



Tartumaa toidupiiirkonna retseptikogumik

Rohkem kui 100 retsepti Võrtsust Peipsini
ja suupistetest magusani





Suur tänu
retseptide koostajatele,
kogujatele ja kõigile panustajatele,
kes aitasid kaasa
Tartumaa toidupiirkonna
retseptikogumiku valmimisele!

Tartumaa toidupiirkonna retseptikogumik

Töörühm: Katrin Kollist, Katrin Sisask, Liis Lainemäe,

Marju Hõbejärv-Särg, Triin Nõmm, Heili Petkin,

Kristiina Tammets, Erkki Peetsalu

Kujundaja: Triinu Sarv

Fotod: Mikk Otsar, Silver Gutmann, TASi pildipank

Väljaandja: Tartumaa Arendusselts

Sisukord

Suupisted **11**

Salatid **23**

Supid **41**

Kalaroad **53**

Aedvilja- ja liharoad **63**

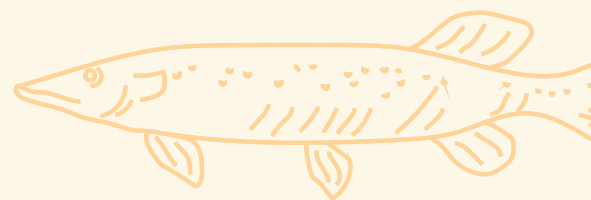
Soolased küpsetised **75**

Koogid ja magustoidud **101**

Õunakoogid **123**

Hoidised ja joogid **141**

Peakokkade erimenüüd **149**





Tartumaa peakokad
toidupiirkonna avamisel lodjal Suur Sume (mai 2025).

Tartumaa külluslikud maitseed Võrtsust Peipsini

Toit jutustab piirkonna lugu. Toit ühendab inimesi ja inspireerib. Toiduelamus jääb meelde ning kutsub tagasi. Just sel põhjusel otsustasime Tartumaa maitsete aasta raames koostada retseptiraamatu – Tartumaa toidupiirkonna retseptikogumiku, mis põimib tervikuks põneva valiku külluslikke maitseid Võrtsust Peipsini.

Tartumaa mitmekülgsed toidutraditsioonid, mis andsid toidupiirkonna aasta programmile põhjalike toiduajaloo uurimuste näol tugeva vundamendi, väljenduvad ka siinses retseptikogumikus. Hansalinn Tartu, tänane Lõuna-Eesti pealinn, tõmbas maitsekütte magnetina juba keskajal. Sisevete kaudu liikusid Tartusse inimesed ja kaubad, muuhulgas eksootilised vürtsid ning erilised toiduvalmistamise viisid.

Emajõgi oma rikkaliku veemaailmaga on olnud läbi aegade piirkonna tuiksoon, millel kujundas toiduajalugu ka unikaalne madalapõhjaline puitlaev – lodi. Tänapäeval saab lodjaretkel Emajõe Suursoosse jõhvikale minna või seilata Peipsile, mille kallastel on oma traditsioone elus hoidmas vanausulised. Kogu see kultuuride mitmekesisus ja maitsete rikkus on väärtus, mida saame ainult üheskoos hoida.

Retseptikogumik annab Tartumaa toidutraditsioonide hoidmisse oma panuse. Siit leiab valiku suupisteid, salateid, suppe, kalaroogasid, liha- ja aedviljaroogasid, soolaseid küpsetisi, kooke ja muid magustoite, isegi mõned hoidised ja joogid. Retseptikogumiku krooniks on piirkonna peakokkade erimenüüd ning valik Tartumaa esimese õunakoogi meistrivõistluse retsepte. Kokku mahtus kogumiku üle saja retsepti – nii ammuseid kui ka uuemaid, osad neist iseloomulikud just Tartumaa erinevatele piirkondadele. Eks Tartumaad ongi toidupiirkonna mõttes keeruline jagada, kuigi retseptide kogumisel joonistusid Tartu kõrval selgemalt välja kolm piirkonda: Lõuna-Tartumaa ja Võrtsjärve piirkond, Lõuna-Vooremaa ja Saadjärve piirkond, Peipsiääre ja Sibulatee piirkond.

Eesti toidupiirkonnad on olnud eriilmelised. Tartumaa maitsete aasta näitas, et hea tahe ja ühine panustamine võimaldavad saavutada ühe piirkonna heaks väga palju. Kes soovisid kaasa lüüa, leidsid palju uusi kontakte ja koostööd, avastasid uus maitseid ja kogusid erilisi toiduelamusi. Tartumaa toidupiirkonna retseptikogumik saab ajas kindlasti täiendust, nii nagu jätkub ka toidupiirkonna ja toiduvõrgustiku arendamine koostöös partneritega.

Nõnda palju kui leidub maitseid, leidub ka arusaamu toidust ja selle valmistamisest, rääkimata iga pere või kogukonna lemmikretseptidest. Seda põnevam on hakata ühe piirkonna toite lähemalt uurima ja katsetama. Maitseüllatusi leidub kindlasti nii siin retseptikogumikus kui ka igas köögis Võrtsust Peipsini.

Head katsetamist!

Kristiina Tammets

Tartumaa toidupiirkond 2025 eestvedaja

Tartumaa Arendusseltsi tegevjuht

*„Tartumaa elab ja hingab
Emajõe rütmis,
ulatub Võrtsjärvest Peipsini
ja mahutab rikka veemaailma
kõrval ka põliseid põllumaid,
tugevaid traditsioone ning
rammusat kultuurikihti.
Mõistagi tähendab puhta
looduse, põneva ajaloo
ja paigavaimu hoidmine,
et Tartumaa rahvas peab
tegutsema targalt,
soovides siinse kandi
väärtuseid põlvest põlve
edasi kanda. Jah, tartu keelt
ja tarka meelt siin jagub,
nii nagu ka oskust elada,
tervislikult toituda ning
külalislahkelt Tartumaale
saabuaid tervitada.“*

väljavõte Tartumaa
toidupiirkonna loost





Ühe sibulapiruka lugu

Sibul on viinud mind ühtaegu nii köögipannide vahele kui ka Peipsi äärde. Just tänu sibulale said minust ja Kailist Peipsiveere galeristid. September on aeg, mil vanausuliste ridakülades müüvad memmekesed aiasaadusi, aga eeskätt Peipsi sibulaid. Need värvilised letid panid omal moel aluse ka Voronja galeriile. Kui olime Varnjas majaomanikeks saanud, mõtlesime, et tahame käituda nagu külas kombeks – avada paadikuuri uksed ja müüa midagi. Aga mida? Sibulaid me kasvatada ei oska, Kaili isegi ei söö sibulaid. Kalal me samuti ei käi. Nii sündis hoopis mõte avada galerii ja sellest peale hakkas sibul meie elus kaasa mängima hoopis uuel viisil.

Ma ei mäleta enam, millal ma oma esimese sibulapiruka tegin. Enne seda sai köögis katsetatud siiski erinevaid sibulamoose, millega päris mitu hooaega galerii tegevust rahastasime. Retseptivaramus oli vist üle kahekümne variandi: punase veini ja kadakamarjadega, valge veini ja kollajuurega, balsamico-äädikaga mustjas sibulamoos, apelsinikoore ja tähtaniisiga jõulumoos, portveiniga, tšilliga karamellistatud, õlle ja

sinepiseemnetega ning rosmariini ja meega ... Mõni neist läks laadal nagu soe sai, mõned katsetused sõime ise hiljem ära – see tähendab, mina sõin, Kaili ju sibulat ei söö.

Sibulatest millegi valmistamine nõuab pühendumist. Kõik algab üsna intensiivse nutuga. Olen proovinud kõiki nõkse: hoida suus leivakoorukest, kanda ujumisprille, seista avatud akna ees, koorida sibulaid külmas saunas, panna lauale põlema küünlad, et aur läheks mujale. Võin kinnitada, et kõik need trikid aitavad siis, kui koorid kahte-kolme sibulat. Kui aga koorida on vaja üle kümne kilo, ei pääse ka kõige raudsema närviga mees nutust.

Kui sibulad saavad lõpuks kooritud ja hakitud, võib moositegu alata. See on hetk, mil köök muutub lahinguväljaks ja õhus levib aroom, mis ei lase enam ühelgi pisaral kuivada. Te võite ainult ette kujutada, mida kõike samal ajal peab tegema Kaili, et mitte sibulalõhna alla mattuda. Kunsti nimel pole vist ükski galerist nii palju nutnud kui meie Kailiga.

Aga tagasi piruka juurde. Ma ei mäleta, kuidas täpselt oma retseptini jõudsin. Suitsujuust ja fenkoliseemned olid vist parajasti köögikapis olemas ning nende kooslus tundus sobivat. Nii sündis Voronini sibulapirukas. Hiljem avastasin, et lepasuitsuga juust andis maitsele tugevama nüansi ja sellest peale olengi kasutanud just seda.

Esimestest degusteerijatest alates on sibulapirukas saanud vaid kiidusõnu, isegi neilt, kes muidu sibulat suu sissegi ei võta. Isegi Kaili on pirukat maitsnud, kuigi tema südant pole ma sellega veel võitnud. Meil polegi vist kunagi armastus kõhu kaudu käinud.

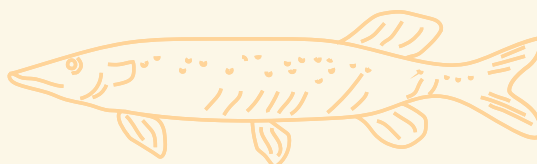
Päris mitu hooaega oli Voronini sibulapirukas Sibulatee puhvetite päeva reklaamis tõmbenumbriks, kuid tõeline tähetund saabus 2024. aastal, kui see pälvis Sibulatee parima piruka tiitli. Arvasin, et siit kõrgemale enam tõusta pole võimalik, aga eksisin. Aastavahetusel pakkusin pirukat Terevisiooni eetris Katrin Viirpalule, kes kuulutas selle maailma parimaks, ehkki ausalt öeldes oli see ka tema esimeseks sibulapirukaks, mida ta üldse maitstes. Vahetult enne 2025. aasta puhvetipäeva jõudis pirukas Marko Reikopi taldrikule Ringvaate saatesse ning sealt edasi paiskus valla juba tõeline kuulsuse plahvatus. Õnneks pole sellest saanud koorem, pigem puhas rõõm.

„Sibulatest millegi valmistamine nõuab pühendumist. Kõik algab üsna intensiivse nutuga.“

Raul Oreškin

Voronja galerii üks eestvedajaid ja

Sibulatee parim sibulapirukameister 2024





Ema, mida me sõime?

Kuulasin täna oma ema, et selgust saada vanades retseptides ja koos meenutada, mida me üldse sõime.

Hommikusöögiks oli meil tavapäraselt odrajahupuder, lisaks hapupiim või võisilm.

Laupäeva õhtul sõime alati piimaga odratanguputru. See tahtis pikalt pliidi peal haududa, samal ajal sai tube koristada ja sauna kütta. Isa on oma lapsepõlvemälestustest rääkinud, et tööpäeva õhtul pandi puder ja hapupiim lauale kahe kausiga. Igaühel oli oma lusikas. Võeti järjekorras putru ja siis hapupiima peale. Piimaridade järgi võis näha, mitu inimest oli söömas.

Seatapu järel tehti verest ise verikäkke ja ka pannkooke, aga mina pannkooke ei mäleta. Lambatapu järel keedeti lambapeast sülti. Seda mäletan, kuidas vanaema enne süldi keema panekut pliidisuu peal lambapead puhastas ehk põletas karva.

Meil küpsetati ka valekorpi – saiaataigna katteks lisati mannapudrule muna. Hiljem tehti ka „kiirtoiduna“ posesia viiludele sedasama katet. Kui suvel oli piima rohkem, tehti

kohupiimast korbid. Valekorp oli talvise aja toit, kui piima nappis (lehmad olid kinni). Mulgikorbid tehtigi esialgu pudruga, hiljem magusa või köömnetega kohupiimaga.

Hapukapsasupp valmis põldubadega. Tavapäraselt keedetud hapukapsasupile lisati keedetud põldoad. Oad keedeti eraldi, sest nende keeduvesi on tume, ei sobi supileemeks. Oad mahendavad supi hapusust. Seda suppi valmistati eriti kevade poole, kui hapukapsatünnis olid kapsad juba liiga hapuks muutunud.

Eraldi söök oli lödiga kartulid. Tükeldatud kartulid keedeti ja kurnati, lisati maitseks kas praerasva, praesibulat või praetud pekitükikesi ja valati peale piima ja nisujahu segu. Seejärel kuumutati veel keemiseni. Meil oli enamasti sibula või siis praerasvaga variant.

Praetud singiviilu koos härjasilmaga pakuti ootamatutele külalistele ja ka põllutöödele appi tulnutele (traktoritööd, aga ka seatapp jm). Alati kutsuti abilised töö lõpuks tuppä sööma. Sellise toidu valikut põhjendas ema, et sink ja munad olid suvi läbi talus olemas.

Peolaua serveeriti valekala – suur kala keedeti tervena marli sees, et pärast keetmist saaks ühes tükis jahtuma tõsta. Jahtunud kala puhastati, kalatükid, keedetud muna, sinep, mädarõigas ja hapukoor segati salatiks. Vaagnale pandi kala pea ja saba, keskele vormiti salatist „kala keha“.

Külalistele toodi magustoiduks kisselli kuivatatud õuntest, lisaks vahukoor. Isa ja vanaema sünnipäevale tulid tädid ja onu oma perega 2-3 päevaks, seetõttu oli vaja pakkuda mitu toidukorda. Neid toite tänapäeval enam ei tehta ja oleme unustanud. Mõned neist oleks ju kohe tehtavad – võtan plaani.

Ingrid Matteus

Tartumaa aasta ema 2023

*„Tööpäeva õhtul
pandi puder ja
hapupiim lauale
kahe kausiga.
Igaühel oli oma
lusikas.
Piimaridade järgi
võis näha,
mitu inimest
oli söömas.“*





Väärtustame Tartumaa toidupärandit

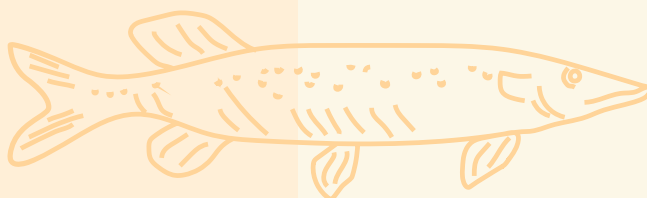
Tartu Rakenduslik Kolledž (VOCO) korraldas Tartumaa maitsete aasta raames mitmekülgseid Tartumaa maitsete koolitusi ja toidusündmuseid. Muuhulgas leidis aset hoidiste konkurss, koostasime erimenüüd kooliperele, korraldasime kokaõpilaste Tartumaa maitsete õhtusöögi ja palju muud põnevat. Rändasime ajas ja maitsetes, avastades Tartumaa rikkalikku toidupärandit ning selle tänapäevaseid tõlgendusi.

Meie pühendunud toidukooli kutseõpetajad ja koolitajad jagasid osalejatega teadmisi kohalike toorainete, piirkonna toiduloo ning traditsioonide kohta. Tartumaa maitsete koolitustel osales inimesi üle kogu Eesti. Kõik huvilised panid käed külge, et valmistada Tartumaa maitsetest inspireeritud toite. See oli suurepärane võimalus tutvustada Tartumaa toidukultuuri laiemalt ning näidata, et siinsed maitsete väärtused tähelepanu nii argipäevas kui ka pidulaul.

Väärtustame üheskoos Tartumaa toidupärandit ja kohalikke toiduaineid! Hoiame elus kohalikku toidukultuuri, tuues selle tänasesse päeva koos uute ideede ja tänapäevaste valmistusviisidega. Meie kutseõpetajate ja koolitajate koostatud retseptidega saab igaüks tuua ka oma kööki killukese meie nägemusest Tartumaa maitsetest.

Marju Hõbejärv-Särg
VOCO Tartumaa maitsete aasta eestvedaja

*„Hoiame elus kohaliku
toidukultuuri,
tuues selle tänasesse päeva
koos uute ideede ja
valmistusviisidega.“*



SUUPISTED





Tartumaa toidupiirkonna alguse toiduaktsioon
Tartu Raekoja platsil (10. mai 2025)

Ahvenamarja määre

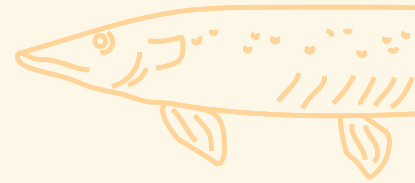
KOOSTISOSAD

250 g värsket ahvenamarja
100 g saiakuivikuid (ilma kooreta)
1 hakitud sibul
1 hakitud küuslauguküüs
1 sidrun
75 ml oliiviõli
75 ml päevalilleõli
maitse järgi soola ja pipart
pisut oliiviõli niristamiseks

VALMISTAMINE

Eemalda saialt koorikud ning leota saiaviile külmas vees.
Pigista liigne vedelik käte vahel välja ja pane sai blenderisse.
Kuumuta ahvenamarja koos hakitud sibulaga pannil, kuni kestad eralduvad.
Eemalda kestad, maitsesta segu soolaga ning lisa blenderisse.
Lisa küüslauk, sidrunimahl ja näpuotsaga musta pipart.
Püreesta segu ühtlaseks pastaks ning nirista blenderi töötamise ajal sisse õlid, kuni mass muutub kreemjaks.
Tõsta valmis määre kaussi ja nirista peale veidi oliiviõli.
Serveeri saiamäärdena, dipikastmena või leivakorvikeste täidisena.

Retsepti koostaja: Berit Pendis



„Ahven on Võrtsjärve üks levinumaid ja olulisemaid kalu. Kevadel ja varasuvel, kui ahvenamarja oli käepärast, ei läinud see kaluriperedes raisku. Marja kasutati toiduks erineval moel – keedeti, soolati või tehti sellest määreid leivale. Ahvenamari oli maitsev ja toitev, pakkudes head vaheldust tavalisele kalalihale. See lihtne määre on ehe näide sellest, kuidas Võrtsjärve ääres kasutati kalast ära kõik, mis võimalik, ning väärtustati toidutegemisel nii värskust kui ka säästlikkust.“

Berit Pendis





Räimerullid Sääniku moodi

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Keeda marinaad – kadakamarjad, suhkur, vürts, rosmariin, rosé-pipar, sibul ja küüslauk.

Jahtunud marinaad kalla soolatud räimerullidele, lisa sidrunimahla, õunaädikat, päevalilleõli, džinni.

Kui marinaad on jõudnud räimefileeni, võib asuda sööma!

Retsepti koostaja: Rutt Tuvike

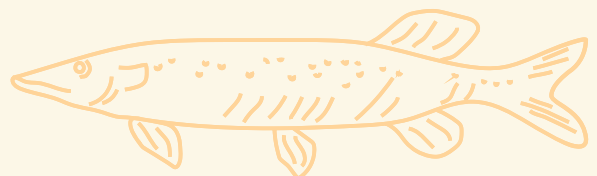
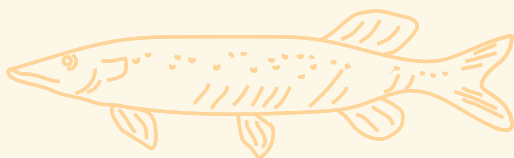
„Kellele ei maitse Eesti rahvuskala?

Marinaad väikeste nüanssidega.

Räimerulle marinaadis valmistasid nii minu ema kui ka vanaema.

Armastatud on see toit ka meie peres.“

Rutt Tuvike



Friteeritud õlletaigna kalaampsud

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

1 kg valget Tartumaa kalafileed (nt haug, koha, tursk või ahven)
sool, pipar
sidrunimahl (maitsestamiseks)
jahu kala paneerimiseks

Õlletainas

250 g nisujahu (Tartu Mill)
1 tl küpsetuspulbrit
2-4 muna
300 ml heledat õlu (lager või pilsner)
maitsestamiseks näpuotsaga soola, Cayenne'i pipart või paprikapulbrit

VALMISTAMINE

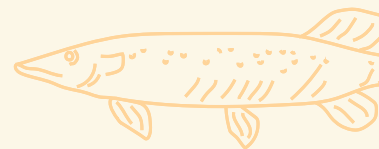
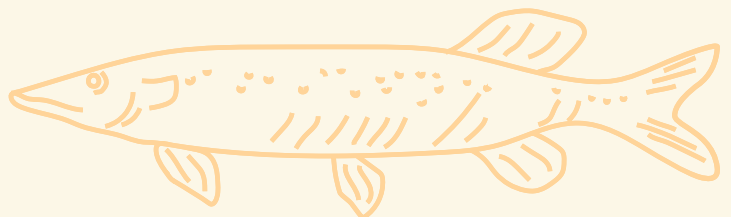
Kala ettevalmistus: Lõika kalafileedest umbes 50 g suurused tükid (kokku umbes 50 ampsu). Maitsesta kergelt soola, pipra ja sidrunimahlagaga. Puista peale veidi jahu, et tainas paremini nakkuks.

Õlletainas: Sega jahu, küpsetuspulber ja maitseained. Lisa muna ja õlu, vispelda ühtlaseks tainaks. Lase tainal 10-15 minutit seista, et mullid hajuksid ja tekstuur paraneks.

Fritüürimine: Kuumuta õli 180°C-ni. Kasta kalaampsud tainasse ja friti 3-4 kaupa, kuni need on kuldpruunid (umbes 3 minutit). Tõsta majapidamispaberile nõrguma.

Serveeri puidust või klaasist alusel koos jogurti-tillikastme või tartarkastmega, sidruniviilude ja värske salatiga, soovi korral ka röstitud kartulitega või friikatega.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Marineeritud suitsuangerjas

KOOSTISOSAD

umbes 2 kg suitsuangerjat

1 l vett

1 tl soola

1 spl suhkrut

17 tera vürtsi

3 loorberilehte

6 tera nelki

½ tl köömneid

äädikat maitse järgi

VALMISTAMINE

Lõika suitsuangerjas tükkideks ja aseta purkidesse.

Valmista marinaad: pane potti vesi, lisa sool, suhkur, vürtsiterad, loorberilehed, nelgid ja köömned. Kuumuta keemiseni ja maitsesta äädikaga.

Kalla marinaad angerjatükkidele, et kala oleks täielikult kaetud.

Aseta purgid laia potti nii, et nad ei puutuks üksteisega kokku. Kuumuta tasasel tulel keemiseni ja lasa purkidel ühtlaselt keeda 20 minutit.

Seejärel sulge purgid õhukindlalt. Säilita jahedas.

Retsepti koostaja: Maret Jäger

Angerjas on Võrtsjärve üks kõige erilisemaid ja väärtuslikumaid kalu, mille püük ja tarvitamine on olnud järveäärsete perede jaoks auasi. Suitsutatud angerjas oli traditsiooniliselt pidupäevatoit, mida pakuti külalistele või tähtsatel sündmustel.

Et suitsuangerja maitset pikemalt säilitada ja anda sellele värsket hapukat nüanssi, hakati kala marineerima.

Nii sündis roog, mis ühendas suitsutamise rikkaliku maitse ja marinaadi kerge särtsakuse.

Marineeritud suitsuangerjas on ehe näide Võrtsjärve kalandustraditsioonide ja oskusliku toidukunsti kohtumisest – midagi, mida peeti haruldaseks ja väärtuslikuks suutäieks.



Lutsumaksapasteet

KOOSTISOSAD

3 lutsu maksa
1 keedumuna
1 sibul
soola ja pipart
majoneesi ja hapukoore segu
5 terapipart
6 vürtsitera
2 keskmist loorberilehte

VALMISTAMINE

Aseta lutsumaksad potti ja kalla peale nii palju vett, et need oleksid kaetud. Lisa vette vürtsiterad, terapiprad, loorberilehed ja veidi soola. Keeda tasasel tulel umbes 20 minutit, kuni maksad on täiesti pehmed. Tõsta maksad veest välja, aseta taldrikule ja suru kahvliga katki. Lisa juurde hakitud keedumuna ning peenesta kõik ühtlaseks massiks. Seejärel sega hulka hakitud sibul, maitsesta soola ja pipraga ning lisa viimasena majoneesi ja hapukoore segu. Sega, kuni saad ühtlase, pasteeditaolise massi. Tõsta valmis määre väikestesse leivakorvikestesse või kasuta lihtsalt leivale määrimiseks. Kaunista endale meelepäraselt. Samal viisil võib valmistada pasteeti ka koha maksast – selle maitse tuleb veelgi hõrgum.

Retsepti koostaja: Anne Schvede

Luts on talvine kala, mille püüdmise on Võrtsjärve ääres olnud oluline just külmal ajal, kui muud saaki oli vähem.

Kõige hinnatum osa lutsust oli tema maks – eriliselt

pehme, rasvane ja maitsev.

Lutsumaksast valmistati pasteeti, mis oli tõeline delikatess ning kuulus sageli pidulauale.

Pasteet püsis hästi ja sobis suurepäraselt nii leivakatteks kui ka külmlauale. Võrtsjärve kaluriperedes käsitleti

lutsumaksapasteeti kui haruldast hõrgutist, mis näitas pererahva oskust vääridada kalast just parima osa.

See roog jutustab lugu talvisest kalapüügist, kus lihtsast saagist loodi midagi eriliselt peent.





Peipsi koha magushapus kastmes

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Prae eelnevalt sidrunipipra ja soolaga maitstes olnud kohakala vanakooli paneeringus: muna ja jahu.

Voki köögiviljad: porgand, punane sibul, küüslauk, paprika.

Valmista kaste: ananassimahl, pruun suhkur, riisiäädikas.

Lisa soola ning ka sambal oelek kaste.

Keemisel lisa tomatikaste/pasta/purustatud tomatid/ketšup – mida parasjagu on.

Valmista ananassimahlast ja maisitärklisest paksendi.

Kalla vokitud köögiviljad kastmesse, lisa ananassitükid (konserv).

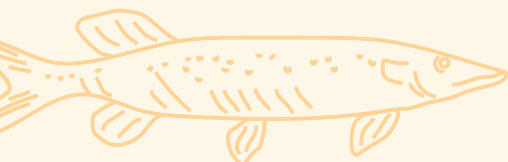
Lase keeda mõni minut, lisa paksendi ja kaste ongi valmis.

