



ÍSLANDSSTOFA
PROMOTE ICELAND



UPPRUNI OG ÁBYRGAR FISKVEIÐAR



Guðný Káradóttir, forstöðumaður hjá Íslandsstofu

SJÁVARÚTVEGSRÁÐSTEFNAN // 21.-22. NÓVEMBER 2013

BRAND





ÍSLANDSSTOFA
PROMOTE ICELAND



FUTURE BRANDS: ÍSLAND Á UPPLEIÐ

“Iceland is both a Future 15 country brand and a country with some of the strongest positive momentum in the region...”



ÍSLANDSSTOFA
PROMOTE ICELAND



ÞRÓUN SKV. FUTURE BRANDS

“As the global chain of production grows, consumers seek out items that recommend a sense of place.”



Treysta stöðu íslenskra sjávarafurða á erlendum mörkuðum og styrkja
ímynd Íslands sem upprunalands sjávarafurða þar sem stundaðar eru
ábyrgar fiskveiðar



WWW.RESPONSIBLEFISHERIES.IS



ÞÁTTTAKENDUR - UPPRUNAMERKI

- 106 fyrirtæki
 - 70 íslensk
 - 9 í Þýskalandi
 - 7 í Bretlandi
 - 5 í Bandaríkjunum
 - 5 í Belgíu
 - 4 í Frakklandi
 - 3 í Svíþjóð
 - 1 á Spáni, Sviss, Portúgal



CERTIFIED

Seafood from Iceland

for the benefit of future generations

www.ResponsibleFisheries.is



CERTIFIED

VOTTUN ÁBYRGRA ÞORSKVEIÐA

VOTTUN 2013



CERTIFIED

VOTTUN 2013



CERTIFIED

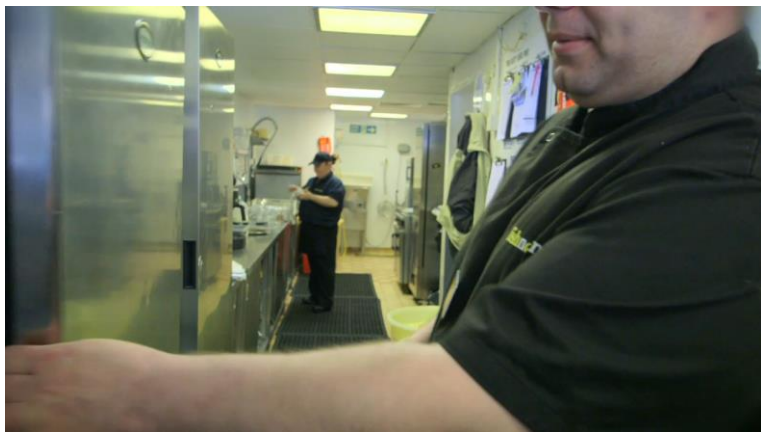


CERTIFIED

Í VOTTUNARFERLI

BRETLAND OG FRAKKLAND

<https://vimeo.com/74699742>





FRAMTÍÐARSÝN

- Íslenskar sjávarafurðir þyki framúrskarandi valkostur
- ...verði eftirsóttar á erlendum mörkuðum vegna gæða og ferskleika afurðanna sem eiga uppruna sinn í hreinu hafsvæði þar sem stundaðar eru ábyrgar fiskveiðar

sommaire

De l'apéritif au dessert,
1200 façons de vous souhaiter
bon appétit!

Claude Thiriet

3 20 nouveautés

6 Les gratuits

10 Spécial Alsace

12 Un avant-goût
de fêtes

20 nos Bâtonnets

22 nos Cornets

23 nos Bacs et Pots

26 nos Desserts glacés

29 nos Pâtisseries

34 nos Pains et Viennoiseries

36 nos Apéritifs

39 nos Entrées

43 nos Pizzas*, Feuilletés
et Tartes

46 nos Crêpes, Galettes
et Snacking

47 nos Plats cuisinés

53 nos Poissons
et Fruits de mer

57 nos Volailles et Viandes

61 nos Fruits et Légumes

70 nos Produits sans gluten

70 nos Aides culinaires

Des signes simples
pour bien vous repérer



Signe officiel de votre gouvernement
qui le produit est issu d'un mode
de production respectueux
de l'environnement.



Atteint le label France
Agroalimentaire (pour la production, la transformation
ou le conditionnement).



Association regroupant toute la filière
de production au sein de la filière
agricole et agroalimentaire française
de l'élevage à la production, à la transformation
et à la distribution (dans un lieu
à l'écart de toute autre activité de la
restauration à l'exception de l'œnologie).



