

AED:
Maitsev
sügisõun 'Liivika'
Lk 621

KÖÖK:
Magusat ja soolast
ploomidest
Lk 622–623

KODUSEID TEGEMISI:
Teeme kodus
sinepit
Lk 624–625

Targu Talita

Maalehe nõuandelisa Nr 39 25. september 2014


BEST ROOF

SUPERPAKKUMINE!

Telli uus katus,
saad vihmaveesüsteemi **TASUTA!***
Kiirusta! Pakkumine kehtib 4.-30. september.

- **TERASKATUSED**
- **VIHMAVEESÜSTEEMID**
- **KANDVAD PROFILID**
 - **LISATARVIKUD**
 - **TURVATOOTED**

Tel 529 0177
myyk@bestroof.ee

www.bestroof.ee

TRANSPORT ÜLE EESTI • JÄRELMAKSU VÕIMALUS

* Pakkumine kehtib kandilisele vihmaveesüsteemile, kui tellite vähemalt 150 m² profiilplekki koos aluskatte, lisaplekkide ja kruvidega.

Tulge Olustverre hoidiseid mekkima

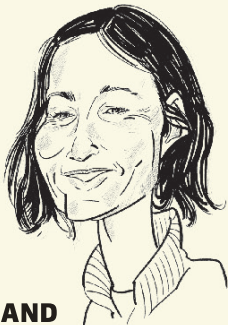
Läbi suve ja varasügise on Targu Talita oma lugejatele pakunud hoidiseretsepte nii soolaste kui magusate, vürtsikate ja mahedate hoidiste tegemiseks. Kuid juba eeloleval laupäeval on käes kõikide hoidisetegijate kord tuua Olustverre Maalehe hoidisemessile oma parimad suvised saavutused, et nii laiendada meie kõigi maitsemaailma.

Traditsiooniks saanud hoidisekonkurss toimub Olustverre Teenindus- ja Maamajanduskooli korraldatud hoidisemessi raames. Et Olustverre asub peaaegu keset Eestit, tuleb siia hoidisetegijaid üle Eesti, ning pilt sellest, millised maitseid meie inimestele meeldivad ja millises suunas maitse-eelistused liiguvad, on päris esinduslik.

Moosi keedetakse Eestis enamasti igas peres, kuid iga kõogi mekk on eriline. Teinekord saavadki hindajatelt kõige rohkem tähelepanu just need n-ö lihtsa ehk ehe maitsega hoidised. Samuti oodatakse igal aastal midagi erilist, üllatavat, nõnda on ka ootamatud maitseid ja koostised alati tunnustamist leidnud.

Enda hoidiseid tasub teiste omadega aga võrrelda nii algajal kui kogemustega tegijal. Söögivalmistamine on ju looming, ja inspiratsiooni selleks saab kõige paremini just teiste tegijatega suheldes.

Seega – purgid kotti ja näeme laupäeval Olustveres!



JANA RAND



Troopiline jänesekapsas potis

Mulle kingiti ilus potilill. Kahjuks ei tea tema nime ega ka seda, missugust mulda, väetist, kui palju kasta. Lisasin pildid sellest lillest ja oleksin väga tänulik, kui saaksin infot.

Vastab

JAAN METTIK

Kinkija soovil on teie kodus nüüd kasvamas santa katriina jänesekapsas (*Oxalis triangularis*). Looduslikult kasvab see taim Argentinas, Boliivias, Paraguays ja Brasiilias.

On küllalt üllatav, et toataimeina pole santa katriina jänesekapsas kuigi levinud. Tal on peaaegu kõik hea toataime omadused – vähenõudlikkus, kiire paljunemisvõime, kaunis lehestik ning ilusad öied. Ka suudab taim andestada selle, kui omanik ta täiesti unustab. Kuna tal on mullas lihakad risoomid, kuivatatakse ta “põuaperioodidel” oma maapealse osa lihtsalt ära ning ärkab taas ellu siis, kui taime jälle kastma hakatakse.

Kui soovite, et taim teid terve aasta oma tumelillade lehtede ja roosakasvalgete õitega rõõmustaks, tuleb tema eest pidevalt hooldada. Leidke oma troopilisele jänesekapsale valge või isegi päikeseline kasvukoht, eriti talvel.

Kasvumuld ei pea olema viljakas, kuid hästi niiskust läbilaskev. Liigniiskuses võivad taime risoomid mädanema minna. Seetõttu peaks ka mullapall kastmiskordade vahel tahenema.

Ka taime väetamisega ei maksa liialdada. Kui toitaineid on ülemäära palju, kipuvad lehed välja venima ning lehestik vajub laiali. See juhtub ka pimedas kasvukohas. Taime ravitsemine on aga õnneks imelihtne. Lõigake kõik lehed maha ning juba nädalakese möödudes tärkavad mullast uued. Tegelikult võiks taimele seda teha suisa igal kevadel.

Ümber istutada võiks santa katriina jänesekapsast samuti igal kevadel. Valitud istutusnõu võiks olla pigem madal ja lai, kui et kõrge ja kitsas. Istutusajal saab taime lihtsalt ka jagamisega paljundada.

Santa katriina jänesekapsast võib kasvatada ka kui suvehaljast potilille. Selleks lõpetage sügisel taime kastmine, tema lehed kuivavad ning jänesekapsas jääb muldas olevate risoomidega kevadet või uut kastmiskorda ootama. Pärast seda võite poti kusagile jahedasse tõsta, nt kapi alla lükata või keldrisse viia. Taime kasvama ergutamiseks kastke muld korralikult läbi.

Taime võib kasvatada isegi õues. Selleks istutage risoomid kevadel, umbes kartulipaneku ajal rammusasse parasniiskesse mulda ning sooja kasvukohta. Suveks võib välja tõsta ka potis kasvavad taimed.

Taimed kasvavad suvel õues jõudsalt, kuid sügisel enne esimesi öökülmi tuleks risoomid üles võtta. Õues santa katriina jänesekapsas Eesti talve üle ei ela. Toas võib risoome ületalve hoida puhkavaina vaevu niiskes turbas või liivas. Võite ka risoomid potti istutada ning kasvatada kui tavalist toalille.

Kuidas ajatada maikellukesi

Olen talvel lillepoodides märganud õitsvaid maikellukesi ehk piibelehti. Ilmselt on nad õitsema ajatatud. Aias kasvab mul palju maikellukesi, tahaksin ka ise katsetada, kas õnnestub keset talve nende õisi aknalaua näha. Nad on väga armsad ja lõhnavad võraturult. Palun õpetage, kuidas maikellukesi ajatada.

Vastab

AARNE KÄHR

Maikellukeste ajatamise kõrgaeg oli enne Teist maailmasõda. Euroopas oli see eriti populaarne Põhja-Saksamaal, kus ajatati talveks õitsema miljoneid taimi. Ainuüksi Ameerikasse eksporditi igal aastal 12 miljonit õitsvat potti.

Tootmises on maikellukeste ajatamine üpris vaevanõudev täppistöö. Kodustes tingimustes, kus pole oluline, et kõik taimed õitsema lähaksid, on see tunduvalt lihtsam.

■ Praegu, septembris, tuleb risoomid ajatamise jaoks üles võtta. Ouline on, et juured ära ei kuivaks.

■ Väljakaevamisel on näha, millised risoomid on õiepungadega ning millised mitte: õiepungad on kasvupungadest suuremad ning tõmbi otsaga, kasvupungad aga teravatipulised.

■ Ajatusrisoomid säilivad kõige paremini püstipidi niiskes liivas 2–5° juures.

■ Keldris säilitades jälgige, et ajatusrisoomid ei puutuks kokku külma betooniga ega saaks tõmbetuult.

■ Vastavalt sellele, millal soovite talvel õisi näha, tooge risoomid sooja ruumi. Alates jaanuarist on ajatusperioodi pikkus 19–20 päeva.

■ Ajatussubstraadina kasutage liiva ja freesturba või saepuru ja freesturba segu. Nende puudumisel sobib ka liiv.

■ Kõige sobivam on maikellukesi ajatada 14 cm sügavustes pottides või kastides. Et nad pikaks kasvaks, hoidke taimi ajatamise esimesel poolel poolpimedas.



Maikellukest ei ole raske ajatada.



Maikellukese risoom.

■ Kui lehed on 10–15 cm pikkused ja õisikuvars näha, tooge maikellukesed valguse kätte.

■ Sobiv ajatustemperatuur jaanuari teisel poolel on 22°.

■ Kui kobaras kõige alumine kellukas avanema hakkab, viige lillepo-

tid jahedamasse kohta (sobiv temperatuur umbes 16°).

Ja ongi taimed ajatatud ning keset talve õitsevad teil toas imelised lilled.

AARNE KÄHR

REPRO

PORIKUU · oktoober



Porikuu ehk oktoober

Porikuu, ka sügis(e)-, lehelangemis-, leheminigi-, lehevarisemis-, kulu-, vihma-, rooja-, räüsa-, räisä-, halla-, hinge-, koolja-, rehe- ja surmakuu.

Hingedeaeg. Kui ilmad vaiksed ja sombused, on hinged liikvel, külastavad omakseid ja tuttavaid paiku. Sel ajal on kohane pidada hingedepäevi, võõrustada neid ja saata ära. Kodu hoitakse puhas ja vaikne. Müra tekitavad tööd lükatakse edasi ja õhtuti ei töötata sootuks. Neil õhtuil on sobiv mõistatada mõistatusi ja jutustada lugusid. Hingedele pakutakse süüa ja köetakse sauna. Hingedepäevi on peetud järjekustel esmaspäevadel, teisipäevadel või neljapäevadel. Tavaliselt on hingedepäevi peetud ajavahemikus 6.10.–3.11.

14. Kolletamispäev ehk sügishari kuulub päevade hulka, mis jaotavad maarahva aasta neljaks võrdseks osaks. Teised sellised on korjusepäev (14.01.) ja karusepäev (13.07.). Kolletamispäeval on puulehed kollased. Puu kolletave siis kõllatses. Kui kaselehe häste kõllatse, saab tõe aasta häid kõllatsit kesvi, kui pihlapuu punatse, saab tulekahju ja tuleb pailu marju (Paistu). Soomlastel on 14. okt esimene talvapäev.

1. päev – kuu esimene veerand, pehme aja algus.

6. päev – täiskuu kõva aja algus.

8. päev – täiskuu.

10. päev – kuu kolmanda veerandi pehme aja algus.

15. päev – kuu neljas veerand, kõva aja algus.

22. päev – vana kuu pehme aja algus.

24. päev – kuu loomine.

Thunide külvikalender

Oktoober 2014

Päev	Element	Taime osa
1. K	Vesi/Tuli	leht 5ni, 6st vili
2. N	Tuli	vili
3. R	Tuli/Maa	vili 8ni, 9st juur
4. L	Maa	juur
5. P	Maa/Õhk	juur 3ni, 4st leht
6. E	Õhk	
7. T	Vesi	leht 1st
8. K	Vesi	leht 10ni
9. N	Vesi/Tuli	leht 14ni, 15st vili
10. R	Tuli	vili
11. L	Tuli/Maa	vili 7ni, 8st juur
12. P	Maa	juur
13. E	Maa	juur
14. T	Maa/Õhk	õis 2st
15. K	Õhk	õis
16. N	Õhk/Vesi	õis 8ni, 9st leht
17. R	Vesi	leht
18. L	Vesi/Tuli	õis 2–13, 14st vili
19. P	Tuli	vili
20. E	Tuli	vili 9ni
21. T	Tuli/Maa	juur 21st
22. K	Maa	juur 21ni
23. N	Maa	juur 7–21
24. R	Maa/Õhk	juur 4–18, 19st õis
25. L	Õhk	õis 15ni ja 23st
26. P	Õhk/Vesi	õis 2ni, 3st leht
27. E	Vesi	leht
28. T	Vesi/Tuli	leht 9ni, 10st vili
29. K	Tuli	vili
30. N	Tuli/Maa	vili 13ni, 14st juur
31. R	Maa	juur

Päike on terve kuu jooksul, Merkuur 7. oktoobrini jahedust toovalt Neitsi maaelemendis. Lõvi tähtkujus liikuv Marss koos Küti tähtkujus asuva Pluutoga võib aga veel kinkida oivalisi sooje sügispäevi, eriti koos valguselementi vahendava Jupiteriga Kaksikute, Saturniga Kaalude ja Neptuuniga Veevalaja tähtkujus. Veenus liigub 5. oktoobril Skorpioni tähtkujusse, teda toetab Uraan Kalade tähtkujust.

