

Minu oma panniroog

Jätkub konkursile saabunud retseptide avaldamine. Kahjuks on lugejad seni esinenud oodatust tagasihoidlikumalt.

Oma lemmikretsepti võite saata meile 31. maini. Peaaühinnaks on Green-Pani pann, auhindu jagub ka teistele. Green-Pan on valmistatud uue keskkonnasäästliku tehnoloogia abil, kasutatud on tervisesõbralikke materjale. Panni pind ei nakku ja on vastupidav. (vt ka *Targu Talita* nr 15, 14. aprill 2011 ja nr 17, 28. aprill 2011).

Retsepte, toidulugusid ja -pilte ootame postiaadressil Maaleht, Targu Talita, Narva mnt 11e, 10151 Tallinn ja e-posti aadressil targutalita@maaleht.ee.

Targu Talita toimetuse

Ideaalne õhtusöök

Minu lemmikretseptid sünnivad tihti katsetuste tulemusel. Järgnev retsept on meie pere lemmik. Ideaalne õhtuteks, mil enam eriti ei viitsi toidu valmistamisega vaeva näha, samas on aga isu millegi eriti hea järele. See retsept on lõõnud omajagu laineid ka külaliste maitsemeeltele.

- 2 pakki külmutatud aedviljasegu "Hawaii pada"
- 1 purk Salvesti poolmagusat Hiina kastet
- 400 g hakklihasegu (Perenaise)
- 1 keskmine purk ananassitükke
- teravat tomatikastet
- liha- ja üldmaitseainet
- 1–2 puljongikuubikut

Hakkliha pruunistage pannil kogu aeg hästi segades, et liha laguneks võima-

likult peeneks ega jääks suurteks klimpideks. Peale puistake natuke maitseaineid, lisage aedviljasegu ja poolmagus kaste ning nii palju vett, et roog oleks parajalt vedel. Laske tasasel tulel haududa.

Kui segus olev riis on pehme, lisage ananassitükid, vajadusel ka mahla. Siis lisage paras sorts tomatikastet ning puljongikuubik. Kui roog tundub liiga kuiv, lisage veidi vett ja laske kõigel veel natuke aega haududa. Retsepti saladus seisnebki maitse timmimises. Head isu!

KÄRT

Meie pere majaröög

Kuna tegu on maaperega, siis kartulid, sibulad ja munad on kogu aeg omast käest võtta. Juhtub, et meile tulevad ette teatamata külalised või lapsed oma sõpradega, peab panni tulele panema. Siis pole enam aega mõtlema hakata, mis ma neile lauale panen. Selle söögi saab ruttu valmistada, kui vaja, siis mitu pannitait järjestikku.

- 2 keskmise suurusega kartulit
- 1 sibul
- 3 muna
- soola
- jahvatatud pipart
- 1 sl rasvaint (õli, rasva, võid või margariini)

Koorige ja riivige toored kartulid jämeda riiviga, sibul hakkige peeneks, segage lahtiklopitud munad kartuli ja sibulaga. Maitsestage soola ja pipraga. Võite lisada ka sortsu vett. Kallake see segu tulisele rasvasele pannile ja küpsetage kaane all. Kui kaua just, ei oska öelda, seda peab ise jälgima, sest pan-

ni suurused on erinevad. Õhem kiht suuremal pannil valmib igal juhul kiiremini.

Kui see omlėtisarnane söök on alt-poolt kröbe, vähendage kuumust ja pöörake ülepannikook ümber. Nüüd ärge enam kaant peale pange, vaid küpsetage tasasel tulel veel natuke. Lauale andke kas hapukoore, ketšupi või majoneesikastmega. Vastavalt aas-taajale on lisandiks kas marineeritud seened, sibulapealsed või murulauk, värsked kurk või tomat või purgisalat.

See on põhiretsept, aga iga kord võib toit olla pisut teistmoodi täiendustega. Kui enne segu praadimist panna pannile natuke peeneks hakitud soolaribi, suitsuliha või vorsti, on toit päris mehine.

Lihaolluse asemel võib segule veidi lisada riivitud juustu.

PAULA

Praadimata toit praepannilt

Tugevasti praetud ja rasvane toit pole teadagi tervisele kasulik. Sellegipoolest ei ole ma panni ära visanud, vaid varasemast hoopis sagedamini kasutama hakanud. Näiteks soovin soojas keedukartulit süldi kõrvale. Kui sööjaid on kaks, pole ju mõtet korruga potitait valmistada, et siis nädal otsa neid üle praadida.

Kuidas kahte-kolme kartulit keeta? Koorin ja lõikan kartulid pikuti pooleks, asetan väiksemat sorti pannile, valan peale tulise vee, nii et see lapi-kuid kartulipoolikuid poole kõrguseni kataks ja riputan neile näputäie soola. Kui vesi kaane all keema tõuseb, lülitan elektri välja.

Umber veerand tunni pärast on kartulid pehmed. Nõrutan vee ära ja lasen ülejäänud aurul soojal pliidiil eralduda.

Kunagi olid maiuspalaks ahjus valmistatud pruunid kartulid, porgandid ja kaalikad sealihaga. Nüüd teen seda toitu elektripliidiil kaanega pannil ja nii vähese veega, et kui juurikaviilud on küpsed, on ka vesi aurunud.

Õhukesteks viiludeks lõigatud läbikasvanud liha on mure ja mahlane. Pole üleaurust rasva ja toidule ei ole ka eraldi kastet vaja.

ELLEN

