

Program for Sydhavsøernes KogeØ 2010

Lørdag d. 18 sept.

Kogeøen er at finde på pladsen foran Hotel Saksøbing

11.00 – 12. 00 Christian Bitz – Smoothies. Vor tids svar på hvad Arne Astrup var for 10 år siden:

Luk munden, let røven, og pluk så den pære!

Bitz har opskriften til det sunde liv baseret på realisme, dvs. helt almindelige råvarer, der helt enkelt bliver til helt almindelig og super lækker (sund) mad, til helt almindelige super travle mennesker – der både skal have karriere, børn og hverdag til at gå op i en højere enhed.

Se mere på www.bitzdinsundhed.dk

12.15 – 13. 15 Det fynske bidrag til Frugtfestivalen ved Kulinarisk Sydfyn. Kok og formand for Kulinarisk Sydfyn, Mikael Hansen, ruller sig ud på charmerende fynsk med fynske råvarer under armen” Vi har da de bedste æbler på Fyyyn!” : Kom og nyd smørristet rugbrød med kommensgravad laks, røgeostcreme og æbletern.

Sydhavsøernes Frugtfestival har et i år fornemt besøg af producenter fra Sydfyn, koordineret via landets største fødevarerfestival Kulinarisk Sydfyn, som i år blev afholdt for 10énde gang i Svendborg.

Se mere på www.kulinarisksydfyn.dk

13.45 – 14. 30 Bi skaarup: Så er der Sulevælling! Bi driver De Arte Coquinaria - Historisk Mad - på gården Elysium på Nordfalster. Det er jo ikke lige hver dag man har mulighed for at smage på vaskeægte Sulevælling fra Lollandfalster baseret på den historiske svinerace Mangaliza – Ungarsk krølhårssvin -, så kom frit frem og lang til smagsprøvefaddet. Sulevælling er både sundt, nærende og så smager det himmelsk med tilslag af solmoden frugter.

Se mere på www.historiskmad.dk

15.00 – 16. 00 Claus Meyer og Oscar Hjortshøj: Claus har besøg af en 10 årig gæstekok fra Kulinarisk Fritidsordning i Meyers Madhus – sammen vil de lave vild mad med frugt til store og små. Se mere på http://www.meyersmadhus.dk/da/kulinarisk_fritidsordning.html

Søndag d. 19 sept.

11.00 – 12.00 Nethe Plenge og Kirsten Cenius, Hyldebærsaft og den allerskønneste chutney.

12.00 – 13.00 Kokkelev René Petersen og børn fra SFO Kilden i Saksøbing: Æbler og pærer hvad skulle det være: ”En ret der er smuk, en ret der er sund, en ret vi kan være stolte af, en ret der er sjov at lave, en ret der er ret så lækker..... kom selv og se!”

Frugtfestivalen har i år fået tilskud fra landlegatet til at sende en række skoleklasser på plantagebesøg. Hvor de har høstet frugt og i hjemkundskabslokalet er den blevet omsat til skønne reter v. hjælp fra kokkelev Rene Petersen – kendt fra helvedes Køkken, TV2. SFO Kilden har en stand på Torvet hvor du kan smag på hvad der er blevet præsteret i køkkent.

13.00 – 14.00 Femø Kro: Delikate sager der bare smager, baseret på lokale figener...

Ingen steder i Danmark kan man lande med fly ca. 10 meter fra hoveddøren til en kro. Men det kan man på Femø, for der er man fremme i skoene – med Jazzfestival, frigjorte kvinder og så ... rigtig god og lækker mad på kroen. Kom og få en på smagsløgene når kokken laver figener så englene synger.

Se mere på www.Femøkro.dk