

LEADER rahvusvahelise projekti „Sirguvad Söögisellid” menüü. Kokkavad lapsed koos vanematega. 7. Mail 2012 Partsi veskis

Menüü:

Tervitus smuuti (kuuseokka-kiivi)

Taimeteed

Kartulisalat umbrohtudega

Roheline salat Hiiumaa kitsejuustuga

Hiiumaa maheveise hakklihapallid jogurtikastmega

Metsapesto-juustu tortiljad

Karask seemnetega

Maitsevõi

Kadaka- ja kuuseokka magustoit vahvlitega

Kuuseokka-kiivi smuuti

(Smuuti meistrivõistluste võidutöö)

<p>5 väiksemat kuuseoksa (pool mikserikannust) klaas vett 3 kiivit 2 banaani 2 klaasi ananassimahla 2 melissioksa pool väikest laimi</p>	<p>Pane väikesed kuuseoksad (soovi korral võid kasutada vaid okkaid, sobivad ka kuusevõrsed) ja laimi viljaliha kannmikserisse, kalla peale vesi ning surista võimalikult peeneks. Nõruta saadud mass läbi sõela. Tükelda kannmikserisse kooritud banaanid ja kiivid, lisa ka meliss ja ananassimahl. Mikserda ühtlaseks massiks, kalla segu hulka kuuseokkamahl ja mikserda uuesti läbi. Kiiviseemned jäävad ka pärast töötlemist terveks ja teevad maitse eriliseks</p>
--	---



Kartuli-redise-kurgi salat erinevate umbrohtudega

<p>kartul hapukurk redis porru majonees hapukoor erinevaid metsataimi, võilille kollased õied, paiselehe kollased õied sool</p>	<p>Valmistamine: Keeda kartulid. Lõika kõik koostisained suupärsasteks tükkideks. Sega kõik salati komponendid kastmega kokku, maitsesta.</p>
---	---



Roheline salat Hiiumaa kitsejuustuga

<p>Erinevad rohelised salatilehed Metsataimed (naat, võilille lehed, nurmenuku lehed jne) Kirsstomat Värske kurk Redis Punane sibul</p> <p>Salatikaste: Õli, sool, pipar, suhkur või mesi, äädikas (õuna, valgeveini) või sidrunimahl</p>



Pesto ja juustuga tortiljad

<p>Tortilja Pesto värsketest umbrohtudest (naat, võilill). Juustud erinevad Pesto Helerohelised kuusekasvud Naat, võilill, kortseht jne Sarapuu pähklid Küüslauk riivitud parmesan oliiviõli soola vajadusel</p>	<p>Valmistamine: Purusta kuusekasvud ja teised umbrohud, pähklid ja küüslauk koos natukese oliiviõliga üsna ühtlaseks. Lisa riivjuust ning piisvalt õli, et saada paras möks. Maitsesta vajadusel soolaga.</p> <p>Määri igale tortiljale pestot, riivi peale juustu, küpseta 210 –kraadises ahjus umbes 10 minutit kuni pitsa on pealt krõbe.</p>
--	---

Hakklihapallid

<p>1 kg hakkliha (veise või lamba) 2 muna 1 sibul 2 dl riivsaia 2 dl koort 2 dl piima 3 tl soola Värskaid ürte ja maitserohelist hakitud musta pipart paneerimiseks jahu praadimiseks õli ja või segu</p>	<p>Hakklihast, munast, riivsaia, koorest ja piimast segada hakkmass. Hakkmassile lisada hakitud sibul, maitsestada soola, ürtide ja pipraga. Sibulat võib enne hakkmassile lisamist veidi rasvas kuumutada. Hakkmassist vormida märgade käte abil väikesed 3-4 cm läbimõõduga pallid. Lihapallid paneerida jahus ja küpsetada ahjus. Lihapallid laotakse rasvaga määritud või küpsetuspaberiga kaetud ahjupannile ja küpsetatakse 200 C juures 20 minutit.</p> <p>Juurde valmistada jogurtikaste</p>
---	--

VÕI

Koduse või tegemiseks võta üks purk ja kalla poolde purki vahukoort. Keera kaas kõvasti kinni ja loksuta purki.

Vahepeal on väga raske loksutada, kui on vahukoor purki tekkinud. Siis tundub, et miski purgis ei liigu, aga loksuta ikkagi edasi. Varsti on tekkinud purki võitükk ja pett.

Kurna pett välja, sõelal näiteks. Sega võid kausis lusikaga, et pett eralduks. Siis kalla võile jääkülma vett ja sega. Vaheta vett, kuni see on puhas. Kalla vesi ara.

Võile võid lisada soola ja naiteks hakitud tilli, tüümiani või murulauku. Pane korraga ainult ühte.

Söö varske leiva või karaskiga. Pett joo ka ära või tee sellest pannkooke.

Odrajahukarask

1l keefirit või muud hapupiimatoodet 3 muna 45g suhkrut 450g odrajahu 200g nisujahu 3tl söögisoodat maitse järgi soola määrimiseks võid	Sega keefir, muna, suhkur ning lisa eelnevalt ühendatud kuivained. Lisa maitseks soola. Tainas peab jääma parajalt vedel. Vala võiga määratud pannile. Küpseta 200-kraadises ahjus umbes 30 minutit. Kõige paremini maitseb karask otse ahjust tulnuna koos maitsevõiga.
--	--



Kuuse- ja kadakaokka magustoit

900 ml jogurtit kondentspiim 9 tk sügavkülmutatud banaan 6 dl sügavkülmutatud kuuse/kadaka okka mahl.	Pane natuke jogurtit, kondentspiim, ja külmutatud kuuseokka mahl köögikombaini. Püreesta ühtlaseks. Lõpuks lisa veel jogurtit, maitse ja sega ühtlaseks
--	---

Vahvlid jäätise juurde (40 tk)

400 g võid 6 muna 5 dl suhkrut 2 tl vanillsuhkrut 5 dl jahu 3 dl tärklis 3 dl vett või piima	Sulata või ning jahuta. Sega hulka munad, suhkur, vanillsuhkur, jahu, tärklis ja vesi. Kuumuta vahvliküpsetaja ning küpseta õhukesed krõbedad vahvlid. Täida näiteks jäätise või kohupiimakreemiga ja serveeri
--	--

Söögisellide peakokk on Heli Hahndorf

Mercedes Merimaa nõgesekotlett

2 peotäit kuivatatud või pool ämbrit värskaid nõgeseid 4 suurt keedetud kartulit 2 keskmist sibulat küüslauguküüs 4 muna jämedat jahu või kliisid paneerimiseks maitseaineid - sool, pipar, pune, muskaatpähkel õli praadimiseks	Purustage kausis puulusikaga kuivatatud nõgeseid. Värskeid nõgeseid hoidke minut aega kuumas vees, nõrutage ja hakkige. Vajutage keedukartulid kahvliga pudruks. Tükeldage sibulad ja küüslauk, lisage maitseained. Segage kõik ained omavahel kokku. Saadud tainaga toimige nagu tavalise kotletitainaga: vormige käte vahel kotletid, paneerige jahus ning praadige pannil mõlemalt poolt.
--	--



Märkmed: