

UKRAINALAISET SADONKORJUUKERKUT

DERUNI perunaohukaiset
Lisukkeet perunaohukaisille
GOLUBCI kaalikääryleet
Kaali-sieni-muhennos
VARENKI-piiraat perunatäytteellä
SHARLOTKA omenatorttu
Hapankaali
Kesäkurpitsasäilyke

Ruokaohjeet

Olena Kravchenko ja Irina Yavorska

Yhteistyössä Puutarhasankarit-hanke, Etelä-Savon
maa- ja kotitalousnaiset, ProAgria Etelä-Savo sekä
Rantasalmen kunta 2023

<https://www.maajakotitalousnaiset.fi/hankkeet/puutarhasankarit>



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET



Euroopan maaseudun
kehittämisen maatalousrahasto:
Eurooppa investoi maaseutualueisiin



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus



DERUNI perunaohukaiset

Ainekset

- 5-6 perunaa (raakana)
- 1 sipuli
- 2 kananmunaa
- 2 rkl vehnä jauhoa
- 1 tl suolaa
- 0,5 tl pippuria
- auringonkukkaöljyä paistamiseen (1-2 rkl/deruni).

Kuori ja raasta perunat ja sipuli hienoksi raasteeksi. Sekoita ainekset keskenään tasaiseksi taikinaksi. Poista ylimääräistä nestettä taikinasta lusikan avulla. Muotoile taikinasta tasakokoisia pihvejä. Paista pihvit pannulla molemmin puolin, runsaassa öljyssä, keskilämmöllä, kunnes pinta on kullankeltainen. Nosta valmiit pihvit talouspaperin päälle ja valuta ylimääräinen öljy.

Tarjoile lämpimänä smetanakastikkeen ja/tai hapankaalilisukkeen kanssa (ks. seuraava sivu).



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Lisukkeet perunaohukaisille

Smetanakastike

- 150 g smetanaa
- 1 valkosipulin kynsi hienonnettuna
- suolaa maun mukaan
- tilliä

Hapankaalilisuke

- hapankaalia
- silputtua sipulia
- Auringonkukkaöljyä

Sekoita molempien ainekset keskenään ja tarjoile lämpimien derunien kanssa.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

GOLUBCI

kaalikääryleet

- 1 iso kaali
- 500 g nauta-sika jauhelihaa
- 200 g riisiä
- 100 g porkkanoita
+ muutama porkkana siivuina vuoaan pohjalle
- 300 g sipulia
- 0,5-1 rkl suolaa
- 0,5 tl mustapippuria
- 1 tölkki tomaattimurskaa
- vettä kaalin keittämiseen niin, että kaali peittyy.
- 2 rkl etikkaa keitinveteen (pehmentää kaalin)
- 2 tl suolaa
- 1-2 laakerinlehteä



Poista kokonaisen kaalinkerän kova kanta veitsellä kovertaen. Keitä kaalinkerä kokonaisena isossa kattilassa, suolalla ja laakerinlehdillä maustetussa, runsaassa vedessä, kunnes se on hieman pehmennyt.

Mittaa riisi kattilaan, kypsennä miedolla lämmöllä puolikypsäksi ja sekoita raa'an jauhelihan joukkoon.

Pilko porkkana ja sipuli pieneksi ja kypsennä ne pannulla öljyssä kunnes ovat pehmeitä, ota 1/3 sivuun kastiketta varten. Sekoita loput 2/3 jauhelihaan ja riisiin. Mausta seos suolalla ja pippurilla.

Irrota kaalin lehdet, poista niistä kova kanta ja paksuimmat lehtiruodit. Laita kaalinlehdelle n. 1 rkl jauhelihatäytettä ja kääri rullalle. Tee rullasta kartiomainen, kapeampi toisesta päästä ja toisen pään liepeet työnnetään siististi rullan sisään. Katso ohje <https://youtu.be/DIQKqB1XyEg>

Laita uunivuoaan tai paistokasarin pohjalle porkkanasiivuja ja kaalista leikattuja kovia osia sekä muutama laakerinlehti ja kokonaisia mustapippureita. Laita täytetyt kaalirullat niiden päälle vuokaan.

Kastiketta varten laita kattilaan sivuun ottamasi paistetut porkkanat ja sipulit sekä tomaattimurska ja smetana, ja kuumenna ne sekoitellen. Kaada seos kaalirullien päälle.

Voit kypsentää ruoan uunissa tai liedellä: Uunissa 175 asteessa 40-60 min tai liedellä voit lisätä joukkoon hieman vettä niin että rullat peittyvät, anna kiehahtaa ja hauduta sitten n. 40-60 min. Kun kaali on pehmeää, on ruoka valmis.

Kastike: smetanaa



KAALI-SIENI- MUHENNOS

- 1 kaalinkerä
- 2 kg sieniä (herkkusienet, kantarellit, mustat torvisienet ym.)
- 0,5 kg sipulia
- voita paistamiseen
- loraus auringonkukkaöljyä
- 1-1,5 tl suolaa (maun mukaan)
- mustapippuria maun mukaan

Leikkaa kaali, sienet ja sipuli ohkaisiksi viipaleiksi. Paista sienet ja sipuli voissa paistinpannalla. Lisää sekaan kaali ja öljyä. Mausta.

