. Nedbørsforholdene har stor betydning for kornkvaliteten, både på kornstørrelse, sjukdomsangrep og for dannelsen av mykotoksiner.

Ved å analysere korn hentet fra ulike posisjoner inne i tunnelene er målet å skaffe ny kunnskap om temperaturen sin effekt på viktige ernæringsmessige egenskaper. For hvete er det viktig å finne ut hvordan temperaturen påvirker glutenoppbygning og bakekvalitet.

Kilde: Landbruks- og Matdepartementet

.....

## FORBUD MOT Å DEPONERE NEDBRYTBART AVFALL

Fra 1. juli 2009 blir det forbudt å deponere biologisk nedbrytbart avfall i Norge. Matrester, papir, treverk og tekstiler skal gjenvinnes. Dette vil utnytte ressursene bedre og redusere utslippene av klimagasser og miljøgifter.

Ved å hindre at avfall blir deponert, vil forbudet bidra til økt gjenvinning av avfall. Avfall som ellers ville blitt deponert skal nå gå til ulike alternative behandlingsformer, som materialgjenvinning, forbrenning med energiutnyttelse og biologisk behandling.

Kilde: [www.hotellmagasinet.no](http://www.hotellmagasinet.no)





# SYSTEMKJØP

Som medlem av Systemkjøp nyter du godt av lønnsomme stordriftsfordeler uten å måtte binde deg til noe annet å handle rimeligere varer, oppnå gode rabatter og tjene mer penger.

Systemkjøp fremforhandler gode, langsiktige avtaler med leverandører av varer innen de fleste varekategoriene du jobber med til daglig, i tillegg til en del nyttige tjenester. Alle rabatter kommer i sin helhet medlemsbedriftene til gode i form av gunstige priser, kun fratrukket et lavt administrasjonsgebyr. Systemkjøp har i dag ca 2.500 medlemmer på landsbasis, alle medlemmene er kunder av Servicegrossistene.

Jo flere vi er, jo mer lønnsomt blir det!  
Kontakt oss for mer informasjon.

# SYSTEMKJØP

- et lønnsomt innkjøpssamarbeid  
for deg som ikke er medlem av en kjede

