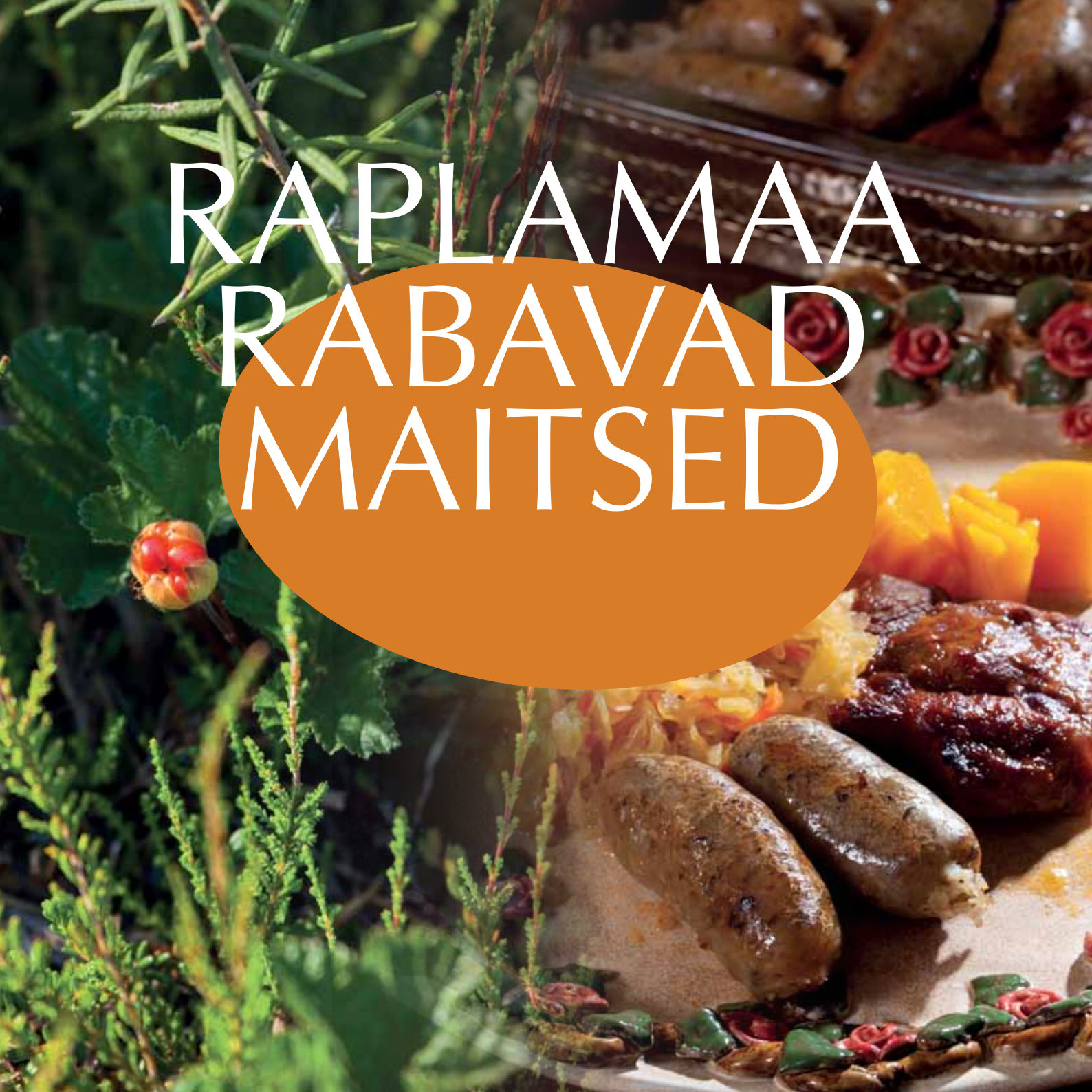




RAPLAMAA RABAVAD MAITSED

RAPLAMAA RABAVAD MAITSED

Raplamaa hoiab ühte ja igaühte



KINDEL KÄEULATUS. RAPLAMAA

Täname kõiki, kes on kaasa aidanud raamatu valmimisele:

Hageri Muuseum, Kristina Efert, Kalju Idvand, Kehtna Kutsehariduskeskus, Anne Kersna, Piia Köverik, Andra Liibek, Liis Läll, Liivi Miil, Raplamaa ettevõtjad, Raplamaa rahvarõiva nõuandekoda, Meelis Remmel, Jaune Riim, Sillaotsa Talumuuseum, Seily Sõgel-Raid, Janeli Säärits, Rikka Toman, Anne Ummalas, Ants Uustalu, Anni Vahter, Eline Villig, Virve Õunapuu

Raamat valmis Raplamaa Partnerluskogu koostööprojekti „Keskpõrandale kokku“ raames koostöös Raplamaa ettevõtjatega.



Projektijuht Õie Õll
Keeletoimetaja ja -korrektor Malle Mets
Kujundus ja küljendus Kammerdisain OÜ
Kaane kujundus Helje Eelma
Vanade fotode taastamine Lembit Michelson
Väljaandja Akriibia OÜ
Esitrükk 2022

Autoriõigused:

Mittetulundusühing Raplamaa Partnerluskogu,
Sihtasutus RAEK, Akriibia OÜ
Autoriõigused fotodele:
Tiit Efert,
Kehtna Kutsehariduskeskuse arhiiv,
Andriana Liibek,
Andres Lääne,
Alo Lääne,
Lembit Michelson,
Raplamaa ettevõtjate erakogud

© Kõik õigused kaitstud.
Ilma autoriõiguse omaniku eelneva kirjaliku loata ei ole lubatud
ühtki selle raamatu osa paljundada elektrooniliselt ega muul viisil.
Trükitud trükikojas Printon AS
ISBN 978-9949-7342-8-3

SISUJUHT

Hea lugeja!	5
Ajarännak meie igapäeva toidusedelisse	9
Kehtna Kutsehariduskeskus	21
HooviOtt	28

TASAKAAL

Jarmo ja Merily Kivi sepikud	31
Tõrvaaugu mahetalu	34
Sepajõe talu	35
Luhre talu	36
Ööbiku Gastronoomiatalu	38
Servistor Catering	40
Harakapesa kohvik-pubi	42

AUSAD MAITSED

Kehtna Lihatööstus (Kehtna Mõisa OÜ)	46
Suur Seiklus – lõkketoidud	48
Väljaotsa vutitalu	51
Mamma juba valmis!	52
Lihatööstus Frank Kutter	54
Salutaguse pärmitehas	57
Bon Vegan	58

NAUDINGUD

Minna Sahver	62
Tohi Distillery	64
Reelika köök / kook	66
Jäämari	68
Koogisahver	70
Simon Coffee	73

VÕLUVÄGI

Rapla Elujõu Keskus	76
Russalu Pliidiliisude toiduklubi	78
Minu Aasia	81
Uuskaubi ürditalu	84
Eve Tehtud OÜ	86

TALUST KOJU

Pikasoo mahetalu	90
MeeMees	93
Alliksilma elamustalu	94
Atla mõis	96
Jaaguaru talu Edy köök	98
Aasu talu mesi	99
Kaubamärk Rabav Raplamaa	100



HEA LUGEJA!

Raamat „Raplamaa rabavad maitseed“ sündis rõõmust ja rahuldusest, mida pakuvad täna meie kohalikud väiketootjad ja ettevõtted. Seda rõõmu soovimegi teiega, head lugejad, jagada. Meie piirkond on rikkalik metsade, põllumaade ja rabade poolest.

Läbi aegade on heaolu sümboliks olnud teravili ja leib. Üliolulisel kohal on Raplamaa mullas kasvanud kartul, köögiviljad, muud aia- ja põllukultuurid ning maitsetaimed. Raplamaa on mänginud toiduainete tootmisel olulist rolli. Siiani mäletatakse hea sõnaga Valtu Veinitehase, Rapla Piimatööstuse ja Rapla Leivatööstuse toodangut, Mitšurini nimelist kolhoosi, kus kasvatati õunu ja aiamarju, Rapla kuulsa pagari Artur Tohvi toodangut ja Mikkeli pagarikoda Kohilas. Nõukogude ajal aretati tõusigu Kehtna Kontroll-katsejaamas. Raplamaal oli mitmeid meiereid näiteks Märjamaal, Keavas ja Kabalas. Siin olid viinaköögid ja kõrtsid näiteks Kehtnas ja Karitsas. Kärus asus isegi viinakauplus.

Raplamaal on söödud ja süüakse looduslähedast ja lihtsalt valmistatud toitu, sellest mida oleme ise kasvatanud, kogunud ja säilitanud. Elujõus on niinimetatud potipõllu-majandus või väikese aiamaalapi pidamine. Rikkuseks ja luksuseks on korjata metsadest ja rabadest marju ja seeni. Kuigi seenekohad on kõige suurim saladus, mida ei paljastata. Vaatamata sellele kuulub üks hea seenekoht igale perele, mida ainult tema teab. Samuti on populaarne jahipidamine. Ainus kohalik tooraine, millest puudust tunneme, on kala, kuid selle korvab kaubandus.

Toidukultuuri on aidanud arendada erinevad õppeasutused, naisperele Orgita Kodu-majanduskool, Juuru Alg- ja Täienduskool, kuulus „Kehtna Pruutide Kool“ ja tänasel päeval õpetatakse Kehtna Kutsehariduskeskuses ja Vana-Vigala Tehnika- ja Teeninduskoolis.

Tasub panustada aega, et leida meid ümbritsevast loodusest maitseelamused ja muuta need peenteks hõrgutisteks. Läheme kulinaarsetele otsingutele koos meie Raplamaa tublide tootjatega!

Anne Kersna
Kehtna Kutsehariduskeskus





AJARATAS RINGI KÄIB



AJARÄNNAK MEIE IGAPÄEVA TOIDUSEDELISSE

Asustus Eesti aladel kujunes välja mitu tuhat aastat enne tänapäevase ajaarvamise algust ehk Kristuse sün-nist. Toituti koriluse, küttimise ja kalastamise saadus-test. Liha ja kala oli laual koos metsaandide, karja- ja põlluharimise saadustega. Ristiusu tulekuga 13. sajandil muutus eestlaste õiguslik seisund, kuid võõrvallutajate tulek laialdasi uuendusi eestlaste elulaadis kaasa ei toonud. Muutused toimusid sajandite vältel järk-järgult, kuna kõrvuti eksisteeris maarahva ja “sakste” ühiskond.

Mida enam ajas tagasi minna, seda kesisem on olnud eestlaste toidulaud, olles teraviljakeskne ja loodu-sest sõltuv. Kõige tähtsam oli siiski must leib ja leivakõr-vaseks see, mida õnnestus kätte saada.

Meie tänane toidulaud on segu kohalikust toidutra-ditsioonist ja Euroopast pärit mõjudest, sest oleme olnud tihedas põimingu paljude rahvaste kultuuridega.

Erilise jälje on Raplamaa toidulauale jätnud kindlasti meie mõisate köök.

Tegelikult oli veel 19. sajandi alguses maarahva põhitoiduks aganaleib ja silgusoolvesi. Kevadel muutus sellinegi leib haruldaseks. Siis tehti nõgese-, hapuoblika-, naadi- ja ohakasuppi. Tehti ka läätse- või oasuppi ning ka hapukapsasuppi, kapsaid sealihaga. Keedeti kõrti, leent, kaerakilet ehk kiislat, odrajahuputru. Valmistati ka verivorsti, kääki, kama ja hiljem sülti.

Varasemalt toitu peamiselt kas keedeti pajas, hautati või hapendati, kuid söödi ka toorelt. Kartuleid, liha ja kastet hakati valmistama alles 20. sajandi alguses. Meie esivanemad valmistasid samuti tangu- ja verivorste, kuid nende vorstide koostis on tänaseks tundmatuseni muutunud.

Magustoitude valmistamisega tehti algust samuti alles 20. sajandi algul. Magusainena kasutati „linnuma-gusat“ ehk mett, kuna suhkur oli talurahvale kättesaa-matu. Tuntud magustoidud olid õllesupp ja sõirapudi. Mesi oli maarahvale tähtis toiduaine ja ka üks tõhusai-maid arstirohtusid.

Meie esivanemad küttisid metsloomi ning korjasid tänagi tuntud metsamarju ning samuti seeni, pähkleid ja metsmesilaste mett. Marju söödi värskelt või meega maiuseks.

Esialgu söödi mets- ja merelindude, hiljem kodulin-dude mune. Tavaliselt mune keedeti, tehti munaputru, kuid munaroog oli ikkagi pühadetoit.

Kala oli igapäevase toiduvaliku väga oluline osa. Tavaliselt olid selleks silk (räim) ja soolaheeringas. Nõukogude ajal oli neljapäev kalapäev, kui kõikides toitlustusasutustes pakuti kalaroogi. Nüüd süüakse lõhet ja forelli ning sedagi üsna harva.





Puuviljakasvatuse kohta leidub kirjalikes allikates teateid napilt. Teada on, et algselt kasvatati õunu ja pirne, hiljem lisandusid kirsid, ploomid, kreegid ja küdooniad. Tavaliselt rajati viljakandvatele maadele põllud, sest sealt tuli toit lauale. Viljapuid istutati esialgu viletsamale pinnale elumaja ümbrusse ning üsna ligistikku, sest hoonete juures oli ruumi vähe. Sageli paigutati marjapõõsad ridadesse puude alla. Liivimaa valgustaja, kodu-uurija August Wilhelm Hupel (1737–1819) kirjutas 1777. aastal nii: “Harva on talumehel puuviljaaed: kõige rohkem mõni üksik õunapuu või kirsipuud. Oma aedades kasvatab ta vaid kapsast, kaalikat, kanepit ja ube, põllul naereid.”

Ilu- ja tarbeaedade, sh viljapuuaiade rajamine talumajapidamiste juurde sai hoo sisse alles talude päriseks ostmise ajal 19. sajandi teisel poolel.

Siis hakkasid Eesti külates levima ka uued söögid, mida varem oli valmistatud ainult linnades ja mõisates. Kasvas poest ostetava toidu- ja maitseainete hulk. Traditsioonilised rahvapärased toidud hakkasid taanduma uute, linnatoitude ees. Järjest rohkem võitsid poolehoidu saiad ja koogid. Jämedateralise tangupudru asemel tuli peeneateralisem manna- või koguni riisipuder, lauale ilmus heeringas. Sõnavarast kadusid vanade toitude nimetused kõrt, leem, ilmusid supid. Alles 1920ndatest aastatest on pärit meie armastatud pidulauatoidud kartulisalat, marineeritud kõrvits ja hapukurk. Peenematest toitudest levisid nüüd maksapasteet, kotletid, kartulipuder, kapsarullid, magustoitudest kissell, mannavaht, plaadikoogid jms.

TERAVILJAD

Esimesed kohalikud, juba pronksiajast, u 1000 a eKr, teada teraviljad on oder, nisu ja kaer, rukis lisandus pärast kliima jähkemist alles keskmisel rauaajal ehk 500–600 pKr, suure tõusu teeb rukkikasvatus siis, kui viikingid Läänemere ruumis ja Euroopas ilma teevad.

Teraviljadest olid 19. sajandil enim kasutatud oder ja rukis. Kaer oli alguses kasutusel ainult loomasöödana, nisujahust tooteid söödi vaid pidupäevadel.

Enne uue saagi salvedesse panekut korjati salvede põhjast kokku eelmise aasta viljajäägid, segati kokku, pesti tolmust puhtaks, keedeti läbi, kuivatati ning jahvatati jahuks. Kaasajal on teraviljadest vaieldamatult number üks nisu, eelkõige rafineerituna. Rukis on au sees, kuid pisut tagaplaanil.

Oder (*Hordeum vulgare*)

Eestis on odrakasvatuse kohta vanimad andmed Asva linnusasulast, esimese aastatuhande algusest eKr. Tarvitatakse mitmel moel – odrajahu ja -puder, odrakruubid ja -puder, odrakarask, odrahelbed, odralinnased ja linnaseekstrakt, õlu, kohv, loomasööt.

Odrateradest valmistatakse tavaliselt tangusid, kruupe ja jahu. Jahust valmistatakse pagaritooteid sh odrakaraskit, tangust ja kruupidest peamiselt putru. Varasemalt valmistati odrast ka viljakohvi. Laialdaselt kasutati odratangu verivorstide ning kama valmistamisel. Odrajahu lisatakse pagaritoodete tainasse.

19. sajandil lisati odrakruubipudrule piima ja kartulit ning saadi segapuder või poolvillane puder (mida ekslikult peetakse mulgipudruks, kuid pole siiski ainult mulkide pärandtoit).