Hauduta kannen alla kunnes on kypsää.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

VARENIKI-piiraat perunatäytteellä

Täyte

- 2 kg perunoita
- 1 sipuli
- 1 laakerinlehti
- 200 g voita
- 1,5 tl suolaa
- 1 puntti tilliä
- kuivattua valkosipulia, muita mausteita tai yrttejä

Taikina

- 1 kg jauhoja
- lämmintä vettä
- 25-50 g voita
- ripaus suolaa

Kastike

- 0,5 kg sipulia paistettuna ja öljyä TAI
- smetanaa ja pilkottua valkosipulia

Kuori ja keitä perunat kattilassa, lisää keitinveeten mausteeksi kokonainen sipuli, laakerinlehti ja suola. Kun perunat ovat kypsiä, ota keitinvesi talteen ja poista mausteet. Survo perunat muussiksi. Lisää voi, suola, hienonnettu tilli ja muut mausteet sekä lopuksi keitinveettä sopivan koostumuksen saavuttamiseksi.

Mittaa jauhot astiaan, nypi pehmeä voi sekaan, lisää lopuksi vesi ja suola. Työstä ainekset taikinaksi ja anna levätä 5-10 min. Kauli taikinasta levy, josta irrotat pyöreitä piirakkapohjia esim. lasin avulla. Ota taikinapyörylä kämmenelle, lisää keskelle ruokalusikallinen täytettä. Taita reunat yhteen ja painele kiinni sormilla nipistäen. Keitä täytettyjä taikinataskuja suolatussa vedessä 5min.

Nosta varenikit tarjoiluastiaan ja laita päälle öljy-sipulikastiketta tai smetanaa, joka on maustettu valkosipulilla. Myös pelkkä voi toimii hyvin. Tarjoile lämpimänä.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

SHARLOTKA

omenatorrttu

Ainekset taikinaan

- 1,5 lasia vehnäjauhoa
- 4 kananmunaa
- 1 lasi sokeria
- ruokasoodaa
- hyppysellinen suolaa

Täyte

- 6-7 omenaa
- manteleita, pähkinöitä, rusinoita ym.
- hitunen kanelia

Vaahdota kananmunan keltuaiset ja sokeri + ripaus suolaa kuohkeaksi vaahdoksi. Mittaa ruokasooda jauhojen joukkoon ja sekoita jauhot munaseoksen kanssa varovasti nostellen. Vatkaa munanvalkuaiset kovaksi vaahdoksi ja sekoita taikinan joukkoon muutamassa erässä kevyesti nostellen.

Laita omenaviipaleet vuoan pohjalle. Laita omenoiden päälle rouhittuja pähkinöitä, rusinoita ja mausta kanelilla. Kaada taikina näiden päälle. Korppujauhota voilla voideltu vuoka. Laita taikina vuokaan ja paista uunissa 170-180 asteessa 30-40 minuuttia.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

HAPANKAALI

(annoksesta tulee 2 keskikokoista purkkia säilykettä)

- 2 kaalia pilkottuna
- 2 porkkanaa raastettuna
- 1 rkl suolaa
- 2 laakerinlehteä
- 4 mustapippuria

Sekoita aineet ja painele tiukasti kahteen lasipurkkiin. Hapankaaliin ei laiteta kantta sinä aikana, kun se tekeytyy. Paina kaaliseokseen neljä puutikkua (esim. syömäpuikkoja) pohjaan asti ja pyörittele tikkuja neljä kertaa joka päivä, jotta purkkiin kertyvä kaasu pääsee pois.

Purkit pidetään valmistusvaiheen ajan lämpimässä. Hapankaali on valmista syötäväksi kolmen päivän päästä. Sen jälkeen purkkeihin laitetaan korkit ja säilytetään viileässä.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

KESÄKURPITSASÄILYKE

(annoksesta tulee 4 keskikokoista purkkia säilykettä)

- 1,8 – 2 kg kesäkurpitsaa
- 1 chili medium hot siivuina (1 siivu/prk)
- 12 kynttä valkosipulia (2-3 kynttä/prk)
- 20-25 maustepippuria kokonaisena (5-6 /prk)
- 1 puntti tilliä (3-4 oksaa /prk)

Liemi:

- 1,5 l keitettyä vettä
- 2 ¼ dl sokeria
- 3,5 rkl suolaa
- n. 2 dl etikkaa

Laita kattilaan vesi, sokeri ja suola. Kun vesi kiehuu, lisää etikka.

Pese ja pilko kesäkurpitsat 1cm paksuiksi viipaleiksi. Asettele tilli, pilkottu chili, valkosipuli sekä pippurit purkkien pohjalle ja painele kesäkurpitsan viipaleet tiiviisti purkkiin.

Tuotteen desinfioimiseksi kaada päälle kiehuva vesi, laita kansi päälle ja anna olla 10 minuuttia, kaada vesi pois. Toista tämä toimenpide.

Valmista liemi ohjeen mukaan. Kaada aiemmin kaadettu vesi purkeista pois ja kaada liemi nyt purkkiin niin että purkit täyttyvät ääriään myöten. Laita kannet tiukasti kiinni ja käännä purkit ylösalaisin. Säilytä pimeässä ja lämpimässä. Valmista syötäväksi viikon päästä, säilytä viileässä.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET