



GOURMETBLADET

ERBJUDANDEN FRÅN GOURMET FOOD

FEBRUARI 2026

ÄKTA HUSMAN!

Husmanskosten ligger oss alltid varmt om hjärtat. Kanske för att den är djupt rotad i Sveriges kulturhistoria – men också för att den helt enkelt är mättande, vällagad och god!



I TORE'S FOTSPÅR!

Den svenska husmanskosten har alltid varit mer än vardagsmat. Den är bärare av tradition, teknik och råvarukunskap – och få personer har haft större betydelse för dess status än Tore Wretman.

Med en självklar respekt för det enkla och genuina blev Tore Wretman en av de starkaste rösterna för det svenska köket under 1900-talet. Han var inte bara kock, utan också folkbildare. Genom sina kokböcker och TV-program visade han att husmanskost inte behövde vara tung eller föråldrad, utan kunde vara både elegant och samtida. Råvarorna stod i centrum, liksom hantverket bakom varje rätt.

Inspirationen hämtade han ofta från det franska köket, men grunden var alltid svensk. Han såg ingen motsättning mellan klassisk teknik och nordiska smaker – tvärtom blev mötet mellan dem en drivkraft.

Ett tydligt exempel är Toast Skagen. Med enkla ingredienser och balans i smaker skapade Wretman en rätt som fortfarande är lika självklar på menyer runt om i landet. Den visar hur influenser utifrån kan förädla, snarare än ersätta, det traditionella.

I dag befinner sig husmanskosten i en ny fas. Kockar från olika kulturer och nya råvaruflöden har öppnat för nya, kreativa tolkningar. Samtidigt finns en stark längtan efter det välbekanta – rätter som känns hemma, men som tillåts utvecklas.

Husmanskosten är långt ifrån färdigskriven. Den utvecklas varje dag, både i professionella kök och hemma vid spisen.



CHEF'S TABLE!

Gourmetbladet har tagit sig till Gamla Enskedes matbod för att få en pratstund med köksmästare Richard Mannerstråle.

Läs mer på sidan 9 där vi får ta del av både krogens, och Richards resa. Från pandemi och restriktioner till blomstrande publikfavorit!



TIPS TILL VALENTINE'S!

Planera för Alla Hjärtans Dag och boka din caviar redan idag!

Antonius Caviar 5-star Baeri och 6-star Oscieta, två extraordinära produkter som kommer i olika storlekar om 30, 50 och 125 gram styck. Större storlekar kan även göras på beställning.



Andreas och Daniel

TVÅ AV OSS - MED MATEN I CENTRUM!

Möt våra nyaste rekryteringar på säljsidan; Andreas Freij och Daniel Edström! Efter decennier i professionella kök tog de här killarna steget vidare i branschen. Från sena kvällar i köket till ett helhetsperspektiv på råvaror och logistik. Daniel och Andreas har bytt roll – men inte lämnat maten.

Daniel och Andreas började båda i köket som tonåringar. Disk, prepp och långa pass blev snabbt vardag – och grunden till långa karriärer i restaurangbranschen.

Daniel, 40, har arbetat i branschen sedan han var 14. Karriären tog sin början på Tyresö Slott och fortsatte efter studier på Stockholms hotell- och restaurangskola till fortsatt arbete och med tiden flera ledande roller. Han har varit verksam inom Choice-kedjan, Melanders, varit köksmästare på Ulla Winbladh och senast ansvarig för premium- och fine dining-yltor på Stockholm Live och Avicii Arena.

Andreas Freij, delar en liknande resa. Även han började tidigt i kök och utbildade sig på hotell- och restaurangskola. Han har haft köksmästarroller på bland annat Boquerian, Restaurang Himlen

och Restaurang Göteborg, samt arbetat inom Melanders- och F12-koncernen. Närmast kommer han från Södra teatern och The Hills.

För båda blev steget till Gourmet Food ett naturligt nästa kapitel. Efter många år av sena kvällar och högt tempo växte behovet av nya villkor – utan att lämna maten bakom sig.

"Man vill fortfarande vara en del av branschen, men kanske inte alltid stå i köket när alla andra är lediga", säger Daniel. I sina nya roller har de fått ett bredare perspektiv på råvaror och flöden. "Nu ser man hela maskineriet bakom leveranserna, från produktion till logistik och ekonomi", säger Andreas.

