VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMALLA

Ravintolavaunun klassikko ei petä

Jo Odysseus reissuillaan kuuli seireenien tenhoavan laulun. Vastustamattomia kutsuja kantautuu kulkijan korviin yhä.

”Hyvää iltaa hyvät matkustajat, tässä junassa teitä palvelee Bistro-ravintola vaunussa numero neljä. Tervetuloa!”

Loistavaa. Ei kärrymyyntiä, vaan kunnon ravintolavaunu. Sinne!

Reilun kaupan banaani ja litra automaattiespressoa pitivät työvireessä, mutta eivät riitä enää, kun maaliskuinen tiistai kääntyy ehtooksi. On tullut aika nauttia lämmin ateria. Valinta on helppo.

”Lihapullat ja olut, kiitos.”

Ravintolavaunussa on yllättävän paljon nälkäisiä ja janoisia arki-illaksi. Pasilasta nousee lisää.

Intercity on ehtinyt Tikkurilan tienoolle, kun tarjoilija tuo kiskokuppiloiden klassikon: kahdeksan lihapullaa, perunamuusia ja ruskeaa kastiketta. Lisukkeina puolukkahilloa ja vihreää salaattia.

Pyörykkä puoliksi, muusia mukaan ja hilloa haarukkapalan kruunuksi. Nam! Ensimmäinen pulla on syöty Koivukylän kohdalla.

Kuljettaja lisää vauhtia. Pienestä poikittaisliikkeestä päätellen rautahepo laukkaa Keravan ohi 170–175 kilometrin tuntivauhtia. Toinen pyörykkä.

Kolmas menee Kyrölässä ja neljäs Järvenpäässä.

Annos maistuu, matka taittuu. Kyllä ravintolavaunu vain on kiva. Tavallinenkin kuppila on mukava, mutta tämä baari liikkuu. Otetaanpa sille! Lentokonekin liikkuu, mutta ruokailu on naurettavaa muoviaterimilla nyhjäämistä surkeissa tiloissa.

Hyvinkään jälkeen lautanen alkaa olla tyhjä ja vatsa täynnä. Riihimäellä annos on muisto vain.

Kotiasemalle on puolisen tuntia. Ehtisikö vielä?

”Tarjoilija, toinen samanlainen.”

”Pyörykät?”

”Joku raja se on lihapullienkin syönnissä. Karjala.”

ANTTI KANTOLA
antti.kantola@mt1.fi

SAMI KARPPINEN

Opiskelijoiden valmistama lihakeitto maistui markkinaväelle. Kauhan varressa Ina Grönlund.

Opiskelijoiden projektipäällikkö Ida Abendstein oli pukeutunut lumileopardiksi.

Karhut heräsivät, lähiruoka maistui

Ammattikorkeakoulu Haaga-Helian keittiömestariopiskelijat olivat tänä vuonna mukana uudistamassa Ähtärin eläinpuiston Karhujen herääminen -tapahtumaa.

Ähtäriin rakennettiin Karhujen Kevätmarkkinat, jonne eteläpohjalaiset lähituottajat ja käsityöläiset saapuivat esittelemään ja myymään tuotteitaan.

Tarjolla oli kuhaa, viljatuotteita, eteläpohjalaista makkaraa, juureksia ja mehuja. Torilla oli mahdollista myös nauttia opiskelijoiden valmistamaa lihakeittoa lähiseudun raaka-aineista.

Opiskelijat ovat vastanneet täysin kokonaisuuden järjestämisestä. Markkinointibudjetti tuli eläinpuistolta, mutta muuten opiskelijat saivat vapaat kädet.

”Järjestelyt aloitettiin tammikuussa kahdeksan opiskelijan voimin”, opiskelijoiden projektipäällikkö **Ida Abendstein** kertoo.

Työtunteja ei ole laskettu, mutta niitä on Abendsteinin mukaan tehty riittävästi. ”Parasta on päästä tekemään asioita oikeasti, eikä kirjoittaa pelkästään raportteja.”

Tapahtuman uudistamisella tavoitellaan myönteistä ja ympäristöä kunnioittavaa mielikuvaa eläinpuistosta ja lisää yhteisöllisyyttä alueen kuluttajien ja tuottajien välille.

Opiskelijoiden projekti on osa laajempaa Haaga-Helian ja Ähtärin yhteistyötä, jossa kehitetään Ähtärin brändiä.

”Yhteistyö on saanut alkunsa matkamessuilta”, Haaga-Helian lehtori **Risto Karmavuo** kertoo.

Maaseudun tapahtumat ja matkailu ovat Karmavuon mukaan erinomainen tapa laajentaa yhteistyötä koko maahan.

JUKKA LEHTINEN

KIRJA

Katukeittiö kotona

Ruokabloggaaja **Jenni Häyrisen** isoäiti piti 80-luvulla Lohjalla Mummon grilliä, jossa perhe pistäytyi säännöllisesti ananashampurilaisella. Nyt Häyrinen on tehnyt päivitetyn version niin sanotusta roskaruuasta. Nykyajan henkeen on tärkeää, että annoksia voi valmistaa kotona, laadukkaista raaka-aineista.

Katukeittiö-kirjassa käydään läpi niin tämän hetken trendit nyhtöpossusta bageleihin kuin perinteisemmät pyttipannut ja lihapiirakatkin. Häyrinen valmistaa kotona jopa kebablihan paistamalla lampaanjauhelihapötköjä uunissa matalalla lämmöllä useita tunteja. Lastut syntyvät juustohöylällä.

Kirjasta saa myös kivoja vinkkejä pitsan täytteiksi. Häyrinen vakuuttaa, että peruna ja kesäkurpitsa sopivat pitsaan siinä missä perinteisemmätkin ainekset. Hän kannustaa hyödyntämään jääkaapista löytyvät tähteet.

Itse aion kokeilla ainakin bataattiranskalaisia. Ne tuovat tervetullutta vaihtelua perunalle. Sen sijaan ketsuppia tai lihapiirakoita en ala kotona vääntämään. Joskus on kiva käydä rehellisesti nakkikioskilla.

Lopuksi kirjassa esitellään yksinkertaisia jälkkäreitä: jäätelöä ilman jäätelökonetta, muodikkaat banaaniletut, semifreddo ja kakkutikkarit. Varmoja hittejä lastenjuhliin ja illanistujaisiin.

KATJA LAMMINEN

Jenni Häyrinen: Katukeittiö - Parempaa roskaruokaa. 241 sivua. Readme.fi.

Kohokas on helppo valmistaa

Kohokas nousee valkuaisvaahdon vaikutuksesta uunissa pulleaksi ja kuohkeaksi. Koko komeus kannetaan saman tien pöytään. Ajoitus on tärkeä, sillä kohokas ei odota ruokailijaa.

1. Juustokohokas syntyy muutamasta raaka-aineesta.

2. Sekoita keltuaiset ja juustoraaste hiukan jäähtyneeseen maitokastikepohjaan.

3. Kääntele valkuaisvaahto parissa kolmessa erässä kastikemassaan.

Kohokas eli soufflè on ranskalaisen keittiön herkku. Se kiikutetaan ilman tärinöitä suoraan uunista pöytään.

Kohokkaan ranskalainen nimi (lausutaan suflee) kuvaa hyvin tätä ruokaa. Kypsä kohokas päästää suhauksen ja koko komeus on lässähtänyt. Onneksi maku säilyy hyvänä, vaikka ulkonäkö muistuttaisi pannukakkua.

Kohokas valmistetaan valkokastikkeesta, täytteestä ja valkuaisvaahdosta. Pääruokakohokkaan täyte voi olla esimerkiksi juustoa, kalaa, lihaa, kasviksia, sieniä tai näiden sekoitus.

Uuninluukkua ei pidä availla kesken paiston, jotta kohokas pysyy kuohkeana ja korkeana.

Jälkiruokakohokas

Makeat kohokkaat tehdään periaatteessa kuten suolaiset. Kastikepohja on vaniljakastikemainen.

Käytä nesteeksi maitoa tai täysmehua. Leivitä annosvuoat hienolla sokerilla tai mantelitai pähkinäjauheella. Makuaineeksi voi valita mieltymyksen mukaan marjoja, marmeladia, hedelmäsoseita, sulatettua suklaata, kaakaojauhetta, vaniljaa tai makeita tuorejuustoja.