Istutusaeg: 1. oktoober kell 00 kuni 10. oktoober kell 1, ja 23. oktoober kell 14 kuni 31. oktoober kell 24.

■ 1. oktoobril kl 22.33 algab kuu esimene veerand.

■ 8. oktoobril kl 13.51 algab täiskuuuueg.

■ 15. oktoobril kl 22.12 algab kuu viimane veerand.

■ 24. oktoobril kl 00.57 algab noorkuuuueg.

√ **26. päev** – noore kuu kõva aja algus.

√ **31. päev** – kuu esimene veerand, pehme aja algus.

Allikas:

“Maavalla kalender 10 227 (2014)”, Maavalla Koda



Isuäratav ja väga maitsev sügisõun 'Liivika'.

'Liivika' võidab südameid

Uus Eesti sügisõun 'Liivika' pakub tõsist konkurentsi eestlaste kauaaegsele lemmikule 'Liivi kuldrenetile'.

Aretajal on ikka katsetamisel midagi, mille saatus pole veel otsustatud. Niisugune oli ka minu 'Liivika' saamislugu.

Kaksteist aastat tegin vaatlusi mitme valitud taimega. Õunad olid ilusad ja maitavad, kuid puudel mitmeid vigu. Otsustasin neist kaht parimat (tähistusega L8 ja L25) 1983. aastal omavahel ristata. Saadud uute taimede seas oli mitu veelgi parimat. Olgu märgitud, et juba aasta enne seda olin samu vanemaid ristanud. Nendest sorte ei saanudki.

Üks seemik sai hiljem nimeks 'Liivika'. Uurisin teda kakskümmend aastat, enne kui sõandasin esitada uue sordina registreerimiseks. Veel tuli teha katsetused välismaal. 2009. aastal sai Polli aiandusuringute keskus sorditunnistuse. Sordi omanikuks on Eesti Maaülikool, mille koosseisu Polli katseasutus kuulub.

'Liivika' on magushapu hea säilivusega sügisõun, mis väga heas hoidlas säilib talve keskpaigani. Kujult on ta munajas või kooniline (karika ümber võib olla viis kümmet). Kuju varieerub ja esineb ka ümmargusi vilju.

Õuna värvumine on samuti muutlik: rohukamaraga aias saab kollane õun imeilusa suure või väikese punase laigu. Haritud maal värvuvad õunad halvasti või on palju rohelisi õunu.

'Liivika' maitse on küpsenult imehea. Kõige parem on teda võrrelda samal ajal valmiva 'Liivi kuldrenetiga', mis on Eestis üldine meelisõun. Tarbimisaja algul on nende maitse ühevõrra hea.

Kuid 'Liivi kuldreneti' väga hea maitse kestab ligikaudu ainult kolm nädalat. Siis toimub järsk langus. Õunad seisavad küll kaua (isegi uue aastani) ilusad, kuid head maitset enam ei ole. Oktoobrist alates saab lauale panna sama maitseiloomuga 'Liivika'.

'Liivika' oksad kinnituvad puule tugevasti ega murdu. Ta talvitub paremini kui 'Liivi kuldreneti' puu. Kärntõve suhtes on võrdlemisi vas-

tupidav – harva võib mõnel õunal kärnaplekki leida. Puu hakkab varakult vilja kandma.

Puudustest tuleb kõigepealt öelda, et 'Liivika' viljastub hästi, kuid talle jääb puusse liiga palju vilju, mispuhul rohkesti on väikesi. Paraja suurusega viljade saamiseks tuleb suve algul käsitsi ära murda nõrgemad õunad, mis on lisatöö. Põuaaegadel peaks puid kastma. Hooldatud puudelt võib noppida 100–200grammiseid õunu.

Samad lähteavanemad olid head veel kahe sordi saamiseks. 'Kallika' on sama tarbimisajaga, kuid magus, tema õunad on tunduvalt suuremad ja ühtlasema kujuga. 'Kersti' paistab silma imehea säilimise poolest: maikuus on tema üsna suured magushapud õunad niisama head kui küpsemise algul. Lätis loodetakse temast saada uut äriõunasorti, meil on kahtlusi tema talveõrnuse pärast. Selleks et selgust saada, on 'Kersti' veel vähe istutatud.

'Liivika' on Eesti soovitussortimendis sügissordina alates 2013. aastast.

Soolast ja magusat ploomidest

REPRO

August-september on küpsete magusate ning mahlaste ploomide aeg. Viis-kuus ploomi hommi-kusöögi alustuseks paneb soolestiku tööle ja nahk saab kauni terve jume.

Ploomid on suureks abiks rauapuuduse korral. Kuivatatud ploome peetakse isegi kasulikumaks kui värskeid, sest neis on rauasisaldus veelgi suurem. Kes soovib aga vabaneda liigsetest kilodest ja organismi puhastada, söögu kas või kilo ploome päevas. Ploomid ergutavad seedimist ning vähendavad kolesteroolitaset.

Hispaania toitumisspetsialistid soovivad organismi puhastamiseks ja mõnest liigest kilost vabanemiseks süüa terve päeva vältel ainult ploome ning juua mineraalvett või taimeteed. Väga hästi puhastab organismi ka ploomimahl, mida tuleks juua kaks korda päevas enne sööki. Selleks segage 0,5 kg ploome 1 sl naturaalse apelsinimahla ja 1 tl meega.

Ploomid on olnud ilmselt ühed esimesed inimeste kasvatatud puuviljad. Nende säilinud jääke on leitud arheoloogilistel kaevamistel neoliitikumi aegadest koos oliivide, viinamarjade ning viigimarjadega.

Müügleitidelt ostke ainult küpseid ploome. Kontrolliks vajutage kergelt sõrmega ploomile – kui viljaliha sõrme alt ära vajub, aga ploom on raske, koor õrn ja läikiv, siis on vili küps. Ärge ostke täppidega, lõhenenud, muljutud vilju. Ploome võib säilitada ka sügavkülmas, kuid soovitatav on mõru maitse vältimiseks enne kivid välja võtta.

Limoncello-ploomikook

Limoncello on Itaalia sidruniliköör, mida ka meie poodidest osta saab.

- 500 g muretainast
- 2 sidruni mahl ja riivitud koor
- 4 sl vahukoort
- 100 g jahvatatud mandleid
- 5 muna



Limoncello-ploomikook.

