

WE LOVE TO SERVE YOU

# DELIKAT

INSPIRATION FRÅN MÄNNISKORNA BAKOM KROGARNA: BOCKHOLMEN HAV & RESTAURANG, HORNSGATAN KVARTERSKROG, HÖTORGET KVARTERSKROG, ITALENSKAN, MEATBALLS FOR THE PEOPLE, SPANJORSKAN, NYDBROGATAN 38, PARADEN, ÖSTERLANGGATAN 17.

ÄT, DRICK OCH DANSA

VINBÖCKER,  
BRUNCHSPECIAL  
& GUIDE TILL  
KÖPENHAMN

## BIG NIGHT

DET HEMLIGA RECEPTET TILL  
EN KLASSISK KROGKVÄLL

DELIKAT / NOS / 2022

*Bockholmsengruppen*

---

## – EN AV BOCKHOLMENGGRUPPENS VIKTIGASTE STÖTESTENAR I ALLT VI GÖR ÄR ATT VARA EN LEVANDE DEL AV VÅRT NÄROMRÅDE.

---



---

### DEN HÄR KROGEN SER JAG FRAM EMOT ATT BESÖKA I SOMMAR:

**Mathias:** Jag ser fram emot att få göra en resa till nordvästra Spanien och äta en härlig långlunch på Elkano, en restaurang med råvaran i fokus. "If you dont bring me the best, dont bother coming to Elkano". Den grillade piggvaren där lär vara något som är värt en resa i sig, den ska jag göra.

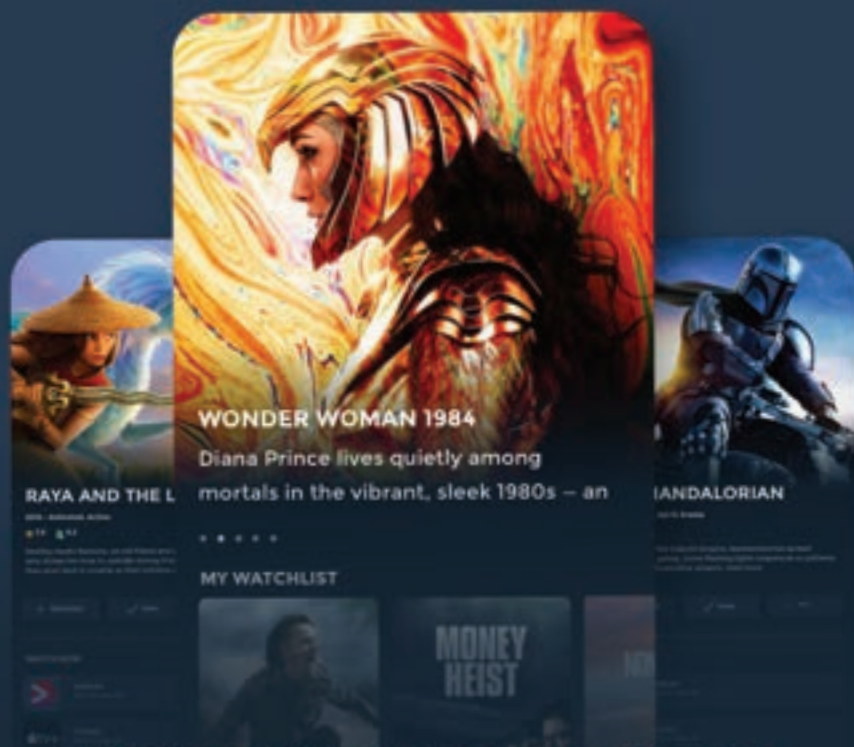
**Peder:** Jag ser fram emot att besöka Båtshaket på Ålöv som ligger söder om Utö. Sedan förra sommaren drivs den av Jim och Jacob vilket ledde till att något redan härligt numera är en magisk kombo av miljö, mat, människor och dryck i ett otroligt charmigt båtshus med kvällssol.

**Tiel:** Jag ser fram emot att testa vilka bra restauranger Mariehamn på Åland har att erbjuda. En fin dag i sommar tar vi egna båten över och hittar förhoppningsvis något guldkorn.

---

Varmt välkommen till Delikat! Denna sommar är vi lite extra glada att kunna uppfylla en av våra drömmar – vi är nämligen tillbaka på Södermalm. På Hornsgatan i korsningen vid Zinkensdamm har vi precis slagit upp portarna till Hornsgatan Kvarterskrog och Barservering, och det är med stort nöje vi tar oss an ett hörn av vår stad som länge längtat efter lite sjudande krogliv. En av Bockholmengruppens viktigaste stötestenar i allt vi gör är att vara en levande del av vårt närområde. Vi älskar att bli bästa kompis med våra grannar, att bjuda på ett glas extra, att välkomna unga som gamla, vänner och kärlekspar, ensamätare, hundägare och stora familjer. Det är blandningen och personligheten som gör ett ställe levande, den som finns inbyggd i varje grannskap – därför vill vi att våra kvarterskrogar ska fungera som ett extra vardagsrum där du kan känna dig lika avslappnad som hemma. Efter att ha lämnat Nytorget för några år sedan är vi nu otroligt glada och stolta att kunna återvända till stadsdelen vi älskar och än en gång kunna ge Söderborna lite feststämning. För det är precis vad det här numret av Delikat handlar om: På sidan 6 får du följa med till en riktig helkväll på Italienskan som vi kallar för Big Night, en matföreställning i sju akter med allt från pasta till fiorentina och tiramisu. På sidan 14 får du läsa berättelsen om världens härligaste partybild, Lennart Nilssons legendariska foto av Berns 100-årsjubileum 1963. På sidan 46 får du en guide till det matglada Köpenham, och sist men inte minst får du träffa Bockholmengruppens mest frekventa stamgäst genom tiderna: Gustaf Slettengren som ätit frukost på Nybrogatan 38 varje dag de senaste tio åren. En vana som nu förärat honom en alldeles egen plakett på väggen. Precis som Gustaf är du välkommen till oss när du vill, hur du vill: sju dagar i veckan, 365 dagar om året. Vi önskar dig en otrolig sommar!

BOCKHOLMENGGRUPPEN



VÄLKOMMEN TILL PLAYPILOT  
HITTA DET BÄSTA FRÅN  
ALLA STREAMINGTJÄNSTER  
I EN APP



LADDA NED PLAYPILOT,  
DEN ULTIMATA STREAMINGGUIDEN IDAG!

Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play



# INNEHÅLL

## BIG NIGHT / 6

En italiensk matföreställning i sju akter.

## ÅRHUNDRADETS FÖDELSEDAGSFEST / 14

Den oväntade historien bakom tidernas partybild.

## GLASKLART / 16

Tio glas för det kompletta hemmaköket.

## THERESE ALSHAMMAR / 18

OS-vinnaren om mat, dryck och träning.

## VITT, RÖTT ELLER ORANGE / 22

10 vinböcker som inspirerar.

## MEATBALLS – NU SOM KOKBOK / 26

Exklusivt utdrag ur receptboken alla vill ha.

## HÖTORGET / 32

Så fick den ikoniska platsen en ny kostym.

## MATDESTINATION: KÖPENHAMN / 40

Det bubblar i den danska huvudstaden.

## BOCKHOLMENS MATSKOLA / 44

Bästa recepten för den perfekta brunchen.

## STAMMIS: GUSTAF SLETTENGREN / 52

Nybrogatan 38:s mest frekventa gäst genom tiderna.

## HEDDA SPENDRUP / 56

Bryggmästaren om sin kärlek till öl.

## MAT PÅ YOUTUBE / 58

Tio konton för den hungrige.

## HORNSGATAN / 60

Varmt välkommen till vår nya kvarterskrog.

## MITT VINMINNE / 62

Sommeliersen Filip Weidnitz vet vad du ska ha i glaset.

### BOCKHOLMENGRUPPEN DELIKAT #8

Ansvarig för denna utgåva: Peder Smith, [peder@bockholmengruppen.com](mailto:peder@bockholmengruppen.com).

Produktion: Studio Smirnakos & WDW Creative.

Text: Sara Berg, Mathias Pilblad, Peter Smirnakos

Foto: Johan Lindskog, Miriam Preis, Lennart Nilsson

Omslag: TT/Lennart Nilsson

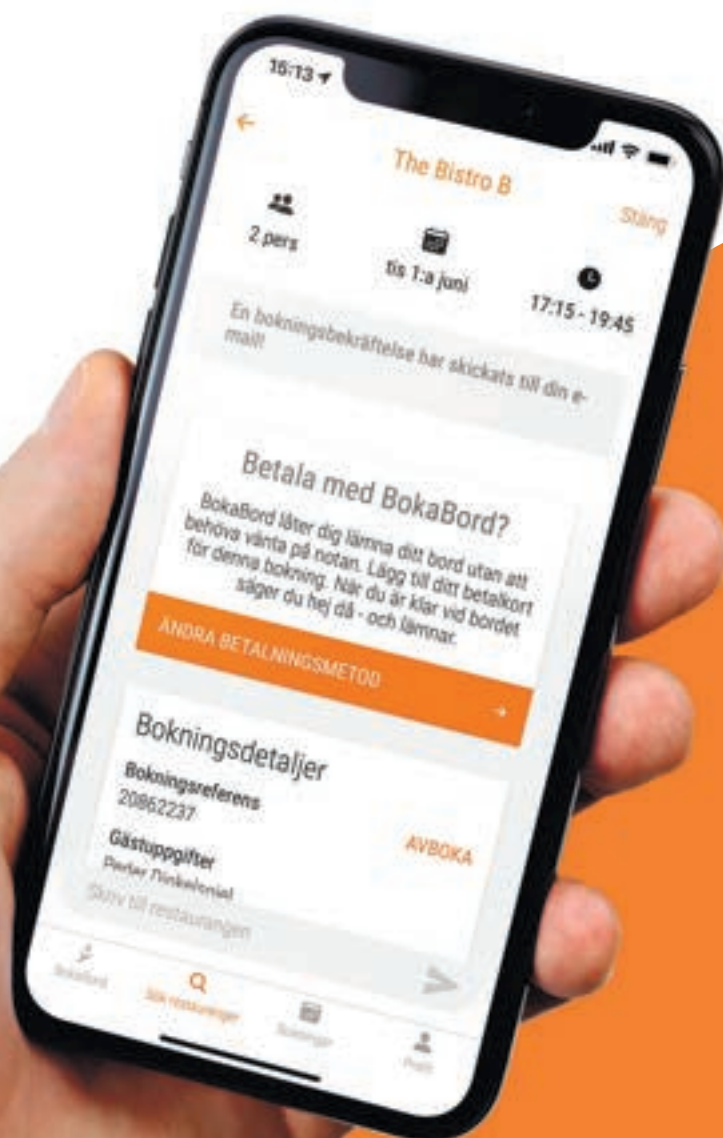
Kontakt: Tiel Ridderstad, delägare: [tiel@bockholmengruppen.com](mailto:tiel@bockholmengruppen.com).

Mathias Pilblad, delägare: [mathias@bockholmengruppen.com](mailto:mathias@bockholmengruppen.com).

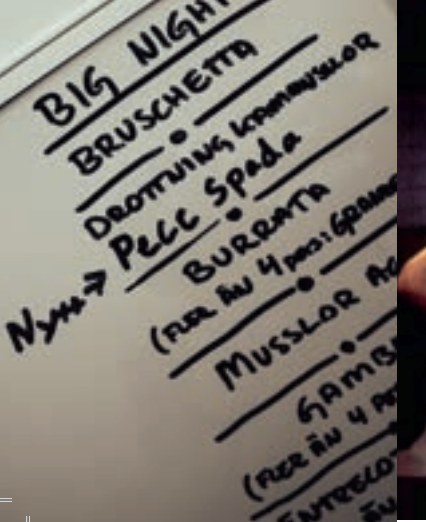
Peder Smith, delägare och vd: [peder@bockholmengruppen.com](mailto:peder@bockholmengruppen.com).

# Ät. Njut. Gå.

Slipp vänta på notan.  
Betala med BokaBord.  
Kvittot kommer digitalt.



6 EN KLASSISK KROGKVÄLL



# BIG NIGHT

MED INSPIRATION FRÅN UNDERBARA FILMKLASSIKERN *BIG NIGHT* HAR VI SKAPAT DEN PERFEKTA KROGKVÄLLEN. EN BRAKMIDDAG MED ITALIENSK MAGI I SJU AKTER MED ALLT FRÅN ARANCINO, CARPACCIO OCH FIORENTINA TILL MUSSLOR AGLIO E OLIO OCH TIRAMISÙ. HÄNG MED TILL ITALIENSKAN OCH EN RESA GENOM VÄRLDENS HÄRLIGASTE MATLAND.

Bland Italienskans antipasti finns gratinerade kammusslor, konserverade sardiner, marinerade kronärtskockor, slanka knivmusslor smaksatta med citron och basilika, en nyfriterad arancino med svamp och bruschetta med tomater eller stracciatella. Vilka man får är en överraskning.



Den ljuvliga dramakomedin *Big Night* utspelar sig på en italiensk krog i New Jersey med skådisar som Stanley Tucci, Minnie Driver, Isabella Rossellini och Tony Shalhoub i rollerna. Trots underbar mat har de båda kalabriska ägarbröderna (Tucci och Shalhoub) svårt att locka gäster till sin restaurang. Som en sista utväg ställer de till med en riktig brakmiddag, för att visa vad köket går för.