Marjakohokkaissa osa marjoista kannattaa korvata marmeladilla tai kiinteällä soseella.

Jos sinulle on jäänyt ylimääräisiä valkuaisia, niin valkuaisvaahdosta ja kiinteästä marjahillosta voi tehdä kohokkaan. Vatkaa 2 valkuaista ja kääntele joukkoon esimerkiksi omenahilloa desilitra. Jaa voideltuihin ja sokerilla leivitettyihin pikkukuppeihin. Kypsennä 200 asteessa noin 15 minuuttia.

Laita jälkiruokana tarjottavat annoskohokkaat uunipellille kypsymään, jotta niitä on helppo käsitellä.

Juustokohokas

4–6 annosta
2 rkl voita
4 rkl vehnäjauhoja
3 dl maitoa
4 keltuaista
1/4 tl rouhittua mustapippuria
1/4 tl suolaa
(1 dl basilikaa silputtuna)
1 pussi (150 g) pastajuustoraastetta
4 valkuaista

Voitele parin litran korkeareunainen korkea vuoka ja leivitä pastajuustoraasteella.

Sulata voi kattilassa ja kiehauta jauhot voisulassa. Lisää maito vähitellen ja sekoita tasaiseksi. Kuumenna sekoittaen, kunnes kastike sakenee. Nosta kattila levyltä.

Sekoita maitokastikkeen joukkoon keltuaiset yksitellen. Mausta suolalla ja pippurilla sekä halutessasi basilikasilpulla. Sekoita joukkoon loppu juustoraaste ja nostele kovaksi vaahdoksi vatkatut valkuaiset kahdessa erässä. Kaada seos voideltuun ja pastajuustolla leivitettyyn, uunivuokaan.

Kypsennä 150 asteessa, uunin alimmalla tasolla noin tunti. Älä avaa uunia kypsentämisen aikana, ettei kohokas laske. Nosta valmis kohokas varovasti pöytään. Tarjoa alku- tai iltapalaruokana salaatin ja patongin kanssa.

Vinkki: Voit maustaa kohokkaan basilikan sijasta 2 desilitralla Aura-murua, 2–3 desilitralla perattua, hienonnettua savukalaa tai sadalla grammalla savuporoa hienonnettuna. Lisää makuaineet ennen valkuaisvaahtoa.

Sieni-juustokohokas

4–6 annosta
200 g pakastettuja suppilovahveroita
1 pieni sipuli
2–3 rkl voita
4 rkl vehnäjauhoja
3 dl maitoa
4 keltuaista
1/4 tl rouhittua mustapippuria
1/4 tl suolaa
1 pussi (150 g) emmental-raastetta
4 valkuaista

Hienonna puolijäiset sienet ja sipuli. Paista niitä voissa, kunnes sienten neste on haihtunut. Sekoita joukkoon jauhot. Lisää maito ja kuumenna sekoittaen, kunnes kastike sakenee. Nosta kattila levyltä.

Anna kastikkeen hieman jäähtyä ja sekoita siihen keltuaiset, mausteet ja juustoraaste. Vatkaa valkuaiset kovaksi vaahdoksi.

Lisää kohokaspohjaan ensin 1/3 vaahdosta ja loppu vaahto kahdessa erässä varovasti nostellen.

Kaada seos voideltuun, korppujauhotettuun 2 litran korkeareunaiseen uunivuokaan.

Nosta vuoka varovasti uuniin. Kypsennä 150 asteessa, uunin alimmalla tasolla noin 1 tunti. Älä avaa uunia kypsentämisen aikana, ettei kohokas laske.

Kanna kohokas varovasti pöytään. Tarjoa heti raikkaan vihreän salaatin ja rapean leivän kanssa.

JAANA KANKAANPÄÄ

4. Onnistunut kohokas on ilmava ja kevyt.

> Kypsä kohokas päästää suhauksen ja koko komeus on lässähtänyt. Onneksi maku säilyy hyvänä, vaikka ulkonäkö muistuttaisi pannukakkua.