- 100 g sulatatud võid
- 8 sl Limoncello likööri
- 7 viilutatud ploomi
- 200 g kuldset peensuhkrut

Rullige tainas lahti ja pange 25cm diameetriga vormi põhja ning külgedele.

Pange ahi sooja 180 kraadi juurde ja küpsetage põhja 15 minutit.

Segage kausis kokku sidrunimahl ja -koor, vahukoor, suhkur, munad ja sulavõi, ning kui kõik on hästi segunenud, lisage liköör.

Pange ploomid muretainapõhja-le ning valage kreem peale. Küpsetage 20–30 minutit, kuni kreem on küpsenud, jahutage ning puistake üle tuhksuhkruga.



Ploomikook brändi ja pähklitega.

Ploomikook brändi ja pähklitega

Tegelikult sobib brändi asemel edukalt kasutada ka viskit või rummi. Olen proovinud ka jerez'ega (Hispaania kangestatud vein) ja tulemus jäi ülimaltsev ning jerez't oli tunda nii maitstes kui aroomis. Julgen soovitada!

- 200 g ploome
- 1 dl pähklite-mandlite segu
- 1 dl brändit
- 200 g sulatatud võid
- 2 dl suhkrut
- 4 dl jahu
- 2 muna
- 1 dl rõõska koort
- 2 tl küpsetuspulbrit
- vanillsuhkrut

Pange viilutatud ploomid ja pähklid vähemalt kaheks tunniks brändisse ligunema.

Segage ülejäänud ainetega kokku ja küpsetage ahjus, kuni koogi sisse torgatud tiku külge enam midagi kinni ei jää. Serveerimisel puistake üle tuhksuhkruga.

Sealihahautis ploomidega

See pajaroog on aasiapärase. Retseptis on kasutatud Jaapani riisiviina (saket) ning Hiina tugevat maitseainesegu. Viie vürtsi segu koosneb jahvatatud kanee-list, nelgist, fenkoliseemnetest, tähtaniisist, ingverist ja Szechuani piprast.

- 1,5 kg sealiha
- 5 dl riisiviina



Sealihahautis ploomidega.



Kollase ploomi ja pistaatsia kulfi.

- 5 sl sojakastet
- pöidlasuurune tükk ingverijuurt
- 5 küüslauguküünt
- 1 punane hakitud tšillipipar
- 2 sl oliiviõli
- pundike hakitud kevadsibulat
- 2 tähtaniisi
- 1,5 tl viie vürtsi segu
- 1 kaneelipulk
- 2 sl suhkrut
- 1 sl tomatipüreed
- 500 ml kanapuljongit
- 10 poolitatud küpset ploomi

Tükeldage sealiha pöidlapikkusteks ja kaks korda sama laiadeks tükkideks. Pange kaussi marineeruma koos riisiveini, sojakastme, poole koguse ingveri, poole koguse küüslaugu ja poole koguse tšilliga. Hoidke marinaadis kuni ööpäev.

Kuumutage ahi 160 kraadini. Kuumutage potis õli, pange sinna pool sibulatest, ülejäänud ingver ja küüslauk, tähtaniisi, viie vürtsi segu ja kaneel. Kūpsetage, kuni segu muutub aromaatseks ja pehmeks. Segage

juurde suhkur, keerake kuumus kõrgemaks ning pange juurde marineeritud liha. Kūpsetage liha umbes kolm minutit sibulasegus. Seejärel lisage marinaad, tomatipüree ja puljong, segage hästi läbi ning kūpsetage ahjus kaanega kaetult umbes kaks tundi. Kui üks tund on möödas, lisage ploompoolikud ning jätkake hautamist ilma kaaneta. Kui liha on valmis, tõstke tükid ja ploomid vahukulbiga välja. Kuumutage kastet, kuni see muutub kergelt siirupiseks, seejärel pange ploomid ja liha sinna juurde tagasi ning kuumutage veel kord kõik läbi.

Serverimisel puistake peale ülejäänud kevadsibulat.

Kollase ploomi ja pistaatsia kulfi

Kulfi on India jäätis, mida saab edukalt teha ilma jäätisemasinata. Rutem valmib see hea magustoit, kasutades poest ostetud kondenspiima.

- 3 kardemonikupart
- 700 g kollaseid ploome
- 100 g peensuhkrut
- 400 ml kondenspiima
- 150 ml piima
- 2 sl hakitud pistaatsiapähkleid

Võtke kardemonikupardest seemned välja ning purustage need. Pange pannile ploomid, suhkur ja vesi ning kuumutage keemiseni. Alandage kuumust, katke pann kaanega ning kuumutage umbes 10 minutit, kuni ploomid on väga pehmed. Seejärel püreestage segu kreemjaks ja laske maha jahtuda.

Segage omavahel kondenspiim, piim ja 300 ml ploomipüreed. Valage see väikesesse vormidesse (näiteks plastist joogitopsidesse) ning pange sügavkülma neljaks tunniks või niikauaks, kuni see on külmunud.

Serverimisel kummutage kulfi taldrikule. Soovi korral pange juurde veidi ploomipüreed ning puistake üle hakitud pistaatsiapähklitega.



Ploomi-Amaretto.

Ploomi-Amaretto magustoit

Amaretto liköör pärineb Itaaliast ning on taimedest, aprikoosidest ning mõrumandlitest valmistatud aromaadne jook. Amaretti küpsised on kuivad mõrumandlilise maitsega munavalgeküpsised.

- 500 g küpseid punaseid ploome
- 350 g suhkrut
- 2 suurt munavalget
- 300 ml vahukoort
- 1 sl Amaretto di Saronno likööri
- 80 g tükeldatud Amaretti küpsiseid

Vooderdage 30x20cm küpsetusvorm toidukilega. Pange ploomid 2 sl veega ja 110 g suhkruga pannile ning hautage 10 minutit, kuni need on pehmed. Laske veidi jahtuda, püreestage ning kurnake läbi sõela, et eemaldada ploominahad.

Pange ülejäänud suhkur koos 150 ml veega pannile ja lahustage see madalal kuumusel. Seejärel keetke viis minutit, et moodustuks siirup.

Vahustage munavalged kõvaks vahuks. Teises kausis vahustage vahukoort ning seejärel segage ettevaatlikult juurde liköör, ploomipüree, küpsised ja munavalgevaht.

Valage segu vormi, katke kilega ja sügavkülmutage. Võtke kapist välja vähemalt viis minutit enne serverimist.