Denna middag sprungen ur oändlig kärlek till mat har tjänat som inspiration för Italienskans egen *Big Night*, som är en upplevelse i sju akter. Den inleds med antipasti och bubbel, avslutas med dolce och avnjuts bäst i sällskap med vänner och familj. Ju fler, desto bättre.

– På många restauranger får ett större sällskap ofta en mindre meny att välja från. Vi ville göra tvärtom och erbjuda mer. Vår *Big Night* är som en riktigt festlig italiensk familjemiddag med stökig stämning och fullt med folk, säger kocken Zana Manmi.

## ANTIPASTI – Småtugg i sin härligaste form

Det man snacksar på innan de lite större rätterna serveras. Tilltugg, helt enkelt. I Italien är det inte så komplicerat; man kan få oliver, salami, friterade grönsaker, sardiner eller skaldjur. På Italienskan har vi utökat repertoaren och serverar bland annat den friterade risbollen arancino. Den kommer från Sicilien och är ofta fylld med ragu, ärtor och lokal ost eller kokt skinka och mozzarella. Namnet anspelar på den apelsinliknande formen och färgen – arancia är italienska för apelsin – även om sicilianska arancia oftare är konformade, för att efterlikna vulkanen Etna.

*”VÅR BIG NIGHT ÄR SOM EN  
RIKTIGT FESTLIG ITALIENSK  
FAMILJEMIDDAG MED STÖKIG  
STÄMNING OCH FULLT MED FOLK”*





**”DEN KLASSISKA  
CARPACCION FÖDDES PÅ  
HARRY’S BAR I VENEDIG”**

**PRIMI** – *Carpaccio, mozzarella och vitello tonnato.*

Den klassiska carpaccion föddes på Harry’s bar i Venedig på 1950-talet. En av gästerna – grevinnan Amalia Nani Mocenigo – hade avrått från att äta kokt kött av sin läkare, så ägaren serverade henne istället en rätt på tunt skivat, rått kött. Namnet hämtade han från den venetianske konstnären Vittore Carpaccio, vars 1500-talsmålning ”Predica di santo Stefano” (Sankt Stefans predikan) går i samma mättade, röda toner som rått nötkött. Vips, så hade en av världens mest klassiska förrätter skapats. En primo, om italienarna får bestämma, motsvaras just av en svensk förrätt. Det är också vad ordet syftar på: primo, eller primi i plural, betyder ”först” på italienska. På Italienskan påminner våra primi om mellanrätter. De flesta är klassiker som carpaccio, mozzarella, charkuterier eller vitello tonnato.



**SECONDO** – *Musslor, musslor och åter musslor.*

Den italienska varmrätten heter secondo, och som du har räknat ut betyder det ”andra” – alltså rätt nummer två. Den utgörs för det mesta av kött eller fisk. Under en *Big Night* består den av rykande varma musslor av olika slag. Rätten har fått namnet musslor aglio e olio, vilket är en blinkning till den klassiska rätten spaghetti aglio e olio – eller spaghetti med vitlök och olja, som är en napolitansk fattigmansversion av spaghetti alle vongole. Man har helt enkelt skippat musslorna och serverar istället spaghettin med vitlök, olivolja, hackad persilja och chili eller svartpeppar. Vill man kan man även tillsätta några sardellfileer.

På Italienskan har vi låtit spaghettin ge plats åt bland annat knivmusslor, blåmusslor och hjärtmusslor. ”Detta är den rätt som är roligast att laga, det doftar så gott från vitlöken och örterna”, säger Zana Manmi.



**”EN AV DE MEST VÄLKÄNDA ITALIENSKA DRINKARNA ÄR SPRITZ, EN LONGDRINK GJORD PÅ PROSECCO, SODAVATTEN OCH BITTER.”**



På Italienskan får du ingen Aperol spritz, utan en läskande slush-drink. Däremot innehåller den alltid Aperol. Övriga ingredienser varierar efter säsong, men kan bestå av till exempel hallon och kokosgrädde.

#### **COCKTAIL – Midpoint, dags för en drink**

Vi är halvvägs in i måltiden och det har blivit dags för en kort paus. Vad passar då bättre än en cocktail? En av de mest välkända italienska drinkarna är spritz, en longdrink gjord på prosecco, sodavatten och bitter. Drinken härstammar från nordöstra Italien, cirka 1920-1930, men började bli riktigt populär först på 1970-talet. Den första spritzen gjordes sannolikt på Select, som var den enda typ av bitter som fanns att få tag på i Venedig på den tiden. Men tack vare att Aperol genomförde en lyckad reklamkampanj 2008, är det Aperol spritz som blivit den mest kända spritzen.



#### **SPAGHETTI – Lady och Lufsens favorit**

Finns det något vi förknippar mer med Italien än pasta? Den här serveringen är en hyllning till Lady och Lufsens favoritpasta: spaghetten. Bland de mest ikoniska rätterna med spaghetti är carbonaran. Men rätten är inte så gammal som man kan tro. Mycket pekar på att den föddes i slutet av andra världskriget då amerikanska trupper var stationerade i Italien och kombinerade de ingredienser som de var vana vid hemifrån: ägg, bacon och spaghetti. Först senare utvecklade italienska kokar receptet och i dag består det av följande fem ingredienser: spaghetti eller rigatoni, ägg, den lufttorkade griskinden guanciale, pecorino och svartpeppar. Inte grädde. Inte ärtor. Inget annat.

*”DEN HÄR SERVERINGEN  
ÄR EN HYLLNING TILL LADY  
OCH LUFSENS FAVORITPASTA:  
SPAGHETTIN.”*

På Italienskan serveras spaghettin på ett stort fat till hela bordet, men i vilket utförande varierar. Ibland blir det spaghetti alla carbonara, ibland spaghetti alle vongole eller spaghetti ai gamberi med tomat, chili, vitt vin och rödråkor.

***”EN ÄKTA FIORENTINA VÄGER ALDRIG UNDER 450 GRAM, MEN GÄRNA UPP TILL 1,5 KILO.***



Italienskans fiorentina görs på den styckningsdel som kallas tomahawk och är en tjockt skivad entrecôte med ben på omkring ett kilo. Den serveras trancherad tillsammans med brödsalladen panzanella och friterad potatis.

**FIORENTINA – *Det grillade köttets kronjuvel***

En av Toscanas mest kända rätter är bistecca alla fiorentina, eller bara fiorentina. Den grillade t-benstekens historia är så gammal att den är svår att verifiera, men namnet kan spåras tillbaka till 1400-talets Florens och firandet av helgonet San Lorenzo.

Och även här finns det grundregler: en äkta fiorentina väger aldrig under 450 gram, men gärna upp till ett 1,5 kilo. Skivan ska vara 5-6 cm tjock och grillas över glödande kol, några minuter på varje sida. Det är viktigt att ytan får ordentlig färg, medan innanmätet hålls rött och saftigt. I Florens serveras köttet med cannelliniönor vända i olivolja, grönsallad och rödvin.



**DOLCE** – *Slutet gott, allting gott*

Slutet gott? Alltid. Tiramisù betyder "ryck upp mig" och det är precis vad den här ikoniska dessertfavoriten gör. Den innehåller både starkt kaffe och marsalavin, vilket kan behövas efter en lång och generös måltid. Längre har regionen Veneto varit tiramisùns officiella födelseplats, men för några år sedan hittades nya bevis på att desserten serverades redan på 1950-talet i grannregionen Friuli-Venezia Giulia. Rabalder utbröt så klart i Veneto och frågan är ännu omtvistad. Men, tiramisùn är fortfarande exakt lika god.

**"TIRAMISÙ BETYDER  
'RYCK UPP MIG' OCH DET ÄR  
PRECIS VAD DEN HÄR IKONISKA  
DESSERTFAVORITEN GÖR."**

Italienskans tiramisù har fått smak av vanilj och citronzest, för extra pligg fräschör. "Men vi skulle inte smaksätta den med till exempel bär eller något annat som förändrade originaler alltför mycket. Det är lite känsligt det där, man vill inte göra italienarna arga", säger Zana Manmi.



# HIPP HIPP HURRA

25 FLASKOR CHAMPAGNE FICK SKAKAS, ÖPPNAS OCH SPRUTAS UT INNAN DEN MEST PERFEKTA PARTYBILDEN SATT SOM DEN SKULLE. BAKOM KAMERAN STOD LEGENDARISKE FOTOGRAFEN LENNART NILSSON. FÖLJ MED TILL 1963 OCH DAGEN DÅ BERNS SALONGER SKULLE FIRA 100 ÅR.

**A**r 1963, när krog- och nöjesinstitutionen Berns fyllde 100 år, gav man ut en jubileumsskiva med några av de musiker som uppträtt i lokalerna. *Stjärnor på Berns: musikaliska och artistiska höjdpunkter under 100 år* heter albumet som innehåller låtar med dåtidens storheter som Edith Piaf, Eartha Kitt, Zarah Leander, Harry Belafonte och Joséphine Baker.

Skivomslaget pryds av en numera legendarisk bild tagen av Lennart Nilsson, fotografen som två år senare skulle bli världsberömd när hans fotografier av ett levande foster inuti livmodern publicerades i Life Magazine. Här skulle det plåtas en helt annan typ av bild – en krogfest när den är som allra bäst.

Motivet ser ut att vara fångat i ett spontant ögonblick: i förgrunden öppnar en kypare en flaska champagne och bubblen sprutar ut över folkhavet likt en av Versailles fontäner. Väggarna är av guld och kristallkronorna hänger tunga i taket. När damtidningen Idun-Veckojournalen rapporterade om tillställningen efteråt, värderades takkronorna till 125 000 kronor styck (cirka 1,5 miljoner kronor i dagens penningvärde).

Under dessa sitter författaren och kåsören Kar de Mumma med sin hustru Marianne samt teaterdirektören och revy-författaren Karl Gerhard med guddottern Fatima. Till höger ska en crêpe suzette precis flamberas av en servitör, till vänster tronar en hummer på ett silverfat och längst



bort – men ändå i blickfånget – står Joséphine Baker i en tuggummirosa långklänning på den upplysta scenen. En perfekt krogkväll fångad mitt i stunden! Eller... kanske ändå inte? Sanningen är att Lennart Nilsson hade planerat bilden minutiöst. Från kändisarna vid bordet närmast kameran, via den uppladda publiken, till Baker i bakgrunden. Och så champagnen som sprutar ur flaskan. I synnerhet champagnen var viktig. Den första flaskan som öppnades hade inte tillräckligt tryck, vilket gjorde att drycken inte fick det rätta spruttet. Champagnen torkades upp och en ny flaska hämtades fram. Den skakades ordentligt för att effekten skulle bli den rätta – men inte heller denna gång blev Lennart Nilsson nöjd. Historien säger att man fick

skaka, öppna, spruta – och torka upp – 25 flaskor champagne innan bilden till slut blev som Nilsson hade tänkt sig. Ett stycke kroghistoria.

**LENNART NILSSON**, född 1922 i Strängnäs och död 2017 i Stockholm, var den förste fotografen i världen som lyckades fotografera ett levande foster inuti livmodern. Bilderna publicerades i Life Magazine 1965 och kan ses i boken *Ett barn blir till*, där man får följa ett barns väg från spermie till färdigutvecklad bebis.

Nilsson arbetade även som reportagefotograf och hovfotograf under hela sitt liv. När Fotografiska slog upp portarna i Stockholm 2011 var Lennart Nilssons bilder från *Ett barn blir till* en av öppningsutställningarna.

# VAR DAGS GLAS

TILL VARDAGS KLARAR MAN SIG OFTAST BRA MED VINGLAS OCH VATTENGLAS, MEN ETT KOMPLETT HEMMAKÖK BÖR VARA UTRUSTAT MED FLER SORTER ÄN SÅ. DELIKAT GUIDAR TILL DE TIO GLAS SOM VARJE HEMMASOMMELIER BÖR HA I SKÅPEN.





**DRICKSGLAS**

Finns i alla möjliga storlekar och varianter. Medan vardagsglaset gärna får vara tåligt, är det trevligt att satsa på att tunnare och elegantare glas för festligare tillfällen. Bra om det även funkar som ölglas.

**CHAMPAGNEGLAS**

Här går åsikterna isär. Den som älskar bubblor väljer det smala och höga fluteglaset som hjälper bubblorna att stanna kvar längre. Är man istället ute efter att låta vinet andas och därmed utvecklas i smaken, ska man satsa på det vidare coupeglaset.

**MARTINIGLAS**

Inga cocktailpartyn utan martiniglas. Kupan på denna klassiker ser ut som en triangel från sidan och lämpar sig väl för drinkar som Dry Martini, Cosmopolitan och Brandy Alexander.

**RÖDVINGLAS**

Ett rödvin behöver mer syre för att dess aromer ska utvecklas optimalt. Därför har ett rödvinglas en större och bredare kupa än ett vitvinglas. Vill man vara extra nördig köper man det glas som är anpassat för just den druvan man dricker helst.

**COGNACSKUPA**

Ett mindre glas med bred kupa som smalnar av mot kanten. Används för cognac, givetvis, men även andra sorters avec. Här är foten kort, för att drycken ska kunna värmas upp av handen och på så vis avge fler aromer.

**VITVINGLAS**

Detta glas är mindre och högre – av två anledningar. Dels behöver vinerna inte luftas på samma sätt som röda viner, dels ska vita viner serveras kalla. Den mindre kupan bevarar den svala temperaturen bättre.

