

0	3	5	7	10	13	19	25	36	48	55	62	69	75	85	90	92	93	95	96	97	99	100
0	2	4	6	8	10	15	20	30	40	45	50	55	60	70	80	85	90	92	94	96	98	100

PÄIVÄSTÄ TOISEEN



Riisipuurosta syntyy erilainen jälkiruoka pienillä muutoksilla. Kerma notkistaa ja joukkoon raastettu appelsiininkuori raikastaa. Pinnan kruunaavat mantelilastut ja hunaja.

Joulun ruokahävikki talttuu tuunaten

Jouluruokia kannattaa valmistaa vain tarpeellinen määrä ja tarjoilla sopiva annos kerrallaan. Yli jäänyt maistuu paremmin hieman eri tavoin laitettuna.

LAPPEENRANTA (MT)

Jouluruokia valmistetaan usein liikaa ja niitä päätyy paljon myös roskikseen. Osa joutuu hävikkiin siksi, ettei hyväkään ruoka maistu kovin montaa päivää peräkkäin. Lisäksi pitkään tarjolla olleiden ruokien kunto heikkenee useamman tarjoilukerran myötä.

Karjalaiseen juhlaperinteen kuuluu runsas ruokapöytä, mutta myös se, ettei ruokaa heitetä hukkaan. Siksi ruokien uudelleen tuunauksellakin on täällä pitkät perinteet, kertoo lappeenrantalaisen Linnoituksen Krouvin keittiömestari **Ulla Liukkonen**.

Euroja valuu roskikseen
Liukkonen välttää hävikkiä mo-

nesta syystä. ”Sydäntä särkee, kun ruokaa heitetään niin hiton helposti roskiin. Onneksi hävikkiin on alettu kiinnittää enemmän huomiota viime aikoina.” Ravintolassa hävikki tarkoittaa myös suoraan sitä, että viivan alle jää vähemmän. ”Euroja menee roskiin.”

Ravintolassa asiakkaille tarjolla ollutta ei tietenkään voi käyttää uudelleen, joten hyödyntäminen rajoittuu kokonaan yli jääneeseen. Kotikeittiössä kaikki on mahdollista, rajana on vain mielikuvitus.

Uusia makuelämyksiä yltijäämästä

Jouluruokaaähkyn kanssa taistelevia Liukkonen neuvo sekoittamaan lanttulaatikon loput leipätaikinaan ja hauduttamaan karjalanpaistista lihakeittoa.

Kinkkua voi käyttää kiusaukseen, hernekeittoon tai vaikka pitsan päälle.

Rosollista syntyy maukas kasvissekoitto, kun siihen lisää vähän perunaa, kermaa ja inkivääriä. Myös borsseikeiton ainekset siinä on melkein valmiina.

”Sipuli on rosollin herkin aines, sen kunto kannattaa tarkistaa”, Liukkonen muistuttaa.

Savukalat sopivat hyvin pas-



Rosollin loppuista voi keittää esimerkiksi punajuurikeiton tai borsseikeiton, ruokahävikkiä inhoava Ulla Liukkonen vinkkaa.

tan sekaan, kiusauksiin ja vaika suolaisten lettujen täytteeksi. Pipareja taas voi käyttää vaikka juustokakun pohjana.

Puurosta syntyy erilainen jälkiruoka, kun sen sekaan lisää hiukan kermaa, raastettua appelsiinin kuorta, rusinoita sekä hunajaa ja ripottelee pinnalle mantelilastuja.

”Ei haittaa yhtään, vaikka ruusinat olisivat jo kuivahtaneita, ne pehmenevät kyllä.”

”Ei niin, että maha ja pää täyteen”

Monipuoliset vinkit vähentävät joulukeittiön hävikkiä, mutta kaiken ydin on, että ruokia yritetään valmistaa vain tarpeellisen määrää ja laitetaan tarjolle menekin mukaan.

”Kaikki säilyy paremmin, kun ei nosteta eestaas pöytään ja pois, ja lämmitetä moneen kertaan.”

