

RAKFISK FESTIVALEN 2024

Det ligger i lufta.



31. oktober-
2. november

15 ÅR SOM FESTIVALANSVARLIG





Her deles det ut ærespris, 2022. Foto: Christine Stokkebryn

Festivalsjefen, eller rakfiskgeneralen som han også kalles, tror nysgjerrighet er en av de viktigste årsakene til at han fortsatt er like motivert og engasjert etter 15 år.

– Ingen dag er lik, og jeg må stadig lære meg nye ting og tilegne meg ny kunnskap for å håndtere de svært varierte arbeidsoppgavene denne jobben byr på.

– Jeg lærer noe nytt hele tida. Mange lurer på om jeg ikke synes det er kjedelig å gjøre de samme tingene om igjen. Men jeg gjør jo ikke det. Festivalens røde tråd er nok temmelig lik. Men det dukker stadig opp nye utfordringer. Og noen av dem er store. Disse må jeg bruke mye tid på, utdyper festivalsjefen.

Mange oppgaver

I den store sammenhengen er naturligvis 15 år ganske kort tid. Men for mange er muligens dette nokså lenge i jobbsammenheng. Håvard forsikrer om at han stadig trigges av de mange og varierte arbeidsoppgavene.

– Jeg har ingen planer om å forlate Norsk Rakfiskfestival. Men samtidig er det heller ikke sikkert at jeg blir her til pensjonsalderen, som av tidligere styreleder Per Herman Isachsen er fastslått å være 80 år, sier 50-åringen og smiler lurt.

Som mange vil vite, har festivalens leder flere baller i luften. Blant dem er vervet som varaordfører i Nord-Aurdal kommune. Noe annet som er viktig for Håvard er arbeidet i det lokale brannvesenet.

– Jeg drar nytte av kunnskapen derfra i jobben for festivalen - og omvendt. Måten å tenke på samt det å ha god oversikt er blant de elementene som er viktige i begge funksjoner, forklarer han.



Her blir Årets Rakfisk kåret, 2021. Foto: Christine Stokkebryn

Kvalitet

Håvard er innsatsleder i Nord-Aurdal brannvesen. Sjøl synes han betegnelsen enkelt kan overføres til arbeidet som festivalsjef. Og i den posisjonen har han - sammen med en stabil og trofast kjerne - bygd stein på stein i de 15 åra som 50-åringen har hatt denne oppgaven.

– Dette har inspirert meg i alle år og holder fremdeles motivasjonen oppe. Særlig er jeg tilfreds med at vi har lyktes med å heve kvaliteten på Norsk Rakfiskfestival over hele fjøla. Og det at vi på en så god måte har maktet å koble arrangementet til merkevaren Valdres, framhever Håvard. Da han overtok ansvaret i 2010 hadde nok festivalen et noe guffent stempel, med altfor mye juggel i salgsbodene.

– Jeg er stolt av at vi har greid å vri innholdet over på kvalitet, med fokus på lokalmat og god stemning. Dessuten er vi jo blitt en av landets største matfestivaler. Likevel har vi underveis vært mer opptatt av å heve kvaliteten enn å øke omfanget, sier festivalsjefen.



Her blir generalen intervjuet i forbindelse med kåring av årets beste rakfisk, 2022. Foto: Christine Stokkebryn

«Det er en kultur for at folk ønsker å bidra over lang tid»

God kultur

Noe annet han er svært stolt av og fornøyd med, er det solide samholdet i gjengen som hjelper ham å gjennomføre årets store begivenhet i Valdres.

– Veldig mange har vært med lenge. Det er en kultur for at folk ønsker å bidra over lang tid. Og fremdeles dukker det opp nye folk som vil være med på laget. Så jeg tror nok at vi har et rykte som en seriøs og skikkelig arrangør, mener Håvard, som opplever mye skryt av festivalen utenfor Valdres.

Er det noe som har overrasket deg i løpet av disse 15 åra? – Jeg må nok si at jeg noen ganger har blitt overrasket over oppførselen til enkelt store, norske artister i kulissene. De oppfattes som hyggelige og joviale på tv. Men de kan være mildt sagt krevende å håndtere, svarer festivalsjefen, som ikke vil nevne navn - og som understreker at de aller fleste oppfører seg som folk. «Generalen» er nemlig tett på de aller fleste oppgaver under festivalen, herunder avtaler og kontakt med artistene. Så også der vet han hva han snakker om.

Takknemlig

Tatt i betraktning at 50-åringen «bare» har fagbrev som yrkessjåfør og en del utdanning fra brannvesenet, må det vel være lov å si at han tross sin manglende,

formelle kompetanse har hatt en relativt god hånd om rakfiskfestivalen i de siste 15 åra.

– Jeg må bare gjenta at min beste egenskap nok er at jeg er så nysgjerrig på ny kunnskap. Og når det er noe jeg må lære meg, går jeg 100 prosent inn for det, tilføyer Håvard, som er kjent for å ha kontroll på detaljene. Fra Norsk Rakfiskfestivalens ildsjel siden starten og styreleder i aksjeselskapet fra 2011 og fram til i fjor vår, Per Herman Isachsen, får «generalen» følgende attest: – Håvard er veldig nøye og flink til å planlegge. Han er en mann å stole på. Og han har ivaretatt våre tenkemåter og tradisjoner hele veien. Framfor alt ønsker han å ha en god plattform, slik at festivalen kan bestå også i eventuelt dårlige tider, sier han og legger til at Håvard ikke får lov å slutte. Altså ikke verst for en som ifølge seg selv verken har utdanning eller andre forutsetninger for å ha drevet et så stort arrangement i 15 år.

– Men jeg er naturligvis meget takknemlig for den tilliten som har blitt vist meg i denne tida, avslutter Håvard Halvorsen, som gjengjelder Per Hermans rosende ord med å omtale ham som både kunnskapsrik, raus og støttende.



FAGERNES
camping

Tett på opplevelsene

Bo like ved bygdebyen,
midt mellom øst og vest,
langs Strandefjorden
i vakre Valdres.

- Helårsåpent sommer som vinter
- Leiligheter og hytter med høy standard
- To 5-stjerners sanitæranlegg
- Prisbelønt campingplass

Les mer og book din ferie på
fagernescamping.no eller +47 61 36 05 10

★★★★
FAGERNES
camping



VALDRES

MENY

LOKALMATTELLET

TORSDAG OG FREDAG KL 11:00 - 18:00

Rømmegrøt

kr 135,-

Serveres med sukker og kanel
Rød saft er inkludert

Majel

kr 135,-

Kjøttsuppe med gryn, erter og
rotgrønnsaker. Serveres med flatbrød

En smak av Valdres

kr 135,-

Biter med rakfisk, kurv (spekepølse)
og ost fra Valdres

Lapper

kr 75,-

Serveres med syltetøy og rømme

Kaffe, mineralvann og godt drikke fra lokalt bryggeri kjøper du i SkiferBar



RAKFISK
SKJERPER
SANSANE

NORSK RAKFISKFESTIVAL

www.rakfisk.no



LOKALMATMARKED
VALDRES





STAUT

løfter teltduken i storteltet
fredag 1. november



STAUT er Gaute Lein, Asle Tronrud, Ørnulf Juvkam Dyve, Dag Arve Sandnes, Frode Flatland og Torgeir Bolstad

- Få dem av scenen, det er vår tur nå! Det er lyden av en småhissig manager fra populært et band fra Hallingdal som mener at det unge bandet fra Valdres «stjeler» av spilletiden deres.

Året er 2010 og STAUT trollbinder publikum i Storteltet for aller første gang. På en måte som gjør at hverken band eller publikum vil at konserten skal ta slutt.

- Vi kjente veldig på spenningen i forkant av konserten og spillegleden underveis, forteller artistvert Eirik, som kan bekrefte at stemningen bak scenen ble en smule spesiell når bandet fra Valdres ikke hadde lyst til å gå av scenen.

Med kombinasjonen fengende melodier, sterke og gode tekster, særdeles dyktige musikere og ikke minst et voldsomt driv og energi på scenen, har gjengen fra Valdres vokst seg opp til å bli en av de absolutt ledende i sin sjanger.

STAUT har både gullplater og førsteplass på albumlista å vise til, samt en flere år lang turnéliste og et antall konserter som få andre band i Norge kan matche. Det har vært store og profilerte TV-opptredener, en solid rekke radiolistinger, og ikke minst; kvalitet hele veien.

I januar slapp STAUT "Le Me Hange i Fred", og da lovet de også at det var mer i vente. Allerede 28. april fulgte de opp EPen med en ny singel "Det Va Du", og det med ingen ringere enn Marion Ravn som duettpartner. Dette sier Marion Ravn om det første møtet med Staut og singelen "Det Va Du", som inntil nå har vært en godt bevart hemmelighet.

«Ørnulf Dyve er en fantastisk låtskriver og jeg hadde gleden av å skrive en låt med han til mitt siste album. Da jeg var i studio med han i Valdres, møtte jeg også resten av gjengen og de spilte «Det Va Du» til meg», som jeg likte umiddelbart! Det er veldig stas å få joine gjengen på denne låten.»

I skrivende stund er Rakfiskfestivalen én av tjuetru konserter for STAUT i 2024, noe festivalsjefen sjøl synes er stas. - STAUT har de siste årene vært det bandet som både vi og publikummet vårt har satt stor pris på. Vi gleder oss veldig til å oppleve et spillesugent band på hjemmebane, sier Håvard.



TRØSVIK

– Her på garden har familien drevet med oppdrett og foredling av rakfisk siden 1973. Bruk av friskt vann og foredling etter gammel valdrestadisjon, kombinert med moderne lokaler og høg kvalitetssikring, gjør at vi kan tilby kundene våre et helsenorsk produkt vi er stolte av, sier Audun Trøsvik på Trøsvik Gård i Vestre Slidre.

Garden ligger ved Slidrefjorden og har således direkte tilgang til en av de viktigste faktorene for framstilling av rakfisk, nemlig reint og friskt vann. Bedriften har lange tradisjoner med rakfisk og nedlegging av ørret som ble fisket i nærliggende fjellvann og Slidrefjorden. Fisken ble opprinnelig saltet og lagt ned i trebutter, seinere også i hollandske leirkrukker. Det var Auduns foreldre, Anne og Andris Øygard, som startet med satsing på oppdrett av ørret og videreforedling til rakfisk. Det reine vannet fra Slidrefjorden, med god strøm, gir bra trivsel for fisken og fint fiskekjøtt.

– Jeg har fortsatt god hjelp av forrige generasjon. Rakfiskproduksjonen har vokst fra kvelds- og helgebasis til en fulltidsjobb med opp til ti ansatte i høysesongen, sier Audun.

Trøsvik Gård leverer rakfisk både i spann og som vakumpakket. Spannene fåes i 3, 5 og 10 kilo.

– Vakumpakket kan vi tilby filet, flådd og hel fisk. All vår rakfisk kan leveres i tre modningsgrader: Mild, lagret og vellagret. Vår rakfisk er et reint naturprodukt uten tilsetningsstoffer eller noen form for medisin/vaksinering, understreker Audun Trøsvik. I november og desember kjører Trøsvik Gård ukentlig rakfisk til Oslo-området, etter bestilling. Bedriften deltar også på Bondens Marked i den samme perioden.



**TRØSVIK GARD, VESTSIDEVEGEN 1947
2967 LOMEN**
TELEFON: 61 34 38 18 / 974 12 344
E-POST: audun@trosvikgard.no
NETTSIDE: www.trosvikgard.no



WANGENSTEN

GLEDER SEG TIL FESTIVAL!

Wangensten AS er Norges suverent største produsent av rakfisk, og har vært med helt fra starten.

