



Hemålt

Nummer 1, vecka 40, 2025

Hemålt
– det dialektala
ordet för hemtrevligt
– är namnet på
Sotenäsbostäders
nya nyhetsbrev.
God läsning!



Tack för maten, Solveig!

Efter mer än 30 år vid spisen
tackar Solveig Kristiansson, 83,
för sig. Här har hon lagat mat
och skapat en varm och hem-
trevlig plats.
– Det känns svårt att lämna,
men jag vet att det är dags nu.

Med ett brinnande intresse för mat och människor är Fregatten hennes livsprojekt.
– Jag kan inget annat, det här är min grej. Svensk hus-
manskost är viktigare än folk tror.

Ett hantverk, inte bara ett jobb

Solveig är noga med att maten ska vara äkta. Inga halv-
fabrikat, inga genvägar, bara klassisk husmanskost lagad
från grunden. Även Solveigs mockatårta har blivit smått
legendarisk, liksom hennes smörgåstårter och gräddtår-
ter.
– Det är ett hantverk, hela jobbet. Jag har aldrig velat
riskera att sänka kvaliteten, och därför har vi hållit sor-
timentet lagom stort. Här är det enkelt, inget krångel.
Gästerna skojar med mig och jag skojar tillbaka. Det är
det sociala som gör skillnad. Det här är min storfamilj.
Hit kommer företagare, barnfamiljer, lokalbor och
sommargäster.

Dagens rätt

På menyn finns bohuslänska rätter som fiskpudding och
kåljo. Och det är just fiskpuddingen som är gästernas
största favorit. Under vissa dagar har köket hanterat upp-
åt 400 portioner, inklusive avhämtningar.
Ett signum är det raka och tydliga upplägget: dagens rätt,
inget mer. Gästerna får ibland välja mellan potatis eller ris,
och det räcker, menar Solveig.

– Man behöver inte ha beslutsångest här. Det hade aldrig
fungerat med fem, sex olika rätter. Folk har ont om tid på
lunchen, det ska gå snabbt och vara gott.

Lämnar över stafettpinnen

– Reaktionerna från gästerna har varit starka. Många säger
att det är bedrövligt att jag ska sluta, men de förstår mig
också. Jag jobbar långa dagar och det tar på krafterna.

Solveig hoppas att restaurangen får förbli som den är.

– Jag skulle bli jätteglad om någon tog över och drev
den vidare i samma anda. Det är en social inrättning, där
människor möts.

Till den som funderar på att ta över har hon ett tydligt råd:

– Konstruera inte till det. Håll det enkelt. Och fortsätt med
husmanskost!

Tacksam för samarbete

Under alla år har Solveig haft Sotenäsbostäder som hy-
resvärd, något hon bara har gott att säga om.

– Jag är 100 procent nöjd med samarbetet. Jag har alltid
fått hjälp och ett trevligt bemötande.

Sista dagen för Solveig på Fregatten blir den 30 april.
Men gästerna kommer nog att fortsätta fråga efter sina
favoriträtter långt därefter.

Ny drivkraft söktes till Fregatten

Efter många fina år lämnar Solveig sin plats, och nu söker
vi på Sotenäsbostäder en ny person som vill driva den
uppskattade lunchserveringen i Kungshamn vidare.

Har du ett hjärta för mat, gemenskap och tradition?
Vill du bli en del av en viktig mötesplats i vårt lokal-
samhälle? Kontakta Sotenäsbostäder för mer information.

Malin Pirosanto:
0523-66 56 10 • mp@sotenasbostader.se

Sotenäsbostäder AB
sotenasbostader.se