Kata paneeritud kohakala kastmega kihiti.

Retsepti koostaja: Aigne Taska

*„Kuna mulle meeldivad aasiapäraseid kastmed,
siis leidsin, et see sobiks ka hästi kohaliku kalaga.
Õppisin valmistama kastet, mis tundus hea,
kohakala on nagunii hõrk ja maitsev.
Koos maitsevad eriti hästi.
Endises Kivi kõrtsis oli see väga populaarne toit,
mida valmistan ka praegu aeg-ajalt
oma koduköögis.“*

Aigne Taska



Rannaräim

KOOSTISOSAD

1 kg värsket räime

Marinaad

1 l vett

5 spl soola

5 spl äädikat (30%)

1 spl suhkrut

1 sibul

soovi korral õli

VALMISTAMINE

Aseta puhastatud räimed marinaadi 24 tunniks, seejärel eemalda selgroot.

Haki sibul. Lao räimed karpi vaheldumisi sibulaga, pane tõrts õli vahele ja soovi korral ka sidrunipipart.

Sibula asemel võib kasutada ka küüslauku.

Sobib leivale, kartuli kõrvale jne.

Retsepti koostaja: Madis Rembel

„See retsept räimest on väga vana. Juba minu ema tegi seda, kui ma laps olin, ja tõenäoliselt ka tema ema.

Rooga on väga lihtne valmistada ja seda süüakse hea meelelega nii igapäevaselt kui ka erinevatel tähtpäevadel, olgu suurte või väikeste pidu. Kord tegingi seda lapse

1. sünnipäeva lauale suure karbitäie. Sööma hakates ei saadudki enne pidama, kui karp oli tühi ja tekkis olukord, et oleks uut vaja. Kohe aga juurde ei saanud teha ja nii said õnneks ära proovitud ka teised piduroad. Põhiliselt teeme räime talvel, harvemini suvel, aga põhimõtteliselt võib seda teha alati, kui isu tuleb.“

Madis Rembel





Heeringapasteet

KOOSTISOSAD

4 heeringa fileed
1 hapu õun
2 keskmist keedukartulit
1 hapukurk
1 sibul
2 keedumuna
musta pipart, vajadusel soola

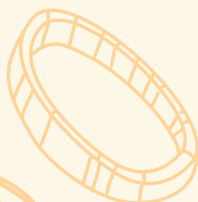
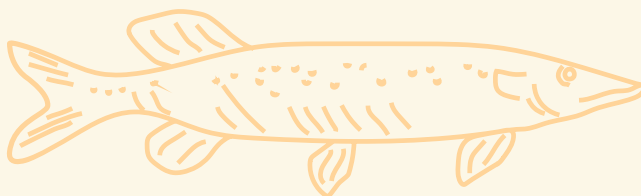
VALMISTAMINE

Peenesta kõik ained ja sega hapukoorega. Seda toitu nimetati „paukaks“.

Retsepti koostaja: Mari Leover

„Heeringapasteet on pilguheit poole sajandi tagusele toidulauale Tartu lähistelt.“

Mari Leover



Suitsulatika määre

KOOSTISOSAD

500 g kuumsuitsukala (latikas, räim, ahven, tursk)

1 sibul

3 tk keedetud muna

1 dl hapukoort

1,5 dl majoneesi

sool

till

VALMISTAMINE

Esmalt puhasta kala hoolikalt luudest ja nahast ning haki liha väiksemateks tükkideks.

Sibul lõika hästi peeneks ning tükelda keedetud munad.

Kõik komponendid sega omavahel kokku ja lisa juurde hapukoor ning majonees.

Sega, kuni saad ühtlase kreemja massi. Maitsesta soolaga, vajadusel pipraga,

kuid suitsukala annab enamasti piisavalt tugeva maitse.

Valminud segu tõsta väikestesse leivakorvikestesse või kasuta seda leivale

määrimiseks. Kaunista tillioksaga. Korvikesed sobivad suurepäraselt pidulauale, aga

ka lihtsaks vahepalaks.

Retsepti koostaja: Anne Schvede

„Kala suitsutamine on olnud traditsiooniline kalurite viis kala säilitamiseks ja maitse tugevdamiseks. See lihtne võileib on olnud nii hommikusöögiks kui ka külalistele pakutavaks suupisteks kaluritaludes.“

Anne Schvede



Soe võileib

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Lõika viil leiba, pane peale kapsahautis hakklihaga ja selle peale tükeldatud värsket tomatit või päikesekuivatatud tomatit, mis annab parema maitse.

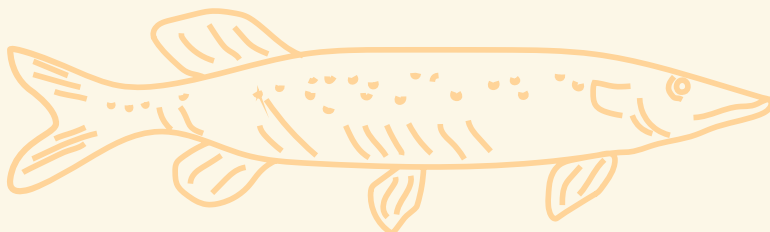
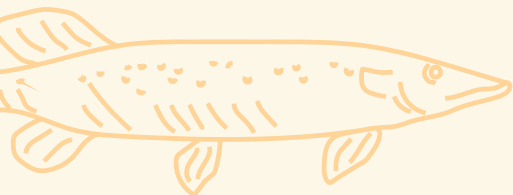
Kõige peale lisa riivitud juustu.

Küpseta ahjus 180°C juures 7-10 minutit.

Retsepti koostaja: Sirje Parksepp

„Soe võileib on meie peres tihti tehtav kiire amps.“

Sirje Parksepp



SALATID





Tartumaa toidupiirkonna avasündmus
lodjal Suur Sume (28. mai 2025)



Emajõe kalasalat marineeritud kurgi ja majoneesiga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

600 g keedetud või suitsutatud kala (nt forell, haug või räim, puhastatud ja tükeldatud)
300 g marineeritud kurki (väikesteks kuubikuteks)
200 g keedetud kartulit (kooritud ja tükeldatud)
150 g punast sibulat (hakitud)
4 keedetud muna (hakitud)
300 g majoneesi
2 tl Dijoni sinepit (soovi korral)
soola ja musta pipart maitse järgi
hakitud tilli või murulauku kaunistuseks

VALMISTAMINE

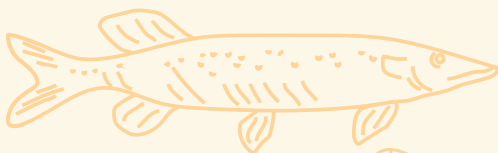
Koostisosade ettevalmistus: Puhasta kala ja tükelda väiksemateks tükkideks. Tükelda kartul, kurk, sibul ja munad.

Salati kokkusegamine: Suures kausis sega kokku kala, kartul, kurk, sibul ja muna. Lisa majonees ja sinep, maitsesta soola ja pipraga. Sega õrnalt läbi.

Viimistlus: Puista peale värsket maitserohelist. Soovi korral lase salatil enne serveerimist 30 minutit maitsestuda.

Serveeri salat jahedalt, näiteks rukkileiva või keedetud kartuli kõrvale. Kala ja marineeritud kurgi kooslus toob esile Emajõe piirkonna maitset – lihtne, aga südantsoojendav.

Retsepti koostaja: Tiina Saar





Hapendatud punase kapsa ja porgandi purgisalat

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

2 kg punast kapsast

u 600 g porgandeid

u 40 g soola (ehk 1,5-2% kogumassist; looduslik sool, ilma joodita, nt meresool)

1-2 tl köömneid või apteegitilli seemneid (valikuline)

Soovi korral lisandina musta pipart paar tera purki, jõhvikad, mustsõstralehed või mädarõikaleht – paar tk maitseks.

Hapendamise proportsioonid ja arvestus:

Kogumass: ca 2,6 kg köögivilju

Sool: 1,5-2% massist ehk 39-52 g (kasuta pigem vähem ja vajadusel lisa juurde pärast segamist)

täidab umbes 14 × 200 ml purki = 2,8 liitrit

VALMISTAMINE

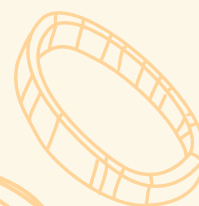
Ettevalmistus: Viiluta punane kapsas peeneks (õhukesed ribad). Riivi või lõika porgand õhukesteks peenikesteks ribadeks. Sega köögiviljad suures kausis soolaga. Masseeri kätega 5-10 minutit, kuni kapsast hakkab mahl eralduma.

Lisa maitseained: Sega juurde köömned või muud valitud lisandid. Soovi korral võib igasse purki lisada eraldi näiteks jõhvikaid või mõne mustsõstralehe.

Purkide täitmine: Täida puhtad ja steriliseeritud 200 ml purgid tihedalt segu ja mahla seguga. Vajuta tugevalt, et õhumulle ei jääks. Jäta igasse purki veidi (1-2 cm) ruumi ääreni. Vajadusel kata väikese kapsalehega või kaalu alla väikese puhta kivitükiga või steriliseeritud marliga.

Kääritamine: Kata purgid lahtiselt (kaaned peale, aga mitte kinni keeratud) ja jäta toatemperatuurile 5-7 päevaks hapnema. Esimestel päevadel kontrolli iga päev – vajadusel vajuta sisu alla, kui see on pinnale tõusnud. Kui maitse on paras (kerge hapu), keera kaaned kinni ja tõsta jahedasse (külmikusse või keldrisse).

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Karlova lihasalat kaalikaga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

600 g keedetud või praetud liha (nt veiseliha, sealiha või kanaliha, tükeldatud)
400 g kaalikat (riivitud või väikesteks kuubikuteks, kergelt keedetud või aurutatud)
200 g keedetud kartulit (tükeldatud)
150 g marineeritud kurki (kuubikuteks)
150 g punast sibulat (hakitud)
4 keedetud muna (hakitud)
250 g majoneesi
2 tl sinepit (Dijon)
soola ja musta pipart maitse järgi
hakitud peterselli või murulauku kaunistuseks

VALMISTAMINE

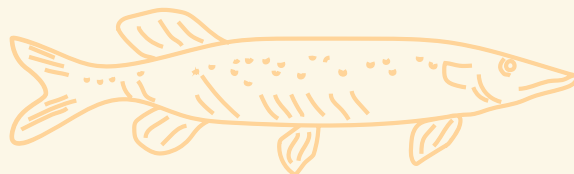
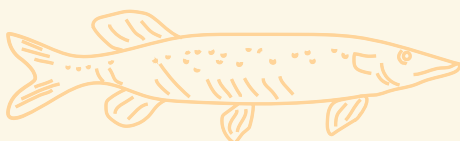
Koostisosade ettevalmistus: Keeda või prae liha, lase jahtuda ja tükelda. Koori ja tükelda kaalikas, keeda 3-4 minutit, et jääks krõmpsuv. Tükelda kartul, kurk, sibul ja munad.

Kaste: Sega majonees, sinep, sool ja pipar ühtlaseks kastmeks.

Salati kokkusegamine: Suures kausis sega kõik koostisosad kokku. Lisa kaste ja sega õrnalt läbi. Viimistluseks puista peale värsket maitserohelist. Soovi korral lase salatil enne serveerimist 30 minutit maitsestuda.

Serveeri salat jahedalt, näiteks rukkileiva või keedetud kartuli kõrvale. Kaalikas toob salatisse veidi magusust ja krõmpsu, liha lisab tummisust – tõeline Karlova klassika!

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Kõivuküla odrakruubi salat vorstiga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

600 g keedetud odrakruupi (toores u 300 g)
400 g suitsuvorsti või keeduvorsti (kuubikuteks)
300 g keedetud porgandit (tükeldatud)
2 punast sibulat (hakitud)
3-4 marineeritud kurki (u 200 g, tükeldataud)
4 keedetud muna (hakitud)
200 g majoneesi
200 g hapukoort
2 tl Dijoni sinepit
soola, suhkrut ja musta pipart maitse järgi
hakitud peterselli või murulauku kaunistuseks

VALMISTAMINE

Kruubi keetmine ja koostisosade ettevalmistus: Keeda odrakruup köögiviljapuljongis või soolaga maitsestatud vees, kuni see on pehme. Jahuta täielikult.

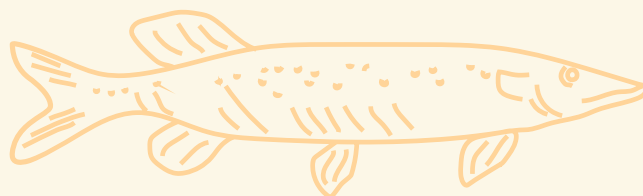
Tükelda vorst, porgand, sibul, kurgid ja munad.

Kaste: Sega majonees, hapukoor, sinep, sool, pipar ja näpuotsaga suhkrut. Klopi ühtlaseks.

Salati kokkusegamine: Suures kausis sega kokku kruubid, köögiviljad, vorst ja muna. Lisa kaste ja sega õrnalt läbi. Viimistluseks puista peale hakitud maitserohelist. Soovi korral lase salatil enne serveerimist 30 minutit maitsestuda.

Serveeri salat jahedalt, näiteks eelroana või iseseisva toiduna. Kruubi tummisus ja vorsti suitsune maitse loovad koduse, toitva koosluse.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Kenaste kapsasalat

KOOSTISOSAD

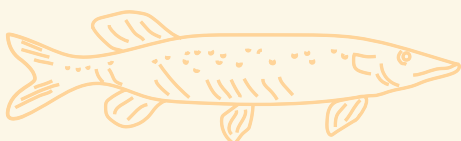
1 kg peakapsast (sobib varajane kapsas või hapendamise kapsas)
1 sibul
1-2 küüslauguküünt
sool (maitse järgi)
suhkur (maitse järgi)
1 sl äädikat
till ja petersell
hooajalised lisandid: kevadel oma kasvatatud redis, sügisel kaalikas või naeris

VALMISTAMINE

Puhasta kapsas ja sibul. Riivi kapsas peeneks ja haki sibul õhukesteks viiludeks.
Haki küüslauk peeneks. Hõõru kapsas kergelt soolaga läbi, kuni see muutub pehmemaks. Lisa sibul, küüslauk, till, petersell, äädikas ja veidi suhkrut. Sega hästi läbi.
Lisa hooajalised lisandid (redis kevadel, kaalikas või naeris sügisel).
Sega kõik ühtlaseks ja lase seista vähemalt 30 minutit, et maitse ühtlustuksid.

Retsepti koostaja: Ilona Jaanikesing

Rõngu lähistel tegutseb juba aastakümneid Kenaste talu, kus armastusega kasvatatakse köögivilju, maitsetaimi ja aiaürte. Talu pererahvas hoolitseb selle eest, et iga saak oleks ehe ja maitsev – just nii, nagu koduaias peab. Põhitegevuse kõrval valmivad maitsvad hoidised oma kasvatatud toorainest, näiteks populaarne sibulamoos. Müügi ajal jagab perenaine alati ostjatele häid ideid ja lihtsaid retsepte, mis teevad igast saagist midagi erilist.





Kõrvitsasalat kitsejuustu, õunte ja metsapähklitega

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

1,5 kg Tartumaa kõrvitsat (nt muskaatkõrvits või Hokkaido kõrvits)
1,0 kg Tartumaa õuna (hapukamad)
250 g metsapähkleid
200-250g rukolat või beebispinatit
5-6 spl palsamiädikat või sidrunimahla
6-8 spl oliiviõli (extra virgin) või kõrvitsaseemneõli
2-3 tl Kaspi talu või muud tartumaist mett
soola ja purustatud musta pipart maitse järgi
200 g kitsejuustu või fetat

VALMISTAMINE

Kõrvitsa röstimine: Puhasta kõrvits, eemalda seemned ja koor (kui vaja), lõika kuubikuteks (ca 2 cm). Sega oliiviõli, soola ja pipraga ning küpseta 200°C juures 25-30 minutit, kuni pehme ja kergelt karamellistunud. Jahuta.

Pähklite röstimine: Rösti metsapähklid kuival pannil või ahjus 180°C juures 8-10 minutit. Lase jahtuda, vajadusel eemalda kestad.

Õunte ettevalmistus: Pese ja viiluta õunad õhukeselt (koore võib jätta). Kui soovid vältida pruunistumist, piserdada kergelt sidrunimahlaga.

Kaste: Sega kokku oliiviõli, palsamiädikas (või sidrunimahl), mesi/vahtrasiirup, sool ja pipar. Maitse ja timmi vajadusel.

Salati kokku segamine ja serveerimine: Suurde kaussi või serveerimisvaagnale laota rukola/beebispinat, seejärel jaota peale röstkõrvits, õunaviilud ja pähklid. Nirista peale kaste, soovi korral lisa murendatud kitsejuust või fetajuust.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Lihthe, mahlane ja värske köögiviljasalat kressi ja siguriga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

300 g värsket kressi (nt vesikress või aiakress)
300 g sigurilehti (punane või roheline)
6 keskmist kurki (u 600 g, viilutatud)
6 keskmist tomatit (u 600 g, tükeldatud)
2 punast paprikat (u 300 g, ribadeks)
2-3 avokaadot (u 300 g, viilutatud, soovi korral)
150 g röstitud päevalilleseemneid või kõrvitsaseemneid
300 g fetajuustu (kuubikuteks või murendatud, soovi korral)

Kastmeks

9 sl oliiviõli
3 sl sidrunimahla või valge veini äädikat
3 tl mett või vahtrasiirupit
3 tl Dijoni sinepit
soola ja musta pipart maitse järgi

VALMISTAMINE

Salati alus: Pese ja kuivata kress ning sigurilehed. Aseta need suurde salatikaussi.

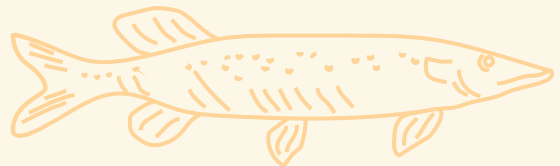
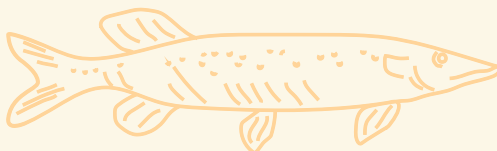
Köögiviljade lisamine: Lisa viilutatud kurk, tomat, paprika ja avokaado. Sega õrnalt läbi.

Kaste: Sega kastme koostisosad väikeses kausis ühtlaseks. Klopi läbi.

Viimistlus: Nirista kaste salatile, sega kergelt. Puista peale seemned ja fetajuust.

Serveeri kohe, et säiliks salati värskus ja krõmpsuv tekstuur. Sobib hästi pidulauale, suvepiknikule või kergeks lõunaks.

Retsepti koostaja: Tiina Saar





Lillkapsasalat murakate ja suitsujuustuga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

900 g lillkapsast (väikesed õisikud)
300 g suitsujuustu (kuubikuteks või ribadeks)
300 g värskaid või külmutatud murakaid
150 g Kreeka jogurtit või majoneesi (või pooleks)
2 sl sidrunimahla
1 tl mett (soovi korral)
soola ja musta pipart maitse järgi
hakitud peterselli või murulauku kaunistuseks

VALMISTAMINE

Lillkapsa ettevalmistus: Jaga lillkapsas väikesteks õisikuteks.

Keeda neid kergelt soolaga maitsestatud vees 3-4 minutit, kuni need on kergelt pehmed, aga veel krõmpsud. Nõruta ja jahuta.

Salati kokkusegamine: Tükelda suitsujuust. Kui kasutad külmutatud murakaid, sulata ja nõruta need ettevaatlikult. Sega suures kausis kokku lillkapsaõisikud, suitsujuust ja murakad.

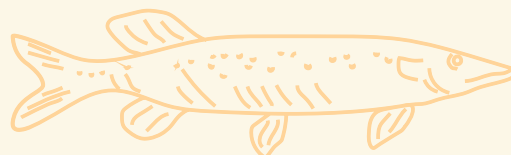
Kaste: Sega kokku jogurt/majonees, sidrunimahl, mesi, sool ja pipar. Klopi ühtlaseks.

Viimistlus: Lisa kaste salatile, sega õrnalt läbi. Puista peale värsket maitserohelist.

Serveeri salat jahedalt, näiteks pidulaual või suvisel piknikul.

Murakate hapukus ja suitsujuustu sügav maitse loovad tõeliselt erilise koosluse.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Marjasalat mee ja piparmündiga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

600 g värskeid metsamarju (nt mustikad, vaarikad, pohlad, metsmaasikad)

300 g maasikaid (tükeldatud)

200 g mustsõstart või punaseid sõstraid

150 g viinamarju (poolitatud, soovi korral)

100 g mett (või maitse järgi)

2-3 sl sidrunimahla

1 peotäis värsket piparmünti (hakitud)

soovi korral 100 g Kreeka jogurtit või vahukoort serveerimiseks

VALMISTAMINE

Marjade ettevalmistus: Pese kõik marjad hoolikalt ja nõruta.

Tükelda suuremad marjad (nt maasikad, viinamarjad).

Mee-piparmündikaste: Sega kokku mesi, sidrunimahl ja hakitud piparmünt.

Soovi korral lase segul 10 minutit maitsestuda.

Salati kokkusegamine: Suures kausis sega marjad kokku.

Nirista peale mee-piparmündikaste ja sega õrnalt läbi.

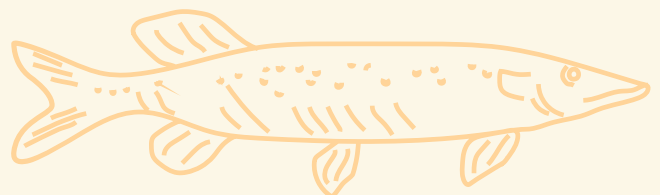
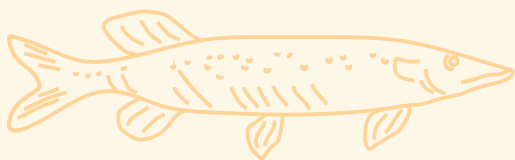
Viimistlus: Serveeri kohe või lase salatil külmkapis 15-30 minutit maitsestuda.

Soovi korral lisa kõrvale lusikatäis Kreeka jogurtit või vahukoort.

Serveeri salat jahutatult, näiteks klaaspokaalides või väikestes kaussides.

Piparmünt toob esile marjade värskuse ja mesi lisab pehme magususe – tõeline suveklassika!

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Ropkamõisa hommikune hernesalat peekoni, tomati ja porgandiga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

900 g rohelisi herneid (värsked või külmutatud)
400 g suitsupeekonit (kuubikuteks lõigatud)
6 keskmist porgandit (umbes 600 g, riivitud või õhukesteks viiludeks)
6 keskmist tomatit (umbes 600 g, tükeldatud)
2 keskmist punast sibulat (soovi korral)
3-4 sl oliiviõli
soola ja musta pipart maitse järgi
hakitud värsket peterselli või tilli serveerimiseks

VALMISTAMINE

Köögiljade ettevalmistus: Kui kasutad külmutatud herneid, keeda neid 3-5 minutit soolaga maitsestatud vees, kuni need on pehmed. Nõruta. Puhasta ja riivi porgandid jämedama riiviga. Tükelda tomatid ja sibulad.

Peekoni praadimine: Kuumuta pannil oliiviõli. Lisa peekonikuubikud ja prae, kuni need on kuldpruunid ja krõbedad. Tõsta kõrvale.

Köögiljade kuumutamine: Samal pannil kuumuta sibul (kui kasutad), lisa porgand ja prae 3-4 minutit. Lisa tomatid ja herved, kuumuta veel 5 minutit, kuni kõik on läbi soojenenud.

Viimistlus: Lisa peekon tagasi pannile, sega kõik kokku. Maitsesta soola ja pipraga.

Serveeri hakitud maitserohelisega.

See salat sobib hästi soojalt serveerimiseks näiteks grilltoitude kõrvale või iseseisva roana.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Rebaste kurgisalat

KOOSTISOSAD

2 kg kurke
3 suuremat sibulat
4 küuslauguküünt
3 sl soola
3 sl suhkrut
5 sl äädikat 30%
peotäis tilli
näpuotsaga jahvatatud musta pipart

VALMISTAMINE

Pese ja koori kurgid. Kurgid viiluta, viilutajaga saad ka sibulad ratasteks ja küuslaugud seibideks viilutada. Laota kõik kaussi, lisa till, sool, suhkur ja pipar ning sega. Äädikas lisa salatile siis, kui kurkidest on juba vedelik välja tulnud. Jäta salat seisma üle öö ja järgmisel päeval pane kurgisalat kuuma veega steriliseeritud purkidesse ning kaaneta kinni. Selline salat seisab jahedas mitu kuud imeliselt krõmpsuna, kuid tavaliselt kipub juba esimeste päevadega otsa saama!

Retsepti koostaja: Krista Makke



„Salat on pärit minu lapsepõlvest, kus mu vanaema tegi salatit alati suurde pesukaussi ja seda sai käidud näppamas sealt alati enne kui see valmis sai. Kuna sellel aastal on kurke juba piisavalt marineeritud, söödud värskelt ja tehtud ka salatiks, tekkis mul idee proovida teha enda lapsepõlve lemmiksalatit ka oma rühma lastega. Lapsed said kurke, sibulaid, küuslauke pesta, koorida, viilutada. Salati seest leiab ka kolmnurga- ja ruudukujulisi kurgiviile, mõned peenemad, mõned paksemad, sest tegemist on usinate laste käsitööga, mida tehti suure hoole ja pühendumusega. Lapsed valisid ise ka salatile nime. Üheskoos leidsime, et salati tegemine on nagu matemaatika – võrdlesime suurus, kuju, värvust. Loendasime ja moodustasime hulki. Kordasime üle geomeetrilised kujundid ja tegime neist ühe vahva salati, mis maitses kõigile lastele ning loodame, et maitseb ka teistele.“

Krista Makke

Suitsukala salat Peipsi moodi

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

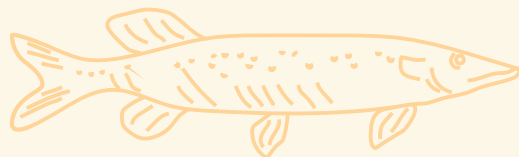
1,2 kg keedetud kartulit (jahutatult, kuubikuteks)
600 g valget meelepärast tartumaist suitsukala (puhastatud)
8 Kaimi Linnutalu muna (keedetud ja kuubikuteks)
8 suurt marineeritud või soolakurki (kuubikuteks)
300 g majoneesi
300 g hapukoort (20%)
soola maitse järgi
värsket tilli ja murulauku kaunistuseks

VALMISTAMINE

Keeda kartulid, jahuta ja lõika ühesuurusteks kuubikuteks.
Puhasta suitsukala luudest ja nahast, haki väiksemateks tükkideks.
Keeda munad, jahuta, koori ja haki.
Lõika marineeritud kurgid kuubikuteks.
Sega kõik koostisosad suures kausis: kartul, kala, muna, kurk.
Lisa majonees ja hapukoor, sega ühtlaseks massiks.
Maitsesta soolaga ja lase salatil vähemalt tund aega külmkapis maitsestuda.
Serveerimisel puista peale värsket tilli ja murulauku.