**SNAPSGLAS**

Ett av de minsta glasen. Snapsglaset ska gå snabbt att tömma, medan både grappaglas och sherryglaset har lite mer kropp och är utformade för att man verkligen ska kunna njuta av dryckens dofter.

**HIGHBALLGLAS**

Detta höga glas är oumbärligt för den cocktailintresserade som vill kunna servera klassiska drinkar som gin och tonic, Tom Collins eller Screwdriver. Låt höjden variera efter din egen smak.



# STAMMIS PARADEN

## THERESE ALSHAMMAR

**OS-GULD, VM-GULD, BRAGDGULD, VÄRLDSREKORD OCH TOTALT 72 MÄSTERSKAPSMEDALJER ÄR NÅGRA AV DE MERITER SOM STÅR PÅ THERESE ALSHAMMARS FULLTECKNADE CV. SÅ HUR ÄTER EN AV VÄRLDENS BÄSTA SIMMARE GENOM TIDERNA? DELIKAT PRATAR MAT OCH TRÄNING MED ALSHAMMAR ÖVER EN VEGANSK CURRY PÅ HENNES STAMKROG PARADEN.**

### HUR BLEV DU STAMMIS PÅ PARADEN?

– Jag bor nära och började gå hit redan när restaurangen öppnade. Då hade jag en vän som jobbade här. Nu jobbar en annan av mina vänner här: sommelieren Filip Weidlitz (som berättar om sitt bästa vinminne på sidan 62). Han är också simmare och det är så vi känner varandra. Även Bockholmengruppens ägare är fysiskt aktiva och uppmuntrar personalen att röra på sig, det tycker jag är viktigt. Numera kommer jag hit så ofta tillfälle ges, helst tillsammans med min familj. Vi brukar sitta på övervåningen, om jag är jag ensam så gillar jag det lite avskilda bordet vid baren.

### VAD DEFINIERAR ETT BRA STAMSTÄLLE?

– Det måste vara välkomnande och lättillgängligt. Man ska nästan kunna komma i mjukisbyxor. Och så uppskattar jag att man inte behöver boka bord. Jag som har två småbarn och mycket att göra hinner aldrig tänka på det. Personalen betyder också mycket för ett ställe och jag gillar det personliga bemötandet här. Men jag vill inte ha bättre service bara för att jag är känd, personalen måste vara lika trevlig mot alla gäster.

### VAD BRUKAR DU BESTÄLLA?

– De vegetariska rätterna. I perioder äter jag veganskt, men annars äter jag vegetariskt och fisk. Ofta säljer restaurangernas vegetariska rätter sämre än kötträtterna och jag tycker att det är viktigt att beställa dem, så att

de finns kvar. Det är en fråga om hållbarhet och omsorg om miljön. Jag är en förrättsperson och kan beställa tre förrätter, men jag hatar mellanrätter. Det måste finnas möjlighet att beställa en större varmrätt om jag vill. Efterrätter blir jag mindre och mindre intresserad av med åren. Annars gillar jag frukost, det är dagens bästa måltid. Jag älskar att äta frukost ute och har fått barnen att gilla det också. När jag tävlade bodde jag i Australien och USA i perioder, där finns ett fantastiskt frukostutbud. Hemma äter jag oftast havregrynsgröt med chiafrön, gärna avokado och jordnötssmör, nyttig mat som man står sig länge på.

### VILKEN ÄR DIN FAVORITRÄTT?

– Hemma har vi ett bananbröd som vi bakar ofta, ute tycker jag att rårika är väldigt gott. Det beställer jag om det finns på menyn.

### VAD DRICKER DU HELST TILL MATEN?

– Om jag dricker vin så dricker jag pinot noir. Jag tycker inte om vita viner, även om de egentligen passar bättre till den typen av mat jag äter. Rödvin är mycket godare och dessutom bättre för hjärtat. Jag skulle inte dricka vin till lunchen, det tar emot. Då dricker jag vatten. En gång när jag var i Frankrike på en tävling, skulle alla simmare först äta lunch tillsammans. Det serverades vin till maten, utan att någon tyckte att det var konstigt. Alla simmare drack vin, sen gick de och tävlade.

*"OM JAG DRICKER VIN SÅ DRICKER  
JAG PINOT NOIR. RÖDVIN ÄR  
GÖDARE, OCH DESSUTOM BÄTTRE  
FÖR HJÄRTAT."*

---

**NAMN:** THERESE ALSHAMMAR

**ÅLDER:** 44

**ÄT OCH DRACK:** VEGANSK CURRY MED BLOMKÄL, SPETSKÄL, KIKÄRTOR, LIME, NUDLAR OCH TUNNBRÖD. "JAG ÄLSKAR BRÖDKORGEN HÄR, SÄRSKILT DET MÖRKA BRÖDET". DRACK VATTEN.

**BOR:** VID KARLAPLAN.

**FAMILJ:** SAMBO MED FRISIMMAREN OCH TIDIGARE TRÄNAREN JOHAN WALLBERG, TVÅ SÖNER SOM ÄR 8 OCH 4 ÅR.

---

**”MÅNGA TROR INTE ATT MAN KAN  
VARA VEGETARIAN OCH TÄVLA PÅ  
ELITNIVÅ, MEN JAG PRESTERAR LIKA  
BRA UTAN KÖTT.”**

**ÄTER DU ANNORLUNDA NU ÄN NÄR DU TÄVLADE?**

– Nej, jag är fortfarande väldigt hungrig av mig. Jag tränar lagom mycket nu, annars är det ingen större skillnad på hur jag lever. Jag är lite yrkesskadad, maten måste vara bra för mig och min kropp. Jag äter till exempel inte chips, men jag blir inte sugen på det heller. Jag är intresserad av mat och hälsa och vill leva länge och vara frisk. Många tror inte att man kan vara vegetarian och tävla på elitnivå, men jag presterar lika bra utan kött. Jag slutade äta kött när jag var 19-20 och bodde granne med ett slakteri i Australien. I dag är de flesta restauranger jätteduktiga på att laga vegetariska rätter, så var det inte på den tiden.

**HAR DU NÅGOT MATMINNE KOPPLAT TILL EN TÄVLING?**

– Nej gud, när man tävlar bor man ofta på dåliga hotell där man aldrig vet vad som kommer att serveras. Det jag längtade efter mest när jag kom hem efter en tävling var att få bli serverad ett mål god, lagad mat. Någon gång har jag firat en seger med en Twix. Men jag var alltid duktig på att ha med mig snacks och mellanmål, det är

jag fortfarande. Om jag vet att jag ska sitta i en bil hela dagen tar jag alltid med mig torkad frukt, nötter och energibars. Jag skulle aldrig stanna vid en mack och köpa en korv med bröd.

**HUR TRÄNAR DU IDAG?**

– Jag jobbar med ett företag som sysslar med friskvård och det är fortfarande en väldigt viktig fråga för mig. Eftersom jag har två barn är det svårt med rutiner och jag märker att om jag inte får träna så påverkar det både mitt humör och mitt mående. Så även om jag inte längre tävlar, utan bara tränar för att må bra, har jag ett schema för träningen. Helgerna är fria, annars har jag en aktivitet varje dag. Två dagar är simning, två dagar löpning och en dag är styrketräning. Man mår inte bra av att elitträna, man ligger hela tiden på gränsen till vad kroppen klarar av. Man är trött och slut men fortsätter att träna och till slut toppar man formen. Det är som den svenska vintern: först är allting hemskt, men sen kommer våren och då blir det underbart.

# VITT, RÖTT ELLER ORANGE?

KOKBÖCKER I ALLA ÄRA, MEN NÅGOT MÅSTE MAN JU DRICKA  
TILL MATEN! DELIKAT HAR VALT UT TIO VINBÖCKER SOM  
INSPIRERAR TILL NYA UPPTÄCKTER – FRÅN NATURVINER  
OCH CHAMPAGNE TILL SHERRY. SKÅL!



## NATURLIGT VIN

*Emil Broomé och Emil Arvidsson*

När den här personliga reportageboken gavs ut 2013 var det den första boken på svenska som på allvar förklarade tjusningen med naturviner. Här reser vinimportörerna Emil Broomé och Ulf Ringius – vännerna som grundade Vin & Natur – till Frankrike tillsammans med journalisten Emil Arvidson, för att besöka några av naturvinsvärldens pionjärer och fantaster. Den nya upplagan som kommer i sommar har ett nyskrivet kapitel som reder ut hur naturvinsscenen mår idag.



## ORDET OCH VINET: VINETS ROLL I SVENSK LITTERATUR

*Av: Johan Stenström*

Litteraturvetaren Johan Stenström har tagit hjälp av litteraturhistorien för att kartlägga vinets användning i Sverige, från 1300-tal till tidigt 1900-tal. Han hittar champagne hos Victoria Benedictsson, portvin hos Fredrika Bremer, Emilie Flygare-Carlén och Ola Hansson och lite allt möjligt hos Bellman. Genom åren har vinet gått från nattvardsdryck under medeltiden till måltidsdryck. Först för de mest förmögna, senare även för allmänheten. En bok för dem som gillar böcker – och vin.



### VINET & MATEN: GRUNDERNA, IDÉERNA, DET PERFEKTA MÖTET

*Michel Jamais*

Här står smaken i fokus. Närmare bestämt smaken på vinet i kombination med smaken på maten. Vinspecialisten Michel Jamais har skrivit flera böcker om vin, sprit och öl och här tipsar han läsaren om hur man väljer rätt vin till maten. Han lär ut knep och metoder för att skapa de optimala måltiderna och förklarar varför vissa viner passar bättre ihop med vissa råvaror och ingredienser än andra. Med den här boken är du bara ett steg ifrån en underbar mat- och vinupplevelse.



### FINO! – VÄRLDENS BÄSTA VIN

*Johan Franco Cereceda*

En hyllning till sherryn – en dryck som vi främst förknippar med desserter, men som fungerar utmärkt till mat. Den torra sherryn har fått alldeles för lite uppmärksamhet i Sverige och det vill Johan Franco Cereceda ändra på. Han reser till den spanska Atlankusten för att hälsa på hos odlare, producenter och sherrykännare och redogör sedan för tillverkningsprocess, lagring och hur man bäst njuter av drycken. Sherryn är komplex och passar till det mesta som läggs på tallriken.



### VIN FRÅN A TILL Ö

*Frida Lund*

Måste det vara så svårt med vin? Nej, insåg Frida Lund när hon började gräva djupare i sitt vinintresse. Den här boken är för alla som känner som hon: att intresset är stort men kunskapen lite mindre. Med utgångspunkt i vad man gillar och inte hur mycket man kan, guidas läsaren genom vinets fascinerande värld. Boken är en lättäm handbok i konsten att beställa vin på restaurang, glasets betydelse för olika viner och hur man ska tänka när man väljer vin till en middag hemma.



### STORA VINSKOLAN: DIN KOMPLETTA GUIDE TILL VINKUNSKAP

*Mikael Mölsted*

Den kanske mest kompletta vinskolan som getts ut i Sverige har nu kommit i en ny upplaga, med nya texter och bilder. Boken är indelad i tolv kapitel, där dryckesskribenten Mikael Mölsted lär ut det mesta man behöver veta om vin. Han går pedagogiskt igenom områden som vinhistoria, olika druvor, vintillverkning, vinlagring samt mat och vin. En bok för alla som gillar vin, oavsett om man är nybörjare eller mer erfaren.



### CHAMPAGNE MAGNUM OPUS

*Richard Juhlin*

För den som verkligen snöat in på de ädlaste av bubbler, är detta helt rätt bok. Under fyra decennier har champagneexperten Richard Juhlin gått igenom alla viktiga champagner som finns kvar. Resultatet är denna bok, som presenterar 13 000 olika champagner och dessutom berättar allt man behöver veta om drycken. Den maffiga boken väger strax över 1,2 kilo, vilket vittnar om dess fullmatade innehåll.



### CHAMPAGNE OCH ANDRA BUBBLOR

*Fredrik Schelin*

Här skriver champagnekännaren Fredrik Schelin inte bara om den mest ädla drycken champagne, utan även om mousserande viner som cava, prosecco och crémant. Utöver besök hos vinproducenter i bland annat Frankrike, Italien, Spanien och Sverige, får vi lära oss om champagne-metoden, olika typer av druvor, terroir, klimatförändringarnas påverkan på champagneproduktionen och mycket mer.



JEAN-MARC  
**BROCARD**

## HAR DU TÄNKT PÅ ATT BROCARD BLIR CHABLIS BAKLÄNGES?

Nej det blir ju inte det, hur mycket vi än önskar. För inget i vinvärlden är så tätt förknippat med Chablis som just Brocard. Så nästa gång du letar efter en god Brocard, tänk bara på Chablis. Eller, vi menar tvärtom.

CHABLIS SAINTE CLAIRE 2020

ART. NR. 5565 | PRIS 174 KR | ALK. 13 %

Johan Lidby  
Vinhandel  
PERSONLIGT URVAL SEDAN 1999

**Hälften av alla som drunknar  
har alkohol i blodet**





### VIN MED NY ADRESS

Alf Tumble

I *Vin med adress* reste vinskribenten Alf Tumble till tio klassiska vinregioner för att undersöka vinets terroir. Varför passar vinet bäst till råvaror som odlats i närheten? Vad har platsen egentligen för betydelse för smaken? Uppföljaren handlar istället om delar av den ”nya” vinvärlden, med länder som Japan, Grekland, England och Georgien. På vissa platser har man odlat vin i flera tusen år, på andra har man precis börjat. Bland annat skapar klimatförändringarna förutsättningar för vinodling på tidigare omöjliga ställen.



