VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMILTA

Kaalit ovat nyt makeimmillaan

Rapeat kotimaiset kesäkaalit ovat juuri nyt maukkaimmillaan. Muutama päivä sitten keräsin ostoskärryyni puolitoistakiloisen keräkaalin, pari rapsakkaa kyssäkaalia ja vastapoimitun kukkakaalin. Niistä syntyi tosi ihania kesäherkkuja.

Kukkakaalin keitin tarjolle sinällään kasvislisukkeeksi. Kyssäkaalit pilkoin dipattaviksi muiden uusien vihannesten rinnalle.

Mukavaa, että joku sentään Suomessakin viljelee kyssäkaalia, vaikka kaupassa se näyttää kelpaavan kovin harvaan ostoskoriin. Pitäisiköhän kuluttajia tutustuttaa paremmin tähän maukkaaseen kaaliperheen jäseneen?

Vaikka kyssäkaalin ulkonäkö on vaatimaton, se on rapea, pirteän makuinen mutta ei mitenkään karvas. Kyssäkaali sisältää runsaasti C-vitamiinia. Kaikin puolin syötäväksi sopivaa siis ja maistuu varmasti myös lapsille.

Mutta siitä keräkaalista piti puhumani. Se oli jo oikein sopivan kokoinen kaalilaatikon raaka-aineeksi. Kaalilaatikko pärjää maussa hyvin kääryleille, kunhan kaalia malttaa riittävästi haudutella.

Siispä suikaloin kaalin ja raastoin mukaan muutamia uuden sadon porkkanoita ja silppusin pari kolme nuorta sipulia. Loraus öljyä kattilaan ja kasvikset hautumaan. Jos minulla olisi ollut uuden sadon valkosipulia, olisin pilkkonut sitäkin mukaan. Erikseen paistoin 700 grammaa jauhelihaa.

Sekoittelin kasvikset ja lihan kunnolla, maustoin suolalla ja mustapippurilla ja kaadoin pariin vuokaan. Kasviksista irtoaa riittävästi nestettä, eikä vettä tarvita lainkaan. Riisiä tai ohraa en kaalilaatikkooni lisää.

Päälle vielä pikku loraus siirappia, kaalikääryleitten tapaan, ja puolitoista tuntia uunissa leppoisassa 175 asteen lämmössä. Maistuva kesäherkku syötiin kuumiltaan viimeiseen muruseen.

MAIKKI KULMALA
on MT:n toimittaja.

maikki.kulmala@mt1.fi

KILPAILU

KARI SALONEN

Gotlantilaisleipuri Erik Olofsson esittelee tuotteitaan. Juureen leivottu ruisleipä on ruotsalaistenkin herkkua.

Kutsu aitojen herkkujen kisaan

Ruotsalaiset kutsuvat ensi kertaa pieniä elintarvikeyrittäjiä Suomesta ja muista Pohjoismaista kilpailuun vuoden parhaista tuotteista.

Pohjoismaisen kilpailun sarjoihin kuuluvat juustot, leivät, voit, makkarat, kalat, marja- ja vihannesjalosteet, jopa sinappi.

Valmistajien odotetaan painottavan tuotannossa makua, laatua, käsityötä ja lisäaineettomuutta. Kilpailu ei koske selkeästi teollista valmistusta.

Lähiruokakoordinaattori **Kirsi Viljanen** maa- ja metsätalousministeriöstä kannustaa yrittäjiä lähtemään rohkeasti mukaan.

”Meillä on aivan mahtavia käsityömäisyyttä, aitoutta, hyviä raaka-aineita ja e-koodittomuutta kunnioittavia pienyritysten tuotteita.”

Ruotsin Jämtlantiin kannattaa Viljasen mielestä lähteä lokakuussa, vaikka vienti ei olisikaan mielessä.

”Lähiruoka ja matkailu liittyvät yhteen. Ei kaikkea tarvitse viedä.”

Myös MTK:n ruokakulttuuriasiamies **Anni-Mari Syväniemi** kannustaa mukaan kilpailuun.

”Suomalaisilla yrittäjillä on paljon upeita ruokatuotteita, joilla on hurjan hyvät mahdollisuudet pärjätä.”

Toistaiseksi kilpailukutsu ja osallistumisohjeet löytyvät vain ruotsin kielellä järjestelyistä vastaavan Eldrimnerin verkkosivuilta. Syväniemi lupaa auttaa, jos ohjeista ei saa tolkkua. ”Puhelin kouraan vain ja soittelemaan.”

Apua sopii kysyä myös Pro Agrialta ja oman alueen Ruoka-Suomi -teemaryhmän jäseniltä, Syväniemi ehdottaa.

