

ÚT AÐ BORDA

MÍÐVIKUDAGUR 22. FEBRÚAR 2012

Kynningarblað Sushi, rif, franskar, smáréttir, hlaðborð, eftirrættir.

Ósvikin amerísk „diner“ stemning

Roadhouse er nýr veitingastaður við Snorrabraut 56 í Reykjavík. Staðurinn býður upp á úrvals hamburgara, steikur, rif, djöflakökur og bökur og fleira gott í anda amerískra „diner“ frá seinni hluta síðustu aldar. Einungis ferskt og gott hráefni er notað í matseldina og allt búið til frá grunni á staðnum.

Petta er amerísk matseld eins og hún gerist best. Stórir 140 gramma hamburgarar, heimareykt rif, franskar kartöflur, laukhringir, steikur og fleira gott. Nánast allt gert frá grunni á staðnum. Meira að segja frönskurnar eru handskornar en það tók okkur „ekki nema“ ellefu daga að fullkomna þá list,“ segir Sigurður Karl Guðgeirsson, einn eigenda hins nýopnaða veitingastaðar Roadhouse að Snorrabraut 56.

Staðurinn er í anda dæmigerðra bandarískra „diner“, eins og Sigurður orðar það sjálfur með áherslu á ferskt og gott hráefni. „Við erum eiginlega að snúa aftur til fortíðar þar sem matur og umgjörð eru undir áhrifum frá sjötta og sjöunda áratug síðustu aldar,“ útskýrir hann og getur þess að meira að segja tónlistin sé valin með hliðsjón af því en enginn annar en Dr. Gunnar hefur umsjón með henni.

Á Roadhouse er líka reykofn sem fjórar gerðir rífa verða reyktar í með mismunandi viði, kryddaðar með ólíkum kryddum og bornar fram með ýmsum gerðum af grillsósum. Þá ætti enginn að vera svikinn af eftirrættunum, djöflakökum, bökum og ostakökum, sem eru bornir fram á kökuvagni eftir að gestir hafa snætt aðalréttinn. Mottóið er að enginn fari svangur heim.

Hugmyndina segist Sigurður hafa fengið úr matreiðsluþættinum Diners, Drive-ins and Dives sem sýndur er á bandarísku sjónvarpsstöðinni Food Network við miklar vinsældir um allan heim. „Við konan mín fórum að horfa á þáttinn þar sem stjórnandinn, Guy Fieri, heimsækir litlar búllur um þver og endilöng Bandaríkin. Þar er gríðarlegur metnaður lagður í að búa allan matinn til á staðnum og þá varð mér allt í einu ljóst að einmitt þess konar veitingastað vantaði klárlega hérna á Íslandi.“

Óhætt er að segja að metnaðurinn sé í hávegum hafður á Roadhouse þar sem fjórir vanir matreiðslumenn starfa auk Sigurðar sem hefur töluverða reynslu af veitingahúsageiranum. Sigurður rekur veitingastaðinn suZushii á Stjörnutorgi ásamt Ástu konu sinni og þykir vera einn fremsti sushigerðarmaður landsins. Á Stjörnutorgi komst hann í kynni við Gunnar Chan, rekstrarstjóra veitingastaðarins Rikka Chan, og í kjölfarið var ákveðið að stofna saman stað. Úr varð Roadhouse.

En er staðurinn ekki ákveðin kúvending fyrir ykkur báða? „Jú, kannski má segja það,“ segir Sigurður og brosir út í annað. „En við erum rosalega miklir áhugamenn um ameríska matargerð og það skilar sér í góðri matseld.“



Á Roadhouse starfa einungis vanir matreiðslumenn, að sögn eigendanna Sigurðar Karls Guðgeirssonar og Gunnars Chan. MYND/STEFÁN



Stórir 140 gramma hamburgarar, franskar kartöflur, steikur og laukhringir eru aðeins brot af ljúffengum réttum á matseðli.



