

Hevnen må Modnes

Oppleving med eller utan ski,

Sommar som vinter

Sing along songs

# Magasinet

Norge på Langs 2016

KNNNN

8 tips til langhelg i Paris

Dette er årets Juleøl



8. divisjon

## Julestemning

Veldig rask gjennomgang av skånsom Bilvask

# Ferie i Afrika



## Årets redaksjon.

Jeg hadde en diskusjon med min Far for leden dag om en feil formatert USB stikk med bilder. Situasjonen var slik at fatern hadde masse besøk og ikke fikk bildene opp på TV ved å dytte stikke inn i TV'en. Kom til å tenke på dette nå når jeg sitter her å redigerer inn alle artiklene. Hva skjedde egentlig med å levere i vanlig word format? Husker tilbake til da jeg redigerte første utgave. Da skrev jeg en hel avhandling om fil format får at jeg skulle få noe lunde standard tilbake. Dette er vist sklidd ut, får jeg har fått alt av formater inkludert et htp opplegg som ikke gikk an å åpne. Så til neste år håper jeg alle husker å levere i vanlig office word format, da går jobben for neste års redaksjon så utrolig mye bedre.

Uansett vil jeg takke alle som har levert artikkel selv om de blir mer jobb for meg å lege inn alt på en fornuftig måte.

Utrolig mange innholdsrike artikler i år. Man ser tydelig at enkelte virkelig har lagt ned en innsats.

**Ønsker alle en God JUL og Godt Nytt År**

**Så ble de Avis/Magasin i år også.**

**Mvh Lars Vegard Hatlem**

## Contents

Årets redaksjon.....	2
Styret i NNMK Mannskoråret 2017.....	5
8 tips til langhelg i Paris .....	6
-Overlevelsesguide for søringer i Nord-Norge -.....	8
Snakkbare tema; .....	9
Ord Forklaringer;.....	10
Veldig rask gjennomgang av skånsom bilvask. ....	13
Forvask. ....	13
Skum.....	13
Avspyling .....	13
Felgvask.....	13
Håndvask.....	14
Tørk. ....	14
Sing along songs – syng langs sanger.....	14
Duran Duran - A View To A Kill – En Utsikt Til Et Drap.....	15
Elton John - Rocket Man – Rakett mann.....	15
Chris Rea-Driving Home For Christmas – Kjører Hjem For Jul .....	16
Kygo - Stole The Show – Stjal Showet .....	17
Julestemning .....	19
Aktiviteter .....	19
Musikk.....	19
Film.....	20
Kunsten å tilberede en perfekt biff.....	22
Dette er årets beste juleøl .....	23
OPPLEVING MED ELLER UTAN SKI, SOMMAR SOM VINTER. ....	32
RØLDAL.....	32
RØLDAL STAVKYRKJE.....	32
Fjelltoppar og fiske.....	32
Røldal Skisenter.....	33
Årleg stor hending i Røldal –Røldal Freeride Challenge (RFC). ....	33
Hevnen må modnes .....	34

Hevnen lot vente på seg i seks år.....	34
Ferie i Afrika .....	36
NORGE på Langs 2016.....	45
Ønsker å gratulere gutta som I 2016 gikk Norge på Langs! .....	48
Jon Espevik, Trygve Berentzen & Patrik Søreide.....	48



## Styret i NNMK Mannskoråret 2017

Av Fredrik Vik Røttingen, styreleiar

Den 3. oktober gjekk NNMK inn i sitt 8. mannskorår siden den offisielle opprettinga i 2009, og vi starta det nye året med årsmøte på Solstrand kor vi fekk 3 nye medlem. Med dei nye medlemma Lars Erik Jansen, Christian Linke og Daniel Urheim har vi no ei medlemsmasse på 24. Med Jon Øyvind tilbake og 6 medlem i permisjon så har vi i følgje mi hovudrekning mindre enn 24 (sånn ca), aktive medlem det komande året.

Om vi ser tilbake på mannskoråret som gjekk så var det som vanleg eit begivenheitsrikt år, med bl.a. champagnelunsj, julebord, hytteturar, spansk aften og øvingar for øvrig. Nytt av det foregåande mannskoråret var at vi sendte to av medlemma våre ut på ekspedisjon. Trygve og Jon vart sendt ut på ein fleire månaders lang rusletur Noreg på langs, slik at vi fekk redusert antall medlem på øving. På denne måten kunne vi enklare ha fleire heimeøvingar for å redusera leigeutgifter til lokale. Styret vil nytta høvet til å takka Jon og Trygve, og sjølvstøtta Kim som økonomiansvarleg, for å bidra til at vi også i år kom i mål på budsjett. Styret vil også på ny takka medlemma som opna heimane sine slik at vi slapp å leiga lokale for alle øvingane. Styret kjem attende med informasjon om kven som skal sendast vekk dette mannskoråret, og vonar dykk er spente på kven det blir!

Styret for 2017 består av Fredrik (styreleiar), Knut Håkon (nestleiar), Kim (økonomiansvarleg), Tarjei (styremedlem), Marius (styremedlem) og Trygve (styremedlem). Styret vil som vanleg arbeida hardt for at året som kjem vil bli vellykka og minnerikt, og er allereie godt i gang med dette.

For underteikna sin del så er dette mitt første år som styreleiar i NNMK, og eg har audmjukt overteke stafettpinnen. Om eg samanliknar med tidlegare styreleiarar og seier at det blir «som å hoppa etter Wirkola» så blir det kanskje litt i overkant egoboost for mine forgjengarar, og om eg dempar det til «som å hoppa etter Eddie The Eagle» så blir det dårlig stemning på styremøtene framover. Så eg trur eg går for Bredesen. Eg hoppar etter Bredesen.

Styret ynskjer alle ei riktig fin jule- og nyttårsfeiring, og vi gler oss til og avslutta 2016 først med julebord i Oselvarnaustet 19.november saman med mannskonene, og deretter med offisiell øving i romjula!

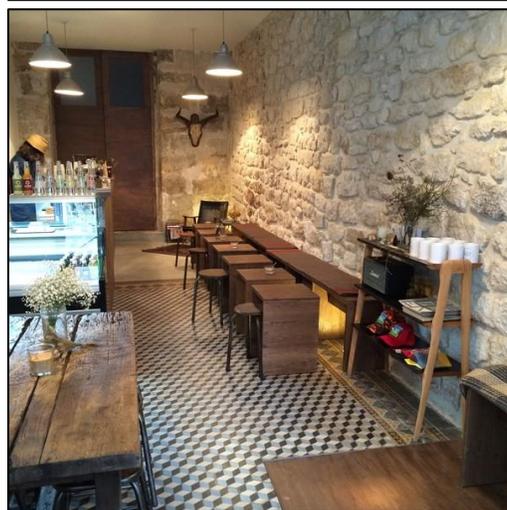
## 8 tips til langhelg i Paris

Av Christine Danielsen

1. Dersom du ikke snakker fransk, lær deg noen standardfraser. Franskmenn er kjent for å være stolte av sin kultur og sitt språk, og fortsetter gjerne å snakke fransk uavhengig av om du viser at du forstår hva de sier eller ikke. Spør om de snakker engelsk på fransk ("Parlez-vous Anglais?"), så er sannsynligheten mye større for at de faktisk prøver! (Prøv også å skjul skuffelsen din hvis du mener du snakker bra fransk, og de likevel gir deg en engelsk meny på restauranten!)



2. Fly med AirFrance og tyvstart Frankrike-følelsen; her får du nemlig varm croissant på flyet!
3. Husk å sjekke om kollektivtransporten tilfeldigvis er gratis den dagen du ankommer Paris – det er den nemlig av og til. I vårt tilfelle på grunn av høy grad av luftforurensning, noe vi fant ut etter at vi hadde brukt 20 euro på togbilletter.



4. For en uformell frokost/lunsj i koselige, rustikke lokaler anbefales Folks & Sparrows. Eieren har bodd 10 år i Brooklyn, og inspirasjon derfra synes i Paris-møter-New York-aktig interiør og innredning. God kaffe og juice, hyggelig betjening, og i følge Sverre; "den beste baguetten han noen gang har spist". Masse utvalg av pålegg, salater, quiche og bakverk. Fare for at man kommer tilbake når man først har vært der en gang!



5. Paris er definitivt best som feriedestinasjon jo flere ganger du har vært der (selv er det 8. gangen, og Paris er fortsatt en av favorittbyene). Da kan man droppe de vanlige severdighetene (les: Eiffeltårnet, Louvre, Notre Dame, Triumfbuen, Champs



Elysees...) og heller fokusere på mindre turistifiserte nabolag som Le Marais eller Jødekvarteret. For førstnevnte, ta metroen til Bastille, symbolet på starten på Den Franske Revolusjonen - for dem som fulgte med i historietimen på ungdomsskolen ("Jeg tror ikke jeg hadde historie på ungdomsskolen, jeg" – Sitat Sverre). Deretter kan man rusle rundt i trange autentiske gater og smug, fulle av små butikker, bakerier, caféer og restauranter. Avslutt turen ved parken Place de Vosges (bildet), det eldste "torget" i Paris, og kanskje den fineste plassen – både for de som er interessert i arkitektur, og for de som ikke er det. Om sommeren er det perfekt å kjøpe med lunsj fra for eksempel delikatesseetasjen på et av kjøpesentrene i Paris, og spise på en benk/gresset i parken. Om vinteren kan man dra innom en av de koselige caféene i området.

6. Sacre Cœur og Montmartre er kanskje en fransk klisje, men likevel et av de fineste stedene i Paris, spesielt på en klarværskveld. Å stå på trappene nedenfor den hvite kirken og se ned på et opplyst, massivt Paris, er et ganske imponerende syn - og det er først da man skjønner hvor stor Paris egentlig er.



Hvis du først er i området rundt Montmartre er et tips og stikke innom L'Annexe for middag. En liten, sjarmerende, veldig fransk bistro. Raffinert mat på uformelt sted – bordreservasjon anbefales! Stedet fylles med lokalbefolkning rundt kl. 21.30, alltid et godt tegn for en fransk restaurant.



For en helaften med fransk vin anbefales Les Caves de Reuilly. Eneste haken er at det er fare for at du ender opp i denne posituren på hotellsengen du deler med din samboer...



## -Overlevelsesguide for søringer i Nord-Norge -

-Oddvar Repstad –

*(på grunn av viktigheten av denne informasjonen skrives det på bokmål, slik at dere søringer forstår)*

Nordmenn er i antageligvis i verdenstoppen i å reise, utallige bilder på facebook, instragram og snapchat er et synlig bevis for denne eskalerende trenden. Vi finkjemmer Tripadvisor og utallige reiseblogger for å finne den ultimate opplevelsen og reisemålet. I tillegg til all denne etterforskningen er vi nordmenn også generelt god i å utforske den språklige delen til den framtidige reisedestinasjon.

Hvem har ikke stått foran speilet med stylet hår, hvit t-skjorte med FBI (Female Body Inspector) logo på og øvd utallige ganger på, «una cerveza por favor» i forkant av en spaniatur, eller «Voulez-vous coucher avec moi (ce soir)» når en skal til Frankrike?

Men, når alt kommer til stykke, vil språket sette sine begrensninger på hvor suksessfull ferien vil være.

Det de fleste av dere ikke vet er at denne research`en også er gjeldende når en skal reise innad i Norge, og spesielt viktig når en tar det store steget og krysser grensen inn i Nordland/Troms og Finnmark, også kalt Nord-Norge (NN).

Mange av dere har hørt om Nord-Norge, det iskalde, øde, litt barbariske landsdelen som faktisk dekker 34,9 % av fastlands Norge. En landsdel hvor isbjørnen går i «hagen», alle har en sjark\*, ullundertøy med selskinn jakke, bukse og sko er nasjonalkostyme. En landsdel hvor 4 av 10 byer er på topp når det gjelder sannsynligheten for one-night-stands\*\* i hele verden.

Mange har prøvd og mange har dessverre feilet, hvor mange som ikke har krysset grensen tilbake i Sør fra NN er per i dag ukjent, og det er sannsynligvis mange mørketall, og rettsvesenet har ikke god nok kjennskap til problemet. Grunnen til problemet er garantert en kombinasjon av det språklige og det kulturelle som møter deg der oppe.

Denne guiden vil gjøre deg forbedret på hva en kan møte ved en ferietur til Nord-Norge, eller hvis du er så heldig å møte en nordlending i all sin prakt.

For det første, drar man til NN, må en regne med å bli kalt en «søring», muligens vil også «jævla» bli brukt i samme setning. Men, fortvil ikke, vi nordlendinger, selv om vi er fantastiske gode til å finne kompasskurs ved hjelp av sol, måne og stjerne, anser vi alle sør for Nordland som «søringer». Dette må dere bare bli innforstått med, og det siste dere må gjøre er å komme med en geografisk utbedring/leksjon til en nordlending at dere faktisk er vestlending fordi dere kommer fra Vestlandet, vi anser dere som søringer, punktum.

Dette fører meg over til en annen sak som kjennetegner nordlendinger, vi er sta, sta som et jævla esel, vi kan krangle med naboen, kona eller familien i flere år, dette er noe som har vært en tradisjon i generasjoner, og vi kommer garantert ikke til å slutte med det. Nordlendinger kan bruke alle midler, både penger, motorsag, hagle og gisselsituasjoner til å holde stand i en slik konflikt. Vi er særs tilpasningsdyktig og kan overleve på snøkrystaller i flere måneder hvis det skulle komme til det.

Dette fører meg til mitt tredje punkt, vi er et stolt folkeslag. Det vil si at vi til en viss grad tolererer støy fra søringer, som f.eks., herming av dialekt eller ord, men husk å ikke dra det for langt. Dere vil bli forundret over at nordlendinger ofte kaller hverandre med skjellsord, vi anser ikke dette som skjellsord, men som dagligtale. Ord som ofte går igjen og som er viktig å legge merke til, er ordet «hæstkuk», et ord som på daglig basis brukes mellom nordlendinger, når dem snakker om vær og vind. Men, for deg som søring, må du aldri, med sterk trykk på aldri, si hæstkuk til en nordlending. Hvis du skulle være så heldig å ha et vennskapsforhold til en nordlending og han anser deg som en «grei pesslæst», så vil han godta at du kaller han hæstkuk. Men, vær klar over at nordlendinger har gjennom morsmelken fått et vokabular av skjellsord som du må regne med å få igjen som følge dette.