Kilpailuun voi ilmoittautua 26.8.asti järjestäjän kotisivulla *www.eldrimner.com*. Eri sarjojen mestaruudet ratkotaan Östersundissa lokakuun alkupuolella.

Suomessa ei ole vastaavaa kilpailua pientuottajille, mutta Syväniemen mielestä meilläkin voitaisiin kisaamalla nostaa käsityöläisruuan mainetta ja arvostusta.

Eldrimner on valtion tukea saava organisaatio, joka on erikoistunut käsityövaltaisten elintarvikeyritysten neuvontaan ja koulutukseen.

TARJA HALLA

Lisätietoja: www.eldrimner.com

> Suomalaisilla yrittäjillä on paljon upeita ruokatuotteita, joilla on hurjan hyvät mahdollisuudet pärjätä.«
>
> **KIRSI VILJANEN**

Kesä talteen vaikka kuivattuna

Pakastamisinnon myötä kuivaaminen lähes unohtui. Nyt tämä vanha säilömistapa on jälleen suosittu. Kuivatut juureslastut sekä marjat ja hedelmäviipaleet ovat tämän päivän naposteluherkkuja.

JAANA KANKAANPÄÄ

Säilytä kuivatut sienet, marjat ja yrtit metalli- tai lasipurkeissa.

Kuivaaminen onnistuu monella tavalla. Esimerkiksi nokkosen ja mustaherukan lehtien ulkokuivaus onnistuu aurinkoisella säällä. Innokkaan sienestäjän kannattaa harkita puhaltimella varustetun kuivurin ostamista. Retkimuonan kuivaaminen onnistuu parhaiten sähkökäyttöisellä kuivurilla.

Kuivaamiseen sopii myös kiertoilmauuni. Oma kokemukseni on, että alhaisen lämpötilan valinta on hiukan haasteellista. Osa tuotteista, kuten yrtit, tulee kuivata 30 asteessa. Pidä uuninluukkua hiukan rakosellaan, jotta ilma kiertää kunnolla.

Lämpöä tuottavien laitteiden, kuten jää- ja pakastekaapin yläkaappi, on mainio kuivauspaikka. Leivinuunin päällistä, lattialämmitystä ja lämpöpattereiden tuottamaa lämpöä kannattaa hyödyntää, samoin keskuslämmityskattilan.

Kokeile myös huoneilmassa kuivaamista. On tärkeää, että kuivaamispaikassa on hyvä ilmanvaihto. Saunanlauteilla on yleensä riittämätön ilmanvaihto esimerkiksi sienten kuivaukseen.

Tuotteet pitäisi saada kuivaksi mahdollisimman nopeasti.

Marjat ja hedelmät kuiviksi

Mustikkaa, puolukkaa ja ahomansikkaa voi kuivata kokonaisina kuivurissa tai kiertoilmauunissa. Kerää marjat käsin, jotta ne ovat mahdollisimman kuivia ja ehjiä. Älä käytä ylikypsiä.

Laita tasakokoisia marjoja kuivuriin ohut kerros. Kuivaa ruusunmarjat halkaistuna.

Kuivatuslämpötila saa olla aluksi tunnin verran noin 40 astetta, jotta marjat pysyvät ehjinä eikä mehu tihku ulos. Nosta sitten lämpötila 50 asteeseen ja jatka kuivaamista, kunnes vähäsokeriset marjat ovat kovia.

Vetisiä ja kovin paljon sokeria sisältäviä marjoja ei kannata kuivata, sillä niiden kuivuminen kestää pitkään. Vadelma ja mansikka kannattaa pakastaa tai säilöä hillona.

Käytä kuivattuja marjoja kotitekoiseen mysliin, hienonna mustikoita jauhelmaksi ja ripottele viilin päälle.

Kuivatut omenaviipaleet ovat mukavia naposteltavia karkkien sijaan. Poista omenista ensin siemenkota ja kuori ohuelti. Leikkaa parin millin viipaleiksi.

Omenaviipaleet kuivuvat huoneenlämmössä, mutta se kestää useita päiviä. Kuivurissa ne kuivuvat noin viidessä tunnissa. Omenaviipaleet pysyvät kauniin vaaleina, kun kastat ne ennen kuivuriin laittamista askorbiinihappoliuokseen.

Laita omenaviipaleet heti 50 asteeseen ja kuivata lopuksi miedommassa lämmössä. Hedelmät jäävät hiukan nahkeiksi.

Herkuttelijan tattiviipaleet

Nyt tattipaikat kannattaa tarkastaa lähes päivittäin. Pienet, juuri maan päälle nousseet herkku- ja punikkitatit ovat parhaita kuivatukseen. Leikkaa jalka ja toukaton tatin lakki ohuiksi viipaleiksi.