Serveeri klaaspokaalides või väikestes kaussides. Rukkileiva või sepiku peal, võib ka salatilehtedel. Rustikaalne serveering puidust vaagnal.
Minisalatid purkides piknikuks või toitlustuseks: tõsta salat väikestesse klaaspurkidesse (nt 200 ml), kata kaanega ja serveeri individuaalselt – ideaalne väljasõiduks või ürituse osana.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Supilinna Nizza-salat suitsulihaga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

600 g suitsuliha (nt suitsukana või -sealiha, tükeldatud)
600 g keedetud noori kartuleid (poolitatud või viilutatud)
300 g aedube (blanšeeritud)
300 g kirsstomateid (poolitatud)
2 värsket kurki (viilutatud)
6 keedetud muna (sektoriteks lõigatud)
150 g musti oliive (kivita)
150 g rooma salatit või muud rohelist salatit (rebitud)
2 punast sibulat (õhukesteks viiludeks)
1 sidrun

Kastmeks

6 sl oliiviõli
3 sl sidrunimahla või valge veini äädikat
2 tl Dijoni sinepit
1 tl mett
soola ja musta pipart maitse järgi

VALMISTAMINE

Köögiljade ja liha ettevalmistus: Keeda kartulid ja aedoad, jahuta. Tükelda suitsuliha, tomatid, kurk, sibul ja muna.

Kaste: Sega kastme koostisosad kokku ja klopi ühtlaseks.

Salati kokkusegamine: Laota salatikaussi salatilehed. Lisa kartulid, aedoad, tomatid, kurk, suitsuliha, sibul, muna ja oliivid. Nirista peale kaste ja sega õrnalt läbi. Viimistluseks puista soovi korral peale värsket maitserohelist ja jahvatatud musta pipart.

Serveeri salat jahedalt, sobib hästi suviseks lõunaks või pidulauale.

Suitsuliha lisab klassikalisele Nizza-salatile kodust sügavust ja tummisust – Supilinna vääriline versioon!

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Tudengite sinepine ja krõmpsuv savoiakapsasalat

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

900 g savoiakapsast (peeneks ribadeks hakitud)
300 g porgandit (jämedalt riivitud)
200 g punast paprikat (ribadeks)
150 g rohelist herneid (värske või külmutatud, blanšeeritud)
150 g punast sibulat (õhukesteks viiludeks)
100 g päevalilleseemneid või kõrvitsaseemneid (rõstitud)
hakitud peterselli või murulauku kaunistuseks

Kastmeks

6 sl oliiviõli
3 sl Dijoni sinepit (või tavalist Eesti sinepit)
2 sl õunaäädikat või sidrunimahla
1 tl mett või suhkrut
soola ja musta pipart maitse järgi

VALMISTAMINE

Köögiviljade ettevalmistus: Pese ja haki savoiakapsas peeneks.

Riivi porgand, viiluta paprika ja sibul.

Blanšeeeri herved – keeda 2 minutit, siis jahuta külmas vees.

Kaste: Sega kokku oliiviõli, sinep, äädikas/sidrunimahl, mesi, sool ja pipar. Klopi ühtlaseks.

Salati kokkusegamine: Suures kausis sega kõik köögiviljad.

Lisa kaste ja sega õrnalt läbi. Puista peale rõstitud seemned ja maitseroheline.

Serveeri salat jahedalt, sobib hästi iseseisva roana või liha kõrvale.

Krõmpsuv kapsas, sinepine särts ja seemnete tekstuur teevad sellest tõelise tudengi-klassika!

Retsepti koostaja: Tiina Saar

Soe põldoasalat

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

1 kg põldube kaunadega

1 sibul

Keeda oad soolvees pehmeks, puhasta.

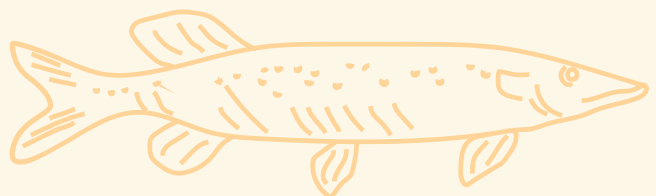
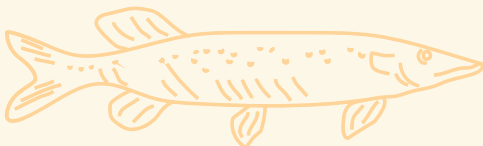
Haki sibul, lisa ketšupit või tomatihoidist, sorts head õli, tilli, peterselli, koriandrit. Vala kuumadele ubadele.

Retsepti koostaja: Mari Leover



„Soe põldoasalat on pilguheit poole sajandi tagusele toidulauale Tartu lähistelt.“

Mari Leover



Õuna-sibulasalat

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

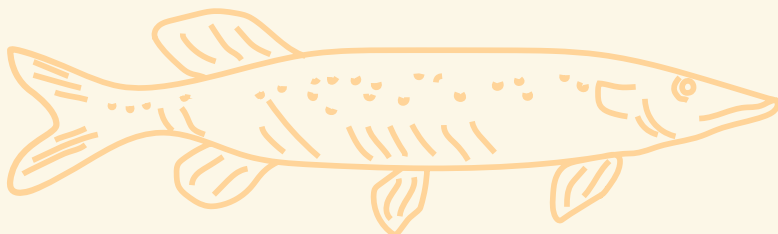
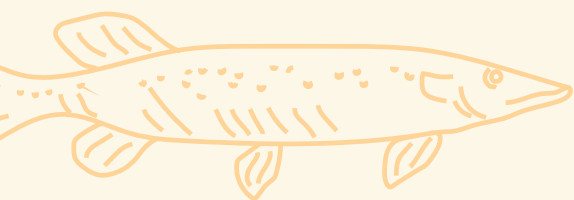
400 g haput õuna, parim „Antonovka“
200 g mugulsibulat (soovi korral rohkem)
hapukoor

Lõika õun ja sibul kuubikuteks, maitsesta hapukoor suhkruga ja näpuotsatäie soolaga, sobib ka roheline petersell.

Retsepti koostaja: Mari Leover

„See kooslus on imeline, sibula kibedust ei olegi tunda.“

Mari Leover



SUPID





Delfi Rally Estonia raames toimunud
Tartumaa maitsete aasta toiduaktsioon (juuli 2025)



Koorene sibulasupp kukeseentega

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Prae sibulad pannil.

Prae kukeseened.

Praetud sibul ja seened pane supipotti podisema.

Keeda umbes pool tundi veega.

Lisa maitset: sambal oelek kaste, tüümian, sool.

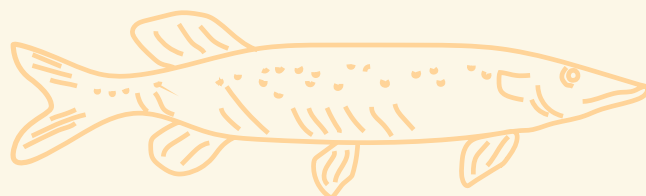
Lisa köögikoor ja merevaik.

Serveerides lisa röstitud sibulaid.

Retsepti koostaja: Aigne Taska

„Mõtlesin selle retsepti ise välja, sattudes aastaid tagasi Meremuuseumi kohvikusse, kus pakuti Peipsi sibulasuppi, mida tuli oodata ligi tund aega. Siis oodates mõtlesingi sellise retsepti, kuna armastan väga seeni. See supp oli endises Kivi kõrtsis aastaid väga populaarne.“

Aigne Taska



Poolemõisa kõrnesupp

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Pane kartohwli tükid kastruli sisse keema.

Selle wahe peal prae pannil suitsuliha pekitükid kõrneteks, lõpus lisa sibula lõigud.

Maitseks raputa juurde soola ja pipart.

Kui sibul hele pruun on, lisa hästi ümber liigutades nisu-püüli jahu.

Wala aeglaselt juurde nõnda palju wett, et kaste jääks rammus.

Nüüd kalla panni sisu kastrulisse kartohweli manu.

Tummi supi jaoks lisa odra peenet tangu.

Hapu maitse jaoks pane juurde weidi tsitroni mahla ehk äädikat.

Taldrikusse lisa hapukoort ja sinepit.

Retsepti saatja: Rene Levoll (retsepti koostaja Amanda, minu vanaema)

„Kõrnesupi retsepti sain oma vanaemalt Amandalt.

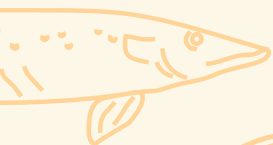
Ta jäi varakult üksikuks, sest abikaasa Jaan Levoll represseeriti.

Suurema osa elust elas Amanda Lemmatsis, talu oli paremat kätt Näki bussipeatuse ja raudtee vahel. Kogu elu tegeles ta talupidamisega. Tema poeg Karl, minu isa, töötas Tallinnfilmis.

Olen huvi pärast otsinud seda kõrnesupi retsepti vanadest kokaraamatutest, aga sellist ei ole leidnud. Ilmselt ulatub retsepti ajalugu väga kaugesse minevikku.

Vanaema õppis söögitegemist oma emalt Marielt, kes oli pärit Hellenurmest.“

Rene Levoll



Külm tomatisupp röstitud lehtkapsaga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

2,5 kg küpseid tartumaiseid tomateid (nt ploomtomatid)

2 punast tartumaist paprikat

2 tartumaist kurki (u 400 g, kooritud)

1 suur punane tartumaine sibul

2-3 küüslauguküünt

100 ml oliiviõli (extra virgin)

5-6 spl sidrunimahla või punase veini äädikat

soola ja pipart maitse järgi

maitsestamiseks soovi korral tšillit, basiilikut, tüümiani, vürtsköömneid või koriandrit

Röstitud lehtkapsas (krõbe kate)

200-250 g lehtkapsast (eemaldatud varred, rebitud tükid)

2-3 spl oliiviõli

soola näpuotsaga

VALMISTAMINE

Lõika tomatid, paprika, kurk, sibul ja küüslauk suuremateks tükkideks.

Tõsta blenderisse või köögikombaini, lisa sidrunimahl/äädikas, sool, pipar ja maitseained. Püreesta ühtlaseks. Lisa blenderdamise ajal tasapisi oliiviõli.

Vajadusel lase läbi sõela, kui soovid eriti siidist tulemust.

Jahuta vähemalt 2 tundi külmkapis. Võib teha ka eelmisel päeval.

Lehtkapsa krõpsud: Kuivata lehtkapsas hoolikalt, sega oliiviõli ja soolaga.

Küpseta 150°C juures 10-15 minutit, kuni on krõbedad, aga mitte pruunid.

Lase jahtuda.

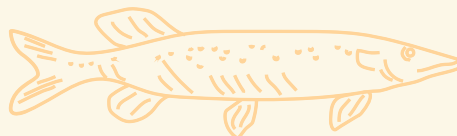
Serveerimine: Tõsta 200 ml külma suppi kaussi või pokaali. Pudista peale röstitud lehtkapsast vahetult enne serveerimist. Soovi korral lisa veidi oliiviõli ja värsked ürte.

Soovitused: Gluteenivaba, vegan ja kerge – sobib kõigile.

Tomatid võivad olla ka röstitud (eelnevalt ahjus), kui soovid sügavamaitset.

Kui tomatid pole väga magusad, lisa pisut mett või vahtrasiirupit maitse tasakaalustamiseks.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Peipsi kalaseljanka

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

800 g Peipsi kala (nt koha, haug, latikas)
3 sl õli
2 Peipsi sibulat (sektoriteks)
2 Peipsi küuslauguküünt (viilutatud)
3 porgandit (poolratasteks)
4 kartulit (kuubikuteks)
1 l kalapuljongit (või vesi ja puljongikuubik)
400 g purustatud tomateid (konserv)
4 marineeritud kurki (hakitud)
15 rohelist oliivi (viilutatud)
2 loorberilehte
musta pipart, soola
2 sl hakitud tilli
sidruniviilud ja hapukoor (serveerimiseks)

VALMISTAMINE

Puhasta kalad – eemalda sisikond, loputa ja kuivata. Keeda kalast puljong soola, pipra ja loorberilehega umbes 10 minutit või nii kaua, kui vahtu enam ei eraldu.

Kurna kala ja puljong eraldi. Puhasta kala luudest.

Hauta poti põhjas õliga köögiviljad. Selleks kuumuta potis küuslauk, sibul ja porgand. Hauta 5 minutit. Lisa tomatipasta ja purustatud tomatid. Maitsesta. Sega ja kuumuta uuesti poti põhjas köögiviljadega läbi.

Lisa läbi hautatud tomati-köögiviljasegusse kalapuljong ja tükeldatud kartul, keeda supp läbi, kuni kartul ja teised köögiviljad on pehmed.

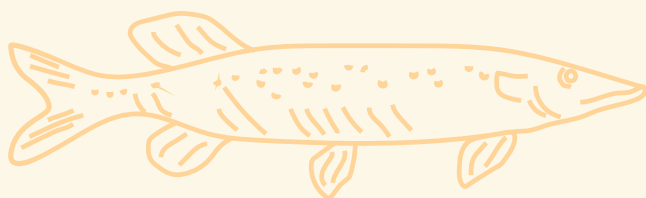
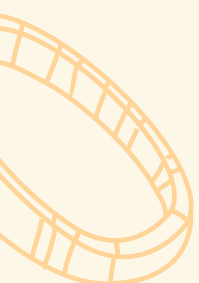
Lisa lõpus tükeldatud marineeritud kurk, oliivid (soovi korral) ja till.

Viimasena lisa ka puhastatud kala. Timmi maitset. Lase seista kaane all 10 minutit.

Serveeri kuumalt koos hapukoore ja sidruniviiluga.

Kõrvale sobib hästi rukkileib või küuslaugusai.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Latikarupski supp

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Supi tegemiseks on vaja minimaalselt 5 kala – mida rohkem seda uhkem!

latikapead (eemalda lõpused)

latikamari

latika ujupõied

sibul

küüslauk

sool

till

pipar

1 sl võid

Pese kalapead ja eemalda lõpused.

Pane pead, mari ja ujupõied potti, kalla peale külm vesi ning lisa sibul, küüslauk, sool ja pipar. Vett peaks olema nii palju, et kalatükid oleksid kaetud.

Kuumuta tasasel tulel keemiseni ning eemalda pinnale tekkiv vaht, et supp jääks selge.

Keeda vaikselt tulel 17 minutit.

Seejärel tõsta pead potist välja.

Lõpuks sega supi hulka tilli ja võid, mis muudavad puljongi maitse rikkalikumaks.

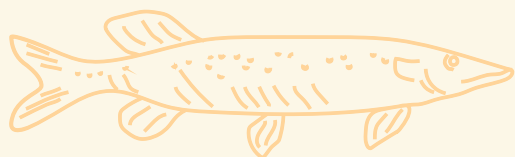
Soovi korral võid süüa ka keedetud päid, sest neist leiad väikeseid, aga maitsvaid lihaampse.

Retsepti koostaja: Anne-Ly Asse

„Latikas on Võrtsjärve üks arvukamaid kalu, mis oli kaluriperedel igapäevaselt toidulaul. Kõige hinnatum osa polnud sugugi ainult filee, vaid ka rupskid – maks, mari ja uimed –, millest keedeti tummine supp.

Nii sündis rupskisupp, mida peeti tõeliseks kosutavaks roaks pärast järvel veedetud pikka tööpäeva. See lihtne, kuid maitsev toit kajastab hästi Võrtsjärve kalatoitude traditsiooni – midagi ei läinud raisku ning kalast võeti kasutusele kõik, mis võimalik.“

Anne-Ly Asse





Piima-aedvilja supp

KOOSTISOSAD

0,5 kg värskeid kartuleid
200 g värskeid herneid
200 g porgandeid
200 g värsket kapsast
1 sibul

VALMISTAMINE

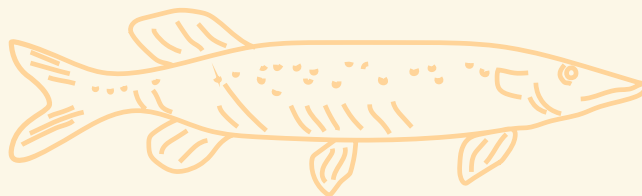
Aedvili tükelda ja keeda väheses vees pehmeks, samal ajal hauta sibul võiga klaasjaks, lisa supile ja siis ka piim. Jälgi, et ei saaks liiga vedel, las keema. Maitsesta soola ja suhkruga, pane peale rohelist tilli.

Retsepti koostaja: Mari Leover

*„See on supp, mida armastatakse
või vihatakse.*

*Võiga hautatud sibula lisamine
toob pooldajaid juurde.“*

Mari Leover



Seenesupp purgis

KOOSTISOSAD

1 kg seeni
0,5 kg porgandit
0,5 kg sibulat
0,5 kg paprikat
vesi hautamiseks
0,5 kurki
0,3 kg odrakruupi
200 g õli
2-3 spl suhkrut
2-3 spl soola
äädikas maitse järgi
piprasegu maitse järgi
petersell, till maitse järgi

VALMISTAMINE

Keeda eelnevalt eraldi valmis seened ja odrakruup. Haki sibul, porgand, paprika, prae läbi ja pane hauduma. Kõige lõpuks lisa keedetud seened ja odrakruup ning lisa äädikas. Pane seenesupi segu kuumadesse ja steriliseeritud purkidesse ja kaaneta. Purke hoia jahedas. Supi valmistamisel lisa supi koguse jagu vett, laske keema ja supp ongi valmis!

Retsepti koostaja: Virge Rikka

Virge Rikka on tuntud aednik Elva vallas, eriti Rõngu ja Aakre kandi rahva seas. Igal suvehooajal on ta teisipäeviti Rõngu turul müümas oma talu aias kasvatatud aed- ja köögivilju. Lisaks on ta suur korilane – metsamarjad ja seened leiavad tee tema kööki juba mitmendat põlvkonda. Virge retseptid ongi tihedalt seotud kohaliku looduse rütmidega: kasutatud tooraine pärineb tema enda aiast ning Rõngu ja Aakre ümbruse metsadest. Nii peegeldab tema toidutegemine Tartumaa toidupärandit, kus kodune aed, mets ja turg on alati olnud toidulaua lahutamatud osad.



Tindikalasupp Kaimi vutimunadega

Kogus umbes 17 inimesele

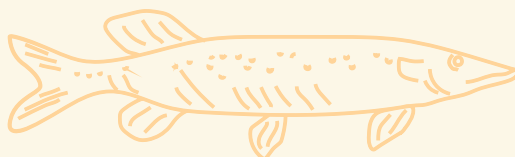
KOOSTISOSAD

200 g Peipsi tinti (võib asendada kuivatatud variandiga)
250 g tugevamaitselist kodusea küljeliha või suitsupõske
0,5 klaasi odrakruupe (Tartu Mill)
1 suurem porgand
3-4 kartulit
1 sibul
2 l kala- või köögiviljapuljongit
2 karpi vutimune (Kaimi Linnutalu)
maitseaineteks sool, pipar, loorberileht (soovi korral)
serveerimiseks värske till, petersell, hapukoor

VALMISTAMINE

Pane odrakruubid paariks tunniks vette likku, seejärel nõruta.
Kuumuta puljong, lisa kruubid ja kuivatatud tindid (ei pea eelnevalt leotama).
Tükelda küljeliha kuubikuteks, prae koos riivitud porgandiga.
Lisa sibul suurte tükkidena ja prae klaasjaks. Kalla praetud segu potti.
Koori ja tükelda kartulid, lisa samuti. Lisa maitseained.
Hauta tasasel tulel, kuni kruubid ja kartulid on pehmed.
Serveerimisel puista peale värsket tilli või peterselli ja lisa lusikatäis hapukoort.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Koorene suitsuangerja supp

KOOSTISOSAD

2,5 l kalapuljongit
3 tk porgandit
1 tk suurt porrut
4 tk kartulit
0,8 l vahukoort
soola, valget pipart
võid praadimiseks
300 g puhastatud suitsuangerjat
maitserohelist

VALMISTAMINE

Koori ja haki porgandid ning lõika porru ratasteks. Prae need võis kergelt läbi, kuni köögiviljad muutuvad aromaatsiks. Aja puljong potis kuumaks, lisa tükeldatud kartulid ja porgandi-porru segu ning hauta, kuni need on pehmed. Seejärel vala hulka vahukoor ja maitsesta soola ning valge pipraga. Viimasena lisa suitsuangerjatükid ja hakitud maitseroheline. Kuumuta veel korra läbi, kuid ära enam keeda, et kala jääks mahlane ja õrn.

Retsepti koostaja: Maria Laur

„Suitsuangerjas on olnud Võrtsjärve ääres pikka aega piduroog, mida pakuti külalistele ja tähtsamatel sündmustel. Traditsiooniliselt keedeti suitsuangerjast lihtsat puljongit või selget suppi, kus rõhk oli kala enda rikkalikul maitSEL. Koore lisamine on aga uuem komme, mis tõi klassikalisse rooga juurde põhjamaist kreemisust ja pehmust. Nii sündis koorene suitsuangerja supp – roog, mis ühendab Võrtsjärve vanad kalandustraditsioonid ja tänapäevase toidukunsti. See on ehe näide, kuidas kohalik tooraine saab uue hingamise, jäädes samas truuks oma päritolule.“

Maria Laur



Suvesupp

KOOSTISOSAD

1 l hapupiima või keefiri
500 g värsket kurki
2 keedetud muna
punt rediseid
1 kl taiseid singikuubikuid
3-4 keedetud kartulit
maitserohelist
soola

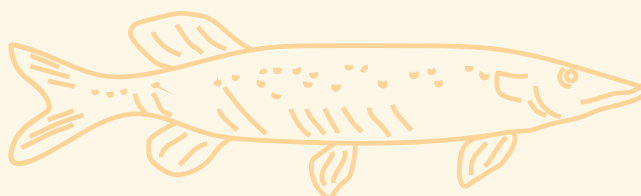
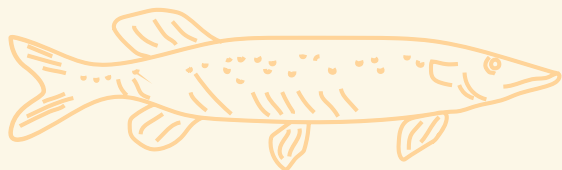
VALMISTAMINE

Koori kurk ja lõika väikesteks tükkideks.
Tükelda ja lisa ka teised koostisosad ning
vala peale soolaga maitsestatud piimasaadus.
Serveerimisel lisa maitseroheline.

Retsepti koostaja: Mari Leover

*„Suvesupp on pilguheit poole
sajandi tagusele toidulauale
Tartu lähistelt.“*

Mari Leover



KALAROAD





Tartumaa toidupiirkonda Võrtsust Peipsini iseloomustavad
hästi maitavad kalaroad



Haugikotletid

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Fileeri haug ilma, et Y-luud välja võtaks ja lase kaks korda läbi hakklihamasina.

Tükelda sibulad ja pane rohke võiga pannile hauduma.

Kui sibul on pehme, jahuta ja lisa hakklihale.

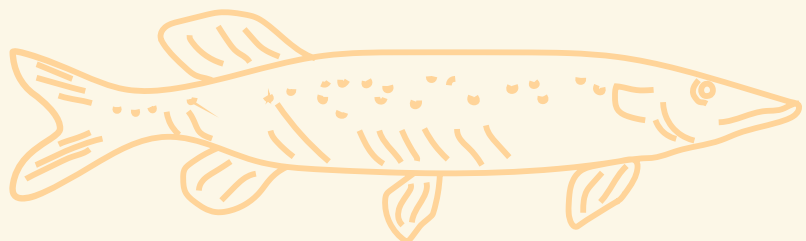
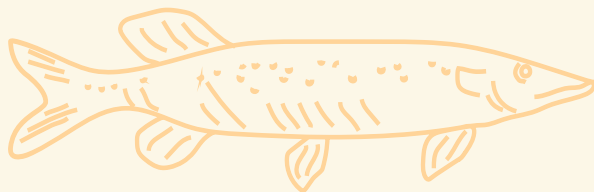
Üks muna, maitseks sool ja pipar.

Vormi kotletid ja prae.

Retsepti koostajad: Maarja ja Aivar Vaher

*„Kuna elame Saadjärve ääres,
kasutame ainult oma järve kala.“*

Maarja ja Aivar Vaher





Hautatud latikas sibula ja porgandiga pärlodrapadjal

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

1,2 kg Tartumaa latikat
3 Tartumaa sibulat (poolratasteks)
3 Tartumaa porgandit (riivitud või poolratasteks)
2 loorberilehte
10 tera musta pipart
2 sl õli või võid
sidrunimahla, soola (maitsestamiseks)

Pärlodrakuubipadi

300 g pärlodrakuupe (Tartu Mill)
1 l vett või puljongit
1 tl soola
1 sibul (hakitud)
1 sl võid

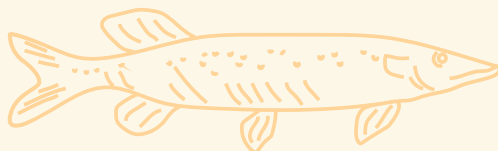
VALMISTAMINE

Pärlodrapadi: Loputa pärlodratangud ja keeda soolaga maitsestatud vees või puljongis 15 minutit, kuni need on pehmed. Prae hakitud sibul võis kuldseks ja sega kruupidega. Hoia soojas.

Hautatud latikas: Kuumuta pannil õli või või, lisa sibul ja porgand, hauta 5-7 minutit. Lisa latikatükid, loorber, pipraterad ja veidi vett (umbes 100 ml). Hauta kaane all madalal kuumusel 15-20 minutit, kuni kala on pehme. Maitsesta soola ja sidrunimahlaga.

Serveerimine: Tõsta taldrikule hautatud pärlodrapadi (umbes 100 g) ja sellele hautatud latikas sibula-porgandiga (umbes 50 g). Kaunista värske tilliga ja soovi korral lisa kõrvale hapukooretriip. Võib valmistada ka suitsulatikast või teha sellest veidi vürtsikama versiooni.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Haugikotletid

KOOSTISOSAD

1 kg värsket haugifileed
2 suuremat sibulat
150-200 g soolapeekonit
3 muna
3 suuremat keedukartulit
jahvatatud pipart
värskelt hakitud tilli

VALMISTAMINE

Haugifilee lase läbi hakklihamasina või köögi-kombaini, et saada ühtlane luuvaba kalamassi. Haki sibulad ja tükelda peekon väikesteks kuubikuteks.

Keedetud kartulid purusta ning lisa need koos sibula, peekoni, munade ja hakitud tilliga kalamassi hulka. Maitsesta pipraga ning sega kõik põhjalikult läbi, kuni saad tiheda ja ühtlase taina.

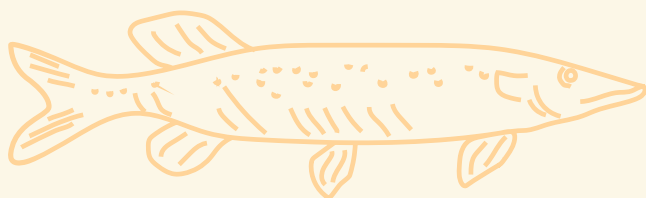
Niisuta käed veega, vormi segust kotletid ja prae need kuumal pannil väheses õlis mõlemalt poolt kuldpruuniks. Küpsetamise järel jäävad kotletid seest pehmed ja mahlased.

Serveeri keedetud kartulite ja värsket kurgiga, kõrvale sobib eriti hästi lihtne hapukoorekaste.

Retsepti koostaja: Anne Schvede

Haug on olnud läbi aegade Võrtsjärve kalurite igapäevane saak. Kuna haugi liha on kuivemapoolne ja luuderohke, hakati sellest valmistama kotlette, et kala oleks hõlpsam süüa ja ka maitavam.

Haugikotletid olid paljudes peredes argipäevane roog, kuid sageli ka pidulaul, sest värsket järvekala andis toidule erilise väärtuse. Võrtsjärve ääres räägitakse siiani, et „kala, mis ei maitse, tuleb panna kotleti sisse“. Haugist saidki kohalike kodukokkade ja toitlustajate osavuse sümbolroaks just kotletid, mida armastatakse siiani.





Kalakotlet köögiviljadega

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

1,2 kg meelepärast Tartumaa kala (soovitavalt Kallaste Kaluri kalahakkliha, nt haug, koha, latikas) või Võrtsjärve kala kalahakkliha (haug, latikas)

4-6 keedetud kartulit (või kartuliputru või 1 dl riivitud aurutatud porgandit)

2-3 muna

1 keskmine sibul (hakitud)

200 g porgandit (riivitud)

2 spl hapukoort või majoneesi

2 spl hakitud tilli või peterselli

1 tl sinepit (soovi korral)

riivsaia või kaerajahu (vajadusel massi tihendamiseks)

soola ja pipart maitse järgi

toiduõli praadimiseks

VALMISTAMINE

Purusta kalahakkliha kätega või kahvliga kausis. Kotleti jaoks sobib kasutada ka Kallaste Kaluri või Võrtsukala suitsutatud ilma nahata kala.

Lisa keedetud kartulid (või kartulipuder või köögiviljapüree), keedetud köögivilju vm (herned, oad), muna, sibul, hapukoor, maitseroheline ja sinep. Sega ühtlaseks massiks.

Kui segu on liiga vedel, lisa riivsaia või kaerajahu.

Vormi käte vahel väikesed kotletid (ca 80 g) ja soovi korral veereta riivsaia.

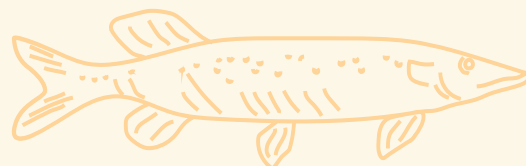
Prae keskmisel kuumusel mõlemalt poolt 3-4 minutit, kuni need on kuldpruunid.

Serveerimine: Sobivad hästi kartulipudru, värskel salati või jogurti-tillikastmega.

Võid ka teha väikseid suupistekotlette ja serveerida neid külmalt koos dipikastmega.

Kalakotletti sobib valmistada ka kalaburgeri jaoks.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Heeringa ja kartuli vormiroog

KOOSTISOSAD

2 heeringat
1 sibul
1,5 l keedetud kartuleid
3 muna
0,5 l piima

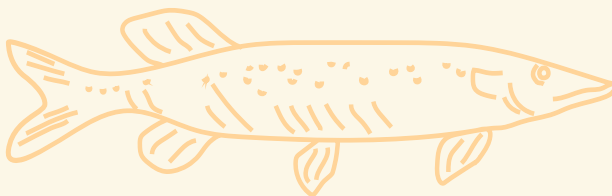
VALMISTAMINE

Soolast heeringat on vaja leotada.
Haki heeringas peeneks koos sibulaga.
Kartul viiluta ja lao vormi vaheldumisi heeringaseguga, pealmine on kartul.
Klopi muna ja sega piimaga, vala vormi.
Kui pealt kena pruun, siis ongi valmis.
Kõrvale sobib hästi peedisalat.

Retsepti koostaja: Mari Leover

*„Heeringa ja kartuli vormiroog
on pilguheit poole sajandi tagusele
toidulauale Tartu lähistelt.“*

Mari Leover



Röstitud Peipsi tint paneeritud Linnupette müsli

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

1,5 kg (ehk 150 g × 10) Peipsi tinti

4 sl rapsi- või oliiviõli

1,5 tl meresoola

1 tl musta pipart

2 sidrunit (viiludeks)

1 peotäis värsket tilli (hakitud)

Linnupette müsli

soovi korral küüslaugupulber, paprikapulber, tšillihelbed

VALMISTAMINE

Puhasta kalad – eemalda sisikond, loputa ja kuivata. Maitsesta – sega õli, sool, pipar ja muud maitseained. Piserda kalad seguga. Paneeri Linnupette müsli.

Laota ahjuplaadile ühe kihina, lisa sidruniviilud ja till.

Küpseta 200°C juures 15-20 minutit, kuni kalad on kuldpruunid.

Iga portsjoni (u 150 g) kõrvale sobib keedukartul, salat või rukkileib.

Serveerimine

Rustikaalne taldrik – kasuta puidust serveerimisalust või kareda tekstuuriga keraamilist taldrikut. Lisa kõrvale rukkileivaviil, millele on määratud võid ja puistatud natuke meresoola.

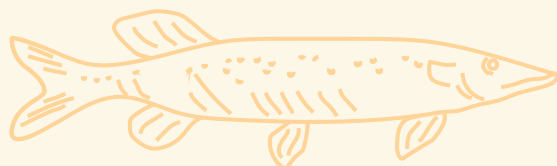
Värske garneering – puista peale hakitud tilli ja punase sibula rõngaid.

Lisa paar sidruniviilu või -sektorit, et igaüks saaks ise hapukust lisada.

Kerge salat kõrvale – tee salat värskest kurgist, tomatist, redisest ja tillist, maitsesta kergelt õli ja sidrunimahlagaga. Võid lisada ka Kaimi Linnutalu munasektorid keedetult, need sobivad hästi kalaga.

Serveerimine vaagnal – kui pakud mitmele korraga, laota kalad suurele vaagnale, vaheldumisi sidruni ja tilliga. Lisa kõrvale väikesed kausid kastmetega: sidrunimajonees, hapukoore-tillikaste või küüslaugukreem.

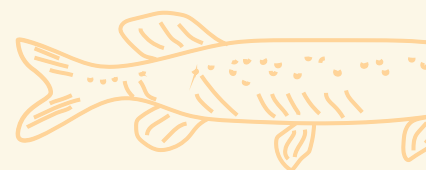
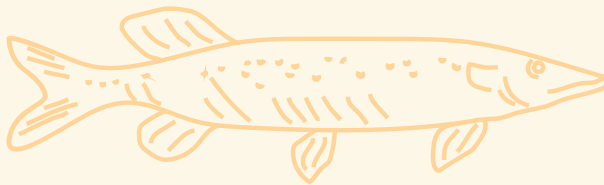
Retsepti koostaja: Tiina Saar



Koha porrukastmes

KOOSTISOSAD

1 kg kohafileed
 1 porru
 1 punane sibul
 1 tl soola
 2 dl kuiva valget veini
 1 dl vett
 2 tl maisijahu (nisujahu)
 1 dl lahjat koort
 2 spl võid
 pipart



VALMISTAMINE

Alusta kalast – fileed tuleb puhastada ja lõigata ühtlasteks viiludeks.

Porrust lõika õhukesed rõngad ja sibul haki peeneks.

Prae pannil läbi.

Ahjuvorm määri võiga, et kala kinni ei jääks.

Vormi põhja laota pool sibulast ja porrurõngastest, nende peale asetage kalatükid, nahk allapoole.

Ülejäänud sibul ja porru laota kalale katteks.

Maitsesta soolaga ja kalla peale valge veini ning vee segu.

Kata vorm fooliumiga ning küpseta eelsoojendatud ahjus 200°C juures umbes 30 minutit.

Kui kala on valmis, tõsta see ettevaatlikult kuumale serveerimisvaagnale.

Vormist järele jäänud vedelik kalla potti ja lase keema.

Sega hulka jahu ja seejärel koor, keeda tasasel tulel paar minutit, kuni kaste muutub ühtlaselt kreemiseks.

Lisa väikesteks tükkideks lõigatud või, maitsesta pipraga. Kalla kaste kalale ja serveeri keedukartulitega.

Retsepti koostaja: Anne Schvede

Koha on Võrtsjärve üks hinnatumaid kalu. Seda pakuti sageli pühapäeva- või piduroana, sest koha mahe ja õrn liha sobis hästi hapukoorekastmega. Traditsioon pärineb 20. sajandi algusest, kui ahjuroad kodudes levisid.



Vana kaluri lemmik ehk latikas vanausuliste moodi

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Süütame puuküttega ahju.

Võtame värske, hea suurusega latika.

Puhastame ja peseme kala. Lõikame pea ja saba ära (see sobib uhhaasse).

Tükeldame kala neljaks tükiks ja lõikame palju peipsiäärset sibulat poolrõngasteks.

Valame päevalilleõli kaussi, paneme sibula, asetame kala peale ja lisame vee.

Pipar, sool ja loorber (kui on). Paneme selle kuuma ahju söe peale, kuni saab valmis.

Keedame kartulit. Marineerime punast peeti. Soolased kurgid. Hapupiim. Pehme leib.

Suvel võib lisada ka veidi rohelist sibulat kala peale ja värsket tilli kartuli peale.

Ja kartuli kõrvale teeme rohelisest sibulast salati hapukoorega.

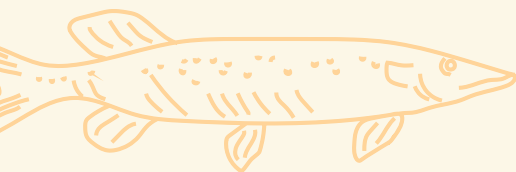
Retsepti saatja: Natalja Rästas (vanausuliste retsept)

„Minu vanaisa Savva Sabarov oli vana kalur, vanausuline, kes elas Peipsi ääres Kolkja külas.

Ta käis järvel kala püüdmas kogu elu.

Ja kala oli iga päev laual. Soolasime siiga ja koha, suitsutasime räábist, praadisime ahvenat, küpsetasime latikat, marineerisime angerjat ja keetsime lutsu suppi.“

Natalja Rästas



AEDVILJA- JA LIHAROAD





Täidetud kartul rebitud sealihaga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

10 suurt Tartumaa küpsetuskartulit
oliiviõli, sool

Rebitud sealiha

1,2 kg Tartumaa seakaela või abatükki (Vasula lihapood)
2 Tartumaa sibulat (Peipsi Sibul)
4 Tartumaa küuslauguküünt (Peipsi Sibul)
200 ml vett või puljongit
100 ml BBQ-kastet (soovi korral) (Maidu Kastmed)

Täidis

rebitud sealiha (valmistatud eelnevalt)
300 g hapukoort või maitsestatamata jogurtit
1 punane Tartumaa sibul (hakitud)
1 punt Tartumaa rohelist sibulat või murulauku
1 tl sinepit
soola, pipart
maitserohelist kaunistuseks

VALMISTAMINE

Rebitud sealiha valmistamiseks maitsesta liha soola ja pipraga, aseta ahjuvormi koos hakitud sibula, küuslaugu ja vedelikuga. Kata fooliumiga ja küpseta 110°C juures 5-6 tundi, kuni liha on pehme. Rebi kahvliga ribadeks ja sega BBQ-kastmega, kui soovid suitsust maitset.

Pese ja kuivata kartulid, hõõru oliiviõliga ja puista peale soola. Auruta 100°C juures umbes 25-35 minutit või küpseta 200°C juures umbes 30-45 minutit, sõltuvalt kartuli suurusest või kuni on küpsed, aga mitte liiga küpsenud. Lõika pooleks ja uurista sisu välja, jättes servad tugevaks.

Sega rebitud liha, kartulisisu, hapukoor, hakitud sibulad, sinep ja maitseained. Vajadusel lisa BBQ-kastet või sidrunimahla. Täida kartulid täidisega, kaunista maitserohelisega ja serveeri soojalt või jahtunult.

Sobib nii pidulikule lauale kui ka argiõhtuks. Juurde sobib kreemjas sinepi-hapukoore-kaste, mis toob esile liha suitsuse maitse ja kartuli pehmuse.

Kaste sobib nii soojale kui ka külmale kartulitoidule.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Tartumaine lambašašlõkk

KOOSTISOSAD

- 1,5 kg lambaliha (Kaspri talu)
- 1 purk (0,33 l) tumedat porterit (Anderson's Eston)
- 4-5 küuslauguküünt (viilutatud)
- 2 spl sinepit (teraline või Dijon)
- 2 spl helepruuni suhkrut või mett
- 3-4 spl õli (nt rapsi- või oliiviõli)
- 1 sibul (viiludeks)
- 1,5 tl soola
- 1 tl jahvatatud musta pipart
- 1 tl vürtskõõmneid või koriandriseemneid (soovi korral veidi purustatud)
- 1–2 oksa rosmariini või tüümiani (värske või kuivatatud)

VALMISTAMINE

Lõika lambaliha 3-5 cm tükkideks või jäta suuremateks steikideks/grillitükkideks.

Sega marinaad: kõik koostisosad sega kausis kokku.

Tõsta liha marinaadi, lisa ka sibula- ja küuslaugutükid. Sega korralikult läbi.

Hoia liha kaetult külmkapis vähemalt 12 tundi, veel parem 24 tundi.

Nipp! Kui vajad marinaadi kohe, süsti vastava pritsiga marinaadi otse lihasse.

Pane liha vardasse ja grilli liha keskmisel kuumusel.

Soovi korral piserda veepihustist porteriga.

Retsepti koostaja: Kristi Luht





Kenaste praeporgandid

KOOSTISOSAD

ca 1 kg porgandeid

1-3 sibulat (vastavalt soovile)

sool (maitse järgi)

maitseürdid (petersell, tüümian või muud meelepärased)

praadimiseks õli ja või

VALMISTAMINE

Puhasta ja viiluta porgandid ketasteks.

Kuumuta pannil õli ja või segu ning hauta porgandid pehmeks või jätta kergelt krõmpsuks – täpselt nii, nagu sulle meeldib.

Lisa viilutatud sibul ja sega läbi. Lisa sool ja valitud maitseürdid.

Kata pann kaanega ja lasa veel paar minutit podiseda, kuni maitse ühtlustuvad.

Sobib liha või kartuli kõrvale praelisandina.

Võib süüa ka lihtsalt sooja salatina.

Retsepti koostaja: Ilona Jaanikesing

Rõngu kandis tegutseb juba aastakümneid Kenaste talu, kus armastusega kasvatatakse köögivilju, maitsetaimi ja aiaürte. Talu pererahvas hoolitseb selle eest, et iga saak oleks ehe ja maitsev – just nii, nagu koduaias peab. Põhitegevuse kõrval valmivad maitsvad hoidised oma kasvatatud toorainest, näiteks populaarne sibulamoos. Müügi ajal jagab perenaine alati ostjatele häid ideid ja lihtsaid retsepte, mis teevad igast saagist midagi erilist.



Lillkapsa “riis” kressivõiga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

2,5-3 kg Tartumaa lillkapsast (umbes 3 suuremat pead)

150-180 g võid (82%)

80-100g Luxveg kressi (2 karpi)

sool ja must või valge pipar maitse järgi

sidrunimahl (soovi korral)



VALMISTAMINE

Eemalda lillkapsalt lehed ja lõika väiksemateks tükkideks.

Töötle köögikombainis või riivi jämeda riiviga, kuni saad “riisilaadsed” tükid.

Ära töötle liiga kaua, muidu muutub pudruks.

Kuumuta paksupõhjalisel suurel pannil või potis veidi võid (umbes kolmandik kogusest).

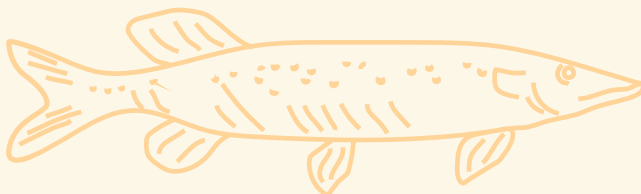
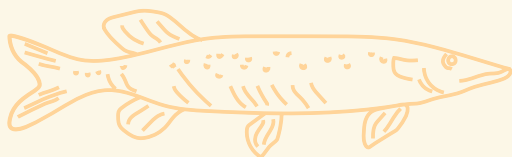
Lisa lillkapsariis ja kuumuta keskmisel kuumusel 5-7 minutit, aeg-ajalt segades.

Peab jääma kergelt krõmps, mitte pehme. Maitsesta soola ja pipraga.

Kressivõi valmistamine: Ülejäänud või lase soojeneda toatemperatuurile ja sega peeneks hakitud kressiga. Soovi korral lisa veidi riivitud sidrunikoort ja tõrts sidrunimahla maitsestamiseks.

Kokku segamine ja serveerimine: Kui lillkapsas on valmis, sega see kressivõiga kokku või tõsta kressivõi salatina peale vahetult enne serveerimist. Serveeri soojalt.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Lillkapsasteigid karamelliseeritud sibula-õuna-juustukattega

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

Lillkapsasteigid

4 suurt tartumaist lillkapsast (igast peast saad u 3-4 „steiki“)
u 100 ml oliiviõli
soola, pipart maitse järgi

Karamelliseeritud sibula-õuna kate

800 g Tartumaa sibulat (punane või kollane / u 5-6 sibulat)
4 tartumaist õuna (hapukamad)
100 g võid
4-5 spl palsamiädikat või õunasiidriädikat
2-3 spl suhkrut (nt roosuhkur või muscovado)
soola, pipart maitse järgi

Juustukate

350-400 g riivjuustu (nt Gouda, Emmental, Cheddar või sinihallitusjuust)
taimetoidu variandis kasuta taimset juustu

VALMISTAMINE

Lillkapsasteigid: Lõika igast lillkapsast u 2-3 cm paksused viilud („steigid“), jättes varreosa alles, et steigid püsiks koos. Tõsta steigid õlitatud ahjuplaadile, pintselda pealt oliiviõliga ning maitsesta soola ja pipraga. Rõsti ahjus 200°C juures u 25-30 minutit, kuni on pehmed ja kuldsed. Vajadusel keera korra ümber poole küpsemise pealt.

Karamelliseeritud sibul-õun: Viiluta sibulad ja õunad õhukeselt. Kuumuta pannil või, lisa sibulad ja kuumuta madalal kuumusel 15-20 minutit, kuni nad hakkavad karamellistuma. Lisa õunad, suhkur ja äädikas, jätka praadimist veel 10-15 minutit, kuni segu on siirupjas ja kergelt pruunistunud. Maitsesta.

Kokkupanek ja gratineerimine: Tõsta küpsenud lillkapsasteikidele lusikatäis karamelliseeritud segu. Kata iga steik riivjuustuga (või murenda sinihallitusjuust peale). Küpseta veel 5-8 minutit ahjus või grillirežiimil, kuni juust on sulanud ja kuldne. Serveeri soojalt, näiteks rukolavoodil, kõrvale paku värsket salatit või näiteks kartuli-küüslaugukreemi. Võib serveerida eelroana või taimetoiduna põhitoiduks.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Pelmeenipitsa

KOOSTISOSAD

pelmeenid
tomatikaste
kergelt hautatud sibul
tomativiilud
sool ja pipar
riivjuust

VALMISTAMINE

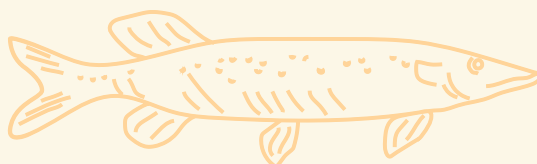
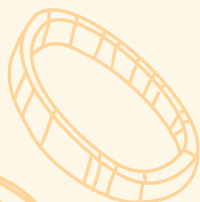
Aseta ahjuvormi sulanud pelmeenid, lisa peale tomatikaste, kergelt hautatud sibul, tomativiilud, soola ja pipart ning riivjuustu.

Küpseta ahjus 180°C juures u 20-25 minutit, kuni pelmeenid on valmis.

Retsepti koostaja: Sirje Parksepp

„Pelmeenipitsa on meie pere kiire pearoog.“

Sirje Parksepp





Seenetäidisega täidetud tomatid

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

Täidetud tomatid

14 keskmise suurusega tartumaist tomatit
(u 100 g/tk; tugevad, mitte üle küpsenud)
soola ja pipart maitse järgi

Täidis

500 g tartumaiseid metsaseeni (nt kukeseened, puravikud)
1 keskmine sibul (Tartumaa)
1-2 küuslauguküünt (Tartumaa)
2-3 spl võid või oliiviõli
2-3 spl värsket tüümiani või peterselli hakituna
100 g riivleiba või riivsaia
100 g riivjuustu (nt parmesan, Gouda)
soovi korral 100 g murendatud feta- või kitsejuustu

VALMISTAMINE

Tomatite ettevalmistus: Lõika tomatitelt „müts“ (pealmine osa) ära, õõnesta lusikaga sisu ettevaatlikult välja (säilita sisu ja mahl osa täidise jaoks). Puista tomatid seest kergelt soolaga ja keera tagurpidi nõrguma (u 15 min), et liigne vedelik välja tuleks.

Täidise valmistamine: Puhasta ja haki seened peeneks. Kuumuta pannil või/õli, lisa hakitud sibul ja küuslaug, kuumuta klaasjaks. Lisa seened, prae kuni vedelik on aurustunud ja seened kuldsed. Sega hulka osa tomatisisust (hakituna), ürdid, riivleib ja riivjuust. Maitsesta julgelt soola, pipra ja maitserohelisega. Soovi korral lisa feta või kitsejuust murendatuna.

Kokkupanek ja küpsetamine: Täida nõrutatud tomatid seenetäidisega kuhjaga. Tõsta ahjuvormi, nirista peale veidi oliiviõli. Küpseta 180°C juures umbes 20-25 minutit, kuni tomatid on kergelt küpsenud ja täidis kuldpruun. Serveeri soojalt või toatemperatuuril. Säilita tomati „mütsid“ ja aseta need tomatitele peale või kõrvale – see annab armsa „kaetud“ välimuse. Piserdamine oliiviõli ja sidrunimahla enne serveerimist annab läiget ja värskust. Kui laual on mitut tooni tomateid (nt kollaseid ja punaseid), loo vaheldust ja visuaalset huvi. Parim, kui täidis on veel kergelt soe ja juust sulanud. Sobib suurepäraselt buffet-lauale või peole, sest säilitab kuju ja tekstuuri.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Piia kodukohviku puder

KOOSTISOSAD

Kartulipuder

10 kg kartuleid (pudrukartul)
4 spl soola
vett

Kruubipuder

2 kg odrakruupi
soola
6 l vett (kruupide hautamiseks)

Pudru valmissegamine

2 kg suitsutatud seapõseliha
1 kg mugulsibulat
soola (vajadusel)

VALMISTAMINE

Eelmisel õhtul pane pestud kruubid külma veega ligunema. Järgmisel päeval pese kruubid uuesti läbi ja pane hauduma, samal ajal koori kartulid ja pane need keema teise potiga (mina keedan kartulid ja kruubid eraldi).

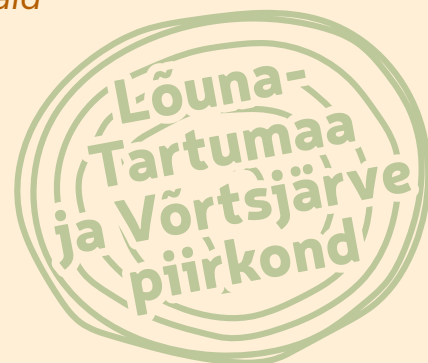
Niikaua kui kruubid ja kartulid keevad, valmista ette suitsupõsk ja sibul. Suitsupõsk ja sibul aja läbi hakklihamasina ja hauta sügaval pannil madalamas kuumuses, kuni sibul on ilusti läbi haudunud ning jätta kõrvale pudru segamist ootama.

Kui kartulid on pehmed, kurna suurem osa vett pealt ära (igaks juhuks kuhugi kaussi/potti esialgu, et sul oleks vajadusel võimalik pudrule lisada) ja tambu pudruks. Lisa valmis kruubipuder ja sega korralikult läbi. Viimasena lisa liha-sibulasegu, sega korralikult ja vajadusel lisa kartulikeeduvett ja soola. Head isu!

