Vín & Matur

PITT EINTAK

1. TBL. 2. ÁRG. FEBRÚAR 2022



Meðal efnis:

Heimagerður hummus
Vegan -„kjúklingasúpa"
Brauð á hálftíma
Íslensk kjötsúpa

Hrein íslensk hráefni fyrir þína heilsu

EYLÍF



Fagnaðu rafmögnuðu ári

ID.4 GTX

Fjórhjóladrifinn fjölskyldubíll

Þú getur sérsniðið ID.4 GTX
að þínum óskum og pantað
draumabílinn á **www.hekla.is/gtx**

Verð frá **7.150.000** kr.

FIMM ÁRA ÁBYRGÐ HJÁ HEKLU **5**

8 ÁRA ÁBYRGÐ Á RAFHLÖÐUM

Fylgdu okkur! **@volkswagen**

Fjórhjóladrifinn ID.4 GTX

Nýr ID.4 GTX er fullvaxinn, fjórhjóladrifinn rafmagnsbíll sem fær 5 stjörnur í árekstrarprófunum NCAP. Hann býr yfir 77 kWst rafhlöðu og drægni allt að 480 km. (WLTP). Hann er sneisafullur af áhugaverðum staðalbúnaði eins og þráðlausri farsímahleðslu, 20" álfelgum, varmadælu, árekstrarvöktun, akreinavara, lyklalausri ræsingu og fleiru. Tryggðu þér þitt eintak. **Komdu í reynsluakstur!**

www.volkswagen.is

HEKLA · Laugavegi 170-174 · Reykjavík · Sími 590 5000 · hekla.is
Höldur Akureyri · Bílasala Selfoss · Bílás Akranesi · Bílakjarninn Reykjanesbæ · BVA Egilsstöðum

Vín & Matur

Sólartún ehf. Útgáfufélag Ármúla 15, 105 Reykjavík



Ritstjóri og ábyrgðarmaður:
Reynir Traustason



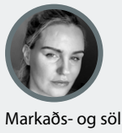
Frétta- og útgáfustjóri:
Trausti Hafsteinsson



Aðstoðarútgáfustjóri:
Salome Friðgeirsdóttir



Gæðastjóri:
Kolbeinn Þorsteinsson



Markaðs- og sölustjóri
Valdís Rán Samúelsdóttir



Ljósmyndari:
Róbert Reynisson

Blaðamenn:



Umsjónarmaður
Katrín Guðjónsdóttir



Guðjón Guðjónsson



Gunnhildur Birgisdóttir



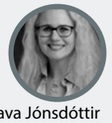
Björgvin Gunnarsson



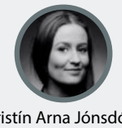
Salome Friðgeirsdóttir



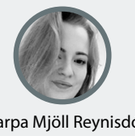
Svanur Már Snorrason



Svava Jónsdóttir



Kristín Arna Jónsdóttir



Harpa Mjöll Reynisdóttir



Vín & Matur
2022

Ég vil byrja á að þakka frábærar viðtökur
og er það gleðiefni hve mikinn áhuga
blaðið hefur fengið á stuttum tíma.

Ég hlakka til að halda áfram að deila með
ykkur góðum uppskriftum á þessu nýja ári
og vinna með frábæru fólki í veitingageiranum.

Í þessu blaði má finna hinar ýmsu uppskriftir,
margar í léttari kantinum, sem og meðlæti og
eftirrétti sem slá í gegn.

Ég vona að allir geti fundið eitthvað við sitt hæfi.

Katrín Guðjónsdóttir,
ritstjóri og umsjónarmaður Víns & Matar

Mosi með svörtum eða hvítum ramma 42x42 cm

Mosi með svörtum eða hvítum ramma 50x50 cm



Lífgaðu upp á heimilið með mosa.

Innrammaður mosi sem er fullkominn til að hengja upp inn á bað eða inn í stofu.

Ármúli 31 | 588 73 32 | i-t.is
Mánudaga - Fimmtudaga 9-18
Föstudaga 9-17 | Laugardaga 11-14

INNRÉTTINGAR & TÆKI

Heimagerður hummus
með jalapeno

Hráefni:
Kjúklingabaunir í dós
Ferskur jalapeno
2 stk. hvítlauksrif
1 msk. tahini
Spínat
Basilíka
4 msk. ólífuolía

Aðferð:
Setjið kjúklingabaunir, tahini, hvítlauksrif og olíu í matvinnsluvél. Bætið við lúku af spínati, nokkrum basilíkulaufum og smátt söxuðu jalapeno (smekksatriði hversu mikið).

