PÄIVÄSTÄ TOISEEN

Tuotteiden markkinointi, myynti ja logistiikka ovat haastavia ja niihin tarvittaisiin enemmän yrittäjien välistä yhteistyötä. **MTK:N RUOKAKULTTUURIASIAMIES ANNI-MARI SYVÄNIEMI**

Juhannuksena grilli käy kuumana

Juhannuksena ruokaillaan rennosti ulkona. Juhannussaunan ja kokon jälkeen kaikilla on nälkä, joten pikaateria on paikallaan.

Makkarat ja sämpylät saavat rapean paahteisen pinnan grillissä. Raparperiketsuppi ja kasvissalsa täydentävät kesäisen grilliannoksen.

Juhannuspäivänä grillissä paistuu pestolla maustettu broileri tai kasleri. Kypsennä lisäksi maissintähkiä, pikkusipuleita, pujota vartaaseen kypsymään minitomaatteja, mozzarellapallosia sekä paprikasuikaleita.

Jälkiruuaksi grillataan kuorineen banaania. Mustanruskeaksi paahtuneet banaanit kuoritaan ja nautitaan jäätelön ja sulatetun suklaan kera.

JAANA KANKAANPÄÄ

Sämpylöitä, erilaisia makkaroita sekä varhaissipulia on tarjolla yöttömän yön nälkäisille juhlijoille. Kotitekoinen raparperiketsuppi antaa mukavaa kirpeyttä kasvismakkaralla täytettyyn porilaiseen.

Grillimestarin sämpylät

10 kpl
5 dl maitoa tai vettä
25 g hiivaa
2 dl kaura- tai spelttihiutaleita
1 tl suolaa
2 rkl siirappia
9–10 dl sämpyläjauhoja
50 g voita

Liuota hiiva kädenlämpöiseen maitoon. Lisää kaurahiutaleet ja anna turvota noin 15 minuuttia. Lisää suola, siirappi ja alusta joukkoon jauhot ja pehmeä voi. Kohota. Leivo kohonneesta taikinasta 10 pyöreää sämpylää tai 15 pitkulaista.

Anna kohota. Kun painat sormella, niin kohonnut taikina nousee takaisin. Kypsennä 225 asteessa 15 minuuttia.

Raparperiketsuppi

noin 5 dl
1 punasipuli
1 valkosipulin kynsi
5 dl raparperiviipaleita
1 dl vettä
1 dl fariinisokeria
1 rkl etikkapunajuuren lientä
1/2 tl mustapippuria
1/4 tl suolaa
1 dl tomaattimurskaa
(2 rkl makeaa chilikastiketta)

Leikkaa kuoritut sipulit kuutioiksi. Kuori raparperi ja viipaloi. Laita kaikki ainekset teräskattilaan ja keitä, kunnes sipulit ovat pehmeitä. Soseuta tasaiseksi. Lisää etikkapunajuuren lientä, jos kaipaat lisähappoa. Mausta halutessasi vielä chilikastikkeella.

Sinappimajoneesi

noin 4 dl
1 muna
2 rkl voimakasta sinappia, esim. Dijon
3 dl rypsiöljyä
1 rkl valkoviinietikkaa tai sitruunamehua
1/2 tl suolaa
1 maustemitta valkopippuria

Levitä astiapyyhe pöydälle suojaksi ja nosta korkea kulho sen päälle. Yhdistä kulhossa muna, sinappi ja puolet viinietikasta. Laita sauvasekoitin kulhon pohjalle. Mittaa rypsiöljy päälle ja nosta sauvasekoitinta hiljalleen, jolloin pohjalta alkaen muodostuu emulsio. Mausta vielä lopulla viinietikalla, suolalla ja ripauksella valkopippuria.

Valmis majoneesi säilyy kylmässä 3–4 vuorokautta.

Sinappinen kermaviilikastike

5 annosta
1 prk (200 g) kermaviiliä tai turkkilaista jugurttia
1 rkl sitruunamehua
1/4 tl suolaa
1/2 rkl sokeria
1/2 tl rouhittua mustapippuria
2 rkl vahvaa sinappia

Sekoita salaatinkastike ja anna sen maustua ennen tarjoilua.

