

[illegible]

VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMILLA

Nyt sitä saa!

Nyt sitä saa, nyt sitä saa, vatsansaa täyteen mansikkaa...
Juhannus on vähän kuin joulou, mutta oikeastaan paljon parempi.

Sinä missä kinkku, laatikot ja lipeäkala pitää vääntää veren maku suussa kolmesata vuotea vanhan perinteen mukaisesti, juhannusruuista ei tarvitse ottaa paineita.

Riittää kun heittää uudet perunat veteen ja kääntää grillin kuumaksi. Salaatti syntyy tuoreista ruuista kun itsestään.

Tänä vuonna vietimme mittumaara seitsemän ystävättären voimin Päijänteen rannalla Sysmässä. Juhannussapuska loihdittiin letkeän kesämunan voimin.

Leikkuluuladuistoja ja veitsistä suorastaan tapeltiin, kun kaikki halusivat osallistua aterianvalmistukseen.

Jä miten hyvältä kaikki maistuikaan leppoisassa kesäutlessa mökin verannalla!

Rakastan tätä aikaa, kun kaupasta ei tarvitse rahdada ruokaa selkää vääränä.

Ruokavalionni koostuu kesällä lähes pelkästään uusista perunoista, sinappisillistä, salaateista ja mansikoista. Kesäsipulien renkaat krunaavat salaatin ja naatit paistina voissa.

Jos vielä saa naapurimökin kalastajalta tai lähikaupasta savumiekkuja, ateria on täydellinen.

Yritän parhailiani oikein toittottaa itselleni, että muistan syödä tarpeeksi mansikoita. Talvella aina harmittama, miksen syönyt niitä enemmän.

Kun aurinko paistaa yöt läpensä ja kedon kukat hekumoivat, alkaa näilläkin leveyskillä tapahtua.

Ruoka kasvaa, ja viikko toisen jälkeen valikoima lisääntyy.

Tuskin maltan odottaa, että saan rynnistää pöimurin kanssa mustikametsään.



SUVI NIEMI on
MT:n toimittaja.



suvi.niemi@
mt.fi



SUVI NIEMI on
MT:n toimittaja.

suvi.niemi@
mt1.fi

Kesäruokaa porukalle

Uutusalainen keittokirjailija **Lisa Lemke** on hiljattain suomeksi julkustussa Sydään porukalla -kirjassaan ideoinut kesäisen leppoisten tapaamisten tarjottavia.

Kokonaissuikseksi löytöy ohjeita niin piknikeille, brunseille kuin päivällisillekin, mutta tärkeintä on, että ystävät syövät yhdessä ja nauttivat kesästä ja herkuista. Ohjeista voi koostaa tarjottavaa myös omien mieltymysten mukaisiksi kokonaissuiksiksi.

Reseptien annoskoot vaihtelevat tavallisista neljän hengen ohjeista jopa 16–20 hengelle riittäviin. Kannattaa katsoa ohjeen alusta, kuinka monelle ohjeen on ajateltu riittävän.

Löysin resepteistä kivoja yllätyksiä, kuten piparjuuri-sitruunavoin ja porkkanavuohenjuustodipin sekä punajuurista, perunoista ja vuohenjuustosta makunsa saavan uuniipiraan.

Mukavaa, että Lemke opastaa myös suunnittelevaan ruuat ja tarjoilut etukäteen silloin, kun tarjottavaa pitää valmistella isommalle porukalle. Tarkoituksena on sekä rentoutua vieraiden kanssa että samalla syödä hyvin, kuten hän toteaa.

Sitä pikkuisen vierastan, miksi jonkun työtävän pitää olla ”hirmu näppärää” ja samperin siistiä”, mutta jos ronskista kielenkäytöstä ei piittaa, niin mukatonta kesäitarjottavaa miettivälle Lisa Lemken ohjeista on varmasti hyötyä.

MAIKKI KULMALA
Lisa Lemke: Sydään porukalla.
Tervetuloa kesäpöytään!
176 sivua. WSOY.



MAIKKI KULMALA
Lisa Lemke: Syödään porukalla.
Tervetuloa kesäpöytään!
176 sivua. WSOY.

Hyvää Suomesta
myös venäjäksi
ja englanniksi

Suomen ruokaviennin edistämiseksi on suomalaisen ruuan Hyvää Suomesta -aluperämerkki käännetty myös venäjäksi ja englanniksi. Kieliversioita voivat käyttää Ruokatiedon jäsenet samoisilla elintarvikkeissa, joille on myönnetty suomenkielisen merkin käyttöoikeus.

Markkinointi- ja viestintäpäällikkö **Minna Kantén** Ruokatiedosta pitää ruokaviennin kasvattamista tärkeänä, koska sen avulla moni yritys voi parantaa taloudellista kannattavuuttaan ja mahdollisuuksiaan työllistää lisää henkilöstöä.

"Hyvää Suomesta -merkki korostaa, että elintarvikkeen raaka-aineet on kokonaan tai pääosin tuotettu Suomessa. Ruuan valmistus ja pakkaaminen tapahtuvat luonnollisesti täällä", Kantén sanoo.

"Hyvää Suomesta -merkittyjä elintarvikkeita on merkin koko 20-vuotisen taipaleen ajan mennyt myös rajojemme ulkopuolelle. Monille venäläisille Hyvää Suomesta -merkki onkin jo tuttu, ja se tuo epäilemättä lisäarvoa ruokavientiä Venäjälle harjoittaville yrityksille".

Hyvää Suomesta -tuotteiden ainesosien keskimääräinen suomalaisuudesta on 95 prosenttia, ja merkin käyttöä valvotaan.

MT



Marja-aika alkaa mansikoista

Kesän makeimmat
mansikat poimitaan
suoraan suuhun.
Kun mansikoita on
syöty riittävästi
sellaisenaan, on
aika valmistaa myös
raikkaita ja makeita
jälkiruokia.

Marja-ikka alkaa kotimaisilla mansikoilla. Etsi mansikkapaikka pellonpientareelta, sillä ahon metsämansikan lukua ei runsaasti kesäkuun alussa. Villin mansikan maku tuo muistot lapsuuden mansikkamaidosta.

Mansikkalajikkeiden maku ja rakenne vaihtelevat. Uusia lajikkeita tulee lähes joka vuosi, joten maistele ja etsi oma suosikkisi.

Raparperi ja mansikka ovat tuttu maku yhdistelmä. Kokeile erilaisia yrttejä ja juustoja mansikan kanssa salaateissa sekä jälkiruokana. Pistä tikku happeeseen mansikkaan ja kasta suolaalaan tai paksuun suolaakastikkeeseen.

Mansikkabruschetta
6 annosta, 12 kpl
1 monivilijapatonki
1 pkt pippirijuustoa (Musta Pekka)
12 mansikkaa
tuoretta basilikaa

Leikkaa patonki viinottain viipaleiksi, 12 viipaleelta. Lado viipaleet uunipellille ja paahda 250 asteeseen noin kaksi minuuttia. Estet leivo tai tee samalla uunissa jotain ruokaa, niin käytä leivänpaahdinta viipaleiden paahattamiseen.

Leikkaa juusto viipaleiksi ja levitä paahdetun viipaleen päälle. Viipaloit mansikat ja nosto viipaleita pippirijuuston päälle limittäin. Koristele basilikalehdillä.

Kylmä mansikkakeitto

6 annosta

1 l tuoreita mansikoita
riippaus mustapippuriruuhetta
myllystä
1 dl sokeria
2 rkl tuoretta minttua
1 omenatäysmehua
tai päärynäsieriä
Annoksiin
1 pussi (150 g) sinihomejuustomurua

Perkaa mansikat ja huuhdo ne tarvittaessa. Voit käyttää myös pakastemansikoita.

Seoseuta mansikat sauvasekoittimella tai monitoimikoneella. Lisää mausteet ja minttu hienonnettuna. Käytä sokeria mansikoiden makeuden mukaan. Sekoita juokseen mehua tai siideri. Anna jäähtyä jääkaappikylmäksi ennen tarjoilua.

Jaa keitto lautasille. Ripota annosten keskelle juustomurua.

Tarjoa heti virkistävästä alkukeittona tai väliruokana mansikkabruschetan kanssa.

A white bowl filled with vibrant red tomato soup, topped with a dollop of crumbled blue cheese. In the foreground, a crostini is topped with a spread of white cheese, several slices of fresh strawberries, and a sprig of fresh basil. The dish is presented on a white plate against a dark background.

JAANA KANKAANPÄÄ

Mansikan makeus ja Aura-juuston suolaisuus täydentävät toisiaan kylmässä mansikkakeitossa. Makuyhdistelmän kruunaa pippurinen bruschettaleipä.

