



# Matnyttigt från Res & Ät



*Kvarken är en spännande region för alla som vill uppleva en minnesvärd måltid. Gastro Botnias mål är att ytterligare förstärka regionens status när det gäller måltidsupplevelser. Vi vill att varje besökare ska känna sig extra väl omhändertagen hos oss med hjälp av regionala råvaror och ett gott värdskap!*

## Andreas lever som han lär

Andreas Helgesson, en av de tre projektledarna för Gastro Botnia, driver tillsammans med sin far ett ekologiskt lantbruk fyra mil väster om Umeå. Gården ligger vid Gullsjön och byn är gammal lantbruksbygd där Andreas är femte generationens jordbrukare.

Från början var Gullsjö Lantbruk en mjölkgård men Andreas driver den nu som en köttgård med siktet inställt på gårdsbutik om några år. Djuren som föds upp är lättskötta Aberdeen Angus och Hereford, kötttraser med ett lugnt temperament. På bilden syns avelstjuren Glitter av Brunared, som med sina 1 350 kg är en riktig bjässe som man bör ha den största respekt för.

Köttkorna betar runt sjön och håller landskapet öppet och fint hela sommaren och förhindrar igenväxt av åkermark. Kalvarna diar i sex månader innan de säljs vidare till olika uppfödare. På sikt vill Andreas bygga ett nytt stall för att behålla alla djur på gården och på så sätt ha hela kedjan där - från kalv till slaktfärdigt djur. Kanske till och med förädling av råvaran.

Andreas har över 20 års erfarenhet som kock och har bland annat jobbat som köksmästare på den luxuösa hotellkedjan Four Seasons på Maldiverna. Han har även basat i köket på Högbo Brukshotell utanför Sandviken där Gert Klötzke var VD och ledde kocklandslaget till stora framgångar. Andreas har också undervisat på Restauranghögskolan vid Umeå Universitet.

I höst har han lagat flera av de representationsmiddagar som Sverige stått värd för under EU-ordförandeskapet i Bryssel. Men det är hemma på gården och i den vardagliga kontakten med kollegor inom restaurangbranschen han trivs bäst!



## Om Res & Ät

Projektet Res & Ät vill utveckla gästens upplevelse av Måltiden. Detta som ett led i att göra hela Kvarken-regionen ännu mer attraktiv för turister. Målsättningen är att gästens upplevelse av Måltiden ska motsvara högt ställda krav. Genom att fokusera på utveckling av Måltiden kommer efterfrågan på regionens turistprodukter att öka, därigenom ökar också effekterna av Kvarkenturismen.

Måltiden är för gästen inte bara ett sätt att stilla sin hunger. God mat, miljö, dukning, råvaror, tillagning, servering, service, värdskap, produktkännedom, storytelling etc. skapar tillsammans den helhetsupplevelse som gästen bär med sig, berättar om för andra och själv gärna återkommer till. Res & Ät ska utveckla de delar som påverkar gästens upplevelse av Måltiden genom aktiviteter som kan sammanfattas i begreppen:

- *Service - värdskap*
- *Omvärld*
- *Mat*
- *Marknad*

Projektet ska också stärka innehållet i regionens varumärke för en kvalitativ måltid - Gastro Botnia.

## Ny annonskampanj

Vår nya annonskampanj gick tre lördagar i rad under november och december i tidningarna Västerbottens-Kuriren, Västerbottens Folkblad, Norra Västerbotten, Vasabladet samt Pohjalainen. Annonserna fanns i tre olika versioner, alla med magiska måltider som tema:

- *Magiska måltider. Helt naturligt.*
- *Din julklapp, en magisk måltid*
- *Recept för magisk fest: Boka hos oss!*



## Medlemmar i fokus



**Rex Bar & Grill**  
Rådhuset  
903 26 Umeå  
Tel 090-70 60 50  
[rex@rexbar.com](mailto:rex@rexbar.com)  
[www.rexbar.com](http://www.rexbar.com)

### Rex Bar & Grill

I Umeås stilfulla Rådhus, byggt år 1892, ligger restaurang Rex Bar & Grill som ägs och drivs av Mia Karlsson-Jonsson. I samma lokal huserade stadens poliskår fram till år 1938. Rex vill med sin mat spegla landskapet Västerbotten, från havet i öst till fjällen i väst. På menyn finns bland annat löjrom från Kalix, reninnanlår från Arjeplog och röding från Landön.