Hautatud odrakruupide (lisanditeta)

Toiteväärtus 100 g kohta	
Rasvad	0,4 g
Süsivesikud	28,2 g
Kiudained	6,5 g
Valgud	2,3 g
Vesi	68,8 %
Toiduenergia	114,0 kcal



Odra-rukkijahu leib

Leib on valminud Nõiamäe koduköögis vana Raplamaa retsepti järgi – rukkijahu 40%, odrajahu 10%, vesi 40%, suhkur 7%, sool 3%.



AEDVILJAD

Aedviljadest tarvitati talvel toiduks kõige enam naereid, hiljem kaalikaid ja kapsaid. Kapsaid hapendati ja hautati. Hapendamisprotsessi kiirendamiseks kasutati jõhvikaid.

Kui sibulat ja kapsast tunti meil väidetavasti juba 12.–13. sajandil, siis paprika ja tomat ilmusid meie toidulauale umbes 100 aastat tagasi.

16.–17. sajandil kasvatati mõisaaedades sibulat, peterselli, pastinaaki, porgandit, redist ja rõigast, hiljem ka kurki, siis 19. sajandi algupoolel hakati kasvatama kartulit, peeti ja kõrvitsat, laialdane kartulikasvatuse võttis Eestis maad 1870ndatel, enne seda suhtus eestlane kummalistesse mugulatesse umbusuga. Kartuleid

küpsetati reheahju tuhasel põrandal või keedeti koorega ja söödi silgu või seentega. Kartul kirjutas aga meie toidulaualt välja naeri ja kaalika ning vähendas ka kapsa ja kaunviljade osakaalu. Tuntumateks maitseaineteks olid petersell, aedruut, küüslauk, aedtill, kummel, salvei, mädarõigas, aedseller, sibul ja unimagun.

Kapsas (*Brassica oleracea*) on köögivili, mis toodi Euroopasse arvatavasti 7. sajandil Väike-Aasiast. Kuigi vanad kreeklased ja roomlased aretasid mitu kapsasorti, ei moodustunud ühelgi neist säärast pead, mis on meile tuntud tänapäeval. Kapsast on hinnatud ka raviomaduste tõttu, kreeklased ja roomlased pidasid seda lausa ime-rohuks. Kapsast kasutatakse nii lihtsates kui ka vaeva ja aega nõudvates toitudes ning seda võib töödelda mitmel viisil: aurutada, hautada, pruunistada või täita. Hapukapsast on saanud lausa eestlase rahvustoit, jõule ei kujuta keegi ette ilma hapukapsata. Raviomadused on parimad toorel kapsal (ka hapukapsal), süües seda salatina või juues mahlana.

Toiteväärtus 100 g kohta toorelt

Rasvad 0 g

Süsivesikud 5,4 g

Kiudained 1,8 g

Toiduenergia 24 kcal





KAUNVILJAD

Suurt rolli meie esivanemate toidulaua mängisid kaunviljad. Toitu valmistati nii herneest, põldoast kui ka läätest.

Põlduba (*Phaseolus*) hakati toiduks tarvitama ja kasvatama Vahemeremaade idaosas ja Edela-Aasias umbes 6000 eKr. Pronksiajal oli põlduba kogu Euroopas tuntud. Antiik-Roomas olivat põlduba kasutatud koguni mängužetonina, millega määrati saturnaalide ajal peo kuningas. Sellest kombest on paljudes maades saanud alguse komme peita kolmekuningapäeval põlduba koogi või piruka sisse ning kroonida leidja "oakuningaks". Põldubadest valmistati oasuppi või keedeti lihtsalt soolaga.

Aeduba (*Vicia faba*) pärineb Kesk- ja Lõuna-Ameerikast ning jõudis Euroopasse pärast suuri maadeavastusi, sh Ameerika avastamist 15. sajandil. Aedua seemned on kas valged, kollakad, mustad, pruunid või kirjud ning erineva kujuga. Toiduks tarvitatakse poolvalminud kaunu ja seemneid, mida võib keeta, hautada või konserveerida.

Kama ehk kamajahu on eelnevalt keedetud, kuivatatud ja jahvatatud ning pruunistatud segaviljast (kaunvilja ja teravilja) jäme jahu. Kama iseloomulikuks koostisosaks on hernejahu. Teraviljadest on koostises rukis ja oder, tänapäeval ka nisu. Tavaliselt süüakse kama hapupiima, keefiri, hapendatud peti või tänapäeval jogurtiga. Hapukoort lisades tehakse kamast kamakäkke. Tänapäeval on kama paljude magustoitude inspiratsiooniallikaks.

JUURVILJAD

Naeris (*Brassica rapa subsp. rapa*) on Vahemere maadelt pärinev, ristõieliste sugukonda kuuluv kaheaastane rohhtaim, kuid päritolumaana märgitakse ka Kesk- ja Lõuna-Ameerikat. Juurvili on kollase või valge koorega lapiku, ümarlapiku, ümara või pikliku kujuga ning sisu on samuti kollane, mõnikord ka valge. Naerist aetaksegi sageli segi teise lähedase liigiga, kaalikaga, mille viljaliha on kollane, kuid naeris erineb kaalikast lehtede poolest. Need kinnituvad otse juure ülaossa. Naeris oli Eestis enne kartulikasvatuse algust talurahva põhitoiduaine. Viimastel sajanditel on kartul naeri kõrvale tõrjunud ja ka kaalikas, mis arvatavasti on naeri ja kapsa ristand, on naerist ettepoole tõusnud.

Naerist süüakse toorelt, keedetult ja küpsetatult. Naeris on maitsev suppides, raguudes, püreena või täidetult ja praetult. Naerist võib toorelt või keedetult lisada salatitesse. Lehed on maitvad ja neid valmistatakse nagu spinatit.

Toiteväärtus 100 g kohta toorelt
Süsivesikud 0,1 g
Kiudained 6,2 g
Valgud 0,9 g
Vesi 92%
Toiduenergia 27 kcal

Kaalikas (*Brassica napus*) arvatakse olema kapsa ja naeri ristamise tulem. Tõenäoliselt tundsid kaalikat või siis naerist juba muistsed roomlased. Igatahes 16. sajandil jõudis see köögiviljaraamatusse. Arvatavalt on kaalikas pärit Skandinaavia või siis Venemaa aladelt, Briti saartele jõudis see 17. sajandil. Ka Eestis oli kaalikas pikka aega igapäevane talutoit. Selle juurikat võib süüa nii toorelt, keedetult, hautatult, kuid eriti maitsev on ta ahjus küpsetatult. Eestis kasvatatakse kaalikat ka

tänapäeval, kusjuures on nii valge- kui ka kollaseviljalisi sorte. Kaalika toormahl on tõeline vitamiinipomm!

Toiteväärtus 100 g kohta toorelt
Rasvad 0,2 g
Süsivesikud 8,1 g
Kiudained 2,5 g
Valgud 1,1 g
Vesi 89,6%
Toiduenergia 37 kcal

Porgand (*Daucus carota*) pärineb Lähis-Idast ja Kesk-Aasiast, kus seda on kasvatatud juba tuhandeid aastaid. Tänapäeval tuntud porgandi eelkäija oli lillakat värvi, peaaegu must, kollane sort on tõenäoliselt mutatsiooni tulemus. Porgand omandas oranži värvi alles 19. sajandil. Porgandile sobivad kõik keetmis- ja küpsetamisviisid.

Toiteväärtus 100 g kohta toorelt
Rasvad 0,1 g
Süsivesikud 3,2 g
Kiudained 3,2 g
Valgud 0,9 g
Vesi 87,8%
Toiduenergia 43 kcal

Kartul (*Solanum tuberosum*) on maavitsaliste sugukonna maavitsade perekonda kuuluv taim. Kartul on pärit Kesk- ja Lõuna-Ameerikast, seda peetakse üheks vanemaks kultuurtaimeks maailmas. Indiaanihõimud kasvasid kartulit rohkem kui 4000 aastat tagasi ning austasid juurvilja kui jumalannat. Peruu inkad tundsid kartulit kui reuma- ja peavaluvastast ravimit.

Tänu meremeestele hakkas 16. sajandil ka Euroopas levima teave kartulite kohta. Konkistadooride laevadel



aga söödi kartuleid juba varem, sest meremeeste toit oli kesine ja vitamiinivaene. Tagasiteel kodumaale võeti meeleldi kartuleid laevale kaasa, tunnetati nende skorbuudivastast toimet.

Esialgu jäi Andidest toodud kartul 100–150 aastaks botaanikaaedades kasvatatavaks dekoratiiv- ja ravim-

taimeks. Kartuliõisi kanti juustes eksootilise luksusena, kuningannad ehtisid end ballidel kartuliõitest pärgadega ning mugulaid kullati üle ja kaunistati jõulupuid. Kuni 19. sajandini peeti seda ka delikatessiks. Alles pärast viljakaldusi ja näljahädasid hakati kartuliga harjuma ning see muutus igapäevaseks toiduks.

KARTULI LEVIK MAAILMAS

Prantsusmaa kuningas Louis XIV kasutas kavalust, et juurutada kartulikasvatust oma rahva hulgas. Ta lasknud oma aeda kartulid maha panna ning pannud sõdurid valvama. Vargaile kuulutati välja suur trahv. Teadagi äratas keelatud asi huvi. Valvuritel aga oli kästud vargaid mitte näha. Nii tühjenes varsti kuninga aed. Rahvas hakkas pisitasa kartulitega harjuma. Õige hoo sai kartulikasvatus Prantsusmaal alles 1750. aasta paiku. Prantsusmaal nimetati kartulit „*pomme de terre*“ ja eesti keeles „maa õun“. Edasi levis kartul ka mujale Euroopasse. Itaalias nimetati kartulit „*taratuffoli*“ ja „*tartufflo*“, tänapäeval „*patata*“, Saksamaal „*erdapfel*“, „*tartüffel*“, „*kartoffel*“, Hispaanias on kartul „*patata*“, Inglismaal „*potato*“. Venemaale tõi kartuli Peeter I oma Euroopa reisilt (1697–1698) Hollandist. Vene keeles on kartul „*kartofel*“, „*kartoška*“.

Sarnast lugu kartulikasvatuse juurutamisest lihtrahva hulgas räägitakse ka Vardi mõisaomanikust August von Kotzebuest. Temagi olevat mõisa põllult koristatud kartulikuhsid lasknud päeval valvata püssimeestel, kuid ööseks kutsunud nad ära. Ööpimeduse varjus käinud aga talumehed siis ennast varustamas ja järgnevatel aastatel laiunud Vardi mõisa ümbruses juba korralikud kartulipõlud. Rahvas olnud igatalvisest näljanäpistusest päästetud.

Praeguseks on aretatud üle tuhande kartulisordi. Kartul on maailmas neljandal kohal maisi, riisi ja nisu järel, maailma kartulitoodangust kolmandiku kasvatavad praegu Hiina ja India. On välja arvatud, et kartulit süüakse ühe inimese kohta aastas kõige rohkem Euroopas (u 96,2 kilo). Üldise soovitusena kohaselt peaks inimene sööma 100–120 kilo kartulit aastas.



Toiteväärtus 100 g kohta toorelt

Rasvad 0,1 g

Süsivesikud 18 g

Kiudained 1,5 g

Valgud 2,1 g

Vesi 80%

C-vitamiin 19 mg

Toiduenergia 79 kcal

Eestimaale jõudis kartul 18. sajandi keskpaiku. Esialgu kasvasid sakslased seda mõisate aedades, hiljem hakkas see levima ka talurahva põldudel. Eestis kutsutakse oma lemmikut küll kardulas, tuhlis, tuhvel, maaubin, „teine leib“ jne. Ulatuslikum kartulikasvatus algas umbes 1765. aastal, kuid erilise hoo sai see sisse 1870. aastatel, mida soodustas Tallinn-Peterburi raudtee valmimine 1870. aastal. Avanenud Peterburi turg turgutas kartulist tärglise tootmist, piirituse ajamist ja selle müüki Venemaa põhjatuurle.



Märjamaa piirkonnas on põlvest põlve **kartulivorsti** valmistatud nii, et igal perenaisel on oma salaretsept. Kartulivorsti valmistamine Valgu ja Nurtu kandis on kantud ka Eesti vaimse kultuuripärandi nimistusse, mis rõhutab elavat kasutamist. Need on kombed, mis elavad tänastes inimestes ja antakse põlvest põlve edasi ning tegelikult oleme kõik vaimse kultuuripärandi edasikandjad.

Kartulivorst

Vajame:

12 kg tooreid kooritud ja peeneks
tükeldatud kartuleid
kuni 3 kg tükeldataud soolapekki
(võib ka läbi hakklihamasina ajada)
1 kg tükeldataud sibulat
300–400 g tükeldataud küüslauku
2 kg seasoolikaid
maitsestamiseks soola, pipart, köömneid
ja vorstirohtu

Kartulivorsti tegemine on vähe muutunud. Alles on põhilised koostisosad, millela kartulivorst ei ole kartulivorst. Mõningal määral on muutunud vorstide maitsestamine. Vanad perenaised kasutavad kartulite raiumiseks veel praegugi kapsarauda. Kui seda ei ole, tükeldata kartulid noaga või köögikombainis.



Kõik ained segada kokku ja toppida lehtri abil seasoolikatesse. Täistopitud soolikad siduda kinni ja keeta 20–30 minuti jooksul pehmeks. Jahtunud vorstid küpseta kas pliidil või ahjus. Traditsiooniliselt süüakse neid ikka koos hapukapsaga või olenevalt aastaajast ka toorsaladiga. Kohalikud perenaised on oma kartulivorstide üle väga uhked. Kui perre tuleb kaugeid külalisi, siis pakutakse neile ikka omatehtud vorste.

Paljudel Velise, Valgu ja Nurtu kandi inimestel on meeles veel lapsepõlves saadud mustikasupp klimpidega. Vanasti söödi seda esmalt kuumalt, teisel päeval aga kaklesid lapsed, kes poti saab puhtaks lakkuda. Ja sahvris käinud lapse tundis ära kulbijälje järgi näol. Mustikas on eriti õrn mari, kuid samas C-vitamiini, kaaliumi, naatriumi ja kiudainete allikas.



Pane mustikad, vee ja suhkruga potti, keeda 5 minutit. Klopi muna lahti, lisa sool ja suhkur, piim ja jahu vaheldumisi. Tõsta teelusikaga keeva supi sisse väiksed klimbid. Tainas peab olema pehme, aga peab lusika küljest lahti tulema. Keeda kuni klimbid pinnale tõusevad. Tõsta supp jahtuma. Sobib söömiseks veidi jahtunult või külmalt järgmisel päeval.



Mustikasupp klimpidega

Vajame:

Supp

4–5 dl mustikaid (toored või külmutatud)

1 l vett

1 dl suhkrut

Klimbid

1dl piima

1–2 muna

1,5 dl nisujahu (klimbid ei tohi kõvad olla)
veidi soola ja suhkrut

HÕRGUTISI TOHISOO MÕISA TOIDULAUALT

Allikas: Carl Axel Mothander „Kulinaarsed vested“, 2014

Meid, rootslasi, süüdistavad välismaalased sageli teatud materialistlikus ellusuhtumises, kalduvuses lunastada kõiki elu muresid ja rõõme rikkaliku või vähem rikkaliku pidusöögiga. Tunnistan heameelega need etteheited õigustatuks, aga jään kogu oma rootsi härrasmehe autoriteediga sarkastilise välismaalase ette seisma ja ütlen: „Jah, see on tõsi, aga me teame toidust ka rohkem, kui enamasti teatakse.“

Supi keetmine on tegelikult kõige toredam. Seal on võimalus bluffida või, ilusamini väljendudes, lasta fantaasia kuldsel säral elu kehvast varjata. Supi emaks sai see pärast üpris vähenõudlik, paljastest kontidest keedetud puljong. Paar teelusikatäit vedelat ekstrakti andis sellele pisut karakterit juurde. Siis veel mõned kipras tomatid, üks seller, porgandeid, üks porrulauk, paar kartulit, kõik peenestatud kujul. Siis lastakse see bluff läbi sõela, maitsestatakse riivitud mädarõika, hakitud tilli ja tilga kuiva madeiraga.

Soe lambaprae võileib külma kastme ja maitserohelisega

Soe leivaviil, paksult kodus tehtud magedat võid, paks viil külma lambapraadi, külm kaste. Peale puista peeneks hakitud murulauku, paar õhukest mahlast tomativiilu. Pisut soola, pisut pipart, näputäis hakitud peterselli.