1 ruukku jäsalaattia
1–2 kevätsipulia varsineen
1 pak (300 g) mozzarellapalloja
mustapippuria, suolaa
400 g vesimelonia
100 g ohuen ohutta kinkkua
1/2 l mansikoita

Mansikka-jugurttikastike
 2 dl turkkilaista jogurttia
 2 dl mansikoita
 1/2 rkl sokeria
 1 tl suolaa
 1/2 tl mustapippuria
 3–4 basilikan oksaa tai
 1 tl tuoretta rosmariinia

Huuhtele ja kuivaa salaatti.
 Revi se vadille. Levitä päälle
 hienonnettuun kevätspulpi ja va-
 lutetun mozzarellaletun. Jauha
 myllystä juustopalloille hiukan
 mustapippuria ja ripaus suolaa.
 Kuori ja kuitioi meloni. Lisää

meloni ja mansikkaviipaleet salaatin päälle. Leikkaa kinkkuviipaleet puoliksi ja pyöryttä ruusukkeiksi salaatin joukkoon. Sekoita kastikkeen aineet keskenään ja tarjoa kastike erikseen kulhosta.

Ahomansikat ja jugurtti kerroksittain
4 annosta
 2 dl kuohukermaa
 2 dl kreikkalaista jugurttia
 1/2 dl sokeria
 1/2 tl vaniljasokeria
 2 dl ahomansikoita
Koristeeksi
 sitruunamelissan-
 mintunlehti
 Vaahdota kerma. Vatkaa
 joukkoon jugurtti ja sokerit.
 Tarkista maukeus. Jaa marjat ja
 jugurttivaahdot kerroksittain

annoskulhoihin. Tarjoa jälkiruokana tai välipalana.

Mansikkajäädyke
 6–8 annosta
 2 prk (à 200 g) makeaa
 mansikkarahkaa
 3 rkl sokeria
 1 tl vaniljasokeria
 3 dl mansikoita
 2 prk (2 1/2 dl) vaahdotuttavaa
 mansikkakermaa
Koristeluun
 noin 2 dl mansikoita
 tummaa suklaata

Yhdistä raakaan sokerit ja
 mansikat seosena tai pieninä
 paloina. Vaahdota mansikka-
 kermaa ja lisää seokseen. Tar-
 kista maku, lisää halutessasi
 sokeria. Kaada seos vedellä
 huuhdeltuihin annosvuokiin,
 kahvikuppeihin tai litran jää-

dykke- tai kakkuvuokaan. Peitä
foliolla ja pakasta yli yön.
Nosta annosjäädysteet jää-
kaappiin noin 20 minuuttia
ja isompi jäädysteet noin 40 mi-
nuttia ennen tarjontaa, jotta
se pehmeene sopivasti. Kastele
vuokaan ulkopinta nooretti kuu-
manan veteen tai iroreette es-
imerkiksi veitsen avulla vuoa-
sta.
Koristele tuoreilla mansikoilla
ja suklaarouheella

Sitruunalelut
noin 40 pientä lettua
2 munaa
5 dl maitoa
2 1/2 dl vehnäjuuhoja
1 dl suola
1 rkl sokeria
pienehköön sitruunan
raastettu kuori
2 dl juoksevaa rasvasoesta



Sohjo on pehmeää koti-
jätelöä.

AJANKOHTAISTA SÄILYKEPURKKIIN

Vaniljainen raparperi- mansikkahillo

noin 6 dl hilloa
2 l raparperinpaloja
3 dl mansikoita
1 vaniljatanko
500 g hillosokeria
noin 1 dl vettä

Kuori raparperit ennen viipalointia. Puhdista mansikat ja viipaloi. Pane raparperit, mansikkaviipaaleet, halkaistu vaniljatanko ja vesi kattilaan. Kuumenna kiehuivaksi ja lisää hillosokeri. Keitä ilman kant-

ta noin 20 minuuttia, kunnes raparperi on pehmeää. Ota vaniljatanko pois. Purkita tai tarjoa heti lämpimänä jäätelön tai jäähtyneenä lettujen kanssa.

**Vaniljainen raparperi-
mansikkahillo letun kanssa
on vastustamaton makupari.**

**VINKIT**

Mausta ja maistele mansikan kanssa

Sitruunaa, vaniljaa, suklaata
Minttua, basilikaa, rosmariinia
 sitruunatimjamia
Raparperia, vesimelonia,
 avokadoa, appelsiinia
Balsamicoa, kuusenkerkkä-

siirappia, makeaa
chilikastiketta
Kotijuustoa, mozzarella,
halloumijuustoa, vuohen-
juustoa, valko- ja sinihome-
juustoja

Mansikkaa talveksi

Pakasta mansikka
kokonaisena, viipaleina tai
survottuna.
Käytä pakastukseen tiiviitä
pakastusrasioita, sillä
mansikan aromi on voimakas.
Parhaiten väri, maku ja

C-vitamiini säilyvät, kun lisää hiukan sokeria rasiaan.
Keitä hillosokerin tai hillo-marmeladisokerin kanssa hilloksi.
Litra mansikoita painaa noin 500 grammaa.