

RETKI RUOKAA



Löydät meidät
myös Instasta!



SIENET VAELLUSRUOISSA

Kuivaus on retkeilijän kannalta sienille käytännöllisin säilöntätapa. Ohueksi viipaloidut sienet kuivuvat nopeasti kasvikuivurissa tai jopa huoneenlämmössä. Kuivatut sienet sopivat moniin retkiruokiin mausteeksi antamaan umamin makua ja täyteläisyyttä. Tähän reseptiin voi käyttää herkkutattien tilalta myös muita tatteja, kunhan muistaa, että punikkutatteja on hyvä kypsentää ainakin 20 minuuttia.

Kasvikset kypsennetään ennen kuivaamista, jolloin ruoan valmistusaika maastossa nopeutuu huomattavasti. Keiton kasvikset voi korvata valmiilla keittovihanneksilla pakastealtaasta, jolloin esivalmistelu kotona hieman helpottuu. Jauhelihaa voi korvata mieleisellään kasvisproteiinilla. Tämä ruoka valmistuu kätevimmin ruokatermoksessa, mutta sen voi valmistaa myös keittämällä kattilassa. Kattilassa valmistessa raaka-aineita kannattaa alkaa ennallistamaan hyvissä ajoin lisäämällä vettä niiden sekaan polttoaineen ja ajan säästämiseksi.

Vaeltajan herkkutatti- jauhelihakeitto (kolmelle)

kourallinen kuivattuja herkkutatteja
1 pkt (400g) vähärasvaista jauhelihaa
10 pientä perunaa (n. 500g)
4 porkkanaa (n.250g)

2 liha-, sieni- tai kasvisliemikuutiota
2 rkl tomaattipyreetä
2 valkosipulinkynttä
4 kevätsipulin vartta
1 tl kuivattua timjamia
mustapippuria

OHJE: Leikkaa perunat ja porkkanat ohueksi viipaleiksi. Keitä niitä kevyesti suolatussa vedessä noin 5–10 minuuttia, kunnes ne ovat pehmenneet, mutta vielä hieman napakoita. Paista jauheliha pannulla kypsäksi ilman rasvaa. Leikkaa kevätsipuli ohuiksi renkaiksi ja valkosipuli viipaleiksi. Levitä tomaattipyree leivinpaperin päälle ohueksi kerrokseksi ja laita leivinpaperi kuivurin ritilälle tai uuniin. Aseta myös peruna- ja porkkanaviipaleet, paistettu jauheliha ja sipulit kuivurin tai uunin ritilälle. Kuivaa noin 40–50-asteisessa kuivurissa tai uunissa luukku raollaan noin 6 tuntia tai kunnes raaka-aineet ovat kokonaan kuivuneet. Jaa kaikki raaka-aineet tasaisesti kolmeen uudelleen suljettavaan pussiin.

Retkellä kaada pussin sisältö ruokatermokseen. Lisää päälle kiehuvan kuumaa vettä ja sekoita kunnolla. Anna hautua rauhassa. Keitto on valmista nautittavaksi noin puolessa tunnissa.

Lotta & Erika

YLLÄSJÄRVELLÄ

Market
Eelin Kauppa

*Palvelemme:
Ma - la 8 - 20
Su 10 - 20*



Verkkokauppa / kotiinkuljetus:
www.eelinkauppa.fi

Sinun valintasi Ylläsjärvellä!

Elintarvikkeet / Grocery
Matkamuistot / Souvenirs
Lotto ja Veikkaus / Lottery

Lääkekaappi / Medicine
Asiamiesposti / Post office
Verkkokauppa / Webshop

24/7 polttoainetta kortti- ja
seteli-automaatista /
24/7 Fuel station with card
and cash payment options

Tirroniementie 1, 95980 YLLÄSJÄRVI | Puh: (016) 565 501
elin.kauppa@k-market.com | www.eelinkauppa.fi

AAVA
lapland
YOGA & WELLNESS

pohjoisen artesaanituotteita • suomalaista designia
hyvinvointituotteet • sisustus • käsityöt • korut • tea lounge
Shoppi avoinna elokuussa vain tuntien yhteydessä

joogat • rentoutukset • keuhonhuoltotunnit
Viikkotunnit 17 €/hlö, saatavana myös sarjakortit & yksityistunnit
Studio tunnit ja varaukset: www.aavalapland.fi

Ylläs Ski Resort Ylläsjärvi, Taigan liikerakennus | aavalapland@gmail.com, +358 44 505 4454

KAHVILA & KOTILEIPOMO

LEIPOMOTUOTTEET
- esim. aidot käsintehty karjalanpiirakat

KALATUOTTEET
- esim. Lämminsavu- ja kylmäsavurautua

PORON KUIVALIHAA

RETKIEVÄÄT
- mukaan tai paikan päällä nautittuna
Isommat määrät suolaiset ja pyöreät vuokapiirakat tilauksesta!

Kesä-terassi huippunäkymin.

Seuraa aukioloajat Facebookista.

Ylläsjärven Herkkupaja
+358 45 113 9339
Tirroniementie 4 A, 95980 Ylläsjärvi
Eelin Kaupan ja TunturiFlow:n välillä tietä n. 100 m. rantaa kohti.

Elintarvikekioski ♦ Avainpalvelu ♦ Mökkihuollot

Antin Mini-MARKET **Ylläspalvelu**

Pikkupurtavaa, jätskiä ja virvokkeita
kätevästi ANTIN KISKALTA!

LAHJAMYYMÄLÄ SOUVENIRS
Poronlihaa ja lähituotteita
Mini-Grocery and soft drinks

AVOINNA: TI-LA 10-17

Iso-Ylläksentie 42 A, Ylläsjärvi Puh. 0400 774 757