Kõrvale kohv: ühele inimesele arvesta 2 teelusikatäit mitte eriti peeneks jahvatatud kohvi ühe suure tassi külma vee kohta, mis aja väga aeglaselt keema harilikus kolmejalgses vasest kohvikannus, keeda 5 minutit, lase tõmmata paar minutit tasasel tulel ja siis lase selgineda 10 minutit. Serveeri otse vaskkannust. Koor olgu nii paks kui võimalik.



Külm searasvasai lisanditega

Saiakäärule määri külma searasva, peale puista peeneks hakitud värsket sellerit. Peale pane keedetud muna lõigud, õhuke kiht peeneks hakitud tilli, vasikaprae kastet ja veidike riivitud mädarõigast. Näpuotsaga soola.

„Kanapojad“ koorekastme ja toorsalatiga

Tükeldatud kanaliha prae pannil kergelt pruuniks. Kastmeks valmista koorehautis: umbes 20 vähi liha, paar vasika harknääret ja rohkelt kukeseeni aseta hautamissousse, lisa kanatükid, kata rohkelt värsket hakitud tilli ja koorega, hauta pehme. Serveeri „kanapojad“ – kanatükkidele lisa rohkelt koorekastet, kõrvale jääkülm segasalat tomatitest, kollakasrohelistest peasalatist, värsket kurgist, veidi aega keedetud seller ja mõned kressiõied.

Köögiljavorm härjalihaga

Aseta hõrgud härjaliha viilud õhukese kihina klaasnõu põhja, lisa aiasaadused – värsked kartulid, lüditud herved, pisikesed porgandid, lillkapsas, suhkruherved, noored oad, väikesed sibulad, peale rohkelt värsket tilli, siis sool, tsipake valget pipart, kaks supilusikatäit vett. Kata kaanega, hauta ahjus aeglaselt mõõdukal kuumusel umbes 2 tundi.

Lambalihatükid köögiviljahautisega muretainakaussis

Valmista muretainas, kata sellega küpsetusvorm. Aseta täidiseks pisikesed pruunistatud lambalihatükid. Küpseta u 1 tund. Valmista köögiviljahautis: lisa pruunile rasvale veidi jahu, valmista puljongist kaste. Keeda selles kastmes värsked porgandeid, herneid, terve väike kapsapea, mõned valged redised, natuke tomateid, lillkapsast, pisikesi sibulaid ja paar värsket kartulit. Lisa peterselli, valget pipart ja natuke valget veini. Vala see hautis vormi.

Seentega täidetud kurgid peekoni peal

Prae peekoniviilud. Keeda riis. Õnesta kurgid, täida keedetud riisi, hakitud seente ja väikese koguse hakitud vähiliha seguga. Küpseta pikkamööda malmpannil. Valmista puljongiekstraktist, tomatitest, hakitud seentest ja petersellist kaste. Serveeri koos värskete kartulite, lillkapsa ja varajaste ubadega.

Hautatud kala rohke tilliga

Kata poti põhi paksu hakitud tilli kuhjaga. Peale laota värsket kala, nt väikesed tursad, kata need jälle rohke tillivaibaga, lisa mõned killud võid. Hauta omas mahlas 20 minutit. Tõsta serveerimisalusele, vala üle paksu tillisoustiga. Serveeri koos värskete kartulitega.

Tainakorvikesed liha, köögiviljade ja seenekastmega

Aseta korvi põhja kergelt üle praetud singiviil, selle peale väike ümmargune vasikafiletükk ja kõige peale üks kilu. Dekoreeri väikeste herneste ja porgandikuubikutega, peale puista veidi riivitud mädarõigast, ümber ringi vala paksu seenekastet.

Suupisteid

Vaagnal külm, otse jää pealt võetud marineeritud heeringas ja soe tilliga keedetud värsket kartul, äärista väikeste lehttainast küpsetatud ning õlis üle küpsetatud pirukatega, mille täidiseks on hakitud kilud, petersell, kappar, veidi keedetud ja võis pruunistatud riis ning paprika.

Küpsetusahjus valminud suured portugali sibulad, mis eelnevalt täidetud pruunistatud hakitud suitsusingiga.

Stoovitud kukeseened võiga: pisut sulavõid natukese jahuga kastrulisse, lisaks tibia koort, näpuotsatäis murulauku, soola ja valget pipart. Lisa kupatatud seened, sega kastrulisse, lisa veidi puljongiekstrakti ning keeda valmis.

Magustoite

Külmas hoitud koorega keedetud riis vormis vanilje ja maasikamoosiga, peal vahukoorekuhil.

Tükelda apelsinid, banaanid ja veidi sidrunit, keeda meega tihheks želeele, pane väikestesse vormidesse. Võta martsipaniplaadid, löö vormist želee välja plaatidele, peale rohkelt vaniljejäätist, kaunistuseks värsket vaarikaid või mustikaid, rohkelt vahukoort.

Carl Axel Mothander (1886–1965) on oma mitmekülgse tegevusega siiski Eestisse oma jäljed jätnud.





KEHTNA „PRUUTIDE KOOLIST“ TÄNASTE RESTORANIKOKKADENI

Eesti Vabariigi algusaastail leiti, et on suur puudus vastava eriharidusega kodumajandusega tegelevaist õpetajaist. Soomes ja teistes Skandinaavia riikides oli kõrge kodukultuur. Naabritelt saadud teadmiste baasil otsustas Põllutöoministeerium avada kõrgema kooli, mis valmistas ette selle ala õpetajaid.

Nii asutati Norra kõrgema kodumajanduskooli eeskujul 1925. aasta sügisel Kehtna mõisa peahoones

Kõrgem Kodumajandus Kool, milles oli kolm osakonda: majapidamine, käsitöö ja kudumine ning aiandus. Vastuvõtt oli gümnaasiumi lõpetanutele sisseastumiseksami ja katsetega. Soovijaist võeti vastu sageli ainult neljandik. Esimeseks koolijuhatajaks oli agronoom Aleksander Arak.

Algusaastatel oli kool kaheaastane ja töötas väheste vaheaegadega aasta läbi. Kolme osakonna esimese aasta õppetöö toimus ühiselt. Õpetati kodunduse põhiaineid.



Teisel aastal spetsialiseerus iga osakond oma erialale. Siis aga muudeti kool kolmeaastaseks ja igal osakonnal oli esimesest semestrist alates oma õppekava. Lisaks avati algselt 6-kuuline, hiljem aastane eriklass, kuhu võeti vastu gümnaasiumi lõpetanuid, mida rahvasuus kutsuti "pruutide kooliks".

1933. aastal asutati Kehtnasse kolm aastat kestev kodunduskeskkool. Sinna võeti vastu algkooli lõpetanuid ja keskkooli ainete kõrval õpetati ka kodunduse aineid.

1942. aastal muudeti kooli nimi Kehtna Kodumajanduse Instituudiks.

Kõrgema Kodumajanduskooli õppekavas oli üle kolmekümne õppeaine. Näiteks: toitumisõpetus ja dieteetika; toiduainete õpetus ühes toiduvalmistamisega; konservimine; keemia ja tehnoloogia; bioloogia ühes mikrobioloogiaga; füüsika ühes kodumajapidamise riistade õpetusega; tervis- ja lastehoid; sordiaretus; kompositsioon ja joonistamine; eesti keel ja kirjavahetus; inglise keel; kangakudumine ühes värvimisega; kultuuri- ja kunstiajalugu koos stiiliõpetusega; ilutaimikasvatus ühes dendroloogiaga; mesindus jne.

Õppeedukuse tulemusi arvestades otsustati, kas anda lõpetajale õigus minna õpetaja elukutse prooviaastat tegema või soovitada tal valida amet, kus õpetajakutset tarvis polnud. Peale prooviaastat tuli esitada antud tundide kohta täpne analüüs ja kaitsta seda eriteadlastest eksamikomisjoni ees. Vahel tuli isegi anda proovitund. Pärast kõiki neid katsumusi sai Kehtna Kõrgema Kodumajanduskooli lõpetaja õpetajakutse.

Kehtna kasvas suureks ja koos õpetajate, lektorite ja instrktoritega ulatus koolipere arv ligi kahesajani. Kogu koolipere elas ühtsena internaadis. Kooli kasutada oli Kehtna mõisa peahoone, kus asusid internaadi köök, söögisaal, abijuhataja ja juhataja korter, õpilaste toad, loengute ruumid, talveaed, raamatukogu, kantselei ja



saal, mille seinal oli maal Lydia Koidulast. Selle järgi sai lossi ametlikuks nimeks "Koidula".

Kooli juurde kuulus veel endine valitseja maja ehk "Kivila", kus asusid õppekööök söögitoaga, laboratoorium, triikimise tuba ja leivatuba. Uues ehitises "Priimula" asusid eriklassi õppekööök ja söögituba, kudumisruumid, lastehoiu- ja õpetajate elutoad ning teisel korrusel õpilaste toad.

Keset parki oli "Edela" ehk ka "Metsamaja", kus oli käsitööruum, arstikabinet ning õpetajate korterid.



Viimasena ehitati “Varjula”. Olemas olid ka tenniseväljak ja võrkpalliplats.

Kooli osakondade vahel oli pidev koostöö. Kodutööstuse osakond kudus laudadele vöökirja mustri- ja linnukuid. Aianduse osakond kasvas vähem tuntud aedvilju ja aretas konserveerimiseks eri marjasorte.

Kehtna Kodumajanduskooli aiatööõpetaja Johan Pukk kasvas kasvuhooneis maitsevaid viinamarju ja ruumide ehtimiseks lilli. Härra on naljatledes öelnud: „Ma sündisin Kehtna „pruutide kooli“ kasvuhoones ja kasvasin üles Kehtna pargipuude vahel.“

Lõpetanud jäid alatiseks mäletama üht häält – Kehtna kooli “gongi”. See äratas neid hommikuti, teatas päevategevuste algusest ja tuletas meelde uneaja saabumisest.

Kodumajanduskooli tegevuse lõpetas Teine maailmasõda ja koolist sai mehiste erialade asutus.

Kodumajandusõpetajaid hakati õpetama taas Kehtnas, esimesena Eestis 1989. aastal, kui õppida soovijaid oli kolmsada ja vastu võeti kolmkümmend õpilast. Kodundusõpetajaid õpetati seitse aastat ja õpe jätkus kõrgkoolis.

Kodumajanduse esimese ja teise lennu lõpetajad koostasid Eesti Põllumajanduse Akadeemias kodumajandusõpetajate magistriõppekava ning said võimaluse oma teadmisi ja oskusi seal edasi anda.

1996. aastal jätkati toitlustusteeninduse eriala õpetamist keskkooli baasil. Mõned aastad hiljem mindi üle toitlustusteeninduse ettevõtluse õppekavale, mida hiljem jätkati Eesti Hotelli- ja Turismimajanduse Erakooli rakenduskõrghariduse õppena.

2002. aastal alustati Kehtnas kokaõpet kutsekeskhariduse baasil. 2004. aastal avati juurde õppimise võimalus täiskasvanutele mittestatsionaarse õppena toitlustusteeninduse ja kelneri erialal, mis kasvas üle kokaõppeks.



NELJAPÄEV



Täna saab **Kehtna Kutsehariduskeskuses** tootlustusvaldkonnas õppida eri tasemetel kokaks igas vanuses huviline. Pärast põhikooli saab kutsetunnistuse omandada kolme aastaga ja gümnasistid kahe aastaga.

Õpilaste õppetööd on võimalik ise tulla kogema, selleks on avatud kooli õppebistroo ja -restoran NELJAPÄEV, mis avas uksed 2011. aastal ja ootab külalisi väljakuulutatud neljapäevadel ning on siiani ülejäänud Eesti kokakoolide seas täiesti omanäoline.

Õpperestorani esimene ja algne idee oli, et õpilased saaksid ise oma õpitava sisu üle otsustada. Tänu restoranile ja külalistele saab õpilane harjutada selliste toorainete peal, milleks õppetöös tegelikult raha ei leidu – mereannid, ulukiliha, putukad, eksootilised puuviljad, talvisel ajal ka värske köögivilja. Kuna tegemist on õppebaasiga, siis klient maksab tooraine õiglase hinna. Muud õppekulud katab kool. Nii võidavad restoranist külaline, kool kui ka õpilane.

Õpperestorani teemapäevad on alati õpilaste valitud. Avamisest saati on erinevaid teemasid olnud üle saja-viiekümne. Mõned näited: „Suur Maalritöö“ – monokroomne üheksakäiguline vegan maitsemismenüü, lume- helbekeste põlvkonna eestipärane maitsemismenüü, Kihnu suarõ süomad. Ijad isu!, Jaapani bento ja Dagö lauludest inspireeritud menüü „Püüa pilvi, sa ulatud nendeni“.

Siin on kaastööd teinud terve rida Eestis tuntud ja tunnustatud peakokki oma meeskondadega: Peeter Pihel; Janno Lepik; Ants Uustalu; Kertu Lukas; Angelica Udeküll; Joonas Koppel; Martin Meikas ja Ranno Paukson.

Õpilane on külalistele süüa tehes palju hoolsam, puhtam, mängulisem, distsiplineeritum ja arvestavam. Külaliste kiitus annab aga suure õpimotivatsiooni. Üliolulised on loomingu uurimustöö, meeskonnatöö, platsi nägemise ja pingelises olukorras kvaliteetse töö tegemise oskuste õppimine.



Aastate jooksul on ettevalmistav periood muutunud oluliselt pikemaks ja põhjalikumaks. Selline õpilase individuaalsust arvestav õpe nõuab juhendajatelt palju erinevaid teadmisi ja pingelistes situatsioonides toimetulekuoskusi. Tarvis on ka palju erilisi toiduvalmistamise vahendeid. Kooli õpperestoran on igal aastal järjest paremini erinevateks ülesanneteks varustatud. Oleme ajaga õppinud oma tööd oluliselt paremini pildistama ja jäädvustama.



Mida järgmised 100 aastat Kehtna Kutsehariduskeskusele toitlustusvaldkonnas toovad, seda näitab aeg.



Me elame keset looduslikku turgu,
korja kokku ja kokka!
Kodune, lihtne ja rahuldust pakkuv toit,
midagi leidub igaks aastaajaks
ja elujuhtumiks.





RAPLA hooviOTT

HooviOTT sündis armastusest ja austusest värske kohaliku toidu vastu. Turust on saanud meie kandi väiketootjatele tore koht, kus ennast klientidele näidata. Turukülastajad aga hõikavad teineteisele üle platsi, et „kui mujal ei näe, siis neljapäeviti hoovikal ikka!“ Turg on saanud osaks linna iganädalasest rütmist.

Kauplema tullakse siia omatehtud või -kasvatatud toiduga lähedalt ja kaugelt. Kui muul ajal ei jõua, siis kindlasti ollakse kohal aasta kahel kõige tähtsamal sündmusel – hooviOTTi sünnipäevapeol juuli alguses ning suurel jõuluOTTil detsembris.

HooviOTT oli Raplamaa Aasta Tegu 2020!



TASAKAAL

Tasakaalustatud toitumine
meie argipäevas.
Raplamaa rabad ja sood
on maitseelamuste
tekitajad.



RUKIS

Rukkil (*Secale cereale*) on kümmekond liiki ja palju erinevaid sorte, mis omakorda jagunevad tali- ja suviviljasortideks. Osa rukkisorte on püsikud, osa üheaastased taimed. Rukkiterad on kõrge toiteväärtusega ja nisuteradega üsna sarnased, vaid pisut pikemad ja mitte nii ümarad. Kooritud rukkitera kasutatakse tervelt, purustatult, jahvatatuna helvesteks või jahuks. Rukkist jahvatatakse eri jämedusega jahu. Tervislikumaks peetakse jämedama jahvatusega täisterajahu, milles sisalduvad ka rukkitera kiudainerohked väliskestad.

Rukkijahus on rohkem looduslikke suhkruid kui nisujahus, selles sisalduv tärklis kliisterdub madalamal temperatuuril. Kõige kuulsam rukkijahust toit on aga jämedalt jahvatatud rukkijahust küpsetatud must leib, mille maitse on kergelt hapukas ja tekstuur krobeline. Rukkijahu gluteen pole elastne ega hoia kinni piisavalt gaasi, mistõttu rukkijahust tainas kerkib vähem ja sellest küpsetatud leib on tihkem. Samas püsib rukkileib kauem värske, see ei kuiva nii kiiresti. Rukkijahu säilitatakse õhukindlalt jahedas pimedas ruumis.