Kasvissalsa

5–6 annosta
3 tomaattia
1/2 (100 g) kurkkua
1 punasipuli
1 valkosipulin kynsi
4–5 mustaa oliivia
1 rkl sitruunamehua
1/2 dl yrttisilppua: basilikaa, persiljaa, ruohosipulia
1/2 dl makeaa chilikastiketta

Leikkaa kurkku ja tomaatit mahdollisimman pieniksi kuutioiksi. (Jos tomaatit ovat hyvin mehukkaita, valuta niistä ylimääräinen liemi pois.) Leikkaa sipuli ja oliivit pienen pieniksi kuutioiksi. Purista valkosipulin kynsi ja yhdistä kaikki aineet. Anna makujen tasoittua pari kolme tuntia ennen tarjoilua.

Kesäporilainen

pitkä sämpylä
nakki, bratwursti tai tofu-kasvisgrilleri
raparperiketsuppia
tomaattisalsaa

Kuumenna grillissä sämpylän puolikkaat ja nakit. Laita toiselle pohjapuolikkaalle kuumennettu makkara ja salsaa. Pursota päälle raparperiketsuppia.

Makkarahampurilainen

pyöreä sämpylä
viipale leikkelemakkaraa, esim. kinkku- tai lauantaimakkarasta
sipuliviipaleita ja - varsia
sinappia
raparperiketsuppia

Leikkaa kinkku- tai lauantaimakkarasta noin sentin paksuisia viipaleita. Kuumenna grillissä molemmin puolin. Grillaa myös kevätsipulin viipaleita ja varsia. Kuumenna grillissä sämpylän puolikkaat.

Nosta sämpylänpohjalle makkaraviipale ja sivele sinapilla. Levitä päälle sipulia ja raparperiketsuppia. Nosta kansi päälle.

Saunajuoma

8–10 annosta
1 l omenatäysmehua
1/2 dl siirappia
1 sitruunan mehu
5 dl sitruunajuomaa
5 dl kivennäisvettä

Sekoita siirappi ja mehut. Lisää joukkoon kylmä sitruunajuoma ja kivennäisvesi.

Pestogrillatut broileripalat

4 annosta
4 maustamatonta broilerin rintaleikettä
50 g voita sulatettuna
3 valkosipulin kynttä hienonnettuna
2 rkl sitruunamehua
1/2 dl pestoa
1/2 tl suolaa

Leikkaa broilerileikkeisiin syviä viiltoja. Yhdistä mausteet voisulaan ja kaada broilerien päälle. Anna maustua jääkaapissa hyvin peitettynä muutamia tunteja tai yön yli. Sekoita välillä, että maut tasaantuvat. Nosta broilerit huoneenlämpöön noin puoli tuntia ennen kypsennystä.

Grillaa broilerit grillissä, paista muurinpohjapannulla tai kypsennä uunissa 200 asteessa noin 45 min, kunnes liha on kypsää. Voitele välillä voi-pestoseoksella.

Kurkku-tomaattikastike

400 g tuoretta kurkkua
2 tomaattia
2 dl turkkilaista jugurttia
1 prk (200 g) raejuustoa
2 rkl sitruunamehua
1 tl sitruunapippuria
1 tl suolaa
1/2 dl persiljaa tai ruohosipulia hienonnettuna

Valmista kastike. Kuori kurkku ja halkaise se pituussuunnassa. Poista siemenet lusikalla. Halkaise tomaatit ja poista siemenet lusikalla. Kuutioi kurkku ja tomaatit pieniksi kuutioiksi. Yhdistä muiden aineiden kanssa. Tarjoa kastiketta broilerin ja perunoiden kanssa.

