



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

FÖSTUDAGUR 20. janúar 2023

KYNNINGARBLAÐ



Kokteilar úr viskii eru vinsælir hjá körlum. **FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY**

Kokteilar sem karlar elska

elin@frettabladid.is

Það er sannarlega hægt að gleðja bónda sinn með góðum kokteil. Hvernig væri að bjóða upp á einn slíkan fyrir kvöldmatinn, hvort sem það verður þorramatur á boðstólum eða dýrindis nautasteik?

Samkvæmt sérfræðingum eru vinsælustu kokteilar fyrir karla brúnir eða glærir, alls ekki sætir og þurfa ekki endilega að hafa háa áfengisprösentu. Snoop Dogg mælir til dæmis með kokteil úr gini og greipaldin- og appelsínusafa.

Godfather-kokteill

Annar kokteill sem er afar vinsæll hjá herrum er Godfather. Hann var fundinn upp árið 1970 og nefndur eftir hinni vinsælu Óskarsverðlaunamynd, The Godfather. Það þarf aðeins tvö hráefni í þennan drykk, viskí og Amaretto-likjör. Oftast er notað Blended Scotch viskí en sumir kjósa frekar að nota single malt eða jafnvel bourbon. Amaretto er ítalskur likjör sem er gerður úr mörndlum. Hann er sætur en hentar vel í marga kokteila. Mörndlubragðið mýkir upp viskíð sem þó fær að skína í gegn. Yfirleitt eru hlutföllin jöfn af hvoru um sig. Hins vegar er leyfilegt að breyta hlutföllunum eftir smekk. Guðfaðirinn er borinn fram í hefðbundnu viskíglasi.

Old Fashion-kokteill þykir afar karlmannlegur, bourbon-viskí með smá sykuvatni, angostura bitter og appelsínusneið. ■



Árið 2023 verður viðburðaríkt hjá Sigu Beinteins. Fram undan eru skemmtileg þorrablót og Stjórnin heldur upp á 35 ára afmælið í lok september.

MYND/ÓLÖF ERLA EINARSDÓTTIR

Fólk er bara svo glatt

Sigga Beinteins hefur komið fram á mörgum þorrablótum undanfarin ár og finnst þau alltaf jafn skemmtileg. Hún segir þorrablótsgesti eiga það sameiginlegt að vera mættir til að skemmta sér og öðrum auk þess sem samsöngurinn skipi stóran sess. **2**

Alla daga
gegn kulda og sól



Apótek, Hagkaup og Fjarðarkaup
www.celsus.is



Stjórnin heldur upp á 35 ára afmælið í lok september. Sveitin kom meðal annars fram á Tónaflóði við Arnarhól á Menningarnótt árið 2019 við afar góðar undirtektir.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Starri Freyr Jónsson

starri@frettabladid.is

Þorinn hefst í dag, bóndadag, föstudaginn 20. janúar, en fyrstu stóru þorablótin voru haldin um síðustu helgi. Fram undan er fjöldi þorablóta um allt land en þau hafa að mestu leyti legið niðri undanfarin tvö ár vegna heimsfaraldursins.

Í dag eru þorablótin meðal stærri viðburða ársins enda mikið lagt upp úr vönduðum skemmti-kröftum og vinsælu tónlistarfólki í bland við þoramatinn og aðra rétti á hlaðborðinu.

Söngkonan Sigga Beinteins hefur komið fram á ófáum þorablótum undanfarin ár og segir alltaf jafn gaman að skemmta á þeim. „Mér finnst þorablótin vera mjög skemmtileg og það er frábært að halda í þessa gömlu hefð. Það sem að einkennir þau kannski helst umfram aðrar stærri skemmtanir er að gestirnir syngja mikið með. Því er miklu meiri samsöngur en gerist almennt til dæmis á árs-hátíðum og öðrum skemmtunum.“

Og hún finnur fyrir öðruvísi andrúmslofti kringum þorra-blótin. „Fólk er bara svo glatt og það er helsti munurinn sem ég finn á þorablótum og öðrum skemmtunum. Gestir mæta yfirleitt í rosalegu stuði og eru mættir til að skemmta sér og öðrum.“

Borðar lítinn þorramat sjálf

Þorablótin voru með öðru sniði þegar Sigga ólst upp. „Ef ég man rétt var ekki gert svona mikið úr þorranum þegar ég var litil. Ég man til dæmis ekki eftir því að mamma og pabbi hafi farið á þorablót og þau voru örugglega ekki svona stór í þá daga eins og þau eru núna. Á bóndadaginn gaf mamma pabba oft blóm og ég man að við borðuðum þá slátur, flat-kökur og harðfisk.“

