

# M.A.C.H.O.M.A.N.

Vildmænd i pagt med natur og sundhed, kan tæmmes. David K har været forbi den vilde mand Thomas Rode. Thomas er indbegrebet af Macho. Han svømmer, løber, pukler sig til succes OG så laver han mad, så fuglene synger.

David Krarup Brummer

**D**et er en svær opgave at style en naturlig machomand. Vi bad David K gøre et forsøg. David søger ofte ekstremere med shine, pels og farver. I veste, frakker, jakker, handsker, slips og butterfly. Det er en god regel, at der skal leges og prøves noget af. Og hvem er mere rigtig at lege med, end manden, der har ændret sin krop, sin profession – og i den grad rykket grænser for sig selv?

– I Herrenes Magasin klæder vi ofte erhvervsmand på i navy. Vi forsøger sjældent at udfordre erhvervsmanden alt for meget. Det forholder sig helt anderledes, når det gælder brudgomme. De er næsten altid bange for at overstråle bruden. Det er desværre totalt umuligt. Bruden er trumfen i hendes brudekjole. Så der skal noget til drenge, for at vi mænd ikke ligner konfirmander på vej til en voksenfest. Noget i din stil bliver nødt til at være for meget. For meget er kun lige nok. Du risikerer at stå og se ud, som om du har overscoret, fortæller David Krarup. ♥



## Thomas Rode

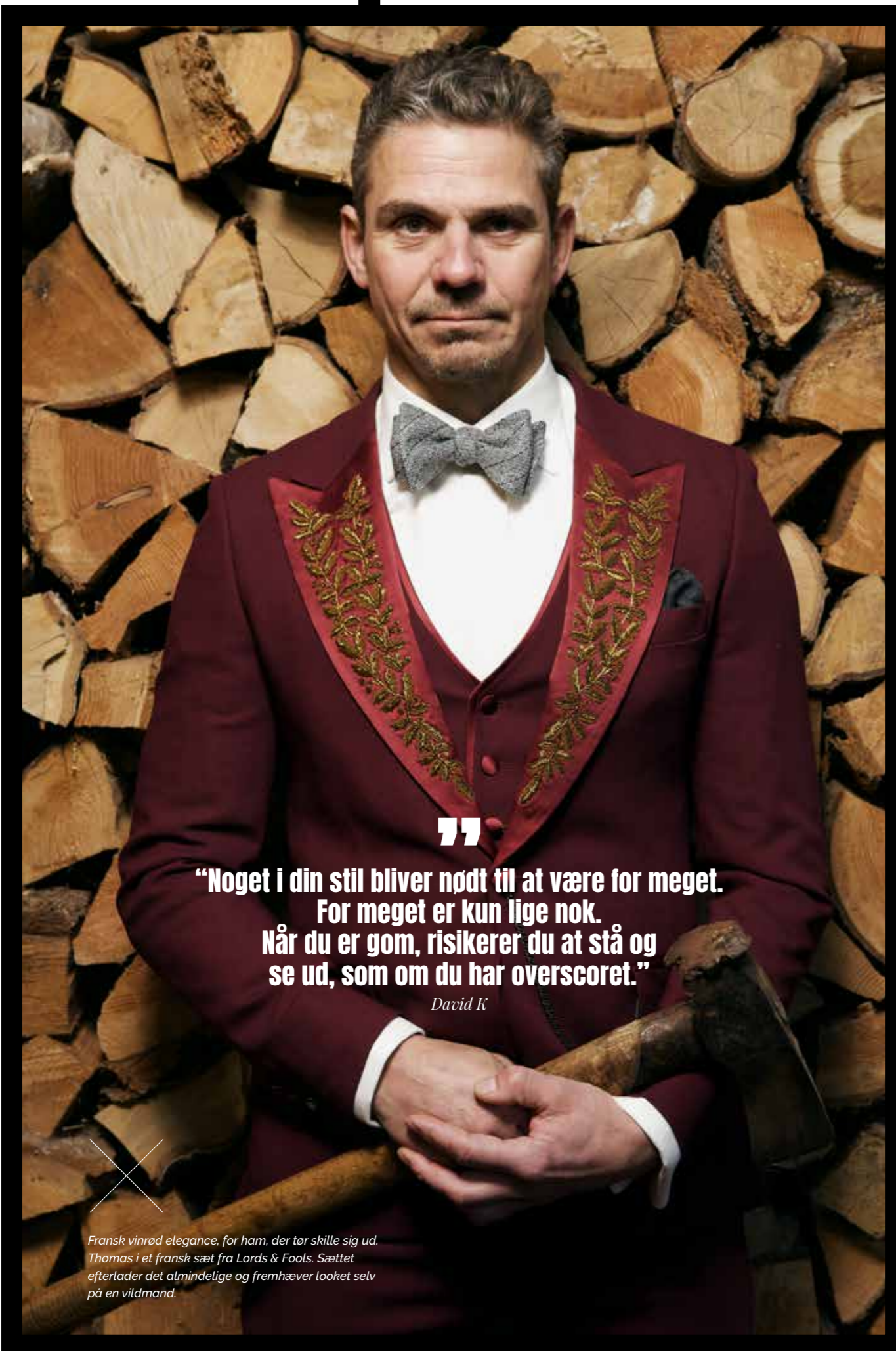
50 år og én af Danmarks bedste kokke.

