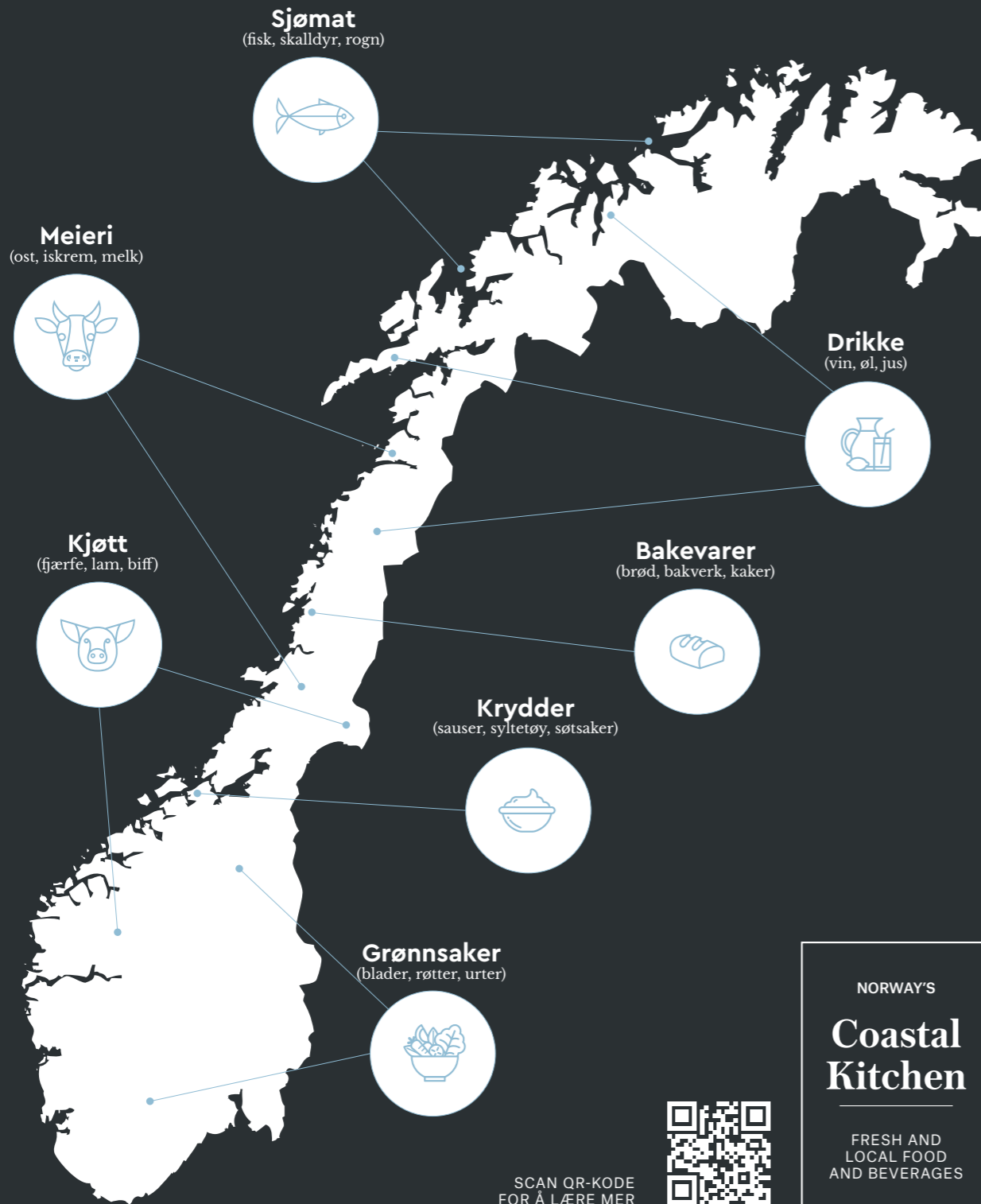


En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 1 | Bergen

NO | Dag 1

Bergen

A WORLD HERITAGE CITY – 60° Nord

Bergen er den nest største byen i Norge, selv om enkelte betrakter byen som et helt annet land. Den ligger i et område med en særegen dialekt og et særegent klima, stolte innbyggere og egne mattradisjoner. Bergen var et maktsentrum i vikingtiden og ble senere en viktig hansaby. Dagens meny omfatter noen av bergensområdets kulinariske spesialiteter.



Norsk tradisjonsmat

Mat er mer enn bare mat. Har du noen gang tenkt over at hva du spiser, hvordan du spiser, og når du spiser, kan fortelle noe om hvem du er, hvilken kultur du tilhører, og til og med hvilken religion du er oppvokst med?

Den norske tradisjonsmaten favner historier om folk og lokalmiljø over hele landet. Mattradisjonene forteller om viktige verdier som utnyttning av råvarene, fornuftig landbruk og samhold i lokalmiljøet. Men tradisjoner er ikke statiske, og de endrer seg over tid. Tilgang på råvarer og redskaper påvirker folk og samfunn. Mange mener norsk mattradisjon er fattig målt opp mot den franske, det er noe vi gjennom Norway's Coastal Kitchen prøver å motbevise.

Bergens fiskesuppe

Fiskesuppe spises over hele Norge, men den tas til et nytt nivå i Bergen, hjemmet til Bryggen brygge, et av de viktigste symbolene på Norges stolte fiskearv. Fiskesuppe er en av byens mest populære retter og Bergens familier og restauranter har utviklet hver sin unike oppskrift gjennom århundrene.

Mange av disse oppskriftene er nøye bevoktede hemmeligheter, men noen få delte prinsipper og ingredienser bidrar til å gjøre bergensk fiskesuppe umiskjennelig. Tradisjonell bergensk fiskesuppe inneholder syltet portulak og en klatt fløte og har en lett søtsyrlig smak. Det hele starter med en kvalitetsfiskebuljong – og hvis den er laget med bein fra en sjelden ung sei vet du at det er den virkelige avtalen.

Smalahove Løna

Mange steder og byer i Norge har sine helt egne og noen ganger rare mattradisjoner. Voss er intet unntak og kan vise til Smalahove som tradisjonsmat i generasjoner tilbake. Mange finner Smalahove som noe av det mest særegne man kan servere innen Norsk mattradisjon. Tradisjonen bunner i at man skulle utnytte hele dyret, og dermed oppstod denne spesielle retten.

Fra gammelt av ble faktisk smalahove regnet som hverdagskost, mens det i dag er regnet som en delikatesse. Med tanke på bærekraftig matvareproduksjon, fortjener smalahove en renessanse. Ordet smalahove kommer av dialektordet smale, som betyr «sau». Sauehodene blir først svidd, deretter saltet, røkt, tørket og til slutt kokt. Vi får våre fra Ivar L. Løne, prinsen av smalahoveprodusenter i Voss.

Prinsefisk

Denne retten har sitt utspring i Bergen og skriver seg inn i byens kulinariske arv. Historien går tilbake til 22. juli 1856, da to kronprinsener – svenske Carl Ludvig Eugène Bernadotte og nederlandske Willem Hendrik Nicolaas Alexander Carel van Oranje-Nassau – gjestet byen. Til ære for besøket ble det holdt en storslått middag for 150 inviterte i en paviljong reist mellom Logen og Pelloths store sal, på det som i dag er Ole Bulls plass. Blant rettene som ble servert denne kvelden var en fiskerett som senere har fått navnet Prinsefisk.

I dag bringer vi tradisjonen videre, med fersk fisk fra norskekysten og respekt for det klassiske bergenske kjøkken. En rett med historie, smak og lokal forankring – slik vi gjør det i Norway's Coastal Kitchen.

UTVALGTE RETTER FRA DAGENS BUFFET



Smalahove fra Løna i Voss

med potetsalat

ALLERGENER: M, G (HAVRE, HVETE, RUG)

Klassisk norsk fiskesuppe fra Bergen

Rotgrønnsaker, rømme og fiskeboller fra Rørvik

ALLERGENER: F, M, S, SU

✓ Bakte regnbuegulrøtter

med breserte linser, syltet rødløk, sennepsdressing

ALLERGENER: SU, SE.

✓ Veganske retter er tilgjengelige på buffeen.



Braiserst storfekjøtt fra Trøndelag

med sautert gulrot, løk, favabønner og reduksjon av demi-glace

ALLERGENER: M, S, SU

Prinsefisk

med sesongens grønnsaker, potetpuré, smørsaus med reker

ALLERGENER: F, E, S, M, SU, SK, G (HVETE)

✓ Bønnegryte

med potetpuré

ALLERGENER: SU, S



Karamellpudding laget med egg fra Rørvik

ALLERGENER: E, M, N (HASSELNØTTER)

