



Uppliv Östgötamat

Nummer 1 2014

Här köper du mjölk
direkt på gården



*"Det är en plikt att
äta kött – men det
ska vara svenskt!"*

TEMA: Östgötamat
i många fina paket

Kryssa genom idyllen på Kinda kanal

Uppliv åtta mil vattenväg med inspirerande mat och möten

Varsågod!

Nu lanserar vi en helt ny webbportal där du som älskar mat hittar allt som handlar om maten nära dig. Allt samlat på ett och samma ställe – för dig! Boka matpaket, upplevelser, event och besöksmål där maten är i fokus. Släpp loss dina sinnen och tillåt dig att njuta!

Välkommen till nya **ostgotamat.se**



Godare mat - närmare dig



"Slå av på farten – så att du ser vad du tittar på"

Nästan alla man pratar med i yrkesverksam ålder bruka tycka att de har för mycket att göra. "Jag måste boka möten med mig själv för att hinna med", utbrast en av mina väninnor efter att öppen agenda installerats på hennes jobb. Jag tror att det är många som känner igen sig i känslan att livet rullar på i ett alldeles för högt tempo, både på jobbet och privat.

För en tid sedan åkte jag tåg till Köpenhamn. Kände mig ganska stressad och tankarna på allt jag borde ha gjort snurrade i huvudet samtidigt som jag besvarade mail och sms. "Det är ju så bra att åka tåg för man kan jobba under tiden som man åker..."

Bredvid satt en bedärande liten tjej och lekte med sina gosedjur. Efter en stund tröttnar hon, ställer sig i sätet och tittar ut genom tågfenstret. Hennes kommentar kommer snabbt, "tåget går så fort, så jag ser inte vad jag tittar på!"

Orden slog ner som en blix i mitt huvud och jag tänkte: Hur ofta går inte livet så fort att vi inte hinner se vad vi tittar på?

Kanske är det därför en trend i samhället just nu att många väljer att logga ut och koppla ner. Vissa företag stänger till och med ner mailen



efter 17.00, vilket är ett beteende som hjärnforskare välkomnar. Forskning visar att vi i genomsnitt har åtta fönster öppna på datorn samtidigt och att vi blir avbrutna var elfte minut. När vi blir avbrutna hela tiden jobbar vi långsammare, presterar sämre och kanske måste vi ta med jobb

hem för att hinna med. Får vi inte återhämta oss är risken att bli sjuk större.

Kanske är det den här sommaren som du ska våga logga ut, sakta ner och se vad du tittar på. Jag lovar dig att det finns många guldgrubbor i Östergötland där du kan hitta återhämtning och umgås utan att bli avbruten var elfte minut.

Tillåt dig att bli uppslukad av nuet och att hamna i rätt "flow". Det trigger intellektet oavsett om det är på jobbet eller på fritiden och gör dig mer stresstålig.

I årets magasin har vi paketerat mat och upplevelser som garanterat gör att du blir stimulerad och återhämtad i både kropp och själ. Upplevelser som ligger nära din vardag blir inte ett stort projekt att genomföra. Kanske handlar det om en helt vanlig vardag, där du kan njuta av mat och människor. Det enda du måste göra är att logga ut, sakta ner och njuta med alla sinnen – så du säkert ser vad du tittar på!

Sommarhälsningar

Louise Alenbrand

Louise Alenbrand, projektledare
Östgotamat, Rätt & Slätt – Maten i Östergötland
www.ostgotamat.se

Redaktionen

Projektledare: Louise Alenbrand,
0706-75 06 33, louise@matupplevelse.se
Skribent: Eia Persson
Produktion: Ariom Reklambyrå
Vi reserverar oss för tryckfel.

Denna tidning är producerad som ett samarbete mellan Östgotamat ekonomisk förening och Affärsmagasin i Östergötland.

Vill ni också producera en egen tidning?

Kontakta Peter Nordlander, 0708-21 45 95, peter.nordlander@affarsstaden.se eller Peter Lindgren, 0721-62 93 58, peter.lindgren@affarsstaden.se

På omslaget: Grimma, Löts

Gårdsmejeris lilla maskot, är en flaskmatad killing som kommer och går som hon vill, äter när det passar henne och njuter av att "chilla". Foto: Louise Alenbrand



Östgotamat ekonomisk förening

Visionen är att skapa en matkultur som lyfter fram östgötska produkter av god kvalitet. Medlemmarna ska bidra till matupplevelser för alla sinnen utifrån det lokalproducerade, samt genom samarbete ta tillvara och synliggöra gamla mattraditioner och utveckla nya på områdets resurser.

Medlemmar 2014: Föreningen har 84 medlemmar bestående av producenter, gårdsbutiker, restauranger och grossister.

Kriterier för medlemsföretag: Primärproducenter måste producera sina råvaror i regionen. För livsmedelsproducenter måste huvudråvaran eller råvaran som ger produkten dess karaktär vara från regionen och slutproduktionen måste ske i regionen eller dess absoluta närhet. För restaurangföretag ska huvudråvaran till måltiden komma från regionen. Lägsta kravet är att minst två rätter på menyn ska ha regionalt ursprung.

Verksamhet: Organiserar och driver Smaka på Östgotamat-mässan, Årets Östgotakock, Bondens egen Marknad, Östgotamatnärkning i länets livsmedelsbutiker, paketerar och certifierar matupplevelser, ger ut Upplev Östgotamat-magasinet två gånger per år. Support och marknadsföring för medlemsföretagen.

Styrelse: Ordförande Thomas Collin. Ledamöter Fredrik Eklund, Ola Engstrand, Karin Lorin, Malin Peterzen, Niklas Hellsing, Vilhelm Knapasjö-Ekhem, Ingvar Gustavsson och Barbro Bragée.

Projektledare: Louise Alenbrand





Nu öppnar ny köttbutik med närproducerat

Med viltkött från länet och med närproducerat kött från djur har det nu öppnats en köttbutik i stadsdelen Hjulbro i Linköping.

Bakom satsningen på butiken, som fått namnet Gårdsbutiken, finns Mathias Franzén och Ulrik Saanum, den senare en av ägarna till Basunda Gård i Kinda kommun.

På Basunda finns bland annat ett gårdsslakteri för tamboskap och vilt. Med samma filosofi som råder där, det vill säga att djuren som slaktas ska ha behandlats med värdighet ända fram till slakt, drivs också köttbutiken.

Varorna kommer från småskaliga producenter, till exempel från Basunda Gård, från Glada Grisar och från jägare som levererar vilt. ■

I SÄSONG! Jordgubbar

Mixa färsk jordgubbar, lite vatten och valfri mängd socker. Fyll därefter plastmuggar med jordgubbssmeten och stick ner en glasspinne i varje. In i frysen i minst 8 timmar. Smak av sommar!

Källa: www.marthastewart.com



MARKNADSTIPSET! Bondens egen Marknad

Välkommen till Bondens egen Marknad på Yttre Borggården i Linköping. Marknaden har bred mångfald av närproducerade livsmedel, allt från nyskördade grönsaker och blommor till fisk, ägg, ostkaka, marmelader, olika rökta produkter och mycket mer. Marknadskafé.

Alla lördagar mellan 16 augusti och 4 oktober kl 9.30–14.00



LÄSTIPSET! Det vilda köket

Rune Kalf-Hansen och Lisen Sundgren (Bonnier Fakta)

"Att äta lindblad, kirskaål och skogsviol är inte konstigare än att äta rucola och gräslök, dessutom är det helt gratis och garanterat ekologiskt. I den här kokboken visar örtspecialisten Lisen Sundgren vägen till sina favoriter bland allt det ätbara från naturen, och kocken Rune Kalf-Hansen har skapat recept där det vilda får en naturlig plats i soppor, sallader, grytor, röror, oljor, efterrätter och mycket mer."

Källa: Bokus

"Varför inte lyfta tacomiddagen till riktiga höjder? Kör en pulled pork med rejält med kryddning istället för blandfärs och färdig kryddblandning."

Jan Sylvan, matbloggare och medlem i Äkta vara





Närodlat & ekologiskt så långt det bara går

Det handlar om respekt

Halvfabrikat som fiskpinar och kåldolmar är bannlysta.
Vi köper bara in svenskt kött och till och med kryddorna
och oljorna är ekologiska. Det handlar om respekt både för
naturens gåvor och för dem som äter maten. Det ska kännas
schysst hela vägen, från tillverkning till servering.

Luncher

Vi hälsar dig välkommen på klimatsmart lunch.
Närproducerade vildsvinswallenbergare.
11.30–14.00 sex dagar i veckan!



Calle C

Restaurang & café

Carl Cederströms gata 2 Linköping
586 63 Malmslätt
Tel: 010-401 67 57
www.gastromix.se • info@gastromix.se

Smakernas Valdemarsvik

I Valdemarsvik värnar vi om den östgötska matkulturen.
Upplev smakerna från vårt rika utbud av närproducerad
mat – färska grönsaker, bröd, rökt & färsk fisk, getost,
nötkött och mycket mer. Många av dessa produkter ingår
i **Årets Valdemarsviksrätt** – en populär smakupplevelse
som serveras på flera av våra restauranger.

Välkommen att smaka på Valdemarsvik du också!




Valdemarsviksrätten 2012
Valdemarsvikskorv med
skärgårdssmak



Valdemarsviksrätten 2013
Fröken Larssons Råraka
– med smaker från havet
och landet

www.valdemarsvik.se



VALDEMARSVIK

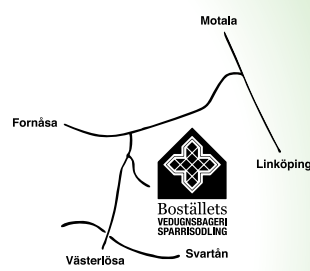
Fika nygräddat & vedugnsbakat bröd

eller köp med dig och avnjut hemma.



**Boställets
VEDUGNSBAGERI**

www.bostallets.se



För närmare vägbeskrivning
ring 076-127 30 22



**SÖNDAGS-
ÖPPET
11-16**

ÖPPET: Torsdag 10-18, Fredag 10-18 Lördag 10-16

Möt mat och inspiration

PÅ KINDA KANAL

Åtta mil vattenväg genom en vidunderligt vacker natur. Nio slussar att ta sig upp, eller ner, igenom. Då har vi hamnat på Kinda kanal, Göta kanals lite mer oupptäckta lillasyster. Här tar du dig fram med passagerarbåt, egen båt, kajak eller kanot. Och du njuter förstås av den underbara naturen. Men det finns mer! Under kanalturen, och förstås utefter landvägen intill kanalens sträckning, finns restaurangerna och slotten som väntar på dig med den östgötska maten.

Vi börjar i Linköping. Nere vid Stångåns strand, där för övrigt passagerarbåten Kind lägger till, finns en gammal magasinsbyggnad som numera är **Stånga magasin**, restaurangen som på sommaren flyttar ut på Stångs brygga och förutom god mat kan bjuda på en vacker sommarvy.

Restaurangchefen och tillika sommeliern David Weinhandl säger att man vill kunna ge gästerna en upplevelse utöver det vanliga. Det ska ske med kvalitet som ledord, med lokalproducerade varor samt säsongsanpassad mat.

–Sådant som har en kortare säsong än en årstid, till exempel sparris, finns därför bara med på menyn en liten tid.

David Weinhandl vill också slå ett slag för vinlistan. Vin är en stor passion för honom och han vill gärna förmedla detta vidare till sina gäster.

–Att få njuta av bra mat och bra vin tillhör det bästa i livet!

Även alkoholfria drycker finns i ett stort utbud och där har restaurangen numera tagit in flera av Brunnebyns produkter.

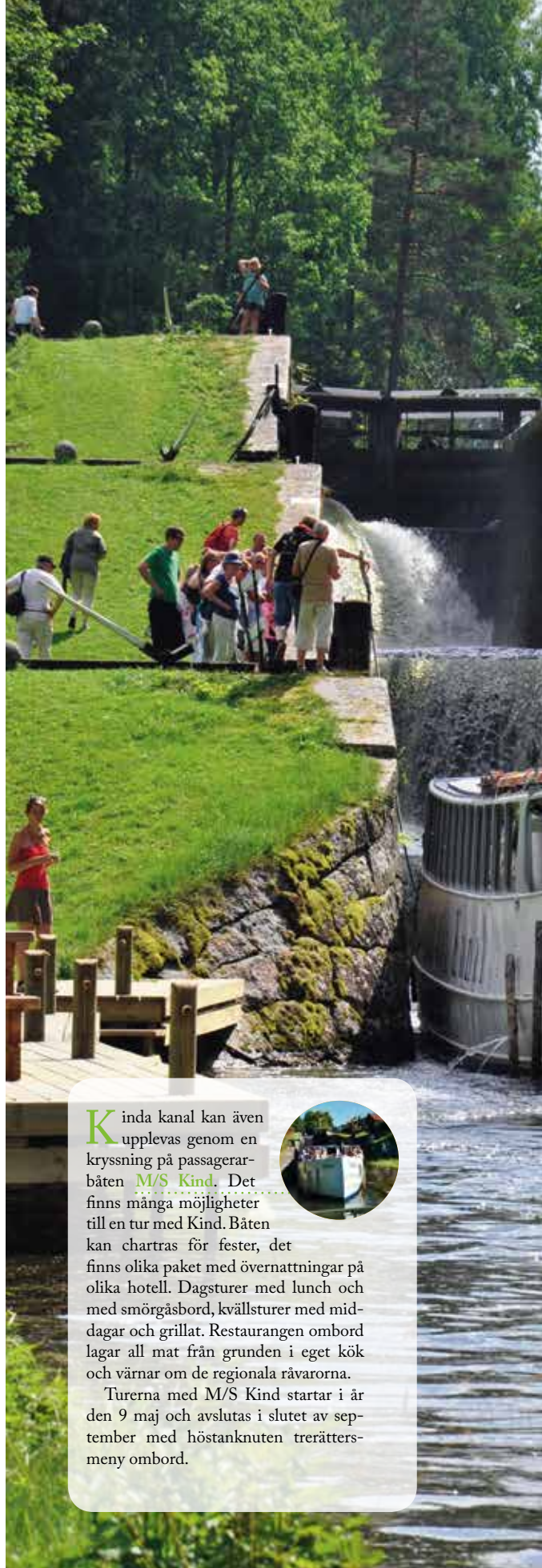
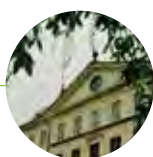
Vi tar oss igenom slussarna inne i stan och ut mot sjön Ärlängen. Går nära Sturefors slott innan båten tar sig in i kanalen igen vidare mot Sturefors, Hamra och Hovetorp för att så småningom komma ut i Stora Rängen och **Bjärka-Säby slott**.