Särtsuv sinep

Sinep saiale võib esmapilgul tunduda harjumatu kooslus, kuid annab üllatavalt mõnusa nüansi. Samuti sobib sinep kõikvõimalikele muudele roogadele särtsu lisamiseks.

Pole midagi toredamat, kui on aega ning seda saab kasutada just nii, nagu endale meeldib, olgu siis laiseldes, sportides või hoopiski midagi meisterdades. Vahelduseks võib katsetada uusi retsepte ning lisandeid toitude juurde.

Vastu sügist muutub ka toidulaud – ikka võtaks mõne tüki rammusat liha ning sinna kõrvale ka sortsu sinepit. Mitte ainult selle teadmise pärast, et sinep soodustab seedimist, vaid ikka tema maitse tõttu.

Kui sinep on südame võitnud, tasub seda kodus ise valmistada. Liiasi, kui sinepit kasutada toitude maitsestatamiseks, kulub teda üsna ohrtrasti.

Ka maksavad maitsestatud sinepid kenakese kopika. Lisaks saab

ise tehes katsetada magusa või tulise maitsega, lisada ürte ning muid toiduaineid.

Hea seedimisele

Sinepiseemned koosnevad rasvasest õlist, lisaks sisaldavad valku ning sinalbiini ja mürosiini, mis annavad sinepile tema terava maitse. Sinep ergutab ainevahetust ja vähesel määral kergendab ka seedimist.

Sinepi valmistamiseks vajalikku pulbrit saab osta poest. Kel kodus veski, millega sinepiseemneid jahvatada, võib ka pulbrit ise teha. Ise jahvatades saab soovi korral jätta segu teralisema.

Sinep on asendamatu marinaadides, liha dekoorimisel, salatikastmetes ning mõnus lisand juustu ja kurgi kõrvale. Noored sinepilehed sobivad ka supipotti pista.

Sinepile sobilikeks kaaslasteks toidulaual on sidrun, ingver, sibul, pipar. Kellele maitseb mädarõigas, võib sedagi segule lisada.

Kodus saab valmistada mitmesuguseid sinepeid, nii krehvtisemaid kui ka selliseid, mida võiks suisa moosi asemel süüa. Lisada võib sinepiseemneid ning maitsetaimi. Mahe-

PILLE HERMANN



Kodus valmistades saab sinepis proovida eri maitselisandeid. Teha võib nt kõrvitsasinepit, mis jääb mahedama maitsega. Enne sinepiseegule lisamist keetke ning püreestage kõrvits ära. Kes veini pulbri lahustamiseks kasutada ei soovi, võib selle asendada kompotivedelikuga.

damaitselist sinepit on mõnus tõmmata ka võileiva vahele. Lihtsa võileiva saab, kui mustale leivale määrada sinepit ning sellele laduda kas marineeritud kurgi või hapukurgi viilud. Soolane suutäis, mille puhul ei pea liigsete kalorite pärast hirmu tundma ja võib julgelt veel ühe lisaks teha.

Soojade kastmete tegemisel tuleb sinep lisada valmimise lõpuosas, nii ei kaota ta oma maitset. Kindlasti tuleks jälgida reeglit, et mahedale kalale ei lisataks väga tugevamaitselisi sinepeid, hea asemel need hoopiski rikuvad toidu.

Sinepit võiks proovida lisada kaunviljadest valmistatud roogadele. Ja kui esimene tegu saabki ehk liiga kärts, siis võtab suu muigele, kui lugeda sõna “sinep” tagurpidi.

Sinep rahvameditsiinis

Kõha korral hõõruge sinepiseemned peeneks, segage meega ja sööge ära. Puhtasse villasesse sokki raputage sinepipulbrit, tõmmake need jalga ning minge magama, hommiuks peaks külmetus kadunud olema. Külmetuse korral aga pistke jalg sooja vanni, millesse on lisatud sinepipulbrit. Kõhuvalu või seedeprobleemide korral võiks lauanurga taga olla pudelike sinepipiiritusega.

Sinepi põhiresept

- 0,5 tassi sinepipulbrit
- 0,5 tassi valget veiniaädikat
- 0,3–0,5 tassi mett
- 1 tl soola

Segage kõik ained, seejärel kuumutage kolm minutit pannil ning valage segu kaanega suletavasse klaaspurki.

Piprasinep

- 6 sl rõõska koort
- 0,5 klaasi sinepipulbrit
- 4 sl mett
- 2 munakollast
- 1 klaas valget veini
- 2 sl palsamiaädikat
- 2 sl purustatud musta pipart
- 1 tl soola

Segage sinepipulber valge veiniga. Vahustage munakollased, kuumutage koort, lisage mesi, seejärel veiniga segatud sinepipulber ning aeglaselt segades ka vahustatud munakollased. Siis lisage palsamiaädikas, sool ning pipar. Kui segu on keema tõusnud, keetke paar minutit



Rosmariinisinepi tegemiseks praadige rosmariin esmalt õlis, lisage mesi ning röösk koor. Kausikeses on sinepipulber, mis esmalt segatakse valge veiniga ning seejärel lisatakse rosmariini ja koore segule.

ning seejärel valage kuumalt purki. Säilib külmkapis paar-kolm nädalat.

Rosmariinisinep

- 0,5 klaasi sinepipulbrit
- 1 klaas valget veini
- 100 ml rööska koort
- 4 sl valge veini äädikat
- 3 sl hakitud rosmariini
- 5 sl õli
- 5 sl mett
- 1 tl soola

Peenestage rosmariin, kuumutage pannil õli ning praadige selles rosmariin. Segage teised ained ning lisage rosmariinile, kuumutage aeglaselt segades, kuni segu pakseneb. Rosmariini võib asendada ka aedliivateega (kui kodus ei juhtu värsket olema, siis kuivatatud maitsetaimedega).

Sinep valge veiniga

- 0,5 tassi sinepiseemneid
- 0,5 tassi valge veini äädikat

- 1 tass valget veini
- 5 sl mett
- 0,5 tl kurkumit
- 0,5 tl soola
- 4 sl õli

Valage kõik ained, välja arvatud õli, kaanega suletavasse kaussi ning hoidke seal ööpäev. Seejärel ajage õli pannil kuumaks ning kuumutage selles sinepisegu, kuni see keema tõuseb. Kuumutage veel 2–3 minutit ning valage klaaspurkidesse.

