VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMALLA

Palvipossu ei ole mitään pikaruokaa

Tähän viimeisimpään villitykseen en uskonut ollenkaan. Epäilin, että siinä menee hyvä sauna pilalle, kinkun hajuiseksi. Mutta mies oli jo päättänyt, että palvaamista hän ainakin kokeilee.

Sukulaismies oli maininnut, että hänen lapsuutensa savusaunassa kypsennettiin aina lihaa.

Niinpä mies osti possun sisäfileen, vuoli leppätikut ja marssi uunipellin kanssa saunan lämmitykseen.

Kesken lämmityksen perinteinen savu vain tulvahti ovesta, eikä saunoessakaan lihan aromeista ollut jälkeäkään. Ennen saunomista lihakimpale oli kiikutettu tupaan ja kääräisty folioon.

Ja niin sunnuntaisaunan jälkeen meillä nautittiin hauskasti savun maun itseensä imenyttä kypsää palvipossunfileetä leivän päällä.

Tikut olivat toimittaneet korottajan virkaa, jotta liha nousi ylälauteelta vielä piirun verran korkeammalle ja kuumemmalle paikalle ilmavasti kypsymään. Myös lihalämpömittarista oli hyötyä kypsyysasteen varmistamisessa.

Mainiota särvintä syntyi, mutta eihän se ihan äkkiä käynyt: ensin piti maata ostaa, sitten pähkäillä sopivaa saunan paikkaa, metsästää lehti-ilmoituksella siirrettävä hirsimökki, suunnitella viemäri ja upottaa jätevesisäiliö maahan, kärrätä hiekkaa, valaa pohjat, tehdä luonnonkivistä nurkat, koota hirsikehikko, tilata papalta ikkunanpokat, lasittaa ne, etsiä romuttamosta vanhat punasaviset kattotiilet, pönkiä toisen papan varastoista vanhat takkaluukut, tilata vesipata pajalta, nikkaroida lauteet, muurata kiukaan pohja, kärrätä ja latoa kiuaskivet.

Tuvan puolellekin piti piippu hommata, sitten uuni muurata, välikatto naputella, eristeet lisätä, lattia rakentaa seinäpaneeleita, listoituksia, viimeistelymaalauksia ja ikkunanpesuja unohtamatta.

Puuha kannatti, koska nyt tiedän, miksi kaupan kinkkua kutsutaan saunapalviksi.

LIISA YLI-KETOLA
liisa.yli-ketola@mt1.fi

Tangomarkkinoilla uudet ruokatuulet

Seinäjoen Tangomarkkinoiden ravintolapalvelut ovat uudistuneet. Vatsansa voi täyttää kymmenessä eri ravintolassa.

Uusia ravintoloita ovat Tangopihalla tasokasta lähiruokaa tarjoileva Kruunu Gourmet sekä Tanssitalon ravintola.

Kruunu Gourmet -ravintolan noutopöydän menu vaihtuu päivittäin keskiviikosta lauantaihin. 25 euron hintaan saa esimerkiksi perjantaina 11.7. alkuruokana silakkaherkkuja Pohjanlahden Merenkurkusta ja leppäsavustettua kirjolohta.

Lämpiminä ruokina tarjotaan kasvisgratiinia lähialueen juureksista, lohta kuninkaallisten tapaan ja hummerikastiketta sekä kermassa gratinoituja Pohjanmaan perunoita. Aterian kruunaa puolukkapiirakka ja vaniljakastike.

Juhlaleivos väen iloksi

Ravintolapäällikkö **Riikka Mäentaka** lupailee, että jano ja nälkä sammuvat festivaaleilla keskimäärin edulliseen hintaan.

”Juomien ja ruokien hintataso on kesäfestareiden halvimmasta päästä. Erikoisuutemme on, että kaikissa ravintoloissa on tarjolla jotakin ohjelmaa.”

Tangomarkkinoiden 30-vuotisjuhlavuoden kunniaksi tangoväki pääsee myös maistamaan lapualaisen leipomo Hyväskän juhlaleivosta. **MT**

Seinäjoen Tangomarkkinat 9.–13.7. Ravintolatarjontaan voi tutustua netissä www.tangomarkkinat.f/ravintolat.