I Nya Slottet finns Slotts- och Trädgårdskaféet, som har öppet under sommaren. Där kan man njuta av mat och dryck ute under trädens skugga eller inne i en av de tjugiga barockmöblerna. Vill du ha sällskap av ett gäng mc-knuttar ska du komma en tisdag!

Allt bröd, som serveras i kaféet, bakas på plats en trappa ner i slottsbageriet. Vissa dagar kommer före detta bagare till Bjärka-Säby och fyller diskar och frysar. Andra dagar bakar Simon och hans medhjälpare i kaféet.

Simon Seropian, som i "vanliga" fall driver Café Chocolat i Linköping, arrenderar slottskaféet från och med mitten av juni och augusti månad ut. Han berättar att det ska vara öppet alla dagar under den tiden och att matsortimentet ska utökas med fler lunchrätter. Kaféet ska också börja sälja glass från närbelägna Stafsäters gård.

På så vis hoppas Simon Seropian att gäster kommer till Bjärka-Säby och stannar hela dagen. Badar, fikar och kanske äter lunch. Det går också bra att sova över, bed- and breakfast finns på slottet.



Kinda kanal kan även upplevas genom en kryssning på passagerarbåten **M/S Kind**. Det finns många möjligheter till en tur med Kind. Båten kan chartras för fester, det finns olika paket med övernattnings på olika hotell. Dagsturer med lunch och med smörgäsbord, kvällsturer med middag och grillat. Restaurangen ombord lagar all mat från grunden i eget kök och värnar om de regionala råvarorna.

Turerna med M/S Kind startar i år den 9 maj och avslutas i slutet av september med höstanknuten treätterssmeny ombord.





KINDA KANAL

1805 påbörjades bygget av den första slussen, den vid Brokind. 1809 kunde kanalen öppnas en bit, då fanns det två slussar.

1813 raserades slussen vid Brokind av en större båt.

1872 kunde kanalen inspekteras och anses vara klar.

I kanalen finns **9** slussar. Den totala nivåskillnaden är **52,8** meter.

LÄS MER:

www.kindakanal.se

LÄS MER

STÅNGS MAGASIN

www.stangsmagasin.se

BJÄRKA-SÄBY

www.nyaslottet.se

VÅRDNÄS STIFTSGÅRD

www.vardnas.com

RIMFORSA STRAND

www.rimforsastrand.se

STORGÅRDEN

www.storgarden.com

M/S KIND

www.rederiabkind.se

Nu lägger vi ut igen och är snart inne i Lilla Rängen för ett nytt stopp, denna gång på **Vårdnäs stiftsgård**.

På den här gården finns hotellverksamhet och arrangemang med olika teman som retreat och sköna dagar för seniorer till exempel. Och en stor traditionsenlig midsommarfest förstås. En annan stor dag, nationaldagen 6 juni, firas med tre rätters lunch. Stiftsgården, skriver man på sin hemsida, vill vara en plats för reflektion och eftertanke.

Reflektion och eftertanke präglar den mat som serveras på gården. Målet är att råvarorna ska ha så kort väg att åka som möjligt och komma från små leverantörer i bygden. På stiftsgårdens hemsida kan du hitta några av dem.

Till sommaren kommer det att som vanligt dukas upp till grillkvällar på tisdagar och torsdagar. När solen skiner äter man ute på terrassen med härlig utsikt över sjön. Dagens lunch och helgluncher serveras också (titta på hemsidan för öppettider). För den som hellre vill äta ute i naturen går det att köpa med sig picknickkorgar eller beställa catering.

Nästa stopp sker vid sjön Åsunden. Då har vi passerat Järnlunden och har kanske blivit lite sugna på något gott igen? Eller behöver en skön natts sömn i en hotellsäng?

I Rimforsa lägger vi till vid **Rimforsa Strands** egen brygga. I huset, som för lite drygt hundra år sedan var Fredrika Bremerförbundets skola, Rimforsa Lanthushållningsseminarium, är det full fart hela sommaren.

Grillkvällar på onsdagar, sommarkafé, sommarlunch och en särskild sommarmeny, allt med inriktning mot lokala råvaror lagat av ett prisbelönt kök.

Vid bryggan, intill strandbastun, ligger M/S Birgit Sparre. Det är en passagerarbåt som tidigare gått i Åsunden, fast Åsunden i västgötska Ulricehamn. Ombord på Birgit Sparre får man inte bara en tur på sjön utan också en fikastund.

Rimforsa Strand har flera paket att erbjuda under sommaren som golfpaket, grillpaket, skärgårdskryss och kajapaket. Till en del av dem kan man köpa med sig matpaket för att äta ute i naturen.

Endast en liten bit längre ner i Åsunden ligger **Storgården**, nära sjön med vidunderlig sjöutsikt. Storgården har varit en storbondgård och i början av 1900-talet startades här en lanthushållsskola som så småningom blev landstingets hushållsskola och därefter en kursgård.

Storgården har i och med senaste ägarbytet blivit mer av konferenshotell och en plats för bröllop och andra fester. Men Storgården välkomnar också andra gäster, men tipsar om att ringa först om man vill komma dit för att äta lunch, middag eller övernatta.

Man kan också öppna och ta emot lite större sällskap, minst tio personer som då kan räkna med fika, fyrrätters middag, övernattning och frukost samt tillgång till relaxavdelning.

Under den här sommaren håller man stängt under juli månad. ■



På initiativ av Turistföreningen
Destination Valdemarsvik har årets
Valdemarsviksrätt nu utsetts.

Valdemarsvik möter Italien

Efter att ha efterlyst recept med årets tema "Tomater från våra närliggande odlingar" togs fem olika rätter fram. Dessa har sedan utvecklats och provlagats för att slutligen presenteras för en jury bestående av Nhela Ali, Håkan Eriksson, Fredrik Eklund, Thomas Collin, Peter Stillnert, Lars Bäckman, Stefan Gustafsson och Viggo Persson. Juryn har bedömt de olika rätterna utifrån smak och utseende.

Efter sammanräkning av juryns röster var det Målgörarens Måltid, Tomatlasagne med charkuterier från Italien, som blev Årets Valdemarsviksrätt 2014. En måltid sammansatt av råvaror från Nils Liedholms kära Valdemarsvik och hans älskade Italien.

Juryns motivering: "En härlig rätt som kopplar samman Valdemarsvik med Nils Liedholms Italien. En lysande story med historia och nutid."

Rätten är alltså en hyllning till Valdemarsvikssonen och fotbollslegendaren Nils Liedholm, vars liv speglas i en utställning i InfoCentret, Sjöhuset, under tiden 25 juni - 26 juli.

Valdemarsviksrätten kommer att serveras på följande restaurangerna i kommunen: Ida på Udden, KustCamp Ekön, Gryts Skärgårdspensionat, Gryts Varv Hotell & Konferens, Grännäs Restaurang & Catering, Café Kårtorp.

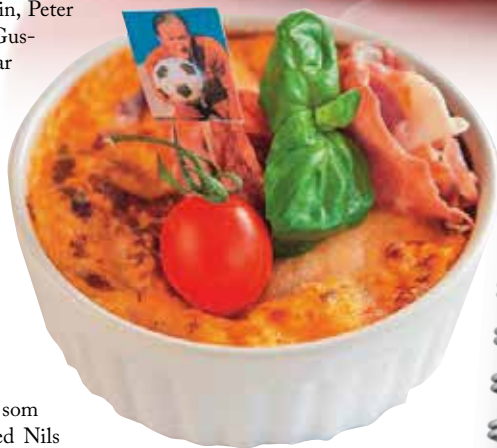
Arrangemanget att utse en Valdemarsviksrätt är ärligen återkommande. I år utsågs Årets Valdemarsviksrätt för femte gången. ■

Juryns motivering

"En härlig rätt som kopplar samman Valdemarsvik med Nils Liedholms Italien. En lysande story med historia och nutid"

Årets tema

Tomater från våra närliggande odlingar



"Tomatlasagne med charkuterier från Italien blev Årets Valdemarsviksrätt 2014."

En hyllning till Nils Liedholm

Tomatlasagne med charkuterier från Italien. En måltid sammansatt av råvaror från fotbollsspelaren och fotbollstränaren Nils Liedholms kära Valdemarsvik och hans älskade Italien.

MÅLGÖRARENS MÅLTID

200 gr färska lasagneplattor

200 gr mozzarellaost

50 gr hyvlat parmesan

Tomatsås:

8 tomater

2 gula lökar

2 vitlöksklyftor

1 dl vitt vin

2 msk grönsaksfond

2 msk vitvinsvinäger

Salt, vitpeppar och basilika

Gör så här:

Skälla, skala och hacka tomaterna. Fräs löken och vitlöken i lite olja och tillsätt tomaterna. Häll i vin, vitvinsvinäger och grönsaksfond och låt sjuda i cirka 20 minuter. Mixa och tillsätt creme fraiche, basilika, salt och peppar. Varva tomatsåsen med lasagneplattorna, mozzarellan och parmesanosten i en ugnssäker form. Grädda cirka 15 min i 200 grader. Servera med charkuterierna.

Servera med:

Charkuterier från Italien.

ÖstgötaDagarna

6-7 september



Årets invigningsplats



Årets landsbygdsstipendiat

Årets tema 2014
MAT



Årets bakverk



Årets konsthantverk

Läs mer och beställ programkartan på
www.ostgotadagarna.se

MJÖLK TILL SALU

direkt på gården



Matsafari i Östergötland

I sommar kan man åka på safari på Vikbolandet, matsafari! Men ingen safari utan djur. Alpackor, kor och kalvar, kaniner, getter, strutsar och många fler kan ses på turen.

Givetvis kommer det också att bjudas på en mängd smakupplevelser på de olika gårdarna och andra platser som ska besökas.

Matsafari äger rum vid fyra tillfällen i juli. Två olika rutter finns att välja mellan. Platser som besöks under turerna är Tornby Gårdsbutik, Valla

Gårdsmejeri, Visätter Kalkongård, Vikbolands Struts, Sänkdalens Gård, Ormsätter och Arkösund (där man kan köpa färsk fisk från traktens fiskare). ■

MATSAFARI

LÄS MER:

Här finns mer information om rutter, datum och priser.

www.braviklandet.se/evenemang



På Sänkdalets Gård på Vikbolandet kan du köpa mjölk från gårdens kor. Den KRAV-märkta mjölken distribueras sedan förra året också till butiker i närliggande områden.

– **Alla steg** i mjölkproduktionen sker här på gården. Mjölken säljs sedan i Norrköping och trakten runt omkring, berättar Tomas Gunnarsson. Vi försöker inte att växa och bli större, vi har ju ett lantbruk som ska skötas också. Däremot ser vi gärna att volymen blir högre!

För ett år sedan byggdes en glass-

fabrik på Sänkdalets gård. På så sätt kan man ta hand om grädden som blir över från all mjölk.

Något nytt detta år?

– Nu hämtar vi andan. Men nästa sommar hoppas vi att ha fått igång ett glasskafé på gården.

Sänkdalets Gård har KRAV-märkt växtodling och mjölkproduktion. Tomas Gunnarsson berättar att hans pappa Per-Gunnar var tidigt ute med ekologisk odling. Det var på 1970-talet men då hette det inte ekologisk odling utan alternativ odling.

Sänkdalets Gård är en mycket öppen gård, här tycker man om att visa upp sina djur och sin produktion. Här finns också en självbetjäningsbutik med varor ur den egna produktionen. ■

SÄNKDALENS GÅRD

Vikbolandet

DRIVS AV: Tomas och Gunilla Gunnarsson.

PÅ GÅRDEN: Köttproduktion, växtodling, mjölkproduktion, produktförädling som rapsolja och glass.

ÖPPET FÖR BESÖK: I princip alltid.

SÄLJER I GÅRDSBUTIKEN: Glass, mjölk och rapsolja. Glasstårter på beställning.

MJÖLKEN: Säljs under namnet Sänkdalets mjölk.

LÄS MER:

www.sankdalensgard.se



Familjen Nordqvist på Vikbolands Struts visar sin verksamhet.



*Santalina, Conchita, Goldita. Zebrino, Picolino, Orangino...
Det där låter ju nästan som rollfigurer i en italiensk opera. Men
inte alls, det är de fantasirika namnen på några av alla de sor-
ters körsbärstomater, som finns i Annicka Assarssons växthus.*

Nu mognar Annickas tomater

I mitten av april blev de första tomaterna mogna för i år, de med namnet Favorita.