Lokale oster fra ysterier langs kysten

med hjemmelaget marmelade

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✓ Vegansk bjørnebærkompott

med vaniljekrem

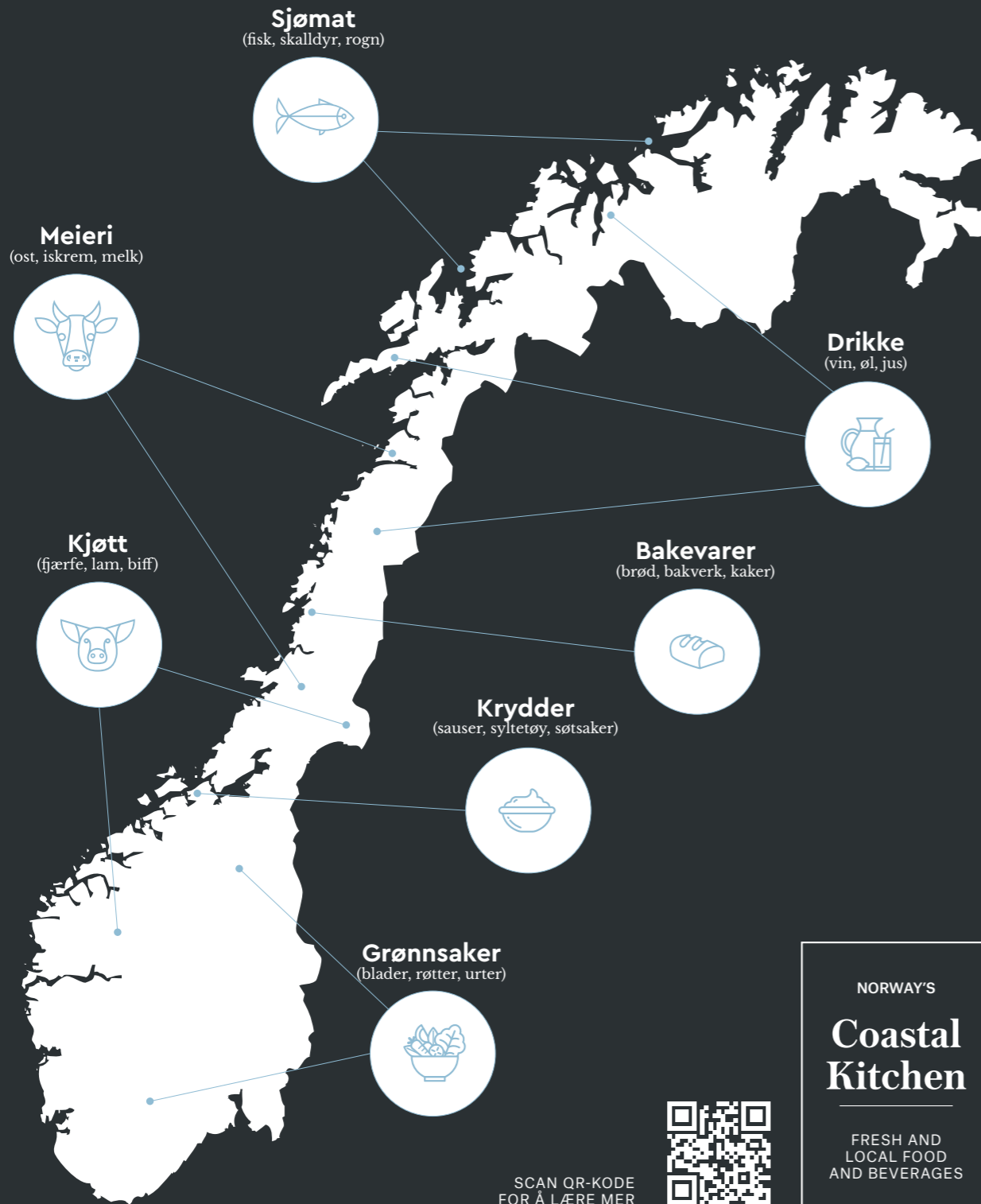
ALLERGENER: -

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 2 | Ålesund

NO | Dag 2

Ålesund

THE SUNNMØRE COAST – 62° Nord

Ålesund ligger på et nett av øyer. Etter bybrannen i 1904, ble byen gjenoppbygget i jugendstil. Bygårdene er fargerike med ornamenten og tårn i vakre pasteller. Geirangerfjorden byr på eksepsjonelt vakker natur. Bratte fjellvegger stiger 1600 meter over havet der fossefall og fjellgårder klamrer seg til bratte fjellsider. De sju søstre har et imponerende fall på 250 meter og er et syn du vil huske lenge.



Klippfisk

Klippfisk er saltet og tørket fisk. Den produseres helst av torsk, men hyse, lange, brosme eller sei kan også benyttes. Klippfisk er et mer foredlet produkt enn tørrfisk. Tørrfisk tørkes ute i kjølig vind og er ikke tilsatt salt, og representerer en eldre konserveringsmetode. Klippfisk tørkes nå innendørs og er alltid tilsatt store mengder salt. I Norge begynte produksjonen av og handelen med klippfisk på 1600-tallet, mens tørrfisk trolig har vært produsert og solgt siden år 1000 eller tidligere.

Fram til omkring andre verdenskrig dominerte Kristiansund handelen med norsk klippfisk. Etter dette har handelen vært konsentrert i Ålesund. Norsk klippfiskmuseum ligger i Kristiansund, og holder til på Milnbrygga – en autentisk klippfiskbrygge fra midten av 1700-tallet. Museet viser hvordan klippfiskproduksjonen har foregått i Norge gjennom mer enn 250 år.

Sunnmørsk epledessert

Epler har lange tradisjoner i fjordbygdene på Sunnmøre, hvor lune fjellsider og mildt kystklima skaper ideelle vekstforhold. Her har generasjoner høstet hageepler om høsten og brukt dem i enkle, men smakfulle desserter – ofte kombinert med lokale bær eller fløte.

I denne tolkningen møter de søtsyrlige eplene den kraftige smaken av havtorn, et bær som vokser vilt langs kysten og er kjent for sitt høye innhold av vitamin C. Kombinert med sprø havrekjeks og vaniljeis får desserten både tekstur og balanse. Dette er en hyllest til råvarer med røtter i vestlandsk tradisjon – servert med respekt for natur, sesong og smak, slik vi gjør det i Norway's Coastal Kitchen.

Sterlingkveite

Langs Norges kyst har kveiten i årtusener vært mer enn en råvare – den har vært en del av vår historie, vår tro og vår identitet. I norrøn mytologi knyttes den til Balder, guden for lys, kjærlighet og fruktbarhet, og ble omtalt som «gudéfisken» – en skapning som skulle møtes med respekt og ydmykhet.

Fra de klare fjordene i Ryfylke, Rogaland, kommer vår Sterling kveite – en videreføring av denne arven. Det kalde vannet gir et fast, snøhvitt kjøtt og en ren, balansert smak.

I Norway's Coastal Kitchen løftes kveiten frem med presisjon og enkelhet, der råvaren står i sentrum. En tidløs råvare, tolket i en moderne kontekst – hvor renhet, balanse og håndverk skaper en helhetlig matopplevelse.

Saltet lammelår fra Hellesylt

Geiranger står på UNESCOs verdensarvliste som et av verdens mest spektakulære fjordlandskap. Men her finnes mer enn bare vakker natur. Nærheten til ressursene i fjordene og fjellene har siden steinalderen dannet grunnlaget for jakt, sanking, fangst og fiske.

Norge er ikke rikt på dyrkbar mark, men har til gjengjeld fjell, fjorder, vidder og skoger – perfekte områder for sau og lam å beite i. Ser du godt etter, vil du oppdage sauer i fjellsidene. Det er her råvaren til Ole Ringdal kommer fra – en privateid familiebedrift etablert i 1938. Da startet Ole Ringdal sitt eget slakteri i «Holen» ved Hellesyltfossen. Derfra kommer dagens lam fortsatt.



FORRETTER

Carpaccio av klippfisk fra Dybvik

med syltet gulrot, arktiske perler og urteolje

ALLERGENER: F, SU, G (HVETE, RUG) (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

Norsk mozzarella

med konfiterte tomater og gressløksolje

ALLERGENER: M

Potet- og vårløksuppe

med Norske chorizosmuler

✔ (Kan lages vegansk)

ALLERGENER: S, M, SE



HOVEDRETTER

Saltet lammelår fra Hellesylt

med stuede grønnsaker, ovnsbakte poteter og rødvinssaus

ALLERGENER: S, M, SU, SE

Sterlingkveite fra Ryfylke

med erstepuré, ovnsbakt småpotet og kremet butaresaus

ALLERGENER: F, M, SU, (KAN INNEHOLDE SKALLDYR)

✔ Hasselback gresskar

med stekt kål, flerfargede gulrøtter, ovnsbakt potet og spinatsaus

ALLERGENER: SU, N (HASSELNØTTER)



DESSERTER

Sunnmørsk epledessert

med havtornsirup, skjenningis og havrekjeks

ALLERGENER: M, E, SU, G (HAVRE, HVETE, BYGG, RUG)

Dagens utvalgte iskrem

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✔ Vegansk Sunnmørsk epledessert

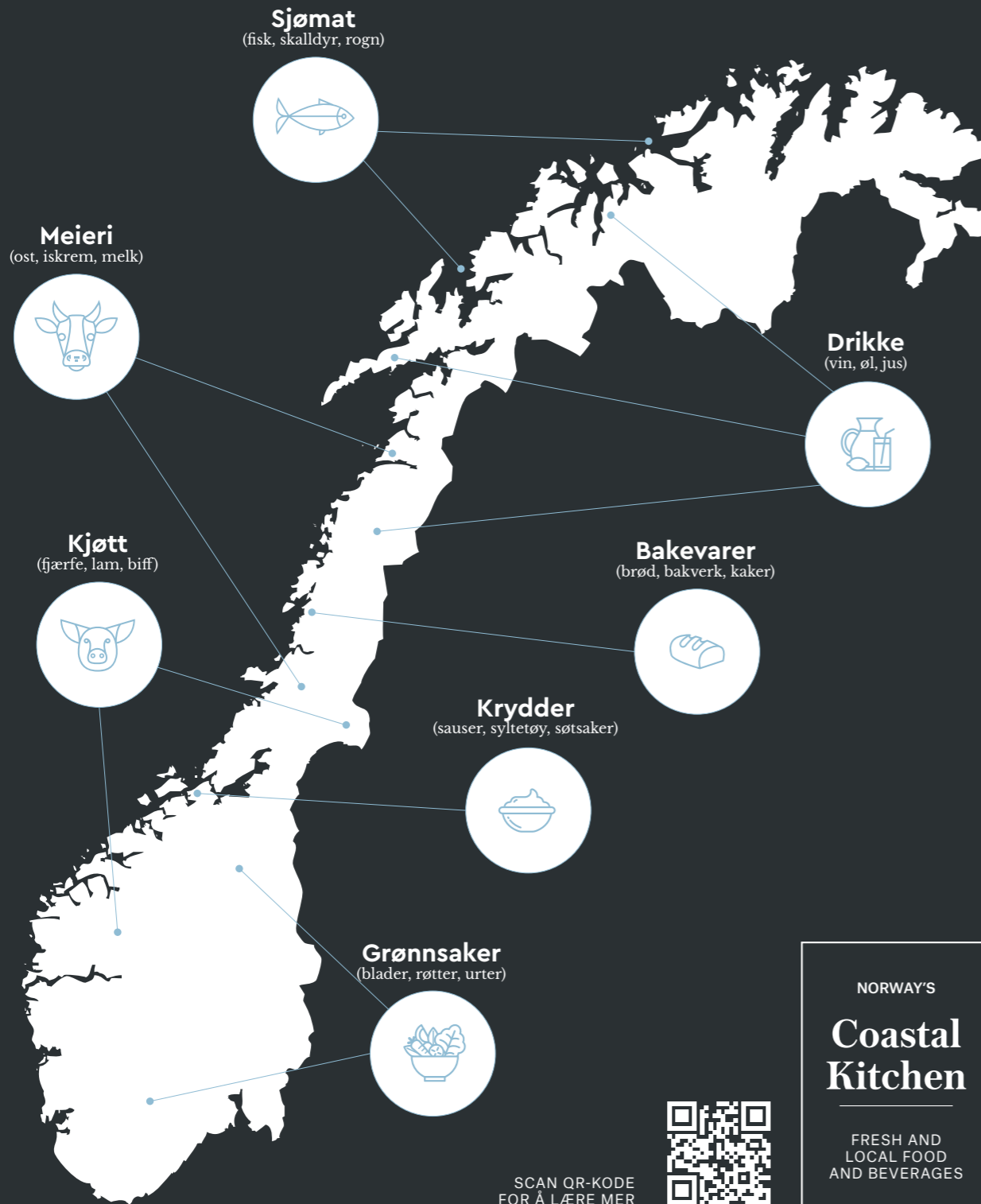
med havtornsirup, vaniljeis på sprø havrekjeks

ALLERGENER: G (HAVRE, HVETE)

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 3 | Trondheim

NO | Dag 3

Trondheim

THE SUNNMØRE COAST – 62° Nord

Det er kanskje en klisjé å si at noe ligger midt i matfatet. Men det er noe spesielt med Trøndelag, et område som har fått noe helt unikt fra naturen. Kontrastene fra mildt, fuktig kystlandskap til kjølig, tørr vidde og fjell. Lange, lyse sommernetter gjør så Trøndelag har råvarer i verdensklasse og mat-tradisjoner vi er stolte av. Når råvaren vokser lenge og sakte, får den en unik smak. Så det er ikke så rart at vi her finner kanskje verdens beste områder for sjøkreps, krabbe, kamskjell og blåskjell.



Byggrynssuppe

Byggrynssuppe er en av de eldste og mest utbredte hverdagsrettene i norsk matkultur – et resultat av nøktern råvarebruk og lange tradisjoner med å hente kraft fra bein og grønnsaker. Med røtter tilbake til bondekulturen, ble byggryn ofte brukt som erstatning for ris og pasta – både næringsrikt og holdbart. Når suppen tilberedes med røkt svineknokke, løftes smaken med dyp umami og en røykaroma som stammer fra gamle konserveringsteknikker brukt for å bevare kjøtt over vinteren.

Det sies at det finnes like mange oppskrifter på byggrynssuppe som det finnes familier i Norge – hver med sine små variasjoner og smakshemmeligheter. I dag serverer vi den med samme respekt for helhet og smak – som et ærlig uttrykk for det beste fra norsk kosthold gjennom generasjoner.

Reinsdyrost fra Galåvolden

Vi er stolte av å presentere den unike osten med røkt reinskjøtt. Denne osten er laget på pasteurisert kumelk fra Galåvolden Gård, og inneholder 12 % røkt reinskjøtt fra Rørosrein. Reinskjøttet, som er hentet fra Røros-området, tilsettes under ystingen, noe som gir osten en unik smak før den modnes i opptil tolv måneder.

Reindriften har alltid vært sentral i fjellsamenes liv i Røros-området, de fulgte reinsdyrene gjennom årstidene, fra vinterbeite i skogene til sommerbeite på fjellet, og denne nomadiske livsstilen har dype røtter i deres kultur, og deres rike tradisjoner har formet både samisk kultur og den prisbelønnede osten. Galåvolden Gård er stolt av å bære videre disse tradisjonene med sin unike ost, som du ikke finner andre steder enn her.

Laks

Etter å ha fisket laks i tusenvis av år, er Norge i dag verdens største eksportør av atlantisk laks. Takket være kunnskapen til generasjoner av norske fiskere, kombinert med en moderne vitenskapelig tilnærming, er vi i stand til å oppdrette høykvalitets laks i bærekraftige havopp-drettsanlegg, vanligvis lokalisert i det dype, kalde og rene vannet i Norges nordlige fjorder.

Fra den dype rosa fargen til dens fulle smak, er det lett å se hvorfor norsk laks er svært ettertraktet over hele verden. Nedkjølt som gravlaks eller kokt, bakt eller røkt, er norsk laks suveren som vår mest særegne og deilige eksportvare. Vi har leverandører som bringer fangsten sin i mange av havnene vi seiler til, alt for at du skal sette pris på laksen vår på sitt ferskeste.

Reinsdyr fra Stensaas

Reinsdyr har i årtusener vært en bærebjelke i norsk og samisk matkultur – nært knyttet til naturens rytme, årstidene og en livsform bygget på respekt for landskapet. For det samiske folk er reinen mer enn en råvare; den representerer kultur, identitet og tradisjon videreført gjennom generasjoner.

Hos Stensaas på Røros videreføres dette håndverket med omtanke og presisjon, der hele dyret utnyttes og råvarens naturlige kvalitet ivaretas. Reinsdyrkjøtt kjennetegnes av sin fine struktur, rene smak og tydelige preg av naturen.

I Norway's Coastal Kitchen løftes denne arven frem i en moderne kontekst – der enkelhet, balanse og respekt for råvaren står i sentrum.



FORRETTER

Røkt reinsdyrost fra Galåvolden Gård

med grillet hjertesalat, og ramsløkolje fra Myklevik gård

ALLERGENER: M, N (HASSELNØTT, PISTASJNØTT), G (HAVRE, HVETE, RUG, SPELT)

Byggrynssuppe

med røkt svineknokke og persilleolje

ALLERGENER: S, SU, M, G (HAVRE, HVETE, RUG, BYGG)

Asparges

med flowmince, urteemulsjon og ristede gresskarfrø

ALLERGENER: SE



HOVEDRETTER

Langtidsbraisert reinsdyrskank fra Stensaas

med norske rotgrønnsaker og viltkraftsaus.

ALLERGENER: M, S, SU, SE

Laks fra Aukra

med varm potetsalat, pisket rømme, dill og sitron

ALLERGENER: F, M

Søtpotet- og kikertbiffer

med grønnkål

ALLERGENER: S, SU, SE



DESSERTER

Nýr-ostekake

med jordbærkompott og nýrkrem

ALLERGENER: M, E, G (HVETE)

Dagens utvalgte iskrem

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

Vegansk ostekake

med jordbærkompott og GRYP-krem

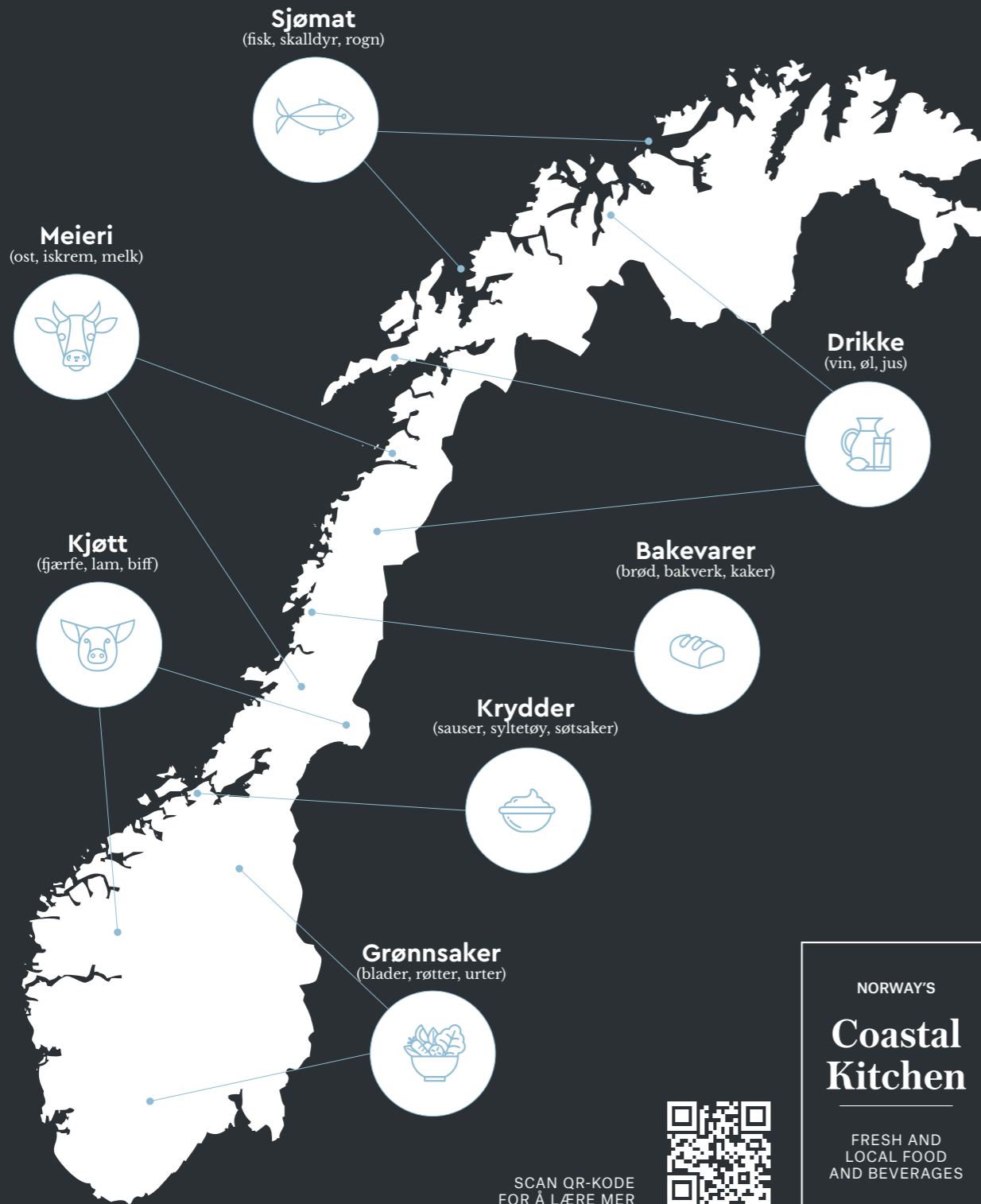
ALLERGENER: G (HAVRE, HVETE)

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 4 | Bodø

NO | Dag 4

Bodø

A VIKING HERITAGE – 67° Nord

Rett utenfor Kvitnes Gård som Halvar Ellingsen driver ligger fiskholmen. Da Halvar var liten gutt pleide familien hans å ta fiskebåten sin akkurat til denne holmen for a fiske sei. Et av Halvars sterkeste barndoms- og matminne er a spise nytrekt sei, fisket for kun minutter siden under midnattsolen kun med flatbrød, smør og poteter. Disse måltidene husker Halvar den dag i dag og er nok en av grunnene til at sei er en av hans favorittfisker.



Tyttebær

Ville bær har lenge vært en viktig del av nordisk matkultur, og tyttebær er blant de mest karakteristiske. Disse små, klare røde bærene vokser vilt i skogene over hele Skandinavia og kan plukkes fra sensommeren til tidlig høst, vanligvis fra slutten av juli til slutten av september. Tyttebær har en frisk, syrlig og lett bitter smak som skyldes det naturlige innholdet av benzoesyre. Denne syren gir også bærene en naturlig lang holdbarhet uten behov for konserveringsmidler. Bærene er rike på vitamin C, vitamin E og pektin, og er kjent for sitt høye innhold av antioksidanter. I norsk mattradisjon er nyrørte tyttebær et klassisk tilbehør til kjøttretter og vilt, hvor den friske syrligheten balanserer rike smaker. Samtidig brukes tyttebær også i desserter, kaker og syltetøy, hvor de tilfører både friskhet og karakter.

Potet

Visste du at folk var skeptiske til poteten da den kom til Norge på 1700-tallet. Bønder ville ikke ta i bruk verdifull kornjord for å dyrke poteter. Og det ble mye overtro knyttet til den farlige potetplanten. Folk trodde at poteten var djevelens verk fordi poteten bodde under jorden og ikke var omtalt i Bibelen. Så potetprestene hadde en svært viktig rolle i arbeidet med å opplyse folk om hvor viktig det var å spise denne knollen.

Det var vanskelig for det norske folk å innse at de var nødt til å ta i bruk poteten for å berge liv og helse. Å dyrke potet var et tegn på fattigdom, men kom likevel til å bety mye for kostholdet til Norges befolkning.

Skreirogn

Skrei er et sesongfenomen som har preget norsk kystkultur i over tusen år. Hver vinter vandrer denne majestetiske fisken over 1000 kilometer fra Barentshavet til gytefeltene utenfor kysten av Lofoten og Vesterålen. Men med skreien kommer også rogn – en delikatess med dype røtter i husholdningene langs kysten.

Tradisjonelt har rognen vært like viktig som fisken selv, brukt i alt fra hverdagsmat til festretter. Den representerer en filosofi vi i Hurtigruten deler: å bruke hele fisken, uten svinn, og med respekt for havets ressurser. Skrei og rogn er ikke bare sesongvarer – de er bærebjelker i en matkultur der råvarens reise og historie teller like mye som smaken på tallerkenen.

Bidos

Bidos, eller biðos, regnes som en av de mest sentrale rettene i samisk matkultur – tett knyttet til reindrift, natur og tradisjon. Retten har sitt navn fra nordsamisk språk og er et uttrykk for en livsform der respekt for naturen og utnyttelse av hele dyret står i sentrum.

Kraft kokt på reinsdyrkjøtt og bein danner grunnlaget, før poteter, gulrot og løk tilsettes og får trekke til en rik og næringsfull suppe. Smaken er ren og tydelig, preget av råvaren og enkle tilberedningsmetoder.

I Norway's Coastal Kitchen videreføres denne tradisjonen med respekt og presisjon – som en hyllest til samisk kultur, håndverk og naturens egne premisser.



FORRETTER

Skreirognkrem fra fjordene i Lofoten

med sukkertare og endive

ALLERGENER: M, F, SO, G (HVETE, HAVRE), (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

Bidos

ALLERGENER: S

✓ Norsk vegansk bowl

med urteolje og rødbetchips

ALLERGENER: SF, SO, G (HVETE, BYGG), (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR OG FISK)



HOVEDRETTER

Urtestekt svinefilet fra Horns slakteri

med brent kål, fennikel- og reddikcrudité og choronsaus

ALLERGENER: M, E, SU

Lange

med rødbete-byggotto, grønnkål og nøttesmør med sopp

ALLERGENER: M, SU, S, F, G (BYGG)

✓ Arktisk hvit bønnefrikassé

med bakte rotgrønnsaker, syltet gulrot og ristede solsikkefrø

ALLERGENER: SU, S



DESSERTER

Trollkrem med krokankrønsj og sprø vafler

ALLERGENER: E, M, G (HVETE), N (HASSELNØTTER)

Dagens utvalgte iskrem

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✓ Vegansk trollkrem

med løvetann- og hasselnøtkaramell

ALLERGENER: G (HVETE), N (HASSELNØTTER)

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 5 | Tromsø

NO | Dag 5

Tromsø

ENTERING THE HIGH NORTH – 69° Nord

Mattradisjonene i Nord-Troms er påvirket av tre kulturer som har smeltet sammen; samisk, kvensk og norsk. Sjøsamene var fastboende, og levde av fiske og småbruk, men kulturen er også påvirket av flyttsamer som hadde sommerbeite her. Alle var mer eller mindre sjøforsynte med et lite småbruk, som ga kjøtt, melk og poteter. Kraftige smaker i rein og elg tilberedt med villsoopp, til søte fristelser med fargerike bær og myk fløte. Alt satt sammen av gamle norske tradisjoner fra overlevelsessamfunnet Norge var for bare hundre år siden.



Reker fra Lyngen

Når vinden står på fra nord mellom alpefjell, er det nokså friskt å drive fiske på fjordene i Troms. Allikevel har Lyngen Reker AS gjort nettopp dette. Mellom de majestetiske Lyngsalpene har de fisket reker i mer enn 60 år. Den familiedrevne driften er en av Norges eldste rekeprodusenter. Rekene kommer fra lokale fiskebåter som daglig leverer ferske reker – så lenge vær og vind tillater det.

Norske reker liker seg best i kaldt, rent vann som gjør at de vokser og modnes sakte. Reker er en råvare for enhver anledning. Visste du at reker tilhører tifotkrepse? De er vanligvis ganske små dyr som opptrer i stort antall. Forskjellige slags reker holder til på forskjellige dyp – både i havet og i ferskvann.

Hurtigrutens tangfarm i Lyngen

Utenfor Tromsø finner man Lyngen. De kalde, næringsrike havstrømmene gjør fjordene mellom de høye Lyngsalpene til et av de mest produktive havområdene. Sjøliv vokser sakte i kaldt vann, noe som gjør at fauna og flora får en ekstra god smak.

Nå som Hurtigruten er 130 år, tenkte vi å gjøre noe revolusjonerende innen bærekraft og miljøbevissthet. Hva er vel viktigere enn vår hjemlige regnskog? Tareskogen er 60 % mer effektiv med å ta opp karbon, men det er bare når taren vokser. Ved å høste ferdig vokset tang og sette ut nye skudd, er Hurtigrutens tangfarm vårt bidrag til å minimere karbon i vår atmosfære – et godt steg mot en klimastabil klode vi skal gi videre til neste generasjon.

Kje

Norsk kje-kjøtt er noe av det mest kortreiste og bærekraftige du kan spise. Kje er for geita det lammekjøtt er for sau – mørt og smakfullt, men med en mildere karakter. I dag blir mange geitekillinger, særlig bukker, avlivet kort tid etter fødsel, fordi det koster mer å føde dem opp enn det bøndene kan få betalt for en voksen mannlig geit. I Hurtigruten ser vi verdien i å løfte frem nettopp slike råvarer – smakfulle, etisk forsvarlige og forankret i norsk tradisjon.

Kjeet du får servert i dag har beitet fritt på urter og lyng langs kystområdene vi seiler forbi – og er vårt bidrag til å ta hele dyret i bruk, med respekt for både natur og ressurs.

Steinbit

Steinbiten er en karaktersterk fisk fra de kalde, dype farvannene langs norskekysten. Som bunnfisk lever den tett på havbunnen, hvor den beiter på skalldyr og sjøliv – en livsform som gir kjøttet sin faste struktur og rike smak.

Bak sin robuste ytre skjuler steinbiten et lyst, saftig og delikat kjøtt, godt egnet til en rekke tilberedninger. Råvaren har lenge vært en del av kystens matkultur, men fikk for alvor sin plass i det norske kjøkkenet da Ingrid Espelid Hovig løftet den frem i 1979.

I Norway's Coastal Kitchen løftes steinbiten frem med enkelhet og presisjon – der råvarens naturlige karakter får definere opplevelsen.

UTVALGTE RETTER FRA DAGENS BUFFET



Sashimi av laks og kveite

ponzu, økologisk butare fra Hurtigrutens seaweed farm

ALLERGENER: F, SO, SF, (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

Norske skalldyr på is

med urter og sitron

ALLERGENER: B, SK, SU

Bakt sellerisuppe

med bresert arktisk Kje fra Mydland i Tromsø

ALLERGENER: M, S, SU

✔ Veganske retter er tilgjengelige på buffeen.



Kyllingbryst

med ovnsbakte grønnsaker, urtepoteter og sjysaus

ALLERGENER: M, S, SU

Dampet steinbit

med gulbeter, urtepoteter, sjøtangsaus

og syltet rødløk

ALLERGENER: M, F, SU, (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

✔ Rødbetebourguignon

potetmos og pepperrot

ALLERGENER: S, SU, SE



Sjokoladeterrine

med nyrkrem og timianmarengs

ALLERGENER: E, M, SO

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✔ Vegansk sjokoladekake

med pisket krem og hasselnøtter

ALLERGENER: G (HVETE), SO, N (HASSELNØTTER)

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 6 | Honningsvåg

NO | Dag 6

Honningsvåg

NORTH CAPE – 71° Nord

Mattradisjonene i Nord-Troms er påvirket av tre kulturer som har smeltet sammen; samisk, kvensk og norsk. Sjøsamene var fastboende, og levde av fiske og småbruk, men kulturen er også påvirket av flyttsamer som hadde sommerbeite her. Alle var mer eller mindre sjøforsynt med et lite småbruk, som ga kjøtt, melk og poteter. Kraftige smaker i rein og elg tilberedt med villsoopp, til søte fristelser med fargerike bær og myk fløte. Alt satt sammen av gamle norske tradisjoner fra overlevelses-samfunnet Norge var for bare hundre år siden.



Halvar Ellingsen

Kveldens meny er utviklet i samarbeid med Halvar Ellingsen – en av Norges mest anerkjente kokker, oppvokst i Vesterålen med en sterk tilknytning til naturen og råvarene. Etter erfaring fra noen av Norges mest toneangivende restauranter, som vinner av NM i kokkekunst og tidligere medlem av det norske kokkelandslaget, har han utviklet et tydelig uttrykk for moderne norsk matkultur.

På Kvitnes Gård arbeider han med bærekraft, arktisk landbruk og en helhetlig tilnærming til matproduksjon, med fokus på nordnorske råvarer og tradisjoner.

Som en av våre kulinariske ambassadører er han med på å forme Norway's Coastal Kitchen – der råvarer, historie og håndverk møtes. Vi inviterer deg til å oppdage mer om menneskene bak maten på vår hjemmeside.

Rabarbra

Rabarbraens første skudd er blant de tydeligste tegnene på at våren har kommet til kysten. Den hardføre planten trives i kjølig klima og har lenge vært en trofast følgesvenn i hager og gårdstun langs Norges kyst.

Selv om rabarbra opprinnelig stammer fra Sentral-Asia, fant den raskt sin plass i nordiske kjøkken. Etter en lang vinter ble de sylrlige stilkene et etterlengtet innslag i kosten og markerte overgangen til en lysere og grønnere årstid.

Smaken er frisk og sylrlig med naturlig fruktighet. Sammen med sukker eller bær balanseres syren og gir en ren, livlig smak som speiler vårens friskhet.

Hyse/Kolja

Langs Norges langstrakte kyst har hysa vært en trofast følgesvenn for mennesker som lever tett på havet. Denne slanke torskeslektingen trives i det kalde, klare vannet og har i generasjoner gitt næring og levebrød til kystsamfunnene.

Når lyset vender tilbake om våren og sommeren bringer rolige hav og rike fiskefelt, har fersk hyse vært en naturlig del av kosten langs kysten. Den ble også hengt på hjell i den salte kystvinden og videreført til saltfisk og klippfisk — viktige handelsvarer som bandt kysten sammen med verden utenfor.

Med sitt hvite kjøtt og faste fibre gir hyse en mild, elegant smak som speiler havets klarhet og årstidens friskhet.

Løpstikke

Løpstikke har lange tradisjoner i nordiske kjøkken- og klosterhager, der den ble dyrket både som krydderurt og legeplante. Den robuste planten trives godt i kjølig klima og har gjennom generasjoner vært en naturlig del av husholdninger langs kysten.

Planten kjennes igjen på sine kraftige stilker og mørkegrønne blader. Hele planten kan brukes — fra blader og stilker til frø og rot – og tilfører en karakteristisk dybde til matlagingen. Smaken er aromatisk og fylldig med toner som minner om selleri og urter, ofte omtalt som «nordens umami». I små mengder gir løpstikke kraft og kompleksitet, og binder sammen smaker fra hav og land.



FORRETTER

Røkt kolje

med pisket rømme, syltet knutekål og dillolje

ALLERGENER: F, M, SU

Potetkake

med fenalår, røkt rømme og purreløk

ALLERGENER: M

✔ Fennikelsuppe

med konfitert fennikel

ALLERGENER: SU, S



HOVEDRETTER

Bakt hyse

med potetkrem, purreløk og røkt hyse- og seiersløksaus

ALLERGENER: F, M, SU

Braisert lammebrog

med potetkrem, bakt løk og løpstikkesjysaus

ALLERGENER: M, SU

✔ Byggotto

med syltet løk, østerssopp og løpstikke-sherryvinaigrette

ALLERGENER: S, G (BYGG), SO



DESSERTER

Jordbær

med rabarbra, oreganoemulsjon og aromatisert fløtemelk

ALLERGENER: M

Dagens utvalgte iskrem Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✔ Jordbær

med rabarbra, oreganoemulsjon og aromatisert vegansk fløte

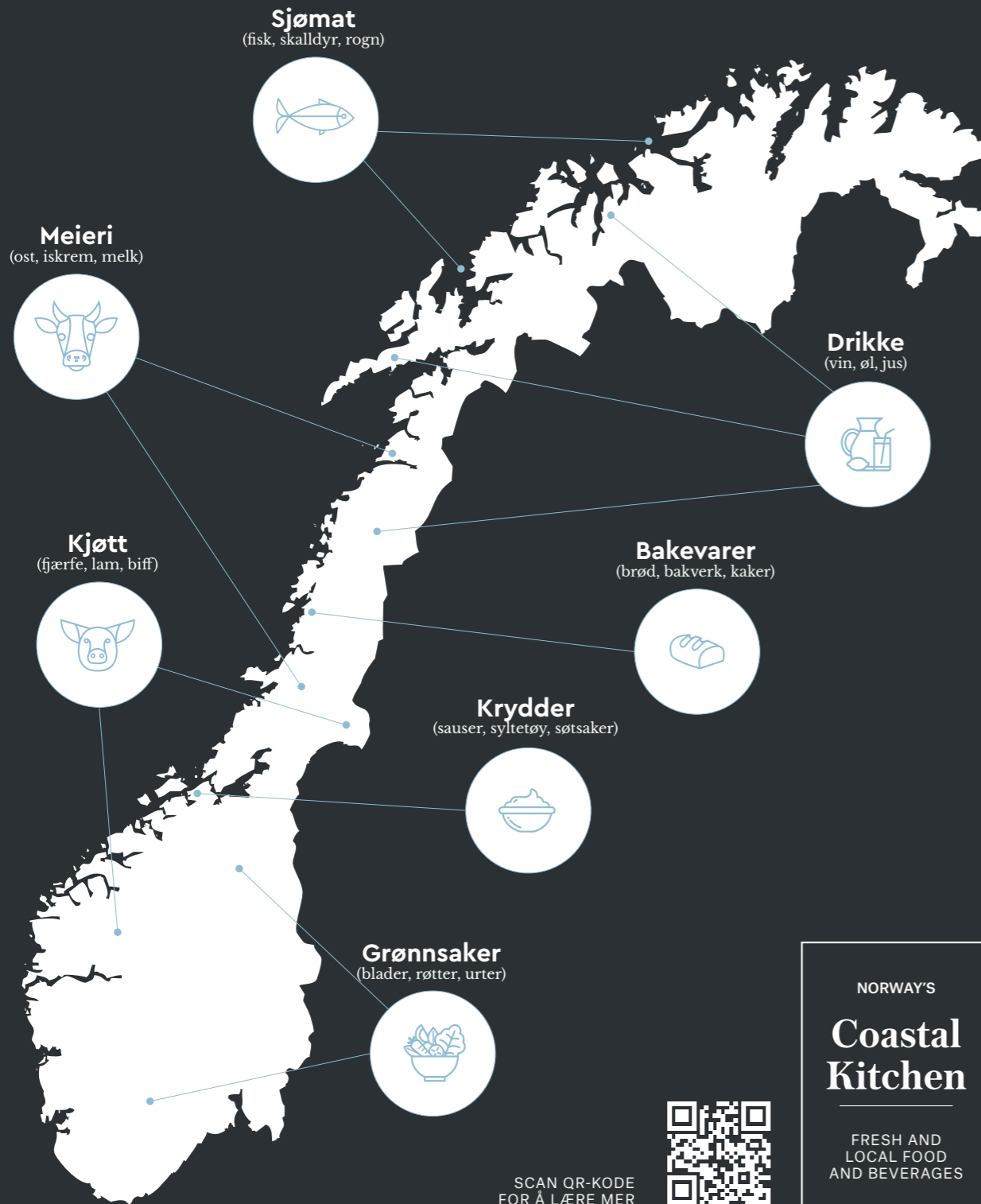
ALLERGENER: –

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 7 | Kirkenes

NO | Dag 7

Kirkenes

EAST-FINNMARK – 69° Nord

Kirkenes er kjent som hovedstaden i Barentsregionen. Selv om Kirkenes er en liten by, er den svært multi-kulturell, takket være grensene til Finland og Russland. Derfor kan du plutselig finne skilt på mange språk, rundt omkring i byen. Ren natur, en matkultur som har tydelig fokus på lokale råvarer som reinsdyrkjøtt, multer, konge-krabbe og villaks, gjør nok at folk forbinder Finnmark som matregion med noe særegent. I dag møtes norsk og russisk matkultur på en tallerken om bord i Hurtigruten.



Honning

Honning har hatt stor betydning for mennesker gjennom historien. De tidligste tegnene finnes i hulemalerier i Cueva de la Araña (Edderkopphulen) nær Valencia i Spania, som er datert 12 000 år tilbake. Verdens eldste kjente honning befinner seg i to krukker i jordbruksmuseet i Egypt – den er fra ca. 1400 f.Kr., og på grunn av sine unike konserverende egenskaper er den fortsatt spiselig.

Mange steder i verden regnes bier som hellige, da de er blant de mest effektive pollinerende insektene vi har. Men et endret landbruk er i ferd med å utrydde flere av dem. Hurtigruten har stort fokus på bærekraft og en miljøvennlig klode der næringskjeden bevares. Bier og bevaring av dem er et interessant prosjekt vi nå undersøker.

Sild

Norsk sild omtales ofte som havets sølv og har lange tradisjoner i Norge. Tidligere har poteter og sild vært livsgrunnlaget for folket langs kysten. Saltet sild, poteter og mel/gryn er holdbare matvarer som er enkle å lagre. I senere tid har det blitt stadig vanligere med mer raffinerte silderetter, ikke minst som en viktig del av de norske julematstradisjonene.

Sild tilberedes i en rekke varianter. Matjessild har en rund smak som er annerledes enn noe annet du har smakt. Ikke bare smaken er særegen, det er også den myke konsistensen. Det er en spesiell saltemetode som gjør matjessilda så mørk at den smelter på tungen. Sild er uten tvil en råvare som bør brukes mer.

Ishavsrøye

Ishavsrøye er navnet på norsk oppdrettet røye og er en av våre nasjonale matskatter. Den kalles for laksefiskens dronning. Med rødt fiskekjøtt, fast konsistens og mild smak kan den tilberedes på utallige vis. Ishavsrøye er foruten å være Norges eldste ferskvannsfisk, også den fisken som lever lengst nord på jorden.

For tusenvis av år siden, da iskappen over landet vårt trakk seg tilbake, hadde ishavsrøye allerede tilpasset seg de røffe, kalde og utfordrende omgivelsene som preget det arktiske Norge. Fisken hadde utviklet et vandringsmønster hvor den vekslet mellom ferskvann på land og det salte vannet i havet. Røye er i familie med laks og ørret, men den er svakere rød, og mindre fet enn sine to saltvannsfettere.

Borscht

Borscht er en klassisk rødbetesuppe med en karakteristisk syrlig og fyldig smak, formet gjennom århundrer med tradisjon og lokale tolkninger. Opprinnelig ble suppen laget av planter som bjørnekjeks, lenge før rødbeten ble dens mest kjente ingrediens.

Med røtter i Øst-Europa har retten utviklet seg til mange varianter, men fellestrekket er en kraftfull, balansert smak og en tydelig forankring i råvaren.

I dag tilberedes borscht med rødbeter som hovedingrediens – en råvare også godt kjent i norsk matkultur – og serveres ofte med rømme, som gir en avrundet og harmonisk helhet.



FORRETTER

Sami Láibi

marinert sild, luftig rømme, smilende egg og syltet løk

ALLERGENER: F, E, M, G (HVETE, RUG)

Gulrotterte med ricotta

Nyr og mandler

ALLERGENER: M, E, G (HVETE), N (MANDEL)

✔ Borscht

russisk rødbetsuppe, vegansk yoghurt

ALLERGENER: S, G (HAVRE)



HOVEDRETTER

Langtidsbakt storfebogplomme

med ovnsbakte beter, grønnkål, potetmos og kraftig sjysaus

ALLERGENER: M, S, SU

Arktisk røye fra Sigerfjord

med brent kål, fennikel og reddik crudité og choronsaus

ALLERGENER: E, F, M, SU

✔ Potetkaker

med rødbeter, grønnsakssalsa og urtevinaigrette

ALLERGENER: -



DESSERTER

Russisk honningkake

med smørostkrem og salt karamellsaus

ALLERGENER: E, M, G (HVETE)

Dagens utvalgte iskrem

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✔ Bringebærmousse

med bjørnebærcoulis og mandelsprø

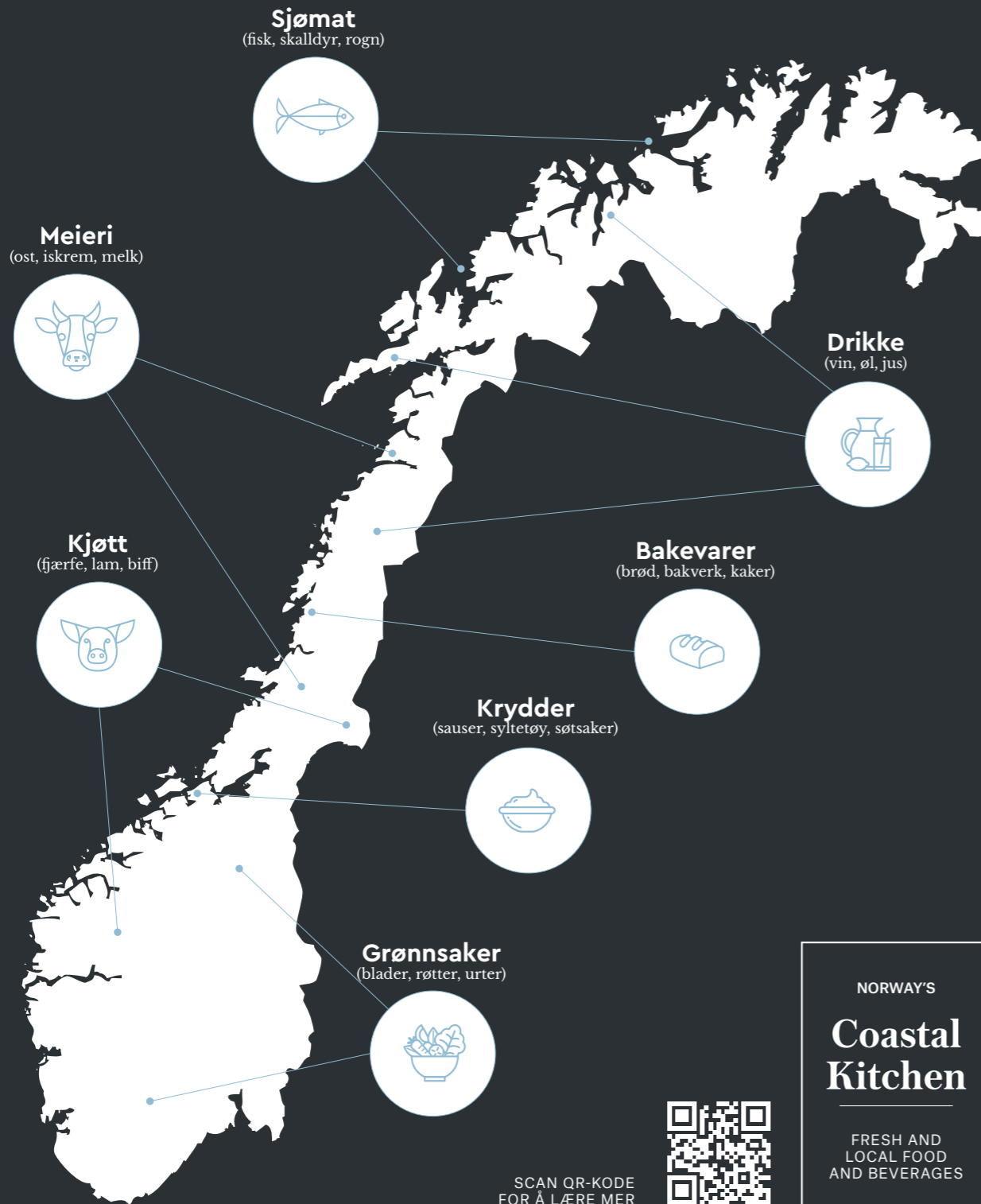
ALLERGENER: N (MANDLER)