Þótt henni finnst þorinn skemmtilegur tími borðar Sigga ekki mikinn þorramat sjálf. „Ég veit ekki hvort það kallist að borða þorramat þegar maður borðar bara slátrið, harðfiskinn og hangi-kjötið. Mér finnst súri maturinn ekki vera góður og ég borða ekki hákarlinn, lundabaggana né hrúts-pungana. Samt er ég nú skárri en margt af unga fólkinu sem borðar ekkert af þessu.“

Sjálf sækir hún að minnsta kosti eitt þorablót þegar hún mætir á Hrafnistu þar sem faðir hennar býr. „Þá ætla ég að sitja til borðs með honum og bróður mínum og hafa gaman. Þetta er alltaf ákveðin stemning finnst mér og fastur punktur í tilveru okkar. Ég mun að minnsta kosti fá mér lifrarpylsu, blóðmör og rófustöppu.“

Fólk er bara svo glatt og það er helsti munurinn sem ég finn á þorablótum og öðrum skemmtunum. Gestir mæta yfirleitt í rosalegu stuði og eru mættir til að skemmta sér og öðrum.

Sigga Beinteins

Stórafmæli hjá Stjórninni

Þorablóttímabilið lítur vel út hjá Siggu sem kemur fram á nokkrum blótum hér og þar á næstunni. Utan þess hefur nýtt ár byrjað vel þar sem hún er bókuð víða og því nóg að gera hjá henni. „Mér sýnist á öllu að árið 2023 verði frábært ár í spilamennskunni. Síðan á Stjórnin stórafmæli en bandið verður 35 ára í ár. Við erum að spila á fullu og ætlum okkur að halda stórtónleika í lok september í Háskólabíó af því tilefni. Undirbúningur fyrir þá er á byrjunarstigi og við erum ekki enn búin að ákveða hvernig þeir verða en eitt er víst, þeir verða skemmtilegir. Það get ég svo sannarlega sagt um þá á þessu stigi.“

Það eru ekki margar hljómsveitir sem ná svo háum aldri hér á landi. Hvernig skýrir Sigga vinsældir Stjórnarinnar? „Ég held að Stjórnin hafi lifað svona lengi meðal annars út af lögunum sem eru flest létt og skemmtileg. Textarnir eru líka frekar léttir og auðveldir og því er fólk almennt fljótt að læra þá.“

Ólíkar kynslóðir mæta

Hún segir meðlimi Stjórnarinnar líka hafa alla tíð lagt upp með að skemmta fólki og það segir líka sitt þegar kemur að háum lífaldri. „Það er líka frábært að sjá aldurs-bilið sem við erum að fá á tónleika hjá okkur. Ætli yngsti hópurinn sé ekki frá svona 17–18 ára og upp úr. Meðal þeirra sem sækja tónleika okkar er fólk sem var unglingar þegar það kom fyrst á sveita-böllin í kringum 1988–1990. Þetta sama fólk á núna börn og jafnvel barnabörn sem nú eru að koma á tónleikana okkar og elska þessi lög enda alist upp við þau frá því að þau fæddust.“

Eftirminnileg í skaupinu

Landsmenn sáu nýja hlið á Siggu



„Það var mikill heiður fyrir mig að vera beðin um að taka þátt í skaupinu og hrikalega gaman að fá að vera með,“ segir Sigga sem kom fram í einum skets.

MYND/ÓLÖF ERLA EINARSDÓTTIR



á gamlárskvöld þar sem henni brá fyrir í óborganlegu sketsi í áramótaskaupinu. „Það var mikill heiður fyrir mig að vera beðin um að taka þátt í skaupinu og hrikalega gaman að fá að vera með. Ég hef aldrei verið beðin áður svo mér fannst þetta mjög spennandi.“

Upptökurnar fóru fram í nóvem-

ber á síðasta ári og henni fannst erfitt að þurfa að þegja yfir því að hún kæmi fram í skaupinu. „Ég var allan daginn á tökustaðnum þó svo að senan mín væri mjög stutt. Þannig að biðtíminn var frekar langur en þannig er það bara þegar verið er að taka upp fyrir sjón-varp.“ ■

Þótt Sigga borði ekki súrmat þá finnst henni frábært að halda í þessa gömlu hefð. Sjálf fær hún sér helst lifrarpylsu, blóðmör og rófustöppu.

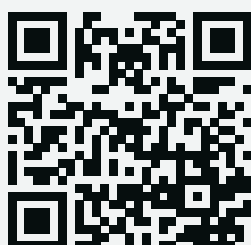
FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI

Allt fyrir þorrablótíð!

Girnilegur
og góður
þorrabakki
fyrir fjóra



Safnaðu
inneign og
fáðu betra
verð á
matvöru með
Samkaupa-
appinu



Tilboðin gilda meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl.
Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.

nettó

Snúðarnir gleðja á bóndadaginn

Eldhúsgyðjan og matar-bloggerinn María Gomez hefur ástríðu fyrir því að útbúa ljúffengar kræsingar við hvert tilefni fyrir sína og bóndadagurinn er þar ekki undantekning. María ætlar að færa bónda sínum glóð-volga og nýbakað snúða í tilefni dagsins og dekra við hann frá morgni til kvölds.

sjofn@frettabladid.is

María var spurð hvort hún gleðji bónda sinn á þessum degi. „Já, oftast, en það hefur þó komið fyrir að ég hef hreinlega gleymt bóndadeginum mér til háborinnar skammar. Það sem hefur gert minn mann glaðastan á bóndadaginn er þegar ég hef bakað handa honum ameríska kanil-snúða eða cinnabon sem eru í allra uppáhaldi. Uppskriftin að þessum snúðum er ein sú fyrsta sem kom inn á bloggið mitt og hefur verið afar vinsæl, þá sérstaklega í Covid þegar hálft landið bakaði þessa snúða,“ segir María og brosir.

Ertu búin að ákveða hvað þú ætlar að gera í tilefni dagsins fyrir bóndann?

„Já, þetta árið ætla ég að bjóða honum út að borða auk þess að baka snúðana svo krakkarnir geti

Það sem hefur gert minn mann glaðastan á bóndadaginn er þegar ég hef bakað handa honum ameríska kanil-snúða eða cinnabon sem eru í allra uppáhaldi.

líka glaðst á bóndadaginn en þau elska líka þessa snúða. Ég hugsaði ég bjóði honum á veitingastaðinn á Grand Hótel sem er dulin perla, en þar fæst allra besta nautalund með bearnaise sem við höfum fengið,“ segir María og er orðin spennt að njóta með sínum á bóndadaginn.

Cinnabon – amerískir kanilsnúðar með kremi
285 g mjólk (1 bolli)
125 g sykur (½ bolli)
1 bréf eða 11 g af þurrgeri eða 30 g pressuger en þá verða þeir enn mýkri og léttari (fæst í kæli)
2 egg
80 g olía (⅓ bolli)
730 g af hveiti (4½ bolli)
1 tsk. salt



María og eiginmaðurinn, Ragnar Már Reynisson, á góðri stundu. Hann á von á góðu dekri í dag. MYND/ADSEND



eyjabiti

ómissandi á þorranum





Snúðarnir sem eru í miklu uppáhaldi hjá Ragnari.

Fylling

220 g púðursykur (1 bolli)
2½ msk. kanill
80 g smjör (⅓ bolli)

Kremið ofan á

125 g rjómaostur (1 dl)
60 g mjúkt smjör (¼ bolli)
260 g flórsykur (1½ bolli)
½ tsk. vanilludropar eða vanillu-extrakt

Byrjið á að setja volga mjólk, sykur og ger saman í hrærivélarskál og hrærið létt saman með sleikju. Látið standa í um 5 mínútur og takið tímann. Setjið næst olíu og egg út í og hrærið saman með

sleikju þar til vel blandað saman. Bætið nú salti og hveiti út í og látið hnoðast með króknum á vélinni. Deigið er til þegar það er búið að hringa sig utan um krókinn. Breiðið næst stykki yfir deigið og látið hefast í 30–40 mínútur á volgum stað (má líka hefast lengur, alveg í nokkra tíma þess vegna). Ég lét það alltaf hefast yfir volgum miðstöðvarofni. Ef notað er pressuger er betra að leyfa því að hefast í um 1 klukkustund. Athugið að deigið hefast ekkert svakalega mikið og er frekar þungt í sér, svo ekki hafa áhyggjur af því. Ef pressuger er notað hefast það mun meira.

Á meðan deigið er að hefast útbý ég kremið og fyllinguna inn í snúðana.

Uppskriftin að þessum snúðum er ein sú fyrsta sem kom inn á bloggið mitt og hefur verið afar vinsæl, þá sérstaklega í Covid þegar hálft landið bakaði þessa snúða.

Fylling

Bræðið smjörið og blandið því svo saman við kanilinn og púður-sykurinn. Blandið vel saman.

