



Ekte sjømatopplevelser!

Den ekte smaken!

Vi inviterer deg med på en SMAK AV KYSTEN – et møte mellom havets skatter og nyskapende kokekunst. På hvert av våre utvalgte spisesteder kan du nyte sjømat av ypperste klasse. Alle som bidrar gjør sitt ytterste, med lidenskap og kunnskap.

Du befinner deg ved en av verdens største og reneste kilder for sjømat. La oss fortelle deg hva vi gjør for å fremheve den ekte smaken.





Fornøyde kokker perfeksjonerer sine sjømatkunnskaper og henter inspirasjon på samlingene på Norsk Sjømatsenter.

SMÅK AV KYSTEN – et kulinarisk nettverk

Hittil har vi sertifisert 42 utvalgte spisesteder i Norge. Hvert av dem gir sjømat en æresplass på sin meny.

SMÅK AV KYSTEN er et kvalitetsstempel hvor hvert eneste ledd er viktig: Kokkens kunnskap og omhu, servitøren som bidrar til rammen rundt måltidet, fiskeren og oppdretteren som vet når hvert fiskeslag er på sitt aller beste, leverandøren som sørger for at fersk sjømat når frem til kjøkkenet i ekspressfart. Havforskerne, matekspertene og flere andre.

SMÅK AV KYSTEN er et samarbeid mellom alle disse. Resultatet kan du smake. Velbekomme!



Vår visjon er enkel:
«Vi skal begeistre mennesker
med ekte sjømatopplevelser.»



Øystein Vallestad Næss
ble Årets Sjømatkokk 2008

Høye krav

Vi legger ikke skjul på at SMAK AV KYSTEN stiller store krav til sine medlemmer:

- Mer enn halvparten av hovedrettene og forrettene skal være sjømat
- Kun sesongens beste råvarer fra kystens spiskammer
- Tett samarbeid med produsenter og leverandørene for å sikre høyeste kvalitet
- Alle råvarer fra havet skal være sporbare
- De foretrukne fangstmetodene er teine og line
- Kokkene søker kunnskap gjennom våre kurs og samlinger

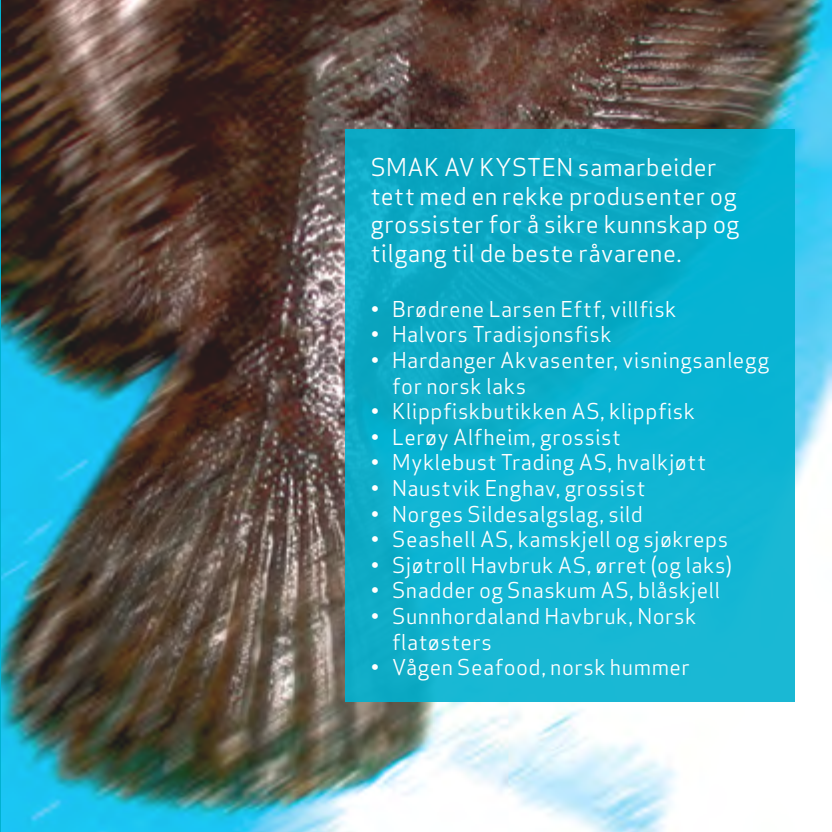
Spisestedene er nøye utvalgt og kvalitetssikres årlig etter våre strenge retningslinjer, og de må strekke seg mot stadig nye høyder. Norsk Sjømatsenter er initiativtaker til SMAK AV KYSTEN og har ansvar for drift og utvikling av det kulinariske nettverket.