Ennþá meira úrval af
listavörum





AMSTERDAM dream × create
van Gogh The Quality Brand
REMBRANDT The Professional Choice
liquitex
Conté à Paris DEPUIS 1795
LEFRANC BOURGEOIS PARIS

Listverslun.is



Trönur í miklu úrvali, íblöndunarefni, teiknivörur







Verkfæralagerinn
Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fös. kl. 9-18, lau. kl. 10-17, sun. kl. 12-16

Létt lambasalat

— tilvalið til þess að nýta afganginn af sunnudagslærinu og taka með sér í vinnuna daginn eftir. Ferskt, létt og orkuríkt!

Hráefni:

3–400 g lambakjöt skorið í bita
½ tsk. chili-duft
½ tsk. cumin-fræ
1/3 tsk. timjan
4 kirsuberjatómatar, skornir í fernt
¼ rauðlaukur (saxaður smátt)
150 g kúskús (eldað samkvæmt leiðbeiningum)
100 g spínat
Salt og pipar
1 tsk. ólífuolía
1 msk. söxuð, fersk minta
70 g furuhnetur
3 msk. lime-safi

Aðferð:

1. Kryddið lambakjötið með timjan, chili, cumin-fræjum, salti og pipar og steikið upp úr olíunni á pönnu við vægan hita.
2. Blandið saman í skál kúskús, spínati, tómötum, mintu, furuhnetum og lauk.
3. Hellið ólífuolíu og sítrónusafa yfir og blandið saman.

Toppið með uppáhaldsdressingu ykkar.





Margverðlaunaðar þýskar innréttingar





Verið velkomin í sýningarsalinn að Suðurlandsbraut 26

INNlifun Suðurlandsbraut 26 Sími 587 2700

Opið 11-18 virka daga, 11-16 laugardaga. innlifun.is

Mexíkósk „kjúklingasúpa“

— Vegan

Hráefni:

1 poki Oumph (pure oumph!)
4 msk. kókosolía
3 hvítlauksgeirar
1 rautt chili (fræhreinsað)
1 msk. paprikuduft
1 msk. oreganó
1/2 tsk. cayenne-pipar
1 msk. cumin-fræ
Salt og pipar eftir smekk
1 paprika
Blaðlaukur (15 cm)
3 gulrætur
1 dós svartar baunir
2 dósir niðursoðnir tómatar
1 krukka af salsasósu
150 g maískorn
150 g hreinn vegan rjómaostur
2 1/2 grænmetisteningar
1.500 ml vatn

Aðferð:

Hitið kókosolíu í stórum potti. Setjið Oumph, hvítlauk, chili og krydd út í og steikið þar til hvítlaukurinn er byrjaður að mýkjast.

Skerið grænmetið smátt niður og bætið út í. Steikið þar til grænmetið er orðið mjúkt.

Setjið salsasósu, grænmetiskraft, tómata, og vatn út í og látið suðuna koma upp.

Sjóðið súpuna við vægan hita í 40-50 mínútur.

Í lokin skolið þið baunirnar og bætið út í auk maís og rjómaosts og hrærið vel saman.

Toppið með vegan-osti, snakki og kóríander.



Kjúklingur
— með rjómalagaðri Mexíkósósu

Hráefni:
4 stk. kjúklingabringur
1 stk. Mexíkóostur
190 ml rautt pestó
500 ml matreiðslurjómi

Aðferð:
Brúnið kjúklingabringurnar á pönnu á hvorri hlið, kryddið með salti og pipar og leggið til hliðar í eldfast mót.

Hitið matreiðslurjóma og Mexíkóost í potti.

Hrærið þar til osturinn hefur bráðnað og bætið þá rauðu pestó við.

Hellið Mexíkósósunni yfir bringurnar í ofnfasta mótinu og látið inn í 180°C heitan ofn í um 20 mínútur.

Berið fram með hrísgrjónum, kartöflum eða því meðlæti sem ykkur þykir best.

Blótaðu almennilega

Hann er #%(!π*!% góður, #¢%(£!¿%*!& þorramaturinn frá Goða og Kjarnafæði. Blótaðu almennilega og #¥%(&£!%*!ß til að borða betri þorramat.