Kremið ofan á

Ég hita smjörið ögn í örbylgjunni til að mýkja það, ekki bræða það alveg heldur bara að það verði vel mjúkt. Svo hræri ég saman smjörinu, rjómaostinum og vanilludropunum. Síðast set ég svo sykurinn út í og hræri vel saman þar til silki-mjúkt og kekkjalaust, líka ágætt að gera með handþeytaranum.

Næsta skref

Þegar deigið er búið að hefast er það flatt út í ferning. Ekki hafa hann of þunnan né stóran, best að hafa hann í þykkari kantinum, því þá verða snúðarnir meira djúsi. Setjið svo fyllinguna vel yfir allt deigið. Rúllið síðan deiginu upp í pulsu, og skerið í frekar þykka bita, um það bil 5 sentimetra. Raðið snúðunum í eldfast mót og hafið þínu bil á milli svo þeir nái allir að bakast í gegn, þeir munu líka stækka og verða alveg klesstir saman. Leyfið þeim að hefast undir stykki í svona 10 mínútur aftur ef vill, þarf samt ekki ef þið viljið sleppa því. Bakið svo á 180–190°C blæstri í 15 mínútur. Snúðarnir eiga að vera gullnbrúnir þegar þeir koma úr ofninum, frekar ljósir. Passið að baka ekki of mikið.

Setjið svo síðast rjómaostakremið á snúðana sjóðandi heita og berið fram heitt en það er langbest þannig. ■



Pétur og kjötstjórinn Halldór Jónsson, til vinstri, að raða kræsingunum í kjötborðið í Melabúðinni.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI

Öllu tjaldað til í Melabúðinni

Þorrinn er genginn í garð og í dag fagna landsmenn bóndadeginum í allri sinni dýrð. Það gera þeir meðal annars með því að úða í sig þorramat og í Melabúðinni í vesturbæ Reykjavíkur er öllu tjaldað til á þessum degi.

„Það er alltaf rifandi stemning í Melabúðinni. Við vorum byrjaðir í þorramatnum fyrir áramótin og þegar það er svona kalt í veðri finnst fólki mjög gott að fá þorramatinn. Undirbúningurinn hefur í sjálfu sér ekki verið langur. Við byrjuðum fljótlega í desember í jólatraffikinni að huga að þessu með magn og tegundir og passa upp á að gleyma engu. Svo rúllar þetta bara af vana,“ segir Pétur Alan Guðmundsson, annar eigenda Melabúðarinnar.

Melabúðin er rótgróin fjöl-skylduverslun. Guðmundur Júlíusson og Katrín Stella Briem tóku við rekstri Melabúðarinnar árið 1979 og í dag reka synir þeirra, þeir Pétur og Snorri, verslunina. Pétur segir verslunina vera fjöl-skyldufyrirtæki sem hafi frábært starfsfólk og yndislega viðskipta-vini, sem víta að þeir ganga að gæðunum vísun.

„Hjá okkur í Melabúðinni er aðalmálið að við nostrum aðeins við þorramatinn og svo getur fólk valið sér sjálft hvað það vill fá úr kjötborðinu. Viðskiptavinirnir eru ánægðir með að geta valið sjálfir eftir tegundum.“

Ekkert skritið á boðstólum
Spurður hvað sé til af þorramat í kjötborðinu segir Pétur: „Við erum með allan pakkann. Við erum með heit og köld svið, soðna lifrarpylsu og blóðmör, kalda og súra, súra hrútspunga, lundabagga, bringur, hákarl, hvalrengi, nýja og súra sviðasultu, magál, nýja og súra grísasultu, hangikjöt, rófustöppu, kartöflumús, sild, rúgbrauð, flatbrauð og bara allt þetta venjulega í þorramatnum. Það er ekkert skritið á boðstólum eins og sels-

hreifar eða annað slíkt. Það er liðin tíð,“ segir Pétur.

Hann segir að það henti fólki vel að geta valið sér þorramatinn úr kjötborðinu í stað þess að vera með tilbúna þorrabakka.

„Það eru til dæmis ekki allir sem vilja frá bringukolla og fólk getur bara tekið það sem það vill fá. Fólk er mjög hrifið af þessu,“ segir kaupmaðurinn á horninu en eitt af gildum Melabúðarinnar er að leggja áherslu á persónulega þjónustu og vera með breitt vöruúrval.

„Við tökum mest af okkar þorramat frá Sláturfélagi Suðurlands en svo nostrum við aðeins við hann til að gera hann að okkar hætti. Við leggjum ekki í súr en notum okkar „trix“ til þess að gera matinn virkilega ljúffengan. Við erum með Fjallalambs svið og slátur sem er þekkt fyrir gæði. Sviðin eru verkuð á gamla mátann og slátrið er alvöru gott slátur,“ segir Pétur.