Hvis du tror du kan lette stemningen i taxikøen med å si, «Hallo, din jævla hæstkuk», så må du ta konsekvensen av dette, og det er nesten garantert at turen går til legevakten, i stedet for hjem.

Min erfaring fra å bo på Vestlandet i 10 år er at alle kjenner en nordlending eller kjenner en som kjenner en nordlending. Dere har en tendens til å tro at alle nordlendinger kjenner vedkommende, dette er feil, veldig feil. Selv om NN har 9,3 % av folketallet på Fastlands-Norge er landsdelen preget av lange avstander og spredt bosetning. Mens befolkningstettheten i Fastlands-Norge i sin helhet er 16,0/km<sup>2</sup>, er den bare 4,3/km<sup>2</sup> i NN. Det vil si at sannsynligheten for å eventuelt kjenne vedkommende er lik 0, så bare slutt å spørre.

Siden nordlendinger ikke møter naboen ofte, grunnet avstander, så er vi veldig imøtekommende og tar gjerne en prat over en kopp kaffe. For å unngå at en kommer ut feil med en nordlending er det noen tema du kan snakke om og noen tema du kan ta opp på egen risiko.

### Snakkbare tema;

#### Snakkbare tema:

- Været
- Fiske
- Sydvest
- Båt
- Piggdekk
- Torsk og sild
- Oppveksten i Nord-Norge
- Hvor fantastisk natur Nord-Norge har
- Snøfreser
- Snø
- Firhjulstrekk
- Haill
- Snøscooter

#### Tema du tar opp på egen risiko:

- Kaffelatte
- Design
- Mote
- OL i Tromsø
- *Betydningen av søringer for Nord-Norge*
- Reinsdyr langs veien
- *Hvor flink Gardemoen flyplass er til å fjerne snø fra rullebanen*
- *Hvor billig det er å fly fra Gardemoen til Syden*
- *Dårlig infrastruktur i Nord-Norge vs. Sør i landet*
- *Hvor fersk torsken hos den lokale fiskehandleren sørpå er*
- Hvor mange reinsdyr har du\*\*\*
- Elbil goder i sør
- Fjerning av bilpark for å sykle til jobb

*\*nordnorsk fiskebåt \*\* vitenskapelig nyhetsartikkel hvor utbredt bruk av statistisk kalkulasjon er grunnlaget.*

*\*\*\* i kommunikasjon med en rein-same.*

Nordlendinger har en del uttrykk og ord som er noe forskjellig fra søringsprat. Ordene og uttrykkene nedenfor er en kort og grei innføring i hva du kan forvente deg når du reiser til NN eller møter en nordlending. Du kan prøve å uttale disse selv ved kommunikasjon med en nordlending, men som nevnt ovenfor, med måtehold.

### Ord Forklaringer;

<b>Attme:</b> ved siden av	<b>Hail:</b> ha seg med kvinner før en drar på havet	<b>No kjæm han me han:</b> nå kommer uværet
<b>Attrast:</b> bakerst	<b>Han e ikkje nådig i dag:</b> Det er dårlig vær	<b>Nu e det nyss før:</b> Nå er det rett før
<b>Avbærra:</b> Snøen har smeltet og veien er snø- og isfri.	<b>Han gammelerik/tykje:</b> djevelen	<b>Næva:</b> hender
<b>Bale:</b> Styre (med noe)	<b>Handduk:</b> handkle	<b>Peislæst/Hæstpeis:</b> tulling/dust
<b>Beint:</b> Jevnt/rett	<b>Hua:</b> lue	<b>Peive:</b> vifte
<b>Gålvtua:</b> vaskefille/klut	<b>Håplaus:</b> håpløs	<b>På fetthåret:</b> med liten margin
<b>Bæse:</b> grine	<b>Innst:</b> innerst	<b>Sjen:</b> havet
<b>Bæsræv:</b> syt person	<b>Jæv:</b> flink/god	<b>Skamesjå:</b> skal vi se
<b>Det e vi fri før:</b> Det er vi tomme/utsolgt for	<b>Ka du k... me:</b> hva gjør du?	<b>Skank:</b> fot
<b>Dæven han røkksalte:</b> fy fillern	<b>Ka i hæsikke:</b> hva i alle dager?	<b>Skanka:</b> føtter
<b>Dæven han røkksalte i d svartvidde hælvet:</b> fytti katta	<b>Katti?:</b> når?	<b>Skoidda:</b> tåka
<b>Dæven han steike:</b> dobbelt huff	<b>Kjønsl:</b> kaldt	<b>Skoilt:</b> hodet
<b>En sjå: vedskjul</b>	<b>Klubba:</b> kjærlighet på pinne	<b>Sæme:</b> bruke lang tid
<b>Fetle med:</b> fikle med noe	<b>Knoll:</b> hodet	<b>Søkkanes:</b> veldig
<b>Fettnøye:</b> ikke særlig viktig	<b>Koffør:</b> hvorfor	<b>Ta tellfart å håpp t hælvet:</b> dra dit pepper`n gror
<b>Fjottbaill/jæssbaill:</b> Tulling	<b>Kopptua:</b> filla/kjøkkenklut	<b>Tykjepelk:</b> ramp
<b>Fnatt:</b> bli sprø av	<b>Kor:</b> hvor	<b>Tykjhælvet:</b> mye leven
<b>Fjått:</b> Tosk	<b>Kæm:</b> hvem	<b>Tøvk.:</b> tøysekopp
<b>Forn:</b> Dratt	<b>Lamme:</b> sammen med	<b>Utpeist:</b> utslått
<b>Fåkk og kav:</b> kraftig snøvær	<b>Lægg inn åran:</b> gi opp	<b>Vi står han av:</b> Vi tåler dette
<b>Fåkkbrilla:</b> sånn du bruker i slålombakken	<b>Læsta:</b> ullsokka	<b>Æg trur han tykje e laus:</b> da har det vært mye som har gått galt
<b>Gaffle i sæ maten:</b> spise fort	<b>Læven:</b> bråk	<b>Å grafse til seg:</b> å være grådig
<b>Gaule:</b> rope	<b>Neri:</b> nede i noe	
<b>Gidd ikkje:</b> orke ikke	<b>Ne-snya:</b> person som ikke er oppdatert	

Vi avslutter herved denne uformelle overlevelsesguiden med et dagbokutdrag fra en søring som hadde flyttet nordover, nærmere bestemt Tromsø – Nordens Paris. Forfatter har tatt seg friheter til å Google en del av ord og uttrykk, da vedkommende har bodd 10 år i Bergen, som har resultert i tap av nordnorsk særpreg og språklige ferdigheter.

### 8. desember

Det begynte å snø. Det er årets første snø, og min hustru og jeg tok oss et glass konjakk og satte oss ved vinduet og så på de hvite flakene som dalte ned fra himmelen. Det så ut som et maleri. Det er så romantisk at vi føler oss som nyforelskede igjen. Jeg simpelthen ELSKER snø!

### **9. desember.**

Vi våknet til et nydelig teppe av krystallklar hvit sne! Det dekket hele landskapet! For et vakkert syn! Kan det være et vakrere sted i hele verden? Å flytte hit var den beste ideen jeg noen gang har hatt! Jeg måket snø for første gang på mange år, og følte meg som en guttunge igjen! Jeg måket hele oppgangen til huset, men i kveld kom snøplogen og dekket det hele til igjen. Så måtte jeg måke den opp igjen! For en morsom opplevelse!

### **12. desember.**

Mildværet har smeltet all snøen. Det var en skuffelse, men naboen sier at jeg ikke skal fortvile. Vi får definitivt en hvit jul! Jeg vil bli svært skuffet dersom vi ikke får snø i jula, men naboen sier at vi kommer til å få så mye snø at jeg ikke vil tåle synet av den før vinteren er omme. Det tror jeg ikke er mulig! (Disse nordlendingene har jo en tendens med å overdrive) Naboen er en hyggelig fyr og jeg er glad for å ha ham som nærmeste nabo!

### **14. desember.**

Snø, elskede snø! Det falt 30 cm i natt! Temperaturen falt til -20C. Kulden får alt til å sprake og glitre! Vinden tok nesten pusten fra meg, men jeg varmet meg ved å måke oppgangen igjen. Dette er livet! Snøplogen kom igjen i kveld og dekket til oppgangen igjen. Jeg hadde ikke trodd det skulle bli så mye snømåking, men jeg får i alle fall litt trim. Skulle bare ønske at denne hosten gikk over.

### **15. desember.**

Det er meldt ca. 60 cm snø. Jeg solgte Merzen og kjøpte en firehjulsdreven sak. Kjøpte også vinterdekk til konas bil og to ekstra snøbrett. Averterte fryseren. Kona vil ha peis i stua i tilfelle strømmen går. Det tror jeg er bare tull. Vi er jo ikke i Sibir, heller.

### **16. desember.**

Storm i morges. Falt og slo meg da jeg var ute og strødde salt. Det verker som f\*\*n. Kona lo, noe jeg synes var dårlig gjort.

### **17. desember.**

Fremdeles langt under null. Veiene er stengt på grunn av is og snø. Strømmen var borte i fem timer. Jeg måtte tulle meg inn i tepper for å holde meg varm. Ingenting å gjøre annet enn å stirre på kjærringa og prøve å irritere henne. Jeg burde vel ha ordnet med peis, men det innrømmer jeg ikke for henne! Gud som jeg HATER når hun får rett! Jeg kan nesten ikke tro at jeg sitter her og fryser i hjæl i min egen stue!

### **20. desember.**

Strømmen er tilbake, men det kom nye 40 cm av det j@\*x stoffet i natt. Mer måking. Tok hele j@\*x dagen. Jævla snøplogen kom forbi to ganger. Prøvde å få nabogutten til å måke, men han sa han ikke hadde tid for de skulle spille ishockey. Guttungen ljuger! Ringte for å kjøpe snøfres, men de var utsolgt. De fikk ny forsyning i mars. De ljuger.

Naboen sier jeg må måke ellers vil kommunen sende regning fordi jeg ikke holder oppgangen åpen. Han ljuger!

### **22. desember.**

Naboen hadde rett med tanke på den hvite jula. Det kom nye 20 cm av dritten i dag og det er så j@\*x kaldt at det neppe vil smelte før i august. Det tok meg 45 minutter å kle på meg for å gå ut å måke og da måtte jeg pisse. Før jeg fikk av meg alt hadde jeg pissa og da jeg så hadde fått på meg igjen var jeg for sliten for å måke. Prøvde å leie naboen til å måke resten av vinteren for han har plog på traktoren, men han sa han hadde det for travelt. Jeg tror den jævelen ljuger.

**23. desember.**

Bare 10 cm. snø i dag. Så ble det mildere også, det ligger på 0 C. Kona ville ha meg til å pynte husfasaden med lys i dag. Hun er f\*\*n ikke klok! Hun kunne ha spurt for en måned siden! Hun sier hun spurte for en måned siden men jeg tror hun ljuger.

**24. desember.**

60cm. nysnø – igjen! Over natta! Faaaaaaaaaan!!! Snøen var pakket så hardt av snøplogen at jeg brakk snøbrettet. Trodde jeg skulle få hjertefeil. Hvis jeg får tak i den forbanna fyren som kjører den plogen skal jeg dra ham gjennom snøen etter balla og slå ham i hjel med det brukne brettet! Jeg vet han gjemmer seg bak hjørnet og venter til jeg er ferdig med måkinga før han kommer med den j@\*x plogen i 90 km/t og dekker til alt jeg har måkt opp! I kveld ville kjærringa at jeg skulle syngesanger sammen med henne og åpne pakker men jeg hadde ikke tid for jeg satt klar og ventet på den forbanna plogen.

**25. desember.**

God forbanna helvetes jul! 50 cm. til av den forpulte snøen i natt. Vi snødde inne.

Tanken på å måke får meg rykende forbanna! Gud som jeg HATER denne forbanna j@\*x snøen! Tromsø! Helvetes drittby! I dag kom han som kjører snøplogen og spurte om penger til ei innsamling av noe blomsterduftende. Jeg pælma den brukne snøskuffa i huet på'n. Kjærringhælvete sier jeg har dårlig holdning. Jeg synes hun er en idiot. Hvis jeg må se "Tante Pose" en j@\*x gang til kommer jeg til å stappe henne i mikro-ovnen.

**26. desember.**

Fremdeles innesnødd. Faaaaaaaaaans Tromsø! Helvetes Harry-land! Hvorfor i helvete flyttet jeg hit???? Det var HENNES ide! Hun begynner virkelig å gå meg på nervene!

**27. desember.**

Temperaturen falt til -30C og rørene er frosset. Rørleggeren kom etter 14 timer med venting og skulle ha 3500 kroner for arbeidet.

**28. desember.**

Det ble varmere, omkring -20C. Fortsatt innesnødd. RÆVHØLET driver meg til vanvidd!

**29. desember.**

30 cm. snø til. Naboen sier jeg må måke taket ellers bryter det sammen. Det er det dummeste jeg har hørt. Tror han jeg er idiot????

**30. desember.**

Taket brøt sammen. Jeg klappet til snøplogføreren og han saksøker meg for en million. Ikke bare for at jeg slo ham men også for at jeg prøvde å stappe snøbrettet opp i ikke så bra på'n. Kjærringhælvetet har dratt hjem til mora si. Det er meldt 30 cm. snø og ENDA KALDERE!!

**31. desember.**

Jeg satte fyr på huset. Ikke mer måking! Fy fan!

**8. januar.**

Det føles så godt. Jeg elsker de små hvite pillene de gir meg.. Jeg lurer på hvorfor jeg er bundet fast til senga....?

