

Tre spennende spisesteder:



Hellviktangen



Café Cicignon



Sætre gård

Med lidenskap for mat

Vi har besøkt tre spisesteder med unik stil og atmosfære. De eies av hver sin lidenskapelige kvinne, som på sin måte har skapt stedet hun driver med hjertet – for at andre skal trives.

Tekst: **Marta Holstein-Beck**
Foto: **Anne Elisabeth Næss**

◆ Nesten helt på toppen av Nesodden ligger Hellviktangen. Midt i dette friområdet rett ved havet, der unger løper rundt halvnakne og klatrer i trær, mens foreldre, venner og par ligger i gresset og nyter solen, står et ærverdige, gammelt hus i jugendstil. Her inviterte de fornemme eierne sine sosisetetsvenner fra Kristiania og holdt middagsselskaper som varte langt inn i solnedgangen. Selskaper er det fremdeles mange av: Praktfulle bryllup og sommerfester

gjør sommeren travel for Bente. Om søndagene får også lokalbefolkningen glede av hennes sunne, skikkelige og utrolig gode mat. Det har de fått glede av i åtte år nå, siden hun overtok leiekontrakten. Da hadde hun lenge tenkt at hennes mat ville passe godt inn her i det fine huset ved sjøkanten.

Bente utdannet seg til filolog, men interessen for helse og mat ble stadig større. Derfor startet hun sin karriere som økologisk vegetar-

kokk allerede i 1973. I dag kommer 90 prosent av alle råvarene som brukes på Hellviktangen kafé fra økologiske gårder.

– Økologiske råvarer har mer smak. Det betyr at de har mer næring, forklarer Bente.

For 40 år siden slet hun med å finne økologiske grønnsaker som kunne skape kontraster på en tallerken. I dag kan hun heldigvis sjonglere med hele fargespekteret.

– Antioksidantene sitter i fargene. Jo mer

Økologisk mat på Nesodden:

Der det beste er det sunneste

Bente Westergaard (65) serverer mat som både gjør godt og smaker godt. Her får gjestene begge deler.



grønn-saker, rød-saker, oransje-saker og lilla-saker vi spiser, jo bedre er det. Skjønnhet, helse og smak hører sammen, sier Bente.

Hun tok aldri noen kokkeutdanning, og finner på alt selv. Å skape nye retter gir henne stor glede.

– Jeg har alltid én smak som spiller hovedrollen, og så leker jeg meg frem til hva som passer, som støtter og supplerer dette. Det skal danne en god helhet, sier Bente.

Hun bruker gjerne selvplukkede, ville urter og vekster som ramsløk, skvallerkål og brennesle – ingrediensene i hennes ”ugresspesto”.



Bente bruker blant annet brennesle i sin egenkomponerte ugresspesto. Hun har ingen kokkeutdanning, og finner på alt selv. – Jeg har en urokkelig trang til å servere mat, sier hun.



Bente har fantastisk utsikt fra sitt kontor i andre etasje.

En annen populær rett er hennes super-lunsj; energisalaten som består av spirer, kikerter og et utvalg av grønnsaker.

– Den har lav glykemisk indeks, er vegetarisk og gir energi time etter time, lover Bente.

Hun mener selv at retten oppfyller alle kravene hun stiller til mat; den ser fin ut, smaker godt og gjør godt. I tillegg er den laget av økologiske råvarer.

BENTE HAR ALLTID VEGETARMAT på menyen, men sier de fleste velger kjøtt. De vil ha andeconfit, kylling eller Boeuf Bourguignon. Kylling i tomat- og safransaus er hennes personlige favoritt.

– Den utviklet seg opprinnelig fra en spansk fiskegryte. Det morsomme i denne retten er at safranen ikke synes i tomatsausen som er rød. Men når du har oppi kylling, hvit fisk eller pasta, blir de lysende gule. Det ser flott ut. Før brukte jeg fisk til denne retten. Men så i år, da påsken sto for døren, slo det ned i meg: Gul! Påskekylling! Yes, jeg lager retten med kylling! forteller Bente entusiastisk.

Den selvlærte kokken ønsker at Hellviktangen skal være et uformelt sted for alle, og serverer derfor også et utvalg av lekre kaker, og økologiske kjøtt-rike pølser for barna.