Pétur segir að bóndadagurinn sé afar stór söludagur í Melabúðinni og það ríki ávallt stuð og stemning í búðinni á þeim degi.

Gaman að gefa krökkunum að smakka
„Bóndadagurinn hefur alltaf verið mjög stór hjá okkur. Fólk kemur og kaupir í litil sem stór þorra-blót og jafnvel pantar matinn í þorrablót. Við lánum fólki trogin en það eru margir sem koma og kaupa fyrir sín litlu heimaþorra-blót og þá tekur það allt sem þarf og rúgbrauð, harðfisk, sild og fleira með. Þá getur fólk keypt tilbúna rófustöppu eða kartöflumús en sumir velja að gera það sjálfir. Svo er gaman að segja frá því yngri krakkar úr skólunum og leikskólunum hafa verið að koma til okkar þar sem þau fá að skoða matinn og smakka hann. Þar eru nú sjaldnast komnir fordómarnir. Þau er mjög spennt fyrir þessu og það er gaman að gefa þeim að smakka,“ segir Pétur.

Er eitthvað eitt vinsælla í þorramatnum en annað?



Pétur segir að það henti fólki vel að geta valið sér þorramatinn úr kjötborðinu í stað þess að vera með tilbúna þorrabakka.



Lifrarpylsa, blóðmör og lundabaggar eru herramannsmatur og úrvalið af þorramat í Melabúðinni er glæsilegt.

Hjá okkur í Melabúðinni er aðalmálið að við nostrum aðeins við þorramatinn og svo getur fólk valið sér sjálft hvað það vill fá úr kjötborðinu.

Pétur Alan Guðmundsson

„Hrútspungar og hvalur er mjög vinsælt og svo kemur þetta dæmigerða sem er ekki súrt, eins og hangikjöt og sviðasulta. Margir segjast borða þorramat en þá er það jafnvel bara hangikjöt og sviðasulta sem okkur mörgum finnst ekki vera alveg þorramatur en er gott út af fyrir sig,“ segir Pétur.

Hann segir að yngsta fólkið sé ekki mikið fyrir það að borða þorramat og það sé alveg eðlilegt. „Ég var sjálfur svona. Ég borðaði ekki þorramat áður. Mér fannst lyktin af honum ekki góð en svo var ég að fylla á þorraborðið, ákvað að prófa og sé eftir að hafa ekki byrjað fyrr og finnst hann í dag vera virkilega góður. Mér finnst frábært að fá þorramat á þessum tíma árs fyrir utan það að fitan er holl og góð. Fólk tengir svona veður eins og hefur verið undan-

farnar vikur við þorramat og við fáum mikla orku við að innbyrða hann.“

Stóru þorrablótin sem hafa verið í dvala undanfarin ár vegna Covid eru nú komin á fullt og til að mynda héldu KR-ingar fjölmennt þorrablót um síðustu helgi. Spurður hvort þetta breyti einhverju fyrir hann og Melabúðina segir Pétur:

„Já og nei. Þessi stóru þorra-blót hafa ekki verið á dagskránni undanfarin ár en litlu þorrablótin héldu áfram. Margir fara kannski bara einu sinni til tvisvar og fá sér þorramat en aðrir espast upp og þá koma þeir til okkar og fá sér jafnvel til að hafa í fötu, kaupa mysu með og geyma í ísskápnum eða kaupa bara fyrir kvöldmatinn. Svo eru litlir hópar að hittast. Það voru til dæmis tíu karlar, allir yfir sjötugt, sem pöntuðu hjá okkur þorramat til að hafa á þorrablóti en það mátti ekkert vera súrt. Ég var hissa á því,“ segir Pétur og hlær.

„Með aldrinum held ég að við þróumst meira út í það að borða þorramat. Kannski minna á yngri árum en svo kemur þetta. Við þroskumst öll. Ég tala þar út frá minni reynslu. Ég laumaði mér í að smakka þennan mat og mér finnst til dæmis lundabaggar og bringukollar æðislegir. Þeir eru mitt upphald.“

Þorri allra landsmanna með okkur

Pétur segist reikna með ys og þys í Melabúðinni í dag á sjálfan bóndadaginn en hann er þrautreyndur í bransanum og hefur staðið vaktina í Melabúðinni í yfir 40 ár.