Tattien ohella mustat torvisienet, lampaankääpä, orakas, kantarelli ja suppilovahverot sopivat hyvin kuivattaviksi. Puhdista sienet, älä huuhtele. Ohutmaltoiset, kuten mustatorvisieni ja suppilovahvero, kuivataan kahtia repäistynä. Näin mahdolliset roskat saa poistettua jalasta.

Paras kuivaustulos tulee, kun pilkot paksumaltoiset sienet suurin piirtein samankokoisiksi. Jos haluat sienirouhetta, hakkaa sienet tasakokoiseksi rouheeksi ennen kuivausta. Kuivauslämpötila on 40–50 astetta. Liian kuumassa sienistä valuu nestettä, ja ne alkavat kypsyä.

Jos kuivatus välillä keskeytyy, sienistä tulee sitkeitä.

Sieniä voi kuivata kuivurin lisäksi kiertoilmauunissa luukku hiukan avoinna tai lankaan pujotettuna lämpimässä ja ilmavassa paikassa. Sienet ovat kuivia, kun ne ovat kovia ja murenevat käsissä. Voit myös murentaa hienona sienijauheena mausteen tavoin ruokiin ja leivonnaisiin. Kuivat sienet saa kaulimella kätevästi hienoksi jauhoksi.

Sienten maku, väri ja rakenne palautuvat parhaiten, kun niitä liottaa noin kolme tuntia. Sienijauhetta ei tarvitse liottaa. Parhaiten maku voimistuu lämpimässä vedessä, käytä myös sienten liotusvesi. Kun valmistat maitopohjaista sienikeittoa tai -kastiketta, liuota kuivatut sienet ensin maidossa. Maidossa maku palautuu paremmin kuin vedessä.

Muista, että kuivatut korvasienet käsitellään kuten tuoreet. Keitä liotetut sienet kahteen kertaan ja heitä vedet pois.

Kesäyrttien aromit talteen

Kerää yrtit aurinkoisella säällä, kun kaste on ehtinyt kuivua. Tee mausteyrteistä kimppuja ja ripusta kuivumaan ilmavaan, lämpimään paikkaan. Vaihtoehtoisesti voit levittää ne ritilälle sisällä ja kuivata huoneilmassa.

Jos kuivaat kuivurissa, laita löyhästi ritilälle yrttejä ja käytä alhaista lämpöä. Erottele lehdet varsista ja kuivaa erikseen. Varret kuivuvat hitaammin kuin lehdet. Yrttien kuivatuslämpötila ei saa olla yli 30 astetta. Uunikuivatusta en suosittele yrteille.

Kuivaa talveksi mustaherukan lehtiä louhisaaren juomaa varten. Laita ritilälle ja kuivaa aurinkoisena päivänä ulkona. Kääntele lehtiä välillä.

Juureksia lastuina

Kuivaa kasvikset nyt, kun niiden maku on parhaimmillaan. Kokonaiset sipulit varastoidaan talveksi kuivattuna. Esikuivata ulkona varsineen. Kierrä nahistuneet varret pois ja kuivata lopuksi ilmavassa lämpimässä paikassa. Jos kuivaat esimerkiksi leivinuunin päällä, varo liikakuumuutta. Liian kuumassa sipulit kypsyvät.

Purjo kuivataan renkaina kuivurissa tai uunissa.

Juureksista, kuten porkkanasta, nauriista, raita- ja punajuuresta, tulee herkullisen värisiä ja makuisia lastuja. Kuori juurekset ja vedä juustohöylällä tai perunankuorimisveitsellä ohuita lastuja.

Kiehauta lastuja parin minuutin ajan suolalla maustetussa vedessä. Valuta vesi hyvin ja jäähdytä. Kuivaa lastut uunissa tai kuivurissa 50 asteessa. Laita leivinpaperi uuniritilän päälle ja levitä juureslastut harvakseen sen päälle. Kokeile myös raastettuna erilaisia juureksia, kuten selleriä, palsternakkaa, lanttua, porkkanaa ja sipulia. Saat mainiota keitto- ja kastikeainesta.

Nokkonen ja pinaatti kannattaa myös ryöpätä nopeasti ja valuttaa hyvin ennen kuivausta. Näin niiden väri säilyy vihreämpänä. Uunissa voi kuivata minitomaatteja halkaistuna. Mausta tomaatit öljyllä, kuivatuilla yrteillä ja suolalla. Anna vetäytyä ja käytä salaattiin tai grilliruuan lisäkkeenä.

Säilytä kuivassa paikassa

Pakkaa kuivat tuotteet kannellisiin, puhtaisiin purkkeihin, kukin laji omaansa. Tarkista, että tuote on varmasti kuiva, jotta se ei homehdu tiiviissä purkissa. Jos epäilet tuotteiden kuivuutta, laita aluksi paperipussiin. Pussin läpi kosteus pääsee haihtumaan.

