



**NORDISKA
MÄSTERSKAPEN I**

FOOD TRUCK

MARIEFRED | 17–19 JULI 2026

BURGARE ★ WOK ★ TACO ★ SUSHI ★ VÅFFLOR ★ GLASS ★ CRÊPÉS

SEVAB och det lokala föreningslivet
Sevab vill bidra till ett starkare Strängnäs
för kommande generationer. **Sid 4–5.**

Sveriges Mästerkock Jacob Bror Jansson
Jacob tog sig hela vägen från ansökan till
vinst i årets stora kockduell. **Sid 20–22.**

Nytt år och nya smaker att prova!

Tolv år har gått sedan fröet såddes till Nordiska mästerskapen i Foodtruck i Mariefred. Första året, 2014, kom det sex foodtruck's rullandes till Mariefred för att tävla. I år, 2026, står vi här igen med ett 30-tal laddade truckar som fyller festivalen med nya smaker och svenska råvaror – det är imponerande!

Som ni vet är vi fortfarande väldigt noggranna i urvalet av vilka truckar som får delta. Det ska vara tävlande med hög kvalitet, kreativitet och en tydlig egen identitet. Resultatet; du som besökare får ett utbud på långt över 100 fantastiska rätter att upptäcka under de tre dagar som mästerskapen pågår.

I år ser vi flera nya truckar på plats med fokus på svenska smaker och lokala råvaror. Bland årets nyheter hittar du bland annat lokalt producerade korvar i flera olika smaker, moderna tolkningar av klassiska svenska rätter och spännande menyer där närproducerat står i centrum. Samtidigt möter du också gamla favoriter och rutinerade veteraner som varit med och format festivalen genom åren.

I årets matiga magasin har vi valt att inte närmare presentera varje truck då det är en rörlig bransch och förändringar kan ske innan festivalhelgen. Däremot



hittar du inspirerande läsning om maten, trender, måltidsturism och den vackra platsen – Mariefred där mästerskapet återigen intar gatorna och kajerna.

Med så mycket gott att prova behöver vi röra på oss, så ta en promenad när du vill smälta maten och uppleva staden. Allt finns inom bekvämt räckhåll och när hungern smyger sig på igen är du aldrig långt från nästa smakupplevelse.

Ta med vänner, (bestick! för en ännu mer hållbar upplevelse) och familj på en minnesvärd matresa. Dela portioner så att ni hinner smaka på så mycket som möjligt. Det är precis så en riktig matfestival ska upplevas.

Välkommen till Nordiska Mästerskapen i Foodtruck 2026!

Mattias Kroon
Juryns ordförande

Innehåll

- s. 4–5 Seväb och föreningslivet i Mariefred
- s. 7–10 Intervju; Linda Vismer
- s. 11–12 Se & Göra i Mariefred
- s. 14–15 Från idé till restaurang på hjul
- s. 16–17 Karta över festivalområdet
- s. 18–19 Äta & Shoppa i Mariefred
- s. 20–22 Sveriges Mästarkock 2026
- s. 24–25 Bo, verka och leva i Mariefred.
- s. 26 Mer att upptäcka i Mariefred
- s. 28 Mörkö Lamm



FoodTruck Magazine ges ut av företagarföreningen iMariefred.nu.
Produktion: AdTrain AB
Texter: Niclas Norén

Papper: Amber Graphic 90 g.
Tryckeri: Arkitektkopia Strängnäs

Distribution: Tågstationer, restauranger, kaféer, handlare samt utdelning till besökare vid parkering samt på stan under festivaldagarna.

**FÖR SENASTE
FOODTRUCK-NYTT**
Följ oss på sociala
medier!



ETT STORT TACK TILL VÅRA HUVUDPONSORER

SVENSKA
KULTURPARLOR

**martin &
servera**



Snabbgross



Sveriges kändisar hänger på Gripsholm

Upptäck konsten

Börja besöket på
Kungligaslotten.se

De 
Kungliga
Slotten

Gripsholms Slott

SEVAB och kraften i föreningslivet



Fredrik Malmgren
Varumärkesansvarig, SEVAB.

Hur bygger man ett hållbart samhälle på riktigt? För SEVAB Strängnäs Energi AB är svaret större än energi och teknik. SEVAB menar att genom att stötta det lokala föreningslivet vill bolaget bidra till social hållbarhet, inkludering och ett starkare Strängnäs för kommande generationer.

En söndagseftermiddag i maj fylls fotbollsplanerna på Hammarens IP i Mariefred av rörelse och skratt.

För många barn och ungdomar är föreningslivet en självklar del av vardagen – en plats för gemenskap, utveckling och trygghet. Bakom många av aktiviteterna finns också lokala företag och samhällsaktörer som väljer att bidra. Ett av dem är SEVAB.

Fredrik Malmgren är aktiv pappa samt varumärkesansvarig på SEVAB. Jag fick ett samtal med honom om hur bolaget jobbar med föreningslivet i kommunen.

Vad betyder föreningsliv för dig personligen?

– Föreningslivet betyder trygghet, sammanhang och framtidstro. Det är där människor möts på lika villkor, där engagemang får växa och man lär sig ta ansvar – både för sig själv och för andra. För mig är föreningslivet en stark grundpelare i ett hållbart samhälle. Den ska vara likvärdig för alla, oavsett om du vill pyssla med fler sporter, breddidrotta, elitsatsa, är pensionär och vill röra på dig mer eller lever med någon form av funk-

tionsnedsättning. Idrotten ger oss också något mer – en känsla av samhörighet och ett sammanhang att vara en del av.

Har du själv någon bakgrund i föreningslivet?

– Ja, framför allt som samarbetspartner och förälder. Jag fick privilegiet att under några år vara lagledare för min dotters fotbollslag. Tillsammans med kompetenta tränare och engagerade föräldrar fick vi se hur laget växte och utvecklades på och utanför planen. Det har gett mig en djup respekt för det ideella arbete som läggs ner varje dag av tränare, ledare, föräldrar och eldsjälar som får dessa verksamheter att fungera.

Finns det något minne eller möte som påverkat hur du ser på det här arbetet?

– Att se glädjen i tjejernas ansikten när vi lärde oss något nytt, vann en match eller gjorde mål i en cup kommer för evigt vara etsat i min själ. Minnet från när jag hör Niklas Holmgren skrika i högtalaren på Hammarens IP i Mariefred och hejja på våra barn under Vi Lirare skapar alltid både ett skratt och en klump i halsen. Men också att

se hur ett tryggt sammanhang kan förändra självkänsla och framtidstro. Allt detta har sammantaget präglat hur jag ser på sponsring och samhällsansvar. Men det är inte alltid solsken, när en förälder är upprörd eller frustrerad, en lagkamrat slutar eller byter lag, när en förening har det tufft ekonomiskt eller med sin verksamhet är det lätt att må illa. Vi är ju i slutändan engagerade föräldrar som gör allt vi kan med de medel vi har för att skapa en så lyckad miljö vi maktar med, men ibland räcker man inte till. Den erfarenheten kan vara jobbig att hantera.

Om människorna och gemenskapen

Vad händer i ett samhälle där föreningslivet fungerar bra?

– Där växer tilliten mellan människor. Segregationen minskar, fler känner delaktighet, sluter upp och det skapas naturliga mötesplatser över ålder-, kultur- och bakgrundsgränser. Ett samhälle där social hållbarhet växer.

Vad tror du vi människor längtar efter idag?

– Jag kan bara svara för mig själv och jag längtar efter en tid då gemenskap, respekt, trygghet och fred blir en trend igen. Jag tror vi alla längtar efter att få vara en del av en kärlek som är väldigt svårt att förstöra, där man duger som man är och där engagemang berikas.