Atteint le label de la France
du produit.



Atteint la qualité européenne
du produit.



Une production qui respecte les
normes de qualité les plus élevées
de la filière agroalimentaire française
de l'élevage à la production, à la transformation
et à la distribution (dans un lieu
à l'écart de toute autre activité de la
restauration à l'exception de l'œnologie).



Produit de la mer pêché dans
les eaux françaises et les eaux
des territoires français ou sous
autorité française.



Produit de la mer pêché dans
les eaux françaises ou sous
autorité française pour le territoire
français.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Les produits Thiriet
sont certifiés France Inter, France
Agroalimentaire et France. Ils sont
certifiés sans gluten et sans
additifs artificiels.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.



Marque de France, France
Agroalimentaire, France Inter
et France.

TITRES
RESTO
ACCEPTÉS

Réglez votre commande
Thiriet avec vos Titres
Restaurant.

Desormais plus de 500
produits Thiriet sont éligibles
au paiement en Titres
Restaurant !
Retrouvez tous ces produits,
dans votre catalogue et sur
Internet, grâce à ce picto :



Conformément à la réglementation
en vigueur, votre Conseiller Thiriet
est habilité à accepter vos Titres
Restaurant uniquement en règlement
des produits éligibles* agréés
CNTR** et à hauteur de 2 Titres
Restaurant maximum par transaction.

Pour toute question, n'hésitez pas
à nous contacter au

0970 820 821

(hors d'un appel local)



* La valeur de vos titres (titres éligibles) doit être
inférieure ou égale à la valeur des produits
éligibles.

** CNTR : Commission Nationale des Titres
Restaurant.



Estampillés « Pêche Responsable Islandaise* »,
ces 3 poissons sont pêchés à la ligne pour préserver
toute leur fraîcheur et leurs qualités organoleptiques.

* La certification « Pêche Responsable Islandaise » assure le respect des fonds marins
et la préservation des espèces.



Filets de Julienne
coupés en portions
84117

Islande - Pêchée à la ligne
en Atlantique Nord-Est. Pièces
de 80 à 150 g. Portions de filets
à la chair blanche et ferme.

Qualité sans arêtes et sans peau.

Le kg : 19,75* - le sachet de 800 g

C'est
nouveau !

15,80€



Filets de brosse
coupés en portions
84116 - Islande - Pêché à la
ligne en Atlantique Nord-Est.

Pièces de 80 à 140 g. Le Brosme
est un poisson très apprécié en
Norvège pour la finesse de sa
chair blanche, proche du cabillaud.

Qualité sans arêtes et sans peau.

Le kg : 15,63* - le sachet de 800 g

C'est
nouveau !

12,50€



Filets de loup de mer
coupés en portions
84119

Islande - Pêché à la ligne
en Atlantique Nord-Est. Pièces
de 80 à 140 g. Portions de filets
à la chair blanche et ferme.

Qualité sans arêtes et sans peau.

Le kg : 23,69* - le sachet de 800 g

C'est
nouveau !

18,95€

C'est nouveau !

Specialités



88628 - Tartiflette
A cuire 6 à 8 min au micro-ondes.
Pommes 10 %, béchamel, moutarde, oignons et reblochon haché, sauce aux truffes 10 % et saucisses 4 %
le kg : 6,39€ 3/4 parts
le sachet de 500 g

88600 - Tripes traditionnelles à la mode de Caen
A réchauffer 10 à 12 min au micro-ondes.
Sous vide
le kg : 9,70€ 2 parts, le lot de 500 g

88629 - Ailgot
A réchauffer 5 min à la casserole.
Potée de garnons de teneur 54 %, sauce fraîche (cf 78466) 20 %
le kg : 13,20€ 2 parts, la boîte de 400 g

88506 - Navarin d'agneau printanier
A réchauffer 12 à 15 min à la poêle.
Émincé d'agneau cuit 23 %, carottes de terre, carottes, pois mange-tout, petits pois.
le kg : 14,60€ 2 parts, le sachet de 600 g

88325 - Paëlla royale
A cuire 25 min à la poêle.
Riz 15 %, huile de maïs 8 %, poulet 7 %, bovin d'Alsace 7 %, légumes et olives.
le kg : 7,59€ 2 à 2 parts, la boîte de 1,3 kg