Fra 1996 til 2014 var han med stor succes køkkenchef og direktør for restauranten Kong Hans Kælder i København.

Sideløbende har han undervejs været involveret i utallige projekter. Han har skrevet bøger, deltaget i film og TV programmer, undervist, og coachet, lavet kokkeskoler og meget mere. Netop nu har han fuld fokus på projektet rigtigmad.dk. Richtigmad.dk er en online madklub, hvor du kan købe friske og lækre råvarer, leveret direkte til din hoveddør. Se mere i artiklen på side 51. Han er desuden forfatter til bestsellerne Stenalderkost og Palæo.



Dobbeltrødet er for længst blevet hot. Her er sættet stilet med ternet vest, klassisk slips og en vild klud for at bryde det forudsigelige og pæne.



”  
**“Noget i din stil bliver nødt til at være for meget.  
 For meget er kun lige nok.  
 Når du er gom, risikerer du at stå og  
 se ud, som om du har overscoret.”**

*David K*

Fransk vinrød elegance, for ham, der tør skille sig ud.  
 Thomas i et fransk sæt fra Lords & Fools. Sættet  
 efterlader det almindelige og fremhæver looket selv  
 på en vildmand.



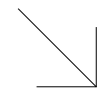
Helt sort og klassisk, og overdrevent  
 lækkert. Velour jakken løftes til  
 Oscar-højder i kraft af den røde  
 vest. Kontrast er vigtig. Til hverdag  
 er veste en eminent måde at træde  
 ud af skyggen på. Og hæve f.eks.  
 en t-shirt til noget særligt.

## Mandligt modstykke til bruden:

”Påklædningen er desværre i Danmark et punkt, hvor selv visionære mænd aldrig leger med look og stilarter. Vi står bomstille, vil jeg påstå. Modvillige til forandring. Vi lever i et land, hvor det er nemt at være en smule foran på point. En klud i lommen, en vest, eller blot fløjlsbukser og en butterfly”.



Mange gange ryger magien, når jakken forsvinder. Efter talen tages jakken af, og pludselig er gommen efterladt i varm skjorte som resten af brudeparrets gæster. Vesten er en nødvendighed som vært eller brudgom. Det er klassisk gammelmands og supermoderne på én og samme tid.



### 3 gode råd fra David K

1 /

Prøv altid et "forfærdeligt/vildt stykke tøj på hver gang du shopper efter noget klassisk".

2 /

Stol på dit spejlbillede, lyt til dit instinkt: Hvis du ser godt i det "fremmede" så slå til.

3 /

Lyv ikke ved at sige "veste er ikke gode for mig", hvis du aldrig har prøvet én vest på. Det samme gælder loafer, rullekraver, tern, rulam - slå dig løs, de smitter ikke!

#### David Krarup aka DAVID K

Go morgen Danmarks faste mande-modereporter siden 2012.

