

Sisällys

1 Liha

Ruotsalaiset lihapullat

Ruotsalaiset lihapullat maistuvat kaikille, takuu varma arjen piristys. Tarjoillaan yleensä perunamuusin, ruskean kermakastikkeen ja puolukoiden kanssa.

Vinkki: Lihapullat voi kypsentää myös uunissa 225°C 15min. Tällöin pul-lista tulee kevyempiä, mutta rapeaa kuorta ei synny.

1. Liota korppujauhot maidossa
2. Sekoita keskenään liha, mausteet ja korppujauhot taikinaksi
3. Pyörittele taikinasta pienehköjä palloja
4. Paista voissa keskisuurella lämmöllä

Lihapullat:

Naudan jauhelihaa, 400g

Korppujauhoja, 25g

Maitoa, 1/2dl

Cayanne pippuria, 1/4 tl

Sipulijauhetta, 1 tl

Valkosipulijauhetta, 1 tl

Maustepippuria, 1 tl

Muskottipähkinää, 1 tl

2 Kana

Korean Fried Chicken

Korealainen paistettu kana on helppo ja varsin nopea herkku isommallekin joukolle. Perinteisesti KFC kanat paistetaan kahdesti. Ensimmäisellä kerralla leivite asetetaan paikoilleen ja toisella leivite ruskistetaan kullan ruskeaksi. Näin varmistetaan etteivät kanat ole rasvaisia vaan ihanan rapeita.

Vinkki: Paistileikkeen voi korvata myös fileellä, tällöin paistoaikaa kannattaa laskea. Uppopaistoöljy kannattaa puhdistaa ja kerätä talteen seuraavaa paistokertaa varten.

- | | | | | | | | | |
|---|---|--------------------------------|----------------------|--------------------------------|--------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Leikkaa lihat sopivan kokoisiksi paloiksi (noin 4 palaa per leike) 2. Kuivaa kanat huolellisesti ennen leivittämistä 3. Sekoita jauhot, tärkkelys, suola, leivin-, sipuli-, ja valkosipulijauhe keskenään 4. Siirrä noin $\frac{1}{3}$ kuivasta taikinasta toiseen astiaan 5. Lisää tähän $\frac{1}{3}$ osaan vettä niin että koostumus vastaa lähtytaikinaa 6. Lisää märkää taikinaa nyt hieman kuivien aineiden sekaan ja sekoita nostellen 7. Sekoita kunnes kuivasta taikinasta muodostuu kevyitä taikina paakkuja. Jos taikina näyttää jauhoiselta lisää hieman märkää taikinaa. 8. Leivitä kanat hyvin kevyesti vehnäjauholla 9. Leivitä jauhoiset kanat märällä taikinalla 10. Lopuksi leivitä kanat paakkuisella kuivataikinalla 11. Uppopaista leivitettyt kanat 175°C noin 7 minuuttia, kunnes leivite on asettunut 12. Uppopaista kanat uudelleen 190°C noin 5 minuuttia, kunnes kanat ovat kauniin ruskeita | <table border="0"> <tr><td>Kanan paistileike, 800g</td></tr> <tr><td>Jauhoja, 350g</td></tr> <tr><td>Maissitärkkelystä, 350g</td></tr> <tr><td>Suolaa, 15g</td></tr> <tr><td>Leivinjauhetta, 10g</td></tr> <tr><td>Sipulijauhetta, 8g</td></tr> <tr><td>Valkosipulijauhetta, 8g</td></tr> </table> | Kanan paistileike, 800g | Jauhoja, 350g | Maissitärkkelystä, 350g | Suolaa, 15g | Leivinjauhetta, 10g | Sipulijauhetta, 8g | Valkosipulijauhetta, 8g |
| Kanan paistileike, 800g | | | | | | | | |
| Jauhoja, 350g | | | | | | | | |
| Maissitärkkelystä, 350g | | | | | | | | |
| Suolaa, 15g | | | | | | | | |
| Leivinjauhetta, 10g | | | | | | | | |
| Sipulijauhetta, 8g | | | | | | | | |
| Valkosipulijauhetta, 8g | | | | | | | | |

Japanilainen kana curry

Japanilainen curry on hyvää. Perinteisesti Japanilainen curry tarjoillaan riisin kanssa

Vinkki: Curryyn sekaan voi laittaa mitä tahansa juureksia kaapista sattuu löytymään. Makeutukseen voi omenan sijasta laittaa esimerkiksi banaanin.

