

# Landbúnaður

ÞRIÐJUDAGUR 26. JÚNÍ 2018

Kynningar: Markaðsráð kindakjöts Lifland



Heimasætan Steinunn Davíðsdóttir fylgist með því að hænurnar geri ekkert af sér en þær eru mjög ákveðnar og herskár ef þarf að verja garðinn fyrir óboðnum gestum. MYND/STEFÁN

## Einstaklega skemmtilegt en krefst metnaðar

Hjónin Davíð Ólafsson söngvari og Hrönn Helgadóttir organisti búa í Mosfellsbæ ásamt fimm börnum og einum hundi og fyrir um ári bættust svo nokkrar hænur í heimilishaldið, heimilisfólki til mikillar ánægju, en hænurnar skemmta eigendum sínum og verja garðinn af ákefð. ➔2

## Framhald af forsiðu →

Brynhildur  
Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Ætli það hafi byrjað á eggjamálinu stóra," segir Davíð, aðspurður um hvernig hænsnahaldið atvikaðist. „Við eigum frábæra nágranna sem fengu sér hænur og fengum að fylgjast með og í kjölfarið að velta fyrir okkur hvernig væri að fá nýorpin egg í rúmið á morgnana. Síðan fór ég í veikindaleyfi og langaði að byrja endurhæfinguna á því að smíða hús. Við fundum krakka-hús frá Bauhaus sem þarf að setja saman frá grunni og ég kom því saman hægt og rólega og þá var komið hænsnahús.“ Þau ákváðu að fá sér þrjár íslenskar landnáms-hænur til að byrja með og fengu svo nokkra unga til viðbótar.

„Við fengum fyrst sex unga sem áttu að vera kyngreindir. En svo fórum við að vakna við ámatleg öskur alla morgna klukkan fimm og þá reyndust vera tveir hanar í hópnun. Við fórum til ræktandans og fengum þeim skipt því það má ekki vera með hana í þéttbýli. Fyrir nokkrum vikum vöknudum við svo upp klukkan fjögur við eitthvert undarlegasta hljóð sem ég hef heyrt og er best lýst eins og tappa sem skýst úr kampavinsflösku og svo hýenuhlátur á eftir. Þetta gerðist á hverri nóttu þangað til ég fór að kofanum og leysti gátuna. Þetta var forystuhænan að taka að sér hana-hlutverkið. Þá fór hún fyrst út og upp á hæsta prik í gerðinu, baðaði út vængjunum og gaf frá sér þessi fánlegu hljóð. Hún gerir þetta ennþá af og til.“

Davíð segir einstaklega skemmtilegt fyrir alla fjölskylduna að halda hænur. „Krakkarnir eru alltaf að gá hvort búið sé að verpa en eldri hænurnar verpa um það bil einu egg á dag. Í vor byrjuðum við að hleypa þeim lausum út í garð og það er ótrúleg skemmtun að fylgjast með þeim. Þær verja garðinn og svo hef ég ekki séð túnfífil á blettinum síðan þær hófu lausagöngu. Ungarnir eru aðeins farnir að fara út en þeir ganga bara í kringum húsið og fara ekki frá því. Við eigum mjög veiðisækinn labradorblending sem syndir á eftir gæsnum og fuglum hvar sem hann sér þá en hann hefur ekki litið við hænunum og þær vappa rólegar í kring um hann. En svo kom um daginn laus hundur inn á lóðina okkar og þar sá ég að forystuhænan baðaði vængjunum og rak hann út af lóðinni. Kettir sjást ekki hérna lengur en mér er sagt að hænurnar goggi í þá af fullum



Fjölskyldan sér um hænurnar saman. Hér má sjá hænsnahirðana Davíð Ólafsson og Steinunni Davíðsdóttur að störfum.



Davíð segir hænsnahald afskaplega skemmtilegt en nokkuð krefjandi og ómögulegt að standa í slíku nema mikill áhugi sé fyrir hendi.



Steinunn fylgist með heimilis-hænunni fylgjast með ljósmyndaranum.

**HVAMMSHÓLAR**

ROTÞRÆR ÁN SITURLAGNA  
SITURTANKUR Í STAÐ SITURLAGNA  
SKOLPHREINSISTÖÐVAR

FYRIR:  
HÓTEL  
HEILSÁRSHÚS  
SUMARHÚS

GRÆNT ALLA LEIÐ

SIGURÐUR VIGGÓ HALLDÓRSSON PÍPULAGNINGAMEISTARI +354 660 4085 SIGGI@HVAMMSHOLAR.IS

krafti. Annað sem ég vissi ekki er að hænur eru bestu músaveiðarar sem til eru. Þær ná þeim í einu höggi. Mús sem álpast inn í hænsnakofa fer þaðan ekki lifandi.“ Hann segir að fjárhagslegur gróði sé kannski ekki mikill en að ánægjan bæti það upp. „Ég sagði einhvern tímann að fyrstu þrjú eggin hefðu verið á 50.000 krónur stykkið. En þetta er svo frábær búskapur. Börnin kynnast svo mörgu í kring um þetta eins og annað dýrahald. Það er til að mynda búið að jarða eina hænu og syngja Ó, Jesú bróðir besti og allt það sem tilheyrir lifinu og dauðanum.“ Fjölskyldan annast hænurnar öll saman. „Það þarf alltaf að passa upp á að þær hafi nægt vatn og fóður. Þær fá oft matarafganga hjá okkur og þá eru þær gláðar. Þær mega samt ekki fá hvað sem er, ekki lauk eða mat sem er byrjaður að mygla. Síðan verða þær að hafa nóg af góðu sagi inni í búrinu og prik til að sitja þá. Það gerir þær ótrúlega öruggar. Hænur hafa engin náttúruleg varnarviðbrögð í myrkri önnur en að sitja hreyfingarlausar á hæsta prikinu.“