Tume rukkijahu

Toiteväärtus 100 g kohta

Valgud 14,0 g

Rasvad 2,6 g

Süsivesikud 68,8 g

Kiudained 2,4 g

Vesi 11,5 g

Toiduenergia 350 kcal



JARMO JA MERILY KIVI SEPIKUD

Kaarepere, Kehtna vald

Meie sepikute lugu sai alguse, kui Raplas Pargi restot pidasime ja seal külalistele toidu kõrvale käsitöösepikut pakkusime. 2020. aasta kevadel hakkasime sepikut ka müügiks tegema. Lõpetasime restoraniäri, kuid sepikud jäid. Aja jooksul oleme retsepti muutnud, et saada parim tulemus ja ilmselt teeme seda ka edaspidi, sest katsetada on põnev. Esialgu pakkusime ainult n-ö tavalist seemne-sepikut, aga praeguseks on valik laiem. Meilt saab nii seemne- kui ka röstsibula-, küüslaugu-, porgandi-, peekoni- ja rosinasepikut ning kindlasti lisandub põnevaid maitseid ka tulevikus. Kõik sepikud on alati tehtud suure armastusega kogu Kivide pere poolt.



Sepikuvõileib Cheddari juustu ja küüslaugu-ürdivõiga

Vajame:

1 J&M Kivide sepik

1 J&M Kivide ürdivõi

1 terve küüslaugupea (maitse järgi)

300 g Cheddari juustu

180 g parmesani

250 g mozzarella't

peale tomatit, sibulat või muud meeldivat

Lõika küüslaugu pealt viil maha ja nirista sellele veidi oliiviõli, lisa natuke soola ja pipart. Keera küüslauk tervena (eemalda lahtised koored) fooliumi sisse ja rösti 45 minutit 170-kraadises ahjus. Pigista röstitud küüslauk toasooja ürdivõi sisse ja sega kokku. Lõika sepikust pikkupidi kolm viilu. Määri peale küüslaugu-ürdivõi. Riivi Cheddar ja parmesan, vajuta *mozzarella* sõrmede vahel laiali ning aseta kõik kolm juustu sepikuviiludele. Lisa kõige peale tomati- ja sibulaviile või muud suupärast. Tõsta sepikuviilud ahju ja küpseta 180 kraadi juures 15–20 minutit. Võta aega ja naudi!





HARILIK TATAR

Eestis kasvatatakse teraviljana harilikku tatart (*Fagopyrum esculentum*), mis oma väikeste valgete või roosade õitega meeldib hästi mesilastele, kes ligi kuu aega kestval õitsemise ajal usinasti õietolmu koguvad ja selle siis tumedaks tugevamaitseliseks meeks muudavad. Tatra õied sisaldavad rikkalikult nektarit ja õietolmu, tehes tatrast hea meetaime – ühelt hektarilt saavad mesilased keskmiselt 70–90 kg mett.

Tatart kasutatakse toiduks – tatrast valmistatakse tangu ja jahu. Tatrajahu ei ole gluteeni ja sellest valmistatud tainas ei kerki. Mida tumedamat värvi on tatrast jahvatatud jahu, seda rohkem sisaldab see mineraalaineid ja vitamiine, seega seda suurem on selle toiteväärtus. Tatrajahu on suurepärase magneesiumi-, kaaliumi-, tsingi-, B6-vitamiini-, fosfori-, raua-, vase- ja foolhappeallikas.

Tatratangu turustatakse kas toorelt või röstitult ning säilitatakse õhukindlalt suletud nõus kuivas ja jahedas hoiuruumis.

Tatra täisterajahu

Toiteväärtus 100 g kohta

Valgud 12,6 g

Rasvad 3,1 g

Süsivesikud 70,6 g

Kiudained 2,4 g

Vesi 11,2 g

Toiduenergia 361 kcal



TÕRVAAUGU MAHETALU

Leibre küla, Kivi-Vigala, Märjamaa vald
Peremees Janno Kuusik

Tõrvaaugu mahetalu on tatra kasvatamisega tegelev pereettevõte. Mahetootjana pakume tervislikku ja kvaliteetset toorainet, mis nõuab küll rohkem hoolt, aega ja pingutust, kuid tulemus on seda väärt. Tatart peetakse küll teraviljaks, kuid tegelikult on ta sugulane hoopis rabarberi ja oblikaga ning tema vilja nimetatakse pähkliks. Tatrakruubid on aga terad, millelt on eraldatud kest ja tatrakruupi peetakse ka tangude kuningannaks.

Alates 2017. aastast kannavad Tõrvaaugu tooted üleeuroopalist gluteenivaba kaubamärki. Neljalt tootelt on sortiment nüüdseks kõvasti laienenud. Hetkel leiab talu valikust juba 25 erinevat toodet, neist tuntuimad on mahe toortatrakruup (GV) ja mahe toortatrajahu (GV). Uudisena pakume ainulaadseid Eestis valmistatud erinevate kujude ja maitsetega toor-tatrajahust pastatooteid.

Miks olla just mahetootja?

See annab võimaluse pakkuda tervislikku ja kvaliteetset toorainet, mis nõuab küll rohkem hoolt, aega ja pingutust, kuid tulemus on seda väärt.

Mis on hea **LOODUSELE**,
on ka hea **TERVISELE!**



SEPAJÕE TALU

Valgu küla, Märjamaa vald

Perenaine Riina Tilk

Juuretisega tervislikud leivad ja potisaiaid

Sepajõe talus austatakse tervislikku eluviisi ja toitu, mis on kehasõbralik. Leivategu alustati oma pere tarbeks ning külakostiks, kuid peagi tuli tellimusi nii palju, et 2020. aastal alustati oma ettevõttega Teremtes OÜ, mis tegelebki leivatoodete küpsetamisega.

Sepajõe talus küpsetatakse tervislikke leibu ja potisaia juuretisega. Pakutakse täistera rukkileiba seemnetega, toortatraleiba – magusat ploomide-pähklitega ja soolast päikesekuivatatud tomatite ja basiilikuga, valmistatakse taimseid leivakatteid ja muud põnevaid. Tooted on valmistatud sooja südame ja armastusega!

Sepajõe talu tooteid saab osta Rapla ja Märjamaa hooviOTTilt, käiakse erinevatel turgudel kauplemas. Samuti saab kõike tellida Sepajõe talust. Leivaküpsetamise kõrvalt on perenaine läbinud pagari kutseõppe Tartu Rakenduslikus Kolledžis ning annab nüüd oma teadmisi huvilistele edasi ka leiva- ja saiatoodete küpsetamise koolitustel.

Sepajõe talu tooted kannavad Ehtne Talutoit märki.

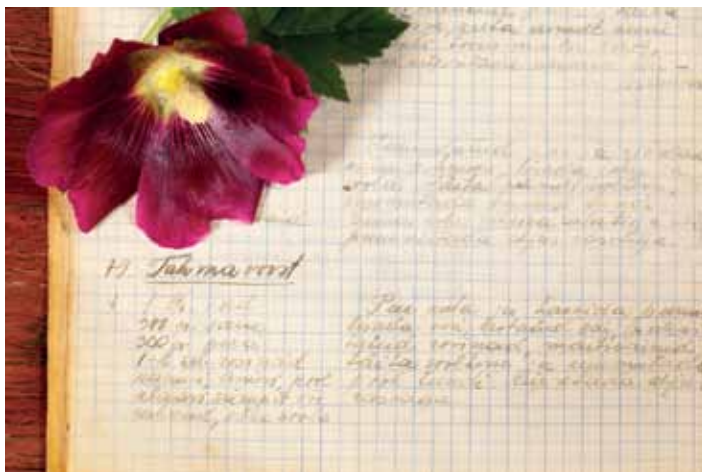


LUHTRE TALU

Nõmmeotsa, Märjamaa vald

Perenaine Marje Schmidt

Luhitre talu ajalugu ulatub aastasse 1897, kui 26-aastane Juhan Luhter sai Mõisamaa mõisniku Paul Schmellingu käest rendile 40 ha maad ja talukoha. Juhani noorim tütar Johanna elas talus 1999. aastani. Praegune peremees Kaido otsustas lagunenud rehemaja korda teha ning hakata turismitalu pidama. Talus on 20 mugavustega tuba, kaks saali ja sauna, bassein, tennise-, korv- ja võrkpalliväljak, matkarada ning laste mänguväljak. Et hoida ja edasi kanda talule omast toidukultuuri, kasutatakse palju kunagise peretütre Johanna 1933. aasta Orgita Kodumajanduskooli retseptivihikut. Toidud valmistab perenaine Marje koos abilistega. Korraldatud on teatrietendusi, hulgaliselt kontsert-õhtusööke ja kohvikupäevi. Luhitre talu on tutvustatud ka Maahommiku saadetes, kus talu perenaine valmistas toite vanade retseptide järgi.







ÖÖBIKU GASTRONOOMIATALU

Kuimetsa, Rapla vald

Peremees ja peakokk Ants Uustalu

Ööbiku Gastronoomiatalu sündis ideest teha elustiilirestoran. Sobivat hoonet otsisin üle aasta, sest unistasin kivist rehielamust, mis asuks Tallinnast kuni 60 kilomeetri kaugusel. Sobiva maja leidsin Kuimetsa külast teeäärsest võsast. 1920. aastatel valminud hoone on ehitatud käsitöötelistest ja kohalikust paekivist. Koristus- ja ehitustööd kestsid pikalt, kuid juba 2013.

aastal võõrustasime oma esimesi külalisi. Naudin õhtuid, kui koos külalistega saame arutada toidu, joogi, reisimise ja muidu siin ilmas tähtsate asjade üle. Täiesti võõrad on saanud sõpradeks, paljud on jäänud meid korduvalt külastama, kutsuvad külla ja koos reisile.

Selles vanas ja väarikas rehielamus on elustiili restorani peetud pea 10 aastat.



Lõika terava noaga kamarasse väiksed triibud. Määri liha oliiviõliga ning maitsesta soola ja pipraga. Küta grill 150 kraadini ja asetä maitsestatud liha grillile. Küpseta 3,5 tundi, võta liha grillilt. Määri kamaraosa veel oliiviõli ja helvessoola, asetä tagasi grillile, kamar ülespoole. Tõsta temperatuuri 250 kraadini ja küpseta veel umbes 30 minutit. Serveeri kukeseenekastme ja ahjus küpsetatud porrulauguga.

Andke leiba!

Sütel küpsetatud põrsa kõhuäär

3 kg põrsa kõhuäärt
oliiviõli
helvessoola
apelsinipipart



SERVISTOR CATERING

Kaarepere, Kehtna vald

Perenaine Aidi Hallikmägi

Toitlustust pakkuva ettevõtlusega alustasin 2010. aastal. Mulle meeldib, et saan suunata seda protsessi endale sobivas tempos ja suunas. Kokana töötamine ei olnud seni minu unistuste amet, kuni sain pakkumise minna Saksamaale õppima. Toitlustusteeninduse õpingute ajal töötasin prantsusepärase köögi restoranis ettekandjana. Olen töötanud ka hotellis Olümpia, kus omandasin teadmised baaridaami ja sommeljee tööst. Ühel hetkel tundsin, et soovin töötada kodule lähemal ja alustasin Kehtna Kutsehariduskeskuses õpinguid kokaerialal. Lisaks olen omandanud kondiitri- ja pagarialaseid teadmisi erinevatelt koolitustelt. Täna on minu ettevõtte kindel klientuur ja koostööpartnerid, kes on usaldanud ürituste toitlustamise Servistor Cateringile.

Munarull

Vajame:

5 muna

100 g majoneesi

soola, pipart

Täidis:

3 spl majoneesi

peotäis lehtsalatit

hakitud peterselli, tilli ja rohelist sibulat

soovi korral võib täidiseks kasutada suitsukala või -kana.

Lisa lahti klopitud munadele majonees ja maitseained. Vala segu küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile. Küpseta 180-kraadises ahjus 25–30 minutit kuni pruunika jume saabumiseni. Pärast jahtumist keera ringi, et kenam pool jääks väljapoole. Laota peale täidis ja salatilehed ning keera laiema servast rulli. Paki rull küpsetuspaberisse ja aeta serveerimiseni jahedasse.

Munarull sobib hommikusöögiks või suupisteks pidulikule lauale ning on gluteeni- ja laktoosivaba.







HARAKAPESA KOHVIK-PUBI

Urge küla, Kohila vald

Perenaine Kerli Linamägi

Harakapesa kohvik-pubi sai avatud 2014. aasta detsembris. Mõte oma toidukohast oli tekkinud paar aastat varem, kui jõudsim teostuseni. Kirjutasime PRIA-le projekti ja peagi alustasime ehitusega. Meie eesmärgiks oli luua õdus ja hubane kohake, kus pärast tööpäeva mõnusalt päevatoimetustest lõõgastuda ja maitsemeeli hellitada. Toidu puhul pidasime väga oluliseks, et see oleks lihtne, puhaste maitsetega, tervist kosutav ja maitseaudingut pakkuv. Oma nime sai Harakapesa minu hüüdnime järgi. Logoks valisin sule kui kaitse ja õnnestumiste sümboli. Harakapesa avades oli mul kaks motot – lihtsuses peitub võlu ja tee alati kõike nii nagu sa soovid, et sulle tehakse! Kaheksa tegutsemisaasta jooksul külastas meid üle kolme miljoni inimese.

Olen südamest tänulik, et saan oma panuse ja pühendumisega rikastada Raplamaa toidukultuuri.



Veiseliha-köögiviljasalat (4-le)

Vajame:

150 g porgandit

400 g kartulit

30 g punast sibulat

60 g lillkapsast (puhastatud õisikud)

60 g Türgi ube

450 g veise sisefileed

1–2 spl magusat tšillikastet

balsamico-kreemi

Himaalaja peensoola, purustatud pipart
hernevõrseid, mungoa idandeid

Koori ja tükelda köögiviljad. Kuumuta pannil õli, vala köögiviljad pannile ning voki mõnda aega kõrgel kuumusel. Kui köögiviljad on pruunistunud, alanda temperatuuri. Lisa maitse järgi soola ja pipart ning aseta pannile kaas peale. Samal ajal lõika veise sisefileest neli umbes 110-grammist tükki ning vasarda liha õrnalt ühelt poolt. Vahepeal sega pannil köögivilju ja lisa üks supilusikatäis magusat tšillikastet (kes soovib vürtsikamat, lisab rohkem). Kuumuta teisel pannil õli, aseta liha pannile ja pruunista mõlemalt poolt kaks minutit, seejärel tõsta liha lõikelauale puhkama. Maitsesta liha soola ja pipraga. Valmis köögiviljad jaota neljale taldrikule, nende peale kaunistuseks natuke hernevõrseid. Haki liha ristikiudu paksemateks ribadeks ja aseta hernevõrsete peale. Nirista salatile *balsamico*-kreemi ja kaunista mungoa idanditega.

Veise sisefilee võib asendada ka kana või lõhega.





Sulata vesivannil või ja šokolaad. Vahusta munad fariinisuhkru ja jahuga, lisa šokolaadi-võisegu, vahusta ühtlaseks. Tõsta segu viide silikoonvormi. Küpseta kooke 200-kraadises ahjus üheksa minutit. Samal ajal valmista kirsimoos. Sulata 200 grammi külmutatud kirsse, lisa soovi järgi suhkrut ja purusta kannmikseris ühtlaseks. Võta koogid ettevaatlikult kuumadest vormidest välja ning asetaldrikutele. Serveeri soe šokolaadikook kirsimoosi, marjade ja vaniljejäätisega.

Soe šokolaadikook (5-le)

Vajame:

200 g 54% tumedat šokolaadi

75 g taluvõid

2 muna

1spl fariinisuhkrut

1 spl nisujahu

AUSAD MAITSED

Toit on ja jääb üheks
omapäraks, mille kaudu
avaneb võimalus maa-
ilmale tutvustada kohalikke
traditsioone, väärtusi ja
kodumaist toorainet.



KENTNA LINATÖÖSTUS OÜ

KORRA PROOVID – ALATI SOOVID!

Meie lihatööstus tegeleb liha töötlemise ja müügiga ning omame mahetunnustust.

Meie suurim ja olulisem tootmisharu on piimakarjaskasvatus.

Meie Õnnelike õrrekanade munad on hinnatud heade maitseomaduste poolest.

