VIIKONVAIHDE

HELLAN KULMALLA

Kuinka höyrähdin kurpitsaan

Tänä syksynä se valkeni minulle: kurpitsa on ruokaa.

Aiemmin olen pitänyt sitä vain kauniina syyskoristeena, josta lapsenmieliset kaivertavat lyhtyjä pyhäinpäivän amerikkalaishenkiseen juhlintaan.

Väkevänä makumuistona väijyy edelleen koulussa tarjottu väkevä kurpitsapikkelssi, joka valitettavasti lienee monen muunkin ainoa käsitys kurpitsasta elintarvikkeena.

Kesäkurpitsan suurkuluttaja olen ollut aina, mutta talvikurpitsa, miten se muotoutuisi vatsantäytteeksi?

Mieheni täytti vuosia, ja ajattelin yllättää hänet herkkuaterialla. Kaupassa oli T-luupihvejä ja pieniä kurpitsoita.

Mikäs siinä sitten. Pihviä kurpitsalisukkeella olkoon menu. Rohkea kurpitsan syö.

Kotona nirhasin kurpitsan puoliksi, oli melko kova kaveri. Kaivoin siemenet lävikköön ja säästin ne, koska netissä neuvottiin, että ne voi paahtaa ja syödä.

Kuorin mötikän ja paloittelin sen pannulle pehmenemään voissa. Seuraksi chiliä, paprikaa, pinaattia ja lehtikaalia, hiukan hunajaa, pippuria ja suolaa. Puolen tuntia sai porista hiljaisella tulella.

Maku oli tyrmäävän hurmaava. Makean ja suolaisen liitto toimi täydellisesti. Harmittelin, etten ollut ostanut isompaa kurpitsaa.

Seuraavaksi kokeilin hokkaido-kurpitsaa, Japanin ihmettä. Oli vielä kovempi kaveri, mutta pannulle päätyi sekin.

Haudutin pidempään, koska malto ei antautunut heti pehmenemään. Maku oli aivan yhtä mainio kuin edelliskerralla. Säästin siitäkin siemenet.

Nyt lävikössä on kahden kurpitsan kuivat siemenet. Niiden siivoaminen mallon säikeistä on pirullinen homma. Ehkä se ei haittaa, jos vähän roippeita jää.

Ja pöydällä odottaa jo uusi, oranssi möhkäle.

STIINA HOVI
stiina@kantrilehti.fi

KIRJAT

Fiilistelyä kahvilla

Kahviasiantuntija **Hanna-Maria Huhtonen** ja ruokatoimittaja **Elisa Johansson** yhdistelevät kahvin ja ruuan makupareja Kahvin kanssa -kirjassaan.

He pyrkivät vastaamaan kahvinjuojaa ainakin joskus mietityttävään kysymykseen, mikä ruoka parhaiten soveltuisi yhdistettäväksi tiettyyn kahvilajiin ja sen valmistustapaan niin, että tuloksena olisi täydellinen makujen liitto.

Erilaisia ehdotuksia on kirjassa aamukahvista jälkiruokakahviin. Makuyhdistelmiä on tarjolla myös juhlakahville ja tavalliseen arkipäivän kahvihampaan kolotukseen.

Kirjasta saa ehdottomasti parhaan irti, jos sumeilematta aloittaa tutustumisen loppusivuilta. Sinne on koottu kahvisanasto, joka selventää muun muassa erilaisia raakakahvin käsittelytapoja. Kirjan loppusivuilla on niin ikään esitelty kirjassa käytetyt kahvijuoman valmistusmenetelmät.

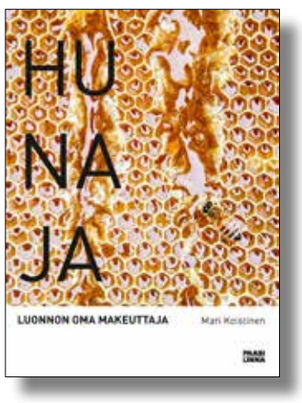
Kirjan kaikkien kahvien toteuttaminen edellyttäisi melkoista keittiön varustelua, mutta kyllä tavallisillakin keittopeleillä pääsee makupareja kokeilemaan.