◆

Hellviktangen

Hellvikalleen 60,
1450 Nesoddtangen
Åpent: Søndager 12–19
Juli hver dag unntatt
lørdager, 12–19
www.hellviktangen.no



Kylling i tomat- og safransaus

(Til 6 personer)

Tomat- og safransaus:

- 500 g rød, økologisk paprika (ca. 2 stk.)
- 2 bokser hakkede økologiske tomater
- 1 dl økologisk olivenolje
- 5 fedd hvitløk
- 1 dl hvitvin (eller litt nypresset sitronjuice rett før servering)
- 1/3 g safran
- 1 ts havsalt
- 1 ss sukker
- chili etter smak

Oppi gryten:

- 250 g tagliatelle-pasta kokes separat, al dente
- 600–750 g rå, økologisk kylling

Ved servering:

- Dryss over svarte oliven, basilikum og noen slanter god olivenolje

Lag tomatsausen: Skjær paprika i biter, ha over litt olje og bak i ovnen på 200 grader til de lukter karamell (20–30 min).

Mens paprikaen baker, stek hvitløk i olivenoljen til den dufter godt, hell over tomatene og la sausen småkoke. Ha i paprika når den er bakt. Knus safran til pulver i morter med salt og sukkeret. Tilsett vin eller sitron-/limejuice.

Gjør klar kylling og safran mens paprikaen baker. Kyllingbryst er det letteste å skjære, men kyllinglår er egentlig bedre kjøtt. Ha kylling og pasta oppi sausen, og la det koke omtrent 2–3 minutter. Rør rundt til de har tatt fargen og kyllingen er akkurat gjennomkokt, og myk og saftig. Smak til med sukker, salt, chili, sitronsaft. Server med oliven, basilikum og litt ekstra olivenolje.



Kirstin Elisabeth Maurstad pakker egg til gjester som vil kjøpe med seg de ferske gårdseggene hjem.

født inn i en familie der matkultur har gått i arv i generasjoner. Hun forteller om en bestemor som heller ville kjøre en time for å kjøpe kylling fra en gård, enn å gå på nærmeste Carrefour. Det fantes verken syltetøy eller honning som var masseprodusert i foreldrenes hjem. Som voksen har Myléne fulgt i familiens fotspor. Eggene som hun får levert av en lokal gård, bruker hun både i rekesmørbrødet med eggehakk og til sin legendariske sjokoladecake med chili.

– Råvarene må være ferske og av god kvalitet. Det er de som danner basisen i maten vi serverer, og da må det være bra, sier Myléne og viser oss sitt hjemmebakte brød, som serveres til alle rettene.

DA DET FOR ET PAR ÅR SIDEN var smørkrise, måtte Myléne ta flere turer til Sverige for å kjøpe smør. Hun kan rett og slett ikke bake med margarin.

Når Myléne blander de norske råvarene med fransk inspirasjon blir smakene spennende og annerledes. Hennes brioche er laget med sukker og kanel, mens rabarbraen som vokser rundt i hagene i Østfold, brukes i en pai fra Normandie. Om vinteren serveres deilig gresskarsuppe, om våren ertesuppe. Quichen er derimot fast på menyen. Det har vært protester når de har gått tom for den.

Selv har Myléne en forkjærlighet for bakverk og kaker. Som ung tannlegestudent skaffet hun seg jobb på et bakeri hvor hun tilbrakte det meste av sin fritid. Her lærte hun alt det grunnleggende om å bake landbrød i steinovn,

rulle sprø croissanter, myke briocher og de små lekre munnfullene petit fours. Hun investerte tidlig i kjøkkenutstyr og kokebøker, og har i dag muligens den største samlingen av kake- og konfektformer i byen. Til tross for interessen var det først for to år siden hun på full tid begynte å jobbe med sin lidenskap.

Myléne var tannlege i mange år. I Paris, Moskva og Praha. På fritiden levde hun ut sin pasjon ved å invitere venner på middager. Hun disket opp med leverpateer, coq au vin og små lekre konfektbiter. En dag kom hun til Fredrikstad på grunn av kjærligheten, og har blitt her siden. Da det en dag åpnet en ny kafe i byen, tok Myléne turen for å sjekke den ut.

