smaker

Smaker från Bottenviken med lokala och kulinariska specialiteter från havet och skogen.

HÖGA KUSTEN

HOTELL HÖGA KUSTEN

Sandöverken, 80 km söder om Örnsköldsvik

Högakustenbron korsar Ångermanälven på gränsen mellan kommunerna Härnösand och Kramfors . Restaurangen på Hotell Höga Kusten erbjuder en underbar utsikt över bron och serverar lokalt producerad mat och dryck - här kan du verkligen smaka på unika smaker av världsarvet.

BOX WHISKY

Bjärtrå, 70 km söder om Örnsköldsvik

Box Destillery har sitt ursprung i ett sågverk som en gång stod på stranden av den mäktiga Ångermanälven. Destilleriet har fått glödande komplimanger från ledande globala whisky tidskrifter och det har kallats ” Världens mest spännande nya destilleri”. Ett besökscenter finns, med guidade visningar och en vacker restaurang som serverar lokal mat.

HÖGA KUSTEN BÅTARNA OCH ULVÖN

Avgångar från Köpmanholmen, Docksta, Ullånger och Mjällomslandet 20-60 km söder om Örnsköldsvik.

Njut av världsarvet och skärgården med Höga Kusten båtarna - en resa till Ulvön tar allt mellan 30 minuter till två timmar. På Ulvö hotell kan du bland annat bjudas på den populära skärgårdsbuffén .

Höga kusten är känd för sitt framstående kök och Ulvö Hotell är en White Guide restaurang. För många är områdets berömda ” surströmming ” det första de tänker på när det mat och Höga Kusten – och det är helt rätt. Surströmming har producerats lokalt på ön Ulvön sedan 1890- och ett besök hos Ruben Madsen är en upplevelse man sent glömmer.

SKULEBERGETS TOPPSTUGA / FRILUFTSBYN

Docksta, 38 km söder om Örnsköldsvik

Toppstugan är en rustik timmerstuga på toppen av Skuleberget med en av de vackraste vyerna man kan tänka sig.

Här kan man njuta av lokalproducerad man från världsarvet med bla tunnbröd, hjortron och lax. Till Toppstugan kan man ta sig till fots eller med stollift ,och de mest äventyrliga besökarna kan även välja att bestiga berget med VIA FERRATA !

MJÄLLOMS TUNNBRÖD

Ullånger, 50 km söder om Örnsköldsvik

Sedan 1923 har man bakat tunnbröd i Höga Kusten. Mjälloms Tunnbröd har ett besökscenter med butik, och från och med sommaren 2016 kan man hyra bagarstugan och baka sitt eget bröd.

UMEÅ

ÅBRÅNETS LIMOUSIN

92 km från Örnsköldsvik och 45 km från Umeå.

Åbränets Limousin är en gårdsbutik och ett kafé belägen i vackert lantlig miljö vid Hörneån. I butiken säljs gårdens egna delikata limousinkött och korv. Här går det även att köpa andra lokalproducerade livsmedel, godsaker och slöjdprodukter från trakten. Nordmaling/Hörnsjö.

ÄLVTÅETS GRÖNA

Umeå.

Älvtåets Gröna är en familjedriven ekokrog och kaffebar, inspirerad av trädgårdskafeer, urbana espressobarer och Schweiziska gårdsrestauranger. I stan, men ändå på landet, 10 minuters vacker cykeltur eller 30 minuters promenad från centrum om du följer Umeälvens vackra strandpromenad. Inga bilar. Välkommen till Älvis! Umeå/Grubbe.

KVARKENFISK

30 km från Umeå.

Du hittar Kvarkenfisk vid det vackra fiskeläget Rovögern. Kvarkenfisk serverar olika former av sill och strömmingsinläggningar, fisktårtor, sallader, skaldjur, rökt säl, rökt fisk från det egna rökeriet, spännande marinader och såser, korvar, patéer pastrami och soppor. Allt framställt från havets rikedom.

Kvarkenfisk har även ett spännande dessertbord med det lilla extra… De har till och med specialbord för barn och personer med allergier. Umeå/Täfteå.

UMEÅRESTAURANGER I WHITE GUIDE – VÄLJ DIN FAVORIT!

Hela 10 av stadens restauranger har etablerat sig i den erkända restaurangguiden White Guide. *Teatercafét* är, trots namnet, en fullödig restaurang med gott renommé.

smaker

På White Guide-listan finns även den populära bistron *Rex* med skönt barhäng i sekelskiftesmiljö, liksom *Invito* med stort utbud av italienska läckerheter.

Köksbaren som har fokus på riktigt bra hängmörat kött. Traditionella spanska smårätter, tapas, serveras så klart på *Tapas Bar Deli*. Tapas har också ett av stadens bästa vinotek. Brunch, lunch middag, barhäng, fika och allt däremellan får du på *Gotthards Krog* som ligger i anrika Stora Hotellet. *Runt Hörnet*, i hjärtat av Renmarkstorget, serverar vällagad mat där inspirationen kommer från de råvaror som passar bäst för dagen.

En liten cykeltur från centrum längs Umeälvens strandpromenad finns *Älvtåets Gröna*, en familjedriven ekokrog och kaffebar. Ute vid vackra Rovögerns fiskeläge finns *Kvarkenfisk* med eget rökeri och där tillgången på fisk har betydelse för vad som erbjuds. Sist men inte minst har vi *Bistro Le Garage*, vars rustika fransk-svenska kök väl motiverar sin plats i White Guide.

KVARKENS SKÄRGÅRD

BOCK'S CORNER BREWERY

Vasa

Bock's Corner Brewery är ett litet självständigt bryggeri som finns på ett område som en gång i tiden var ett blomstrande bryggeriområde. Efter nästan 30 års tystnad bryggde bolaget sin första sats i en renoverad iskällare i februari 2015.

Bock's pub som finns i anslutning till bryggeriet är ett trevligt ställe för folk att umgås i och njuta av en smaklig måltid medan man får se på när bryggmästaren arbetar. Bock's Corner är ett familjevänligt ställe – glöm inte att hälsa på djuren utanför byggnaden!

I butiken kan du köpa bl.a. bryggeriets produkter, köttprodukter från Bock's egen gård Rexholmen och Bock's kaffe.

GRANHOLM'S

51 km nordost om Vasa

Välkommen till Granholm's, där sylter och marmelader är tillverkade av tomater, äpplen, olika skogsbär samt odlade bär som odlats rent och naturligt. Skogsbären har vuxit vilda i Österbottens skogar och skärgårdar och mognat under de långa nordiska sommardagarna. De ljusa sommarnätterna har gett dem deras säregna och fräscha arom. I fabriksbutiken kan du inhandla produkter separat eller i en presentförpackning. Granholm's säljer även grönsaker och hantverk. Maxmo skärgård/Västerö.

VI TRÄFFAS I SALUHALLEN!

Vasa Saluhall i centrum av staden är mer än en hundraårig mötesplats: här välkomnas du av klingande kaffekoppar och glada hälsningar.

Saluhallen erbjuder dig den perfekta shoppingupplevelsen, eller kanske du vill ta en titt på köttdisken eller fiskdisken med färsk fisk från Kvarkens skärgård. Här hittar du ett stort urval ostar, delikatesser och olika aromer i ett stort produktsortiment: kryddor, godsaker, sädesprodukter, gourmetkaffe, hembakat och kvalitetschocklad, främst lokala produkter. Vasa.

JANNE'S SALOON

På Granskär i Vasa skärgård

Janne's Saloon är verkligen en oas som dessutom är känd för sin skärgårdsmat, bl.a. laxsoppa, rökt sik, bondost och havtornsbär. På menyn finns både traditionella och modernare rätter, och vi använder alltid färska råvaror samt fisk och kött från närregionen, det finns någonting för alla. Janne's Saloon erbjuder besökarna ett äkta skärgårdsäventyr, utsökt meny, bastu och badtunna året om. På sommaren kan du nå Granskär på skärgårdskryssning (35 minuter) som startar från Inre hamnen i Vasa.

CAFÉ & RESTAURANT ARKEN

24 km nordväst om Vasa

Restaurangen är berömd för sina utsökta abborrfiléer. På menyn hittar du också flera andra goda maträtter gjorda av färska lokala råvaror. Restaurangen med mysig terrass har öppet på somrarna och finns nära Replot gästhamn.

Det ordnas även kulturevenemang, exempelvis allsång i Replot hamn samt dans med live musik i ljusa sommarkvällar. Korsholm/Replot.

CAFÉ SALTERIET

40 km nordväst om Vasa

I mitten av världsnaturarvet i Kvarkens skärgård hittar du Café Salteriet, vackert beläget i Svedjehamn i Björkö. Vi serverar nybryggt kaffe och hembakade läckerheter varje dag. På menyn hittar man även goda pajer, smörgåsar och naturligtvis vår smakliga laxsoppa. Caféet har öppet på sommaren och ordnar även konstutställningar. Utsiktstornet Saltkaret med en vacker utsikt över De Geermoränerna finns nära caféet. Korsholm/Björköby.

Höga Kusten www.hogakusten.com
visitumea.se www.visitumea.se
VisitVaasa FINLAND www.visitvaasa.fi

FOTO: *Höga Kusten:* – *Umeå:* Rex Umeå m.fl. *Kvarken:* –