- | | |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Sekoita yhteen vesi ja ruokasooda 2. Leikkaa kana sopivan kokoisiksi paloiksi 3. Ruskista kana keskilämmöllä 4. Raasta inkivääri ja valkosipuli ja pieni porkkana 5. Poista kana kattilasta ja lisää valkosipulia ja inkivääri 6. Ennenkuin pohja palaa lisää joukkoon sipulit ja ruokasoodaneste. Laita kansi päälle ja höyrytä 7. Leikkaa juurekset isoiksi paloiksi 8. Kun sipuli on höyrytetty sekoita ja anna sipulin karamellisoitua kunnolla 9. Lisää raastettu porkkana 10. Kun seos on karemmellisoitunut lisää joukkoon curryjauhe ja tomaatti pyree ja anna paahtua 11. Ennen kuin seos palaa lisää joukkoon kanaliemi ja sekoita sauvasekoittimella homogeeniseksi 12. Raasta omena 13. Lisää raastettu omena ja soijakastike 14. Lisää kana ja juurekset 15. Anna kypsyä välillä sekoittaen ettei kastike pala pohjaan 16. Kun koostumus on paksua lisää suklaa 17. Anna kypsyä noin tunti | <p><i>Pohja:</i></p> <p>Sipuli, 1 kpl</p> <p>Inkivääriä, 15 g</p> <p>Valkosipulia, 4 kynttä</p> <p>Vettä, 1/2 dl</p> <p>Ruokasoodaa, 1/16 rkl</p> <p>Pieni porkkana, 1 kpl</p> <p>Tomaattipyrettä, 1 rkl</p> <p>Suolaa, 1 tl</p> <p>Omena, 1 kpl</p> <p>Curry jauhetta, 12 g</p> <p>Kanalientä, 1/2 dl</p> <p>Porkkanaa, 200 g</p> <p>Perunaa, 200 g</p> <p>Soijakastiketta, 1 rkl</p> <p>Tummaa suklaata, 2-palaa</p> |
|--|---|

3 Kasvis

Tofu

Itsetehty tofu on hauska ja halpa vaihtoehto kaupasta ostetulle tofulle.

Vinkki: Mikäli soijamaito ei konjaguloidu käytä enemmän etikkaa.

1. Turvota soijapapuja 1200ml vettä | **Kuivattuja soijapapuja, 300g**
ainakin 12 tuntia | **Riisiviinietikkaa, 30ml**
2. Lisää soijapavut ja vesi tehosekoittimeen ja sokoita mahdollisimman hienoksi. Hienonnettua seosta kutsutaan Namagoksi.
3. Lisää namago kiehuvaan 1600ml vettä ja kiehuta ainakin 10 minuuttia sekoittaen ettei namago pala pohjaan. Pinnalle nouseva vaahto kannattaa siivilöidä pois.
4. Siivilöi neste siivilällä ja huokella kankaala, niin että soijamaito valuu kattilaan ja soijapapujen kuidut (okara) jäävät kankaaseen. Okara on terveellistä ja sitä voi käyttää esimerkiksi vohveleissa.
5. Lämmitä jäljelle jäänyt soijamaito 75°C ja lisää riisiviinietikka tasaisesti maittoon ja sekoita kevyesti
6. Ota maito pois lämmöltä ja anna paakkujen muodostua noin kymmenen minuuttia
7. Siivilöi paakut muottiin ja valuta ylimääräinen neste pois.
8. Anna jäähtyä ja laita tofu kylmään veteen odottamaan käyttöä.