„Það er alltaf gríðarleg stemning í búðinni á þessum degi. Það er snillingur hjá okkur sem heitir því þjóðlega nafni Þorri en hann var valinn einu sinni Þorri allra landsmanna og ber nafn með rentu. Það myndast mikil stemning í búðinni á þessum degi svo það þarf ekki uppákomur út af fyrir sig. Við gefum fólki að smakka hákarl og súrmat og við sem erum að vinna í versluninni erum á tænum og sinnum kúnnum okkar sem allra best.“ ■

Melabúðin er að Hagamel 39. Sími: 551-0224. Sjá nánar á melabudin.is. og á Facebook-síðu Melabúðarinnar.



Fær harðfisk að morgni

Sigbrúður Ármann, framkvæmdastjóri Exedra og varapíngmaður, er mikill gleðigjafi og þekkt fyrir að kunna að hafa gaman og standa fyrir skemmtilegum viðburðum þar sem gleðin er við völd.

„Það má segja að bóndadagurinn sé hátíðisdagur hjá okkur hjónum. Yfirleitt er ég búin að útbúa gjöf sem ég afhendi honum strax um morguninn. Hann og vinir hans hafa í allmörg ár haldið daginn hátíðlegan og hefst dagskrá þeirra með morgunmat og stendur yfir allan daginn. Hafa þeir meðal annars þann háttinn á að hlýða á predikun og snæða hádegisverð heima hjá tengdforeldrum einhvers úr hópnum. Hafa foreldrar mínir til að mynda tekið á móti þeim við mikinn fögnuð. Einnig er þorablót Stjörnnunnar einn af hápunktum ársins í Garðabæ. Þangað höfum við farið í mörg ár með frábærum vinum. Ég og vinkonur mínar hittumst yfirleitt um miðjan dag og tökum okkur til saman áður en haldið er í teiti í heimahúsi fyrir sjálft þorablótið. Bóndadagurinn er því mikill gleðidagur.

Ég mun gleðja bóndann árla morguns með gjöf sem inniheldur að sjálfsögðu harðfisk enda fátt meira við hæfi á sjálfum þorranum. Með harðfisknum verð ég búin að velja vel bruggaðan bjór. Einnig finnst mér gaman að gefa honum flott bindi eða góðan rakspira. Í þetta skiptið verður bóndadagurinn svolítið öðruvísi þar sem að bóndinn og vinir hans ætla að fara til Svíþjóðar og styðja Ísland í milliriðlinum. Ég verð því að afhenda honum gjöfina mjög snemma þennan dag og treysti á að hann drekki bjórinn og gæði sér á harðfisknum á leiðinni út á völl, enda um finasta morgunmat að ræða á sjálfan bóndadaginn.“

Bóndadagur á HM

Hildur Gunnlaugsdóttir, arkitekt og lífskúnnstner, er sniðugri en flestir og fær hinar frumlegustu hugmyndir um alls konar. Hún er gift fyrrverandi landsliðsmanni í handbolta, Hreiðari Levi Guðmundssyni, og litast bóndadagurinn að sjálfsögðu af HM í handbolta eins og hjá fleirum.

„Ég er hræðileg en ég geri miklar kröfur til mannsins míns á konudaginn en hef ekki mikið gert fyrir hann á bóndadaginn og ætla að ráða bót á því í ár. Við verðum í Svíþjóð þennan dag en byrjum daginn á því að fara í góðan morgunmat með mímósu og síðan í heilsulindina á hótelinu þar sem við eyðum nokkrum tímum í hinum ýmsu gufum og pottum. Svo girum við okkur upp með andlitsmálningu og tilheyrandi galla og förum á Ísland/Svíþjóð leikinn. Ég er búin að lofa manninum mínum að gira mig upp í handboltabulluham með honum en ég er ekki þekkt fyrir mikinn áhuga á íþróttáhorfi. Að leik loknum ætlum við að borða ólystugan djúpsteiktan mat.“



Svona gleðja þær bónda sinn í tilefni dagsins

Í dag er bóndadagurinn og í tilefni af því spurðum við nokkar þjóðþekktar konur, sem kunnar eru fyrir að vera miklir gleðigjafar og hafa einstaklega gaman af því að koma sínu fólki á óvart, hvort þær haldi upp á bóndadaginn og færi bónda sínum gjöf í tilefni dagsins.

sjofn@frettabladid.is



Ef það á að dekra við karlinn er góð hugmynd að senda hann í nudd og spa.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY



Fær heiðarlegt lambakjöt

Þorbjörg Sigríður Gunnlaugsdóttir er þingmaður og veislustýra en hún er einnig þekkt fyrir að stýra þorablótum með miklu ágætum þar sem hlátra-sköllin hafa heyrst hátt.

