VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMALLA

Stressiruokaa hyvässä seurassa

Lämpimistä voileivistä ja kylmästä kaljasta se alkoi. Sitten tuli pitsa. Pitsaa seurasi lasagne.

Nyt tarjoilemme alkuruuaksi yrttijuustolla täytettyä kylmäsavulohirullaa ja rosmariiniperunoita.

Pääruuaksi lammascurrya chapati-leivän kera. Unohtamatta porkkana-daikon- ja fenkolisalaatteja.

Jälkiruuaksi punaviinissä haudutettuja päärynöitä mascarponevaahdon kera.

Kahvin kanssa suklaaganachetäytteistä kakkua ja sitruunasiirappipiirakkaa.

Näin ovat muuttuneet tarjoilut kolmessa vuosikymmenessä tuttavien kanssa iltaa istuessa. Ennen tehtiin jotain pientä jutustelun sivussa. Nyt ruuan valmistus ja leipominen alkavat jo vierailua edeltävänä päivänä. Olemme aika pahassa kilpavarustelukierteessä.

Lisäksi uskon kokkaustaitoihini vei tytär, joka alkoi muutama vuosi sitten opiskella elintarvikealaa ja pitää ruokablogia. Hän on edelleen tervetullut vieras, mutta joka kerran jännitän, onnistunko tekemään jotain kelvollista syötävää.

Toisaalta olen oppinut häneltä, miksi ranskalaisia ei noudeta pakastealtaasta, vaan ne valmistetaan itse sopivasta perunalajikkeesta oikean ajan liotettuna, passelissa lämpötilassa ja öljymäärässä.

Tiedän, miten hiiva aktivoidaan ja kuinka leipätaikina kohotetaan oikeaoppisesti. Ymmärrän myös olla pilaamatta sitkon heittelemällä auringonkukan siemenet taikinaan vasta loppuvaiheessa.

Arkisin en yleensä jaksa välittää saamistani oivista tiedoista. Ruokastressiä välttääkseni tyydyn tekemään jotain mössöä. Joistain suunnilleen syötävistä, mielellään kotimaisista aineksista.

JUKKA PASONEN

jukka.pasonen@mt1.fi

KATJA LAMMINEN

Jälkiruokapöydässä on pikareista tarjottavaa päärynäsiiderihyytelöä ja glögi-kermapannacottaa. Keskellä Daim-kakku.

Hellapoliisin herkuista laivan joulubuffettiin

Laivayhtiö Silja Linen Helsinki–Tukholma-reitillä herkutellaan joulun alla Hellapoliisin hengessä.

Joulubuffettiin on katettu oma sesonkipöytä suositun ruokabloggarin **Kati Jaakosen** suunnittelemille alku- ja jälkiruuille.

Suolapaloissa on tarjolla muun muassa katkarapusalaattia, lohimoussea saaristolaisleivällä ja riistapyöryköitä kanelisella omenachutneyllä.

Jälkiruokavalikoimaa täydentää muodikas raakakakku. Muun muassa avokadoa, pähkinöitä, kookosta ja mustikoita sisältävä leivonnainen ei ole ainakaan liian makea.

Omaan joulupöytään voisi apinoida glögi-kermapannacotan tai päärynä-siiderihyytelön. Myös piparkakulla maustettu suklaamousse vie kielen mennessään.

Tarjonnassa on huomioitu kattavasti gluteeniton ruokavalio.

Pipari-homejuustopallot

Hellapoliisi olisi halunnut pöytään vielä pipari-homejuustopyöryköitä, mutta niitä eivät laivan kokit ehdi pyörittelemään sadoille ruokailijoille.

Yhdistelmään tykästyneen kannattaa kuitenkin testata pyöryköitä kotona: 600 g maustamatonta tuorejuustoa, 1 rkl hunajaa, hyppysellinen mustapippuria ja 170 g homejuustoa.

Seos laitetaan muutamaksi tunniksi jääkaappiin. Sitten muotoillaan pieniksi palloiksi, jotka kieritetään piparimurskassa. Nam!

KATJA LAMMINEN

Smoothieita metsän antimista

Smoothiet ovat löytäneet tiensä suomalaisiin keittiöihin.

Tiia Koskimiehen Suomalainen smoothiekirja on tekijän omien sanojen mukaan suomalaisten metsämarjojen ylistys. Kirjan alussa esitelläänkin Suomesta löytyviä marjoja mansikasta pihlajanmarjaan.

Muutoin kotimaisia makuja on monissa resepteissä höystetty eksoottisemmilla aineksilla. Kotimaisuuden korostaminen vaikuttaakin paikoin vain myyntikikalta.

Resepteissä on keskitytty käyttämään vain tuttuja marjoja. Yhtään reseptiä esimerkiksi juolukalle tai pihlajanmarjalle ei löydy.

Muita yllättäviä makuyhdistelmiä sen sijaan on tarjolla. Maistuisiko aamupalaksi lakan ja mangon yhdistelmä? Lounaalla voi kokeilla mustikan, avokadon ja wasabin sekoitusta. Kiinnostavalta etenkin pääsiäisen aikoihin vaikuttaa myös puolukkaa sisältävä mämmi-smoothie.

Kirjan loppupuolella on reseptejä hoitaviin smoothieihin. Päänsäryn taltuttajaksi tarjotaan juomaa, jonka raaka-aineina on muun muassa kaalia ja ananasta. Ajatuksia kirkastavat bataatti ja mustikka.

Kokeilemisen arvoisilta vaikuttavat myös smoothiejäätelöt.

MIINA RAUTIAINEN

Tiia Koskimies: Suomalainen smoothiekirja: Terveelliset herkut kotimaisista raaka-aineista. 135 sivua. Minerva.

Mureketta arkeen ja juhlaan

Syödäänkö mureketta, terriiniä vai pateeta?

Ruokaohjeiden nimissä vilahtelevat sanat patee, terriini, timbaali ja mureke. Kalamureke kuulostaa arkisemmalta kuin kalaterriini. Patee yhdistyy buffetpöytään, kun taas jauhelihamureke viikonlopun lounasruokaan.

Loppujen lopuksi kaikki nämä ruuat muistuttavat toisiaan hyvin paljon.

1. Tällä kertaa kalaterriinin käytetään hauen lisäksi lohta. Tuoreet yrtit, sitruuna, suola ja pippuri maustavat, vaalea leipä sekä munat sitovat massan, kuohukerma tuo täyteläisyyttä rakenteeseen.
2. Laita pitkänomaisen vuoan pohjalle kaksi suikaletta leivinpaperista niin, että paperin päät tulevat reilusti yli vuoan päistä. Tee kalamassasta pohjalle kerros, nosta päälle yrteissä kieritetty lohipala ja lusikoi loppu massa päälle.
3. Käännä leivinpaperin päät kalamassan päälle ja nosta vuoka isompaan vuokaan. Kaada alimpaan vuokaan kiehuvaa vettä noin puoleen väliin terriinivuoan korkeudesta.

JAANA KANKAANPÄÄ

Viipaloi jäähtynyt kalaterriini ja tarjoa tillioljyn ja sitruunaviipaleen kera alkuruuaksi.

Kalaterriini
10 annosta
Kalamassa
1 sipuli
600 g haukifileetä
2 munaa
2 viipaletta vaaleaa leipää
3 dl kuohukermaa
1/2 dl sitruunamehua
2 tl suolaa
1/2 tl valkopippuria
Terriinin sydän
noin 200 g lohta tai kirjolohta
1/4 tl suolaa
1 rkl sitruunamehua
1/2 ruukkua tilliä ja persiljaa silputtuna
Koristeluun
sitruunaviipaleita, tilliä
Tillioljy
1/2 ruukkua tilliä
3/4 dl oliiviöljyä
1 tl sitruunan mehua
ripaus suolaa
ripaus sokeria
ripaus mustapippuria

Hienonna kuorittu sipuli, nahattomat ja ruodottomat haukipalat sekä leipäviipaleet monitoimikoneessa. Erota keltuaiset ja valkuaiset. Lisää keltuaiset yksitellen koneen käydessä. Lisää samoin kerma ja lopuksi mausteet.

Vaahdota valkuaiset ja nostele valkuaisvaahto kalamassaan.

Leikkaa lohesta noin kolme senttiä paksuja, mahdollisimman pitkiä paloja ja muotoile niistä vuoan pituinen pötkö. Mausta suolalla ja sitruunamehulla. Kierittele vielä yrttisilpussa.

Leikkaa leivinpaperista kaksi pitkulaisen leipävuoan (noin 1 1/2 litran) pohjan kokoista suikaletta. Laita suikaleet vuoan pohjalle niin, että paperin päät jäävät reilusti vuoan päiden yli.

Levitä noin puolet kalamassasta pohjalle. Nosta päälle suolalla ja sitruunamehulla maustettu, yrteissä kieritetty lohipala. Nostele päälle loppu kalamassa. Käännä papereiden päät kalamassan päälle.

Nosta vuoka isompaan astiaan. Kaada alimmaiseen astiaan kiehuvaa vettä noin puoleen väliin kalavuokaa. Nosta uuniin kypsymään 150 asteeseen noin puoleksitoista tunniksi. Nosta kalavuoka pois vesihauteesta ja avaa paperi pinnalta. Laita vuoka takaisin uuniin 175 asteeseen noin 10 minuutiksi.

Anna jäähtyä ja kumoa. Viipaloi tarjolle ja koristele tillillä ja sitruunalla. Tarjoa lisäksi tillioljyä. Hienonna tilli. Soseuta ainekset sauvasekoittimella tasaiseksi.

Helppo kalamureke
5 annosta
500 g ruodottomia, nahattomia kalapaloja
1 prk kermaviiliä
5 rkl korppujauhoja
2 munaa
1/2 tl suolaa
1 tl sitruunapippuria
1 rkl sitruunamehua
1 1/2 dl tilli- tai ruohosipulisilppua
Vuokaan voita ja korppujauhoja

Jauha kala tasaiseksi massaksi monitoimikoneessa. Sekoita kermaviilin joukkoon korppujauhot ja anna turvota hetki. Lisää kaikki aineet monitoimikoneen kulhoon ja sekoita tasaiseksi. Kaada seos hyvin voideltuun ja korppujauhotettuun uunivuokaan. Kypsennä uunissa 175 asteessa noin tunti. Peitä tarvittaessa.

Tarjoile vuoasta perunasoseen tai keitettyjen perunoiden kera.

Punajuuriterriini
6–10 annosta
600 g (6) punajuuria
3 sipulia
25 g voita
1 pussi (150 g) sinihomejuustomurua
1 pieni prk ananasmurskaa
5 munaa
1 dl kuohukermaa
1/2 tl mustapippuria
1 rkl basilikaa
1/2 tl muskottipähkinää
1/2 tl suolaa

Keitä punajuuret kypsiksi ja kuori. Hienonna sipulit ja hauduta voissa pehmeiksi. Soseuta punajuuret ja sipulit. Lisää jäähtyneen soseen joukkoon juustomuru ja valutettu ananasmurska.

Vatkaa munat kerman joukkoon ja yhdistä seokset. Mausta. Kaada seos voideltuun pitkulaiseen 1 1/2 litran teflonvuokaan. Nosta vuoka uunipannulle, jossa on vettä. Kypsennä uunissa 150 asteessa noin 1 1/2 tuntia. Jäähdytä hyvin. Kumoa ja tarjoa lisäkkeenä. Voi myös lämmittää ennen tarjoilua.

Vinkki: Käytä punajuurien tilalla esimerkiksi porkkanoita, kukkakaalia, eri juuresten sekoituksia ja parsakaalia.

Maalaispatee
15 annosta
1 sipuli
1 rkl voita
500 g sika-nautajauhelihaa
200 g jauhettua maksaa
2 viipaletta vaaleaa leipää
1 dl ruokakermaa
2 munaa
3 rkl sitruunamehua
3 rkl siirappia
1/2 rkl suolaa
1/2 tl kanelia
1/2 tl inkivääriä
2 rosmariininoksaa
1/4 tl mustapippuria
1 dl persiljasilppua
Vuokaan
1 pkt (170 g) pekoniviipaleita
Pinnalle
2–3 laakerinlehteä
2–3 rosmariinin oksaa puolukoita

Kuullota hienonnettu sipuli voissa. Laita kaikki ainekset monitoimikoneen kulhoon. Sekoita tasaiseksi massaksi.

Vuoraa noin 1 1/2 litran vuoka pekoniviipaleilla. Kaada massa vuokaan ja nostele pekoniviipaleiden päät massan päälle. Laita pinnalle laakerinlehtiä ja pari rosmariiniin oksaa sekä kouralliinen puolukoita.

Laita folio tiiviisti vuoan päälle niin, ettei vesihöyry pääse nousemaan reunasta vuoan sisälle. Nosta vuoka isompaan vuokaan vesihauteeseen. Kypsennä 175 asteessa, kunnes lämpömittari on noin 70 astetta, noin 1 1/2 tuntia.

Jäähdytä vuoassaan seuraavaan päivään.

Tarjoa alkuruokana keitettyjen perunoiden, raikkaiden etikkasäilykkeiden tai marjahyytelön kanssa. Sopii myös seisovan pöydän tarjottavaksi tai leivän päälle.

Ohje muuntuu riistapateeksi, jos vaihdat jauhelihan hirveksi. Massan joukkoon voi hienontaa pekonia tai silavaa, jos jauheliha on kovin vähärasvaista.

Lisämausteeksi sopii murennettua sinihomejuustoa. Puolita silloin ohjeen suolan määrä.