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 9 | Vesterålen

NO | Dag 9

Vesterålen

THE LOFOTEN ARCHIPELAGO – 68° Nord

Arven fra vikingene. Dagens meny har en farge og smak som både gjenspeiler vårt kulinariske opphav og hvor vi er på vei. Lofoten var vikingkulturens nordligste sete. Og selv om vikingene tjente seg rike på handel med fisk og skinn fra ville dyr, og fikk sitt rykte gjennom å plyndre og krige, så de på seg selv som bønder. På land har det forblåste klima satt sitt preg på plantelivet, men Lofoten har også sine oaser med fruktbar jord mellom høye fjell i le for den kalde nordavinden.



Rotgrønnsaker

De usungne heltene i det nordiske kjøkkenet, rotgrønnsaker er en del av grunnlaget for Norges kystkjøkken. Norske rotgrønnsaker er på sitt beste om høsten når de er på sitt ferskeste, men de kan konserveres gjennom vinteren i underjordiske kjellere og selges derfor nesten året rundt. Disse holdbare grønnsakene er også rimelige, noe som gjør dem til det perfekte tillegget til ethvert måltid, fra en hverdagsmiddag til en festlig fest.

Selv når fisk eller kjøtt er stjernen i en rett, serveres ofte grønnsaker som poteter, kålrot, pastinakk og gulrøtter ved siden av. Disse fullfører måltidet og tilfører viktige næringsstoffer og vitaminer. Andre, som hvitløk og løk, tilfører unike smaker, og mange av våre norske favorittretter ville rett og slett ikke vært det samme uten dem.

Kvæfjordkake

Kvæfjordkake ble til i 1930-årene, da kafévertinnen Hulda Ottestad i Kvæfjord raffinerte en importert dansk oppskrift. Resultatet: en luftig sukkerbunn dekket av sprø marengs og mandelflak, fylt med vaniljekrem og pisket krem. Kontrasten mellom mykt, sprøtt og kremet gjorde kaken umiddelbart populær. Fra lokale kaffebord spredte den seg nasjonalt, og på 1980-tallet stemte nordmenn den frem som Norges offisielle nasjonalkake.

I dag er den et selvskrevent innslag ved konfirmasjoner, bryllup og 17. mai-feiringer. Familier setter sitt preg med multer, bringebær eller potetmel for ekstra lett bunn, men kjernen forblir uendret: en smak av nordnorsk gjestfrihet, innovasjon og stolthet – en kake som binder generasjoner.

Røyking

Røyking er en av de eldste metodene for å bevare mat – utviklet i et klima der tilgang på ferske råvarer var sesongbasert og naturen satte premissene. Tradisjonelt ble fisk og kjøtt hengt over ild i timer eller dager, der varme, tørking og røykens naturlige egenskaper bidro til både holdbarhet og smak.

Gjennom generasjoner har denne teknikken blitt videreutviklet, fra kaldrøyking til varmrøyking, ofte med smak som like viktig som konservering. I samisk matkultur har røyking av fisk og rein vært en sentral del av tradisjonen, ofte utført i lavvo.

I dag er røykte produkter en naturlig del av norsk matkultur – der arv, håndverk og smak møtes.

Løvetannsirup fra Rolvsøy

Løvetannsirup kan brukes som søtningsmiddel. Dette er også et vegansk produkt. Løvetannsirup er uttrekk av løvetannblomsten, og smaken vil minne deg om honning. Denne sirupen er laget på Molta. Siss og familien har håndplukket løvetannblomst på Rolvsøya, og resultatet er Norges beste løvetannsirup.

Slik lager du sirupen selv:

Plukk vekk alt det grønne fra blomsten – det er kun de gule kronbladene som skal brukes. Det går raskt når man finner teknikken med å knipe festet slik at det åpner seg – da er det bare å dra kronbladene av. Kok opp 1 liter vann, tilsett 800 g sukker og 1 kg kronblader. La det trekke over natten før det siles og reduseres til sirupkonsistens.

UTVALGTE RETTER FRA DAGENS BUFFET



Lett røkt kveite

med dillstuede poteter og fritert kapers

ALLERGENER: F, M

Roastbiff

med honningstekt reddik, jomfrusmør og jordskokkchips

ALLERGENER: M

Spinatsuppe

med krutonger

ALLERGENER: S, G (HVETE, RUG, HAVRE)

✓ Veganske retter er tilgjengelige på buffeen.



Helstekt lammelår

med dampede rotgrønnsaker, ramsløkpoteter, syltede solbær og timiansjy

ALLERGENER: M, SU, S

Ovnsbakt ørret

med sauterte aspargesbønner, delikatesseløk og beurre blanc

ALLERGENER: F, M, SU

✓ Fritert kikertkake

med bønne-cassoulet, vårløk og syltede rødbeter

ALLERGENER: SE, SU, SO, G (HVETE)



Kvæfjordkake

Løvetannsirup fra Rolvsøy

ALLERGENER: M, E, G (HVETE)

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✓ Vegansk sjokolademousse

med karamelliserte nøtter

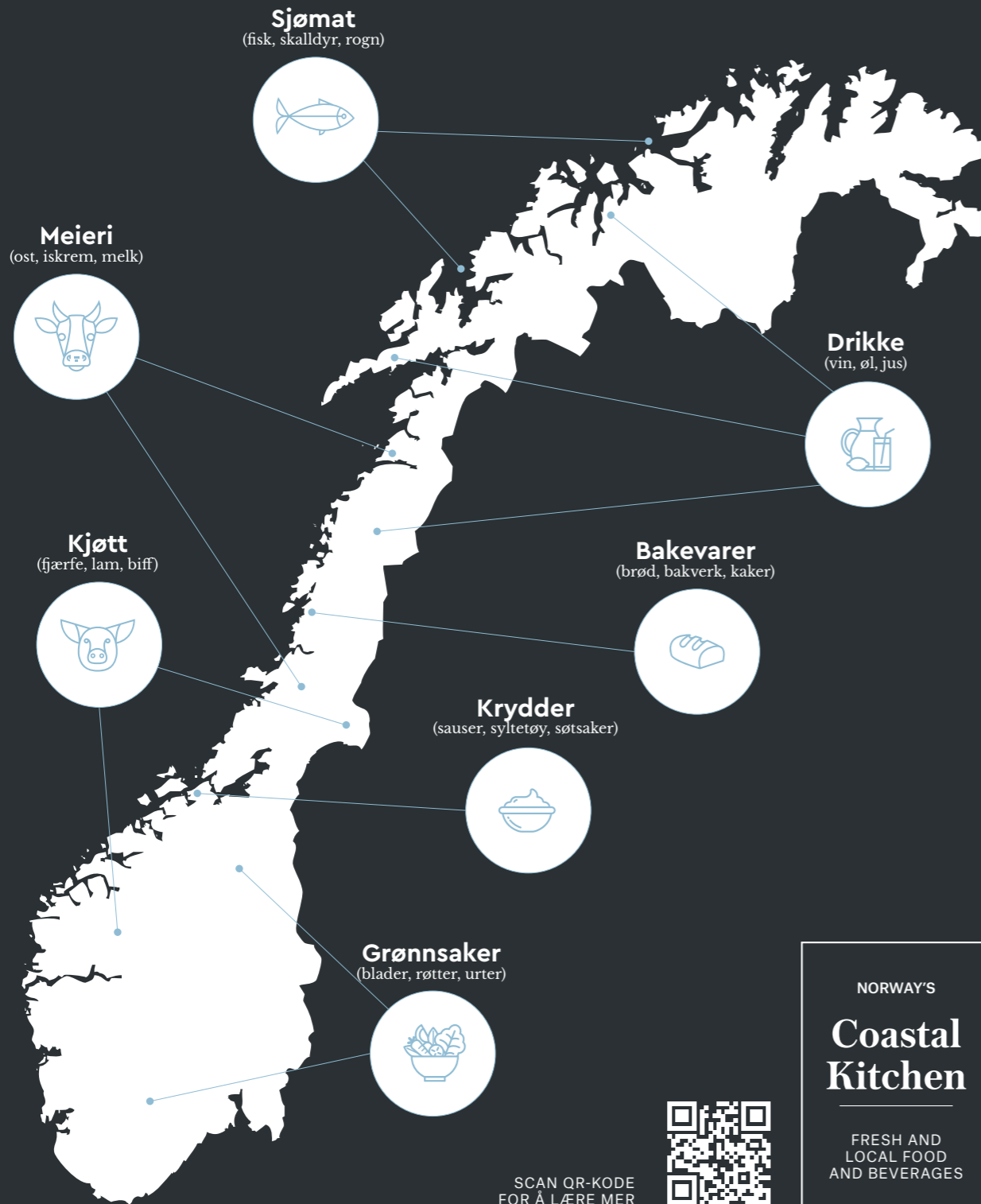
ALLERGENER: SO, N (HASSELNØTTER)

ALLE VÅRE RETTER KAN LEDSAGES AV EN VINPARING. VENNLIGST SPØR SERVITØREN DIN OM DAGENS ANBEFALING

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 10 | Helgeland

NO | Dag 10

Helgeland

THE KINGDOM OF A THOUSAND ISLANDS – 66° Nord

Det går en usynlig linje gjennom Sverige, Finland, Russland, Alaska, Canada, Grønland og Island - som også deler Norge på tvers. De magiske tallene er 66° 33'N og markerer det sydligste punktet hvor midnatts-solen skinner 24 timer i døgnet. Vi kaller den Polar-sirkelen. Er du på riktig side av den skinner solen hele døgnet om sommeren og nordlyset flammer av og til over himmelen om vinteren – så lenge været er godt.



