

2018-19

Västnylands Länsi-Uudenmaan

Närmatsguide Lähiruokaopas

Västnyland - a haven for food lovers, an hour from Helsinki



Slow Food®
Västnyland



*Tärjestämme seminaareja
sekä esitelmä- ja keskusteluti-
laisuuksia. Tule mukaan toim-
intaan ja anna äänesi kuulua!*

slowfoodvastnyland.org

*Slow Food Västnyland ordnar semina-
rier, föreläsningar och diskussioner.
Kom med och gör din röst hörd!*

slowfoodvastnyland.org

Bra mat till alla!

I Närmatsguiden som du nu håller i din hand presenteras livsmedel producerade i Västnyland. Det finns ett rikligt och varierande utbud. Det är bara för var och en som konsumerar att välja och vraka. Var så god!

Men vad äter barnen i skolan och åldringarna på hemmet, de som inte själva får välja? Får de njuta av det goda från Västnyland? Vad serverar våra kommuner i den offentliga måltiden? Är maten som serveras näringsrik och aptitlig? Kvaliteten är inte alltid den bästa, kan vi konstatera. Den är till och med i många fall riktigt dålig. Sanningen är den att en handfull globala koncerner pressar på och vill sälja sina mer eller mindre konstiga produkter. Billigt ska det vara, menar de flesta beslutsfattare! Men vad får vi för pengarna? Det finns orsak att analysera och debattera den här frågan grundligt. Det är just vad Slow Food Västnyland kommer att göra de närmaste åren. Vi ordnar seminarier, föreläsningar och diskussioner. Kom med och gör din röst hörd! På slowfoodvastnyland.org kan du följa med vad som händer just nu. Vi måste vända en negativ trend innan det är för sent.



Diana Nyberg Lindholm
Ordförande, Slow Food Västnyland

Hyvää ruokaa kaikille!

Lähirookaoppaassa, jota pitelet nyt käsissäsi, esitellään läntisellä Uudellamaalla tuotettuja elintarvikkeita. Tarjonta on runsasta ja niin monipuolista, että kuluttajille saattaa tulla jopa valinnan vaikeuksia. Ole hyvä!

Mutta mitä syövät lapset kouluissa ja vanhukset laitoksissa – he, jotka eivät voi itse valita? Saavatko he nauttia Länsi-Uudenmaan herkuista? Mitä kuntamme tarjoilevat laitosruokailussa? Onko tarjottu ruoka ravinteikasta ja herkullista? Voimme todeta, että laatu ei aina ole parasta mahdollista. Monessa tapauksessa se on suorastaan keinoa. Totuus on, että kourallinen maailmanlaajuisia konserneja painostaa ja haluaa myydä enemmän tai vähemmän kummallisia tuotteitaan. Halpaa sen olla pitää, ajattelevat useimmat päättäjät! Mutta saammeko me rahoillemme vastinetta? Asiasta on syytä käydä perusteellista, analyttistä keskustelua. Ja juuri näin Slow Food Västnyland aikoo lähivuosina tehdäkin. Järjestämme seminaareja sekä esitelmä- ja keskustelutilaisuuksia. Tule mukaan toimintaan ja anna äänesi kuuluu! Osoitteesta slowfoodvastnyland.org näet, mitä on tekeillä juuri nyt. Meidän on saatava kielteinen trendi kääntymään ennen kuin on liian myöhäistä.

Diana Nyberg Lindholm
Puheenjohtaja, Slow Food Västnyland

SLOW FOOD - gott, rent och rättvist

Slow Food är en världsomspännande ideell organisation och en rörelse på lokal nivå som arbetar för en värld där alla människor har tillgång till och kan njuta av god, hälsosam mat som gynnar producenten och miljön. Slow Food finns i 152 länder med 1 500 convivia (lokalföreningar) och 100 000 medlemmar. Högkvarteret ligger i Bra, Italien.

Slow Food Västnyland grundades i Ekenäs 2009. Föreningen arbetar enligt Slow Foods principer för att föra fram närproducerad mat i regionen. Föreningen arrangerar årligen Slow Food Festival i Fiskars i oktober. I Finland finns ytterligare tio Slow Food-convivia. Slowfoodvastnyland.org.



Slow Foods principer

- God, hälsosam och smakrik mat av hög kvalitet.
- Produktion som inte skadar miljön.
- Rimliga priser för konsumenter och rättvisa förhållanden och lön för producenter och deras anställda.



Slow Food i Finland

I Finland finns elva Slow Food-convivia. Förutom Slow Food Västnyland verkar Slow Food i Helsingfors, Östnyland, Jyväskylä, mellersta Finland, Kristinestad, Österbotten, Savolax, Åbo, Nystad och Nyland. Gemensamt är att alla jobbar mot samma mål, men medlemmen kan vara olika – allt från inspirationsresor och provsmakningar till matmarknader och samhällspåverkan.



Terra Madre Nordic

Det nordiska nätverket inom Slow Food jobbar på bred front för visionen om god, ren och rättvis mat. På evenemanget Terra Madre Nordic i Köpenhamn i maj 2018 träffades när matsaktivister, kokkar och producenter från hela Norden för att tillsammans diskutera och provsmaka dagens och framtidens nordiska mat. Reko-konceptet, utvecklat av **Thomas Snellman** i Österbotten, intresserar producenter i övriga Norden och har redan fått en fin start i Sverige. facebook.com/slowfoodnordic/



Slow Food Youth Network

Inom Slow Food-rörelsen finns ungdomsgrupper som jobbar för en levande matkultur. I Köpenhamn har Slow Food Youth planer på att sammanställa och publicera en karta på webben över alla matställen och -marknader som erbjuder råvaror och måltider enligt Slow Foods principer. Något liknande nätverk finns ännu inte i Finland. [@slowfoodyouthnetwork](https://twitter.com/slowfoodyouthnetwork)



Disco Soup

Soppdisco är ett koncept skapat av Slow Food Youth. Konceptet bygger på att minska matsvinnet. Gruppen samlar ihop råvaror såsom grönsaker, rotfrukter och bröd som butiker och restauranger annars skulle slänga. Tillsammans tillreder de en soppa som sedan serveras gratis till tonerna av musik och mingel. Den internationella Disco Soup Day firas den 28 april, kanske något att boka in?



University of Gastronomic Sciences

Slow Food grundade 2004 ett universitet med fokus på matkultur i Pollenzo i Italien. Med inriktning på matkultur, vinkultur, kommunikation, marknadsföring och utbildning skapar universitetet framtidens matpåverkare. unisg.it/en/

SLOW FOOD - hyvää, puhdasta ja reilua

Slow Food on maailmanlaajuinen aatteellinen järjestö, joka toimii myös paikallisella tasolla. Liikkeen tavoitteena on maailma, jossa kaikilla ihmisillä on mahdollisuus nauttia ruokaa, joka on hyvää ja terveellistä ja jonka valmistus kohtelee reilusti niin tuottajaa kuin ympäristöäkin.

Slow Food toimii 152 maassa ja sillä on 1 500 paikallisyhdistystä (convivia) ja 100 000

jäsentä. Päämaja sijaitsee Italiassa Bran kaupungissa.

Slow Food Västnyland perustettiin Tammissaarella 2009. Yhdistys noudattaa Slow Foodin periaatteita ja pyrkii edistämään alueen lähituotetun ruoan asemaa. Yhdistys järjestää vuosittain lokakuussa Slow Food Festivaalin Fiskarsissa. Suomessa on lisäksi kymmenen muutakin Slow Foodin convivia. Slowfoodvastnyland.org



Slow Foodin periaatteet

- Hyvää, terveellistä ja maukasta, korkealaatuista ruokaa
- Tuotettu ympäristöä vahingoittamatta
- Kohtuuhinnat kuluttajille sekä hyvät olosuhteet ja reilu korvaus tuottajille ja heidän työntekijöilleen



Slow Food Suomessa

Suomessa on yksitoista Slow Food convivia. Slow Food Västnylandin lisäksi Slow Food toimii Helsingissä, Itä-Uudellamaalla, Jyväskylässä, Keski-Suomessa, Kristiinankaupungissa, Pohjanmaalla, Savossa, Turussa, Uudessakaupungissa ja Uudellamaalla. Yhteistä kaikille on työskentely samojen päämäärien eteen, mutta menetelmät voivat olla erilaisia – kaikkea inspiraatiomatkoista ja koemaistiaisista aina ruokamarkkinoihin ja yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen saakka.



Terra Madre Nordic

Slow Foodin piirissä toimiva pohjoismainen nettiverkosto työskentelee laajalla rintamalla edistääkseen visiota hyvästä, puhtaasta ja reilusta ruoasta. Terra Madre Nordic -tapahtuma Kööpenhaminassa toukokuussa 2008 keräsi lähi-ruoka-aktivistit, kokit ja tuottajat koko Pohjolasta yhteen keskustelemaan ja koemaistelemaan niin tämänhetkisiä kuin tulevaisuudenkin pohjoismaisia ruokia. Reko-konsepti, jonka kehittäjä on Thomas Snellman Pohjanmaalta, kiinnostaa tuottajia muuallakin Pohjolassa, ja on jo saanut hyvän alun Ruotsissa. facebook.com/slowfoodnordic/



Slow Food Youth Network

Slow Food -liikkeen piirissä toimii myös nuorisoryhmiä, joiden tavoitteena on elävä ruokakulttuuri. Kööpenhaminassa Slow Food Youthilla on suunnitelmassa koota ja julkaista netissä kartta kaikista sellaisista ruokapaikoista ja -markkinoista, jotka tarjoavat Slow Foodin periaatteiden mukaisia raaka-aineita ja aterioita. Samankaltaista nettiverkosta ei ole vielä Suomessa. [@slowfoodyouthnetwork](https://slowfoodyouthnetwork)



Soppadisco

Soppa- eli Disco Soup on Slow Food Youthin luoma konsepti, joka tähtää ruokahävikin pienentämiseen. Ryhmä kerää raaka-aineita kuten vihanneksia, juureksia ja leipää, jotka kaupat ja ravintolat muutoin heittäisivät pois. Nuoret valmistavat yhdessä sopan, jota sitten tarjoillaan ilmaiseksi musiikin ja seurustelun merkeissä. Kansainvälistä Disco Soup-päivää vietetään 28. huhtikuuta – kannattaa ehkä merkitä kalenteriin?



University of Gastronomic Sciences

Slow Food perusti vuonna 2004 Italian Pollenzoon yliopiston, jonka opetuksessa keskitytään erityisesti ruokakulttuuriin. Panostamalla ruoka- ja viinikulttuuriin, kommunikointiin, markkinointiin ja koulutukseen yliopisto kasvattaa tulevaisuuden ruokavaikeuttajia. unisg.it/en/



SLOW FOOD FESTIVAL

FISKARS 2018

6-7 OKTOBER

6.-7. LOKAKUUTA

FISKARS 2019

5-6 OKTOBER

5.-6. LOKAKUUTA

Facebook: Slow Food Västnyland,
Slow Food Festival in Fiskars, Smaka på Västnyland
Instagram: Slow Food Västnyland
slowfoodvastnyland.org

Med fokus på det lokala

”Slow Food Västnyland söker ny verksamhetsledare”. Det fick jag höra en dag i slutet av februari 2018. Nu är jag här som ny verksamhetsledare och många nya och intressanta utmaningar står för dörren. I mitt jobb som krögare har Slow Foods principer om god, ren och rättvis mat alltid stått mig nära hjärtat.