Fjórar gerðir rífa bjóðast, kryddaðar með ólíkum kryddum og bornar fram með heimagerðum grillsósum. MYND/STEFÁN

stacked high & mighty

SNORRABRAUT 56
SÍMI 571 4200
www.roadhouse.is

the empire state

Tvöfaldur (2x140 gramma) borgari, grilled cheese samloka á milli, spælt egg, bacon, laukhringir, jalapeno & Roadhouse sósa. Þessi er loaded with all the good stuff and then some...

the taste that brings you back

ROADHOUSE
SNORRABRAUT

Uppáhaldsstaðir kokkanna

Fáum finnst jafn skemmtilegt að fara út að borða og matreiðslumönnum. Þeir segjast yfirleitt opnir fyrir nýjungum og vilja ekki viðurkenna að erfitt sé að gera þeim til hæfis. Við spurðum þrjá kokka hver eftirlætis veitingastaðurinn þeirra væri í útlöndum.



Dóra Svavarsdóttir er nýjungagjörn á mat

„Pure Food & Wine í New York kemur fyrst upp í hugann. Mega hráfaðisstaður á Manhattan sem ég hef borðað tvisvar á. Fyrst ein og svo með tveimur alætum og þær söknuðu einskis þegar við komum út. Þeim fannst þetta dásamleg matarupplifun þó það væri ekkert kjöt, fiskur eða mjólk á borðum og allt hrátt. Þarna er mjög metnaðarfull matreiðsla og enginn fer svangur út,“ segir Dóra Svavarsdóttir, matreiðslumeistari Á næstu grösom. Hún viðurkennir að leita sérstaklega uppi hráfaðisstaði á ferðalögum.

Dóra Svavarsdóttir vill reyna eitthvað nýtt

„Ég reyni að hlera vini og kunningja eftir svona stöðum. Bæði fyrir vinnuna og fyrir mig sjálfa. Það er alltaf gaman að prófa eitthvað nýtt og lítið fjör í að fara alltaf á sömu staðina.“

En laumast hún í skyndibita? „Nei, aldrei,“ segir hún og hlær. „Ég sver það svo sem ekki af mér en reyni samt að ná einhverri matarupplifun þegar ég er á ferðinni í útlöndum. Ég fer bara ekki nógu oft. Ég á mér í raun engan uppáhaldsrétt. Uppáhaldsrétturinn er yfirleitt bara það sem ég er að smakka í fyrsta sinn hverju sinni. Upplifunin er að sjá einhverjar nýjar aðferðir og smakka nýjar samsetningar.“



Úlfar Eysteinnsson lætur nefið ráða

„Það er reyndar búið að loka mínum uppáhaldsstað, Chicago Ribs í London! Til skamms tíma var líka Hard Rock í London í uppáhaldi, fyrsti staðurinn sem var opnaður. Það var svo skemmtileg saga á bak við hann en hann var opnaður af tveimur Ameríkönnum sem fengu ekki alvöru hamburgara í Englandi,“ segir Úlfar Eysteinnsson, matreiðslumeistari á Premur frökkum. Hann segist ekki ferðast það oft til útlanda en þegar hann er á ferðinni leitar hann

uppi þjóðlega rétti. „Ef ég er staddur í Þýskalandi þá borða ég saltaða grísaskanka með súrkáli og baunum. Á Spáni eltist ég við saltfiskinn og eins þegar ég er í Portúgal. Ég læt einfaldlega nefið ráða ferðinni, ef ég finn matarlykt og sé mikið af fólki á stað þá fer ég inn. Ég er líka alveg óhræddur við að prófa nýja hluti,“ segir hann og vill ekki viðurkenna að erfitt sé að gera honum til hæfis. „Nei, það er mjög gott að gera matreiðslumönnum til hæfis því við skiljum hvað hefur gerst ef einhver mistök verða, þá hugsar maður bara, æ, já, ég man þegar ég lenti í þessu.“



Leifur Kolbeinsson

„Quinzi e gabrieli er í uppáhaldi hjá mér. Glæsilegur sjávarréttastaður í Róm þar sem maturinn er frábær og gaman að borða. Ég hef farið nokkrum sinnum og mæli eindregið með þessum stað,“ segir Leifur Kolbeinsson matreiðslumeistari á Kolabrutinni. Hann fer oft út að borða og góður matur skipar jafnan stóran sess þegar hann ferðast til annarra landa. „Ég ferðast töluvert og hef gert gegnum árin. Þá er matur náttúrulega í fyrsta sæti hjá mér. Ég reyni

Leifur Kolbeinsson matreiðslumaður sneiðir hjá skyndibitastöðunum.

að prófa eitthvað nýtt en svo finnst mér líka gott að fara þangað sem ég veit að ég fæ gott að borða. Maður getur alltaf lent á slæmum veitingahúsum en annars er ekki erfitt að gera mér til hæfis.“

Laumast þú í skyndibita? „Helst ekki. Ég er sérstaklega mikið fyrir fisk og reyni að smakka nýja og nýja fiskrétti þegar ég er á ferðinni. Annars er ég alæta á mat.“



Sushibitarir á Tokyo eru alltaf ferskir.



