



Uudised

Kalender

Abiks taotlejale

Dokumendid

Põhikiri

Majandusaasta aruanded

Projektid

Sündmused

Kasulikud lingid

Astu liikmeks

Liikmed

Liikmeala

Partnerid

Kontakt

Videod

Arhiiv

Kohalik toit

Hiiumaa arengustrateegia koostamine

Uudised

Jun 27, 2018

Hiiumaa koolide kokad unistavad korralikest töövahenditest

Seminar ja koos-kokkamine 26. juunil Hiiumaa koolikokkadele korraldati Hiidlaste Koostöökogu poolt Hiiumaa, Pärnu, Läänemaa ja Jõgevamaa tegevusgruppide koostööprojektist „Kohalik toit kohalikule toidulauale“. Seminari juht Ilmi Aksli ütles: „Me saime teada terviseuringust, et Hiiumaa lapsed on kõige ülekaalusisemad Eestis. Sellel peab olema põhjus. Me ei saa eriti mõjutada, mida lapsevanemad kodus süüa teevad, küll aga saame koolikokkadega arutada, kuidas omalt poolt pakkuda võimalikult tervislikumat toitu“.

„Ma olen mitu korda käinud direktori juures punasel vaibal, sest minu toidud on sellised nagu mina neid tahan teha“, ütleb Surju kooli kokk Kaidi Oksaar, kes koolikokkade televõistlusel tuli teisele kohale. „Need lapsed, keda ma olen toitnud lasteaiast peale, tulevad 9. klassis minu juurde ja ütlevad, et sa oled fantastiline kokk. Mõned lapsevanemad on siiani üllatunud, et kas tõesti stroganovi kastet paksendatakse porgandiga, mitte jahuga?“. Ka Hiiumaa koolide kokad kurdavad laste toidutundlikkuse tõusu, ka meil on gluteeni- ja laktoositalumatuid lapsi. „Isegi kaseiinitalumatust on ette tulnud,“ kinnitab Käina kooli kokk.

Kuidas saavutada maitsev ja tervislik toit, mis ühtlasi jääb eelarve piiridesse ja arvestab laste kasvava toidutundlikkusega, küsivad seminarist osalejad. „Mul jääb raha aasta lõpuks ülegi“, kinnitab Kaidi. „Raamatupidaja siis helistab, et osta nüüd vajalikud maitseained ära, muidu lõpeb aasta otsa“. Kaidil on kasutada hea varustusega köök, milles mahlamasin, mis teeb 12 liitrit mahla tunnis. Sellega saab pressida sügisesi aiaande mahlaks. Tervisliku porgandimahla maitse, mida lapsed miskipärast ei taha, saab peita õunamahla või apelsinimaitse taha. Sellesama porgandimahlast üle jääva paksu saab kasutada stroganovi paksendamiseks või küpsiste sisse. „Koolidirektor küsis, et mida ma tahan televõistluse võidu puhul saada. Vastus oli - korralikke külmkappe! Me nii rõõmustasime köögis nende üle, enne olid igavesed vanad ja pisikesed“, ütleb Kaidi.



Pildil: Seminarist osavõtjad ja lektorid Kärdla kooli õppeklassis



Nüüd selgub, et ka meie koolide kokad unistavad korralikust varustusest. „Meie pliit on nii vana, et igal hommikul hoiame hinge kinni – kas läheb tööle või mitte“, kurdab üks kokkadest. „Mahlamasinast saame vaid unistada!“. Kokad unistavad smuutide pakkumisest, mida saab teha kohalikust toorainest ja mis on lastele kasulikud. Kuidas meie koolikokad lastele suudavad sellise kehva varustusega üldse süüa teha, näitab vaid nende võluriuskusi ja tahet tööd teha. Siin on osavaldade ja suure valla otsustajate mõttekoht: kui me soovime lastele pakkuda parimat, siis peavad koolikokkadel olema korralikud tööriistad nagu mis iganes eriala töötajal.

Teiseks teemaks tõusis kohalik tooraine ja selle tarnimisraskused. „Me enne võtsime liha Vaemlast, aga pidime ise järel käima. See on liiga tülikas“, kurdab Viiv Ink Käinast. Nüüd kui on ühine vald, saaks ka selle probleemi ühiselt lahendada, leidsid seminaril osalejad.



Kaidi Oksaare poolt valmistatud sainakotletid ja mis neist järgi jäi

Küsisime, millist kala pakutakse lastele? „Me teeme norra lõhest kotlette. Kohalik kala on kallid ja ei saa teist kätte ka“, ütlesid kokad. Aga – sainafilee maksab 4 ja natuke rohkem eurot, mainitud norra lõhe saavad koolid 9 euroga. Kohaliku kala tarnijaid on meil juba kaks ettevõtet. Ilmselt on tegemist infopuudusega. Räägi inimestega, ja nii saab ligi poole kalale arvestatud eelarvest kokku hoida ja ühtlasi edendada kohalikku kalatootmist. Selle tunnistuseks, et kohalik kala on väärt tooraine, tegi Kaidi meile maitsmiseks sainakotletti ja jagas retsepti.



Tagurpidi õunakook läheb ahju

Koos-kokkamisel ja seminaril jagasid õpetusi Eesti üks tunnustatumaid tervisliku toidu spetsialiste ja programmi Pärnumaa maitset eestvedaja Mercedes Merimaa ja gluteeni- ja suhkruvaba taimetoidu asjatundja Hermes Elmend.



Alustuseks oli seminar kogemuste vahetamiseks

Retseptid 26.06.2018

Säinakotletid

Läbi hakkmasina:

2kg säinafileed

300g seapekiliha(suitsu sobib kah)

Segada juurde:

1muna

hakitud petersell

sool, valge pipar jahv

500g keedetud kartul (riivida jämeda riiviga)

1 väike sibul (hästi peeneks hakitud)

Kotletid asetada ahjuplaadile küpsetuspaberile. Küpsetada ahjus.

Hirsihelbe -kaerakliipuder

0,3 kg hirsihelbes

0,3 kg kaeraklii

2l piima

sool, sips suhkrut

serveerida võiga

Tagurpidi õunakook

1,3 kg õun

1 sidrun või rabarberit

kaneel , roosuhkur

Tükeldada, segada, valada küpsetusplaadile.

Õunatükkidele kallata segu:

6 muna

1spl roosuhkrut

1,2 kg kohupiima

maitsestamata jogurtit

maisijahu

või

sips küpsetus pulbrit

0,2 kg päevalilleseemneid koogi peale enne küpsetamist

Küpsetada ca 20 min

Kaste koogi peale, serveerimiseks

0,4 l vahukoor

0,250 kg roosuhkur

Valge oa pasta

0,4 kg keedetud valged oad purustada veidi

0,150 kg ehtsat sinki peeneks hakkida

petersell.till

3 spl maitsestatamata jogurt

serveerida leival,sepikul

[Tagasi uudiste lehele](#)



MTÜ Hiidlaste Koostöökogu