



Uudised

Kalender

Abiks taotlejale

Dokumendid

Põhikiri

Majandusaasta aruanded

Projektid

Sündmused

Kasulikud lingid

Astu liikmeks

Liikmed

Liikmeala

Partnerid

Kontakt

Videod

Arhiiv

Kohalik toit

Hiiumaa arengustrategia koostamine

Sündmused

Toortoidu koolitus Mihkli talumuuseumis 10 juunil 2016

10. juunil 2016 korraldasime Mihkli talumuuseumis koolituse **Kehva aja söögid loodusest**.

Kevad oli vanasti taludes tihtipeale aeg, kus nappis nii leiba kui leivakõrvast. Siis tuligi kehvemalt läbi ajada ja metsast-aasalt värsket juurde nõuda. Tänapäeval vaatame kevadisele loodusele kui huvitavale võimalusele rikastada toidu- ja vitamiinivalikut. Nii oli ka Hiiumaal. Koostöökogu pakub võimalust osa saada iidsest tarkusest tunnustatud taime- ja toidutundjatel Mercedes Merimaalt ja Õie Laksbergilt.

Ekspert Mercedes Merimaa oli meiega eri meelt: ei ole kehva aega, kui kõik loodus ümberringi lokkab, õitseb ja kasvab. Töestuseks tõi Mercedes Pärnumaalt kaasa suure hulga taimi loodusest ja peenralt, mida kevadel toidulaua rikastamiseks kasutada. Ekspert Õie Laksberg selgitas, et Hiiumaal toitu päriselt loodusest leitud andidest kevadel ei keedetud. Küll pikendati leivategu talve lõpul kase- ja sarapuuurbadega. Aga karjalaps pani ikka värsket kuuse- või männivõrse suhu, kui kõht pika päeva peale tühjemaks muutus.

Mercedese poolt õpetatud suupistetest kõige populaarsemaks osutus kevadine kuivatatud snäkk, mida saab teha kartulitambi baasil, lisades käepäraseid rohtusid - naati, kõrvenõgest, maltsa jne. Kõrvenõges on tark enne läbi kupatada. Valmis tambitaigen tuleb plaadile laiali määrida ja kuivatada madalal kuumusel kas ahjus või spetsiaalses kuivatis. Päev läheb selleks kindlasti, kuid maitseelamus on seda üllatavam.

Proovi ka hapukapsast ja mugulsibulat kuivatada - üllatud, kui hea see on!

Õie omakorda küpsetas ja andis proovida kõrvenõgese lisandiga kotletti, mis tundus küll tõhus. Mercedese sõnul on kõrvenõges taimemaailma üks väärtuslikemaid valkuseid, mis sarnane loomsele valgule.

Õie üks lemmikuid on kevadine toorjuustu määre. Seda tehakse nii: võta karp toorjuustu (või tee toorjuust ise valmis oma lehma või kitse piimast), sega juurde värsket rohelist, mis aiast leida, näpuotsatäis soola ja sega määrdeks. Õiele meeldivad erisugused laugud, sibul mitte nii väga, sest sibula mahlakam leht jätab lõppkokkuvõttes vedelama mulje. Aga üks igaüks proovib oma jäitse järgi.

Kui koirohu haket lisada valgele veinile, saab valuvaigistava vermutit meenutava rüüpe. Seda retsepti saab lugeda alles hiljuti ilmunud püha Hildegardi tarkuseraamatust, mis praegu täitsa raamatupoes müügil. Peotäis koirohtu, või siis ka raudrohtu, tuleb peeneks hakkida, segada valge veini sisse, pisut suhkrut maitse mahendamiseks ja lasta veidi tõmmata - mitte üle 5-10 minuti (see on olemas koirohu hulgast. Meil saigi pisut liiga tummine ja kibe-terava maitsega). Kurnata ja juua supilusika kaupa kui peaks olema hamba- või peavalu.

Koduaias meil sage asparaagus ei olegi midagi muud kui kuulus spargel, mida kalli raha eest saab kaubandusvõrgust osta. Vahe on lihtsalt selles, et kel aias veel vanaemade aegne taim (asparaagus on võimeline võrseid kasvatama kuni 60 aastat jutti), siis tollaegsed sordid ei olnud praeguse maitse jaoks piisavalt



kiuvaeseks aretatud. Kui nüüd asparitaim osta või seemnest külvates ise kasvatada, siis saaki saab korjata kolmandal aastal. Taim tahab viljakat kergelt mulda, mida tuleb kobestada ja kasta ning taimele peale kuhjata, siis saab kevadel sparglivõrseid süüa, aga suvel lehte läinud okstega lillekimpusid kaunistada.

Õie tegi perenaistele tuntud retsepti järgi kiir-hapukurki. Hoia peenrakurke soolavees mõni tund, pane kilekotti koos mustsõstra võrsete, tilli ja muude rohelistega, mis parasjagu käepärast. Küüslauk ja mädarõikaleht on ka asjakohased. Soola lisa nii, et ei oleks pärast liiga soolane (minu nii läks, aga üks järgmine kord tembim oskuslikumalt). Nüüd kott kinni ja jahedasse (külmakappi näiteks). Kui meeles on, siis loksuta iga mõne aja järgi. Õie hommikul hakkama pandud kurgid valmisid imeheaks juba õhtuks.

Magustoiduks õpetas Mercedes kuusevõrse-rafaeollisid tegema. Võta kookosrasva (võid proovida ka võiga teha, aga mõnele on või vastumeelne), haki noored kuusevõrsed hästi peeneks, sega kookosrasva sisse koos magusainega - näiteks mesi, või steevia; aga kui sobib, siis ka mahe-roosuhkruga. Sega korralikult ja veereta rafaello-sarnased kerakesed. Katteks võid neid püherdada kas mahe-tatrajahus (meie tegime nii) või kookoshelvestes, või kui meeldib, siis kasvõi sula-šokolaadis.

Kõik "retseptid" on antud nii, et oleks just sinu võimalustele ja maitsele vastav: peotäis siit, teine sealt - säti oma maitsele sobivaks.





MTÜ Hiidlaste Koostöökogu