

001	06	12	18	24	30	36	42	48	54	60	66	72	78	84	90	96	002
001	06	12	18	24	30	36	42	48	54	60	66	72	78	84	90	96	001

Perjantaina 7. syyskuuta 2012

MAASEUDUN TULEVAISUUS

17

VIIKONVAIHDE

Pihvikoulu pyörii Meri-Lapin messuilla

Pihvin paiston nikseihin perehdytään viikonvaihteessa Meri-Lapin ruokamessuilla Kemnimaassa. Pihvikoulussa tirisee Pohjasenahon tilan Limousine- pihvilihaa, messusihteeri **Irene Rytkönen** kertoo. Näytöksiä on kumpanakin messupäivänä. Messuvieraat voivat seurata myös villiyrttien käyttöä ruuan valmistuksessa sekä kaarnikkaleivosten leipomista. Kaarnikka on toiselta nimeltään pohjanvariksenmarja. Ruokaa ja keittiötarvikkeita esittelee viitisenkymmentä näyttelleasettajaa. Messujen järjestäjänä toimii Lähiruoka Lappi ry. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää lappilaisen lähiruoan ja luonnontuotteiden menekkiä. Messut järjestetään kahdeksatta kertaa.



Messulounaalla nautitaan Limousine-pataa Pohjanranan tapaan.

TARJA HALLA
www.ruokamessut.net

Luomuolutta kotikeittiössä

Jyväskyläläinen opiskelija **Mael Bavard** on luomun ja oluen ystävä, mutta näiden kahden sopivaa yhdistelmää ei tunnu kaupoista löytyvän. Hän valmistaakin luomuluensa itse. Vaikka kotimaisiakin luomuoluita jo saa, ne ovat Bavardin makuun liian mauttomia. ”Tilaan ohrmaltaat ja humalan luomuna ruotsalaisista ja saksalaisista verkkokaupoista. Valitettavasti kotimaisten luomuraaka-aineiden saatavuus on huono.” Luomu on Bavardille selvä valinta myös päivittäisissä elintarvikkeissa. Hän kasvattaa luomuruokaansa osin myös itse kaupungin puutarhapalstalla. Pääraaka-aineiden lisäksi oluen panemiseen tarvitaan vettä ja hiivaa. Muita tykötarpeita ovat keittoastia, käymisastia vesilukkoineen ja lappoletkuineen, pulloja, korkkeja ja korkituslaite. Bavard ei ole oluen tekijänä aivan tavallinen harrastelija, sillä hän myös rouhii ohransa itse omalla mallasmyllyllä. Hän ei siis koske markettien oluenvalmistusuutteisiin. ”Niiden purkkien kyljessä annetaan usein ohje käyttää valmistuksessa sokeria. Se ei kuitenkaan oikeaan oluen valmistukseen kuulu.” Yhden olutsatsin valmistukseen kuluu helposti kokonainen päivä. Ohran rouhiminen ja määskäminen, vienteen keitto eli humalointi sekä jäähdyttäminen ja lisäksi astioiden desinfiointi on aikaavievää. Valmistuksen jälkeen olut käy pari viikkoa, kunnes se on valmista pulloitettavaksi. ”Sokeria lisätään vasta tässä vaiheessa vähäsen, jotta saadaan oluen hiilihappoa.” Bavard on perehtynyt oluen valmistukseen muutaman vuoden ajan. Tietoa harrastajille tarjoaa esimerkiksi nettifoorumi [www.kotiolut.com](#).



Humalaa ei tahdo saada luomuna Suomesta.

KIRSI HAAPAMATTI

Siunattua vettä ruokakauppaan

Ruotsin pelastusarmeija testaa ”Siunattua vettä” -etiketin vetovoimaa pullotetun kivennäisveden ostajien keskuudessa Örnsköldsvikissä. Siunattu vesi on Piteå-Tidningenin mukaan käynyt kaupaksi paikallisessa Ica-ketjun ruokakaupassa jopa suositua Ramlósaa paremmin. Kaksi kruunua myydyltä pullolta on käytetty pelastusarmeijan hyväntekeväisyystyöhön. Pelastusarmeija siunasi keväällä kivennäisveden tuotannon Älvsbyn kunnassa sijaitsevan Nyckelbryggerietin tiloissa. Menestyksekkään koemyynnin jälkeen Pelastusarmeijasatoivotaan, että siunattu vesi leviäisi koko maan ruokakauppoihin.