Retsepti koostaja: Piia Päid

„Olen elvakas sünnist saadik, juba 51 aastat, ja mu emapoolne pere on elanud Elvas alates 1952. aastast. Puder on olnud läbi aegade meie pere toidulaua aukohal ja kõigi oodatud lemmik. Meie pere puder sai suuremale ringkonnale tuttavaks Elva kohvikute-päeval minu kodukohvikus „Piia Kodukohvik“, kus serveerisime seda mõnusat putru koos hapukoore ja suitsuliha viiluga. Pakkusime putru neljal aastal ja teisel aastal tuli nii mõnigi kohalik juba purgiga või karbiga küsima, et kas teil seda head putru ikka tänavu ka on ja palun putru koju kaasa!“

Piia Päid



Söömaaeg tallekintsu, kartuli-hernetambi, ahjuaedviljade ja lehtkapsakrõpsudega

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Tallekints

Tallekints tavaliselt suuruses 1,5-2 kg.

Rosmariini, mett, soola, pipart, veidi õli ja midagi hapukat (kas sidrunimahla või veini), vett, küüslauku.

Tallekintsu küpsetamiseks on hea kasutada ovaalset malmist ahjupotti ja suurt leiva-ahju. Eemalda kintsult liigne rasv ja õhuke pealmine kiht (kilejas), vajuta lihasse sügavad lõiked, kuhu suru sisse küüslauguküüned. Rosmariin, mesi, sool, pipar, õli, vein sega ühtlaseks massiks ja hõõru kints sellega sisse. Jätta marineerima vähemalt paariks tunniks või üleöö.

Küta ahi. Kui ahju põranda temperatuur on jahtunud umbes 220-250°C peale, pane kints avatud ahjupotiga ahju 20-30 minutiks, kuni liha on tõmmanud pruunika tooni peale. Seejärel kalla potti juurde kuuma vett või siis kuiva punast veini, aseta kaas peale ja uuesti ahju. Selleks ajaks on ahi veidi jälle jahtunud ja jahtub järjest edasi, mis sobib tallekintsule hästi.

Kints peaks ahjus olema veel vähemalt 2-2,5 tundi. Kui ahi oli juba alguses alla 200°C, seda kauem võib kintsu ahjus hoida. Korra tasub piiluda ja keerata kints vedelikus teistpidi või lisada vedelikku, kui see on ära auranud.

Valmis lihal lase veidi „hingata“ enne serveerimist. Valmis liha peaks kondi ümbert laiali valguma, kõik see kraam võib jääda vedeliku sisse ja serveeridagi selliselt maalähedaselt, värske rosmariinioks peal.

Söömisega võib oodata ka järgmise päevani. Siis saab liha ka viilutada „viisakateks“ portsjoniteks. Sel juhul kogu soovi korral pealt ära kogunenud rasv ja pane liha korraks veel ahju soojenema. Seejärel tõsta liha lõikelauale ja viiluta viisakad viilud.

Kastmesse lisa veel veini, mustsõstramoosi ja keeda tummisemaks, maitsestades vajadusel veel. Kaste peaks tulema mõnusalt magushapukas ja tume. Kaste kurna enne serveerimist.

Talleliha maitseb hästi kuumalt, seepärast jälgi hoolega, et serveerimistaldrikud ja -nõud oleks enne juba soojad. Meil siin veski leivakojas on selleks hää kasutada lesot, kuhu sätime taldrikud sööjaid ootama.

Kartuli-hernetamp

Tallekintsu kõrvale sobib hästi kartuli-hernetamp.

Kui herneid lisada rohkem, ongi parem – tamp tuleb rohelisem ja hernesem.

2 kg kartulit

küüslauk, sibul

ca 400 g rohelisi herneid (ideaalne, kui saad võtta oma aiast värskeid herneid, aga väga hästi sobivad ka juba külmutatud herved)

Keeda kooritud kartulid, teises potis keeda vee-piima segus külmutatud herved, pannil küpseta klaasjaks peeneks tükeldatud küüslauk ja sibul.

Kurna kartul peaaegu kuivaks (pane vedelik teise kaussi ootama), tambi puruks. Püreesta herved ja lisa koos sibula-küüslauguga kartulipüreele. Sega kergelt läbi, lisa vajadusel vett või võid. Tamp peaks tulema parajalt pehme, aga mitte liiga vedel.

Ahjuaedviljad

Talleliha kõrvale sobivad imehästi kaalikas ja porgand.

kaalikad

porgandid

sool

mesi

tüümian

õli

Tükelda aedviljad meelepärase kujuga, maitsesta soola, mee, tüümianiga.

Lisa õli. Küpseta nii, et kaalikas oleks küpsenud.

Porgand võib jääda ka poolkrõmpsuks.

Lehtkapsakrõps

Suurepärase kaunistus või eraldi amps, mida saab värskelt kätte ka siis, kui muud kohalikku rohelist enam põllult saada pole. Naksa lehtkapsalt lehed väikeste tükkidena, maitsesta balsamico õli, väheste soola ja küpsetusõliga. Sega marinaad kapsalehtede vahele, julgelt kätega vajutades.

Enne küpsetamist peaks maitse olema hapukas-magus. Puista peale seesamiseemneid. Laota lehed küpsetuspaberiga kaetud pannile. Pane ahju – hoia pöördõhuga ahjus 180°C umbes 7 minutit. Jälgi, et ära ei kõrbeks, see võib juhtuda väga kiiresti.

Krõps peaks olema veel rohekas, aga juba krõbisev.

Puista lehtkapsakrõpsud kaunistuseks tallepraele ja/või kartulitambile, aedviljadele või naudi eraldi.

Retsepti koostaja: Mae Juske

„Aedviljad ja ürdid tulevad peamiselt piirkonna taludest, nt Kitse talust ja Tootsi talust. Viimases kasvavad tomatid-kurgid kasvuhoones lambasõnnikul ja lambavilla all, et hoida niiskust ja vähendada umbrohtu. Marju ja õunu saan ka ümbruskonna taludest.

Teraviljatooted aga tulevad veskist – ajalooliste, töökorras, vee jõul töötavate valtside vahelt saame püüli ja muid erinevaid jahusorte, mannat. Kivi vahelt aga leivajahu. Tootmist ei toimu müügi mõttes, sest seadmed on vanad ja nõuavad suurt hoolt ja tähelepanu kui tööstuspärand.

Viimane Eesti töökorras vesiveski Hellenurmes toimib muuseumina põhimõttel – mis liigub, see kulub, aga mis seisab, see hävib.

Huviliste gruppidele oleme töötava veski näitamisega saanud sellist joont hoida juba aastaid. Vilja hangime väiketalunikelt või mahemärgiga talunikelt, kes ka endale pisut leivajahu soovivad teha. Vähest toodangut väärindame

veski leivakojas, hoides tallel vanu toiduvalmistamise viise, alustades põrandaleivast ja tänapäevasemas võtmes veskiemanda tšepikust (sepik+ciabatta=tšepik) ning lõpetades taevamannakreemi ja rukkirulliga.“

Mae Juske



SOOLASED KÜPSETISED





Peipsiveere ja Sibulatee piirkond
on tuntud kvaliteetsete sibulate poolest



Aasta küla kilupirukas

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Põhi

100 g rukkijahu

50 g nisujahu

0,5 tl soola

umbes pool pakki (100 g) võid (külmkapist)

3 sl külma vett

Sega omavahel jahud ja sool. Haki külmkapist võetud või väikesteks tükkideks, lisa jahusegule ja näpi näppude vahel puruseks. Lisa külm vesi ja suru taignaks. Taigen asetage pooleks tunniks külmkappi.

Täidis

4 muna

600 g kodujuustu

2 sl värsket hakitud tilli

4-6 kirsstomatit

10 kilufileed

1 tl soola, musta pipart

Täidise valmistamiseks klopi munad ja sega kodujuustuga.

Maitsesta soola ja pipraga, sega hulka hakitud till.

Suru tainas õhukese kihina võiga määratud lahtikäiva pirukavormi põhja ja äärtesse.

Tee kahvliga põhja sisse augud.

Eelküpseta põhja 180°C juures 8 minutit.

Seejärel vala põhjale täidis ning laota sellele kilufileed.

Küpseta pirukat 180°C juures 25-30 minutit.

Lase enne lahti lõikamist veidi jahtuda.

Pirukas sobib söömiseks nii soojalt kui külmalt.

Retsepti koostaja: Kaja Lätti

„Kõrveküla Maanaiste Selts
Miina korraldab juba aastaid
kiluleiva võistlust Eesti
Vabariigi aastapäeva paiku.
See pirukas valiti žürii poolt
parimaks kilupirukaks
2024. aastal,
pärast seda, kui Kõrveküla
oli kuulutatud Tartumaa
aasta külaks 2023.
Sealt on saanud pirukas
nimeks „Aasta küla
kilupirukas“.“

Kaja Lätti





Juuretisega potisai

Kogus 2 tk (1 tk / 800 g)

KOOSTISOSAD

Juuretis

300 g algjuuretist

290 g vett

240 g täistera saiajahu (Tartu Mill)

Tainas

1 kg saiajahu (Tartu Mill)

500 g juuretist

500 g vett

20 g soola

VALMISTAMINE

Nisujahu ja juuretis sega veega ebaühtlaseks taignaks. Lase 45 min seista. Lisa sool. Seg ühtlaseks taignaks. Lase katte all seista 30 minutit. Taigen tõsta lauale ja tükelda kaaluga 990 g. Sõelu peale kiht nisujahu. Keera taigen kratsi abil kiire liigutusega teistpidi. Võta ühest taignaservast kinni ja tõsta teise peale, nii igast servast keskele kokku. Sõelu peale jahu ja kata kinni ning lase pool tundi seista.

Sõelu uuesti jahu peale ja keera taigen teistpidi. Tõsta venitades veel kord taigen keskele kokku. Kratsi abil keeruta taigen ümaraks palliks nii, et pealispind oleks sile. Taignapäts aseta jahuga puistatud taignakergitusvormi või kaussi nii, et sile pool jääks alla. Katte all lase toatemperatuuril kerkida 1-3 tundi.

Teine võimalus on lasta kerkida külmkapis 12 tundi ja küpsetada järgmisel päeval, sel juhul lase kerkida ka toatemperatuuril pool tundi. Kerkinud pätsid keera vormist ahjuplaadile kummuli nii, et kausi põhjas olnud sile ja jahune pind jääb peale.

Terava noaga tee lõiked.

Kuumuta ahi 250°C-ni, pane saiad ahju ja alanda kuumus 230°C juurde.

Võimalusel anna auru 5-6 sek 25-30 minutit.

Konteinerahi kuumuta 230°C-ni, pane saiad ahju ja alanda kuumus 210° C juurde.

Anna auru 5-6 sek 25-30 minutit.

Ahjust välja võetud sai lase korralikult jahtuda.

Sai on küps, kui koputades vastu saia põhja kuuled tühja kõminat.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Juustusai

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

640 g nisujahu (Tartu Mill)

60 g presspärm

100 g suhkrut

80 g margariini

60 g muna

20 g soola

260 g vett

Vormimiseks

60 g nisujahu (Tartu Mill)

140 g margariini

300 g juustu (Andre Farm)

VALMISTAMINE

Kõik toorained sega ühtlaseks taignaks ja lasse käärida 28-32°C juures 40-50 minutit.

Taigna rulli 1,5 cm paksuselt nelinurkseks.

Kata margariiniga ja puista üle riivitud juustuga.

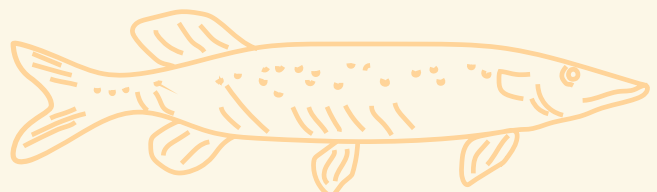
Keera tugevalt rulli. Rullist lõika taignatükid, massiga 68-70 g.

Aseta küpsetusplaadile kerkima 45-50 minutiks.

Enne ahju panekut viimistle munamäärdega.

Küpseta 200-220°C juures 10-12 minutit.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp





Lahtine sibulapirukas juustuga

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Pool kilo hakitud peipsi sibulat prae õli ja või segus keskmisel kuumusel, kuni sibul on pehme ja mõnusalt kuldpruun. Maitsesta soola, pipra ja tšilliga. Jäta sibulasegu jahtuma.

Pirukapõhja jaoks võta 180 g jahu, 70 g küpsetusmargariini, 75 g hapukoort, 1 tl küpsetuspulbrit, soola. Sega küpsetuspulber ja sool jahu hulka, lisa külm margariin ja haki jahu sekka, lisa hapukoor ning suru tainas palliks.

Aseta vähemalt 30 minutiks külmkappi. Võta tainas külmast ning suru küpsetuspaberiga vooderdatud lahtikäiva vormi põhjale ja veidi külgedele.

Küpseta põhi 200°C juures umbes 10-12 minutit.

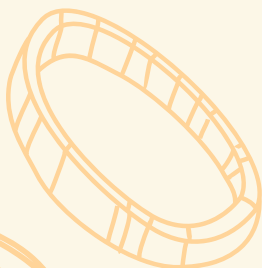
Praetud sibulale lisa 2 muna ja 90 g majoneesi, sega ning maitsesta soola, pipra ja tšilliga. Lisa 100 g riivitud kõva juustu (jäta veidi juustu ka peale puistamiseks).

Kalla segu eelküpsetatud tainale. Küpseta ahjus 200°C juures umbes 15 minutit, kuni pirukas on pealt kaunilt kuldpruun.

Retsepti koostaja: Inna Kook

„Sibulapirukas on Peipsi ääres väga populaarne, nii hakkasin ka mina oma pirukat küpsetama. Pakun seda alati oma külalistele.“

Inna Kook



Tartumaa vanaema kartulikarask

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Karaskitegu on klassikaline pärmitaignast küpsetise tegemine.

Mina võtan umbes 700 g kooritud kartuleid. Riivin jämeda riiviga ja pesen ning pigistan tärklise välja marli või selle puudumisel suure sõelaga.

Taigna tegemiseks ajan umbes 600 ml piima käesoojaks. Lisan 2,5 tl soola ja veidi suhkrut. Piimale lisan riivitud kartuli ja umbes 1 kg jahu, mille hulka olen eelnevalt seganud 2 pakki kuivpäarmi. Kui kasutan presspäarmi, siis selle segan väikese koguse suhkruga lahti ja lisan sellele käesooja piima, soola ja riivitud kartuli ning seejärel segan hulka jahu. Taignasõtkumise lõpus lisan veidi õli või võid.

Karaski taigen jääb pigem pehme ja vedelapoolne. Kes soovib rohkem saiaist tulemust, lisab rohkem vedelikku ja jahu.

Nüüd jääb taigen kaussi rätiku alla kerkima. Seejärel valan taigna ahjuplaadile või kõrgema servaga ahjupannile. Küpsemise aeg on jällegi tunde järgi, nii nagu igaühe ahi tavaliselt küpsetab.

Mõnikord pani vanaema ahju põhja veenõu, et karaski põhi liialt kõvaks ei küpseks. Uuemal ajal kattis karaski pealt fooliumiga, et elektriahi karaskit pealt liialt kõvaks ei küpsetaks.

Ahjust välja tulnud karaskipätsi koorikule määrin peale võid ja jätan karaski rätiku alla veidikeseks jahtuma.

Süüa on karaskit hea nii soojalt kui ka järgmisel päeval. Võid peale, piima kõrvale ja maitseb hästi. Proovi Sina ka – tunde järgi!

Retsepti koostaja: Astrid Külaots
(retsept vanaema Emilia järgi)

„Minu vanaema Emilia Liiv elas Konguta kandis Mälgi külas. Karaski retsepti tegelikult mul polegi, sest karaskit on tehtud põlvest põlve edasi antud kogemuse ja tunde järgi. Kartulikaraski saamiseks tuli oodata sügist ja kartulivõtu aega. Siis sai suuri kartuleid. Vanaema kutsus kartulikaraskit ka riivkaraskiks. Siit ka põhjus, miks kartulid pidid suured olema. Kartuleid riiviti käsitsi ning selleks olidki kõige paremad suured kartulid. Huvitav tegevus oli riivitud kartuli pesemine ja kuivaks pigistamine. Pesemise ja pigistamise käigus eraldus tärklis, mida kuivatati ja koguti kisselliteoks.“

Astrid Külaots





Lahtine suitsukalapirukas

Kogus umbes 17 inimesele

KOOSTISOSAD

Pirukapõhi

300 g nisujahu (Tartu Mill)

150 g külma võid

1 muna

näpuotsaga soola

2-3 spl külma vett



Täidis

600 g meelepärast Tartumaa suitsukala (nahata ja luudeta)

1 keskmine porru (valge osa)

1 väiksem suvikõrvits

2 küüslauguküünt

3 muna

2 dl 35% rõõska koort

150 g riivitud juustu (nt Gouda või Eesti juust)

1 sidruni koor ja 1 tl mahla

soola, pipart, tilli, murulauku

VALMISTAMINE

Pirukapõhi: Haki külm või jahu ja soolaga puruks. Lisa muna ja vesi, sõtku ühtlaseks tainaks. Suru tainas 28-30 cm lahtikäiva vormi põhja ja äärtele. Torka kahvliga augud ja pane 30 minutiks külmkappi.

Täidis: Tükelda suitsukala väikesteks kuubikuteks. Haki porru, suvikõrvits ja küüslauk, kuumuta pannil vähese võiga 5 minutit. Klopi munad koorega, lisa sidrunikoor ja -mahl, maitsesta. Sega juurde riivitud juust ja hakitud maitseroheline. Lisa kala ja köögiviljad, sega õrnalt.

Küpsetamine: Kalla täidis tainale. Küpseta 180°C juures 35-40 minutit, kuni pirukas on kuldne ja täidis hüübinud. Lase enne lahti lõikamist 10 minutit jahtuda.

Serveeri värskel salatiga (nt rukola, kirsstomat, balsamico kaste) ja sidruniviiluga. Sobib hästi serveerida ka külmalt järgmisel päeval.

Retsepti koostaja: Tiina Saar



Odratangu karask

KOOSTISOSAD

- 1 l maitsestatamata (kitsepiima) jogurtit või keefiri
- 4 dl odratangu
- 1 tl soola
- 2 muna
- 2 dl (kitse) piima
- 4-6 dl nisujahu (võib osaliselt asendada ka täistera- või odrajahuga)
- 400 g suitsujuustu (kõvemat sorti, mitte sulatatud suitsujuust)

VALMISTAMINE

Odratangud (mitte kruubid) pane jogurtisse paisuma, soovitatavalt üleöö või minimaalselt 6 tundi.

Sega paisunud tangusegule juurde kõik ained peale jahu.

Jahu hakka järk järgult juurde segama.

Valmis taigna konsistents meenutab paksu pannkoogitainast.

Parima tulemuse saad, kui küpsetad karaskit puuküttega ahjus. Mina teen enda ahju jaoks pool kogust ning küpsetan karaskit malmpanni sees. Olenevalt ahju soojusest 25-35 minutit. Elektrialhjus tehes vala segu ahjuplaadile ja küpseta umbes 40 minutit 200°C juures, kuni karask on pealt kuldne.

Selline karask on väga toitev ning sobib hästi ka hommikusöögiks.

Retsepti koostaja: Annika Aav

„Selle karaski retsepti saime majaga kaasa! Vana maja renoveerimise käigus leidsime käsitsi kirjutatud retseptiraamatu, kus enamik retsepte ei olnud kahjustuste tõttu loetavad. See retsept aga oli õnneks loetav ning on ka üks meie pere lemmikuid. Enda poolt lisasime retsepti suitsujuustu, mida originaalretseptis kirjas ei olnud. Suitsujuust annab karaskile väga mõnusa ning suitsuse maitse, nagu oleks tehtud puuküttega ahjus.“

Annika Aav



Peenleib

Kogus 2 tk

KOOSTISOSAD

Keet

16 g valget linnasejahu
340 g täistera rukkijahu (Tartumaa)
750 g keevat vett

Juuretis

80 g algjuuretist
1 kg keetu

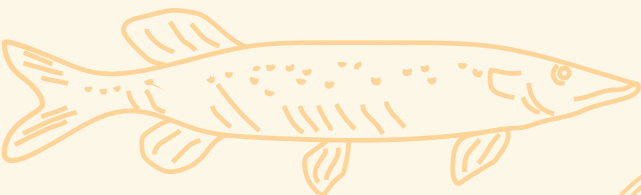
Tainas

640 g juuretist
300 g rukkipüüljahu (Tartumaa)
220 g nisujahu (Tartumaa)
16 g soola
16 g suhkrut
10 g pärm
20 g köömneid
u 100 g vett

VALMISTAMINE

Vala keev vesi täisterarukkijahu-linnasejahu segule, sega korralikult läbi ja lase seista 1-3 tundi. Juuretis valmista eelneval päeval. Algjuuretisest ja keedust sega hapukooretaoline mass. Aseta sooja kohta käärima 10-12 tunniks. Käärinud juuretisest võta ära järgmiseks leivateoks vähemalt 100 g (2 leiva kohta), mis asetatakse külmkappi. Juuretisele sega juurde ülejäänud toorained. Sega ühtlase massi saamiseni. Taignast kaalu 620 g pätsid ja vormi põrandaleiva kujuga. Silu käega pealt veega siledaks. Aseta kerkima 35°C juurde 0,5-1 tunniks, kuni leiva maht on suurenenud 1/3 võrra. Kerkimise keskel tee leiva keskele üks lõige. Küpseta 180°C juures 30-35 minutit (auru 15 sek).

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Lihaleib röstitud sibula ja küüslauguga

Kogus 2 tk

KOOSTISOSAD

Juuretis

136 g algjuuretist
405 g täistera rukkijahu (Tartumaa)
730 g vett

Tainas

920 g juuretist
460 g Tartumaa rukkijahu (täistera)
46 g suhkrut
16 g soola
230 g sea suitsupõske
38 g röstsibulat (Tartumaa sibul)
16 g küüslauku
ca 240 g vett

VALMISTAMINE

Juuretis valmista eelneval päeval.

Algjuuretisest, rukkijahust ja veest (35-36°C) sega hapukooretaoline mass.

Aseta sooja kohta käärima 10-12 tunniks. Kääritatud juuretisest võta ära järgmiseks leivateoks 136 g (2 leiva kohta), mis aseta külmkappi (+2 kuni +6°C).

Juuretisele sega juurde ülejäänud toorained. Sega ühtlase massi saamiseni.

Viimasena lisa väikesteks kuubikuteks tükeldatud sea suitsupõsk, röstsibul ja küüslauk.

Vajaliku konsistentsi saavutamiseni lisa vesi ja sega ühtlaseks taignaks.

Tainas tõsta eelnevalt toiduõliga määratud leivavormi. Ühte leivavormi 900-920 g.

Silu käega pealt külma veega siledaks. 35°C juures aseta kerkima 1,5-2 tunniks, kuni leiva maht on suurenenud 1/3 võrra.

Küpseta 250°C juures 15-20 minutit ja seejärel 180°C juures 30-40 minutit.

Küpseta, kuni sisu temperatuur on 97-98°C.

Ahjust välja võetud leivad määri veega ja jäta katte alla järelvalmima 30 minutiks.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Puuviljaleib

Kogus 2 tk

KOOSTISOSAD

Juuretis

136 g algjuuretist

400 g rukkikroovjahu (Tartumaa)

730 g vett

Tainas

1 kg juuretist

460 g rukkitäisterajahu (Tartumaa)

u 200 g vett

20 g soola

140 g rosinaid

140 g kuivatatud aprikoose

VALMISTAMINE

Juuretis valmista eelneval päeval. Algjuuretisest, rukkikroovjahust ja veest (35-36°C) sega hapukooretaoline mass. Aseta sooja kohta käärima 10-12 tunniks.

Kääritatud juuretisest võta ära järgmiseks leivateoks 150 g (2 leiva kohta), mis aseta külmkappi (+2 kuni +6°C).

Juuretisele sega juurde ülejäänud toorained. Sega ühtlase massi saamiseni.

Taigen tõsta eelnevalt toiduõliga määratud leivavormi.

Kaal 900-920 g silu käega pealt külma veega siledaks.

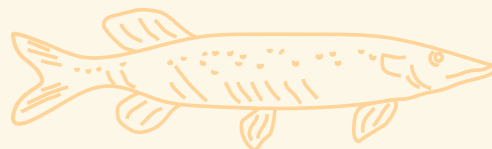
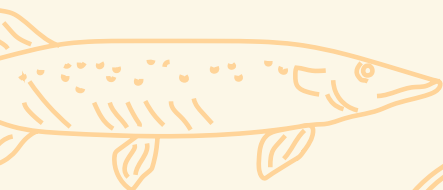
Jäta 35°C juures kerkima 1-2 tunniks, kuni leiva maht on suurenenud 1/3 võrra.

Leivaahi kuumuta 250°C juurde, pane leivad ahju ja alanda kuumus 230°C-ni ning küpseta 15-20 minutit, seejärel alanda 200°C juurde ning jätka küpsetamist 35-40 minutit.

Konteinerahi kuumuta 230°C juurde, pane leivad ahju ja alanda kuumus 210°C-ni ning küpseta 15-20 minutit, seejärel alanda 190°C juurde ning jätka küpsetamist 35-40 minutit. Küpseta, kuni sisu temperatuur on 97-98°C.

Ahjust välja võetud leivad jäta katte alla järelvalmima 30 minutiks.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Piia tatraleb

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Eeltainas

100 g tatrajuuretist (algjuuretis)
1 spl pruuni suhkrut
1 l vett
100 g toortatrajahu

Eelisel õhtul pane käima juuretis leiva jaoks. Lisa algjuuretisele (kogus võib natuke varieeruda, lõpptulemus sellest ei muutu) käesoe vesi, jahu ja suhkur. Sega korralikult läbi, võid kasutada visplit. Kata kauss rätiga ja jäta 10-12 tunniks „käima“.

Leivatainas

Kogu eeltaigen, mis eelisel õhtul „käima“ pandud
3 spl pruuni suhkrut
6 tl jämedat meresoola
650 g toortatrajahu
125 g seemneid (päevalille, kõrvitsa, lina jne)

Eeltaignale (peaks olema pealt vahune) lisa kõik ained ja sega ühtlaseks, nii et taigen on selline paksema hapukoore paksune. Võta uus juuretis (nt 200 g), lisa seemned leivataignale ja sega, kuni kõik on korralikult segunenud. Määri leivavorm spreid-õliga või võiga ja kalla taigen vormi ning vali endale sobiv kergitamise ja küpsetamise moodus.