Vali lihatükk, millelt ei ole rasva küljest ära lõigatud. Sega omavahel maitseained ja hõõru liha saadud seguga kokku. Tõsta liha ahjuvormi, rasvane pool üleval ning lase toasoojuses mõni tund maitsestuda. Vala ahjuvormi nii palju õlut või puljongit, et liha oleks täiesti kaetud. Kaaneta vorm tihedalt fooliumiga. Eelküpseta liha 125-kraadises ahjus umbes kuus tundi, seejärel jahuta toatemperatuurini, fooliumkaant avamata. Kui grillid liha järgmisel päeval, tõsta vorm külmkappi. Grilli veise rinnatükki kuumal grillil, kuni liha on soojenenud ja pind on saavutanud kauni värvitooni. Kui soovid suitsusemat maitset, viska grillsütele niisutatud õuna- või leppapuu-laaste. Lõika liha viiludeks ja serveeri magusa tšillikastmega. Liha juurde sobib ka sinepi-hapukoorekaste.

Grillitud veise rinnatükk

Vajame:

1,5 kg veise rinnatükk

1–1,5 l tumedat õlut või kanget lihapuljongit, millele on lisatud vastavalt maitsele likööri
Vana Tallinn

Maitsestamisseg:

2 spl fariinisuhkrut

2 tl soola

2 tl jahvatatud musta pipart

2 tl purustatud küüslauku või üks küüslauguküüs

2 tl suitsutatud paprika pulbrit

2 tl tšillihelbeid





2013. aastal toimunud Raplamaa Melumessil GrillFesti piirkondlikul Magusgrilli võistlusel I koht.



Ahviarmastus

Vajame:
 ananassi
 rosmariiniisiirupit
 meelepärast likööri ja vürtse
 mett
 tumedat šokolaadi

Lõika koorimata ananass rõngasteks. Rosmariiniisiirup sega mee ja Vana Tallinna või endale meeldiva likööriga. Lisa meelepäraseid vürtse, mis sobivad grillimiseks. Sulata vesivannil šokolaad ja vala ananassi-rõngastele. Lase kuni kaks tundi maitsestuda. Grilli 10 minutit. Serveeri jäätise, karamellistatud õunte või banaanidega.

Head isu!





SUUR SEIKLUS – LÖKKETOIDUD

Andres Lääne ja Toomas Tõnisson

Ligi kakskümmend aastat tagasi said Andres ja Toomas tuttavaks. Toomas oli Kaitseliidus noorte-instruktor ja Andres koolipoiss. Korraldame üheskoos matku ja "ellujäämislaagreid". Matkadel tekib ikka küsimus, mida süüa ja kuidas sööki valmistada ning kuidas teha seda nii, et oleks põnev ja maitsev. Eri-nevad katsetused matkadel viisid meid lõkketoitude kursusteni, mida oleme korraldanud mitu toimekat aastat üle Eesti.



Plekkpurgis suitsutatud ahven LOOSALU rabajärvest

Kui Loosalus kala ei võta, osta poest mistahes kalarümbad koos nahaga ja pane soola.

Süüta lõke ja otsi 5–6 liitrine plekist konservikarp. Hästi sobib ka plekist ämber. Purgi või ämbri põhja tükelda toorest lepast laaste, oksakesi ning lehti nii, et oleks u 10–15 cm kiht, võib panna ka nõgest. Purgisuust u 10 cm allapoole paiguta sõrmejämmedune lepast või toomingast võru. Sinna peale pane samast materjalist pulgad ja nende peale kalatükid. Oleks vaja ka kaant. Nüüd pead küll fantaasiat kasutama. Meie leidsime Moskvitš 407 ilukilbi, mis sobis ideaalselt. Tähtis on, et õhk sisse ei pääseks. See võib panna leplaastud põlema.

Nüüd tõsta pott 30–50 minutiks kuumadele sütele. Vahepeal jälle vaata, mis nägu kalad on. Vaatamiseks tõsta pott sütelt maha, et laastud ei süttiks.

Head isu!



Ühepajatoit Raplamaa põldudel

Ühepajatoidu jaoks on tarvis üht suurt pada, lõket ja mõningaid toiduaineid.

2 suurt sibulat

1 väike kapsas

5 kartulit

1 suur kaalikas

veidi õli

0,5 l tumedat õlut

pool pakki võid

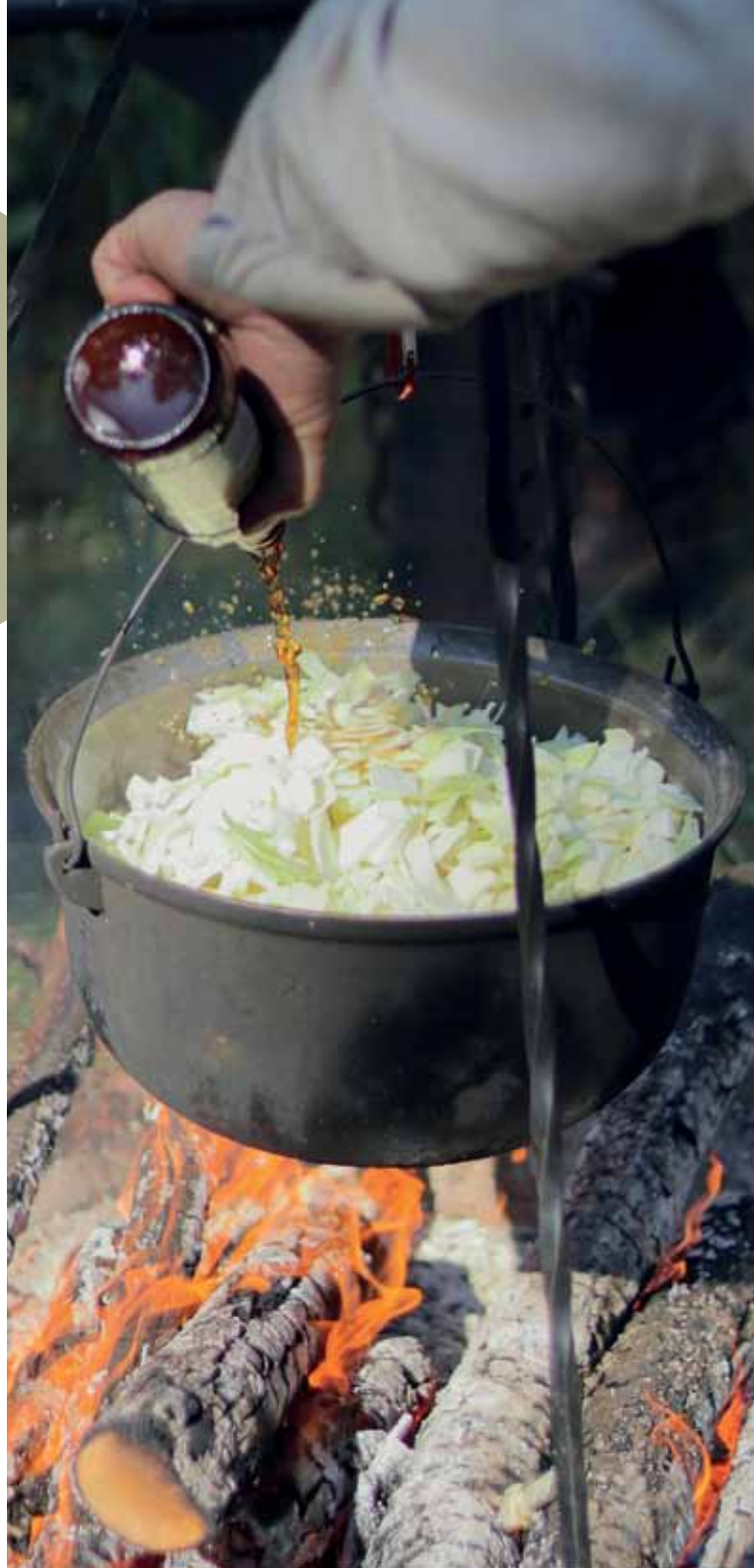
soola ja pipart

2 kilo sealiha (näiteks kaelakarbonaadi)

peoga maitseaineid vastavalt aastaajale

vastavalt soovile ja aastaajale ka värsked seeni

Paja põhja vala veidi õli ja prae seal tükeldatud liha. Seejärel lisa tükeldatud sibulad ja küüslauk, prae pruuniks. Tuli peaks olema küllaltki äge. Siis vala peale tumedat õlut. Lisa tükeldatud porgandid, kaalikas, kartulid ja lõpuks ka kapsas. Hiljem juba või ja maitseained. Vajadusel lisa veel tumedat õlut. Keeda nüüd juba madalamal kuumusel kuni kõik juurikad on pehmed ja maitse hea. Head nautimist!





Veise unistus

Viimastel aastatel on Raplamaa põldudel silo toorainena kasvatama hakatud maisi. Augustist kuni septembri keskpaigani on tõlvikud täitsa mõnusad ka inimesele süüa. Selleks pead otsima lähima maisipõllu ja korjama maisitõlvikuid niipalju, kui jaksad ära süüa. Sealjuures taimi tallamata. Võid panna tõlvikud mõneks tunniks vette likku. Kui tõlvikud on juba rohkem kuivanud,

võib neid enne valmistamist vabalt vees tunnikese keeta. Koos lehtedega.

Seejärel võta tõlvikud ja grilli. Ikka koos lehtedega. Kui lehed juba kõrbema kipuvad, koori lehed ära ja grilli, kuni mais on mõnusalt pruun. Määri rohke taluvõiga ja raputa peale soola.

Hääd isu!

VÄLJAOTSA VUTITALU

Mahtra, Rapla vald

Peremees Jan Anderson

Aastal 2013 ostime Mahtra külla talu, mille juurde kuulus sel hetkel üsna amortiseerunud laut. Kui esimestel aastatel korrastasime eluhooneid, siis 2017. aastal lõime ettevõtte Väljaotsa vutitalu OÜ ja hakkasime eesti vutte kasvatama. Vutimunatooted on piisavalt erilised, et neid kinkekottidesse pista ja teistelegi elamusi pakkuda.

Meie peamiseks tooteks on peremehe retsepti järgi valmistatud suitsumunavõie, mis võitis 2022. aastal Juuru kogukonnapäeval parima võileivamäärde tiitli.

Kõige rohkem rõõmustavad meid klientide positiivne tagasiside ja nende jätkuvad ostusoovid.

Vutimunad on kõrgema toiteväärtusega kui kanamunad. Rasv on koondunud munarebusse. Vutimunas on rohkesti mineraalaineid ja mikroelemente. Vutimune tuleb keeta 2-3 minutit ning seejärel kiiresti külma vee all jahutada, siis koorida ja süüa.



Toiteväärtus 100 g kohta

Valgud 11,9 g

Rasvad 13,1 g

Süsivesikud 0,6 g

Küllastunud rasvhapped 3,7 g

Toiduenergia 168 kcl.





Kalevi küla, Rapla vald

Juba valmis!

2009. aastal rajas Saarioinen Eesti OÜ Raplamaale valmis- ehk mugavustoite valmistava tehase. Tooteid turustatakse Mamma kaubamärgi alt, mis on tarbijate ja professionaalide poolt saanud mitmeid tunnustusi. Mamma missioon on muuta inimeste elu mugavamaks, pakkudes neile puhtast toorainest südamega valmis- tatud toitu. Mamma tootevalikusse kuuluvad erinevad pannkoogid, salatid, võileivad, supid, pastad, praed ning tegevus järjepideva ja uuendusliku tootearendusega käib igapäevaselt.

Mamma kõrvitsa-kohupiimapannkoogid pärjati konkursil „Eesti Parim Toiduaine 2019“ lausa kolme tiitliga: kuldmärk Eesti Parim Toiduaine, lisaks hõbemärgid Eesti Parim Magustoit ja Eesti Parim Valmistoit. Eestlaste südamed võitnud Mamma kaera-õunapannkoogid pärjati konkursil „Eesti Parim Toiduaine 2020“ hõbemärgi tiitliga Eesti Parim Valmistoit.

Kõik tunnustatud tooted on arendatud ja toodetud Raplamaal kohalike asjatundjate poolt.

MAMMA pitsapannkook

Vajame:

Mamma ülepannikooke

100 g sulajuustu

80 g riivjuustu

120–150 g viilutatud sinki

2–3 spl riivitud parmesani

soovi korral Vahemere ürdisegu või pitsamaitseainet

Laota pitsapannkoogi aluseks üks Mamma ülepannikook. Määri sellele sulajuustu, lisa sellele peotäis riivjuustu ja mõned singiviilud. Korda protsessi, kuniks koostisosi jätkub. Riputa kõige peale riivitud parmesan ning maitsesta soovi järgi Vahemere ürdisegu või pitsamaitseainega. Tõsta pitsapannkook küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile ning küpseta 200-kraadises ahjus umbes 15 minutit.







LIHATÖÖSTUS FRANK KUTTER

Petlema, Kehtna-Nurme, Kehtna vald

Pereettevõtte Frank Kutter on 2017. aastal loodud kodumaine lihatööstus koos seakasvatusega Kehtna vallas. Meil on Saaremaal 10 seakasvatust (u 34 000 siga) ning söödatehas, kus toodame loomadele kohalikust teraviljast jõusööta. Pakume 100% kohalikku kvaliteetset sealihaga ning laia valikut erinevaid lihatooteid igale maitsele.

Soovime oma tegevusega toetada kohalikku põllumajandust viljakasvatamisest sigade aretamiseni ning pakkuda tarbijatele kvaliteetseid lihatooteid.

Vooderda küpsetusvorm peekoniribadega nii, et servad jääksid üle vormi rippu. Tõsta vormi esmalt pool hakklihasegust, seejärel lisa kihiti spinat, hakitud külmsuitsufilee kuubikud, feta plaadid ning viimasena teine osa hakklihasegust. Voldi üleulatuvad peekoniribad peale ning tõsta vorm eelkuumutatud 175-kraadisesse ahju. Küpseta 40 minutit või kuni on küps.

Tõsta ahjust välja ning lase veidi taheneda. Seejärel viiluta ning serveeri endale meelepäraste lisanditega.

Peekoniga hakkliharull (6-le)

Retsept: Kristina Efert

Vajame:

800 g Frank Kutteri sea- või kodust hakkliha

1 spl küüslaugupulbrit

1 spl sibulapulbrit

soola

värskelt jahvatatud musta pipart

2 väiksemat muna

280 g Frank Kutteri suitsupeekonit

200 g värsket spinatit

200 g riivitud keedetud punapeeti

100 g Frank Kutteri külmsuitsu välisfileed

või mõnda muud Frank Kutteri sinki

150 g fetat

Maitsesta hakkliha soola, pipra ning küüslaugu- ja sibulapulbriga. Lisa kaks muna, punapeet ning sega hästi läbi. Tõsta spinat suurele sõelale ning vala kuuma veega üle, et see närtsiks. Haki külmsuitsufilee väikesteks kuubikuteks ning lõika feta pikuti kaheks plaadiks.



Takod rebitud sealihaga (6-le)

Retsept: Kristina Efert

Vajame:

600 g Frank Kutteri seakaelakarbonaadi

1 sibul

3 küüslauguküünt

rapsiõli

200 ml köögiviljapuljongit

150 ml apelsinimahla

1,5 tl vürtsköömnepulbrit

1 tl koriandripulbrit

2 spl sojakastet

1–2 jalapenot

Marineeritud sibul:

3 väiksemat punast sibulat

õunaäädikat

soola

näpuotsaga kuivatatud punet

Laimikaste:

maitsestatud jogurtit

laimimahla ja -koort

soola

Serveerimiseks:

6 takot

viilutatud jalapenot (soovi korral)

mangot

koriandrilehti

Lõika liha suuremateks kuubikuteks, haki sibul ja küüslauk. Kuumuta väiksema poti põhjas õli, lisa sibul ja küüslauk ning prae läbi. Tõsta kõrvale ja pruunista samas potis lihakuubikud. Maitsesta liha vürtsköömne- ja koriandripulbriga, vala peale puljong ja mahl, et lihatükid oleks kaetud (vajadusel suurenda vedeliku kogust,

sõltuvalt poti suurusest). Lisa poolitatud jalapenod, soja-kaste ning sibula-küüslaugusegu. Kata kaanega ning hauta madalal kuumusel pehme, selleks kulub umbes poolteist tundi.

Viiluta jalapeno ning lõika mango kuubikuteks. Tõsta jogurt kaussi, maitsesta laimimahla ja -koorega ning lisa maitse järgi soola. Koori sibulad, lõika õhukesteks viiludeks ning tõsta kaussi. Lisa maitse järgi soola ning sega sõrmedega läbi. Seejärel lisa kuivatatud punet ning paras sorts äädikat, et sibul saaks korralikult niisutatud. Sõrmitse uuesti sibul läbi ning jäta maitsestuma. Enne serveerimist pigista liigne vedelik välja.

