

	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	001	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96
	001	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96	06	16	26	36	46	56	66	76	86	96

Keskiviikkona 12. kesäkuuta 2013

PÄIVÄSTÄ TOISEEN

12.06.13

Aurinko nousee

Helsingissä kello 3.56 ja laskee kello 22.45 Oulussa kello 2.27 ja laskee kello 0.08

Päivän sana

12.6. Kansani horjuu kahtaalle; mi- nuun päin ja minusta pois. Se huu- taa avuksi. Korkeinta mutta ei saa apua. Hoos. 11:7
13.6. Rakkaat ystävät, niin kuin olette aina totelleet minua, kun olen

ollut luonanne, totelkaa vielä enem- män nyt, kun olen poissa; tehkää peläten ja vavisten työtä pelastuak- senne. Fil. 2:12

Nimipäiviä

Tänään keskiviikkona: Esko Huomenna torstaina: Raiii, Raila

Mietelause

Ohrankylvöaika kestää eskonpäi- vään.

Vanhaa ajantietoa Uuraisilta

MENOT

Tapahtumat

Paraisten urkupäivät 15.6. asti. **Vekara-Varkaus** -festivaalit 16.6. asti.

Iitin musiikkijuhlat 12.–15.6. **Muhoksen musiikkipäivät** 12.–15.6.

Sodankylän elokuvajuhlat 12.–16.6.

Juhannusvalmisteluja Väli- maan perinnetorpalla Eurajoel- la 13.6. klo 12–19.

Pohjois-Karjalan maakunta esittäytyy Helsingin Senaatin- torilla 13.–15.6.

Wetterhoffin talon Westarit 13.–14.6. Hämeenlinnassa. Oh- jelmaa klo 15 alkaen.

Taidehistoriallisia kävely- kieroksia Helsingin yliopiston kampuksilla 13.6. alkaen.

Puukkofestivaalit Kauhavalla 14.–15.6.

Meri ja musiikki Inkoossa 14.–16.6.

GoodMoodStock Pieksämäellä 14.–16.6.

Karjalaiset kesäjuhlat Porissa

Järjestyksessä 65. karjalaiset kesäjuhlat järjestetään Porissa ensi perjantaista sunnuntaihin. Porissa kesäjuhlat on järjestetty edellisen kerran vuonna 2002 ja sitä ennen vuonna 1976.

Kesäjuhlien teemana on mu- siikki, mikä on myös Karjalan liiton vuositema.

Juhlien keskeinen tapahtuma- alue on Porin urheilukeskus, jossa sijaitsevaan Karhuhalliin on keskitetty pääosa juhlien ta- pahtumista.

Kesäjuhlat avataan perjantai- na 14.6. puolitai päivin Satamat ja telakat suomalaisessa yhteis- kunnassa -seminaarilla Prome- nadikeskuksessa.

Lauantaina kello 11 alkaa Pro- menadikeskuksessa professori **Reijo Pajamon** johdolla karja- laisten kurorojen kuorokavalka- di. Illalla on Promenadi-salissa Karjalaisen Nuorisoliiton kan- santsissikonsertti.

Lauantaina urheilukeskukses- sa on muun muassa kyykkä- ja

seminaari Suomen ja Karjalan raja-alueiden kuorolaulun ke- hittämisestä.

Karjalaisen laulujuhlaperin- ne syntyi jo 1800-luvun lopulla, josta lähtien on järjestetty valta- kunnallisia laulujuhlia Suomes- sa. Uusi laulujuhlaperinne käyn- nistyi viime vuonna Sortavalan laulujuhlissa, jossa esiintyivät kuorot koko Karjalan alueelta.

Uuden laulujuhlaperinteen perustajina olivat Laatokankar- jalaisten Liitto ry, suomalaiset karjalaisjärjestöt ja säätiöt y-hteistyössä Karjalan tasavallan kulttuuriministeriön ja eri kul- tuuriorganisaatioiden kanssa.