MT-STT
[www.pitea-tidningen.se/nyheter/senaste_nytt/artikel.aspx?ArticleId=7121480](#)

Kodeille sivusto kouluruokailusta

Opetushallitus on avannut kouluruokailusta kertovan verkkosivuston kouluikäisten vanhemmille. Kotiväki-sivuilla kerrotaan aterioiden koostumuksesta, ravintoaineista, lisäaineista ja ateriarytmistä. Kouluruokailu ei tarkoita vain syömistä, vaan kasvatusta terveellisiin valintoihin, hyviin tapoihin, sosiaalisuuteen ja ruokakulttuuriin. Murrosikä on terveysvalintojen kannalta kriittistä aikaa. Sivustoilla korostetaan, että juuri näinä vuosina kodeilla tulisi olla myönteinen asenne kouluruokailuun. Muutoin liian moni nuori korvaa kouluterian epäterveellisillä välipaloilla. Aktiiviset vanhemmat voivat saada paljon hyvää aikaan kouluruokailussa. Kouluun voidaan perustaa vanhemmista, opettajista ja oppilaista koostuva kouluruokailun kehittämistyöryhmä.

TARJA HALLA
[www.oph.fi/kouluruokailu/kotivaki](#)

Hedelmätarhurin herkkuleivonnaiset

JAANA KANKAANPÄÄ

Puutarhassa kypsyvät kilpaa omenat, luumut, kriikunat ja päärynät. Syksy tuo pöytään mausteiset omena-piirakat ja luumu-paistokset. Hillokattilassa mehustuu omenoista ja kriikunoista aromikasta hilloa.

.....
Kotimaiset omenat sopivat hyvin uuniomenoiden ja piirakoiden valmistukseen. Ne voivat olla vielä hiukan raakojakin, sillä täysin kypsä ja pehmeä omena ei pehmene niin hyvin kuin hapan ja puoliraaka omena. Uunissa omenan happamuus taittuu ja lopputuloksena on makea piiras. Kriikunoista tai luumuis-ta syntyy omenoiden kanssa upean väristä hilloa. Muutama luumun kivi keittovaiheessa tuo hilloon hiukan mantelista makua. Tämä hillo maistuu yhtä hyvin paahtoleivän päällä kuin juustojen kanssa.

Annelin omenapiirakka
6–8 annosta
100 g voita
2 1/2 dl vehnä jauhoja
1 maustemittä (1/5 tl) suolaa
1/2 dl kylmää vettä
Täyte
1 dl keltaista kurpitsa- tai aprikoosimarmeladia
noin litra kuorittuja omenalohkoja
noin 1 1/4 dl sokeria
2–3 rkl vehnä jauhoja
1/4 tl kanelia
tomusokeria
Tarjoiluun
vaniljakastiketta tai -jätelöä
Nypi paloitetu voi, suola ja jauhot murumaiseksi. Lisää kylmä vesi ja sekoita nopeasti taikinaksi. Älä vaivaa, jotta taikina ei sitkisty. Ota kolmasosa taikinasta erikseen ristikkoo varten. Painele loppu taikina voideltuun piirakkavuokaan (halkaisija 24 cm) pohjalle ja reunoille. Jos haluat nostaa kypsän piirakan pois vuoasta, laita vuoan pohjalle ristikkäin leveät leivinpaperisukalet. Levitä pohjataikinalle marmeladia. Kuori ja leikkaa omenat pieniksi lohkoiksi. Jätä siemenkota pois. Sekoita sokeri, jauhot ja kaneli. Lisää omenalohkojen joukkoon. Levitä omenat tasaisesti piirakkapohjalle. Kauli loppu taikina jauhoteulla pöydällä. Leikkaa levy taikinapyörällä suikaleiksi. Kokoa ristikoksi piirakan päälle. Paista 200 asteessa noin 40 minuuttia uunin alatasolla. Pienennä lämpöä loppuvaiheessa ja laita leivinpaperi päälle, jos piirakka ruskistuu liikaa. Sihtaa pinnalle runsaasti tomusokeria. Tarjoa hiukan lämpimänä jätelöön tai vaniljakastikkeen kera.

Herkuttelijan päärynätorttu
8–10 annosta
100 g voita
1 dl fariinisokeria
1 muna
2 1/2 dl vehnä jauhoja
1 tl leivinjauhetta
1 tl kanelia
1 tl kardemummaa
1 tl inkivääriä
2 rkl maitoa tai kermaa
Päälle
2 tlk (ä 425/250 g) säilyke-päärynöitä
2 prk kermaviiliä
2 munaa
1 dl Aura-murua
1 dl fariinisokeria
Pinnalle kanelia
Vaahdota voi ja fariinisokeri. Vatkaa muna joukkoon. Sekoita jauhot, leivinjauhe ja mausteet. Lisää taikinaan yhdessä maidon kanssa. Levitä taikina voideltuun piirakkavuokaan (halkaisija 27 senttiä) pohjalle ja reunoille. Painele vuoan reunan korkuinen alumiinifoliosuikale reunoille taikanan päälle, jotta taikina ei valuisi paistamisen aikana. Paista pohjaa 10 minuuttia 200 asteessa.