Falafelit

Falafelit ovat hyviä. Nam

***Vinkki:** Paistoöljy kannattaa puhdistaa ja kerätä talteen*

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Päivä ennen falafelien tekemistä laita kikherneet ja ruokasooda veteen turpoamaan, niin että herneet peittivät noin 5 cm vedellä. Turpoamisen jälkeen kuivaa herneet.2. kikherneet, yrtit, sipulit ja mausteet monitoimikoneen terällä hienoksi falafel taikinaksi.3. Peitä taikina ja siirrä jääkaapiin kiinteytymään ainakin tunniksi.4. Juuri ennen paistamista sekoita taikinan joukkoon leivinjauhe ja seesaminsiemenet.5. Muotoile käsin tai jäätelökauhalla taikinasta palloja.6. Uppopaista pallot noin 165 C / 325 F. Koska falafelit ovat pieniä öljyä ei tarvita paljoa | <p>Kuivia kikherneitä, 5dl</p> <p>Ruokasooda, 1/2 tl</p> <p>Persiljaa, 3dl</p> <p>Tilliä, 1dl</p> <p>Sipulia, 1 kpl</p> <p>Valkosipulia, 8 kynttä</p> <p>Pippuria, 1 rkl</p> <p>Juustokuminaa, 1 rkl</p> <p>Jauhettua korianteria, 1 rkl</p> <p>Cayenne pippuria, 1 tl</p> <p>Leivinjauhetta, 1 tl</p> <p>Seesamin siemeniä, 2 rkl</p> |
|--|--|

Pinaattiletut

Nam nam vihreitä lettuja

Vinkki: Letut kannattaa tarjoilla puollukoiden ja raejuuston kanssa

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 1. Silppua pinaatti | Munia , 3 kpl |
| 2. Riko munat kulhoon | Maito , 5dl |
| 3. Sekoita ainekset keskennän | Vehnäjauhoja , 3dl |
| 4. Anna turvota noin 30 minuuttia | Suolaa , 1 tl |
| 5. Paista letut | Pinaattia , 150g |
| | Öljyä , 1 rkl |

Linssikeitto

Linssi keitto maistuu myös paatuneimmalle lihansyöjälle, kun sen tarjoilee leivän kanssa kylmänä talvipäivänä.

***Vinkki:** Keitosta saa täysin vegaanisen jos vain korvaa samalla määrällä esimerkiksi kookosöljyä*

1. Huuhdo linssit kylmällä vedellä huolellisesti siivilässä.
2. Hienonna sipulit ja valkosipuli ja kullota kattilassa, mutta älä päästä ruskistumaan
3. Sekoita mukaan mausteet ja anna hieman paahtua
4. Lisää joukkoon vesi ja tomaattimurskat
5. Anna kiehua muutama minuutti ja lisää joukkoon huuhdotut linssit
6. Anna keiton kiehua 30 minuuttia
7. Lisää kerma
8. Anna hautua 10 minuuttia
9. Maista suola

Voita, 2 rkl

Sipulia, 2 kpl

Valkosipulinkynttä, 5 kpl

Kurkumaa, 2 tl

Inkiväärijauhetta, 1 tl

Cajun maustetta, 1 tl

Tomaattimurskaa, 400g

Chilitomaattimurskaa, 400g

Vettä, 1,1 l

Punaisia linssejä (kuivana), 3 dl

Kookoskermaa, 2 dl

4 Jälkiruoat

Kinuskikakku

Allekirjoittaneen suosikki täytekakku

Vinkki: Kermavaahdon vatkaamiseen kannattaa käyttää pakastinkylmiä vispilöitä. Kakkupohja kannattaa tehdä päivä ennen syömistä.

