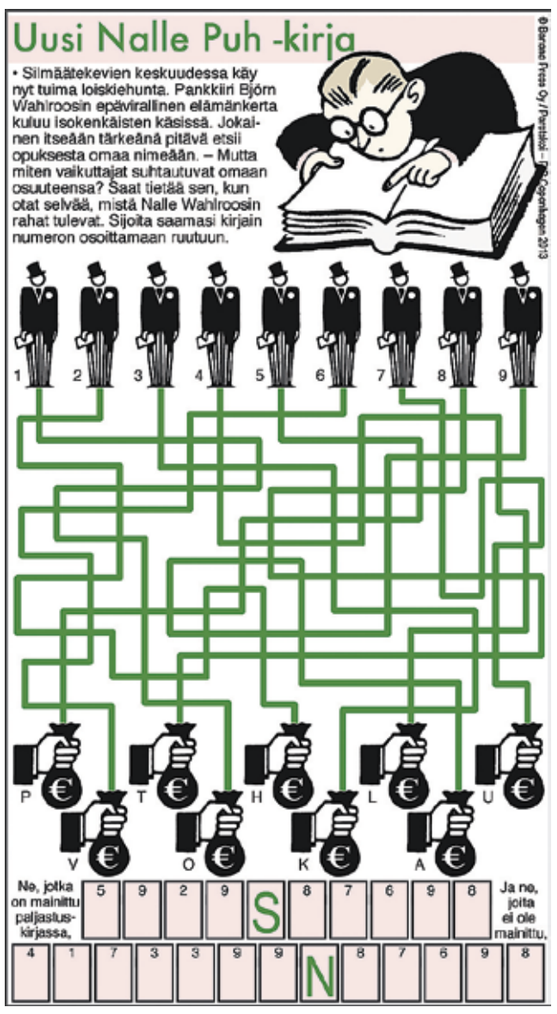
VIIKONVAIHDE

VIIKON ÄLÄHDYS

Ole kiitollinen vanhenemisesta – moni poistuu täältä ennen kuin ehtii päästä edes sen alkuun.

PÄHKINÄ



SUDOKU

Taso: Keskivaikea

		3	4		5	8		
8	9				3			6
				6			7	
			5				2	
		2				6		
	5				8			
	4			5				
6			9				3	2
		5	3		6	9		

Sudoku-tehtävän 398 ratkaisu.

5	2	8	9	7	3	4	6	1
7	1	4	5	6	8	3	2	9
9	6	3	2	4	1	8	7	5
3	5	1	7	2	6	9	4	8
6	9	7	8	1	4	2	5	3
4	8	2	3	5	9	7	1	6
1	3	6	4	8	7	5	9	2
2	4	9	1	3	5	6	8	7
8	7	5	6	9	2	1	3	4

Tehtävä numero 399.

Täytä ristikko siten, että jokaisella pysty- ja vaakarivillä (ja paksuilla viivoilla rajatuissa 3 x 3 laatikoissa) on jokainen luku yhdestä yhdeksään. Kerran ja vain kerran! Apua Sudokun ratkaisuun osoitteessa: www.sudoku.org.uk

