

# BAKNING

## Inspirations- dagar 29-30/9 2010 MED STUDIEBESÖK

Den 29-30 september åkte vi längs västkusten för att inspireras av människor som verkar och brinner för bröd. Vi började resan i Göteborg där vi besökte två bagerier.

TEXT och FOTO: Karin Hillström

### ALVAR OCH IVAR

Alvar och Ivar är ett litet bageri som ligger på Kastellgatan 11 i Göteborg. Alla deras produkter är Krav-godkända och de samarbetar även med Västgötaodlarna. Tillsammans med Fanny Ivarsson, som driver Alvar och Ivar, är de totalt fem anställda idag. Bageriet har inte funnits längre än cirka två år men har på den korta tiden hunnit bygga upp både ett starkt varumärke och en stor efterfrågan.



Fannys bröd, Alvar och Ivar

På Alvar och Ivar bakas det bröd och bullar på surdeg, de använder sig av kylrum för långsam jäsnings, arbetar generellt med lösa degar och bakar säsongbröd till exempel med gul- och rödbetor.

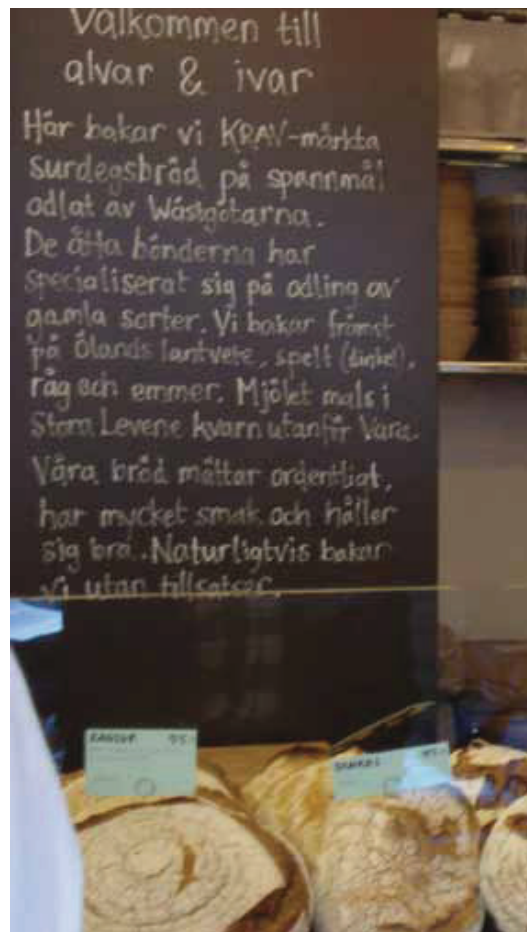
När vi besökte bageriet berättade Fanny om resan från att ha drömmen om ett bageri till att starta upp och få en fungerande verksamhet. Det var otroligt inspirerande och lärorikt.

### CUM PANE – EKOLOGISK BAK- VERKSTAD

Nästa besök vi gjorde var hos Robin och Christiane Edberg på Mariagatan 17 i Göteborg. Detta bageri är också relativt nytt, det startades 2008. De är 100 % ekologiska och har idag 8 anställda. Deras filosofi är att ha ett hållbart företagande, för miljön, för personalen och för dem själva. I Göteborg var de först som bageri med att baka 100 % ekologiskt.

40-45 % av deras produktion bakas på surdeg, resterande är en kombination av surdeg och jäst eller enbart jäst. Mjöl-sorterna de använder är gärna gamla sädesorter som svedjeråg, nakenkorn, emmer och lantvete från Dalarna. De säljer det mesta av sina bröd på plats i bageriet men levererar även till andra.

Vi fick en snabbkurs i att fläta vete-franskor! Återigen ett mycket inspirerande besök, framförallt att höra historien om hur Robin och Christiane gick tillväga för att lyckas genomföra sina visioner.



### LYCKANS STENUGNSBAGERI

Lyckans stenugnsbageri invigdes i januari 2008. De har en vedugn byggd av John Fischer, som de bakar sina goda och hälsosamma bröd i. Bageriet ägs och drivs av Mena och Lars och ligger i Bohuslän i närheten av Hunnebostrand. Sommaren är deras högsäsong men de håller öppet året runt.

Vi kom till Lyckans på onsdag eftermiddag för att vara med på deras populära bakdygn. Under ett dygn bakade vi tillsammans, Mena och Lars berättade sin historia, och vi fick både se men också vara med och sätta händerna i degen och baka!

Det Mena och Lars är så duktiga på, förutom att baka, är att bygga ett helhetskoncept där allting är lika viktigt. Kvaliteten på maten, bemötandet och allt runtomkring är mycket bra.

### LÖGENS KVARN

Lögens kvarn ligger i Lyse, cirka 7 km från Lysekil. Här gjorde vi vårt sista stopp på resan. Ingrid och P-O Larsson odlar och malar sitt spannmål som är odlat ekologiskt. Vete och råg är de spannmål de odlar mest men de odlar även spelt (dinkel). De sorter de odlar är gamla kultursorter med hög proteinhalt. De odlar till exempel lantvete från Öland och Amina, en vetesort med mycket bra bakegenskaper.

Efterfrågan på Lögens kvarns produkter är hög och P-O och Ingrid försöker att hålla sig till att sälja sitt mjöl i närområdet. De säljer gärna sina mjöler direkt från kvarnen. Lyckans bageri använder sig av Lögens kvarns mjöl, bland annat Amina.





Alvar och Ivar



Robin Edberg på Cum Pane

HOS CUM PANE  
FICK DELTAGARNA  
EN SNABBKURS  
I ATT FLÄTA  
VETEFRANSKOR.  
DET GÄLLER ATT FÅ  
IN RÄTT SNITS.



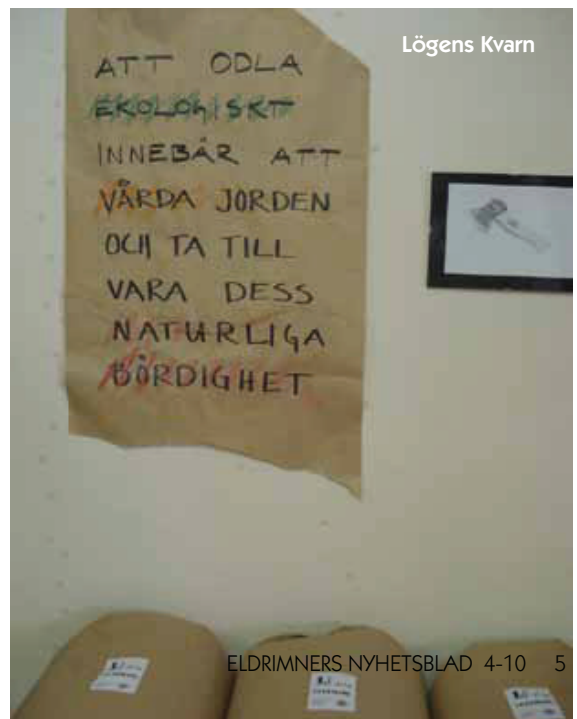
Gruppen fikar på  
Alvar och Ivar.



Cum Pane



Mena och Lars, Lyckans Stenugnsbageri



Lögens Kvarn