Familiebedriften drives i dag av 4. generasjon rakfiskprodusent. På garden Færden i Røn har familien raka fisk i generasjoner. Allerede på 1800-tallet begynte de å hente ut ørret fra vatna omkring og foredla fisken på garden. Etter hvert flytta de produksjonen til mer moderne lokaler, nå i det gamle meieriet på Leira. Men oppskrifta og krav til kvalitet og smak er de samme.

– Vi benytter kun regnbueørret til rakfisk, og den får vokse seg stor og fin under de beste forhold i merdanlegg i de friske fjellvatna i Jämtland. Når den er stor nok blir den slakta og transportert til Valdres samme dag. Så her snakker vi om lykkelig, frisk og flott fisk med høy kvalitet, understreker administrativ leder Turid Wangensten, som eier og driver bedriften sammen med mannen Jørn. Han er også styreleder.

– God mat krever også godt drikke. I samarbeid med Ægir bryggeri har vi derfor utvikla Rakøl – et spesialøl til rakfiskmåltidet. Dette er en mørkere pils som er god til både spekemat og rakfisk. I tillegg til rakfisk driver vi også Valdresmeieriet, som produserer Valdresost. Her lages faste guloster med og uten krydder og i ulike lagringer. Osten ystes for hånd av lokal kumjølk. Den er like god alene som til tapas, ostefat, gratinering og matlaging, sier Turid

– Vi gleder oss til rakfiskfestivalen. Det alltid spennende å se hvor mye folk som kommer, og vi ser frem til å ønske alle rakfiskentusiasier velkommen, sier daglig leder i selskapet, Edgar Linn.



FRA VENSTRE: Driftsleder, Kristian Kolbjørnshus og daglig leder, Edgar Linn.

WANGENSTEN AS - 2920 LEIRA I VALDRES
TELEFON: 61 36 23 00
E-POST: post@wangensten.no
NETTSIDE: www.wangensten.no



MORGENKLUBBEN FRA RADIO NORGE

kommer til Rakfiskfestivalen

Fredag 1.november 06:00 -10:00 sender den populære trioen i Morgenklubben morgenradio direkte fra festivallokalene i Fagernes sentrum.

Morgenklubben med Loven & Co er et underholdningsprogram som har gått på Radio Norge siden 2009, og består av Øyvind Loven, Kim Dahl og Geir Schau og alle er over snittet interessert i mat.

- Vi gleder oss masse! Vi snakker med folk i Norge hver eneste morgen, og å få komme ut å treffe lyttere og få nye mennesker er det beste vi vet, sier Øyvind Loven.

Morgenklubben hører du på Radio Norge mandag til fredag fra 06:00 – 10:00.

Årets festival er nummer 32 i rekke siden den aller første i 1993, og har befestet seg som en av de aller største matfestivaler i Norge. I år vil Radio Norges mange hundretusens lyttere få med seg rakfiskstemninga direkte.

- Denne festivalen handler om mat og norske mattradisjoner, og er midt i blinken for oss, sier Kim Dahl.

I september hadde de 15 års jubileum. Morgenklubben med Loven & Co ble kåret til årets beste morgen-show i 2023. Nå kan du oppleve dem direkte fra Fagernes i Valdres.

Morgenklubben setter stor pris på at folk kommer innom for å se og høre på showet.

- Vi serverer kaffe og noe godt å bite i til alle som kommer innom oss. **Alle er velkomne**, sier festivalsjef Håvard.

Programleder Øyvind Loven er enig. - Vi håper det kommer masse folk og hører på, jo mer folk jo bedre.

Det blir spesiallaget Topp 10 liste, Bløffmakeren og lokale gjester. Møt opp eller skru på radioen. Dette blir garantert gøyalt!

Blir det Grovis, Geir?

«Er det fisk på Rakfiskfestivalen?»

**Radio
Norge**



LAVVO

BYFANTEN TORSDAG 31. OKTOBER

Åpningstider 19:00 – 00:00

Billetter kjøper du ved inngang
eller på rakfisk.no

GLIMMER



22:00 | Glimmer

Norges kuleste partyband. Maria fra Ulnes i Valdres tar ved hjelp av sitt vinnende vesen, energi, og kraftfulle stemme publikum med storm og attitude hver gang. Med sin tilstedeværelse, sjarm og utstråling blir bandet omtalt som det mest joviale og energiske partymaskineriet som ruller rundt langs norske veier! Med over 20 års samspill, bred erfaring og utdanning innen musikk og underholdning er dette et band som leverer høyt musikalsk nivå, spilleglede og presser stemninga til det maksimale hver gang!

20:00

Her dukker det opp to karer fra Toten med et variert repertoar kombinert med løs snipp og mye humor. Begge med en forkjærlighet for norsk musikk (Vazelina, Jahn Teigen, Hellbillies, Henning Kvitnes ++) og en dose Elvis. Hvem disse to er finner du ut i lavvoen torsdag 31. oktober. Det blir en stemningsfull og hyggelig start på festivalen.



HANDE GARD

Hande Gard i Røn ligger like inntil E16, 18 km vestover fra Fagernes og med flott utsyn over Slidrefjorden. Produksjonsanlegget ligger inntil fjorden og fisken får den optimale omsorg som gjør den til en glad fisk.

– Vi viderefører generasjoners erfaring fra fiskevatn heime og på stølen, med moderne hjelpemidler og høg kvalitetssikring. Bare det beste er godt nok for våre gode kunder, sier Kari Hande, dagens driver og datter av gründeren, Knut Hande.

Hun er stolt over at garden i 2019 stakk av med fagjuryens pris som beste rakfisk. Kari legger særlig stor vekt på at fisken har levd lykkelig under de beste betingelser i Slidrefjorden.

– Det gir den aller beste kvalitet på rakfisken, understreker hun.

Hande Gard tilbyr rakfisk i alle modninger, vakumpakka filet, skinnfri og hel samt hel fisk i 3, 5 og 10 kilos spann. Det er kjøreruter for distribusjon til Oslo-området hver torsdag fra oktober til og med desember samt ellers i Østlandet.

– Våre kunder har garanti for at de får fisken de trenger fram til jul. Ellers har vi fisk hele året. Rakfisken fra Hande er premiert flere ganger og vant også folkejuryprisen i 2016. I gardsutsalget tilbys ellers spekekurv og fersk fisk.



HANDE RAKFISK, TYINVEGEN 1832

2960 RØN

TELEFON: 61 34 31 41 / 917 97 991

E-POST: post@hande-gard.no

NETTSEIDE: www.hande-gard.no



Rakfisk
FRA VALDRE'S

Etikettkunstner

Bård Wergeland Stende

Bli bedre kjent med kunstneren fra Aurdal som har fått det ærefulle oppdraget med å pryde årets Rakfiskakevitt.

- Det er stas å få lov til å bidra med et maleri til etiketten, og spesielt når det er i Valdres. Det er jo på hjemmebane, smiler kunstner Bård Wergeland Stende.

Selv om kunstneren til daglig bor og jobber i Oslo, er det Valdres som ligger hjertet hans aller nærmest. Det er her hele kunstnerkarrieren startet, og det er hit han alltid kan dra for å finne hvilepuls og inspirasjon til nye malerier.

- Jeg har alltid latt meg inspirere av Valdres, på mange måter. Både folkene her og spesielt naturen, det er noe veldig vakkert med det. Også er det jo hjemme for meg, det føles veldig nært, forteller Wergeland Stende.

Startet kunstnerkarrieren som barn

Som guttunge fattet Bård fort stor interesse for tegning, og hadde allerede et øye for det kunstneriske perspektivet.

- Tanten min var rosemalarer, og faren min malte, så jeg lot meg nok inspirere mye av dem da jeg var liten. Jeg hadde kanskje det kunstneriske litt i genene, smiler Wergeland Stende.

- Det var stort. Å få stille ut egne verk og la andre få se dem var veldig spennende, og tente nok en gnist for videre arbeid, forteller han.

I flere år gjennom oppveksten tar han forskjellige kurs hos ulike kunstnere som Arne Paus, Leslie Ayres og Olav Mosebekk. I voksen alder begynner han på Christiania Kunstakademi.

Wergeland Stende har også hatt flere utstillinger på blant annet Dalype Galleri i Oslo, og hans neste kunstutstilling der er i 2026.

- Å male gir meg veldig mye. Det er en måte for meg å uttrykke meg på og skape muligheter. Så gir det meg et godt selvbilde og en seiersfølelse, spesielt når jeg er fornøyd med sluttresultatet. Også blir man jo aldri utlært som kunstner, man kan alltid lære noe nytt eller utforske noe annet, smiler Wergeland Stende.

«Allerede som 12 åring har han sin aller første utstilling, på selveste Munchmuseet»

- Aller mest spennende med å være kunstner er jo tilbakemeldingene fra andre som ser bildene mine. Hva er det de ser? Hva føler de? Hva har jeg gitt til dem? Det gir meg en følelse av å bidra, sier han.

Wergeland Stende forteller at da han startet kunstnerkarrieren, malte han figurativt, men etter hvert har han gått over til å male mest halvfigurative malerier.

- Halvfigurativt er mye mer spennende, og åpner for flere måter å tolke bildet på. Det finnes på en måte ikke noen fasit på hva man ser. Jeg pleier å si at et godt maleri skal ha minst tre fortolkninger, sier han.

Spent på tilbakemeldingene

Årets etikett er derimot et mer figurativt maleri, og er malt tilbake i 2017.

- Motivet kan være så mangt, og det er opp til den som ser å tolke maleriet. Men, det er ikke til å legge skjul på at det kan minne om både den ene og andre fjellknausen i Valdres, smiler han.

Kunstneren fra Aurdal er spent på responsen fra publikum, og legger ikke skjul at han også selv gleder seg til årets Rakfiskfestival.

- Det er veldig lenge siden jeg har vært på festivalen, så det får være et mål å ta turen dit i år. Dessuten er jeg veldig glad i rakfisk, så det burde jo