”Vi vill presentera råvarorna man finner här, nästgårds och i världen på ett säsonganpassat och kreativt sätt”, berättar Mia. ”Allt för att våra gäster ska känna sig trygga med kvaliteten på såväl mat som service och få ett positivt minne med sig härifrån”, fortsätter hon.

I Rex matsal ryms 100 gäster och på sommaren finns det en härlig uteservering för ytterligare 230 gäster. Rex har även en festsal i Rådhusets gamla tingssal med plats för upp till 500 gäster. Där erbjuds allt från minimässor till konferenser men framförallt banketter med maten i fokus. Det anordnas även uppskattade provningar som till exempel ost och vin, sprit och cocktails med flera.

### Gustav Wasa

I en gammal kolkällare mitt i Vasa centrum hittar man idag restaurang Gustav Wasa. Nere i de charmiga källarlokalerna finns en stämningsfull restaurang med en lugn och avstressande miljö. Gustav Wasa grundades 1992 av familjen Ekman och drivs idag av Pernilla och Michael Ekman tillsammans med sin personal. Restaurangen har plats för 80-90 gäster och i personalen arbetar cirka tio personer.

”Vi har alltid satsat på råvaror av hög kvalitet och bra service. Menyerna lever med årstiderna och vi strävar efter att använda närproducerade råvaror då det är möjligt. Det mesta som erbjuds i matväg gör vi själva, från början till slut.” berättar Michael.

På Gustav Wasa kan en grupp på upp till 20 personer förutom att äta även bada bastu eller konferera i det kombinerade mötesutrymmet och festvåningen. Tillsammans med olika samarbetspartners ordnas även till exempel skärgårdskryssningar sommartid och snöskotersafari vintertid.



**Gustav Wasa**

**Gustav Wasa**  
Rådhusgatan 24  
65100 Vasa  
Tel: +35850-4663208  
[info@gustavwasa.com](mailto:info@gustavwasa.com)  
[www.gustavwasa.com](http://www.gustavwasa.com)

## Matnyttigt fiskrecept

Kim Hellman, köksmästare på Gustav Wasa bjuder på en härlig *Confit på gös med gurkragu och sillaioli*.

### Ingredienser

Gös  
Skirat smör

### Ragu

En stor schalottenlök  
En halv gurka  
2 msk kräftstjärter  
Dill  
100 gr. smör  
Salt och peppar

### Sillaioli

1 Äggula  
1,5 dl god matolja  
En halv matjessillfilé  
Vitlök, salt och peppar

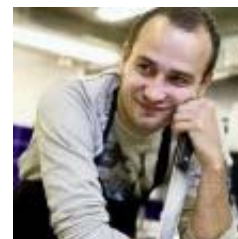
### Gör så här:

Skär gösen i tändsticksaksstorlek och värm den i skirat smör i cirka 20 minuter.

Ragun: Skär schalottenlöken i ringar och gurkan i tändsticksstorlek. Blanda löken och smöret med salt i lite vatten och låt det koka upp snabbt. Tillsätt resten av ingredienserna och servera direkt.

Sillaiolin: Mixa allt utom oljan till en slät massa. Droppa i oljan tills önskad konsistens uppnåtts.

### Smaklig måltid!



## Annukka Miettinen - Årets Unga Företagarkvinna

Annukka Miettinen, ägare av restaurang Vanhankaupungin Ravintola och medlem i Gastro Botnia, har utsetts till "Årets Unga Företagarkvinna" i Karleby 2009. Annukka tog över Vanhankaupungin Ravintola för drygt fyra år sedan och har fortsatt verksamheten enligt den tidigare restauratörens koncept. För henne innebar restaurangen en chans att förverkliga sig själv och sina idéer. "Vårt motto är att erbjuda bästa möjliga mat och stämning", berättar Annukka.