–Dem åt jag upp själv, säger Annicka Assarsson.

Annicka och hennes man Philip köpte växthuset på Varvs gård 1998. Då hade här redan odlats tomater i två års tid.

–Det blev naturligt att vi fortsatte, säger Annicka. I början av 1990-talet trodde man också att den svenska tomatproduktionen skulle öka.

Men konkurrensen skulle visa sig bli allt svårare, främst från Spanien och Holland. I till exempel Holland är växthusodling väldigt stort med gigantiska växthus på uppemot 80 000 kvadratmeter. Annicka Assarsson berättar också att den holländska marknaden i stort sett styr priserna.

–På det viset har det blivit tuffare för oss svenska odlare att komma in på den svenska handeln. Många tomatodlare har också slutat under senare år eftersom det blivit allt svårare att få bra priser på våra produkter. Vi kan ju inte konkurrera med de där tiokronorsaskarna med körsbärstomater!

Ett annat problem kan också vara att helt enkelt få komma in i butikerna med sina varor och

visa upp dem för att försöka möta konkurrensen från andra odlingsländer.

–Ändå ser vi ju att intresset för närodlad ökar, säger Annicka. Det märker vi inte minst på alla besök vi får i Tomatboden hemma på gården.

Tomaterna i Varv är certifierade enligt Svenskt Sigill, en beteckning som LRF använder sig av. Det innebär en kontroll på odlingen.

–Tomaterna är inte kravodlade. Det som skiljer mina tomater från de kravmärkta är att vi använder konstgödsel.

–Vi besprutar inga tomater, säger Annicka. Istället använder vi oss av biologisk bekämpning, av nyttodjur som tar över bekämpningen av skadedjur inne i växthuset.

Hur hittar vi era tomater ute i butikerna?

–De säljs främst i den västra och centrala delen av Östergötland. I en del affärer säljs de under namnet "Annickas tomater", i andra heter de "Varvtomater".

ASSARSSONS TRÄDGÅRD

ÅGS AV: Annicka och Philip Assarsson

PLATS: Varvs Trädgård mellan Motala och Skänninge

GÅRDSFÖRSÄLNING: I Tomatboden, en självbetjäningsbutik. Öppet stora delar av året. Här kan man till exempel också hitta gurkor, vitlök, ägg och fågelfrön.

PRODUKTION: 150 ton tomater per år

VAD HÄNDER EFTER TOMATSÄSONGEN: I november och december städar vi växthuset och försöker få lite semester.

LÄS MER:

www.tomatboden.se



TIPSET!

Tomater ska inte förvaras i kylskåp. I kyla tappar de sin fina smak. Tomater innehåller antioxidanten lykopen. Lykopen sägs kunna skydda mot till exempel prostatacancer. Speciellt nyttigt är det om tomaterna värmebehandlas. Till exempel i en tomatsoppa eller sås.

"Vi kan ju inte konkurrera med de där tiokronorsaskarna med körsbärstomater."

Grossister levererar tomaterna men Assarssons kör också själva ut dem till butiker och restauranger.

Främst körsbärstomater odlas i det 5 000 kvadratmeter stora växthuset men på senare tid har det även blivit lite mer av de "vanligare" stora tomaterna eftersom efterfrågan på dem har ökat.

En av de mest populära sorterna heter Santalina och är en liten plommon-tomat med söt smak. Själv undrar jag om de har den där snygga mörkgröna

tomaten som är lite segare i skalet än andra.

–Zebrino, säger Annicka direkt. Visst har vi den! Namnet har tomaten fått på grund av sina zebraliknande ränder. Den är vinröd i köttet och mycket smakrik. Ett tips är att grilla Zebrinotomaten, den gör sig hur bra som helst på ett grillspett.

Överhuvudtaget är tillagade tomater, grillade eller ugnsbakade, något som Annicka Assarsson kan rekommendera. Genom tillagningen förhöjs smaken på tomaterna. ■

Sommarens bank

Vi finns där du finns.

Fyra kontor i Kinda och Ydre.
I mobilen,
på internet
eller helt enkelt
skicka oss ett mail.

Kinda-Ydre Sparbank
www.kindaydresparbank.se



Privatrådgivare
Helena Creutz



Blåklint växer i din butik

Ost • Charkvaror • Nöt • Honung • Marmelad • Mjöl

Här hittar du Blåklintsprodukter:

I Linköping: ICA Maxi och ICA Signalen,
Coop Lambohov, Coop Lägerhyddan,
Östenssons och Hemköp Ryd.
ICA Linghem och ICA Åtvidaberg.



blaklintprodukter.se



Vi älskar god mat!

Speciellt när den kommer
från vårt närområde.
Extra trevligt blir det när ni
avnjuter delikatesserna
ombord på vårt fartyg
M/S Lindön!



söderköpings BRUNN

Väl mött på "Brunnen"!

Här finns en speciell atmosfär som vi vill att
ni skall få uppleva. Både som gäst hos oss och
som besökare i medeltida Söderköping.

Som **konferens**gäst här kan vi erbjuda er allt från
senaste tekniken till en avkopplande vinprovning.
7 konferensrum och 13 grupprum i varierande
storlekar står till förfogande. Perfekt för företagets
teambuildingaktiviteter.

Året runt kan du koppla av i lugn och ro, en eller
flera dagar här på Söderköpings Brunn. Vi har flera
weekendalternativ som t.ex. **golf**, eller varför inte
en avkopplande **spahelg** där kropp och själ får
det lilla extra.

Se gärna mer om våra aktiviteter, behandlingar
och olika konferensalternativ på
www.soderkopingsbrunn.se.

Välkommen med er förfrågan!

Skönbergagatan 35
Tel. 0121-109 00
www.soderkopingsbrunn.se



Samma humlesort kan ge olika smaker och dofter beroende på när den tillsätts i kokningsprocessen. Av en och samma humle kan man därför få ut såväl arom som smak och beska.



NÄÄS GÅRDSBRYGGERI

VAR: I Ydre kommun vid sjön Raklångens norra spets.

TILLVERKNING: Sex olika ölsorter på flaska samt ett på fat.

VAD FÖR SLAGS ÖL: Färsköl det vill säga opastöriserad och ofiltrerad. Hållbarhet cirka sex månader.

ÖLSORTER: Lager 33 – en folköl. Lager – en tjeckisk pilsnertyp. Mörk Lager. IPA av engelsk typ. Engelska Bitter Ale. Stout.

TIPS FRÅN BRYGGERICHEFEN: Vill du också starta bryggeri? Då måste du tycka om att städa och diska! Hygien är oerhört viktig.

LÄS MER:

www.naasbrygg.se

”Vi vill göra öl för mat och prat”

Nääs gårdsbryggeri väcker liv i släktgårdens anor från 1800-talet

Mitt i idyllen, några stenkast från sjön Raklång i Ydre, med får och nyfödda lamm i hagarna och en väldigt social katt runt besökarnas ben ligger ett nytt ölbryggeri på samma plats där det en gång fanns en mjölgård, och även ett bryggeri!

Även om Nääs gårdsbryggeri är nystartat har det alltså bryggts öl här tidigare. I början av 1800-talet fanns cirka 500 humlestänger på gården. Och den gamla kölnan, som man torkade malt i, står kvar på gården än idag.

Den gamla ladugården, där det nya moderna bryggeriet flyttat in, har renoverats men ändå har husets själ bevarats. Utvändigt går det inte att ana vad huset döljer av modern teknik.

– Vi vill att besökarna ska kunna se att det är en gammal bondgård som de kommer till, säger Gunnar Emanuelsson, som driver Nääs bryggeri.

Så sent som i julas drog man igång sin verksamhet på allvar.

Familjen Emanuelsson hade på något sätt velat utveckla sin gamla släktgård, Näs säteri. Av

alla de idéer som kom fram blev gårdsbryggeriet verklighet.

– Öl ligger i tiden, säger Gunnar Emanuelsson. Det finns numera ett hundratal bryggerier i Sverige. Det är skillnad mot den tid då vi hade en pilsnersort och den skulle tillverkas i Göteborg!

– Vi vill göra öl som ska ge smakupplevelser, öl till mat och prat. Men inga extrema sorter, säger Lars Schweitz, ansvarig för själva bryggningen. Han visar runt i bryggeriet och förklarar att en och samma humlesort kan ge olika smaker och dofter beroende på när den tillsätts i själva kokningsprocessen. Av en och samma humle kan man därför få ut såväl arom som smak och beska.

Från det att malten krossas och sedan hela processen genom vörtpanna, jästankar och lagring tar det cirka fem veckor innan ölen kan tappas upp på flaska.

Än så länge finns den endast att köpa på närliggande systembolag i Tranås, Aneby och Österbymo. Nääs Lager kan också köpas i Tornby i Linköping. I övrigt

går ölen att beställa från systembolagets beställningssortiment. Folkölen, Lager 33, finns också mest i närområdet.

Ölflaskorna har ju inte hunnit vara ute på marknaden så länge ännu, så för att visa upp vad bryggeriet har att erbjuda arrangeras till exempel ölprovningar på restauranger. I framtiden är det Gunnar Emanuelssons förhoppning att besökare också ska kunna smaka på ölsorterna i en visningslokal på själva gården. ■



Hagdahlsakademien En östgötaakademi i tiden

Charles Emil Hagdahl, född i Linköping 1809, läkare, godsägare på Tidö, konstsamlare, kvick och spirituell historieskrivare, mecenat som gav grundplåten till Linköpings museum för konst, idag Östergötlands museum.

Han har inte bara skrivit "Kok-konsten som vetenskap och konst" som kommit ut i ett otal upplagor utan även gett namnet till en akademi i Östergötland – Hagdahlsakademien – som bildades den 5 juni 2002.

Akademien har 14 ledamöter och preses är landshövding Elisabeth Nilsson. Inom akademien är det olika grupper som arbetar med de skilda uppdragen.

Bokutgivning och konst är signifikativt för akademien. En av de första uppgifterna för akademien var att utge ett faksimil av Hagdahls kokbok. Den blev klar 2004 och är nu slutsåld. Viveka Adelswärd sitter i kommittén som ska ge ut en ny upplaga i höst.

Lasse Frisk tillsammans med keramikern Amie Stållkrantz har skapat bland annat den berömda Hagdahlsservisen och de handblåsta Reijmyreglasen. Därutöver delar akademien ut priser och diplom vilket sker på Hagdahls födelsedag den 6 februari. ■



HAGDAHLSAKADEMIEN

LÄS MER:

www.hagdahlsakademien.se

Mer svensk fågel på tallriken

Försäljningen av svenskt fågelkött steg med sju procent förra året, enligt branschorganisationen Svensk Fågel. Samtidigt blev ökningen av importerat fågelkött inte lika stor som tidigare, vilket får organisationen att tala om ett "trendbrott".

APPEN! Miljövänligare vardagsliv



Grön Guide är Naturskyddsföreningens app för dig som vill göra miljösmygta val i vardagen. I appen finns råd om klimat-smart mat, men även barn-produkter, hur man kör bensinsnålare och hur man minskar energianvändningen hemma.

Åtvidabergs Hotell & Restaurang

Även Café Mässen
Gamla Torget

Varje dag serverar vi dagens lunch kl 11–15:30
À la carte från kl 11.30

Även fika vid vattnet på
Café Mässen, Gamla Torget,
Åtvidaberg (Turistbyrå)

Åtvidabergs
Hotel & Restaurang
Stenhusgatan 7
Tel 0120-100 90

www.atvidabergshotell.se



Tjällmo Gästgfvaregård

Tel 0141-600 30

www.tjallmo.com



HEJTORP GÅRDSMEJERI MEJERI OCH BUTIK

Här på gården ystas hantverksmässigt ett 25-tal olika ostar med mjölk från gårdens getter.

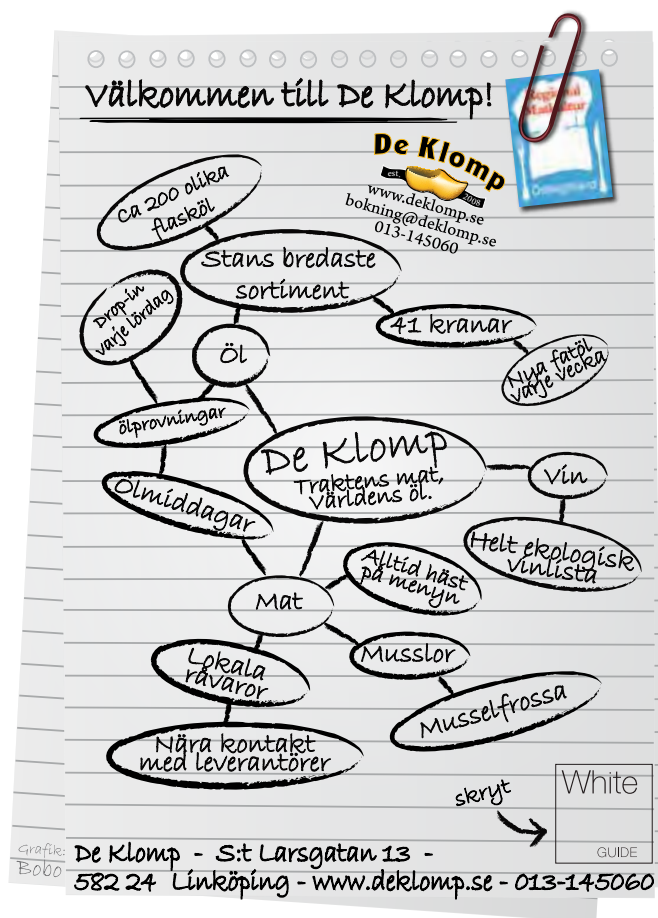
Med en härlig utsikt över hagar och getter kan man under hela juli slå sig ner med en kopp kaffe och en ostsmörgås i vårt gårdsfik.