Vad skulle du säga att mötesplatser som föreningslivet betyder för barn och unga?

– De är avgörande. Mötesplatser ger barn och unga möjlighet att utvecklas, testa sina intressen och bygga relationer i utmanande miljöer. Jag anser också att de bidrar till jämlika uppväxtvillkor och kan vara helt avgörande för hur framtiden formas – både för individen och för samhället. Här blir tyvärr föreningarna och föräldrarnas engagemang betydande då vi ser både hot och rekryteringsförsök från organiserad brottslighet.

Om framtiden

Vad hoppas du att unga i Strängnäs ska känna inför framtiden?

– Jag hoppas att unga i Strängnäs kommun känner hopp, tillit och framtidstro. Att denna plats ger möjlighet till att deras personliga drömmar är möjliga, att de är viktiga för samhället och att det finns vuxna runt dem som vill dem väl.

Hur vill ni på SEVAB bidra till den känslan?

– SEVAB är en långsiktig och ansvarstagande samhällspartner. Genom att stötta företag, föreningsliv, kulturella initiativ för barn och unga samt projekt som främjar inkludering, jämställdhet och hållbar utveckling vill vi bidra till ett Strängnäs där människor trivs och mår bra. Detta klarar ingen ensam, här behöver näringsliv, kommuner, lokala sponsorer, RF, RF-SISU, Ideella Sverige och MUCF samarbeta. Ju fler vi får med oss desto snabbare kan vi hjälpa och stödja våra barn i deras utveckling.

Vad skulle du vilja att människor säger om SEVAB om tio år?

– Att SEVAB är mer än ett energibolag. Att vi tar ansvar för samhället, lyssnar på invånarna och bidrar till en positiv utveckling för både människor och miljö. Att vi är en del i omställningen till ett hållbart, inkluderande och levande Strängnäs. ●

På bilden syns Lennox Sjöo med sina lagkompisar vid matchen som spelades på Hammarens IP.





Tropical Flavours kommer till Mariefred

Cornell på Tropical Flavours kommer till Nordiska Mästerskapen i Foodtruck för att dela med sig av det Jamaicanska köket till besökarna.

Hur startade ditt intresse för mat?

– När det kommer till mat så har jag gjort det länge sedan highschool in Jamaica. Familjen hade en egen restaurang där. När jag och min fru Sophia flyttade till Sverige för ca 10 år sedan ville jag starta en Jamaicansk restaurang, mer åt fine dining-hållet, jag gillar den touchen, men tyvärr hade jag inte resurser för att kunna göra den satsningen. Många tror att Jamaican food inte kan vara femstjärnigt men det finns det precis som i alla andra kök.

Vad hände sedan?

– Jag jobbade många år i restaurangvärlden. 2024 köpte vi trucken och har hållit på sedan dess. Det är mycket jobb men jag klagar inte. Jag har 4 barn och vi gör det vi brinner för och det älskar vi, jag och Sophia. Jag har en stöttande fru som även är min kompanjon. Vi gör detta tillsammans.

Hur vill du att din mat ska uppfattas?

Sverige är ett nytt land för oss men jag tycker att jag förenar relationer med mat precis som med musik eller andra konstformer så vill vi få folk att må bra och smaka på riktigt god mat. Vi gör det inte bara för oss själva. Vi ser till att folk får äta god mat och då blir man glad och sprider det vidare, avslutar Cornell.

STALLARHOLMENS VISDAGAR
MÄLSÅKERS SLOTT | STALLARHOLMEN

STALLARHOLMENS Visdagar

Sonja Aldén

Emil Assergård

Sophie Zelmani

14-15 augusti

Petra Marklund

Jan Johansen

BILJETTER KÖPER DU PÅ Tickster

MUSIK & NÖJEN
SVERIGE AB
www.stallarholmensvisdagar.se

VÄLKOMMEN TILL BALANZE!

TRÄNINGSANLÄGGNINGAR I STRÄNGNÄS & MARIEFRED



Upptäck BalanZe - två kompletta träningsanläggningar i Strängnäs och Mariefred.

Hos oss finns träning för alla nivåer, oavsett om du är nybörjare, van motionär eller vill ta din träning till nästa steg.

Våra erfarna instruktörer och personliga tränare hjälper dig att nå dina mål med glädje, kunskap och engagemang.



STYRKETRÄNING



GRUPPTRÄNING



PERSONLIG TRÄNING



KONDITIONSTRÄNING



SJUKGYMNASTIK



DUSCH & BASTU



BARNPASSNING



EVENT & AKTIVITETER



TRÄNINGSVECKA PÅ BALANZE

Mot uppvisande av detta kort får du aktivera en kostnadsfri träningsvecka på BalanZe!

Gäller för dig som bor i Strängnäs kommun
Giltigt t.o.m. 2026-12-31



SCANNA FÖR
MER INFORMATION



Där människor möts blir destinationer mer levande

TEXT: Niclas Norén. ILLUSTRATION: Svenska Kulturpärlor.

En foodtruck är sällan bara en foodtruck. Våra lokala mathantverkare i Mariefred likväl som de inresta truckarna beskriver ofta Foodtruck-livet som en mötesplats, en berättelse och ibland själva hjärtat i en destination. När resenärer söker genuina upplevelser blir maten allt oftare vägen in till platsens identitet. Vi möter Linda Vismer, hållbarhetsprofil i Strängnäs kommun som också fått kommunens hållbarhetspris 2025, i ett samtal om hållbar turism, lokala smaker och varför framtidens destinationer måste kännas lika mycket som de syns.

Hur skulle du beskriva orden hållbar turism och lokal matkultur?

– Jag skulle säga att det går hand i hand. Det lokala blir allt viktigare och samverkan mellan aktörerna på platsen är viktigt. Det påverkar destinationen i positiv riktning när vi ser kraften med samarbete mellan

aktörerna, och där kan maten ha en central roll.

Ett besöksmål behöver människor som bryr sig om platsen. Kulturer, traditioner och mat är viktigt. En stolthet hos invånarna gör besöket minnesvärt om man känner att de man möter på platsen är trevliga och hjälpsamma.

I svåra och osäkra tider blir det lokala allt viktigare och att vara många som bryr sig om en plats är en god förutsättning för att klara utmaningar.

Många pratar om att människor idag söker "äkta upplevelser". Vad tror du att vi egentligen längtar efter när vi reser?

– Vi längtar efter resor som känns genuina och autentiska, där platsen spelar stor roll. Maten vi äter och upplever är en central del av platsupplevelsen. Standardiserade resor med pool, hotell eller ett Starbucks i varje gathörn är inte längre intressant. Vi vill ha det lokala och genuina och upplevelsen av det spelar stor roll.

Vad betyder det för en plats som Mariefred eller Strängnäs att människor stannar upp, möts och delar en måltid?

– Mat som äts på flera ställen innebär att många olika små aktörer får ta del av turisternas pengar som spenderas. Mat måste alla ha ett par gånger om dagen.

Här ser man tydligt att om utbudet är stort gagnas många aktörer på platsen. Har man matställen kvar att prova är man inte klar med platsen på ett besök och kommer kanske tillbaka. .

Konkurrens kan kännas skrämmande då vi har levt med inflation, pandemi och svåra tider ekonomiskt under många år nu. Jag förstår att man blir rädd för att ens egen kassa och verksamhet ska urholkas om fler aktörer inom samma område etablerar sig. Men det har visat sig att platser blir starka om vi hjälps åt tillsammans på olika sätt. Kan vi dela personal, kan vi skapa olika paket tillsammans. Vi vill ju att besökarna ska stanna längre på platsen.

Med samverkan skapar vi ett brett utbud som tilltalar många och som ger positiva reaktioner och gör att fler kommer tillbaka och spenderar mer hos oss alla.

Hur kan maten hjälpa människor att känna större närhet till en plats och dess historia?

– Mat är en del av vår kultur, historia och tradition och det kan vi uttrycka genom vad vi lägger på tallriken och hur man presenterar det för gästen. Om sparrisen är Sörmländsk, presentera den så. Förklara för gästen när det är närodlat eller närproducerat. Bygg stories med detta så kan du vinna gästen flera gånger och skapa snackisar.

Generellt sett är människans intention att i grunden göra hållbara val men vi agerar inte alltid i linje med våra intentioner. Då blir vår uppgift att göra det så enkelt som möjligt för gästen, att göra de hållbara valen. Hur kan man locka till sig kunden på de premisserna.

Vi får fråga oss vad som är lagom många restauranger för platsen och om det ska vara lagom många baserat på antalet invånare eller antalet besökare under högsäsong. Är vi modiga och samverkar kanske vi skulle kunna hitta upplägg där vi tänker att platsen ska ha öppet året runt, men alla aktörer behöver inte ha öppet hela året. Hur kan vi ha ett upplägg som passar för detta?

På Irland finns det ett ställe som är cykelverkstad på dagen och pub på kvällen, det är deras kreativa sätt för att få ekonomin att gå ihop.

Foodtrucks och lokal mat som mötesplats

Foodtrucks skapar ofta en annan typ av atmosfär än traditionella restauranger. Vad tror du att det beror på?

– Jag tänker att konceptet i sig skapar om restauranglogiken. Du



Linda Vismer, hållbarhetsstrateg och författare. Linda driver egna företaget Move consulting. Foto Anna Arnerdal.

Intervju med Linda Vismer om hållbar turism

sätter dig inte vid ett dukat bord, väljer i en meny, äter och betalar. Med flera foodtrucks finns ofta en större variation av utbud än vad en restaurang ensamt kan erbjuda. Upplägget gör det spännande. Det finns också en tillfredsställelse i att man kan prova flera olika rätter. Detta skapar liv och rörelse. Man får smaka på saker man inte testat tidigare. Man får också prova många olika kulturers mat.

Dessa matföretagare älskar verkligen sina truckar. Det som förenar dem alla är hjul, i övrigt är det en otrolig frihet i allt man serverar. Visst är det fascinerande att man ställer sig i kö utan att veta hur lång tid det tar ... man småpratar och har trevligt under tiden och ofta blir det ett fint minne från platsen och upplevelsen.

Vilken roll kan foodtrucks spela för att göra destinationer mer levande, inkluderande och tillgängliga?

– Formen i sig är inkluderande då det finns för alla smaker, ofta anpassat för olika behov också. Det omfamnar många och dessutom många plånböcker. Mariefred lever ju verkligen upp under sina Foodtruckdagar. Där är vi tillbaka i stoltheten. Vi har ju äran att vara värdar för NM i Foodtruck och det ger oss en stolthet. Såklart finns det andra utmaningar som

tillgängligheten att ta sig fram och parkera, och det ska vi vara ödmjuka inför.

Hur kan vi bevara allt vi har på alternativa sätt utan att tulla på tillgängligheten. Att skapa reseanledningar till en plats är viktigt. Bland annat kan det komma funderingar för många om det är hit jag vill flytta. Många platser jag själv besöker ger jag en stund till att fundera på; "skulle jag kunna tänka mig att bo här och hur skulle det kunna vara?"

Hur kan lokala mataktörer bidra till social hållbarhet?

– Det görs på flera sätt. Dels genom sammanhållning som samarbeten skapar. Dels genom att stärka den lokala ekonomin och de arbetstillfällen som skapas. Min bild är också att matkreatörer själva är väldigt stolta över det de producerat och förädlat och det ger en identitet och en känsla av att spela roll för platsen.

Vad händer med en plats när lokala smaker, producenter och berättelser får större utrymme?

– Det ger förutsättningar för business, utbyte, identitet och stolthet. Att vår plats är värd att besöka och betala för. Alla som jobbar med mat vill ju skapa en upplevelse för andra personer. Sörmland utmärker sig i mathantverk och hur man förädlar det. I detta måste man hitta sina ekonomiska modeller. Hur kan aktörerna på en plats samverka vid inköp, dela personal och kanske saxa

öppettider under lågsäsong för att alla aktörer ska kunna livnära sig hela året.

Du pratar om att människor vill göra "bättre avtryck" när de reser. Hur märker du att den längtan förändrar besöksnäringen?

– Efterfrågan på det autentiska är en längtan i kontrast till vår allt mer digitala och artificiella vardag.

Vi behöver inspirera besökare att stötta lokala entreprenörer istället för att bara konsumera snabbt och anonymt.

Om jag växlar perspektiv, så är en del i att göra ett bättre avtryck, hur vi som besökare ger tillbaka till den plats vi besöker. Det kan vara hur vi delar vår kunskap eller för dialog med de som bor och verkar på platsen.

Som besökare kan man tänka att man "bor" i Mariefred den dagen man besöker staden och då är man ju samtidigt en del av Mariefred och bryr sig om platsen. Att tacka för besöket genom att prata med vänner och bekanta om våra positiva upplevelser av besöket skapar ju en nyfikenhet och lockar fler att besöka staden. Då måste vi som värdar bara se till att platsen är så bra som den kan bli för att skapa dessa snackisar.

Vad kan en enkel matupplevelse betyda för hur människor minns en plats?

– Jag tror att om något ska bli minnesvärt så måste det sticka ut. Då måste det vara exceptionellt gott, knasigt eller oväntat. Kan man överraska, garnera på något sätt eller skapa en minnesvärd matupplevelse. "Vrida till" saker och skapa originalitet som gör att gästen kommer ihåg.



Livets bästa avokadomacka med tillhörande avocadosmoothie på ett café i Ljubljana i Slovenien. God mat måste som bekant inte vara avancerad utan kan vara som godast på en pall eller stående fot. Foto Privat.

Framtidens destinationer

Vad tror du kommer att känneteckna framtidens attraktiva destinationer?

– Värdskap och genuinitet ligger nära varandra, men också att man går sin egen väg, som individ, företag och plats. Inte nöja sig med att vara näst bäst eller försöka kopiera någon annan. Våga hitta sin grej fullt ut! Då kommer trovärdigheten och det kommer kännas som att det är på riktigt.

Finns det någon matupplevelse eller resa som förändrat ditt sätt att se på människor eller platser?

– Jag har många från både Sverige och övriga världen. På Lux i Stockholm möttes jag av en Sverigekarta över några av nyckelråvarornas ursprung. Det gjorde att den svenska husmanskosten kändes ännu mer genuin. För mig hänger matupplevelse och storytelling nära samman. Vi äter som bekant med alla våra sinnen. Allt som har en historia och överraskar



Matlagningskurs i Chiang Mai i Thailand. Förutom drömmigt gott var det intressant att få lära sig om skillnaden mellan kokosgräddor och kokosmjölk och få såsers smakbilder presenterade som en harmonisk kurva av sötna, sötta och hetta. Foto Privat

ger starka minnen. Jag har gått på nattmarknader i Thailand som är helt fantastiska. Gatukök i sin enklaste form med lokala råvaror och grödor som skördats tidigare på morgonen.

Jag har också varit på matlagningskurser i flera länder för att få känna på det genuina och kulturella i just det landet jag besöker.

Det är både en fantastisk upplevelse samtidigt som man kommer landet och kulturen lite mer in på livet. Kanske är matlagningskurser i sörmäländsk husmanskost precis det vi ska erbjuda våra gäster, inte minst de internationella tror jag skulle uppskatta det, avslutar Linda. ●



Jag har hjälpt Svenska Kulturpärlor att bygga deras leverantörskarta som visar hur deras lokala samarbeten ser ut. Bara att fota QR-koden!