Tummenevina talvi-iltoina juhlavuutta kahvihetkeen voisivat tuoda helpot suklaa-kirsikkaleivokset, jotka syntyvät kirsikkahillolla täytetystä suklaakääretortusta.

MAIKKI KULMALA

Hanna-Maria Huhtonen, Elisa Johansson: Kahvin kanssa – makupareja kahvista ja ruoasta. 96 sivua. Docendo.

Se parempi sokeri



Trendi- ja terveystietoinen kokkaaja korvaa sokerin hunajalla. Nyrkkisääntö on, että hunajaa laitetaan kaksi kolmasosaa suositellusta sokerin määrästä.

Leivonnassa voi vähentää aavistuksen nesteen määrää, sillä hunajassa on viidesosa vettä.

Koska hunaja palaa sokeria herkemmin, paistolämpötilaa kannattaa hieman alentaa.

On kuitenkin muistettava, ettei hunaja vaahtoudu kananmunien kanssa samalla tavalla kuin sokeri.

Vinkkejä hunajan käyttöön voi ammentaa kirjasta Hunaja – luonnon oma makeuttaja. Se ei ole pelkästään keittokirja vaan kattava tietopaketti mehiläistaloudesta ja hunajalaaduista.

Lukijaa muistutetaan, että pölytys on kaikkein arvokkain mehiläisten tarjoama tuote.

Resepteille on varattu kirjan lopusta kuutisenkymmentä sivua. Ohjeista yli 30 on jälkiruokia.

Reseptejä on kehittänyt muun muassa ravintola Savoyn keittiöpäällikkö **Kari Aihinen**. Savoyn katolla pörisi viime kesänäkin noin 200 000 mehiläisen yhdyskunta.

Aterioista voi halutessaan poimia vain yksinkertaisimmat elementit. Hunajaporkkanat sopivat monenlaisen ruuan kylkeen ja hunajavinegrette salaatin kuin salaatin päälle.

Makuja korostava tai tarpeen tullen taittava hunaja sopii niin lihan kuin kalankin marinointiin, maustamiseen sekä kastikkeisiin.

Hunajavoikastike paistetun siian päällä kuulostaa jumalaiselta. Niin myös hunajainen mallasleipä, jota saa haudutella yön yli uunissa.

KATJA LAMMINEN

Mari Koistinen: Hunaja – luonnon oma makeuttaja. 160 sivua. Paasilinna.

JAANA KANKAANPÄÄ

Perinteisen kalalaatikon voi maustaa myös valkosipulilla.

Muikku ja silakka uivat pannulle

Ruisjauhoissa kieritelty ja voissa rapeaksi paistettu muikku on maukasta syysruokaa. Silakan ystävät puolestaan hehkuttavat mehevien silakkapihvien puolesta.

Ruisjauhot ja paistettavat pikkukalat ovat vastustamaton pari. Jos haluat lisää perinteistä makua, valitse riihiruisjauhot.

Pyörittele muikut tai silakkapihvit jauhoissa ja nostele saman tien kuumalle pannulle.

Silakka on täyteläisen makuinen kala, jota voi maustaa voimakkaastikin hävittämättä silti kalan omaa makua.

Silakkapihvien täyttämisessä saa käyttää mielikuvitusta. Perinteisen yrttitäytteen ohella kannattaa kokeilla maustettua tuorejuustoa, paistettuja sieniä ja sipulia, kinkkua, pekonia, sinappia tai vaikkapa valmista pestoa.

Molemmat herkut maistuvat kuohkean perunamuusin kera.

Sinappiset silakkarullat

3–4 annosta
500 g tuoreita silakkafileitä
2 rkl sitruunamehua
1 dl hienonnettua tilliä
1 tl suolaa
1/4 tl valkopippuria
1 prk (2 dl) ruokakermaa
2–3 rkl sinappia

Lado fileet voipaperille nahkapuoli alaspäin (leikkaa evät saksilla pois, jos haluat).