Första helgen i oktober är det igen dags för Slow Food Festival. År 2018 blir det nionde gången festivalen arrangeras. Med andra ord är det dags för 10-års jubileum år 2019. Festivalen är vårt största evenemang, men vi medverkar på många andra håll i regionen – på mässor, marknader, föreläsningar seminarier. Vi jobbar hårt med den offentliga måltiden. Målet är bättre mat i skolor och äldreboenden. Vi jobbar för att föra fram våra fantastiska lokala aktörer i Väst-



nyland. Vi vill att den lokala bonden ska ha det bra och att maten, som vi blir serverade, är god, ren och rättvis.

Mikael Kokkonen
Verksamhetsledare, Slow Food Västnyland

Keskity paikalliseen

”Slow Food Västnyland etsii uutta toiminnanjohtajaa”. Satuun kuulemaan tämän eräänä päivänä helmikuun lopulla 2018. Nyt olen täällä uutena toiminnanjohtajana, ja monia uusia ja mielenkiintoisia haasteita on ovelta. Työssäni ravintoloitsijana ovat Slow Foodin periaatteet hyvästä, puhtaasta ja reilusta ruoasta olleet aina lähellä sydäntäni.

Lokakuun ensimmäisenä viikonloppuna on taas Slow Food Festivaalin aika. Vuonna 2018 tapahtuma järjestetään yhdeksännen kerran. Toisin sanoen vuonna 2019 on 10-vuotisjuhlien aika. Festivaali on suurin tapahtu-

mamme, mutta teemme yhteistyötä seudulla myös monella muulla taholla – messuilla ja markkinoilla, luentotilaisuuksissa ja seminaareissa. Teemme lujasti töitä laitosruokailun kehittämiseksi, ja tavoitteenamme on parempi ruoka niin kouluissa kuin vanhainkodeissakin. Koetamme myös lisätä upeiden paikallisten toimijoidemme tunnettuutta. Haluamme, että alueen maanviljelijöillä menisi hyvin ja että ruoka, jota meille tarjoillaan olisi maukasta, puhdasta ja reilua.

Mikael Kokkonen
Toiminnanjohtaja, Slow Food Västnyland



Great food for everyone!

In the Slow Food Guide that you now hold in your hands you will find information about products produced in Västnyland. There is a rich and varied range; it is just a question of individual consumers making a choice. Enjoy!

But what about people who cannot choose their own food, such as children eating at school and the elderly in retirement homes? Can they also enjoy good local produce? What kind of food are we provided with by our municipality? Is the food served nutritious and appetizing? We can say at least that the quality is not always the best, and sometimes it can be truly poor. The truth is that a handful of global companies are trying to increase sales of their products. According to the decision makers, the most important thing is that food should be cheap. But what do we really get for our money? This is an issue that should be analysed and debated thoroughly, and that is exactly what Slow Food Västnyland will do over the next few years. We organise seminars, lectures and discussions. Come along and make your voice heard! On slowfoodvastnyland.org you can follow the latest news. We must reverse this negative trend before it's too late.

Diana Nyberg Lindholm
Chairperson, Slow Food Västnyland



Focusing on the local

“Slow Food Västnyland seeks new project coordinator”. That's what I heard one day at the end of February 2018. Now, as the new coordinator, many new and interesting challenges stand before me. In my job as a restaurateur, the Slow Food principles of good, clean and sustainable food have always been close to my heart.

In the first weekend in October it is again time for the Slow Food Festival. In 2018 it will be the ninth time the festival will be organised, leading up to our ten-year anniversary in 2019.

The festival is our biggest event, although we participate in many other ways in our region - at fairs, markets, lectures, and seminars. We work hard with public meal services. Our goal is better food in schools and retirement homes. We strive to support our fantastic local food producers. We want local farmers to be successful and the food that we are served to be good, clean and sustainable.

Mikael Kokkonen
Project coordinator, Slow Food Västnyland

Slow Food - *good, clean and sustainable*

Slow Food is a worldwide non-profit organisation and a local-level movement working for a world where all people have access to and can enjoy good, healthy food that benefits both the producer and the environment. Slow Food chapters are found in 152 countries with 1,500 convivium (local associations) and 100,000 members. Slow Food Västnyland was founded in Ekenäs in 2009. The association works according to Slow Foods principles to promote locally-produced food in the region. The association organises the annual Slow Food Festival in Fiskars in October. In Finland there are another ten Slow Food convivium. Slowfoodvastnyland.org

Slow Food in Finland

In Finland there are eleven Slow Food convivium. In addition to Slow Food Västnyland convivium can be found in Helsinki, Östnyland, Jyväskylä, central Finland, Kristinestad, Österbothnia, Savonia, Turku, Nystad and Uusimaa. In general, everyone is working towards the same goal, but the means can be different - from inspirational trips and tastings to food markets and community projects.



Slow Food principles

- Good, healthy and tasty food of high quality.
- Environmentally-neutral production
- Reasonable prices for consumers and fair conditions and pay for producers and their employees.

Rekoringar i Västnyland

Det finns många fördelar med att fylla skafferiet via en rekoring. Konsumenter och producenter får träffas och diskutera råvaror och idéer. Överflödigt förpackningsmaterial och mellanhänder kan undvikas och därmed hålls priset på en bra nivå. Dessutom gör rekoringarna det lätt för konsumenten att få tag på lokalt och närproducerat i såsång, året om. I västra Nyland finns flera

rekoringar. Gå med i grupperna på Facebook, och handla så ofta eller så sällan du vill. Varje vecka, någon gång nu och då, för att fylla på i skafferiet, eller under perioden du vistas på ditt fritidsställe i regionen. Producenterna annonserar på facebookgruppens vägg, och som konsument beställer du genom att kommentera inläggen. Betalningen sker i samband med utdelningen.

Läntisen Uudenmaan rekoringit

On monta hyvää syytä täydentää ruokavarastoja rekoringin avulla. Kuluttaja ja tuottaja voivat kohdata ja keskustella raaka-aineista ja ideoista. Turha pakkausmateriaali jää pois, samoin välikädet, jolloin tuotteiden hinnatkin pysyvät järkevälillä tasolla. Sitä paitsi rekoringit helpottavat kuluttajaa löytämään paikallisia, lähellä tuotettuja kausituotteita kaikkina vuodenaikoina.

Läntisellä Uudellamaalla toimii useita re-

korinkejä. Liity Facebookin ryhmiin ja osta niin usein tai niin harvoin kuin haluat. Säännöllisesti vaikka joka viikko, tai ehkä harvakseltaan silloin tällöin, kun varastoisi kaipaavat täydennystä – tai vain kun olet paikkakunnalla lomailemassa tai mökkeilemässä. Tuottajat ilmoittavat facebook-ryhmän seinällä, ja kuluttajana voit tehdä tilauksen lisäämällä kommenttisi viesteihin. Maksu peritään toimitusten yhteydessä.



Reko groups are a way for local food and drink producers to engage directly with their customers. Through Facebook you can connect to people interested in quality products, while producers can advertise their products and can receive orders directly.



Ekenäs fredagar udda veckor kl. 17-17.30, Novias parkering, Raseborgsvägen 9.

Karis fredagar udda veckor kl. 18-18.30 på Axxells parkeringsplats, Bangatan 75.

Ingå fredagar udda veckor kl. 19-19.30, Kyrkans parkeringsplats.

Sjundeå torsdagar udda veckor kl. 19.45-20.15, Bibliotekets parkering, Stationsvägen 2.

Kyrkslätt torsdagar udda veckor kl. 20.30-20.50, Kyrksläotts stations parkeringsplats

Lojo torsdagar udda veckor kl. 19.10-19.30, Luksias parkeringsplats

Vihtis torsdagar udda veckor kl. 18.30-18.50, Naaranpajuntie1, Nummela

Veikkola torsdagar udda veckor kl 17.45-18.10

Avvikelser i tidpunkterna för utdelning kan förekomma. Under sommarhalvåret är utdelningen mer frekvent. Extra utdelning kan sättas in i samband med exempelvis julhelgen. All information finns på reko-gruppernas facebooksidor.

Tammisaari, perjantaisin parittomina viikkoina klo 17.-17.30, Novian parkkipaikka, Raaseporintie 9.

Karjaa, perjantaisin parittomina viikkoina klo 18-18.30, Axxellin parkkipaikka, Ratakatu 75.

Inkoo, perjantaisin parittomina viikkoina klo 19-19.30, Kirkon parkkipaikka.

Siuntio, torstaisin parittomina viikkoina klo 19.45-20.15, Kirjaston parkkipaikka, Asematie 2

Kirkkonummi, torstaisin parittomina viikkoina klo 20.30-20.50, Kirkkonummen aseman parkkipaikka.

Lohja, torstaisin parittomina viikkoina klo 19.10-19.30, Luksian parkkipaikka.

Vihti, torstaisin parittomina viikkoina 18.30-18.50, Naaranpajuntie1, Nummela.

Veikkola, torstaisin parittomina viikkoina klo 17.45-18.10

Jakelun ajankohdissa saattaa esiintyä poikkeuksia. Kesäkuukausina jakelu on tiheämpää, ja lisäjakeluja voidaan toteuttaa esimerkiksi jouluna. Kaikki tiedot löytyvät Rekoryhmien facebook-sivuilta.

Inget svinn med rekoring



Att ha reko som främsta försäljningskanal går alldeles utmärkt, det är Bakgården och företagaren **Jonna Panelius** ett bevis på. Företaget startades med försäljning på matmarknader vid sidan av förvärvsarbetet. Småningom började Panelius sälja via rekoringen i Ekenäs. I dag deltar Bakgården i utdelning via sexton olika rekoringar i Nyland. Det lönar sig också att hålla utkik efter en gammal folkabuss som agerar brödbutik på lokala matmarknader. Med god tur finns det kvar smakprov på de populära getmjölsbullarna.

– Det bästa med att sälja via reko är att det inte finns några mellanhänder och att det inte uppstår svinn, allt går åt! För mig som jobbar ensam är den sociala biten ett plus, jag träffar kunder och andra försäljare. Eftersom rekoutdelningarna är på kvällen, behöver jag inte baka om nätterna, och kan ha en ganska normal dygnsrytm, berättar Panelius.

Och getmjölsbullarna, vad smakar de?

– Det låter mer exotiskt än vad det är, de smakar inte så annorlunda. Det kom sig av att jag inte gillar processade råvaror, så som laktosfri mjölk, men ändå vill erbjuda en laktosfattig bulle. Många som inte tål komjolk klarar av getmjölk. Getmjölken är fetare och sötare än vanlig mjölk, så det behövs inte så mycket socker heller.

Kolla bakgarden.fi för en lista på vilka Rekoringar du kan köpa Bakgårdens produkter.

Jonna Panelius is one example of a producer who has made the most of the Reko system. The bakery owner believes that the system is particularly advantageous because there is no middleman and waste is greatly reduced. Check out her bakgarden.fi website.

