

På en frodig øy ved en stille vik ligger en sjelden perle. Blant kunst, litteratur, en vennlig vertinne og italiensk mat kan en stresset bysjel finne ro og harmoni.

Matreisen

Handelssted med

godt ry >

– Noe av det mest givende for meg er å se at gjestene løftes ut av hverdagen.

Mette Hiorth Soland, vertinne



**UTSIKT:** Ved hjelp av arkitekt Helge Schjelderup ble det bygget et tårnhus som fungerer som soveromsfløy. Rommene er lyse og luftige med utsikt til sjø og himmel. Gjest Helena Opgård kikker fornydd ut.



**FISKE:** Reidar Hellesøe og Geir Helge Landa kan ikke dy seg og må prøve fiskelykken fra brygga. Uten hell denne gang. Fisking og guidet tur på øya er bare noen av aktivitetene som tilbys ved Handelsstedet Ramsvig.



**UT PÅ TUR:** Guide Nils Trygve Hauge (lengst til venstre) leder an i troppen som er på tur rundt øya. Han forteller spennende historier om vikingers bygdefort og om fuglereservatet i Lundarvåg som kan ses i bakgrunnen. Kyrkjøy er rik på historie og arkeologiske funn.



**DAGENS MENY:** The Lemon Chef, Greg Beebe, Dominic Macklon og David

Øyvind Helgestad stortrives i nærkontakt med gjestene og forteller engasjert om det de får servert. Shawn Kennedy og Casey Jones lytter interessert, mens Horensky allerede tester ut kamskjellene.

## RYFYLKE (VG) – Hjertelig velkommen til oss her på Ramsvig. Nå skal dere glemme hverdagen for en stund.

Vertinne og eier Mette Hiorth Soland står smilende på kaien og skinner i gyllen høstsol. Båten har nettopp klappet til, en gruppe engelsktalende på tur med jobben entrer brygga, stopper opp og lar blikkene vandre. 15 par skuldrer synker langsomt ned. Det er langt på høst, men følelsen av sommer ligger fremdeles tung og sødmefyllt over dette gamle handelsstedet. I bed og krukker bugner det av fargerik flora, de koselige bygningene skinner nymalte, og... hva er den surlige duften som henger i luften?

Fortellingen om handelsstedet Ramsvig skriver seg helt tilbake til 1700-tallet, fra den gang dansk-kongen Christian VII ga et lite gjestgiveri i idylliske Ryfylke bevilgning til servering av øl og brennevinn. Slik ble Sjernarøyene et knutepunkt for handel. Gjestgiveriet ble etter hvert lagt ned, men landhandel og post besto fram til midten av 1970-årene.

**Mette og Jostein Soland så de mulighetene som lå i den gamle bebyggelsen, den vakre naturen og ikke minst stedets atmosfære og historie. Heldigvis var de utstyrt med godt pågangsmot, og dessuten rammet av uheldelig oppussingstrang.**

Sommeren 1999 ble stedet deres, men det skulle gå 3–4 år og utallige arbeidstimer før de første gjestene kunne ønskes velkommen.  
– Drammen og målet med å

drive et sted som dette, må være at et opphold her skal stimulere til nye og spennende tanker, forteller vertinnen.

– Noe av det mest givende for meg er å se at gjestene løftes ut av hverdagen og inn i en sammenheng der kultur i alle former stimulerer til samtale og fellesskap, til nye perspektiv og nye handlinger.

De nyankomne gjestene blir sjekket inn og vist rundt på stedet. Bygningene og rommene er gode å være i, lyse og luftige, med stein og nytt og gammelt treverk om hverandre. Du kan fordype deg i bøkens verden i biblioteket, eller du kan vandre rundt blant Kjell Pahr Iversens vakre bilder i galleri Perlemorstrand.

**Det nærmer seg middagstid, men før gjestene skal benke seg rundt bordet, har guide Nils Trygve Hauge fått i oppgave å sørge for at appetitten er på topp.**

Han leder an i troppen som traver med langsomme skritt rundt øya. Kveldssolen står lavt på himmelen og legger et silkekmykt slør over landskap og hav. Med innlevelse og aktiv gestikulering forteller guiden om øya, kulturen og naturen.

– Langt der ute ser dere Finnborg, et gammelt bygdefort. Der hadde vikingene fritt og åpent utsyn til alle truende farer.

Turen ender i den gamle kirken fra midten av 1600-tallet, liten, intim og rikt rosemalt. Tonene fra en enslig trompet stiger mot himmelen idet turdeltagere kommer inn i kirkerommet. Det er tid for å balsamere sinnet.