Sivele fileille sitruunamehua, esimerkiksi pullasudilla.

Ripota päälle tilliä sekä mausta valkopippurilla ja suolalla.

Kääri fileet rulliksi ja lado sopivan kokoiseen uunivuokaan. Sekoita ruokakermaan sinappi ja kaada seos silakoille. Kypsennä 200 asteessa noin 30 minuuttia.

Kalalaatikko

6 annosta
1 pussi (1 kg) valkosipuliperunaviipaleita
noin 12 silakkaa tai muikkua
1 1/2 tl suolaa
1/2 rkl maustepippureita
4 dl täysmaitoa
2 munaa

Voitele uunivuoka. Levitä vuokaan kerroksittain puoliksi sulaneita perunaviipaleita, suolaa, pippureita ja kaloja. Voit myös viipaloida perunoita ja pari valkosipulinkynttä pakastetuotteen tilalle.

Sekoita munat maitoon ja kaada vuokaan. Kypsennä 200 asteessa noin tunti. Peitä vuoka paistamisen loppupuolella leivinpaperilla, jotta pinta ei kuivu liikaa.

Juusto-silakkarullat

5–6 annosta
600 g tuoreita silakkafileitä
1/2 rkl suolaa
Täyte
1 rasia (100 g) piparjuurituorejuustoa tai
1 rasia (100 g) chilituorejuustoa tai
1 rasia (100 g) mustavalkosipulituorejuustoa
tuoretta tilliä
Liemi
1 prk (2,5 dl) valmista juustokastiketta

Lado silakkafileet työlaudalle nahkapuoli alaspäin. Mausta suolalla. Levitä fileelle tuorejuustoa ja laita päälle tillitupsu.

Kääri filee rullalle ja laita matalaan, voideltuun uunivuokaan. Kaada valmis juustokastike rullien päälle vuokaan.

Kypsennä uunissa 200 asteessa noin 25 minuuttia. Tarjoa lämpimänä keitettyjen perunoiden kanssa.

Levitä silakkafileille tuorejuustoa, laita päälle tilliä ja kääri rullalle. Kypsennä matalassa uunivuoassa.

Koskenlaskijan silakkakeitto

5–6 annosta
1 l vettä
1 tl suolaa
5–6 maustepippuria
1 porkkana
pala lanttua
1 sipuli
4–6 perunaa
300 g silakka- tai muikkufileitä
1 prk (200 g) cheddar-sulatejuustoa
tilli- tai ruohosipulisilppua

Kuori ja kuutioi lanttu ja porkkana, hienonna sipuli.

Laita suola ja pippurit kiehuvaan veteen ja lisää porkkana- ja lanttukuutiot sekä sipulisilppu.

Keitä noin viisi minuuttia ja lisää perunat lohkoina. Keitä edelleen noin viisi minuuttia.

Lisää sulatejuusto ja kalafileet paloina. Keitä kypsäksi.

Mausta keitto tillillä tai ruohosipulilla.

Muikkukukkoset

15 kpl
4 dl vettä
1/2 rkl suolaa
6 dl ruisjauhoja
2 dl vehnäjauhoja
25 g voita
Täyte
1 paketti (170 g) pekonia
1 purjo
noin kilo pieniä muikkuja
1 tl suolaa
Voiteluun voita

Ripottele peratuille muikuille suolaa. Kuutioi pekoni ja paista pannulla rapeaksi. Lisää purjo renkaina ja kypsennä.

Valmista taikina sekoittamalla veteen suola ja ensin osa jauhoista. Alusta loput jauhot ja voisula käsin.

Jaa taikina 15 osaan. Taputtele palat jauhoissa kakkaroiksi. Peitä kelmulla. Kauli ympyröiksi 3–4 kakkaraa kerrallaan, etteivät ne kuivu.