Efterrätt vid en "fine dine" i Seoul i Sydkorea. Den torkade frukten var relativt anspråkslös men att få ett motiv av florsocker gör att jag aldrig glömmet den tallriken. Originellt men inte särskilt avancerat att servera. Foto Privat.

Se och göra i Mariefred



Räkfrossa och Livemusik på Gripsholms Vårdshus. Alla torsdagar i juli 18.00–20.00.

Generös räkfrossa där du kan njuta av färska räkor tillsammans med rostat surdegsbröd från Gripsholms bageri och aioli serverad på vår uteservering.



Stallarholmens Visdagar 14–15 augusti

Mälsåkers slott i Stallarholmen är platsen där flera av våra främsta musiker tar plats på scenen. Läs mer och boka biljett genom att fota qr-koden.



Folkmusik på Gripsholms slott 1 augusti 17.00

Väsande flöjter, smattrande vevlira, smäktande fiol och fylliga dragspelstoner utlovas när folk-musikbandet PTSG spelar på Gripsholms slott.



Museijärnvägen ÖSIJ

Här kan du göra en historisk resa med 100 år gamla smalspåriga ångtåg på sträckan Mariefred – Läggesta – Taxinge. I tidsenliga kläder tar tågvärdar och lokförare emot dig på en resa från och till stadskärnan genom Mariefreds vackra natur och bebyggelse. En upplevelse du inte får missa! Se tidtabell via qr-koden.



Gripsholmsfestivalen 28–30 augusti

Smedjans Handelsträdgård vid Kungsladugården. En mötesplats där människor, idéer och lokala smaker får ta plats. En festival som kombinerar det småskaliga med det ambitiösa – med fri entré dagtid och biljettbelagda kvällskonserter med bland annat Petter och Moonica Mac.





Stadsvandring i Mariefred

4 juli 14.00–15.30

Start vid Mariefreds kyrka. Arrangör är Mariefreds Hembygdsförening. Övriga vandringar bokas via Mariefreds Turistinformation telefon 0159–297 90. Kostnad 50 kr per person.

Betalas på plats. Kontant eller med Swish.



Resan till färdig rom – Destilleribesök i Åkers styckebruk

4 juli 13.00–14.30.

Följ med bakom kulisserna och ta del av hur svensk rom tar form på Stobirk Distillery.

På Åkers Krutbruk har produktion pågått sedan drottning Kristinas tid. Där svartkrut för kronans räkning en gång fyllde tunnorna, formas idag något nytt och faten får ett helt annat innehåll.



Kulleteatern på Gripsholm slott

17–19 juli 17.00.

Kulleteaterns "Den jäktade – om vi hinner!", en fartfylld komedi baserad på Ludvig Holbergs klassiska pjäs från 1700-talet, i en "play that goes wrong"-version där allt går fel i takt med att tiden rinner iväg. Köp biljett via qr-koden.



DJ Christian Wilander hos Gripsholms Vårdshus

18 juli 21.00–23.30

Mat, mingel och musik. I samband med Foodtruck bjuder vi in till smakfulla dagar med musik och festlig stämning. DJ Christian Wilander skruvar upp sommarvibbarna i vår trädgård på fredagen mellan kl. 21.00–24.00.



Åsa Jinder till Skåttvångs Grufva

8 augusti 20.00–22.00

Åsa Jinder är en av våra mest folkkära och välmeriterade artister.

Få turnerande artister i dag har Åsa Jinders rutin. Musikaliteten, scennärvaron och inte minst folkligheten har gjort hennes snart 50 år långa musikkarriär möjlig. Utomhuskonsert i samarbete med GiG Jazzförening. Grillbuffé serveras från 18.00.



Från idé till en restaurang på hjul

TEXT: Niclas Norén. ILLUSTRATION: adobestock.com

Drömmer du om att servera mat på dina egna villkor? Med en foodtruck kan du kombinera passionen för mat med friheten att driva ett mobilt företag. Här har vi listat några punkter som du behöver tänka på för att komma igång – från affärsidé och tillstånd till meny och lönsamhet.



1

Affärsidé och koncept

En tydlig affärsidé är grunden för en framgångsrik foodtruck. Fundera över vilken mat du vill sälja, vilken målgrupp du vill nå och vad som gör ditt erbjudande unikt. Ett genomtänkt koncept gör det lättare att attrahera kunder och bygga ett starkt varumärke.

2

Tillstånd och regler

Innan verksamheten startar behöver du registrera livsmedelsverksamheten och säkerställa att alla krav kring hygien, vatten och avfallshantering uppfylls. Kontrollera också vilka tillstånd som krävs för de platser där du vill bedriva försäljning. Information finns hos kommunen och Polisen.

3

Budget och finansiering

Startkostnaderna kan vara betydande och omfattar bland annat fordon, utrustning, råvaror, försäkringar och marknadsföring. En realistisk budget är avgörande för att skapa en hållbar verksamhet.

En ny eller välutrustad foodtruck kan kosta från några hundra tusen kronor till över en miljon kronor.

4

Val av fordon

Fordonet bör anpassas efter verksamhetens behov när det gäller arbetsyta, utrustning och förvaring. Ofta är det enklare att anpassa menyn efter fordonets förutsättningar än tvärtom.

5

Platsstrategi

Valet av plats påverkar försäljningen i hög grad. Förutom gatuförsäljning kan cateringuppdrag, företagsevent och festivaler vara viktiga inkomstkällor. Industriområden vid stora företag med många anställda kan också vara en bra plats att stå på.

6

Lönsamhet

För att uppnå god lönsamhet krävs kontroll över kostnader för råvaror, personal, drift och svinn. Genomtänkt prissättning är en viktig del av affären.



7

Marknadsföring

Eftersom en foodtruck ofta byter plats är det viktigt att kunderna enkelt kan hitta verksamheten. Sociala medier är därför en central kanal för att kommunicera aktuella platser, öppettider och erbjudanden.

8

Säsongsvariationer

Väder och årstid påverkar försäljningen. Genom att komplettera med catering och event kan verksamheten få jämnare intäkter under året.

9

Vanliga misstag

Många utmaningar är för stora investeringar, för bred meny, felaktig prissättning och bristande planering. Många underskattar också den tid som krävs för administration, inköp och marknadsföring.

**Testa innan du investerar**

Att prova konceptet genom pop-up-evenemang, marknader eller rent av hyra en foodtruck, kan ge värdefulla insikter innan du bestämmer dig och gör större investeringar.

ÄTA/EAT

- 1 GRIPSHOLMS VÄRDHUS
MED SKÄNKEN & BAGERI
- 2 BLÅ KATTEN
- 3 SLOTTSPAVILJONGEN
MED MINIGOLFBANA
- 4 TVÅ GODA TING
- 5 RAKSTUGAN BAR & KÖK
- 6 HAN I HÖRNET BISTRO
- 7 RESTAURANG ALBA
- 8 GRIPSHOLMSGRILLEN
- 9 ODD JENNYS ICE CREAM
- 10 SKOTTVÅNGS GRUFVA
- 11 MAJAKIOSKEN
- 12 CALLANDERSKA SCHWEIZERI

BO/STAY

- 13 GRIPSHOLMS VÄRDHUS
- 14 SKOMAKARGÅRDEN B&B
- 15 GRIPSHOLMS B&B
- 16 FLOTELLET
- 17 MARIEFREDSS CAMPING
- 18 DJURGÅRDSPORTEN BNB

KONSTGALLERI/ GALLERY

- 19 POM GALLERY

HANDLA/SHOP

- 20 ICA TORGHALLEN
- 21 MINI BEE
- 22 STENBUMLIGEN
- 23 CIRCLE K
- 24 HEMBRUKET
- 25 JERNERS RUM
- 26 CLASSIC LIVING
- 27 LILLA DRÖM LEKSAKSOD
- 28 GALLERI BERG
- 29 AFRI DUKA
- 30 LA BELLE BOUTIQUE
- 31 RAKELORAKEL
- 32 SMEDJANS TRÄDGÅRD
- 33 PELLE P
- 34 LEILA'S GENERAL STORE
- 35 CESSIS BLOMSTER
- 36 STYLE & MINGELSNITT
- 37 DJURHUSET
- 38 GRANNENS GARN
- 39 COOP
- 40 SYNSAM
- 41 JÄRNBODEN
- 42 KRANEN
- 43 CLOUD NO.9 STYLE
- 44 MARIEFREDSS BOKHANDEL
- 45 VARUHUSET HEDLANDET
- 46 RÖDA KORSET
- 47 A. NORDIN BUTIK/
HELENAS HÅLLBARA
- 48 LILLEMOR WALLDE AB
- 49 TAPETSERARE SUSANNA
- 50 RAMFABRIKEN



UPPLEVA/ EXPERIENCE

- 51 GRIPSHOLMS SLOTT
- 52 ÖSIJ MUSEIJÄRNVÄGEN
- 53 CALLANDERSKA GÅRDEN
- 54 TUCHOLSKYS GRAV
- 55 HJORTHAGEN
- 56 MARIEFREDSS MARINA
MED BÅTMACK
- 57 ÅNGBÅTSBRYGGAN
- 58 MARIEFREDSS KYRKA
- 59 MUNKHAGSKYRKAN
- 60 KÄRNBO KYRKORUIN

HÄLSA/WELLNESS

- 64 BALANZE GYM
- 65 GRIPSHOLMS GOLFKLUBB
- 66 GRIPSHOLMS SPA
- 67 GRIPSHOLMS MASSAGE
- 68 HAMMARENS IP
- 69 MARIEFREDSS HUNDPARK

ÖVRIGT/OTHER

- 70 KRUUS HUS
- 71 HANDELSBANKEN (STRÄNGNÄS)
- 72 SPARBANKEN REKARNE
- 73 SEB (STRÄNGNÄS)
- 74 FRISÖR MILTON/AQ HAIR
- 75 GRIPSHOLMS TANDLÄKERI
- 76 BIOHUSET/FILMSTUDION
- 77 MARIEFREDSS BEGRAVNINGSBYRÅ
- 78 LÄNSFAST FASTIGHETS-
FÖRMEDLING
- 79 MAVAB (ÄVEN LADD-P)
- 80 FASTIGHETSBYRÅN
- 81 SKANDIAMÄKLARNA

- TURISTBYRÅ/TOURIST AGENCY
- TOALETTER/TOILETS
- PARKERING/PARKING
- HUSBILSPARKERING/
CAMPER PARKING
- LADDPLATS ELBILAR
- FÖRSTA HJÄLPEN
/HJÄRTSTARTARE







Han i Hörnet Bistro

Storgatan 12 | hihbistro.se

Mysig kvarterskrog i hjärtat av Mariefred där du kan avnjuta en smakrik trerättersmiddag likaväl som att svänga förbi på ett gott glas vin eller en lokal öl i baren.



Café Blå Katten

Storgatan 7–10.

Hembakt och lättare maträtter som matpajer, sallader och smörgåsar. Har du inte provat deras räksmörgås måste du göra det. Fräsch och rikligt med räkor.



Rakstugan

Munkhagsgatan 10 | rakstugan.se

Mariefreds minsta och mysigaste matställe. Beställ en eller två rätter för en lättare lunch, eller ta in flera till hela bordet och smaka av varandra.

Äta och shoppa i Mariefred

Ett axplock av våra handlare och restauranger



Gripsholms Vårdshus

Kyrkogatan 1

En god lunch, middag eller drink avnjuter du vid solsken på uteserveringen eller köp med ett gott hantverksbröd hem.



Slottspaviljongen

Parken Lottenlund

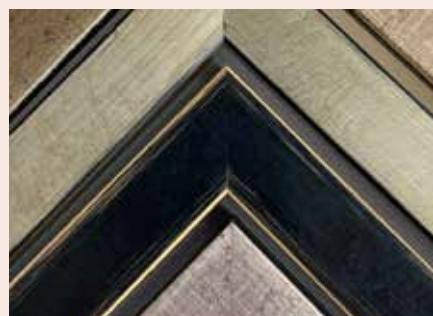
Njut av god mat i vacker miljö och kombinera gärna besöket med en runda minigolf – perfekt för både små och stora sällskap. Hos oss möts smakupplevelser och en stunds lek i solen.



Restaurang Alba

Storgatan 16 | restaurangalba.se

Charmig kvarterskrog med såväl vällagade kap som dyrgripar på menyn. Service och unika upplevelser är vad du kan vänta dig. Köket går åt det svenska, franska och ibland tyska hållet.



Ramfabriken Mariefred

Skogsborgsv. 16 | ramfabriken.se

Här får du hjälp med konstinramning, lagning och glasbyten. Försäljning av konst av konstnär Vivi-Anne Norén. Endast boka- de besök via tel/sms på telefon 0760-18 84 67.



Jerners Rum

Storgatan 13 | jernersrum.se
Här hittar du inredning, belysning, smycken, blommor och mycket mera. Här finns fina ting och presenter för många plånbäcker och smaker.



Cessis Blomster

Storgatan 7 på torget.
Hantverksflorist belägen mitt på Rådhusorget. Med fokus på färskhet och kreativitet får du fina buketter och arrangemang till ditt hem eller att ge bort.



Gripsholmsgrillen

Gripsholmsvägen 12 vid hamnen.
Här njuter du av en klassisk hamburgare eller något annat utsökt samtidigt som ett liveband gästspelar under sommarkdagar. Fullständiga rättigheter.



Hembruket

Storgatan 10 | hembruket.se
Butiken har en mysig atmosfär med tidlösa och stilrena kläder och unik inredning, både ny och återbrukad, för att sätta en personlig prägel på ditt hem.



Classic Living

Nygatan 1 | classic-living.se
Hit kommer du för att handla presenter till dop, bröllop och födelsedagar eller för att förnya hemmet med noga utvalda detaljer för alla rum.



Galleri Berg Atelje & Butik

Storgatan 4 | carolineberg.se
Här hittar du originalkonst, böcker, vykort och bokmärken. Carolines konst gestaltar bland annat havsörnar, simmande älgar, rådjur, småfåglar, tärnor och ugglor.



Järnboden/Bolist

Storgatan 8 | bolist.se
Klassisk järnaffär med anor. Här möts du av hög service och ett glatt leende. Sortimentet är enormt. Någonstans i butiken finns allt du kan behöva.



Cloud no9 Style

Storgatan 5B | cloudno9style.com
Någonting för alla oavsett, stil, storlek eller plånbok. I butiken finns allt från second hand till nya kläder från kända och mindre kända, budget och lyxmärken.



Callanderska Gården Schweizeri

Kyrkogatan 1
Litet pittoreskt trädgårdscafé med hembakt och rättigheter som du hittar vid Callanderska Gården intill Gripsholms Vårdshus. Titta in i den gamla gården samtidigt.

Från altanen i Sörmland till Mästerkocksköket

Jakob sökte till Sveriges Mästerkock från altanen hemma i Sörmland – mest på impuls. Nu har den 19-årige matentusiasten tagit sig hela vägen in i tv-rutan med en passion för street food, viltkorv och kreativa smaker. För honom handlar mat om känsla, gemenskap och drömmen att en dag få kombinera kök och musik i samma liv.