Liukkonen muistuttaa, että joulunakin ruuan arvostuksesta kertoo kohtuus, ei ähky. Hyvää viiniä voi ruuan kanssa nauttia, mutta valinta kannattaa tehdä huolella. Olennaista on laatu, ei määrä.

”Nautitaan ruuasta ja otetaan vaikka pienempiä annoksia useampaan kertaan. Ei niin, että vedetään maha täyteen ja sitten vielä päähin.”

Joulu on kellarin antimien aikaa
Suomalainen ruokaperinne ja etenkin karjalainen keittiö ovat syntyjään lappeenrantalaiselle Ulla Liukkoselle sydämen asia. Siksi hän toimii myös Suomen keittiömestarien puheenjohtajana ja laittoj aikanaan itsensä likoon myös Top Chef -kisassa.

”Mitä en tekisi suomalaisen ruokakulttuurin eteen”, hän nauraa.

”Meillä on neljä vuodenaikaa ja paljon luonnonantimia. Joulu on niiden kellarin säilöttyjen antimien aikaa. Karjalainen keittiö on pitkään haudattamista, jota nyt tehdään paljon.”

Pitkää kypsytystä vaatii myös esimerkiksi perinteinen lanttulaatikko.

”Vasta monen tunnin kypsytyksellä makeus tulee esiin”, keittiömestari neuvo.

Opit perinteisiin ruokiin juontavat kotoa, missä ruokaa tehtiin pienestä pitäen maittilan töiden ohessa.

Kiireiselle keittiömestarille joulun tunnelman tuo käynti haudoilla ja rauhoittuminen läheisten kanssa.

”Se on ne yhteiset ruokahetket ja joulun sanoma.”

TERHI TORIKKA

Turvakodit auttavat jouluna

Kaikki Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten turvakodit päivystävät ympäri vuorokauden ja auttavat perheväkivaltaa kokeineita myös joulupyhänä.

Turvakodeista korostetaan, että turvaan kannattaa hakeutua jo ennen kuin tilanne muuttuu väkivaltaiseksi. Turvakotiin voi tulla yksin tai lasten kanssa mihin vuorokauden aikaan tahansa.

Turvakodeissa viettää vuosittain joulun yli sata perheväkivalan uhria, joista vähintään puolet on pieniä lapsia.

Vaikka jouluna tilanteet ja ongelmat voivat perheissä kärsiä, turvakodeissa tämä ei näy välittömänä avuntarvitsijoiden kasvuna. Usein perheen yhteistä joulua pidetään niin tärkeänä, että kotona sinnitellään väkivalasta tai sen pelosta huolimatta.

Turvakotiin voi soittaa myös silloin, kun kokee tarvetta keskustella omasta, perheen tai läheisten turvallisuudesta. Yhteyshetimit löytyvät muun muassa

Nettiturvakodista www.turvakoti.net.

Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten 12 turvakodista on tänä vuonna saanut apua yli 2 000 perhe- tai lähisuhdeväkivallan uhria, joista noin puolet on ollut lapsia.

Vaikka turvakoti olisi täynnä, apua tarvitsevaa ei koskaan jätetä oman onnensa nojaan. Silloin selvitetään muiden turvakotien tilanne ja tarvittaessa otetaan yhteyttä kuntien sosiaali- ja kriisipäivystyksiin.

”Olisi tärkeää kasvattaa suurten kaupunkien turvakotien paikkamääriä sekä vahvistaa verkostoa pahimmille katvealueille esimerkiksi Satakuntaan”, sanoo Ensi- ja turvakotien liiton pääsihteeri **Riitta Särkelä**.

Särkelän mukaan Suomea on arvosteltu siitä, että väkivallan määrään nähden turvakotipaikkoja on vähän eivätkä sijoitu riittävän kattavasti koko maahan.

MAIKKI KULMALA

Joulutervehdykset 23.12. lehteen

www.maaseuduntulevaisuus.fi/ilmoitus

* Nämä tarjoushinnat koskevat ainoastaan ilmoitusautomaatilla jätettyjä ilmoituksia. Hinnat sisältävät alv:n.

Toivotan kaikille Hyvää Joulua ja Uutta Vuotta!