### NYFIKEN PÅ NATURVIN

Mats-Eric Nilsson

Även Mats-Eric Nilsson, som blivit känd för att gå till botten med olika typer av matfusk, har skrivit en bok om naturviner. Det är såklart fullkomligt logiskt: här hittar man motsatsen till industriellt framställda viner där bekämpningsmedel och onödiga tillsatser är tillåtna. Med utgångspunkt i sydfranska Languedoc fungerar den här boken som en guide till småskaliga viner och producenter.

VINOVATIVA

*A pink moment*



**BOLLICINA**  
**ICE**  
SPUMANTE ROSÉ  
DEMI SEC

Nr. 56586 • 99kr • 750ml • 10% alk.

**Alkohol är beroendeframkallande.**



# HELA VÄRLDENS KÖTTBULLAR

I BOKEN *MEATBALLS FOR THE PEOPLE* PRESENTERAR  
BOCKHOLMENGGRUPPENS KREATIVA LEDARE MATHIAS PILBLAD  
SINA PERSONLIGA FAVORITRECEPT FRÅN RESTAURANGEN  
SOM BLIVIT EN SENSATION UTE I VÄRLDEN SEDAN ÖPPNINGEN 2013.  
DET BLIR KÖTTBULLAR I ALLA DESS FÄRGER OCH FORMER  
– FRÅN CHUNKY LAXBOLLAR TILL KIKÄRTSBOLLAR OCH  
NORDAFRIKANSKA LAMMBULLAR.

*Delikat bjuder på ett unikt utdrag ur boken, som finns att köpa på Bokus eller Adlibris.*





## KIKÄRTSBOLLAR MED HUMMUS

*"EN DAG SKA JAG ÖPPNA MIN EGEN  
FALAFELBAR, MEN DET HÄR RECEPTET  
ÄR INSPIRERAT AV MINA MÅNGA  
BESÖK PÅ UTMÄRKTA FALAFELBAR  
PÅ HORNSGATAN I STOCKHOLM,  
SOM LIGGER NÄRA DÄR JAG BOR.  
VÄL VÅRD ETT BESÖK OM DU ÄR I  
NÄRHETEN."*

*Recept för 4–6: cirka 40 bollar, beroende på storlek*

1 kg torkade kikärter  
2 stora lökar, grovt hackade  
2 vitlöksklyftor, skalade  
2 gröna chili, grovt hackade med frön kvar i  
4 matskedar strimlad platt bladpersilja  
3 matskedar strimlad färsk koriander  
2 msk strimlad färsk mynta  
2 msk mald spiskummin  
1 tsk rökt paprika  
2 tsk havssalt

1 tsk bikarbonat  
100 g skalad rökt mandel, grovt krossad  
vegetabilisk olja, för fritering  
vattenkrasse kvistar, sköljda och torkade, till garnering

Till hummusen  
300 g kokta kikärter, avrunna och sköljda,  
speciellt om de är konserverade  
2 vitlöksklyftor, krossade  
2 tsk havssalt  
4 matskedar citronsaft  
5 matskedar tahini  
100 ml olivolja  
nymalen vitpeppar

1. Lägg de torkade kikärterna i en stor skål med vatten och låt dra i 24 timmar. Nästa dag, låt rinna av väl och ställ åt sidan tills du är redo att göra bollarna.

2. Gör du först hummusen. Lägg de kokta och avrunna (eller konserverade) kikärterna, vitlöken, saltet och citronsaften i en matberedare och mixa tills konsistensen är slät. Tillsätt tahini och olivolja och blanda igen tills det är väl blandat. Tillsätt eventuellt lite kallt vatten tills hummusen har önskad konsistens. Krydda med vitpeppar efter smak. Överför till en skål och ställ åt sidan tills den ska serveras.

3. För att göra kikärtsbollarna: lägg lök, vitlök, chili, örter, kryddor, salt och bikarbonat i en matberedare och mixa tills blandningen är nästan slät. Tillsätt de blötlagda och

avrunna kikärterna och fortsätt att mixa tills blandningen har en grov konsistens; det är viktigt att blandningen inte är för slät, annars håller inte bollarna ihop. Forma blandningen till cirka 40 släta bollar, vardera 25–30 g och storleken som en valnöts- eller bordtennisboll. Kyl bollarna i kylen i minst en timme innan de steks.

4. Strax innan du är redo att steka kikärtsbollarna rullar du dem försiktigt i den krossade röka mandeln tills de täcks lätt.

5. Värm upp tillräckligt med vegetabilisk olja för fritering i en fritös eller stor, tjockbottnad kastrull till 190°C. Kolla temperaturen med en digital termometer (om du inte har en digital termometer är oljan tillräckligt varm när en liten bit av kikärtsbollsblandningen fräser, blir brun och snabbt stiger upp till ytan när den läggs i oljan).

6. Friter i omgångar för att undvika att det blir överfullt, och se till att temperaturen återgår till 190°C efter varje sats, tills bollarna är mörkt gyllenbruna och genomstekta när du skär upp dem. Det är viktigt att hålla oljan vid denna temperatur, annars faller bollarna isär. När varje sats steks, använd en hälslev för att överföra den till en bakplåt klädd med smörpapper, och håll den varm. Dessa är de absolut bästa när du serverar dem direkt.

7. Servera med ugnrostade grönsaker och hummus vid bordet så fort bollarna är färdigfriterade.



## NORDAFRIKANSKA LAMMBULLAR

*”LAMMBULLAR FINNS ALLTID PÅ VÅR MENY. PÅ GRUND AV LAMMETS STARKA SMAK KOMBINERAR JAG DET MED RAS EL HANOUT. JAG BLANDAR LAMMBULLARNA MED SALLADEN VID SERVERING OCH HAR COUSCOUSEN VID SIDAN AV.”*

*Recept för 4–6 personer: cirka 36 bollar*

1 kg lammfärs  
1 ägg  
100 ml kycklingfond, kyld  
1 msk ras el hanout  
3 msk finhackad slätbladig persilja  
smör, till stekning  
kokt couscous, att servera  
havssalt

Till den kryddade tomat salladen  
500 g tomat, grovt hackade  
2 avokado, skurna i tunna klyftor  
2 selleri, fint skivade  
2 gröna paprikabitar, grovt hackade  
1 rödlök, skuren i klyftor  
1/2 gurka, grovt hackad  
100 ml jungfruolja  
300 ml Bloody Mary mix eller tomat- eller grönsaksjuice  
grön tabascosås  
1 matsked vardera grovt strimlad färsk koriander och mynta

1. Förbered först salladen. Lägg alla grönsaker i en skål. Vispa ihop olivoljan och Bloody Mary-blandningen och rör sedan genom grönsakerna. Smaka av med ett par skvättar grön tabascosås och salta efter smak, strö sedan över koriander och mynta. Lägg över till ett stort fat och ställ åt sidan så att alla smaker blandas – du vill servera detta i rumstemperatur.

2. Vispa ihop lammfärsen, ägget och 2 tsk salt i en stor mixerskål med en träslev tills blandningen blir fastare. Tillsätt kycklingfonden, ras el hanout och persilja och fortsätt vispa tills blandningen är slät, fast och välblandad. Forma blandningen till cirka 36 stycken släta lammbullar, vardera 30 g i storlek som en bordtennisboll.

3. Smält rikligt med smör i en stor stekpanna på medelhög värme, så att en tredjedel av lammbullarnas höjd simmar i smör. Tillsätt så många bullar som får plats, utan att det blir överfullt i pannen. Stek och vänd ofta i 7–10 minuter tills de är bruna på utsidan och genomstekta när du skär upp dem. Stek lammbullarna i omgångar om det behövs. När varje sats är stekt, överför den till en bakplåt, och håll den varm.

4. Vid servering: överför lammbullarna och salladen till ett serveringsfat. Servera med couscous vid sidan av om du vill.



## CHUNKY LAXBOLLAR

*”I SVERIGE HAR VI EN LÅNG TRADITION AV ATT ÄTA LAX, SOM ÄR EN MYCKET POPULÄR PROTEINKÄLLA. JAG ANVÄNDER OFTA LAX FRÅN NORGE SOM ÄR VACKER I FÄRGEN OCH HÄRLIG I SMAKEN. HANTERA LAXEN FÖRSIKTIGT OCH SE TILL ATT INTE ÖVERKOKA, ANNARS BLIR DEN MATT OCH TORR. DEN KLASSISKA SKANDINAVISKA SMÖR- OCH KAVIARSÅSEN ÄR PERFEKT ATT SERVERA TILLSAMMANS MED SMÅ FISKBOLLAR.”*

*Recept för 4–6 personer: cirka 32 bollar*

1 kg laxfilé, flädd  
1 tsk malen spiskummin  
1 tsk mald fänkål, eller 1 1/2 tsk fänkålsfrön, fint krossade  
2 matskedar havssalt  
2 tsk socker  
smör, till stekning

Till morotsgurka  
3 morötter i olika färger, skalade och tunt rakade  
100 ml ättika  
3 kronhillkvistar, eller färska dillkvistar, plus extra till servering

Till Sandefjordsåsen  
300 g smör, tärnat  
300 ml vispgrädde  
300 g crème fraîche  
100 g blandning av dina favoritkaviarer, såsom lax, öring eller stör

1. Hacka laxen i små bitar – vissa bitar ska vara mer finhackade än andra så att du får en tjock blandning.

2. Blanda laxen i en skål med spiskummin, fänkål, salt och socker tills blandningen får en fastare form; saltet gör laxen ganska fast. Täck över blandningen och låt den vila i kylan i 1–2 timmar.

3. Medan blandningen svalnar, förbered morotsgurka. Blanda morötterna med ättika, som en sallad, och avsluta med kronhillkvistarna. Ställ åt sidan tills den ska serveras.

4. När laxblandningen har svalnat, forma blandningen med fuktade händer till cirka 32 släta bollar, stora som bordtennisbollar (cirka 30 gram styck). Smält rikligt med smör i en stor stekpanna på medelhög värme, så att en tredjedel av laxbollarnas höjd simmar i smör. Tillsätt så många bollar som får plats, utan att det blir överfullt i pannan.

5. Stek snabbt och vänd ofta under några minuter tills de är färdiglagade. Dessa laxbollar behöver inte vara helt genomstekta. Stek i omgångar och använd en hälslev för att föra över dem till en bakplåt, och håll den varm.

6. Förbered såsen under tiden som du steker. Lägg smör, grädde och crème fraîche i en kastrull och koka upp, vispa så det blir en slät sås. Täck över och håll såsen varm tills laxbollarna är kokta.

7. Precis innan servering, rör ner kaviaren i såsen. Håll såsen på varma tallrikar, lägg på laxbollarna och toppa med den inlagda moroten. Garnera med kronhillkvistar.



## FARMORS KÖTTBULLAR

*"ATT UPPLEVA MINNEN GENOM MAT ÄR EN FANTASTISK KÄNSLA, OCH ATT FÖRA EN TRADITION VIDARE ÄR LIKA UNDERBART, DÄRFÖR ÄR DETTA RECEPT SÅ SPECIELLT FÖR MIG. DESSA KÖTTBULLAR – PRECIS SOM MIN FARMOR BRUKADE GÖRA – HAREN GRÖVRE STRUKTUR ÄN MÅNGA ANDRA BULLAR. ETT PAR KOKTA, SKALADE POTATISAR ÄR ALLTID ETT VÄLKOMMET TILLBEHÖR OM DU ÄR HUNGRIG. LÅT DET SMAKA."*

*Recept till cirka 42 bullar*

500 g nötfärs  
500 g fläskfärs  
1 ägg, uppvispat  
1 tsk mald kryddpeppar  
1 tsk mald ingefära  
1 tsk havssalt  
nymalen vitpeppar  
50 g kokt och skalad mjölig potatis, mosad och låt svalna  
100 ml vispgräddde  
100 g lök, hackad  
smör, till stekning

1. Vispa färserna med ägg, kryddpeppar, ingefära, salt, vitpeppar efter smak och potatisen i en stor bunke med en träslev tills de blir fastare. Tillsätt grädden och ge blandningen ett par snabba omrörningar; den ska ha en mjuk konsistens. Rör slutligen i löken och fortsätt vispa tills blandningen är slät, fast och väl sammanblandad. Forma blandningen till cirka 42 stycken köttbullar, vardera 30 g i storlek som en bordtennisboll. Det kommer att sticka ut några lökbitar.

2. Smält rikligt med smör i en stor stekpanna på medelhög värme, så att en tredjedel av köttbullarnas höjd simmar i smör. Tillsätt så många bullar som får plats, utan att det blir överfullt i pannen. Stek och vänd ofta i cirka 10 minuter tills de är bruna på utsidan och genomstekta när du skär upp dem. Det är viktigt att värmen i pannen inte blir för hög, annars bryts de små lökbitarna av och bränns. Ett par av köttbullarna kan till och med gå sönder lite, men det är okej. Stek i omgångar vid behov. När varje sats är stekt använd en hålslev för att överföra den till en ugnssäker serveringsform, och håll den varm.