Davíð segir hænur vera frekar nægjusamar almennt. „Þær þurfa hús sem heldur vatni og vindum. Hænur eru harðar af sér og þola vel allt að tíu stiga frost. En þær fara aldrei út í snjó svo gerðið verður að vera yfirbyggt að hluta. Það var ótrúlega myndið að sjá þær þegar fyrsti snjórin kom í fyrria. Þá gengu þær út úr húsinu í einni halarófu niður bjálkann en svo stoppaði sú fremsta þegar hún kom í snjóinn. Þarna sátu þær fastar og skildu ekkert.“ Og það er mikilvægt að halda réttu hitastigi. „Það má ekki verða of kalt og ekki of heitt. Stundum er sagt að kjörhitinn sé um 6-8°C. Við erum með tvo hitalampa sem við stillum eftir hitastigi. Hitaperurnar gefa frá sér sterka rauða birtu en hænurnar greina hana ekki.“ Hann segir töluverða vinnu vera kringum hæsnahaldið. „Þetta er draumur margra en það þarf að hafa fyrir þessu og það er mikilvægt að eigendurnir hafi metnað fyrir verkefningu,“ segir Davíð að lokum og drifur sig út í garð að fylgjast með uppátækjum hænanna.

Útgefandi: 365 miðlar

Ábyrgðarmaður: Elmar Hallgrímsson

Sölumaður auglýsinga: Ólafur H. Hákonarson, olafurh@frettabladid.is, s. 512 5433



**westfalia**  
AUTOMOTIVE

## DRÁTTARBEISLI

Hágæða beisli, föst eða losanleg,  
fyrir flestar gerðir fólksbíla og  
jeppa.



**westfalia**

### Söluaðilar

**Toyota Kauptúni**  
Kauptúni 6  
Garðabæ  
Sími: 570-5070

**Toyota Akureyri**  
Baldursnesi 1  
603 Akureyri  
Sími 460-4300

**Toyota Reykjanesbæ**  
Njarðarbraut 19  
260 Reykjanesbær  
Sími 420-6600

**Toyota Selfossi**  
Fossnesi 14  
800 Selfossi  
Sími 480-8000

**TOPPBÍLAR**  
Kletthálsi 2  
110 Reykjavík  
Sími 587-2000

**KRAFTVÉLAR**  
Dalvegur 6-8  
201 Kópavogur  
Sími 535-3500

# Fyrst og fremst gefandi starf

„Maður þarf ekki endilega að horfa í peninginn í svona rekstri heldur eru það mannleg samskipti sem eru svo gefandi,“ segir Pálína Kristinsdóttir, verslunarkona á Landvegamótum við Þjóðveg 1.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir  
thordisg@frettabladid.is



Pálína hefur staðið vaktina á Vegamótum í 31 ár.

„Fyrsta kastíð var ég mikið ein frá morgni til kvölds og með yngsta strákinn af sjö börnum mínum með mér. Dagurinn var stundum langur fyrir tólf ára strák og þá lagði hann sig baka til,“ segir Pálína sem tók strax upp þá nýbreytni að hafa opið um kvöld og helgar á Vegamótum.

„Þeir sem óku hjá sáu þá opnar dyr og spurðu inn um gættina hvort það væri opið. Smátt og smátt varð svo meira að gera og ég fór að ráða til mín starfsfólk úr sveitinni sem hefur verið mikið lán.“

Pálína og eiginmaður hennar, Bergur Sveinbjörnsson, eru enn á fullu í rekstrinum.

„Við verðum áfram á Vegamótum á meðan við höfum ánægju af og getu til. Ég er ekki viss um að við séum lífseigustu kaupmennirnir við Þjóðveginn því ég hef lítið sem ekkert ferðast um landið. Ég hef bara verið hér á Vegamótum og þeir sem vilja hitta mig koma þangað,“ segir Pálína brosmild.



Pálína hefur staðið við búðarborðið á Landvegamótum í 31 ár. MYND/ERNIR

## Bestu pulsar á Suðurlandi

Pálína vann við saumskap á Rauðalæk og Helli þegar hún sá Vegamót auglýst til sölu 1987.

„Þá var ég langt komin með að eyðileggja liðamót í úlnlið vegna þess að ég beitti hendinni vitlaust við sniðavinnuna og þurfti að finna mér annað starf. Ég hafði aldrei unnið í verslun áður og þetta var ný reynsla en hún hefur kennt mér margt,“ segir Pálína og telur upp dýrmætán lærdóm:

„Það er að vera almennileg og glödvær við viðskiptavinina og

leggja ekki of mikið á vöruna. Ég skil ekki þessa dýrtíð í flestum sjoppum við veginn eða hvers vegna í ósköpunum menn leyfa sér þessa álagningu. Ég hef haft skaplegt verð að leiðarljósi, fólk kann að meta það og kemur aftur og aftur.“

Á Vegamótum fást pulsar sem margir kalla bestar á Suðurlandi.

„Útlendingar koma aftur við í bakaleiðinni til að fá sér meiri pulsar og segja þær bestu sem þeir hafa fengið á Íslandi. Ég veit ekki hver galdurinn er. Við gerum alltaf það sama; þvöum pottinn

á hverjum degi og setjum í hann hreint vatn,“ segir Pálína.

## Vel hugsað um bíleigendur

Gamla húsið á Vegamótum var reist 1947. Það átti upphaflega að vera simstöð en Kaupfélagið Þór á Helli keypti húsið og notaði sem útibú þar til Pálína opnaði 3. júlí 1987.

„Gamla húsið fór illa í jarðskjálftanum 2000 og fékk að vikja þegar við fluttum í nýja húsið. Það var barn síns tíma og stóð aðeins fjóra metra frá veginum,“ útskýrir Pálína. Eftir skjálftann festu hjónin kaup á gömlum leikskóla sem stóð á mótis við Landspítalann á Hringbraut og breyttu honum í söluskálann sem nú stendur við Landvegamót.

