

HÚSFREYJIAN

TÍMARIT KVENFÉLAGASAMBANDS ÍSLANDS
4. TBL. 59. ÁRG. 2008
VERÐ KR. 1095

- jákvæð og
hvetjandi

MATUR

Mjúkar sælgætissmákökur
Hreindýraliffrarkæfa Friðriks V
Djúpsteikt skyr Friðriks V
Kjúklingaliffraréttir
Stollen
Kaniljólátré

HANDAVINNA

Heklaða stjórnur
Leikfangapoki
Ungbarnateppi
Hárspöng



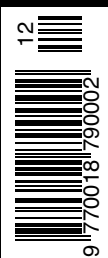
**Matreiðum lífið eftir
líðandi stund**

**- Arnrún Magnúsdóttir
á Friðriki V.**

Góðverkadagatal á aðventu

Merja Siltanen Turku

Sigríður Hjartar í Múlakoti - Gjafatré í garðinum





Bros er beygja sem réttir af alla hluti

Arnrún Magnúsdóttir framkvæmdastjóri á Friðriki V

Núna sækjum við heim húsfréyjuna á veitingahúsinu Friðriki V (fimmta) í miðbæ Akureyrar. Hún heitir Arnrún Magnúsdóttir og er framkvæmdastjóri fyrirtækisins og eigandi ásamt eiginmanni sínum Friðriki Val Karlssyni. Um leið og við komum auga á Öddu, eins og hennar fólk kallar hana, mætum við stóru einlægu brosi, jákvæðni og hlýju. Öddu fylgir líka orka, þykki og staðföst sem voldugir veggir gamla hússins sem hýsir Friðrik V, annað heimili Öddu og fjölskyldu hennar, ramma smekklega inn. Við hefjum spjallið og spyrjum Arnrúnu fyrst um ætt, uppruna og fjölskyldu.

„Ég er bæði Norður- og Suðurþingeyingur, þess vegna er ég nú svona eins og ég er. Mamma heitir María Lilja Halldórsdóttir og hún ólst upp á Einarstöðum í Núpasveit í Öxarfirði. Afí minn var Halldór Gunnarsson en amma heitir Stefanía Jónanna Ingimarsdóttir. Pabbi minn heitir Magnús Pálmason, hann ólst upp í Pálmholti í Reykjadal í Þingeyjarsveit móðir hans, var Kristjana Hrefna Ingólfssdóttir og föðurafi minn Sigfús Pálmi Jónasson.

Foreldrar mínir bjuggu um hrið á Akureyri en fluttu svo í Syðsta-Samtúni í Kræklingahlíð í Hörgárbyggð norðan Akureyrar þegar ég var um tveggja ára og þar ólst ég upp. Á bænum voru hestar, kindur og um tíma angórúkanínubú en foreldrar mínir sóttu vinnu til Akureyrar svona til skiptis. Þau skildu árið 1998 og móðir mín flutti til Akureyrar og starfar m.a. hér hjá okkur en faðir minn býr í Syðsta-Samtúni og starfar hjá Búseta.

Ég er yngst fjögurra systkina, elst er Eyrún Magnúsdóttir sjúkraliði, búsett

í Virginíu í Bandaríkjunum og á fjögur börn, eiginmaður hennar er Magnús H. Baldursson. Næst er Særún sem býr í Reykjavík og starfar í SPRON, hún á einn son. Síðan á ég einn bróður Oddbjörn bakara sem býr á Siglufirði. Hann bakaði í 25 ár en starfar nú í grunnskólanum á Siglufirði, kona hans er Ásdís Ármansdóttir, þau eiga tvö börn.

Arfasafaverksmiðjan

Þegar ég ólst upp var það þannig í sveitum og er að hluta til enn að krakkar urðu að fara að heiman ung bæði í heimavistar skóla og svo til vinnu og frekara náms. Við systkinin vorum að hluta til í heimavist á Þelamörk og svo fórum við burt til að vinna strax fimmtán, sextán ára. Ég var yngst í systkinahópnum og mig dreymdi um að fá vinnu. Að fara í vinnuna eins og systkini mín og foreldrar gerðu, það var málið fannst mér, og ég reyndi að finna mín ráð til þess. Mér datt helst í hug að selja eitthvað

niður við þjóðveg, þar var jú svo mikil umferð. Til dæmis fannst mér að það væri snjallt að selja steina, amma mín safnaði steinum og ég líka, því ekki að selja erlendum vegfarendum steina? En það féll ekki alveg í góðan jarðveg hjá foreldrum mínum.

Ég dó þó ekki ráðalaus, og eitt sumarið þegar ég var um 8 ára hafði ég það þannig að þegar mamma fór með stimpilkortið sitt í vinnuna í frystihúsinu á Akureyri, ÚA, að morgni fór ég líka í mína vinnu meira að segja með mitt stimpilkort sem ég var búin að útbúa. Á þessum árum var hundurinn okkar hún Trilla minn besti félagi, hún var systir mín, alltaf til staðar. Við Trilla fórum saman í vinnuna, ég á hjólinu og hún skokkaði með upp á tún til að vinna í arfasafaverksmiðjunni minni. Þar lagði ég arfa í bleyti og vatt úr honum safann og tappaði á flöskur og dreymdi um að selja arfasafa, einstakan djús, niður við veg.

Hver veit kannski á ég eftir að hrista rykið af þessari viðskiptahugmynd? Ég er ekki alveg komin svo



Arnrún og Friðrik, saman í lífi og starfi.

langt en ég bjó nú samt til ansi marga hundasúrukokteila fyrir gesti Friðriks V í sumar, er það ekki svona næsti bær við? Þetta var íslenska útgáfan mín af þeim vinsæla drykk *Mojito*, ég notaði hundasúru, hrásýkur og svo auðvitað íslenskan vodka, Reyka Vodka, í stað innflutts romms.

15 ára byrjaði ég á almennum vinnu- markaði, svo fyrsta launaða vinnan mín í alvöru var í Niðursuðuverksmiðju K.Jónssonar. Ég sat við færiband og setti gaffalbitadósir á færiband, einnig vann ég um stund í ÚA, svo fékk ég líka að vinna í fiski. Það var ekki alltaf gaman í þessum verksmiðjustörfum en það er ótrúlegur fjársjóður að hafa kynnst því að vinna grunnstörf, verkamannavinnu, það gerði mér gott.

Sextán ára í sambúð - með eiginmanninum

Ég fór á matvælabraut í Verkmenntaskólanum á Akureyri 16 ára og ætlaði að læra þjóninn. Fyrstu önnina fékk ég far í bæinn með mömmu eða nágrönnunum. En eftir jól fannst mér þetta alls ekki ganga lengur svo ég flutti að heiman í leiguhúsnaði á Akureyri.

Við Friðrik vorum saman í bekk í skólanum um haustið og ég tók strax eftir honum, hann var mjög skemmtilegur og gott að tala við, eins og hann

er í dag, en hann tók nú ekkert sérstaklega eftir mér þessa fyrstu mánuði í skólanum. En einhvern veginn náði ég sambandi. Ég fór að búa 23. janúar 1988 á Akureyri og viku seinna 30. janúar sama ár vorum við Friðrik farin að búa saman. Það tók mig sem sagt viku eftir að ég flutti í bæinn að fá hann til mín, síðan höfum við búið saman.

Við vorum sextán og sautján. Hann kom svo ótrúlega snemma inn í líf mitt að ég var ekki komin með bílpróf. Síðan eru bráðum 21 ár og okkur hefur tekist að ala hvort annað upp. Við erum frekar ólík, hann er opnari og kemur skoðunum sínum á framfæri strax, en ég get verið bæði dul og þrjósk. Ég er naut og hann er ljón og þetta er hið besta vina- og hjónasamband! Við setjum okkur hvort í spor annars og okkur hefur lánast að dýpka ástina, virðinguna og vináttuna í verkefnum lífsins, við höfum orðið sterkari. Við eigum tvö yndisleg börn, Karen Ösp sem er fædd 1992 og er í Menntaskólanum á Akureyri og Axel Fannar sem er fæddur 1996 og er í Oddeyrarskóla.

Púsluspilið er heilt

Líf okkar hefur auðvitað ekki alltaf verið dans á rósum frekar en annarra

það var til dæmis afar erfið reynsla að missa fóstur á seinni hluta meðgöngu. Það er líka mikill skóli að vera saman í starfi, í eigin rekstri og takast á við flókin og krefjandi verkefni og ábyrgðina sem þeim fylgir eins og til dæmis starfsmannamál, fjármál og rekstrarárakvarðanir. Auðvitað hefur ýmislegt komið upp á á þessum áratugum, oft höfum við ólíkar skoðanir bæði í leik og starfi en okkur hefur tekist að samræma þær og standa þétt saman. Friðrik stendur afar þétt við bakið á mér í öllum verkefnum lífsins og mitt er að gera það sama fyrir hann og svo hafa börnin okkur fullkomnað myndina, við erum fjögur púsl í sama púsluspílinu ég, Friðrik, Karen og Axel, ef eitt okkar vantar er púsluspílið ekki heilt.

Leiðin liggur suður

Friðrik ólst upp hér á Akureyri. Móðir hans er Bera Pétursdóttir Hraunfjörð, hún starfar hjá Póstmiðstöðinni í Reykjavík, sambýlismaður hennar er Jón Grétar Guðmundsson. Friðrik á fjögur systkini, elst er Ingunn búsett í Bandaríkjunum, svo Friðrik, þá Jónas Már og Elfa Lind sem bæði búa í Reykjavík og yngstur er Jón Pétur sem starfar hér hjá okkur og er í matreiðslunámi.

Við Friðrik fluttum til Reykjavíkur þegar hann fór í matreiðslunám en hann lauk námi frá Hótel- og veitingaskóla Íslands árið 1993. Þegar við fórum suður var ég starfsmaður í Bókabúð Jónasar Jóhannssonar í miðbæ Akureyrar og Stefán yfirmaður minn þar útvegaði mér starf í Bókabúð Jónasar Eggertssonar í Árbænum í Reykjavík. Ég var ráðin þar sem verslunarstjóri, 19 ára stelpa, og átti að vera yfirmaður eiginkonu eigandans, sem gat verið amma mín, og annarar konu sem gat verið mamma mín. Mér fannst ég komin í mjög sérstaka og erfiða stöðu en þarna starfaði ég með yndislegu fólki og þetta varð mér ómetanlegur skóli. Yfirmaður minn þar, sonur þeirra Eggert Jónasson, er ein af mínum fyrirmyndum, stappaði í mig stálinu, hvatti mig og studdi út í eitt og tosaði mig sífelldu upp á ný þrep.

Ég hef oft hugsað til hans eftir að ég varð yfirmaður sjálf, já og ég hef líka

oft hugsað til annars manns sem var mikill áhrifavaldur í lífi mínu það var séra Pétur Þórarinnsson prestur. Hann var prestur á Möðruvöllum þegar ég var unglingur, fermdi mig, gifti okkur Friðrik og skírði son okkar og starfaði líka í grunnskólanum mínum, Þelamörk. Séra Pétur hafði einstakt lag á að hvetja og örva þá sem á vegi hans urðu og ég naut þess ríkulega.

Nú hugsa ég oft um það hvernig mér takist að hvetja og styðja þá sem í kringum mig eru í mínu daglega lífi, það er jú það sem við getum gert hvert og eitt okkar til að bæta lífið og samfélagið okkar. Opnað augun fyrir því sem fólkið sem gengur með okkur í gegnum dagana er að gera, hvetja það og styðja. Við hér á Friðriki V leggjum okkur t.d. fram við að hafa viðskipti við fólkið í firðinum okkar, hvetja og styðja þá sem eru að framleiða og vinna gott hráefni í mat hér og koma þeirra vörum á framfæri svona svo dæmi sé tekið.

Börnin og leikskólinn

Svo árið 1992 eignuðumst við okkar fyrsta barn, Karen Ösp. Eftir fæðingarorlofið fór ég að vinna í leikskóla fyrst í Reykjavík og svo á Akureyri og ég varð alveg heilluð af leikskólastarfinu. Axel Fannar fæðist árið 1996 og árið 1997 fór ég í Háskólann á Akureyri, til að læra leikskólakennarann. Ég varð gagntekin af náminu, ekkert annað komst að og ég lauk



Arrnrún og Friðrik hafa fylgst að síðan þau voru sextán og sautján ára, þau eiga tvö börn og eiga og reka saman veitingahús, starfa saman allan daginn, sannarlega samhent hjón.