Er vild med at teste påklædningspotentialer.

David K driver bl.a. Herrenes Magasin i Nørregade i København, designer suits.

Du kan følge ham på instagram @byDavidk.

David bor sammen med sine 2 drenge i Nyboder, København.



Thomas Rode fortjener en ganske særlig smoking. Her i en lækker mørkeblå der er stilet med bordeaux slips for at bryde stilen i forhold til en traditionel smoking. Han fremstår smooth og rutineret på en næsten "filmisk måde".

THOMAS RODE:

## Passioneret machomand og madnørd

Han blev kendt som stjernekok på en af Københavns mest anerkendte restauranter og som kok i TV-programserien "Til middag hos". Og så kender vi ham som manden, der smed sukkeret og 30 kilo, og introducerede hele Danmark for stenalderkost.

Tina Lemming @ Kenneth Nguyen

**T**homas Rode er et passioneret menneske, i alt hvad han gør. Ikke ekstrem, for der er altid plads til nuancer, men han gør ikke noget halvt. Hele hans "drive" er passion. Passionen for mad, som er omdrejningspunktet i hele hans liv – og har været det gennem mange år. Passion for træning og for kroppen og hvad den kan udrette og blive til med den rette kost og træning. Han er vild med hans smukke kone og med hans mange tatoveringer, der pryder hans krop... Kort sagt en mand der elsker.

"Jeg har passeret de 50 år og er kommet til erkendelsen af, at jeg har levet over det halve af mit liv. Derfor skal det heller ikke spildes på ligegyldige ting. Det er mit drive i hverdagen, siger den toptrimmede Thomas Rode, alt imens han bliver klædt på til et fotoshoot til dette magasin.

Drive skal der også til, når man tæt på de 50 år beslutter sig for at give danskerne et nyt opdrag om at spise RIGTIG mad. Rigtigmad.dk er navnet på den madklub, som Thomas Rode samme med 2 venner startede op i februar 2018. Efter de konstaterede, at alt den rigtige og gode mad aldrig fandt vej til supermarkederne, besluttede de sig for at blive leverandører til den kvalitetsbevidste dansker. Det har resulteret i en klub, hvor folk for 75,- kr. om måneden får adgang til nogle af Danmarks allerbedste råvarer. Alle varer er nøje udvalgt, og er du tilhænger af tilsætningsstoffer og modstander af økologi, så er det ikke en klub for dig. Elsker du til gengæld madvarer der bare smager, dufter og syner bedre, og hvor du med god samvittighed kan servere det for både børn, gæster og svigermor – så kunne Rigtigmad.dk være et godt bud som jeres nye madleverandør.

"Forretningsmodellen er helt enkel men alligevel utraditionel. Vi tjener nemlig ikke en eneste krone på de varer, vi sælger, men udelukkende på det et medlemskab koster. Det



#### Blå bog

Født 1968 i Sønderjylland

Gift med Thilde Maarbjerg, sammelier

Far til børnene Chili og Frej

Bosiddende i København

Stifter af madklubben rigtigmad.dk.

Medindehaver af foredragsvirksomheden Rode & Maarbjerg

Direktor og køkkenchef på restaurant Kong Hans i næsten 18 år

Forfatter til bøger om funktionel træning og stenalderkost

Lifestyle mentor på Kurhotel Skodsborg

Medvirket i talrige tv-programmer

er det, der holder os til ilden, at gøre vores medlemmer så tilfredse, at de med glæde betaler de 75,-, det koster om måneden". Missionen ser ud til at lykkes, ikke mindst fordi varerne leveres i hele landet. Om du bor i Herning, Sønderborg eller Grenå, så mener vi, man skal have mulighed for at vælge de rigtige råvarer og ikke kun være tvunget til at vælge det, der findes i det lokale supermarked. Opskrifter, videoer og inspiration er der masser af – så selv kommende gomme der ikke har stået i køkkenet før, kan fint starte ægteskabet op med at imponere lillemor med lækre råvarer og veltilberedt mad. Se det vil glæde selv den bedste brud ... ♥