Säilytä kuivassa, valolta suojatussa paikassa. Paras säilytyslämpötila on huonelämpötilaa hiukan viileämpi. Jos sellaista paikkaa ei kotona ole, säilytä keittiön kaapissa. Älä säilytä kuivatuotteita jää- tai viileäkaapissa.

Kuivasäilykkeet pysyvät aromikkaina ja herkullisina jopa vuosia. Jauha yrttejä valmiiksi huhmaressa ja laita sellaisenaan tai sekoituksena tyhjään maustepurkkiin.

Tattisämpylät

18 kpl
2 1/2 dl vettä
2 1/2 dl maustamatonta jugurttia
50 g hiivaa
1 1/2 tl suolaa
2 rkl tattijauhelmaa
1 rkl sokeria
10–11 dl sämpyläjauhoja
50 g voita

Hienonna tatit huhmaressa jauheeksi. Sekoita kädenlämpöiseen jugurtti-vesiseokseen hiiva, tattijauhe, suola ja sokeri. Alusta taikinaan jauhot vähitellen ja pehmeä voi. Peitä liinalla. Anna kohota lämpimässä paikassa.

Vaivaa taikinasta ilmakuplat. Jaa 18 osaan. Pyörittele paloista sämpylöitä. Kohota hyvin liinan alla. Paista 225 asteessa noin 12 minuuttia.

ANNELI PESSALA

KUIVAAMINEN

Taloudellista säilömistä

Elintarvikkeiden kuivattaminen on luonnonmukainen, ikivanha säilöntätapa.
Viljaa, kalaa, lihaa, hedelmiä, vihanneksia on kuivattu.
Kuivattujen tuotteiden säilyvyys on hyvä, jopa vuosia.
Tuotteiden väri säilyy hyvänä ja makukin voi olla parempi. Ne menevät pieneen tilaan.
Kuivattaminen on taloudellista. Energiaa kuluu vain kuivaukseen.
Älä käytä liian korkeita lämpötiloja.

Sido yrtit langalla kimpuiksi ja ripusta kuivumaan ilmavaan paikkaan.

Omenien ja sienten kuivattaminen onnistuu parhaiten lämminilmakuivurissa. Tuotteet ladotaan teräslankaisille kuivaustasoille, valitaan lämpötila ja aika termostaatista.

On aika leipoa marjapiirakkaa

Vadelma-mustikkapiiras

6 annosta
1/2 pkt (1 levy) kauramurotaikinaa
Täyte
1 prk (200 g) vaniljarahkaa
4 dl tuoreita marjoja (mustikoita ja vadelmia)
1/2 dl sokeria

Ota paketista toinen taikinapohja sulamaan huoneenlämpöön. Painele sulaneena voidellun uunivuoan (24 senttiä) pohjalle ja reunoille. Levitä päälle vaniljarahka sekä tasainen kerros marjoja.

Kypsennä 200 asteessa noin 30 minuuttia. Ripottele sokeri marjojen päälle, kun otat kypsän piirakan uunista.

Puna-valkoherukkapiirakka

uunipannullinen
75 g voita
1 rkl kardemummaa
3 dl maitoa

Marjapiirakan raaka-aineet.

1/2 pak (25 g) hiivaa
1 dl sokeria
2 munaa
1 tl suolaa
n. 7 dl vehnäjauhoja
Täyte
5 dl punaherukoita
5 dl valkoherukoita
3 rkl perunajauhoja
2 dl sokeria
Voiteluun munaa

Sulata voi ja kuumenna kardemumma voisulassa. Lisää maito ja liuota hiiva kädenlämpöiseen seokseen. Riko munat lasiin ja vatkaa haarukalla rakenne rikki. Lisää reilu puolet munasta, sokeri, suola ja osa jauhoista. Sekoita tasaiseksi.

Alusta loput jauhot. Ota noin kolmasosa taikinasta erikseen ja kauli tai taputtele lopputaikina levyksi. Levitä se uunipannun pohjalle ja reunoille leivinpaperin päälle. Anna kohota leivinliinalla peitettynä. Jätä loppu taikina kohoamaan peitettynä.

Voitele taikinan reunat lopulla munalla. Survo osa puna- ja valkoherukoista ja sekoita joukkoon sokeri ja perunajauhot. Lisää loput marjat kokonaisina. Levitä herukat kohonneelle pohjalle. Leivo lopusta taikinasta ohutta nauhaa ja kierrä pari nauhaa yhteen. Voitele munalla ja nosta piirakan päälle.

Paista 200 asteessa noin 30 minuuttia. Ripottele pinnalle lopuksi hiukan sokeria.