ANNELI PESSALA

Keskikesän herkkuhetkeen

Pähkinäkupit

6–8 kpl
1 pussi (70 g) jauhettua hasselpähkinää
6 rkl sokeria
50 g voita
2 tl vehnäjauhoja
1 rkl kermaa tai maitoa
Täyte
vaniljajäätelöä
mansikoita

Mittaa ainekset kattilaan. Kuumenna sekoittaen, kunnes voi ja sokeri ovat sulaneet. Älä keitä.

Piirrä teelautasen avulla leivinpaperiin neljä noin 10 sentin ympyrää.

Levitä ruokalusikallinen taikinaa piirroksen mukaan. Paista 175 asteessa noin 10 minuuttia.

Pitsinen pähkinäkuppi on juhlava tarjoiluastia. Pähkinä ja vaniljajäätelö saavat annoksen maistumaan nougatjäätelölle.

Ota pelti uunista, kun levyjen reunat ovat ruskeat ja keskusta vielä hiukan vaalea. Paistamista on syytä vahtia, jotta levyt eivät pala.

Irrota levyt vielä lämpiminä ja taivuta ylösalaisin käännetyn lasin tai kupin päälle. Toinen vaihtoehto on taivuttaa levyt ulospäin levenevän pikkukulhon sisään. Kuivaa paperille valunut rasva talouspaperiin ja tee lopusta taikinasta levyt.

Kupit ovat hauraita, joten käsittele varovasti. Täytä jäätelöllä ja tuoreilla mansikoilla.

Jos kuppi menee rikki, nostele pitsiset palat lautaselle jäätelön ympärille.

Tarjoa kahvin kanssa tai jälkiruokana.

Serkukset Rasmus, Aarni ja Roope matkalla juhannussaunaan. Juhannuksen kunniaksi lasten saunakoriin on pakattu mehupohjaista limonadia.

PORILAINEN

Suosittu grilli- ja yöruoka sai alkunsa 1950-luvulla

Alkujaan porilainen tehtiin kahdesta paahdetusta leipäviipaleesta ja Metsästäjämakkarasiivusta, mausteena raakaa sipulia, sinappia, ketsuppia ja kurkkusalaattia.
Tämän päivän porilainen kootaan useimmiten vaalean sämpylän väliin.
Näin täytetty sämpylä muistuttaa jonkin verran hampurilaista.
Makkaran lisäksi täytteeksi lisätään maustekastiketta ja kasviksia.

Makkaraa monipuolisesti

Porilaisen tai hampurilaisen voi koota valmiiden sämpylöiden väliin.
Kotitekoisilla sämpylöillä saa vaihtelua melko mauttomiin perussämpylöihin.
Kokeile ruispaloja, jälkiuunileipää, ciabattaa ja pitaleipää.

Sämpylöissä on valinnan varaa

Kuumenna pitkulaisen sämpylän väliin nakki tai bratwursti.
Sentin paksuinen viipale leikkelemakkaraa täyttää sopivasti pyöreän sämpylän.
Varaa grilliin kasvisvaihtoehto.
Kasvisnakkeja myydään pakastealtaasta.
Kotimainen tofu kasvisgrilleri löytyy makkarahyllystä.

Kastikkeita

Majoneesi on perinteinen kastike täytettyjen grillisämpylöiden kastikkeena.
Majoneesista tulee sitä paksumpaa, mitä enemmän käytät öljyä.
Yksi muna emulgoi enintään neljä desilitraa öljyä.
Mieto rypsiöljy on parasta, oliiviöljyllä tulee tunkkaisen makuinen kastike.
Kermaviilistä tai turkkilaisesta jogurtista tehty kastike on raikas vaihtoehto porilaiseen.

Lisukkeita

Porilaiseen ja makkarahampurilaiseen kuuluu myös kasvislisäke.
Se voi olla maustekurkkua, tomaattiviipaleita, sipulia, kurkkusalaattia tai ketsuppia.
Kokeile raparperiketsuppia perinteisen ketsupin tilalla.
Kasvissalsa on raikas ja kesäinen lisäke makkaralle.
Nuori sipuli varsineen paahtuu nopeasti kuumalla grillillä.
Ripottele halutessasi sipulin joukkoon mausteita: pippuria, punaviinietikkaa ja fariinisokeria.

Herkkujen Suomi

Lähiruoka esillä elokuussa

Suomalaisten maakuntien lähiruoka on jälleen esillä elokuussa Helsingin ytimessä. Tänä vuonna kolmatta kertaa järjestettävä Herkkujen Suomi -lähiruokatapahtuma esittelee yli sata lähi- ja luomuruuan tuottajaa sekä kotimaisten pienpanimoiden tuotteita.

”Tavoitteena on nostaa esille suomalaista ruokaa ja sen alkuperää”, kertoo MTK:n ruokakulttuuriasiamies **Anni-Mari Syväniemi**.

Syväniemen mukaan lähiruoka kiinnostaa kuluttajia aidosti ja sen ympärille on syntynyt paljon uusia yrittäjiä.

Syväniemi kertoo, että lähi- ja luomuruokayrittäjillä menee huonosta taloustilanteesta huolimatta kohtalaisesti.

”Suurimmat haasteet ovat kysynnän ja tarjonnan kohtaamisessa. Tuotteiden markkinointi, myynti ja logistiikka ovat haastavia ja niihin tarvittaisiin enemmän yrittäjien välistä yhteistyötä.”

Kuluttajia lähi- ja luomuruoka kiinnostaa, mutta yrittäjien pitäisi kuunnella kuluttajien toivomuksia herkällä korvalla ja osata tuoda tuotteitaan paremmin esille, Syväniemi toteaa.

MTK:n ja Maaseudun Sivistysliiton tänä vuonna julkaistun kyselytutkimuksen mukaan kolme neljästä suomalaisesta uskoo, että suomalainen ruoka on turvallisempaa kuin EU:n ulkopuolelta tuleva ruoka.

Liki 80 prosenttia arvioi, että koulu- ja työpaikkaruokailussa pitäisi käyttää enemmän lähellä tuotettuja raaka-aineita. Noin neljä kymmenestä ilmoitti valitsevansa jatkossa enemmän luomutuotteita.

Järjestäjien mielestä Herkkujen Suomi -tapahtuma on yrittäjille hyvä tilaisuus esitellä tuotteitaan ja verkostoitua muiden toimijoiden kanssa. Tapahtuman järjestävät MTK, ruotsinkielinen SLC, Ruoka Suomi -teemaryhmä, Pienpanimoyhdistys sekä Lammin Sahti.

Tapahtumassa on tarjolla maakuntien omia erikoisuuksia, kuten karjalanpiirakoita, muikkukukkoa ja porotuotteita. Perinteisten tuotteiden rinnalla tarjotaan muun muassa suomalaisia villitryffeleitä, käsintehtyä suklaata ja ruusunterälehtihilloa.

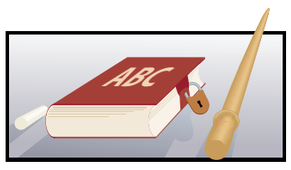
Ruokatarjonnan lisäksi ohjelmalavalla grillataan lähiruokaa ja keskustellaan suomalaisesta ruuasta.

AURA PILKAMA

Herkkujen Suomi 22.–24.8. Helsingin Rautatientorilla.

KOULUPÄIVÄKIRJA

Kipeät jäähyväiset



Kuinkahan pitkälle voimme mennä hävittämällä hyväksi koetun ja perinteen, kun haemme aina vain uutta? Tämä tuli mieleeni, kun sain opettajakollegaltani päiväkirja-aineistoa, jossa on jopa kipeyttä, sillä omatkin muistot lähtivät vuosikymmenten matkalle.

Samasta opettajakoulutuslaitoksesta, Kajaanin seminaarista, 1969 valmistunut kollega, kulttuuripersoona ja lausujanakin tunnettu Eino Kaikkonen lähetti dokumentteja, kun hänen luokkansa rippeet kokoontuivat Kainuun kaupunkiin ja järjestivät 44 vuoden jälkeen jäähyväiskäynnin tuohon kunnianarvoisaan seminaariin.