Öppet: Juli Må-Fr 10-17, Lö 10-15
Under övriga året: To-Fr 12-17, Lö 10-15

Välkommen!

070-5922712

www.hejtorp.se eller besök oss på facebook



Gårdsmejeri Gårdsbutik & Ostkakscafé

Närproducerat: ost, ostkakor, sylt mm.
Prova Brostorpas ostpaj eller ostbricka.
Måste förbeställas.

Öppet 30/5 – 31/8

Fredag till söndag kl 11-17

Midsommar stängt. Övrig tid, ring oss
gärna om du har vägarna förbi.



Öppet året runt för
bokade grupper.

BROSTORPS HEMLAGADE
**OSTKAKA
OST**

Tel. 0140-430 54

www.ostkaka.com



GÅRDSBUTIK

- Eget slakteri för struts, nöt, lamm och vilt.
- Sällskap bokas för mat och guidningar
- Konferenser
- Strutshantverk
- Sommarcafé



VIKBOLANDS
STRUTS



VIKBOLANDSKÖTT

Vånga Gård, Häradshammar, Vikbolandet
Tel. 0125-100 29, 070-740 1153
www.vikbolandsstruts.se



Musteri & Gårdsbutik

Naturligt, nyttigt och gott, det är vårt motto på Brunneby Musteri. Vi mustar mycket frukt och bär från traktens odlare och hemmagårdar. Det blir godast så.

I Gårdsbutiken finns Brunneby's egna sortiment av cider, saft, juice, sylt och marmelad. Vi har också ett stort utbud av lokalproducerade delikatesser. Restaurang Bettina är gårdens egna restaurang. Välj ur deras spännande meny med goda lunchrätter och nybakat till fikat.



Gårdsbutiken har öppet: Måndag-fredag kl. 9-18,
lördag kl. 10-16, söndag kl. 11-16.

Brunneby Musteri, Borensberg, 0141-40204, www.brunnebymusteri.se
Restaurang Bettina, 0141-40220, www.restaurangbettina.se



Tydligare märkning av Östgötamat

Vi blir allt fler som letar efter närproducerad mat i butikernas hyllor. Då underlättar förstås märkning av produkterna.

Detta har till exempel Ica Maxi i Linköping tagit fasta på och här och var i butiken finns gröna skyltar med ordet Östgötamat på. Nu vill man föra det hela några steg vidare med en ny form av märkning.

– Vi håller på att titta på hur det bäst ska kunna ske, säger Johan Östlid, Marknadschef på Ica Maxi, Linköping. Vi vill bli ännu bättre, och tydligare, med märkningen av Östgötamaten. Den ska också bli mer personlig.

Än så länge är det inte klart hur den nya märkningen kommer att se ut men den kan till exempel bli i form av pappfigurer, som visar en producent. Det kan också bli fråga om hyllkantlister och taksyltar. Kunderna ska också få mer information om leverantören för att kunna veta vem som tillverkat varorna.

Den gröna märkningen, som visar vägen till Östgötamat, ska dock finnas kvar.

– Men vi kopplar på lite till, säger Johan Östlid. ■

”Mer information om leverantören för att kunna veta vem som tillverkat varorna.”

TA TILLVARA ÄPPELSKAL

Sprid ut äppelskalen på en plåt och torka dem i två till tre timmar i 90 grader. De blir goda snacks. Du kan också ha dem att smaksätta müsli, sallad eller soppa.

Källa: Hunger

150 procent

Så mycket har försäljningen av ekologiska livsmedel ökat för Ica på ett år.

”Vi introducerade ekologiska äpplen i lösvikt i januari 2012. De har ökat med 500 procent sedan lanseringen”, säger Maria Smith, miljöchef på Ica.

Källa: Dagens Nyheter

TRENDEN! Mikrobryggerier

Antalet mikrobryggerier i Sverige har mer än trefaldigats de senaste tre åren, enligt Systembolaget.

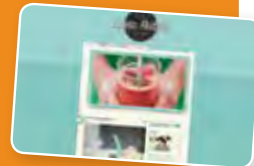
WEBTIPSET!

Matbloggar att hålla koll på

LINNEAS SKAFFERI

www.linneasskafferi.se

Linnéa Seidel är ett namn att hålla utkik efter i kokbokshyllorna framöver – till dess kan man kika på hennes matblogg som är full av inspiration, recept och fina bilder.



PICKIPICKI

www.pickipicki.se

Vi hälsar gärna på i Tinas hemtrevliga matuniversum. På matbloggen Pickipicki hittar man både sötsaker, matbröd och vardagsmat med det lilla extra.



BRÖDPASSION

brodpassion.se

Fransmannen Sébastien Boudet är konditor och trebarnspappa. På sin svenska blogg inspirerar han med allt som har med bakning att göra.



14 östgötarestauranger i White Guide

14 restauranger i Östergötland omnämns i årets upplaga av White Guide. Högst betyg får Ardor i Norrköping. ”Helkväll med finvin eller kall i baren efter jobbet... servisen bemöter alla lika bra.”

White Guide är en restaurangguide som årligen testar och presenterar närmare 800 restauranger och presenterar dessa i bokform, på webbplats och i en app.

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

White Guide bedömer restauranger på en skala 0–100 poäng, som byggs upp av fyra faktorer: mat, dryck, service och miljö/stämning. ■

Här är alla i Östergötland

Ardor

Kvarterskrogen Asken

De Klomp

Fiskmagasinet

Gryts Varv Hotell och Konferens

Göta Hotell

Johannes Kök

Restaurang ModMed

Restaurang Munkklostret

Ombergs Turisthotell

Pappa Grappa

Rejmyre Gestgifveri

Storan Restaurang

Stängs Magasin



Du är värd ett paket i sommar!

Sommaren är snart här och det är hög tid att planera semestern. Kanske är just du en så kallad "foodie" – en person på jakt efter nya smakupplevelser, gärna i kombination med andra spektakulära aktiviteter och boende.

Med anledning av att intresset för god mat och mat med ursprung växer har också mat som reseanledning ökat. Därför vill Östgötamat göra det enklare för dig som söker efter mat och måltidsupplevelser i kombination med boende.

Här hittar du paket som är bokningsbara på webben och som också är Östgötamatcertifierade, en garanti på att maten som serveras i samband med upplevelsen kommer från Östergötland. ■

LÄS MER OM DE OLIKA PAKETEN:

www.ostgotamat.se

Här finns även fler paketresor som är certifierade av Östgötamat!

Cykelstopp i Åtvidaberg – för en eller flera

På anrika Åtvidabergs Hotell får du som cyklist ett perfekt stopp mitt i centralorten. Det familjeägda hotellet välkomnar dig och din cykel med öppen famn för att du ska få det just du behöver. Enkelrum, dubbelrum eller lägenhet med kök? Du väljer det som passar dig bäst. På gården finns tvättutrustning för att du ska kunna göra rent din cykel och på natten låser vi självklart in cykeln i hotellets utrymmen. Säkert och enkelt, smidigt och funktionellt.

Pris per person: Enkelrum från 595 SEK,
dubbelrum från 795 SEK
Åtvidabergs Hotell & Restaurang
0120-100 90

Fredagsmys på Ombergs Turisthotell

Lämna vardagen bakom dig genom att checka in på Ombergs Turisthotell på fredagseftermiddagen/kvällen. Gör dig hemmastadd på rummet, gå på en promenad eller vila ut på rummet. Framåt kvällen kommer du ner till oss i restaurangen där du serveras en fördrink och lite härliga tilltugg av traktens råvaror. När du är redo väntar vår fyrarätters supé. Varför inte beställa vårt vinpaket med utvalda viner till varje rätt? Ät, njut och välkomna helgen i lugn och ro. Mätt och belåten drar du dig tillbaka till rummet och återkommer på lördagsmorgonen utvilad till frukosten.

Pris per person: 1 195 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Svensk sommar med middag på Rimforsa Strand

Njut av svensk sommar när den är som bäst och låt oss få skämma bort dig i vår härliga miljö. I trädgården finns boule, kubb, volleybollnät, dart, fotbollsgolfbana, roddbåt samt brygga för båt och bad. Kafé, butik och restaurang öppet alla dagar kl 11.00–21.00. Här finns även restaurang och en liten butik för den shoppingsugna. I trädgården blommar blommorna och underhållning för kvällen är fåglarnas sång. Runt om i Kinda finns härliga upplevelser för såväl kropp som själ.

Pris per person: 925 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00



Supé på Ombergs Turisthotell

Checka in hos oss på eftermiddagen och passa på att ta en tur upp till Hjässan, en promenad längs Vätterns strand eller koppla av med en god bok på rummet. På kvällen intar ni en genomarbetad fyrrättersmeny där det också finns möjlighet att beställa vinpaket samt kaffe och avec. Mätt och belåten drar ni er tillbaka till rummet och återkommer på morgonen utvilade till frukosten.

Pris per person: 1 295 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Matupplevelser runt sjön Rengen

Matupplevelser runt sjön Rengen – under den här matupplevelsedagen besöker ni getostmejeriet Löt Gårdsmejeri, som är känt från TV4:s populära produktion – ”Sveriges skönaste gårdar” samt Stafsäters Gårdsglass som erbjuder närproducerad glass. Avslutas med en middag och övernattnig på natursköna Stiftsgården Vårdsnäs.

Pris per person: 1 525 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Matvandring i Norsholms Naturreservat

Ett samarbete mellan Britta och Lennarts Nära Kött och Ekoturen. På denna tur får ni via era smaksinnen uppleva närproducerad mat, samtidigt som era övriga sinnen får en oförglömlig naturupplevelse. Ni har möjlighet att stiga på bussen i Norrköping, Kimstad pendelstation och inne i Norsholm på Britta och Lennarts Nära Kött. Bussen tar oss till Norsholms naturreservat där vandringen börjar.

Pris per person: 775 SEK
Ekoturen
070-286 22 06

Matsafari på Vikbolandet

På det bördiga Vikbolandet besöker vi matproducenter som bjuder in oss till sina gårdar. Vi träffar bland annat hummande alpackor, kor och kalvar, söta kaniner, glada getter, hjortar, kacklande kalkoner och mäktiga strutsar. Varje tur är unik, då gårdens sysslor varierar under sommarens gång. Vi törs lova en upplevelse för såväl öga som smaklökar. Safarin utgår från Norrköpings buss-terminal i samarbete med Ekoturen. Kom ihåg kylväskan, så att du kan ta hem det du köper!

Pris per person: 175 SEK
Anette Aspegren-Güldorff
070-286 22 06

Sommarmys på Ombergs Turisthotell

Njut av sommaren, och boka in er på sommarmys på Ombergs Turisthotell. Ni checkar in på eftermiddagen/kvällen. Gör er hemmastadda på rummet, gå en promenad eller gå ner till Vättern och ta ett uppfriskande dopp. Kom därefter ner till oss i loungen där ni serveras en fördrink och lite härliga tilltugg av traktens råvaror. När ni är redo väntar en fyrrätters supé. Varför inte beställa vårt vinpaket med utvalda viner till varje rätt? Ät, njut och känn ledigheten. Mätt och belåten drar ni er tillbaka till rummet och återkommer på morgonen utvilade till frukosten.

Pris per person: 1 295 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00



fortsättning

Du är värd ett paket i sommar!

Grillkväll och skönt boende på Rimforsa Strand

Kom och njut av våra kockars uppskattade grillbuffé, ta ett Strandbastubad med kvällsdopp i sjön, vakna sedan till soluppgången och njut av vår vackra utsikt även till frukosten. Grillbuffén står uppdukad från 18.00 varje onsdag 29/6-9/8. I priset ingår: grillbuffé, strandbastubad med badrock, badhandduk, juice och snacks, logi samt frukostbuffé.

Pris per person: 925 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Kryssa på Kinda kanal och bo på Rimforsa Strand

En resa på vackra Kinda Kanal går genom fem sjöar och passerar 15 handdrivna slussar. Boka Strandpaketet och njut av en härlig dag ombord på passagerarbåten M/S Kind. I paketet ingår: Båtresor med måltid ombord. Buss/tågresa samt tvårätters middag med kaffe/te, logi, strandbastubad och frukostbuffé.

Pris per person: 1 495 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Göta kanal-helg på klassiska Göta Hotell

Alla tider på året är livet längs Göta kanal en fantastisk upplevelse! Koppla av under en weekend på Göta Hotell, klassiskt kanalhotell från 1908, sov gott i de smakfulla rummen, njut av en god drink före maten och sedan en fantastisk fyrrätters middag. Tag en långpromenad eller cykla en sträcka längs Göta kanal och njut av alla årstider! En helg med kanalnära naturupplevelser och ett hotell med högklassigt kök väntar på er!

Pris per person: 1 300 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Söderköpings Brunn och båt kryssningar

Söderköpings Brunns kryssningsfartyg, M/F Lindön, erbjuder på sommaren lunchkryssningar fem dagar i veckan och en heldagskryssning till Harstena på lördagar. Vår båt är mycket populär bland konferenskunder och företag. Vi serverar samma utsökta mat ombord som i Brunnens matsal, vi har fullständiga rättigheter ombord. Ta en lunchtur till Mem. Upplev vackra Göta kanal under en trettimmars minikanaltur inklusive lunch. Vi serverar en fin båttallrik med lokalt producerade råvaror, smör och bröd samt kaffe och dessert. Vi guidar ombord och gör två slussningar och en kort sväng ut på Slätbaken. Avgång från Söderköping kl 11.00. Åter i hamn kl 14.00.