- | | | | | | |
|---|---|--|---|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Vatkaa huoneenlämpöiset munat ja sokeri paksuksi vaahdoksi 2. Yhdistä jauhot ja leivinjauhe ja siivilöi ne vaahdon sekaan. 3. Sekoita tasaisesti nostellen 4. Kaada taikina vuokaan 5. Paista kakkupohja 175°C kypsäksi 35-40 min 6. Kumoa hieman jäähtynyt kakkupohja 7. Leikkaa jäähtynyt kakkupohja kolmeen osaan 8. Kostuta levyt Jaffalla 9. Vatkaa kerma ja sokeri vaahdoksi 10. Mausta kerma vaniljasokerilla 11. Soseuta banaanit haarukalla 12. Levitä kakun täyteväleihin ensin banaanisoseutta, sitten marjoja ja lopuksi noin 1 cm:n kerros kermavaahtoa 13. Nosta lopuksi kansi paikalleen ja anna kakun vetäytyä jääkaapissa vähintään 1h. Säästä ylimääräinen kermavaahto koristelua varten 14. Keitä kermaa ja fariinisokeria kattilassa 5-7 min välillä sekoittaen, ettei seos kuohu yli 15. Valuta pisaroita täytekakun päälle.
Jos pisarat imeytyvät ei kinuski ole vielä tarpeeksi sakeaa 16. Kun kinuski ei enää imeydy ota kattila pois levyltä ja anna kinuskin hieman jäähtyä 17. Kaada jäähtynyt kinuski kakun päälle 18. Levitä kinuskikuorrutus pyörittelemällä kakkua hieman 19. Levitä ylimääräinen kermavaahto kakun reunoille | <table border="0"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p><i>Kakkupohja:</i></p> <p>Kanamunaa, 4 kpl</p> <p>Sokeria, 1 1/2 dl</p> <p>Vehnäjauhoja, 1 dl</p> <p>Perunajauhoja, 1 dl</p> <p>Leivinjauhetta, 1 tl</p> </td> <td style="vertical-align: top; padding-left: 10px;"> <p><i>Kostutus:</i></p> <p>Jaffaa tai appelsiini mehua, 1 dl</p> </td> </tr> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p><i>Täytteet ja vaahto</i></p> <p>Banaania, 2 kpl</p> <p>Vadelmia tai mansikoita, 200 g</p> <p>Kuohukermaa, 3,3 dl</p> <p>Sokeria, 1,5 rkl</p> <p>Vaniljasokeria, 1 tl</p> </td> <td style="vertical-align: top; padding-left: 10px;"> <p><i>Kinuskikuorrutus</i></p> <p>Kuohukermaa, 1,5 dl</p> <p>Fariinisokeria, 1,25 dl</p> </td> </tr> </table> | <p><i>Kakkupohja:</i></p> <p>Kanamunaa, 4 kpl</p> <p>Sokeria, 1 1/2 dl</p> <p>Vehnäjauhoja, 1 dl</p> <p>Perunajauhoja, 1 dl</p> <p>Leivinjauhetta, 1 tl</p> | <p><i>Kostutus:</i></p> <p>Jaffaa tai appelsiini mehua, 1 dl</p> | <p><i>Täytteet ja vaahto</i></p> <p>Banaania, 2 kpl</p> <p>Vadelmia tai mansikoita, 200 g</p> <p>Kuohukermaa, 3,3 dl</p> <p>Sokeria, 1,5 rkl</p> <p>Vaniljasokeria, 1 tl</p> | <p><i>Kinuskikuorrutus</i></p> <p>Kuohukermaa, 1,5 dl</p> <p>Fariinisokeria, 1,25 dl</p> |
| <p><i>Kakkupohja:</i></p> <p>Kanamunaa, 4 kpl</p> <p>Sokeria, 1 1/2 dl</p> <p>Vehnäjauhoja, 1 dl</p> <p>Perunajauhoja, 1 dl</p> <p>Leivinjauhetta, 1 tl</p> | <p><i>Kostutus:</i></p> <p>Jaffaa tai appelsiini mehua, 1 dl</p> | | | | |
| <p><i>Täytteet ja vaahto</i></p> <p>Banaania, 2 kpl</p> <p>Vadelmia tai mansikoita, 200 g</p> <p>Kuohukermaa, 3,3 dl</p> <p>Sokeria, 1,5 rkl</p> <p>Vaniljasokeria, 1 tl</p> | <p><i>Kinuskikuorrutus</i></p> <p>Kuohukermaa, 1,5 dl</p> <p>Fariinisokeria, 1,25 dl</p> | | | | |

