

Florencia Abella – stjärnkock med erfarenhet från de bästa krogarna i världen.

Kocken Florencia Abellas meritlista är lång. Hon växte upp i Argentina, tog sig i 20-årsåldern till Spanien för att arbeta på stjärnkrog och har sedan dess arbetat på toppkrogar runt om i världen, i bland annat Italien, Dubai, Japan och Sverige. I dag är hon köksmästare på Ekstedt i Stockholm, som har en stjärna i Michelin-guiden. Under hösten har vi sett henne i TV4:s Kockarnas Kamp.



Foto: Calle Svärding



Foto: TV4_Cmore

– Det var jätteroligt att vara med i Kockarnas kamp. Och spännande. Som kock gjorde jag något utanför min bekvämlighetszon. Jag är annars en person som har lite kontrollbehov när jag jobbar, berättar Florencia Abella, köksmästare på Ekstedt i Stockholm.



Foto: TV4_Cmore

Flera av de andra proffskockarna i programmet hade tränat på några av de moment som brukar dyka upp i Kockarnas Kamp – men inte Florencia. För henne var många av tävlingsgrenarna helt nya, och sådant som hon annars inte gör, som att exempelvis skära upp fisk i exakta 150-gramsbitar. Så i

säsongsens fjärde episod var hon tvungen att lämna de andra kockarna efter att ha förlorat i rafflande såsduell mot Jonas Lagerström från stjärnrestaurangen Etoile.

– Så klart att jag blev besviken och tyckte att det var tråkigt att åka hem. När jag står i köket i vanliga fall vet jag precis vad jag ska göra och vad jag vill. Men i Kockarnas kamp var det annorlunda. Under tävlingarna i ladan var jag väldigt nervös.

Varför blev du kock?

– Egentligen ville jag bli veterinär, men var lite skrämmd av att utbildningen är så lång – fem till sex år. Jag har alltid haft passion för matlagning. När jag var liten lekte jag att jag lagade mat.

Systemet föreslog att hon skulle försöka sig på kockyrket, som till att börja med innebar två års utbildning.

– Jag blev superengagerad direkt och kände att det verkligen var min grej.

Hon fortsatte studera och när hon tog en postgraduate-examen i gastronomi fanns det en möjlighet praktisera på El Bulli i Spanien. Det var en av de mest banbrytande restaurangerna genom tiderna och utnämnd till världens bästa restauranger hela fem gånger.

– Men då skulle jag behöva vänta i två år, så jag gjorde min praktik på den tvåstjärniga krogen Hacienda Benazuza i södra Spanien i stället.

Från Spanien till Ossiano i Dubai

Hacienda Benazuza hade anammat El Bullis matlagningsfilosofi och hade tidigare El Bulli-favoriter på menyn. Florencia fick således ändå möjlighet att lära sig den typ av molekylär matlagning som de utövar på de legendariska restaurangen. Efter tre månader var praktikperioden slut och de rekommenderade henne vidare till den trestjärniga krogen El Raco de Can Fabes utanför Barcelona.

– På Can Fabes hände två viktiga saker i mitt liv. Där träffade jag min stora kärlek Fredrik som också är kock och från Sverige, och jag fick erbjudande om att vara med att öppna Ossiano i Dubai.

På Can Fabes fick de arbeta med de allra finaste råvarorna som levererades direkt till dörren – fågel, fisk, skaldjur och fantastiska grönsaker.

Från lyxkrog i Dubai till kronprinsessan Victorias bröllop i Sverige

Ossiano anses vara en av Dubais bästa restauranger. Den är inte bara välkänd för lyxen, den förstklassiga menyn och stadens bästa skaldjur. Många har också hört talas om undervattensrestaurangen där gästerna sitter som i ett jättelikt akvarium.

Efter två år i Dubai gick flytten vidare till Sverige – Florencia ville lära sig svenska. Men först tog hon en vända till Italien och Piemonte för att jobba på en restaurang i en liten by några kilometer utanför Alba.

– Jag ville lära mig att jobba med vit tryffel, något jag inte hade gjort tidigare.

Alba är känd just för den ovanliga vita tryffeln.

Ett av hennes första uppdrag i Sverige var att laga mat till Kronprinsessan Victorias bröllop.

Hon började sedan arbeta på Esperanto där hon stannade i sju år. Först som kock och därefter som sous chef och kreativ ledare. Esperanto med sina nordisk/japanska fusionrätter utnämndes flera gånger till Sveriges bästa restaurang i White Guide och hade en stjärna i Guide Michelin.