Kajaanin opettajakoulutusyksikön toiminnot päättyvät juhannusviikolla. Samalla sulkeutuvat yhden tunnetun opinahjon ovet.

Nostalgiaa elävän valmistujaisluokan jäljelle jääneet kulkivat tyhjillä käytävillä, vaelsivat pihapiirissä. Lopuksi Eino Kaikkonen lausui päärakennuksen pääoven portailla Einon Leinon runon Hymni tulelle. Muut hartaantuivat kuuntelemaan puoliympyrässä kasvot kohti vuonna 1900 valmistunutta rakennusta.

Nyt on pakko mennä taas tuosta kaksoispääovesta sisään kuin silloin maalaisnuorukaisena ensi kerran. Silloin tämä arka, sivistystä janoava, seminaariin pääsyt nuorukainen luki aulan yltä ornamenttikirjoituksen: Elämän totuutta etsi.

Jokainen sana tuli olemaan kohdallani totta.

Tämä seminaari on kouluttanut opettajia toistasataa vuotta. Se antoi myös minulle sivistyspohjan, jolta oli hyvä lähteä opiskelemaan myös muuta. Ennen kaikkea kohtaamaan maan ja maailman sivistysperintöä ja jakamaan sitä, omien voimiensa mukaan, niille jotka ovat halunneet sitä vastaanottaa.

Kajaanin seminaarista ovat lähtöisin monet maamme kuva-, sävel- ja kirjallisuustaiteen moniosaajat. En kirjailijana olisi mitä olen, ellen olisi saanut seminaarin äidinkielenopettajaltani, julmalta naiselta, lähtöä tälle uralle. Hän löi nyrkkiä pöytään ja sanoi että kirjailijana sanokaa sitä tai tätä, mutta nyt tehdään näin!

Musiikinopettajana oli kuuluisa säveltäjä ja urkuri. Olimme hänen johdollaan 1960-luvun alussa taidematkalla pääkaupunkiin (oopperan baletti, sinfoniakonsertti, Sibelius-Akatemia). En sano että psykopaatti, ehkä persoona.

Olisittepa olleet läsnä, kun meidät otti Sibelius-Akatemiassa vastaan legendaarinen rehtori Taneli Kuusisto. Tämä meidän musaopettaja kysyi, että ”mitäs tänne hullujenhuoneeseen kuuluu?” Taneli Kuusiston naama olisi ollut näkemisen arvoinen.

Opettajakoulutuksen uudistus on ymmärrettävää. Sitä haluttiinkin jatkaa Kajaanin OKL:n kampuksella. Kysyin kerran opetusministeriltä, lakkautetaanko Kajaanin laitos. Ei, ei, oli vastaus. Kävi toisin. Oulun yliopisto teki raa’an itsekkään teon, kun vaati opettajakoulutuksen pois, siis kokonaan Ouluun.

Kainuu on taistellut oman sivistyskehtonsa, Kajaanin seminaarin puolesta toista vuosisataa. Nyt Kainuusta on viety kaksi sen sydänalaa: puunjalostus ja seminaari. Jos kansansivistys (Kajaanin seminaari) ja puunjalostus (Kajaani Oy), nuo maamme kaksi perusasiaa, eivät maakunnissa kannata, hiihtelemme oudoilla laduilla.

Kajaanin maanviljelyseura tilasi Ilmari Kiannolta 1911 omaksi lauluksi Kuulkaa korpeimme kuiskintaa. Siitä tuli sitten suosituimpia maakuntalaulujamme.

Näin Kianto: ”Kainuun kansa, ah arpasi lyö! Missä on ryhtisi, kunniatyö? Meidän on uudesti luotava maa...”

Kainuun on otettava nuo säkeet uudelleen käyttöön. Metsämaakunta ja sivistystahto palauttakoot nuo perinteet hinnalla millä hyvänsä.

MATTI SUMMANEN
on vantaalainen kirjailija ja opettaja.

matti.summanen@pp1.inet.fi