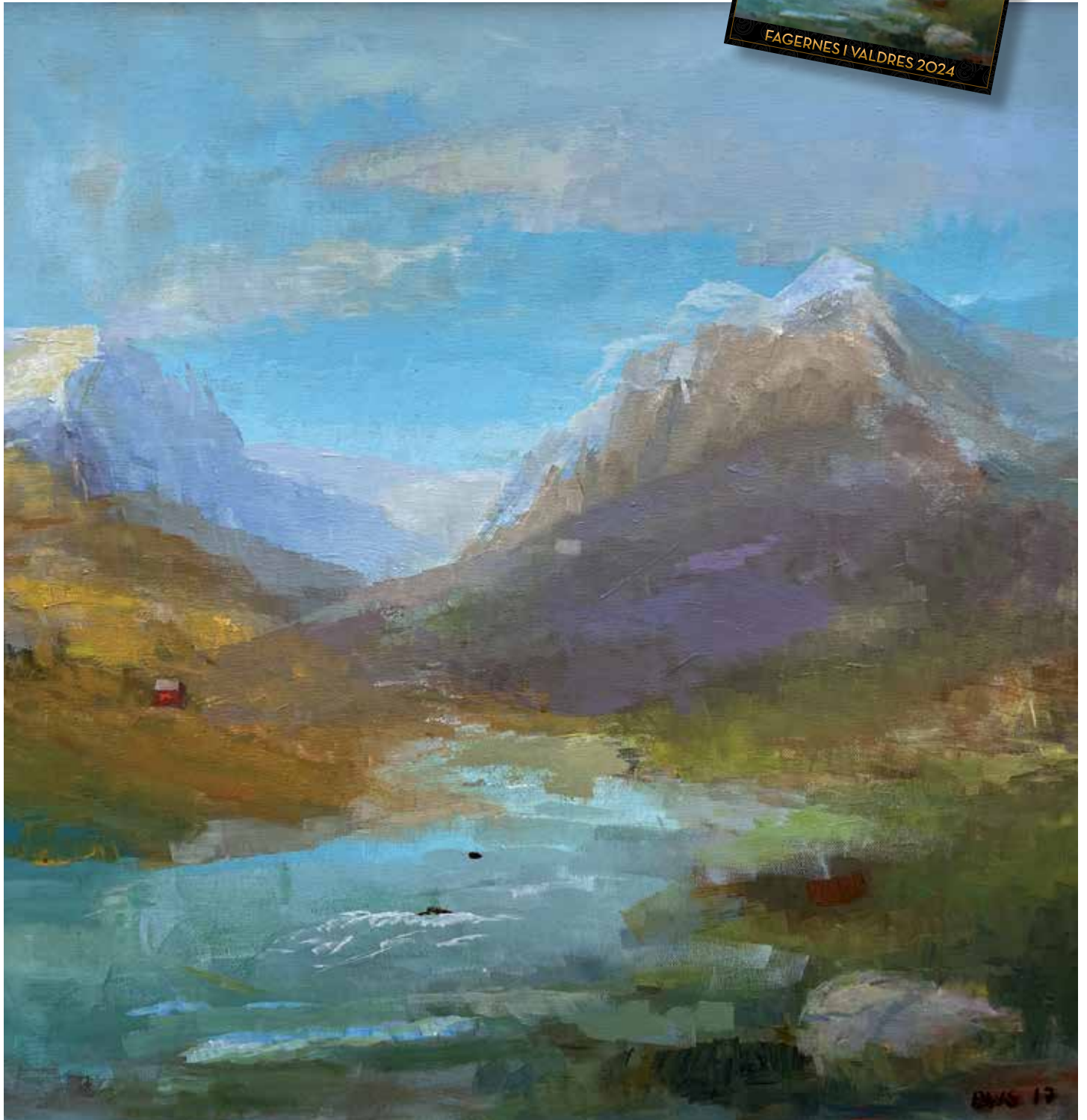


Selvportrett av Bård.

egentlig være en selvfølge å dra, ler Wergeland Stende.

- Aller mest spent er jeg på hva folk synes om årets etikett. Det er jo et

ærefullt oppdrag å få lov til å ha eget maleri på Rakfisketiketten. Jeg må jo si at det betyr mye å få lov til å bidra hjemme i Valdres, smiler han.



Etikettbilde som pryder årets Rakfiskakevitt

Alt du trenger til HUS OG HYTTTE



V/ tar forbehold om trykfeil. Bildene kan avvike fra produktene. Noen produkter kan være skaffet varer hvor det kan tilkomme frakt.

Bestill LEVERING HJEM fra
Montér Beitostølen, Montér Kvismo og Montér Storefoss



Stolt
samarbeids-
partner av

NORSK
RAKFISKFESTIVAL

Montér Beitostølen
Bygdinvegen 3764, 2953 Beitostølen
Tlf: 40 00 01 75
e-post: post@storefoss.no

Montér Kvismo
Tynnvegen 3610, 2973 Ryfoss
Tlf: 97 52 16 71
e-post: monter@kvismo.no

Montér Storefoss
Vølbustvegen 20, 2940 Heggenes
Tlf: 61 34 00 48
e-post: post@storefoss.no

Montér

Husk!
Det å rusle i
Rakfiskløype
er gratis!



Foto: Christine Stokkebyrn

RAKFISKLØYPA

Kvalitetprodukter fra hele Norge

Norsk Rakfiskfestival på Fagernes er en av landets største festivaler for utstillere av småskalamat. Festivalens formål er å fremme norsk matkultur, spesielt rakfisk fra Valdres.

Det selges tonnevis med rakfisk men også andre fiskeprodukter, bakevarer, ost, meieriprodukter, kjøttvarer, spekemat og annen hjemmelaget mat. I tillegg byr vi på et lite utvalg av andre produkter som er av god kvalitet og egenprodusert.

- Helt siden festivalen starta opp i 1993, har rakfiskløypa vært en viktig del av festivalen. Vi opplever tilreisende fra hele Norge som tar turen til Fagernes og Valdres for å sikre seg gode produkter rett før jul, forteller Håvard Halvorsen som også kan fortelle at han sier nei til flere som ønsker plass hvert eneste år. – Jeg skjønner at rakfiskløypa vår er populær blant de som selger varer av ulike slag, men det er ikke alt vi ønsker å tilby vårt publikum. Kvalitet er viktig for oss, avslutter Håvard.

Rakfiskløypa går i Fagernes sentrum, og omfatter 450 meter med standplasser. Oversikten over årets utstillere oppdateres jevnlig på rakfisk.no



Åpningstider

Torsdag 31.oktober	12:00 – 18:00
Fredag 1.november	10:00 – 18:00
Lørdag 2.november	10:00 – 18:00



Foto: Sonja Balci/OsloMet

Når forsker og sosiolog Annechen Bahr Bugge trer inn i fagjuryen under kåringen av årets rakfisk i november, er det en stor, matfaglig ressurs som blir tilført juryrommet. I tillegg til skarpe smaksløker og flere tiår med dypdykk i folks mat- og spisevaner, har Bahr Bugge med seg fersk forskning som tilsier at rakfisken, som del av vår kulinariske arv, kan stå foran et voksende marked blant bevisste ganer i årene som kommer.

Tidlig matentusiast

Annechen Bahr Bugge kan snakke seg varm om mat generelt og rakfisk spesielt, både i historisk og visjonært perspektiv.

Hvordan blir man så brennende engasjert i dette fagfeltet?

- Jeg ble tidlig opptatt av mat og allerede på barneskolen hadde jeg på plass min første matklubb. Den bestod av venninner og skolekamerater som løp rundt på gården jeg vokste opp på. Vi høstet bær, grønnsaker og egg og fikk deretter slå oss løs på kjøkkenet. Det gikk mye i kaker den gangen, husker jeg.

Matoppskrifter ble klippet ut eller nedtegnet, og i ti års-alderen hadde hun laget sin egen fyldige kokebok. Med en mor som var veldig flink på kjøkkenet og som lot barna også bruke dette rommet som lekegrind, var det lett å bli glødende engasjert i mat og matlaging. Søskenflokken mistet faren sin da Annechen var 14 år, og som eldst av tre søstre tok hun ansvar for å lage middager til familien

en dag i uka. I ettertid ser hun verdien av å bli involvert i daglige matlagingsrutiner. Kjøkkenet ble et sted for både ro og utforskning, og måltidene er en tid for samling og gode samtaler.

Likevel var det interessen for historie og kulturfag som pekte henne i retning av sosiologi når tiden kom for å velge et utdanningsløp.

- Tilfeldigheter førte meg til Statens institutt for forbruksforskning som student. Det første prosjektet jeg ble involvert i der var et oppdrag for Opplysningskontorene i landbruket, med nordmenns måltidsvaner som tema. Det var en oppfatning om at det stod svært dårlig til med nordmenns matvaner, men våre undersøkelser viste imidlertid at folk spiste både frokost, lunsj og varm middag så godt som hver dag.

Men noe har endret seg voldsomt siden 90-tallet.

- Vi hadde svært lav matkulturell selvtilitt på den tiden. Norsk mat ble sett på som smakløs og kjedelig. Dette er jo helt endret nå, vi er stolte av og nysgjerrige på egen matkultur.

RAKFISKEN

-fra beryktet til berømt

Bør vi bli ytterligere ambisiøse på rakfiskens vegne?

Rakfiskens reise

Det å rake, tørke og salte fisk i innlandet var en konserveringsteknikk før fryseren og fiskebilens inntog, og kildene viser at tradisjonen er minst 700 år gammel. Før var det hverdagsmat, så ble den knyttet opp mot helg og høytid.

Men de første turistene i Valdres lot seg ikke begeistre.

- Reiseskildringer fra 1800-tallet forteller om engelske lorder og rike franskmenn som kom på fjellferie og beskrev et folkeslag som likte halvråttet mat.

Stanken fra en nyåpnet butt med raket fisk var beryktet. Nå har rakfisk spredt seg fra matbordet i fjell- og innlandsområdene - til å bli hip og trendy i urbane strøk.

I takt med økende interesse og stolthet for den norske matarven gjøres det parallelle og smarte trekk i rakfisknæringen. Her peker Bahr Bugge på flere faktorer:

- Tenk at det på 90-tallet var 40-50 besøkende på de første rakfiskfesti-

valene og at det i dag er flere titalls tusen på Fagernes første helgen i november. Det å lage en festival rundt et matprodukt, og det i tillegg på et tidspunkt på året det ikke skjer så mye annet spennende, var en genistrek. På den tiden var produksjonen ganske lav i forhold til i dag, men både festivalgjengere og kvantum har tatt seg opp.

«Da mine barn var litt skeptiske til å smake rakfisk, solgte jeg det inn som «norsk sushi». Da gikk det ned på høykant!»

Annechen Bahr Bugge

I 2006 søkte og mottok «Rakfisk fra Valdres» geografisk beskyttet betegnelse og det ga den nok en ny status på matfatet. Da produsentene i tillegg gikk over fra hel fisk i butt til fileter i mer delikat emballasje tror jeg mye av folks oppfatning endret seg og gjorde retten mer tilgjengelig. Alt dette var veldig innovativt og viser at rakfisknæringen selv, og gode krefter rundt den, tok viktige grep i en tid da vi begynte å få øynene opp for våre

egne mattradisjoner.

Hun trekker også frem dyktige norske bønder og prisbelønte kokker som har bidratt til at våre råvarer, ingredienser, tilberedningsteknikker og retter har fått en høyere status både nasjonalt og internasjonalt.

- Vi er rett og slett mye stoltere av vår kulinariske arv og vi formidler historiene om maten på tallerkenen med entusiasme. Se på taco og pizza, som i sin tid ble sett på som eksotisk. Det er det jo ikke lenger. Men smalahove, rakfisk og norske håndverkssoster vekker nå nysgjerrighet også blant de yngre generasjonene.

I takt med dette tar forbrukerne også nye valg.

- Vi ser at bevisstheten rundt kortreist mat, terroir og biokulturelle forskjeller, dyrevelferd, levedyktige bygder og lokalsamfunn, samt den høye tilliten til norsk matproduksjon har løftet etterspørselen etter lokalproduserte matspesialiteter, og alt tyder på at denne tendensen fortsetter.



-Jeg ble glad og stolt da jeg ble spurt om å sitte i fagjuryen. Tenk at noen ser meg som såpass lærenem at de mener jeg har en plass rundt det dommerbordet. Dette er en viktig oppgave og stort ansvar, et ikke så rent lite ærefullt oppdrag, forteller en entusiastisk Bahr Bugge.

Foto: Eli Strand

Fersk forskning

Gjennom det pågående forskningsprosjektet «FoodLessons: Kulinarisk arv som en ressurs i bygging av «Matnasjonen Norge 2030» har Bahr Bugge og hennes team satt seg grundig inn i innlandets matfat og -arv.

I prosjektet ser de nærmere på hvordan en revitalisering av vår kulinariske arv kan brukes i næringsutvikling og verdiskapning, og her passer tanker og visjoner om rakfisk veldig godt inn.

- Det statistikken sier oss er at det er en veldig økende interesse for lokale matspesialiteter. Her er nok kvinner mer interessert enn menn, men interessen generelt øker i takt med alder, økonomi og utdanning.

I forbrukerundersøkelser om lokale matspesialiteter, der også rakfisk fra Valdres har vært nevnt, viser tallene at i det 2005 var 39 prosent som svarte at de var interessert. I 2023 økte denne andelen til 55 prosent.

- Så over halvparten av befolkningen er faktisk interessert i å teste ut rakfisk og tilsvarende retter, og tendensen er økende. I tillegg har 15 prosent besøkt en matfestival de siste 12 månedene.