Pris per person: 550 SEK
Söderköpings Brunn
0121-109 00

Matresa med egen bil i Kinda

Gör en trerätters matresa med egen bil i Kinda. Måltiden inleds på Hargs Gård hos HargOdlarna. I gårdsbutiken serveras förrätten och Ann-Sofi berättar om verksamheten. Här har du också möjlighet att handla läckerheter från bygden. Efter förrätten går resan vidare. Färden går i en naturskön slinga runt södra Åsunden. Efter cirka en timme är vi framme vid Ryda Jakt och Fiske. Här serverar Liselotte en god, välagad varmrätt i en ombonad, trivsamt miljö. Sedan går färden vidare mot Björkfors och sjön Björken. Vi följer sjön Björkens strand tills vi kommer fram till Valö och går över bron och upp till den lilla kaffe-stugan högt uppe på ön, där Christoffer serverar desserten. Njut av den vackra miljön på den unika välkända festplatsen. Datum 9/7, 16/7 och 23/7. Turen startar kl 11.00 på Hargs Gård och slutar cirka 15.00 på Valö.

Pris per person: 370 SEK
HargOdlarna
0494-124 88

Cykla i Bråvikslandet och Bo på Villa Solliden

Direkt i anslutning till oss finner du flera utmärka cykelturer som är olika långa och har olika terräng. Vi förser er med Bråvikslandets broschyr med karta och information om turerna. I tvådagars-cykelpaketet ingår:

Middag vid ankomst i vår vackra matsal (om vädret tillåter ute på terrassen med utsikt över Bråviken).

Matsäck till cykelturen, dag 1 & 2

2-rättersmiddag, dag 1 & 2

2 övernattningar med härlig frukostbuffé.

Pris per person: från 1 950 SEK
Pensionat Villa Solliden i Kolmården
011-39 15 30

Vin- och matsafari i Östergötland

Följ med på en vin- och matsafari i det fagra Östergötland. Visste du att Östergötland kan bli norra Europas nya vindistrikt? I den östgötska myllan odlar Wester Vin flera internationella druvsorter och har tagit fram ett sortiment av "östgötska viner". Besök Brunneby Musteri, med möjlighet att provsmaka och handla deras stora sortiment av sylt, saft och cider. Därefter går resan vidare till Eklunds Chark i Linköping. Där du kan handla korv och charkuterier. Dagen avslutas på Britta och Lennarts Nära Kött i Norsholm.

Pris per person: 250 SEK (grupper 20-60 pers)
Svecia Travels
0141-20 99 00

Bo på Göta Hotell och åk båt på Göta kanal

Bli en riktig Göta kanalkännare! Åk med M/S Kung Sverker från Motala till Borensberg och tillbaka nästa dag! Turen går under sommarens alla dagar, slussa genom de fem slussarna i Borensnult. Under resan blir ni guidade av båtens kapten om Sveriges blå band. Framme i Borensberg hoppar ni av båten och går till det klassiska kanalthotellet Göta Hotell, där ni installerar er för natten! På kvällen avnjuter ni en tvårätters middag. Göta Hotell är klassificerat av White Guide.

Pris per person: 1 890 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Weekend på Gästgivarvaregården i Tjällmo

Välkomna på en weekend i Tjällmo! Ni bor på gästgiveriet med anor från 1600-talet, i nyrenoverade sovrum i gammal stil. Efter afternoon tea rekommenderar vi en promenad i Tjällmo. Besök gärna korskyrkan från 1700-talet med dess berömda orgel, och den gamla kyrkbyn. I paketet ingår en beskrivande historik, som ni använder som er ciceron! På kvällen äter ni en fyrrätters middag med regionala råvaror från slätt, skog och sjö. Vill ni köpa till vinpaket, rekommenderar köket gärna bra viner. Mätta och belåtna sover ni gott innan nästa dag väntar med en härlig frukostbuffé.

Pris per person: 1 395 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Göta Hotell med cykel- och båtresa på Göta kanal

Kryssa på Göta kanal med M/S Ceres och se den vackra sträckan mellan Berg och Borensberg. Slussa genom totalt nio slussar och se två akvedukter på resan. Bo på klassiska Göta Hotell i Borensberg och ät en god tvårätters middag på hotellet. Ät frukost och cykla tillbaka till Bergs slussar (cirka två mil). Besök gärna Brunneby Musteri och Cloetta chokladbutik i Ljungsbro där du får tio procent rabatt på alla inköp.

Pris per person: 1 965 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Vandringspaket på Villa Solliden i Kolmården

Bo på vårt charmiga pensionat, fem kilometer från Kolmårdens Djurpark. Varför inte vandra en dag och besöka vår fina Djurpark den andra? Väl på plats, passa på att utforska omgivningarna runt omkring oss, den vackra romantiska promenadstigen utmed Bråvikens strand i Marmorbruket. Vandra i Kolmårdens djupa skog, här finns olika långa vandringsleder, bland annat leder genom den tysta myren och genom den trolska ravinen i Getå. Vandra till museet i Marmorbruket med den världsberömda Kolmårdsmarmorn och se den härförande utsikten vid vår utkiksplats "Tittut".

Pris per person: från 1 950 SEK
Pensionat Villa Solliden i Kolmården
011-391530

Vandringspaket Två nätter på Villa Fridhem

Ett stenkast från Villa Fridhem går den natursköna Östgötaleden där du bland annat kan besöka "naturfenomenet" Getåravinen – som är en 500 miljoner år gammal spricka eller varför inte ta turen förbi vår utsiktsplats med härförande utsikt över Bråviken. Ingår i tredagars vandringspaket:

- Ankomst och tvårättersmiddag i Prins Carls matsal dag 1
 - Lunchpaket till vandringen samt kaffe i egen termos dag 2
 - Karta över lokala vandringsleder
 - Fyrrätters middag i Prins Carls matsal dag 2
 - Logi två nätter inklusive frukostbuffé
 - Lån av badrock och tofflor
 - Entré till SPA-avdelningen med inomhuspool, bubbelpool, bastu & relax
- Paketet är bokningsbart med valfri ankomstdag 1/4–31/10 2014.

Pris per person: 2 890 SEK
Villa Fridhem
011-622 00

Dramatiserad Food-hopping i Linköping

Följ med på en dramatiserad vandring där ni möter färgstarka karaktärer bland krögare och krogliv i Linköping på 1800-talet och får smakupplevelser från olika restauranger!

Pris per person: 495 SEK
Svecia Travels
0141-20 99 00

Romantik på Gryts Varv Hotell & Konferens

Gryts Varvs Romantiska paket är väldigt uppskattat. Unna dig och din kära lite lyx och umgås med varandra. I paketet ingår: Champagne och jordgubbar på rummet, trerätters middag, boende i ett av våra fina superiörrum på hotellet samt frukost.

Pris per person: från 1 340 SEK
Gryts Varv Hotell & Konferens
0123-128 00



Vandring, äventyr och fredagsmys

URNATUR

Inne i en av skogarna finns Urnatur med ett eremitage för vila och eftertanke. Här hålls ofta konferenser i timrade stugor, och trädhus. Under sommaren står eremitaget öppet för alla som vill testa det stillsamma livet. Det kallas för "do-it-yourself fullpension", det vill säga övernattnings och frukost ingår men man lagar själv övrig mat över öppen eld.

LÄS MER:

www.urnatur.se

Turisthotellet har laddat med paket

Omberg, Vättern, Ellen Keys Strand, en mängd konstnärer och så Ombergs Turisthotell. Det finns mycket underbart att få se och uppleva i trakterna av Ödeshög. På turisthotellet är det laddat med diverse paket i stället för "vanlig" övernattnings med frukost.

– **Det finns så mycket att** erbjuda gästerna i vårt område, det blir därför mycket lättare för dem när vi skapat färdiga paket.

I samtliga paket ingår middagar på kvällen och tillfälle till långa frukostar på morgonen, till exempel: **Supépaketet**, som nog får räknas som basen i utbudet.

Fredagsmys med fördrink och supé.

Vandringspaketet med picknicklunch från

OMBERG & ELLEN KEY

LÄS MER:

www.ombergsturisthotell.com

www.ellenkey.se

hotellet, som har tre vandringsleder alldeles i sin närhet.

Ellen Key-paketet med guidning i Ellen Keys underbara hem Strand inte långt från hotellet. Med picknicklunch och supé på kvällen. Den här sommarsäsongen har Strand dessutom öppet mycket mer än vanligt. Huset stängs visserligen för allmänna visningar i mitten av juni men öppnar igen 15 juli. På hemsidan finns mer information.

Äventyrspaketet där du kan sväva mellan trädtopparna eller falla fritt utför ett stup! Här är det samarbete med Vättern Event, som har ordnat två höghöjdsbanor och en ziplinebana i skogen på Omberg där den äventyrliga kan gå loss.

Har du testat själv, Pernilla?

– Jajamensan! Det är utsikt på hög höjd!

– Vi är ett badhotell också, säger hon. Det finns flera fina badplatser här ute efter Vättern, både med sandstrand och med klippor.

Att hålla hög kvalitet på maten är förstås viktigt för ett hotell som Ombergs Turisthotell. I begreppet kvalitet ingår här definitivt lokala råvaror.

– Vi har så lätt att få tag i lokala råvaror, säger Pernilla Larsson nöjt. Vi skriver också våra menyer utefter den mat vi har på nära håll.

Runt omkring i trakten finns det också många härliga konstnärsplatser att besöka. ■



SÄNKDALENS GÅRD

— naturligtvis —

Sänkdalets Gård är en ekologisk gård på Vikbolandet. Här tillverkar vi ekologiska produkter: kallpressad rapsolja, glass av mjölk & grädde från våra kor och dryckesmjölk på flaska. Vi säljer till butiker, restauranger, caféer och så har vi en gårdsbutik som är öppen alla dagar 9-21

Må gott!

Hälsningar Familjen Gunnarsson
0125-320 20 sankdalensgard.se



ULLSPINNERIET

På Ullspinneriet förädlas råvaran, ullen. Av den tillverkas en mängd ullprodukter som garn, färdigstickade tröjor, tyg och filter.

LÄS MER:

www.ullspinneriet.com

LASSE FRISK

Keramikern Lasse Frisk har även han sin ateljé i området. På sin hemsida berättar han om sitt formspråk och visar bland annat lampor och utsmyckningar. Han berättar också om den koboltblå färgen, som ger en enorm nyansrikedom åt keramiken.

LÄS MER:

www.lassefrisk.nu

IRÉNE NORDH

Iréne Nordh arbetar med främst måleri och grafik, men också med sten, textil och växtmaterial. Flera av hennes tavlor kan man bland annat se på Ombergs Turisthotell.

LÄS MER:

www.irenenordh.se

MATTIAS LILJEQVIST

Mattias Liljeqvist verkar på Galleri Omberg, i närheten av Ekoparken. Där finns tavlor och illusionsmåleri och man kan få visningar av dekorationsmåleri.

LÄS MER:

www.liljeqvist.info



Högkvalitativa och unika ullprodukter från Östergötland Ullspinneri hos Ulla-Karin Hellsten och Börje Norberg.



Smakfull utflykt!

0141-400 60 | info@gotahotell.se
www.gotahotell.se



"Närma dig köket och kärleken med djärvhet"

Indiskt ordspråk

Britt-Marie Fredriksson driver Fresons Bageri & Trädgård. I gårdsbutiken kan man få handla även om inte Britt-Marie är hemma.



Renässans för kalvdans!

Kalvdans och ostkakor. Sommarblommor, örter och tomatplantor. Och nu också ett ostkakekafé. Hemma hos Britt-Marie Fredriksson på Valla Södergård, en bit söder om Rimfors, finns det många idéer för att landsbygden verkligen ska leva.

Fresons Bageri & Trädgård står det på den lilla skylten som leder in till gårdsplanen och till den lilla gårdsbutiken där det bland annat säljs ostkakor och kalvdans. En liten bit ovanför gårdshuset ligger växthuset. Den underbara doften av fuktig jord känns välkomnande och när imman från glasögonen gått bort ser vi överdådet av alla växter.

Fram till midsommar är det öppet på gården för den som vill handla sommarblommor till rabatter och krukor, tomatplantor och diverse örter.

Men nu är vi ju på landet. Och Britt-Marie, som har många järn i elden (hon arbetar också som husdjurstekniker) kan inte vara tillgänglig alla dagar. I gårdsbutiken kan man därför få handla även om Britt-Marie inte är hemma.

Här samsas kalvdans med hemostkakor i kylskåpet och här finns ägg att plocka ur kartonger. Pengar för varorna lägger du i en liten låda. Från 1 april och fram till allhelgonadagen kan du handla. Då avslutar Britt-Marie försäljningsåret med att sälja en samling pumpor.

Det var på senhösten förra året som Britt-Marie Fredriksson tog över tillverkningen av hemostkaka och kalvdans. Dessa två delikatesser har bakats i Rimfors sedan 1988. När den senaste ägaren sålde verksamheten tog Britt-Marie över men får hjälp med bakningen, som sker ungefär var fjortonde dag i de gamla bagerilokalerna. Kalvdans och ostkakor bakas endast på beställning, framför allt till de affärer som säljer varorna. Men det händer också att privatpersoner hör av sig. För en tid sedan bakades till exempel ostkakor till ett hundraårskalas.