Võta lihatükid kastmest välja ning rebi tükkideks. Soojenda takosid ahjus, pannil või grillil mõned minutid, seejärel täida liha, mango, marineeritud sibula, jalapeno-viilude ning koriandrilehtedega. Peale nirista laimikastet ning naudi!



SALUTAGUSE PÄRMITEHAS

Salutaguse küla, Kohila vald

Olla liider spetsiaalpärmide turul!

Esimesed teated pärmide tootmisest Raplamaal Salutaguse mõisas pärinevad 1860. aastatest, kui mõisas hakkas tegutsema viinavabrik ja tootmise kõrvalproduktina saadi pärm. Hiljem, kui viinavabrikute hiilgeaeg läbi sai, kasvatati seal linnast ja pressiti õli. Eelmise sajandi esimesel poolel rajas parun Busch endise viinaköögi asemele juba pärmitootmisele orienteeritud ettevõtte. 1927. aastal, kui ettevõtte omandas Aleks Korjus, hakati linnaste baasil tootma pagaripärmi, millega

varustati Tallinna pagaritöökodasid. 1940. aastal tehas natsionaliseeriti.

Eesti taasiseseisvumise järel sai tehasest riiklik aktiivselt, mis müüdi 1994. aastal Kanada kontsernile Lallemand sümboolse ühe krooni eest. Uus omanik võttis kohustuse teha investeeringuid ja säilitada suur osa töökohtadest. Alustati 24 töötajaga, praegu on palgalisi 171. Kontserni tehased tegutsevad 48 riigis, aga just Salutaguse oli kanadalaste esimene firma Euroopas.

Kõige rohkem toodetakse praegu inaktiivset pärmi, aastas 6200 tonni. Muid pärmide baasil tehtavaid segusid valmib 5000 tonni, lisandeid veinitööstustele 1600 ja Eesti pagaritööstustes kasutatavat vedelpärmi 1100 tonni aastas.



BON – SÜDAMEST JA TAIMEDEST

Uus-Alguse, Valgu küla, Märjamaa vald

Bon Vegan OÜ rajaja, taimse toidu visionäär Ester Lietuviets

Bon Vegan OÜ loodi aastal 2003 taimse toidu visioonide poolt missiooniga teha vegantooted ja taimne elustiil Eesti inimestele kättesaadavaks. Selleks alustati Valgu külas Märjamaa vallas Eesti esimest vegantoidu tootmist. Kahekümne tegutsemisaastaga on Bon Vegan kasvanud kohaliku tähtsusega ettevõttest tuntud brändiks nii Eestis kui ka Soomes. Meie tofud, taimsed lihaasendajad ning maitsepärm on armastatud nii taimetoitlaste kui ka lihasööjate hulgas. Maitsepärmi tasub hoida köögis nähtavas kohas, kuna maitsekas lisand sisaldab väärtuslikke toitaineid ja tervist toetavaid antioksüdante. Mitteaktiivne pärm ehk maitsepärm on maitseküllane lisand paljudele toitudele, milles on lisaks mõnusele kergelt juustusele ja pähklisele maitsele ka küllaldaselt erinevaid tervislikke omadusi. Rikastatud maitsepärm on hea B12-vitamiini allikas, mis võib alandada kolesterooli ja aidata veresuhkrut reguleerida.

Aastatel 2016–2020 oli ettevõtte kiire ekspordikasvu tõttu ühe protsendi kiireimini kasvavate ettevõtete seas Eestis. Bon Vegan tooteid leiab kõigis suuremates jaekettides Eestis ja Soomes ning ka Lätis, Leedus ja Taanis.

Tihe tofu

Toiteväärtus 100 g kohta

Valgud 15,7 g

Rasvad 8,6 g

Süsivesikud 4,3 g

Kiudained 0,1 g

Vesi 69,8%

Toiduenergia 146 kcal



Tofu on tõeline „kameelon“, mis mitte ainult ei ima endasse teiste toiduainete maitset, vaid teatud mõttes ka kohandab oma tekstuuri nende toitudega, millele seda lisatakse.







NAUDINGUD

Kui süüa magusat näljasena,
siis magusaeelistus süveneb.



Elamusrohked kingitused

MINNA SAHVER

Valtu küla, Rapla vald

Perenaine Siret Elmi

Komm, mis on komm! Olgu meil kõigil üks magus hetk!

Tõuke hakata marmelaadi valmistama andis Siretile poeg, kes emalt kommi küsis. Mälestus vanaema Minna marjapõõsastest, viljapuudest, köögiviljaaist ning sahvrist ja südamega tehtud hoidistest on peidetud iga kommi sisse. Nii on Minna marmelaad justkui põlvkondade vaheline sild.

Kõik Minna marmelaadid on valmistatud käsitööna ning mahedast toorainest. Tänapäevaks on pugenud kommid sisse ka kadakas, nõges, džinn ja Raplamaa rabade annid, kokku üle 30 erineva maitse. Selle valikuga on Minna Sahver Eesti suurim marmelaaditootja.





TOHI DISTELLERY

Tohisoo mõisa ajalooline viinaköök
– käsitöödžinnid

Džinni meister ja kaasasutaja Priit Palk

Kohilas, Tohisoo mõisa endises viinaköögis, on end sisse seadnud Tohi Distillery. Džinnikoja lipulaevaks on murakatega destilleeritud Cloudberry Mist Nordic Dry Gin. Kollektsoonis on lisaks London Dry, kord aastas tehtav arooniadžinn, Admiral's Reserve Gin ja alkoholi-vaba Tohi Virgin.

Enne, kui mõisa viinaköögist sai moodne džinnikoda, töötas hoones nahaparkimise vabrik ning pärast Teist maailmasõda Linda nahavabrik, mis tootis tolle ajastu moodsamaid käekotte. Tänapäevaks on õmblusmasinad asendunud vaskkateldegaga jookide valmistamiseks.

Tohisse tohib külla tulla – maja on avatud džinnituurideks ja ürituste korraldamisteks.



**SÜDAMEGA TEHTUD DŽINNIKODA.
TOHIB KÜLL!**

Džinniretseptide autor on Priit Palk



TOHI GIN SOUR

4 cl Tohi Cloudberry Mist või Admiral's Reserve Navy Strength džinni

2 cl värsket sidrunimahla

1 cl suhkrusiirupit

1 munavalge

paar tilka Angostura aromaatsset bitterit
jäakuubikuid

Vala kõik komponendid šeikerisse ja šeiigi tugevalt umbes 17 sekundit. Kurna kokteil läbi sõela kokteilklaasi või madalasse viskiklaasi. Dekoreeri aromaatses sidrunikoorega.

TOHI MURAKADŽINN TOONIKUGA

4 cl Tohi Cloudberry Mist džinni

200 ml kvaliteetset kuiva toonikut

1 apelsiniviil

palju jääd

Täida copa-klaas jääga, lisa Tohi murakadžinn, toonik ning apelsiniviil. Sega õrnalt.



REELIKA KÖÖK & KOOK

Kaarepere alevik, Kehtna vald

Perenaine Reelika Kuusemäe

Pakume mõnusaid koduseid ja puhtaid maitseelamusi!

Küpsetamise juurde jõudsin esimese tütre sündides. Tema igakuiseid minisünnipäevi tähistades soovisin külalistele pakkuda uusi ja põnevaid maitseelamusi. Küpsetamine kasvas ajapikku suuremaks ettevõtmiseks, kui sõbrad-sugulased tellisid pidupäevadeks minu valmistatud tooteid ning 2016. aastal registreerisin ettevõtte Reelika Köök & Kook.

Läbi aastate on olnud populaarseteks toodeteks Pavlova ja Napoleoni koogid ning toorjuustuvahuga-brownie.

Soovin, et minu koduköögis valmistatud küpsetised rõõmustaksid paljusid peresid, kel endal pole aega köögis toimetada.





JÄÄMARI

Kohila vald

Jäätist teevad Kaili ja Virgo Tuul

Sukeldumine jäisesse jäätisemaailma!

Oleme 2014. aastal loodud pereettevõtte, mis toodab Kohila alevikus käsitööna pulgajäätiseid.

Kogu ettevõtmine sai alguse pere vanima lapse armastusest jäätise vastu. Kodustesse jäätisevormidesse valmistatud põnevatest katsetustest kasvas välja huvi käsitööjäättiste tootmise vastu. Teadmiste ja kogemuste kasvades registreerisime ettevõtte, kirjutasime EAS-i starditoetuse äriplaani, tellisime Brasiiliast pulgajäätisemasina ning sukeldusime jäisesse jäätisemaailma.

Jäämari jäätised on päris marjadest ja puuviljadest valmistatud tervislikud pulgajäätised. Jäätised on piimavabad ning valmistamisel ei kasutata säilitus- ega muid kunstlikke lisaineid.

Täna on Jäämari kasvanud üheks juhtivaks käsitööjäättiste brändiks Eesti turul. Suvisel hooajal võib Jäämari jäätiseid leida ka Soomest.

Jäämari sortimendis on ka smuutikuubikud. Värsken-dava smuuti valmistamiseks tuleb vaid kuubikutele lisada meelepärane vedelik, segu šaikida ja nautida.





Jäätömaali

pood.jaamari.ee

pood.jaamari.ee

Jäätömaali

pood.jaamari.ee

**MAASIKA
VAARIKA - MUSTIKA**
Mixed berry popsicle



KOOGISAHVER

Märjamaa vald

Tähtsündmuste magusalaudade katmine

Maarika ja Ergo Sale

Huvi hea toidu nautimise ja toiduvalmistamise vastu oli Maarikal ja Ergol juba 2000. aastate alguses, kui nad ettevõtlike noortena toidukohta vedasid. Klientide soovil hakkas Maarika ka kringleid küpsetama. Neile järgnesid tordid ja muud magusad ampsud ning praeguseks on kondiitritoodete maailmas vähe sellist, millest Maarikal aimu poleks. Ta õpib ja arendab end pidevalt, sest tehnikaid ja maitsebukette, mida katsetada, on endiselt meelest palju.

2017. aastal asutatud Koogisahver OÜ on pereettevõtte, mis valmistab käsitööna erinevaid kondiitritooteid. Oma väikesest kohvik-töökodast unistavad nad senini, sest suurtest linnadest eemal on väga keeruline unistusi teoks teha, isegi siis, kui Koogisahvri looming on tuntud üle Eesti. Viimastel aastatel on põhitegevuseks kujunenud pulmade ja oluliste tähtsündmuste magusalaudade katmine.

Aastatel 2020 ja 2021 valiti Maarika ja Koogisahver portaali Pulmad.ee küsitluse tulemuste põhjal Eesti parimaks pulmatordi meistriks. Koogisahver OÜ on Rapla maakonna ettevõtlusauhinna laureaat kategoorias Väike ja Tubli 2019.

Tainas:

800 g nisujahu
150 g toasooja võid
2 tl soola
175 g suhkrut
2 munakollast
100 ml piima
250 ml vett
50 g presspärm

Keedukreem:

500 ml piima
4 munakollast
100 g suhkrut
3 spl mannat
1 spl maisijahu
2 tl vanillisuhkrut
100 g võid



Keedukreemi-mustikakringel (3 kg)

Retsept: Maarika Sale

Sulata pärm käesoojas vees. Mõõda kuivained, või ja munakollased kaussi ning sega mikseri tainakonsu abil ühtlaseks. Lisa edasi segades piim ning lõpuks vee ja pärmisegu.

Puista tööpinnale veidi jahu ja kaabi tainas kausist tööpinnale. Pallita tainas (keera taina ääred taina alla) ja lase sel 20 minutit puhata.

Valmista keedukreem. Mõõda kõik koostisosad peale või kastrulisse ja kuumuta paksenemiseni, pidevalt põhjast segades. Aseta kastrul külma vee vanni jahtuma ja lisa segades toasoe või.

Valmista kaneelikreem. Mõõda kõik koostisosad kaussi ja sega kreemiks.

Kaalu 300 g külmutatud mustikaid kaussi, lisa üks supilusikatäis maisitärklist ja sega läbi.

Rulli tainas jahusel pinnal ristkülikuks (mitte õhemaks kui 1 cm). Laota kaneelikreem lusikapõhjaga poolele ristkülikule (pikemat külge pidi). Teisele poolele ristkülikust laota keedukreem. Raputa tainale mustikad. Jaga ristkülik mõttes pikemat külge pidi kolmeks ja tõsta servad keskele. Lõika saadud kolmekihiline riba keskelt pooleks ja punu kahe ribana. Aseta kringel küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile ja jäta 20 minutiks kerkima. Kuumuta ahi 190 kraadini ja küpseta ahju keskosas pöördõhu režiimiga 28–30 minutit. Kui kringel on ahjus kuldpruun, võta see välja ja kata sulatatud valge šokolaadiga.

Kaneelikreem:

200 g toasooja võid

350 g suhkrut

2 spl maisitärklist

1 spl jahvatatud kaneeli

300 g külmutatud mustikaid

1 spl maisitärklist mustikatele

200 g valget šokolaadi





SIMON COFFEE

Kodila, Rapla vald

Veikko ja Jane Simon

Eestis käsitsi röstitud, spetsiaalselt Sinule!

Simon Coffee on pereettevõte, mis alustas kohvi röstimist 2018. aastal suurest armastusest kohvi vastu. Kõik meie kohvioad on pärit hoolega valitud istandustest ning röstimine toimub istandustepõhiselt sorte omavahel segamata. Meie käsitsi röstitud päritolumaa kohv

on valmistatud vastavalt kliendi soovile. Tänu eriröstile on meie kohvil suurepärase aroom ja täiuslik maitsebu-kett. Röstimine väga täpse rösteriga ning erilise hoolega hoiame silma peal igal grammil ja sekundil 0,1-kraadise temperatuuri täpsusega. Pakendame oma kohvi 100% taaskasutatavas pakendisse.

Täiuslik röst = meeliülendav aroom ja originaalsed maitse – seda kõike pakub Simon Coffee.

Simon Coffee Tõmmu

Vajame:

200 ml tassi

145 ml vett

16 g kohvi Nicaragua

Kuumuta vesi ca 94 kraadini, lisa kohv ja lase enne serveerimist tõmmata umbes 5 minutit.

Soovi korral lisa suhkrut, mett, vahukoort või piima.

Eriti hästi maitseb aga kaerapiimaga.





VÕLUVÄGI

Looduse võluvõime
avastamine enda ümber.





Eriti vägev MUSTA PÄSSIKU TÖMMIS

Perenaine Piia Kõverik

Must pässik ehk *chaga* on võimsaim antioksidantseid ensüüme sisaldav seen ning on üks vanim ja ohutuim immuunsüsteemi turgutaja. Musta pässiku järjepidev tarbimine aitab suurendada eluenergiat, parandada seedimist ja toetab keha loomulike protsesside toimimisel. Eriti vägev musta pässiku tömmis on päris naturaalne, ilma lisaaineteta. Traditsiooniliselt kasutatakse tömmist hommikuti organismi turgutuseks, aga seda võib kasutada ka toitude ja jookide valmistamisel. Ole loominguiline ja leidlik immuunsuse toetamisel! Seda hommikukohvile lisades saad mõnusa tervisešoti.

Rapla Elujõu Keskuse kogu tegevus on suunatud terviseteadlikkuse tõstmisele ja loodusest abi otsimisele. Looduses peitub kogu maailma jõud!

Chaga mokteilide /alkoholivabade kokteilidega saad luua erinevaid rõõmsaid turgutusi.



Tsitruseline ahvatlus

Täida klaas jääkuubikutega, lisa 40 ml *chaga*'t, apelsinimahla, sidrunimahla, boonust lisab roheline maitseksake.

Metsanauding

Täida klaas jääkuubikutega, lisa 40 ml *chaga*'t, umbes 30 ml kuusevõrse siirupit (või midagi muud looduslähedast), 10 ml sidrunimahla, kõige lõpus mullivett.



Roheline smuuti

1 banaan, 40 ml *chaga*'t, peotäis beebispinaati, kiivit, teravuse saavutamiseks sorts sidrunimahla. Smuutisid võib teha ka marjadega, magususe saavutamiseks võib lisada rohkem banaani, datleid, mett.



Hommikune tervisemaius toortatraga

Leota 1,5 dl toortatart üle öö. Vala nõrutatud toortatar kannmikserisse, lisa 40 ml *chaga* tõmmist, 1 banaan, marju, magustamiseks datleid või mett. Töötle püreeks ja naudi.