„Hér rekum við verslun og mjög góða þjónustu í sambandi við bíla og viðgerðarvörur. Maðurinn minn er gamall bifvélavirki og nú með rútuútgærd. Hann sér til þess að margt sé til sem bílaeigendur þurfa. Margir segja því að Vegamót sé ein af tveimur bensinsjoppum landsins við veginn þar sem hægt er að fá fjölmarga varahluti sem vantar.“

Andrúmsloftið á Vegamótum minnir á félagsmiðstöð.

„Hér sést fólk niður, ræðir landsins gagn og nauðsynjar og leysir málin þótt það fari ekki lengra en yfir borðið hjá mér,“ segir Pálína og

hlær. „Sveitungarnir koma mikið og ferðamaðurinn líka. Ég fæ sama ferðafólkið til mín ár eftir ár, þar á meðal fullorðinn manni sem komið hefur með hópa eldra fólks á eigin vegum í yfir 20 ár. Þegar hann kveður segir hann alltaf: „Við sjáumst aftur næst þegar ég er á ferðinni,“ en því miður hef ég ekki séð hann í ár og sakna þess. Það er svo yndislegt hvernig fólk heldur tryggð við mann og gamla fólk með honum segist komið heim þegar það sest við borðið hjá mér.“

Pálína hefur líka staðið vaktina í tveimur síðustu Heklugosum.

„Þá hef ég undrast hvað landinn verður óður í að fara sem næst gosinu. Þegar gaus í Eyjafallajökli kom Íslendingur og spurði hvort þetta væri ekki leiðin að gosinu. Jú, svaraði ég, en þá vildi hann vita hvort afleggjarinn að gosinu væri ekki örugglega merktur,“ segir Pálína og hlær á þjóðþekktu bæki-stöð þegar veður og færð spillist.

„Þá sest fólk inn og biður veðrið af sér. Því fylgir góð tilfinning. Bergur hefur líka hjálpað mörgum þegar bílar hafa bílað og stundum ári seinna fengið sendingu með þakklæti fyrir aðstoðina. Starfið er því fyrst og fremst gefandi og ég sé sannarlega ekki eftir þeirri ákvörðun að kaupa hér fyrir 31 ári.“



## Er hávaði á þínum vinnustað?

Við sérhæfum okkur í öryggisbúnaði m.a. heyrnarhlífum og samskiptabúnaði. Hugaðu að heyrninni, hún er mikilvæg!

Hafðu samband.

Við veitum þér faglega aðstoð.



Hefðbundin



Eyrnatappar



Bluetooth



Fyrir samskipti



Áföst á hjálmi



Í skotveiðina



Líka fyrir börnin



allt fyrir öryggið

Skeifunni 3h | Sími: 588 5080 | dynjandi.is



Pjónustun Lykils

# VIÐ FJÁRMÖGNUM LÍKA SVONA GRÆJUR

## Fjölbreyttir fjármögnunarkostir

Lykill fjármögnun er eina sjálfstæða eignaleigufyrirtækið á Íslandi og býður fjölbreyttari fjármögnunarkosti á vélum og tækjum. Ólík fjármögnunarform henta ólíkum atvinnurekstri en hægt er að velja um kaupleigu, rekstrarleigu, fjármögnunarleigu og hefðbundin veðlán. Greiðslur geta verið óreglulegar eftir tekjustreymi og allt er gert til þess að auðvelda viðskiptavinum fjármögnunina.

- Skjót og áreiðanleg þjónusta
- Alla jafna engar aðrar tryggingar en í tækinu sjálfu

## Eignaleiga er góður kostur

- 1** Þú finnur atvinnutæki sem hentar þínum rekstri.
- 2** Lykill sér um fjármögnunina.
- 3** Þú aflar tekna á tækið.

Alla jafna er tækið sjálft eina tryggingin fyrir fjármögnuninni en fjármagnað er allt að 80% af kaupverði. Í góðu samstarfi við innflytjendur og þjónustuaðila er markmið Lykils að finna skynsamlegustu lausnina í hverju tilfalli.

**Endilega hafðu samband við ráðgjafa Lykils í síma 540 1700 eða [lykill@lykill.is](mailto:lykill@lykill.is)**

# Kóríander og basilíka vinsælust

Ræktaðar eru á þriðja tug kryddjurta í garðyrkjustöðinni Ártanga í Grímsnesi. Kryddin fást í flestum matvöruverslunum en heimasalan hefur einnig notið mikilla vinsælda í sumar.

**H**jónin Sigurdís Edda Jóhannsdóttir og Gunnar Þorgeirsson garðyrkjufraeðingur reka garðyrkjustöðina Ártanga í Grímsnesi þar sem þau rækta á þriðja tug kryddjurta. Ræktað hefur verið á Ártanga frá árinu 1986 en eftir bankahrunið veturinn 2008 voru gerðar umfangsmiklar breytingar á starfsemi. „Þegar við fórum út í ræktunina ákváðum við að einblína á pottaplöntur,“ segir Sigurdís Edda. „En eftir hrunið hætti fólk að skreyta hjá sér með blómum og það var eiginlega ekkert hægt að selja af blómum þannig að við skiptum yfir í kryddjurtir. Blómin eru reyndar farin að seljast vel á nýjan leik, sem betur fer, en það er ekki á dagskrá hjá okkur að skipta aftur yfir í þau.“

Raunar höfðu Gunnar og Sigurdís Edda ákveðið að hefja ræktun tómata en eftir að þeim var ráðlagt að prufa ræktun kryddjurta ákváðu þau að fara frekar þá leið. „Við sáum þá einnig að hægt var að nýta allt í þeim húsum sem við höfðum reist og ekki þurfti að fara í stórkostlegar eða kostnaðarsamar breytingar þannig að það var mjög jákvætt.“