Med kockbakgrunden som grund fungerar de i dag lika mycket som

rådgivare som säljare – med råvarukunskap, köksförståelse och praktiska lösningar i fokus.

Privat lever matintresset vidare. Daniel genom restaurangbesök, konserter, sport och odling. Andreas lever familjeliv och gillar natur, odling och restaurangbesök. Ett steg åt sidan från köket – men fortfarande mitt i matens centrum!

Vi på Gourmet Food är så glada att Daniel och Andreas har börjat hos oss och hälsar dem hjärtligt välkomna!



LUNCHSPECIAL

Här är våra handplockade erbjudanden –
perfekta för lunchmenyn!

NÖTFÄRS EGEN PRODUKTION EU-råvara, ca 3,5 kg/st

Färsk PS0002 Sverige ca 20 kg/krt **125.00** kr/kg

BLANDFÄRS EGEN PRODUKTION EU-råvara, 70/30, ca 3,5 kg/st

Färsk PS0008 Sverige ca 20 kg/krt **103.00** kr/kg

VILDSVINSFÄRS EGEN PRODUKTION Ca 2,5 kg/st

Fryst PS0073 Sverige ca 17,5 kg/krt **79.90** kr/kg



WALLENBERGARE DAFGÅRD 145 g/st

Fryst 03680 EU 4 kg/krt **135.00** kr/kg



HÖGREV EU-råvara, vaccad, ca 4 kg/st

Färsk 03177 Tyskland ca 18kg/krt **147.00** kr/kg



FLÄSKHARE Benfri kotlett, utan strängar, ca 2,5 kg/st

Färsk 03293 Finland ca 18 kg/krt **69.00** kr/kg



KYCKLINGINNERFILÉ FLEVOGOLD 20% marinerad

Fryst 05082 EU 10 kg/krt **69.90** kr/kg



SPRÖDBAKAD FLUNDRAFILÉ FISKANO 120-160 g/st, Platichthys flesus

Fryst 02034 Holland 5 kg/krt **64.90** kr/kg

SPRÖDBAKAD RÖDSPÄTTAFILÉ FISKANO 120-160 g/st, Pleuronectes platessa

Fryst 02384 Holland 5 kg/krt **75.00** kr/kg



KÖTT



FLAP STEAK OCEAN BEEF

Angus, grain fed 120 dagar,
ca 2 kg/st

Färsk 03121 Nya Zeeland ca 12 kg/krt **299.00** kr/kg



RYGGBIFF OCEAN BEEF

Angus, grain fed 120 dagar,
ca 3,2 kg/st

Färsk 03119 Nya Zeeland ca 15 kg/krt **369.00** kr/kg



FLÄSKKIND, SECRETO IBERICO

Frys 02834 Spanien ca 5,4 kg/krt **165.00** kr/kg



RYGGBIFF GRASS ROOT

Grass fed, ca 4,5 kg/st

Färsk 05550 Uruguay ca 13 kg/krt **259.00** kr/kg

INNANLÅR GRASS ROOT

Grass fed, ca 4 kg/st

Färsk 05554 Uruguay ca 13 kg/krt **155.00** kr/kg

HÖGREV GRASS ROOT

Grass fed, ca 5 kg/st

Färsk 05555 Uruguay ca 15 kg/krt **149.00** kr/kg



LAMMROSTBIFF MAIMOA

Utan kappa, ca 600 g/st

Färsk 03320 Nya Zeeland ca 11 kg/krt **199.00** kr/kg



KAMBEN, IBERICO

Layer pack

Frys 02811 Spanien ca 8 kg/krt **89.00** kr/kg



SECRETO

Ca 2,5 kg/st

Frys 06501 Sverige ca 10 kg/krt **119.00** kr/kg

PLUMA

Ca 2,5 kg/st

Frys 06500 Sverige ca 10 kg/krt **115.00** kr/kg

FÅGEL

KYCKLINGLÅRFILE FLEVOGOLD

98% skinnfri, 2 kg/st

Fryst 05217 Polen 10 kg/krt **59.90** kr/kg

KYCKLINGVINGAR HOTWINGS FLEVOGOLD

Grillade, 2 kg/st

Fryst 05108 Polen 10 kg/krt **59.90** kr/kg

ANKBRÖST FLEVOGOLD

Råa, med skinn, 300 g/st, 2 st/pkt