## Veldig rask gjennomgang av skånsom bilvask.

*Tekst: Christian Linke*

Jeg er som de fleste kanskje vet, litt for opptatt av vask og stell av bil og har dette som hobby. Så for å prøve å få smittet andre med dette så lager jeg denne lille innføringen.

Måten en vasker bilen på har nye å si på hva skader og småriper en får i lakken. Derfor denne raske innføringen i hvordan en vasker mer skånsomt for å holde lakken penere mellom polering.

Vask bør ikke utføres i solen eller på en bil som har varme paneler etter for eks sol eller varm motor.

### Forvask.

Start alltid bilvasken med en grundig forvask uten berøring av bilens lakk.

Bruk først Prickbort på tørr bil (dersom det lar seg gjøre)

Prickbort er veldig god mot asfaltprikker, men ikke så god mot trafikkfilm. Denne får en bedre bort med å bruke en annen avfetting for dette formålet. Gjerne Surfex hd som en kjøper i konsentrat og blander ut til ønsket blandingsforhold.

Avfettingsmidler sprayes på nedenfra og oppover, altså de nederst panelene først. Dette for å hindre at det oppstår rennemerker.

Det er ofte ikke nødvendig å bruke asfaltfjerner høyere enn til underkant av rutene, i tillegg til panser og bagasjeluke.

Spesielt på vårparten og gjerne gjennom vinteren bør du bruke metallpartikkelfjerner, som Iron-X eller Korrosol, for å få bort inngrodd piggstøv og rustflekker på lakk som kommer fra bremsene.

Pass på at avfetting ikke tørker på lakk da dette kan lage stygge merker og skjolder. Hvis noe tørker så påfør mer av samme produkt. (Huskeregul: Likt løser likt).

### Skum.

Har en gått til innkjøp av skumkanon så kan det benyttes nå. Fylles opp med ønsket såpe og vann og festes på høytrykkspyleren. En kan godt legge skum på avfettingen slik at avfettingen kan ligge lengre på lakken og såpen løser opp annen møkk enn det avfettingen tar.

### Avspyling.

Spyl så av bilen nedenfra og oppover med høytrykk, dette for å holde de nederste panelene våte slik at det ikke blir rennemerker hvis noen produkter skulle tørke. Ikke hold høytrykkspyler for nært lakken og spyl med litt vinkel på panelet og ikke rett på.

### Felgvask.

Etter forvask kan du gjerne gå løs på felgvasken for å fjerne smuss, bremsestøv og asfaltflekker. En kan bruke de samme produktene på felger som på lakk eller kjøpe egn avfetting som er beregnet for felger.

Prøv å få tak i felgavfetting som ikke er syrebasert de de kan skade felgene.

Hvis en klarer å få avfetting på felgene mens en avfetter bilen så spares det en del tid her. Da får en og skum på felgene og dekk samtidig som bil.

Du må ofte gjenta påføring av felgrens o.l. dersom felgene dine er svært møkkete.

Ikke glem å vaske dekkssidene for å få bort brunt bremsestøv og smuss.

## Håndvask.

Håndvasken begynner du først med når du er sikker på at du ikke får fjernet mer smuss og skitt uten fysisk å berøre bilen.

Benytt gjerne to bøtter, én til rent såpevann og én til skylling av svamp/vaskehanske. Vil anbefale og kjøpe en god vaskehanske til dette formålet da den lettere slipper møkken når en tar den i vaskevannet og gir en mer skånsom vask. Det er nå en lager mest vaskeriper. Vask bilen fra taket og ned så vaskevannet er så rent som mulig under vask. Nedre dørpaneler og dørkarmer vasker du til slutt. Bruk gjerne en detaljkost for å komme til i kriker og kroker.

Du kan gjerne gå over bilen to ganger for å være sikker på at du har vasket alle steder. Med nytt rent vann i bøttene så klart.

Jeg bruker bare en bøtte (18 L), men da med rist i bunn (gritt guard). Dette for at smuss samler seg i bunn og ikke blir med i neste runde med vaskehansken.

## Tørk.

Etter fullstendig vask, bør du tørke bilen med et dedikert biltørkehåndkle. Dette suger opp vann og sørger for at vannet ikke tørker inn og lager kalkringer, mineralavleiringer osv. i lakken.

Jobb deg ovenfra og nedover når du tørker bilen.

Brett håndkleet pent en eller to ganger og tørk forsiktig over bilen uten press. Eller legg det flatt på lakken og klapp området tørt før du flytter til neste område. Sistnevnte metode er egentlig best om du ikke har brukt clay på forhånd.

Skal en polere bilen så er det mer som gjerne bør gjøres innimellom alt dette for å få lakken helt ren. Men det tar vi ikke nå. Enda enklere er det å få noen til å gjøre denne jobben for seg.

## Sing along songs – syng langs sanger

Av; Tarjei Hovland

Årets bidrag fra Tjørnhaugen kan synges. Her kan dere øve dere på norske versjoner av kjente og kjære sanger rundt middagsbordet i julen. Det er ikke til å legge skjul på at tekstene fenger aller best etter et par akevitt eller pjoitere.

På bordet står både den engelske (originale) versjonen av sangene, og i tillegg en norsk versjon. Den norske versjonen er oversatt av meg, og ikke Google Translate. Jeg har oversatt ordene bokstavelig, slik at sangenes lyriske kvaliteter skal komme best mulig frem. Ingen godvilje er lagt til. Det innebærer at noen steder med homografer har jeg valgt den betydning jeg liker best, slik at vokalisten også blir bevisst på upresisheten i det engelske språket.

Det tas et alminnelig forbehold om skrivefeil og feilsitater fra originaltekstene. De engelske versjonene er hentet på internett. Jeg bryr meg heller ikke om rettskriving eller grammatikk. Da ville deler av sjarmen falt bort. God fornøyelse!

### Duran Duran - A View To A Kill - En Utsikt Til Et Drap

Meeting you, with a view to a kill	Møter deg, med en utsikt til et drap
Face to face in secret places, feel the chill	Fjes til fjes i hemmelige plasser, fø frysningene
Night fall covers me, but you know the plans I'm making	Natt faller dekker meg, men du vet planene eg lager
Still oversea, could it be the whole world opening wide	Fortsatt oversjøisk, kan det være hele verden åpner bredt
A sacred why, a mystery gaping inside	Et hellig hvorfor, et mysterium gapende inne
The weekend's why	Helgens hvorfor
Until we dance into the fire	Inntil vi danser inn i flammen
That fatal kiss is all we need	Det fatale susset er alt vi trenger
Dance into the fire	Dans inn i flammen
To fatal sounds of broken dreams	Til fatale lyder av brekte drømmer
Dance into the fire	Dans inn i flammen
That fatal kiss is all we need	Det fatale susset er alt vi trenger
Dance into the fire	Dans inn i flammen
The choice for you is the view to a kill	Valget for deg er utsikten til et drap
Between the shades, assassination standing still	Mellom skyggene, attentatet står stille
The first crystal tears	De første krystalltårene
Fall as snowflakes on your body	Fall som snøflak på din kropp
First time in years	Første gang i år
To drench your skin with lover's rosy stain	Til å fukte din hud med elskers roserød fleck
A chance to find a phoenix for the flame	En sjanse til å finne en føniks for flammen
A chance to die, but can we	En sjanse til å dø, men kan vi
Dance into the fire	Danse inn i flammen
That fatal kiss is all we need	Det fatale susset er alt vi trenger
Dance into the fire	Dans inn i flammen
To fatal sounds of broken dreams	Til fatale lyder av brekte drømmer
Dance into the fire	Dans inn i flammen
That fatal kiss is all we need	Det fatale susset er alt vi trenger
Dance into the fire	Dans inn i flammen
When all we see is a view to a kill	Når alt vi ser er utsikten til et drap

### Elton John - Rocket Man - Rakett mann

She packed my bags last night, pre-flight	Hun pakket mine sekker sist kveld, pre- flygning
Zero hour, nine AM	Null timer, ni AM
And I'm gonna be high as a kite by then	Og eg skal bli høy som en drage innen det
I miss the earth so much, I miss my wife	Eg savner jorden så mye, eg savner min kone
It's lonely out in space	Det er ensomt ut i rommet

On such a timeless flight	På slik en tidløs flyvning
And I think it's gonna be a long, long time Till touch down brings me 'round again to find	Og eg tror det skal bli en lang, lang tid Til ta ned bringer meg rundt igjen til å finne
I'm not the man they think I am at home	Eg er ikke mannen de tror eg er hjemme
Oh, no, no, no, I'm a rocket man Rocket man burning out his fuse up here alone	Å nei, nei, nei, eg er en rakett mann Rakett mann brenner ut sin lunte oppe her aleine
Mars ain't the kind of place to raise your kids	Mars er ikke plassen for å oppdra dine barn
In fact, it's cold as Hell And there's no one there to raise them if you did	I fakta, det er kaldt som helvete Og der er ingen der til å oppdra de hvis du gjorde
And all this science I don't understand It's just my job five days a week A rocket man, a rocket man	Og all denne vitenskapen eg ikke forstår Det er bare min jobb fem dager i uken En rakett mann, en rakett mann
And I think it's gonna be a long, long time	Og eg tror det skal bli en lang, lang tid

### Chris Rea-Driving Home For Christmas - Kjører Hjem For Jul

I'm driving home for Christmas	Eg kjører hjem for jul
Oh, I can't wait to see those faces	Å, eg kan ikke vente til å se de fjesene
I'm driving home for Christmas, yea Well I'm moving down that line	Eg kjører hjem for jul, ja Vell eg beveger meg ned den linjen
And it's been so long But I will be there	Og det har vært så lenge Men eg vil bli der
I sing this song To pass the time away Driving in my car	Eg synger denne sangen Til å passere tiden borte Kjører i min bil
Driving home for Christmas	Kjører hjem for jul
It's gonna take some time But I'll get there	Det kommer til å ta noe tid Men eg blir får der
Top to toe in tailbacks Oh, I got red lights on the run But soon there'll be a freeway yeah	Topp til tå i halebaker Og, eg har røde lyd på løpet Men snart vil der være en motorvei, ja
Get my feet on holy ground	Få mine føtter på hellig grunn
So I sing for you Though you can't hear me When I get trough And feel you near me	Så eg synger for deg Selv om du ikke kan høre meg Når eg kommer igjennom Og føler deg nær meg
Driving in my car	Kjører i min bil
I'm driving home for Christmas Driving home for Christmas With a thousand memories	Eg kjører Kjører hjem for jul Kjører hjem for jul Med ett tusen minner
I take look at the driver next to me	Eg tar en titt på sjåføren ved siden av

	meg
He's just the same	Han er akkurat det samme
Just the same	Akkurat det samme
Top to toe in tailbacks	Topp til tå i halebaker
Oh, I got red lights all around	Å, eg har røde lyd all rundt
I'm driving home for Christmas, yea	Eg kjører hjem for jul, ja
Get my feet on holy ground	Få mine føtter på hellig grunn
So I sing for you	Så eg synger for deg
Though you can't hear me	Selv om du ikke kan høre meg
When I get trough	Når eg kommer igjennom
Oh and feel you near me	Å, og føler deg nær meg
Driving in my car	Kjører i min bil
Driving home for Christmas	Kjører hjem for jul
Driving home for Christmas	Kjører hjem for jul
With a thousand memories	Med et tusen minner
I take look at the driver next to me	Eg tar en titt på sjåføren ved siden av meg
He's just the same	Han er akkurat det samme
He driving home, driving home	Han kjører hjem, kjører hjem
Driving home for Christmas	Kjører hjem for jul
Driving home for Christmas	Kjører hjem for jul

### Kygo - Stole The Show - Stjal Showet

Darling, darling	Kjære, kjære
Oh turn the lights back on now	Å skru på lysene igjen
Watching watching,	Ser, ser
As the credits all roll down	Mens all rulleteksten ruller ned
Crying, crying	Gråter, gråter
You know we're playing to a full house, house	Du vet vi spiller til et fullt hus, hus
No heroes, villains one to blame	Ingen helter, skurker til å klandre
While wilted roses fill the stage	Mens visne roser fyller scenen
And the thrill, the thrill is gone	Å spenningen, spenningen er borte
Our debut was a masterpiece	Vår debut var et mesterstykke
But in the end for you and me	Men i enden for deg og meg
Oh the show, it can't go on	Å showet, det kan ikke fortsette
We used to have it all	Vi pleide å ha det alt
But now's our curtain call	Men nå er vår gardin ringe
So hold for the applause, oh	Så hold for applausen, å
And wave out to the crowd	Og vinge ut til mengden
And take our final bow	Å ta vårt siste bukk
Oh it's our turn to go	Å det er vår tur til å gå
But at least we stole the show	Men i hvert fall stjal vi showet
But at least we stole the show	Men i hvert fall stjal vi showet
But at least we stole the show	Men i hvert fall stjal vi showet
But at least we stole the show	Men i hvert fall stjal vi showet

At least we stole the show	I hvert fall stjal vi showet
Darling, darling	Kjære, kjære
You know that we are sold out	Du vet at vi er solgt ut
Kisses fading	Susser falmer
But the band plays on now	Men bandet spiller videre nå
Crying, crying	Gråter, gråter
So let the velvet roll down, down	Så la fløyelet rulle ned, ned
No heroes, villains	Ingen helter, skurker
One to blame	Til å klandre
While wilted roses fill the stage	Mens visne roser fyller scenen
And the thrill, the thrill is gone	Og spenningen, spenningen er borte
Our debut was a masterpiece	Vår debut var et mesterstykke
Our lines we read so perfectly	Våre linjer vi leste så perfekt
But the show, it can't go on	Mens showet, det kan ikke fortsette
We used to have it all	Vi pleide å ha det alt
But now's our curtain call	Men nå er vår gardin ringe
So hold for the applause, oh	Så hold for applausen, å
And wave out to the crowd	Og vink ut til mengden
And take our final bow	Og ta vårt siste bukk
Oh it's our turn to go	Å det er vår tur til å gå
But at least we stole the show	Men i hvert fall stjal vi showet
Least we stole the show	veffal' stjal vi showet
Least we stole the show	veffal' stjal vi showet
Least we stole the show	veffal' stjal vi showet
Least we stole the show	veffal' stjal vi showet
Stole the show	Stjal showet
At least we stole the show	I hvert fall stjal vi showet

## Julestemning

Av; -Knut-Håkon og Pippi

Desember er her, og det er tid for jul! For min del er mye på plass med presanger og gode tanker om feiring, men det er ikke så lett å få den beste julestemningen. Tilstanden kan kanskje flere kjenne seg selv igjen i, særlig da det er generelt dårlig «juleværet» her i Bergensområdet (og selvfølgelig Nore Neset) i årets utgave av desember.