Kun de beste råvarene fra kysten vår

God mat er avhengig av gode råvarer. Et hovedfokus for SMAK AV KYSTEN-samarbeidet er å sikre at våre spisesteder alltid har tilgang på råvarer av topp kvalitet. Vi tar hensyn til når på året og hvordan fisken er fanget. Dette er avgjørende for kvaliteten.

Vi henter frem arter vi mener er altfor lite brukt – som for eksempel brosme, lomre og lysing. Og vi finner nye og spennende måter å servere makrell, lyr og sei på. Vi inspirerer spisestedene til større mangfold av sjømat på menyen.

Det vil du nyte godt av.



SMAK AV KYSTEN samarbeider tett med en rekke produsenter og grossister for å sikre kunnskap og tilgang til de beste råvarene.

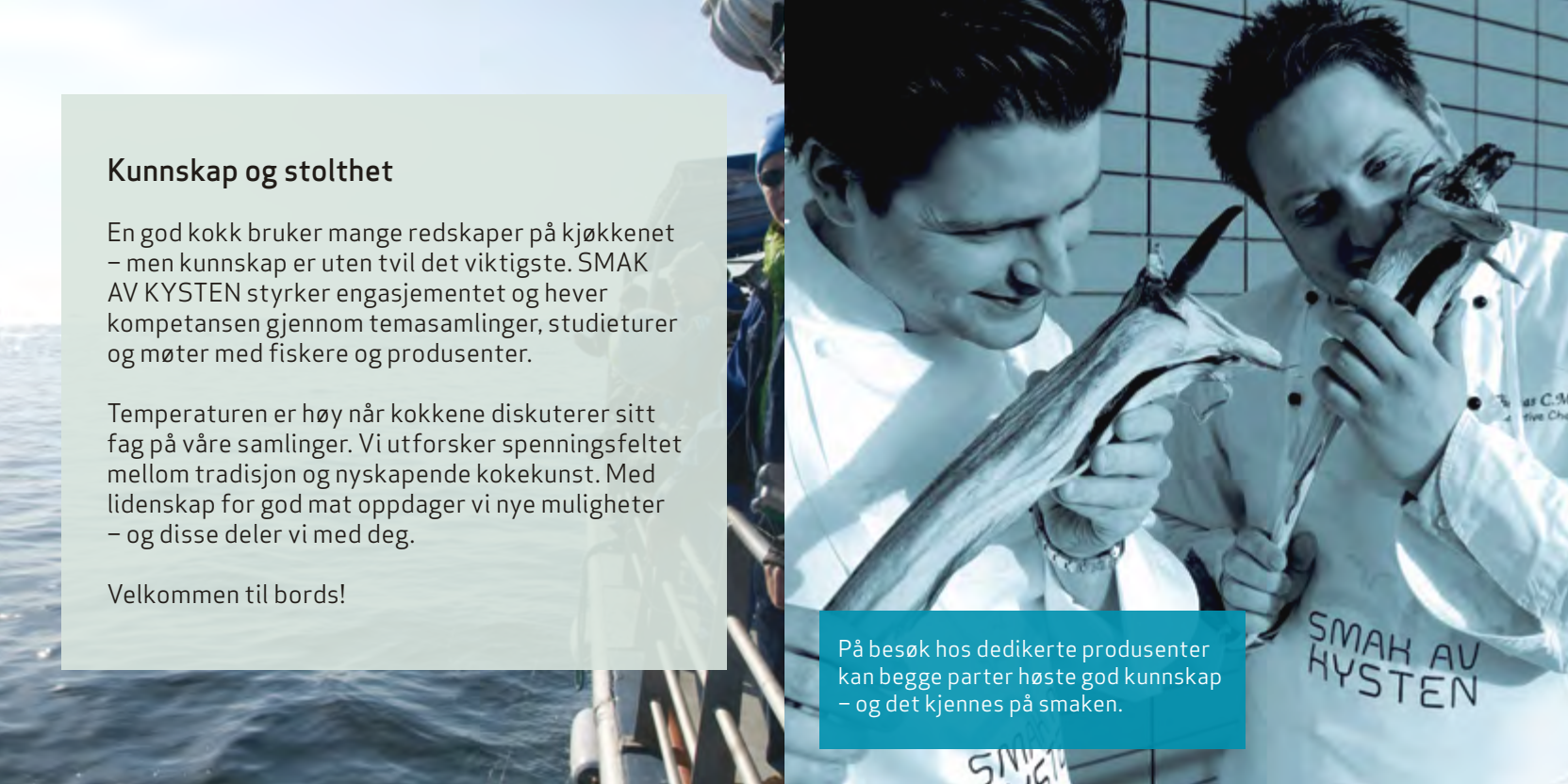
- Brødrene Larsen Eftf, villfisk
- Halvors Tradisjonsfisk
- Hardanger Akvasenter, visningsanlegg for norsk laks
- Klippfiskbutikken AS, klippfisk
- Lerøy Alfheim, grossist
- Myklebust Trading AS, hvalkjøtt
- Naustvik Enghav, grossist
- Norges Sildesalgslag, sild
- Seashell AS, kamskjell og sjøkreps
- Sjøtroll Havbruk AS, ørret (og laks)
- Snadder og Snaskum AS, blåskjell
- Sunnhordaland Havbruk, Norsk flatøsters
- Vågen Seafood, norsk hummer

Kunnskap og stolthet

En god kokk bruker mange redskaper på kjøkkenet – men kunnskap er uten tvil det viktigste. SMAK AV KYSTEN styrker engasjementet og hever kompetansen gjennom temasamlinger, studieturer og møter med fiskere og produsenter.

Temperaturen er høy når kokkene diskuterer sitt fag på våre samlinger. Vi utforsker spenningsfeltet mellom tradisjon og nyskapende kokekunst. Med lidenskap for god mat oppdager vi nye muligheter – og disse deler vi med deg.

Velkommen til bords!



På besøk hos dedikerte produsenter kan begge parter høste god kunnskap – og det kjennes på smaken.

Ovnsbakt sei med sprø skinke

Til 4 porsjoner: Start med løken. Stek den i olje på svak varme så den karamelliseres og blir myk.

600 g seifilet, uten skinn og ben
2 løk, finsnittet
1–2 ss olivenolje
1 ss finhakket gressløk
8 små poteter
100 g spekeskinke, i tynne strimler
olje til steking
hakket persille
salt, pepper

Rør inn gressløk og smak til med salt og pepper. Forvarm stekeovnen til 180°C.
Kok potetene halvmøre i lettsaltet vann. Damp dem godt, skjær dem i skiver som deles i to og stek dem møre i olje. Rør inn hakket persille.

Sprøstek skinkestrimlene i olje og rør inn persille.

Skjær seifiletet i 4 jevnstore stykker, dryss dem med salt og pepper, drypp olje over og bak dem i ovn ved 180°C i 5–10 min avhengig av tykkelsen.


Anrett fisken på en seng av løk, legg skinken på toppen.






Noen har vært på bunnen av havet
og sanket smak av sødme og salt.
Kokken tilfører sine overraskelser.

Havets skatter har fått nye farger.



Lysing er hvit og fast i kjøttet, og har en rund og god smak. Dette gjør fisken svært ettertraktet blant Europas beste kokker.

På en studietur til Barcelona oppdaget våre kokker fiskens fortreffelighet. Da er det jo kjekt å vite at lysingen kan høstes rett utenfor vår egen kyst!



Servitørene kan fortelle deg hvor fisken er fanget, hvordan og når – og om den er villfanget eller kommer fra en av de kvalitetsbevisste oppdretterne langs Vestlandskysten.



Visste du at munkene i Norge drev fiskeoppdrett allerede i middelalderen? Og at østers ble dyrket frem i poller på Vestlandet på 1600-tallet?

I samarbeid med naturen

Respekt for naturen – dette er hemmeligheten bak den internasjonale suksessen til norske oppdrettere. De bidrar til å utvide sesongen, slik at kresne kokker på restauranter og i private hjem kan servere fiskemåltidet når de ønsker, og være trygge på kvaliteten.

Moderne oppdrettere har lært seg foredlingens kunst. Fisken som avles frem, får omsorg i hver livsfase, og den nyter godt av det rene kystfarvannet. Regnbueørret, røye og atlantehavslaks er bare noe av det som står på menyen ...

Dampede blåskjell med blåmuggost

Til 4 personer

1 kg blåskjell
0,5 dl solsikkeolje
3 stk sjalottløk
4 fedd hvitløk
2,5 dl hvitvin
1,5 dl fløte
100 g blåmuggost

Tilbehør:
brød

Finhakk sjalottløk og hvitløk
og surr det i solsikkeolje.
Tilsett hvitvin og gi alt et oppkok.
Tilsett blåskjell og legg på lokk.


Damp blåskjellene til de åpner seg.

Sil kraften over i en liten kjele.
Tilsett fløte og blåmuggost. Kok
inn til smaken blir passe kraftig.

Server sammen med skjellene som
en suppe, eller bland suppe og skjell
til en gryte.

Serveres med godt brød til.





Lakseburger med hjemmelaget aioli

Burger:

600 gr. Laks
2 ss potetmel
2 ts salt og litt pepper
1/2 hakket løk
50 gr purreløk
6 ss crème fraîche
8 ss grillmel

Aioli:

2 eggeplommer
4 fedd hvitløk
1/4 ss dijonsennep
1 dl olje
Smak til med salt,
pepper og
litt sitron

Mer fisk, takk!