Reko säästää hävikiltä



Reko soveltuu erinomaisesti ensisijaiseksi myyntikanavaksi, siitä ovat Bakgården ja yrittäjä **Jonna Panelius** hyvänä esimerkkinä. Panelius käynnisti yrityksensä muun ansiotyön ohella ryhtymällä myymään leipomotuotteitaan ruokamarkkinoilla. Sittemmin hän alkoi käyttää myyntikanavanaan Ekenäs/Tammisaari REKOa. Nykyään Bakgården toimittaa tuotteitaan Uudellamaalla kaikkiaan kuudentoista eri rekoringin kautta. Mutta yhä kannattaa pitää silmällä vanhaa pakettiautoa, joka toimii leipäkauppana paikallisilla ruokamarkkinoilla. Hyvällä onnella autosta onnistuu saamaan maistiaisiksi Bakgårdenin suosittuja vuohenmaitopullia.

– Rekon kautta myymisessä on parasta se, ettei mitään välikäsiä ole ja että hävikkiä ei synny lainkaan, kaikki käy kaupaksi! Työskentelen yksin ja koen tämän myös hyvin sosiaalisena toimintana, saan tava-

ta asiakkaita ja muita myyjiä. Koska reko-toimitukset tapahtuvat iltaisin, ei minun myöskään tarvitse leipoa öisin, vaan voin noudattaa melko normaalia vuorokausirytmää, kertoo Panelius.

Entä miltä vuohenmaitopullat maistuvat?

– Kuulostavat kyllä eksoottisemmilta kuin itse asiassa ovatkaan, eivät ne niin kovin erilaisilta maistu. Ajatus lähti siitä, että en pidä prosessoituista raaka-aineista kuten laktoosittomasta maidosta, mutta haluan silti tarjota asiakkaille vähälaktoosista pulloa. Monet, jotka eivät siedä lehmänmaitoa sietävät nimittäin vuohenmaitoa. Vuohenmaito on rasvaisempaa ja makeampaa kuin tavallinen maito, joten leipomuksiin ei tarvita niin paljon sokeriakaan.

Katso bakgarden.fi -sivustolta, mistä Rekoringeistä voit ostaa Bakgårdenin tuotteita.

Sommartorg

Aldrig är det så lätt att handla lokalt och i säsong som under sommaren. Sommartorg och marknader, potatis- och jordgubbsstånd vid vägaren och dignande diskar med lokala varor i daglighandeln. På sommartorgen kan du göra närmatsuppköp, loppisfynd och slänga käft – allt i ett.

- **Hangö kvällstorg**, onsdagar kl. 15-20, Östra hamnens gästhamn (juni-augusti)
- **Bromarv**, lördagar kl. 8.30-13, Lillnäs vägen 10 (maj-september)
- **Ekenäs kvällstorg**, tisdagar kl. 15-19, Stallörsparken (juni-augusti)
- **Fiskars**, dagligen kl. 9-18, (maj-september)
- **Prästkulla**, lördagar kl. 9-12, Malmåsa (juni-augusti)
- **Sandnäsudd**, lördagar kl. 9-12 (juni-augusti)
- **Sommarö**, lördagar kl. 10-13, Skåldö fiskebod (juni-augusti)
- **Tenala**, fredagar 14-18, Sockenvägen 20 (maj-augusti)
- **Trollshovda**, lördagar kl. 9-11, Skolhuset, (juni-augusti)
- **Barösund**, tisdagar 12-16 och lördagar 9-14 (juni-augusti)

Tidpunkterna är riktgivande. Exakta datum kan bland annat hittas på kommunernas webbsidor. Missa heller inte de ordinarie torgen året runt.

Kesätorit

Kesällä on todella helppo ostaa paikallisia sesonkituotteita! Valittavina ovat kesätorit ja markkinat, tienvarsien peruna- ja mansikkakojut sekä ruokakauppojen paikallisilla tuotteilla lastatut tiskit. Kesätorilla voit tehdä lähiruokaostoksia, kirpputorilöytöjä ja vaihtaa kuulumisia – kaikkea samalla kertaa.

- **Hangon kesätori**, keskiviikkoisin klo 15-20, Itäsataman vierasvenesatama (kesä-elokuu)
- **Bromarv**, lauantaisin klo 8.30-13, Lillnäs vägen 10 (touko-syyskuu)
- **Tammisaaren iltatori**, tiistaisin klo 15-19, Stallörsparken (kesä-elokuu)
- **Fiskars**, päivittäin klo 9-18, (touko-syyskuu)
- **Prästkulla**, lauantaisin klo 9-12, Malmåsa (kesä-elokuu)
- **Sandnäsudd**, lauantaisin klo 9-12 (kesä-elokuu)
- **Sommarö**, lauantaisin klo 10-13, Skåldö fiskebod (kesä-elokuu)
- **Tenholma**, perjantaisin klo 14-18, Sockenvägen 20 (touko-elokuu)
- **Trollshovda**, lauantaisin klo 9-11, Koulutalo, (kesä-elokuu)
- **Barösund**, tiistaisin 12-16 ja lauantaisin 9-14 (kesä-elokuu)

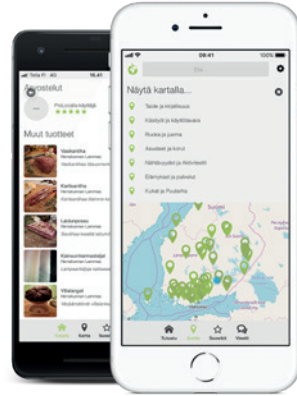
Ajat ovat ohjeellisia. Tarkemmat päivämäärät löytyvät vaikkapa kuntien nettisivuilta. Älä myöskään unohda vuoden ympäri järjestettäviä toreja.

ProLocalis är din lokala guide

Din bästa vän på road trippen är appen ProLocalis. Den enkla appen med en tydlig karta är till för dig som vill uppleva och understöda det lokala, det må sedan handla om mat, hantverk eller upplevelser, under resor och utflykter i Finland. Appen lanserades våren 2018, och grundaren **Christos Granqvists** mål är att öka småproducenters synlighet och erbjuda konsumenter en smidig kanal för att hitta allt det som det lokala samhället har att erbjuda.

Ladda ner ProLocalis via App Store eller Google Play och zooma in på det område du är intresserad av för att

hitta lokala företag. Producenter kan gratis skapa en profil i appen. Läs mer på prolocalis.com.



ProLocalis - paikallinen oppaasi

Paras oppaasi kotimaata kierrellessä on **ProLocalis** -appi. Tämä yksinkertainen, selkeällä kartalla varustettu appi on tarkoitettu niille kotimaassa matkusteleville ja retkeileville, joka haluavat kokea ja tukea paikallista toimintaa, olipa kyseessä sitten ruoka, käsityöt tai elämykset. Appi julkistettiin keväällä 2018, ja sen perustajan Christos Granqvistin tavoitteena on tehostaa pientuottajien näkyvyyttä ja tarjota kuluttajille vaivaton kanava, jonka avulla he löytävät kaiken sen, mitä paikakkunnalla on tarjottavanaan.

Lataa ProLocalis joko App Storesta tai Google Playsta ja zoomaa sille alueelle,

joka sinua kiinnostaa; näin löydät paikalliset yritykset. Tuottajat voivat luoda appiin ilmaisen profiilin. Lue lisää: prolocalis.com.

ProLocalis is your best friend on a culinary road trip. The app includes a map which pinpoints various hotspots where you can experience and support local businesses. The app, launched in spring 2018, aims to provide consumers with a user-friendly way to acquaint themselves with everything that regional producers have to offer.

Länge leve lanthandeln!

Allt började med en jordkällare där taket läckte. Jordbrukarna **Ingemo** och **Henrik Fröberg** var tvungna att bygga ett tak – och varför inte ett hus i samma veva. Med ett nybyggt hus och god erfarenhet av direktförsäljning av mjöl från gården och på olika marknader växte Gårdsboden i Kyrkslätt fram organiskt. Idag, 25 år senare, är Gårdsboden en året runt-verksamhet lanthandel med ett brett utbud av grönsaker, mjölkprodukter, fisk, kött och allehanda godsaker och hantverk. Bröd och bakverk från gårdens eget bageri har strykande åtgång, såväl över disk som i bodens eget café.

– Tidigare kom kunderna främst för att handla mat, numera är många ute efter helhetsupplevelsen, berättar Ingemo.

De vuxna uppskattar caféets trevliga sittplatser både inne i boden, på terrassen och i trädgården och barnen trivs med att gunga och leka i sandlådan. Nära intill finns dessutom trevliga promenadstigar och friluftsområden. En påse nypotatis och nybakade kanelbullar med hem i korgen och upplevelsen är komplett!

Gårdsboden finns på Estbyvägen 316. Info och öppethållningstider på maatilapuoti.fi. Följ också på [instagram @maatilapuotigardsboden](https://www.instagram.com/maatilapuotigardsboden)

Kauan eläköön maalaiskauppa!

Kaikki alkoi maakellarista, jossa oli vuotava katto. Maanviljelijät **Ingemo** ja **Henrik Fröberg** joutuivat rakentamaan uuden katon – ja tekivät saman tien uuden talonkin. Pariskunnalla oli hyviä kokemuksia jauhojen suoramyynnistä erilaisilla markkinoilla sekä suoraan tilalta, ja uudisrakennuksen myötä Kirkkonummella sijaitsevan Gårdsbodenin asiakasmäärät alkoivat kasvaa. Nyt, 25 vuotta myöhemmin Gårdsboden on ympärivuotisesti toimiva maalaiskauppa, joka tarjoaa laajan valikoiman vihanneksia, maitotuotteita, kalaa, lihaa ja kaikenlaisia herkkuja ja käsitöitä. Tilan omassa leipomossa paistettavilla leivillä ja leivonnaisilla on kova menekki, niin tiskin yli ostettuina kuin myymälän omassa kahvilassa nautittuinakin.

– Aiemmin asiakkaat tulivat pääasiassa ruokaostoksille, nyt moni heistä kaipaa kokonaiselämyksiä, Ingemo kertoo.

Viihtyisässä kahvilassa on istumapaikkoja niin sisällä myymälässä kuin ulkona terrassilla tai puutarhassakin, ja lapset voivat keinua tai leikkiä hiekkalaatikossa. Lähitöltä löytyy myös mukavia kävelypolkuja ja ulkoilualueita. Ostoskoriin siis uusia perunoita ja pussillinen tuoreita kanelipullia, ja elämys on täydellinen!

Gårdsboden löytyy osoitteesta Eestinkyläntie 316. Lisätiedot ja aukioloajat osoitteesta maatilapuoti.fi. Seuraa myös [instagramia @maatilapuotigardsboden](https://www.instagram.com/maatilapuotigardsboden)

*Helgen kan börja efter
en tur till Gårdsboden*



*Gårdsbodenin kautta
viikonlopun viittoon*

Ingemo and Henrik Fröberg run the Gårdsboden shop and café at Eestinkyläntie 316 in Kirkkonummi. Open all year round, they offer a wide assortment of vegetables, dairy products, fish and meat as well as a rather unique experience you can round off with a bag of new potatoes and some cinnamon buns.

