



# KOMPETANSENAVET FOR LOKAL MAT

## Hordaland - Sogn og Fjordane

### Konserveringsteknikker, frukt og bær

**Kurs for små næringsmiddel- og serveringsbedrifter. Lær å lage saft og sylte av lokale bær og hermetisere frukt sjølv til dessert og glede for gjesten.**

*God økonomi i å ha denne kunnskapen sjølv, lag ditt syltetøy til din restaurant og dine vaflar – det er ikkje så vanskeleg og tar heller ikkje lang tid heller. Kari Støfringsdal går gjennom basisoppskrifter og metodar.*

Regionen vår fløymer over av frukt og bær, ja det kan kanskje bli vel mykje av det. Men er vi flinke nok til å utnytte denne ressursen og begeistre våre gjester. Serverer vi hermetiserte moreller, plommer og pærer til dessertbordet eller opnar vi ein boks frå utlandet?

Kompetansenavet Vest ynskjer med dette å tilby eit kurs over ein dag der vi går gjennom basisoppskrifter for å komme i gang med å lage sitt eige syltetøy og hermetisere sjølv. Råvarene kan ein lett bestille i nærområdet, frys inn bæra i 2-3 kg pakningar til passelege kok for ein middels restaurant utover året. Sett av ein dag eller to til hermetisering av pærer, plommer og moreller så har du til hele sesongen. Dersom du treng store kvantum kan det kanskje lønne seg å leige inn nokon som driv med foredling av lokal frukt og bær. Slik som Anne Lise Haukadal i Kroken, ho pressar mellom anna saft til Hanne på Høyden.

**Praktisk kurs** der vi saftar, syltar og hermetiserer. Ser på frukta sine eigenskapar, bruk av sukker og pektin. Tilsetjing av smakar og rutinar for slike produksjonar. Passar for deg som driv eigen serveringsstad, er kokk på hotell, eller har bær og ynskjer å foredle dei for sal som matsuvenir. Difor ser vi også litt på emballasje.

**Kurshaldar:** Kari Støfringsdal  
[www.fjordamattunet.no](http://www.fjordamattunet.no)

#### **Kari Støfringsdal** driv

Fjordamattunet i Jølster. Kari har gitt ut mange bøker om fjordamaten. Ho får mykje skryt av måten ho formidlar sin kunnskap på. Kari har eit rikt utval av teknikkar, her lærer du om basisen slik at du sjølv er i stand til å gå vidare med dine oppskrifter. Kvar kokk og kvar region med sine metodar, dette er vi også innom.



#### **KURSSTADAR:**

**Sogn:** Luster vidaregåande skule, Hafslo.

**Tid:** Tysdag 31.august, kl. 09.30 - 17.00

**Kontaktperson:** Gry Tokvam, tlf. 90594942

E-post: [gry.tokvam@sfj.no](mailto:gry.tokvam@sfj.no)

**Voss:** Vestnorsk Kulturakademi, Voss.

**Tid:** Tysdag 14.september, kl. 09.30 - 17.00

**Kontaktperson:** Sigrid Gjelland, tlf. 95172590

e-post: [post@kulturakademi.no](mailto:post@kulturakademi.no) [www.kulturakademi.no](http://www.kulturakademi.no)

**Nordfjord:** Sandane næringshage, Sandane.

**Tid:** Fredag 15. oktober, kl. 09.00 - 16.00

**Kontaktperson:** Sigmund Vereide, tlf. 900 70 848

E-post: [sariv@online.no](mailto:sariv@online.no)

**Kursavgift:** kr. 1 000,-  
to frå same bedrift kr. 800,- for nr. 2.

#### **Påmelding til kursa:**

E-post: [paamelding.sjh@sfj.no](mailto:paamelding.sjh@sfj.no), tlf: 57 63 26 50

Detaljerte program vert sendt ut etter påmelding.