EDELLISEN RISTIKON RATKAISU

U	L	K	O	T	I	L	A		E	V	A	K	O	T		P	O	I	S		R	A	T	A		
K	A	I	S	A		E	L	I	S	A		A	S	U	K	A	S		A	N	A	N	A	S		
O	S	T	A	T	T	A	A		K	A	R	H	U	T		H	A	U	T		I	S	K	U		
T	I	K	L	I		T	O	P	I	T		V	A	U	N	U	T		A	L	T	A	A	T		
O		A	L	T	A		S	U	L	E	V	I		T	A	S	A	J	A	O	T		R			
N	U	T	I		L		A	R	S	K	A	T			U			O		I	I	S	A	K		
	U		S	U	U	N	T	A	T	A	J	U		A	R	G	O	N		R	U	I	J	A		
	S	U	U	N	T	O		S	U	S	A	N		T	A	L	L	A		I	S	A	A	K		
A	I	R	U	T		U	L	I	N	A		T	O	I	V	E	E	T				N		S		
R	A	A	S	U		T		N	A	T	S	I		K	A	N	G	A	S	K	O	R	P	I		
P		P		V	A	O	T											N	O	L	L	A	U	S		
O	S	U	V	A	T		A	U	V	O									H	A	I	S	T	A		
V	A	T	I		L	Ä	I	K	Ä	T									V	A	I	V	A	T		
A	L	K	A	J	A		M	O	R	O									A	R	V	A	T	A		
T	I	I	T		S	E	I	T	I	T									T	A	I	T	A	A		

Taikinajuuresta makua vehnäleipään

Leipomot ovat laajentaneet taikinajuuren käyttöä perinteisestä ruisleivästä vaaleisiin leipiin. Jopa pullan makua parannetaan juuren avulla.

Rukiinen täysjyväleipä on tavattu Suomessa leipoa happamaan taikinajuureen ilman hiivaa. Pikku hiljaa juuren käyttö on laajentunut muihinkin leipiin.

Kaupan leipähyllyä silmäillessä muutosta ei välttämättä huomaa. Taikinajuuri kun ei ole mikään lisäaine, josta pitäisi pakkauksessa kertoa.

”Jos pakkausmerkintöjä seuraa, happamuudensäätöaineet ovat aika monesta leivästä poistuneet”, tuotekehityspäällikkö **Heikki Manner** Kanniston leipomosta vinkkaa.

Moni muukin lisäaine on korvattu juurella, joka parantaa sekä säilyvyyttä että leivän rakennetta.

Näkymättömiä ”lehmiä”

Manner tuntee taikinajuuren eli raskin elämän todennäköisesti paremmin kuin kukaan muu Suomessa. Hän on elintarvikekemian ja -teknologian asiantuntijana työkseen kiertänyt leipomoita ja pannut raskitusta alulle.

Menestyksestä kertoo esimerkiksi Mannerin kehittämä erikoisraski, jolla sitkoa vailla olevasta täysjyväkaurasta kehkeytyi palkittu palaleipä.

Taikinajuurella ja esitaikinalla on käymistuotteina vissi ero. Kun esitaikina käy hiivalla, taikinajuuri käy viljasta peräisin olevilla maitohappo- ja etikkahappobakteereilla.

”Ruokinnalla ja olosuhteilla voidaan ohjata bakteerien ja hiivojen kehittymistä. Se on kuin karjanhoitoa, yksittäiset eläimet eivät vain ole kovin näkyviä.”

Taikinajuuri menee äkkiä pilalle, jos sitä ei hoida. Hoito tarkoittaa leipomossa taikinajuuren säännöllistä ruokkimista, pH:n ja happoluvun mittaamista, haistelua ja maistelua.

Ikivanha keksintö

Taikinan hapattaminen on ikivanha keksintö. Perinteestä on pidetty kiinni niin Amerikan mantereella kuin Euroopassakin.

”Sisilian leipomoissa käytetään tänäkin päivänä 1600-luvulta peräisin olevia vehnäraskikantoja”, Manner kertoo.

KARI SALONEN

Kajsa Lundin myy taikinajuurta ruokamessuilla Tukholmassa. Juurta voi ostaa purkeissa myös marketeista toisin kuin Suomessa.

Suomessa taikinajuuren suosio väheni pula-ajan jälkeen. ”Taikinajuuri jos mikä oli pula-ajan pelastus, mutta sen jälkeen juureen leipominen ei ollut ollenkaan trendikästä. Kaikki mikä muistutti pula-ajasta oli pannassa.”

Leivinhiiva edusti modernia ja tehokasta arkea, kun taas taikinajuuren avulla leipominen kesti päiväkausia. Nostatus hiivalla ja hapon lisäys kemikaalina sopi leipomoillekin, jotka halusivat tehostaa tuotantoa.