For min del har jeg derfor prøvd å analysere hva som får meg til å kjenne julestemningen i «ti fingre og ti tær». For å krydre det hele har jeg tenkt litt på hva resten av familien Hermansen har bidratt med til at det blir jul hos meg.

### Aktiviteter

Det er flere aktiviteter som kan hjelpe. juledekorasjoner i London eller pepperkakebyen i Bergen er store klassikere, men mine favoritter er nok mer rettet mot generelle kvelder i gater med julelys når det er kaldt ute, som for eks ved Kløverhuset i Bergen. Siden det ikke har vært å oppdrive oppholdsvær så ofte, er den andre klare aktiviteten Juleverksted med venner. Det er en knallgod måte å få laget årets dorullnisser til både familie, venner, irriterende naboer, eller kanskje til sjefen på jobb. Trikset for en god aften er at det samtidig kjøpes inn nok øl, da (jule)stemningen faller drastisk rundt bordet hvis det er for lite, eller i verste fall at du går helt tom. Tips fra musikkseksjonen under kan være med å toppe aktiviteten.

Videre vil kjennere av øl (eller de som ønsker å øve) kunne kombinere juleverksted, eller følges opp med konsum/smaking av juleøl. Det er ikke nødvendigvis behov for å være en kjenner av øl, men ta gjerne med en terning slik proffene gjør. På den måten kan du melde tilbake til kjente og kjære hva resultatet ble. Ved å arrangere denne typen arrangement kan man også søke støtte av både mannskor og familie, eller være kreativ ved å søke støtte fra ulike lokale innsamlingsaksjoner.

Fantasien setter grenser...

### Musikk

Innledningsvis må jeg dessverre melde om at Kim Larsen dessverre ikke har et egetkomponert album om jul. Heldigvis har han lansert albumet «Glemmebogen – Jul Og Nyttår», som er en coversamling av kjente julesanger (for dansker). Skamfullt må jeg dessverre innrømme at jeg ikke har hatt denne platen meg inn i hver julefeiring, men jeg jobber med det i år og for spesielt interesserte vil jeg tro det er aktuelt å vurdere denne.

Heldigvis har jeg andre tips...

Man kommer ikke utenom musikalske klassikerne innen julestemning, og CDen (ser ut som en rund flat pizzabunn) «Absolute more christmas» er nok den som gir mest mening hos familien Hermansen. Samling er av tidløse klassikere fra Queen, John Lennon, Wham!, Elton John, og mange mange fler som de pleier å si på TV. Platen ble lansert i 1994, og selv 22 år etter at min eldste bror kjøpte denne platen, er den et møst for at julestemningen skal komme i hus hos oss.

Platen vil jeg påstå at dekker alle juleanledninger enten det er et klamt julebord, et festlig juleverksted med familie/venner/venner, eller en unik mulighet til å teste ut sangstemmen til bristepunkt i en biltur fra egen bopel til eks foreldre på julaften. Det kan være bra å synge av seg det værste før man kjenner lukten av pinnekjøtt, og man unngår å skremme små barn som ønske en fin julefeiring.



Når det kommer til biltur, vil jeg gjerne anbefale Chris Reas «Driving home for Christmas». Den tar en stor del av oppløpet til god julestemning. Det anbefales sterkt å kjøre bil samtidig som denne sangen anvendes for å få god effekt av sangen. Skal du hente ut alt potensiale anbefales det naturligvis at du kjører «hjem» til deg selv eller nær familie når sangen spilles. Da får du mest ut av teksten i denne sammenhengen.

En av brødrene Hermansen introduserte meg for en klassiker som jeg ikke tror at så mange kjenner til for en del år tilbake. Den har imidlertid vært en tradisjon for meg og mine: Cato Sanden – Is it really christmas again. En god sang med gitar, og passer like godt til klassisk peiskos eller allsang helt på grensen.

Min anbefaling er ny av året for meg, selv om jeg ser at den har vært lansert tidligere. Coverlåten «Somewhere only we know» gjennomføres av Lilly Allen, og spilles orginalt av Keane. «Lilly» som jeg kaller henne, har vinklet denne mer mot jul og kos i sin versjon. En god introduksjon til julen, og videoen på Youtube er en god måte å se den på for å kunne koble den mer mot jul.

Avslutningsvis på musikkfronten må jeg dessverre innrømme at det blir jul når Tor Endresen spiller «Feliz Navidad» sammen med datteren Anne-Sophie. Ikke den tøffeste sangen, men den har vel tvinget seg inn en del år, og blitt en del av repetoaret. Tror denne er av typen som du liker enkelt, eller ønsker å holde deg unna...

## Film

Det er noen klassikere jeg må igjennom for å feire jul på ordentlig vis. Det er nok ikke så mange ukjente perler jeg og familien Hermansen kan anbefale, men hvis du mot formodning ikke har sett de jeg nevner, kan det gjerne bli en del av din tradisjon også.

- Bad Santa - Billy Bob Thornton er en mindre kommersiell og tradisjonell versjon av julenissen. Han er glad i bl.a. piker og vin, men ikke sang. Han er derfor naturligvis ikke noe mannskormateriale.
- A Christmas Carol - Jim Carrey spiller karakteren Ebenezer Scrooge i Charles Dickens klassiske julefortelling. Filmen tar opp viktige samfunnsproblemer om at folk bruker for lite penger i juletiden, og burde bli mer rausere når de handler presanger og gir til andre. En god animasjonsfilm som jeg liker best på engelsk, men sikkert ok+ på norsk hvis du absolutt må.
- The Polar Express - Tom Hanks spiller en togkonduktør i denne animasjonsfilmen der reisen er for små barn fra sitt hjem på natten til nordpolen. En klassiker om å ha julestemning og å tro på nissen og/eller at det blir en bra jul.
- For øvrig er jeg veldig spent på om alt blir toppet ved å se den nye Bad Santa (2) filmen som vises på kino nå i førjulstiden, men denne delen blir dessverre en cliffhanger da den er usett da avisen gikk i trykken. Fortsettelse følger i neste års avis, eller om du ikke kan vente vil de kunne bli gitt en siste liten anbefaling ved forespørsel.

På julaften er det flere som kjører et maraton på TV med klassikere, men der er jeg litt selektiv. Donald og vennene og tre nøtter til Askepott er de jeg mener er hensiktsmessig. Reisen til Julestjernen har dessverre aldri vært en go'bit om du spør meg.

Klassikeren med Donald og vennene må jeg dessverre melde at ikke er helt det samme nå lenger, da hverken foreldre eller søsken går fremfor TV og bråker når jeg prøver å følge med. Når ting er på plass i forkant av julaften blir det ikke helt den samme stemningen som jeg husker fra når jeg var liten.

Et hederlig forsøk på å gjenskape «gamle dager» ble gjort av en bror ved å sette på støvsugeren i bakgrunnen av filmen, men det ble rett og slett ikke helt det samme. Det må være autentisk bråk, og ikke en kunstig tilstelning.

Jeg håper inderlig at familien har litt forberedelser igjen på julaften i år, så blir det en ordentlig «home run» denne julen og.

Har ikke sett julereklamer på TV i år, og det er vel teknologiens fremskritt som er skyld i det. Ser generelt lite på TV som har reklame, men Coca-cola reklamen fra gammelt av er en som gir mening å få med seg.

Jeg håper at et innblikk i veien min til julestemning ga noen tips til ettertanke og kanskje noe du innfører for deg og dine.

God jul(estemning)!

## Kunsten å tilberede en perfekt biff.

Av; Marius Prestvoldt

Tenk om du kunne fått perfekt biff hver gang, en god rosa biff så mør at du kan spise den med skje. Hvem klarer levere perfekt resultat hver gang? Svaret er enkelt, Sous Vide. Sous Vide er en tilberednings metode hvor du tar ingrediensen du ønsker vakuumpakker det og varmer det opp til ønsket kjernetemperatur ved bruk av et vannbad.

En perfekt biff skal ha 57 grader som kjernetemperatur. Sous vide maskinen sørger for perfekt biff ved å



varme og holde et vannbad til nøyaktig 57 grader, da er det bare å senke den ferdigkrydrede og vakuumpakkede biffen ned i vannbadet. Entrecoten skal ligge i vannbadet til hele kjøttstykket har fått en kjernetemperatur på 57 grader. I motsetning til tradisjonell matlagning gjør det ikke noe om kjøttet ligger en time eller to for lenge i vannbadet, det eneste som skjer er at kjøttet blir mørere. Kjøttet blir altså ikke svidd, tørt eller dårlig. Årsaken til dette er at kjøttet kokes i sin egen kjøttkraft og kjøttsaften ikke fordamper, men blir i den forseglende posen den ligger i i vannbadet. For å sous vide trenger du ikke annet utstyr enn en kokeplate, en panne med vann, en pose og et termometer.

Men det sakt, er det mye enklere og mindre arbeid å kjøpe en sous vide maskin (ca. 1000 kr). En sous vide maskin varmer opp vannbadet og sørger for rett temperatur i vannbadet under hele tilberedningen.

Når kjøttet er ferdig i Sous viden ser det svært lite tiltalende ut, hele biffen ser rosa og kokt ut. Da er det bare å finne frem stekepannen og brune kjøttet i en stekepanne med en god klatt kviteseidsmør, for å gi kjøttet en fin steke skorpe.



Som dere ser på bilde til venstre er får hele biffen en fin rosa farge og ikke bare kjernen, slik du vanligvis får når en steker kjøtt i stekepanne eller i stekeovn (høyre bilde). Årsaken til at hele kjøttet blir rosa og ikke bare kjernen er at Sous vide gjennomvarmer hele kjøttet til samme temperatur. Sous vide er som

oftest noe kjøttelskere skal ha for å få perfekt stekt kjøtt, men sous vide kan også brukes på andre råvarer enn kjøtt, som fisk, frukt og grønnsaker. Ved å sous vide beholder fisk, frukten og grønnsakene en mye bedre smak da de kokes i sin egen kraft og det ikke er behov for å tilsette ekstra vann, olje eller annet. Jeg gikk til innkjøp av min sous vide maskin for ca. 3 år siden og har ikke angret et sekund, jeg kan anbefale denne måten å tilberede mat på til en hver mannskorist. NB! Dette er ikke metoden å bruke om du har dårlig tid, da de fleste retter tar minimum 1 time å tilberede ved sous vide.



## Dette er årets beste juleøl

Av Sverre Soløy

Det er ikke jul uten juleøl, og det er ikke mannskoravis uten juleøltest. Den 17. desember samlet det seg derfor et ekspertpanel i Fyllingsdalen for å bedømme hvilke juleøl det er som burde stå på bordet til julemiddagen, og hvilke man kan si "nei takk jeg tar heller et glass rødvin" dersom man får valget. Årets panel bestod av Bjørnar, Martin, Knut Håkon, Marius, Tarjei, Jon Øyvind, og Sverre.

Testen ble utført som en blindtest. Det ble vurdert på tre kriterier; aroma/farge, smak og balanse, og ettersmak. Gjennom testen gjettest deltakerne også på merke, alkoholprosent, og noen vil kanskje også si; smak. Det ble etterhvert en konkurranse om å fullføre alle glassene, eller, i hvert fall ikke være den som fullførte minst antall glass. Man fikk da en strek. Flest streker fikk Sverre og Tarjei, som ikke fullførte 8 øl. Prisen for testens ølhund går derimot til Knut Håkon, som fullførte alle sine glass. Vi gratulerer!

Ølkjennerne i testen var Marius og Sverre, som hver hadde 5 hver som de gjettet riktig på. Ettersom Sverre kjøpte inn ølene går derfor prisen testens ølkjenner til Marius. Applaus!



Selv om det ikke var noen konkurranse, så får Jon Øyvind prisen for testens ølgris, da han klarte å tippe over 2 glass på bord og teppe. Vaskeklut sendes i posten.

Testens ølhund og ølkjenner i full aksjon

Årets juleøl ble kjøpt på tax-free Flesland og vinmonopolet. Det ble også medbrakt to stk hjemmebrygg, som klarte å skape stor forvirring blant de som gjettet på merke. En av disse landet på en imponerende andreplass i årets test, mens den andre kom på en ikke fullt så imponerende nest siste plass. Totalt ble det testet 19 øl

Testen startet på topp, for prisen til årets juleøl gikk nemlig til øl nummer 1 - A Red And White Christmas, fra Mikkeller. Flere av panelets deltakere var enige om at dette smakte mer pale ale, og minnet ikke så mye om juleøl. Hva dette sier om stemningen for juleøl blant årets deltakere går ikke nærmere inn på. Knut Håkon og Bjørnar ville ikke drikket den igjen.

Prisen for årets juleskivip går til øl nummer 7 - Juleøl kokosmakronstout fra Bryggerhuset. Selv om den hadde et spennende navn og ettersmak for noen, falt den ikke helt i smak hos panelet. Ved spørsmål om deltakerne ville drikket den igjen fikk den kun et "nja" fra Marius. Undertegnede mente den luktet som nummer 2.

Da gjenstår det bare å si god jul og god lesing fra årets panel!



### Øl nr 1 – Mikkeller A Red and White Christmas (Kr. 69,00 - 33 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	7	7	8	7	7	6	6,9
Smak/ balanse	7	6	8	8	7	7	6	7,0
Ettersmak	7	4	7	4	6	5	7	5,7
Drikke igjen?	Ja	Nei	Ja	Nei	Ja	Ja	Ja	19,6

Vinmonopolet beskriver: *Vellbalansert, appelsin, krydder.*

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Smaker pale ale.