Vilt på webben

Viltgården, med säte i Ingå, säljer viltkött, såsom älg, hjort och fågel. Under kräftsåsongen säljs även lokalt kokta kräftor. Viltgårdens vd **Matti Korhonen** är inte främmande för att pröva på nya sätt att nå kunder och förutom direktförsäljning säljer Viltgården via rekoringar, det nya konceptet Foodhub och en nätbutik.

- Jag tror att vi inom tio år får det mesta av våra matinköp direkt till dörren, också på landsbygden, säger Matti. Med webbshoppen vill vi göra det så enkelt som möjligt, både för kunderna och oss själva. Vi säljer kött i färdiga paket, och med några få klick har du gjort ditt uppköp.

På webbsidan kan du inhandla färdiga köttpaket, exempelvis inför olika högtider, eller välja det kött, den del och den mängd du önskar. Beroende på var du bor levereras



köttet av en underleverantör eller av Viltgårdens personal hem till dörren eller till en på förhand bestämd plats. Också de populära kräftorna kommer att kunna köpas via webbshoppen.

Viltbutiken finns på viltgarden.myshopify.com. Följ Viltgården på [instagram @viltgarden](https://www.instagram.com/viltgarden).



Based in Ingå, Viltgården is a business selling game meat such as moose, elk and wildfowl. Crayfish are also available when in season. On Viltgårdens popular website customers can buy pre-prepared packs of meat or specify what cuts they would like when they order. Their goods are delivered straight to their door.

Basilika och koriander i toppen



I maj fylls grönsaksdiskarna i de västnyländska butikerna med närproducerade örter från Torrbacka trädgård i Ingå. Uppköp kan också göras direkt på gården från maj fram till hösten. På plats kan man handla grönsaksplantor, så som tomat- och gurkplantor, körsbärstomater och givetvis örter.

- Basilika är den ört som har bäst åtgång, berättar **Martina Herse** på Torrbacka. Men i och med den asiatiska mattrenden har koriander blivit allt populärare. Också persiljan, som en tid betraktades som en lite tråkig ört främst för soppor, verkar nu, sedan den klassats som super food, ha fått ett uppsving.

Miss inte Torrbackas småbladiga basilika, lika vacker som garnering som smakrik.

Utbud och öppettider på torrbacka.fi eller facebook.com/torrbacka. Bölevägen 109.



Riistaa netistä



Inkoossa toimiva Viltgården myy riistaa kuten hirveä, kaurista ja lintuja. Rapusesongin aikana yritys myy myös paikallisia keitettyjä rapuja. Yrittäjä Tomas Landers ei aikaile kokeilla uusia tapoja asiakkaiden tavoittamiseksi: suoramyyntin lisäksi Viltgården kauppa tuotteitaan myös rekorinkien ja nettikaupan välityksellä, ja uusimpana konseptina on Foodhub.

– Uskon, että ei kestä kymmentäkään vuotta, kun alamme jo saada suurimman osan ruokaostoksistamme suoraan kotiovelle – myös maaseudulla, Matti sanoo. Nettikaupan avulla voimme tehdä toiminnasta mahdollisimman yksinkertaista, sekä asiakkaillemme

että itsellemme. Myymme lihat valmiiksi paketoituina, joten ostokset voi tehdä vain parilla klikkauksella.

Nettisivuilla on valittavana valmiita lihapaketteja esimerkiksi erilaisiin juhlatilaisuuksiin, tai asiakas voi valita juuri sitä lihaa, siitä osasta ruhoa ja sen määrän kuin haluaa. Asiakkaan asuinpaikasta riippuen liha toimitetaan joko alihankkijan välityksellä tai Viltgårdin oman henkilökunnan voimin kotiovelle tai ennalta sovittuun paikkaan. Nettikaupan valikoimiin ovat tulossa myös suosittu ravut.

Riistakauppa löytyy osoitteesta viltgarden.myshopify.com. Seuraa Viltgårdenia instagramissa [@viltgarden](https://www.instagram.com/viltgarden).

Basilika ja korianteri suosittuja



Toukokuussa inkoolaisen Torrbackan puutarhan lähituotetut yrtit valloittivat länsi-uusmaalaisten kauppojen vihannestiskit. Yrttejä voi ostaa myös suoraan tilalta toukokuusta aina syksyyn saakka. Tilalta voit hankkia myös vihannesten kuten tomaatin- ja kurkun sekä kirsikkatomaatin – ja tietenkin yrttien – taimia kotikasvatukseen.

– Yrteistä basilikalla on aina paras menekki, kertoo **Martina Herse** Torrbackasta. Mutta myös korianterista on tullut aasialaisen ruokatrendin myötä yhä suosituimpi yrtti. Ja persiljakin, jota välillä pidettiin lähinnä jo hieman ikävystyttävänä sop-pamausteena, on saanut uutta nostetta, kun se on luokiteltu super foodiksi.

Älä unohda Torrbackan pienilehtistä basilikaa, se on sangen maukasta ja kaunista aterioiden koristeena.

Torrbackan valikoimat ja aukioloajat näet sivustoilta torrbacka.fi tai [facebook.com/torrbacka](https://www.facebook.com/torrbacka). Bölevägen 109.

Every summer you can find locally produced herbs from Torrbacka in Ingå in local shops and supermarkets in Västnyland. If you visit their business personally you can browse their selection of herbs, tomatoes, cucumbers and other vegetables. Basil, coriander and parsley are their biggest sellers.

Ut på caféturné

Sommarcaféer har blivit ett stående inslag på den västnyländska landsbygden. Enligt pop up-principen öppnar de upp för en månad eller två under sommaren, och bjuder oftast på såväl lokala naturupplevelser som hembakat i lantlig idyll. Perfekt hemestersyssla!

– Det verkar helt tydligt vara en trend med sommarcaféer, och en bra sådan, säger **Nora Garusi**, som förutom att driva det mysiga Dönsby Bed & Breakfast i Karis också har haft sommarcafé under namnet Café Dagny de senaste åren.

– Många har det som en programpunkt under sommaren att besöka alla sommarcaféer i trakten, berättar Nora.

På Café Dagny erbjuds kunderna både salt och sött, och ett brett urval veganska, glutenfria och mjölkfria bakverk.

Håll utkik på donsby.fi och facebook.com/cafedagny för öppethållningstider.



Foto Emilia Nyberg

Kahvilakierrokselle!

Kesäkahvilat ovat vakiintuneet pysyväksi toimintamuodoksi läntisen Uudenmaan maaseudulla. Pop-up-periaatetta noudattaen ne ovat keuhallalla avoinna vain kuukauden tai pari ja tarjoavat usein sekä kotona leivottua että paikallisia luontoelämyksiä maalaismaaisessa idyllissä. Täydellistä lähilomailua!

– Vaikuttaa ilmiselvästi siltä, että kesäkahvilat ovat nykyajan trendi, ja vieläpä mukava sellainen, sanoo Nora Garusi. Karjaalla toimivan viihtyisän Dönsby Bed & Breakfast -yrityksen ohella hän on viime kesinä pyörittänyt kesäkahvilaa nimeltä Café Dagny.

– On paljon ihmisiä, joiden kesäohjelman kuuluu vieraillla kaikissa seudun kesäkahviloissa, Nora tietää kertoa.

Café Dagny tarjoaa asiakkaille sekä suolaista että makeaa, ja myös laajan valikoidun vegaanisia, gluteiinivapaita ja maidottomia leivonnaisia.

Tarkista aukioloajat donsby.fi- ja facebook.com/cafedagny-sivuilta.

Pop-up summer cafés have become very popular in Västnyland, such as Café Dagny in Karis. Establishments such as this open for one or two months in the summer and tend to offer a selection of locally produced food and drink. Café Dagny caters for vegan, gluten-free and lactose-free diets.

DÖNSBY B & B

*Hemester = Semester i
eller nära hemmet. Ett
ord med inspiration av
engelskans staycation.*



*lähiloma - loma jota vietetään
kotona tai lähellä kotia. Ruotsiksi
hemester, kehitetty englannin
kielen staycation -sanasta.*

Lokal glass med äkta smaker

Sjunby glass är äkta vara. Några smakessenser kommer inte nära den småskaliga glassfabriken, här är det lokalt plockad rabarber och inhemska jordgubbar, blåbär, svarta och röda vinbär och lingon som får ta plats och ger frisk smak och till och med lite trevligt

tuggmotstånd i glassen.

Till sommaren 2018 lanserar Sjundby glass nya förpackningar i papp, och på glasskartan på sjundbyn.fi kan man pricka in närmsta återförsäljare av såväl halvlitersförpackningar som mindre bågare. Pickala ABC är ett säkert kort för den glassugna.

Paikallista jäätelöä ja aitoja makuja



Siuntion jäätelö on aitoa tavaraa. Maakoesansseilla ei ole mitään asiaa tähän pieneen jäätelötehtaaseen, sillä täällä käytetään vain paikallisesti poimitua raparperia sekä kotimaisia mansikoita, mustikoita, mustia ja punaisia viinimarjoja ja puolukoita, jotka antavat jäätelölle raikkaan maun ja mukavan suutuntuman.

Siuntion jäätelö tuo kesäksi 2018 markkinoille uudet pahiset pakkaukset, ja jäätelökartasta osoitteessa sjundby.fi voi katsoa lähimmän jälleenmyyjän, jolta näitä puolen litran pakkauksia tai pienempiäkin rasioita on saatavana. Pikkalan ABC on varma valinta Siuntion jäätelöä himoitseville.

Sjundby ice cream is the real deal. Home grown rhubarb and Finnish strawberries, bilberries and lingonberries give this small-scale producer's products fresh and mouth-watering tastes. Amongst other locations that you can find on their website sjundby.fi, Sjundby ice cream can be found at the ABC market in Pickala.

Hårda karameller från Ingå

Sommaren 2018 kör verksamheten i Ingås och Västnylands allra första karamellfabrik Caramilla igång. **Camilla Forsman** utlovar handgjorda hårda karameller utan tillsatssämnen, tillverkade i karamellfabriken hemma på gården Kalkulla.



- Indiansalmiak är huvudprodukten, men det kommer också att bli bland annat citron- och mintkarameller framöver. Planen är också att erbjuda karameller med traditionella inhemska smaker.

Karamellfabriken fanns tidigare på Wildemansgården i Isnäs, Lovisa, tills Camilla köpte upp maskinerna och recepten. Nu är fabriken återuppbyggd i Ingå. Karamellerna förpackas i trevliga papperspåsar och ger den där extra njutningen såväl till vardag som helg.

Håll utkik efter Caramilla från och med sommaren 2018 i lokala caféer och butiker. Karamellerna kommer att finnas till salu åtminstone hos LillBreds i Ingå och Gårdsboden i Kyrkslätt.

Kovia karamelleja Inkoosta

Inkoon ja läntisen Uudenmaan ihka ensimmäinen karamellitehdas Caramilla aloittaa toimintansa kesällä 2018. Camilla Forsman lupaa, että hänen kotonaan Kalkullan kartanossa sijaitsevassa tehtaassa valmistetut kovat karamellit eivät sisällä lisäaineita.