Eigandinn Andrey Rudkov og yfirmatreiðslumaðurinn Ari Kaewong ásamt starfsfólki sínu á Tokyo sushi í Glæsibæ.

MYND/STEFAN

Fersk og fljótleg hollusta á Tokyo

Áherslan á ferskt hráefni og ferska vöru er nánast trúaratriði hjá **Tokyo sushi í Glæsibæ**, segja Andrey Rudkov eigandi og Ari Kaewong yfirmatreiðslumaður. Tokyo sushi er borið fram í bökkum, en þar er enginn dagstimpill. Á Tokyo sushi eru nefnilega aðeins til tvær dagsetningar, fyrir hádegi og eftir hádegi.

Hver dagur byrjar á því að taka á móti nýju grænmeti, ávöxtum og fersku sjávarfangi á borð við lax og túnfisk. Hráefnið er skorið og sneitt jafnóðum og við útbúum fyrstu bitana þann daginn. Fyrstu sushi-bakkar dagsins koma í hillurnar, þegar fyrstu gestirnir ganga inn. Nýir viðskiptavinir á Tokyo verða stundum hissa þegar þeir sjá hversu fáir bakkar eru í hillunum, en það er með ráðum gert. Starfsfólkið fylgist náði með hillunum á tölvuskjám í eldhúsinu og er á fullu yfir daginn að mæta breytilegri eftirspurn jafnóðum með fersku framboði. Eftir stutt hlé í eldhúsinu um miðjan dag, er allt hreinsað út og byrjað á ný með hreint borð. Galdurinn við gott sushi eru góð grjón,

ferskt hráefni og rétt hlutföll, segja þeir félagar. „Við bjóðum aldrei grjón frá morgni í eftirmiðdaginn og að geyma grjón yfir nótt væru auðvitað hrein helgisþjöll. Á Tokyo fær sushi-hráefnið líka að njóta sín, því hlutföllin eru vandlega stillt.“

Spennandi nýjungar fram undan

Fram undan eru spennandi nýjungar á Tokyo. Í byrjun var seðillinn aðallega maki-rúllur, sem slógu strax í gegn, núðlusúpur og gyoza-koddar. Nigiri og sashimi hafa bæst við og á næstunni verður aukid úrval af núðlu- og súpu-réttum með rækjum, kjúklingi eða nautakjöti og sjö tegundum af grænmeti. Afgreiðslutími Tokyo er frá 11 til 21 á virkum dögum, og 12 til 22 á laugardögum og vegna

eftirspurnar stendur til að hafa opið á sunnudögum.

Jafnvel þótt þú borðir ekki sushi þá þarftu ekki að svelta á Tokyo, því þar er úrval af öðrum réttum fyrir þann hóp líka. Í hádeginu er mest um vinnandi fólk sem hefur gjarnan lítinn tíma, en vill samt mat sem er bæði hollur og góður. Á kvöldin og um helgar sést frábær blanda af fólki á öllum aldri og heilum fjölskyldum sem ýmist borða á staðnum eða taka matinn með heim.

„Áherslan á ferskleikann og að útbúa allt jafnóðum getur þýtt að uppáhaldsbakkinn þinn er ekki í hillunni. Láttu okkur þá endilega vita og við útbúum hann. Þú getur líka pantað fyrirfram og verið öruggur með uppáhaldið.“

Nánari upplýsingar er að finna á www.tokyo.is





ÞRÍJÁR LEIÐIR Í HÁDEGINU ... 1, 2 OG 3

Leið 1: Súpa og salatbar.