Sinepikaste

- 2 munakollast
- 2 sl sinepit
- 2 sl õli
- 2 sl valget kuiva veini
- soola
- pipart

Vahustage munakollased, lisage sinep ning teised ained ja segage. Kaste sobib ahjus küpsetatud kalale, kuid väga hästi võib ka hautatud juurviljad sellega üle valada.

Dekooriga ahjuliha

Küpsetage ahjus sobiva suurusega liha-tükk. Kui liha on läbi küpsenud, võtke see välja ning lõigake kamar ära. Segage 1 sl sinepit, 4 sl sinepiseemneid, 1 muna ja 1–2 sl suhkrut. Määrige saadud segu liha- ning küpsetage seda veel 10 minutit.

PILLE HERMANN

JUBA SEL LAUPÄEVAL,
27. SEPTEMBRI!

Maaleht

Maalehe hoidisekonkurss

OLUSTVERES

27.09.2014

KONKURSIL VÕIB OSALEDA

kuni 5 hoidisega. Osalemiseks tuleb igast hoidisest tuua 2 näidist (100–500 ml), täpne retsept ja valmistamis-õpetus, märkida kaanetamise kuupäev ja retsepti autor.

KONKURSILE OOTAME

kodumaisest toorainest (70–80%) valmistatud hoidiseid viies kategoorias: salatid, moosid, kompotid, kastmed ja muud erilised meistriteosed, oodatud nii soolased kui ka magusad.

HUVITAVAD RETSEPTE

võib meile saata ka e-aadressil targutalita@maaleht.ee või aadressil Maaleht, Narva mnt 13, 10151 Tallinn, märgusõna „Maalehe hoidisekonkurss“.

VALMIS HOIDISED

palume tuua laupäeval, 27. septembril hiljemalt kell 11 Olustvere hoidisemessile Maalehe telki.

Parimale auhinnaks raamiga mahlapress Fratelli Baesso F20. Lisaks palju toremaid auhindu Maalehelt, Santa Marialt ja Olustvere mõisa kodadelt!

Konkurssi toetavad:



Maalehe koduveinikonkurss tuleb viiendat korda!

Tänavune marjasaak ei ole veinitegijaid hellitanud rikkaliku valiku ja küpsete viljadega. Kes aga korra juba sõrme veinitegemisele andnud, ei saa ka viletsal saagiaastal käsi rüpes hoida. 2015. aasta koduveinikonkurss toimub kindlalt järgmise aasta varasuvel!

Tänavu kevadel proovisime esimest korda hinnata koduveini toorainepõhiselt – eraldi olid õunad, sõstrad, luuviljalised, õied-varred-juured, ja muud marjad, viinamarjad ja siidrid-vahuveinid. Selline hindamissüsteem õigustas enast täielikult ja veine oli parem omavahel võrrelda. Seepärast jätkame ka algaval konkursil toorainepõhist hindamist.

See aga ei tähenda, et sildile võiks märkida ainult veini nime ja tooraine – endiselt tahame õiglase hindamise nimel teada saada

ka seda, kas vein on kuiv, poolmagus või dessertvein.

2014. aasta veinihooaeg tundub jäävat pigem suurde sügisesse, sest sõstraid-vaarikaid oli kasinalt, kuid pihlakaid, arooniaid ja mõnel pool ka õunu jätkub õnneks küllaga. Sellest tulenevalt võivad aga veinid konkursile toomise ajaks alles pooleli olla. Jätke siis need veinid rahulikult oma aega ootama ülejäägmi-seks konkursiks, liiga tooreste veinidega konkursil paraku ilma ei tee. Seda näitas ilmekalt ka kevadine võistlus, kus väga paljude marjaveinide puhul oleks tahtnud nad vähemalt aastaks ootele panna. Nii et kui teil on alles veel mulluseid ja vanemaidki veine – kõik on teretunud.

Nagu varem, nii ka nüüd tuleb iga veini konkursile esitada kolm pudelit – üks eelvoorud ja üks finaali tarbeks ning üks juhuks, kui eelmiste-

ga peaks midagi juhtuma. Pudelitel peaks olema võimaluse korral märgitud veini nimi, tooraine(d), kuivuse aste – kuiv, poolmagus, dessertvein, valmistamise aasta (seda loetakse selle aastanumbri järgi, millise päikese all viljad on küpsenud, mitte pudeldamise aasta järgi) ja kangus. See kõik aitab korraldajatel veinid hindamiseks õigesti ritta seada.

Kui vein on valminud eri toorainetest, tuleb sildile märkida kõik toorained osakaalu kahanevas järjekorras. Samuti võib selle teabe lisada veinide kaaskirjale, nagu paljud veinimeistrid siiani ka teinud on, näiteks: õunamahla 70%, pihlakaid 25%, rosinaid 5%.

Koguma hakkame veine tuleva aasta veebruaris.

TIINA KUULER

Veinivilla perenaine



VEINIVILLA ESITLEB:

Maalehe koduveinikonkurss a.D. 2015

Maaleht ja Veinivilla kutsuvad juba viiendat aastat taas veiniteole! Valmista konkursiks uus koduvein või pane võistluseks tallele oma vanemad veinid!

KONKURSSI TOETAVAD:

- 2014 suvi ja sügis 🍷 käis usin veinitegu
- 2015 veebruar 🍷 algab veinide vastuvõtt
- 2015 aprill 🍷 toimuvad eelvoorud, valitakse finalistid
- 2015 juuni 🍷 suur finaal

Eraldi hinnatakse koduseid viinamarjaveine, õuna-, kirsi-ploomi-kreegiveine, sõstraveine, rabarberiveine jne ning siidreid. Tähelepanu all on kodumaine tooraine. Iga veinimeister võib konkursil osaleda mitme veiniga, aga mitte rohkem kui kuuuga. Iga veini tuleb esitada kolm pudelit.

Pappkasti pakitud pudelid saada postiga aadressile OÜ Veinivilla (nõudmiseni), Rännaku pst 9a, 10901 Tallinn. Postkontoris pakki üle andes palume märkida, et tegu on pudelitega ja kergesti puruneva kaubaga.

Veinid võib ka ise kohale tuua Tallinna Veinivilla kauplusesse aadressil Rännaku pst 10, kuid ainult eelnevalt ette helistades telefonil 508 7222.



Valmistage talveks võimalikult terveid õisi, need on eriti kenad.

