

# Markedsmelding

Side, 1

Uke 3-4 2011

- Epler, vi fortsetter med fine epler i alle farger fra Europa.
- Pærer, lagerfører Confernce.
- Druer, røde og grønne steinfrie fra Sør Afrika.
- Appelsiner, spansk vare av topp kvalitet. Type kan variere noe.
- Klementiner, typen Clemenules nærmer seg slutten, sorten Hermandinas kommer i denne perioden.
- Meloner, alle typer kommer fra Brasil og Hoduras. Kvaliteten er topp.
- Agurk, færre soltimer i Spania gjør at fargen er noe lysere, holdbarheten er den samme.
- Tomater, lite tomater på markedet grunnet mye regn og lite lys i Spania. Jobber med nye produsenter og klarer fortsatt å fremskaffe god vare. Er store av størrelse.
- Blomkål/brokkoli, topp vare fra Spania.
- Isberg, har hatt noen utfordringer på kvalitet, men ser ut som det har stabilisert seg og er igjen topp vare.
- Paprika, topp vare fra Spania og Israel.



Økern Torghall 4  
0580 Oslo  
Tlf 23170180  
Fax 23170181  
E-mail: [post@langdalen.no](mailto:post@langdalen.no)  
Internett: [www.langdalen.no](http://www.langdalen.no)

**Odd Langdalen**  
*Leverandør av gode tradisjoner*



# Odd Langdalen

Leverandør av gode tradisjoner

Markedsmelding Side 2

## Fiskegryte



### Ingredienser - 4 porsjoner

600g filet av hvit fisk  
1 rød løk i tynne båter  
1/2 purre i biter  
1 gulrot i strimler  
1 grovhakkede hermetiske tomater  
1 ts finhakket rød chili  
1 finhakket hvitløkbåt  
salt og pepper  
40gr grovhakket bladpersille.

Asparges og sukkererter passer godt som tilbehør.

### Slik gjør du:

Surr grønnsakene lett i en gryte med solsikkeolje.  
Tilsett tomater, hvitløk og chili.  
Kok opp og smak til med salt og pepper.  
Skjær fisken i biter og legg den i gryten.  
Kok forsiktig under lokk i ca 15 minutter.  
Serveres med rømme.

## Viktig informasjon

Grunnet det dårlige været i store deler av Europa har det tidvis vært vanskelig å fremskaffe alle typer varer av topp kvalitet. Har nå stabilisert seg og det ser bra ut fremover.

Banener derimot vil prisene stige sammenlignet med tidligere år. Ecuador sliter med å produsere nok. Costa Rica og Colombia har hatt mye regn og det vil ikke være optimalt fra disse landene før slutten av februar. Det blir dermed mer press på Ecuador.

Økonomivarer  
Uke 3-4

Ananas

Kålrot

## Løpstikke



Løpstikke har en sterk aroma av sellerirot, purre og persille og minner av utseende om bladene til sellerirot. Den kan dyrkes på friland i Norge. Løpstikke selges både i potte og avskåret, hovedsakelig norsk. Løpstikke er egnet til å tørkes og frysese.

Løpstikke skal være friske i fargen, hele, saftig og sterkduftende. De skal ikke være slappe, tørre og gule.

Løpstikke brukes mest til supper men egner seg også i ris- og pastaretter, i salater og til kjøtt- og fiskeretter. Den er såpass kraftige i smak at et enkelt blad er en hel suppekvast alene.