„Ég er á því að það sé um að gera að nýta öll tilefni til að gera sér dagamun yfir vetrarmánuðina. Bóndadagurinn er finasta tilefni til þess. Ég er í vinnuferð í Skotlandi og kem ekki heim fyrr en seint að kvöldi bóndadags. Annar í bóndadegi verður því haldinn hátíðlegur á laugardag. Verst finnst mér að missa af því að horfa saman á leikinn.

Ég hafði hugsað mér að elda góðan kvöldmat fyrir hann en við höfum reyndar gaman af því að elda saman og gefum okkur yfirleitt góðan tíma í það um helgar. En í tilefni dagsins mun ég standa vaktina sjálf og bjóða upp á lambakjöt. Heiðarlegt og íslenskt og vekur alltaf lukku. Annars hafði ég ætlað mér að draga hann með mér í sund og gufu um daginn. Við erum bæði unnendur sundlauganna hér heima og förum töluvert saman í sund.“

Gull af manni

Sigríður Hrund Pétursdóttir, fjárfestir og formaður FKA, hefur mikla ástriðu fyrir dögum sem þessum og leggur mikinn metnað í að dekra við sinn bónda og alla bændur í kringum sig.

„Ég held upp á bóndadaginn með pompi og prakt, bæði fyrir eiginmann minn til 25 ára, drengina mína þrjá heima við og strákana sem ég er svo heppin að vinna með í Vinnupöllum. Eðaldrengirnir í vinnunni og eiginmaðurinn munu fá boli sem á stendur Gull af manni, það verða sverar hnallþórir á borðum frá hádegi og í lok dags sendi ég þá saman í axarkast hjá Berserkjum. Síðan förum við öll saman út að borða eitthvað sem þeim finnst gott, til dæmis hamborgara með sveittri sósu.

Við hjónin ætluðum að skella okkur á göngu-skiðanámskeið yfir komandi helgi en veikindi hamla þeirri ferð svo ég mun elska hann á yfirsnúningi heima við í staðinn. Okkur líður afar vel saman og sunnudagshádegi eru sérstakar hjónastundir þar sem við ræktum samveru með til dæmis mat, kaffi, LP-plötum og blaðalestri.

Eitt sem ég geri aldrei á bóndadeginum – ég kaupi ekki súrmat eða þorramat nema óskað sé eftir því – ég fer frekar í hina áttina og dekra drengina sem ég er svo heppin að fá að ferðast með í lífinu eins vel og umfangsmikið og mér frekast er kostur.“



Út að borða

Elisabet Metta Svan Ásgeirsdóttir er markaðsstjóri, stofnandi og annar eiganda Maikai, sem hefur notið mikillar hylli landsmanna. Hún hefur mikla ánægju af óvæntum uppákomum.

„Ég held alltaf upp á bóndadaginn, hvort sem það er lítið eða stórt. Stundum eru það litlar gjafir eða til dæmis út að borða. Ég held að við séum með plön í kvöld þetta árið. En gjöf fær hann þegar hann vaknar, litla gjöf en síðan tek ég hann mögulega í hádegismat.“

Öflugur & náttúrulegur flensubani

Inniheldur hreint engifer & c-vítamín

Kröftug blanda sem kemur þér í gegnum veturinn með bros á vör

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

C-vítamín & engifer

Náttúrulegur flensubani
C-500 mg.
60 HYLKI/FÆÐUBÓTAREFNI

Pakki og blóm

Lína Birgitta Sigurðardóttir, áhrifavaldur og eigandi vörumerkisins Define The Line Sport, kann svo sannarlega að njóta lífsins með sínum og á bóndadeginum er það engin undantekning.

„Ég held upp á bóndadaginn með mínum bónda en mér finnst mikilvægt að halda í þessa hefð, mér finnst hún skemmtileg og hún gefur tækifæri til að gera eitthvað saman.

Oftast er þetta mjög svipað en hingað til höfum við farið á hótél eða út að borða og yfir daginn fær hann blóm og pakka. Í ár er það samt sem áður ekki hótél, heldur út að borða á einn uppáhaldsstaðinn okkar sem er Punk og svo fær hann að sjálfsögðu pakka og blóm.“

© 2023 FRET TABLAÐIÐ. ÖLL RÁÐGÆFUR ERU FÖLNUÐAR. 1





Guðjón Harðarson sem hefur veg og vanda af því að laga og útbúa þorramatinn ásamt Jóhannesi.