När vi träffas har han precis sett sig själv på tv i ett av program-mets mest intensiva moment – det ökända "Döda ankan"-avsnittet. Han skrattar lite åt upplevelsen och erkänner att det känns märkligt att se sig själv på skärmen. Samtidigt väcks minnena från inspelningen till liv igen.

Trots sin unga ålder har 19-åringen från Sörmland redan ett tydligt driv i köket. Matintresset började tidigt – redan som 12-åring lagade han pizza till familj och vänner och upptäckte snabbt att han trivdes bättre bakom spisen än vid middagsbordet. I dag hämtar han lika mycket inspiration från street food och korvfestivaler som från klassisk husmanskost, och drömmen framåt är tydlig: att få leva med både maten och musiken sida vid sida.

Hur skulle du beskriva dig själv som matperson med tre ord?

– Intuitiv, lugn och ivrig.

Vad var det som fick dig att söka till Sveriges Mästerkock?

– Det var inget jag hade planerat. Fick upp en annons att man

fick söka. Jag ansökte direkt från familjens altan förra sommaren.

När kände du första gången att matlagning var mer än bara ett intresse?

– När jag var 12 år började jag laga mat. Jag gjorde pizza till familj och vänner. Jag kände att jag bara ville laga mat och inte sitta och äta utan bara stå bakom spisen.

Har du någon rätt eller smak som verkligen definierar dig?

– Jag har svårt för paradrätter. Jag blir intresserad av en rätt och lagar den mycket. Men om jag måste välja något så är Wallenbergare något jag alltid faller tillbaka på när jag ska ha middagsbjudningar. Så det är en favorit i alla fall. Jag föredrar den traditionella med kalv men jag har gjort fiskversioner också.

Många förknippar fine dining med tävlingar som Mästerkocken – men hur ser du på snabbmat och street food?

– Jag älskar street food och snabbmat. Som matlagare är det

viktigt att kunna uppskatta olika kök och rätter och gatumatens är en stor inspirationskälla för mig många gånger när jag ställer mig i köket.

Vad tycker du kännetecknar riktigt bra street food?

– Jag gillar kebab och gyros. En bra döner kebab i bröd är något av det bästa man kan sätta i sig på bakfyllan. Jag älskar också alla sorters korvar. Jag var på korvfestivalen och det var som att vara i paradiset. Korv är verkligen klassikern.

Om du skulle skapa en signaturrätt för en foodtruck – vad skulle det bli?

– Någon slags korv i alla fall. Under vintern, vilt-chorizo med saffranssurkål och en potatiskräm. Jag älskar vilt och surkål ... det blir som en spansk korvvariant.

Vilken är den mest underskattade snabbmaten enligt dig?

– Asiatiskt är underskattat. De flesta köper nog mest burgare, men asiatiskt är ju både gott, kryddigt, smakrikt och väldigt hämtvänligt också.

Vad tror du framtidens svenska snabbmat kommer att vara?

– Det kommer mer av Mr York och KFC (Kentucky Fried Chicken) och sen hoppas jag på mer små egenföretagare med foodtrucks än kedjor som driver restauranger.



5 snabba

Burgare eller tacos?

– Burgare.

Stark sås eller klassisk ketchup?

– Stark sås.

Nattmat eller vita dukar?

– Nattmat.

En råvara du aldrig tröttnar på?

– Smör.

Vilken låt hade spelats utanför din foodtruck?

– KonQeso med MF Doome

Jacob Bror Jansson | 19 år | Familj: Flickvännen Siri. Mamma och bonuspappa i Eskilstuna, Pappa och brorsan i Malmköping
Bor just nu med kompisen Julian i Strängnäs.

Jacob Bror Jansson – Vinnare av Sveriges Mästerkock 2026

Finns det någon rätt du lagat i tävlingen som hade passat perfekt som street food?

– Jag tror vildsvinskorven jag gjorde i Skåne. Den hade ju inte varit fel – en vildsvins salsiccia.

Har du några favoritställen i Strängnäs eller Mariefred när det gäller snabbmat eller street food?

– Smashat Burger vid Präntaren i Strängnäs har riktigt goda Smash Burgers.

Vad tycker du om evenemang som Nordiska Mästerskapen i Foodtruck i Mariefred, som arrangeras lokalt?

– Alltid superkul med lokala evenemang med mat-tema. När människor samlas kring mat så blir det alltid en skön stämning. Jag besöker ofta Johan Söderberg och Svartverksta'n i Eskilstuna. Det är kul när man bor i Sörmland. Jag kan tycka att det är glest med matintresserade så det är alltid kul med matevenemang.

Om du fick driva en foodtruck i en vecka – vad skulle konceptet heta?

– Snabba Schnitzlar, haha. Schnitzel är gott och en lite udda foodtruck-rätt.

Vilken känd person hade du velat servera från luckan?

– Det hade varit coolt att servera Adam Lundgren, du vet han från "Torka aldrig tårar utan handskar" och "Känn ingen sorg".

Vilken snabbmatsrätt skulle du vilja "lyxa till" på ditt sätt?

– Langos, om man gör en riktigt god med picklad lök, ostercreme och gremolata.

Tiden i Mästerkocksköket

Vad har varit den största utmaningen hittills i tävlingen?

– Ankan eller grupptävlingen i Skåne, det var röjigt att vara fem personer i samma kök med mat

man inte är van med. Tillgången på utrustning gjorde de extra utmanande.

Har du överraskat dig själv under inspelningen?

– Lite överraskad att jag klarat pressen hyfsat. Även om det inte går superbra varje gång så kan jag ändå klara av det. Det är jag stolt över. Det är ju också mycket distraktioner när man ska göra allt samtidigt och programledarna som vill sätta en på prov om man kan fortsätta momenten medan de pratar med en samtidigt.

Framtid och ambitioner

Du delar ju ditt matintresse med musik också. Vad hoppas du att människor ska tänka när de hör ditt namn efter Sveriges Mästerkock?

– Jag hoppas att maten och musiken kan samexistera. Drömmen för mig att kunna jobba med både och. Jag kan inte välja mellan dessa två stora intressen.

Vilken är din största dröm? Restaurang, foodtruck, kokbok eller musikkontrakt?

– Restaurangjobb är en stor dröm, men även kokbok och musikkontrakt. Jag vill inte välja – Jag vill ha allt, skrattar Jacob.

Skulle du kunna tänka dig att gästa NM i Foodtruck i Mariefred framöver?

– Ja absolut. Då skulle jag laga ny mat och träffa en massa folk, det är ju det bästa som finns, avslutar Jacob.



Drömmar om en musikkarriär finns i lika stor utsträckning som drömmar om restaurangjobb och kokbokskontrakt. Jacobs musik finns att lyssna på Spotify.

Baderskan – Mariefreds nya kuttersmycke

Baderskan, som sedan 2018 ägs av Svenska Kulturpärlor var på 1900-talet ett varmbadhus och tvättstuga. Byggnaden har länge varit en skamfläck i Mariefred men efter år av pandemi, krig och inflation satte arbetet med den omtalade byggnaden igång i höstas. Den utvändiga delen närmar sig färdigställande och nu under sommaren pausas arbetet för att njuta av säsongen vid Mälaren. Till hösten fortsätter den invändiga byggnationen och Familjen Åström ser fram emot att fortsätta utveckla Baderskan

till en ny mötesplats vid Grips-
holms Vårdshus. Här kommer både
innevånare och tillresta besökare
kunna njuta av en magisk utsikt,
en Spa-anläggning samt ett par
sviter på övervåningen.



GRIPSHOLMSGRILLEN I MARIEFRED

En klassisk grill och
bar mitt i centrum!