Stort potensiale i hyttefolket

Nevnte studie omfatter også forbruksmønsteret til deltidsinnbyggere eller de som har tilgang på hytte eller fritidsbolig. Undersøkelsen viste

at hyttefolk i stor grad handler mat og drikke i lokale butikker, at de var interessert i lokale mattradisjoner og interessert i å kjøpe lokalmat.

Det samme gjaldt for lokale spisesteder. På listen over hva folk ønsket seg av endringer når de var på tur og reise i Norge, var mer norsk og lokalt på menyene, men Bahr Bugge mener det fortsatt ligger et uutnyttet potensial i dette markedet.

- 50 prosent av «hyttefolket» svarer at det er aktuelt å besøke matfestivaler og -markeder der dette er tilgjengelig. 6 av 10 er villige til å betale ekstra for lokal mat og drikke, og over halvparten sier de er interessert i å lære mer om lokal matkultur. 8 av 10 svarer også at de kjøper mesteparten av maten i lokale matvarebutikker i nærheten av fritidsboligen.

Valdres er en stor hytteregion, men hvordan er det med tilgjengelighet på rakfisk? Står rakfisk på menyen i Valdres, om man går ut for å spise? spør hun.

- Det er flott at dagligvarebutikkene i Valdres selger rakfisk-fileter fra produsentene, men kan man få smake på en av regionens største matspesialiteter i kaféer, restauranter eller ved severdigheter og museer? Mitt inntrykk er at det også her er noe å gå på, og jeg tror etterspørselen er på plass.

Treffer internasjonale trender

En annen, god grunn til å tro at rakfisk ennå ikke har nådd sin formtopp, er den økende interessen for nordisk mat i utlandet, mye takket være 12 nordiske stjernekokker som signerte et matmanifest i 2004. Med Noma-sjefskokk René Redzepi i spissen slo manifestet fast at «Ny Nordisk Mat» skal fremme nordisk gastronomi med fokus på bærekraftige råvarer som gjenspeiler årstid og geografi.

«Vi nordiske kokker finner tiden moden til å skape et Nytt Nordisk Kjøkken, som i kraft av velsmaker og egenart kan måle seg med de største kjøkken i verden», står det blant annet i dette manifestet.

- Dette slo voldsomt an, blant annet i USA, og fikk store oppslag som ga det nordiske kjøkkenet en popularitet rundt det som handler om rene smaker, sesongbaserte råvarer og kulinarisk kulturarv.

Når man så kobler dette med trender innen reiseliv og turisme, så ser man mye av de samme tendensene der.

- Mat- og måltidsturisme er i vinden på lik linje med at folk søker bredere innblikk i kulturarven og historien til stedet de besøker. Det er et ønske om å ta del i nostalgien, oppleve kulturen, smake seg gjennom det lokale kjøkkenet og sitte igjen med en større forståelse for det geografiske området de har fått være en del av på reisen.



Foto: Cathrie Dokken - Matstylist: Berit Ildjarnstad

Rakfisk serveres i stor grad på en enkel og tradisjonell måte, og Annechen Bahr Bugge mener dette kan være en del av suksessen. Uformelle og litt rustikke rakfisklag kan alle arrangere, og det legges gjerne inn ritualer for å stemme på smak og konsistens.

Og ser vi bort fra reiselivets trender, er folk i sin egen hverdag også med å løfte forståelsen og stoltheten for rakfisk og tilsvarende mat laget med gamle teknikker.

- Jeg tenker på den generelle fermenteringsbølgen, surdeigens renessanse, sylting og safting av bær, frukt og grønnsaker og det å kunne dyrke og lage egen mat. De gamle og trygge konserveringsteknikkene, samt de spennende kvalitetene og smaksopplevelsene det gir, alt dette er det en økende nysgjerrighet rundt. Kanskje vi har innsett hvor innovative våre formødre og forfedre var da de

måtte forholde seg til enkle løsninger og korte sesonger, men også hvor bærekraftig maten var og hvor unike smaker det skapte?

Har du tro på at vår rakfisk har et større marked å ekspandere i ut ifra disse trendene?

- Ja, jeg har tro på rakfisken!

UNESCO neste?

I 2010 ble mat for første gang registrert på UNESCOs immaterielle verdensarvliste med oppføringen av Middelhavsdietten, fransk gastronomisk matskikk, Michoacán-kjøkkenet, samt kroatisk ingefærbrød.

- Det er ingen norske produkter eller retter på listen i dag, men tørrfisen har nå søkt om en slik oppføring. Har dere i Valdres vurdert noe lignende for rakfisken? Den er jo så unik. Det handler ikke bare om det ferdige produktet, men om tradisjonen, teknikken og den geografiske tilhørigheten.

- Og når regjeringen har uttalt så høye mål og ambisjoner for salg og omsetning av lokalprodusert mat, kan vel dere også ha det? avslutter Annechen Bahr Bugge.

Tekst: Lene Hovi

Annechen Bahr Bugge

Sosiolog (dr.polit) og forsker ved Forbruksforskningsinstituttet SIFO, OsloMet, og har i en årrekke forsket på problemstillinger knyttet til mat og spisevaner.

I 2005 tok hun en doktorgrad i sosiologi ved NTNU. Avhandlingen hadde tittelen Middag – en sosiologisk analyse av den norske middagspraksis.

I 2019 ga hun ut verket «Fattigmenn, tilsørte bondepiker og rike riddere – mat og spisevaner i Norge fra 1500-tallet til vår tid».

Leder forskningsprosjektet FoodLessons (2021-2024) som ser på kulinarisk arv som en ressurs i bygging av matnasjonen Norge 2030. Målet er å utforske og formidle vår kulinariske arv på en slik måte at det mobiliserer til nytenkning og innsats for kunnskaps- og næringsutvikling.

Skriver på en bok, sammen med Henry Notaker, om det nordiske kjøkkenet som er ment for et internasjonalt publikum.



Foto: Sonja Balci/OsloMet

LOFOSS FISK

Siden 2001 har Lofoss Fisk vært et datterselskap av Røn Gard. Lofoss Fisk har produsert og foredlet rakfisk fra 1970 i den nordre enden av Slidrefjorden. Bedriften ligger i Ryfoss i Vestre Slidre kommune.

Da hadde Grethe og Eivind Gunnar Myhre sammen med Ingrid og Reidar Haugen drevet den fra 1990. Lofoss Fisk står i dag for om lag en tredel av «konsernets» samlede rakfiskproduksjon på 60 tonn.

– Fisken vår legges ned til rakfisk etter god, gammel valdrestradisjon og kvalitetssikres i alle ledd. Familiebedriften har fått mange priser under Norsk Rakfiskfestival opp gjennom åra, både fra fagjury og folkejury. Med stor stolthet kunne bedriften i 2013 motta vandrepokalen for beste rakfisk til odel og eie, etter å ha gått til topps tre ganger. I 2015 ble Lofoss igjen kåret til beste beste rakfisk av fagjuryen, mens morselskapet Røn Gard fikk andreprisen, forteller Randi Røn fra Røn Gard.

Lofoss stakk for øvrig av gårde med folkejuryens pris både i 2018 og 2019. Bedriften leverer rakfisken både i spann og som vakuumpakket. Fisken fås i de tre modningsgradene mild, lagra og vellagra. Den er å få kjøpt i mange av Norgesgruppens dagligvareforretninger. Du kan også ta kontakt på telefon eller e-post for å handle direkte fra lageret. Fra 2001 har også rakfisken fra Lofoss hatt Matmerks «Beskyttet geografisk betegnelse», som garanterer at dette er et helnorsk produkt.

LOFOSS FISK, TYINVEGEN 1507 2960 RØN

TELEFON: 928 57 853 / 918 44 501

E-POST: endre@roengard.no

NETTSIDE: www.lofossfisk.no



RØN GARD

Bedriften er den eldste profesjonelle oppdretter og rakfiskprodusent i Valdres. Det var nemlig alt i 1965 at brødrene Ola og Trygve Røn startet Valdres Ørretoppdrett sammen med Ola Ulven.

– De skulle oppdrette regnbueørret fra rognstadiet og etter hvert ble det bestemt at det også skulle produseres matfisk til produksjon av rakfisk. I 2006 skiftet bedriften navn til Røn Gard. Fra 1996 startet vi med salg av vakuumpakket fisk. Dette viste seg å vokse. I 2000 var cirka 50 prosent av fisken vakuumpakket. Siden 2010 har denne andelen vært 75 prosent, forteller Randi og Endre Røn, som i dag driver virksomheten sammen med Endres bror, Lage.

Røn Gard feiret i 2015 sitt 50-årsjubileum. Dette ble markert med blant annet å bygge ut 280 kvadratmeter til kjøle- og modningsrom samt å lage en 74-siders jubileumsbok som var klar til rakfiskfestivalen. Det var Randi som sørget for at denne boka ble virkelighet. Røn Gard ligger ved den kjente fiskeplassen Pjåten, med eget klekkeri som også forsyner andre produsenter i Valdres med settfisk. Fisken legges ned til rakfisk etter god, gammel valdrestradisjon og kvalitetssikres i alle ledd. Den leveres i spann og som vakuumpakket. Rakfisken kan kjøpes i mange av Norgesgruppens forretninger eller bestilles pr telefon eller e-post fra eget lager. Fisken fås i de tre modningsgradene mild, lagra og vellagra.

– Vi har fått mange priser både fra fagjuryen og folkejuryen under Norsk Rakfiskfestival. I 2014 vant Røn Gard begge prisene. I 2018 fikk vi fagjuryens pris som beste fisk, forteller Randi og Endre. Fra 2001 har rakfisken deres hatt Matmerks «Beskyttet geografisk betegnelse», som garanterer at dette er et helnorsk produkt. Høsten 2019 tok Røn Gard i bruk en stor og moderne produksjonshall i Pjåten.



RØN GARD, PJÅTEN 42 - 2960 RØN

TELEFON: 918 44501 / 928 57 853

E-POST: endre@roengard.no

NETTSIDE: www.roengard.no



EJLIS

Fra drøm til virkelighet

Foto: Lydia Tefera



Silje Brekke Veltun (22), også kjent som Ejlis, er en *superstjerne* uten like. Jenta fra Rogne i Valdres har de siste årene fått mye publisitet for å synge og skrive R&B/POP låter på Valdresdialekt. Du ser henne på scenen i Storteltet under Rakfiskfestivalen i november.

Silje er ekte Valdres-original som både prater og synger på dialekt. Hun ble nylig ferdig med sin bachelor i populærmusikk og etter tre år på Westerdals har hun nå spredt vingene sine og flyr høyt og lavt gjennom Oslo på jakt etter neste spillejobb.

Hun beskriver musikkjangeren sin møte mellom bygd og det urbane. I takt med den voksende interessen for folke-musikk og egen oppvekst, bringer også Ejlis flere tradisjonsinstrument som langeleik og hardingfele inn i musikken. Som kontrast mot det ellers urbane lydbildet, kjennes låtene som en frisk bris inn i norsk musikk.

- Det er viktig for meg å representere Valdres. Jeg har en stor kjærlighet og et sterkt behov for å vise fram det jeg har vokset opp i, alt fra traktorlyd til langeleik. I starten sang jeg på engelsk, så sa bestevenninnen min at jeg måtte synge på dialekt - og jeg tok rådet hennes.

Hvor lengre har du drevet med musikk?

- Jeg har alltid likt å synge og vært aktiv. Jeg gikk på kulturskola i Øystre Slidre, men holdt ønsket om å være sanger for meg selv. Jeg har alltid hatt store drømmer om å stå på en scene, men pratet ikke mye om det. Så ble jeg med i et oppsett av Grease-musikalen til Ung i Valdres og da fikk jeg mitt første AHA-øyeblikk, forteller hun stolt.