**Inne på kjøkkenet på Ramsvig, i en sky av damp, står kokk Øyvind Helgestad med de siste forberedelser. Nå blir det klart hvilken duft det er som bølger surlig over Ramsvig. Sitroner!**

**Kokken elsker den lille, gule frukten så høyt at han kaller seg «The Lemon Chef.»**

– Sitroner har den samme egenskapen som salt; de åpner opp smaken i råvaren og gjør at det hele smaker mer og bedre. Jeg benytter kun økologiske sitroner, de er mildere. Alt lager jeg fra bunnen av, og råvarer fra Ryfylke foretrekkes. Helst skal det være økologisk.

Det smattes og smakes rundt bordet, én kommenterer at denne maten nesten er FOR god.

Tiden som kokk i Frankrike og Italia har preget både mannen og maten, det er derfor helt naturlig at det som serveres fra Øyvinds hånd, har et internasjonalt tilsnitt.

– Det italienske kjøkkenet ligger nok mitt hjerte nærmest. Det bygger på fransk matskole, men er enklere og bedre, smakene blir fremhevet på en helt annen måte, forteller en engasjert kjøkkensjef.

**Man finner ikke mye halvfabrikata på handelsstedet Ramsvig, og ofte blir gjestene med på matlagingen. Kokken lærer villig fra seg og liker nærkontakten til gjestene gjennom hele dagen.**

– Mange gir positive tilbakemeldinger på det jeg serverer, slikt gir kick og ny energi. Her får jeg en helt annen opplevelse av hvordan gjestene har det enn jeg ville fått på et restaurantkjøkken.

Dagen og roen senker seg omsider, den blå timen glir over i natt og gjestene har krøpet til køys. På kjøkkenet puster vertinne og kokk ut.

Dagen startet med et friskt morgenbad for dem begge, nå venter en etterlengtet stund på øret etter nesten 18 timer sammenhengende på beina.

**Teke og foto: LISE BJELLAND**  
epost: vg7@vg.no



**KOKKEN, MATEN OG HANS SITRONER:** Kokk Øyvind Helgestad er nærmest avhengig av den gule frukten som han mener gjør underverker for maten. – Men sitronene må være økologiske, for disse er mildere i smaken, påpeker han.

– Sitroner har samme funksjon som salt.

De åpner opp smaken i råvarene Øyvind Helgestad, «The Lemon Chef»



## Lamme-karré

(til fire personer)  
 2 lammekarré  
 6-8 poteter  
 5 persillerøtter  
 200 gram kantareller  
 200 gram aspargesbønner  
 2 parmapølser  
 (eller andre spesialpølser)  
 2 liter lammekraft  
 ½ liter rødvin  
 1 potte sitrontimian  
 1 pakke usaltet smør  
 Økologiske sitroner  
 1 bunt kruspersille

Begynn med å skive de skrelte potetene og vend inn litt smeltet smør, salt og pepper. Bland godt og fyll de skivede potetene i muffinsformer (må være av metall). Stek formene på 180 grader i ca. 20–25 min.

Skrrell persillerøttene, kutt dem i biter og stek dem møre i en stekepanne med olje og smør. Rett før servering tilsettes godt med finkuttet kruspersille.

Kutt endene av aspargesbønnene og kok dem ferdig i gryte med vann/smør.

Lag sausen ved å redusere ½



liter rødvin til 1 dl. Tilsett 2 liter lammekraft og reduser dette igjen til ½ liter. Smak til med salt, pepper, sitronsaft og rør inn 50–100 gram usaltet smør. Ha i ca. 2 ss sitrontimian rett før servering.

Fjern overflødig hinner på carréen og ha på salt og pepper.

Brun kjøttet godt i en stekepanne. Stek så kjøttet videre i ovn på 180 grader.

Stek kjøttet i tre etapper på seks minutter hver. La kjøttet hvile utildekket på kjøkkenbenken i minimum seks minutter mellom hver steking.

Denne type periodesteking

kan med fordel brukes på all slags kjøtt.

Stek parmapølsene i en stekepanne til de er varme. Beregn ½ pølse per person. Får en ikke tak i parmapølser, kan en bruke andre spesialpølser (parmapølser fås kjøpt hos slakter A. Idsøe i Stavanger.)