MT

www.petroskoinlaulujuhlat.net

RAHAPELIT

Kierros 24

Vihjeemme:	1-s. 64-s.
1 FC Lahti – RoPS	1 1
2 FC Honka – HJK	x 1 x
3 FC Inter – MyPa	x x 2
4 KuPS – FF Jaro	1 1
5 VPS – TPS	x x
6 JJK – IFK Mariehamn	1 1 x
7 FC POHU – KTP	2 2
8 JäPS – HIFK	x 1 x
9 MP – PK K-U	1 1
10 Sporting – Härmä	1 1
11 ORP – FC YPA	2 2
12 PK-37 – EIFK	x x 2
13 GrIFK – ESaPä	1 1 x

Peli aika päättyy su 16.6. klo 18.25.

Oikeat tulokset:

Kierros 23

Vakio: 112 xxl 212 x1x1
Lotto: 3, 4, 10, 16, 20, 35, 39
Lisänumerot: 18, 36
Lauantai-Jokeri: 9 9 8 3 5 3 2

Toto75:		poissa
1. lähtö:	2	4
2. lähtö:	4	2
3. lähtö:	3	–
4. lähtö:	1	–
5. lähtö:	7	9
6. lähtö:	5	–
7. lähtö:	6	3, 4

MAASEUDUN TULEVAISUUS

Puulla lämmittäminen on aina yhtä arvoituksellista, mutta ruoka on herkullisempaa ja tunnelma parempi kuin kaasugrillillä grillatessa. **HENNA POUTIAINEN**

Makkaralle on herkullisia vaihtoehtoja

Kun halutaan grillata, makkara valitaan vanhasta tottumuksesta. Ravitsemus-terapeutti harmitte-lee, ettei vaihto-ehtoja pysähdyt ä edes miettimään.

.....

LEPPÄVIRTA (MT)

Joukko leppävirtalaisia maata-loustuottajia pääsi valmistamaan ja grillaamaan ravitsemustera- peutti **Senja Arffmanin** johdolla makkaran korvikkeita MTK:n yhdistysten vuoden Grillibaari- illassa. Illan toteutti Kuntosavot- ta Osuuskunta.

”Rosvon lantut ja punajuuret, grillatut pororieskarullat, seesa- mi-kanavartaat ja lohi-peruna- nytyt”, luettelee Arffman.

Ruokalajeille nyökytellään hy- väksyvästi jo siinä vaiheessa, kun valitaan vasta työpäreja ruokien valmistelua varten.

Helppo valinta

Arffman painottaa, että Gril- libaari-illan tärkeintä antia on testailla uusia juttuja ja opetella ideoimaan grilliruokaa.

Maitotilan emäntä **Tarja Ha- vukainen** myöntää, että mak- karaa tulee grillattua, koska se on helppo valinta. ”Tänään on mukava päästä oppimaan uutta grillaamisesta muiden viljelijöi- den tapaamisen lisäksi.”

Grillibaari-ilta kiinnosti tuot- taja, sillä kaikki 14 paikkaa täyt- tyivät nopeasti.

”Aina on joku homma kesken, mutta toisaalta koskaan ei pidä olla niin kiire, etteikö tällaiselle yhteiselle illanvietolle löytyisi muutamaa tuntia aikaa”, sanoo **Ulla Kauhanen**, emolehmätilan emäntä.

Puulla parasta

Grillibaarin kolme grilliä lämmi- tettiin puulla.

”Puulla lämmittäminen on aina yhtä arvoituksellista, mutta ruoka on herkullisempaa ja tun- nelma parempi kuin kaasugrillil- lä grillatessa”, totesi **Henna Pou- tiainen** tulta kohennellessaan. ”Samalla saa herkullisen savun maun ruokiin.”

Feta-kasvikset pyöräytettiin tiukasti folion sisään, jotta aro- mit saatiin säilymään.