Áður en kryddplönturæktunin hófst ákváðu þau að halda til Nor-egs og kynna sér hvernig frændur okkar færu að. „Það var aðallega til að koma okkur af stað, kynna okkur hvað allt tæki langan tíma, hvernig við ættum að bera okkur að, hvaða

**Blómin eru reyndar farin að seljast vel á nýjan leik, sem betur fer, en það er ekki á dagskrá hjá okkur að skipta aftur yfir í þau.**

áburð ætti að nota og fleiri tæknileg atriði. Og þessi ferð nýttist okkur afskaplega vel.“

Kryddjurtir hafa verið ræktaðar á Ártanga frá árinu 2013 og hefur framleiðslan aukist með hverju árinu. „Við eru með 21 tegund í framleiðslu núna og reyndar ýmislegt í tilraunaskyni og aðrar tegundir sem eru ekki í fullri framleiðslu,“ segir Sigurdís Edda. Meðal þeirra jurta sem eru ræktaðar í tilraunaskyni um þessar mundir eru baunir, estragon, kerfill, kamilla og rabarbari. „Við prófum eitthvað nýtt á hverju ári.“

Spurð um það hverjar vinsælustu kryddjurtirnar séu stendur ekki á svari. „Það eru alltaf kóríander og basilíka sem eru langvinsælust. Á eftir þeim koma svo steinselja og mint.“

#### Nota lífrænar varnir

Ártangi er vistvæn stöð og lögd er áhersla á að endurnýta vatn, áburð



Heimasalan hefur gengið alveg ótrúlega vel en nær eingöngu Íslendingar leggja leið sína í garðyrkjustöðina.



Hægt er að bragða á ýmsu góðgæti í Ártanga.



Gróskumikið og falllegt í Ártanga. Reyndar er kryddræktun í aðalhlutverki.

og mold. Þá er lífrænum vörnum beitt við ræktunina. „Við notum ekki nein eiturfeni. Ef við þurfum að sprauta þá notum við sápur eða lífræn efni og við notum lífræna varnir, fáum í hverri viku pöddur sem éta hinar verri pöddurnar.“

Þá er Ártangi einnig fjölskyldu-fyrirtæki en á sumrin eru ráðnir starfsmenn utan fjölskyldunnar. „Það eru hjá okkur tveir útlendingar núna og nokkrir Íslendingar úr sveitinni en við eigum þetta fjölskyldan og rekum. Við erum alltaf fimm starfsmenn sem myndum kjarnann og erum öll tengd fjölskylduböndum.“

Kryddjurtirnar frá Ártanga hafa notið mikilla og sívaxandi vinsælda frá því ræktun þeirra hófst fyrir fimm árum og fást vörur þeirra í flestum matvöruverslunum. Jafnframt er heimasalan í Ártanga opin frá miðjum maí og til loka júlí. Sigurdís Edda segir að heimasalan hafi gengið alveg ótrúlega vel en nær eingöngu séu það Íslendingar sem leggja leið sína í garðyrkjustöðina til að kaupa kryddjurtir og sama hvort er á virkum dögum eða um helgar.

Hægt er að fræðast frekar um garðyrkjustöðina Ártanga í Grímsnesi á vefslóðinni [www.facebook.com/GrodrarstodinArtangiEhf/](http://www.facebook.com/GrodrarstodinArtangiEhf/)

# Fjölbreytt úrval fóðurlausna

Lífland hefur þjónustað íslenska bændur í yfir 100 ár, en félagið byggir á grunni Mjólkurfélags Reykjavíkur sem hóf starfsemi sína 1917. Vöruþróun hefur verið öflug á undanförunum árum.

**L**ífland býður íslenskum bændum mikið úrval búrekstrarvöru sem eykst ár frá ári. Meginstöðin í starfsemi Líflands er innlend framleiðsla kjarnfóðurs fyrir nær allar tegundir búfjár og fer sú framleiðsla fram í nýlegri verksmiðju félagsins á Grundartanga, sem gangsett var 2010. Meðal annarra vöru- og þjónustuþátta eru innréttingar og tækjalausnir í gripahús, GEA mjaltþjónar, tilbúinn áburður, sáðvara, rúlluplast, undirburðarvörur og mikið og fjölbreytt úrval hvers kyns annarrar hreinlætis- og rekstrarvöru. Lífland á og rekur 5 verslanir á landinu, þar sem meðal annars er boðið upp á gott úrval búrekstrarvöru, samhliða miklu úrvali af búnaði og fœðri fyrir hesta.

Einn af vaxtarbroddunum á liðnum árum hefur legið í vöruþróun á fóðurlausnum fyrir bændur í nautaeði, en framleiðendur



Fóðurbilarnir eru vel búnir hjá Líflandi og ferðast um land allt.

**» Markmið Líflands er að þjónusta bændur vel og byggir sú þjónusta á góðu og samstilltu starfsliði.**

holdanauta til slátrunar hafa í vaxandi mæli verið að nýta vaxargetu nautkálfa með markvissara og styttra eldi þar sem kjarnfóður er gefið samhliða heyjum. Hefur mikil aukning verið í sölu á slíku fœðri til bændur.

Í dag býður Lífland upp á heildarlausnir fyrir þennan hóp bændur. Þær felast meðal annars í fóðurtegundum sem eru sérsmíðnar að mismunandi aldurs- skeiðum kálfa, allt frá byrjun til loka eldistímans. Á boðstólum eru fjórar vöruþegundir: Kálfamúslí ætlað smákálfum meðan verið er að venja þá við kjarn-

fóður, Alikálfafóður fyrir kálfa 0-3 mánaða, Kálfaþróttur fyrir kálfa frá 3 mánaða aldri og að lokum nýlegasta viðbótin í þessa vöruflóru; Bolabætir sem er fóður ætlað nautum síðustu 8-12 vikur eldistímans. Lífland býður einnig upp á hið sívinsæla mjólkurduft frá Sprayfo sem er rómað fyrir góðan leysanleika ásamt ýmsum öðrum stöðvörum fyrir kálfa.