Oksekjake fra Trøndelag

Oksekjake fra Trøndelag er en råvare med dype røtter i norsk mattradisjon – formet av et landskap kjent for sitt landbruk og sterke råvarekultur. Som en del av en helhetlig tilnærming til slakt har dette stykket gjennom generasjoner blitt verdsatt for sin evne til å utvikle rik smak gjennom langsom tilberedning.

Ved braisering over tid brytes bindevevet ned, og kjøttet blir mørt, saftig og fullt av dybde. Resultatet er en rett med kraft og karakter, hvor råvarens kvalitet får tre tydelig frem.

I Norway's Coastal Kitchen løftes oksekjaken frem med respekt for både opprinnelse og håndverk – der tid, presisjon og enkle teknikker skaper en helhetlig smaksopplevelse.

Rødbete

Rødbeten fant ikke veien til Norge før på 1400-tallet, men har i dag sin naturlige plass til ethvert måltid. Den passer perfekt til norske forhold: den kan lagres og nytes fersk gjennom vinteren, og er en fantastisk allsidig ingrediens. Bladene er også spiselige, så ingenting går til spille.

Rødbetens vakre farge liver opp enhver rett – enten den er syltet, purert eller stekt. Du kan bruke den i klassisk norsk rødbetsalat, rubinfarget suppe eller som topping på et tradisjonelt smørbrød. Rødbeten er også ansvarlig for den livlige, festlige fargen i rødbetegravet laks – en rett vi tradisjonelt serverer til jul.

Trøffeltang

Trøffeltang er en liten rødalge som egentlig heter grisetangdokka etter sitt utseende. Den har blitt mer populær for smaken enn for sitt hårete ytre.

Den vokser som en parasitt – kun på selve grisetangen, aldri på andre arter. Den skiller seg fra andre tangdokka ved at den blir nesten tørr straks man rister litt på den, og man aner trøffelsmaken selv med sjøvann på. Du finner den langs hele kysten.

Fersk lukter den sterkt av trøffel og har en mild smak av hvit trøffel. Tørket er den svært aromatisk og minner om trøffel i smaken – derav tilnavnet trøffeltang. Grunnen til at dette er den dyreste typen kelp, er at den må renses grundig – en tidkrevende prosess.

Skrei

Skrei er torsk – men ikke all torsk er skrei. Skreien vokser opp i Barentshavet og skiller seg fra kysttorsken i både utseende og kvalitet. Den er lengre og spissere i formen, har lysere tegninger, og kjøttet er hvitere og fastere. Navnet kommer fra det norrøne ordet skreid, som betyr «fisk som skrider eller vandrer».

Når vi fisker skrei, har den svømt tusenvis av kilometer fra Barentshavet for å treffe sin utkårede – på samme sted den selv ble unnfanget, i havområdene rundt Lofoten og Vesterålen. Vi snakker altså om langreist kjærlighet, og en art som trofast vender tilbake år etter år. Derfor kalles den gjerne kjærlighetsfisken.



FORRETTER

Laksetartar

med trøffeltangmajones og sesongens spirer

ALLERGENER: F, E, M, SE, SU (KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

Norsk ertesuppe

Krutonger og vellagret Jarlsberg, servert med speket Frans Josef-pølse

ALLERGENER: S, M, SE, SU, G (HVETE, RUG, HAVRE)



HOVEDRETTER

Velg mellom kjøtt- eller fiskerett

Skrei fra Dragøy

med sukkertare og beurre noisette

ALLERGENER: F, M

(KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)

Braisert oksekjake fra Trøndelag

med sukkertarekonfitert sopp, potetkrem og rødvinreduksjon

ALLERGENER: S, M, SU

(KAN INNEHOLDE SPOR AV SKALLDYR)



DESSERTER

Iskake

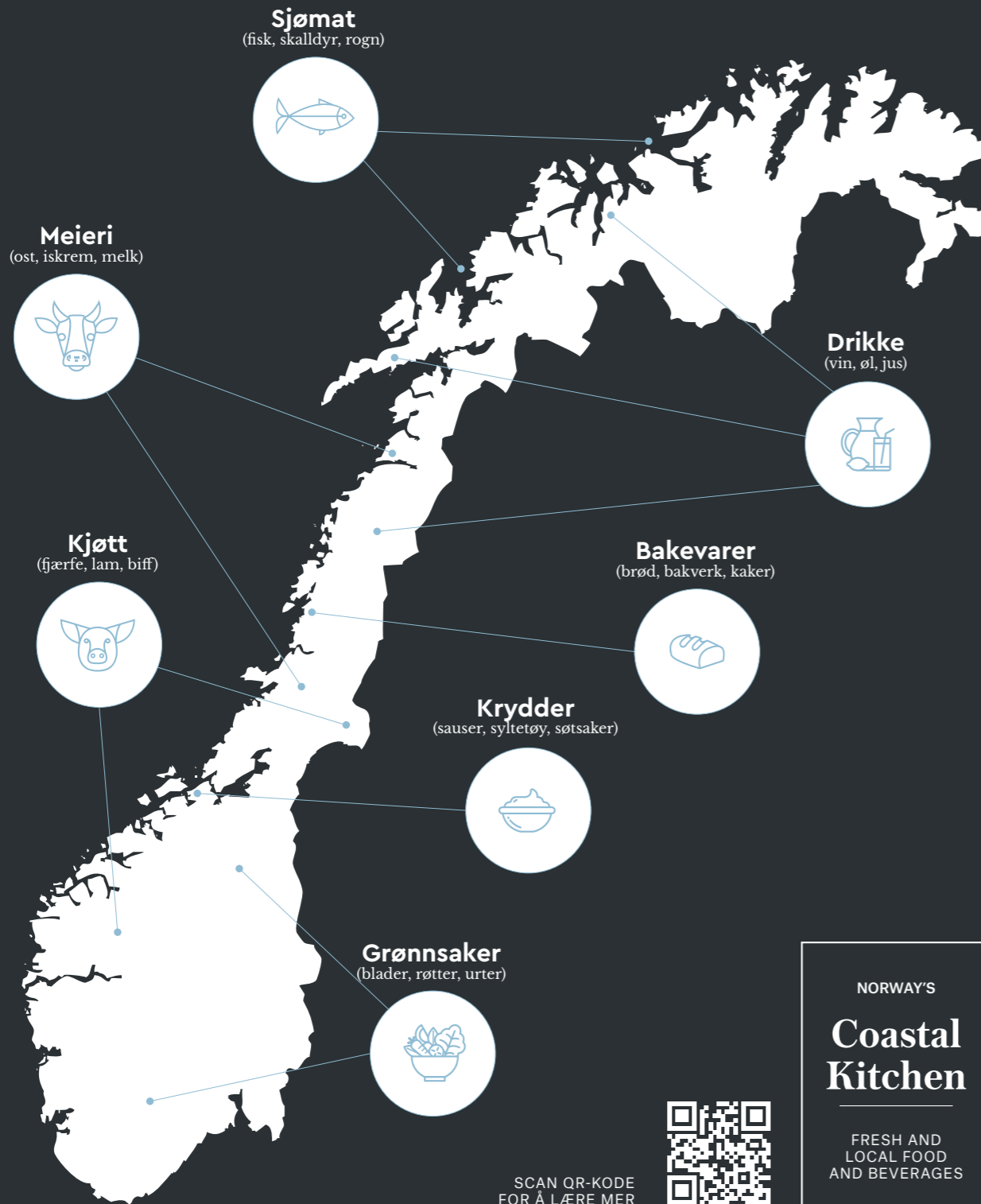
Vaniljeis fra Svolvær, Andvika-marengs og multecoulis

ALLERGENER: E, M, G (HVETE)

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



SCAN QR-KODE FOR Å LÆRE MER



NORWAY'S
Coastal Kitchen
FRESH AND LOCAL FOOD AND BEVERAGES



NO | Dag 10

Helgeland

THE KINGDOM OF A THOUSAND ISLANDS – 66° Nord

Det går en usynlig linje gjennom Sverige, Finland, Russland, Alaska, Canada, Grønland og Island - som også deler Norge på tvers. De magiske tallene er 66° 33'N og markerer det sydligste punktet hvor midnatts-solen skinner 24 timer i døgnet. Vi kaller den Polar-sirkelen. Er du på riktig side av den skinner solen hele døgnet om sommeren og nordlyset flammer av og til over himmelen om vinteren – så lenge været er godt.



Hurtigrutens tangfarm i Lyngen

Litt utenfor Tromsø finner man Lyngen. De kalde næringsrike havstrømmene gjør fjordene mellom de høye lyngsalpene til et av de mest produktive havområdene i verden. Vitamin-Sea: 2023s nye supermat handler om hva som vokser i havet vårt og i fremtiden vil algene langs norskekysten bli en viktig del av kostholdet. Så i 2023 startet Hurtigruten med noe nesten ikke noen andre gjør, dyrking av tare. Å hva er mer viktig enn vår hjemlige regnskog? Tareskogen er 60 % mer effektiv med å ta opp karbon når taren vokser, så ved å høste ferdigvokset tang og sette ut nye skudd, er dette vart bidrag til å minimere karbon i vår atmosfære og et steg mot en klimastabil klode vi skal gi videre til neste generasjon.

Fremtidens mat

Den globale befolkningen forventes å øke til over 9 milliarder innen 2050, og det meste av proteinet vi forbruker da vil komme fra enten plantebaserte kilder, laboratoriedyrket kjøtt eller insekter. Mikroorganismer vil også ha et sentralt stadium, fra dyrking av mikroorganismer som sopp, bakterier, gjær, tang og mikroalger. Protein kan også utvinnes fra luft og CO₂, ved å bruke fornybar energi og en probiotisk produksjonsprosess for å omdanne grunnstoffer til næringsstoffer. Insekter er allerede konsumert av mennesker over hele verden, men de vil bli en viktigere proteinkilde, spesielt fordi oppdrett av insekter krever langt mindre ressurser og plass enn dyr og til og med mange planter. Vi må endre tankesettet vårt, og vi må tenke på menneskehetens fremtid.

Flora

Langs kysten av Norge finnes langt mer spiselig enn skjell. Visste du at man kan lage marsipan av rognebærskudd? Eller at løvetannrøtter om våren kan stekes som «bacon»? Flora betegner planter som vokser innenfor et bestemt område eller i en bestemt periode – som fjellflora eller arktisk flora. Disse representerer et skattekammer av unike og bærekraftige produkter vi kan bruke i mat. Det finnes ville, norske varianter av blant annet asparges, vanilje og hvitløk i skogen.

I mange år har folk fjernet planter de anser som «ugress» fra hagene sine. Det de fleste ikke vet, er at mange av disse tidligere ble brukt i matlaging fordi de er spiselige og inneholder viktige næringsstoffer.