– Jag kunde inte så mycket om japansk mat och bestämde mig för att åka två månader till Japan för att praktisera och lära mig mer. Där jobbade jag på den trestjärniga restaurangen Nihonryori RyuGin. Vi arbetade med helt magiska råvaror och det var en fantastisk erfarenhet.

Nihonryori RyuGin finns också med på den åtråvärda The World's 50 Best Restaurants-listan.

I juni 2018 försattes Esperanto i konkurs och tvingades stänga. Florencia hade som tur var slutat strax innan och blivit ansvarig för testköket på Ekstedt. Sedan ett och ett halvt år tillbaka är hon restaurangens kökschef.

Maten tillagas över eld

Ekstedts signum är att all varm mat tillagas över öppen eld: i vedugnen, eldgropen eller på den vedeldade spisen. Till och med grönsakerna bakas över elden. Florencia förklarar att här är logistiken extra viktig eftersom eldkällorna är begränsade. Till exempel tillagas fonden i vedugnen på natten.

– Jag kommer från Argentina där vi är vana vid att laga mat på en grill eller över öppen eld, men på Ekstedt är det på ett annat sätt – vi använder gamla tekniker och vill variera rök- och eldsmaken under hela middagen så att den går i vågor. I början kan den vara lite starkare och sedan kanske lite svagare. Vi försöka skapa menyer så att gästerna förstår skillnaden mellan varmrökt och kallrökt och får olika upplevelser.

– Mitt önskemål är att gästerna känner som att de är i skogen. De ska få en varm upplevelse och känna dofterna från elden och riset. Jag vill överraska dem, avslutar hon entusiastiskt.



FAKTARUTA

Namn: Florencia Abella

Ålder: 36 år

Bor: I Hägersten

Familj: Sambon Fredrik och de två barnen Frans 6 år och Peggy 3 år

Vin: Gillar smakrika röda viner

Starka matminnen: På *L'Arpège* (tre stjärnor i Guide Michelin) och med kocken Pascal Barbot i Paris samt Shiro i Tokyo.

Vin med argentinska rötter:



CHILL OUT Malbec Organic Fairtrade Argentina

Systembolagsnummer: 6146

79,00 kr

CHILL OUT Malbec Organic Fairtrade Argentina har en generös, fruktig doft med inslag av, björnbär, viol samt kryddor. Smaken är medelfyllig och fruktig med inslag av björnbär, lakrits och vanilj.

Passar utmärkt till starka ostar och det mesta som är grillat, framförallt mörkt kött.



Las Moras Gran Syrah 2014

Systembolagsnummer: 72907

179,00 kr

Las Moras Gran Syrah 2014 har nyanserad och kryddig doft med inslag av cederträ, mörka frukter, mynta, plommon, peppar, och choklad. Smaken är välbalanserad med inslag av mörka frukter, fat, tobak, kryddnejlika och fikon i ett långt avslut.

Passar perfekt till medelkraftiga och kraftiga köträtter på mörkt kött. Exempletvis en en rosastekt renkalvkotlett med en gräddsås smaksatt med björnbär, mortlad torkad svart trumpetsvamp samt rödvin, som serveras med smörstekt skogsvamp och gräddig potatisgratäng.



Las Moras Organic Chardonnay Reserve, Box 3 liter

Systembolagsnummer: 16018

229,00 kr

Las Moras Reserva Chardonnay har en intensiv och fruktig doft med trevliga inslag av mango, tropiska frukter, fat, citrus och vanilj. Smaken är torr med en lätt fet textur och inslag av tropisk frukt, fat och vanilj.

Passar bra till stekta eller grillade anrättningar på fisk eller ljust kött. Varför inte en halstrad och byxad abborre med ört- och citrussmör?

Se också



Fugazzeta rellena.

En argentinsk rätt som kan liknas vid en dubbelbottnad pizza med fyllning emellan. Här blev det skinka, ost och lök. Sedan toppas allt med mera ost och lök.

[Läs mer](#)



Flavia tipsar om "sitt" Argentina utanför turiststråken.

Brand Manager Flavia är uppvuxen i Argentina och delar med sig av sina bästa tips inför en resa dit.

Läs mer



Klassisk argentinsk Chimichurri till grillmiddagen.

folk o folk har plockat fram ett favoritrecept på Chimichurri – den kryddstarka såsen från Sydamerika.

Läs mer