Våre erfaringer viser at barn elsker fisk – til tross for mytene! Tilberedelsen er kjempeviktig, og sammen med barna har vi utviklet fristende sjømat på deres premisser.

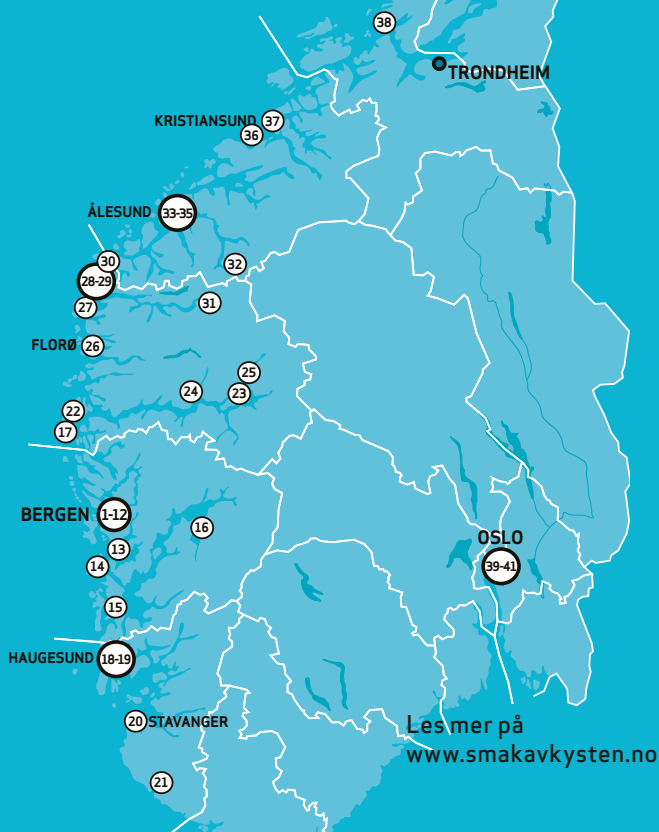
På flere av våre spisesteder tilbyr vi egne sjømatretter for barn.



41 spisesteder har kvalifisert seg for SMAK AV KYSTEN. Sammen gir vi deg enestående muligheter for en kulinarisk reise når du utforsker kysten.

Her får du SMAK AV KYSTEN:

- | | |
|--|--|
| 1) Restaurant Lucullus, Bergen | 24) Kviknes Hotel, Balestrand |
| 2) Lyststedet Bellevue, Bergen | 25) BesteBakken, Luster i Sogn |
| 3) Fløien Folkerestaurant, Bergen | 26) Hjørnevikbua Restaurant, Florø |
| 4) Bryggen Tracteursted, Bergen | 27) Knutholmen, Kalvåg |
| 5) Spisestedet På Høyden, Bergen | 28) Vågsberget, Måløy |
| 6) Enhjørningen, Bergen | 29) Kraftstasjonen, Måløy |
| 7) To Kokker, Bergen | 30) Selje Hotell, Selje |
| 8) Augustin Hotel, Bergen | 31) Hotel Alexandra, Loen |
| 9) Jacobs Bar & Kjøkken, Bergen | |
| 10) Cornelius, Bjørøy | 32) Union Hotel, Geiranger |
| 11) Pascal Mat & Vin, Bergen | 33) Maki Restaurant, Ålesund |
| 12) Cornelia Sjømatrestaurant, Bergen | 34) Hotel Rica Parken, Ålesund |
| | 35) XL Diner, Ålesund |
| 13) Solstrand Hotel & Bad, Os | 36) Bjartmars Favorittkro, Averøya |
| 14) Bekkjarkvik Gjestgiveri | 37) Smia Fiskerestaurant, Kristiansund |
| 15) Fengselet Mat og Vinkjellar, Stord | |
| 16) Hotell Ullensvang, Lofthus | 38) Ørland Kysthotell, Ørlandet |
| 17) Skjerjehamn | |
| 18) Lothe's Mat og Vinhus, Haugesund | 39) Tjuvholmen Sjømagasin, Oslo |
| 19) Naustet Spiseri, Haugesund | 40) Lofoten Fiskerestaurant, Oslo |
| 20) Sjøhuset Skagen, Stavanger | 41) Havsmak, Oslo |
| 21) Grand Hotell Egersund | |
| 22) Solund Bryggje, Hardbakke | |
| 23) Tørvis Hotel, Marifjøra | |



Les mer på
www.smakavkysten.no



www.smakavkysten.no

SMAK AV KYSTEN – Norsk Sjømatsenter. Tlf: 55 55 4880.

Støttet av: Hordaland fylkeskommune, Sogn og Fjordane fylkeskommune,
Innovasjon Norge og Eksportutvalget for fisk.