GOÐI KJARNAFÆÐI

CIRKUS

Risarækjur Miðjarðarhafsins

— með mangó, hunangi og avókadó

Hráefni:

400 g risarækjur
2 stk. avókadó (skorið í teninga)
2 stk. mangó (skorið í teninga)
30 g söxuð kóríanderlauf (fersk)
½ stk. lime (rifinn börkurinn)
1 msk. hunang
1 msk. ólífuolía
2 stk. lime (safinn)
½ stk. rauður chili (saxaður smátt)
200 g ferskt salat
Salt og pipar eftir smekk

Aðferð:

1. Blandið saman mangó, avókadó og kóríanderlauf í skál og leggið til hliðar.

2. Raðið rækjum á ofnplötu, kryddið með salti og pipar og bakið í ofni við 200°C í 5-7 mínútur.

3. Á meðan rækjurnar eru í ofninum hrærið þið saman lime-safa, lime-berki, hunangi, chili, olíu og hellið dressingunni yfir mangó salatið. Kryddið til með salti og pipar.

4. Setjið ferskt salat í fat, mangó- og avókadóblöndunni hellið þið yfir og toppið með rækjunum.

Allt fyrir hljóðvistina
3D hljóðdeyfiklæðningar í úrvali



Byggingavöruverslun
Þ. Þorgrímsson & Co
Ármúli 29 • 108 Rvk • 512-3360 • korkur.is

Kúrbítur
með ítalskri kjötsósu

Hráefni:
4 kúrbítar
500 g nautahakk
1 laukur (saxaður)
½ græn paprika (söxuð)
1 dós tómat-passata
2-3 hvítlauksrif (smátt söxuð)
Parmesanostur (rifinn yfir í lokin)
Salt og pipar eftir smekk

Aðferð:
1. Setjið olíu á pönnu og steikið lauk, papriku og hvítlauk við vægan hita þar til grænmetið er orðið mjúkt.

2. Bætið hakkinu á pönnuna og steikið þar til hakkið hefur brúnast, hellið þá passata út á.

3. Skerið kúrbítana í sneiðar og leggið í eldfast mót. Setjið kjötsósuna út á og rífið parmesanost yfir.

4. Bakið í ofni við 200°C í 15-20 mínútur.



HÁGÆÐA QUARTS BORÐPLÖTUR
FRÁ PRIMASTONE

STAFNAR

VIÐHALDSFRÍAR OG RISPAST HVORKI
NÉ BLETTAST







SJÁÐU
STRAX
HVAÐ
DRAUMA-
BORÐPLATAN
KOSTAR
Á SÍÐUNNI
STAFNAR.IS

STAFNAR INNFLUTNINGUR
HÁGÆÐA QUARTZ YFIRBORÐSEFNI

STAFNAR.IS

„Spicy" Edamame-baunir

einfalt og fljótlegt – forréttur eða meðlæti

Hráefni:

1 poki Edamame baunir (frosnar)
Gróft sjávarsalt
Hvítlauksduft
Chili-krydd

Aðferð:

Sjóðið Edamame-baunir samkvæmt leiðbeiningum á pakka.

Hellið vatninu af og steikið í stutta stund á pönnu.

Kryddið með grófu sjávarsalti, chili og hvítlauksdufti eftir smekk.



ÓDÝRASTA RAFMAGNIÐ
FYRIR HEIMILIÐ











Skiptu núna. Það borgar sig strax.

N1 selur nú ódýrasta rafmagnið til heimila á Íslandi.* Það er ekkert mál að skipta og spara sem nemur allt að heilu mánuðunum á hverju ári. Kláraðu málið á n1rafmagn.is og byrjaðu strax að spara!

440 1000 N1rafmagn.is

N1 RAFMAGN

*Heimild: Aurbjörg.is

ENNEMM / SÍA / NM-008780

Ameríkskir kjúklingavængir
með gráðostasósu

Hráefni:
1 kg kjúklingavængir
100 g möndlumjöl
Teriyaki-sósa (magn er smekksatriði)
Gráðostasósa (magn er smekksatriði)
Krydd að eigin vali

Aðferð:
Setjið kjúklingavængi, möndlumjöl og krydd í poka og hristið saman.
Setjið vængina á pappírsklædda ofnplötu og bakið í ofni við 180°C í 50 mín.
Setjið þá sósu yfir vængina og setjið aftur inn í 5 mín.
Berið fram með gráðostasósu og niðurskornu grænmeti.



BLIK
BISTRO • GRILL
Veislusalur








Blik Bistro - Æðarhöfða 36 - 270 Mosfellsbæ - blikbistro.is - Sími: 566 8480

Grillaður ananas
með Nutella

Hráefni:
Ananas
Nutella-súkkulaði
Vanilluís
Súkkulaðisósa
Heslihnetur

Aðferð:
Skerið ananas í sneiðar og grillið á rifflaðri pönnu í nokkrar mínútur á hvorri hlið.