Hun har alltid drevet med sang på hobbynivå og forteller lidenskapelig hvordan scenen ble hennes arena.

- Som barn gikk jeg alltid rundt og sang, og jeg pleide å leke konsert. Det startet som en hobby og nå kjenner jeg

meg enormt heldig som får stå på scenen og synge for dere. Jeg synes det er veldig kult å stå på der oppe og gjøre det elsker, det er helt spesielt for meg, forteller hun.

Silje blir inspirert av store artister som **The Beatles** og **Ariana Grande**, men størst av alt er **Staut** som hun deler hjemsted med. Hun forteller at hun ofte reiser på konserter for å få en avkobling, men trives best med mikrofonen i hånda.

Du skal opptre på Rakfiskfestivalen i år, hva gleder du deg mest til?

- Å stå på scenen! Da jeg var yngre synes jeg ikke festivaler var noe gøy, fordi det så morsommere ut å stå på scenen. Jeg føler meg heldig som får gjøre det i år. Jeg tar med vennegjengen min og forhåpentligvis kommer det publikum som vil høre på også.

Hva har du på rakfisk-lefsa?

- Jeg har et komplisert forhold til rakfisk, 1 av 365 dager i året har jeg lyst på rakfisk og det er som regel under Rakfiskfestivalen. For meg blir det mild rakfisk på lefsa, med potet som jeg moser og topper med rømme og urter.

Hvor ser du for deg selv om fem år?

- Jeg håper jeg kan leve av musikken. Spille på festivaler om sommeren og være i studio om vinteren. Jeg jobber for å bli en etablert artist og jeg ønsker å drive med musikk i Norge, understreker hun.

Hun avslutter med å skryte av produsenten hennes Tarjei Egge-Hoveid, som er hennes nærmeste samarbeidspartner og støttespiller i musikkbransjen.

Tekst Aya Strand

Foto Ole Onstad

LAVVO

FREDAG 1. & LØRDAG 2. NOVEMBER

Trond Svendsen & Tuxedo



HERRELAGET



LESS PÅL



BER



LANDROVES



EXIT MAIN STREET



GLIMMER DUO

SPLILLETIDER
OG BILLETTER



FAGERNES SPORTSFORRETNING A/S

ETBL. 1920

NORGES ELDSTE SPORTSFORRETNING I SAMME LOKALET.

152 års erfaring innenfor husets 4 vegger. Noen av våre merker:

ARCTERYX - NORRØNA - RAB - HOKA - SCARPA - NORHEIM - FISCHER - ROSSINGNOL

VÖLKL - SGN - PETZL - GRIEVEL. God tur - kjøp sjelden og skikkelig!

EGEN SYKKELBUTIKK

TREK - GIANT
DIAMANT

Eget sykkelverksted

SKI-VERKSTED

Vi smører og
tilpasser utstyret
ditt digitalt



TOPPTUR FJELLTUR KLATREUTSTYR

Vi har det du trenger!

STOR FISKE- AVDELING

Lokalt tilpasset

JAKT

Vi har våpen og
utstyret du
trenger

VANNSPORT RACKERT

VI TRYKKER OG
SELGER KLUBBTØY

RANDONEE FJELLSKI LANGRENN

SGN - Völkl - K2

LANGRENN

FISCHER
ROSSIGNOL
MADSHUS

Vi finner rett
utstyr til deg.

ALT I TRENINGSTØY OG TRIMUTSTYR

GOD TUR!

Kjøp sjelden og
skikkelig!

Hilsen alle som
jobber her!

 **INTERSPORT**
FAGERNES SPORTSFORRETNING





FAGERNES BYGUIDE



Shopping

1. Fagernes senter
20 butikker
2. Anitas drøm
3. Coop Extra
4. Damenes klær
5. Elfag
6. Franita
7. Gerds Gull & Sølv
8. HIET Gaver og
Interiør
9. Husfliden
10. Intersport
Fagernes
11. Kampenes
Blomster
12. Maxbo
13. Møbelringen
14. Satch
15. Sport Outlet
16. Valdres Lys
17. Vinmonopolet
- B-jans
- Brustad
- Børrestad
- Cubus
- Dressmann
- Eurosko
- Eurospar
- Floriss
- Kitch'n
- Login
- Nille
- Norli
- Power
- Princess
- Rusta
- Zavanna

Overnatting

1. Valdres Hotel
2. Fagernes Camping
3. Scandic Valdres

Helse og skjønnhet

1. Bliss Hud hår og
velvære
2. Fagernes Barber-
shop
3. Fagernes Optiske
4. Fagernes
Solsenter
5. Fagernes
Veterinærkontor
6. Feelgood
7. Fjelltannlegene
8. Karklypp
9. Hedna Frisør
10. Hårgalleriet
11. Hårkjelleren
12. Valdres Optikk
13. Valdres Trenings-
klubb
14. Vitusapotek
Valdres
15. Vitusapotek
Fagernes
16. Valdres Fysio-
terapi
17. Valdres Trenings-
senter

Opplevelser og service

1. Fagernes bilbadeland
2. Fagernes Camping,
badstu, sykkel og
kajakutleie
3. Galleri Hilsen
4. Link Bingo
5. Kulturhus, kino
& bibliotek
6. Padeltennisbane
7. Skomaker
8. Turistkontor/
Skysstasjon
9. Valdresmusea

Mat og drikke

1. Cafe Husfliden
2. Chens Beijing House
3. Fagernes Café og
kinarestaurant
4. Fagernes Camping
5. Fagernes Foodzilla
6. Fagernes Landhandel
7. Fjordkafeen
8. Flammen Fagernes
9. Hippegården Mat
og Vin
10. Khalles Diner
11. Khalles Corner
12. Lunsjbaren
13. Scandic Valdres
14. Sommerkiosken
15. Tasty House



FAGERNES
HANDELSSTAND
hjerter i Fagernes



LAST NED BILDET
DOWNLOAD PICTURE
BILD HERUNTERLADEN

Sondre har vært med på Rakfiskfestivalen stort sett hvert år siden han var ung.



Helsidebilde:

Denne karen er motorinteressert over hele fjøla.

Foto: Elin Strand

Bilde i venstre hjørne:

Sondre's drømmedag foregår på racerbanen sammen med beste-kompisen, Ove Stokkebryn, som er medeier i bilen. På Rudskogen er det bilbane og flere årlige samlinger alle kan delta på.

Foto: Freddefoto

RACING & RAKFISK

På forsiden av magasinet ser du Sondre Strand, en motorinteressert mann med en rekke gode egenskaper. Han har lang erfaring fra å jobbe i verksted og driver aktivt med motorsport, men stiller også gjerne som modell i kaffepausen.

Det er ingen tvil om at Sondre er motorinteressert og det har han vært hele livet. Han begynte med motocross da han var ti år gammel og gikk over til bilcross som 14-åring. Det har han drevet med siden. I 2023 prøvde han seg på drifting og det ga absolutt mer smak. Som barn hadde han flere interesser, men det var tydelig hva han helst ville bruke tiden sin på.

Den dagen faren hans skulle til Dokka på bilcrosstest og Sondre hadde forpliktet seg til å spille fotballkamp, kjente han på at fotball ikke lenger var hovedinteressen. Fra da av var det motorsport som gjaldt og over 20 år senere stemmer det fortsatt. Faren til Sondre gikk bort i 2018 og er den som introduserte Sondre for motorsport. Gleden over motorsporten er en stor grunn til at Sondre er den han er i dag.

- Faren min var en bidragsyter til motorsport-miljøet. Jeg var med han i verkstedet fra ung alder og det var der min interesse oppstod. Hvis jeg måtte velge bort en tur i verkstedet eller bilbanekjøring, så var det alltid en nedtur.

«Bilinteressen er en avkobling fra det hektiske familielivet»

Familieorientert

Familiemannen Sondre har to døtre på to og seks år. Han gleder seg til neste år, 2025, da er det ti år siden han møtte sin store kjærlighet og moren til barna, Sigrid Lauvhaug. Kanskje ti år-jubileet blir feiret med et giftemål? De flyttet sammen til Ranheimsbygda i 2021 og skal ta over gårdsdriften i løpet av noen år. Det gleder de begge seg til.

For Sondre er det gode liv friheten til å fordype seg i hobbyene sine. Han forteller at det er viktig å være raus med partneren sin og gi hverandre tid til å drive med egne interesser. Sondre kommer fra en kjernefamilie og har tatt med seg mange gode verdier derfra. Familieturer og hyggelige samlinger har alltid vært en prioritering og alle tar godt vare på hverandre, forteller han.

- Vi er en sammensveiset familie. Hvert år reiser vi på Rakfiskfestivalen og det er en begivenhet som er en like fast tradisjon som julefeiringen. Akkurat som hele familien møtes for å spise julefrokost, møtes hele familien og spiser rakfisk. Dette er noe som var tradisjon i ungdommen, senere har Rakfiskfestivalen også blitt et varmt møtepunkt for venner og bekjente!

Tekst: Aya Strand



Sondre Strand (31), fra Valdres



Foto: Elin Strand



HAADEM FISK

Det var min bestefar, Tidemann Haadem, som startet vårt «rakfiskeventyr». Han var en av pionerene innenfor rakfiskproduksjonen i Valdres. Sammen med min far Henrik, den gangen bare 17 år gammel, bygget han i 1967 anlegg for settefisk og rakfisk-produksjon ved foten av Faslefosse på Leira. Og der ligger anlegget fortsatt, forteller Thor André Fystro Haadem, som nå har overtatt selskapet.

Men «gamlefar» Henrik er stadig med i den daglige driften. I sesongene sysselsetter Haadem Fisk cirka 15 personer, så det er en virksomhet med betydelig verdiskapning for lokalmiljøet. I tillegg til å lage rakfisk, leverer de også settefisk fra eget oppdrett. Bedriften og området ved elva er en del av familiegården Haadem. Der har familien lagt ned rakfisk for salg i mange generasjoner, og er i dag den største produsenten av rakfisk med opprinnelse fra Valdres. Fasleelva har sin opprinnelse i Jotunheimen og fjellene rundt. Den har fra gammelt av vært kjent for et særs godt fiske og hadde stor betydning for matauk i eldre tid - der rakfisk var en viktig del av dette.

Når neste generasjon Haadem nå har tatt over, er kunnskapen overlevert på tradisjonsrikt vis.

– Vi setter vår ære i å levere prima rakfisk som er sikret gjennom særs strenge produksjonskrav, samtidig som forfedrenes tradisjoner etterleves, understreker Thor André.



HAADEM FISK - 2920 LEIRA I VALDRES

TELEFON: 40 52 50 10

E-POST: post@haademfisk.no

NETTSIDE: www.haademfisk.no



Råkfisk
FRA VALDRES



NORAKER GÅRD

På Noraker gård i Aurdal, har vi et eget vassdrag med 7-8 fjellvann. Herfra kommer det friske fjellvannet sprutende ut i oppdrettsanlegget og gir en sprek fisk med ren smak.

Garden har gått fra far til sønn siden 1500-tallet, så Nils er 14. generasjon som driver den tradisjonsrike eiendommen. Fra gamle dager la man ned fisk til sjøluhushold, men siden slutten av 1960-tallet har rakfisk vært hovednæringa på garden.

Gardsbutikken er åpen sju dager i uka, se åpningstider på www.noraker.no Rakfisen står som før i sentrum, men det lages også røkt og gravet fisk på Noraker. I gardsbutikken selges det også et bredt spekter av andre gardsmatprodukt fra Valdres og områdene rundt. I samarbeid med nabogarden med bryggeriet «Små Vesen» utvikles nå fermenteringsvegen. Fermenteringsvegen er en vandringstur mellom gardene hvor du kan få historie, kunnskap og opplevelser knyttet til vår øl og rakfiskproduksjon.