3. Jag gillar att servera dessa köttbullar med smöret de är stekta i med eventuella lökbitar som ramlat av i stekpannan. Jag tycker alltid att dessa är godast att äta med mycket inlagd gurka – och jag menar mycket.

Till servering  
Klassiska lingon  
Inlagd blomkål i rosa gin  
Söt persiljegurka

# HOTORGET KVARTERSST



# ALLT HÄNDER PÅ HÖTORGET

MARKNAD, MÖTESPLATS OCH NAV FÖR SHOPPING! HÖTORGETS HISTORIA STRÄCKER SIG TILLBAKA TILL 1800-TALET, OCH EFTER ETT OMFATTANDE ANSIKTS-  
LYFT SOM PÅGÅTT I FLERA ÅR FÅR STOCKHOLMS  
STADSKÄRNA NU NYTT LIV IGEN. MED HJÄLP AV  
HÄRLIGA KVARTERSKROGAR, INSPIRERANDE MUSEER,  
VACKER KONST OCH DIGITAL KULTUR TAR DET GAMLA  
BONDETORGET PÅ ALLVAR KLIVET IN I SAMTIDEN.

**F**rån tidig morgon till sen kväll myllrar det av människor kring Hötorget. Och snart blir de ännu fler. De senaste åren har torget genomgått en ombyggnad som kommer att stå färdig i vinter. Det som håller på att växa fram är ett av de mest spännande områdena i centrala Stockholm. En levande knutpunkt med ett modernt och spänstigt utbud av allt från restauranger till konst, musik och digital kultur.

– Det händer mycket i city just nu, med många kvarter som lyfts. Vid Hötorget arbetar vi sedan en tid tillbaka med att återge Sergelgatan sin forna glans. Ambitionen är att rama in Hötorget på ett schysst sätt och se till att området bättre kopplas ihop med Sergels torg, säger Gabriella Hammond på Vasakronan. En gång i tiden gjorde Hötorget skäl för sitt namn. Den norra sidan kallades Bondetorget och där kunde man köpa timmer, halm och hö fram till mitten av 1800-talet. På den södra sidan – Månglartorget – såldes kött, fisk och grönsaker. Än i dag säljs blommor och frukt på torget och varje söndag arrangeras en loppmarknad, men numera sker handel

A group of seven people are shown in silhouette, standing and looking towards a vibrant, futuristic cityscape. The background is filled with glowing purple and blue lights, suggesting a digital or high-tech environment. The overall mood is one of anticipation and modern urban development.

*”DEN FÖRVÄNDLING SOM HÖTORGET  
GENOMGÅR IDAG ÄR DEN STÖRSTA  
SEDAN 1950- OCH 60-TALET, DÅ  
HÖTORGSCITY VÄXTE FRAM.”*





med kött, fisk och andra livsmedel framför allt inne i Hötorgshallen. Den är bara ett av torgets ikoniska byggnadsverk. Ett annat är Stockholms Konserthus, i korsningen Kungsgatan och Sveavägen. Det uppfördes i början av 1920-talet och i de vackra salarna delas flera betydande priser ut, bland annat Augustpriset och Nobelprisen i medicin, fysik, kemi och litteratur. Framför ingången står Carl Milles fontänskulptur Orfeusgruppen.

Tvårs över torget ligger Pub-huset, som från början var ett varuhus döpt efter grundaren Paul Urbanus Bergström. Kuriosa är att Greta Garbo anställdes som expedient på varuhuset 1920 och det var här som Vladimir Lenin köpte sig en kostym under ett Sverigebesök 1917. Sedan 2016 rymmer byggnaden dock ett boutiquehotell, döpt till Haymarket by Scandic för att knyta an till Hötorget bakgrund som hömarknad. Den förvandling som Hötorget genomgår idag är den största sedan 1950- och 60-talet, då Hötorgscity växte fram som ett led i Norrmalmsregleringen. Det var den mest omfattande stadssaneringen i Sveriges historia. De gamla Klarakvarteren revs och de fem Hötorgsskraperorna uppfördes, dessutom ersattes den gamla saluhallen från 1880 med Hötorgshallen. Några decennier senare, år 1995, byggdes hallen till och fick en ljus glasfasad. Där bakom huserar nu Filmstaden Sergel.

Och nu är det alltså dags att ge området ett lyft igen.

I Femte Hötorgsskraperan har Space nyligen öppnat, med bland annat ett interaktivt Avicii-museum, gamingcenter, det japansk-koreanska brassariet Fat Cat och en tech-hub där man kan lära sig om programmering. Under våren kan även alla selfiesugna som vill ”steppa upp sitt sociala medier game” dyka in på popupen Milajki Style FactOH!ry för plåta sig själva i härligt utflippade och drömlika miljöer.

– Space är ett digitalt kulturcenter, en fysisk mötesplats för den digitala generationen. Här kombineras några av de viktigaste ingredienserna inom digital kultur: gaming, musik, content creation och digitalt know-how, allt under samma tak. Det är ett inkluderande hus där människor kan träffas, samarbeta och skapa tillsammans, säger Cecilia Bungss på Space.

För fastighetsägaren AMF Fastigheter var detta en viktig satsning. Med Space blir Femte Hötorgshuset en destination som kan skapa synergieffekter med Kulturhuset på Sergels torg.

– På så vis blir hela torget det kreativa pulserande nav som var avsikten och som skaparna av den här miljön drömde om att få till. Längs Sergelgatan byts fasader ut och butiksfronter förbättras. Lokaler uppgraderas och



*”I FEMTE HÖTORGS-  
SKRAPAN HAR SPACE  
NYLIGEN ÖPPNAT,  
MED BLAND ANNAT  
ETT INTERAKTIVT  
AVICII-MUSEUM OCH  
ETT GAMINGCENTER.”*



anpassas för olika butiks- och upplevelsekoncept. Som Paradox, ett interaktivt museum med optiska illusioner. Andelen restauranglokaler blir fler och på Hötorgsterassen skapas plats för uteserveringar, träning och kultur. – Och i slutet av året öppnar ett helt nytt museum som heter Spirit of och som kommer att bjuda besökarna på upplevelser i olika format. Oavsett om man söker en utställning, god mat och dryck, ett bibliotek eller en butik full av inspiration, säger Gabriella Hammond.

Bland de företag som ska flytta in – eller redan har etablerat sig – finns Designorget, Didrikssons och Arkivets flaggskeppsbutik, tillsammans med RC Café och Pâtisserie och restauranger som Bastard Burgers och sushibarerna Soyokaze och Soyokafe.

– Vi vill se Sergelgatan och Hötorget växa. Ingenting i vårt koncept kommer att ändras särskilt mycket, men vi hoppas bli bättre på det vi gör, säger Batjargal Ochirbat som är ägare och kökschef på Soyokaze och Soyokafe.

Sergelgatan är en populär gågata med många besökare och både shoppinggäster och kontorsarbetare i husen, enligt Gabriella Hammond på Vasakronan.

– För alla som vistas i området är restaurangerna de givna mötesplatserna och en stor anledning till varför man vill vara och stanna längre på platsen. Vi har varit noga med urvalet av restauranger så att det blir ett varierat utbud när det gäller stil, typ av mat och prisnivå. I byggnaden som ligger på entréplanet till Första Hötorgsskrapan har Bockholmengruppen redan öppnat två nya restauranger: Hötorgets Kvarterskrog & Bar och Italienskan. Det är speciella lokaler: år 1968 slog den första H&M-butiken upp portarna här.

– Det kan vara en efterhandskonstruktion, men det var något som lockade med det där hörnet – med utsikten över torget och Konserthuset. Framför allt ville vi vara med i den förändring som sker, där Hötorget gått från en plats där man kanske inte ville hänga så mycket, till ett



Milajki Style FactOH!ry

## NYTT KRING HÖTORGET

### SOYOKAZE

Flyttar både finsushibaren Soyokaze och det lite enklare Soyokafe till Sergelgatan 16 senare i år. Konceptet kommer att vara detsamma: högkvalitativ sushi.

[www.soyokaze.se](http://www.soyokaze.se)

### RC CAFÉ & PÂTISSERIE

Familjeägt bageri och konditori med tjugopårig historia. Alltid fokus på hög kvalitet, ekologiska råvaror och ett bra hantverk. Bakar allt från croissanter och bullar till tårter och bakelser.

[www.rechocolat.se](http://www.rechocolat.se)

### ITALIENSKAN

Italiensk restaurang med varm stämning, underbara pastarätter och italienska delikatesser. På La Terrazza hänger man varma somrardagar med gott bubbel och utsikt över torget.

[www.italienskan.com](http://www.italienskan.com)

### SPIRIT OF

Öppnar vintern 2022. Vill skriva om reglerna för vad ett museum kan vara. En hyllning till människor med drömmar.

[www.spiritof.se](http://www.spiritof.se)

### HÖTORGETS KVARTERSKROG & BAR

En kvarterskrog med ambitioner. Öppet året runt och alltid en välkomnande atmosfär som tillsammans med utmärkt mat har alla förutsättningar att bli ett stamställe.

[www.hotorgetskvarterskrog.com](http://www.hotorgetskvarterskrog.com)

### BASTARD BURGERS

Norrländsk hamburgerbar som blivit omätligt populär och numera finns på ett femtiotal platser i Sverige. Inspirationen kommer från New Yorks pulserande street food-scen.

[www.bastardburgers.com/se/restaurants/hotorget](http://www.bastardburgers.com/se/restaurants/hotorget)

### SPACE

Ett digitalt kulturcentrum för den digitala generationen, där nya formationer och affärsidéer tar fart. Här finns bland annat ett Avicii-museum, gamingcenter och restauranger. Samt Space Academy, där ungdomar erbjuds gratis kurser i kodning på skolloven, för att möta framtidens techbehov.

[www.newsroom.notified.com/space](http://www.newsroom.notified.com/space)



ställe dit man gärna kommer, säger Peder Smith som är vd på Bockholmengruppen. Redan från början stod det klart att det skulle bli en kvarterskrog på nedre plan, ett ställe dit folk som jobbar kring torget kan gå för att äta lunch och tidig middag men som man även kan besöka andra tider på dygnet. Kvarterskrogen är öppen från morgon till kväll, varje dag, året runt.

– Det fanns ett behov av ett vardagsrum med lite högre ambitionsnivå än den klassiska kvarterskrogen, utan att det blev pretentiöst. Med god mat och avslappnad miljö. Vi satsar mycket på musik och älskar stökiga aw:s med dj:ar och framåt hösten blir det pianobar i matsalen. En våning upp hittar man Italienskan. Just medelhavsmat är något som ligger hela Bockholmengruppen varmt om hjärtat.

– Vi gillar Italien och kanske framför allt Medelhavet, det har vi alltid gjort. Man hittar något italienskt inslag på nästan alla våra restauranger, men vi saknade en

riktigt bra italiensk restaurang som inte är en pizzeria, säger Peder Smith.

Det gjorde uppenbarligen även gästerna; både Italienskan och kvarterskrogen har snabbt blivit populära destinationer. Italienskan lockar gäster med sin härliga och lättgillade mat, men även med terrassen utanför matsalen: La Terrazza.

– Jag vågar kanske inte säga Stockholms bästa men det är i alla fall en otroligt härlig uteplats. Man har en underbar utsikt, men till skillnad från klassiska takbarer har man fortfarande kontakt med människorna på gatan.

Peder Smith ser fram emot att lära känna sina gäster än mer och är enormt sugen på att få göra det han längtat efter under hela pandemin: driva en krog där människor kan trivas och dit de vill återvända.

– Jag vill att varje ställe ska hitta sin identitet tillsammans med sina gäster, det är så man skapar en uppskattad restaurang.

# HUNGRIG PÅ KÖPENHAMN?

DET BUBBLAR I DE DANSKA GRYTORNA – DELIKAT HAR REST ÖVER SUNDET OCH HITTAT TIO KROGFAVORITER JUST NU.

Startskottet för den moderna, danska krogvågen gick när Noma öppnade för snart 20 år sedan. Inte bara för att de höjde den generella medvetenheten kring råvaror något enormt, utan även för att många av dagens restauranger i Köpenhamn drivs av före detta Nomakockar. Däremot är inte allt längre nynordiskt. I dag erbjuder den danska huvudstaden allt från hantverksbagerier och klassisk

italiensk pasta till latinamerikanska smaker, asiatiska influenser och ett stort fokus på grönsaker. Det finns dyra finkrogar och utmärkta mellanprisrestauranger. Tåget till Köpenhamn tar bara några timmar och under en weekend i byen hinner man med mycket. Bland favoriterna finns både nykomlingar och moderna klassiker som har hängt med i några år.

## BARABBA

Två italienare – sommelieren Riccardo Marcon och kocken Marco Cappelletti – driver denna nattöppna restaurang där man, i pandemifria tider, kan äta pasta klockan 02:00 på morgonen. I en punkig lokal med venetianska lampor och brokigt målade väggar äter man rätter som har rötterna i det italienska köket, men som serveras på ett elegant och nyskapande vis tillsammans med viner från små producer. En av krogens klassiker är spaghetti med svart kaviar, en annan är flytande parmesan-ravioli. Till dessert kan man få glass på svart trumpetsvamp. Hit går många i restaurangbranschen.