**Vi satsar på kvalité och
god mat. Fullständiga
rättigheter, även utebar på
sommaren med livemusik.**



Gripsholmsvägen 12, Mariefred
www.gripsholmsgrillen.se
0159-10011



Välkommen till vårt Biohus!

Vi är ett livaktigt kulturhus för människor i
alla åldrar i Mariefred.

Vi har små och stora
tillgänglighetsanpassade lokaler, en egen
scen och flera kök.

**Saknar du någon fritidsaktivitet
i Mariefred?**

Skulle du eller din förening vilja starta en
aktivitet i Biohuset?

Välkommen att höra av dig till oss!
bokning@biohuset.net

www.biohuset.net

Mariefred – en småstad med stora värden

En timme från Stockholm, ligger Mariefred – vår stad som lyckas förena det historiska arvet med ett modernt och aktivt vardagsliv. Här samsas kullerstensgator, välbevarade trähus och ett levande föreningsliv med entreprenörskap, kultur och ett rikt utbud av fritidsaktiviteter. Mariefred är också staden där vi säger "Hej" när vi möts.

För många är det just helheten som gör Mariefred så attraktivt. Här finns närheten till naturen, tryggheten i det mindre samhället och samtidigt goda kommunikationer till Stockholm och Mälardalen. Resultatet är en plats där människor inte bara väljer att bo – utan också att stanna, engagera sig och utvecklas.

Kultur och historia som finns hela tiden med i vardagen

Mariefreds historia är ständigt närvarande. Stadens silhuett domineras av Gripsholms slott, ett av Sveriges mest välkända historiska landmärken. Tillsammans med den charmiga stadskärnan och de många kulturhistoriska miljöerna skapar det en unik identitet som präglar hela orten.

Men kulturen i Mariefred handlar inte bara om historia. Här finns ett aktivt kulturliv med konserter, konstutställningar, föreläsningar och lokala arrangemang som engagerar invånarna året runt.

Under sommarmånaderna fylls staden av besökare som lockas av det rika utbudet av marknader, evenemang, musik och den speciella atmosfären vid hamnen och den historiska stadskärnan.

Flera lokala föreningar och kulturaktörer som t. ex. IFK Mariefred, Hembygdsföreningen och Mötesplats Biohuset bidrar till att hålla traditioner levande samtidigt som de skapar nya mötesplatser för både unga och äldre. Kulturen blir därmed en naturlig del av vardagen och en viktig faktor för den starka gemenskap som många förknippar med Mariefred.

Ett näringsliv byggt på engagemang och entreprenörskap

Trots sin relativt lilla storlek har Mariefred ett mångsidigt näringsliv. Här finns allt från handel, restauranger och besöksnäring till tjänsteföretag, hantverkare och moderna kunskapsföretag.

Möjligheten att arbeta på distans har gjort att allt fler upptäcker

fördelarna med att kombinera karriär och småstadsliv. Många företagare lyfter fram det lokala nätverkandet, den personliga kontakten och det starka engagemanget mellan företag, föreningar och invånare som viktiga framgångsfaktorer. Det brukar i folkmun benämnas som "Mariefredsandan".

Turismen spelar också en betydande roll. Besökare från hela Sverige och världen lockas av stadens historia, natur och kulturutbud, vilket skapar goda förutsättningar för handel, service och besöksnäring. Samtidigt fortsätter Mariefred att utvecklas som bostadsort för människor som söker en hög livskvalitet nära större arbetsmarknader.



Aktiv fritid för alla generationer

Mariefred erbjuder ett rikt utbud av aktiviteter för den som vill röra på sig eller uppleva naturen. IFK Mariefred grundades 1908 och är idag Södermanlands största idrottsförening med ca 1500 aktiva medlemmar. Tillsammans med övriga aktörer är de en viktig del av samhället och erbjuder en mängd aktiviteter inom bland annat fotboll, innebandy, tennis, ridning, gymnastik och segling.

Närheten till Mälaren skapar unika möjligheter till båtliv, paddling, bad och fiske. Under sommarhalvåret blir vattnet en naturlig samlingspunkt för både invånare och besökare. För den som föredrar aktiviteter på land finns motionsspår, promenadstråk och natur-’reservatet Gripsholms Hjorthage som gör det enkelt att vara aktiv och finna rekreation året runt.

Barn och ungdomar har goda möjligheter att hitta en fritidsaktivitet som passar deras intressen,

samtidigt som vuxna och seniorer erbjuds ett brett utbud av träning, motion och sociala aktiviteter. Det bidrar till att skapa ett samhälle där människor möts över generationsgränserna.

Livskvalitet som märks i vardagen

När invånarna själva beskriver Mariefred återkommer samma ord: trygghet, närhet och gemenskap. Här ligger skolor, service, fritidsaktiviteter och naturupplevelser inom bekvämt avstånd. Många uppskattar möjligheten att kunna promenera eller cykla till det mesta samtidigt som naturen och Mälaren alltid finns nära.

Mariefred är en plats där det är lätt att lära känna sina grannar, engagera sig i föreningslivet eller mötas över en kaffe på torget. Kanske är det just därför som så många väljer att stanna kvar eller återvända, när de en gång fått uppleva livet i Mariefred.

Nyttiga länkar med information om Mariefred och Strängnäs kommun:



Företagarföreningen
imariefred.nu



Strängnäs kommun
Bygga, Bo & Miljö



Idrottsföreningen
IFK Mariefred



Aktuella aktiviteter
Lev Lokalt i Mariefred

Mer att upptäcka i Mariefred



Callanderska Gården, Klostergatan 5, Mariefred

Gården är en färgaregård från mitten av 1700-talet. I den vackra trädgården finns det krydd- och medicinalväxter samt odlingslotter för medlemmarna. Nu under sommaren visas också gårdens hantverksbodar – en med verktyg från gamla tiders hantverk, en mjölk-, tvätt-, mangel- och strykbod samt en brandbod med äldre brandutrustning.

Sedan 2000 visas en utställning av penselfabriken OLUMA, som fungerade i Mariefred 1929 - 1999. Besökarna kan också se prov på en stor del av de många olika kvalitetspenslar som tillverkats genom åren. Här kan du också ta en fika i den mysiga trädgården där du också hittar Callanderska Schweizeri.

Bli medlem!

i Hembygdsföreningen i Mariefred som driver Callanderska Gården



Mariefreds Trädgårdsförening

Föreningen anordnar aktiviteter i form av trädgårdsbesök och föredrag, träffar för kunskapsutbyte och inspiration med fokus på trädgård och odling. Som medlem får du även ta del av rabatter på butiker i närområdet. Gå in och kika på programmet för 2026 som pågår fram till julmarknaden i december.



Jazz i Mariefred, Ideell Förening

Föreningen är ansluten till Svensk Jazz och Jazz i Sörmland. De arrangerar konserter med ett brett utbud av både etablerade och nya jazzartister. Här kan du njuta av allt från swing till nyare tongångar. Träffarna är oftast på Biohuset Mariefred, men även Gripsholms Vårdshus och Gripsholms slott. För program och mer info besök föreningens hemsida via qr-koden.





Gripsholms Hjorthage

Området är ett mycket populärt strövområde både för lokalt boende och det stora antalet besökare till Gripsholms slott. Möjligheten är stor att få se hjortarna på nära håll.

Reservatet hör till ett av länets absolut finaste ekområden. I området finns kulturspår i form av en fornborg, ett gravfält, ett ordensemblem i gjutjärn samt äldre promenadvägar och byggnadsrester. Här finns naturliga stopp för vila eller en medhavd picnick.

Sommarkonserter i Mariefreds Kyrka

Under sommaren bjuder Mariefreds kyrka in till sex konserter, alla konserter framförs i den vackra stadskyrkan mitt i Mariefred. Fri entré. Läs mer om konserterna på hemsidan som du når via qr-koden.