Kergitamine ja küpsetamine kahel moel, leia endale sobiv.

1. variant – otse küpsetusahjus (keskmisel siinil):

50°C pöördõhuga 30 minutit (see ongi kergitamine);

250°C pöördõhuga 30 minutit (algab küpsemine), kindlasti jälgi, kas on vaja fooliumiga katta, et ei läheks liiga pruuniks;

200°C pöördõhuga 30 minutit (võta temperatuur uuesti maha, küpsemine jätkub).

2. variant – 1-1,5 tundi soojas ruumis (põrandakütte peal) kilega kaetult, et pind ei kuivaks; 210-220°C pöördõhuga 30-40 minutit (230°C, kui küpsetad 2 plaaditait leibu), kindlasti jälgi ahju (keskmisel siinil).

Nüüd on leib valmis. Kalla vormist välja ja keera linase rätiga sisse ning jäta puhkama umbes 30 minutiks.

Retsepti koostaja: Piia Päid

„Leib on olnud meie peres ligi kümme aastat aukohal ja Elva kohvikutepäeval pakkusime oma kohvikus alati toidu kõrvale just seda leiba.“

Piia Päid



Rukkileib

Kogus 2 tk

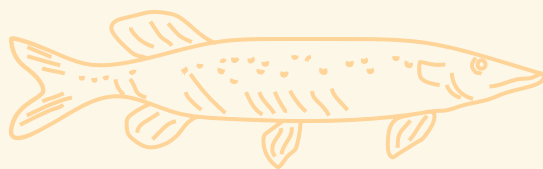
KOOSTISOSAD

Juuretis

150 g algjuuretist
450 g rukkikroovjahu (Tartumaa)
900 g vett

Tainas

1,2 kg juuretist
600 g rukkikroovjahu (Tartumaa)
60 g suhkrut
20 g soola
50 g päevalilleseemneid
50 g kõrvitsaseemneid
40 g kanepiseemneid



VALMISTAMINE

Juuretis valmista eelneval päeval. Algjuuretisest, rukkikroovjahust ja veest (35-36°C) sega hapukooretaoline mass. Aseta sooja kohta käärima 10-12 tunniks.

Kääritatud juuretisest võta ära järgmiseks leivateoks 150 g (2 leiva kohta), mis aseta külmkappi (+2 kuni +6°C).

Juuretisele sega juurde ülejäänud toorained. Sega ühtlase massi saamiseni.

Taigen tõsta eelnevalt toiduõliga määratud leivavormi, kaaluga 900-920 g.

Silu käega pealt külma veega siledaks. 35°C juures aseta kerkima 1,5-2 tunniks, kuni leiva maht on suurenenud 1/3 võrra.

Küpseta 230°C juures 15-20 minutit ja seejärel 180°C juures 35-40 minutit.

Küpseta, kuni sisu temperatuur on 97-98°C.

Ahjust välja võetud leivad määri veega ja jäta katte alla järelvalmima 30 minutiks.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Tume rukkileib seemnetega

Kogus 2 tk

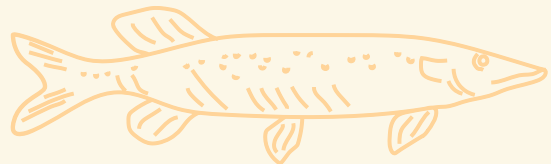
KOOSTISOSAD

Keet

80 g päevalilleseemneid
40 g rukkikroovjahu (Tartumaa)
200 g vett (keev)

Tainas

280 g keetu
700 g rukkikroovjahu (Tartumaa)
80 g nisujahu (Tartumaa)
30 g kuivjuuretist
100 g linnasesiirupit
14 g kvaliteediparandajat
24 g soola
24 g pärm
u 650 g vett



VALMISTAMINE

Vala keev vesi jahu-seemnesegule, sega korralikult läbi ja lase seista 1-3 tundi.

Keedule sega juurde ülejäänud toorained. Sega ühtlase massi saamiseni.

Tainas tõsta eelnevalt toiduõliga määratud leivavormi. Kaal 900 g.

Silu käega pealt veega siledaks. Jäta 35°C juurde kerkima 1-2 tunniks, kuni leiva maht on suurenenud 1/3 võrra.

Küpseta, kuni sisu temperatuur on 97-98°C. Leivaahi kuumuta 250°C juurde, pane leivad ahju ja alanda kuumus 230°C-ni ning küpseta 15-20 minutit, seejärel alanda kuumust ja jätka küpsetamist 180°C juures 15-20 minutit.

Ahjust välja võetud leivad jäta katte alla järelvalmima 30 minutiks.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Sibulapirukas

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

490 g nisujahu (Tartu Mill)

14 g presspärm

14 g suhkrut

40 g margariini

6 g soola

230 g vett

Vormimine

770 g kooritud sibulat (tartumaine)

130 g muna

30 g margariini

17 g soola

46 g riivsaia

30 g toiduõli

3 g tilli

60 g nisujahu (Tartu Mill)

VALMISTAMINE

Toorained sega omavahel taignaks kokku.

Käärita tainast 28-32°C juures 40-50 minutit.

Prae täidise jaoks sibulad õlis. Keeda ja haki munad. Riivsaia kuumuta margariinis.

Lõpuks sega kõik omavahel kokku ja maitsesta.

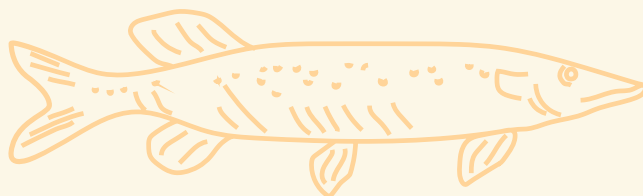
Käärinud tainas tükelda kaaluga 35 g, veereta kuklikujuliseks ja kergita.

Pärast kerkimist rulli laiali ja aseta keskele täidis ning vormi vastava kujuga.

Aseta kerkima u 40-50 minutiks. Enne ahju asetamist viimistle munamäärdega.

Küpseta 200-220°C juures 8-10 minutit.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Pireti porgandipiirak

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

30 g pärm
100 g suhkrut
12 g soola
1 muna
80 g võid
1 tl jahvatatud kardemoni
350 g leiget vett või piima-vee segu
600 g jahu

Sega ja sõtku, kuni taigen lööb kausi küljest lahti, vajadusel lisa jahu.
Kata kauss rätikuga ja lase kerkida soojas kohas u 30-40 minutit.

Täidis

1,5 kg porgandeid keeta, jahutada, puhastada, tükeldada
3 muna
150 g suhkrut
2 tl vaniljesuhkrut
3-4 sl mannat

Sega kokku. Kerkinud taigen rulli lahti, täidis aja taignale laiali. Keera taigen koos täidisega kolmeks ja tõsta ahjuplaadile nii, et lahtine serv jääks piruka alla. Pealt määri munaga ja lase kerkida 15-20 minutit ning pane siis ahju.

Võimalusel küpseta puuküttega ahjus.

Ahjust võetud piirak kata rätikuga ja lase natuke jahtuda. Just nimelt natuke jahtuda, sest soe piirak sahvrist toodud külma piimaga on ikka kõige parem!

Retsepti koostaja: Piret Kukk
(inspireeritud ajaloolisest retseptist)

„Meie peres on ikka pikki aastaid kartuleid kasvatatud, seega on vaja kevadel kartul maha panna ja sügisel suur saak üles noppida. Sageli kasvatati kartuleid ka sugulastele ja tuttavatele ning kartulivõtuks tulid nad appi. Olid kartulivõtu talgud ja selleks päevaks küpsetati alati porgandipiirakut, ikka oma kasvatatud porganditest.“

Piret Kukk



Punapeedi-kreekapähkli kukkel

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

600 g nisujahu (Tartu Mill)
40 g pärm
11 g soola
26 g heledat siirupit
60 g täisteranisujahu
60 g kaerajahu
80 g toiduõli
130 g tartumaist punapeeti (keedetud)
80 g sinihallitusjuustu
40 g kreeka pähkleid
340 g vett

VALMISTAMINE

Kaalu toorained, haki punapeet ja kreeka pähkel.

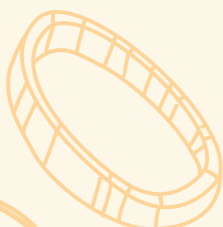
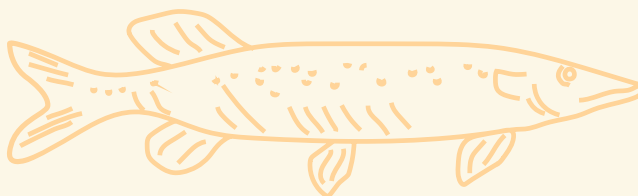
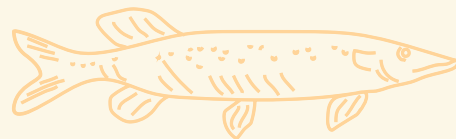
Kogu tooraine sega ühtlaseks massiks.

Käärita 28-30°C juures 30-40 minutit.

Käärinud taigast kaalu 68-70 grammised taigatükid, millest vormi ümarad kuklid.

Kerkinud kuklid määri pealt munamäärdega ja küpseta 200-210°C juures 10-15 minutit.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Suitsukala pirukas filotaignas

KOOSTISOSAD

500-700 g puhastatud suitsulatikat
500 g sibulat
1 l puljongit
1 klaas keetmata riisi
1 kg lehttainast (rullis)
1 pakk filotainast
800 g kohvikoor
10 terapiart
1-2 spl oliiviõli

VALMISTAMINE

Koori terved sibulad ja keeda need puljongis pehmeks. Seejärel püreesta sibulad otse puljongisse või tõsta need soovi korral välja. Lisa puljongisse purustatud suitsulatikaliha ja kohvikoor ning kuumuta segu keemiseni. Seejärel sega hulka keetmata riis ja lase täidisel 5 minutit seista, et riis imaks endasse maitset. Vooderda ahjuvorm lehttainaga nii, et taigna ääred ulatuksid vormi servadeni. Kalla täidis peale ja kata see kortsutatud filotaina lehtedega. Filotainas pintselda üle õhukese oliiviõlikihiga. Küpseta eelkuumutatud ahjus 180°C juures umbes 1 tund, kuni pirukas on pealt kuldpruun ja krõbe. Lase enne serveerimist jahtuda, sest maitset muutuvad paremaks, kui pirukas saab pisut seista. Kõige maitavam on see järgmisel päeval, kui täidis on ühtlaselt läbi tõmmanud. Retsept on suure ahjupanni jaoks – väiksema panni tarbeks võib koguseid vähendada.

Retsepti koostaja: Berit Pendis

Latikas on olnud läbi aegade üks enim püütud kalu Võrtsjärves. Värskest püütuna kasutati teda sageli suppides ja hautistes, kuid suitsutatult sai latikast hinnatud piduroog.

Suitsulatika maitse on tugev ja eriline, mistõttu sobib hästi ka tänapäevasematesse roogadesse.

Pirukad on olnud Võrtsjärve ümbruse pidulaudade kindel osa, kuid vanasti kasutati enamasti rukkijahust või pärmitaignast põhju.

Filotaigna kasutamine toob traditsioonilisse kalapirukasse kaasa kergema ja krõbedama nüansi, ühendades vana kalanduspärandi ning uue köögikunsti. Nii sünnib roog, mis jutustab Võrtsjärve maitsetest, aga sobitub ka tänapäeva pidulauale.



Lihtne suvikõrvitsa-spinati-porru quiche hakklihaga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

Põhi (kahele pirukale)

400 g nisujahu (Tartu Mill)

200 g võid (külm, mitte toasoe)

6-8 tl vett (külm)

1 tl soola

soovi korral võib kasutada ka lehttainast või muretainast 2 × 300–350 g valmista

Täidis

500 g hakkliha (Vasula lihapood või Tartumaa talunik)

600 g Tartumaa suvikõrvitsat (2 väiksemat või 1 suur, viilutatud)

2 suurt porrulaugu varreosa (u 300 g), õhukeselt viilutatud

300 g värsket või külmutatud spinatit

2-3 spl oliiviõli või võid

soola, pipart, muskaatpähklit maitse järgi

Kate

350-400 g riivjuustu (nt Gouda, Emmental, Cheddar või sinihallitusjuust)

taimetoidu variandi puhul kasuta taimset juustu

8 muna (Tartumaa talunik)

700 ml kreemjat toidukoore ja piima segu (nt 50/50 35% koor ja täispiim)

300-350 g riivjuustu (nt Gouda, Emmental, parmesan)

(valikuline) 100-150 g sinihallitusjuustu või kitsejuustu

VALMISTAMINE

Taigen: Haki külm või jahuga puruseks, lisa sool ja külm vesi, sõtku kergelt ühtlaseks tainaks. Keera kilesse ja pane külma vähemalt 30 minutiks.

Täidis: Prae hakkliha pruuniks ja maitsesta lõpus soola ja pipraga.

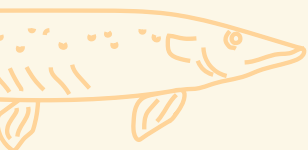
Viiluta või riivi jämedama riiviga suvikõrvits

(hoia u 30 min eelnevalt soolaga ja nõruta liigne vedelik välja).

Haki porrust rattad või poolrattad, hauta pannil õlis/võis 5-7 minutit,

kuni on kergelt pehmenenud ja lisa spinat (värske või külmutatud).

Maitsesta soola, pipra ja näpuotsatäie muskaadiga.



Kate: Klopi munad lahti, sega hulka koore-piimasegu, riivjuust ja soovi korral sinihallitusjuust või kitsejuust. Maitsesta kergelt.

Vormimine ja küpsetamine: Jaota hakkliha-köögiviljasegu eelküpsutatud põhjadele.

Vala peale muna-koore-piimasegu.

Küpseta 180°C juures umbes 35-40 minutit, kuni on keskelt hüübinud ja pealt kuldne.

Sobib pakkuda soojalt või toatemperatuuril koos värskesalatiga.

Sobib ka külmalt serveerimiseks järgmisel päeval.

Soovi korral saab teha ühest pirukast kuni 10 väikest ampsu suupisteteks.

Retsepti koostaja: Tiina Saar

Tartu sai

Kogus 2 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

640 g nisujahu (Tartu Mill)

20 g pärmi

10 g suhkrut

20 g margariini

12 g soola

320 g vett

VALMISTAMINE

Toorained sega ühtlaseks tainaks ja kergita 28-32°C juures 45-60 minutit.

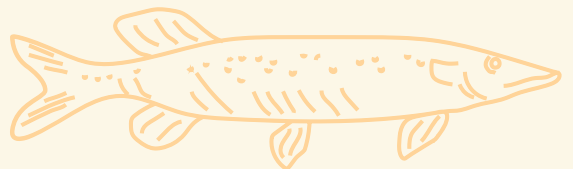
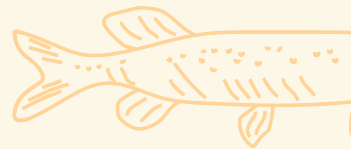
Kaalu 470-480 grammised tainatükid ja veereta ümaraks.

Eelkergita ning vormi batooniks. Kerkimise aeg 35-40 minutit.

Enne ahju panekut tee lõiked ja pritsi veega.

Küpseta 180-190°C juures 35-40 minutit.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Vanaema Endla lihapirukad

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Täidis

2-2,5 kg seakülge koos kamaraga (Vasula lihapood)

2 toorest muna

puljongi jaoks paar porgandit ja üks sibul

soola ja pipart maitse järgi

4-5 tera vürtspipart

u 1/3 riivitud muskaatpähklit

u 120 g sulatatud võid

Pane seakülg potti ja vala peale külm vesi nii, et liha on veega kaetud.

Seejärel keeda liha umbes 2,5-3 tundi. Eemalda keemise käigus tekkiv vaht.

Puljongi maitsestamiseks lisa paar porgandit ja üks sibul, vürtspipart 4-5 tera.

Kui liha on keedetud, kurna puljong läbi sõela.

Liha aja läbi hakklihamasina, võid eelnevalt lõigata liha väiksemateks tükkideks, siis on mugavam see läbi masina ajada. Kui on soovi, võib osa kamarat samuti masinast läbi ajada ja täidise sisse panna.

Seejärel maitsesta täidis soola ja pipraga, lisa 2 muna, 2/3 puljongist ja sulatatud või, riivi hulka u 1/3 muskaatpähklit. Sega segu seni, kuni on moodustunud ühtlane täidis.

Puljongi lisamine lihale on väga oluline, nii jäävad pirukad väga mahlased.

Pärmitaigen

75-100 g pärm

1 liiter piima

4 tl suhkrut

2 tl soola

200 g võid

1 kg jahu (Tartu Mill)

Kuumuta piim käesoojaks ning sega sellesse pärm ja suhkur. Pärmseened on tillukesed elusolendid, kes armastavad soojust ja toitu, seepärast ära surma neid kuumema kui 50-kraadise piimaga, toiduks paku aga suhkrut. Õnnestunud elutingimuste korral kergitab pärm taina kohevaks.

Sulata rasvaine ja lahusta selles sool. Vispelda või mikserda pärmise piima hulka pool jahukogusest. Kui soovid olla pärm elutegevuses kindel, jätta vedel tainas mõneks ajaks sooja kohta kerkima. Seda nimetatakse eelkergituseks.

Ära liialda jahuga – tainas võiks olla pigem vedelam, ent hästi hoolega sõtkutud. Soe tainas ja hoogne segamine loob keskkonna, mis hoiab pärmseentest eralduvat süsihappegaasi hästi kinni. Seetõttu tainas kerkibki topeltsuureks nii toasoojas kui ka ahjukuumuses. Õnnestunud tainas venib hästi, vähemalt 15 sentimeetrit.

Lisa rasvaine ja teine osa jahust, sõtku tainas ühtlaseks.

Sõtku tainast intensiivselt vähemalt 5 minutit, kuni see lööb poti ja käte küljest lahti ning on lihtsalt vormitav.

Aseta soojust hoidvasse nõusse ja pane peale puhas köögirätik või potikaas.

Lase kerkida topeltsuureks.

Pirukate valmistamine:

Kõige mugavam on pirukaid teha suurel köögilaul, kuhu on raputatud jahu. Jahusele pinnale aseta kogu tainas. Tainast saad hakata otsast taignarulliga õhemaks rullima.

Seejärel pane teelusika täis täidist taignale ning kata täidis taignaga. Piruka taignast lahti lõikamiseks võid kasutada õhema servaga klaasi.

Aseta pirukad küpsetuspaberiga kaetud küpsetusplaadile ja pintselda nad pealt lahtiklopitud toore munaga. Nii jäävad pirukad ilusad kuldsed!

Küpseta ahjus 200°C juures või

pöördõhuga 160°C juures.

Sellest kogusest tuleb 6-8 plaaditait pirukaid.

Retsepti koostaja: Endla Orumaa

(inspireeritud vanavanaema retseptist)

„Soovisin jagada meie perekonna lemmikretsepti, mida on edasi antud põlvest põlve. Imelised lihapirukad on meie peres alati laual jõulude ajal ja juba küpsetamise käigus süüakse ära mitmed plaaditäied. Lihapirukate retsepti autor on minu ema Endla, kes elab Mellistes Kastre vallas ja on 86-aastane. Lihapirukate valmistamise teatepulga olen meie peres üle võtnud mina. Soovitan neid kõigile!“

Kristiina Tammets





Tindipiirak

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Pärmitainas

500 g jahu

1 sl suhkrut

2 tl soola

60 g võid toasoojana (võid kasutada ka õli või siis ½ õli ja ½ või)

25 g presspärm

3 dl käesooja vett või piima

muna lahtiklopituna määrimiseks

Pärmitaina valmistamiseks lahusta pärm väheses käesoojas vees või piimas.

Sega juurde ülejäänud vesi või piim. Sega omavahel jahu, suhkur ja sool ning ühenda siis pärmivedelikuga. Sega juurde toasoe või ja sõtku tainast seni, kuni see on läikiv ja lööb kausi küljest lahti. Jäta rätiga kaetult sooja kohta vähemalt tunniks kerkima.

Taina mass peaks selle jooksul kahekordistuma.

Täidis

500 g tindikala

4-5 sibulat (oleneb suurusest)

250 g suitsuliha (suitsupõsk)

2-3 küüslauguküünt

soola maitse järgi

sidrunipart maitse järgi

3-4 keedetud muna (mahendab tindi maitset)

Koori sibul ja tükelda, prae pannil klaasjaks, lisa juurde suitsupõse kuubikud ja kuumuta, et maitse esile tuleks.

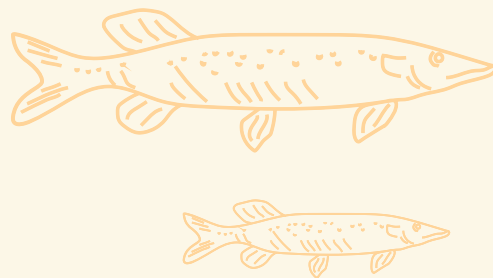
Lisa küüslauk ja sega sinna puhastatud tindikala.

Haki muna ja lisa pannile ning kuumuta koos läbi.

Vastavalt soovile võib teha suure piruka või väikseid pirukaid.

Tõsta pirukad küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile, määri pealt munaga ja küpseta eelkuumutatud ahjus 200°C juures, kuni pirukad on pealt kuldsed.

Retsepti koostaja: Rutt Pirk



*„Kuna tint oli varem
Peipsist hästi kättesaadav,
tehti meie peres sageli
tindipiirakat.”*

Rutt Pirk



Voronini sibulapirukas ehk Voronja galerii majapirukas

KOOSTISOSAD

Põhi

6 dl jahu
250 g võid
2-3 spl vett
soola

Kate

5-6 keskmist sibulat
200 g suitsujuustu
200 g vahukoort
1 spl fenkoliseemneid
1 muna
soola, pipart
kaunistuseks jõhvikaid ja peterselli

VALMISTAMINE

Sega või jahuga, lisa maitseained ja vajadusel vesi.

Sõtku taigen ühtlaseks massiks ja pane 30 minutiks seisma.

Haki sibul ja prae pannil kergelt läbi ning pane potti koos teiste ainetega hauduma. Piisab 10-15 minutist, kuniks suitsujuust on sulanud.

Kui oled poti tulelt võtnud, lisa segule lahtiklopitud muna.

Suru taigen madalasse küpsetusvormi ja torka kahvliga mõned augud.

Pane vorm 10 minutiks ahju 180°C juures, vala seejärel kate taignale ja küpseta 180°C juures, kuni pirukas on pealt kuldpruun.

Selleks läheb aega umbes 25-30 minutit.

Mõne ahjuga isegi kuni 40 minutit.

Peipsiveerel lisatakse pohli ja jõhvikaid paljudesse roogadesse, isegi suppidesse, seepärast kaunistatakse võimalusel pirukas meie metsamarjadega.

Retsepti koostaja: Raul Oreškin

*„Päris mitu hooaega oli
Voronini sibulapirukas
Sibulatee puhvetite päeva
reklaamis tõmbenumbriks,
kuid tõeline tähetund
saabus 2024. aastal,
kui see pälvis Sibulatee
parima piruka tiitli.“*

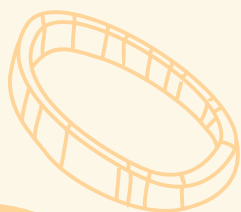
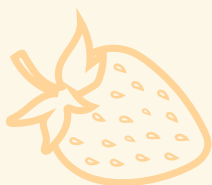
*Raul Oreškin
(loe „Ühe sibulapiruka lugu“
retseptiraamatu algusest)*





Tartumaa maitsete õhtusöök VOCOs
(26. november 2025)

KOOGID JA MAGUSTOIDUD





Lõuna-Vooremaa ja Saadjärve piirkonna maitset

Kook iirise- ja šokolaadikattega

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Põhi

200 dl nisujahu

120 g võid

4 spl pruuni suhkrut

Jahu sõelu kaussi, lisa või ja suhkur ning sega taignaks.

Aseta 28 cm läbimõõduga pannile paber ja suru tainas sellele laiali.

Küpseta 180°C juures 15-20 minutit.

Iiris

50 g võid

4 spl pruuni suhkrut

400 g magusat kondenspiima

Pane mittenakkuvale pannile või, suhkur ja kondenspiim.

Madalal temperatuuril kuumuta segu keemiseni ja seejärel keeda vähemalt 5 minutit (kuni segu muutub paksemaks).

Šokolaad

Võta piimašokolaad (võib olla ka pähklitega), sulata veevannis.

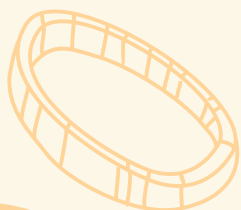
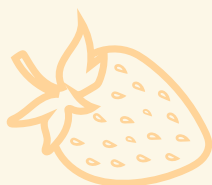
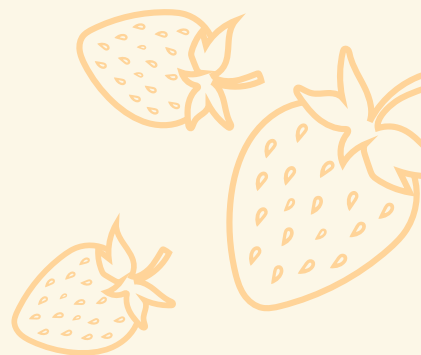
Vala saadud iirisemass koogile, aja ühtlaselt laiali ja selle peale omakorda sulatatud šokolaad.

Lase jahtuda ja naudi!

Retsepti koostaja: Leili Rembel

„Iirise- ja šokolaadikattega kook on meie pere lemmikkook!“

Leili Rembel



Pavlova Tartumaa marjadega

Kook koosneb beseekorvikesest, mis on täidetud valge glasuuri, kirsi-vaarika curdi ja toorjuustukreemiga. Kook kaunistatakse värskete Tartumaa marjadega.