Kalvdans är långt ifrån lika känd som ostkakan. Kalvdansen görs på den första mjölken från en ko när hon har kalvat, den så kallade råmjölken. Britt-Marie har märkt att det är mest äldre människor som känner till kalvdans men hoppas



FRESONS BAGERI & TRÄDGÅRD

VAR: Från Rimforsa kör man cirka sju kilometer söderut på vägen mot Åtvidaberg. En skylt visar in till gården.

PRODUKTER: Kalvdans, hemostkaka, ägg, växter av diverse slag.

MER: Lagom till sommarsäsongen öppnar en granne till Britt-Marie inredningsbutiken "Stiliga stugan" i ett av husen på gården. Där ska hon också sälja Britt-Maries ostkakor i ett ostkakekafé.

ÖPPET: För säkerhets skull titta på hemsidan eller mejla till info@fresons.se. För det mesta går det att handla i boden även om Britt-Marie inte är hemma.

LÄS MER:
www.fresons.se

"Kalvdansen görs på den första mjölken från en ko när hon har kalvat"

på att de yngre ska få upp ögonen för denna otroligt proteinrika rätt, som innehåller väldigt lite socker. Perfekt inte minst som mellanmål.

Recepten kan nog skifta, framför allt när det gäller smaksättningen, Britt-Maries mamma gjorde kalvdans på 1 liter råmjölk, 1 msk socker, 1 kryddmått salt och 1 tsk kanel.

Men för att sälja mer behöver både kalvdansen och hemostkakan bli mer synliga. Britt-Marie Fredriksson har därför tagit hjälp av Almi inom ett landsbygdsprojekt. För en tid sedan blev hon inbjuden till Norrköping för att träffa studenter vid universitetets designutbildning. De håller nu som bäst på att ta fram förslag till nya förpackningar för varorna så att de ska kännas mer tidsenliga och synas bättre i affärshyllorna.

– Jag blev imponerad över alla deras idéer, säger Britt-Marie. ■

SOMMAR PÅ RIMFORSA STRAND!



LUNCHBUFFÉ

Somriga läckerheter serveras
dagligen klockan 12-15.

Pris 145 KR/PERS

GRILLKVÄLLAR

Vår uppskattade grill tänds
varje onsdag 2 jul – 13 aug
klockan 18.

Pris 345 KR/PERS



SOV ÖVER!

Unna dig en eller flera
övernattningar med båtturer,
golf, strandbastubad och andra
trevliga aktiviteter. Till kvällen
dukar vi upp en läcker middag
tillagad på traktens råvaror.

Pris fr 925 KR/PERS

LÄS MER OM VÅR
SKÖNA SOMMAR PÅ
WWW.RIMFORSASTRAND.SE

RIMFORSA STRAND

Fredrika Bremers Allé 2 590 46 Rimforsa

Telefon 0494-792 90

facebook.com/RimforsaStrand

YDREKÖTT

Ekologiska köttresdjur från
Ydres hagmarker



Vi på Ydrekött
levererar varje
vecka till butiker
och restauranger
i regionen.



YDREKÖTT AB
Rydsnäsv. 27, 570 61 Ydre
Tel. 0381 503 20
info@ydrekott.mu
www.ydrekott.mu



Westervin PROVSMAKNING

Drop In lördagar -söndagar kl 12-16

NÄRODLAT VIN

Muscat
art.nr. 74291

Chardonnay
art.nr. 74318

Merlot
art.nr. 76673

Cab Franc
art.nr. 76674

Ice-wine
art.nr. 76675

Kan beställas på
Systembolaget över hela
landet, finns på Linköpings
tre systembutiker.

www.westervin.se



NYHET!

ALKOHOL KAN SKADA DIN HÄLSA

Köp svenskt griskött!

Helst KRAV-märkt och gärna nära dig

– Vi måste slå vakt om vår djurskyddslag, den är världens strängaste och betydligt bättre än omvärldens.

Det säger Per Jensen, professor i etologi (lärans om djurs beteende) vid Linköpings universitet när han pratar om bland annat svensk djurhållning vid den senaste mässan, Smaka på Östgötamat.

– Vi ska inte anpassa oss efter andra länders djurhållning utan i stället fortsätta utvecklingen och göra svenskt kött som vi kan vara stolta över.

Per Jensen visar ett antal bilder under sin föreläsning.

– Det är inga skräckbilder utan standardbilder. Tycker ni att det är skräckbilder har ni inte sett verkligheten.

Bilderna visar bland annat suggor, som inte kan vända sig i sina spiltor och grisar med avklippta svansar för att de inte ska bita svansarna av varandra.

I debatten om djurhållning hörs inte så mycket om priset, anser professorn, det vill säga vem som får betala för det låga matpriset.

– Vi har aldrig betalat så lite för maten som nu. Hur kan maten vara så billig? undrar Per Jensen.

– Det är provocerande när jag som vävlönad

professor säger så, men jag har till och med fått PRO:s priskontrollanter att bli lite övertygade om att maten är för billig!

Genom att räkna ut hur många timmar vi behöver jobba för att få vår veckomatlista uppfyllt kan man se prisutvecklingen.

– Och vi har aldrig behövt jobba så få timmar som nu, säger Per Jensen.

Kött har blivit billigt. Allra billigast är kyckling och gris.

Vad ligger bakom detta?

Per Jensen har tre förklaringar på vad som kan ligga bakom prisutvecklingen: Storleken på gårdarna och på besättningarna.

Specialisering. Idag är man en smågrisproducent som skickar iväg smågrisarna till slaktgrisspecialisten. Kobonden har blivit mjölkproducent som skickar iväg tjurkalvarna till nötköttproducenter.

Den viktigaste faktorn är dock djuraveln där tillväxten per dag har ökat för de olika djuren.

– Det är aveln som styr. Man väljer de föräldrar som växer snabbast. Inga hormoner, ingen genmanipulering, sådant är förbjudet. Men vill vi ha en avel där vi inte har insyn och inflytande? undrar Per Jensen. Det är sällan någon debatt om den saken.

Han tar kycklingar som exempel på sådan avel. Kycklingar som fortfarande är "bebisar", rent biologiskt, när de slaktas.



Per Jensens trestegsraket

- 1 Köp svenskproducerat kött.
- 2 Ännu lite bättre är att köpa KRAV-märkt kött. Det köttet, och det ekologiska, har lite mer krav på sig.
- 3 Köp lokalproducerat kött om du har möjlighet.



– Deras skelett har inte vuxit på samma sätt som övriga kroppen. Det innebär grava lidanden när de ska bära upp för många kilo med sitt baby-skelett.

Han jämför också grisar och mjölkkor på ungefär samma sätt.

– Men vad vi inte har så är det värphöns med amputerade näbbar, vi har inte grisar som föds upp på plastgolv med hål för att det ska vara lättare att hålla rent, vi har inte grisar med avklippta

svansar, inga kalvar som blir utmärklade för att de föds upp med foder utan järn så att köttet ska bli vitt, och så vidare.

Ska man då bli vegetarian?

– Nej, svarar Per Jensen, som ser det som en plikt att äta kött. Men däremot inte så mycket.

– Att äta kött är viktigt för en levande landsbygd och för öppna landskap, anser han. ■

En riktig Östgötagris

En riktig Östgötagris, det kan man väl kalla den gris som Eklunds Chark i Linköping valt till sin produktion av varor med griskött.

– Vi tar nästan alla grisar från Blackert Lantbruk i Skänninge, berättar Ingvar Gustafsson, vd för Eklunds Chark.

Undantag från den regeln gäller griskött i korvprodukter. Men allt annat packat fläskkött som karrékotletter, fläskfärs och så vidare är från en och samma gård i Skänninge.

– Vi har valt Blackert därför att de har en bra djurhållning och därför att konsumenterna är välkomna att åka till gården för att själva kunna få se hur djuren har det.

LÄS MER:

www eklunds chark.se

Blackert Lantbruk i Vistena, Skänninge finns också på Facebook.

– Dessutom driver man ett klimatsmart lantbruk med vindkraftverk.

Ingvar Gustafsson berättar också att Eklunds lyckats med en upphandling med Norrköpings kommun, som nu ska köpa fläskkött från företaget till sina skolor och sin äldreomsorg.

Intresset för charkprodukterna är också stort hos butikerna, säger Ingvar Gustafsson.

– Folk är mer medvetna i dag om vad de köper för mat. Vi försöker komma in i butikerna så mycket som möjligt för att demonstrera varorna.

Safari bland grisar

Vill du klappa kultingar? Vill du veta mer om KRAV-grisar och se hur de föds upp?

Då kan du åka på grissafari i sommar.

Det är Kalvsjö gård, strax söder om Medevi Brunn, som tar emot besökare för en annorlunda safari.

Den som kommer till gården får information om grisproduktionen. Finns det nyfödda grisar får man titta in i grisningsavdelningen. Sedan är det dags för en guidad tur på balvagnarna ut till grisbetena.



GRISSAFARI

VAR? Kalvsjö Gård, Medevi.

NÄR? Tisdagar och onsdagar. Grupper kan även boka in sig under andra tider.

FÖRBOKNING? Nej (undantag grupper)

LÄS MER: www.kalvsjo.se

Östergötland – en kornbod

Östergötland har nog av tradition betraktats som en av Sveriges kornbodar. Det är väl den bördiga Östgötaslätten med lång tradition av självägande bönder och ett förhållandevis välmående slättdanskap som satt den bilden historiskt. Östergötland är inte bara en pärla av mattradition som förvaltas vidare hos de småskaliga regionala mathantverkarna och företagen.

Stommen i länets matproduktion är så klart den omfattande volymproduktionen av spannmål, griskött, kyckling och ägg som sker på slätten. Östergötland har flest värphöns i Sverige och i området runt Mjölby, Skänninge och Motala odlas en icke oväsentlig andel av Sveriges matpotatis.

Vad många glömmar är kanske att en stor del av Östergötlands volymproduktion av mat också sker i norra och södra delarna av vårt län i mosaiklandskapet där beteshagar, små fält, eklandskapet eller de mörka granskogarna blandas. Här finns en stor del av nötkötts- får- och givetvis mjölkproduktionen. Ingen östgöte har mer än två mil till sin närmaste mjölkgård.

Det finns flera sätt att som konsument försöka göra aktiva val i sin matkonsumtion där man väljer råvaror från Svenska bönder med internationellt sett mycket hög nivå på djur- och miljöskydd. Fråga efter var råvaran kommer ifrån i färdigrätter, snabbmat och på restaurang. Använd appen "Bonde på köpet" för att leta efter Svensk råvara i charkprodukter och förädlade mejeriprodukter och leta efter Svenskt kött-märkningen. Du kan göra skillnad, Östergötland och Sverige blir vad vi äter!

Med vänlig hälsning

Peter Borrings

Regionordförande LRF Östergötland

Peter Borrings 5 bästa tips

- 1 Köp svensk färskt och fryst kött.
- 2 Kolla charkuterier som korv, leverpastej och skinka. Leta efter märket "Svenskt kött" eller ta hjälp av appen "Bonde på köpet".
- 3 Kolla färdigmaten. Här finns mycket av det anonyma importerade köttet.
- 4 Fråga var köttet kommer ifrån på skolan och restaurangen.
- 5 Berätta för dina vänner om fördelarna med svenskt kött.
 - friska djur och låg antibiotikaanvändning.
 - världens strängaste djurskyddslagstiftning.
 - en levande svensk landsbygd.

Vindistriktet Östergötland

Vem hade kunnat tro det för några år sedan? Att det skulle arrangeras vinresor till Östergötland? Nu blir det verklighet med vinresorna och även med drop-in och provsmakning.



När det blev dags för pension sadlade Åke Wester om till vinbonde

När Åke Wester i Vreta kloster utanför Linköping, odlare av bland annat grönsaker och jordgubbar, skulle gå i pension gjorde han inte som de flesta andra pensionärer. Han slutade inte jobba. Han sadlade om och blev vinbonde i stället. Och blev därmed den förste riktigt stora växthusodlaren av vindruvor i Sverige.

– Andra börjar ju spela golf när de blir pensionärer, säger Åke Wester.

De flera tusen vinstockarna i växthuset, där Åke Wester förr odlade bland annat sallad, jordgubbar och även en tid hade granplantor, ger nu mellan 3 000 och 4 000 flaskor vin varje år. Fem sorter kommer också årligen från företaget Wester Vin.

Åke Wester har hjälp av en vinmakare, som kommer till växthuset i Vreta kloster när det är dags för själva vintillverkningen.

– En omständlig procedur, säger Åke Wester. Också kringgårdad av många lagar och förordningar.

Åke Wester använder sig av välkända druvsorter som till exempel Chardonnay, Cabernet Sauvignon, Merlot och Muscat. Odlingen av druvorna är ekologisk men vinet är inte KRAV-märkt.

– Jag är allergisk mot byråkrati, förklarar Åke Wester. Jag är odlare och ingen pappersmänniska. Det räckte för mig att fylla i allt som behövdes för att vinet skulle komma med i Systembolagets beställningssortiment.

Det var givetvis viktigt för att få igång försäljningen. I de tre närbelägna systembutikerna i Linköping står vinet på plats på hyllorna.

Inte förrän ganska nyligen blev det tillåtet med provsmakning av vinerna på plats hos odlaren.

– Ofta kommer lite större sällskap, till exempel bussresor. Men vi har också drop-in och då får man smaka på de olika vinerna.