Smyrjið Nutella á milli ananassneiðanna og skreytið með ís, súkkulaðisósu og heslihnetum.

Einfalt, fljótlegt og gott!



Lind stofnar sérstaka
Atvinnuhúsnæðisdeild

Lind Atvinnuhúsnæðisdeild
Yfir 50 ára reynsla í sölu og leigu á atvinnuhúsnæðum.
Vantar allar gerðir eigna á skrá, heyrðu í okkur eða sendu okkur tölvupóst á atv@fastlind.is

Nánari upplýsingar veita


Ísak V. Jóhansson
Sölustjóri
822 5588
isak@fastlind.is


Viðar Marinósson
Lögg. fasteignasali
898 4477
vidar@fastlind.is


Hannes Steindórsson
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is

LIND
FASTEIGNASALA

Lind fasteignasala • Bæjarlind 4 • 201 Kópavogur • 510 7900 • fastlind.is

Piparfylltur banani

algjör draumur!



Hráefni:
Bananar
Heslihnetur (má sleppa)
Sterkur Draumur

Aðferð:
Skerið sterkan Draum í bita. Skerið bananann endilangt og raðið Draumnum ofan í. Grillið í um 20 mínútur.

LOPI

Íslensk ullarsæng



LOPI

Sængurnar fást á lopidraumur.is
Frí heimsending innanlands

Icelandic Wool
A sign of quality

Kókoskaka
með dökku súkkulaði

Kakan

Hráefni:
4 eggjahvítur
140 g kókosmjöl
140 g strásæta (erýtríol fínmalað)

Aðferð:
Þeytið vel saman eggjahvítur og strásætu. Blandið næst kókosmjölinu varlega saman við með sleif. Setjið í ofn og bakið við 150°C á blæstri í 30 mínútur. Takið út og látið kólna.

Kremið

Hráefni:
100 g smjör (mjúkt)
60 g strásæta (erýtríol fínmalað)
100 g 70% dökkt Tom's-súkkulaði
4 eggjarauður

Aðferð:
Bræðið súkkulaði og smjör saman í vatnsbaði og leggið til hliðar. Þeytið saman strásætu og eggjarauður þar til það er orðið loftkennt og ljóst að lit. Blandið súkkulaðinu varlega saman við með sleif og setjið yfir kökuna. Skreytið að vild.

DUX®

JETSON

ÁÐUR: 565.000.-
NÚ: 480.000.-

Jetson stóllinn er hannaður af Bruno Mathsson fyrir DUX árið 1969 og er talinn táknmynd fyrir glæsilega sænska hönnun. Lögun líkamans og samspil milli húsgagna og líkama var ávalt útgangspunktur hjá Mathsson.
Jetson stólinn er hannaður á sama máta og hann gerði ávalt við hönnun húsgagna, að leggjast í snjóskafl og rannsaka síðan formið sem líkaminn myndaði í snjónum. Jetson er með setu sem er sveigð eftir formi líkamans með háu baki og höfuðpúða og línulaga króm fæti og einstakri snúningstækni sem snýr stólnum ávallt sjálfkrafa til baka í upphafsstöðuna og endurspeglar þannig áherslur Mathsson á þægilega og glæsilega hönnun.

-15%

DUXIANA REYKJAVIK 40 ÁRA
AFMÆLISÚTGÁFA AF JETSON Í TAKMÖRKUÐU UPPLAGI
EINGÖNGU FRAMLEIDD 40 NÚMERUÐ EINTÖK

DUXIANA RVK / ÁRMÚLI 10 / S.568-9950
DUXIANA®

Íslensk kjötsúpa

— besta sem ég fæ!



Hráefni:

800 g feitt súpukjöt
1,5 l vatn
2 stk. rófur
8 stk. kartöflur
8 stk. gulrætur
40 g súpujurtir
Salt

Aðferð:

Setjið lambakjöt í pott og skolið vel.
Hellið vatninu af og setjið 1,6 l af vatni út í.

Setjið pottinn á hellu á miðlungshita og bíðið eftir suðu.

Á meðan suðan er að koma upp, skerið kartöflur, rófur og gulrætur í bita.

Þegar suðan er komin upp, bætið kartöflum, súpujurtum og gulrótum út í og látið sjóða í 20–30 mínútur.