”Kasvisnyyttejä on tullut tehtyä itsekin. Olen vain pilkko- nut erilaisia kasviksia pieniksi paloiksi, laittanut sekaan tuo- rejuustoa tai kermaa ja antanut hautua”, kertoi **Irja Tiitinen**.

Eniten ääniä

Ulla Kauhanen valmisteli tyttä- rensä **Millan** kanssa seuruelle jälkiruuksi suklaabanaaneita.

Banaanin kuoreen tehtiin vain



Milla ja **Ulla Kauhanen** nipistivät emolehmätilan kiireiltä aikaa yhteiseen grilli-iltaan. Äiti ja tytär olivat vastuussa grilliporukan jälkiruusta.

kylkeä pitkin kulkeva viilto, jo- hon työnnettiin banaanin pitu- delta maitosuklaata.

”Folioon käärittyjen banaanien päälle voi laittaa myös vaah- tokarkkeja”, ehdotti Arffman.

Kun kaikkia herkuja oli pääs- ty maistamaan, nousi porories- karullat lähes kaikkien grillibaa- rilaisten suosikiksi.

Pororieskarulliin tarvittiin tuorejuustoa, johon vatkattiin kylmäsavupororouhe, pork- kanaraaste ja silputtu punasipuli. Mausteiksi lisättiin rosmariniia, suolaa ja mustapippuria.

Tahna rieskan päälle, rullaas ja herkku grillaantumaan.

SARI PENTTINEN

Grillauskulttuuri on nuori

Suomalainen grillauskulttuuri on nuori. Kesäinen grillaaminen alkoi yleistyä vasta 1970-luvulla, muistuttaa ravitsemusterapeut- ti **Senja Arffman**.

”Grilliin valitaan mielellään tuttua ja turvallista, eli makka- ra. Kokolihan grillaaminenkin on uusi juttu, ei siihen ollut en- nen varaa.”

Tutun ja turvallisen makka- ran sijaan tai lisäksi Arffman kannustaa kokeilemaan uusia reseptejä ja ujuttamaan ruokiin kasviksia mukaan.

”Esimerkiksi vartaista on

helppo lähteä liikkeelle. Var- taaseen voi laittaa melkein mitä vain, helppoja lisukkeita kas- visten kaveriksi ovat vaikkapa lihapullat tai nakit.”

Grillibaarissa Leppävirralla vartaisiin laitettiin mausta- mattomia broilerisuikeleita. Marinadi tehtiin makeasta chilikastikkeesta, hunajasta ja soijakastikkeesta.

Lihoja marinointiin liemessä tunnin verran.

Vartaisiin laitetut lihat pyö- riteltiin vielä seesaminsieme- nissä.



Grillissä voi valmistaa tyyppilisten kasvisnyyttien ja vartai- den lisäksi vaikka porolla täytettyä rieskaa ja suklaabanaa- neja.



Senja Arffman kehottaa ujuttamaan runsaasti kasviksia grilliruokien joukkoon.

Huonot kokemukset

Kasviksia pitää kypsentää pit- kään matalassa lämmössä, jotta ne hautuvat herkullisiksi, neu- voo Arffman. ”Pinnalta palanut ja sisältä raaka kesäkurpitsa ei ole mikään makuelämys.”

Makkaraa ei tarvitse tiputtaa grillattavien listalta kokonaan pois, eikä makkaran liha- tai rasvapitoisuuden tuijottaminen ole olennaista.

”Syöminen on kokonaisuus. Olennaisempaa on syötyjen makkaroiden määrä, syödään- kö pelkästään makkaroita vai

syödäänkö samalla kertaa myös paljon vihanneksia sekä kasvik- sia.”

Kesä on syömisen kannalta haastavaa aikaa ja ihmiset salli- vat itselleen enemmän herkut- telua kuin muulloin.