Leið 2: Sérrettaseðill. Þar er meðal annars að finna sesarsalat, alvöru hamborgara, klúbbssamloku, grillaða kjúklinga-bringu og meðlæti.

Leið 3: Hefðbundið hádegisverðarhlaðborð þar sem boðið er upp á fjölbreytt úrval rétta eins og súpur, nýbakað brauð, wok- og salatrétti, sushi, fiskrétti, kjötrétti og eftirrétti.



„Hlaðborðin eru sívinsæl en við vildum gera enn betur og bæta við léttum réttum og salatbar í hádeginu til að koma til móts við þá sem vilja eitthvað léttara,“ segir sölu- og markaðsstjórinn, Þórey Ólafsdóttir.

MYND/STEFÁN

1, 2 og 3 á Nítjándu

Hádegisverðarhlaðborðið, kvöldverðarhlaðborðið og brunch-inn á veitingastaðnum Nítjándu njóta mikilla vinsælda en nýlega var fyrirkomulaginu 1, 2 og 3 komið á í hádeginu en með því geta allir fundið eitthvað við sitt hæfi.



Þórey Ólafsdóttir.

Á veitingastaðnum Nítjándu á nítjándu hæð turnsins í Kópavogi er sífellt nóg að gera. Þar er boðið upp á hádegisverðarhlaðborð alla virka daga, gómsætan brunch allar helgar og fjórtíu rétta kvöldverðarhlaðborð frá fimmtudegi til sunnudags. Nýlega var bætt við valkostum í hádeginu en fyrirkomulagið er kallað 1, 2 og 3.

„Hlaðborðin eru sívinsæl en við vildum gera enn betur og bæta við léttum réttum og salatbar í hádeginu til að koma til móts við þarfir þeirra sem vilja eitthvað léttara. Nú er því hægt að velja um þrjár leiðir,“ segir Þórey Ólafsdóttir, sölu- og markaðsstjóri Nítjándu og veislubjónustunn-

ar Veisluturnsins. „Leið 1 er súpa og salatbar sem er léttur og góður valkostur. Leið 2 er sérrettaseðill þar sem meðal annars má finna sesarsalat, alvöru hamborgara, klúbbssamloku, grillaða kjúklinga-bringu og meðlæti. Leið 3 er síðan hefðbundið hádegisverðarhlaðborð þar sem boðið er upp á fjölbreytt úrval gómsætra rétta; súpur, nýbakað brauð, spennandi wok- og salatrétti, sushi, fisk- og kjötrétti og nokkra góða eftirrétti. „Það ætti því enginn að fara svangur út frá okkur,“ segir Þórey.

Brunch-inn og kvöldverðarhlaðborðið verða að sögn Þóreyjar með sama sniði og áður enda jafn-

an vel sótt. „Í brunch-inum bjóðum við fjölbreytt úrval af salatréttum, brauðmeti og bakkelsi ásamt álegg og egg Benedict. Þá erum við með ommelettur, eggjæræru, beikon, nautasteik með Bérnaise, crème brulée og franska súkkulaðiköku svo fátt eitt sé nefnt.“ Kvöldverðarhlaðborðin eru ekki síður eftirsótt, þar er boðið upp á brot af því besta í matargerð fjölmargra landa. „Má þar nefna rétti sem eiga uppruna sinn í Singapore, á Indlandi, Ítalíu, í Frakklandi, Malasíu og Japan svo fátt eitt sé nefnt.

Yfir tuttugu réttir eru á hlaðborðinu en þar má finna sushi, heilsteikta nautasteik og ótrúlegt úrval

franska og ítalskra eftirrétta,“ upplýsir Þórey.

Veisluturninn teygir starfsemi sína yfir efstu tvær hæðir turnsins og þar er boðið upp á glæsilega veislu- og fundaraðstöðu með ótal möguleikum. Veitingastaðurinn Nítjándu er rekinn samhliða þeirri starfsemi. „Hjá okkur starfar samhentur hópur fagaðila sem tryggir fyrsta flokks veitingar og framúrskarandi þjónustu hvort sem er á veitingastaðnum eða í Veisluturninum. Heimsókn á Nítjándu er því hrein og klár ávísun á frábæra upplifun,“ fullyrðir Þórey og leggur áherslu á að staðurinn sé fjölskylduvænn og því borða öll börn sex ára og yngri frítt.