På bestilling tar Noraker imot grupper for omvisninger, selskaper og møter.



NORAKER GÅRD, 2910 AURDAL

TELEFON: 61 36 23 64 / 412 01 212

E-POST: nils@noraker.no

NETTSIDE: www.noraker.no



Råkfisk
FRA VALDRES

SETT AV HELGA NÅ!

30. OKTOBER - 1. NOVEMBER 2025



STORTELTET

TJUVSTARTEN
FREDAG 1. NOVEMBER

MATOMA

23:15

Denne kvelden kan du oppleve en av de største internasjonale stjernene innen dansemusikk på Fagernes. Med tropiske toner, noen av verdens mest kjente banger og samarbeid med globale navn i sekken, kommer gladlaksen til Storteltet for å ta over scenen og levere et forrykende show. Det er bare å glede seg!

Åpningstider 19:00 – 01:00

Billetter kjøper du ved inngang eller på rakfisk.no

Praktisk informasjon

Du må regne med litt kø ved inngangen, så det lønner seg å beregne litt ekstra tid før konsertstart.

Det er sitteplasser til cirka 2000. Plassen foran scena er stor, og er forbeholdt deg som vil komme tett på artistene. Eller bare danse. 18 års aldersgrense. Husk legitimasjon.





21:15 | STAUT

Med kombinasjonen fengende melodier, sterke og gode tekster, særdeles dyktige musikere og ikke minst et voldsomt driv og energi på scenen, har gjengen fra Valdres vokst seg opp til å bli en av de absolutt ledende i sin sjanger.



19:30 | EJLIS

Fra Valdres og skriver ærlige tekster med tema alle kan dra kjennskap til. EJLIS blander også inn engelske småord og musikken summeres i et uhørt møte mellom bygd og dialekt, med urbane og rytmiske elementer.



STAS: Randi, Endre og Lage med fagjuryens pris fra 2023. Bak ser vi den store samlinga av priser fra tidligere år.

- Nok en seier til Røn Gard

Randi, Endre og Lage Røn er skjønt enige om at det er stor stas å stikke av med fagjuryens pris. Det til tross for at Røn Gard - sammen med søsterbedriften Lofoss Fisk - etter hvert må kalles grossister i priser.

Randi, Endre og Lage Røn er skjønt enige om at det er stor stas å stikke av med fagjuryens pris. Det til tross for at Røn Gard - sammen med søsterbedriften Lofoss Fisk - etter hvert må kalles grossister i priser.

Rakfiskprodusenten verdsetter alle sine trofaste kunder svært høyt. Og det er nok gjensidig. For fisken etterspørres stort i markedet.

– Vi vil at fisken vår skal ha høyest mulig kvalitet og smake best mulig, slår trekløveret fast.

Kjempefornøyd

Randi betror oss at de allerede har testet årets fisk.

– Vi er kjempefornøyd og ligger der vi skal. Fisken er minst like god som i fjor, sier hun.

I skrivende stund satser familien Røn likevel enda mer på økt kvalitet. For nytt klekkeri og settefiskanlegg til bortimot 30 millioner kroner står snart ferdig på bedriftens anlegg i Pjåten. – Vi har planlagt dette i mange år. For vi visste det ville komme, sier Endre.

Det gamle settefiskanlegget var nemlig helt fra bedriftens barndom, i 1965.

Han kaller det nye for mer bærekraftig, på alle måter.

– Hvis røkteren har det bra, så har fisken det bra. Vi er tett på og har full kontroll over hele prosessen. Da blir det god kvalitet, utdyper han.

Besøksrom

Hovedelementene i det nye anlegget er klekkeriet, fire mindre kar i glassfi-

ber for startforing og ytterligere fire, enda større kar - støpt i betong - for videre foring av fisken, ettersom den vokser til.

– Det betyr at fisken kan gå lenger innendørs og vokse seg litt større og sterkere før den blir satt i uteanlegget og da blir det mulig å slakte fisken noe tidligere også, opplyser Endre.

Røn Gard forsyner seg selv, Lofoss Fisk og Trøsvik Fisk med settefisk. Det nye anlegget skal etter planen stå klart til bruk i august, når sesongen starter for alvor.

– Men det vil nok stå igjen noe arbeid etter dette, legger Endre til.

I anleggets øverste plan vil det også bli et besøksrom med plass til 15-20 personer og med store panoramavin-



Foto: Lene Hovi

«Å drive rakfiskproduksjon i en slik målestokk som familien Røn gjør er fulltidsbeskjeftigelse - og en livsstil»

duer, slik at de interesserte kan få et innblikk i produksjonen på nært hold. – Faktisk får vi en busslast med 40 tyske turister her alt 22. juni. Og rundt 70 andre har allerede satt seg på lista for å komme inn seinere.

Altoppslukende

Familien Røn - for det er fortsatt en ren familiebedrift - legger hele sin sjel i virksomheten, som de har drevet siden 1995, da brødrenes far Trygve i en alder av bare 64 år brått falt bort.

Og i Ryfoss ligger anlegget til Lofoss Fisk, som står for om lag en tredel av all fisken som går med i produksjonen av totalt cirka 60 tonn fisk, hvorav 20 tonn er settefisk og omtrent 40-45 tonn blir ferdig rakfisk. Det er fortsatt et åpent spørsmål om Røn og de an-

dre produsentene i Valdres får økt sine kvoter. Dette er en sak som Statsforvalteren har til vurdering.

Elitemjølke

Å drive rakfiskproduksjon i en slik målestokk som familien Røn gjør er fulltidsbeskjeftigelse - og en livsstil. Her er grensene åpenbart svært flytende. Som ikke det er nok, driver Randi og Endre familiegarden i bygda, med full mjølkeproduksjon. Også på dette området er det bare topp kvalitet som gjelder, de kan nemlig se tilbake på 25 år med elitemjølke.

– Rett etter rakfiskfestivalen til høsten skal vi til Lillestrøm og hente sølvspannet, det synlige beviset på dette, sier Randi stolt.

Høsten 1997 vant Røn Gard både fagjuryens og folkejuryens priser. Siden da har det blitt mange seirer. Men familien hviler såvisst ikke på noen laurbær.

– Vi er stolte over festivalen og det vi har vært med å skape for Valdres. Det er kjempeartig å se at så mange engasjerer seg for at arrangementet skal bli vellykket, hvert eneste år, understreker Randi og smiler.

Tekst og foto: Morten Stensby

MENY

LAVVO OG STORTELT

VILTGRYTE

m/potetstappe, tyttebær, 250 gr gryte
(Allergen: inneholder melk, selleri)

kr 275,-

FILLEGRIS

m/bbq- saus tilsmakt
med øl og honning, og kålsalat i brød.
(Allergen: inneholder melk, mel)

Kr 165,-

BAKT POTET

m/ rømme eller kryddersmør, mais og bacon.
(Allergen: inneholder melk)

Kr 165,-

RAKFISKLEFSE

m/purreløk, rømme.
(Allergen: inneholder melk, mel)

Kr 190,-

FJELLGRILL

2 pølser + stappe
(Allergen: inneholder melk, mel)

Kr 140,-

FJELLGRILL

med lompe
(Allergen: inneholder melk, mel)

Kr 69,-



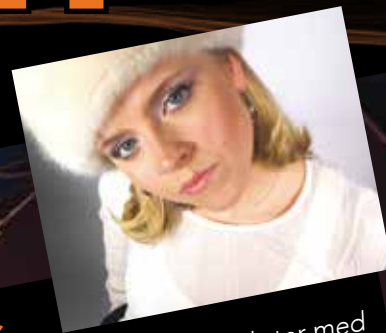
STORTELTET

DAGRAKEN
LØRDAG 2. NOVEMBER

Åpningstider 11:00 – 17:00
Inngang er inkludert i dagspass lørdag
Billetter kjøper du ved inngang eller
på rakfisk.no

11:30 | EJLIS

EJLIS er fra Valdres og skriver ærlige tekster med tema alle kan dra kjennskap til. EJLIS blander også inn engelske småord og musikken summeres i et uhørt møte mellom bygd og dialekt, med urbane og rytmiske elementer.



VERDENS STØRSTE RAKFISKFESTIVAL



15:00 | COVERMAN

Rock'n'roll er så mye mer enn bare musikk. Det er også en følelse. Med Coverman får publikum en gjennomført og autentisk opplevelse med låter fra band som blant annet KISS, AC/DC, Bon Jovi og Judas Priest.

13:00 | TIPPING FOR'N FAR

Bli med når Tipping for'n Far gjør sin hyllest av Vazelina Bilopphøggers – med stor iver, glede, egen sjargong, stil, hardt arbe, og en djuptgående kjærlighet tel Eldar Vågans utømmelige låt-univers.



Billetter til
Rakfisk-festivalen
får du kjøpt hos
The Loox

SHOPPING I FAGERNES

20 butikker under samme tak



NOE NYTT TIL HJEMMET?

Hos oss finner du et bredt utvalg av kvalitetsvarer både til hus og hytter.



MOTE TIL HVERDAG OG FEST

Ta turen innom våre åtte mote-butikker og bli ny fra topp til tå.



MAT OG DRIKKE

Eurospar har et stort utvalg av lokat mat og drikke. Alt du trenger til rakfiskfesten finner du hos oss!



UNN DEG EN LITEN PAUSE

Lunsjbaren har kjærlighet for god mat, bakevarer og kaffe. Alle produktene er hjemmelaget på huset og uten konserveringsmidler. Ta med eller nyt i våre lokaler.



VI ELSKER BLOMSTER OG BØKER

Vakre blomster fra Floriss er en fin gave både til deg selv og andre. Ta også turen innom Norli, så hjelper vi deg med å finne din nye favorittbok.



GODT FOR KROPP OG SJEL

Hos oss finner du det meste innen kosmetikk og personlig pleie. Hva med en tur innom Fagernes barber shop?



ÅPENT
Man.-ons. 10-19
Tors.-fre. 10-20
Lørdag 10-18

EUROSPAR: Man.-fre. 08-21, lør. 08-18
POWER: Man.-fre. 10-18, lør. 10-16
RUSTA: Man.-fre. 10-20, lør. 10-18
VITUSAPOTEK: Man.-ons. 09-19, tors.-fre. 09-20, lør. 09-18

Fagerneskjopesenter.no / Følg oss  

FAGERNES
SENTER

«FESTIVAL- ELEKTRIKEREN»

Den splitter nye samarbeidspartneren til Rakfiskfestivalen sørger for at strømmen kommer dit den skal, både til sentrumsgatene og telt. I tillegg til å surfe sosiale medier-bølgen har de etablert seg som en av de sikreste installatør firmaene i bygda.

Den splitter nye samarbeidspartneren til Rakfiskfestivalen sørger for at strømmen kommer dit den skal, både til sentrumsgater og telt. I tillegg til å surfe sosiale medier-bølgen er de på god vei til å etablere seg som en av de sikreste installatør firmaene i bygda.

Fjell Elektrikeren Valdres startet i Oslo for 10 år siden og kom til Fagernes i 2020. Siden da har de hatt et sterkt fokus på utvikling av kontorlokalene sine og bygge gode kunderelasjoner. Daglig gleder, Jon Hilmen forteller at de har et mål om å bli en av hjørne-stein-bedriftene i bygda.

- Det er mange veldrevne elektrikerselskap her i Valdres, virkelig god og skarp konkurranse. Her i Fjell Elektrikeren Valdres følger vi opp hver kunde fra start til slutt, da blir jobben grundig gjort. Uansett om det er privat bolig, hytte eller arrangement hjelper vi kunden A til Å.

Svømmer opp strømmen

Jon er opprinnelig fra Ulnes i Valdres. Han bodde og jobbet i Oslo i 8 år, men fikk hjemlengsel og bestemte seg for å utvide bedriften til hjembygda.