Mariefreds Filmstudio

Mariefreds Filmstudio är en ideell förening ansluten till Sveriges Förenade Filmstudios (SFF).

Målsättningen är att visa intressanta och uppskattade filmer till ett lågt pris för medlemmar. Filmerna visas i Mariefreds anrika biograf på Nygatan 18, med plats för ca 100 besökare.

Höstens medlemskort släpps 24 augusti kl 07.00. Första filmen visas 3 september. Under hösten fortsätter mingelkvällarna där det bjuds lite smått och gott. Perfekt för dig som vill avsluta kvällen med lite filmprat med andra medlemmar. Mingelkvällarna äger rum 3 sept, 15 okt och 10 dec. Besök hemsidan för mer info.





Mörkö Lamm satsar på korv från egen gård

Anneli från Mörkö Lamm är en ny stjärna vid årets Nordiska Mästerskap i Foodtruck. Med egentillverkad hantverkskorv öppnar hon luckan på årets Foodtruckfestival i Mariefred.

Hur känns det att komma till NM i Foodtruck Mariefred?

– Jätteroligt, jag har velat vara med i NM sedan förra året men hann inte med då allt kring trucken inte var klart.

Vad var det som fick dig att skaffa en Foodtruck?

– Jag kände bara att jag ville ha en truck så jag kan åka runt och träffa en massa människor som är intresserade av bra mat där jag kunde introducera våra korvar. Hela familjen har ett genuint matintresse och alla var med på att det var en god idé.

Vi hade haft en delikatessbutik i Trosa i ett antal år som vi avvecklade, sen var det bara köpa och strajpa trucken och nu åker jag

på event och privata fester och sprider korvglädje.

Blev det som du tänkt dig?

– Det känns jätteroligt med Foodtruck-livet. Jag har valt att inte ha många olika korvar på menyn utan satsa på en korv på varje event och sedan varierar jag med olika röror. Less is more tänker jag.

Jag har lärt mig mycket sedan jag startade och nu serverar jag oftast korven på ett tortilla bröd med sallad, och en eller två röror. Topping blir picklad eller rostad lök eller chimichurri majonäs. Det gör att det blir ett effektivt och bra flöde med allt som behöver förberedas innan korven kommer på plats i brödet och ut till kund, så det är mycket man lär sig se och effek-

tivisera när man börjar för att det ska bli bra för både gästen och oss i trucken. Så långt det är möjligt kommer köttet från våra egna djur på gården. När det inte går att få till så är köttet alltid svenskt. Det gör vi inte avkall på.

Vad har varit mest utmanande?

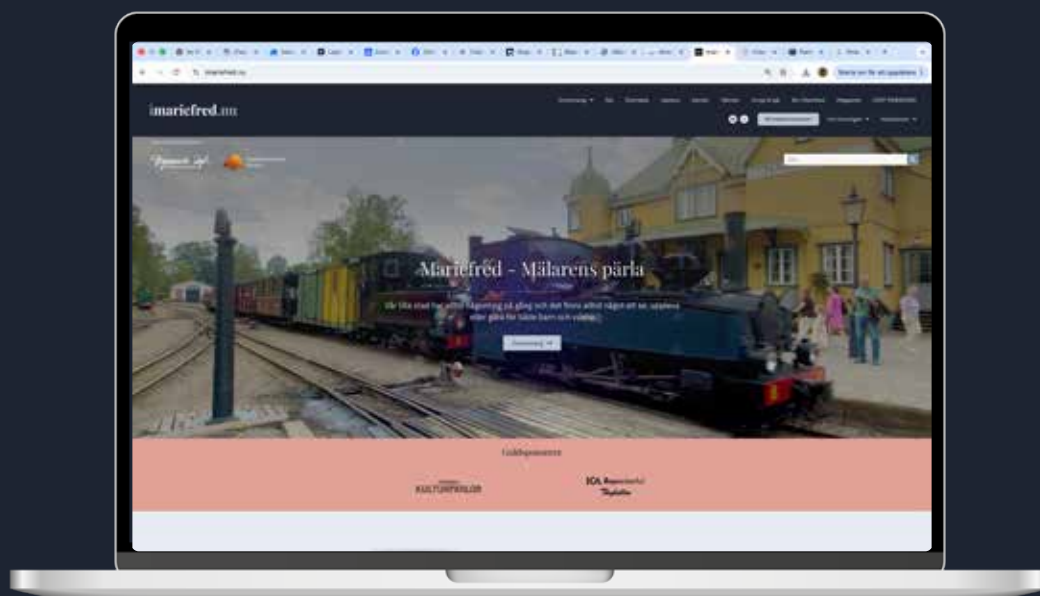
– Att få uppdrag har varit den största utmaningen upplever jag. Samtidigt är vi ju småskaliga. Det är ju bara jag och min man som jobbar med detta. Vi ska både tillverka korven från grunden, och sedan åka med trucken till olika ställen för att sälja. Det är bra om det kan vara på en lagom nivå, säger Anneli.

Vad kommer du servera på NM?

– Det är inte riktigt klart men det lutar åt en viltkorv, jag måste bara se till att ha tillräckligt med viltkött hemma, avslutar Anneli.

Nätverket för företagare och föreningar

Företagarföreningen imariefred.nu verkar för företagare och föreningar i Mariefred. Med event och nätverksträffar utvecklar vi vår stad till att bli en plats där man vi bo, verka och leva.



Bli medlem eller stödmedlem idag!

www.imariefred.nu

Upptäck mer av Mariefred

Evenemang, aktiviteter och
mer av det lokala – samlat här.

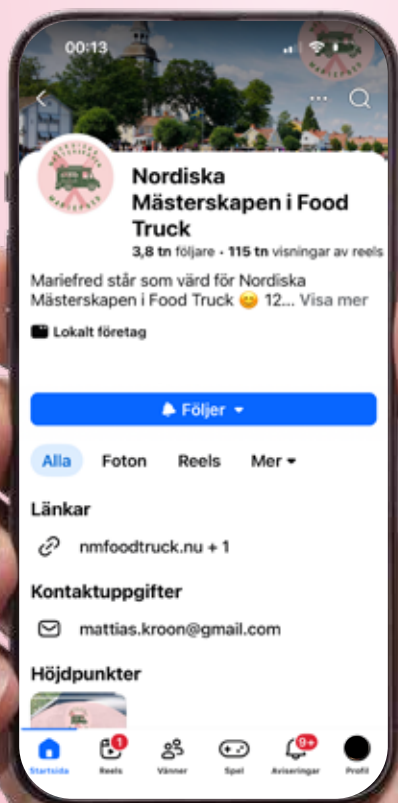
LEV LOKALT
i Mariefred

mariefred.levlokalt.se



FÖLJ OSS PÅ SOCIALA MEDIER

För uppdaterad info
om evenemanget!



Hos oss kan du enkelt
hyra allt du behöver

FÖR ETT LYCKAT EVENEMANG

SCEN & TEKNIK



TÄLT & MÖBLER



TOALETTER & DUSCHAR



MUSIK & NÖJEN
SVERIGE AB

Ring 0152-439 30
eller mejla info@musiknojen.se
www.musiknojen.se



Konst Inramningar Lagningar Glasbyte

Kontakt:



0760-188467

hej@ramfabriken.se

www.ramfabriken.se


ramfabriken

MARIEFRED

Att koriander
delar våra
smaklökar i två
läger spelar
liten roll ...

Schysst el till tacofredagen spelar roll

... att kunna
steka färsen
spelar såklart
större roll



Vi fyller din vardag med schysst el.
Du väljer vad du gör med den.

sevab.com/elavtal