- Päätuotteemme on intiaanisalmiakki, mutta valikoimaan tulee kuulumaan myös muun muassa sitruuna- ja minttukaramelleja. Suunnitelmassa on tarjota myös karamelleja, jotka maistuvat perinteisen kotimaisilta.

Karamellitehdas toimi aiemmin Wildemansgårdin tilalla Loviisan Isnäsissä, ennen kuin Camilla osti koneet ja reseptit. Nyt tehdas on pystytetty uudelleen Inkooseen. Paperipusseihin pakatut karamellit antavat lisänautintoa niin arkeen kuin juhlaankin.

Caramillan tuotteita kannattaa kesästä 2018 lähtien katsella paikallisista kahviloista ja kaupoista. Karamelleja tulee myyntiin muun muassa Inkoon LillBredsiin ja Kirkkonummen Gårdsbodeniin.

Västnyland's first sweet factory opened in spring 2018. The factory was originally a business based in Lovisa until Camilla Forsman bought the machinery and recipes and moved it to Ingå. Her products are available in many small shops and cafés in the region. Indian salmiakki (salty liquorice) is their main product, says Forsman.

Cidern jäser i Ekenäs

Med torr fransk cider som inspirationskälla kördes äppelpressarna på Ekta bryggeri i Ekenäs igång år 2016. Några år senare börjar det bli dags att investera i flera jäsningstankar för att tillmötesgå efterfrågan.

- Folk har fått upp ögonen för hantverkscider och uppskattar att det är en ren produkt gjord endast på äppelmust och jäst, berättar **Jonas Salminen** på Ekta.

Olika äpplen ger olika smak. Cidern Palla är gjord på äppelsorterna Lobo, Amaroso och Raike, medan Pipel är gjord på Santana och Rubinola och Franskis lagrad på ekfat. Nyheten Håpla är en så kallad humlad äppelcider (hopped cider).

- Då man gör cider på de matäpplen som vi har här i Finland kan det vara svårt att få fram riktigt mycket smak och karaktär. Cider smaksatt med humle blir fyligare och får en viss citruskaraktär, som påminner lite om IPA-öl.

Följ hantverksciderns framfart på [facebook.com/ektabryggeri.fi](https://www.facebook.com/ektabryggeri.fi).

Tammisaassa käy siideri

Kuiva ranskalainen siideri oli esikuvana, kun omenaprässit käynnistettiin Ekta-panimossa Tammisaassa vuonna 2016. Nyt pari vuotta myöhemmin siiderin kysyntä on kasvanut jo siihen mittaani, että on aika hankkia lisää käymissäiliöitä.

- Kuluttajat ovat havahtuneet huomaamaan, että markkinoilta löytyy myös käsityönä valmistettua siideriä, ja he arvostavat sitä, että kyseessä on puhdas tuote, joka on tehty vain omenamehusta ja hiivasta, kertoo **Jonas Salminen** Ektasta.

Eri omenalajikkeista saadaan erilaisia makuja. Siideri Palla on valmistettu Lobo-, Amaroso- ja Raike -omenista, siideri Fibel Santanasta ja Rubinolasta, ja Franskis puolestaan varastoidaan tammitynnyreissä. Uutuus Håpla on niin kutsuttu humaloitu omenasiideri (hopped cider).

- Kun siideriä valmistetaan suomalaisista ruokaomenoista, juomaan voi olla vaikea saada tarpeeksi makua ja luonnetta. Siideristä, jota on maustettu humalalla tulee täyteläisempää ja se saa tietyn sitruksenomaisen luonteen, joka muistuttaa hieman IPA-olutta.

Seuraa käsityösiiderin tarinaa facebookissa [com/ektabryggeri.fi](https://www.facebook.com/ektabryggeri.fi).



*Olika äpplen ger olika
smak på cidern*

*Eri omenalajikkeista eri
makuisia siidereitä*

Since 2016 the Ekta brewery in Ekenäs has been pressing local apples using dry French cider as its inspiration. Consumers have opened their eyes to the possibilities presented by artisanal cider, says Jonas Salminen. Using different apples gives different tastes to the brewery's line of ciders, as does the introduction of hops to the brewing process.



Plocka unga nässlor, förväll eller torka och använd i soppor, bröddeg eller pesto. Som torkat pulver ger de en extra energikick till smoothies och på morgongröten. I takt med att vilda grönsaker uppskattas allt mer har nässlan de senaste åren dykt upp i både hudvårdsprodukter, te och nu också long drink.

Poimi nuoria nokkosia, ryöppää tai kuivaa ja käytä soppiin, leipätaikinaan tai pestoon. Kuivattu nokkosjauhe antaa lisää energiapotkua smoothieille ja aamupuurolle. Villivihanneksia arvostetaan nykyään yhä enemmän, ja samaa vauhtia on myös nokkonen viime vuosina yleistyntynyt ihonhoitotuotteissa, teessä ja nyt myös lonkerossa.

Vilda örter i glasen

Ägräs distillery i Fiskars körde igång verksamheten med hjälp av crowdfunding. I dag är stora kopparkärl för destillering installerade i den gamla knivfabriken i Fiskars. I produktsortimentet finns gin och akvavit smaksatta med inhemska vilda örter och växter. I anslutning till bränneriet finns baren Tap Room, där gästerna kan njuta av drinkar spetsade med vilda örter. På dryckeslistan finns också det lokala bryggeriet Fiskarsin Panimos ölsorter och cider från Kuura Cider, också verksamt på den gamla bruksorten.

Ny på drinklistan hos Ägräs våren 2018 är bland annat en long drink med smak av nässla. Precis som övriga Ägräs-produkter går den att inhandla i Alko.

– Nässellonkeron är inspirerad av en akvavitbaserad drink, som vi har serverat i Tap Room. Vi utvecklade den till världens första akvavitbaserade long drink. Det här är ett steg mot att ge akvavit ett bättre rykte och visa att den passar till mycket mer än bara snaps, berättar **Fred Karlsson** på Ägräs.

Följ Ägräs framfart på instagram @agrasdistillery eller på agrasdistillery.fi. Spana också in fiskarsinpanimo.fi och kuuracider.fi.



Foto Fred Karlsson

Villiyrttejä laseissa

Fiskarsissa toimiva tislaamo Ägräs distillery käynnisti toimintansa ryhmärahoituksen turvin. Suuret, viinapoltoon tarkoitettut kupariastiat asennettiin Fiskarsin vanhaan veitsitehtaaseen, ja nyt tuotevalikoimassa löytyy kotimaisilla villiyrtteillä ja kasveilla maustettua giniä ja akvaviittia. Tislaamon yhteydessä toimii myös baari Tap Room, jossa asiakkaat voivat maistella villiyrtteillä terästettyjä juomia. Juomalistalta löytyvät myös paikallisen Fiskarsin Panimon olutvalikoimat sekä Kuura Ciderin siiderit, jotka myös valmistetaan tällä vanhalla ruukkupaikkakunnalla.

Kevään 2018 uutuutena Ägräsin juomalistalla on muun muassa nokkosella maustettu lonkero. Sitä, kuten muitakin Ägräsin tuotteita, voi löytää myös Alkosta.

– Nokkoslonkeron innoittajana on akvaviittiin perustuva drinkki, jota olemme tarjoilleet Tap Roomissa. Kehittelimme siitä maailman ensimmäisen akvaviittipohjaisen long drinkin. Tällä askelella pyrimme parantamaan akvaviitin mainetta ja osoittamaan, että se sopii moneen muuhunkin kuin vain ruokaryppyksi, kertoo **Fred Karlsson** Ägräsistä.

Seuraa Ägräsin toimintaa instagramista @agrasdistillery tai osoitteesta agrasdistillery.fi. Katso myös osoitteet fiskarsinpanimo.fi ja kuuracider.fi

The Ägräs distillery in Fiskars is well-known for, among other things, its aquavit produced with wild herbs and spices. At the distillery's bar, the Tap Room, visitors can sample the delicately-flavoured drink. This year a nettle-flavoured long drink from Ägräs is also available in Alko stores.

Hållbart på tallriken

Grönsaker, vilt, fisk, örter, rotsaker, svamp, vilda grönsaker och mjöl. Det är få råvaror, kryddorna undantaget, på köksmästare **Nick Victorzons** meny på restaurang Calliola i Snapper-tuna som inte har sitt ursprung i Västnyland.

– Vi har ett fint utbud på råvaror här i regionen. Men man måste förstås arbeta lite för dem, de kommer inte till dörren. Det gäller att gå till torget, reko, ringa runt – då fixar sig det mesta. Lokal fisk är det svåraste att få tag på. Om vi inte skulle ha importerad fisk skulle det gapa tomt i fiskdiskarna och vi skulle alla få en insikt om hur mycket vi måste jobba för Östersjön.

Karriären på toppkrogar runt om i Europa har öppnat Nicks ögon för kockens möjlighet att påverka och vara föregångare när det gäller att visa vägen mot framtidens

hållbara matkonsumtion.

– Som kock har man ett ansvar, eller i alla fall en möjlighet, att vara en vägvisare mot mer hållbart tänk kring maten. Jag brukar jämföra restaurangkockarnas arbete med en modedesigners. Det är catwalken i Paris som visar kommande trender – på samma sätt ska kockar vara föregångare för mera hållbara och etiska mattrender.

Nick kallar sig själv lite av en grön aktivist, och rekommenderar alla som vill konsumera mat mera hållbart att vara redo att anstränga sig lite. Ring runt, besök lokala odlare, prata med jägare. Eller varför inte odla själv?

– Skulle vi alla testa på att odla egna morötter skulle vi få en större respekt för råvaran. Man slänger inte bort någonting man odlat själv.



Foto Igor Väisänen



Lähiruokaa lautaselle

Vihanneksia, riistaa, kalaa, yrttejä, juureksia, sieniä, villejä vihanneksia, jauhoja. Kun keittiömestari **Nick Victorzon** suunnittelee snappertunalaisen ravintola Calliolan menun, ovat lähes kaikki raaka-aineet mausteita lukuunottamatta peräisin läntiseltä Uudeltamaalta.

– Tällä seudulla meillä on tarjolla hienoja raaka-aineita, mutta ne eivät tule ovelle, niiden eteen täytyy nähdä hieman vaivaa. On mentävä torille, Rekoon, soitettava ympäriinsä – ja niin suurin osa järjestyy. Vaikeinta on löytää paikallista kalaa. Jos meillä ei olisi tuontikalaa, ammottaisivat kalatiskit tyhjinä, ja me kaikki käsittäisimme, kuinka paljon Itämeren hyvinvoinnin eteen on tehtävä töitä.

Ura Euroopan huippuravintoloissa on avannut Nickin silmät ja auttanut ymmärtämään, millaiset mahdollisuudet ammattikokeilla on vaikuttaa ja olla edelläkävijöinä ohjaamassa kuluttajia kohti tulevaisuuden kestävää ruokakulutusta.

– Meillä kokeilla on vastuu, tai ainakin mahdollisuus, olla tiennäyttäjänä kun pyritään kohti kestävämpää ruokakulttuuria. Minulla on tapana verrata ravintolakokkien työtä muotisuunnittelijoiden työhön. Pariisin catwalkeilla viitoitetaan tulevaisuuden muotitrendit – ja samalla tavoin kokkien tulee olla edelläkävijöitä kestävämmille ja eettisemmille ruokarendeille.