87948 - Colis choucroute cuisinée au Riesling
A réchauffer 45 min au bain-marie ou à la croûte.
Riesling AOC 2 %, porc teneur 40 %, 4 tranches d'os de porc fumé, 4 tranches de poitrine de porc fumé, 4 saucisses fumées, 4 tranches 2 pièces de garniture et 2 pochettes de choucroute.
*Attention à l'origine Caribbe.
le kg : 10,05€ 2 à 2 parts, la boîte de 3 kg

LES TRAITEURS

Poterie culinaire



88829 - Poterie de la mer, sauce au Noilly Prat®
A cuire 55 à 60 min au four.
Présentation en poterie culinaire. Saumon 20 %, noix de St-Jacques* 17 %, légumes 16 %
*Attention à l'origine Argentine.
le kg : 33,22€ 4 parts, la boîte de 900 g



88825 - Filet de chapon sauce au foie gras de canard, morilles et giroles
A réchauffer 12 à 14 min à la poêle.
Filet de chapon 40 %, sauce au foie gras de canard 4 %
le kg : 28,78€ 4 parts, le sachet de 900 g

88809 - Ris de veau à la parisienne
A réchauffer 10 à 12 min à la poêle.
Ris de veau cuit 30 %, champignons de Paris entiers teneur 30 %
le kg : 36,03€ 2 parts, le sachet de 400 g

88823 - Poulet aux morilles et sauce au vin jaune
A réchauffer 12 à 13 min à la poêle.
Pilet de poulet 43 %, crème fraîche 15 %, morilles 7 %, vin jaune Alsace AOC 0 %
*Attention à l'origine Caribbe.
le kg : 32,29€ 2 parts, le sachet de 450 g

88827 - Trilogie de la mer, sauce marinère
A cuire 14 à 15 min à la poêle.
Coles d'Alsace 20 %, maïs 14 %, carottes 15 %, petits légumes.
le kg : 11,00€ 4 parts, le sachet de 900 g

88819 - Sandre et quenelles au Sancerre
A cuire 12 à 14 min à la poêle.
Portions de filets de Sandre 20 %, quenelles de brochet 20 %, crème fraîche 17 %, vin blanc Sancerre AOC 6 %
*Attention à l'origine Caribbe.
le kg : 21,88€ 2 parts, le sachet de 460 g

88820 - Bar et noix de St-Jacques, sauce aux agrumes
A cuire 10 à 11 min à la poêle.
Morceaux de filets de bar 35 %, noix de St-Jacques* 10 %, pois mange-tout 7 %, tomates cerises 7 %, sauce aux agrumes (orange, pamplemousse, citron)
*Attention à l'origine Argentine.
le kg : 25,00€ 2 parts, le sachet de 500 g

88800 - Gourmandise de la mer, sauce à la Fine Champagne
A cuire 14 à 15 min à la poêle.
Cabillaud 22 %, saumon 11 %, noix de St-Jacques* 10 %, carottes 5 %, petits légumes.
*Attention à l'origine Argentine.
le kg : 17,67€ 4 parts, le sachet de 900 g

88808 - Harmonie de la mer
A cuire 8 à 10 min à la poêle.
Saumon 26 %, carottes 10 %, crepe de mer 10 %, noix de St-Jacques 9 %, sauce aux citrouilles salades au Montbazillac AOC*
*Attention à l'origine France.
le kg : 41,04€ 2 parts, le sachet de 380 g

88822 - Civet de hauts de cuisses de lièvre aux champignons
A réchauffer 15 à 18 min au bain-marie.
Hauts de cuisses saisis au 40 %, mélange de champignons préparés 15 % (gros, petits), champignons de Paris, vin rouge de Bordeaux 5 %
le kg : 23,75€ 2 parts, la boîte de 400 g

88873 - Filet mignon de porc en croûte, farce aux pistaches et champignons
A cuire au four.
Filet mignon 27 %, farce 27 %, pâte feuilletée pour tarte.
le kg : 10,39€ 6 tranches pour 4/6 parts, la boîte de 800 g

8884 - Filet de poulet en croûte (bloc de foie gras de canard et champignons)
A cuire au four.
Filet de poulet 27 %, farce 27 % : bloc de foie gras de canard 18 %, œuf 12 %, maïs au lait de canard, champignons de Paris, tranches et Allumettes.
le kg : 18,00€ 8 tranches pour 4 parts, la boîte de 800 g

88472 - Jambon cuit en croûte
A réchauffer au four.
60 % de jambon cuit fumé.
le kg : 13,17€ 5/6 tranches, la boîte de 1,5 kg

88499 - Filet de bœuf "Wellington" en croûte
A cuire au four.
Viande bovine 33 %, sauce aux champignons de Paris, pâte feuilletée 33 %
le kg : 26,04€ 6/7 tranches, la boîte de 1,5 kg

Nos Poissons et Fruits de mer



Des signes simples pour bien vous repérer !