**Martin:** Meget god.

**Knut H:** Ikke godt, men juleøl er ikke godt, og da var ikke denne så gale

**Tarjei:** Meget god juleøl. Fordi den minner lite om juleøl, men mest om pale ale

**Jon Ø:** Litt beskt. Fruktskall-smak.

### Øl nr 2 – Røros Bryggeri God Jul (Kr. 59,00 - 33 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	2	8	4	4	5	4	3	4,3
Smak/ balanse	4	4	4	8	2	3	5	4,3
Ettersmak	4	7	4	2	2	4	4	3,9
Drikke igjen?	Nei	Ja	Nei	Nei	Nei	Nei	Nja	12,4

Vinmonopolet beskriver: *Flott og velbalansert.*

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Den ble greiere etter hvert.

**Martin:** Nei!

**Bjørnar:** Leskende. Mild smak og lukt.

**Knut H:** Luktet dårlig. Fikk frysninger.

Ettersmak av askebeger. Går an å drikke fort

**Marius:** Dette smaker Natt i sameland. Tydelig smak av askeberge og mye kullsyre.

**Tarjei:** Litt flat på smak, for mye kullsyre. Grei til drikkelek

**Jon Ø:** Mye kullsyre, beskjeden smak. Noe gjærlykt



### Øl nr 3 – Ringnes Julebøkk (Kr. 41,90 - 33 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	1	7	2	2	9	6	5	4,6
Smak/ balanse	2	2	3	2	8	7	7	4,4
Ettersmak	2	4	1	2	8	7	6	4,3
Drikke igjen?	Nei	Nei	Nei	Nei	Ja	Ja	Ja	13,3

Vinmonopolet beskriver: Sødmefullt preg av tørket frukt og røstet malt.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Jon Ø:** Vaniljecola, hostesaft, og masse alkohol.

**Martin:** Ikke god.

**Sverre:** Surt og jævlig. Tar en strek.

**Tarjei:** Eddik var den første lukten jeg tenkte på. Rund og fin juleøl.

**Knut H:** Ekkel, mørk, vil ikke bli med den hjem..

### Øl nr 4 - Sulauze L'iglou Winter Spiced Beer (Kr. 34,90 - 33 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	2	8	4	4	5	4	3	4,3
Smak/ balanse	4	4	4	8	2	3	5	4,3
Ettersmak	4	7	4	2	2	4	4	3,9
Drikke igjen?	Nei	Ja	Nei	Nei	Nei	Nei	Nja	12,4

Vinmonopolet beskriver: Fin lengde og god bitterhet og krydret.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Bjørnar:** Eddik.

**Marius:** Smakte surt. Metall.

**Martin:** God smak, men ettersmaken gjør det til et dårlig øl

**Sverre:** Å fy.

**Knut H:** Kjedelig smak, men likte den ok.



### Øl nr 5 – Frydenlund Juleøl (Kr. 21,90 – 33 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	8	6	6	10	7	9	7,4
Smak/ balanse	6	7	7	7	9	6	2	6,3
Ettersmak	4	8	6	7	6	2	2	5,0
Drikke igjen?	Tja	Ja	ja	ja	ja	Nei	Nei	18,7

Vinmonopolet beskriver: Sødme av malt og karamel med noter av tørket frukt.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Martin:** Sterk og halvmørk øl. Funker fint til kjøtt.

**Marius:** God, søt. Lett og god. Perfekt farge.

**Tarjei:** Om du bare er opptatt av farge, velger du denne.

**Jon Ø:** Smakte som Santa Clausthaler

**Bjørnar:** Fyldig og fin.

### Øl nr 6 - Boulevard Tank 7 Farmhouse Ale Smokestack Series (Kr. 164,90 - 75 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	5	1	9	9	6	4	2	5,1
Smak/ balanse	8	5	9	9	8	3	3	6,4
Ettersmak	6	6	9	9	8	3	3	6,3
Drikke igjen?	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Nei	Nei	17,9

*Vinmonopolet beskriver: Delikat og kremet stil, preg av sødemfull og lyst malt, fin bitterhet i ettersmaken.*

NNMKs ekspertpanel mener:

**Knut H:** Frisk, ser fint ut, frisk smak. Vil ha mer! Smaker ikke juleøl

**Bjørnar:** Ikke jul.

**Marius:** God hveteøl, med julesmak.

**Martin:** Meget god.

**Sverre:** Kjenner igjen denne. Veldig god på smak



### Øl nr 7 – Bryggerhuset Juleøl kokosmakronstout (Kr. 58,50 – 33 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	3	3	0	2	7	3	4	3,1
Smak/ balanse	5	2	0	1	5	3	4	2,9
Ettersmak	5	2	0	6	5	2	3	3,3
Drikke igjen?	Nei	Nei	Nei	Nei	Nja	Nei	Nei	9,3

*Vinmonopolet beskriver: Kokos, sjokolade og mørk malt.*

NNMKs ekspertpanel mener:

**Martin:** Ikke tenk på det.

**Marius:** Smakte kokos, søt.

**Tarjei:** Vond smak, smaker altfor sterk saft. Brygget på

brent sjokolade. Tar en strek.

**Jon Ø:** Smakte kjøp twist-sjokolade

**Bjørnar:** Satan.

**Sverre:** Den lukter som nr. 2. Smaker kokos.

### Øl nr 8 – Delirium Christmas (Kr. 129,90 - 75 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	6	7	7	6	7	8	6,7
Smak/ balanse	7	5	8	6	7	4	6	6,1
Ettersmak	7	7	9	5	6	2	6	6,0
Drikke igjen?	Ja	Nei	Ja	Ja	Nei	Nei	Ja	18,9

*Vinmonopolet beskriver: Fruktig og litt sursøt, hint av krydder.*

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Denne likte jeg!

**Knut H:** Lukter godt, kullsyre, som musserende vin. Ikke spesielt julete. Jeg tror den er dyr.

**Bjørnar:** Kjedelig

**Marius:** Fin lyd når den ble åpnet.

**Martin:** Meget god.

**Tarjei:** Ikke kjøp denne.

**Jon Ø:** Mye kullsyre.



### Øl nr 9 – Nøisom Nøisommelig jul (Kr. 49,50 – 33 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	7	8	7	5	6	7	6,6
Smak/ balanse	7	7	8	4	3	5	8	6,0
Ettersmak	6	7	8	2	5	5	7	5,7
Drikke igjen?	Ja	Ja	Ja	Nei	Nei	Nei	Ja	18,3

Vinmonopolet beskriver: Ingefær, kanel, muskat, jul.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Tarjei:** Brent, eksotisk.

**Bjørnar:** Topp den.

**Martin:** Syns den var jævlig fin.

**Knut H:** Men den var jo ikke det.

**Sverre:** Mye smak i denne.

**Jon Ø:** Spennende. Underlig smak.

**Marius:** Styr unna, ikke godt.

**Martin:** Mata mata lol lol.

### Øl nr 10 – Baladin Noel Cafe (Kr. 149,90 - 75 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	4	9	4	5	6	4	5	5,3
Smak/ balanse	4	8	3	5	6	6	5	5,3
Ettersmak	5	6	6	5	6	6	5	5,6
Drikke igjen?	Nei	Ja	Nei	Ja	Nei	Nei	Nei	16,1

Vinmonopolet beskriver: Balansert kaffepreg med et lett søtlig anslag.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Jon Ø:** Gjennomsnittlig og ruskete

**Sverre:** Noe tam. Smaker ikke så mye.

**Bjørnar:** Smaker godt.

**Knut H:** Lukter forferdelig. Helvette. Jevn og fin.]

**Martin:** Mye kaffesmak.

**Marius:** Kaffesmak.

**Tarjei:** Litt tam. Flat.



### Øl nr 11 – Kinn Julefred (Kr. 109,90 - 75 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	6	2	2	6	6	4	4,6
Smak/ balanse	7	4	2	2	6	7	7	5,0
Ettersmak	7	6	2	2	5	7	6	5,0
Drikke igjen?	Ja	Tja	Nei	Nei	Nei	Ja	Tja	14,6

Vinmonopolet beskriver: Fint balansert, hint av sødme og streif av sitrus.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Smak av kaffe.

**Knut H:** Lukter jævlig. Skulle ønske jeg kunne fått en pils.

**Bjørnar:** Topp.

**Marius:** Fin lyd når den ble åpnet.

**Martin:** Dårlig.

**Tarjei:** Fin juleøl. Kan drikke en per år.

**Jon Ø:** Mye smak, typisk poløl.

## Øl nr 12 – 7 Fjell Sinterklaas Belgian Christmas Ale (Kr. 59,90 - 33 cl)

	<u>Sverre</u>	<u>Bjørnar</u>	<u>Martin</u>	<u>Knut H</u>	<u>Marius</u>	<u>Tarjei</u>	<u>Jon Ø</u>	<u>Snitt</u>
<u>Farge/ aroma</u>	6	5	6	6	7	7		6,2
<u>Smak/ balanse</u>	7	5	7	6	8	5		6,3
<u>Ettersmak</u>	6	6	6	6	8	7		6,5
<u>Drikke igjen?</u>	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja	Nei		19,0

*Vinmonopolet beskriver: God sødme i anslaget, tørr finish. Karamell, toffee, sherry noter og gjærbakst.*

NNMKs ekspertpanel mener:

Sverre: Hveteøl.

Tarjei: Hveteøl.

Bjørnar: Mektig.

Knut H: Grei øl.

Martin: God øl. Nå er det nok.

Marius: God til svineribbe.



*Høy konsentrasjon og ivrig diskusjon blant årets panel.*

## Øl nr 13 - Hjemmebrygg – Julemus (50 cl)

	<u>Sverre</u>	<u>Bjørnar</u>	<u>Martin</u>	<u>Knut H</u>	<u>Marius</u>	<u>Tarjei</u>	<u>Jon Ø</u>	<u>Snitt</u>
<u>Farge/ aroma</u>	5	8	6	9	6	8	7	7,0
<u>Smak/ balanse</u>	4	7	6	9	7	3	7	6,1
<u>Ettersmak</u>	5	7	6	10	6	4	6	6,3
<u>Drikke igjen?</u>	Nei	Ja	Ja	Ja	Ja	Nei	Ja	19,4

(Etikett ikke tatt med da bildet er for drøyt)

NNMKs ekspertpanel mener:

Bjørnar: T 4 ever. Yoink.

Knut H: Mørk, med litt skum. Lukter friskt, fargen er fin. En fair trade plantasjearbeider som har laget?

Martin: Fargen gjør deg kåt.

Sverre: Mye kullsyre. Spiste chillinøtter som ødela ettersmaken.

Marius: Martin er kåt. Blir dårligere og dårligere.

Tarjei: Litt mye kullsyre, men flat. Høy score for høykvalitetsfarge.

Jon Ø: Vennlig for å drikke flere av denne.

### Øl nr 14 – Nøgne Ø Underlig Jul (Kr. 75,90 - 50 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	8	5		2	7	1	8	5,2
Smak/ balanse	7	4		1	6	2	6	4,3
Ettersmak	8	7		1	6	1	6	4,8
Drikke igjen?	Ja	Nei		Nei	Nja	Nei	Ja	14,3

Vinmonopolet beskriver: Sval, spenstig og krydret. Lang, bitter ettersmak.

NNMKs ekspertpanel mener:

Bjørnar: Ok.

Marius: Kanel og helvette. Smaker mye.

Sverre: Underlig smak. Såpevann

Knut H: Solbærhelvette. Skulle ønske jeg ikke var her.

Tarjei: KANEL, NELLIK

Jon Ø: Begynner å bli mektig. Øl er øl, juleøl er juleøl.



### Øl nr 15 – Nøgne Ø Special Holiday Ale (Kr. 79,90 – 50 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	6	7	7	0	5	3	7	5,0
Smak/ balanse	4	4	7	0	4	3	8	4,3
Ettersmak	3	7	7	0	4	1	8	4,3
Drikke igjen?	Nei	Tja	Nei	Nei	Nei	Nei	Ja	13,6

Vinmonopolet beskriver: Brent karamell, mildt krydret og hint av vanilje.

NNMKs ekspertpanel mener:

Tarjei: Hvis du finner en som smaker drit, sett fra deg glasset med en gang, du får uansett bare én strek.

Bjørnar: Finni.

Martin: Helt jævlig. Smaker john kenny.

Knut H: Kastet opp litt når jeg prøvde å drikke opp. Helvette som det lukter

Sverre: Nei takk.

Jon Ø: Smaker alt på en gang.

Marius: Ikke god. Smaker sviker.

### Øl nr 16 - Hjemmebrygg – Natt i sameland (50 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	3	5	0	3	7	3	6	3,9
Smak/ balanse	4	5	0	1	4	1	9	3,4
Ettersmak	3	8	0	1	4	2	7	3,6
Drikke igjen?	Nei	Ja	Nei	Nei	Nei	Nei	Ja	10,9

(Etikket ikke tatt med da bildet er for drøyt)

NNMKs ekspertpanel mener:

Sverre: Røyksmak til tusen.

Tarjei: Smaker våssafår, men våssafår er dritgodt. Sverre! Har du majones og agurk?

Martin: Helt natt.

Knut H: Satan. Vil ikke mer. Fyttihelvette så dårlig.

Marius: Blir litt mye.

Jon Ø: Fernet.

### Øl nr 17 – Nøgne Ø Rød Jul (Kr. 79,70 - 50 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	4	3	5	5	7	8	7	5,6
Smak/ balanse	4	8	6	1	6	7	7	5,6
Ettersmak	6	7	5	2	6	7	7	5,7
Drikke igjen?	Nei	Ja	Ja	Nei	Nei	Ja	Ja	16,9

Vinmonopolet beskriver: Krydder, tørket frukt.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Bjørnar:** Besk.

