

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

Perjantaina 3. heinäkuuta 2015

MAASEUDUN TULEVAISUUS

17

VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMALLA

Laman maku seuraa aikaansa

Vartuin lama-Suomessa, mutta muistan siitä lähinnä vain maut.

Puuropäivät koulussa, näkkileipää ja limaista lihamakaronailatikkaa, jota voi sanoa myös avaruusmössöksi: se uhmasi painovoimaa pysymällä liiskattuna lautasella vaikka lautasen käänsi ylösalaisin. Suosikkini oli hernekeitto.

Kotona syötiin viiliä, vispipuuroa, perunaa sen kaikissa muodoissa ja herkkuna edelleenkin kammoamaani Bravo-banaanisuklaajäätelöä – sitä halvinta.

En ajatellut, että ruokani olisi oikeasti ollut jotenkin köyhää. Jos se kävikin mielessäni, isoäiti palautti takaisin maan pinnalle kertomalla, millaista oli pula-ajan Suomessa. Silloin avaruusmössö olisi ollut yllellisyyttä. Eikä mikään maistunut mummin suussa suloisemmalta kuin tuolloin syödyt herkut.

Nyt uuden lama-Suomen kynnyksellä maut nousevat jälleen mieleeni.

Uskon, että tästä kerrasta jää mieleen muutakin. Mutta maku se on jälleen alamäessä.

Se on rasvainen, sillä nyt köyhä syö hampurilaisia, makaraa ja pakastepitsoja.

Syöminen ei ole vain rahasta kiinni, se on myös mielen-tila.

Irtsanomisuhan alla velkoja ynnäillessä tai tehoja työpäikalla lisätessä pikaruoka maistuu: sen menekki on ollut koko alkuvuoden kasvussa. Samalla työpaikkaruokailun myynti mataa.

Kärstytneen rasvan alla maistuu tuttu katkera maku – kuten silloin ennenkin.



TUULIKKI VILLO

tuulikki.viilo@mtt.fi

JAANA KANKAANPÄÄ



Raparperin sesonki jatkuu edelleen.

Raparperin voi säilöä veteen

Lotta Svärd -järjestö neuvoo perinteiset menetelmät säilöä raparperia.

Vesiraparperia tehdään yksinkertaisesti sullomalla raparperia tiiviisti, pieninä paloina pulloon ja kaatamalla kylmää vettä päälle. Vesi kannattaa keittää ja jäähdyttää ennen pulloon kaatamista. Lopuksi pulloit korkitetaan huolellisesti.

Säilöntämenetelmä esiteltiin 1930-luvun alussa Lotta Svärd -lehdessä.

Toinen klassinen säilöntätapa on valmistaa virkistävää raakamehua. Raparperit raastetaan, vesi sekoitetaan joukkoon ja seos pannaan siivilään valumaan. Mehua maustetaan mieleiseksi esimerkiksi sokerilla ja kardemummalla. Kun sokeri on sulanut, mehu pullotetaan.

Raparperi-porkkana-sosetta käytettiin pitkin talvea ruuan lisäkkeenä. Sen valmistamiseen tarvitaan 2 kiloa porkkanaa, 1 litra vettä, 2 kiloa raparperia ja 2 kiloa sokeria.

Porkkanat kaavitaan puhtaiksi, leikataan viipaleiksi ja keitetään pehmeiksi. Sitten ne muserretaan sihdin läpi ja laitetaan uudelleen kattilaan, mihin lisätään kuoritut, paloitellut raparperit ja sokeri. Keitetään hämmentäen, kunnes sose on tasaisa ja kiinteää.

Sose laitetaan kuumana kuumiin purkkeihin, jotka peitetään soseen jäähdyttyä.

KATJA LAMMINEN

KIRJA

Ilo irti yrteistä

Tänä keväänä pistin parvekkeelle ensimmäistä kertaa kasvamaan yrtejä: basilikaa, persiljaa, ruohosipulia ja kirveläi. Ainoastaan basilika ja persilja lähtivät kasvamaan. Nyt persilja on hailakaa ja basilikassa pilkkuja.

Katsaus Yrttiherkut -kirjaan opetti, mikä kaikki oli mennyt pieleen. Esimerkiksi basilika on herkkä kylmälle ja tarkka kastelusta. Ruukut pitäisi jopa salaajittaa soralla tai ruukunpalasilla.

Kun basilikaa käyttää, pitää napsaista koko latva poikki yksittäisten lehtien nyppimisen sijaan. Muuten kasvi ei tuuheudu.

Kotitalousopettaja **Hannele Kojo** neuvoov paitsi yrttitarhailun niksit, myös yrttien käytön säilömisestä reseptivinkeihin.

Maukkaat yrtit tuovat mukavan lisäpotkun perusruokiin, kuten salaatteihin, patoihin ja leipiin.

Yrteillä voi maustaa myös juomia ja tietysti tehdä erilaisia tahnoja ja säilykkeitä, joita voi lisällä ruokiin. Yrtit maustavat mukavasti tuorejuustoja, jugurtteja, voinaappeja ja muita maitotuotteita.