”Kilokaloreita kertyy hel- posti etenkin alkoholista. Moni vertaa kevytmaidon ja oluen energiasisältöä, mutta kuinka moni juo maitoa litratolkulla esimerkiksi saunan lämmityk- sen ja saunomisen yhteydessä?” kysyy Arffman.

SARI PENTTINEN

HEVOSELÄMÄÄ

Hevos-Marja ja Tumma

Parikymppinen helsinkiläistyttö Marja lähti 1960-luvun lopulla Lappiin ja asettui Kittilään. Hän- tä kiinnostivat hevoset ja ravit. Tavattuaan lappalaismiehen, jolla oli samat kiinnostuksen kohteet, he muuttivat Pohjois- Norjan Svanvikiin. Hakokoskel- le he rakensivat talon, tallin ja ladon. Pariskunta osti ameri- kalaisen lämminveritammajan ja alkoi kasvattaa ravihevosiä.

Hevoset laidunsivat läheisissä valtion metsissä. Naapureilta ostettiin heinää ja sitä haettiin myös Ivalosta. Läheinen suo oji- tettiin ja peltoon kylvettiin ohraa ja kauraa. Varsinaisia laitumia ei ollut, mutta naapureiden paketi- nin pantuja peltota käytettiin.

Joidenkin vuosien kuluttua lapinmies lähti ja Marja jäi yksin hevosten kanssa. Alkuun hevosiä harjoitutettiin naapurin radalla, mutta myöhemmin Marja laitto i oman radan.

Olin ottamassa aikaa, kun Marja harjoitti nuorta Sundmari- varsaa. Varsaa kiritettiin toisen hevosen selästä ja aika oli hyvä.

Tammat varsoivat pääasiassa tammoja. Yksi orivarsa myytiin Ruotsiin ja siitä tuli huippuravi- vuri.

Marjaa kutsuttiin Hevos-Mar- jaksi ja hänet tunnettiin Norjan ja Suomen raviradoilla ja talleilla. Hevoset hän harjoitti itse, mutta raveissa käytettiin ajajaa. Marja kuljetti hevosiä ympäri Suomea. Hevosten kengittäjänä toimi muuan mies, jonka sukunimi oli

Rasmus. Valjashuone oli talon yhteydessä. Valjaita oli useita, sillä lähiseudun tytöt kävivät Marjan luona ratsastamassa.

Marjan viimeinen emotamma oli lempinimeltään Tumma. Sen viimeiset varsat olivat nimeltään Taika ja Sundmari. Norjan- matkallani 1990-luvulla pääsin ratsastamaan Tumman paljaalla selällä sekä satulassa ison Taikan selässä. Marja ratsasti Tummall aina ilman satulaa samalla kirjaa lukien. Marja ja vapaana kulke- vat hevoset tekivät pitkiä lenke- kejä läheisissä metsissä.

Taloon tuli tuttu ratsasta- ja, joka vei Tumman retkelle. Ratsastaja oli ihmetelty, miksi hevonen oli vähän väliä pyrkinyt katsomaan vatsaansa. Lenkiltä tultua hevonen oli hyvin sairas: se piehtaroi ja oli tuskinen. Paikalle hälytetty eläinlääkäri ei osannut auttaa. Yön tullessa Marja valvoi hevoseensa vieressä. Tum- ma kuoli pää Marjan sylissä.

Taloon oli jo aiemmin tilattu ojankaivuutrktori. Sillä kai- vettiin hauta Tummalle metsän laitaan. Tumman kuollessa oli Marja jo itsekin sairas. Hevoset vietiin hoitoon eri talleille, ja Marja kuoli seuraavana keväänä. Hevos-Marjan hauta on Svanvi- kin hautausmaalla. Haudalla on luonnonkivi Marjan pihasta, ja sen metallilataassa lukee ”Mar- ja”. Näin oli Marjan veli hoitanut asian.

LEENA PÄTSI

Lohiranta