**Knut H:** Mørk, fin lukt. Skulle ønske jeg ikke smakte denne.

**Sverre:** Lei.

**Marius:** Smaker hjemmelaget. Besk.

**Tarjei:** Pale ale.

**Jon Ø:** Bål!



### Øl nr 18 – Kinn Solsnu (Kr. 109,90 – 75 cl)



	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	5	6		4	7	6	8	6,0
Smak/ balanse	6	4		5	4	6	8	5,5
Ettersmak	4	7		5	4	6	8	5,7
Drikke igjen?	Nei	Ja		Ja	Nei	Nei	Ja	17,2

Vinmonopolet beskriver: Balansert malt med kompleks smak.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Lettere. Spiste en chillinøtt igjen som ødela ettersmaken.

**Marius:** Ikke god øl.

**Tarjei:** Nei

**Jon Ø:** Klassisk. Fin.

### Øl nr 19 – 7 Fjell 7 Sorter Christmas Ale (Kr. 57,90 - 33 cl)

	Sverre	Bjørnar	Martin	Knut H	Marius	Tarjei	Jon Ø	Snitt
Farge/ aroma	4	3	5	5	7	8	7	5,6
Smak/ balanse	4	8	6	1	6	7	7	5,6
Ettersmak	6	7	5	2	6	7	7	5,7
Drikke igjen?	Nei	Ja	Ja	Nei	Nei	Ja	Ja	16,9

Vinmonopolet beskriver: Mørk karamell, ristede nøtter, lær og nystekt brød.

NNMKs ekspertpanel mener:

**Sverre:** Smaker malt.

**Marius:** Porter.

**Knut H:** Jeg klarer ikke mer. Skulle ønske jeg ikke var med i kveld hvis dette var på menyen.



## OPPLEVING MED ELLER UTAN SKI, SOMMAR SOM VINTER.

Av; Bjørn Vaksinen Sælensminde

Når det er snakk om skitur er det nedover ski, og ikkje bortover ski med tights som gjeld! Difor har eg tips til kor ein bør dra for å finne optimale forhold. For å vera sikker på at det er snø er det to stader som peikar seg ut, Myrkdalen og Røldal. Begge stadene ligg nokre timars køyring unna, men er vel verd turen når ein er framme. Eg vil her ta føre meg Røldal fordi staden har meir å by på enn bare skibakkar. Det tek ca. 3, 5t å køyra frå Bergen.



### RØLDAL

Røldal er ein tettstad i Odda kommune, og ligg ca 25 min frå Odda sentrum. Kva har Røldal å by på utanom skibakken og offpiste?

Det er fleire mindre brear i Røldal, med Breifonn som den mest kjente. Breifonn er den sydlegaste isbreen i Norge. Andre brear er Nupsfonn som er ein del av Solfunn og har fleire små snø –og isområder.

Røldalsvatnet og Valdalsvatnet er dei to

største "innsjøane" i Røldal, begge i overkant av 7 kvkm. Det dominerande vassdraget i Røldal er Storelva, som endrar namn til Bratlandselva når ein kjem sør for Røldalsvatnet. Ei stor vasskraftutbygging på 60 talet har påverka dei største elvane i Røldal.

### RØLDAL STAVKYRKJE

I bygda er det ei stavkyrkje frå 1 200 talet var ein av dei mest kjente pilegrimsmåla i middelalderen. Kyrkja var kjent for krusifikset sitt, som ifølge legenda, får svetteperler i panna kvar midtsommarsnatt. Korset vart då tatt ned frå sin plass på veggen slik at pilegrimane fekk tørka dropene med eit linklede, og ein trudde at denne væska hadde helbredande verknad. Stavkyrkja Røldal er framleis ein av dei viktigaste pilegrimsmål i Norge.



og

i

### Fjelltoppar og fiske

Sjølvs om heisane har slutta å gå, er det ingen grunn til å pakka bort skiutstyret! I fjella i Røldal er det ikkje berre fantastiske fotturar, her finn du snø stort sett heile året! For den turglade personen har

Røldal over 50 fjelltoppar på over 1000 høgdemeter. Om ein ønsker ein topptur kan ein gå på ski både vinter og sommar, i fine omgjevnader. Det er nok toppar å beseire, og tungt nok å koma til topps. Når ein først er på fjelltur kan det være koseleg å slappa av ved eit vatn med fiskestonga. Fleire av vatna i området har gode muligheter for aure, husk å kjøpe fiskekort.

### Røldal Skisenter

Røldal skisenter ligg over tregrensa og strekk seg over eit stort areal. Dette gjer at det er optimalt for heisbasert pudderkøyring (laussnø køyring). Som nemnt tidligare er dette ein av dei mest snøsikre stadane i Norge, der en gjerne har 4-5 meter med snø. For pudderentusiastar er dette veldig bra, då det kjem mykje og ofte snø. Anlegget er nyleg opp- gradert med ny heis, og er eit anlegg som held god standard. Skianlegget har til saman seks heisar, 12 løyper, og ein terrengpark. Det øvste trekket endar på 1284 m.o.h og her er det ein eventyrlig utsikt utover Røldalsvatnet og omliggande fjellheim. Røldal og Seljestad (8 kilometer frå skisenteret) har rundt 100 kilometer oppkøyrde langrennsløyper.

### Årleg stor hending i Røldal –Røldal Freeride Challenge (RFC).



RFC er ein av dei mest prestisjefylte frikøyringskonkurranse i Europa og går føre seg på våren. Konkurransen i år er nr. 17 i rekka. RFC var den første konkurransen i Norge og har vore sterkt med på å definera frikøyring i Norge slik vi kjenner frikøyring i dag. RFC er rangert med 4 stjerner,

som er den høgste rangeringa ein kan ha og har i mange år hatt finalen i Norgescupen. Konkurransen går over to dagar, kvalik og finale. Finalen samlar eit

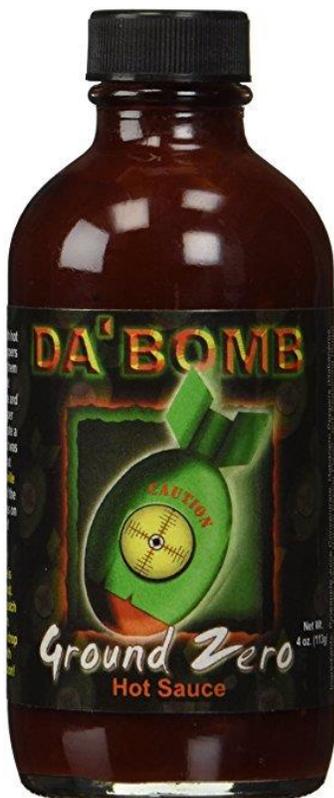
publikum på opp mot 3500 mennesker. Er også viden kjent for ein «heidundranes» fest med påfølgande låvenachspiel! Hovudsponsor er Helly Hansen.



## Hevnen må modnes

Av; Henning Hærfjord

Historien her begynner tilbake i 2009, da undertegnede var på perm fra befalsskolen, og gledet seg til å treffe kompisene sine igjen. Trygve inviterte meg og Tarjei på lasagne. Når jeg ankom Stølsmyro så var maten i ovnen og Tarjei og Trygve var meget lystige. Jeg syntes det var litt rart at jeg fikk servert maten på tallerken, men tenkte ikke så mye over det. Litt inn i det gode lasagnemåltidet ble det hett. Det var noe som ikke stemte. Trygve og Tarjei fulgte forventningsfullt med på meg mens jeg spiste. Svetten begynte å renne og det gjorde vondt i munnen. Det hjørnet av lasagnen jeg fikk servert var stappet fullt av Jalapenos. Svetten rant og det brant i munnen, mens Tarjei og Trygve lo så de grein! Dette var en meget god spøk, som selvfølgelig måtte hevnes!



### Hevnen lot vente på seg i seks år...

Julen 2015 husket jeg at jeg hadde noe utestående med Tarjei og Trygve. Det passet meget bra at Trygve inviterte til juleølling dette året. Det var bare å sette i gang med planlegging av hevnen! Jeg fikk med meg lillebror min på brainstorming, og vi kom på en meget god ide. Vi skulle ta igjen med samme mynt, men på vår måte. Vi dro til vietnameserbutikken på Flåten, her fikk vi kjøpt inn Wasabi og skikkelig chili. Etter en runde på matbutikken og vi var klare!

Prosjektet gikk ut på å lage konfekt med en kjerne av wasabi og chilifrø! Det skulle være et svik som først smakte godt, men med en grusom bismak. Lettere sagt en gjort. Det skulle vise seg at det ikke er så lett å få til en pen sjokoladebit. En av suksessfaktorene er at ofrene må få lyst til å forsyne seg av konfekten. Vi fant ut at kjernen måtte fryses for å få til et skikkelig sjokoladetrekk som ikke avslørte lukten av grusomheten inni. Vi klarte å få det til sånn helt greit, det så hjemmelaget nok ut til å bli spist.

Når jeg ankom juleøllingen hos Trygve så var jeg litt spent, kommer han til å smake, eller avslører han det ufattelig dårlige pokerfjeset mitt? Trygve er heldigvis såpass veloppdratt at han smaker på det han blir tilbydd! Det ble en delvis suksess, da han tok et tygg av den, uten å hive hele i munnen. Han fikk en god smak av det som var inni, det var ille nok til at han hadde ingen interesse av å spise resten... Men som den gode verten han er, så syntes han at andre også skal få gleden av å smake på dette. Løsningen ble at han satt frem hjemmelaget godteri for å lure flere til å hive innpå! Sigmund setter som regel pris på en god konfekt, han satte absolutt ikke pris på denne, etter noen hostebrekninger og større mengder drikke så syntes han det var en god spøk!

Det er noe fascinerende med oss gutter, hvis vi blir utsatt for noe vondt, så har vi ingen problemer med å lure nestemann, slik at han og er med i klubben! De fleste gjestene som kom til Trygve ble utsatt for dette, til stor underholdning for alle.

Siden jeg er glad i å følge opp en suksess, så måtte jeg gjøre det bedre i år!

Julen 2015 var en prøverunde, i år så skulle jeg rette opp i enkelte feil og gjøre dette mye verre! Etter noen raske googlesøk så fant jeg frem til Scoville-skalaen, som måler styrkegraden på chili. Jalapeno ligger på 2500-8000 scoville. Noen raske søk førte til en bestilling av Da Bomb, Ground Zero Hot sauce! Denne rakkeren holder en styrke på 321 900 Scoville! En dråpe av dette jævelskapet skaper et bål i munnen, men ikke umiddelbart... En av feilene i 2015 var størrelsen på konfekten. De ble så store at folk tok en bit, uten å hive hele i munnen. Dette avslørte spøken for tidlig. I år kjøpte jeg mindre former som løste dette problemet. Den nye sausen gjorde alt mye lettere. Nå kunne jeg smelte sjokolade, blande inn noen dråper med saus og helle i små former. Mindre arbeid og forhåpentligvis bedre resultat. Som den ansvarlige mannen jeg er, så prøvesmakte jeg mesterverket. Jeg var relativt trøtt og skulle ta meg en liten middagslur. Det var det absolutt ingen behov for etter en konfektbit! Et lite bål i munnen, som jobber seg nedover systemet gjør noe med søvnbehovet. Great success! Jeg er jo en tøysekopp, så folk er generelt sett litt skeptiske når jeg kommer med godsaker. Årets løsning ble 50/50 ren sjokolade/grusom sjokolade. Dette ble løst med forskjellig farge på formene. Rød er trygg og grønn er grusom.

En fordel med høytider som jul er at det er innenfor å komme på besøk til noen med hjemmelaget godis. En kan bruke slekt og familie som unnskyldning: mamma har bakt og sendte med meg dette/mormor er sinnsykt god på konfekt! En kan misbruke den tilliten folk har til den lille søte bestemoren din.

Morgenkaffen på lunsjrommet på jobb ble arenaen min for gjennomføringen i år. Det ble en braksuksess! Det er alltid en skeptiker som stilte spørsmål ved dette, så jeg tok en rød en og gav han en rød. Dette gjorde at folk stolte på meg... Ansiktsuttrykket til han kollegaen som synes taco er i sterkeste laget var priceless. Brekninger, svette og panikk i øynene. En kongestart på dagen. Tårer og rennende nese, sammen med panikkøyne er et kjennetegn på at det er litt i overkant sterkt for den enkelte. Sausen slår ikke inn umiddelbart, en rekker å kjenne et hint av chili før det eksploderer. Da er det for seint, det vil gjøre vondt, lenge.

ChiliSurprise 2016 var en stor suksess! 10 mann+- fikk en sjokoladeopplevelse de ikke glemmer med det første. Jeg fikk et hint av dårlig samvittighet når en kollega kastet opp, men det gikk over. Hvordan dette blir hevnet, anes ikke, men at den blir grusom, kan garanteres. Det store spørsmålet er hvor lenge skal jeg gå rundt å være skeptisk på det jeg blir servert? Jeg ventet jo seks år på å ta igjen på Trygve og Tarjei...



## Ferie i Afrika

Av Fredrik

Eg er så heldig at samboeren min Therese er utrolig glad i å reise, noe hun har gjort i mye større grad enn meg. Hun er veldig glad i å prøve nye steder som ikke er så mainstream og absolutt ikke i kategorien charter. Dette er et syn som eg også deler, men ikke har etterlevd noe særlig tidligere. Høyt på listen over ønskelige reiseopplevelser hos oss begge, om ikke helt på toppen, har det lenge stått safari i Afrika. Allerede sist vinter begynte vi å undersøke hvilke muligheter som fantes. I fjor sommer var vi på rundreise i Italia med leiebil mesteparten av tiden, og la i stor grad opp ruten underveis. Stort sett vil det lønne seg å bestille alt fra flybilletter, hotell og leiebil selv, men vi bestemte oss tidlig for at dette ikke var aktuelt for en tur til Afrika. Derfor henvendte vi oss til flere av reiseoperatørene som tilbyr forskjellige pakketurer til Afrika, og endte til slutt opp med å bestille turen gjennom Afrikasafari siden de hadde et greit opplegg. Etter litt mer undersøkelser og planlegging la vi ferieturen til Tanzania for en ukes safari, for deretter å reise videre til Mombasa i Kenya for en uke med sol og varme.