Roosiõied koogil

Roosid, mille eest suvi läbi hästi hoolt kandnud, eputavad veel sügiselgi oma pilkupüüdvate õitega.

Osa suve kaunist ilu saab hoida ka talveks ning soovi korral koogilegi sobitada. Kui roosiõied meenutavad sooje suvepäevi, mööduvad ka kõige kõledamad hetked sügisel ja talvel helges meeleolus.

Selleks tuleb natuke vaeva näha ja kuiva ning päikeselise ilmaga roosiõied kokku koguda ja kuivatada. Sel korral kuivatame mitte traditsioonilise meetodi järgi, kus kimbuks seotud õied allapoole pööratuna nõorele kuivama sätitud, vaid hoopiski munavalge-tuhksuhkru segus.

Kes pole oma aias taimekaitsevahendeid kasutanud, võib julgelt selliselt kuivatatud õied koos koogiga "pintslisse pista".

PILLE HERMANN

Asetage kaetud õied majapidamis-paberile kuivama. Kui tuba on see ning kuiv, võiks kuivamiseks arvestada ööpäeva, vastasel korral võib aega kuluda rohkem.



Viimased kaunid õied saab säilitada talveks ja panna koogi peale. Munavalget kulub vastavalt roosiõite kogusele, kuid esimeseks harjutamiseks piisab, kui klopite lahti ühe munavalge. Katke kroonlehed munavalgega, kõige parem on seda teha pisikese pintsliga. Seejärel raputage läbi sõela tuhksuhkur peale, jälgides, et õied oleksid ühtlaselt kaetud esmalt munavalgega, seejärel tuhksuhkruga.



Satsiliselt sügisesse

Kes on öelnud, et satsidega seelikut vaid suvel kanda tohib? Suveseelikuid lapates ning neid talvekorteriks ette valmistades tasub hilbud kriitilise pilguga üle vaadata.

Seelikuid tuleks hinnata selle mõttega, et kas kõik on ikka nii heas korras, et neid ka tuleval suvel selga panna, või ehk on mõni juba liiga ümber ning vaevalt asi talvega paremaks läheb ning seelik kenasti parajaks saab.

Peaks jälgima, et kappidesse asjatult riideid ei koguneks ning suve hakul neid välja otsides ei peaks endalt poolpahaselt küsima, miks ma küll selle olen kappi pannud.

Selliste ebameeldivate üllatuste vältimiseks tasub sügisel süda kõvaks teha ning õmmelda mitmest seelikust uus riideese, mida sügistuulte kaitseks ümber võtta. Kuna seelik koosneb mitmest kihist, on see ka kõige kõledamal sügispäeval mõnusalt soe, kuid ometi veel mitte liigselt talvine. Kõige pealmiseks valige voodriga seelik, mille külge saab hakata teisi kihte õmblema.



Neljast suveseelikust sai kihiline seelik, mis on sügiseliselt värvikas, kuid lustlikult lehvivad kihid annavad kandjale kaitset ka külmade tuulte eest.

PILLE HERMANN



Vaadake kriitilise pilguga üle suvised seelikud, ehk kannatab neist õmmelda üks uus seelik algavaks sügiseks. Nii pole tarbetult palju riideid talveks kappi mahutada ning juba olemasolevatest materjalidest saab ilma kulu tegemata uue riideese.

Mõõtke ning lõigake sobiva laiusega kihid, nii et neid ulatub voodri külge õmblema ning samas jäävad ka üksteise alt paistma.

Kokku võib sobitada ka selliseid seelikuid, mis esmapilgul tunduvad väga erinevad, kuid lõpuks moodustavad siiski kena komplekti. Õmmelge need omavahel kokku, siis on kergem neid pealmise seeliku voodri külge kinnitada.



Lopsakaid kihte on kõige parem hakata üles ehitama pealmise seeliku voodri külge.



Õmmelge kõik kihid korraka voodri külge kinni.

Telefoni- soovitused koolilastele



Telefoni kasutamist ja sellega käitumist peab laps õppima samamoodi nagu aabitsast tähti.

Lapse esimese telefoni valikul tuleks arvestada sellega, mida laps telefoniga teha peaks saama. Et telefonide valikus oleks lihtsam orienteeruda, anname mõned soovitused lapsele ea ja kasutusvajaduse põhjal.

Lapse vanus telefoni valimisel pole niivõrd oluline, kui tema küpsus ja vastutustundlikkus, sest tänapäeva lapsed käituvad oma ea kohta vägagi täiskasvanulikult.

Algkoolilapsele sobiva telefoni leiab eriti soodsate nupuga telefonide valikust, kus peamised on helistamise ja SMSide saatmise võimalus, kella, kalendri ning äratuskella olemasolu ning ka klahvistiku lukustamise funktsioon.

Esimesse klassi minevatele lastele on see hea valik, kuna telefoni kasutamist ja sellega õigesti käitumist peab laps õppima täpselt samamoodi nagu aabitsast tähti. Samuti pole ka üldse haruldane, et sellises eas lapsed võivad kogemata telefoni kaotada või kuhugi maha

unustada – siis ei ole ka tekkinud rahaline kaotus nii suur ja uue telefoni ostmise ei tühjenda pere rahakotti märkimisväärselt.

Nutitelefoni vajab kogemusi

Tänapäeval ei ole haruldane ka see, et juba enne kooliaega saavad lapsed enda käsutusse mõne pereliikme vana telefoni ja nii on neil telefonide kasutamise kogemus juba täiesti olemas.

Siis võib vaadata ka nutikamate telefonide poole, mida samuti leiab lastele sobivas mõõdus ja hinnas. Näiteks Samsung Galaxy Young 2 või Fame Lite on parajas mõõdus ja oluliste nutika telefoni omadustega telefonid. Nendega saab teha nii pilte kui lühikesi videofilme, vajadusel neid ka edasi saata.

Lisaks peaksid telefonis olema kõik muud võimalused – helistamine, kalender, sõnumid, meelepead, märkmed, e-post jne. Seega peaks selline telefon olema juba nutikamale algkoolilapsele täiesti sobiv lahendus.

Lapse kasvades ja ka kooliastmetel liikudes on põhikooliõpilaste nõudmised juba kõrgemad ning

tekib soov omada nutikamat ja suurema võimsusega telefoni, millel on ka rohkem võimalusi.

Sellise telefoniga saab mugavalt suhelda pere ja sõpradega, kuid koolitööde tegemiseks ka kiirelt ammutada vajalikke teadmisi laiaast internetimaailmast.