Já, það þarf kraft og festu til að opna nýjan veitingastað. Adda opnar Friðrik V í nýrri mynd í Gillinu á Akureyri í júní 2007. Þess má geta að veitingastaðurinn ber nafnið Friðrik V, vegna þess að hann er fimmti (V), veitingastaðurinn á Akureyri þar sem Friðrik Valur eiginmaður Arnrúnar er kokkur.

náminu árið 2000 og námið gerði mig að hæfari og sterkari persónu. Eftir útskrift réð ég mig sem aðstoðarleikskólustjóra í leikskólanum Árholti á Akureyri.

Fríðrik V fæðist

Árið 2001 fréttum við Friðrik að það væri lítill austurlenskur veitingastaður til sölu hér í bæ í miðbænum fyrir ofan Kaffi Akureyri. Við slógum til, keyptum staðinn og stofnuðum Friðrik V

og hófum að móta okkar veitingahús. Öll stórfjölskyldan hjálpaði okkur að lagfæra húsnæðið, mamma og tengdamma saumuðu gluggatjöldin.

Næstu ár voru sennilega þau ár sem ég hef brugðið mér í flest hlutverk. Ég var auðvitað tveggja barna móðir, þau voru níu og fimm ára þegar við opnuðum fyrirtækið, svo var ég einkona, dóttir, systir og vinkona en líka leikskólakennari, háskólakennari, framkvæmdastjóri eigin fyrirtækis og þjónn nær öll kvöld og auðvitað vildi ég standa mig vel í öllum hlutverkunum.

Ég starfaði fyrst í leikskólanum Árholti sem aðstoðarleikskólustjóri en árið 2003 flutti leikskólinn í Naustatjörn og ég ákvað að hætta að vera í stjórnunarstöðu og vera frekar í hálfu starfi sem leikskólakennari inni á deild. Ég vann þar fram að hádegi og Friðrik kenndi í Verkmenntaskólanum svo mættum við hjónin á Friðrik V strax eftir vinnuna og unnum þar fram á nótt eftir því sem nauðsynlegt var. Þetta var snúið fyrir okkur öll í fjölskyldunni. Þegar mest var voru hjá okkur þrjár barnapírur á vöktum, krakkarnir okkar voru á aldrinum frá fimm til tólf á þessum árum. Auðvitað voru þau erfið og árið 2003 sá ég að þetta gekk ekki upp lengur, hætti að starfa sem leikskólakennari og ákvað að helga mig eingöngu fyrirtækinu Friðriki V.

Uppi á hillu

En það stóð ekki lengi, árið 2004 bauðst mér að starfa sem aðjunkt við

leikskóladeild Háskólans á Akureyri. Það var of spennandi tækifæri til að taka það ekki, ég tók þetta að mér tímabundið einn vetur. Svo gekk það vel og mér bauðst að starfa áfram og hóf annan vetur við kennslu haustið 2005. Þá um áramótin fann ég að ég var búin, eitthvað yrði að vikja. Ég yrði að ákveða hvað ég ætti að setja upp í hillu og það var starfið í háskólanum og allt sem tilheyrir leikskólakennaranum, það er uppi í hillunni minni. Leikskólakennarinn Arnrún er á hillunni, hann rykkellur ekkert, bara bíður þar tilbúinn ef ég kys að taka hann fram og dusta af honum rykið. Núna er ég Adda framkvæmdastjóri, þjónn og eigandi á Friðriki V, eiginkona, móðir, dóttir, systir og vinkona sem er sannarlega alveg yfirdrifið nóg.

Fræðsla en ekki hræðsla

Eitt af mínum hugsjónaverkefnum sem leikskólakennara, er verkefni sem ég bjó til og kys að kalla „Fræðsla en ekki hræðsla“. Það er auðvitað á hillunni núna en ég tek það niður þegar á þarf að halda hvenær sem er á lífsleiðinni.

Þetta er fræðsla fyrir leikskólabörn um ofbeldi, bæði líkamlegt, andlegt og kynferðislegt. Ég tel mjög mikilvægt að fræða börnin okkar um þetta ofbeldi, líkt og við fræðum þau um umferð og tannhirðu svo dæmi sé tekið. Í umferðarfræðslunni læra þau að það eru ákveðnar reglur, en það geta orðið slys, þá þarf að bregðast við. Fræðsla um ofbeldi er jafn mikilvæg og eðlileg



Fjölskyldan tekur þátt í ótal ævintýrum saman, flest tengjast mat, hér eru þau í önnum á Fiskideginum mikla sem haldinn er árlega á Dalvík, Friðrik, Axel Fannar, Arnrún og Karen Ösp.