- Produits de la mer élevés ou pêchés en France**
- Produits de la mer élevés ou pêchés dans les eaux froides et limpidités des fjords norvégiens pour une grande qualité gustative**
- Produits de la mer pêchés dans les eaux islandaises avec une pratique responsable pour le bien des générations futures**

Poissons Poisson entier vidé

84010 - Truites Arc-en-ciel
Élevées en France (Pyrénées), chair rose, emballées individuellement sous vide.
la boîte de 1 kg

Poissons découpés

82012 - Queues de lotte du Cap pelées
Pêches de 100 à 300 g.
Norvège/Canada - Pêché en Atlantique Sud-Est, emballées individuellement.
le sachet de 900 g 1 kg, prix au kg

84200 - Ailes de raie pelées
Pêches de 100 à 400 g.
St Pierre et Miquelin (France) - Pêché en Atlantique Nord-Ouest, issu de la pêche artisanale.
le sachet de 1 kg

84234 - Morue dessalée
Pêches de 150 à 250 g.
Portugal - Pêché en Atlantique Nord-Ouest, avec peau, emballées séparément d'origine.
le sachet de 1 kg

Filets

Présence naturelle d'arêtes



84111 - Filets de limande sole
Pêches de 35 à 75 g.
Danemark - Pêché en Atlantique Nord-Est (près du Nord), sans peau.
le kg : 33,25€ le sachet de 600 g

84288 - Filets de sandre
Pêches de 110 à 150 g.
Pêché en eaux douces au Canada, cuisé en poteries, avec pain.
le kg : 39,76€ le sachet de 300 g

84112 - Filets de limande
Pêches de 60 à 80 g.
Danemark - Pêché en Atlantique Nord-Est (près du Nord), avec peau blanche, sans peau noire.
le kg : 14,63€ le sachet de 900 g

84231 - Filets de truite Arc-en-Ciel
Pêches de 120 g env.
Élevée en France (Pyrénées), chair rose, sans peau.
le kg : 16,70€ le sachet de 500 g

84206 - Filets de colin d'Alaska
Pêches de 50 à 100 g.
Pêché en Océan Pacifique.
le sachet de 1 kg

84203 - Filets de merlan
Pêches de 10 à 30 g.
Ecosse - Pêché en Atlantique Nord-Est.
le sachet de 1 kg

84250 - Filets de cabillaud
Pêches de 10 à 30 g.
Norvège/Canada - Pêché en Atlantique Nord-Est et Atlantique Nord-Ouest.
le sachet de 1 kg

Pêchés à la ligne

84116 - Filets de brème coupés en portions
Pêches de 60 à 145 g.
Islande - Pêché à la ligne en Atlantique Nord-Est.
le kg : 15,63€ le sachet de 600 g

84117 - Filets de julienne coupés en portions
Pêches de 60 à 105 g.
Islande - Pêché à la ligne en Atlantique Nord-Est.
le kg : 15,78€ le sachet de 600 g

84119 - Filets de loup de mer coupés en portions
Pêches de 60 à 145 g.
Islande - Pêché à la ligne en Atlantique Nord-Est.
le kg : 23,69€ le sachet de 600 g

84110 - Filets de lingue coupés en portions
Pêches de 50 à 100 g.
USA - Pêché en Océan Pacifique.
le kg : 13,14€ le sachet de 900 g

84279 - Filets de colin d'Alaska
Pêches de 100 à 300 g.
USA - Pêché en Océan Pacifique.
le kg : 12,14€ le sachet de 700 g

84252 - Filets de colin (lieu)
Pêches de 100 à 300 g.
Norvège/Canada - Pêché en Atlantique Nord-Est.
le sachet de 1 kg

84226 - Filets de merlu blanc du Cap
Pêches de 100 g env.
Afrique du Sud - Pêché en Atlantique Sud-Est.
le kg : 14,66€ le sachet de 400 g

84259 - Filets de saumon Atlantique
Pêches de 160 à 200 g.
Élevé en Norvège, emballés individuellement.
le sachet de 1 kg

84255 - Filets d'églefin
Pêches de 160 à 320 g.
Norvège/Islande - Pêché en Atlantique Nord-Est.
le sachet de 1 kg





CABILLAUD POËLÉ ET OIGNONS AU FOUR

EFFEILLÉ DE CABILLAUD ET ROQUETTE

Ingrédients :