Telefon gümnaasistile

Kui aga noor jõuab gümnaasiumi tasemele, kasvavad ka tema nõudmised mobiilsete seadmete valikul. Ja siin tehakse valikud juba teadlikult – lähtuvalt sellest, missugused on vajadused ja huvid.

Noored, keda huvitavad mängud ja internet, lähtuvad protsessorite kiirusest; need keda huvitab pildistamine ja videote tegemine, lähtuvad kaamerate kvaliteedist ja telefoni mälu mahust; aga need noored, kes armastavad matkata ja reisida, leiavad endale vee- ja tolmukindla telefoni.

Poodide laiaast valikust leiab iga lapsevanem oma lapsele sobiva telefoni.

TANEL VAHTRA

Samsungi esindaja Eestis



Katkise savipoti teine elu

Kui savist lillepott on katki, visatakse killud enamasti minema ja ostetakse uus. Aga selgub, et purunenud lillepotile saab anda ka teise elu, kui asjale veidi loominguliselt läheneda.

Katkise savipoti võib väikeseks kunstiteoseks muuta, kui kasutate abivahenditena drelli ja lõikurit, millega potist tükke lõigata ja kinnitamiseks tarvilikke auke puurida. Vajalik kuju saavutatud, täitke lillepott mullaga ning hakake sinna kujundama miniatuurset aiakest.

Allikas: internet



Eesti mees vajab uurimist



Üle-eestilise meeste uuringu üks eesmärk on selgitada mehe rolli pereplaneerimisel ning laste kasvatamisel.

Et Eesti mehi, nende hoiakuid ja käitumist terve, hariduse, tööhõive, rände ning pere loomise valdkonnas pole kunagi täpsemalt uuritud. Nüüd aga on viimane aeg seda teha ning Tartu Ülikooli eestvedamisel ongi käivitatud üle-eestiline meeste uuring.

Üldiselt on teada, et Eesti mees soovib oma ellu rohkem lapsi kui naine, kuid saab naisest kehvema hariduse ja parema palga. Samuti leiab ta elukaaslase hiljem, ja ehkki terve üle ei kurda, elab ta naisest keskmiselt 11 aastat vähem. Milline on aga tänapäeva mehe roll pereplaneerimisel, laste kasvatamisel või milline on tema tervisekäitumine, seda pole seni veel tõsisemalt uuritud.

Muutuste aeg

Üle-eestilise meeste uuringu ühe korraldaja, TÜ sotsiaalteaduslike rakendusuuringute keskuse analüütiku Marek Sammuli sõnul ongi küsitluse üks eesmärke kirjeldada seda, kuidas mehed suhtuvad lastesaamise. Tema arvates on paljud sündimusega seotud analüüsid enamasti keskendunud naistele, kuid ometi mõjutavad sündi-

must ka meeste käitumine ja hoiakud. Näiteks kui osa mehi töötab pikki perioode perest eemal välismaal, võib eeldada, et see tekitab ebakindlustunnet, mis mõjutab ka pereelu ja lastesaamist.

“Eesti ühiskonnaelus on viimastel aastatel toimunud palju muutusi. Üks olulisemaid on suurenenud ränne ja välismaal tööl käimine. Samuti hakkab tasapisi muutuma inimeste tervisekäitumine, nagu näitab hüppeliselt kasvanud tervisesportimine,” arwab Sammul.

Uuringust võiks välja tulla ka põlvkondade võrdlus. Praegused 50aastased on viimane põlvkond, kes üles kasvanud nõukogude ajal ja 90ndatel kõvasti tööd rüganud ning kõik vabanemisega kaasnenud ilmingud läbi elanud. Millise jälje on see nende tervisele jätnud? 40aastaste põlvkond on elanud juba osaliselt vabas riigis, 20–30aastased aga tervenisti vabas riigis. Nüüd olekski huvitav teada saada, milline erinevus on nende põlvkondade meeste hoiakutes ja tervisekäitumises.

Muidugi huvitab ka, kas ja kui võrd sarnanevad või erinevad meie meeste hoiakud võrreldes teiste Euroopa riikide meeste omadega. Ühest küljest tundub, et oleme käitumiselt muutunud läänelikumaks, kuid meie hoiakuid mõjutab ikka veel see, kust me tuleme.

“Samuti on üllatav, kui võrd mitmekesine on Eesti meeste kultuu-

rilis-käitumuslike hoiakute poolest. Erinevused on suured maa ja linna, Põhja- ja Lõuna-Eesti lõikes, aga ka selles osas, milline on inimese emakeel,” lisab Sammul.

Läbilõige tervest Eestist

Vastajate valimis on 4800 meest vanuses 16–54 eluaastat, kes valitud sinna juhuslikult rahvastikuregistri järgi. Kui juhtute sellesse valimisse, saate kirja, kus on olulised kontaktid, mille kaudu küsimustikule vastata. Lihtsam võimalus on teha seda interneti kaudu, aga kui see võimalus puudub, siis tuleb võtta uuringumeeskonnaga kirjas toodud kontaktide abil ühendust ning vastata ankeedile kirja teel.

Et tegu on igas mõttes unikaalse uuringuga, ootavad korraldajad tänuga iga vastust. “Küsimustikule vastamiseks võtke tunnikeseks aeg maha, leidke hetk, kus olete üksik ning vastake rahulikult ja ausalt,” soovib Marek Sammul.

Uuringu tulemused peaksid teatavaks saama järgmise aasta algul. Eesti meeste perekäitumist ja seda mõjutavaid asjaolusid aitavad uurida sotsioloogid, sotsiaalpoliitikud, majandus- ja terviseteadlased, et ulatusliku küsitluse tulemusi oleks tulevikus võimalik kasutada riiklike perepoliitiliste otsuste tegemisel.

BROS

Hiirte ja rottide tõrjeks

- Ohutu – sisaldab kibedat ainet, mis aitab ära hoida juhusliku allaneelamise laste või koduloomade poolt.
- Efektive – kõrge aktiivaine kontsentratsioon tagab usaldusväärse efekti.
- Praktiline – ainult üks, lihtsalt kasutatav doos ja mumifitseeriv efekt.



Tooted on saadaval kauplustes üle Eesti.

Kasutage biotsiidi ohutult. Enne kasutamist lugege alati läbi tootel olev märgistus ja teave.

www.bros.eu