Matsedeln förnyas fyra gånger om året vilket betyder att säsongens bästa råvaror alltid kommer till sin rätt. Maträtterna är väl tillredda och kompletteras av professionellt utvalda viner. Ett nytt inslag är bland annat sensommarens Skörde- och vinfest som ordnas på restaurangens vackra innergård.

Annukka berättar engagerat om den stora betydelse närmaten har i hennes vardag. Nästan alla huvudrätter köps från närområdet, till exempel grönsaker, frukt, ägg och kött. Siklöja får restaurangen från Lestijärvi och annan fisk köper man från ortens fiskare. Brödet bakas huvudsakligen av personalen och hälsosam matlagning eftersträvas genom att undvika tillsatser, färgämnen och halvfabrikat.

Annukka har också en vision om att piffa upp den idylliska innergården med små mysiga butiker, ett hem-bageri och nya evenemang. Idéer fattas inte. "Vi vill på ett ödmjukt men samtidigt ambitiöst sätt erbjuda våra kunder fina upplevelser", förklarar Annukka.

Vanhankaupungin Ravintola hittar du i centrala Karleby i Finland på adressen Storgatan 28. Läs mer på [www.vanhankaupunginravintola.fi](http://www.vanhankaupunginravintola.fi)

## DUÅ - Årets nyföretagare

Stjärnfaktorn var hög under näringslivets stora årliga evenemang Umeågalan den 12 november då elva priser delades ut till framgångsrika företagare och entreprenörer. Vår medlem, delikatessbutiken DUÅ från Umeå, var som första företag i galans historia, nominerad i två kategorier - "Årets nyföretagare" och "Västerbottens-Kurirens varumärkespris".

Priset i "Årets nyföretagare" delades ut av Almi Företagspartner Nord och Entreprenör Centrum. Priset delas ut som ett led i arbetet att främja lokalt nyföretagande. Nominerade var kommunikationsbyrån Gertrud & Gertrud, Umeå Smärtmottagning samt DUÅ. Det gick ett glädjetjut genom publiken när vinnaren - DUÅ med tvillingarna Lars och Per Åkerlund ropades ut!



Nomineringen löd:

"Genom att nyttja ny teknik för en personlig marknadsföring har företaget lyckats med att expandera en verksamhet på en hårt konkurrensutsatt marknad. Med sitt innovativa sätt och den personliga servicen, skapar de en magnetism i butiken som får varje kund att känna sig utvald."

"Ett tack till alla som trodde på oss och ett tack till alla de som inte trodde på oss, för det gör det här så mycket roligare", säger Per.

DUÅ finns på Storgatan 46 mitt i centrala Umeå. Läs mer på [www.duaumea.se](http://www.duaumea.se) och deras blogg: [www.duaumea.se/blogg.html](http://www.duaumea.se/blogg.html)

## Kommande evenemang

### 19 januari - Västerbotten på Grand Hôtel

I samband med Västerbottendagarna kommer projektet att bjuda på en buffé för matskribenter och utvalda researrangörer.



### 20-21 januari - Bageri, konditori och dessertkurs i Stockholm

Den 20-21 januari arrangerar vi en kurs i Stockholm på ämnet bröd, konditori och desserter. Vi kommer under ledning av Tony Ohlsson lära oss hur man bakar gott bröd, surdegar, vilket mjöl man ska använda osv. Dessertkursen leds av Magnus Johansson, som var med i svenska kocklandslaget under samma period som Tony. Magnus driver idag konditori Xoko på Rörstrandsgatan i Stockholm.



### 21 januari - Resemässan Matka

Under Matkas första fackdag finns projektet i mässans hjärta, själva pressrummet, där över 500 journalister passerar. Det serveras smakprover och vi berättar och visar vilka möjligheter Västerbotten och Österbotten erbjuder vad gäller måltids- och reseupplevelser. Deltagandet sker i samarbete med Österbottens Turisms satsning på Matka.



### 22 januari - Presslunch i Helsingfors

Lunch för 25-40 matskribenter på restaurang Botta i Helsingfors. Det serveras en lunchbuffé som mångsidigt visar regionens gastronomiska utbud baserat på lokala råvaror. Från scen beskrivs projektet och våra samarbetspartners i ord och bild.