500g de dos de cabillaud
1 citron
2 gousses d'ail
une branche de thym
huile d'olive extra vierge
60 g de feuilles de roquette
sel
poivre noir

Préparation :

- Faites mariner quelques minutes le cabillaud avec sel, poivre et le zeste d'un demi-citron.
- Dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, faites blondir l'ail émincé et le thym. Hors du feu, ajoutez le cabillaud, couvrez et laissez 10 minutes ou jusqu'à ce qu'il soit possible d'effeuiller la chair.
- Sortez le cabillaud de la poêle, effeuillez-le. Réservez.
- Rincez les feuilles de roquette à l'eau claire et égouttez-les. Assaisonnez avec huile d'olive, citron et sel.
- Dressez les assiettes avec le cabillaud effeuillé et la roquette.

Ingrédients :

600 g de dos de cabillaud
400 g d'oignons blancs
50 g de beurre
2 dl d'eau
2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc
3 branches de thym
huile d'olive, sel et poivre

Préparation :

- Epluchez et coupez les oignons en deux et faites-les brunir à la poêle dans l'huile chaude
- Faites préchauffer le four à 180°C
- Placez les oignons brunis dans un plat allant au four
- Salez et poivrez, ajoutez l'eau, le beurre et le vinaigre de vin blanc
- Laissez cuire les oignons au four à 180°C pendant 30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- Pendant ce temps, détaillez le cabillaud en portions de taille moyenne, salez et poivrez. Faites cuire les portions à la poêle dans un mélange moussant d'huile et de beurre.
- Dressez les portions de cabillaud et les oignons dans les assiettes.

CABILLAUD ISLANDAIS PÊCHE RESPONSABLE – UN VRAI RÉGAL

L'Islande est une petite île de l'Océan Atlantique, suspendue au Cercle Polaire Arctique. Sa beauté est sauvage et sa nature préservée de la pollution. Les eaux islandaises, fraîches et pures, sont parmi les plus poissonneuses du monde.

En Islande le poisson est traité avec respect, depuis sa capture jusqu'à vos marchés. Chaque acteur met en œuvre son savoir-faire pour vous apporter le meilleur produit.

Grâce aux techniques les plus modernes, la filière islandaise assure la traçabilité de l'océan à votre panier. Elle préserve la fraîcheur, les qualités nutritionnelles et la saveur incomparable de nos produits de la mer.

Parce que nous sommes conscients des richesses que la nature nous a données, nous les utilisons de manière durable. C'est-à-dire que tous ensemble (scientifiques, autorités et pêcheurs) nous entretenons et renouvelons les ressources marines afin que les générations futures puissent en profiter.

Nous sommes fiers de vous annoncer que la pêche au cabillaud islandais a obtenu la certification selon les standards internationaux de pêche responsable.

Alors faites-vous plaisir ! Régalez-vous de cabillaud islandais : il est issu de la pêche durable, il contribue à un bon équilibre nutritionnel, et il est délicieusement frais ! Et pour varier les menus, essayez ces recettes, préparées à votre intention par des chefs islandais.



Produits de la mer origine Islande
pour le bien des générations futures
www.ResponsibleFisheries.fr

CABILLAUD L'INSPIRATION ISLANDE

Snaefellsnes, le volcan magique : il veille sur les zones poissonneuses de l'Islande

LA PÊCHE EN ISLANDE



Le label d'origine met en valeur la provenance des produits de la mer et la bonne gestion des pêcheries dans les eaux islandaises.



FILET DE CABILLAUD
SAUCE AUX OLIVES ET AUX ANCHOIS

Ingrédients :

400 g de filet de cabillaud
huile d'olive
50 g de filets d'anchois
4 œufs durs
½ oignon rouge
1 cuillère à soupe de câpres
sel et poivre du moulin

Préparation :

- Commencez par la sauce : ciselez l'oignon rouge en petits dés et faites-le éteuver à la poêle dans un peu d'huile d'olive à feu doux.
- Dans une autre poêle, faites chauffer un peu d'huile d'olive, découpez le cabillaud en 4 portions égales et faites cuire 3-4 minutes de chaque côté. Réservez.
- Dans la poêle de la sauce, ajoutez les œufs durs, coupés en dés, puis les anchois coupés en petits morceaux.
- Ajoutez les câpres et un peu d'huile d'olive si nécessaire et portez à ébullition. Enlevez du feu.
- Dressez les assiettes avec les portions de cabillaud et versez la sauce sur le cabillaud.