Nick luonnehtii itseään hieman vihertäväksi aktivistiksi ja muistuttaa, että kaikkien niiden, jotka haluavat kuluttaa ruokaa kestävämmällä tavalla, tulisi olla valmiita näkemään hieman vaivaa. Tartu puheliimeen, käy paikallisten viljelijöiden luona, juttele metsästäjien kanssa. Tai miksipä et kasvattaisi itse?

– Jos kaikki kokeilisimme viljellä omat porkkanamme, alkaisimme kunnioittaa raaka-aineita enemmän. Itse viljeltyä ei niin vain heitetä menemään.



Foto Igor Väisänen

“We have an excellent selection of local produce in this region,” says Nick Victorzon, head chef at the Calliola restaurant in Snappertuna. Nick is particularly aware of the responsibility of chefs and restaurateurs to encourage a sustainable attitude to the food we eat. **“Like fashion shows that demonstrate upcoming trends, the chef is responsible for developing sustainable and ethical food trends,”** he says.

Boken "Smaka på Västnyland" ges ut 2019



Foto Emilia Nyberg

Smaka på Västnyland, Slow Food Västnylands bok om regionens matkultur, utkommer 2019.

Det rikt illustrerade och eleganta bildverket ska lyfta fram duktiga producenter som vågat satsa. Ekobonden **Anna Alm** från Mörby gård ett självskrivet blad, i synnerhet som hon nu också köpt upp anrika Svartå kvarn. En annan mångsidig entreprenör och mathantverkare som presenteras är **Pelle Friman**, som i Tenala satsar på både ostproduktion och ölbryggeri.

Det blir en matkulturell odysseé med nedslag på bondgårdar och handelsträdgårdar, torg och matmarknader, mejerier och bagerier. Jakt och fiske ska också presenteras i ord och bild. I den historiska biten lyfts bland annat Fagervik och potatisen fram,

liksom Stäubers mejerier i Tenala och Mannerheims insats som krögare i Hangö.

Bokprojektet, som understöds av flera finlandssvenska fonder och stiftelser, planeras vara slutfört 2019 då boken ges ut lagom till turistsäsongen. Som projektledare fungerar föreningens kommunikatör **Bitte Westerlund**, som i tiderna var förlagsredaktör för bästsäljaren *Finlandssvenska matboken*. Medverkande i projektet är även historikern **Matias Kaihovirta** samt matskribenterna **Anna Paljakka** och **Daniela Andersson**.



Bitte Westerlund är redaktör för bildverket Smaka på Västnyland som ska föra fram regionens rika matkultur.

Smaka på Västnyland-kirja 2019

Smaka på Västnyland, Slow Food Västnylandin kirja alueen ruokakulttuurista ilmestyy 2019. Runsaasti kuvitettu ja tyylikäs kuvateos nostaa esiin aikaansaavia tuottajia, jotka ovat uskaltaneet panostaa toimintaansa. Luomuviljelijä **Anna Alm** Mörbyn tilalta on itseoikeutetusti mukana, semminkin kun hän on ostanut nyt myös perinteikkään Mustion myllyn. Toinen monipuolinen yrittäjä ja ruokakäsityöläinen, joka kirjassa esitellään, on Tenholassa sekä juustontuotantoon että oluenpanoon satsaava **Pelle Friman**. Kirjasta muodostuu ruokakulttuuriin keskittyvä seikkailuretki, jonka varrella pysähdytään maatiloilla ja kauppapuutarhoissa, toreilla ja ruokamarkkinoilla, meijereissä ja leipomoissa. Myös metsästys ja kalastus esitellään sanoin ja kuvin. Historiallinen osuus nostaa esiin muun muassa Fagervikin ja pe-

runan sekä Stäubersin meijerit Tenholassa ja Mannerheimin panoksen hankolaisena ravintoloitsijana.

Kirjaprojekti, jota ovat tukemassa monet suomenruotsalaiset rahastot ja säätiöt, valmistuu keväällä 2019 sopivasti turistsesongin alla. Projektin vetäjänä toimii yhdistyksen tiedottaja Bitte Westerlund, joka aikoinaan toimi myyntimenestykseksi nousseen Finlandssvenska matboken -kirjan kustannustoimittajana. Projektia toteuttamassa ovat myös historioitsija **Mattias Kaihovirta** sekä ruokatoimittajat **Anna Paljakka** ja **Daniela Andersson**.



Bitte Westerlund on Smaka på Västnyland -kuvateoksen toimittaja. Kirja tulee esittelemään seudun rikasta ruokakulttuuria.



Foto Emilia Nyberg

A new book, *Smaka på Västnyland* ('A Taste of Västnyland'), will be published in 2019. The richly-illustrated book contains pictures of local producers and their products, from farms and markets to bakers and hunters. Even some national heroes are included, as local food history includes Marshall Mannerheim's adventures as a restaurateur in Hanko. The editor, Bitte Westerlund, aims to provide a comprehensive summary of our region's rich food culture.

Annonser Ilmoituksia



Redo att fylla skafferiet och magen med lokala matprodukter? Här hittar du restauranger, bryggerier, caféer, gårdar och mätthantverkare.

Oletko valmis täyttämään ruokakomeron ja vatsan paikallisilla tuotteilla? Tästä löydät ravintolat, panimot, kahvilat, maaatilat ja ruokakäsityöläiset.



Ylämaankarjan pihvilihaa ja lihajalosteita Hangosta luonnonmukaisesti kasvatetusta karjasta!

Highland cattle biffkött och charkuterier från Hangö från ekologiskt uppfödd boskap!

Fileet, paistit, lihalajitelmat, omalla reseptilläimme valmistettu Havsgårdar-Bratwurst. Grillilihalle lisämakua mm. contrafilé makurasvan kera. Filéer, stekar, sammansättningar av olika produkter, Havsgårdar-Bratwurst tillverkad enligt vårt eget recept. Specialstyckat grillkött för optimerad smakupplevelse bl.a. contrafilé med smakfett.

Tilamyyntipiste / Gårdsbutik

Havsgårdar Oy Ab
Lövkullantie / Lövkullavägen 92
10900 Hanko Hangö
☎ 040 716 0981, 0400 387 490
hc@havsgardar.fi • www.havsgardar.fi
f havsgardar-hanko



www.havsgardar.fi

Välkommen!
Tervetuloa!

GREEN

ANKO

OUSE

**GRÖNSAKER
VIHANNEKSET**

Helene Flittner
Byvägen 2,
Tvärminne, Hangö
+358 40 963 0799



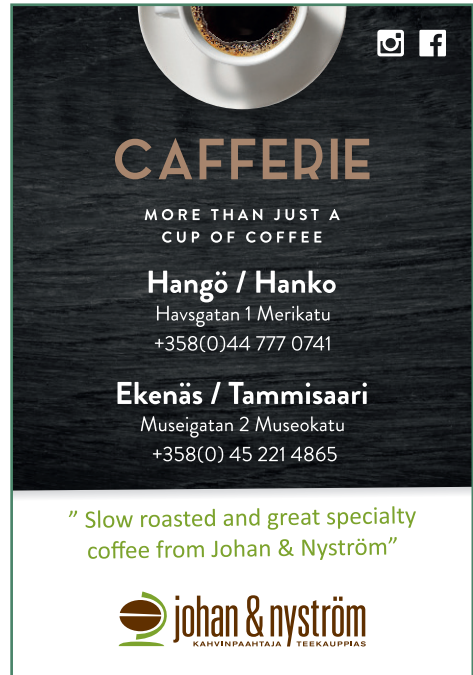
Ravintola • Restaurang
origo



Avoinna päivittäin vuoden ympäri klo 12-22. Herkullista hankolaista ä la Carte paikallisista raaka-aineista. Tule maistamaan Bovikin luomukaritsaa, paikallisten kalastajien kuhaa, tai tutustumaan mahtavaan saaristolaispöytäamme.

Meiltä myös kokous- ja juhlapalvelut.
Tervetuloa!

*Itäsatama, 10900 Hanko
019-2485 023 • Joanna & Jan*

*www.facebook.com/ravintolaorigo
www.restaurant-origo.com*




CAFFERIE

MORE THAN JUST A CUP OF COFFEE

Hangö / Hanko
Havsgatan 1 Merikatu
+358(0)44 777 0741

Ekenäs / Tammisaari
Museigatan 2 Museokatu
+358(0) 45 221 4865

" Slow roasted and great specialty coffee from Johan & Nyström "

 **johan & nyström**
KAHVINPAHTAJA | TEEKAUPPIAS

Welcome to the restaurant by the sea!

Lunch ♦ brunch ♦ à la carte


HOTEL
SeaFront

RESTAURANT
STRANDIS
EKENÄS - TAMMISAARI

Vitsippsgatan 2, Ekenäs. 010 318 3930
info@restaurantstrandis.fi ♦ www.hotelseafront.fi



STENKULLA GÅRD



Närproducerat

Ägg

Potatis

Grönsaker

Rotfrukter



Lars Forsstedt
040- 520 8098

Hemma hos
RASTACHEF
RESTAURANG - RAVINTOLA

Vegetarisk restaurang

Raseborgsvägen 8
10600 Ekenäs

Tel. 040 879 8818

Öppet - tisdag och torsdag
kl. 11-15

Även catering

Ekologisk produktion av biffkött



KILA GÅRD

Kilagårds väg 57, 10820 Lappvik
040 703 7969, 044 585 5157
info@kilabok.fi

Lampaan- ja kyytönliha kött av får och kyyttö



bovik LUOMUTILA
EKO GÅRD

Tilauksesta lampaan- ja kyytönlihaa.
Pitopalvelu ja yritystapahtumat.

Kött av får och kyyttö på beställning.
Catering och företagsevenemang.

Ülle & Sebastian Nurmi

Bovikintie 25, T:saari / Boviksvägen 25, Ekenäs
0500-207 778, 050-581 0721 • www.bovik.fi



Slottsknektens stuga Linnanvoudin tupa Närmat alla dagar!

Catering, lunch och fest ...

www.raseborgsslott.fi

Slottsknekten@raseborgsslott.fi

tel nr 0400882046

 Slottsknektens-Stuga-Linnanvoudin-Tupa

Matglädje i Ekenäs!

De moderna restaurangerna med det lilla extra.

Ruokailoa Tammisaarella!

Nykyaikaiset ravintolat lisämausteella.



Strandallén
Rantapuistikko
019-2411 169

www.knipan.fi • gh@restaurantgh.fi • www.restaurantgh.fi

GH Klubben

Bryggerigatan 13
Panimonkatu 13
019-2413 200



Calliola 



Länsi-Uudenmaan
parasta ruokaa!
Tilausravintola.



Artesanbageri
Artesaanileipomo
& Bistro

FM i Mathantverk
gulmedaljör 2016 & 2018

Artesaaniruuan SM kilpailun
kultamitalisti 2016 & 2018

Sommaröstranden 19, 10600 Ekenäs-Tammisaari
040-861 0274
info@sommarostrand.fi - www.sommarostrand.fi



Marmelader Marmeladeja

Också målade korgar och trävaror.
Myös koreja ja puutuotteita

TITTIS KORGAR

Åsgatan/Harjukatu 15 A, Ekenäs/Tammisaari
044 023 1047
christina.hardh@pp.inet.fi • www.tittiskorgar.fi

Wi-Box

BAKERY & KITCHEN

- Brödbutik
- Morgonmål & lunchbuffé
- Á la carte
- Närproducerade varor

ÖPPET	VARDAGAR	5.30 - 19.00
	LÖRDAGAR	8.00 - 19.00
	SÖNDAGAR	12.00 - 19.00

(019) 232 330 wiboxbageri.fi  Mekanikervägen 4 10600 Horsbäck



hultantila.fi
hultagard.fi

**SOITA JA TILAA!
RING OCH BESTÄLL!**

0400 742 515

Matti Kipinoinen
Perniöntie 610
10520 Tenhola /
Bjärnvägen 610
10520 Tenala

**PUHDASTA SUOMALAISTA PERUNAA.
SUORAAN TILALTA.**

Valikoimassa lajikkeita moneen eri käyttötarkoitukseen. Saatavilla alueen ruokakaupoista ja suoraan tuottajalta.

**REN FINLÄNSK POTATIS.
DIREKT FRÅN GÅRDEN.**

Flera olika sorter - för olika ändamål. Kan köpas i traktens matbutiker och direkt av odlaren.





RILAX
EKOKÖTT

BROMARF

Lyckligt biffkött direkt från gården, beställ din läda! Bekanta dig med oss på hemsidan.

Onnellista pihviliihaa suoraan tilalta, tilaa lihalaatikoksi! Tutustu toimintaamme kotisivuilla.



Mikael Aminoff
0400-872 235, mikael.aminoff@rilax.fi www.rilax.fi



Välkommen in i vår butik och smaka på våra egentillverkade ostar från Tenala mejeri. I vår välfyllda ostdisk hittar ni även den populära Tenalaosten samt många andra delikatesser. Vi har ett stort utbud tillbehör till ostbricken och många andra livsmedel.

I vår restaurang kan man njuta av hemlagad lunch, god och prisvärd a la carte, bakverk och kaffe.

Restaurangen har öppet **må-to. 6.00–17.00, fre. 6.00–21.00 och lör. 9.00 - 20.00.** Förlängda öppettider under sommaren.



Öppet: må-to kl: 8-17
fre kl: 8-18 lö kl: 9-16
Tel. 019-245 0100
SOCKENVÄGEN 19,
10520 TENALA



Nitlax Highland Cattle

Niittyliha Nitlaxista - Ängskött från Nitlax

**Direktförsäljning av ekologiskt nötkött.
Ekologinen naudanimalan suoramyynti.**

nitlaxhighlandcattle.fi

TALLBACKA TRÄDGÅRD

PUUTARHA * GARDEN

Vättlaxvägen 476, 10570 Bromarv

Direktförsäljning av TOMATER och andra grönsaker.

Självetjäningsbord 24/7 vid vägen (vår-höst)

*

TOMAATTIEN ja muiden vihannesten suoramyynti.

Itsepalvelupöytä tien varrella (kevät-syksyyn)

VÄLKOMMEN * Tervetuloa!



Tel; 040 8472950 , 040 5012264



tallbacka@tallbacka.fi

Direktförsäljning av lammkött*
Karitsanlihan suoramyynti*



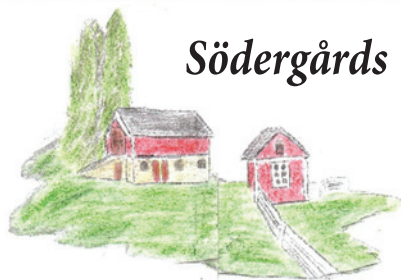
Björkåsa fårfarm

Förädlade köttprodukter samt andra fårprodukter, t.ex. skinn och garn m.m. på beställning året om.

Lihatuotteet ja muut lampaantuotteet tilauksesta.

Ingvälsbyvägen 245, 10520 Tenala
la Asén, 040-584 1815

*på beställning / tilauksesta



Södergårds

Vi har olika mjöl och gryn från gården, samt inläggningar och hemkärnat smör.

Mönäsudden 58, Tenala

post@sodergards.fi

tel. 050 309 9563

Vi finns på Facebook under namnet Södergård

Säsongens växthus- och frilandsgronsaker från Tenala

Kauden kasvihuone- ja avomaavihannekset Tenholasta

Försäljning på Tenala sommartorg lö 8–12.

Säljer även på reko i ekenäs och karis.

Vi levererar även större partier.

Myynti Tenholan kesätorilla la 8–12.

Toimitamme myös suurempia eritä sopimuksen mukaan.



Koskivägen 885 B, 25560 Koskis as
040 763 4349, 040 510 1441
holmqviststradgard@gmail.com



Delitukku

Pohjantie 8, 10420

Pohjankuru

Puh/Tel 045-6345851

Avoinna/Öppet

Ma-La 9-18 Su 12-18



FISKARS
VILLAGE

Foodie's Paradise

- 3 restaurants
- 6 cafés
- 3 craft beverage producers
- 4 food events

#eatslowdrinklocal
www.fiskarsvillage.fi



Fiskarsin artesaanijuomatuottajat

Tervetuloa tutustumaan Fiskarsin artesaanijuomatuottajiin joko yhteiskierroksella tai erikseen. Kuura Cider, Fiskarsin Panimo ja Ägräs Distillery loivat paikallisia raaka-aineista aitoa siideriä, käsityöläisluuita ja craftginiä ja -akvaviittia.

Yhteiskierroksia voi tiedustella taproom@agrasdistillery.com

Kuura Cider

Kuura Cider tekee aitoa siideriä lähellä kasvaneista omenoista. Tuotevalikoima sisältää hyvin eriluonteisia siidereitä villihiivoilla käyneestä realciderista, sampaanjaminetelmällä tehdyn kuohusiiderin kautta pakkausten puraisemaan herkulliseen jääsiideriin. Tuotannon yhteydessä olevasta siideripuodista Kuura Shopista saat ostettua kaikki omat tuotteemme, huippuluokan aitoja siidereitä Suomesta ja maailmalta, sekä paikallisia herkkuja. Kesäisin voit myös nauttia terassillamme raikasta siideriä. Kauppa ja terassi auki kesäisin joka päivä klo 11-17.

Yhteystiedot/

Kontakt:

Kuura Cider (Shop & Terrace)
Kuparivasarantie 7
Kopparhammarvägen 7
10470 Fiskars
info@kuuracider.fi
www.kuuracider.fi

Ägräs Distillery

Ägräs Distilleryn tislamoobaari Tap Room on sisustukseltaan paikallisten puuseppien kädenjälkeä. Baarista saa tislamon tuotteista loihdittuja villiyrtycocktailleja ja panimon ja siiderimönet tuotteita. Sisällä voi ihastella tislamon toimintaa suurista ikkunoista tai nauttia kesästä terassilla Fiskarsin joen varressa. Avoinna juhannuksesta eteenpäin joka päivä aina Elokuun puoliväliin asti.

Yhteystiedot/

Kontakt:

Ägräs Distillery
Peltorivi 7
Åkerraden 7
10470 Fiskars
taproom@agrasdistillery.com
www.agrasdistillery.com

Fiskarsin Panimo

Fiskarsin Panimo keskittyy panemaan ja kehittämään hyviä, tasapainoisia ja juotavia oluita oikeista luonnon raaka-aineista. Fiskarsin Panimon puodista käsityöläisolut ja oheistuotteet suoraan tuottajalta! Olemme auki kesällä joka päivä 11:00-17:00.

Yhteystiedot/

Kontakt:

Fiskarsin Panimo & Puoti
Peltorivi 7
Åkerraden 7
10470 Fiskars
info@fiskarsinpanimo.fi
www.fiskarsinpanimo.fi



ÄGRÄS DISTILLERY





BACKERS

· VÄSTNYLAND 1694 ·

Bageributik & kafé • Leipomomyymälä & kahvila
Bakery shop & café

Må-fre/Ma-pe/Mon-Fri: 8–17, Lö/La/Sat 9–15



Backers bröd finns också i regionens butiker
Backersin leipää löytyy myös seudun kaupoista
You can also find Backers bread in the region's shops

Borgbyvägen 2, 10440 Bollstad • www.backers.fi • ☎ 019 2461 658

facebook.com/slowfoodvastnyland



THE PLACE TO MEAT

www.kottkontrollen.com

019 23 3700

Serendipity
art café & pub

FOOD, DRINKS & LIVE MUSIC

FOLLOW US ON FACEBOOK OR INSTAGRAM FOR MORE INFO

KÖPMANGATAN 30 / 10300 KARIS / INFO@SERENDIPITY.FI

@slowfoodvastnyland

Grönsaker & potatis Vihannekset & perunat



RONNY AVELLAN

Deltar i marknaderna
Osallistuu markkinoihin
0400 435283



Lähiuokaa
vuodenaikojen mukaan.

Lokal mat enligt årstiden.

RESTAURANT
Kuparipaja

Kuparivasarantie 5, 10470 FISKARS
puh/tel +358 (0)19 237 045
kuparipaja@kuparipaja.fi
www.kuparipaja.fi


ÄMINNE GÅRD
POJOVIKENS VITA PÄRLA
POHJANLAHDEN VALKOINEN HELMI

RESTAURANT
ÄMINNEGÅRD

NÄRMAT I HERRGÅRDSMILJÖ
LÄHIRUOKAA KARTANOMILJÖÖSSÄ

Följ oss på facebook | Seuraa facebookissa

[facebook.com/aminnegard](https://www.facebook.com/aminnegard)



Varaukset | Reservationer
ravintola@nordcenter.com | 045 612 0291

www.nordcenter.com



Dönsby Bed and Breakfast

Dönsbyvägen 133 Karis
B&B, sommarcafé, festplats
www.donsby.fi • 050 537 9584
nora.garusi@gmail.com

*Idylliskt Bed & Breakfast på
Raseborgs landsbygd. Här serveras
en närproducerad frukost.*

MUSTION LINNA

HOTEL RESTAURANT



★★★★

SVARTÅ SLOTT

CONFERENCE MUSEUM



AWARD WINNING FOOD IN A UNIQUE SURROUNDING



TABLE RESERVATIONS
+358-19-36231 INFO@MUSTIONLINNA.FI
WWW.MUSTIONLINNA.FI



Ekologiskt biffkött från Nyby Gård.
För djurens välbefinnande och öppna landskap.



Nyby Gård
www.nyby.fi • © 040 587 8602

**Det finns bara goda skäl
att välja mat från Finland**

#väljmatfrånfinland
slc.fi/väljmatfrånfinland

Siuntion Mehiläistarhat Oy
Sjundeå Bigårdar Ab

Hunajaa
Honung

facebook.com/mehilaistarhat

Ratatie / Banvägen 8, 02580 Siuntio / Sjundeå © 045 1116257
mehilaistarhat@kolumbus.fi • www.kolumbus.fi/mehilaistarhat

BÅLABY GÅRD

Din närodlare
Sinun lähituottaja



LINDSTRÖM K&B

Bålabyvägen 115, Svartå
0400 463 806

Fagervik café

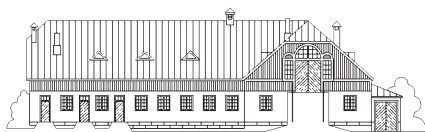
Sommarcaféet med hembakta kakor.
Kesäkahvila itseleivottuilla herkuilla.