Axel Fannar, Friðrik Valur, Arnrún og Karen Ösp.

Jólaglögg

- 1 fl rauðvín
- 2 msk púðursykur
- 2 kanelstangir
- 8 negulnaglar
- 2 stjörnuanis
- 1 dl rúsínur
- 2 til 3 sneiðar engifer
- Ögn rífið múskat
- 30 gr möndluflögur
- 2 mandarínur í sneiðum
- 1 dl dökkt romm



Hreindýraliffrarkæfa fyrir 4

- 150 gr hreindýralifur (best ef hún hefur ekki frosið)
- 225 gr svínalifur (best ef hún hefur ekki frosið - má líka nota lambalifur)
- 220 gr svínaspekk
- 100 gr hreindýrakjöt magurt
- 1 dl brandý eða portvín
- 1 stór laukur
- 50 gr hveiti
- 50 gr smjör
- 3 dl rjómi volgur
- 1 egg
- 1 tsk pipar
- ½ tsk negull
- ½ tsk salvía
- Örlítið salt

Lifur, spekk, kjöt og laukur er skorið í hæfilega litla bita og látið liggja í víninu í kæli yfir nótt áður en blandan er hökkuð. Smjórið er brætt í potti og hveitinu blandað saman við og síðan rjómanum og blandan soðin upp í 8 til 10 mín þá sigtað í skál og kælt örlítið áður en hakkinu, egginu og kryddinu er blandað saman við og síðan hakkinu. Blöndunni er þá komið fyrir í smurðu leirformi sem sett er í djúpa ofnskúffu sem hálfyllt er með heitu vatni og sett í ofninn og kæfan bökuð í 55 til 65 mín. við 150°C. Kælt yfir nótt.



Pipar- og hunangsgrafið hangikjöt fyrir 4 - 6

- 1 innanlærisvöðvi úr KEA hangilæri
- 2 msk hunang
- 2 tsk græn piparkorn
- 2 tsk rauð piparkorn
- 1 tsk nýmullinn svartur pipar
- ½ hunangsmelóna
- 1 knippi lolló rossó eða lambhagasalat
- 2 msk söxuð steinselja
- 1 ½ dl sýrður rjómi
- salt og pipar
- aromat
- sítrónusafi
- 4 msk fetaostur
- 2 - 3 msk sæt soyasósa



Aðferð:

Penslið vöðvann með hunanginu, myljið allan piparinn vel saman og stráið vel á yfirborð vöðvans þannig að piparinn hylji vel. Setjið í loftþétt ílát og geymið í kælskápi í einn til tvo sólahringa, þá er piparinn skafin vel utan af kjötinu og það skorið í þunnar sneiðar. Kúlið melónuna eða skerið í jafna teninga, skolið kálið, þerrið vel og rífið gróft niður. Hrærið saman sýrðum rjóma, sítrónusafa og steinselju, smakkið til með salti, pipar og aromati. Setjið salatbrúsk á miðjan disk, raðið hangikjötssneiðunum fallega ofan á, dreifið melónukúlunum og fetaostinum á diskinn og hellið sýrða rjómanum í hring utan um kál og kjöthólinn. Hellið að lokum nokkrum dropum af soyasósu í hring á diskinn.

Djúpsteikt skyr fyrir 6 -10

- 500 gr Vanilluskyr frá KEA
- 2 dl brauðrasp
- 5 kökur haustkex eða annað hafrakex
- 1 msk kanill
- 3 msk hrásykur, má vera hvítur sykur
- 4 eggjahvítur
- Örlítið vatn

Frystið skyrið í formum sem mynda hálfar kúlur (formin fást í betri verslunum fyrir fagmenn og mataráhugafólk).

Þegar skyrið er frosið í gegn er það tekið úr forminu og formin fest saman tvö og tvö þannig að verði kúla. Þá eru kúlurnar geymdar í frysti á meðan eggjin eru þeytt létt og allt hitt maukað vel saman í matvinnsluvél og sigtað. Kúlunum er velt upp úr eggjahvítunum og síðan raspinu 2 til 3 sinnum áður en þær eru djúpsteiktar við mikinn hita í stuttan tíma. Leyfið kúlunum að standa í stofuhita í 10 - 15 mín a.m.k. áður en þær eru bornar fram þannig að ekki sé frost í kúlunni. Berið fram með sætri sultu og súrum ávöxtum.