Pane 4–5 muikkua ympyrän keskelle. Lisää kalojen päälle ja väleihin pari ruokalusikallista purjo-pekoniseosta. Nosta reunat ja rypytä.

Paista pellillä ilman leivinpaperia 275 asteessa noin 17 minuuttia.

Voitele kypsät kukkoset sulatetulla voilla. Laita vuokaan. Levitä päälle leivinpaperi ja pari keittiöpyyhettä. Anna hautua pehmeiksi.

Silakkapihvit

4 annosta
600 g silakkafileitä
1 tl suolaa
valko- tai mustapippuria
1 dl ruisjauhoja
Täyte
1/2 dl tillisilppua
1/2 dl ruohosipulisilppua
Paistamiseen voita
Kermaviilikastike
1 prk kermaviiliä
2 munaa kovaksi keitettynä
1 rkl sinappia
suolaa, sokeria, mustapippuria

Levitä fileet nahkapuoli alaspäin voipaperin päälle. Ripottele pinnalle suolaa ja pippuria.

Jaa yrttisilppu puoleen määrään fileitä ja nosta toinen filee päälle ylösalaisin. Kääntele ruisjauhoissa ja paista voissa pannulla molemmin puolin kauniin ruskeiksi.

Sekoita kermaviilin joukkoon hienonnetut munat ja mausteet. Tarjoa lämpimien silakkapihvien ja perunamuusin kera.

Rapeat muikut

6 annosta
noin kilo (perattuna noin 700 g) muikkuja
2 tl hienoa merisuolaa
1 1/2 dl ruisjauhoja
Paistamiseen 75 g voita

Poista muikuista pää ja vedä sisälmykset samalla pois. Jos haluat jättää pään, poista vain kidukset ja sisälmykset.

Tarkista, että suoli tulee pois, sillä se huonontaa kypsän kalan makua. Huuhdo ja valuta kalat hyvin.

Sekoita muovipussissa tai lautasella suola ja ruisjauhot. Pyörittele muikut jauhoissa. Sulata voi pannulla, ja lado muikut vieri viereen pannulle.

Älä laita kaloja liian kylmälle pannulle, koska ne kiehuvat ja lopputulos ei ole silloin rapea. Käytä riittävästi voita, jotta ruisjauho ei tartu pannuun.

Kypsennä pari minuuttia, laita iso kansi pannun päälle ja käännä kalat yhtenä kakkuna kannelle ja valuta takaisin pannulle. Voit kääntää myös lastalla muikku kerrallaan.

Kypsennä vielä toiselta puolelta rapeiksi.

ANNELI PESSALA

Muikkukukkonen on annosversio isosta kukosta.

PIKKUKALAT

Muikku

Lohikaloihin kuuluva muikku muistuttaa siikaa.
Muikun alaleuka on yläleukaa pidempi, siialla päinvastoin.
Muikun ja silakan erottaa toisistaan siitä, että muikulla on selässään rasvaevä.
Muikkujen koko vaihtelee 12–20 cm välillä, neulamuikut ovat noin viisisenttisiä.
Liha on rasvaista, valkeaa ja miedon makuista.
Perkaa muikku painamalla peukalo kiduskannen alle, poista kidukset ja sisälmykset vetämällä, myös suoli.
Jos sisällä on mätiä, työnnä mäti peukalolla kalan vatsaontelosta. Huuhtele mäti puhtaaksi, valuta ja pakasta. Sulata ja suolaa kevyesti.
Miedosti suolattu mäti säilyy jääkaapissa noin vuorokauden.

Silakka

Syyssilakka on maukasta, koska silloin sen rasvapitoisuus on suurimmillaan.
Suosi pienikokoista, perkaamattomana alle 17 sentin silakkaa.
Mitä iäkkäämpi ja suurempi kala, sitä enemmän se on ehtinyt kerätä vierasaineita.
Kypsyy nopeasti, 5–10 minuutin kypsennys riittää.
Silakka on tiivislihainen. Liian pitkä kuumentaminen tekee siitä kuivan.
Silakan makuun sopivat voimakkaatkin mausteet.