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Besee

250 g munavalget

450 g tuhksuhkrut

2 g soola

11 g vanillisuhkrut

Eralda munavalge munakollastest. Munavalge, tuhksuhkur, sool, maisitärklis ja vanillisuhkur vahusta keskmisel kiirusel 25-30 minutit, kuni saavutad koheva beseemassi. Saadud massist pritsi pritskoti ja sakilise tülle (Ø 10 mm) abil 30-34 g korvikesed (põhi Ø 70 mm).

Küpseta 110°C juures u 45 minutit.

NB! Küpsetusparameetreid võib muuta vastavalt ahju eripäradele.

Kirsi-vaarika curd

75 g külmutatud kirsse

75 g külmutatud vaarikaid

60 g võid

135 g suhkrut

60 g munakollast

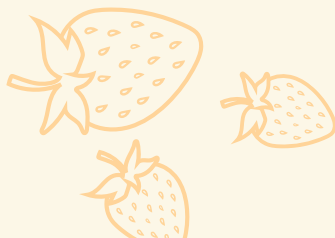
15 g sidrunimahla

Külmutatud kirsid ja vaarikad kuumuta paksupõhjalises potis, seejärel püreesta ning lase läbi sõela.

Või ja suhkur vahusta u 5 minutit, lisa järk-järgult munakollased ning sidrunimahl.

Saadud mass lisa püreele ning kuumuta tasasel kuumusel paksenemiseni.

Mass kata kokkupuutes pinnaga toidukilega ja aseta külmikusse tahenema.



Toorjuustukreem

200 g vahukoort
200 g taimset vahukreemi
380 g toorjuustu Otto (mascarpone)
70 g tuhksuhkrut
20 g vanillisuhkrut

Vahukoor, taimne vahukreem, tuhksuhkur, vanillisuhkur ja toorjuust vahusta tugevaks vahuks.

VIIMISTLUS JA KAUNISTAMINE

150 g valget glasuuri
250 g kirsi-vaarika curdi
500 g värsked tartumaiseid marju

Valge glasuur sulata u 45°C.

Jahtunud beseekorvikeste sisemised pinnad kata pintslil abil eelnevalt sulatatud valge glasuuriga. Korvikese kaal koos glasuuriga u 30 g.

Igale korvikesele pritsi u 10 g kirsi-vaarika curdi, mille peale omakorda pritsi sakilise tüllega (Ø 10 mm) u 40 g toorjuustukreemi.

Beseekorvikesed kaunista värskeste marjadega (mustikad, punasõstrad, maasikad ja vaarikad).

Retsepti koostajad: Anneli Ummik ja Gerda Ode



Beseerull tartumaiste marjadega

Vahukoorekreemi ja marjadega beseerull,
kaunistatud toorjuustu-vahukoorekreemi ja marjadega.
Kogus 1 kg

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Besee

200 g munavalgemassi
300 g suhkrut
125 g mandlilaaste
55 g vanillikreemipulbrit

Munavalgemass ja 1/2 suhkrut kogusest vahusta tugevaks vahuks ning seejärel lisa vahustamist katkestamata ülejäänud suhkur ja vahusta veel mõned minutid. Mandlilaastud haki peenemaks ja sega vaniljekreemipulbriga. Pähkli-vaniljekreemipulbri segu lisa vahustatud munavalgemassile ja sega käsitsi läbi. Saadud massiga pritsi ümara tüllega (Ø 8-10 mm) küpsetuspaberiga kaetud küpsetusplaadile üksteise järgi/peale taignatriibud, pikkusega 35 cm (1 kg beseerulli jaoks).

Küpsetatakse 160-170°C juures ca 20 minutit.

NB! Küpsetusparameetreid muuda vastavalt ahju eripäradele.

Vahukoorekreem

300 g vahukoort
40 g vahukoore stabilisaatorit (Alaska-ekspress Neutral)
35 g vett
250 g pohli/sõstraid

Vahukoore vahusta keskmise tugevusega vahuks. Vahukoore stabilisaator ja külm vesi sega omavahel läbi ning lisa eelnevalt vahustatud koore hulka.

NB! Vesi lisa stabilisaatorile vahetult enne vahustatud koorele lisamist! Stabilisaatorit ei pea kindlasti kasutama.

Lauale aseta küpsetuspaber, mille peale kummuta küpsetatud ja jahutatud beseepõhi. Eemalda beseepõhja küljes olev küpsetuspaber.

Beseepõhjale määri paleti abil vahukoorekreem ning puista peale marjad ja keera küpsetuspaberi abil rulli.

Beseerull aseta külmkappi.



Toorjuustu-vahukoorekreem

25 g tuhksuhkrut
125 g toorjuustu Otto
150 g vahukoort
tartumaiseid marju

KAUNISTAMINE

Toorjuustukreemi valmistamiseks vahusta jahutatud vahukoor ja toorjuust ning tuhksuhkur ühtlaseks kreemiks.

Beseerull kaunistab toorjuustu-vahukoorekreemi ja tartumaiste marjadega.

Retsepti koostajad: Anneli Ummik ja Gerda Ode

Piia Napoleon

KOOSTISOSAD

Klassikaline Napoleoni taigen

275 g võid
200 g hapukoort
0,7 tl soodat
0,7 tl äädikat
9 dl jahu

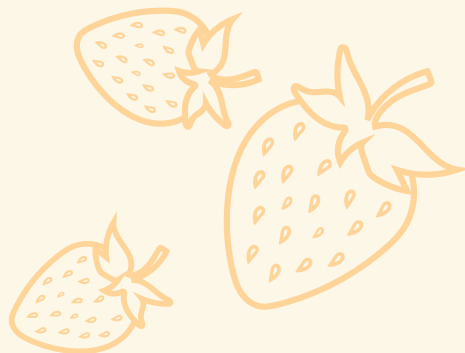
Kreem

1 l piima
4 muna
2,5 dl suhkrut
6 spl (kuhjaga) jahu
1 tl vanilliekstrakti või vanillisuhkrut
150 g võid

Soovi korral võid lisada ka moosi, nt 400 g Külluse kirsimoosi (Rõngu Mahl).

VALMISTAMINE

Taigna jaoks sega omavahel või ja hapukoor, lisa äädika ja sooda segu, sega ning nüüd lisa jahu, sõtku taigen ühtlaseks.



Taignal võid lasta seista, aga saad ka kohe tegutsema asuda.

Jaga taigen kuueks võrdseks osaks, rulli imeõhukeseks ja tõsta taignarulli abiga küpsetusplaadile. Lõika kas nelinurkseks või ümaraks, toksi mõned augud ja küpseta 250°C juures, kuni on kuldne (pöördõhuga).

Võid küpsetada 2 kihti korraga (eraldi plaatidel).

Kreemi jaoks pane piim paksu põhjaga potiga pliidile soojenema. Samal ajal kui piim soojeneb, sega kausis omavahel munakollased, suhkur, vanilliekstrakt (-suhkur).

Sega, kuni on veidi juba vahule läinud, siis lisa jahu ja sega ühtlaseks.

Tõsta munasegule peale 2 kulpi kuuma piima ja sega ühtlaseks. Kui piim keeb, vala munasegu pidevalt segades piima sisse ja kuumuta (ikka segades), kuni pakseneb.

Tõsta tulelt maha ja lisa või (toasoe), sega kuni või on sulanud, siis vahusta munavalged ja sega ka kreemi sisse.

Nüüd alusta kokkupanekut, iga kihi vahele umbes 2 dl kreemi ja peale viimasele kihile kreemi panekut pudista kihtidest ülejäänud ääred puruks ja raputa tordile.

Paki kilesse (karpi). Lase koogil seista külmas vähemalt 4-6 tundi. Soovi korral võid pärast ka kaunistada. Kui plaanid teha laktoosivaba kooki, kasuta lihtsalt laktoosivabasid piimatooteid.

Retsepti koostaja: Piia Päid

„Minu Napoleon on saanud mõjutused kahest retseptist. Naabritädilt on saadud taina algretsept ja minu Võrumaa mammalt tulid kreemi retsept ning valmistusviis. Napoleon oli aastaid Elva kohvikutepäeval Piia Kodukohviku hitt, seda tuldi ekstra meile süüa! Esimesel aastal kirjutas sellest ka Priit Simson oma artiklis Elva kohvikutepäevast ja hiljem pani Marek Sadam meie Napoleoni isegi luuletuse sisse.“

Piia Päid



Kohupiimakäkid (klimbid)

KOOSTISOSAD

400 g teralist maitsestatamata kohupiima
1 muna
100 g nisujahu
4-5 tl suhkrut
soola näpuotsaga

VALMISTAMINE

Sega ained omavahel kokku. Tainas peab olema nii tugev, et saad palle veeretada.

Tee 8-10 palli (umbes kotleti suurus), veereta jahu sees ja vooli neist piklikud pulgad (nagu suured klimbid).

Aja vesi potis keema ning pane käkid potti.

Keeda umbes 10 minutit.

Korja vahukulbiga taldrikule ja hakka sööma!

Need käkid meenutavad natuke sõrnikuid, aga praadimise asemel neid keedetakse.

Kuna maal olid lehmad, siis oli ka piim, kohupiim ja koor kogu aeg omast käest võtta.

Meie tegime neid sageli lõunasöögiks.

Käkid olid pigem magusad ja me sõime neid ilma lisanditeta. Suvel tahadki midagi kerget.

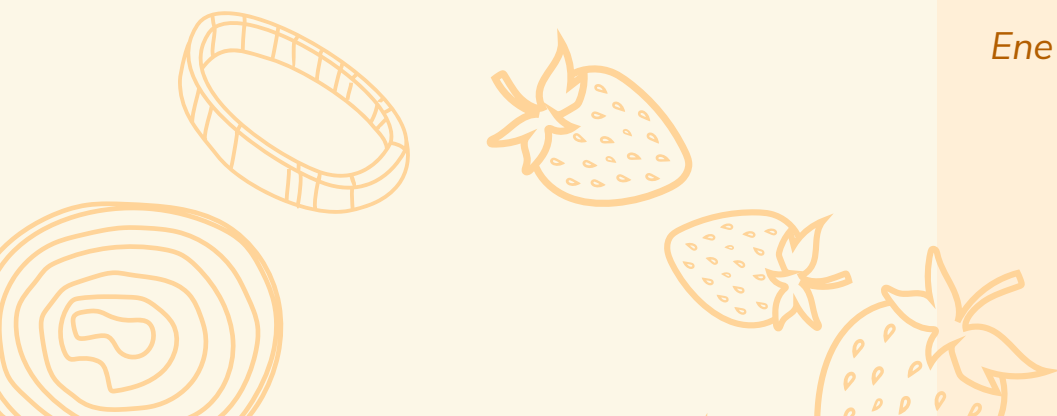
Eriti head olid need veel külmalt niisama ampsata.

Retsepti saatja: Ene Pungar (vanaema järgi)

„Olen sündinud ja üles kasvanud Tartu linnas. Igal koolivaheajal saadeti mind koos noorema venna ja õega maale vanaema-vanaisa juurde. Vanavanemad elasid Tartust 20 km kaugusel, praeguses Kastre vallas Kaarlimõisa külas. Nüüd elan seal mina oma perega. Meil olid lehmad-sead-kanad ning aiamaa koos õunapuude ja marjapõõsastega. Suurem osa igapäevasest toidust saadi oma majapidamisest.

Vanaema tegi hoopis teistsuguseid sööke, kui me linnas sõime. Nagu vanaemade puhul ikka, oli enamik retsepte „käte sees“ ning mõõtühikuks tassid, pihud ja näpud. Nii õppisin minagi neid toite tegema „umbes“-kogustega. Mõned retseptid olen mälu järgi kirja pannud, aga mõned tuleb lihtsalt umbes teha. Nii käe järgi, nagu vanaema ütles.“

Ene Pungar



Kuuseokka panna cotta

KOOSTISOSAD

0,5 l keefiri
0,4 l vahukoort
60 g suhkrut
5 lehte želatiini
peotäis kuuseokkaid

VALMISTAMINE

Blenderda keefir koos kuuseokastega ja kurna segu läbi peene sõela, et eemaldada suuremad okkaosakesed.

Kuumuta eraldi potis vahukoor koos suhkruga.

Leota želatiinilehti külmas vees, pigista kuivemaks ning sega need kuuma vahukoore hulka, kuni želatiin on täielikult sulanud.

Vala saadud segu pidevalt segades keefiri sisse.

Tõsta mass väikestesse vormidesse või kaussidesse ning lasse külmikus vähemalt kolm tundi tarduda.

Serveerides lisa peale meelepärast moosi või metsamarju.

Retsepti koostaja: Maria Laur

Võrtsjärve ümbruse metsad ja rannaniidud on alati olnud kohalikele olulised mitte ainult kalapüügi, vaid ka toidulaua rikastamise allikana. Kevadised ja suvised noored kuusevõrsed ning kuuseokkad on andnud toidule värsket, veidi sidrunist maitset ja need on olnud rahvameditsiinis ka hinnatud oma tervistavate omaduste poolest. Kuuseokka panna cotta ühendab vana teadmise loodusest kaasaegse magustoidukunstiga – see toob traditsioonilise metsamaitse elegantsel kujul pidulauale. Nii sünnib roog, mis seob Võrtsjärve piirkonna looduslähedase eluviisi tänapäevaste maitsetrendidega.



Ananassi tassikook

Ananassi ja toasca kattega võibiskviidist tassikook
Kogus 16 tk (150 g/tk)

KOOSTISOSAD

Võibiskviit

260 g nisujahu
270 g võid
320 g suhkrut
325 g muna
150 g tumedat šokolaadi
100 g valget šokolaadi

VALMISTAMINE

Haki tume ja valge šokolaad väikesteks tükkideks. Vahusta või ja suhkur. Vahustamise kestus enne munade lisamist on u 20 minutit. Lisa osade kaupa muna. Vahustunud massile lisa juurde eelnevalt sõelutud nisujahu koos hakitud šokolaaditükkidega ja sega ühtlaseks tainaks. Tainas kalla muffini pabervormidesse. 1tk/75g ja igale koogile aseta peale konservananassiviil. Küpseta 180°C juures umbes 15 minutit. NB! Küpsetusparameetreid võib muuta vastavalt ahju eripäradele.

Tosca kate ja täidis

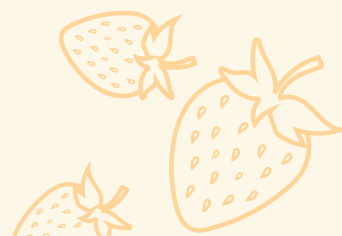
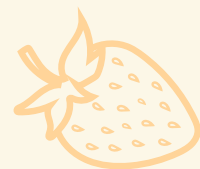
150 g võid
250 g suhkrut
40 g nisujahu
200 g mandlilaaste
500 g piima
500 g vahukoort
400 g ananassiviile (konserv)

VALMISTAMINE

Tosca katte valmistamiseks kuumuta paksupõhjalises potis või, suhkur, rõõsk koor 35% ja mandlilaastud keemiseni, lisa nisujahu ja piima segu ning kuumuta, kuni segu pakseneb. Poolküpsenud koogid võta ahjust välja. Igale koogile aseta peale ananassiviil ja toasca kate. Küpseta ca 180°C juures 12-15 minutit, kuni toasca kate on pealt kuldne. NB! Küpsetusparameetreid võib muuta vastavalt ahju eripäradele.

Retsepti koostajad: Anneli Ummik ja Gerda Ode

Retsept on inspireeritud Tartumaa toiduajaloost, mille kohaselt kasvatati siinsete mõisate triiphoonetes ananasse.



Peipsiääre präänikud glasuuriga

KOOSTISOSAD

150 g suhkrut või tuhksuhkrut
 200 g võid
 750 g jahu
 3 muna
 180-190 g mett
 vaniljet maitseks
 1 tl soodat (soovi korral suurenda julgelt seda kogust, kuni 3 tl lausa)
 maitseained (1 tl kaneel, 1 tl ingver, 1 tl nelk,
 1 apelsini koor, 1 sidruni koor)

VALMISTAMINE

Mesi vii keemiseni koos maitseainetega, sulata selles või. Vahusta munad suhkruga ja sega kõik omavahel kokku. Lisa jahu ja sooda. Sõtku korralikult läbi ja jäta külmikusse ootele mõneks tunniks. Enne küpsetama asumist võta külmikust välja toatemperatuurile umbes pool tundi enne kasutamist. Sõtku korralikult läbi.

Küpseta präänikud 180°C juures umbes 9 minutit (kuni pruunid ja valmis).

Taigen säilib külmikus 1,5-2 kuud.

KUNINGLIK GLASUUR

Põhiretsept

15 g munavalgepulbrit
 75 ml vett (toasoe)
 500 g tuhksuhkrut

Retsept munavalgega

90 g munavalget (3 muna);
 eralda need munakollasest päev varem
 500 g tuhksuhkrut
 5-7 tilka sidrunimahla (kontsentreeritud)

„Prääniku kinkimine toob õnne ja küllust – kui inimesel hakkab kehvemini minema, on tal vaja kingitud präänik ära süüa.“

Natalja Rästas



VALMISTAMINE

Veendu, et kõik kasutatavad nõud ja töövahendid oleksid puhtad, rasvavabad. Parema tulemuse nimel valmista kahekordne kogus. Lisa nii tuhksuhkur kui ka munavalge sõela abil puhtasse anumasse, millega vahustama hakkad. Vahusta näiteks segamisotsiku abil, kõige madalamal kiirusel umbes 10 minutit. Ülevahustamisel, ka vispli kasutamisel on oht, et präänikuglasuur muutub liiga õhuliseks ning siis on glasuuriga töötamine raskendatud ja tulemus ei pruugi olla perfektne.

Retsepti koostaja: Natalja Rästas

Riivleib vahukoorega

KOOSTISOSAD

400 g riivleiba
50-70 g võid
2-3 spl suhkrut
1 kl hapukat keedist
1 kl vahukoort

VALMISTAMINE

Leib prae võiga, lisa pool suhkrust, natuke veel kuumuta ja siis jahuta. Vahukoor klopi ülejäänud suhkruga, pane leivapurule moos ja siis vahukoor.

Retsepti koostaja: Mari Leover

„Riivleib vahukoorega on pilguheit poole sajandi tagusele toidulauale Tartu lähistelt.“

Mari Leover



Tartu keedisesai

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

740 g nisujahu (Tartu Mill)

30 g presspärm

70 g suhkrut

100 g margariini

80 g muna

10 g soola

8 g taigaparandajat

300 g vett

Vormimine

60 g nisujahu (Tartu Mill)

100 g margariini

340 g tartumaist keedist

VALMISTAMINE

Kõik toorained sega ühtlaseks taignaks ja lase käärida 28-32°C juures 40-50 minutit.

Tainas rulli 1,5 cm paksuselt nelinurkseks. 2/3 taigast kata margariiniga ja tainas pane kolmeks kokku. Rullimist ja kokkupanekut teosta veel üks kord.

Aseta tainas jahedasse 20-25 minutiks, seejärel rulli tainas 1 cm paksuseks.

Lõika ruudukujulised taigatükid, massiga 64-66 g.

Taigatüki keskele pane meelepärane keedis 15 g ja taigatükk vormi raamatukujuliselt kokku, serva tee lõiked.

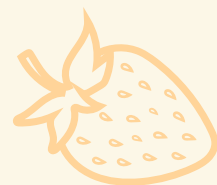
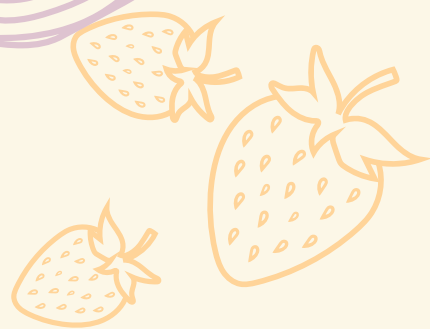
Aseta küpsetusplaadile kerkima 45-50 minutiks.

Enne ahju panekut viimistle munamäärdega.

Küpseta 195-205°C kraadi juures 10-12 minutit.

Jahtunud saiakestele puista peale tuhksuhkur.

Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp



Taevamannakreem

KOOSTISOSAD

1 kg puhastatud õunu
 peotäis marju
 200 g mannat
 100 g suhkrut
 200 ml vahukoort
 vaniljet maitseks

VALMISTAMINE

Puhasta õunad (koori ja jälgi, et südamiku ääri sisse ei jää). Lisa õuntele vett nii palju, et õunad oleks veega kaetud. Lisa värviks ka peotäis jõhvikaid, pohli, mustikaid või põldmarju. Keeda õunad pehmeks. Lisa suhkur.

Nirista sisse manna, teise käega kogu aeg segades. Lase veel keema tõusta ja haududa tasasel tulel, sega aeg-ajalt. Maitse peaks olema piisavalt hapukas ja magus. Jahtudes sega, lõpuks vahusta heledaks vahuks. Hellenurme vesiveski leivakojas on selleks hea vana pudrumänd.

Jahtunud kreemi saab vahustada ka mikseriga.

Vahusta vahukoor suhkruga ja vaniljega.

Nüüd sega kergelt omavahel mannakreem ja vahukoor.

Serveeri pokaalis, kus kogu see õhulisus kenasti näha.

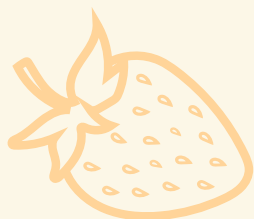
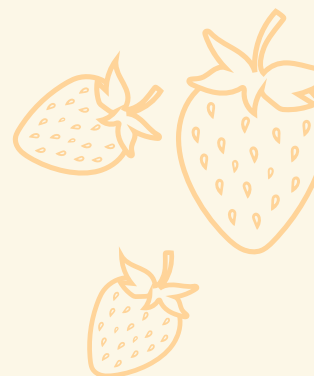
Kaunista marjadega ja naudi.

Taevamannakreemi kohta võib veel öelda, et veskimanna on kliisem, seepärast tervislikum (kiudainete rikkam) kui tavaline valge poemanna ja tekstuur tuleb magusroal õhulisem. Ainete kogused on tinglikud, sest õunad on erineva hapususega ning manna paisub erinevalt.

Retsepti koostaja: Mae Juske

*„Teraviljatooted tulevad
 veskist – ajalooliste, töökorras,
 vee jõul töötavate valtside
 vahelt saame püüli ja muid
 erinevaid jahusorte, mannat.
 Ka oma majapidamises
 on ürdipeenar, mille õied-
 lehed on asendamatud
 toidu kaunistamisel ja
 serveerimisel.“*

Mae Juske



Õuna-karamelli tartlet

Tartlet koosneb kakaoga mandli-muretainapõhjast, mandli-võibiskviidist, õunatäidisest, karamellist ning kaunistuseks on kasutatud isetehtud tärklikekilet ja šokolaadist kaunistusi

Kogus 15 inimesele
1 tk / 135 g

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Kakaoga mandli-muretainas

315 g nisujahu
150 g tuhksuhkrut
63 g mandlijahu
70 g kakaopulbrit
210 g võid
5 g soola
300 g vett
70 g mandlilaaste

Vahustusmasinaga või käsitsi sega omavahel või, tuhksuhkur, sool, kakaopulber, mandli- ja nisujahu. Saadud purulise konsistentsiga massile lisa vesi ning sega lühidalt ühtlase taina saamiseni.

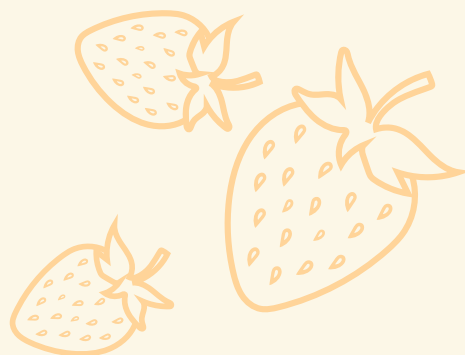
Valmis tainas aseta kilega kaetuna külmkappi laagerduma.

Jahutatud muretainas (17°C) rulli kahe küpsetuspaberi vahel 3-4 mm paksuseks tainaplaadiks, millest lõika sobiva pikkuse ja laiussega tainaribad, et vooderdada nendega küpsetusvormide siseküljed. Üle vormi ääre ulatuv liigne tainariba lõika ära terava noaga.

Tartleti põhi löö tainaplaadist välja sobiva vormi abil (ümar) ja aseta küpsetusvormi põhja. Vormitud tartletid aseta külmkappi enne küpsetamist.

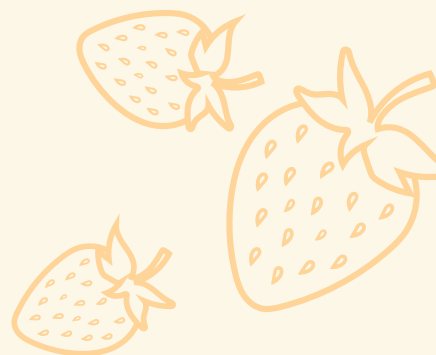
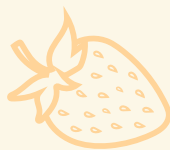
Mandlilaastud puista ühtlase kihina tartleti põhjale. Küpseta 150-160°C juures umbes 8 minutit.

NB! Küpsetusparameetreid võib muuta vastavalt ahju eripäradele.



Mandli-võibiskviit

150 g mandlijahu
150 g suhkrut
150 g võid
150 g muna
3 g soola
5 g vanillisuhkrut



Kõik koostisosad sega käsitsi kokku ühtlaseks massiks. Mandlivõibiskviit pritsi pritskoti abil eelküpsetatud tartletile (1 tk / 35 g). Küpseta 200°C juures umbes 7 minutit.

Õunatäidis

200 g õunu
175 g passioni/ebaküdoonia püreed
130 g vett
175 g suhkrut
25 g maisitärklist

Õun lõika väikesteks kuubikuteks, seejärel kaalu ülejäänud koostisosad potti ning kuumuta kõik koos seni kuni täidis on paksenenud. Täidis jahuta 20°C-ni. Küpsetatud tartletile määri ühtlase kihina õunatäidist (1 tk / 35 g).

Karamell

145 g suhkrut
10 g glükoosisiirupit
155 g rõõska koort
115 g võid
3 g lehtželatiini

Lehtželatiin pane külma vette punduma. Paksupõhjalises potis sulata suhkur helepruuni värvuseni, lisa eelnevalt soojendatud rõõsk koor ja glükoosisiirup ning kuumuta ühtlase tükkideta karamelli saamiseni. Kuumale massile sega hulka toasoe või ja seejärel pundunud lehtželatiin. Karamell jahuta 23°C-ni. Tartletile, mis on eelnevalt kaetud õunatäidisega, vala peale karamell (1 tk / 20 g) ja tasanda ühtlaseks. Tartletid aseta külmkappi tahenema kuni kaunistamiseni.