Bændur sem hafa unnið með þessar lausnir hafa fengið mjög góða svörin í sínu eldi og ljóst er að hægt er að nýta vaxargetu íslenskra nautkálfa mun betur en gert hefur verið.

Markmið Líflands er að þjónusta bændur vel og byggir sú þjónusta á góðu og samstilltu starfsliði sem hefur það að markmiði að finna lausnina fyrir viðskiptavininn. Við hvetjum bændur til þess að hafa samband við okkur og kynna sér þær lausnir sem Lífland hefur upp á að bjóða.



PÚ VEIST  
HVADAN ÞAD  
KEMUR



## Ræktað af ábyrgð

### Hreint vatn

Grænmeti sem ber merkið okkar  
er ræktað á ábyrgan hátt.  
Hvað með grænmetið þitt?



islenskt.is

# Hægeldað lambalæri með hvítlauk og spínatsalati

Fátt þykir dæmigerðara fyrir íslenska matargerð en ljúffengt lambalæri. Hægt er að matreiða það á ótal vegu en hægeldað lambalæri er einstaklega meyrnt og bókstaflega bráðnar í munni.

**H**vort sem ætlunin er að gera vel við sig um helgina eða njóta þess að borða góðan mat yfir leiknum í kvöld er tilvalið að hægelda lambalæri. Þessi eldunaraðferð á sérlega vel við íslenska lambið sem er bæði bragðmikið og safaríkt. Það krefst lítillar fyrirhafnar að hægelda kjötið en galdurinn er að elda það við lágan hita í fimm til sex klukkustundir og jafnvel meira ef smekkur er fyrir því. Hægt er að krydda kjötið í hádeginu, stinga því svo inn í ofn og láta það eldast yfir daginn og maturinn er þá tilbúinn á réttum tíma. Þessi uppskrift er ættuð frá Chile og hefur notið mikilla vinsælda hjá þeim sem hafa prófað hana.

## Hægeldað lambalæri með hvítlauk

**1 vænt lambalæri**  
**4-6 hvítlausrif, meira ef vill**

**Salt og pipar**  
**Rósmarín**  
**Tímían**  
**2 hvítlaugar, skornir í tvennt**  
**Soðnar kartóflur**

Fituhreinsið lambalærið og þerrið. Pressið hvítlaukinn og setjið í skál. Setjið vel af salti út í. Bætið við pipar, rósmarín og tímían að smekk. Nuddið kryddblöndunni vel inn í lærið. Setjið lærið í steikarpott eða eldfast mót og lokið með loki eða álpappír. Stillið ofninn á 140-150°C og látið lambalærið hægeldast í 5-6 klukkustundir eða þar til það er orðið meyrnt. Athugið af og til hvernig eldunin gengur. Hægt er að skvetta smá vatni yfir lærið ef það byrjar að þorna. Gott er að nota kjöthitamæli og þegar kjötið hefur náð 60-65°C kjarnhita ætti það að vera tilbúið. Tilvalið er að taka pottlokið af og grilla kjötið síðustu 5-10 mín. til að fá húðina stökka. Setjið lærið á bretti og berið fram



Galdurinn er að elda lambakjötið lengi við lágan hita.

með spínatsalati og soðnum kartóflum. Gott er nota soðið af lærinu sem sósu, en ef það er of þunnt má hella því í pott, hita og setja smá sósupykkni út í.

## Spínatsalat með rauðlauk

**1 poki spinat**  
**1 rauðlaukur**  
**Fetaostur**  
**Ólífuolía**  
**Rauðvinsedik**

Skolið spinatið og þerrið vel, t.d. í salatvindu. Setjið í salatskál. Skerið rauðlaukinn í þunnar sneiðar og setjið út á spinatið. Dreifið fetaosti yfir og dreypið ólífuolíu og rauðvinsedik yfir. Blandið öllu vel saman og berið fram. Gott er að þurrasta furuhnetur og setja saman við. Einnig fer vel með að bæta gúrkubítum saman við salatið.

## Settu aukinn kraft í búskapinn

Nýtt og öflugt atvinnutæki eykur afköst og gerir alla vinnu þægilegri. Við hjá Ergo viljum aðstoða þig við að ná aukinni farsæld í starfi með faglegri ráðgjöf og framúrskarandi þjónustu við fjármögnun atvinnutækja.

Kynntu þér möguleikana á [ergo.is](http://ergo.is)

Hagasmári 3 > 440 4400 > [www.ergo.is](http://www.ergo.is) > [ergo@ergo.is](mailto:ergo@ergo.is)

**ergo**



# Lambaborgarinn slær í gegn

Nýjasta æðið á leikdag er lambaborgarinn frá Norðlenska. Þar er um þjóðlegan borgara að ræða með sérvöldum kryddjurtum sem þróaður var í samvinnu við Icelandic Lamb.

**K**nattspyrnu- og grillóðir Íslendingar hafa tekið nýja lambaborgaranum frá Norðlenska fagnandi en hann þykir einkar þjóðlegur og sérvaldar kryddjurtir gefa einstakt íslenskt bragð. Lambaborgarinn er meðal annars kryddaður með blóðbergi, birkilaufum, hvönn og fjallagrös-um. „Ég tel að það sé fátt betra en að fylgjast með íslenska landsliðinu á heimsmeistaramótinu í Rússlandi en með alíslenskan lambaborgara á grillinu,“ segir Heimir Már Helgason, markaðsstjóri Norðlenska.