Marjat sopivat suolaisiin ruokiin

Maa- ja kotitalousnaiset suosittelee herkuttelemaan tuoreilla marjoilla niin paljon kuin sielu sietää. Vitamiinipommien syöntiä voi kätevästi lisätä laittamalla niitä myös suolaisiin ruokiin, kuten salaatteihin.

”Ne antavat ruokiin makeutta tai happamuutta sekä tuovat väriä lautaselle”, Pohjois-Savon maa- ja kotitalousnaisten ruoka- ja elintarvikeasiantuntija **Sanna Louna** toteaa.

Tuoreilla marjoilla voi koristella perinteisesti myös leivonnaisia.

Vitamiinit tuhoutuvat herkästi

Marjat sisältävät runsaasti suojaravintoaineita, kuten C-vitamiinia, flavonoideja ja antioksidantteja. Säilöntä vähentää vitamiinien määrää.

”C-vitamiini on vesiliukoinen ja tuhoutuu helposti kuumennettaessa ja säilytyksessä. Siksi marjoja kannattaakin nauttia mahdollisimman paljon tuoreena”, Louna kehottaa.

Marjojen terveellisyyteen tuovat oman osansa niiden kuitupitoisuus sekä kivennäis- ja hivenaineet kuten kalium, kalsium, rauta, magnesium, sinkki ja mangaani.

Pakastus pienissä erissä

Säilötyt marjaherkut kannattaa säästää talveen. Maa- ja kotitalousnaiset kehottaa pakastamaan marjat pienissä rasioissa, joista ne on helppo käyttää.

”Pakastimesta ottaessa marjat on hyvä sulattaa mahdollisimman nopeasti, jolloin vitamiinit säilyvät niissä parhaiten”, Louna opastaa. **MT**

JAANA KANKAANPÄÄ

Juustot ja marjat sopivat yhteen.

JAANA KANKAANPÄÄ

Vuohenjuuston maku sopii hyvin yhteen mansikoiden kanssa.

Nauti tuoreena ja säilö talveksi

Pääsemme pian herkuttelemaan kotimaisilla mansikoilla.

Jos mansikoita ei ole tarjolla yllin kyllin, pienikin määrä antaa makua jälkiruokiin ja leivonnaisiin.

Mansikoiden kanssa voi yhdistää vesimelonia tai raparperia. Lisää mausteeksi tuoreyrteistä esimerkiksi rosmariinia, minttua, basilikaa. Limetti antaa mansikkahillolle pirteän lisämaun.

Mansikka-appelsiinikiisseli

10 annosta
5 dl vettä
5 dl appelsiinitäysmehua
1 maustemitta suolaa
1/2 dl sokeria
3/4 dl perunajauhoja
1 l mansikoita
Tarjoiluun
1 dl kuohukermaa
1 prk (200 g) valkosuklaa-limerahkaa
2 tl sokeria

Kuumenna paksupohjaisessa kattilassa neljä desilitraa vettä, mehu, sokeri ja suola. Sekoita perunajauhot loppuun veteen ja suurusta kiisseli. Anna kiehahtaa. Sekoita pilkotut mansikat joukkoon.

Vaahdota kerma ja sekoita rahkan joukkoon. Mausta sokerilla. Tarjoa vaahtoa jäähdytetyn kiisselin kanssa.

Mansikkainen panna cotta

4 annosta
1 liivatelehti
1 prk (2 1/2 dl) cocos&lime-maustettua kermaa (5%)
1 dl kevytmaitoa
1/4 dl sokeria
Pinnalle
2 dl mansikkasosetta tai -survosta
sokeria

Laita liivatelehti kylmään veteen pehmenemään 5–10 minuutiksi. Mittaa cocos&lime-kerma, maito ja sokeri kattilaan. Anna kiehua kaksi minuuttia sekoitellen. Purista liivatelehdestä vesi pois. Lisää liivate kattilaan. Sekoita, kunnes liivate on sulanut, mutta älä keitä. Kaada seos annoslaseihin.

Jäähdytä peitettynä 3–4 tuntia tai kunnes rakenne on hyytynyt. Laita pinnalle kerros sokerilla maustettua mansikkasurvosta.

