

Rubriigis annab kogenud köögi-toimetaja ja kokaraamatute autor Lia Virkus uusi ideid, mida just sel kuul tasub ellu viia.

PROOVI!



TEISTMOODI JA PARIMAD

Maksi & Mooritsa peened kanepi verivorstikesed jõudsid sel sügistelvel lettidele esimest korda, kuid noppisid juba võidu Toidumessil parimate talvetoodete kategoorias. Pimetest käigus tunnistati need aasta parimaks verivorstiks. Kanepivorstikesete valmistamisel on klassikalisele verivorstile lisatud kooritud kanepiseemneid, mis annavad tootele põneva maitseuuna ja struktuuri. Pakendatud 300grammisesse vaakumpakendisse.

hooaeg

HOOAJA RETSEPT



KÕRVITSA-APRIKOOSI VÜRTSMOOS

Valmista seda vürtsikat tšatnit kas kõrvitsaga – hea süüa talvel verivorsti kõrvale – või suvikõrvitsaga, et võtta seda grillvorsti lisandiks suvel. Naudi vürtsmoosi ka juustudega, lisa seda pirukatele-pitsadele ja liharoogadele. Tore on vürtsmoosi keeta jõululingituseks. Siis kalla see väiksematesse purkidesse, siinses kogusest saad 2–3 purgikest.

500 ML PURK

400 g kõrvitsat

80 g kuivatatud aprikoose

1 väiksem sibul

120 g suhkrut

225 ml naturaalselt õuna- või veiniäädikat

75 g rosinaid, soovitatavalt kuldseid

u 6 cm jupp värsket ingverit

Koori ja riivi peene riiviga ingver, haki kõrvits, sibul ja aprikoosid. Mõõda kõik ained potti ja kuumuta aeg-ajalt segades paksupõhjalises potis nõrgal kuumusel tund-poolteist, kuni vedelik on aurustunud ja tulemuseks ühtlaselt pehme, kuid siiski veel kõrvitsa-aprikoositükkidega maitsekas vürtsmoos. Vajadusel lisa hautamise ajal juurde vett.



**”HERNEST OMLETTI!?”
VANAD HEAD JA UUED
PÕNEVAD RETSEPTID
VEGANVERSIOONIS”**

LIA VIRKUS,
MADLI METSAR,
NELLY VOOLPRIIT

KEE RAAMAT

Hernest omletti, avokaadost kooki? Jaa, just nimelt – toidud, mis on väikse viguriga. See kokaraamat on kõigile, kellele maitseb köögiklassika: kartulisalat, kotlet, rosolje, kräsupäa ning paljud muud juba tuttavad soolased ja magusad road. Samuti leiab siit uuemaid moekaid retsepte, nagu lillkapsariis, jakakotletid, suitsuporgand, kääritatud toortatroleib jms. Kuidas valmistada kooki ilma suhkruga ja valge jahuta või toorkaneelirulle ilma ahju panemata? Siit leiad vastuse! Kõik koostisained on 100% taimsed – nii et kaunist taimse teekonna algust sulle või imelist teekonna jätku!

TORE LEID



PEOLAUALE!

Ka alkoholivabalt saab pidutseda ja klaase kokku kõlistada! **Õunal** on selleks uus **kirsi-vahtra vahujook**. Idee selleks unikaalseks maitsekoosluseks tekkis küsimusest: kuidas klappivad omavahel kaks konkureerivat põnevat täidlast maitset? Tuleb välja, et imeliselt! Esimesena võib tunda kirsi sügavat aroomi, mis sobitub röstitud vahtralaastude suitsuste nootidega, jättes maha meeldivalt pika järelmaitse. Šikilt punakas jook sobib ahjulihha, köögiviljade ja juustuvaliku saatjaks.

TERVISLIK



MITMEKÜLGSELT KASULIK

Semu 100% astelpajuõli on valmistatud ainult astelpajumarjadest ja -seemnetest. Tänu oma unikaalsele koostisele sobib kasutada nii sees- kui ka välispidiselt. Õlis sisalduvad oomega-rasvhapped, E-vitamiin ja antioksüdandid tagavad naha elastsuse, toidavad ja kaitsevad väliste kahjustuste eest. Astelpajuõli ravib haavu, leevendab valu ja noorendab nahka pärast põletust või külmetust, samuti parandab limaskestade tervist. Seespidiselt kasutades aitab astelpaju kaasa südame-veresoonkonna tööle, kontrollib vere kolesteroolisisaldust ja toetab immuunsüsteemi.



VÄÄRT MÕTE

GRILLPANNIL VERIVORSTI?

Aga miks mitte! Kui sul grillimisvõimalust pole, ent grillitud liha-kala-köögivilja armastad, saad oma köögis sama hea tulemuse ka **Le Cruiseti malmist grillpanniga**. Hea valiku panne leiad poest Kulp, Ülemiste keskusest, Kaubamajast ja Stockmannist.

Kolm grillinippi malmpanniga:

1. Parima tulemuse saavutamiseks kuumuta panni keskmisel temperatuuril ja suurenda kuumust seejärel maksimumini.
2. Grillpanniga grillimisel on kaks võimalust. Esimene: pintselda panni õliga ja pane liha või vorstike pannile. Teine: pintselda liha või vorstikesi kergelt õliga, nii saavutad parima tulemuse.
3. Ära hakka liha või vorstikesi keerama enne, kui neile on tekkinud krõbe koorik või kui liha või vorstike tuleb ise pannilt lahti. Siis alles keera ja küpseta ka teiselt poolt. Saad võrratu tulemuse – nii maitset kui ka välimuselt.

KINGIIDEE



TOIDUELAMUSE NIMEL

Kui soovid kokakunsti armastavatele sõpradele-lähedastele rõõmu valmistada, siis **Handon'si maitseainete topsikesed** sobivad selleks suurepäraselt. Eri ilmapaigust käsitsi korjatud orgaanilised ürdid on pakendatud mugavatesse taaskasutatavatesse 70 g pappkarpidesse. Valikus on: India nelja pipra segu, suitsutatud pipar tammepõõgiga, Kashmiri tšilli, LaVera vürtsikas paprikapulber, Mocajuba musta pipra terad, rosmariinioksad, pune ja tüümian. Need ürdid aitavad luua toiduelamusi, kahjustamata keskkonda. 🚫