Fryst 05156 Polen 12 kg/krt **109.00** kr/kg

FÅGELSKROV FLEVOGOLD

Av kycklingkött

Fryst 05125 Polen 10 kg/krt **19.90** kr/kg



YAKITORI JORDNÖT

1 kg/st

Fryst 11056 Thailand 6 kg/krt **135.00** kr/kg



KYCKLINGFÄRS KRONFÅGEL

Gårdsmärkt, 2 kg/st

Fryst 05044 Sverige 4 kg/krt **85.00** kr/kg



KYCKLINGBRÖST

Med skinn, 2,5 kg/st

Färsk 04813 Lettland 10 kg/krt **85.00** kr/kg



KYCKLINGBRÖST

Handstrimlad bröstfilé, stekt, 10-12 mm, 2,5 kg/st

Fryst 05097 Thailand 10 kg/krt **85.00** kr/kg

KYCKLINGBRÖST

Stekt och skivat, 5 mm, 2,5 kg/st

Fryst 05179 Kina 10 kg/krt **64.90** kr/kg

FISK & SKALDJUR



TONFISKLOINS

Linfångad, 2,5-5 kg/st,
Thunnus albacares

Fryst 02521 Vietnam 25 kg/krt **155.00** kr/kg



VONGOLEMUSSLOR

Kokta, ASC-certifierad, 1 kg/st,
Meretrix lyrata

Fryst 01938 Vietnam 10 kg/krt **45.00** kr/kg

RÖDRÄKA

13/15, skalade, ca 1 kg/st,
Pleoticus muelleri

Fryst 01077 Argentina 10 kg/krt **159.00** kr/kg

RÖDRÄKA

10/20, med huvud, ca 2 kg/st,
Pleoticus muelleri

Fryst 01070 Argentina 12 kg/krt **119.00** kr/kg



RÖDFISKFILÉ

FISKANO

MSC-certifierad,
140-180 g/st, Sebastes alutus

Fryst 02468 Kina 5 kg/krt **72.90** kr/kg



SJÖFRYST KAPKUMMELFILÉ

FISKANO

Skinnfri, MSC-certifierad,
ca 130-220 g/st, Merluccius capensis

Fryst 02318 Sydafrika 14 kg/krt **109.00** kr/kg



RÖDINGFILÉ

160-230 g/st,
Salvelinus alpinus

Färsk 02277 Sverige 5 kg/krt **279.00** kr/kg



STRÖMMINGSFILÉ

Clupea harengus

Färsk 02330 Sverige 5 kg/krt **62.00** kr/kg



BLÅMUSSLOR

I nät, 1 kg/st, Mytilus edulis

Färsk 01931 Danmark 15 kg/krt **47.00** kr/kg

CHARK

JAMÓN SERRANO

Skivad, 500 g/st

Färsk
03632

Spanien
2 kg/krt

236.00 kr/kg



SALAMI MILANO

Ca 3 kg/st

Färsk
03563

Italien
15 kg/krt

98.00 kr/kg



PROSCIUTTO CRUDO

Hel, lagrad i 9-10 månader,
ca 5,5 kg/st

Färsk
03524

Italien
ca 11 kg/krt

128.00 kr/kg



SALSICCIAFÄRS

Toscana classica, ca 1 kg/st

Färsk
07390

Italien
ca 3 kg/krt

108.00 kr/kg



SALAMI CHORIZO VELA PICANTE

Ca 1,9 kg/st

Färsk
03569

Spanien
ca 5 kg/krt

98.00 kr/kg



PANCETTA STESA DOLCE

Lufttorkad fläksida,
lagrad i 4 månader, ca 1,3 kg/st

Färsk
03527

Italien
ca 12 kg/krt

114.00 kr/kg



MORTADELLA

Med pistagenöt, ca 3 kg/st

Färsk
03571

Italien
ca 12 kg/krt

78.00 kr/kg



SALAME VENTRICINA

Grovmalen och kryddstark,
ca 2,4 kg/st

Färsk
03561

Italien
ca 11 kg/krt

108.00 kr/kg



SALAME FINOCCHIONA TOSCANA

Salami med fänkål, ca 2 kg/st

Färsk
07403

Italien
ca 4 kg/krt

169.00 kr/kg



SALAME SPIANATA PICCANTE

1 kg/st

Färsk
03576

Italien
15 kg/krt

108.00 kr/kg



"Gamla" matsalen



Richard, andra från höger, med sitt gäng

KVARTERETS PÄRLA!