Spurður um það hvernig hugmyndin að lambaborgaranum kom til segir Heimir Már að þau hjá Norðlenska leggi mikinn metnað í vörubrúun og nýjungar. „Við erum nýlega búin að kynna fyrir neytendum vörulínu af fylltum hamborgurum og hafa þeir mælst sérlega vel fyrir. Við vildum því einnig gera lambakjötinu hátt undir höfði og í samvinnu við Icelandic Lamb og Krónuna þróuðum við þennan sérkryddaða lambaborgara sem ég er hæstánægður með. Við erum tiltölulega nýlega búin að kynna lambaborgarann og sjáum strax afar jákvæð viðbrögð frá neytendum þannig að ég hef fulla trú á að hann sé kominn til að vera.“

Heimir Már segir að það sé langlíf mýta að engar nýjungar komi fram í tengslum við lambakjöt og að yngri fólk velji fremur annað kjöt.



Heimir Már Helgason, markaðsstjóri Norðlenska.

„Við erum nýlega búin að kynna fyrir neytendum vörulínu af fylltum hamborgurum og hafa þeir mælst sérlega vel fyrir.“

„Lambaborgarinn og gengi hans að undanförunu sannar hið gagnstæða. Íslendingar eru sólgirnir í lambakjöti.“

#### Aukning í sölu

Ilmínn af grillmat leggur yfir heilu hverfin á meðan leikirnir á HM fara fram og kveðst Heimir greina aukningu í sölu á alíslenskum vörum í tengslum við stórmót í



Æðislegur lambahamborgari frá Norðlenska. Bragðgóður enda kryddaður með íslenskum kryddjurtum. MYND/STEFÁN



Það þarf ekki margt til að búa til veislu. MYND/STEFÁN

íþróttum. „Já, ég vil meina að svo sé. Þjóðarstolt okkar Íslendinga nær langt út fyrir íþróttavöllinn og við hjá Norðlenska reynum því að bjóða upp á breitt og spennandi úrval af íslenskum vörum, sérstaklega grillvörum núna, til að tryggja að neytendur geti valið í samræmi við óskir sínar á meðan þeir fylgjast með góðu gengi okkar manna.“

Til þess að hámarka upplifun af lambaborgurinum frá Norðlenska leggur Heimir Már til tvær tillögur að sósum.

#### Piparrótarsósa

fyrir fjóra lambaborgara

150 ml majónes

50 ml sýrður rjómi

1-2 msk. rifin fersk piparrót

Safi úr ¼ sítrónu

Öllu blandað saman og smakkað til með ögn af salti.

#### Kryddjurtasósa

fyrir fjóra lambaborgara

100 ml grísk jógúrt

100 ml hreint skyr

2 msk. fersk steinselja, söxuð

2 msk. ferskur graslaukur, saxaður

1 msk. ferskt estragon, saxað

Safi úr ¼ sítrónu

Öllu blandað saman og smakkað til með salti og pipar.



# ÍSLENSKI HM BORGARINN

FÆST NÚ Í KRÓNUNNI

NORÐLENSKA





Ofnbakaðar rófur eru sérstaklega ljúffengar og frábærar með öðru grænmeti.

## Ljúffengt ofnbakað grænmeti

Ofnbakað grænmeti er snilld með ýmsum mat, jafnt kjöti sem fiski. Svo er líka hægt að borða það sem aðalrétt eða setja í súpu og mauka. Þessi uppskrift er miðuð við fjóra og hún er afar einföld.

4 gulrætur  
250 g skallottlaukur  
300 g grasker  
6 hvítlauksrif  
2 rauðrófur  
2 gulrófur  
2 msk. olía  
1 msk. hvítvinsedik  
2 msk. púðursykur  
1 tsk. salt  
½ tsk. pipar  
Timian



Skolið og skrælið grænmetið. Skerið í bita. Leggið allt í eldfast mót. Vætið með olíu, ediki og sykri. Bragðbætið með salti og pipar. Bætið gjarnan timian út í líka.

Hrærið allt vel saman og setjið síðan mótið í miðjuna á 200°C heitum ofni. Bakið í um það bil 30 mínútur eða þangað til grænmetið er orðið mjúkt.

Þessi grænmetisblanda passar mjög vel með grillaðri steik. Bak- aðar rófur passa vel með flestum mat. Þær er líka hægt að sjóða og gera rófustöppu sem er mjög góð með fiski eða kjötbollum.



Hrafnkell Karlsson, rófubóndi á Hrauni í Ölfusi, fyrir utan rófugarðinn sem er enn með yfirbreiðslu. MYND/ERNIR

# Ekki besta tíðin fyrir rófurækt

Hrafnkell Karlsson, bóndi á Hrauni í Ölfusi, hefur ræktað rófur í áratugi. Hin blauta tíð sem nú stendur yfir hefur haft áhrif á ræktunina. Hrafnkell segist bjartsýnn með júlí.

Elín Albertsdóttir  
elin@frettabladid.is



Hrafnkell er fæddur og uppallinn á Hrauni. „Foreldrar mínir voru litillega í garðyrkjurækt en rófuræktin hefur verið aðalþingur mín. Ég byrjaði að rækta rófur 1975. Mesta byltingin sem orðið hefur á þessum tíma er sú að við notum ekki lengur eitru gegn kálflugu sem er versti skaðvaldurinn í greininni. Þess í stað breiðum við dúk yfir beðin til að losna við hana. Það hefur reynst afar vel. Við rófubændur fréttum fyrst af dúkunum í Skotlandi fyrir um átta árum og fórum þangað til að kynna okkur þessa lausn. Í framhaldinu keyptum við ábreiður og hófum notað þær síðan,“ útskýrir Hrafnkell. „Þetta var bylting.“

Hrafnkell segist hafa lifað tímana tvenna í markaðsmálum. „Rófan er ein af fáum landbúnaðar- afurðum sem hafa verið í frjálsu markaðskerfi. Lengst af hefur verið frjálst innflutningur á rófum en íslenski markaðurinn er viðkvæmur þar sem framleidd eru 800-1.200

Rófan er ein af fáum landbúnaðar- afurðum sem hafa verið í frjálsu markaðskerfi en íslenski markaðurinn er viðkvæmur.