Nítjándu í Turninum

Fjölskylduvænn veitingastaður fyrir þig & þína

Hádegisverðarhlaðborð, krónur 3.490

Kvöldverðarhlaðborð, krónur 5.990

Brunchhlaðborð, krónur 3.990

nítjándu.

Smáratorgi 3 | Kópavogi | sími 575 7500

ELDPIPAR ER HOLLUR**Chili-pipar eða**

eldpipar, eins og hann nefnist á íslensku, er í miklu eftirlæti hjá mörgum, enda er hægt að nota hann sem krydd í flesta rétti. Hann passar einstaklega vel í asíska karrirétti. Chili-pipar er hollur, hann er ríkur af A- og C- vítamíni. Piparinn er sagður hafa góð áhrif á háan blóðþrýsting auk þess sem hann er talinn auka brennslu líkamans.

**KJÚKLINGUR MEÐ NACHOS**

Kjúklingur í ofni með nachos er afar vinsæll réttur sem auðvelt er að búa til. Hægt er að nota kjúklingalundir eða -bringur í réttinn. Einnig er ágætt að nota hakkað kjúklingakjöt.

Það sem þarf:

- 400 g kjúklingahakk
- 1 msk. olía
- ½ laukur, smátt skorinn
- 1 rauð paprika, í strímlum
- 3 dl salsasósa
- 3 dl rifinn ostur
- 1 poki tortilla-nasl



Steikið kjúkling og lauk í olíu á pönnu. Bætið papriku saman við og látið allt hitna vel í gegn. Bætið 2 dl af salsasósu út á pönnuna og hitið. Setjið nachos í botn á eldföstu móti og kjúklinga-blöndu yfir. Stráðið rifnum osti yfir.

Gratinerið í ofni við 225°C í 10 mín eða þar til osturinn er bráðnaður.

Berið fram með salsasósu, sýrðum rjóma og salati.

**AMMA FITAR BARNIÐ**

Samkvæmt breskri könnun er meiri hætta á offitu barna ef þau eru í gæslu hjá ömmu og afa heldur en ef þau eru á leikskóla. Könnunin náði til tólf þúsund breskra barna á aldrinum níu mánaða til þriggja ára. Áhættan á offitu hjá þessum börnum var 15% hærrí en hjá leikskóla-börnum miðað við gæslu hálfan daginn en 34% hærrí ef börnin voru allan daginn hjá ömmu. Þessi niðurstaða á ekki við um börn sem eru hjá dagforeldrum né heldur börn sem eru heima hjá foreldrum. Ástæðuna fyrir þessu telja þeir sem framkvæmdu rannsóknina vera þá að amman lætur eftir börnunum þegar þau biðja um kex eða annað sætmeti. Bent er á nauðsyn þess að setja ömmu reglur um hvað barnið megi borða yfir daginn.

**LEIÐIN TIL AÐ LÉTTAST**

Offita er algeng hér á landi. Margir vilja léttast en skortir aga. Ef þú vilt fækka kílóunum þarf hugarfarsbreytingu. Gott er að setja sér reglur um breytt mataræði og sleppa því að borða á milli mála. Flestir vita að morgunverður er mikilvægasta máltíð dagsins. Betra er að sjóða matinn eða baka í ofni fremur en að steikja hann. Ekki borða unnar kjötvörur, beikon eða pylsur. Grænmeti á að fylla helming matardisksins, kjöt eða fiskur einn fjórða og kartöflur eða grjón rest. Reyndu að skera niður skammtastærðir. Gleyndu því sem mamma kenndi þér um að klára matinn. Það er engin ástæða til að sprengja sig. Áfengi er kalóriubomba og sömuleiðis gos. Best er að drekka vatn við þorsta.

TAKK FYRIR KOMUNA



Á síðasta ári tókum við á móti fjölmörgum skóláhópum, þar sem við kynntum sögu íslensks útvarps og sjónvarps, fjölluðum um miðla okkar og gáfum gestum tækifæri til að líta á bak við tjöldin og skoða hvernig vinnsla efnis fer fram. Við þökkum öllum þessum áhugasömu hópum fyrir komuna og hlökkum til að taka á móti fleiri hópum á þessu ári.