## Ristet kamskjell

4 kamskjell  
 1 blomkålhode  
 100 gram sjalottløk  
 100 gram frisk ingefær  
 100 gram hvitløk  
 gressløk  
 1 pakke usaltet smør  
 0,5 liter soyasaus  
 1 sitron, helst økologisk

Får du ikke tak i ferske kamskjell, bruk frosne. Skjær små snitt i kamskjellene, omtrent som du ruter svoren på ribben. Ha salt og pepper på dem og legg dem i en varm panne med snittflaten ned. Når de begynner å få en brunfarge, snur du dem og 1 ss smør. Når smøret er blitt nøttebrunt, rister du litt i pannen slik at kamskjellene blir vendt i smøret. Rett før servering tilsettes et par dråper sitronsaft.

**Soya-nøttesmør:** Finkuttet sjalottløk, ingefær og hvitløk. Lag karamell av sukker i en kjele tilsett sjalottløk, ingefær og hvitløk. Ha så i hvitvin og kok dette ned. Tilsett soyasaus og kok opp. Smelt smøret i en kjele til nøttebrun farge. Ha en sil klar for du begynner å smelte smøret. Når fargen er riktig, siles

smøret. Dette stopper kokeprosessen. Bland smøret og soyasausen. Sausen varmes forsiktig rett før servering. NB! Må ikke koke.

Kutt blomkålen i små buketter og stek dem i smør. Finkutt squashen og stek den i olivenolje. Flå tomat og kutt tomatkjøttet i like små biter som squashen. Ha i tomat rett før servering og smak til med salt, pepper og revet sitronskall, finkuttet gressløk. Bruk gjerne ringblomster i sesongen.



**SAMKJØRT:** Handelsstedet Ramsvig er vertinne Mette Hiorth Solands livsverk. Det synes og merkes at hun og kokk Øyvind Helgestad har tilbrakt mange timer sammen på kjøkkenet.

## FAKTA Handelsstedet Ramsvig

**HVA:** Gjestgiveri, kurs- og konferansesenter med plass til 38 overnattende. Lukkede arrangementer for inntil 150 personer. Inneholder restaurant, bar, galleri, bibliotek og møterom.

**HVEM:** Kun forhåndsbestilte grupper, alt fra private arrangementer til bedriftssamlinger.

**HVORDAN:** Hurtigbåt fra Stavanger, tar ca. en time. Alternativt bilferge gjennom Rennfast, ferge fra Hanasand til Nesheim.

**NÅR:** Åpent hele året, stengt i juli

**PRIS:** Opphold med hjelpesjon 2700 kroner pr. person. Dette inkluderer hjemmelaget frokost, to retters lunsj, kaffe/kaffemat, tre retters middag. Man har tilgang til hele anlegget med bar, møterom, galleri, bibliotek.

**AKTIVITETER:** Snekketur rundt øya, fiske, guidet rusletur på øya, badestamp og badstu, kokkekurs.



**VITE MER:**  
[www.ramsvig.no](http://www.ramsvig.no)



## Pasjonsfruktostekake

(Oppskriften er hentet fra boken «Søtt» av Nina Sjøen)  
 500 gram Naturell kremost  
 325 gram sukker  
 1-3 dl pasjonsfrukt-konsentrat  
 2 lime  
 6 plater gelatin  
 6,5 dl fløte  
 3 stk. frisk pasjonsfrukt  
 130 gram mandler (fint hakkede)  
 100 gram sukker  
 1 dl eggehvite

Begynn med å lage mandelbunn: Pisk marengs av eggehvite og sukker. Tilsett mandlene. Stek massen i en springform i

ca. 20-25 minutter på 180 grader. Avkjøl.

Lag ostekremen ved å kjøre ost og sukker glatt i en hurtigmikser. Varm opp limesaft og frukt-konsentrat, tilsett fem plater oppbløtt gelatin. Pisk kremen og vend den forsiktig inn. Ha blandingen over nøttebunnen og sett den i fryseren.

Til pasjonsfruktgeleén koker du opp 1 dl pasjonsfrukt-konsentrat og tilsetter en plate gelatin. Del den friske pasjonsfrukten i to og skrap ut frøene. Bland sammen og hell geleen over den frosne ostekaken. La kaken stå ute for tining i ca. 30 min. Sett den så i kjøleskapet i ca. tre timer.



**LOKAL KOKK:** Øyvind Helgestad har trasket sine bamesko på Ramsvig, født og oppvokst på Kyrkjøy som han er. I de tider var stedet butikk og postkontor. Etter år som kokk i utlandet og ved diverse restaurant-kjøkken i Norge, kjennes det godt å komme til hjemlige trakter.