Valuta päärynöistä liemi hyvin. Voit taputella vielä talouspaperilla. Sekoita kermaviilin joukkoon munat, juustomuru ja sokeri. Poista folio vuoasta. Levitä päärynän puolikkaat puolikypsälle pohjalle kupera puoli ylös-päin. Kaada päälle kermaviiliseos ja ripottele pinnalle kanelia. Paista 200 asteessa noin 20 minuuttia. Tarjoa jäähtyneenä. *Vinkki:* Käytä säilykepäärynöiden tilalla 500 grammaa kotimaisia päärynöitä. Kuori, halkaise ja poista siemenkota. Jos käytät tuoreita päärynöitä, niin silloin pohjaa ei tarvitse esipaistaa.



Pujottelle taikananauhat vuorotellen toistensa yli, saat korin pohjaa muistuttavan ristikon.

Omenapannuleipä
8 palaa
2 dl maitoa
2 dl juoksevaa rasvaseosta
1 dl emmentalraastetta
2 dl (150 g) omenaraastetta
4 1/2 dl vehnä jauhoja
1/2 t suolaa
2 1/2 tl leivinjauhetta
Sekoita maito, rasva, juusto- ja omenaraaste. Yhdistä kuivat aineet. Lisää ne muihin aineisiin. Sekoita nopeasti, ettei taikina sitkisty.

Taputtele jauhoteulla kädellä leivinpaperille pellille pyöreä tai suorakaiteen muotoinen, matala leipä. Jaa leipä leivinpyörällä kahdeksaan osaan. Pistele haarukalla. Vatkaa voi ja sokeri vaahdoksi. Lisää muna vatkatun joukkoon. Sekoita vaahtoon yhdistetyt kuivat aineet. Ota taikinasta 1/4 erilleen. Taputtele loppu taikina voidellun, halkaisijaltaan noin 24-senttimetrisen, vuoan pohjalle ja reunoille. Ota luumuista kivi pois ja leikkaa lohkoiksi. Levitä lohkot pohjalle. Ripottele pinnalle so-



Sinihomejuusto antaa jännittävän aromin päärynätorttuun.

Paista uunin keskiosassa 225 asteessa 10–15 minuuttia.

Luumupai
6 annosta
100 g voita
1 dl sokeria
1 muna
2 1/2 dl vehnä jauhoja
1 tl leivinjauhetta
Täyte
noin 300 g luumuja tai kriikunoita
1 kanelitanko tai pari tähtianista
Huuhto omenat ja luumut hyvin. Lohko omenat kattilaan, jätä siemenkota pois.

Ota luumuista kivi pois. Lisää luumun puolikkaat ja vesi kattilaan. Laita mukaan harsopussissa muutama luumunkivi sekä keri ja kaneli. Kauli loppu taikina pyöreäksi ja nosta luumujen päälle. Painele reunat hyvin kiinni. Pistele taikinaan reikiä. Paista 200 asteessa 30 minuuttia. Tarjoa jätelöön kanssa.

ANNELI PESSALA

SYKSYN SATOA
Luumu vai kriikuna?
Luumu ja kriikuna ovat luumarjoja, joita on joskus vaikea erottaa toisistaan. Pensasmainen kriikuna tuottaa pienikokoisia luumuja. Kriikunan hedelmää peittää hienoinen sininen nukka. Hedelmäliha puolestaan on kellanvihreää ja sitä on luumuun verrattuna vähän. Kriikuna on luumua pienempi, noin pari senttiä, luumu 4–6 senttimetriä. Luumun kivi irtooa helposti, kriikunan siemeneseen jää hedelmälihaa. Puna- ja keltaluumuja syödään sellaisenaan, salaateissa, uuniomenoiden tapaan



kypsennettynä. Kriikunoista syntyy kauniin väristä, pirtään makuista hilloa tai marmeladia. Jos sinulla on yllin kyllin omenoita, luumuja tai kriikunoita, niin nyt aika ajatella joululahjoja. Purkillinen luumuhilloa tai marmeladia ilahduttaa ainakin juuston ystäviä.



Luumu-omenahillo sopii juustotarjottimelle voimakaiden juustojen seuraksi.

kanelitanko tai tähtianiksia. Keitä hiljalleen, kunnes hedelmät hajoavat. Nosta maustepussi pois ja soseuta hedelmät. Lisää hillisokeri, sekoita ja kuumenna. Kuori pinnalta vaahto. Hauduta hetki. Tölkitä hillo puhtaisiin, kuumennettuihin purkkeihin. Pyyhi tölkin suu puhtaaksi ja sulje kuumennetulla kannella.

AJANKOHTAINEN SÄILYKE

Luumu-omenahillo

1 kg omenoita
1 kg luumuja tai kriikunoita
4 dl vettä
1 kg hillisokeria
1 kanelitanko tai pari tähtianista
Huuhto omenat ja luumut hyvin. Lohko omenat kattilaan, jätä siemenkota pois. Ota luumuista kivi pois. Lisää luumun puolikkaat ja vesi kattilaan. Laita mukaan harsopussissa muutama luumunkivi sekä