Ruten nedover gikk fra Bergen via Amsterdam og derfra direkte til Kilimanjaro Airport. Enkelte kvir seg for lange reiser, men som oftest er det glemt når man er fremme, og i ettertid tenker man at det var vel verdt det. Denne turen var ikke et unntak. Vi landet i Tanzania på kvelden og ble kjørt av sted til hotellet i en særdeles sliten og gammel buss med klappseter, i stummende mørke. Til tross for manglende veibelysning og til dels manglende lys på møtende kjøretøy, var det likevel mange inntrykk å fordøye allerede nå ved å observere folk, fe og hus fra bussen. Dette var virkelig Afrika, og vi var veldig spente på hva som ville møte oss når det lysnet neste morgen.



Etter en natt på hotell i underkant av to timers kjøring fra flyplassen, var det grytidlig opp for å spise frokost før vi ble tildelt safaribiler etter hvert som disse begynte å ankomme hotellet. Her var det et yrende liv med alle turistene som ankom dagen før, og som enten skulle opp Kilimanjaro eller på safari.

Vi ble her satt sammen med gjengen vi skulle dele safaribil med hele uken, et ungt par fra Østlandet og et eldre ektepar fra England. Etter en liten stund med prating for å bli kjent fikk vi møte Tarimo som skulle være vår sjåfør. Han viste seg å være en veldig erfaren guide med utallige turer på Kilimanjaro og 25 års erfaring som safariguide. Han var også en veldig sympatisk og koselig mann som tok godt vare på oss, og var en meget habil sjåfør i den kaotiske trafikken og på grusveiene ute i bushen. Han kjente hver minste stein og kvist i de enorme nasjonalparkene og dette fikk vi nok nyte godt av.

Afrika er som kjent veldig stort og det er store avstander. Vi hadde 4 nasjonalparker vi skulle besøke på en uke; først Tarangire, så Serengeti, Ngorongoro og Lake Manyara. Transportetappene mellom de forskjellige nasjonalparkene utgjorde ca. 1000km, og da kom all kjøring inne i nasjonalparkene utenom. Selv om det kanskje høres litt kjedelig ut med så mye kjøring mellom parkene, så var det faktisk veldig spennende. Vi kjørte gjennom tettsteder og byer hvor det var et mylder av folk, kyr, geiter, hunder, lukter og alle tenkelige typer kjøretøy. Det som ved første øyeblikk kunne se ut som et tettsted kunne i virkeligheten være en by med 3-4 millioner innbyggere. Og så kjørte vi lange strekninger i mer grågrønt strøk med store åpne sletter, hvor folk bor i hytter og gjeter kyrene og geitene sine rundt slik at de finner mat. Kort fortalt så var det enorme kontraster, og det gikk ikke lang tid før vi følte oss ekstremt takknemlige for hvordan vi har det her hjemme.

Det var mange sterke inntrykk og det er nok mang en norsk ungdom som hadde hatt godt av en slik tur for en liten reality check.

De store avstandene betyr at man ikke kan være stasjonert på ett hotell med dette som base. Den første dagen bestod av kjøring for å komme seg fra det første hotellet til neste, Highview Hotel. Dette ligger på ca. 1.600 moh. like ved foten på Ngorongoro-krateret. Vi bodde først to netter her med besøk i Tarangire som ligger forholdsvis nært. Deretter besøkte vi Serengeti som lå en 200km kjøretur unna (kun 14km var asfaltert), og hvor vi faktisk bodde i telt! Deretter kom vi tilbake til Highview Hotel for de to siste nettene og besøk i Ngorongoro og Lake Manyara. Grunnet høyden ved hotellet var det merkbart tynnere luft, og turen fra hotellresepsjonen og opp noen få trapper ble en anstrengelse. Ved ankomsten ble vi møtt av en gjeng masai i sin kjente klesdrakt, det vil si nesten ingenting. Disse holdt visst til ved hotellet og tjente seg noen slanter på å ta gjestenes bagasje opp til rommene. Da vi var ferdig med innsjekk og endelig skulle opp på rommet for en etterlengtet dusj, viste det seg raskt at det var en masai for lite til å få med seg all bagasjen. Dermed bød muligheten seg for en osing som ikke kunne avstå fra å tøffe seg for masaiene. Han slengte kofferten sin på skulderen og bykset opp trappene. Det straffet seg for osingen som nå er overbevist om at høydetrening har noe for seg.

Det var veldig strengt sikkerhetsopplegg ved alle parkene vi besøkte. Absolutt alle måtte registrere seg hos parkvesenet både ved inn- og utreise ved hver park. På denne måten kunne de holde statistikken over hvor mange turister som ble spist av rovdirene oppdatert. Noe som var litt fascinerende var at parkene ikke var gjerdet inn på noe vis, det var kun kontrollposter der veien passerer grensen inn til parken.



Den første parken vi besøkte var Tarangire. For førstegangs safariturister var det spennende fra første stund etter vi kjørte inn i selve parken. Det gikk ikke lang tid før det dukket opp noen elefanter mellom noen trær i det fjerne, og før vi visste ordet av det var det både elefanter, sebraer, gnuer, giraffer, marekatter, firfirsler, bavianer, gaseller og antiloper på alle kanter. Det var ekstra spennende med alle dyrene siden taket på bilen lot seg åpne, så ved kjøring inne i parkene var taket hele tiden åpent slik at vi kunne reise oss og se enda bedre. Da vi reiste nedover hadde vi et håp om at vi skulle få se litt dyr og at vi ikke skulle måtte lete for lenge. Det var tydeligvis ingen fare, og kameraene våre fikk virkelig kjørt seg! Inne i parken var det fartsgrense på 50 km/t, noe som var fornuftig på så dårlige grus- og sandveier. Men da guiden vår Tarimo fikk inn varsel på sambandet om at det var blitt sett en leopard i et tre ble plutselig fartsgrensen glemt. Eg satt da rett bak vår eminente sjåfør og ved et glimt på speedometeret ble mistanken om fartsøvertredelse bekreftet, han holdt 90 km/t! Det humpet og ristet og vi sladdet i svingene. Etter en liten stund kom vi til stedet hvor leoparden var observert, og vi klarte til slutt å se den liggende i et tre. At noen i det hele tatt hadde klart å oppdage den, så godt som den var kamuflert, var helt utrolig. Dagen i Tarangire overgikk alle forhåpninger og vi kunne ikke forestille oss at det kunne bli bedre på noen måter, med unntak av at vi håpet å få se løve og neshorn også. Vi slapp å vente lengre enn en dag. Neste stopp var nemlig Serengeti.

Turen til Serengeti startet grytidlig neste morgen fra Highview Hotel. Vi kjørte 14km på fine asfalterte veier til vi kom til kontrollposten ved inngangen til Ngorongoro Nasjonalpark. Veien til Serengeti gikk nemlig opp til og langs kraterkanten på Ngorongorokrateret, og vi hadde her i underkant av 200km igjen å kjøre, på grusveier av heller dårlig standard. Sett bort fra den dårlige veien, som faktisk var så dårlig at sitteunderlaget til Therese ble ødelagt, så var det intet mindre enn spektakulært! Landskapet og utsikten var helt utrolig! Da vi nærmet oss grensen mellom Ngorongoro og Serengeti hadde vi programmert inn et besøk i en masailandsby. Førsteintrykket var at det var utrolig fasinende. Vi ble møtt med sang og

dans av innbyggerne, og dette var både spennende, skummelt og mektig. Det var litt som å se flere tusen år tilbake i tid. I tillegg så de litt sultne ut og vi visste ikke når de spiste kjøtt sist! Vi ble splittet opp og tildelt lokale guider som viste oss rundt, bl.a. fikk vi se skolen og vi fikk komme inn i et av masaihusene. Dessverre merket vi fort at det hele var lagt opp slik at det ble et litt kommersialisert preg på det hele. Det var hele tiden tiggning etter penger, og vi endte opp med å gi ca. 15 dollar. Det var også et press på at vi skulle handle souvenirer som var laget i landsbyen, noe vi klarte å komme fri fra. I utgangspunktet hadde vi ikke noe imot å støtte landsbyen økonomisk, men i ettertid skulle vi ønske at vi ikke hadde gitt så mye siden det hele var så kommersialisert. De drar nok inn veldig mye penger når alle fra de forskjellige safarioperatørene er innom der. For vår del ødelagte dette opplevelsen litt, men det var uansett spennende og interessant dersom man fokuserer på at masaiene faktisk lever slik. Ifølge masai-guidene våre bodde det 120 stykker der, fordelt på 5 familier.



Mennene hadde gjerne flere koner og det ble sagt at en av dem hadde 30 barn. Det tok 7 dager å bygge en hytte, og disse bestod av gress, kvister og møkk fra husdyrene. Inni hyttene bodde gjerne flere generasjoner, og det var hele tiden fyr i bålet som ble brukt til matlaging. Etter besøket i en slik hytte luktet vi som hytten, altså av røyk og møkk, og vi så veldig frem til å få dusjet når vi kom frem til teltleiren i Serengeti.

Da vi var godt på vei innover i Serengeti Nasjonalpark ble vi forbløffet over størrelsen. Parken er nemlig nesten 15.000 kvadratkilometer stor, og alt vi så var endeløse gressletter og savanne. Kontrollposten i parken lå på en liten høyde et stykke inne i parken, og mens vi ventet på at Tarimo skulle sjekke oss inn spiste vi lunsj. Innsjekken tok en god stund siden det var veldig mange som var på vei inn denne dagen, så vi benyttet sjansen til å bestige toppen på denne høyden. Herfra var det 360 graders storslagen utsikt. Vi oppdaget ganske snart at det luktet røyk, og vi kunne også se at det brant på slettene i det fjerne. Da vi endelig kom oss av gårde og kunne fortsette turen mot leiren vi skulle bo i gikk det snart opp for oss at

vi var på vei mot brannene. Før vi visste ordet av det så vi at veien vi hadde valgt gikk rett inn i flammehavet og den tette røyken. Det gikk så fort at vi ikke engang tenkte på å lukke taket på bilen som nå var åpent, og når vi kjørte inn i brannen veltet røyk og aske inn og fylte hele bilen. Vi så ingenting, slet med å puste, kjente varmen og hørte knitringen fra flammene. Tarimo så ikke noe mer enn oss, og han gjorde en kjempeinnsats for å unngå at vi kjørte av veien og satte oss fast. Han måtte faktisk stoppe inne i brannen et øyeblikk for å vente på et glimt av veien gjennom røyken. Det varte heldigvis ikke så lenge før vi kom ut av brannen igjen, men hele episoden var veldig ubehagelig, særlig fordi vi ikke visste hvor langt det var gjennom flammene og røyken. Vi slet allerede med å puste inne i bilen, i tillegg til at vi visste hvor farlig det ville bli dersom vi måtte rømme bilen. Vi var dermed meget lettet når vi kom ut på den andre siden og kunne trekke pusten igjen, og det brøt ut en noe nervøs latter i bilen. Det var også veldig stilig at vi fikk det hele på film! Når Tarimo endelig gjenvant taleevnen sin kunne han fortelle at slike branner var veldig vanlige. Parkvokterne antente ofte gresset for at det skulle vokse opp nytt gress så snart det kom regn slik at det skulle være mat til dyrene. Inntrykket vi fikk av denne kontrollerte brannen var at den kun var kontrollert i antennelsesøyeblikket.

Vi hadde enda ikke fått samlet oss etter den skremmende opplevelsen vi hadde gjennom flammene før vi få minutter etter støtte på de første løvene! I veikanten lå det to svære hannløver og døde. De våknet litt til liv når vi stoppet opp bare et par meter fra dem, og vi ble møtt med en fryktinngytende tanngard av den ene løven som satte seg opp og gjespet. Om vi ikke var glad for at vi slapp å rømme bilen like bortenfor når vi kjørte gjennom brannen, så ble vi i alle fall glad for det nå!

Serengeti skulle vise seg å overgå de villeste fantasier og forhåpninger vi hadde på forhånd. Vi syns Tarangire var en utrolig spennende og flott opplevelse, men dette var virkelig noe! Det gikk mot kveld og vi måtte komme oss frem til teltleiren før

det ble mørkt. Ikke lenge før vi nådde frem så møtte vi på en enslig leopard som lå i gresset et stykke unna. Det krydde med safaribiler rundt den, og telelinsene forsynte seg grovt av leoparden. Vi hadde ikke godt nok fotoutstyr til dette og valgte heller å ta noen bilder av den fantastiske solnedgangen på savannen. I

mellomtiden var telelinsene forsynt med leopard, og de andre bilene kjørte av gårde. Idet vi skulle kjøre det siste stykket mot leir oppdaget vi at leoparden hadde reist seg og nå var på vei rett mot oss! Vi fikk dermed noen utrolig stilige nærbilder av leoparden som ruslet forbi rett foran panseret på bilen.



Vel fremme i leiren ble vi tildelt vårt eget telt med soverom, bad og dusj. Vi hadde fortsatt en kraftig eim av røyk og masai hengende over oss, men vi valgte å utsette dusj til etter middagen som ble servert like etter vi ankom leiren. Dette straffet seg, for når vi endelig skulle dusje så var vannet iskaldt! Siden det var en kjølig kveld og vi allerede frøs litt så måtte vi bite i det sure eplet og ty til medbrakte våtservietter i stedet. Natten i telt midt ute i Serengeti var noe helt spesielt med alle lydene. Det var ingen gjerder rundt leiren, så hvilke som helst villdyr kunne spasere inn dersom de ville. Heldigvis så hadde vi kun noen gaseller, en enslig gnu som passet på treet sitt, og noen giraffer utenfor leiren. Men vi hørte lyden av noen hyener som ikke var langt unna.