Perunakohokas

6 annosta
6 jauhoista perunaa
2 dl maitoa
1 pussi (150 g) Aura-murua
1/2 tl mustapippurirouhetta
1/2 tl raastettua muskottipähkinää
1/4 tl suolaa
1 dl persiljasilppua
4 keltuaista
4 valkuaista

Kuori perunat ja keitä kypsiksi vähässä vedessä. Valuta vesi pois ja soseuta perunat, Sekoita joukkoon maito, juustomuru, mausteet, persilja ja keltuaiset.

Vatkaa valkuaiset kovaksi vaahdoksi ja lisää seokseen. Kaada parin litran voideltuun ja korppujauhotettuun uunivuokaan. Kypsennä alatasolla noin 45 minuuttia. Älä avaa uuninluukkua puoleen tuntiin, jotta kohokas ei laske. Tarjoa kala- tai liharuokien lisäkkeenä.

Pirteä jälkiruokakohokas

8 annosta
50 g voita
1 dl vehnäjauhoja
1 1/2 dl appelsiinitäysmehua
1 rasia (200 g) appelsiinituorejuustoa
1/2 dl sokeria
1 tl inkivääriä
4 keltuaista
4 valkuaista

Sulata voi kattilassa. Lisää jauhot ja sekoita tasaiseksi.

Lisää mehu, tuorejuusto, sokeri ja inkivääri. Kiehauta sekoittaen kunnes seos irtoaa kattilan reunoista. Anna jäähtyä hetki.

Lisää joukkoon keltuaiset ja sekoita tasaiseksi.

Vatkaa valkuaiset kulhossa kovaksi vaahdoksi. Nostele kahdessa erässä kohokasmassan joukkoon.

Lusikoi seos voideltuihin ja sokeroituihin uunikestäviin annosvuokiin tai kahvikuppeihin.

Kypsennä 200 asteessa 15–20 min. Älä avaa uunin luukkua paiston aikana, etteivät kohokkaat laske. Tuo kohokkaat saman tien varovasti pöytään.

Suklaakohokas

4–5 annosta
3 munaa
50 g voita
4 rkl sokeria
125 g tummaa suklaata
1 tl sitruunamehua
Vuokiin
voita, sokeria
Pinnalle
tomusokeria

Erottele kananmunan keltuaiset ja valkuaiset. Vaahdota pehmeä voi ja 2 rkl sokeria. Lisää keltuaiset joukkoon yksitellen.

Sulata suklaa joko vesihauteessa tai mikrossa. Sekoita sulatettu suklaa keltuaisvaahtoon.

Vatkaa valkuaiset kovaksi vaahdoksi. Jatka vielä vatkaamista ja lisää samalla loppu sokeri sekä sitruunamehu. Lisää lopuksi joukkoon valkuaisvaahto varovasti käännellen.

Jaa kohokasmassa voideltuihin ja sokeroituihin pikkuvuokiin tai suorareunaisiin kahvikuppeihin niin, että vuoan yläreunasta jää tyhjäksi noin kolmasosa. Kypsennä uunissa 225 asteessa noin 10 minuuttia tai kunnes pinta on saanut hieman väriä. Tarjoile välittömästi.

Viimeistele kohokkaat siivilöimällä tomusokeria pinnalle.

ANNELI PESSALA

NIKSIT

Lisää valkuaisvaahto ennen paistamista

Käytä suorareunaista vuokaa, jotta kohokas saa vapaasti nousta.
Täytä vuoka noin 2/3 vuoan tilavuudesta.
Vatkaa valkuaisvaahto käsin, koska siihen sitoutuu enemmän ilmaa.
Käytä vuoan leivittämiseen parmesan- tai mustaleimajuustoraastetta.
Pehmeä juustoraaste sulaa vuoan reunoille ja estää kohoamisen.
Kohokasmassan voi valmistaa jo edellisenä päivänä. Lisää kuitenkin valkuaisvaahto juuri ennen paistamista.
Älä avaa uunia ensimmäisen puolen tunnin aikana.

Uuninluukkua ei pidä availla kesken paiston, jotta kohokas pysyy kuohkeana ja korkeana.