tonn á ári. Það þarf svo litla viðbót til að markaðurinn verði erfiður. Þetta gerist alltaf af og til og fer þá skilaverðið stundum niður fyrir framleiðslukostnaðarverð, eins og gerðist eftir uppskeru 2016,“ segir hann. „Rófubændur á Íslandi geta vel mettað markaðinn og ná því oftast. Trúlega verður uppskeran sein þetta sumarið vegna tíðarfarsins. Sprettan er léleg það sem af er, enda blautt, kalt og sólarlaust. Veðrið hefur alltaf áhrif þótt rófan sé harðgerð.“

Rófan á sín stóru sölutímabil. Hrafnkell segir að áður fyrr hafi það verið sláurtíðin en nú sé þetta breytt. „Fyrsta vertíðin okkar er skötuveislán á Þorláksmessu en þá margfaldast salan, síðan er það

þorrinn og loks sprengidagur. Mataræði Íslendinga hefur breyst mikið á undanförunum árum. Í rauninni er rófan ákjósanleg fæða fyrir nútímamanninn og þá sem eru í ofþyngd því hún er kolvetna- snauð og trefjarík. Hún hefur góð áhrif á meltinguna. Einnig er rófan rík af C-vitamiini. Það má matbúa hana á ýmsan hátt, til dæmis steikja hana eða baka með öðru grænmeti. Mér finnst gott að brytja hana niður eins og franskar kart- öflur og súrsa hana. Það er mjög gott meðlæti með steik. Í eina tíð var rófan borðuð með kjötsúpu og sviðum. Þeim fer verulega fækkandi sem borða svið og þau verða líklega útdauð með næstu kynslóð. Það sem heldur íslenskum mat við eru þorrablótin,“ segir Hrafnkell.

Meðfram rófuræktinni stundar hann hrossarækt og er skógræktar- bóndi. Nokkrir góðir gæðingar hafa komið frá Hrauni. Þá er landið ríkt af sandi og hann er seldur bæði innan- og utanlands. Auk þess tinar Hrafnkell sól og selur. Hrafnkell segist vera bjartsýnn að eðlisfari og telur að sumarið muni láta sjá sig á sunnanverðu landinu áður en langt um líður.

AUÐHUMLA



HEIMSENDI  
TOP #1 BREEDER



Notaðu skynemina

## Pedigree fyrir hundinn þinn!

Björn og Lára í Heimsendaræktun hafa í áratugi helgað sig ræktun og þjálfun hunda. Þau hafa í gegnum árin náð frábærum árangri og meðal annars gefið af sér tugi alþjóðlegra og íslenskra meistara.

Undanfarin 15 ár hafa þau eingöngu fóðrað sína hunda á Pedigree hundafóðri



**Öll næring sem hundurinn þinn þarfnast:**  
Réttu blandan af næringarefnum sem heldur hundinum þínum heilbrigðum og fullum af orku.



**Heilbrigð húð og glansandi feldur:**  
Réttu blandan af Omega 3 og 6 fitusýrum gagnast hundinum þannig að honum líði vel og líti vel út.



**Styrkir náttúrulegar varnir:** Vitamín E, andoxunarefni og valin steinefni stuðla að verndun náttúrulegra mótefna hundsins þíns.



**Sterkar tennur og heilbriggt tannhold:**  
Sérsmótaðir stökkir bitar sem halda tönnunum sterkum. Án viðbættis sykurs.



Enginn viðbættur sykur



Próað af dýralæknum



Engin tilbúin bragðefni

Pedigree hvetur alla hundaeigendur til að virða lög og reglur um hundahald. [www.pedigree.is](http://www.pedigree.is)



Búvélar frá 1940 eru meðal safngripa.

## Safn um sögu landbúnaðarins á tækniöld

Landbúnaðarsafn Íslands er til húsa í Halldórsfjosi á Hvanneyri, sögufrægri byggingu frá árinu 1928. Það er byggt á grunni Búvélasafnsins sem starfað hafði á Hvanneyri um langt árabíll. Sögu Búvélasafnsins mátti rekja til ársins 1940. Þar er lögð áhersla á að kynna sögu landbúnaðarins frá byrjun tæknialdar á Íslandi í samráði við Þjóðminjasafn Íslands og aðra opinbera aðila sem annast minjavernd.

Búnaðarfélag Íslands gaf safninu verðmæta gripi frá Ólafsdalsskólunum og frá búi Thors Jensen á Korpúlfsstöðum og fleirum bærust einnig ýmis verkfæri. Þessir gripir eru meðal merkustu gripa safnsins í dag.

Safnið er opið allan ársins hring og tekið á móti gestum eftir þörfum og þöntun. Sumarmánuðina júní til ágúst er opið daglega. Gestafjöldi á hverju ári hefur verið um fimm þúsund manns.

Nánari upplýsingar má finna á [www.landbunadarsafn.is](http://www.landbunadarsafn.is)



Ferskt skyr með fikjum.

## Skыр með fikjum

Skыр með fikjum og balsamik-gljáa

200 g hreint skyr  
1 msk. rjómi  
1 tsk. sykurl  
2 fikjur  
4-5 stk. hnetur  
Balsamik-gljái

Hrærið saman skyr, rjóma og sykri. Bætið við sykri ef skyrið er of súrt og einnig má bæta við rjóma þar til blandan er hæfilega þykk. Setjið smekklega á disk. Skerið fikjur í tvennt og setjið á diskinn. Saxið hnetur og dreifið yfir. Berið fram með balsamik-gljáa.

# Gæðavörur beint frá býli

Þeir sem ferðast um Ísland í sumar ættu að koma við á bæjum sem selja eigin afurðir beint frá býli eins og það heitir. Margir bæir víðs vegar um landið hafa gæðavottun. Hægt er að kynna sér býlin á vefnum [beintfrabyli.is](http://beintfrabyli.is) og sjá hvaða vörur eru á boðstólum.