För att få lov att ordna provsmakning av vinerna måste druvorna vara odlade på plats, liksom att vinet ska vara tillverkat och lagrat där också. ■

”Den förste riktigt stora växthusodlaren av vindruvor i Sverige.”

WESTER VIN

Härna Gård i Vreta kloster

ÄGARE: Åke Wester

Öppet för drop-in och provsmakning: Från mitten av maj till mitten av oktober, mellan kl 11 och 16 (men titta på hemsidan först för säkerhets skull.) Kostar 125 kronor.

LÄS MER:

www.westervin.se

VINRESA:

Det blir vin- och matsafari i Östergötland i sommar, arrangerat av Svecia Travels i samarbete med Östgötamat. Ett av stoppen blir då hos Wester Vin, Vreta kloster.

LÄS MER:

www.sveciatravels.se



Sommaren finns på Vårdnäs

Välkommen till Vårdnäs – vid sjön Rengen och Kinda Kanal! Hos oss bor, äter och konfererar du i din egen takt. I vila eller full aktivitet, det är ditt val. Njut av sjösystemet i våra kanoter och mat och dryck i vår restaurang, där de lokala råvarorna är i fokus. ...och en sak vill du definitivt inte missa i sommar – våra härliga grillkvällar! Boka i tid och håll dig uppdaterad på vår hemsida.

Låt oss ta emot dig – vi vill ha dig som vår gäst!

Välkommen! 013-36 85 00, info@vardnas.com, www.vardnas.com

Stiftsgården Vårdnäs
HOTELL – RESTAURANG – KONFERENS





TORPÖNS färjeläge
MAT & CAMP




Lokalt producerade råvaror

•restaurang •glassbar •höghöjdsbana
•café •camping •sommarbutik •färja
•båtmack •kanoter •boule •elbåtturer

Öppet: 27/4–19/6 Tisdag–söndag kl. 11–20
Måndagar stängt, bokade sällskap undantaget
20/6–17/8 Alla dagar kl. 11–21
27/4–19/6 Tisdag–söndag kl. 11–20
Måndagar stängt, bokade sällskap undantaget
Välkommen!

0140-420 41 www.torpon.net



SOLVIKEN
VID TORPÖN
Vandrarhem & Konferens



BO • KONFERERA • TRÄFFAS

Trivsamt boende vid Sommens strand.
Träffpunkten för fest, konferens, fiske,
vandring, bad, avkoppling – påkoppling...

Välkommen, öppet hela året!

0140-40 100 www.solviken.nu

Prisvärt i
underbar
miljö!

Din östgötamat!



Nu finns Östgötamat i din butik. Lätt att hitta. Lätt att välja.

Östgötamat är din närmaste mat. Regionala producenter som tillsammans för fram Östergötlands smaker och matupplevelser. Produkter som växt, vårdats och hanterats med omsorg.



Östgötamat

www.ostgotamat.se

Äntligen är det dags att låta grillen gå varm. Extra gott blir det – både för magen och samvetet – med råvaror som har sluppit resa runt halva jordklotet. I Östergötland produceras allt du behöver för att göra succé på grillkvällen. Prova några av våra favoritrecept!

GRILLAD

LAMMRACK MED POTATISBAKELSE

(4 pers)

1 kg **lammracks**

Marinad:

1 dl **olja**
2 skivade **vitlöksklyftor**
1 msk **timjan**
2 tsk **salt**
2 tsk flytande **honung**

Potatisbakelser:

4 **bakpotatisar**
2 **äggulor**
3 msk **olja**
100 g **fetaost**
1 msk **dijonsenap**
1 pkt **bacon**

Gör så här:

Skala och finriv eller finhacka vitlöken till marinaden. Blanda den med övriga ingredienser, salt och peppar i en bunke. Skär lammracksen mellan revbenen. Lägg kött och marinad i dubbla plastpåsar. Massera in marinaden ordentligt. Låt marinera i kylan fyra fem timmar. Torka av och grilla köttet cirka tre minuter på varje sida. Salta och peppra.

Baka potatisarna cirka en timme i 200 grader. Tärna bacon. Bryn i stekpanna. Häll i sil, låt svalna och rinna av. Dela potatisen, gröp ur. Spara skalen! Gör en duches av potatis, äggulor, olja och fetaost i tärningar. Krydda med salt, peppar och senap. Blanda i bacon i duchessen. Fyll bakpotatisskalen med duchessen. Baka av i cirka 200 grader tills bakelserna fått fin färg, cirka 15 minuter.

APELSINGLASERADE KALKONVINGAR

(4 pers)

4–6 **kalkonvingar** per person

1 **apelsin**

Marinad:

Saften av 2 **apelsiner**
1/2 dl **soja**
1 tsk **mald ingefära**
1 tsk **salt**
1/2 tsk **svartpeppar**
1 tsk **socker**

Gör så här:

Lägg vingarna i en ugnssäker form. Blanda alla ingredienser till marinaden och pensla över vingarna. Låt gärna marinaden tränga in några timmar eller över natten. Stek vingarna i formen i 175 graders ugn i cirka en timme. Ös då och då. Skär apelsinen i skivor. Lägg dom på vingarna tio minuter innan de är färdiga. Pensla skivorna med stekskyn. Servera vingarna med ugnsbakade potatishalvor med salt och kummin på.

FAVORITEN! ÄNNU EN MARINAD TILL GRILLAD KALKON

3 msk **soja**
3 msk **rapsolja**
3 msk **honung**
1 msk **god senap**
1 tsk **ingefära**
1 **pressad vitlök**
salt och **peppar**

GRILLAD GRIS, CHÈVRE- & LÖKPAJ MED BASILIKASKY (4 pers)

4 skivor **skinksnitsel** alt. **fläskfilé**

BBQ-marinad:

1 msk **rapsolja**
1 msk **kallt kaffe**
1 tsk **worcestershiresås**
2 msk **ketchup**

Pajskal:

150 g **kallt smör**
5 dl **vetemjöl**
2 msk **kallt vatten**

Pajfyllning:

4 skivade **rödlökar**
1 skivad **vitlöksklyfta**
1 msk **smör**
350 g **chèvreost** i skivor
2 **ägg**
1,5 dl **mjölk**

Basilikasky:

3 **schalottenlökar**
1 msk **smör**
2 msk **torkad basilika**
4 dl **fond** eller **buljong**
1 dl **rödvin**
Ca 1 tsk **färgsoja**
maizenareddning
Färs basilika till garnering

Gör så här:

Pajskal: Sätt ugnen på 175 grader. Skär smöret i mindre bitar. Blanda samman mjöl och smör till en smulig deg, gärna i matberedare. Tillsätt vattnet. Arbeta snabbt ihop till en deg. Tryck ut degen i en form med löstagbar kant (cirka 26 cm i diameter). Nagga botten med en gaffel. Ställ i kylan 30 minuter. Förgrädda pajskalet mitt i ugnen 20 minuter.

Pajfyllning: Fräs löken i smör och smaksätt med salt och peppar, låt svalna. Lägg i löken i pajskalet och skivor av osten ovanpå. Blanda ägg, mjölk och krydda med salt, peppar. Häll äggstanningen över löken. Grädda pagen i 175 grader i cirka 25 minuter eller tills äggstanningen stannat.

Sky: Skala och finhacka schalottenlökarna. Fräs i smör. Tillsätt basilika. Häll på fond (egen eller på flaska blandad med vatten) och rödvin. Låt koka upp. Krydda. Färga med lite färgsoja. Låt koka tills löken mjuknat. Red eventuellt av med maizenareddning. Montera eventuellt i lite smör.

Kött: Vispa ihop ingredienserna till marinaden. Låt marinaden stå och dra i cirka 30 minuter innan den används. Lägg köttet i dubbla plastpåsar, häll på marinaden. Låt köttet marinera i kyl minst 30 minuter. Grilla köttet på medelvärme cirka 3 minuter på varje sida. Låt köttet vila cirka fem minuter innan det serveras tillsammans med spetten och en grönsallad.

PROGRAM 2014

Gryts Varv Hotell & Konferens

- 24/5** Lördag: **Båtfest** - gratis gästhamn, BBQ-buffé
7/6 **Tangokväll!!** Även prova på-Tango.
13/6 **Avslutningsfest** för alla niondeklassare i kommun. Ett samarbete med Valdemarsviks kommun.
20/6 **Midsommarafton:** Midsommarbuffé kl. 12-15, Kvällens middag kl. 16-21
21/6 Midsommardagen: **Brunch** kl. 11-15
Midsommardagsparty! Entré 150 kr. Kl. 18-20.30 BBQ-buffé, med entré 300 kr. Musik på bryggan kl. 18-01. Förköp biljetterna på Varvet, Restaurang Ekön eller hos Fröken Flora i Valdemarsvik.
22/6 Söndag: **Brunch** kl. 11-15
11/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Ulrika, Spader Dam
12/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Ulrika, Spader Dam
18/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Ulrika, Spader Dam
19/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Ulrika, Spader Dam
23/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Andreas Magnusson
25/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Andreas Magnusson
26/7 **Musik på bryggan med Trubadur,** Andreas Magnusson
2/8 **Musik på bryggan.** Specialspelning med medlemmar ur Lip Service och Sweet Chocolat & The Acnes
9-10/8 **Seglarfest** med segeltävlingar och marknad
19-20/9 Fredag- & lördagkväll: **Nobelinspirerad meny**
25/10 **Viltweekend,** Gourmetmeny på Vilt
15/11 **Gåsamiddag**

Restaurang Ekön

- 30/4** **Valborgs meny,** kl. 17-21, 2-rätters 195 kr,
10/7 **Musikquiz:** Trubadur Ulrika, Tex Mex-buffé.
17/7 **Musikquiz:** Trubadur Ulrika, Pan Pizza-buffé.
24/7 **Musikquiz:** Trubadur Andreas, Tex Mex-buffé.
31/7 **Musikquiz:** Trubadur, Fläskfilé med gratäng, sallader och smör.

Musikquiz - Bilda ett lag upp till sex personer och tävla. Fina priser till vinnarlaget.

 Gilla oss på Facebook och ta del av erbjudanden och information.

Öppettider

Dagligen midsommar - mitten av augusti • Helgöppet maj - sept.
Övrig tid är det öppet för grupper och konferenser, mer info på hemsidorna.
Avvikelser kan förekomma, kontakta oss.



0493-105 76
www.campa.se/11



GRYTS VARV
HOTELL & KONFERENS

0123-128 06
www.grytsvarv.se

Välkomna!



*Matgrossisten
alltid nära dig!*

Vi prioriterar alltid våra lokala producenter och produkter. Det är sann matkärelek! Sedan starten 1965 är vår idé att vara den ledande matgrossisten för uteätarmarknaden och att alltid vara nära kunden.

Kontakta oss på kontoret i Linköping.
Svensk Cater, Torvingegatan 9
582 78 Linköping
013-316440



www.svenskcater.se

ÖSTGÖTSKA SMAKBÄRARE

NÄÄS Gårdsbryggeri ligger naturskönt i Ydre, södra Östergötland. På gården möts det gamla bryggerhuset från 1823 med modern bryggeriutrustning. Här arbetar vi med en vision om att brygga genuint gott öl, ett öl som både släcker törsten och tillfredsställer smaklöknarna.

LOKAL BRONSMEDALJÖR

NÄÄS IPA av engelsk typ, har djup fruktig smak med härlig humlekaraktär och tydlig beska. Man kan ana lite karamelltoner. Den passar bra till skaldjur, olika frukter och lättare ostbrickor. Utmärkt som sällskapsdryck.

Nääs öl finns bl.a. på Systembolaget i Linköping, Tranås, Österbymo, Aneby samt på beställningssortimentet.

Nääs IPA, Alk. 6,3 V% Artnr: 88 585 Pris: 26,30 kr
Nääs lager, Alk. 5,1 % Artnr: 88 115 Pris: 23,20 kr

Läs mer om oss på
www.naasbrygg.se



**Alkohol är
beroendeframkallande**

KONSERT & KONGRESS BISTRO

*Miljömärkta
matupplevelser!*



*Unna dig en helkväll. Boka ditt
bord inför kvällsevenemang och
njut av en gastronomisk stund
innan föreställningen*

Miljömärkt lunch!

*Måndag - Fredag
11.00-13.30*



Bordsbokning vid kvällsevenemang:
013-190 00 30 eller bistro@arenabolaget.se



Ett nytt utflyktsmål utmed Göta Kanal.

- Manuell kött och chark
- Egna Hereforddjur
- Fläsk från Vistena gård
- Restaurang, öppet varje dag
- Grillkvällar med underhållning

Grillkvällar

varje fredag med underhållning,
Från 27 juni till 1 aug ,
18:30 all mat på buffe.

Härlig Matvandring

utmed Östgötaleden Norsholms naturreservat, med våra två guider, biologen Anette och matambassadören Britta.

Ni får smakupplevelser

av torkade örter, honung, blad och blommor som växer i Östergötland. Vandringen går över spång, upp i Biskop Brask ruiner med milsvidd utsikt.

Läs mer på hemsidan

Välkommen!