T. Juhani Lehtinen

Tämä koko 20 €

Yhteistyökumppaneillemme oikein rauhallista Joulua ja onnea uudelle 2016!

T. Juhani Lehtinen

Tämä koko 45 €

Kivoille asiakkaillemme maistuvaa Joulua ja onnea uudelle 2016!

t. Kukkulan kyläkauppias

Tämä koko 70 €

Yhteistyökumppaneillemme Rauhaa Joulua ja onnea uudelle 2016!

Pidetään jatkossakin lippu korkealla.

t. Kovasen Konepaja

Tämä koko 70 €

Vilinä viiskettä, helinää helskettä pienten tiukujen...

Hyvää Joulua ja onnea uudelle 2016!

Tontulakkien kellot tekivät tänä vuonna hyvin kaupansa, toivotaan että Pukki on budjetoinut kelloihin myös ensi vuodelle.

t. Tiaisnen Tiuku & Aisakello

Tämä koko 150 €

MAASEUDUN TULEVAISUUS

Ostetaan

Romu rahaksi

Sataromu ostaa kaikki auto-/metallijätteesi. Lavapalvelu sekä järeät nostot. Nopea nouto, soita rohkeasti. P. 044 7417709 www.sataromu.fi

JÄTÄ ILMOITUS:

soita p. 020 413 2321
arkisin klo 8-16
MAASEUDUN TULEVAISUUS

Ostetaan koneita

HAKU kärry tai vastaava turpeen siirtoon soveltuva traktorin peräkärry. P. 0400-598614.

Vientiin käyt. Toyota paketti-,kuorma- ja henkilöautoja. Tarj. myös Mazda, Mitsub., Mb paketti-, lava- ja kuorma-autoja. Nop. nouto ja pap. kuntoon. Ranjia Oy, www.ranjia.fi 045 2071005.

Ostamme käteisellä: M-B, Man, Volvo, Scania, ym. k-autot ja moottorit. Euro-Teli Oy, Hki, p. 0400-646200, 0500-659678.

Ostetaan leikkuupuumureita! Mallit Massey Ferguson 206, 240 ja 440, Claas, Deutz Fahr, J. Deere, Volvo. p.0466363105

Ostan JUONTOVINSSIN tuulenkäädöille p.0400-246521 kalle.hankamaki@gmail.com

Äes, hydr.etuladalla, hyväkuntoinen, hinattava, 4-6 metriä, mielellään. Väderstad, 0400-440555

Zetor ja Ursus traktoreita ostetaan! Huonokuntoiset käyvät myös. p.0466363105

KLAPIKONE gijotiniinkaisulla. P. 0400 533267 Lounais-Suomi.

Äkerman tai vastaava traktorivetoisen kaivuri. P. 050 5225357.

Volvo BM 350 Boxer, myös epäkuntoiset! P. 0400 881749

PUOLITELAT.

Lahti 045 6715682.

Ostetaan

kiinteistöjä

Pientila/OK-talo Jyväskylän läheiltä. Tarjoa! 0400-9612627

Koneet ja tarvikkeet

Myydään traktoreita

Loppu vuoden huippu tarjous!

Liugong 906D

Hinta **39 000 €** (Alv 0%)

LIUGONG

FATGAD

Lisätietoja: Pekka 0400 481 285
Katso lisää netistä! www.fatgad.fi
Hiekkakuopantie 5, Tuusula

Presidenttipari sai korppolaisen jouluhauen.



Presidentti **Sauli Niinistö** ja hänen puolisonsa **Jenni Haukio** ottivat torstaina vastaan perinteisiä joulutervehdyksiä Mäntyniemessä.

Presidenttipari sai tuttuun tapaan joulukuusen, joulukinkun ja jouluhauen. Korpo Kulturgillen tuoma jouluhauki painoi 3,8 kiloa ja oli pyydetty virvelillä, tasavallan presidentin kanslia kertoi Twitterissä.

Isäntäparille annettiin myös luomukasviskori, karjalanpiirakoita sekä joulukukkatervehdys.

Päivän aloitti Lucia-neito, joka saapui kuoronsa kera esittämään oman tervehdyksensä Mäntyniemeeseen.

EIJA MANSIKKAMÄKI