CABILLAUD AU FENOUIL
ABRICOTS ET AMANDES EFFRÉES

Ingrédients :

600 g de dos de cabillaud avec peau
2 grosses pommes de terre
2-3 bulbes de fenouil
6 abricots secs
50 g d'amandes effrées
250 ml de vin blanc
1 orange
huile d'olive extra vierge, sel et poivre

Préparation :

- Dans une poêle, faites dorer les amandes à sec.
- Epluchez les pommes de terre, coupez-les en morceaux et faites-les cuire à l'eau.
- Émincez le fenouil, pochez-le dans l'eau salée pendant 10 minutes. Il doit rester un peu croquant. Egouttez-le et faites-le refroidir tout de suite dans de l'eau glacée.
- Découpez les abricots en petits dés.
- Disposez le fenouil, les abricots et les amandes dans un plat allant au four. Ajoutez le vin blanc et le jus de l'orange.
- Faites dorer les pavés de cabillaud à la poêle côté peau. Placez-les sur la préparation dans le plat à four. Salez, poivrez. Ajoutez un filet d'huile d'olive.
- Enfournez à 200°C pendant 7 à 10 minutes.

PAVÉS DE CABILLAUD
SUR SALADE TOMATES-MOZZARELLA

Ingrédients :

4 portions de cabillaud de 120 g environ
8 gousses d'ail
8 tomates de taille moyenne
2 grosses boules de Mozzarella
1 bouquet de basilic
100 g de feuilles de roquette
1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
huile d'olive extra vierge, sel et poivre

Préparation :

- À la poêle, faites revenir lentement l'ail émincé dans l'huile d'olive.
- Puis augmentez le feu et faites revenir les portions de cabillaud des deux côtés. Réservez.
- Pendant ce temps, découpez les tomates et la mozzarella en tranches d'épaisseur égale.
- Choisissez les plus belles feuilles de basilic et amangez sur chaque assiette en alternance : une rondelle de tomate, une tranche de mozzarella et une feuille de basilic.
- Assaisonnez les feuilles de roquette avec huile d'olive et vinaigre balsamique et disposez-les sur l'assiette.
- Déposez les portions de cabillaud encore tièdes sur la salade tomates-mozzarella, salez, poivrez, ajoutez un filet d'huile d'olive.

EFFEUILÉ DE CABILLAUD
AVEC CRÈME D'AVOCAT ET ROQUETTE

Ingrédients :

400 g de filet de cabillaud
2 gousses d'ail
une branche de thym
100 g de feuilles de roquette
huile d'olive extra vierge
1 citron jaune
2 avocats mûrs
1 citron vert
1/2-1 dl d'eau froide
sel et poivre

Préparation :

- Faites mariner quelques minutes le cabillaud avec sel, poivre et le zeste d'un demi-citron.
- Dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, faites blondir l'ail émincé et le thym, puis ajoutez le cabillaud, couvrez et laissez hors du feu pendant 10 minutes.
- Retirez le cabillaud de la poêle et effeuillez-le.
- Enlevez la chair de l'avocat et passez-la au mixeur, ajoutez le jus et le zeste du citron vert, puis l'eau. Assaisonnez la crème d'avocats à votre goût.
- Lavez les feuilles de roquette et égouttez-les.
- Assaisonnez avec huile d'olive, jus de citron et sel.
- Dressez les assiettes avec la roquette, l'effeuillé de cabillaud et la crème d'avocats.

Fisch verliebt

In Island essen sie Hais. Und Hotdogs. Aber nicht nur. In Sachen Kultur hat sich auf der Vulkaninsel einiges getan. Zu Besuch bei den Pionieren am Polarkreis.

VON ANJA WILHELMICH AUS REYKJAVIK

Man könnte den Isländern unterstellen, letzte vorwiegend kulinarischen Traditionen zu haben. Vielleicht liegt es an den langen, dunklen Wintern, in denen sie ein Haisbein etwa abstrich Speisen entwickelt haben. Die Isländer legten alles ein. In Hotog etwa, um es über den Winter haltbar zu machen. Oder sie verarbeiteten die schönsten Dinge im Boden. Das zum Hotepel, der passenderweise auch „Gammel-Haf“ genannt wird. Ihr wird in der Krise vergraben und gemischt oben so vor sich hin. Das fermentierte Krebserzeugnis riecht streng nach Ammoniak. Diese Zungenbeizung, es riecht nach Urten, Wissenschaftlern bekommen ihn heute nur noch Touristen angeduldet, die das eckige Stück mit dem Innereis-Schnaps, der auch „Schwarzer Tod“ genannt wird, konsumieren und davon zu Hause erzählen können.