Morgenen etter fikk vi frokost i spiseteltet før vi satte av sted i bilen igjen, fortsatt med en eim av røyk og masai. Vi fikk denne dagen oppleve helt vanvittig mye. Eg kan ikke annet enn å ramse opp; giraff, vortesvin, gaseller av flere arter, gnu (blant annet rett utenfor campen), et kadaver av en bøffel som ble spist av en gribb, bavianer, en flokk løver, hyener, store sebraflokker, krokodiller, flodhester, en leopard som hadde dratt en gaselle med opp i et tre, enorme flokker med bøfler, ørn, gepard som gikk forbi rett bak bilen vår, kameleon, antiloper, og flokker med elefanter. Eg skrudde også på falkeblikkett mitt og spottet noen løver på noen steiner. Når en bil spotter et spennende dyr gir guidene beskjed til resten av bilene. Det tok ikke mange sekunder før flere biler sto rundt oss. Det toppet seg på slutten av dagen når vi kom over 5 løver og en babyløve. Først lå de helt stille. Etter hvert ble det mer og mer action når sjefsløvinnen oppdaget en sebra som hadde kommet vekk fra flokken sin. Løven gikk bort fra de andre og begynte jakten på sebraen. De andre ble oppmerksom med en gang og fulgte godt med på den som jaktet. Løven vant jakten, og vi ble vitne til tidenes herremåltid for løvene. Når vi kjørte så vi flokken til den stakkars sebraen like ved. Dette var virkelig en spesiell og mektig opplevelse.

Etter en lang kjøretur tilbake til Highview Hotel fikk vi endelig dusjet ordentlig! Det var helt fantastisk å kunne gå til sengs nydusjet etter noen kroppsluktende døgn i bushen. Dagen etter var det nok engang

tidlig opp for å besøke Ngorongoro Nasjonalpark. Etter alt vi nå hadde opplevd både i Tarangire og Serengeti så skulle det mye til for å begeistre oss. Vi fikk likevel noen nye og spennende opplevelser i Ngorongoro, der vi fikk sett både løver som paret seg like utenfor bilen vår og neshorn! Endelig kunne vi krysse av at vi hadde fått sett The Big 5!



Like i nærheten av Highview Hotel ligger det et barnehjem. Dette styres av en liten organisasjon som tar til seg barn som blir satt på gaten, og de aller fleste kommer fra nærområdet. Guiden vår Tarimo kjenner de som driver barnehjemmet, og han tok oss med på et besøk her en ettermiddag. Barnehjemmet var av heller dårlig standard med enkle murbygninger, og noen av disse var uten dører og vinduer. Området var avgrenset med murer og gjerder, og innefor disse var det et yrende liv med små og store barn som løp rundt. På flere måter var barnehjemmet selvforsynt, med selvdyrkede grønnsaker og fisk fra en liten oppdrettsdam, og de hadde husdyr som forsynte dem med melk og egg. De hadde også et rom som ble brukt som skole slik at barna fikk lære å lese og skrive. Vi fikk møte en av dem som driver barnehjemmet, og han ga oss et innblikk i barnehjemmets historie før vi fikk en omvisning hvor vi fikk hilse på barna som bor der. Vi fikk også muligheten til å donere noen kroner. Besøket på barnehjemmet var veldig sterkt, og vi fikk vel alle en klump i halsen.

Den siste dagen på safari skulle vi besøke Lake Manyara på vei til Kilimanjaro flyplass. Her mistet vi en del tid ved innsjekken som



tok unødvendig lang tid. Mesteparten av Lake Manyara Nasjonalpark består av en enorm innsjø, og for de besøkende er det i grunnen bare et forholdsvis lite stykke med jungel og sletter ned mot innsjøen som kan ses. Vi så ikke så mye spennende her, stort sett bare noen sebraer og aper på avstand, men var likevel heldige som kom tett på en liten flokk med elefanter inne i jungelen. Etter en god time inne i Lake Manyara Nasjonalpark satte vi kursen mot flyplassen og neste destinasjon.



Vi var veldig tett på gjengen vi var på safari med, både i bilen hele dagen og til bords under dagens måltider. Safaridagene besto av bilkjøring på utkikk etter dyr, kun avbrutt av måltider hvor praten går livlig rundt alt man har sett i løpet av dagen, og hvor alle håper de har sett dyr som ingen andre har sett. Deretter går man tidlig til sengs for å være klar igjen tidlig neste morgen. Sånn gikk dagene, som fort ble til en uke. Og når uken var gått og vi forberedte oss på å reise av gårde til Mombasa, så kjentes det faktisk veldig godt. Alle vi hadde rundt oss var veldig hyggelige og vi var nok heldige med de 5 vi delte bilen vår med. Men tatt i betraktning at hun ene norske damen vi ble kjent med på safarien jobbet som samlivsterapeut og vi sannsynligvis ble både analysert og diagnostisert opptil flere ganger for dagen, tettpakket program, og at det hele tiden var folk rundt oss, bidro dette til at det ble godt å reise videre til Mombasa. Det ble ikke så mye alenetid, så vi så frem til en uke med bare oss to, uten alle de andre. Uken på safari virket å ha vart mye lengre enn en uke, men dette skyldtes ikke at vi kjedet oss! Det var så mye som skjedde hver eneste dag, med en drøss med inntrykk og utrolige opplevelser. Blant annet hadde vi en dag i Serengeti hvor det skjedde så mye, at da vi mimret rundt middagsbordet på kvelden var vi overbevist om at det vi hadde opplevd før lunsj egentlig var dagen før. Vi måtte faktisk undersøke dato og klokkeslett på bildene våre for å bekrefte at det var samme dag.

Mange, og sannsynligvis de aller fleste, av dem som reiser til Afrika på safari eller for å bestige Kilimanjaro (Tanzania) velger å avslutte turen med en uke med strandliv og avslapping på Zanzibar (også Tanzania). Det viste seg tidlig at blant alle dem vi ble kjent med i løpet av uken på safari, var vi de eneste som ikke skulle videre dit. Vi ønsket å gjøre noe annet, litt utenom det vanlige, og valgte derfor å avslutte med en uke i Mombasa i Kenya. På denne måten fikk vi også besøkt enda et nytt land, noe vi har som et mål når vi reiser på tur. Mombasa ligger helt ved kysten, faktisk ikke så langt nord for Zanzibar, og kan by på både sol og varme. Det er vinter på den sørlige halvkule når vi har sommer her hjemme, så den helt store varmen uteble. Det var uansett varmere i Mombasa enn det vi hadde på safari da det faktisk var litt kjølig innimellom. Dette skyldes høyden, og vi var faktisk oppe på ca. 2.440moh på det meste da vi kjørte langs toppen på Ngorongoro-krateret på vei til Serengeti.

Det er i grunnen ikke så mye å skrive om uken i Mombasa. Vi holdt oss stort sett på hotellet vårt som lå helt i vannkanten siden det ikke var anbefalt for oss turister å bevege seg på egenhånd i byen. Vi våget oss så langt som å ta en guidet tur med hotellets egen bil og sjåfør, med noen timers kjøretur rundt i Mombasa. Nok en gang var det sterke inntrykk og det kom tydelig frem at det er en helt annen levestandard enn hva vi er vant med. Det var faktisk så sterke kontraster og inntrykk at vi valgte å ikke ta noe særlig med bilder inne i byen, ei heller forlate bilen. Vi gikk kun ut av bilen da vi besøkte en restaurant, som var gjerdet inn med piggtrådgjerder, og ute på en klippe ved innseglingen til havnen i Mombasa hvor vi våget å ta frem kamera.

Så, hvordan skal eg oppsummere? Som nevnt i innledningen så stod denne turen på toppen av ønskelisten vår, og eg kan uten betenkning si at dette var en reiseopplevelse som overgår alle tidligere reiser, noe eg og Therese er enige om. Turen vår til Afrika, nærmere bestemt Tanzania og Kenya, kan på ingen måter sammenlignes med tidligere reiser. Det var uten tvil den mest spennende og opplevelsrike reisen vi noen gang har tatt. Og på grunn av alt vi opplevde, noe av det har dere nå lest om, så er vi sikre på at det skal veldig mye til for å vippe denne turen ned fra førsteplassen. Dette er rett og slett fordi alt var så unikt og spesielt at vi føler oss veldig sikre på at heller ingen av våre fremtidige reiser vil kunne sammenlignes med denne. Dersom noen av dere har lekt med tanken på å ta en slik tur så kan eg anbefale det på det sterkeste! Dersom noen tenker å reise med barn så anbefales det å vente til de er gamle nok. Ikke bare på grunn av den lange reisen og at det er lange transportetapper hvor de blir trøtt og lei, men kanskje spesielt for at de skal kunne ta til seg alle inntrykkene og lære av disse. For det var virkelig Afrika. Fantastiske Afrika.



## NORGE på Langs 2016

Av Trygve Berentzen

En helg på senhøsten 2015 spurte Jon Espevik meg; "Skal vi gå Hardangervidda på tvers i Påsken til neste år?" Halvveis spøkefullt svarte jeg; "Vi skal ikke gå Norge på langs i stedet da?". Så ble det litt snakk etterpå om at det hadde jo vært kult å gjennomført turen en gang. Det eneste problemet var at Jon ikke skjønnte spøken, og ringte meg på mandag og sa "Da har jeg ordnet meg fri!".

De neste 3 månedene skulle jeg bruke for å prøve å snakke meg ut av mitt eget forslag, og forklarte gang på gang at det ikke passet så godt for meg nå. I månedsskifte januar/februar klarte til slutt stabeisen å overtale meg.

Vi hadde jo snakket om Norge på langs ved flere anledninger, og visste at turen i tilfelle skulle tas til fots. Da var det bare å finne en ca tid vi skulle sikte oss inn mot, og vi bestemte oss for at det måtte bli slutten av mai eller starten av juni, altså ca 4 måneder etter vi bestemte oss for å gå denne turen.

For en del år siden jobbet jeg med en kar som heter Patrik Søreide som hadde lyst å gå denne turen også. Vi kontaktet Patrik litt ut i februar for å invitere han med, og det tok ikke lange tiden før vi var 3 påmeldte til turen. Kort tid etter bestemte vi oss for hvilken dato vi skulle gå for, og alvoret gikk litt mer opp for oss da vi hadde bestilt fly med Widerøe til Nordkapp den 21. mai.

De neste 3 månedene frem mot avreisedagen gikk unna i et øyeblikk! Det var på hengende håret vi ble klar med alt av turutstyr og andre forberedelser, før vi var på vei mot Flesland en tidlig lørdag morgen.

For de som ikke er klar over det, så gjennomførte vi turen, og gikk i mål på Lindesnes 31. august på dag nr 103. Jeg kunne nok ha laget en liten bok om selve turen, men nå skal jeg heller fortelle litt om erfaringer og hva jeg sitter igjen med etter en slik ekspedisjon, eller min lengste ferie om du vil.

Først og fremst; Kan det anbefales for andre som drømmer om å gjennomføre en slik tur? Her er svaret helt klart Ja. Man får anledning til å oppleve vanvittig mye flott natur, testet viljestyrken sin, kjenne på savn, og ikke minst oppnå stor mestringsfølelse.



Det er to måter man må forberede seg til en slik ekspedisjon. Det fysiske og psykiske. Etter en prat med andre som eventyrere som hadde gått tilsvarende tur, fikk vi vite at

den fysiske formen trente man underveis på turen så lenge man hadde et lite grunnlag fra før. Mesteparten av mine forberedelser gikk derfor til hvordan jeg skulle takle den mentale motgangen når man blir sliten og lei, og skjønner at det kanskje er 200-250 mil igjen å gå. Dette fikk jeg først svaret på underveis på turen, og alt fokus var faktisk rettet mot neste tettsted hvor vi kunne kjøpe hamburger eller annen mat som man hadde drømt om den siste uken. Det var altså alle de små delmålene vi hadde som høydepunkter, og vi så nærmest aldri helt frem til den dagen vi skulle trappe opp på Lindesnes fyr. Typiske delmål var å nå nasjonalparker, nye fylker, 1 måned på tur, ca halvveis, etc.

Med nesten 4 måneder å forberede oss til turen, tenkte vi at dette var mer enn nok tid. Det var det jo for så vidt også, men det var ikke mye om å gjøre før det ikke hadde gått så bra. Mesteparten av turutstyr vårt var på plass noen dager før vi dro, og vi fikk ikke testet noe av dette før Nordkapp. Det ble ganske så mye stress helt på målstreken, og vi burde nok satt en frist for oss selv om å ha alt klart ca en måned før avreise.

Turen kom, og var over på et blunk. Slik føles det i hvert fall etter noen måneder med normale hverdager igjen. Vi var nok litt for flinke til å jage kilometer på turen, slik at vi ikke fikk tatt oss tid til å nyte øyeblikkene godt nok. Her må risen gis til



egen stump da det i stor grad var meg selv som presset på kilometerjaget.

Etter en liten perioden i heimen, var jeg litt spent på hva turen hadde kostet meg i direkte kroner, altså hvis man ser bort ifra tapt arbeidsinntekt. For min del havnet den summen på ca 85 papirlapper med Munck. Vi ble i tillegg sponset en god del med diverse utstyr, mat og noen hotellovernattinger, så hvis vi skulle betalt dette også hadde nok summen fort vært oppe i ca 0,1 million vil jeg tro. Man bør antagelig ikke tenke så mye på hvilke alternative ferier man hadde fått for den summen, for da kan man risikere å bli enda tynnere i manken sin.

Til slutt en liten oppsummering av myter og fakta om en slik tur.

<b>Myte</b>	<b>Fakta</b>
Man blir flink med kart og kompass	Det stemmer, i hvert fall flinkere
Vekten går ned uansett hva og hvor mye som spises	Korrekt!
Man kommer i god fysisk form	Riktig, man blir ganske så utholdende og seig
Midnattssolen merker man ikke så mye til	Jo, det er lyst og varmt i teltet
Man blir mer tålmodig etter en slik tur	Feil, fremdeles like utålmodig



**Ønsker å gratulere gutta som i 2016 gikk Norge på Langs!**

**Jon Espevik, Trygve Berentzen & Patrik Søreide**