### 10 februari - Turismparlament i Vasa

En heldag i Vasa på Silveria med intressanta föreläsare från Sverige och Finland. På kvällen ordnas en gemensam middag. Evenemanget sker i samarbete med Österbottens Turism, Visit Kvarken och Gastro Botnia.

### 15-16 mars - Serveringspersonalen på resa

En resa till Stockholm för serveringspersonalen från båda sidorna av Kvarken. Det preliminära programmet innehåller bland annat kaffeskola hos Arvid Nordqvist och föreläsningar om servering med fitness, ergonomi och sensorik.



### 12 & 19 april - Gröna dagar med Paul Svensson

Två dagar på båda sidorna om Kvarken, i Hemavan och Närpes, med det gröna i centrum. Stjärnkocken Paul Svensson berättar om det gröna i måltiden.



## Press- och studieresa

Under våren genomför vi en visningsresa för journalister och utvalda researrangörer. Resan sker i mitten av april (v. 15) och vi besöker hela regionen med fokus på smaker, råvaror och gastronomiska upplevelser. Preliminärt i Hemavan den 12 april och/eller Närpes den 19 april.

Intresserad? Kontakta Martin Ahlberg på FIN-S, martin.ahlberg@fin-s.a.se, tel: +46 8 667 25 97.



## Medlemmar

Projektet har idag 9 svenska och 21 finska medlemmar från olika turist- och måltidsproducerande företag. I år kommer vi att ta med några företag till, så hör av er om just ni vill vara med och utveckla regionen till ett intressant resmål vad gäller måltidsupplevelser! Kontakta oss så berättar vi mer.

### Finland

Björkö Wårdshus, Björköby  
Café Kummelskär, Mickelsörarna,  
Fiskarbyn, Café Bryggan, Öja  
Gustav Wasa, Vasab  
Hotel Astor, Vasab  
Hotell Mesikämmen, Ähtäri  
Härmä Spa hotell, Ylihärmä  
Kilen, Sideby  
Koskenkorvan Trahteri, Koskenkorva  
Lind's Kök, Närpes  
Lunchrestaurang Timppa, Ylihärmä  
Matkailukeskus Hunurijärvi, Härmä  
Mäntylä Gärd, Närvijoki  
Panorama, Vasab  
Punaisen Tuvan Viinitila, Alajärvi  
Pärus Café, Lappfjärd

Restaurang Crazy Cat, Kristinestad  
Restaurang Hemmer, Solf  
Restaurang Strand-Mölle, Molpe  
Solf Gästgivargård, Solf  
Vanhankaupungin Ravintola, Karleby

### Sverige

DUÅ - Umeå  
Johanna i parken - Skellefteå  
Nisses Conditori - Holmsund  
Officersmessen - Umeå  
Restaurang Äpplet - Umeå  
Rex Bar & Grill - Umeå  
Stiftsgården - Skellefteå  
TC - Umeå  
Tärnaby Fjällhotell - Tärnaby

Se [www.gastrobotnia.com](http://www.gastrobotnia.com) för presentation och kontaktuppgifter till våra medlemmar.

## Kontakt



**Andreas Helgesson**  
*Andreas.helgesson@gastrobotnia.com*  
Tel +46 70 354 27 01



**Barbro Ruda**  
*Barbro.ruda@umea.se*  
Tel +46 70 582 35 60



**Cisse Grönholm**  
*Cisse.gronholm@gastrobotnia.com*  
Tel +358 500 36 28 04



EUROPEISKA UNIONEN  
EUROOPAN UNIONI

Gränsöverskridande samarbete över fjäll och hav  
Meret, vuoret ja rajat ylittävä yhteistyö  
Cross-border cooperation over mountain and sea

[www.botnia-atlantica.eu](http://www.botnia-atlantica.eu)

Europiska regionala utvecklingsfonden delfinansierar detta projekt



VästerbottensTurism

POHJANMAAN  
MARKKALLO



ÖSTERBOTTENS  
TURISM