Wenn du keinen Fisch isst, wirst du nicht schön.“

MARGRET BERGSDOTTIR, CHEFIN VON REYKJAVIK



Die Isländer sind eine glückliche Völkchen. Sie führen den Global Peace Index 2012 als sichersten und friedlichsten Land der Welt an. Die Menschen, die an Küsten wohnen, tragen Wellenpulver, wenn es kalt wird. So kann man es beobachten, wenn man am besten bekannten Hotdog-Stand Islands ansetzt. Das Würstchen im lässigen Blechchen ist der Snack für zwischendurch, während von innen. Von außen hat's die Wölfe. Inzwischen ist die letzte Oberbekleidung so gefragt, dass Pullover transportieren. „Male in Kona“ steht auf dem Rücken. Das passt dem Isländern gar nicht in das lokalpolitische Selbstbild, das sich nach der schweren Wirtschaftskrise im Herbst 2008 noch verstärkt. Selbst auf die Teller kommt nur noch Isländisches. Die Krise und der Hype um die „New Nordic Cuisine“ haben die Isländer umkreisen lassen.

Jetzt kommen auch noch mehr Touristen, weil eine Reise auf die Vulkaninsel nicht mehr so kostspielig ist. Das hier kostet nur fünf statt staatlicher zehn Euro. Man kann ein Mahl für 3, 12 oder auch 50 Euro pro Person zu sich nehmen. Günstig ist es anderswo. Es ist aber auch nicht immer als an der kraschen Küste oder in der Innenstadt Reins. Es schmeckt jedoch ganz anders. Inspiration

kommt vom Festland, die Produkte von der Insel. Die Isländer speisen beispielsweise nach Dänemark, wo es in Kopenhagen das Norms gibt, das immer wieder als „Norms Restaurant der Welt“ ausgezeichnet wird. Inlands Fische sind Premium am Polarkreis, weil sie das verwenden, was die Insel ihnen bietet. Hier wird verarbeitet, was die karge Vulkaninsel hergibt. Pilze, Maisch, Soßen, Fisch und Fleisch. Das ist ganz im Sinne von Slow Food oder dem Regionalbype. Ganz nach dem Motto: Ja, was vor deiner Tür wächst. Auf Island aber wächst von Natur aus erst mal gar nicht so viel. In den von der Erdweite beleuchteten Gewächshäusern bauen sie Tomaten, Gurken, Salat und Karotten an.

Lamm und Fisch sind mit die zwei wichtigsten Produkte der Insel. Die Schafe grasen im Sommer auf dem Hochland. Reine Kritiker natürlich. Das schmeckt man. Seit 2011 hat das Grillrestaurant eröffnet. Auf zu reisen, geht in der sehr urbanen Lokale mit Lavastein an den Wänden gar nichts.

Im Februar, wenn das Fas-Festival „Thorshelir“ stattfindet, zieht Lamm noch mehr im Mittelpunkt. Ich mit Freunden und Familie beim Weger mit Fladenbrot mit viel Butter und geräuchertem Lamm oder in der schilfen Saubler Rab 24 in Reykjavik. Inmitten. Die Isländer lieben Fisch. Vor allem die jungen Leute mögen ihn. Ob der wenigen Kalorien und vielen Proteinen am liebsten roh.

Das kleine Fischereier-Großstadl an der Hauptstadt Reykjavik ist nicht besonders hübsch. Die Kirche wurde zum Rüstungsdepot umfunktioniert, was viel über die Isländer sagt. Die Gebäudemauern sind. Hier im Hafen von Groddarf wohnt Páll Pásson, 28 Jahre alt, auf seinem Schiff. Zehn Jahre ist er selbst hinausgefahren. Vor einem halben Jahr ist er ins Familienunternehmen eingestiegen. Gefischt wird vor allem Kabeljau. Die Fischereier in Island haben sich zusammengeschlossen, um das Ökosystem zu schützen. Stichwort: Nachhaltigkeit. Zu Margret Bergsdottir hat ihr Vater schon immer gesagt: „Wenn du keinen Fisch isst, wirst du nicht schön.“ Man staunt, als sie ihr Alter erreicht. 51 Jahre ist sie – und die Chefin bei Skalavik, einer Fischerei, die Kabeljau nach nach Portugal, Spanien und Griechenland exportiert – als Incahuah, als Stockfish. Kreativ und geschäftstüchtig, wie die Isländer sind, machen sie aus der Fischerei Kunst und Geliebtheit.