Yksi helpommista tavoista käyttää yrtejä on maustaa niillä ruokaöljyjä tai sekoittaa kuivattuna suolaan.

Kasvatettuja yrtejä voi yhdistellä myös trendikkäisiin villiyrttiin. Kojo suosittelee marinoimaan voikukannupuja karhunlaukalla maustetussa liemessä. Ovat kuulemma kuin kapriksia.

KATJA LAMMINEN

Hannele Kojo: Yrttiherkut - Keittokirja. 249 sivua. Readme.fi

Uudet perunat - parasta kesäruokaa

Peukalon kokoiset uudet perunat kypsyvät kymmenessä minuutissa. Sillä välin nostetaan pöytään sillipurkki ja voirasia. Kesän herkullisin pika-ateria on valmis.

.....

Timo ja Siikli ovat suosituimmat kesäperunamme. Maku ja rakenne ovat parhaimmillaan, kun peruna pääsee mahdollisimman pian noston jälkeen pesuun ja kiehumaan. Kuori on helppo rapsuttaa pois juuresharjalla.

Varhaisperuna on herkkä tuote, joka kärsii kuljetuksesta sekä varastoinnista. Pinta tummuu ja kuori sitkistyy säilytyksessä. Suositeltava myyntiaika on 3–4 vuorokautta.

Kotona paras säilytyspaikka on pimeässä, viileässä kaapissa (10–14 astetta).

Höyryävät, tillillä maustetut perunat eivät kaipa seurakseen lämpimiä kastikkeita. Kyytipohjaksi riittävät voinkare, sillipala sekä erilaiset kalatahnat.

Kuorettomiksi rapsutetut varhaisporkkanat kypsyvät nopeasti perunoiden kanssa samalle aterialle.

Sitruunavoinokare täydentää makean porkkanan makua. Sitruunavoita on valmiina pikkupaketeissa myynnissä tai sen voi valmistaa itse.

Myös yrttivoinapit sopivat varhaisvihannesten makuun.

Pikkuperunat ovat makeita, joten niitä tulee naposteltua reilusti. Etukäteen on vaikea arvioida menekkiä. Kannattaakin keittää kerralla isompi määrä. Kylmille perunoille riittää käyttöä. Ne maistuvat salaattina, munakkaassa, kylmänä kalaleipänä tai pyttipannuna.

Nokkospesto

n. 4 dl

1 dl pähkinäsekoitusta tai auringonkukan siemeniä
1 dl ryöpätyjiä nokkosia (reilu litra tuoreena)
100 g valkosipulituorejuustoa
1 rkl oliiviöljyä
1 dl mustaleimaraastetta
1/2 tl sokeria
1/4 tl mustapippurirouhetta

Rouhi pähkinät. Yhdistä aineet ja sekoita monitoimikoneessa tai sauvasekoittimella tasaiseksi tahnaksi. Anna maustua jääkaapissa ennen tarjoilua.

Tarjoa uusien perunoiden ja kalan kanssa. Sopii myös leivän päälle sekä pastan maustamiseen.

Sillitartar

6–8 annosta

2 munaa
1 sillifilee
1 kesäsipuli
2 rkl kapriksia
1 prk (125 g) smetanaa
1 prk (200 g) kermaviiliä
1 tl sokeria
1 dl tillisilppua

Keitä munat kypsiksi, jäähdytä, kuori ja leikkaa pienen pieniksi kuutioiksi. Huuhteile sillifilee kylmällä vedellä ja valuta hyvin. Leikkaa pieniksi kuutioiksi. Hienonna kaprikset. Vatkaa smetanaa hiukan ja sekoita kaikki ainekset. Anna seoksen tekeytyä kylmässä yön yli tai muutamia tunteja.

Maistuu uusien perunoiden ja riisileivän kanssa erinomaiselta.

Savukalatahna

5–6 dl

300 g lämminsavulohta
3 keitettyä (10 min.) munaa
50 g voita
1 prk (200 g) kermaviiliä
1 dl hienonnettua tilliä
1/2 tl mustapippurirouhetta
2 1/2 rkl sitruunamehua

Perkaa kalasta nahka ja ruodot. Hienonna kala haarukalla. Keitä, jäähdytä ja hienonna munat. Sekoita kaikki ainekset keskenään. Tarkista maku, lisää tarvittaessa ripaus suolaa. Tarjoa perunoiden lisäkkeenä.

Sillihöystö

5–6 annosta

100 g matjessillifileetä
1–2 sipulin vartta
1 pieni valkosipuli
1 prk (200 g) kermaviiliä
1 rkl sinappia
2 tl sokeria
pala (200 g) tuoretta kurkkua
1 pieni etikkapunajuuri
Pinnalle tilliä



JAANA KANKAANPÄÄ

Kuutioi silli. Leikkaa sipulinvarret hyvin ohuiksi renkaiksi. Leikkaa kurkku ja etikkapunajuuri mahdollisimman pieniksi kuutioiksi. Sekoita kaikki ainekset keskenään ja ripottele pinnalle tilliä. Tarjoa uusien perunoiden kanssa.