RUSSALU PLIIDILIISUDE TOIDUKLUBI

Russalu, Märjamaa vald

Maitseainesegud

Russalu on imearmas külake Märjamaa vallas, kus juba kümme aastat võib aeg-ajalt osa saada Pliidiliisude Toiduklubi tegemistest: toidukoolitustest, ühiskokkamistest, retseptiraamatutest ja maitstvatest toitudest.

Pliidiliisude põhiliseks huviks läbi aastate on ikka olnud head maitset ning kohaliku toidukultuuri avastamine ja arendamine. Jälgime, et toit oleks tervislik ja jõuaks kiirelt peenralt taldrikule!

Meie maitseainesegude valmistamine sai alguse 2015. aastal, ikka heade maitsete huvist ja soovist sõpradele-külalistele oma külast midagi kaasa anda. Nii sündisidki kaheksa lemmiksegu, nende hulgas ka kaks tõelist staari: Russalu tuline ja Ahjumix. Need kaks saavad igal laadal kiiresti otsa, sest püsikliendid juba teavad, mis hea on.



Meie tooted:

Russalu tuline on selline "Eesti moodi tuline" hea üldmaitseaine – kasutajate lemmik, mis sobib lihatoitude, köögiviljade ja kana maitsestamiseks.

Ahjumix on meie isiklik lemmik – sellega on lihtne olla imekook. Kasuta ahjuroogade, aga ka muude toitude maitsestamiseks.

Ürdisool sobib igale poole, kuhu sool ja ürdidki! Pune, petersell, sibul, küüslauk ja meresool annavad hea maitse nii supile kui liha- ja köögiviljatoitudele.

Bonjorno on meie Pliidiliisude variant Itaalia köögi ainetel. Tegemist on täiesti soolavaba maitseaineseguga.

Kastmesegu Dipmix. Nagu nimigi ütleb, sobib kastmetesse, aga samahästi ka suppidesse või liharoogadesse.

Burgerikuninga grillisool on jällegi üks hea maitse-sool erinevatele toitudele, sobib hästi just grillitud toitude maitsestamiseks.

Latiino segu on tehtud neile, kellele meeldivad Lõuna-Ameerika toidud, proovi seda näiteks hakkliha ja tomatikastmete maitsestamiseks.

India päikesesegu on hea, kui seda alguses õlis kergelt kuumutada ja alles siis liha ning köögivilja ja riisi lisada – see toob maitseid paremini välja!



Kartuli-quiche

Quiche on prantsuspärane lahtine pirukas, mis on enamasti valmistatud mure- või lehttaina põhjale, aga et kohalik kelder pakkus parajasti kartuleid, otsustasime seekord proovida valmistada põhja hoopiski kartulist.

Riivi kartulid peene riiviga ning pigista mass pisut kuivemaks, kalla vedelik ära. Liialt pole vaja vaeva näha, aga see lisab tainale pisut krõmpsuvust. Sega massi hulka jahu, juust ja pisut soola-pipart. Suru tainas vormi põhja ja pisut ka seintele ning aseta umbes 15 minutiks 220-kraadisesse ahju küpsema.

Senikaua haki sibul ning prae pannil koos hakkliha läbi. Hõrgumaks maitseelamuseks soovitan kasutada broilerihakkliha. Maitsesta hakkliha julgelt Pliidilii-sude lemmiku maitseaineseguga. Seejärel klopi kausis lahti munad, lisa hapukoor, pisut vedelikku ja soovi korral veel musta pipart (kui vaja, siis ka pisut soola).

Võta põhi ahjust, laota sellele hakkliha ning kata täies ulatuses muna-hapukooreseguga. Poolita kirsstomatid ning laota need üle piruka. Küpseta veel 20–25 minutit kuni munasegu on hüübinud ja serveeri iseseisvalt või värske salatiga.

Vajame:

6 kartulit (kui suuremad, siis nt 4)

3 spl jahu

3 spl riivitud kõva juustu

350 g (broileri) hakkliha

1 suur sibul

4 muna

3 spl hapukoort

paras sorts vett/piima

2 peotäit kirsstomateid

2,5 tl Ahjumixi või Russalu tulist maitseainesegu



MINU AASIA

Keava alevik, Kehtna vald

Brändi looja Margus Kalam

Pakendatud Aasia maitseed

Pärast esimest India reisi seisad valiku ees. Sa ei taha sinna enam kunagi tagasi minna või vastupidi, suisa armud sellesse omapärasesse, pöörasesse ja eurooplase jaoks väga veidrasse kanti. Sama lugu on sealse söögiga. Sulle hakkab see suisa vastu või avastad enda jaoks täiesti uue ja imelise maitsete maailma. Minuga juhtusid need teised variandid. Juba esimeselt ärireisilt 2003. aastal tõin kaasa hulgaliselt vürtse ja kokaraamatu. Hiljem õppisin seal kohalike sõprade kodudes perenaiste kõrvalt

ja võtsin tasulisi kokanduskursuseid nii Indias kui ka Tais, Indoneesias, Nepalis ja Kambodžas. Kui 2020. aastal tuli pandeemia tõttu oma kauplused ajutiselt sulgeda, jäi kodus aega üle ja nii sündiski vürtsikas tootesari „Minu Aasia“, milles on peamiselt India retseptid veidi leebemal kujul purkidesse villitud. Mis tootesarjast edasi saab, sõltub sellest, kuidas eestlased selle omaks võtavad.

Populaarsemad tooted:

- India karri pasta
- Marineeritud küüslauk
- Marineeritud mango
- Marineeritud mango ja küüslauk
- Marineeritud baklažaan
- Harissa paprikaga
- India piimatee Chai maitseainesegu



TAIPÄRANE KANAKARRI

Haki kanafilee peenikesteks ribadeks ja kuumuta pannil, kuni liha välispind on valge. Lisa kaks supilusikatäit marineeritud küüslauku ja sega läbi. Prae mõned minutid ja lisa kookospiim. Lase lihal madalal kuumusel küpseda ja lisa maitse järgi soola. Soovi korral lisa hakitud värsket koriandrit, Tai basiilikut, rohelist sibulat või muud meelepärast ürti. Serveeri keedetud kartulitega.

Vajame:

300–400 g kanafileed

1 purk kookospiima (400 ml)

2 spl Minu Aasia marineeritud küüslauku

INDIA KARRI

Kuumuta õlis hakitud sibul, lisa vürtsköömned ja loorberileht. Lisa köögiviljad või liha ja prae segades, kuni need on pooleldi läbi küpsenud. Vala peale terve purgitäis karripastat ja kuumuta korralikult, kuni köögiviljad või liha on valmis. Parima tulemuse saamiseks lisa hakitud värsket koriandrit. Soovi korral võid lisada ka purgitäie kookospiima. Serveeri koos riisi ja lavaši või saiaga. Lisa garneeringuks 1–2 teelusikatäit Minu Aasia marineeritud küüslauku.

Vajame:

1 sibulat

1 loorberilehte

1 tl vürtsköömneid

1 tl toiduõli

200–300 g köögivilju või liha

1 purk Minu Aasia India karri pastat





UUSKAUBI ÜRDITALU

Vängla küla, Märjamaa vald

Sirje ja Hillar Aiaots

Ravimtaimede kasvatamine Velise jõe ääres

Alustasime kultuurtaimede kasvatamist ja loodusest ravimtaimede kogumist juba eelmise aastatuhande lõpus. Püüdsime ära kasutada oma soodsat asukohta Velise jõe ääres, eemal maanteedest ja tootmishoonetest ning peagi viisime oma tootmise üle mahepõllumajanduse põhimõtetele ja saime ka vastava tunnustuse.

Nõudlus ravimtaimede järele oli suur, sest inimestel oli säilinud usk loodusravisse ja kodumaiseid tootjaid oli suhteliselt vähe. Kui esimestel aastatel oli põhirõhk ravimtaimede ja -teede valmistamisel, siis mõne aasta möödudes kogesime, et esialgne huvi meie kauba vastu hakkab raugema. Uute toodetena tõime turule heamaitsetelised ja ilusa välimusega taimeteed: Mõnus joogitee, Turgutav ürditee, Rahuliku sügisõhtu tee. Hiljem lisandusid neile kodupaigast Vigalast inspireeritud teed, neist on eriti populaarseks saanud Vigala õite tee, mille loomiseks andis tõuke juulikuine õiterohkus talu põldudel. Nendest õitest sai kokku särava ja ilusa teesegu, lisaks maitseks veel piparmünti ja mustasõstralehti.





EVE TEHTUD

Metsaääre küla, Märjamaa vald

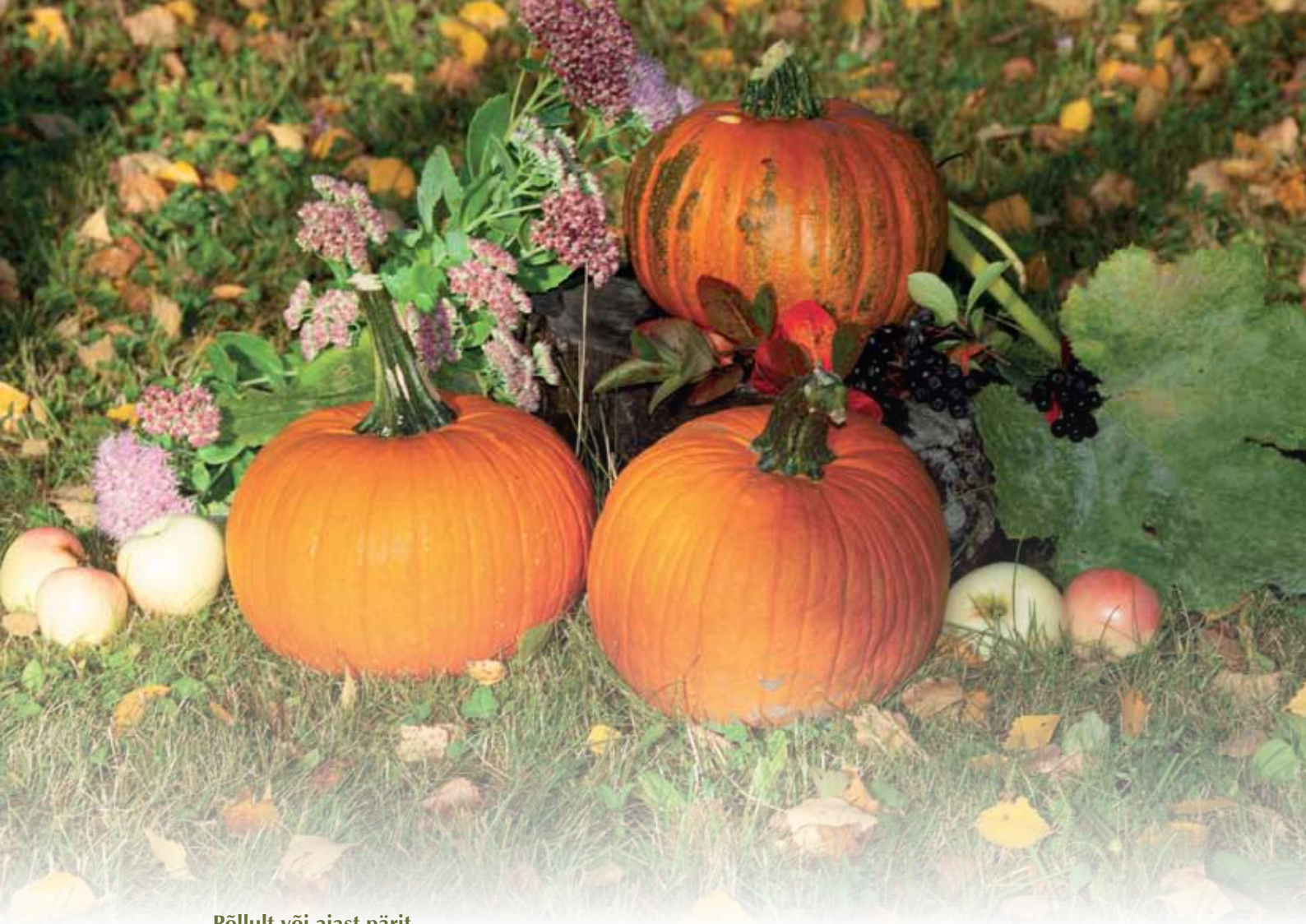
Perenaine Eve Alekand

Meie pere aias on sealsed tegevused ja taimede kasvatamine ikka au sees olnud. Kõik puu- ja köögi- viljad on tulnud oma aiaist ning toadki on alati täis lilli ja erinevaid eksootilisi taimi. Mikrovõrsete kasvatamist soovitasid tuttavad ja avastasin, et just see on töö, mis mul silma särama paneb. Ajapikku kasvas sellest välja oma ettevõte. Lisaks mikrovõrsetele kasvatan ka tomateid, paprikaid ja erinevaid tšillisorte, 2022. aastal lisandus valikusse baklažaan. Samuti kannavad vilju nii õuna- kui pirnipuud, pooleli on mustikaistanduse rajamine. Unistuses näen ka oma viinamarjavälja.









Pöllult või aiast pärit
küpsed puu- ja köögiviljad
lõhnavad aromaatselt.

TALUST KOJU

PIKASOO MAHETALU

Nõmmemetsa küla, Rapla vald
Peremees Artur Roosvalt

Olles aastaid Pikasoo talu juurde kuuluvaid maid välja rentinud, tekkis peremehel soov maade kasutamisele parem väljund leida. Kõikidest mõtetest jäi sõelale otsus rajada kultuurmustikate istandus. Esialgsete mullaproovide ja esmaste kalkulatsioonide põhjal rajasime kodu lähedale esimese katsepõllu, järgmisel aastal juba suurema ning taotlesime 2020. aastal PRIA-lt noore taluniku toetust. Enesetäiendamiseks alustasin õpinguid Olustvere Teenindus- ja Maamajanduskoolis põllumajandustootja erialal. Kõik Pikasoo põllul kasvavad saadused on tunnustatud ja kontrollitud mahetoodang.

Valmista ette köögiviljad: koori ja lõika sibul sektoriteks. Koori ja haki küüslauk. Pese suvikõrvits, paprikad ja tomat ning lõika suupärasteks tükkideks. Korja basiilikulehed varte küljest, aseta kõrvale ning haki basiilikubarred. Kuumuta õli suurel sügaval pannil. Prae keskmisel kuumusel (vajadusel osadena kui korraga pannile ei mahu) suvikõrvits ja paprika kuldseks ning poolpehmeks. Tõsta küpsenud köögiviljad suurde kaussi. Samal pannil prae umbes 10 minuti jooksul kuldseks ja pehmeks sibul, küüslauk, basiilikubarred ja tüümian. Vajadusel lisa õli ja vala pannile eelnevalt küpsetatud köögiviljad. Sega juurde tomatipüree ja värsked tükeldatud tomatid. Maitsesta palsamiädika, meresoola ja värskelt jahvatatud pipraga. Sega korralikult läbi, kata pann kaanega ja hauta madalal kuumusel 30–40 minutit. Viimaseks rebi sisse värsked basiilikulehed ja riivi peale sidrunikoor. Kontrolli maitset, vajadusel maitsesta veelkord.

Ratatouille PIKASOO moodi (6-le)

Vajame:

- 1 kg küpseid tomateid
- 2 kg suvikõrvitsaid
- 2 tk punast sibulat
- 4 küünt küüslauku
- 2 tk paprikat
- 3 peotäit värsket basiilikut
- 2 vart värsket tüümiani
- 1 spl *balsamicot*
- oliiviõli
- 1 sidrunit
- 400 g tomatipüreed (võimalusel valmista ise värsketest tomatitest)







MEEMEE OÜ

Avaste küla, Märjamaa vald

Peremees Toivo Kratt

MeeMees OÜ missioon on taasavastada ja edasi anda esivanemate teadmisi ning oskusi loodustoodete valmistamisest ja kasutamisest. Pakume müügiks võimalikult algupärasel viisil käsitööna valmistatud tooteid. MeeMees otsib ja korjab väekaid taimi, marju, seeni ja mett Avaste looduskaitsealalt ja selle ümbrusest ning tutvustab nende kasulikke omadusi ja kasutamise viise.

Olen õppinud nii mesindust kui kokandust ning need teadmised on olnud abiks meesegude ja mett sisaldavate toitude ning toidureseptide väljatöötamisel ja valmistamisel.

2014. aasta juunis Tallinna Tänavatoidufestivalil toimunud EXPO tänavatoidu konkursi hääletuse võitis ülekaalukalt MeeMehe rukkileivatasku vürtsikilu ja vutimunaga. Publiku valitud lemmiktoit esindas Eestit maailmanäitusel EXPO Milano 2015.