Pitkä trendi jatkuu

Käänne kohti taikinajuuren uutta tulemista alkoi Mannerin mukaan näkyä viime vuosikymmenen alussa.

Kyse ei ollut vain kotimaisesta trendistä. Hapanleipävillitys sai Mannerin mukaan alkunsa Kalifornian San Franciscosta, jossa kehitettiin maitohappobakteereistaan kuuluja vehnäraskeja.

Suomi on raskitutkimuksen kärkimaita maailmassa. Ruotsalaiset kuluttajat ovat ehkä suomalaisia selvemmin hurahtaneet juurileivontaan.

Ruotsalaismarketista voi ostaa hiivayhtiön valmistamaa tuoretta taikinajuurta 150 gramman pakkauksissa. Ruis- ja vehnäleivälle on omat juurensa.

Jos tukholmalainen kotileipuri lähtee lomille, hän voi kiikuttaa taikinajuurensa sikäläisen leipomon yhteydessä toimivan hapanjuurihotellin hoitoon.

Harrastajien joukossa on myös juurien keräilijöitä.

KARI SALONEN

Mika Kuusela valvoo vaalean leivän linjaa Fazerin Vaaralan leipomossa.

Suuret leipomot suosivat juurta

Taikinajuuren käyttö on yleistynyt sekä Fazerin että Vaasan tuoreen leivän valmistuksessa.

”Käytämme taikinajuurta hiivan ohella kaikissa ruisleivissämme sekä yli puolessa vaaleista leivistämme”, Fazerin tuotekehitysjohtaja **Heli Anttila** kertoo.

Taikinajuuri antaa Anttilan mukaan makua, tuoksua, tuoreutta, hyvää rakennetta ja suutuntumaa.

”Suurin osa Vaasan tuoreleivistä on leivottu taikinajuureen”, viestintäpäällikkö **Mira Perander** toteaa. Maun ja rakenteen lisäksi Perander korostaa säilyvyyttä ja murenemattomuutta.

TARJA HALLA

Vehnäraski yleistyy

Vehnäraski on Mannerin mukaan yleistynyt etenkin suurissa ja kaikkein pienimmissä leipomoissa. Usein taikinaan käytetään sekä juurta että leivinhiivaa.

”Vehnäraski on toistaiseksi ruisraskia hiukan harvinaisempi. Sen kasvattamiseen ei ole vielä kaikissa leipomoissa totuttu.”

Leipomot seuraavat kotimaista ja kansainvälistä raskitutkimusta. Helsingissä toimiva Kanniston leipomo pyrkii Mannerin johdolla nopeasti soveltamaan kiinnostavia tutkimustuloksia käytäntöön.

Tällä hetkellä yli puolet Kanniston leivistä nostatetaan pelkällä juurella ja toinen puoli juuren ja hiivan voimalla. Jopa pullaan on haettu lisämakua juuresta.