MYNDIR/ÞESENDAR

Þorrinn eins og jólin hjá Múlakaffi

Þorrinn er mikill annatími hjá Múlakaffi. Í dag, á sjálfan bóndadaginn, er þorrahlaðborð á boðstólum í Hallarmúlanum og þar má fá smakk af öllu því besta sem þorrinn hefur upp á að bjóða. Einnig er hægt að panta þorratrog og hjónabakka til að njóta heima eða annars staðar.

„Þorrinn á sér áratugalanga sögu hjá Múlakaffi og það má segja að hann sé að ákveðnu leyti eins og jólin hjá okkur. Það er líf og fjör og starfsmannahópurinn okkar nýtur þess að taka þátt í þessari séríslensku hefð. Undirbúningur þorrans byrjar í september hjá okkur í Múlakaffi og stendur yfir fram að þorranum. Það kæmi fólki á óvart hvað þorramatur þarf í raun mikinn undirbúning og geymslu,“ segir Jóhannes Stefánsson, veitingamaður hjá Múlakaffi.

„Undanfarin ár hefur þorranum vaxið ásmegin og sífellt fleiri Íslendingar kjósa að fagna honum. Stór þorrablot eru haldin víðs vegar um bæinn og því er í mörg horn að líta. Þar munar mest um stóru blótin hjá íþróttafélögum og bæjarfélögum. Þar koma þúsundir manna saman og blóta þorran.“

Þorratrog og hjónabakkar

Að venju býður Múlakaffi upp á hin sívinsælu þorratrog á þorranum. Jóhannes segir að fólk panti þau ár eftir ár.

„Þorratrogíð er nokkurs konar einkennisréttur hjá Múlakaffi og er ávísun á algjöra toppþorraveislu með öllu tilheyrandi. Vissulega hefur þetta breyst aðeins með árunum og margir sem biðja um meira af nýmeti en súrmeti. Á þorratroginu er einmitt einnig heitt saltkjöt og uppstúf og sviðakjamar, þannig að hann hentar flestum,“ segir hann og bætir við



Þorrablot verða sífellt vinsælli.



Hægt er að panta þorratrog hjá Múlakaffi.

að það sé í raun allt litrófið af fólki sem pantar þorratrog frá Múlakaffi. Allt frá einstaklingum sem halda í gamlar hefðir og upp í fyrirtæki og stærri hópa.

Til að tryggja sér þorratrog er einfaldast að fara á vefsíðu Múlakaffis, www.mulakaffi.is, og panta trogið þar.

„Annars er alltaf hægt að senda okkur tölvupóst, hringja eða bara mæta til okkar í Hallarmúlan,“ segir Jóhannes.

„Við bjóðum líka upp á hjónabakka. Það eru þorrabakkar með nýmeti og súrmeti fyrir tvo. Hjónabakkarnir eru mjög vinsælir hjá okkur. Þeir fást í verslunum Krónunnar og svo er hægt að fá þá hjá okkur í Hallarmúlanum á bóndadaginn og eitthvað áfram á

Þorratrogíð er nokkurs konar einkennisréttur hjá Múlakaffi og er ávísun á algjöra toppþorraveislu með öllu tilheyrandi.

meðan birgðir endast. Það er líka hægt að panta hann sérstaklega á vefsíðunni okkar.“

Hlaðborðið meitlað í stein

Múlakaffi hefur verið með þorrahlaðborð á bóndadaginn í áráraðir og árið í ár er engin undantekning. Hlaðborðið er opið í hádeginu í dag frá klukkan 11 til 14 og í kvöld frá 17 til 20 í Hallarmúla 1.

„Það er meitlað í stein og mun aldrei breytast hjá okkur,“ segir Jóhannes og hlær. „Það er vissara að panta borð fyrir stærri hópa, en einstaklingar og minni hópar geta alveg treyst á að mæta bara til okkar,“ bætir hann við.

„Stemningin á hlaðborðinu er einstök að okkar mati. Þarna er samankomið fólk sem kann virkilega vel að meta þorramatinn og stemningin er eftir því. Á hlaðborðinu er allt sem hinn fjölbreytti matseðill þorrans hefur upp á að bjóða.“

Aðspurður hver sé vinsælasti þorramaturinn svarar Jóhannes að hrútspungarnir séu alltaf vinsælir og að sviðasultan hjá Múlakaffi þyki einstaklega góð.

„Svo finnst okkur alltaf jafn merkilegt hvað fer mikið magn af kæstum hákarli,“ bætir hann brosandi við.

„Okkar eini sanni Guðjón Harðarson hefur veg og vanda af því að laga og útbúa þorramatinn. Hann er svokallaður þorrameistari Múlakaffis. Guðjón hefur starfað hjá Múlakaffi í hartnær 40 ár og er því hokinn af reynslu.“ ■