Með kveðju
Arnrún og Friðrik á Friðriki V.



„Það er gott að minna sig á að gæðastundir þurfa ekki að kosta neitt, bara að njóta þeirra og þakka fyrir þær“, segir Arnrún. Fjölskyldan leggur sig fram um að vera saman og Axel Fannar og Karen Ösp eru oft með foreldrum sínum í þeirra verkefnum.

og á einmitt ekki að vera gerð eitt-hvað merkilegri en önnur mikilvæg fræðsla eins og umferðarfræðsla eða tannhirða.

Við þurfum að fræða börn um líkama sinn og tilfinningar, hvaða reglur gilda og hvað er ekki í lagi, hvar ramminn er, við öll, allir foreldrar og allir sem starfa með börnum, þar hafa leikskólakennarar einstaka möguleika. Mér finnst hreinlega að það eigi að vera partur af námsskrá frá Menntamálaráðuneytinu að öllum skólastigum beri skylda til að fjalla um þennan málaflokk á einn eða annan hátt. Þetta er mér mikið hjartans mál og draumaverkefni sem leikskólakenn-

ari. Ef við kæmum fræðslu um þetta eðlilega og markvisst til barnanna okkar ættu þau ómetanlega þekkingu í sínum sjóði og aukna möguleika á að verða heilli og sterkari einstaklingar, þá verður þjóðfélagið okkar betra fyrir okkur öll.

Ég hef lært að matreiða lífið eftir líðandi stundu, það er ekki hægt að hafa allt á borðinu í einu, sumt má vera á hillunni.

Heima og heiman

Ég reyni að byrja daginn með hafra-graut og set eina matskeið af ósöltuðu íslensku smjöri út á grautinn til

að grauturinn standi með mér fram eftir deginum og best finnst mér ef ég á krækiber út á grautinn. Svo hefst vinnudagurinn minn á skrifstofunni klukkan átta. Í hádeginu borða ég alltaf fisk, og svo passa ég að hafa alltaf vatn og ávexti í skál á skrifboðinu mínu. Svo síðdegis flesta daga skipti ég um gír og hlutverk og fer á vaktina. Þá er ég komin í hlutverk húsfreyjunnar á Friðriki V, mömmu allra á veitingahúsinu og tek á móti gestunum okkar. Því verkefni þarf að sinna fram eftir kvöldi og fram undir miðnætti um helgar. Vinnudagurinn getur því verið mjög langur, fjölbreyttur, erfiður og skemmtilegur.



Sem betur fer hefur það gengið upp hjá okkur að skapa þannig andrúmsloft að fjölskyldan okkar kemur hingað til okkar rétt eins og þetta sé heimili okkar sem það er. Ég, Friðrik og börnin okkar búum í rauninni bæði í húsinu okkar niðri á Eyrinni á Akureyri og hér á Friðriki V í Gilinu í miðbænum. Börnin okkar koma hingað eins og heim til sín, dóttir okkar sem er núna í Menntaskólanum, borðar t.d. yfirleitt með okkur foreldrum sínum hér í hádeginu og sonur okkar sem er í grunnskóla er alltaf í sambandi við okkur eftir sinn skóladag. Svo eru þau líka oft að vinna með okkur í ýmsum skemmtilegum verkefnum. Mamma starfar að hluta hér hjá okkur og bæði hún og pabbi koma hér nær daglega, kíkja á okkur og fá sér kaffibolla og yngsti bróðir Friðriks starfar hér. Best er auðvitað að Friðrik minn starfar hér mér við hlið alla daga. Það er mín gæfa að hafa valið þá leið að vinna með manninum mínum og að hafa haft tækifæri til að gefa börnunum mínum svigrúm og pláss til að vera með okkur í starfinu á sínum forsendum, bara yndislegt líf.

Í hjarta bæjarins

Við rákum Friðrik V í fyrsta húsnæðinu til ársins 2007. Það var í raun óhagkvæm rekstrareining og aðstaða og því stórkostleg breyting á allan hátt að flytja í nýtt húsnæði. Núna erum við í Gilinu í hjarta Akureyrar í húsi með 100 ára sögu og stóra sál. Við opnuðum hér 12. júlí 2007 mun



Arnrún og tilkomumikið trélistaverk Aðalheiðar S. Eysteinsdóttur taka vel á móti öllum í veitingasal Friðriks V í listagilinu á Akureyri.



umfangsmeira fyrirtæki en áður. Hér er veitingasalur, stór bar, veislu- og fundarsalur og sælkeraverslun. Það eru að jafnaði 25 - 30 manns hjá okkur á launaskrá en fastir starfsmenn í fullu starfi hjá Friðriki V eru fimm til tíu.

