

SERIERESOR sid 14
I fotspåren på "Exit" och
"Lupin" – vi guidar till
hetaste tv-serieresorna.

NYA FAVORITER sid 6
Veckan blir så mycket
roligare med dessa enkla,
goda och nyttiga rätter.

*"Jag älskar all snabbmat. Jag
har inga begränsningar inom det
området."* TOM SJÖSTEDT om guilty pleasures

PIZZAKVÄLL sid 18
Avrunda helgen med en
flatbread-pizza som kan
göras i stekpannan.

SvD MAT&RESOR

STORSTADENS GRÖNASTE FINGRAR

Från kolonilott till tallrik – följ
med till super-kolonisternas
prunkande odlingar. Sid 8





FOTO: CARL WAITE



FOTO: MATILDA SÖDERSTRÖM

Skåpbiisproffsen Isabel och Carl Waite vet allt om hur man håller sams under bilsemetern.

Sommar i skåpbil

VISST LÅTER det härligt, att dra ut på vägarna i en ombyggd skåpbil och leva "vanlife"? I takt med att vi svenskar allt mer semesterar inom landets gränser har det globala vanlife-fenomenet hittat hit, där det ynglat av sig i den snabbväxande communityn Vanlife Sverige. Dess grundare Carl och Isabel Waite har själva levt vanlife i över tio år. Som längst har de varit ute på vägarna i sin van Doris i nio månader för att besöka platser där de kan vandra, klättra och surfa, samtidigt som de jobbar på

distans. I juni släpper paret den inspirerande reseboken "Vanlife Sverige", med förhoppningen att få fler att upptäcka livsstilen och fördelarna med en skåpbil – skönare än ett tält och mindre otymlig än en husbil.

Men hur håller man sams under en lång resa på sådan liten yta? Vi bad Carl och Isabel Waite att bjuda på sina bästa råd inför sommarens bilsemetrar.

MELLANMÅL. När vi blir griniga är det nästan alltid på grund av

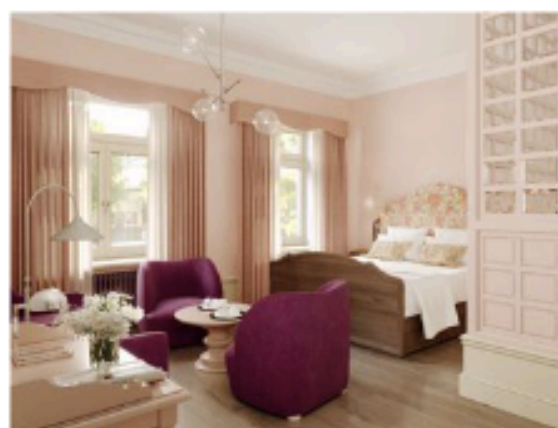
att energin tryter. Att ha frukt och nötter i handskfacket är därför en livräddare. Mellanmål kan dessutom göras som en rolig aktivitet.

GE VARANDRA SPACE. Jo då, det går att få en känsla av att vara ifred på sex kvadrattmeter, med tiden blir man expert på att utnyttja bilens planlösning. Dessutom måste man inte göra allt tillsammans när man stannar någonstans.

PLANERA FÖR REGN. Se till att ha en plan för dagarna när ni

inte kan bada och ha bilens dörrar öppna. Gäller särskilt er som har barn. Ta med spel, böcker och filmer, och leta upp oväderssäkra aktiviteter i närområdet.

PRATA. Eftersom många situationer skruvas upp några extra nivåer på en liten yta är detta ett givet tips, ändå måste vi påminna oss själva om det gäng på gäng. För när vi faktiskt berättar för varandra vad vi känner eller vill göra blir vardagen så mycket bättre.



Ruth Stockholm kallar sig Vasastans första boutiquehotell.

Trivsamt i Sibirien

FAMILJÄRA OCH art déco-glansiga Hotel Frantz vid Slussen har sedan öppningen för två år sedan varit Södermalms bästa staycation-gömställe. Nu är det dags för Frantz att få en syster – Ruth Stockholm slår om ett par veckor upp dörrarna i huvudstadens mest hotellfattiga stadsdel, Vasastan. Hotelliersysterna Ellen och Tea Pettersson har tagit över Hotel Hanssons hörnbyggnad på Surbrunnsgatan och där kan gäster se fram emot ett färgstarkt boende med väningskänsla och designduo Hippo-

rays specialritade möbler.

– Det känns som att vi har ett hotell med världens bästa läge, men som ingen känner till och det vill vi ändra på. Vi brukar säga halvt på skoj att vi kommer med värmen till Sibirien, säger Tea Pettersson.

Ruth blir ett hotell av det intimare slaget med 62 rum, bar och lounge, som i höst utökas med en restaurang där konst kommer att spela en viktig roll. Gräddtårter och alkoholfritt bubbel blir, precis som på Frantz, signaturen för hotellets frukost. hotelruth.se

Stenigt rälsäventyr

DET HAR kommit en ny tågresä till. Kanadensiska tågbolaget Rocky Mountaineer meddelade i veckan att man i höst utökar sitt utbud av episka naturresor med Rockies to the Red Rocks – ett tvådagarsäventyr genom amerikanska delstaterna Colorados och Utahs karga landskap, känt för sina säregna kanjoner, röda klippformationer och naturliga stenbroar. Resan går mellan städerna Denver och Moab, med övernattnig i Glenwood Springs, och dagarna tillbringas i inglasade panoramavagnar så att resenärer inte ska missa en enda scenisk vy. Till detta erbjuds lokal cuisine och kunniga guider som berättar om traktens historia. Som vanligt när det gäller Rocky Mountaineer finns möjligheten att skräddarsy sitt resepaket med val av boende och aktiviteter före och efter tågresan. rockymountaineer.com



Höstens häftigaste rådyver.

5

kronor. Så mycket blir det extra påslaget på samtliga köträtter när Debaser nyöppnar två av sina restauranger inom kort. För att förstärka sitt klimatfokus kommer koldioxidutsläppet att redovisas för samtliga rätter på menyn, och för utsläppstunga köträtter blir det alltså en avgift som oavkortat går till klimatprojektet Solvatten.



Silversmeden Sebastian Schildt och kökschef Elvira Lindqvist har en krog ihop.

Smakfull smed

MÅNGA ÅR DE som extraknacker som krögare. Hittills har vi dock aldrig hört talas om en smed som driver krog. Ätminstone inte tills silversmeden Sebastian Schildt avslöjade att han inom kort öppnar Restaurang Oxenstierna på Östermalm. Platsen är Oxenstiernska malmgården, en av stadens bevarade malmgårdar från 1700-talet, och tanken är att skapa en plats för alla sinnen där konst och design möter det kulinariska.

– Konst går att gestalta på många sätt. Min ambition är att restaurangen ska bli en helhetsupplevelse och kreativ mötesplats, säger Sebastian Schildt. Vid sin sida har han Elvira Lindqvist, tidigare kökschef på Fotografiska och utsedd till Årets Ställakock 2020, som ska ta med gästerna på en resa i framtiden med det svenska mathantverket som grund.