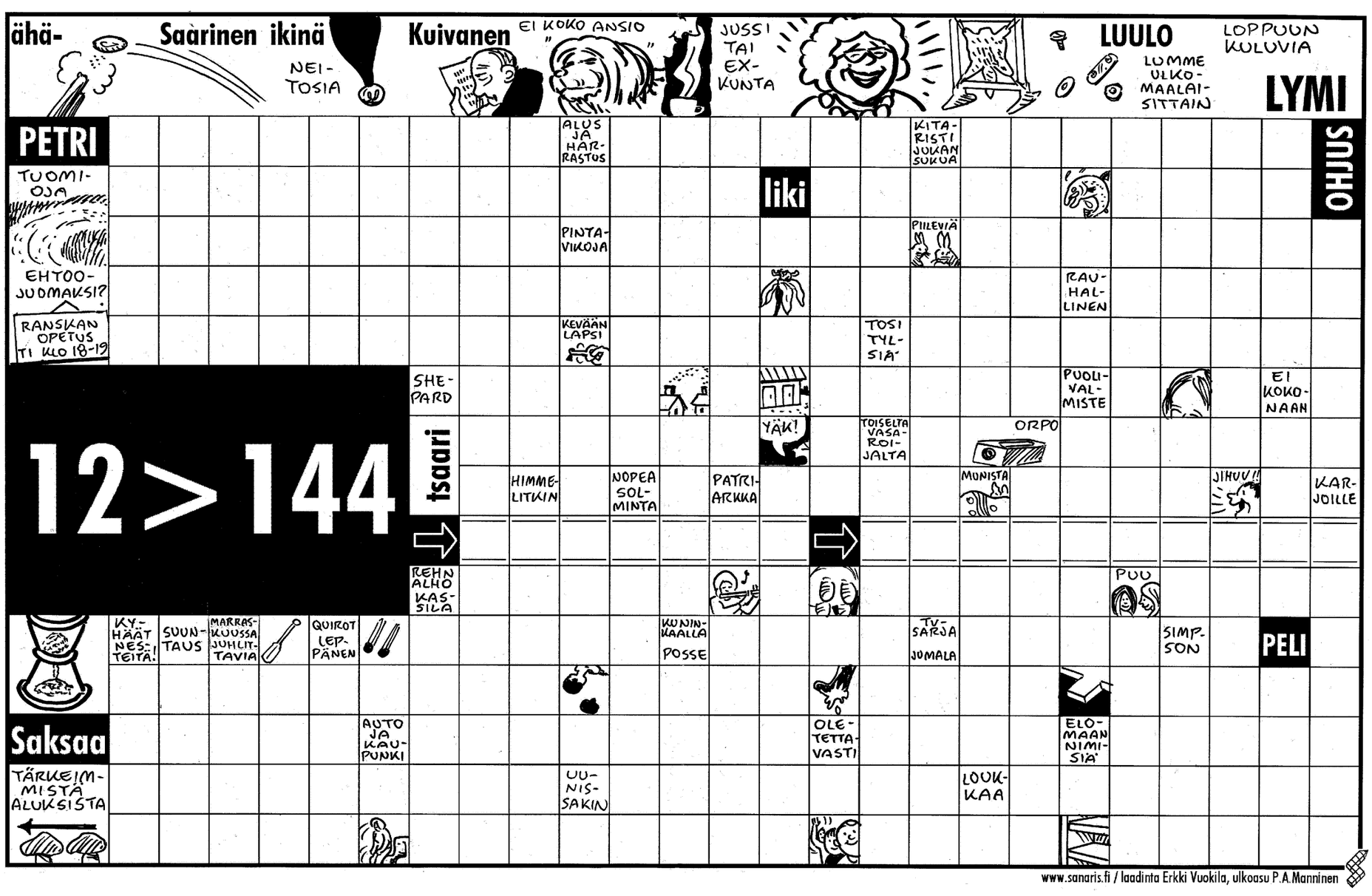
Ravinteikas vaihtoehto

Leipään saadaan juuren avulla makua, jota on vaikea aromeilla jäljitellä. Ainutlaatuinen maku onkin Mannerin mukaan hyvä syy suosia hapatettua leipää.

Toinen hyvä syy piilee terveellisyydessä. Leivinhiiva ei ole tieteen valossa mikään terveysmörkö, mutta juurella on suoranaisia terveysvaikutuksia.

”Kun leipä on hapan, ravintoaineet vapautuvat paremmin elimistön käyttöön”, Heikki Manner sanoo.

”Kun leipä on hapan, ravintoaineet vapautuvat paremmin elimistön käyttöön.”

Taikinajuurella voidaan tutkimusten mukaan parantaa monien hivenaineiden ja vitamiinien saantia sekä hidastaa verensokerin nousua.

TARJA HALLA