Hægt er að kaupa nautakjöt, lambakjöt, geitakjöt, svínakjöt og hrossakjöt beint frá bændum. Sömuleiðis er hægt að kaupa græn-

meti og mjólkurvörur þannig.

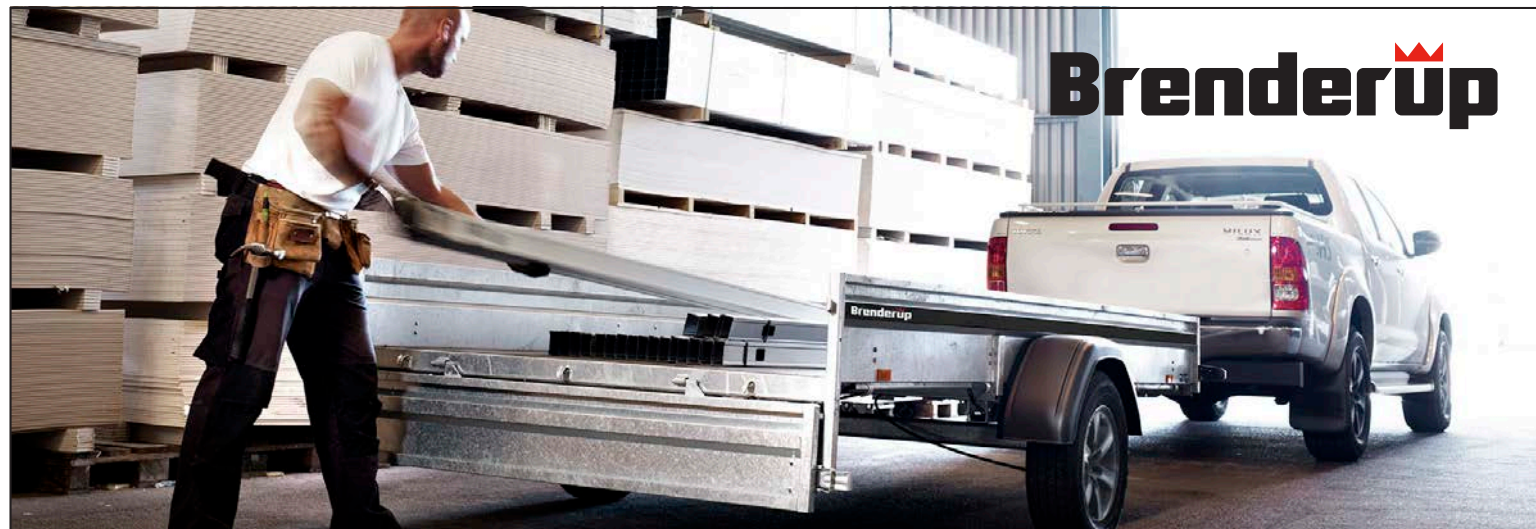
Beint frá býli er félag bænda sem stunda sölu afurða sinna beint til neytenda. Meginmarkmið félagsins er að tryggja neytendum gæðavörur þar sem öryggi og rekjanleiki vöru er í fyrirrúmi. Félagið skal einnig hvetja til varðveislu hefðbundinna framleiðsluaðferða og kynningar á svæðisbundnum hráefnum og hefðum í matargerð, eins og segir á vefnum. Félagið var stofnað

29. febrúar 2008 og er því tíu ára á þessu ári. Félagsmenn eru sextíu.

Meðal þeirra sem bjóða vörur sínar á landsbyggðinni er Jörfi við Hvammstanga. Þar búa tvær vinkonur til heimagerðan ost úr kúamjólk sem nefnist Sæluostur. Hann er til í fimm bragðtegundum. Osturinn er seldur á sveitamarkaði en einnig er hægt að kaupa hann í gegnum heimasíðuna [sæluostur.is](http://sæluostur.is) eða beint frá býli.



Margvislegar vörur er hægt að kaupa beint frá býli eða á sveitamörkuðum.



## Gæðakerrur fyrir öll tækifæri - mikið úrval aukahluta

### Garð- og tómskundakerrur

Kerrur með frábæra aksturseginnleika sem auðvelt er að geyma uppá enda. Góð burðargeta og frábært úrval aukahluta til að auka notkunarmögleika kerrunnar.



Frá  
139.000,-  
m/vsk



Frá  
389.000,-  
m/vsk

### Sterkar iðnaðarkerrur

Sérstaklega öflugar og endingargóðar kerrur. Fáanlegar úr stáli eða áli og með mismunandi pallastærðir.

Flestar gerðir eru með:

- Lokuð hólf undir pallinum
- Verkfærakassa á dráttarbeislinu
- Rúma tvö samhlíða Euro-bretti
- Hægt að nota sem flatvagn



Innbyggð geymsluhólf



Innfeldar krækjur



Fjöldi botnstífa



Aðeins 12° halli

### Tækjakerrur

- Sterkbyggðar kerrur með sturtueiginleika
- Aðeins 12° halli þegar keyrt er uppá pallinn
- Lágur þyngdarpunktur
- Burðargeta allt að 2.835 kg.

Frá  
1.279.000,-  
m/vsk



### Söluaðilar

**Toyota Kauptúni**  
Kauptúni 6  
Garðabæ  
Sími: 570-5070

**Toyota Akureyri**  
Baldursnesi 1  
603 Akureyri  
Sími 460-4300

**Toyota Reykjanesbæ**  
Njarðarbraut 19  
260 Reykjanesbær  
Sími 420-6600

**Toyota Selfossi**  
Fossnesi 14  
800 Selfossi  
Sími 480-8000

**TOPPBÍLAR**  
Kletthálsi 2  
110 Reykjavík  
Sími 587-2000

**KRAFTVÉLAR**  
Dalvegur 6-8  
201 Kópavogur  
Sími 535-3500