Bætið rófum við og sjóðið þar til þær eru eldaðar í gegn. Smakkið súpuna til með salti.

Focaccia-brauð
— ítalskt góðgæti

Hráefni:
11 dl hveiti
1 pakki þurrger
5 dl volgt vatn
1 msk. sykur
1 dl ólífuolía
2 tsk. salt

Fylling:
1 dl ólífuolía
35 g basilíka
1/2 lime, fínt rifið
Svartur pipar
3 hvítlauksrif, söxuð mjög fínt
Maldon-salt

Aðferð:
Hrærið þurrgeri út í vatnið ásamt sykri, salti og ólífuolíu. Hveitinu er því næst bætt út í og deigið hnoðað í höndunum þar til það verður sprungulaust. Látið hefast undir viskastykki þar til það hefur tvöfaldast, eða í um það bil 45-60 mínútur.

Því næst er eldfast mót smurt mjög vel með olíu, deigið sett í mótið og því þrýst jafnt út í alla kanta. Viskastykki lagt yfir og látið hefast í um það bil 30 mínútur. Á meðan er ofn hitaður í 250°C.

Fyllingu er blandað saman með töfrasprota og potað ofan í deigið. Bakið í ofni í 15 mínútur.



FAGLIST
ALLT ALMENNT HÚSAVIÐHALD OG JARÐVINNA
Smíðavinna • Múrvinna • Málningarvinna
Drenlagnir • Hellulagnir
www.faglist.is

H Veitingar
Matar- og veislupjónusta

H veitingar bjóða upp á matar- og veitingaþjónustu fyrir öll tækifæri













Parma tagliatelle

— meira ítalskt góðgæti

Hráefni:
500 g tagliatelle-pasta
10 sneiðar Parmaskinka
1 box kirsuberjatómatar
1 poki ruccola
1-2 msk. balsamedik
250 ml rjómi
Salt og pipar

Aðferð:
Hellið rjómanum í pott og rífið Parmaskinkuna saman við.
Látið malla þar til rjóminn hefur þykknað örlítið.

Skerið tómatana til helminga og steikið þá við meðalhita í 1-2 mínútur.
Bætið balsamediki á pönnuna og veltið tómötunum upp úr því í 5 mínútur. Leggið til hliðar.

Sjóðið pasta samkvæmt leiðbeiningum og blandið saman við
Parmaskinkurjómann, tómatana og klettasalat eftir smekk. Smakkið til með salti og pipar.

Næturgrauturinn
sem sló öll vinsældamet

Þessi grautur er til í hinum ýmsu útgáfum og er gríðarlega vinsæll um þessar mundir. Fljótlegur og hollur hafragrautur sem þú getur kippt með þér í vinnuna.

Hráefni:
1 bolli haframjöl
1 stk. banani
1 tsk. kanill
1-2 msk. hnetusmjör
1 msk. hunang
1 bolli möndlumjólk (meira ef þarf)
Toppað með ávöxtum

Aðferð:
Stappið bananann og setjið í krukku.
Bætið við restinni af hráefnunum og möndlumjólkinni og hrærið vel.
Lokið og geymið í ísskáp yfir nótt.
Best er að setja ávextina á morguninn eftir.





Brauð á hálftíma

— tilvalið með súpu í hádeginu

Þessa uppskrift sá ég á erlendri bloggsíðu og prófaði að skella í brauð um daginn. Brauðið kom mikið á óvart, var virkilega bragðgott og fljótlegt. Tilvalið með súpu eða í hádeginu um helgar.



Hráefni:

850 g hveiti
2 1/2 msk. sykur
2 msk. olía
3 msk. þurrger
600 ml volgt vatn (bætið við ef þarf)
1 tsk. lyftiduft
2 tsk. salt



Aðferð:

Blandið saman vatni, olíu og þurrgeri og leggið til hliðar í 10 mínútur.
Blandið hveiti, sykri, lyftidufti og salti saman við og hnoðið vel saman.
Hægt er að móta bollur eða brauðhleif úr deiginu.
Ég skellti deiginu í eldfast mót og það kom einnig vel út.
Bakið í 15 mínútur við 210°C.

STONEWALL KITCHEN

Njótum samverunnar

Made in Maine!

FÆST Á ÖLLUM HELSTU ÚTSÖLUSTÖÐUM STONEWALL KITCHEN Á ÍSLANDI

hb HEILDVERSLUN



GRANÍT STEINAR

Helluhrauni 2 - 220 Hafnarfjörður - granitsteinar@granitsteinar.is - sími: 5445100