Maustevoit

Yrttivoi

125 g voita
1 dl hienonnettua persiljaa,
1/2 tl sokeria
1/2 tl limetin kuorta
11/2 rkl limettimehua
1/2 tl sokeria
ripaus suolaa
Sitruunavo
1 (luomu)sitruuna
100 g voita
Yrttivoi: Ota voi huoneen-

lämpöön, jotta se pehmenee. Vaahdota hiukan lastalla. Sekoita joukkoon hienonnetut mausteet.

Ota leivinpaperista uunipelin kokoinen pala. Kaada maustevoi sen keskelle.

Taita paperi kahtia. Pidä alemman paperin reunasta kiinni ja työnnä muovilastalla tai isolla viivoittimella voi tangoksi. Kääri paperi rullalle ja sulje paperin päät tiukasti. Pane tanko jääkaappiin tai pakastimeen kovettumaan.

Sitruunavo: Pese sitruuna. Raasta kuoren keltainen osa hienoksi pienen teräskattilaan. Purista mehu joukkoon. Kiehauta nopeasti ja jäähdytä. Sekoita voihiin mausteliemi huolellisesti. Tee tangoksi samalla lailla kuin yrttivoi.

Porkkanoita limettivaahdon kera

4–6 annosta

noin kilo porkkanoita
Limettivaah
limetin kuori ja mehu
1 rasia (200 g) maustamatonta -tuorejuustoa
2 rkl hienonnettua tilliä

Pese limetti hyvin ja raasta kuoren vihreä osa ja purista mehu. Vaahdota tuorejuustoa ja vatkaa joukkoon limetin kuori ja mehu sekä tilli. Tarjoa keitettyjen porkkanoiden kanssa.

Sitruunakastike kasviksille

4 annosta

2 rkl hienonnettua sipulia
1 rkl voita
1/2 dl vettä
1/2 kasvisliemikuutiota

1/4 tl valkopippuria
2 rkl ruohosipulisilppua
1 rkl sitruunamelissasilppua
1/2 rasiaa (ä 200 g) sitruunatuorejuustoa

Hauduta sipuli pehmeäksi voissa. Lisää vesi, mureenna liemikuution puolikas joukkoon, pippurilla. Anna kiehua noin viisi minuuttia. Mausta lopuksi tuoreilla yrteillä sekä sitruunatuorejuustolla.

Kypsennä porkkanoita, pieniä sipuleita sekä kukkakaalia vähässä vedessä ja tarjoa lämpimän sitruunakastikkeen kera.

Juusto-perunamunakas

3–4 annosta

2 uutta sipulia varsineen
6–8 keitettyä uutta perunaa
2 rkl voita
1 dl sinihomejuustomurua

OHJE

Parasta pöytään

nosta perunat mielellään samana päivänä
valitse keittoerään mahdollisimman tasakokoisia perunoita

harjaa potut kuorettomiksi, laita kylmään veteen odottamaan keittämistä

kiehauta vesi ja lisää suolaa reilu teelusikka litralle

nostele potut kokojärjestyksessä kiehuvaan veteen, ensin isot ja hetken päästä pienemmät

kaada ylimääräinen vesi pois, jos sitä on reilusti yli perunoiden

lisää pari tillinvartta kattilaan

anna kiehua hiljaa poreillen

kokeile kypsyyttä tikulla, pienille riittää 10 minuuttia, suuret tarvitsevat jopa 20 minuuttia

kaada keitinvesi heti pois kypsistä perunoista, myös höyrykattilasta

nosta kattila hetkeksi takaisin levyille

laita talouspaperia tai puhdas keittiöpyyhe kannen alle imemään kosteutta

ripottele tilliä pinnalle

» Varhaisperuna on herkkä tuote, joka kärsii kuljetuksesta sekä varastoinnista.

» Pinta tummuu ja kuori sitkistyy säilytyksessä. Suositeltava myyntiaika on 3–4 vuorokautta.

Kumman kaa – sillin vai sitruunavoin?

6 munaa
1 dl maitoa
1/2 tl mustapippurirouhetta

Päälle

tomaatteja ruohosipulisilppua

Viipaloi perunat ja sipulit varsineen. Kuumenna voi pannulla ja paista peruna- ja sipuliviipaleita, kunnes sipuli hieman pehmenee. Sekoita munat kulhossa haarukalla juuston ja maidon kanssa ja kaada pannulle.

Kypsennä munakas miedolla lämmöllä, kunnes se on kokonaan hyytynyt. Mausta mustapippurilla.

Koristele tomaattiviipaleilla. Hienonna päälle runsaasti ruohosipulia. Tarjoa salaatin ja leivän kanssa.

ANNELI PESSALA



Siikli vasemmalla ja Timo oikealla ovat suosituimmat varhaisperunat. Varhaisporkkanat sekä sipulit täydentävät kesäistä ateriaa.



Paistettu lohi, nokkospesto ja uudet perunat muodostavat maittavan kokonaisuuden.