Itämainen broilerimureke
4–5 annosta
1/2 dl korppujauhoja
1 prk (2,5 dl) maustettua ruokakermaa (esim. cocos & lime)
1 sipuli
1/2 ruukkua persiljaa
1 suippopaprika
400 g broilerijauhelihaa
1 muna
3/4 tl suolaa
1/4 tl jauhettua valkopippuria
1/2 tl currya
1/4 tl chilijauhetta
Currykastike
2 dl turkkilaista jugurttia

Pekoniin kääritty maalaispatee saa lisämakua rosmariinista, laakerinlehdistä ja puolukoista.

1 pieni tlk ananasmurskaa
1/2 dl curry-mangokastiketta tai currykastiketta
1/2 ruukkua tuoretta persiljaa

Sekoita korppujauhot ja maustettu ruokakermaa. Anna turvota.

Hienonna sipuli ja persilja. Kuutioi paprika. Yhdistä murekkeen kaikki ainekset. Sekoita tasaiseksi massaksi. Kaada seos pitkänomaiseen uunivuokaan. Tasoita pinta.

Paista 200 asteessa noin 40 minuuttia.

Valmista kastike sekoittamalla jugurttiin valutettu ananasmurska, currykastike ja hienonnettu persilja. Tarjoa mureketta kastikkeen ja keitettyjen perunoiden kanssa.

Vinkki: Viipaloi kylmänä leivän päälle leikkeleeksi.

ANNELI PESSALA

Terriini sai nimensä astiasta

Terriini on ollut alkuaan terrakotasta valmistettu kannellinen astia, jota on käytetty lihan ja kalan kypsentämiseen vesihauteessa. Myöhemmin ruokalaji nimettiin astian mukaan.

Nykyisin terriiniksi kutsutaan lähes kaikkea vesihauteessa kypsennettyä massaa. Raaka-aineena on etupäässä kasviksia, sieniä, lihaa tai kalaa.

Terriinin voi valmistaa myös useammasta soseutetusta aineksesta kerroksittain. Massaltaan se on hienojakoisempaa ja rakenteeltaan kuohkeampi kuin patee.

Terriinin raaka-aineet jauhetaan hienoksi massaksi. Ruodottomat kalat hienonnetaan raakana. Kalaksi sopivat lähes kaikki lajit sekä niiden yhdistelmät.

Kasvisterriinissä vain mielikuvitus on rajana. Keitä kasvikset pehmeiksi, jotta ne soseutuvat hyvin monitoimikoneessa tai sauvasekoittimella. Munat sitovat massan ainekset ja valkuaisten lisääminen vaahtona kuohkeuttaa rakennetta. Myös vaaleaa leipää ja peruna- sekä korppujauhoja käytetään sidosaineena.

Terriini kypsennetään vesihauteessa 150–175 asteessa. Tarkkaa aikaa on mahdoton sanoa, sillä se vaihtelee vuoan koon mukaan vajaasta tunnista puoleentoista.

Kalaterriini on kypsää, kun se on kiinteää ja sisälämpötila on 70 astetta. Uuneissa, joissa lämpötila pysyy tasaisen alhaisena koko ajan, ei välttämättä tarvitse käyttää vesihaudetta.

Timbaali
Timbaali eroaa terriinistä valmistustavan ja tarjoilun suhteen. Kala-, kasvis- tai lihamassa kypsennetään annosvuoissa ja tarjotaan lämpimänä alkuruokana. Vuokina voi käyttää teekuppeja tai reilun kokoisia kahvikuppeja.

Patee
Pateeksi kutsutaan vesihauteessa kypsennettyä mureketta, jota peittää taikina- tai pekonipäällys. Valmis patee voidaan myös hyytelöidä pinnalta.

Maalaispatee on karkearakenteinen lihapatee. Siihen jauhetaan riistaa, sisäelimiä, kinkkua, kanaa tai broileria, kypsiä lihapaloja sekä usein myös silavaa. Massa kaadetaan pekoniviipaleilla vuorattuun vuokaan.

Vuokaa haudutetaan vesihauteessa, kunnes pateen sisälämpötila on 70–72 astetta.

Mureke
Mureke valmistetaan hienonnetuista raaka-aineista pitkänomaiseksi pötköksi. Murekeseoksen pääraaka-aineena on joko lihaa, kalaa tai kasviksia. Sidosaineena käytetään korppujauhoja, perunaa tai munia. Mureke kypsennetään uunissa ja tarjotaan useimmiten lämpimänä pääruokana.

Patee sekä terriini tarjotaan yleensä kylmänä. Ne valmistetaan aina tarjoilua edeltävänä päivänä. Jäähtyessään maut ehtivät tasoittua. Kylmästä pateesta ja terriinistä saa leikattua kauniita annospaloja buffetpöytään tai alkupalaksi.

ANNELI PESSALA