Rukkitasku vürtsikilu ja vutimunaga (4-le)

Vajame:

4 tk Rukkitaskut (muud palaleiba)

240 g vürtsikilufileed

20 vutimuna

240 g odrakruupi

400 g muskaatkõrvitsat

120 g värskeid hooajalisi salatilehti

120 g mugulsibulat

Dijoni sinepit, valgeveiniäädikat, neutraalse maitsega oliiviõli, MeeMehe mett, soola, nelki, loorberilehti, pipart, kaunistamiseks tillioksi

Keeda soolaga maitsestatud vees odrakruup, nõruta ja jahuta. Puhasta kõrvits, viiluta, marineeri, jahuta, tükelda väikesteks kuubikuteks. Koori sibul ja haki väikesteks kuubikuteks. Keeda vutimunad, jahuta, haki peeneks. Eemalda vürtsikilult nahk ja haki väikesteks kuubikuteks. Sega ained kokku. Valmista kaste. Sega Dijoni sinep valgeveiniäädika, mee ja oliiviõliga kastmeks. Rebi salatilehed paraja suurusega tükkideks. Aseta rukkitasku põhjadele salatilehed, vahele täidis ja kaste ning kaunista tillioksaga.



ALLIKASILMA ELAMUSTALU

Vana-Kaiu küla, Rapla vald

Perenaine Kadri Brecher

Kolisime Allikasilmale 2017. aasta sügisel kolme lapse, vanaema ning koerte ja kassidega. Päris palju aega kulus enne, kui tekkis idee, kuidas 800 m² suurust mõisaaegset hobutalli kasutama hakata. Kui peremehele kingitud kuuele kirjule kanale lisandusid juba lambad, kitsed, jänessed ja haned, hakkasid sõbrad soovitama meil oma taluelu tutvustada ka teistele huvilistele. 2020. aastal osalesime Avatud talude päeval ning külalistajatele meeldis väga loomadele pai teha, neid süüa ja nendega aega veeta.

Kasvatame ka erinevaid tšillipipraid ning teeme erinevaid toidukatsetusi Lohe Kindrali kaubamärgi all. Pakume erinevate lisanditega tšillibeseesid ja tšillikaramellikastmeid, millele lisavad tulisust enda kasvatatud Habanero tšillid.





ATLA MÕIS

Atla küla, Juuru, Rapla vald

Atla mõisaproua Kristel Luige ja mõisahärra Raivi Juks

Atla mõis on Eesti üks vanimaid mõisaid. Ajaloos-likatest võib Atla mõisa kohta esmaseid märkeid leida juba 1241. aastast. Praegune omanik Raivi Juks ostis lagunenud mõisa 1997. aastal. Täna kasutab omanik peahoonet pere elumajana, vanas viljaaidas on Mõisake-
raamika pood, kohvik ja Piparkoogi Kuningriik, endises rehes Mõisakeraamika tehas. Taastatud on parkmets, jääkelder, saekaater ja moonakate maja, kus tegutseb Atla Moosivabrik.

Atla mõisaproua piparkoogid

Vajame:

1,5 klaasi suhkrut

1,5 klaasi siirupit

200 g pehmet võid

2 muna

1 klaas hapukoort

1 tl soodat, kaneeli-, ingveri- ja kardemonipulbrit

1 tl apelsinikoort

1,2-1,5 kg jahu

Munad ja suhkur mikserda kergelt vahule, seejärel sega sooda hapukoorega. Sega kõik ained hästi läbi. Kui tainas on seisnud üle öö, saab meistrite töötuba alata.

2017. aastast asub Atla mõisas muinasjutuline **Piparkoogi Kuningriik**, kus heljub piparkoogilõhna ja kerkivad piparkoogimajad, mille tarbeks sai leiutatud ka spetsiaalne retsept reljeefsete piparkookide valmistamiseks. Juba tuhat aastat tagasi valmistati selliseid reljeefseid piparkooke, mis tänapäeval on unustusse jäänud. Veel keskajal oli piparkook jõukuse sümbol, mis riputati aknale, et kõik näeksid. Piparkoogid olid ka apteekides müügil. Piparkooki söödi ravimina kõhu-, pea- ja südamevalu vastu ning see pidi päästma ka nukrameelsusest. Atla mõis taastab seda vana traditsiooni. Selle jaoks valmistame enda Mõisakeraamika tehases ka spetsiaalseid keraamilisi vorme reljeefsete piparkookide tarbeks.





JAAGUARU TALU
Mahtra küla, Juuru, Rapla vald
EDY KÖÖK
Perenaine Edy Priimägi

Mulle meeldib hoidistada. Kui lapsed kodust lahkusid, ei saanud jätta marju korjamata ja tegin ikka hoidiseid edasi. Tuttavate soovitusel alustasin oma mooside, mahlade ja muude hoidiste müümisega. Hoidiseid valmistangi just niipalju, kui oma aiast toorainet tuleb, midagi juurde ei osta. Toodete sildid kujundasin ise ja pildid joonistas tütar, ise prindin ja liimin sildid pudelite-purkidele. Mingeid erilisi retsepte hoidiste valmistamisel ei kasuta, teen oma maitse järgi ja suhkrut panen just nii palju, kui säilitamiseks on hädapärast vaja.



AASU TALU MESI

Lohu küla, Kohila vald

Perenaine Kaire Puhkan



Aasu talu (Puhkan ja Pojad OÜ) mesilaste korjemaaks on enamasti Raplamaa looduslikud rohumaad, metsad ja raiesmikud. Aasu talu kuulub Eesti Kutseliste Mesinike Ühingusse ja Eesti Mesinike Liitu ning meie mesi kannab Ehtsa Talutoidu märki. Hoolitseme selle eest, et meie mesilaspered oleksid terved ja tugevad ning saaksime pakkuda puhast mett Raplamaa loodusest.

Lõika õunad viiludeks, sega kaneeli ja meega. Tõsta segu ahjuvormi. Sega kausis jahu, kaerahelbed, sool ja hakitud või. Puista purukate õuntele ja nirista mett peale. Küpseta 200-kraadises ahjus umbes 30 minutit, kuni pealispind on mõnusalt pruunistunud. Serveeri soojalt piimaga.

Õunakrõbedik meega

Vajame:

3–4 hapukat õuna

3 spl mett

1 tl kaneeli

Purukate:

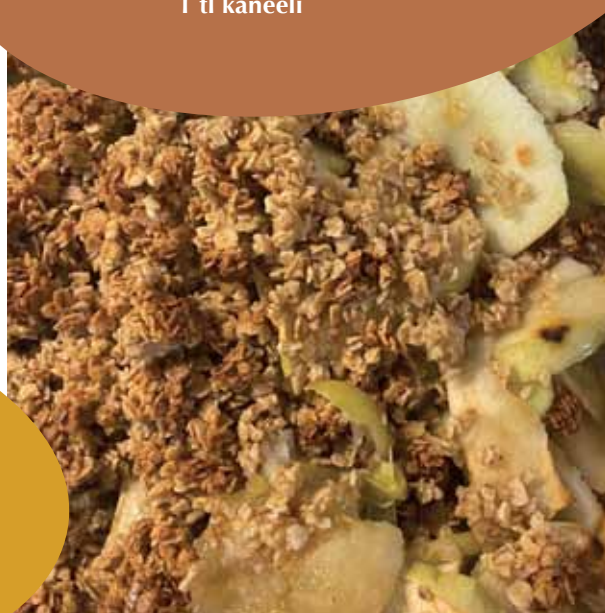
100 g speltajahu

50 g kaerahelbed

100 g võid

1 spl mett

soola





Raplamaa tootjaid ja teenusepakkujaid liitev ühendus on koondunud kaubamärgi **Rabav Raplamaa** alla. Eelistame kohalikke väiketootjaid ning kutsume neid meie poodi oma kaupa müüma. Koostöö kohalike tootjatega on meie jaoks oluline, sest see aitab piirkonnas hoida töökohti ja pakkuda klientidele kõige värskemat toitu.

Ühingusse kuulujad on huvitatud ühtse Raplamaa tootemärgi imidži loomisest, arendamisest ja turundamisest. Oleme partneriks kohalikele omavalitsustele Raplamaa tootjate turundamist puudutavates küsimustes ning erinevate traditsiooniliste ürituste loomise ja ellukutsumise juures.

Raplamaa RABAB nii vingelt, et ajalugu ärkab taas ellu!



ALU MÕISAHÄRRA RAPLAS KÄIMAS

Sa hõõrud silmi ja ei saa aru, kas kusagil on avanenud ajavärv, sest ringi liigub tegelasi eelmisest sajandist?!

KUST ON TA TULNUD?

MIS ON TEMA SÕNUM?

Luba endale selgitada: Nimelt asub Rapla endise Alu rüütlimõisa maadel, millest tänaseks on kasvanud igati vahva linn.

Viimast Alu mõisahärrat teatakse kui arukat ja heasüdamlikku meest, kes iseäranis talude müümise ja rendi ajal olla talupoegadele igatsorti soodustusi andnud ning 1905. aastal oma rahva eest seisnud.

(Jaan Männart, Willem Kutsar)



Sestap on asjade loogilise jätkuna täna meie tootjate esindajaks ning häälekandjaks Alu mõisahärra **Otto von Lilienfeld**, Eestimaa rüütelkonna peamehe Georg von Lilienfeldi poeg, kes oli ka ise rüütelkonna peamees aastatel 1842–1845 ning hiljem juba Eestimaa maanõunik. Ta oli uhke oma talupoegade üle, kelle nägudes nägi ta tarkust (erinevalt naabermõisate mõisnikest) ning valitses nende üle õiglaselt justkui teades, et kui tema jaoks töötaval talupojal on hea, siis on ka temal väga hästi! Ilmselt seetõttu kasvas siinne kogukond kokkuhoidvaks, kus julgeti olla loovad ning ettevõtlikud ja oldi endi üle uhked. See väljendub tänapäevani kõiges, kuhu Raplamaa inimene käed külge lööb! Vaata kasvõi meie maamärgilist kirikut, mille kihelkonnamehed kahetornilisena ehitasid, et rõhutada Raplamaa erilisust.



Või siis Okta Centrumi hoonet, mille lasi nõukogudeaegne kolhooside ehituskeskuse esimees projekteerida sõnadega: “Tee nii äge hoone, millele peale ega kõrvale ei saaks midagi muud ehitada!” Täna arhitektid näevad, et Okta Centrumist võiks saada samasugune ikoon ja maamärk nagu Sydney ooperimaja Austraalias.

Alu mõisahärra ilmutas end esimest korda taas meie ees 15. augustil 2020 ning uue traditsioonina hakkab ta oma maadel käima kord aastas, et nautida rahva saavutusi ning juhtida tähelepanu võimalustele.

RAPLAMA MÕISATE PÄEV – kummardus meie mõisatele

Mõisate päeval avavad külastajatele oma ukse erinevad mõisad üle Raplamaa, mida saab koos giidiga külastada. Linna keskväljakul avaneb Raplamaa kaart, millele on märgitud meie maakonna 25 erinevat mõisat ning kolmel täistunnil on võimalik koos giidiga liikuda kaardil ja kuulda mõisate ajalugu ning tutvuda huvitavate mõisalugudega.



RAPLAMAA RABADE PÄEV

Sügisene tähelepanu tõmbaja on Raplamaa rabade päev, mil kutsume ja saadame kõiki huvilisi RAPP! Aga ega me siis niisama rabasse lähe – läheme ikka nii, et käigul oleks mõte sees!

Kogenud matkajuhtidega koos võid julgelt laugaste vahele rabatarkusi ja -lugusid koguma minna!



Kasutatud materjalid:

Maaailma toiduainete entsüklopeedia, 1000 toiduainet sõnas ja pildis lk 44, 46, 98, 118, 142, 184, 332, 350. Tallinn: Kirjastus Tea, 2006

Raal, A. Maaailma ravimtaimede entsüklopeedia. Tallinn: Eesti Entsüklopeediakirjastus, 2010

Mothander, C., Jansson, T. Kulinaarsed vested. Tõlkija Anu Saluäär. Tallinn: Kirjastus Loomingu Raamatukogu, 2014

Raplamaa Sõnumid, Heleri Väronen „Me kõik oleme vaimse kultuuripärandi edasikandjad“, 28.03.2018

Ajaleht Maa Elu, Toomas Šalda „Salutaguse pärmitehas töötab täistuuridel“, 24.01.2019

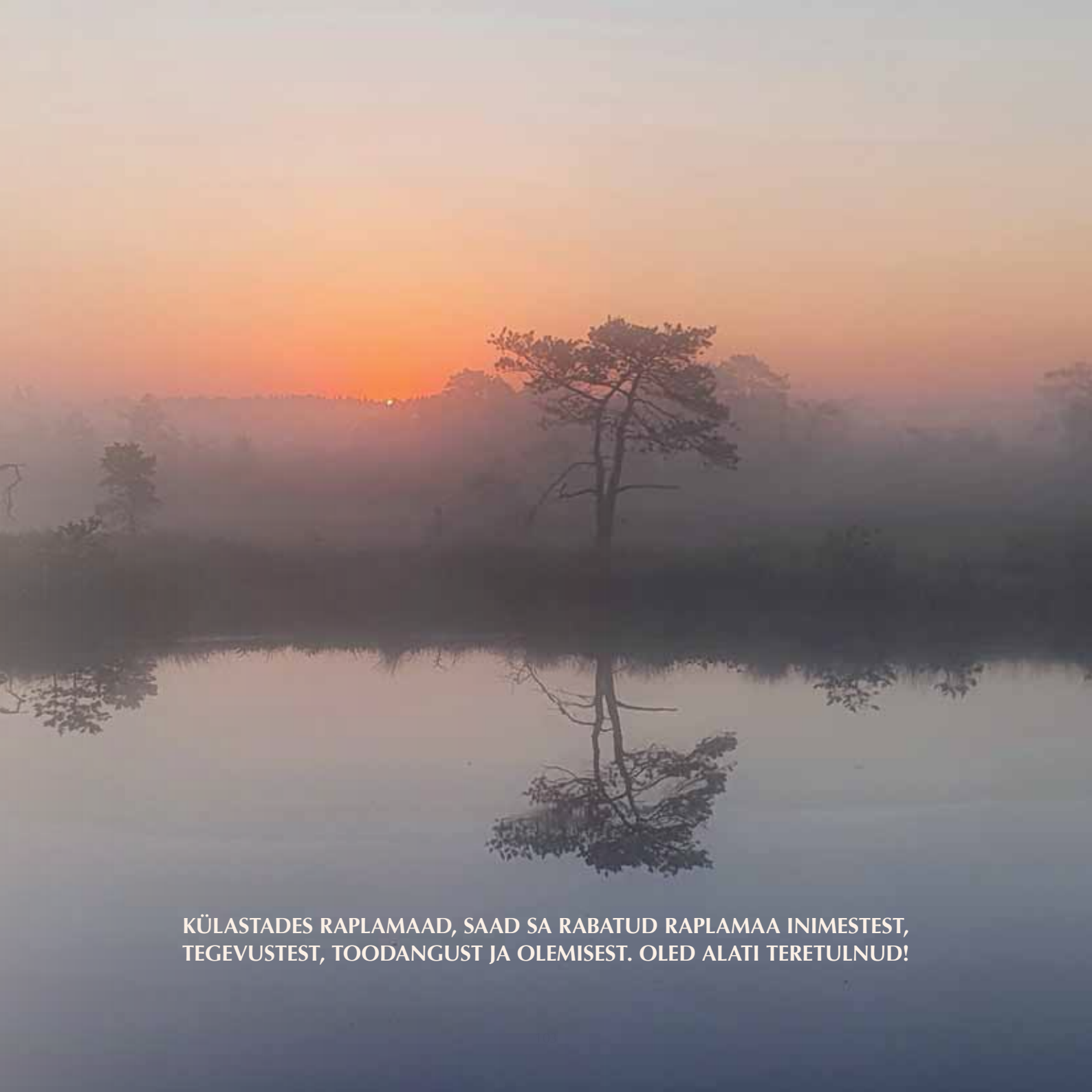
<https://tervisliktoitumine.ee/>

<https://www.vegansociety.com>

<https://et.wikipedia.org/wiki/Rukis>

<https://et.wikipedia.org/wiki/Tatar>

<https://et.wikipedia.org/wiki/Oder>



KÜLASTADES RAPLAMAAD, SAAD SA RABATUD RAPLAMAA INIMESTEST,
TEGEVUSTEST, TOODANGUST JA OLEMISEST. OLED ALATI TERETULNUD!