- Vi har et stort lokale som gir oss plass til å ha kontor. Her har vi pusset en del opp og gjort det hyggelig å være. Det kommer godt med når man sitter med papirarbeid eller i kundemøter.

Hvordan er det faglige miljøet?

- Her har vi et godt faglig miljø og gode dialoger om hvordan ting skal gjennomføres. Det er rom for samtale og å tenke løsninger. Som elektriker har du mange utfordringer i løpet

av en dag og det finnes like mange måter å løse et problem på som det finnes elektrikere, forteller Jon smilende.

Sosiale medier-pioneer

De tar i bruk medier som Facebook og Instagram for å markedsføre seg selv, og får mange fine tilbakemeldinger.

- Som elektrikere er vi typisk rolige og forholder oss anonyme, men vi kommer i alle slag og det er fint å vise frem. Mange synes også det er fint å få innsikt i hvordan vi jobber ved at vi popper opp på skjermen deres. Det finnes mange elektrikerfirma som er langt bakpå når det kommer til sosiale medier, så her er vi glad for å være i front, forteller Jon.

100 år med erfaring

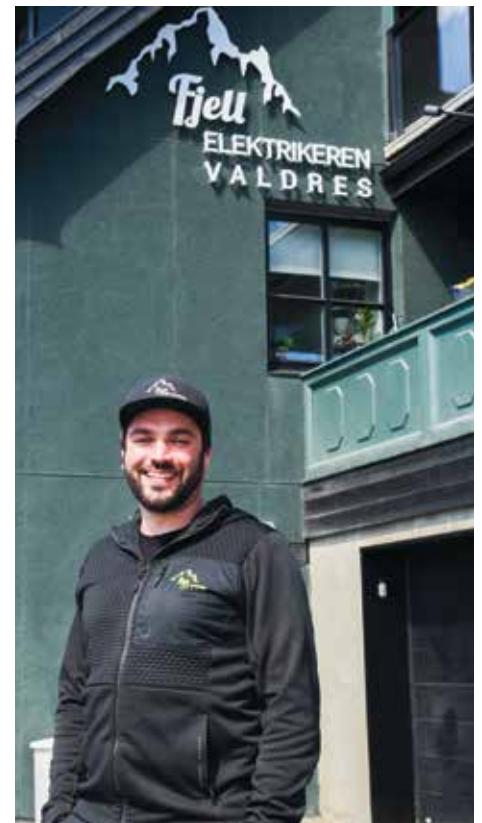
I skrivende øyeblikk er de seks ansatte i bedriften og sammenlagt har de rundt 100 år med erfaring. Det krever høy kompetanse for å jobbe med strøm og etter et lite innblikk inn elektrikeryrket ser du hva som kreves.

Jon er installatør som er den høyeste graden av elektriker innen bransjen. En tittel man får etter 10 år med skolerung, kursing, prøver og praksis. Jon forteller hva som må til for å jobbe med strøm på hans nivå.

- For å bli installatør begynner du på Elektro på videregående, det tar 2 år, forså å være lærling i 2,5 år. Etter det, Teknisk Fagskole i 2 år, også er det ut i relevant praksis i 3 år. Etter endt praksis kan du søke om å ta installatørprøva, her er det mange som faller av ettersom det er en vanskelig

prøve. Når du har bestått den, kan du begynne å jobbe som installatør. Å jobbe med strøm er omfattende, men allikevel snevert, utdyper han.

De ser frem til å jobbe for Rakfiskfestivalen og gleder seg over samarbeidet. Du kan følge med på sosiale medier, kanskje de til og med har en liten giveaway før festivalen?



Jon Hilmen (32) fra Ulnes, Elektro Installatør og daglig leder av Fjell Elektrikeren Valdres.



«Som elektriker har du mange utfordringer i løpet av en dag og det finnes like mange måter å løse et problem på som det finnes elektrikere»

POP QUIZ-PÅL

på plass i lavvoen



– Vi gleder oss veldig til å spille under festivalen. Og vi er alle sammen glad i rakfisk. Vi kaller oss jo et rakfiskband, sier NRK-programleder Pål Thoresen entusiastisk.

Radiomannen med den dype røsten kan mer enn å lede et av NRKs mest hørte programmer, Pop Quiz. Han spiller også i band, straks mer om det. Hver lørdag lytter om lag 450.000 musikkinteresserte mennesker over det ganske land til Påls sending. 64-åringen har vært med å lede programmet i flere perioder. Siden 2018 har han hatt ansvaret alene.

Men nå ser han og de fire andre medlemmene i bandet «less pål» - med små forbokstaver - mest fram til å opptre på rakfiskfestivalen for aller første gang. – Det er sannelig på høy tid, fastslår vokalist, gitarist og låtskriveren med et smil.

Skjerpe appetitten

– Har singelen fra det siste albumet deres, «Kortreist mat og fenalår», noe med at dere endelig kommer til Fagernes? – He he, den handler vel i bunn og grunn om at det nå har blitt mer stas og gir høyere status å komme fra landet. I dag har jo bygdene sine egne band. Det er jo en traktor og en banjo på nesten hver eneste gard. Så jeg tror egentlig ikke at låta har noe med vår opptreden å gjøre. Men det jeg kan love, er at musikken vår vil skjerpe appetitten til publikum, svarer Pål lurt.

Han kjenner godt til at evenementet på Fagernes er en av landets største matfestivaler. Men han vet ikke om bandet skal på noe rakfisklag under festivalen. – Men vi er som sagt glad i rakfisk og generelt opptatt av mat. Så vi er absolutt inviterbare, sier programlederen og serverer igjen sin smittende latter.

Nært forhold

Less pål har vært i Valdres før, seint på Beitostølen i april. – Det var ordentlig gøy. Og jeg er sikker på at vår gode, norske popmusikk vil passe også på festivalen. Vi lover naturligvis å snakke veldig varmt om den i etterkant også, sier Pål.

64-åringen har forresten et ganske nært forhold til Beitostølen, etter mange besøk opp gjennom åra. Han har venner med hytte der, men har ellers ingen slekt eller andre forbindelser til Valdres.

– Dalen er et meget vakkert og flott område av Norge. Jeg har vært her en rekke ganger i jobbsammenheng. Særlig husker jeg med glede intervjuene og samtalene med Steinar Hovi på Beitostølen. Vi sendte direkte derfra flere ganger for noen år tilbake, forteller programlederen, som nå har arbeidet i NRK siden 1997.

Pål, som er født i Oslo og oppvokst i Svelvik, startet sin mediekarriere i RadiOrakel i Oslo på 1980-tallet. Seinere var han med på oppstarten av tv-kanalen Nyhetskanalen i hovedstaden. For mange vil han være godt kjent som

«64-åringen har forresten et ganske nært forhold til Beitostølen, etter mange besøk opp gjennom åra»

NRK-programleder både i radio og tv. Han har blant annet jobbet i Nitimen, Reiseradioen og Blender på radio, og nå altså i PopQuiz. På tv har han mellom mangt annet jobbet i Frokost-tv fra 2006 til 2008 og Sommeråpent i flere perioder.

Ordspill

Bandet less pål, der han som nevnt er vokalist og gitarist - i tillegg til å være låtskriver - så dagens lys midt på 1990-tallet, da under navnet Rabalder.

– Hvor kommer dette smått underfundige navnet fra?

– Det er et ordspill, som spiller på flere strenger. Les Paul var en kjent amerikansk gitarist. Han konstruerte den legendariske gitaren med samme navn. Og så er det muligens noen andre i bandet som innimellom synes det blir litt for mye av meg. Derfor navnet less pål, forteller 64-åringen, som med et lurt glis er snar med å

tilføye at han helst liker å være bare en vanlig del av bandet.

En artig, liten historie kan forresten knyttes til at Pål har to brødre, Espen og Per. Espen vil nok også være kjent fra media, blant annet navnet Espen Thoresen Hværsaagod. Han er eldst og Per er yngst. Espen spiller også gitar. – Var dere en eventyrfamilie, eller valgte foreldrene navnene helt tilfeldig? – Min mor sa at ingenting var planlagt. Men siden eldstemann fikk navnet Espen og jeg Pål, så ble det bare naturlig å kalle yngstemann Per. Men du kan tro jeg har fått servert Per, Pål og Espen Askeladd temmelig ofte, sier Pål og smiler bredt.

Om livet

Forgjengeren til less pål, Rabalder, høstet forresten ifølge bandets egen hjemmeside godord fra anmeldere allerede fra starten. De ble spådd en lysende framtid med sine underfundige tekster, ispedd et rocka lydbilde som aldri ga slipp på de fengende melodiene.

«Less pål er rock/pop som handler om livet, enten på bygda eller i byen, om det å være ung, eller det å bli eldre, å være i eller utenfor et forhold, eller noe midt imellom, ofte humoristisk formulert med en underfundig undertone, fremdeles marinert i et foroverlent lydbilde hvor ordet fengende ikke er et skjellsord, tilbakemeldingene fra konserter og utgivelser er at less pål fyller et tomrom som ikke er å høre blant norsk på norsk utgivelser i dag, nå skrives tredje kapittel og vi gleder oss til å presentere det for publikum», skriver de sjøl på hjemmesida.

– Jeg vil gå så langt som å si at uten oss, ingen rakfiskfestival. Folk må kjenne sin besøkestid og komme på konsertene våre, avslutter frontfiguren - vi må vel få lov å kalle ham det - med humor og overbevisning.

Tekst: Morten Stensby

KOKKEGLEDE!

Fysen på noe godt? Gøran viser oss hvordan vi lager Rakfiskmousse. Helt perfekt om du vil ha en mild og god rakfiskrett som gir en luksurfølelse uten å bruke flere timer på kjøkkenet. Denne retten fikser du på 30 min!

OPPSKRIFT Gøran Bring

RAKFISKMOUSSE

INGREDIENSER

Lagra rakfisk

Røros rømme

Potetlefsa

Smaksnøytral olje

Dill

Sjalottløk

Persille

Sitron

Godt humør

For å lage denne deilige, enkle retten starter du med å velge rakfisken. Du kan bruke mild, lagra eller vellagra etter ønske, Gøran har brukt lagra til denne oppskriften. Så finner du frem en god og feit rømme. Om du har Rakfisk-rømme fra Valdres Meieri så er det den beste å bruke til denne oppskriften, ellers funker Røros rømme helt fint.

1. Ha ½ del rømme og ½ del rakfisk i en blender, blend til mousse. Den skal stå i kjøleskapet minst 30 min, maks 3 døgn.

Så finner du fram potetlefsene, her er det brukt Gjøviklefsa. Har du en pepperkakeform eller lignende kan du bruke den til å ringe ut små sirkler.

2. Ring ut 3 cm brede sirkler av lefsa.

Nå skal de små lefsene friteres i olje. Du kan bruke en panne eller kjele til dette. Bruk en smaksnøytral olje, som rapsolje. Olja skal være rundt 180 grader før lefsene legges i. Ha i nok olje, slik at lefsene er dekket av olje.

3. Friter/stek mini-lefsene i olje. De må legges på håndkle etter steking. Ha på litt salt!

Nå er det tid for å forberede garnityr og dillolje. For å lage dillolje kan du ta litt av oljen og mose dill inn i den. Om du vil kan du hoppe over dette steget og heller bruke oljen som den er og legge litt fersk dill på toppen helt til slutt.

4. Mos dill inn i olje. Sett til side.

Garnityr er mer enn bare pynt, det løfter smaken. Rens ingrediensene før du tilbereder dem.

5. Finhak sjalottløk. Sett til side.

Har du en sprøytepose er det tid for å bruke den nå. Du kan bruke den til å lage rakfisk-roser eller så kan du også bruke en skje og smøre mousse på de friterte lefsene. Om du får moussen litt i høyden, blir det en ekstra god munnfull.

6. Sprøyt moussen på de friterte lefsene.

Dander med dillolje og garnityr. Om du har en sitronrivjern kan du ta det fram nå.

7. Ha på noen dråper med dillolje, dryss over sjalottløken, små flak av sitronskall og persille.

Vel bekomme!

Slik ser Rakfisk-moussen ut når den er ferdig!





Hva er spesielt med råvarer fra Valdres?

«Det er en høyere kvalitet og mer unik smak. Spekematen fra Valdres er uslåelig, det er ikke langt unna Valdres du skal før du begynner å savne maten her»

Gøran Bring (45) er kjøkkensjef ved Danebu Kongsgaard i Aurdal.

GØRAN BRING

Det er trygt å si at å leke med smaksopplevelse er noe denne mannen er født til å gjøre. Gøran's drøm har alltid vært å jobbe med mat, selvom det var konditor han opprinnelig ville bli. Idag er han stolt av å presentere matretter av høy kvalitet som får smaksløkene dine til å danse. Han balanserer kvalitet med kvantitet som er noe ytterst få klarer å gjøre, men for denne karen kommer det helt naturlig. Kortreist og reindyrka er nøkkelord i matkreasjonene til Gøran, ved å prioritere små, lokale produsenter over de store produsentene sikrer han seg tilgang på kortreiste, sesongbaserte råvarer. Her er Gøran helt unik og denne vektleggingen av rein mat får han til å skille seg ut blant mengden. Han er rasende god til å lage mat og en ordentlig fin fyr.

På Danebu Kongsgaard har han med seg talentfulle lærlinger på kjøkkenet. I følge han selv er å ha dem med utrolig viktig. De beriker arbeidshverdagen og er en kilde til god hjelp og inspirasjon som også kan overraske. For Gøran er det viktig å gi unge et godt springbrett inn i voksenlivet og hjelpe fremtidige kokker å dyrke gode rutiner og verdier - også smaker maten ekstra godt når det er god stemning og latter på kjøkkenet!

Tekst og foto: Aya Strand

Historiske tilbakeblikk



1993 // Annonse Avisa Valdres sin korrektur på det som kanskje er den aller første annonsen.



1994 // Gokarstykke: Å løfte stein var tydeligvis tøft i 1994, og var én av flere øvelser når den sprekeste festivalgjest skulle kåres den gang.



1994 // Ikke så trangt om plassen foran bodene i 1994 som i dag.



1996 // Det meste av festivalen foregikk nær der Skiferplassen ligger i dag. Jernbaneveien var fortsatt åpen for biltrafikk.



1996 // Underholdning fra sentrumsscena, før årets beste rakfisk kåres.



2001 // Skiferplassen



2002 // Det meste skjer i området rundt Skiferplassen og Domus. Det kan se ut som Jernbaneveien fortsatt var åpen for biltrafikk.



STORTELTET

ETTERRAKEN
LØRDAG 2. NOVEMBER

DUM

Åpningstider 19:00 – 01:00

Billetter kjøper du ved inngang eller på rakfisk.no

Praktisk informasjon:

Du må regne med litt kø ved inngangen, så det lønner seg å beregne litt ekstra tid før konsertstart.

Det er sitteplasser til cirka 2000. Plassen foran scena er stor, og er forbeholdt deg som vil komme tett på artistene. Eller bare danse. 18 års aldersgrense. Husk legitimasjon.

19:30 | Coverman

Disse gutta har rocket hele Norge siden 2014 med breibeinte og hardtslående musikk fra 80-tallets største rockelegender. Med et tresifret antall konserter fra det private og offentlige under beltspenna har gutta blitt godt sammensveiset og finpusset showet til fingerspissene.



DUM BOYS

23:15 | DumDum Boys

Bandet er dypt forankret i den norske folkesjela. Verken prisdryss, salgssuksesser eller lovord fra etablissementet for øvrig har rocket ved DumDum Boys' fändenivoldskhet, spilleglede og trøkk når de står på scenen. Gled dere!

21:15 | Valentourettes spiller Jokke

Vi lover allsang, skrål, dans og skål i Storteltet denne kvelden. Valentourettes ler, griner og lever seg så totalt inn i tekst og musikk, at de til slutt smelter sammen til et stort pulserende monster som tar over hele salen og halve scenen til bandets store glede.





VIL SAMLE KUNNSKAP under samme tak

Nytt kontorfellesskap på Fagernes

– Vi ønsker å sette fart på utvikling i Valdres. Vi trenger å samle kunnskap, kloke hoder og gode hjerter på et sted. Vi ønsker å tilrettelegge for inspirasjon og innovasjon.

–Vi tror på at vi trenger å samarbeide og møtes oftere på kryss av bransjer, også i Valdres. Vi vet det sitter mye kunnskap på hvert sitt hjemmekontor. Nå vil vi lage en plass som legger til rette for mer utvikling i regionen. Det å ha andre man kan spørre om råd og dele erfaringer med er betydningsfullt og kan gjøre en forskjell for bedrifter og prosjekter.

Kompetansehus

Valdres får nå et etterlengtet sentralt bedrifts- og kontorfellesskap. Navnet er GG13 og ligger midt i Fagernes sentrum. En egen etasje med coworking space har fått navnet COWORK13. Nå gjøres det en satsing på å samle bedrifter – et hus fylt med kompetanse.

Selve bygget er et gammelt kjøpesenter som tidligere het Gjensidigegården. Det vil også være støttefunksjoner og noen butikker igjen på huset. Bak satsingen står gårdeier Valdres Gjensidige Brannkasse (Gjensidige Valdres) De ønsker å ta samfunnsansvar og ser på denne satsingen som et viktig ledd i fremtidig bedriftsutvikling i regionen. Valdres og Fagernes som regionsenter, trenger et slikt miljø, sier daglig leder Christian Blix-Nilsen. Han har med seg Heidi Bragerhaug i Bravoo AS på laget som markedsjef og forretningsutvikler.

–Vi ønsker et mangfold av mennesker her. Her kan du sitte sammen med mennesker med gode verdier som ønsker å løfte hverandre opp. Negativitet og nedsnakk kan sitte et annet sted. Det skal være åpne dører, åpne sinn og fult av farger og liv, sier Christian Blix-Nilsen.

Nettverk

Ved å samle mange kan vi skape et nettverk av business blant både de som bor i Valdres, de som vurderer å flytte til Valdres, de som er fra Valdres men ikke bor her, de som er deltidsinnbyggere og de som er samarbeidspartnere til bedrifter i Valdres. Kanskje kan det også dukke opp nye prosjekter ved nye bekjentskaper.

Kreativ bransje, teknologi, bærekraft og gründere
COWORK13 ligger i 2.etg. og er et coworking space. Man kan leie arbeidsplass i åpent areal, delte kontor og enkeltkontorer. Her sitter både freelancere, små bedrifter, studenter og ansatte som bor i Valdres, men som har arbeidsgiveren sin andre steder i Norge.

Her er det ønske om å satse kreativ bransje, teknologi-kompetanse, bærekraftkunnskap og start-ups, men det også andre aktører som kan komme inn.

–Studenter er en viktig gruppe for oss som vi ønsker å støtte, sier Heidi. Derfor har vi et tilbud til studenter som sitter i Valdres med studiearbeid. Hit kan studenter komme for å få ro rundt studiearbeidet, inspirasjon, nettverk og få tilgang til fasiliteter. Tilbudet er gratis for alle studenter nå i starten.

« –Vi ønsker et mangfold av mennesker her. Her kan du sitte sammen med mennesker med gode verdier som ønsker å løfte hverandre opp»



Leie av møterom

COWORK13 leier også ut møterom, derfor er det bare å ta kontakt om det er bedrifter som har behov for et møteromsabonnement eller drop-in.

Kunnskapsdeling og faglig input

Det er allerede mer enn 20 bedrifter på huset med mye kompetanse og erfaring – og flere kommer til. GG13 ønsker derfor å legge opp til dialoger, foredrag og workshops innen ulike temaer. Dette kan både være folk på huset som deler fra sin kompetanse eller eksterne. Eksempler på temaer kan være stedsutvikling, inkludering, erfaringsdeling, kommunikasjon, kontrakts skriving, AI, kommunikasjon, lederutvikling, m.m.

GG13 er allerede i gang og har et mål om å gjennomføre jevnlig inputs. Vi kommer også til å fastsette dager for sosiale happenings, der det er frivillig å delta.

Deling & bærekraft

Her kan du komme å sitte på både åpne plasser, delte kontorer eller eget kontor. Vi deler lunsjrom, møterom og fellesarealer. Det er bærekraftig å dele på fasiliteter og det er sosial bærekraft å samarbeide med andre. Her er alt inkludert; strøm, vask, internett, kaffeautomat, lunsjrom og kjøkken, sykkelparkering, 2 stk. større møterom, 4 stk. stillerom, podcastrom og printer.

Kom innom for å se

Det pusses opp innvendig i disse dager, og alt skal være klart i løpet av august. Det er bare å følge med, stikk gjerne innom for å se. Utvendig oppussing vil også skje i løpet av året. Så det er bare å glede seg! Er du nysgjerrig? Kan du les mer på gg13valdres.no og sjekke ut [@gg13valdres](https://twitter.com/gg13valdres)



RAKFISK FESTIVALEN

Det ligger i lufta.



TORS DAG 31. OKTOBER

10:00 – 20:00 Salg av billetter Fagernes Kjøpesenter.
11:00 – 18:00 Festivalrestaurant på Skiferplassen med meny av lokale råvarer.
12:00 – 18:00 Rakfiskløypa med kvalitetsprodukter fra hele Norge.
19:00 – 00:00 BYFANT i Lavvoen med underholdning fra Norges kuleste partyband, Glimmer.

FREDAG 1. NOVEMBER

06:00 – 10:00 Radio Norge sender Morgenklubben direkte fra festivallokalene.
10:00 – 18:00 Rakfiskløypa med kvalitetsprodukter fra hele Norge.
10:00 – 18:00 Vinmonopolet selger årets rakfiskakevitt. Kun 2 000! Nummererte flasker.
10:00 – 20:00 Salg av billetter på Fagernes Kjøpesenter (Kitch'n).
10:00 – 01:00 Lavvo i sentrum med mat, musikk og super stemning.
11:00 – 18:00 Festivalrestaurant på Skiferplassen med meny av lokale råvarer.
19:00 – 01:00 TJUVSTART i storteltet med Ejlis, STAUT og Matoma.

LØRDAG 2. NOVEMBER

10:00 – 18:00 Rakfiskløypa med kvalitetsprodukter fra hele Norge.
10:00 – 15:00 Vinmonopolet selger årets rakfiskakevitt . Nummererte flasker.
10:00 – 20:00 Salg av billetter på Fagernes Kjøpesenter.
10:00 – 01:00 Lavvo i sentrum med mat, musikk og super stemning.
11:00 – 15:00 Smaksprøver og kåring av årets rakfisk i telt på Skiferplassen.
11:00 – 17:00 Stortelt i Fagernesparken med Ejlis, Tipping for'n far og Coverman.
19:00 – 01:00 ETTERRAK i stortelt med Coverman, Valentourettes og DumDum Boys.



BILLETTINFO

BYFANT i lavvo torsdag kveld	kr. 300,-
LAVVO fredag dag og kveld	kr. 300,-
TJUVSTART i storteltet fredag kveld	kr. 750,-
DAGSPASS lørdag*	kr. 300,-
ETTERRAK i storteltet lørdag kveld	kr. 750,-
FESTIVALPASS	kr. 1495,-

* Inkluderer inngang i lavvo, smaksprøve og stortelt

ticketmaster®
www.rakfisk.no