

FINALISTERNA I ÅRETSEKOKOCK 2019.

Först ut Eskil Bondsäter

Eskil är 23 åringen från KRAV märkta Lykke, Nordic Light Hotell i Stockholm som förutom mat gillar golf och vin.

Han tävlar för att pusha sig själv och utveckla sina kunskaper.

Om varför ekologiskt: Ekologiskt ligger mig nära hjärtat då det är viktigt i framtiden att välja rätt producenter och råvaror. Det är en stolthet för mig som kock att veta vart saker och ting är producerade och att de är producerade på bra villkor.

För ett mer hållbart sätt så är mitt största tips till alla oavsett vad de köper att äta upp allt och inte slänga mat.

#åretsekokock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna

FINALISTERNA I ÅRETSEKOKOCK 2019.

Andre ut: Niklas Pallgren

Kökmästaren på KRAV märkta Kämpasten i Sigtuna är 41 åriga Niklas Pallgren som gillar mat, familj, natur och motion.

Han började sin kockkarriär tidigt i köket med mormor & mamma på familjeägda Svanberga Gästgivargård i Roslagen vackra famn. Därefter bland annat jobbat i New York och på Operakällaren samt drivit eget "Greens Gastronomi".

Tävlar gör han för att utmana och utveckla sig själv och på frågan om varför ekologiskt svarar han:

För att det smakar bättre! Håller oss friskare och för den biologiska mångfalden.

Hans bästa tips för att jobba mer hållbart är att byta ut eller minska på köttfärsen i fredagstacon och köttfärssåsen mot nordiska kulturavsvgrödor. Ät i säsong!

"Matglädje för mig är hållbar gastronomi som bidrar till njutning för både människa och miljö. Dela med sig av kunskap till gäster och kollegor och samtidigt stötta och ta del av alla eldsjälvar/producenter som gör gott därute." avslutar Niklas.

Finalen går i Växjö 14 september med hemlig råvarukorg. Finalisterna lagar tre rätter..

#åretsekokock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna

FINALISTERNA I ÅRETSEKOKOCK 2019.

Tredje finalisten: Jonas Karlsson

Numera frilansar den 31 åriga Jonas Karlsson som tidigare bland annat tävlat i Årets Kock, varit kökschef på KRAV märkta Lilla Bjers och senast kommer från Fotografiska.

Han gillar att utmana sig själv och menar att tävling driver honom framåt.

Förutom matlagning gillar han träning.

På frågan om varför ekologiskt svarar Jonas att det är en självklarhet med ekologiskt och förutom att det bidrar till bättre jordmån så mår man bättre av ekologiskt.

Hans bästa tips för att jobba mer hållbart är att ta hand om hela råvaran, klimatkompensera i alla olika aspekter och jobba cirkulärt.

Finalen går i Växjö 14 september med hemlig råvarukorg. Finalisterna lagar tre rätter..

#åretsekokock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna

FINALISTERNA I ÅRETSEKOKOCK 2019.

Finalist nummer fyra: Robin Hytter

Robin är 29 åringen som bor i Örebro tillsammans med sambon Emma och har som nuvarande arbetsplats KRAV märkta Färna Herrgård.

Han gillar att röra sig ute i naturen, plocka svamp, laga mat utomhus med familj och vänner.

Med tävling vill han vara med och påverka och driva på en förändring gällande hållbarhetsfrågorna.

Varför ekologiskt?: Ser det som ett självklart val att jobba både ekologiskt och med lokala producenter. Mindre tillsatser och bekämpningsmedel.

Robins bästa **tips för att jobba mer hållbart:** Laga mat på svenskproducerade råvaror i säsong. Tänka på matsvinnet. Byt ut hälften av de animaliska produkterna till vegetariska. Renare smaker i grönsaker, bättre för både miljön, hälsan och plånboken.

Bra vetande: "Har alltid mössa på mig och mumlar när jag pratar."

Finalen går i Växjö 14 september med hemlig råvarukorg. Finalisterna lagar tre rätter..

#åretsekock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna

FINALISTERNA I ÅRETSEKOCK 2019.

Femte finalisten: Joachim Johansson

Växjö killen Joachim Johansson är 45 åringen som jobbar på The Parlour Dinner Club i Göteborg.

Han gillar mat, service och samhällsfrågor samt åker gärna skidor utför.

Joachim har tävlat i Årets Kock och bland annat jobbat på Thörnströms Kök Privata rum, Scandic Mölndal och Hotell Liseberg Heden

Tävling är ett sätt att utmana och utveckla sig själv som kock och på frågan om ekologiskt så svarar han: "finns ingen annan väg att gå, för miljön och samhället i stort. Vi måste ta vårt långsiktiga ansvar."

Joachims bästa tips för att jobba mer hållbart: Ta tillvara på allt, tänk utanför boxen och framför allt tänk till innan vad du har och hur du effektivt använder dina råvaror. Se över alla inköp av allt.

Finalen går i Växjö 14 september med hemlig råvarukorg. Finalisterna lagar tre rätter..

#åretsekock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna

FINALISTERNA I ÅRETSEKOCK 2019.

Finalist nummer sex: Niclas Jansson

Niclas som är 27 år jobbar idag som kökschef på KRAV märkta Stora Brännbo Konferens och Hotell och kommer senast från Sigtuna Höjdens Restaurang Skog som även det är KRAV märkt.

Han har tidigare tävlat i Årets Möteskock och IACC Copper Skillet. I April 2019 stod han som segrare i Världsfinalen IACC Copper Skillet i Juniorklassen (upp till 26 år), efter att ha vunnit den svenska uttagningen och därefter även den Europeiska finalen.

Intressen är innebandy, mat och dryck och tävling är för att utvecklas, samla erfarenhet, att få vara kreativ och för att vinna såklart.

Varför ekologiskt: För att naturen och människan i sin egen takt ska kunna få fram råvaror i hög klass. Och för att bidra positivt till nästa generation.

Niclas bästa tips för att jobba mer hållbart: Ta vara på hela råvaran och planera efter säsong och åtgång.

Finalen går i Växjö 14 september med hemlig råvarukorg. Finalisterna lagar tre rätter..

#åretsekock @segersfabriker @ja_sundqvist @matsmaland @ekomatcentrum @kravmarkt @ekolantbrukarna