– Jeg følte meg hjemme med en gang jeg kom inn, sier hun og smiler.

Hun fikk raskt jobb på kjøkkenet, og følte at hjertet hennes hadde kommet til rett plass. Snart kjøpte hun stedet selv. I dag er det to og et halvt år siden hun ble eier. Hun jobber her hver dag, og sier stedet ikke hadde vært det samme uten hennes fantastiske medarbeidere som sammen skaper den koselige atmosfæren. Det første Myléne gjorde da hun overtok kafeen, var å endre navn til Café Cicignon.

– Cicignon var en viktig person i Fredrikstad på 1600-tallet. Han var både byplanlegger og ingeniør, og området er oppkalt etter ham. Jeg syntes det var flott å kunne kalle kafeen Cicignon, fordi det har et fransk preg og betyr noe i byen. Slik håper jeg at Fredrikstads befolkning føler seg hjemme her, slik jeg også gjør! ♦



Brioche à la norsk

(Ca. 20 stk)

- 500 g hvetemel
- 25 g gjær
- ¼ l melk
- 135 g sukker
- 2 egg
- 220 g romtemperert smør
- 1 ts salt
- 50 g smeltet smør til pensling
- kanel og sukker

Slik gjør du:

Lag deigen minst 12 timer før, dess tidligere du lager den dess bedre blir resultatet. Du kan gjerne bruke en kjøkkenmaskin hvis du har.

Bland gjær og melk. Ha oppi hvetemel, sukker, salt og egg. Bland til du har en smidig deig. Tilsett smøret og bland/kna videre til deigen er silkemyk. Dekk til deigen og la den stå i kjøleskapet i minst 12 timer. Ha hvetemel på kjøkkenbenken og kjevle ut deigen til den er ca. 1 cm tykk. Lag rundinger på ca. 8 cm i diameter. Du kan leke deg med alle mulige slags former. Ha dine briocher på et stekebrett og la dem heve i en time. Pensle deretter smeltet smør på briochene og dryss med sukker og kanel. Sett i ovnen på 180 grader og stek til de har en gylden farge (omtrent 20 minutter).



En av hennes trofaste kunder malte dette bildet til Myléne. Til ære for hennes legendariske chili- og sjokoladecake.

Café Cicignon

Ridehusgata 14, Fredrikstad
 Åpningstider:
 Mandag til torsdag: 10–16.30
 Fredag og lørdag: 10–17.30
 Søndager: 11.30–16
www.facebook.com/Cafe-Cicignon

Fredrikstads Paris:

Den franske følelsen

Hvis du elsker Paris, men ikke finner tid til neste reise, vil du alltid ha Café Cicignon.

♦ "Non, je ne regrette rien ..." Edith Piafs nostalgiske stemme strømmet ut i kafeen med de store vinduene som vender ut mot gaten, og glassdisken som frister med fargerike cupcakes og påsmurte bagetter. Veggene er tapetsert med vakre blomstermønstre og lyse pastelltoner, mens møblene forteller hver sin historie.
 – Velkommen! utbryter Myléne Aribat (46)

med elegant, fransk aksent. Det er hun som eier og driver Café Cicignon. Det lille franske pusterommet midt i Fredrikstad sentrum.
 Myléne tilbringer de fleste dagene her, aller helst på kjøkkenet hvor hun finner opp nye oppskrifter og kokkelerer. Lidenskapen for mat har hun med seg fra hun var barn i Bordeaux. Her, i denne frodige regionen, ble hun



Quichen er svært populær her på kafeen. Det har blitt protester når de har gått tom.



Kokken Liridon Osmani tilbereder aspargessuppe.

◆ Den hvitmaltede gården ligger bare noen titalls meter fra strandkanten, og gjennom vinduene ser man havet blinke i solen. Utenfor er det plantet blomster i ulike farger, og lenger bort står hundrevis av urteplanter klare til planting. Det er planlagt vårfestival på gården, og urtehagen skal være klar om noen dager. De besøkende skal få smake på smaksbombene, mens de kan lære litt om hagedrift og vandre blant salgsboder med blomster og planter.