Store Kongensgade 34 / [www.barabba.dk](http://www.barabba.dk)





#### APOLLO BAR

Frederik Bille Brahe är något av en fixstjärna för det moderna, gröna köket i Köpenhamn. Han har alltid satt grönsakerna i fokus, oavsett om det ligger kött på tallriken eller ej. Hans kaffebar Atelier Septembar är en favorit för många, men han driver även museirestaurangen Apollo Bar. Den ligger i anslutning till Kunsthal Charlottenborg vid Nyhavn och lockar både konstintresserade och foodiesar. Här serveras utmärkt kaffe och rätter som confiterad pumpa med ägg och majs eller gravad hamachi med zucchini och fänkål.

Nyhavn 2 / [www.apollobar.dk](http://www.apollobar.dk)



#### JUNO THE BAKERY

Detta utmärkta hantverksbageri snålar inte på smöret. Ägare är den svenske kocken Emil Glaser som jobbade både på Noma och i Paris, innan han sahlade om till bagare och öppnade Juno på Østerbro. Bageriet är litet och det är ofta kö utanför, vilket inte förvånar någon som provat deras bakverk. Utöver svenska kanelbullar bakas danskt rågröd, generösa mandelcroissanter och citronsockerkaka, tillsammans med mer eleganta bakelser som mille-feuille och små chokladtarter.

Århusgade 48 / [instagram/juno\\_the\\_bakery](https://www.instagram.com/juno_the_bakery)



#### SILBERBAUERS BISTRO

Kärleken till niçoise-matlagning föddes när den danske kocken Mathias Silberbauer arbetare på en nordiskt inriktad finkrog i Nice. När han flyttade hem till Danmark och öppnade egen krog, var den gastronomiska inriktningen given. Nu driver han sin bistro på trendiga Jægersborggade, med grannar som Coffee Collective, vintagebutiker och ett surdegsbageri. Ingenting här inne är hippt, utan maten är traditionellt sydfrensk och serveras på bord dukade med rödrutiga dukar. Lökpajen pissaladière är återkommande, precis som helstekt fisk och citrontarte.

Jægersborggade 40 / [www.silberbauers.dk](http://www.silberbauers.dk)

### LOLA

Världsrestaurangen Lola är en protest mot det rådande köksklimatet, där det finns en kockkändis som tar all kredd. På Kamilla Seidlers restaurang är hela personalen involverad i allt från menyplanering till dryckesval, för man är ingenting utan sina medarbetare. Eftersom de anställda kommer från länder som Latinamerika, Indien och Sydostasien, gör även maten det. Här kan man få spännande rätter som ceviche från Ecuador, aubergine tillagad som japansk ål, naanbröd med kimchi och majs i tre färger med brynt smör.

*Christianshavns Voldgade 547 / [www.restaurantlola.dk](http://www.restaurantlola.dk)*



### POPL

När Noma inte kunde servera sin långa meny under pandemiedstängningen, började de steka hamburgare. Det blev en sådan succé att dessa nu har fått en egen restaurang. Här arbetar folk från Noma, vilket borgar för riktigt hög kvalitet. Menyn är kort. Det finns tre burgare att välja mellan: ostburgare, vegetarisk eller vegansk. Köttet kommer från frigående danska djur, medan de veganska, quinoabaserade biffarna är resultatet av flera månaders arbete i Nomas fermenteringslabb. Bland tillbehören finns pommes frites och gurksallad.

*Strandgade 108 / [www.poplburger.com](http://www.poplburger.com)*



### ALCHEMIST

Efter Noma är detta kanske Köpenhamns mest uppmärksammade restaurang. Kökschefen Rasmus Munk beskriver den själv som en holistisk upplevelse och sin mat som konst. Sant är att det handlar om mer än att bara att äta. För 3 500 danska kronor får man en meny bestående av 50 intryck, som rätterna kallas. De serveras i en matsal vars innertak påminner om ett planetarium, men istället för rymden visas animationer av allt från svampar till maneter och mänskliga organ. Ofta ackompanjeras intrycken av politiska budskap om bland annat djurrätt och övervakningssamhället.

*Refshalevej 173 C / [www.alchemist.dk](http://www.alchemist.dk)*



### KÖNÄ

Jessica Natali är ännu en av alla italienare i Köpenhamn. Hon var på Noma i fem år innan hon åkte till Tokyo för att jobba på stjärnkrog. Nu är hon kökschef på japanskinspirerade Kōnā. Den här stilrent designade restaurangen ligger i Carlsberg Byen, där ölföretaget tidigare hade sin tillverkning. Ovanvåningen är en enklare izakaya, medan omakase-restaurangen på nedre plan är Natalis domän. Hennes matlagning är japansk men med italienska element och danska råvaror. En rätt kan bestå av sashimi med picklade blåbär, en annan av buljongen dashi med en havskräftstortellini i stället för räkdumpling.

*Bag Elefanterne 13 / [www.behind-the-elephants.com](http://www.behind-the-elephants.com)*



### AMASS

Nästan granne med Alchemist ligger San Diego-födde kocken och Nomas tidigare kökschef Matt Orlandos extremt klimatmedvetna restaurang. Här strävar man efter att minska avfallet till noll: man har slutat att servera rött kött och odlar mycket av grönsakerna i trädgården utanför krogen. Kaffesumpen förvandlas till kex och fiskbenen blir till chips. Men det betyder inte att maten är tråkig eller pretentiös. I den graffitimålade matsalen serveras vackra rätter som havsöring med bergamott och basilika eller frysta äpplen med yoghurt och svartpeppar.

*Refshalevej 153 / [www.amassrestaurant.com](http://www.amassrestaurant.com)*



### BOTTEGA ESTADIO

Som en mix mellan Latinamerika och Medelhavsländerna är maten på nyöppnade Bottega Estadio, systerkrog till Bottega Barlie. Det är öppet hela dagen och till frukost serveras havregrynsgröt med misokaramell bredvid croissanter och rågröd. Lunchtid kan man få risotto, tacos eller saffranskokta musslor och på kvällen fylls skaldjursdisken i matsalen medan kolgrillen tänds inne i köket. Bland grillrätterna hittar man tacos med konfiterad fläskside, grillad kalvbräsk och bläckfisk med potatisskum.

*Gunnar Nu Hansens Pl. 9 / [www.estadio.dk](http://www.estadio.dk)*

# HORNS GATAN

KVARTERSKROG & BARSERVERING

En ljuvlig plats för mat, vin och spontana kvällar där vi njuter från aperitif till avec. För nya bekantskaper eller söndagsmiddagar med närmaste familjen, för kärleksförklaringar som plötsligt bubblar ut och för vänskap som aldrig tar slut.

På Hornsgatan Kvarteriskrog & Barsservering är du välkommen när du vill, hur du vill – uppsluppen i en bågformad soffa under en stimmig middag med moules frites och en flaska chablis. Eller kanske smuttandes på ett glas cava i baren sent en eftermiddag, förtrollad av vajande kanariepalmer innan de första raderna till en ny roman landar på tangenterna. På menyn hittar du toner från det klassiska, från lantköket, från modern husman och den igenkännande känslan från södra Europas enkla sätt att äta. Okomplicerat och kärleksfullt. Charmiga Hornsgatan har äntligen fått hörnet det längtat efter och saknat, en varm kvarteriskrog bortom livets svåra stunder där du alltid är välkommen att äta och dricka gott, från tidig morgon till sen kväll.

I maj slog vi upp dörrarna,  
varmt välkommen att boka bord!



Böckholmsgruppen



BOCKHOLMENGGRUPPENS

# MATSKOLA

BRUNCHSPECIAL! DAGS ATT LÄRA SIG PROFFSENS HEMLIGA RECEPT  
PÅ RÖDINGMACKA, BOOKMAKER TOAST OCH ÄGG BENEDICT.



BOCKHOLMENGRUPPENS MATSKOLA

# ÄGG BENEDICT

## - EN LYXIG KLASSIKER

MÅNGA GÖR ANSPRÅK PÅ ATT HA UPPFUNNIT ÄGG BENEDICT. ÄR DET BANKMANNEN COMMODORE EC BENEDICT, RESTAURANG DEL MONICO'S ELLER HOTELL WALDORFS PERFEKTA BAKISKREATION? KANSKE SPELAR DET MINDRE ROLL SÅ LÄNGE DEN GÖRS MED PERFEKTION.

Historien bakom ägg benedict är omtvistad. Sannolikt är åtminstone att maträtten uppstod i New York, någon gång under sent 1800-tal. Manhattan-restaurangen Delmonico's hävdar att rätten skapades i deras kök på 1860-talet. En av krogens kockar har även med receptet på "Eggs à la Benedict" i en av sina kokböcker, publicerad 1894. I en annan version uppstod rätten på hotell Waldorf i New York samma år, då en pensionerad börsmäklare på Wall Street beställde något som kunde bota hans baksmälla. Hovmästaren blev så imponerad av rätten att han satte den smörstekta toasten med pocherade ägg, knaperstekt bacon och hollandaisesås på menyn. Och enligt den tredje legenden är ägg benedict en fri tolkning av ett gammalt recept signerat den aktade

bankmannen Commodore E C Benedict i New York.

I dag är den en klassiker på en lite lyxigare brunchmeny och tolkningarna har blivit många genom åren. Bland de vanligare är ägg florentine, som innehåller spenat i stället för bacon, och ägg atlantic, där rökt lax har ersatt baconskivorna.

Några av de mer sällsynta är ägg woodhouse, med ägg, kronärtskockshjärtan, stuvad spenat, bechamelsås, pata negra, svart tryffel och Belugakaviar, och ägg balmoral, med haggis i stället för bacon.

Om du vill göra din egen ägg benedict enligt Bockholmengruppens recept från Hötorget Kvarter skrog – satsa på extra fräschör med färsk spenat och gräslök.







BOCKHOLMENGRUPPENS MATSKOLA

# RÖDINGMACKAN

## – SVENSKT SMÖRREBRÖD MED EN TWIST

FRISK OCH SYRLIG TOMATSALLAD, KRÄMIG AVOKADO, HARISSAMAJONNÄS OCH EN KRISPIG RÖDINGFILÉ. MED INSPIRATION FRÅN DANSKA SMÖRREBRÖD SKAPADE VI EN KREATIV OCH LEKFULL MACKA SOM FÖRGYLLER VILKENBRUNCH SOM HELST.

Danskarna har flera berömda smörrebröd med fisk. Sol over Gudhjem består av rågbröd med rökt sill, en rå äggula, purjolök och rädisor. Stjernes kud görs på vitt bröd, med en ångad rödspättafile bredvid en panerad och så räkor, gurksallad och majonnäs på toppen. Det finns smörrebröd med rökt lax och med sardiner. På Hötorget kvarterskrog har vi skapat vår egen brunchmacka med

röding och vi vågar påstå att den är en blivande klassiker. Tomatsalladen är syrlig och frisk, avokadon krämig och mild och harissamajonnäsen får även den mest morgontrötta brunchgästen att vakna till liv. På toppen har vi placerat vårt trumfkort: en perfekt stekt rödingfile, med krispigt skinn och mjällt kött. När smakar den då som allra bäst? Vi säger som danskarna: hvergang.





BOCKHOLMENGRUPPENS MATSKOLA

# BOOKMAKER TOAST

## - INGEN GÅR HUNGRIG FRÅN BORDET

DENNA KLASSIKER HAR VARIT MED OSS SEDAN 1900-TALET'S BÖRJAN OCH STARTADE SOM LUNCHFAVORIT FÖR BRITTISKA JÄGARE OCH SPELSUGNA VADHÅLLNINGSGENTER. HÖTORGETS RECEPT KOMMER MED EN TWIST.

Den här smörgåsen, om än i en något annan form, har funnits i Storbritannien sedan edvardiansk tid. Alltså kring 1900-talets början. Den gick först under namnen shooter's sandwich eller bookmaker sandwich och bestod av stekt kött, senap och riven pepparrot mellan två brödskivor. Det blev en matig lunch för (beroende på vilket namn man väljer) jägarna ute i skogen eller hästkapploppningarnas vadhållningsagenter – bookmakers.

I dag serveras denna klassiker nästan uteslutande som en smörgås, där en bit fint kött spelar huvudrollen. Senapen har förvandlats till dijonnaise och pepparrotten har fått sällskap av en äggula. På Hötorget kvarterskrog går vi ännu lite längre och adderar en sötsyrlig tomatsallad och vår egen rödvinsås.

Ingen kommer att gå hungrig från bordet i modern tid heller.



## BOOKMAKER TOAST

recept för 2 personer

2 SKIVOR LJUST BRÖD

2 SKIVOR RYGGBIFF, 160 G

STYCK

PEPPARROT

2 ÄGGULOR

KRISPSALLAD OCH LITE FÄRSK

SPENAT

ETT PAR KVISTAR PERSILJA

SMÖR

### RÖDVINSSÅS

1 LITER KALVFOND, FÄRDIG

GÅR BRA

5 DL RÖDVIN

2 MORÖTTER

1 PALSTERNACKA

1 BIT ROTSELLERI

2 TOMATER

RÖDVINSVINÄGER

SMÖR ELLER NEUTRAL OLJA

SALT

### TOMATSALLAD

10 COCKTAILTOMATER I OLIKA

FÄRGER

½ SILVERLÖK

1 MSK FINHACKAD PERSILJA

OCH GRÄSLÖK

2 MSK OLIVOLJA

SALT

### TILL LAGEN

½ DL ÄTTIKA, 12 %

1 DL SOCKER

1,5 DL VATTEN

### DIJONNAISE

(ALLT KOMMER INTE

ATT GÅ ÅT)

2 ÄGGULOR

1 TSK + 2 MSK DIJONSENAP

1 MSK VITVINSVINÄGER

2,5 DL MATOLJA

SALT

**GÖR SÅ HÄR:** *Dag 1:* Koka upp lagen till tomaterna. Skär hälften av cocktailtomaterna i halvor och låt de dra i lagen i 24 timmar. Koka rödvinssåsen. Skär rotfrukterna i tärningar och bryn dem hårt i smör eller neutral olja i en stor kastrull. Häll på vinet och låt det reducera till hälften. Häll på fonden och låt koka utan lock i 30 minuter. Sila av rotfrukterna och fortsätt koka tills såsen reducerats till 1/3. Dra av från värmen, skiva tomaterna och låt de dra i såsen i 20 minuter. Sila av. Smaka av med salt och rödvinssås, red såsen om det behövs. Gör dijonnaisen. Vispa ihop äggulor, 1 tsk senap och vinäger i en bunke. Vispa i oljan, först droppvis och sedan i en tunn stråle. Blanda i 1-2 msk senap och smaka av med salt.

*Dag 2:* Dela resten av cocktailtomaterna i halvor, skiva silverlöken tunt. Häll av lagen från de picklade tomaterna och blanda dem med de färska tomaterna, löken, oljan och de hackade örterna. Smaka av med salt. Stek köttet i smör i en het stekpanna eller i en grillpanna. Det ska fortfarande ha en rosa kärna. Låt vila. Riv pepparrot. Koka upp såsen. Rosta brödet i en brödrost, grilla det i en grillpanna eller smörstek det i en vanlig stekpanna. Lägg brödsnivorna på varsin tallrik. Bred dijonnaise på varje skiva. Lägg på lite krispsallad och spenat, ett par skedar tomatallad och så köttbiten. Toppa med pepparrot, gör en liten grop i mitten och knäck i en äggula. Häll rödvinssåsen vid sidan. Garnera med persilja.

## STAMMIS NYBROGATAN 38 GUSTAF SLETTERGREN

---

**NAMN:** GUSTAV SLETTERGREN

**ALDER:** NÄRMARE 50 ÄN 40

**ÄT OCH DRACK:** DET VANLIGA.

**BOR:** PÅ LIDINGÖ

**FAMILJ:** FRU OCH FYRA BARN, 23, 21, 15 OCH 12 ÅR GAMLA.

DE YNGSTA BOR HEMMA, DE ÄLDSTA I KÖPENHAMN.

---



***”PLAKETTEN MÅSTE  
VARA ETT TECKEN  
PÅ ATT JAG HAR  
UPPFÖRT MIG  
NÅGORLUNDA”***

VARJE DAG I TIO ÅRS TID HAR GUSTAF SLETTENGREN SLAGIT SIG NER PÅ NYBROGATAN 38 FÖR ATT ÄTA FRUKOST. MED ÅREN HAR DE BLIVIT ETT HELT GÄNG VÄNNER SOM STARTAR DAGEN TILLSAMMANS VID ”DEN DRAGIGASTE BARPLATSEN”, OCH NUMERA HÄNGER DET EN STAMGÄSTPLAKETT MED GUSTAFS NAMN INGRAVERAT PÅ VÄGGEN INTILL PLATSEN. ETT LITET TECKEN PÅ DEN ÖMSESIDIGA KÄRLEKEN MELLAN RESTAURANGEN OCH DERAS MEST FREKVENTA STAMMIS.

Varje vardagsmorgon runt klockan 08:00 anländer Gustaf Slettengren till Nybrogatan 38. De båda yngsta barnen går i skolan i närheten och det första han gör när han lämnat av dem är att sätta sig vid sitt stammisbord för att äta frukost.

– Det har jag gjort i tio år, det är min egentid innan jag går till jobbet, kollar mejlen och läser tidningarna. Jag har sett tre-fyra hovmästare komma och gå genom åren, men personalen är fantastisk och alltid trevlig. Det är viktigt, att det är bra ambiance.

Det var vännen Ulf Dinkelspiel som tipsade honom om restaurangen när den var nyöppnad. Han sa: ”Detta är ett ställe du kommer att gilla”. Och han fick rätt. Nybrogatan 38 karaktäriseras enligt Gustaf Slettengren av bra stämning, god mat och personal med takt- och fingertoppskänsla. Från början satt han ensam, men med åren har fler och fler personer anslutit sig. Numera är de ett litet sällskap som ses nästan varje morgon.

– Man vet aldrig vem som dyker upp, det är helt otvunget. Men Raftell, Barnekow, Silfverschiöld, Arnander och Holmgren kommer ofta förbi. Vissa umgås jag inte med privat, men vi äter frukost ihop flera gånger i veckan. Efter familjen och jobbet är detta de personer som först skulle undra vart jag tagit vägen om jag försvann.



#### **NI HAR TYDLIGEN ETT STAMBORD?**

– Stambord är lite tillspetsat, mer en stamplats. För att vara schyssta tog vi den sämsta och dragigaste barplatsen precis vid entrén, där restaurangen annars har svårt att placera gäster. Där sitter vi och tittar ut över gatan. Vi har jämförts med Waldorf och Statler, de gamla gubbarna som sitter på läktaren och gnäller i *Mupparna*.

#### **VAD BRUKAR NI PRATA OM?**

– Allt möjligt, från det banala till det väsentliga. Världsläget, politik, auktionsfynd, våra krämpor och lite skvaller, men sällan jobb. Ibland pratar vi inte alls, utan man sitter och pillar med sitt, var och en för sig.

#### **VAD ÄTER DU TILL FRUKOST?**

– Jag är ingen stor frukostätare. Jag äter lite frukt – en skål med apelsin, en skål med grapefrukt – ett hårdkokt ägg, en ingefärashot och två koppar dubbel macchiato. Jag föredrar klassiskt italienskt kaffe och på Nybrogatan 38 får man det bästa kaffet i Stockholm. Tidigare åt jag knäckebröd med ägg och kaviar men det har jag slutat med.

#### **DU RESER MYCKET I JOBBET, VILKET ÄR DET BÄSTA FRUKOSTLANDET?**

– Det går ju inte att svara på! Men jag är en rutinmänniska och äter ofta samma sak till frukost. Jag gillar inte hotellbufféer. Hemma äter jag kefir, färska blåbär och müsli med lite honung, en ingefärashot och en dubbel macchiato.

#### **NUMERA HÄNGER DET EN PLAKETT VID DIN PLATS PÅ NYBROGATAN 38, KAN DU BERÄTTA OM DEN?**

– Det är en Laguiole-kniv med mitt namn ingraverat på bladet. Jag kom in en morgon och då hängde den där på väggen och jag blev mycket överraskad.

#### **DU ÄR DEN FÖRSTA GÄSTEN I RESTAURANGENS HISTORIA SOM HAR FÅTT EN PLAKETT, HUR KÄNNS DET?**

– Det måste vara ett tecken på att jag har uppfört mig någorlunda.

# SOMMARENS BÄSTA BUBBEL

TILLSAMMANS MED DEN ITALIENSKA VINMAKAREN LE MANZANE HAR VI TAGIT FRAM ETT EGET BUBBEL, DÖPT EFTER DEN LJUVLIGA TERRASSEN PÅ ITALIENSKAN – TERRAZZA. FIRA IN SOMMAREN MED EN SPUMANTE FRÅN EN LITEN BY VID FOTEN AV DOLOMITERNAS SLUTTNINGAR.

Redan när Italienskans terrass bara var en skiss på ritbordet började idén om att ta fram ett italienskt mousserande vin som kunde matcha både stämningen och miljön ta form. Det skulle vara lika njutbart som att blicka ut över solnedgången en sen sommarkväll, lika friskt som en nyårsnatt, lika festligt som en middag med vännerna. Inte för dyrt, men med hög kvalitet. För att hitta det vi sökte åkte vi till den lilla italienska byn San Pietro di Feletto, tio mil norr om Venedig i Veneto. Inte långt från Dolomiternas sluttningar driver familjen Balbinot vingården Le Manzane, där fokus ligger på att producera mousserande viner – med kontroll över hela tillverkningskedjan, från odling till försäljning. Och resultatet är splendido om vi får säga det själva. Sugan på att testa? Besök Italienskan eller checka in Systemets beställningssortiment.

## TERAZZAS DRUVOR

Glera heter den dominerande druvsorten och fram till 2009 gick den under namnet Prosecco. Detta ändrades dock för att undvika sammanblandning med det ursprungsbetecknade vinet. I Terrazzas cuvée hittar man även en del Verdiso, Bianchetta, Chardonnay och Pinot Bianco.

## SÅ SER TILLVERKNINGSPROCESSEN UT

Druvorna skördas och får sedan jäsa enligt den så kallade Charmatmetoden, som uppfanns 1895 av italienaren Federico Martinotti. Metoden vidareutvecklades sedan av uppfinnaren Eugène Charmat och det var han som fick ge den sitt namn. Vinet får jäsa i en trycktank av rostfritt stål tillsammans med socker och jäst. När sockret har omvandlats till alkohol och koldioxid filtreras jästen bort och vinet tappas på flaska.



## OCH HUR SMAKAR BUBBLET?

Underbart, såklart. Friskt och brödigt, med eleganta toner av äpple och päron, något torrare än en traditionell Prosecco. Det passar perfekt som fördrink och lika bra till resten av måltiden.

## PROSECCO, FRIZZANTE, SPUMANTE – VAD ÄR SKILLNADEN?

Prosecco är namnet på det mousserande vin som tillverkas ytterligare lite längre norrut i Veneto, i kommunerna Conegliano och Valdobbiadene. Frizzante är ett svagt bubblande italienskt vin, spumante bubblar lite kraftigare.

## VAR KÖPER MAN DET – NÄR DRICKER MAN DET?

Antingen på Italienskan eller via Systembolagets beställningssortiment. När dricker man det inte? :)

# Född till Bryggmästare



**HEDDA SPENDRUP, 27, ÄR KRÖGAREN BAKOM OMAKA, RESTAURANGEN OCH BRYGGERIET PÅ UGGELVIKSGATAN 2 SOM SATSAR PÅ UNIKA ÖL- OCH MAT-KOMBINATIONER. NU DRÖMMER HON OM ATT SÄTTA EN PROFIL PÅ SVENSKT ÖL UTE I VÄRLDEN. DEN SOM BESTÄLLER TAKEAWAY FRÅN BOCKHOLMENGRUPPENS KROGAR HAR MÖJLIGHET ATT KÖPA MED SIG EN AV HEDDAS KREATIONER, DEN CHARMIGA ÖLEN SKÄR.**



## ”DEN BÄSTA IPA-UPPLEVELSEN JAG HAR HAFT VAR I SAN FRANCISCO.”

### HEDDA, VAD BETYDER ÖL FÖR DIG?

– Doften av bryggning väcker starka minnen och känslor för mig, det är min uppväxt och barndom, på ett icke sorgligt sätt. Jag minns hur man kom in på bryggargården i Grängesberg, att jag blev runtvisad av pappa, fick se alla maskiner och snodde åt mig läsk från tapplinjen. Öl för mig idag betyder att utveckla nya typer av öl och att arbeta med nya råvaror. Det är roligt att se hur andra människor njuter av den produkt man har skapat.

### HUR SKULLE DU BESKRIVA SVENSK ÖLTRADITION?

– Vi har en väldigt tysk tradition som utgår från ljus lageröl, pilsner och traditionen att brygga på malt, humle, jäst och vatten. Så har det varit historiskt, och ända fram till mikrobryggartrenden slog igenom. Nu tittar vi mer på USA. Även i Sverige har vi varit duktiga på att skapa vår egen scen där vi har blivit ganska stora inom craft- och hantverksöl. Men vi saknar fortfarande en egen profil, något som utmärker ”typiskt svenskt öl”.

### VAD SKULLE DET KUNNA VARA?

– Kanske att svenskt öl är drivet av råvarorna som finns runt omkring oss, eller säsongerna... det är två delar som känns mest naturligt att lyfta fram. Det vore kul om den svenska bryggartraditionen hittade sin egen form.

### VILKA ÄR DINA EGNA FAVORITÖL?

– Rodenbach Caractère Rouge. En belgisk körsbärsöl som är så komplex och underbar med en liten ton av vinäger. Sen tycker jag om tysk pilsner. Den bästa IPA-upplevelsen jag har haft var i San Francisco med en kollega. Vi satte oss i en bar och beställde en Pliny the Elder som var tappad samma dag. Det var en stor upplevelse och första gången jag drack den.

### PÅ BOCKHOLMENGGRUPPEN HAR VI DIN ÖL SKÄR, BERÄTTA LITE OM DEN?

– Med Skär ville vi göra typ hallonsaft för vuxna. En öl som är härlig att dricka en sommardag. Den är bryggd



med saison-jäst och har en krispig syra från hallonen. Sen har vi vetemalt för att bygga kropp så att inte ölen blir för tunn. Bärig, frisk och läskande.

### VILKEN ÄR DIN FAVORITRESTAURANG I VÄRLDEN NÄR DET KOMMER TILL ÖL?

– Barr i Köpenhamn. Den ligger i Nomas gamla lokaler. Där har de högt fokus på matchningen mellan öl och mat, men det ser inte alls ut som en typisk ölrestaurang. Jag var där en gång och förväntade mig en vinlista som vanligt, men så kom det fram världens längsta ölmeny till maten. Konceptmässigt har den varit en inspirationskälla till Omaka.

### HUR SKULLE DU BESKRIVA OMAKA FÖR DEN SOM ALDRIG HAR VARIT DÄR?

– Det är ett bryggeri med en restaurang där vi har en annan take på öl och mat. Vi fokuserar mer på smak före stil och vill gå ifrån traditioner. Vi vill skapa den dryck som är mest intressant, men det måste inte alltid vara öl. Vi har till exempel bryggat en öl/cider-hybrid, tillsammans med Brutes. Så länge smaken och drycken passar till situationen så passar det för oss. I restaurangen fokuserar vi på öl och matkombinationer och alla rätter är framtagna för att passa till specifika ölsorter.

### VILKET ÄR DET ABSOLUT BÄSTA TILLFÄLLET ATT TA EN ÖL?

– Svår fråga, men jag skulle nog säga på bryggan en sommardag nere på västkusten. Då tar jag en krispig pilsner.

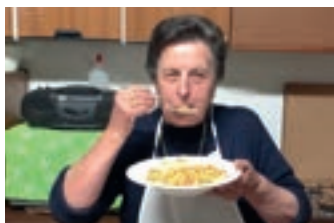
# ÄT DIG MÄTT PÅ YOUTUBE

MAT-TV ÄR STORT MEN YOUTUBE ÄR STÖRRE. PASTA, KOREANSKA DUMPLINGS, 1700-TALSMAT ELLER SMARRIGA BAKVERK. DELIKAT HAR VALT UT TIO NISCHADE MATKONTON ATT FÖLJA FÖR INSPIRATION I KÖKET.



## UPPDAG MAT

Mauri Hermundsson är inte så bra på att laga mat, men det är ingenting som hindrar honom från att utforska måltiden ur alla möjliga vinklar och vrår. I sin Youtubekanal testar "Mustiga Mauri" allt ifrån att leva som nunna till att gå på Sverige dyraste respektive billigaste restaurang. Han låter en fattig student och en miljonär byta liv för en dag och en grupp barn smaka efterrätter från 1900-talet. Allt sker med mycket värme och humor.



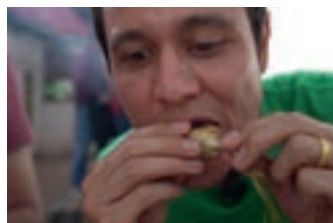
## PASTA GRANNIES

Vill man lära sig grunderna i traditionell italiensk pastatillverkning på ett charmigt, mysigt och pedagogiskt vis är detta den optimala skolan. Nonnor från olika regioner visar upp hur man knådar degar, formar pasta och lagar klassiska rätter. Som cavatelli med karljohanssvamp från Kalabrien, ricottafylld ravioli från Sicilien eller gnocchi ricci, som är en svärbemästrad pasta från Lazio. Ett riktigt kulturarv.



## FREDRIKS FIKA

Det finns få kakor och bakverk som Fredrik Nylén inte har provat. Utöver en fyllig receptsajt, har han även en bakkanal där han med sprudlande entusiasm guidar tittaren genom alla moment som krävs för en lyckad tårta, paj, småkaka eller bulle. Här hittar man både gammaldags kakor och tårtor, som mormors tekakor, mjuk pepparkaka eller prinsesstårta, och mer moderna påfund som monstercupcakes och snickersrulltårta.



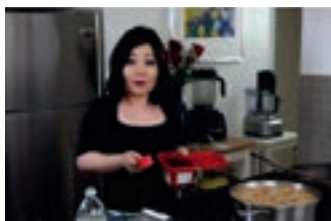
## MARK WIENS

En av världens största mat-vloggare. Alltid lika ivrige Mark Wiens reser jorden runt i jakt på matupplevelser och hamnar nästan alltid på någon liten sidogata där han upptäcker opretentiös gatumat lagad med omsorg. Det blir mycket hamburgare, nudlar och friterad kyckling, men även get i Pakistan, fiskhuvudcurry i Malaysia, sjöborre i Japan och uzbekiska tjurtestiklar.



### JAMIE OLIVER

Jamie Oliver slog igenom som den nakna kocken för 20 år sedan och har fortsatt att laga okomplicerade rätter med råvarorna i fokus sedan dess. Självklart finns han även på Youtube, där hans generösa personlighet gör sig utmärkt. Här samsas italienska rätter med modern brittisk husmanskost. Numera har hans son Buddy en egen kanal: Cooking Buddy, där rätterna är något mer barnvänliga.



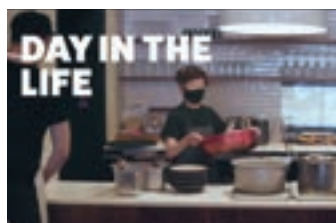
### MAANGCHI

För den som vill lära sig allt om koreansk matlagning är underbara Maangchi ett måste. Med mycket karisma lagar hon dumplingarna mandu, den populära glasnudelrätten japchae och koreanska bräserverade grisfötter samt flera olika versioner av kimchi. För inte så länge sedan visade hon hur man gör dalgona, de platta honungskakorna kända från *Squid game*. Ibland klär hon ut sig.



### KAPTEN MAT

Vid en västgötsk strandkant och med kaptenskostymen på visar Kapten Mat hur man lagar mat utomhus på stekhäll. Detta är dock långt ifrån scoutmatlagning; istället lyxar Kapten Mat till det med såväl champagnesabrering och kantarellrisotto som wagyubiff och oxflé-pasta. Det är kanske inte de mest innovativa rätterna, men de lagas med hängivenhet och ett gott humör.



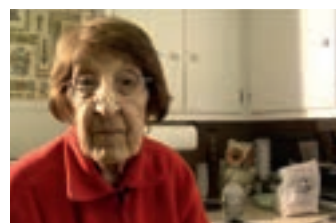
### ABOUT TO EAT

En Youtubekanal som inte bara handlar om mat, utan även om människorna bakom maten. Videorna har olika teman, som "Day in the life", där man bland annat följer en sushikock och en indisk toppkock under en dag på jobbet, eller "Tell us what you made", där flera personer lagar varsin rätt med en gemensam ingrediens. Lärorikt och inspirerande, ibland avancerat och ibland på lagom nivå för en amatör.



### TOWNSENDS

Sugen på 1700-talsmat? Då är Townsends rätt plats. Detta är en nördig djupdykning i allt som har med seklet att göra, från kläder till hantverk och hus. Och så matlagning såklart. Iförd tidstypisk klädsel guidar Jon Townsend tittaren genom ett kök bestående av rätter som fläsk- och äppelpaj från 1792, kanin över öppen eld, pannkakor kryddade med muskot och en grillad julgås efter ett recept från 1788.



### GREAT DEPRESSION COOKING

Clara Cannucciari lever tyvärr inte längre, men det gör hennes matlagningsvideor. Här lagar denna nästan 100-åriga dam billiga rätter från sin barndom under den stora amerikanska depressionen på 1930-talet. En av hennes paradrätter består av potatis, lök och korvslantar, men här bjuds också på recept på makaroner med ärtor och en maskrossallad. Dessutom berättar hon anekdoter från livet under lågkonjunkturen.



*”PÅ MENYN HITTAR DU TONER FRÅN DET KLASSISKA, FRÅN LANTKÖKET, FRÅN MODERN HUSMAN OCH DEN IGENKÄNNANDE KÄNSLAN FRÅN SÖDRA EUROPAS ENKLA SÄTT ATT ÄTA. OKOMPLICERAT OCH KÄRLEKSFULLT.”*

# Det blomstrar på Hornsgatan!

VARMT VÄLKOMMEN TILL VÅR NYA KVARTERSKROG

**D**et blomstrar i ett hörn på Hornsgatan. Här, mitt på Zinkensdamm har skotten till en ny Kvarterskrog slagit ut och växer kring den klassiska rundade fasaden i ett kärt möte mellan västra Södermalm och ett berömt kvarter i Saint-Germain de Près. En ljuvlig plats för mat, vin och spontana kvällar där vi njuter från aperitif till avec. För nya bekanskap eller söndagsmiddagar med närmaste familjen, för kärleksförklaringar som plötsligt bubblar ut och för vänskap som aldrig tar slut. På Hornsgatan Kvarterskrog & Barservering är du välkommen när du vill, hur du vill – uppsluppen i en bågformad soffa av läder under en stimmig middag med moules frites och en flaska chablis. Eller kanske smuttandes på ett glas cava i baren sent en eftermiddag, förtrollad av vajande kanariepalmer innan de första raderna till en ny roman landar på tangenterna. På menyn hittar du toner från det klassiska, från lantköket, från modern husman och den igenkännande känslan från södra Europas enkla sätt att äta. Okomplicerat och kärleksfullt. Charmiga Hornsgatan har äntligen fått hörnet det längtat efter och saknat, en varm kvarterskrog



bortom livets svåra stunder där du alltid är välkommen att äta och dricka gott, från tidig morgon till sen kväll.



# SOMMELIEREN HAR ORDET!



**FILIP WEIDLITZ ÄR 24 ÅR OCH SOMMELIER PÅ PARADEN KVARTERSKROG, NAVET I KORSNINGEN ERIK DAHLBERGSGATAN OCH VALHALLAVÄGEN. HAN MINNS VINBAREN LA FISNA I MADRID MED KÄRLEK, OCH HELST AV ALLT BILAR HAN I BOURGOGNE. MEN VILKEN ÄR FAVORITEN PÅ PARADENS VINLISTA?**

## BERÄTTA OM EN SPECIELL VINUPPLEVELSE.

– I höstas lyckades jag åka till Madrid för att hälsa på en av mina bästa vänner som studerade där. Han tycker att det är kul att låta mig styra vart vi ska när vi ses. Den här gången ville jag gå till vinbaren La Fisna Vinos efter att Jancis Robinson, som är en av världens största vinskribenter, hade tipsat om den. Väl där beställde vi in en flaska garnacha från kultproducenten Comandó G, ett vin som odlats i bergskedjan Sierra de Gredos strax väster om Madrid. Det var helt otroligt, med hög syra och fräschör. Ägaren till baren gillade vårt vinval så mycket att vi fick sitta kvar hela kvällen. Det blev många bra samtal.

## ÄR DET SPANIEN SOM ÄR DITT BÄSTA VINLAND?

– Egentligen inte. Även om det finns mycket att upptäcka där, med nya generationens vinmakare. Men jag lutar mer åt Frankrike, och helst gamla klassiska viner. Ett vin som ligger mig varmt om hjärtat på Paradén är ett Bordeauxvin från producenten Château Vieux Mougnaç. Det är ett äldre par som är otroligt ambitiösa och kärleksfulla. En gång var jag med under ett gästspel på deras slott, där vi drack deras viner till mat lagad på lokala råvaror. Det var en otrolig upplevelse.

## HAR DU NÅGOT DÄLIGT VINMINNE?

– Inte när jag själv druckit vin, men en gång skulle jag

servera en flaska mousserande vin till ett sällskap. Vad jag inte visste var att flaskan hade förvarats varmt och kallt om vartannat, så när jag skulle öppna den sprutade vinet ut över hela bordet. Jag försökte garva bort det, men ville helst gå och gömma mig.

## OM DU SKULLE ÅKA PÅ EN VINRESA IMORGON, VART SKULLE DEN GÅ?

– Till Bourgogne, från Chablis till Beaujolais. Klimatförändringarna påverkar det området så mycket att det blir allt svårare att både tillverka och få tag på viner därifrån. Många gäster beställer fortfarande gärna Chablisviner, men de blir bara dyrare och mer sällsynta. Det finns massa härliga alternativ, som Muscadet från västra Loiredalen.

## VEM DELAR DU HELST EN FLASKA MED?

– Mina närmaste vänner och min sambo. Vi är ett gäng på fem-sex personer som alla jobbar inom krogbranschen och är väldigt intresserade av vin. En i gänget har ett landställe i Dalarna och dit åker vi så ofta vi kan. Alla tar med sig tre flaskor var och så lagar vi mat och dricker vin ihop. Ibland utgår vi från ett tema, som när vi åt skaldjur och alla tog med sig champagne. Vi smakar, diskuterar och man lär sig alltid något nytt. Det är kul.

## Filip Weidlitz, 24 år, sommelier på Paradén.

Kan inte välja mellan rött och vitt vin, det är tillfället som får avgöra, men föredrar mer eleganta viner. Älskar pinot noir och Bourgogneviner.

# VAD FÅR MAN FÖR 1000:- PÅ VÅRA KROGAR?

BOCKHOLMENGGRUPPENS

PRESENTKORT

BOCKHOLMENGGRUPPEN.COM

*Bockholmsgruppen*  
PRESENTKORT

**TOLV**  
TONFISKSTACOS  
MED CHILIMAJONNÄS  
SOJAPÄRLOR &  
KORIANDER

**SEXTIOSJU**  
STEKTA FRUKOSTÄGG

**FEMTON**  
STARKÖL

**ÅTTA**  
DAGENS LUNCH

**TRETTIOFYRA**  
CHOKLADBOLLAR

**EN DUBBELDEJT**  
EN PERSON KÖR ALL IN  
OCH EN TITTAR PÅ





VÄLKOMMEN TILLBAKA  
*Peder, Mathias & Tiel*