Fagerviksvägen/tie 1135, Ingå
cafe.fagervik@gmail.com

Lammkött från Ingå Karitsanlihaa Inkoosta

Tervetuloa ostoksille!
Hämta själv eller beställ!



Hinders gård

Ingarskilantie 144, Tähtelä
040 502 0162
leena.ingberg@hindersgard.fi
www.hindersgard.fi



Tervetuloa
Välkommen!



N 59° 58,6' E 23° 52,8'

Barösund
ravintola-scola.fi
040 531 1390

Westerby Gård

1618-2018

Westerby Gård is celebrating 400 years close to nature!



www.westerby.fi

**Kvalitet och äkta närmat
Laatua ja aitoa lähiruokaa**



Viltkött och kräftor
Riistanlihaa ja rapuja

Suomiriista



Viltgården

045 616 5562 • www.viltgarden.com



AITOJA MAKUJA - luonnollinen ja voimakas!
Olemme keskittyneet luonnollisiin suomalaisiin makuihin, joista mielestämme syntyy yliveritaisen maukasta ja herkullista jäätelöä.
Laktoositon ja ilman lisäaineita.

ÄKTA SMAKER - naturlig och riklig!
Vi fokuserar på naturliga finländska smaker, som vi tycker ger en utsökt god och läcker glass. Laktosfri och utan tillsattningsämnen.



Ab SE-Action Oy

info@seaction.com
09-2564040
www.sjundbyn.fi

**Pienleipomo
Hembageri**



**Närbakat med spelt och surdeg
Lähileivottua spelttijauhon ja
taikinajuuren voimalla**

Försäljning på marknader och REKO i västra Nyland.
Myyntiä markkinoilla ja REKOissa läntisellä Uudellamaalla.

Västra Kungsvägen 220, Sjundeå • 050 320 94 68
info@bakgarden.fi • www.bakgarden.fi



Four
Seasons
Fish

Siuntion kalasavustamo



Rannikkotie 62 a, 02580 Siuntio
www.fsfish.fi • puh. 010 440 6434



Våga fråga!

Varifrån kommer maten?

Hur är maten odlad?

Hur är råvaran tillredd?

*Slow Food Västnyland uppmuntrar alla
konsumenter att våga fråga.*

Ole alkuperätietoinen!

Mistä ruoka tulee?

Miten ruoka on kasvatettu?

**Miten raakaruoka on
valmistettu?**

*Slow Food Västnyland kannustaa kaikkia
kuluttajia uskaltamaan kysyä.*



Slow Food® Västnyland

Västnylands närmatsguide 2018-2019
Läntisen Uudenmaan lähiruokaopas 2018-2019

Utgivare / Julkaisija: Slow Food Västnyland
Kontakt / Yhteys: styrelsen@slowfoodvastnyland.org,
slowfoodvastnyland.org

Redaktör/fotograf / Toimittaja/valokuvaaja:
Karin Lindroos

Bildbehandlare/fotograf / Kuvankäsittelijä/
valokuvaaja: Astrid Lindroos

Form / Taitto: Magnus Lindström

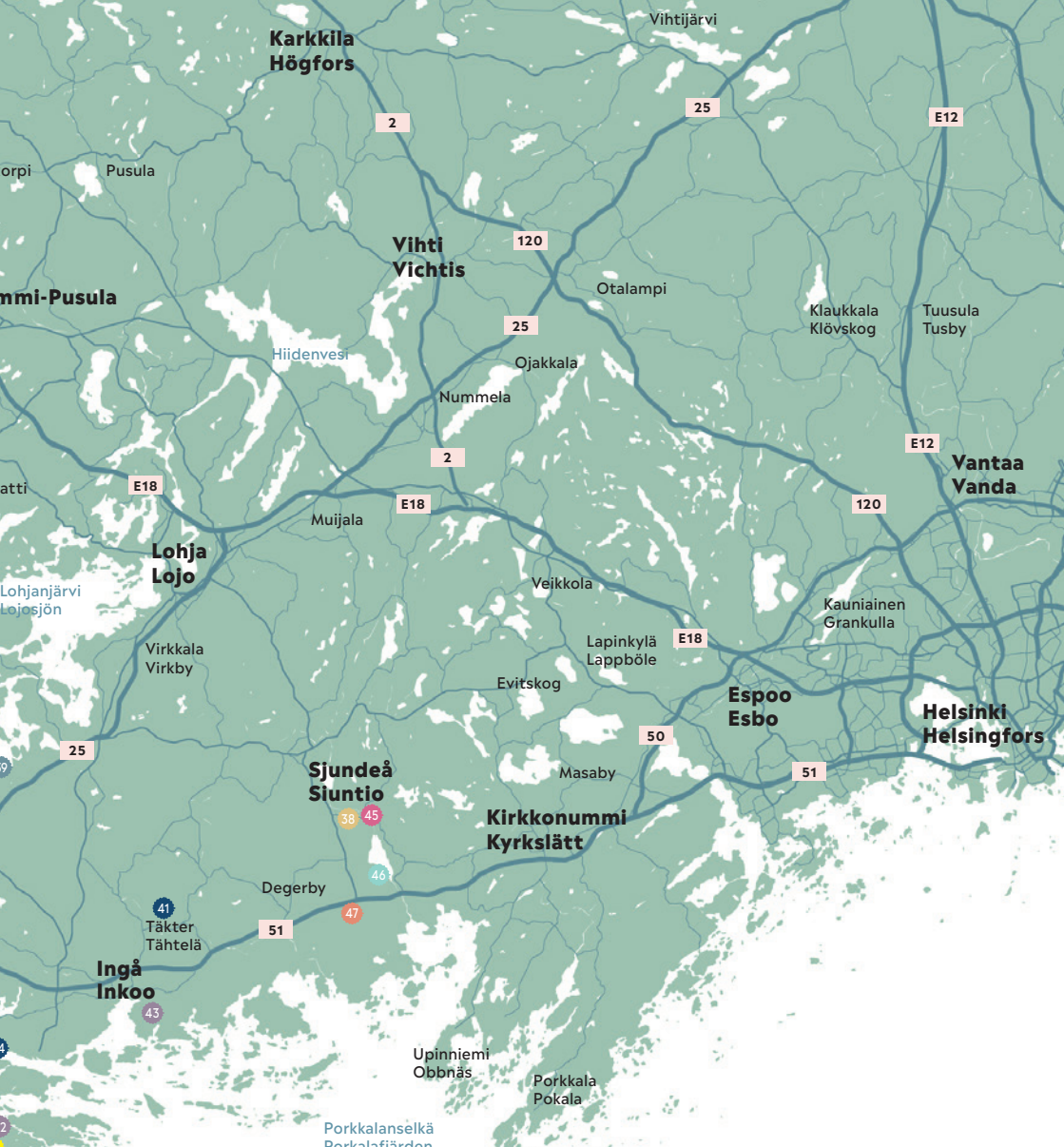
Översättning / Käännös: Ilkka Pitkänen, Nick Barlow

Tryck / Paino: WhyPrint

- 1 Havsgårdar 
- 2 Helene Flittner 
- 3 Origo
- 4 Cafferiet
- 5 Restaurant Strandis
- 6 Stenkulla gård 
- 7 Rastachef
- 8 Kila Gård 
- 9 Bovik 
- 10 Slottsknektens stuga
- 11 GH / Knipan
- 12 Calliola
- 13 Lilla Skärgårdsbageriet 
- 14 Tittis korgar 
- 15 Wi-Box 
- 16 Hulta Gård 
- 17 Rilax Gård 
- 18 Tenala diversehandel
- 19 Nitlax Highland Cattle 
- 20 Tallbacka trädgård 
- 21 Björkåsa fårfarm 
- 22 Södergårds 
- 23 Holmqvist trädgård 
- 24 Delitukku 
- 25 Fiskars Village
- 26 Fiskars bryggeri 
- 27 Ägräs 
- 28 Kuura 
- 29 Backers 
- 30 Köttkontrollen
- 31 Serendipity
- 32 Ronny Avellan 
- 33 Kuparipaja
- 34 Åminne gård
- 35 Dönsby B&B
- 36 Svartå Slott
- 37 Nyby gård 
- 38 Siuntion Mehiläistarhat 
- 39 Bålaby gård 
- 40 Fagervik Café
- 41 Hinders gård 
- 42 Scola
- 43 Westerby Gård
- 44 Viltgården 
- 45 Sjundby glass 
- 46 Baggården 
- 47 Four Seasons Fish 

	Direktförsäljning Suoramyynti		Viltkött Riistaliha		Grönsaker Vihannekset
	Ekologisk produktion Luomutuotanto		Fiskprodukter Kalatuotteet		Spannmål Viljatuotteet
	Torgförsäljning Torimyynti		Får Lammas		Potatis Peruna
	Säsongsverksamhet Kausitoiminta		Nöt Nauta		Öl Olut
	Bageriprodukter Leipomotuotteet		Ägg Kanamuna		Glass Jäätelö





- Kött & mjölk
Liha & maito
- Fisk
Kala
- Bryggeri
Panimo
- Glass
Jäätelö
- Sommartorg
Kesätori
- Café, restaurang & catering
Kahvilat, ravintolat & pitopalvelut
- Honung
Hunaja
- Bageri & spannmål
Leipomo & viljat
- Grönsaker & potatis
Vihannekset & perunat
- Butik
Kaupat
- Torg året runt
Ympärivuotinen tori



Raasepori – lähiruokaa ja paljon muuta Raseborg – närproducerat och mycket mer

Lähiruokaparatiisi Raasepori, johon kuuluu Tammisaari, Karjaa ja Pohja, on kuin karkkikauppa elämännautiskelijoille. Osta paikallisia herkuja markkinoilla, toreilla tai tilakaupoissa ja yhdistä muihin helmiimme!

- Värikäs kulttuuritarjonta, kivoja museota ja tapahtumia
- Satumainen saaristo, monipuolisia aktiviteetteja luonnossa ja kulttuuri- maisemissa.
- Fiskarsin ja Billnäsin ruukit sekä komeat Mustion ja Raaseporin linnat.

Lue lisää: visitrasepori.com sekä tapahtumat.raasepori.fi

Närmatssparadisiet Raseborg, som består av Ekenäs, Karis och Pojo, är som en godsaffär för alla livsnjutare. Handla lokala godsaker på marknader, torg eller i gårdsbutiker och kombinera med våra andra pärlor!

- Ett färggrant kulturutbud, mysiga museer och fina evenemang
- En sagolik skärgård, friluftsmöjligheter i fantastisk natur och kulturlandskap
- Levande bruksmiljöer i Fiskars och Billnäs samt ståtliga Svartå och Raseborgs slott.

Läs mer: visitraseborg.com och evenemang.raseborg.fi



**RASEBORG
RAASEPORI**



Visit Raseborg

Raseborg-Raasepori