Kött till alla sommarens
högtider och grillningar!

www.dinkottbutik.se

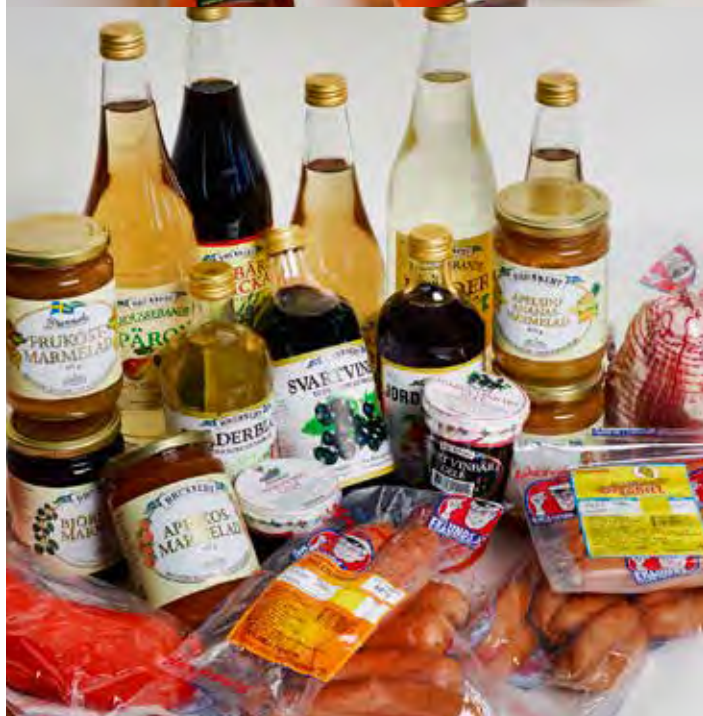
Norrköping: 011-135046

Linköping: 070-0911004

Norsholm: 011-54004

BRITTA ÖCH
NÄRA KÖTT
LENNARTS

DIN KÖTTBUTIK - ETT KULINARISKT CENTRUM



MAXI
ICA STORMARKNAD



Öppet
ALLA DAGAR 8-22
Maxi ICA Stormarknad i
Motala

Hökartorget, tel 0141-20 35 00

www.maximotala.se



**Östgötamat
i din butik.
Lätt att hitta.
Och att välja.**



Östgötamat



**Öppet
ALLA DAGAR 7-22**

Maxi ICA Stormarknad i

Norrköping

Koppargatan 20, tel 011-28 96 00

www.maxinorrkoping.se

**Öppet
ALLA DAGAR 7-22**

Maxi ICA Stormarknad i

Linköping

Västra Svedengatan 12, tel 013-36 47 00

www.maxilinkoping.se

Ät Östgötamat!

... i Linköping

Calle C Restaurang och Café

Beläget på Flygvapenmuseum lagar Calle C mat med fokus på kvalitet, särart och ursprung till vardags och fest. Här erbjuds klassisk husmanskost som i möjligaste mån tillagas på lokala och ekologiska varor. Dessutom finns en härlig salladsbuffé. Välj själv om du vill inta ditt mål i restaurangens flyghistoriska närhet eller i uteserveringens solsken.

Carl Cederströms gata 2
010-401 67 57 • www.gastromix.se

Konsert och Kongress Bistro

Välkommen till miljömärkta Konsert & Kongress Bistro. Här skapar våra skickliga kokar nya smakarika menyer efter säsong. Vi satsar på lokalproducerade råvaror av högsta kvalitet från regionen. Välkommen att avnjuta en superb lunch eller en utsökt festmeny i samband med ett evenemang på Konsert & Kongress.

Konsistoriegatan 7
013-190 00 00 www.arenabolaget.se

Storan

Mitt i staden, vid Stora Torget ligger Storan. Här kan du njuta av en à la cartemeny av fine dining-karaktär med rätter lagade från grunden. Menyn följer säsongernas skiftningar och råvarorna kommer främst från lokala producenter. Ceasarsallad och Storas hamburgare får många att återvända men även övriga rätter är en fröjd för smaklökarna. Maten avnjuts i en mysig och hemtrevlig restaurang som är ljus och nyrenoverad. Såväl lunch som middag kan du mätta magen här och varma sommarkvällar är Storas uteservering en svårslagen favorit bland Linköpingsborna.

Stora torget 9
013-10 31 909 • www.storan.se

Stångs Magasin

Stångs Magasin vill vara din mötesplats för alla tillfällen, oavsett om du söker en god lunch, middag eller ett gott vin. Här levereras en restaurangupplevelse utöver det vanliga där fokus ligger på mat, som lagas från grunden av bra råvaror. I så stor utsträckning som möjligt är de närproducerade. På sommaren öppnar Stångs Brygga – en uteservering direkt på vackra Stångån. Från och med 1 juli till 2 augusti är det endast kvällsöppet.

Södra Stånggatan 1
013 31 21 00 • www.stangsmagasin.se

Hagdahls Kök

På Hagdahls kök serveras husmanskost gjord på östgötska råvaror och inspirerad av hela världen. Menyn följer säsongernas växlingar och den regionala maten har hela tiden varit hjärtat i verksamheten. Miljön är mysig och den östgötska konsten hos Länsmuseet som ligger i samma hus kompletterar maten och ger en extra östgötsk stämning.

Vasavägen 16
013-14 14 89 • www.hagdahls.se

De Klomp

På De Klomp serverar vi rustik och vällagad mat och spännande öl från hela världen. Vi lagar vår mat från grunden på lokala och ekologiska råvaror. Vårt kött kommer från östgötska hagar och såväl fonder som säser är hemlagade. Lamm och musslor är populära råvaror hos oss. Allt avnjuts i en traditionell holländsk pubmiljö, mysigt och ombonat med mattor och spetsdukar på borden som sig bör på en "Bruine kroeg". Till maten finns ett stort sortiment av öl att välja ur, liksom en ekologisk vinlista. Vi hjälper mer än gärna till att hitta en dryck som förhöjer din kväll!

S:t Larsgatan 13
013-14 50 60 • www.deklomp.se



... i Norrköping

Louis De Geer

Intill vattenfallet i Motala Ström ligger Louis De Geer Konsert och Kongress lunchservering. Här kan du inta en dagens lunch på lokala råvaror och välja och vraka ur den stora salladsbuffén mitt i Norrköpings vackra industrilandskap. Kvällstid lämpar sig lokalerna väl för större evenemang och ger företagsfesten eller konferensen en unik inramning.

Dalsgatan 15

011-15 50 30 • www.louisdegeer.se

Mimmis Visthus

I det som en gång var ett stall i det mysiga kvarteret Knäppingsborg ligger nu Mimmis Visthus. Under vackra valv finns både restaurang och butik med ekologisk och närodlad mat. Här finns en hel del vegetariska alternativ och de köttätter som står på menyn baserar sig på lite ovanligare kött så som struts, kalkon och hjort. Klimatsmart mat i en genuin miljö skapar en njutningsfull upplevelse för alla sinnen.

Knäppingsborg

011-10 21 22 • www.mimmisvisthus.se

Östgöta Kök

Östgötsk mat när den är som bäst! Luncher, catering, matlagningsaktiviteter och fester. Allt tillagat med största omsorg på säsongens råvaror med fokus på östgötsk härkomst. Till hösten öppnar vi nytt i centrala Norrköping med butik och restaurang. Här kan du köpa våra noga utvalda råvaror – eller äta dem, tillagade av oss, på plats. Dessutom matsal för sällskap upp till 300 gäster! Välkommen!

Malmgatan 41

011-470 20 30 • www.ostgotakok.se

Middag i kvällssolen
på Stångs Brygga. En
restaurangupplevelse
utöver det vanliga.

Östgötamat ekonomisk förening

Här hittar ni oss

Boka dina paketresor
på www.ostgotamat.se



*När-
producerat!*



Medlemmar 2014

- 1 Mon Tomater HB 070-08 50 09 29
- 2 Brinks Gurkor & Lantbruks AB 011-533 30
- 3 Tåkerns trädgård/NatuRus Naturguidningar 0143-241 43
- 4 Det Lilla Kökets Delikatesser 013-10 52 00
- 5 Visätters Kalkon 0730-47 47 06
- 6 Restaurang Tre Bröder 013-28 51 95
- 7 Assarsson Trädgård AB 0706-22 20 18
- 8 Bleckenstad Gårdsbutik 0142-101 13
- 9 Boxholm Ost 0142-29 33 30
- 10 Ekebergs Vårdshus 0142-519 96
- 11 Hotell & Konferens Lugnalandet 0140-300 00
- 12 Torpöns Färjeläge Mat & Camp 0140-420 41
- 13 Brostorps Hemlagade 0140-430 54
- 14 Ydre Kött 0381-503 20
- 15 Fresons Trädgård 070-281 00 88
- 16 Göta Hotell 0141-400 60
- 17 Brunneby Musteri 0141-402 04
- 18 Väversunda Bårodding 0143-211 56
- 19 Östgötamjök 013-24 38 83
- 20 Westervin 013-606 74
- 21 Löt Gårdsmejeri 0702-52 80 82
- 22 Storan 013-10 31 90
- 23 Bistro La Tour 013-47 05 052
- 24 Börslycke 0141-80 233
- 25 De Klomp 013-14 50 60
- 26 Calle C Restaurang & Café 013-470 77 60
- 27 Friluftsmuseet Gamla Linköping-Handelsboden 013-12 15 96
- 28 S.T. Annas Rökeri 073-211 25 62
- 29 Ronaldo's Stenugnsbageri 013-10 26 66
- 30 Linköping Konsert & Kongress 013-190 00 00
- 31 Stångs Magasin AB 013-31 21 00
- 32 Eklunds Chark AB 013-31 76 00
- 33 Gyllen Linds bageri 013-24 43 43, 013-10 00 65
- 34 Landeryds Golf 013-36 22 00
- 35 Herrsäter Gård 013-571 13
- 36 Stiftsgården Vårdnäs Hotell & Konferens 013-36 85 00
- 37 Fridhems Kursgård 011-622 00
- 38 Rimforsa Strand Kurs & Konferens 0494-792 90
- 39 Storgården Konferens Gastronomi Relax 0494-210 70
- 40 Hargs Marmeladeri 0494-124 88
- 41 Stångå Hotell 013-31 12 75
- 42 Boställets vedugnsbageri 076-127 30 22
- 43 Kinda Gurka AB 0494-221 00
- 44 Wirens Jord & Skog 0494-50092
- 45 Trädgårdshotellet 0120-844 40
- 46 Åtvidabergs Hotell & Restaurang 0120-100 90
- 47 Britta och Lennarts Nära Kött 011-540 04
- 48 Nääs Gårdsbryggeri AB 0140-77 01 40
- 49 Hejtorp Gårdsmejeri 0122-200 00
- 50 Svensk Cater 0705-39 39 70
- 51 Bjursunds Slakteri AB 0123-102
- 52 Östgöta Kök 011-470 20 30
- 53 Louis De Geer 011-15 50 41
- 54 Mimmis Visthus AB 011-10 21 22
- 55 Bondens Crêperie, Söderköping 0121-105 42
- 56 Söderköpings Brunn 0121-109 00
- 57 Vikbolandsstruts 0125-100 29
- 58 Sänkdalens Gård 0125-320 20
- 59 Mauritzbergs Slott 0125-501 00
- 60 Basunda Gård 070-54 16 790
- 61 Hagdahls Kök 013-14 14 89
- 62 Grebstads Gårdsbutik 0141-23 12 17
- 63 Villa Solliden 011-39 15 30
- 64 Café Kårtorp 0123-300 87
- 65 Finnö Fisk Rökeri & Gårdsbryggeri AB 0123-405 88
- 66 Gryts Varv Hotell & Konferens 0123-128 06
- 67 Smultronboda Lammprodukter 0493-710 77
- 68 Yxnerum hotel & conference 0120-610 22
- 69 Forsmans Lax och Lamm 0125-910 15
- 70 Stafsäter Gårdsglass 0709-46 74 08
- 71 Bossgård 013-39 51 31
- 72 Mårdskog & Lindkvist AB 036-18 12 00
- 73 Rederi AB Kind 013-663 50
- 74 Blåklintsprodukter 013-751 90
- 75 Östgöta Trädgårdshall 013-35 49 13
- 76 Rejmyre Getsgifveri AB 013-35 49 13
- 77 Stubbetorp potatis 0141-23 00 21
- 78 Ombergs Turisthotell 0144-330 02
- 79 Östgötabi 0708-28 85 98
- 80 Charlotte's Goa Grisar 070-343 69 57
- 81 Mossebo Gårdsbutik & Rökeri 0123-105 85
- 82 Torpa Gård Konferens & Event 0141-408 48
- 83 Gästgifvaregården i Tjällmo 0141-600 30
- 84 Vesterby golfbana 013-36 22 55

FOODHOPPING I LINKÖPING



Följ med på en dramatiserad vandring där ni möter färgstarka karaktärer bland krögare och krogliv i Linköping på 1800-talet och får smakupplevelser på olika restauranger. Datum 2014: 21, 28 maj, 10, 17 juni, 8, 15 juli och 15, 22 augusti. Pris: 495 SEK per/pers
För bokning ring Svecia Travels 0141-20 99 00.



Grepstad
Gårdsbutik



Vi fokuserar på det lokala och närproducerade, vi säljer närodlade kvalitetsprodukter från duktiga lantbrukare i vår region. Under säsong säljer vi söta och goda jordgubbar från egen odling.

För info: www.grepstad.se
Tel. 0706-291217, 0141-231900

Välkommen till vår ostbutik!



Provsma och handla ur vårt prisbelönta sortiment vid vårt mejeri i Boxholm. Vi har ystat ost av färsk mjölk från gårdarna i grannskapet sedan 1890. I vår butik hittar du både bra erbjudande på våra ostar och vi säljer även andra östgötska delikatesser. **Varmt välkomna!**

Butikens öppettider vecka 24-34
Mån - fre 9.30-17.00

BOXHOLM OST

• FRÅN OSTMÄSTARNA I BOXHOLM •