Tonje Garberg (43) som driver gården, sitter inne og planlegger. Her er det gamle hjørneskap med vakkert teservice, et bibliotek hvor sigarer ble pattet på etter storslåtte middager og en finstue der damene heklet og kanskje tok et lite glass likør? Huset rommet også en gang ordførerens kontor, og et kjøkken der piker lærte seg å lage mat hos fru Asta Sæthre. Den lokale historien ble først tilgjengelig for Sætres befolkning i fjor, da gården åpnet dørene for allmennheten.

Gårdsnostalgi på Sætre:

Samlingssted på historisk grunn

Sætre gård har ligget i Hurum siden vikingtiden. Først i fjor ble dørene åpnet for lokalbefolkningen.



Det er bare noen meter fra restauranten til strandkanten.

DET STARTER MED FIRE MØDRE

som møtes til en vinkveld. Som alltid ellers må de treffes hjemme hos hverandre. Det lille stedet, Sætre, midt på Hurumlandet ved Oslofjorden, har et sentrum som har vært forsømt av politikere gjennom alle år. Kebabsjappa og en italiensk restaurant innbyr ikke til søndagsbesøk med barna eller en romantisk middag med kjæresten. Samtidig ligger Sætre gård bare noen meter lenger bort. Huset, som er fra slutten av 1700-tallet, har stått tomt så lenge damene kan huske. Det må da være et perfekt samlingssted, tenker de. En av dem, Tonje, kontakter daværende eier, Bodil Riisberg, og sammen blir de enige om å danne en stiftelse som skal drive gården. Tonje og de andre mammaene bruker all fritid på å pusse opp stedet og planlegge hvordan driften skal være. Tonje blir oppslukt av prosjektet, og legger snart interiørarkitekt-yrket på hylla. I år opprettet hun bedriften Spisehuset med kjøkkensjef Emil Skrutvold, for å drive restaurantvirksomhet på gården. Her presenteres det nordiske kjøkken, med nøye sammensatt næringsrik kost.

– Jeg syntes det var så viktig å gjøre dette for Sætre og folk her: Å omskape denne gården til en samlingsplass for befolkningen, hvor vi kan tilby noe mer enn vafler og kaffe, sier hun.

Historien til stedet er viktig for Tonje, og hun bruker den der det er mulig.

– Jeg fant noen kokebøker som var skrevet av Asta Sæthre en gang mellom 1900 og 1920. Hun drev en liten privat husmorskole her, og visste mye om mat og hage, forteller Tonje og



Lavendelen brukes i blant annet lavendelkake med gårdsis. En deilig dessert som serveres på gården.

viser oss de skinninnbundne bøkene skrevet i vakker løkkeskrift.

Her står det nøye beskrevet hvordan man skal lage kjøtt i kaal, epler i slåbrok eller krokan cream. Oppskriftene brukes som inspirasjon i kjøkkenet på Sætre i dag.

– Vi er opptatt av å lage mat slik de gjorde før. Det er en del som har mye god smak i seg, men som i dag ikke blir brukt, forteller Tonje.

På sikt ønsker hun å kunne invitere skoleklasser til gården for å lære om kompostering og matlaging fra bunnen av. Det aller viktig-

ste er likevel at Sætre gård blir et naturlig samlingssted der historie formidles. ◆

Sætre gård

Sætrealleen 2, Hurum

Åpningstider i sommer: torsdag–lørdag

08.30–22, Søndag 12–20

Serverer frokostbuffé, lunsj og middag

Resten av året: torsdag–lørdag 12–22

Søndag 12–20

www.saetregaard.no

Aspargessuppe

(Til 6 personer)

- 2 bunter asparges
- 1 l H-melk
- 2 hvitløksfedd
- sitron
- fløte
- salt
- pepper

Slik gjør du:

Skjær toppene av aspargesen og spar til suppegarnityr. Skjær resten i skiver og ha i en kjele med melk og hvitløk, samt vann så det dekker.

Kok det mørt, ca. 15–20 min. Kjør det til puré med stavmikser eller blender, og sil suppen.

Smak til med sitron, fløte, salt og pepper.

Server med aspargestoppene og f.eks. bacon og kokt egg.