Cinnabonit

Vinkki:

1. Sekoita yhteen jauhot, sokeri ja suolaa
2. Lisää joukkoon pehmennetty voi ja sekoita yhteen
3. Lämmitä maito kädenlämpöiseksi ja sekoita joukkoon hiiva
4. Yhdistä jauhot, maito 2 kokonaista munaa ja yksi keltuainen
5. Sekoita yhteen
6. Vaivaa taikinaa hetki jauhotetulla pinnalla
7. Anna taikinan nousta voidellussa astiassa 1-1,5 tuntia
8. Sekoita yhteen fariinisokeri, muscvado sokeria ja kaneli

Taikina:

Jauhoja, 580g
Sokeria, 110g
Suolaa, 6g
Voita(suolaamatonta), 85g
Täysmaitoa, 235g
Kuivahiivaa, 7g
Kananmunia, 3 kpl

Täyte:

Fariinisokeria, 225g
Muscvado sokeria (vaihtoehtoinen), 15g
Kanelia, 17g

9. Kun taikina on noussut kauli se suorakulmion muotoon

Pullat:

Voita, 60g

10. Voitele pinta pehmeällä voilla
11. Ripottele täyte tasaisesti
12. Rullaa tiukaksi rullaksi ja leikkaa tasaisen paksuisiksi pulliksi
13. Voitela uuniastia voilla ja anna pullien nousta siinä noin 30-45 minuuttia
14. Paista 190°C 15-20 minuuttia
15. Anna jäähtyä 15 minuuttia ennen kuorruttamista

Kuorrute:

Tuorejuustoa, 150g
Tomusokeria, 90g
Täysmaitoa, 50ml
Vaniljasokeria, 8g

16. Vatkaa sulatejuusto tasaiseks
17. Lisää joukkoon tomusokeri ja vaniljasokeri ja sekoita
18. Lisää joukkoo maito ja sekoita
19. Kuorruta jäähtyneet pullat

Mokkapalat

Vinkki:

1. Vaahdosta munat ja sokeri
2. Siivilöi ja sekoita keskenään jauhot, leivinjauhe ja vaniljasokeria
3. Sekoita munien sekaan vuorotellen jauhoja ja maitoa
4. Lisää lopuksi sulatettu voi ja sekoita tasaiseksi
5. Paista 200°C uunissa noin 15 minuuttia
6. Anna jäähtyä noin 15 minuuttia ennen kuorruttamista
7. Sulata voi kattilassa
8. Lisää kahvi
9. Siivilöi muut aineet siivilän läpi.
10. Sekoita tasaiseksi
11. Kaada hieman lämmin kuorrutus pohjan keskelle. (Kuumana kuorrute on liian löysää levitettäväksi ja silloin se imeytyy pohjaan. Kuorrutteen jäähtyessä, se paksuuntuu sopivaksi.)
12. Levitä tarvittaessa lastalla reunoille
13. Koristele ennen kuin kuorrutus kovettuu

Pohja:

Kananmunaa, 4 kpl
Sokeria, 4 dl
Vehnäjauhoja, 6 dl
Leivinjauhetta, 4 tl
Vaniljasokeria, 4 tl
Maitoa, 2 dl
Sulatettua voita, 200g

Kuorrute:

Voita, 75 g
Vahvaa kahvia, 0,75 dl
Tomusokeria, 240 g
Kaakaojauhetta, 0,5 dl
Vaniljasokeria, 2 tl

Lapin pannukakku

Hieman erikoisempi versio perinteisestä Suomalaisesta pannukakusta

Vinkki:

- | | |
|---|--------------------------|
| 1. Sekoita yhteen maito, sokeri, suoja ja jauhot | Maitoa , 7 dl |
| 2. Lisää kanamunat ja sekoita tasaiseksi | Sokeria , 2 dl |
| 3. Sulata voi suoraan paistopellille | Suolaa , 1 tl |
| 4. Kaada seos pellille ja paista 225°C kunnes pannukakku on kypsä | Jauhoja , 4 dl |
| | Kanamunaa , 4 kpl |
| | Voita , 100 g |

Vohvelit

Vohvelit voi tarjoilla makeana hillon ja kermavaahdon kera, tai suolaisena esimerkiksi lohella ja salaattilla

Vinkki:

- | | |
|---|------------------------------|
| 1. Vatkaa munien rakenne rikki ja sekoita joukkoon maitoa | Kananmunaa, 2 kpl |
| 2. Siivilöi sekaan jauhot ja leivinjauhe | Maitoa, 4dl |
| 3. Lisää joukkoon suola ja voi | Vehnäjauhoja, 3d |
| 4. Anna taikinan turvota 15 minuuttia | Leivinjauhetta, 0,5tl |
| | Suolaa, 1tl |
| | Sulatettua voita, 30g |
-
5. Lämmitä vohvelirauta ja voitele voilla
 6. Lisää 1,5 kauhallista taikinaa vohvelirautaan ja paista kunnan vohveli on kullanuskea
 7. Tarjoile välittömästi

5 Kastikkeet

Caesar kastike

Voimakas Caesar kastike on ehdoton osa hyvää caesar salaattia.

Vinkki: Kastike on rikasta, joten lisää aluksi vain vähän. Kastike kannattaa tehdä useita tunteja ennen käyttöä, jotta maut kerkeävät tasoittua ja raa'an valkosipulin maku pehmenee.

1. Purista valkosipulit puristimella tai leikkaa veitsellä niin pieneksi kuin mahdollista
2. Sekoita ainekset keskenään
3. Siirrä kylmään odottamaan käyttöä

Valkosipulia, 3 kpl
Sinappia, 2 tl
Worcester kastiketta, 1 tl
Sitruunan mehua, 2 tl
Punaviinietikkaa, 1 1/2 tl
Öljyä, 1/2 dl
Suolaa, 1/2 tl
Pippuria, Maun mukaan

Japanilainen Katsukastike

Maukas dippi kastike kanakatsun kanssa.

Vinkki:

1. Kuori ja raasta valkosipulit sekä inkivääri niin hienoksi, kuin mahdollista
2. Sekoita kaikki ainekset kattilaan
3. Anne sakeutua matalalla lämmöllä 20 minuutin ajan, koko ajan sekoittaen
4. Siirrä kylmään odottamaan käyttöä

Ketsuppia, 1dl

Worchestershire-kastiketta, 1/2dl

Sakea, 1/2dl

Sokeria, 1/4dl

Soijakastiketta, 1 rkl

Miriniä, 1/4dl

Valkosipuliakynsi, 2 kpl

Inkivääriä, 15g

6 Juomat

Aeropress Kahvi - James Hoffman

Maukas aeropress kahvi James Hoffmanin tapaan.

Vinkki: Kahvi ja vesi kannattaa mitata keittövaa'alla, jotta kahvi on joka kerralla samanlaista. Veden lämpötilaa kannattaa hieman laskea (noin 5 astetta), mikäli käytössä on tumma paahtoinen kahvi. Aeropressillä tehty kahvi muistuttaa maultaan hieman espressoa, joten valmista juomaa voi jatkaa hieman kuumalla vedellä, jolloin se vastaa enemmän perinteistä suodatinkahvia.

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none">1. Jauha haluamasi kahvipavut kes-
kihienoksi2. Laita aeropressiin hautumaan 2
minuutiksi3. Kevyesti pyöritä pressiä4. Anna hautua vielä 30 sekuntia5. Paina pressi kevyesti pohjaan. Noin 30 sekuntia. | <div style="border-left: 1px solid black; padding-left: 10px;">Vasta jauhettua kahvia, 12g
99°C vettä, 200g</div> |
|---|---|