Vi har besökt Gamla Enskede Matbod som med åren blivit en självklar mötesplats i området. Genom pandemi, renoveringar och målmedvetenhet har restaurangen vuxit snabbt – både i omsättning och ambition. Ett kök som vågar ta ut svängarna utan att tappa sina klassiker.

Gamla Enskede Matbod har funnits ända sedan 2009 och har byggts upp successivt genom åren. Sedan 2020 ägs den av Enskedebon Conny Ryk och hans fru Helena. I samma veva rekryterades driftschefen Jens Olsson, tidigare chef på Aubergine. Med stora investeringar och målmedvetet arbete har omsättningen på fem år ökat från runt nio miljoner till över 26 miljoner, vilket säger en del om utvecklingen.

Här träffar vi köksmästare Richard Mannerstråle som berättar om resan från första passet mitt under covid till fullsatta matsalar och populära event.

När kom du in i bilden, Richard?

"Jag började som kock våren 2020, mitt under pandemin. Jag jobbade inne i stan innan, men när pandemin slog till dog det ju helt – alla fick gå. Jag och min sambo hade det här lite som vårt stammissälle så jag gick helt enkelt in och frågade om de behövde hjälp i köket, och det gjorde de."

Hur var det att börja mitt under pandemin?

"Det låter konstigt, men vi gynnades faktiskt av pandemin. Folk rörde sig inte innanför tullarna utan höll sig i närområdet, och området här är väldigt köpstarkt.

Dippen kom när restriktionerna slog till på allvar, då gjorde vi om upplägget i köket, gick ner i personalstyrka och jag tog över ansvaret tillfälligt. När våren kom och allt började släppa behövde de någon som kunde ta köket på fast basis och på den vägen är det", berättar Richard.



Restaurangen har också vuxit fysiskt?

"Ja, från början fanns bara matsalen vi sitter i nu och köket var väldigt trångt. Baren och den andra matsalen var tidigare en tandläkarstudio. När nuvarande ägare kom in med kapital kunde vi göra stora renoveringar. Vi hade länge pratat om att starta julbord så när studion blev ledig tog vi chansen och har nu kört julbord i fyra år."

Hur skulle du beskriva köket och konceptet?

"Som en klassisk kvarterskrog med bistromat. Vi har några rätter som aldrig försvinner – toast skagen, entrecôte, fiskgryta och köttbullar. Tar vi bort dem blir det ramaskri. Men annars tar vi ut svängarna ganska rejält och gör det vi känner för".

Ni jobbar också mycket med event?

"Ja, vi har winemaker dinners en gång i månaden med vår sommelier Alexander Lundin från Tryffelsvinet. Vi har också haft köttaftnar tillsammans med Erik Berggren (*GF's utesäljare, reds anm.*), där vi sätter menyn ihop. Vi har kombinerat både vin- och köttaftnarna där Erik och Alexander har presenterat vin och råvaror öppet i matsalen, ofta för runt 40 gäster. Det har varit superuppskattat"

Kommer köttaftnarna tillbaka?

"Ja, vi pratade faktiskt om det senast i dag. Det blir troligtvis minst en till i vår så håll utkik i våra kanaler!"

Vad händer framåt?

"Vi fortsätter utvecklas. Festvåningen rymmer ca 70 gäster för privata middagar, julbordet har vuxit och sedan en tid tillbaka har vi även brunch att erbjuda", avslutar Richard.