Vuohenjuusto-mansikkasalaatti

4–5 annosta
1 pak (150 g) chevre-vuohenjuustoa
mustapippuria myllystä
1/2 l mansikoita
1 kerä vuonankaalia
1 ruukku villirucolaa
1 ruukku viinisuolaheinää
1 dl pinjansiemeniä
basilikan lehtiä
oliiviöljyä
balsamicokastiketta

Viipaloi tai kuutioi juusto. Kierrä pippurimyllystä hiukan pippuria pinnalle. Viipaloi tai lohko mansikat. Paahda siemeniä kuivalla pannulla hetki. Laita ainekset tarjolle laakealle vadille.

Nosta tarjolle oliiviöljyä ja balsamicokastiketta ripoteltavaksi annoksille.

Tarjoa patongin kanssa välipalaksi tai grilliaterian alkupalaksi.

Mansikka-melonijuoma

5–6 annosta
500 g vesimelonia kuorittuna
1/2 l mansikoita
1 dl maitoa
2 dl vaniljajugurttia
1 tl sitruunamehua
(2 rkl sokeria tarvittaessa)

Kuutioi vesimeloni. Yhdistä kaikki aineet tehosekoittimen kulhossa ja sekoita kuohkeaksi juomaksi. Tarkista maku ja lisää tarvittaessa sokeria. Tarjoa heti.

Mansikka-melonisohjo

4 annosta
1/2 l mansikoita
pala (200 g) vesimelonia
1 limetti
1/2 dl sokeria

Soseuta mansikat ja kuorittu meloni. Mausta limetin mehulla ja sokerilla. Laita seos reilun kokoiseen pakastusrasiaan.

Laita pakastimeen ja sekoita muutaman kerran jäätymisen aikana.

Mansikka-sitruunajälkiruoka

4–5 annosta
1 prk (200 g) sitruunarahkaa
2 dl valmista vaniljakastiketta
3 dl mansikoita
1 rkl sokeria
1 tl vaniljasokeria
Pinnalle
2 dl mansikoita
1–2 rkl sokeria

Leikkaa mansikat aivan pieniksi paloiksi. Sokeroi kevyesti. Yhdistä kaikki ainekset.

Jaa seos laseihin. Peitä kelmulla ja nosta annokset pakastimeen jäähtymään noin tunniksi.

Katso, että lasit ovat tasaisella alustalla.

Soseuta pinnalle tulevat marjat ja mausta sokerilla.

Ota lasit pakastimesta ja lusikoi pinnalle mansikkasosetta. Annosten ei ole tarkoitus jäätyä, ainoastaan viiletä raikkaiksi.

Kylmä mansikka-melonisohjo on raikas kuuman päivän välipala.

Kesäpiirakka

uunipannullinen, 24 palaa
250 g voita
3 1/2 dl sokeria
5 1/2 dl vehnäjauhoja
2 tl leivinjauhetta
1 tl kardemummaa
1 prk kermaviiliä
2 munaa
Päälle
7 dl raparperipaloja
1 dl sokeria
Koristeeksi
1/2 l mansikoita
Tarjoiluun
vaniljakastiketta

Kiehauta raparperipalat vähäisessä vesimäärässä kattilassa tai mikroaaltouunissa. Sekoita sulatettu voi, sokeri ja jauhot keskenään. Ota seosta erilleen kaksi desilitraa.

Lisää loppuun taikinaan leivinjauhe, kardemumma, kermaviili ja munat. Sekoita tasaiseksi. Levitä isompi taikina uunipannulle leivinpaperin päälle. Yhdistä sokeri ja raparperipalat.

Levitä pohjan päälle. Ripottele pinnalle loppu taikinaseos. Paista 200 asteessa 20–25 minuuttia.

Lisää kypsän piirakan päälle mansikkaviipaleita. Leikkaa annospaloiksi. Tarjoa vaniljakastikkeen kera.

Jäätelöä ja mansikkasalsaa

6 annosta
noin 5 dl mansikkapaloja
2–3 rkl vaaleaa siirappia
2 tl raastettua (luomu) sitruunankuorta
1/4 tl mustapippurirouhetta
3 rkl tuoretta minttua
hienonnettuna
Lisäksi
1 l vaniljajäätelöä

Tee salsa juuri ennen tarjoilua. Sekoita kaikki ainekset keskenään.

Tarjoa vaniljajäätelön kanssa.

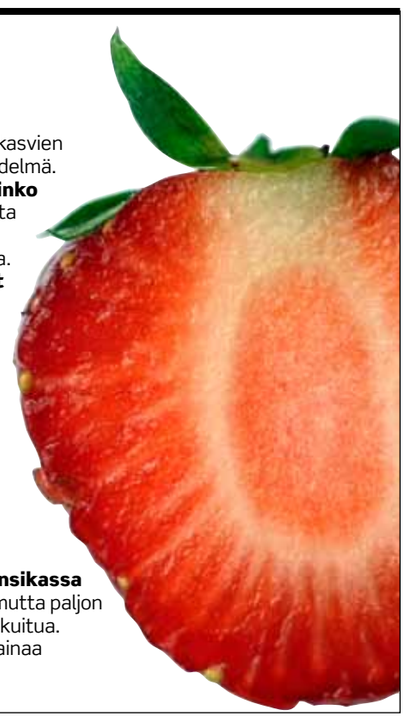
Mansikka-raparperipaistos

8–10 annosta
3 munaa
1 1/2 dl sokeria
100 g voita
1 dl maitoa
2 1/2 dl vehnäjauhoja
1 dl kaurahiutaleita
1 1/2 tl leivinjauhetta
1 tl kanelia
1 tl vaniljasokeria
Päälle
5 dl raparperiviipaleita
1 dl sokeria

Appelsiinimehusta saat maukkaan ja värikkään pohjan kesäkiisseliin.

MARJA

Mansikka



Mansikka on ruusukasvien heimoon kuuluva hedelmä.
Valoisat yöt ja aurinko tekevät suomalaisista mansikoista erityisen aromikkaita.
Makeimmat marjat käytetään syönti- ja kakkumarjoina, hapokkaat tehdään hilloksi tai pannaan pakasteeseen.
Marjat ovat mehukkaita ja pehmeitä, eivätkä kestä pitkään tuoresäilytyksessä.
Säilytä mansikat aina jääkaapissa.
Vesipitoisessa mansikassa on vähän energiaa, mutta paljon C- ja B-vitamiineja ja kuitua.
Litra mansikoita painaa noin 500 grammaa.

Koristeeksi
noin 1/2 dl mantelilastuja
mansikoita
Tarjoiluun
vaniljajäätelöä tai -kastiketta

Keitä ensin raparperiviipaleita ja sokeria kattilassa, kunnes seos kiinteää. Jäähdytä.

Vaahdota munat ja sokeri.

Sulata voi ja lisää maito joukkoon. Yhdistä kuivat aineet. Lisää kummatkin seokset munasokerivaahtoon.

Kaada taikina voideltuun (noin 27-senttiseen) piirakkavuokaan. Lusikoi päälle raparperisose. Ripota pinnalle mantelilastuja.

Paista uunin alatasolla noin 25 minuuttia. Lisää kypsän paistoksen päälle mansikkaviipaleita.

Tarjoa vaniljajäätelön tai -kastikkeen kera.

Mansikka-limettihillo

noin 5 dl hilloa
1 kg (2 l) mansikoita
3 limettiä
1/2 kg hillosokeria

Puhdista mansikat ja lohko teräskattilaan. Pese limetit hyvin ja raasta kuori raastimen hienoimmalla terällä. Halkaise hedelmät ja purista mehu mansikoiden joukkoon.

Kuumenna seos hiljalleen höyryäväksi ja lisää sokeri vähitellen varovasti sekoittaen. Keitä hiljalleen kymmenen minuuttia, välillä sekoittaen. Nosta kattila liedeltä ja anna jäähtyä hetki. Kuori vaahto päältä.

Kaada hillo kuumiin, pestyihin purkkeihin ja säilytä kylmässä.

Hillo hyytyy noin vuorokaudessa.

ANNELI PESSALA