Ari Thor hat Fotobücher. Der 22-Jährige ist Koch in der Fish Company Restaurant von 301 Reykjavik. Der „Armadillo“ ist nicht verrotten, was das kleine Land und das Meer drum herum zu bieten haben. „Wir kochen alles von Isländischen Hausen“, sagt Thor. Es gibt Lachs und Lamm. Nur aus den Honen steigen die Beach Boys – und nicht Björk.



Fish Company.

FOTO: RESTAURANT



Lachs auf isländische Art in der Fish Company.

FOTO: RESTAURANT

Reykjavik



Ausland Island ist ein Island Express (Regie ab Frankfurt/M. nach Reykjavik). Außerdem fliegt die Billigflieger Wizz Air direkt von Stuttgart nach Reykjavik – aber nur in der Sommerzeit.

Unverändert Reykjavik bietet Hotels für jeden Geschmack. Meist sind sie preislich jedoch teuer, da wir es gewohnt sind. Hier eine Auswahl: Das Fischerei-Restaurant

ganz zentral in Reykjavik. Das DZ kostet ab 120 Euro die Nacht (www.hotelisland.is). Rotel Centrum Reykjavik, ab 80 Euro die Nacht pro Person im DZ (www.hotelisland.is). Goldenes Throghotl, ab 90 Euro die Nacht pro Person im DZ (www.goldenhotel.com). Es gibt aber auch Apartments (www.comet.is/airbnb).

Foodfestival Vom 27. Februar bis 3. März findet in Reykjavik das Food & Fun-Festival statt. Weitere Informationen unter www.foodfestival.is.

Gute Restaurants Das Vox (www.vox.is) im Hilton zählt zu den besten des Landes. Hier wie auch im Goldenhotel (www.goldenhotel.com) sollte man unbedingt reservieren. Das Restaurant Dill (www.dillrestaurant.is) ist eines der besten Restaurants des Landes. Chefs auswärts von Reykjavik liegt es in einem Vegetarier-viel. Sjömann im Marinn Hotel (www.sjoman.is) ist skandinavisch modern eingerichtet und bietet einen tollen Blick auf den Hafen in Reykjavik. Auch in der Fish Company (www.fishcompany.is) wird mit isländischen Produkten gekocht.

Grünes Filz-artikelhandwerk Die beliebteste Hotdog-Bude Reykjaviks heißt Skopstovu Pjatur (Toggvegur 1, Reykjavik 101). Schon die Chefin hat hier ein Würstchen im Blechchen verkauft. Im Sommer (im Hafen von Reykjavik) kommen die Touristen, um zwischen Fischereier und ausgestofften Seebunden die Sommermode aus Tassen zu blicken. Es gibt aber auch „Moby Dick on a Stick“, gebräutes Meeresfleisch. Toll ist auch die Handarbeit bei Bryggjan in Groddarf. Hier gibt es Fisch in seiner ursprünglichen Form. Die Spezialität des Hauses: Steins mit Klee, Karotten, Zwiebeln und Öl. Das ist nicht, aber doch sehr gut schmeckt. Der isländische Autor Ólafur Gunnarsson ist hier Stammgast.

Was Sie tun und lassen sollten Auf jeden Fall eine Sea-Angling-Tour mit Special Tours (www.seaanglingreykjavik.com) unternehmen. Die Boots starten im Hafen von Reykjavik. Hier kann man seinen Fisch selbst trocknen. Und gleich an Bord grillen und verzehren. Auf keinen Fall Gammel-Haf probieren. Lässt sich nur mit dem hoch Lakritz schmeckenden Schnaps heilsamer machen.



Fisch auf Holzbraten gibt es im Grillmarke.

FOTO: LÖNNKINNASON



Das Grillmarke.

FOTO: LÖNNKINNASON

GREIN Í PÝSKU BLAÐI

A photograph of two children, a boy and a girl, walking on a rocky beach covered in seaweed. They are both wearing traditional Icelandic wool sweaters with a distinctive patterned yoke. The boy is carrying a yellow bucket, and the girl is holding a fishing net. In the background, there is a body of water and mountains under a cloudy sky. A blue semi-transparent banner is overlaid on the left side of the image, containing the text 'FISKUR TIL FRAMTÍÐAR'.

FISKUR TIL FRAMTÍÐAR

Hafið samband varðandi upplýsingar og aðstoð:

Guðný Káradóttir, markaðsstjóri

gudny@islandsstofa.is

Finnur Garðarsson, verkefnastjóri

finnur@fiskifelag.is

WWW.RESPONSIBLEFISHERIES.IS