OST & MEJERI



BRIETÅRTA PRESIDENT

Ca 3 kg/st

Frankrike
08400

ca 3 kg/krt

99.00

kr/kg



TALEGGIO D.O.P. GALBANI

Kittost av komjolk, ca 1.8 kg/st

Italien
08414

ca 3,6 kg/krt

139.00

kr/kg



GRÄDDE UHT LINDAHL'S

35%, 1 liter/st

Tyskland
08913

12 st/krt

57.00

kr/st



COMTÉ

Fransk hårdost från Jurabergen,
lagrad i 12 månader, 1 kg/st

Frankrike
08384

1 kg/st

297.00

kr/kg



GETOST CHÈVRE

1 kg/st

Frankrike
08411

1 st/krt

138.00

kr/kg



LE GRUYÈRE RESERVE

Lagrad i 12 månader, ca 1 kg/st

Schweiz
08434

ca 1 kg/st

306.00

kr/kg



FÄRSKOST

Naturell, 28%, 1,5 kg/st

Tyskland
08418

4 st/krt

107.00

kr/kg



GRATÄNGOST

28%, riven, 2 kg/st

Sverige
08479

3 st/krt

205.00

kr/st

PRÄSTOST

31%, skivad, 700 g/st

Sverige
08480

6 st/krt

104.00

kr/st

HERRGÅRDSOST

28%, skivad, 750 g/st

Sverige
08478

6 st/krt

99.00

kr/st



Baking a
better world
together



La Lorraine
BAKERY GROUP



**BAGUETTE
À LA ANCIENNE**
Stenugnsbakad, av surdeg,
180 g/st, 180 kr/krt

Fryst
08918

EU
20 st/krt

9.00 kr/st

CIABATTA
100 g/st, 285 kr/krt

Fryst
08861

EU
64 st/krt

4.45 kr/st



PANKO STRÖBRÖD
1 kg/st

Thailand
08019

10 st/krt

52.00 kr/st



LINGON
2,5 kg/pkt

Fryst
07145

EU
5 kg/krt

85.00 kr/kg



BROCCOLI

Små, lösfrysta broccolibuketter,
20-40 mm, 2,5 kg/pkt

Fryst
06013

Kina
5 kg/krt

39.00 kr/kg



GRILLADE ROTFRUKTER

Potatis, sötpotatis, palsternacka,
gul morot och lök, 1 kg/st

Fryst
06033

Belgien
5 kg/krt

54.90 kr/kg



BRYSSELKÅL
2,5 kg/pkt

Fryst
06019

EU
10 kg/krt

24.90 kr/kg



MANGOBITAR

2 x 2 cm, kan brytas,
2,5 kg/pkt

Fryst
07040

Vietnam
10 kg/krt

45.00 kr/kg

SMASHBURGER

EU-råvara, 85% nöt, 15% talg,
100 g/st

Fryst 14699 Sverige 50 st/krt **135.00** kr/kg

HAMBURGARE

Irländsk råvara, 150 g/st

Fryst 03599 Sverige 24 st/krt **119.00** kr/kg

HÖGREVSHAMBURGARE

EU-råvara, 70% högre, 30% bringa,
mjukpressad, 180 g/st

Fryst 03604 Sverige 24 st/krt **146.00** kr/kg



TORTELLONI

Med ricotta och spenat

Fryst 08137 Italien 3 kg/krt **81.00** kr/kg



TAGLIATELLE

Fryst 08120 Italien 1,5 kg/krt **76.00** kr/kg



TORTELLONI

Med svamp, förkokt

Fryst 08136 Italien 3 kg/krt **79.00** kr/kg



OLIVOLJA BARBERA EXTRA VERGINE

3 liter/st

Italien 08506 4 st/krt **499.00** kr/st



ACETO BALSAMICO DI MODENA

Lagrad på ekfat, 5 liter/st

Italien 07610 2 st/krt **156.00** kr/st

FÖLJ OSS PÅ INSTAGRAM



Gourmet Food AB
Box 134, 136 22 Haninge

Samtliga priser är exklusive moms och så långt
lagret räcker. **Dock längst tom 2026-02-28**

Vi förbehåller oss rätten att justera tryckfel och
priser som påverkas kraftigt av svängande världs-
marknadspriser och valutakursförändringar.

Telefon: Stockholm: 08-600 52 00
Göteborg: 031-762 65 00

Mail: order@gourmetfood.se

Hemsida: www.gourmetfood.se

Adress: Lagervägen 15, Jordbro