Plantebasert

Hurtigruten har de siste årene hatt et stort fokus på plantebasert. Plantebasert mat er ikke bare med på å få ned CO₂ utslipp, men er også veldig bærekraftig. En godt sammensatt plantebasert kost er ernæringsmessig fullverdig og kan ha positive helseeffekter. Noen velger å spise vegansk eller vegetarisk 100 % av tiden, mens andre holder seg til "kjøttfri mandag". Hvor enn du velger å legge deg i landskapet, er vi glade for at et plantebasert kosthold nå blir anerkjent som fullverdig og helsefremmende måltid for både store og små. Fordi de fleste som spiser animalske matvarer får i seg mer protein enn de trenger, så kan det se ut som om plantebaserte kosthold inneholder veldig lite protein i sammenligning.



FORRETTER

✔ Betetartar

med potetchips, vegansk pepperrotkrem og friske spirer

ALLERGENER: -

✔ Vegansk ertesuppe laget av norske ertes

servert med krutonger gratinert med vegansk ost

ALLERGENER: S, SU, G (HVETE, RUG, HAVRE)



HOVEDRETT

✔ Nøtte-Wellington

med grillede grønnsaker og purreløkglace

ALLERGENER: SE, SU, S, G (HVETE, HAVRE),
N (MANDLER, CASHEVNØTTER, VALNØTTER)



DESSERT

✔ VEGANSK ISKAKE

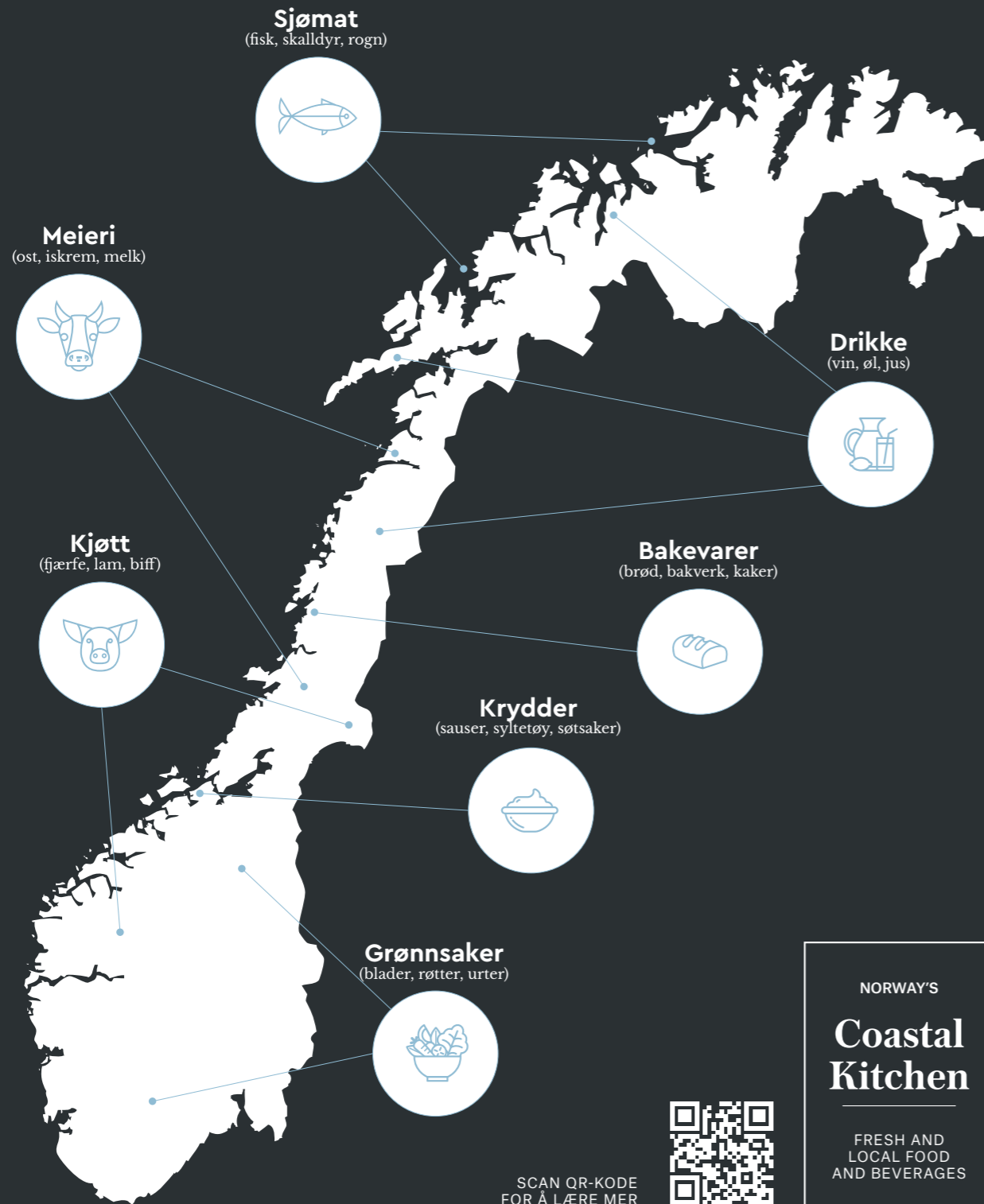
med multesirup, gryr-krem og ristede hasselnøtter

ALLERGENER: G (HAVRE) N (HASSELNØT)

En ekte smak av Norge

Du har trolig allerede opplevd den rå og storslåtte skjønnheten langs norskekysten – et landskap vi nordmenn har levd i og tilpasset oss gjennom tusenvis av år. Dette barske, men inspirerende miljøet har formet utholdende og oppfinnsomme måter å overleve lange, kalde vintre på, og gitt opphav til særegne smaker og tradisjonsrike konserveringsteknikker som definerer vårt kulinariske uttrykk.

Norway's Coastal Kitchen er vårt bærekraftige matkonsept, utviklet i samarbeid med over 70 lokale mat- og drikkeprodusenter. Ved å hente mer enn 80 % av råvarene våre fra Norge i løpet av vår, sommer og høst, reduserer vi ikke bare vårt miljøavtrykk – vi gir også gjestene våre en ekte smak av kysten, sesong for sesong.



HURTIGRUTEN
TORGET
NORWAY'S COASTAL KITCHEN

NO

MIDDAG
MENY

Dag 11 | Trondheim

NO | Dag 11

Trondheim

SPIRITUAL CAPITAL – 63° Nord

Trondheim ligger midt i Norge og var i hele middelalderen hovedsete for erkebiskopen i Nidarosdomen. En slags åndelig hovedstad, og en viktig europeisk by. Det var her man fant noen av landets største gårder, og det var hit akevitten kom første gang. I Trøndelag bor og jobber mennesker fra hele verden. Den sørsamiske matkulturen har en spesiell rolle i vårt område. Mat og måltid kan være gode verktøy for å skape trygge lokalsamfunn, samhandling, inkludering og lokal verdiskaping.



Sodd

Sodd er en av Trøndelags mest tradisjonsrike retter – lenge regnet som festmat ved store anledninger som bryllup og høytider. Navnet stammer trolig fra det gammelnorske «sjoda», som betyr å koke, og viser til rettens enkle, men presise tilberedning.

Historisk ble sodd laget av bygdekokker, hver med sin egen oppskrift, videreført gjennom generasjoner. En klar, rik kraft danner grunnlaget, tilsatt kjøtt av lam, storfe eller vilt, ofte servert med soddboller og rotgrønnsaker.

I Inntrøndelag er det tradisjon å servere skjenning – et lokalt flatbrød – som følger til retten. Sodd er et uttrykk for fellesskap og tradisjon, der enkle råvarer og håndverk skaper en rett med dyp forankring i norsk matkultur.

Pastrami laks

Det er ikke helt feil å tenke på pastrami som amerikansk. Den klassiske New York-delikatessforretningen laget av speket, røkt og krydret biff var en nyvinning av rumenske immigranter som kom til USA på slutten av 1800-tallet. Men kokker har begynt å bruke samme herdeteknikk på lam, grønnsaker og sjømat, spesielt laks – et protein som reagerer godt på både speking og røyking.

Med god grunn har vi stolt hatt denne pastrami-lakseretten på menyene våre lenge. Den har en utrolig smaksprofil av fennikelfrø, korianderfrø, stjerneanis og pepperkorn. Syltet fennikel gir syre, og en kremet eggekrem balanserer hele retten. Salt, søtt og surt. En av signaturrettene til Norges Kystkjøkken.

Tjukkmjølkk fra Røros

Tjukkmjølkk bygger på en eldgammel meieritradisjon fra det norske innlandet. Med røtter tilbake til vikingtiden har det lenge vært en del av det norske kostholdet – ofte spist til frokost eller servert sammen med salte retter som pølser. I fjellregionen Røros har denne tykke melken blitt produsert siden 1850, med hjelp av den unike tettekulturen. Den spesielle smaken og konsistensen gjør tjukkmjølkk egnet til både salt og søtt.

Når tjukkmjølken løftes inn i desserter, som dagens tjukkmjølkkpuding, får man et resultat som balanserer kremet fylde med frisk syrlighet – ofte servert med lokale bær eller søt sirup. Tjukkmjølkkpuding er et moderne uttrykk for en dyp tradisjon – og et godt eksempel på hvordan norske råvarer og kulturarv kan formes til ny gastronomi.

Sei

Norway's Coastal Kitchen bygger på en enkel filosofi: når råvarene er på sitt beste, trenger de lite tilbehør. Langs kysten av Nord-Norge finner vi noen av verdens rikeste havområder, der kalde og varme havstrømmer møtes og skaper ideelle forhold for fisk som sei.

Seien, en nær slektning av torsk, trives i disse næringsrike farvannene og kjennetegnes av sitt faste kjøtt og rene smak. Den kan bli opptil 120 cm lang og veie over 20 kg.

Langs kysten har seien vært en viktig ressurs i generasjoner – både som hverdagsfisk og som en del av den stolte, nordnorske fiskeritradisjonen.



FORRETTER

Pastrami laks

med syltet fennikel og eggekrem

ALLERGENER: F, E

Sodd

med skjenning

ALLERGENER: M, SU, G (HVETE, RUG, BYGG, HAVRE)

✔ Terrine av rotgrønnsaker

med persilleolje og vårløk

ALLERGENER: S, N (HASSELNØTT)



HOVEDRETTER

Hampshire-ribbe

med grillet sommerkål, syltet rabarbra, potetpuré, gressløk og sennepssauss

ALLERGENER: M, SU, SE

Pannestekt sei

med erter, bacon og lys sjysaus

ALLERGENER: M, F

✔ Potetboller

med bakte grønnsaker, syltet rødløk, urtesaus og solsikkefrø

ALLERGENER: G (HVETE), SU



DESSERTER

Tjukkmjølkkpuding fra Røros

med karamelliserte hasselnøtter og rørte bringebær

ALLERGENER: M, N (HASSELNØTTER)

Dagens utvalgte iskrem

Dagens utvalgte ost

ALLERGENER: SPØR DIN SERVITØR

✔ Vegansk vaniljepuding

med karamelliserte hasselnøtter og rørte bringebær

ALLERGENER: N (HASSELNØTTER)