Eins og við erum

Við Friðrik höfum valið þá leið í öllum okkar rekstri að vera við sjálf, við höfum byggt Friðrik V upp á okkar forsendum. Gesturinn er að koma til okkar fyrir það sem við erum og eins


Æskuárin, Arnrún og Trilla.



Mikilvægast af öllu, fjölskyldan saman í sól og regni.



Arnrún búralega í arfasafaverksmiðjunni sinni.



og við gerum. Þegar ég tek á móti þeim í salnum lít ég svo á að þeir séu að koma til að borða hjá mér og fjölskyldunni og hér fá allir gestir sama viðmót, það skiptir engu hver á í hlut.

Gestirnir eru að sækja okkur heim og við óskum þess að þeim líði vel, njóti stundarinnar og veitinganna og langi til að koma aftur í heimsókn. Ég er mamma á þessu heimili og húsfreyjan sem óskar þess að öllum líði vel. Notalegt persónulegt samband gestgjafa og gests er mín leið en ekki einhverjar formlegar þjónustureglur, mér dettur ekki í hug að ramma sjálfa mig inn í eitthvert form. Einmitt þessi persónulegu samskipti og hlýja og bros gestanna minna næra mig og okkur öll, fjölskylduna á Friðriki V.

Matur úr héraði

Við höfum okkar siði, hér er t.d. eingöngu spiluð íslensk tónlist af [www.tonlist.is](#), fyrst veljum við ástsæla söngvara og tónlistarmenn úr okkar héraði Helenu Eyjólf, Friðrik Ómar,

Ingimar Eydal og þá sem eru frá svæðinu og svo aðra íslenska tónlistarmenn, Guðrúnu Gunnars, Garðar Thor, og KK og svo framvegis. Borðbúnaður er einfaldur og fallegur en við lögðum upp úr hönnun og notkun á servíettuborðum úr pappa sem hver gestur fær um sína servíettu. Þetta er lítill hlutur með mörg hlutverk, hann er borðskraut, upplýsingar um staðinn og heimasíðuna okkar [www.fridrikv.is](#), einnig minnismiði ef gesturinn vill punkta hjá sér eitthvað um mat eða vín, nú eða bara gullkorn frá kvöldinu, svo er þetta minjagripur, upplagður sem bókamerki.

Hjarta hússins er eldhúsið og við veljum ferskt úrvalshráefni í matinn úr héraðinu okkar, fyrst og fremst mat úr Eyjafirði. Svo flæðir það víðar eftir því sem þarf en umfram allt veljum við íslenskan mat. Við erum líka í frábærri samvinnu við kaupmenn hér á Akureyri og ýmsa þjónustuaðila hér, t.d. förum við sjálf og veljum grænmeti fyrir Friðrik V í Nettó á Akureyri og það er frábært samstarf.

Veistu, við þurfum ekki að sækja vatnið yfir lækinn. Lítum frekar á hvað nágrannar okkar eru að gera, opnum augun. Það er framleiddur, ræktaður og unninn frábær matur hér í okkar héraði, hér á Íslandi. Veljum okkar vörur alltaf og ekki síst núna, af stolti og gleði. Þannig gerum við gott á okkar svæði og fyrir okkur öll Íslendinga. Í haust gerðum við samning við Akureyrarbæ, þar sem nemendum 9. og 10. bekkjar gefst tækifæri á að læra um „Mat úr héraði og siði“ og erum við með 20 nemendur hér hjá okkur á hverjum þriðjudegi. Það er mismunandi hvort við erum heima að elda, leggja á borð eða að heimsækja bændur og framleiðendur og læra um framleiðslu þeirra.

Ég er hamingjusöm, stolt og rik af mínu fólki og legg mig fram við að nota þær stundir sem gefast til að vera saman, því það skiptir mig allra mestu í lífinu. Það er gott að minna sig á að gæðastundir þurfa ekki að kosta neitt, bara að njóta þeirra og þakka fyrir þær” segir Arnrún Magnúsdóttir.