Kaunistused

25 g maisitärklist
375 g vett
3 g kollast toiduvärvi
3 g punast toiduvärvi
125 g valget šokolaadi
50 g kakaopulbrit

Tärklisekile: Sega omavahel maisitärklis, vesi ja kollane toiduvärv.

Segu 20-25 g vala keskmise kuumusega pannile ja silu spaatliga ühtlaseks.

Vee aurustudes jääb alles ühtlane kile, mis tuleb lihtsasti panni küljest lahti.

Tõsta küpsenud kile küpsetuspaberile jahtuma, kuni tartleti kaunistamiseni.

Šokolaadi kaunistused: Puista küpsetuspaberile väikese sõela abil kakaosõõrid (Ø 3-4 cm). Valge šokolaad sulata u 35°C ja pritsi väikeste täppidena kakaosõõride peale. Valge šokolaadi täppidele puista sõela abil peale veel kakaod ning aseta peale teine küpsetuspaber ja vajuta täpid sõrmega kergelt laiali ning aseta külmkappi. Tartletid kaunista pealt kollase ja oranži kile ning šokolaadist kaunistustega.

Retsepti koostajad: Anneli Ummik ja Gerda Ode

Tartumaine astelpaju-maasika parfeetort

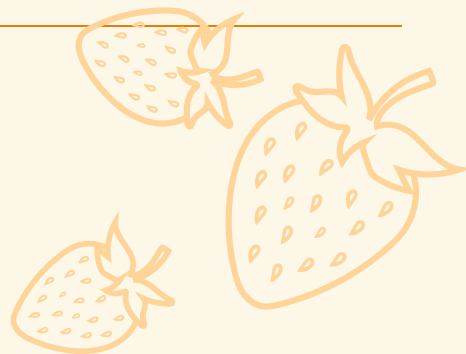
Digestive-põhjal, sügavkülmutatud kahekihiline parfee, esimeseks kihiks maasikaparfee, teiseks kihiks astelpajuparfee.

1 kg

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Astelpajuparfee

4 g želantiinilehti
85 g astelpajupüreed (Seljamaa talu)
40 g munakollast
45 g suhkrut
265 g vahukoort



Pane želatiinilehed külma vette paisuma. Kuumuta astelpajupüree.
 Vahusta vispliga omavahel munakollane ja suhkur, kalla astelpajupüreele ning kuumuta 82°C-ni, samal ajal vispeldades.
 Võta tulelt, sega sisse želatiinilehed ja jäta jahtuma.
 Vahusta vahukoor pehmete tippudeni. Ühenda vahukoor ja astelpajupüree.
 Kalla vormi (160 x 160 x 50 mm) ja aseta sügavkülma.

Maasikaparfee

4 g želatiinilehti
 85 g maasikapüreed (Tartumaa maasikad)
 40 g munakollast
 45 g suhkrut
 265 g vahukoort

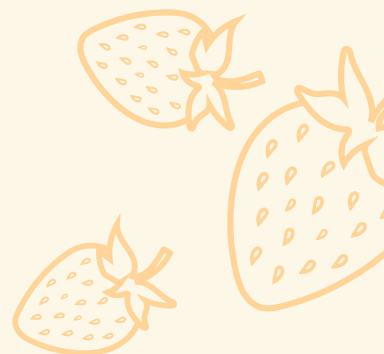
Pane želatiinilehed külma vette paisuma. Kuumuta maasikapüree.
 Vahusta vispliga omavahel munakollane ja suhkur, kalla maasikapüreele ning kuumuta 82°C-ni, samal ajal vispeldades.
 Võta tulelt, sega sisse želatiinilehed ja jäta jahtuma.
 Vahusta vahukoor pehmete tippudeni. Ühenda vahukoor ja maasikapüree.
 Kalla maasikaparfee tahenenud astelpajuparfee peale ja aseta sügavkülma.
 Külmuta vähemalt 12 tundi.

Digestive-küpsisepõhi

180 g Digestive-küpsiseid
 75 g võid

Purusta Digestive-küpsised.
 Sulata või.
 Sega küpsised koos võiga ja laota ühtlase kihina külmunud tordi peale.
 Lase veel 15 minutit sügavkülmas taheneda.
 Võta tort silikoonvormist välja ja kata värvilise velvet-spreiga.
 Kaunista hooajaliste tartumaiste marjadega ja šokolaadist lehvikutega.

Retsepti koostaja: Liliya Suburg





Viinisai Tartumaa puuviljade-marjadega

Kogus 20 tk

KOOSTISOSAD

Tainas

500 g nisujahu (Tartu Mill)
40 g presspärm
26 g suhkrut
20 g margariini
30 g muna
5 g soola
9 g taignaparandajat
140 g külma vett

Vormimine

100 g nisujahu (Tartu Mill)
440 g kihistusmargariini

Vanillikreem

140 g vanillikreemipulbrit
400 g vett

Želee

10 g želeepulbrit (Claro)
100 g vett
20 g suhkrut
meelepäraseid tartumaiseid puuvilju-marju

VALMISTAMINE

Lahusta pärm 30°C vees, lisa suhkur, sool, margariin, jahu, taignaparandaja ja ülejäänud jahe vesi. Tainal lase kerkida 30-40 minutit.
Kerkinud tainas jahuta ja kihita kihistusmargariiniga. Kihitatud tainas pane kokku kolmeks ja seda kolm korda. Iga rullimise järel jahuta taigen 20 minuti jooksul külmikus. Lõpuks rulli tainas 0,4 mm paksuselt lahti ja tükelda 65 g tükkideks. Taina tükk pane rosetikujuliselt kokku ja keskele pritsi vaniljekreem 25 g.
Aseta saiakesed küpsetusplaadile ja pane 20-30 minutiks kerkima.
Enne ahju panekut viimistle munamäärdega. Küpseta 200-220°C juures 12-15 minutit. Keeda Clarost, veest ja suhkrust želee.
Valmis saiakesed viimistle meelepäraste puuviljade ja marjadega ning želeega.



Retsepti koostaja: Ülle Soeson-Lepp

Õuna-kõrvitsa lehttaignaroosid kaneeliga

Kogus umbes 10-12 inimesele

KOOSTISOSAD

500 g lehttainast

4-5 punase koorega Tartumaa õuna

300 g Tartumaa kõrvitsa ribasid

4 spl roosuhkrut (soovi korral Demerara)

2 tl jahvatatud kaneeli

1 sidruni mahl

tuhksuhkrut serveerimiseks (soovi korral)

VALMISTAMINE

Koori õunad (soovi korral) ja tee juurviljakoorijaga pikad ribad. Kui koor on ilus ja pehme, võib selle ka jätta – annab roosile värvi.

Kõrvitsaks vali muskaatkõrvits või Hokkaido kõrvits, mis on pehme ja sobib hästi viilutamiseks. Tee samuti pikad ribad.

Maitsesta ribad: Sega kausis ribad kaneeli, suhkruga ja soovi korral veidi sulavõiga või sidrunimahlaga.

Rulli tainas: Kui kasutad tainaplaate, rulli need kergelt lahti.

Määri tainas sulanud võiga.

Aseta ribad lehttaignaribale vaheldumisi (õun-kõrvits-õun), nii et need ulatuksid veidi üle taina ääre ja rulli ribad kokku. Kui soovid eriti krõbedat tulemust, võid roosid enne ahju panemist pintseldada kergelt munaga või sulavõiga.

Küpseta temperatuuril 185°C (pöördõhuga) või 200°C (tavaline ahi) 13 minutit või kuni on kuldpruunid. Kui roosid on tihedalt rullitud ja õuna- või kõrvitsaviilud paksemad, võib vaja minna kuni 30 minutit.

Võta kuldpruunid roosid ahjust, lase natuke rahuneda ning serveeri puidust alusel või vaagnal ülepuistatud tuhksuhkruga.

Retsepti koostaja: Tiina Saar





Tartumaa toidupiirkonna esimene õunakoogi meistrivõistlus
(13. september 2025)



ÕUNAKOOGID

Valik Tartumaa õunakoogi meistrivõistlusele
esitatud kookide retsepte



Sügisene saagikoristus ehk edev õunatort

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Biskviit

80 g võid
40 g päklivõiet
6 muna
200 g suhkrut
100 g mandlijahu
100 g (täistera)nisujahu
20 g maisitärklis

Sulata pliidil või ja päklipasta, sega ühtlaseks ja jäta ootele.

Vahusta munad kohevaks, jätka vahustamist, lisa tasapisi suhkur.

Lisa osade kaupa mandlijahu, nisujahu ja kartulitärklis, sega kergelt.

Viimasena sega taignasse või-päklipasta segu.

Vala küpsetuspaberiga vooderdatud koogivormi ja küpseta 175°C juures ca 20 minutit.

Kui küpsetis on jahtunud, lõika horisontaalselt 3-4 kihiks.

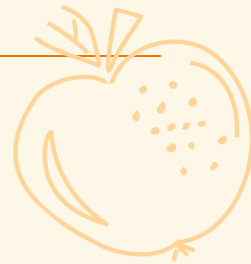
Valge šokolaadi-õunaganache

300 g vahukoort 35%
100 g õunapüreed
30 g mett
100 g valget šokolaadi

Kuumuta potis keskmisel tulel pool vahukoorest, valge šokolaad ja mesi, pidevalt segades. Kui kõik on ühtlaseks sulanud, tõsta jahtuma ning lisa õunapüree ja teine pool vahukoorest.

Sega/vahusta kiirelt saumikseriga. Seejärel vala segu õhukindlalt suletavasse säilituskarpi ja pane vähemalt paariks tunniks külmikusse.

Vala külmikus seisnud segu suuremasse kaussi ja vahusta mikseriga, kuni saad tiheda ja koheva kreemi.



(Soola)karamellivaht

50 g võid

100 g suhkrut (muscovado või fariinsuhkrut)

1 dl vahukoort (35%)

paar näpuotsatäit soola

1 dl vahukoort ja paar spl maitsestatamata toorjuustu

Sulata potis või, lisa ülejäänud ained ning kuumuta pidevalt segades keskmisel kuumusel, kuni segu ühtlustub. Lase jahtuda.

Võid säilitada külmkapis mitu päeva, seistes pakseneb.

Vahusta vahukoor ja toorjuust kohevaks, lisa juurde meelepärases koguses karamellikastet.

Želeeõunad

80 g õunapüreed

8 g želatiini

natuke õunasiidrit

Paisuta želatiin paaris supilusikatäies siidris, sulata, lisa õunapüreele.

Täida poolkerakujulised silikoonvormid püreega ja lase taheneda.

Võta vormist kaks poolkera, pane nende vahele natuke õunapüreed ja vajuta kokku.

Lisa nelk ja piparmündileheke kaunistuseks.

Lisaks: natuke õunapüreed ja õunamahl.

Lao tort meelepäraselt kihiti kokku: immuta biskviidipõhju õunamahlaga ning pane ühe kihi vahele karamellikreem, teise vahele ganache, lisa ka õunapüreekiht või natuke soolakaramelli.

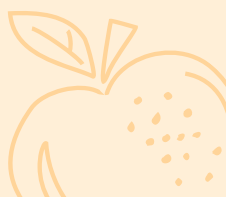
Lase külmias seista paar tundi.

Kata õhukeselt ülejäänud kreemisegudega ja kaunistage želeeõunatega.

Retsepti koostaja: Maris Meus

„Külluslik maitsebuket sobib halli sügispäeva kui kuldne ja küps meenutus suvest.“

Maris Meus





Õuna-sibulapirukas

(Ø 26 cm)

KOOSTISOSAD

Põhi

160 g nisujahu
1 g soola
4 g küpsetuspulbrit
1-2 g tšillihelbeid
100 g riivjuustu
110 g võid (külm)
26 g hapukoort (20%)

Täidis

450 g õunu (magushapud)
350 g sibulaid
150 g paprikaid
20 g õli
6-8 g soola
pipart
150 g mune (3 tk)
50 ml piima

VALMISTAMINE

Sega omavahel kuivained ning riivjuust, lisa juurde külm või (väikeste kuubikutena või riivitult). Näpi tainas kiirelt purutaoliseks massiks, viimasena lisa hapukoor ja sega ühtlaseks. Vajuta tainapall lapikuks, mässi toidukillesse ja jäta külmkappi vähemalt paariks tunniks puhkama.

Seejärel rulli tainas küpsetusvormi suuruselt laiali, aseta vormi ja suru servad korralikult vastu küpsetusvormi äärt.

Eemalda üleliigne tainas, millest valmista meelepärased kaunistused.

Torka kahvliga piruka põhja augud ja aseta vorm umbes pooleks tunniks sügavkülma, vahepeal küpseta kaunistused ja valmista täidis.

Täidise jaoks haki õun, sibul ja paprika väikesteks kuubikuteks.

„Minu mamma ikka tavatses öelda: parem suutäis soolast kui maotäis magedat. Õunakook ei pea ju tingimata magus olema. Tore on teha asju teistmoodi.“

Tea Närap



Pruunista sibul õliga kuldpruuniks, lisa paprika, maitsesta soola ja pipraga, viimasena lisa pannile õunakuubikud. Kuumuta segu (üsna tihti segades) ca 8-10 minutit.

Eelküpseta sügavkülmutatud pirukapõhja 200°C juures 10-15 minutit (sõltuvalt ahjust). Oluline, et põhi oleks küpsenud, vastasel juhul jääb lõpptulemus vettinud ja pehme. Alanda ahju temperatuuri 180°C-ni.

Laota täidis ühtlaselt eelküpsetatud pirukapõhjale ning kalla üle muna-piimaseguga.

Küpseta pirukat veel 20-25 minutit.

Aseta ahjusoojale pirukale eelnevalt küpsetatud kaunistused.

Lase pirukal enne söömist täielikult maha jahtuda.

Retsepti koostaja: Tea Närap

Õuna-banaanikook

KOOSTISOSAD

- 1 pakk Juubelitordipulbrit
- 2 banaani
- 3-4 õuna
- 0,5 tl kardemoni
- 1 spl mooniseemneid
- soovi korral granaatõuna seemneid
- 0,5 tl chia-seemneid
- 1 tl tuhksuhkrut

VALMISTAMINE

Sega tainas vastavalt pakil toodud juhisteile. Lisa kardemoni.

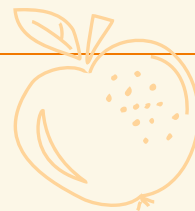
Aseta ahjuplaadile küpsetuspaber ja kalla tainas plaadile.

Kata tainas viilutatud õunte ja banaanidega ning raputa banaanidele mooniseemneid.

Lisa veel granaatõuna seemneid, peale raputa chia-seemneid.

Küpseta ahjus 180°C juures umbes 30 minutit.

Retsepti koostaja: Aime Kangro



Keedukreemi tilli-õunakook

KOOSTISOSAD

Põhi

100 g laktoosivaba võid
125 g gluteenivaba jahu (Balviten)
1 muna
pool tl soola
vajadusel külma vett

Keedukreem

250 g laktoosivaba piima
1/3 peene riiviga riivitud tonka uba
2 munakollast
50 g suhkrut
30 g Balviten gluteenivaba jahu
25 g laktoosivaba võid

Tilli-õunažele

200 g vett
250 g magushaput õuna nt „Suislepp“
110 g haput õuna, nt „Antonovka“
sidrunimahla ja -koort
50 g suhkrut
peotäis hakitud värsket tilli

Itaalia besee

75 g munavalget
150 g suhkrut
60 g vett
sidrunhapet

VALMISTAMINE

Taigna valmistamiseks kaalu kaussi jahu, lõika või tükkideks, lisa sool ja muna ning näpi kõik läbi, et tekiks mõnus taignapall. Pane taigen pooleks tunniks külmkappi tahenema.

Määri 20 cm läbimõõduga vorm võiga ning kata põhi ja ääred taignaga, torka kahvliga taigna sisse mõned augud.

Küpseta 180°C juures kuldpruuniks. Lase täielikult jahtuda.

Keedukreemi valmistamiseks sega kaussi munakollane ja suhkur.

Lisa jahu ja sega ühtlaseks kreemiks. Jäta segu ootele.

Seejärel kaalu potti piim ning peene riiviga riivitud tonka uba, lisa ka näpuotsaga suhkrut. Kui segu läheb keema, eemalda pott tulelt.

Nüüd kalla vähehaaval piim munakollase segu sisse ja vispelda, et ühtlustada temperatuurid. Kalla segu tagasi potti.

Kuumuta keskmisel kuumusel kogu aeg vispeldades, kuni kreem on mõnusalt tihke, võta tulelt, lisa segule segamist jätkates või. Lase jahtuda.



Tilli-õunaželee jaoks kaalu välja želatiin (kõige parem on teha želatiinilehtedega) ja paisuta see jääkülma veega suures kausis ning jätta ootele.

Pane vesi, suhkur ja „Suislepa“ õunad (tegelikult sobivad kõik õunad mis vähegi pudruks keevad) potti. Siinkohal võid panna osa tillist juba koos õuntega podisema, teine osa jätta hilisemaks.

Keeda moosi, kuniks õunad on pehmed ja saumikserda segu läbi. Sega sisse veest kuivaks pigistatud želatiinilehed. „Antonovka“ õunad haki hästi väikesteks kuubikuteks. Haki ka till ja pane moosi hulka. Riivi natukene sidrunikoort ja pigista pisut mahla, sega läbi ja ongi tilli-õunaželee valmis.

NB! Sellest želee kogusest kulub koogi jaoks vaid pool. Suurem kogus tehakse seetõttu, et väiksemat kogust on keeruline valmistada. Ülejäänud želeed võid kasutada näiteks kihilises magustoidus.

Koogi kokkupaneku jaoks veendu, et kõik koostisosad oleksid jahtunud.

Võta keedukreem ja saumikserda see läbi, et kreem jääks siidine ja ilma tükkideta. Määri mõnus kiht keedukreemi muretaigna põhjale, selle peale tilli-õunasegu (vähemalt pool kogust jääb üle). Pane valmiv kook külmkappi.

Besee jaoks kaalu munavalge mikseri nõusse (siinkohal kutsu keegi appi mikserdama või kasuta köögikombaini). Kaalu potti vesi ja suhkur ning lase segu podisema. Kui siirup läheb keema, hakka vahustama munavalgeid. Siirup on valmis siis, kui võtad noaotsaga siirupit, lased tilga taldrikule ning tilk hoiab kallutades kuju. Seejärel võid nirstada siirupi munavalgevahu sisse, samal ajal kõva hooga mikserdades. Lõpuks lisa segule näpuotsaga sidrunhapet.

Besee peab jääma ilus läikiv ja kujuhoidev. Besee tee alles samal päeval, kui koogi maiustamiseks läheb.

Nüüd lase fantaasial lennata! Besee kanna koogile nagu soovid, võid ka leegiga pisut kõrvetada, tulemus on kindlasti ilus ja maitsev.

Retsepti koostaja: Kai Laas

„Igas Eestimaa aias leidub tillipeenar ja vähemalt paar õunapuud.

Minu koogi alusena ootab krõbe gluteenivaba muretainas, millele on laotunud siidine, maitseküllane keedukreem. Kreemile on end mõnusalt sättinud hapu õun, kellele annab ootamatut särtsu tilli värске maitse.

Kõike kroonib õhuline magus besee.“

Kai Laas



Õuna-beseekook Cayenne'i pipraga

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Põhi

75 g võid
2 spl pruuni suhkrut
näpuotsatäis soola
4 munakollast
100 g täistera nisujahu (Tartu Mill)
75 g täistera kiirkaerahelbeid (Tartu Mill)
1 tl küpsetuspulbrit

Vahusta toasoe või suhkruga ning lisa ükshaaval edasi vahustades munakollased. Lisa juurde kokkusegatud kuivained ning sega ühtlaseks tainaks. Suru tainas kohe 24-26cm koogivormi põhjale ja küljele. Küpseta 180°C juures 15 minutit.

Täidis

50 g võid
2 spl pruuni suhkrut
500 g hapukaid õunakuubikuid
½ tl kaneeli
¼ tl Cayenne'i pipart
1 tl kartulitärklist

Sulata potis või ja suhkur. Lisa sinna õunakuubikud, maitseained ning kuumuta pidevalt segades umbes 5 minutit. Võta pott tulelt ning kõige lõpus lisa 1 tl kartulitärklist. Kalla õunatäidis eelküpsutatud põhjale ning kata beseega.

Beseekate

4 munavalget
näpuotsaga soola
1 dl suhkrut

Vahusta munavalged soolaga, kuni tekib kerge vaht ja lisa jaokaupa edasi vahustades suhkur. Munavalgevaht peab olema tugev, kuid mitte ülevahustatud.

Määri besee õunatäidise peale ning küpseta 150°C juures veel 30 min. Koogi võib jätta lahtise uksega ahju jahtuma.

Retsepti koostaja: Katre Laanelepp

„Sügis hiilib vaikselt Tartus.
Ei ole midagi paremat,
kui pärast karget
jalutuskäiku raekoja platsis
jõuad koju
ja lõikad endale
krõbeda kaerahelbepõhjaga
õunakooki, millel õhkõrn
beseekate ja sama õrn
piprane järelmaik.
Piisavalt soojendav,
et teed ei olegi juurde vaja.“

Katre Laanelepp





Õunapalee

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Koogipõhi: tee käega jahu (350 g), suhkur (85 g), näpuotsaga soola, küpsetuspulber (1 tl) ja või (250 g) ühtlaseks puruks.

Laota 2/3 taignast küpsetuspaberile.

Täidise valmistamine: vahusta 4 muna 150 g suhkruga, sega hulka 500 g kohupiima, 100 g hapukoort, 2 sl jahu ja 2 tl vaniljet.

Laota täidis koogipõhjale.

Tükelda õunad ja sega need kaneeliga ning laota täidise peale.

Puista puruna peale ülejäänud tainas.

Pane kook ahju ligikaudu 45 minutiks 200°C juures.

Retsepti saatis: Kristina Kraani

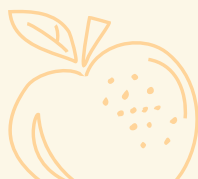
(retsept on inspireeritud mitmest allikast)



„Õunapalee on nagu väike tükk sügise
võlumaailma taldrikul: kaneelihõngulised õunad,
pehme kohupiim ja mõnusalt krõbe puru,
mis kõik ootab avastamist.

Loodan, et iga suutäis viib maitaja korraaks
justkui muinasjuttu – sooja ja erilisse paika, kus
hetkeks peatub aeg ning meelde tulevad ilusad
ja armsad hetked. Tõeline õnnepalee!“

Kristina Kraani



Milokrema marjadega

KOOSTISOSAD

Õunapõhi

1100 g õunu (hapud või poolmagusad)
100 g suhkrut (maitse järgi)
1 sl sidrunimahla
1 tl jahvatatud kaneeli
1 tl vanillisuhkrut

Kreem

1200 ml täispiima
130 g maisitärklis
120 g suhkrut
2 tl vanillisuhkrut
3 keskmise suurusega munakollast
20 g võid

Kate

60 g mandlilaaste

Marjakiht

100-150 g jõhvikaid (värsked või külmutatud)
50 g vaarikaid (värsked või külmutatud)
50 g punaseid sõstraid (värsked või külmutatud)
1 väike õun, kooritud ja riivitud
2-3 sl vett
1-2 tl mett (maitse järgi)

Besee

3 keskmise suurusega munavalget
näpuotsatäis soola
½ tl sidrunimahla
1 tl vanillisuhkrut
1 sl tuhksuhkrut

VALMISTAMINE

Valmista õunad

Kuumuta ahi 180°C-ni (pöördõhuga). Koori ja riivi õunad kiiresti. Sega suhkruga, sidrunimahla, kaneeli ja vanilliga ning laota 25 x 23 cm ahjuvormi. Küpseta 15 minutit, kuni õunad on pehmenenud ja maht vähenenud.

Valmista kreem

Vispelda potis külm piim suhkruga ja maisitärklisega ühtlaseks. Lisa vanillisuhkur ja munakollased. Kuumuta keskmisel kuumusel pidevalt segades, kuni segu pakseneb. Sega sisse või, kuni kreem muutub läikivaks. Vala ettevaatlikult küpsetatud õuntele. Lase jahtuda, kuni on toasoe ja kergelt tardunud.



Valmista marjakiht

Kuumuta väikeses potis marjad ja riivitud väike õun koos veega, kuni marjad lõhkevad (5-7 minutit).

Võta tulelt. Sega sisse mesi maitse järgi (1-2 sl).

Lase täielikult jahtuda.

Määri jahtunud kreemile õhuke ühtlane kiht.

Valmista besee

Vahusta munavalged soolaga kõvaks vahuks.

Lisa sidrunimahl, vanillisuhkur, seejärel tuhksuhkur.

Vahusta, kuni vaht on läikiv ja tugev.

KOKKUPANEK

Määri besee õrnalt marjakihihile.

Puista peale mandlilaastud ja vajuta kergelt.

Küpseta 165°C juures (pöördõhuga) 15 minutit.

Alanda temperatuur 150°C-ni ja küpseta veel 5-7 minutit, kuni mandlid on kuldsed.

Lase täielikult jahtuda.

Hoia külmkapis katmata, et mandlid püsiksid krõbedad.

Retsepti koostaja: Savvas Theodosiou

(Eliza Chatzimike algse Küprose retsepti ja Teele Koppeli nõuannete põhjal)

„Tulen Küprosel, kus suved tunduvad isegi Eesti saunast palavamad. Tartu tuletab mulle sageli meelde lapsepõlvesuvised mu vanaema mägikülas Milikouris.

Seal käisime perega koos õunu, kirsse ja marju korjamas ning mäletan, kuidas mind lapsena üllatas, et täiskasvanud andsid mulle õunu otse puu otsast.

Retsept kannab nime Milokrema.

See on Küprose klassika, mille olen kohandanud Tartu enda marjadega.

Minu jaoks seob see mu lapsepõlvemälestused paigaga, mida nüüd koduks nimetan.“

Savvas Theodosiou





August

KOOSTISOSAD

Põhi

90 g Digestive-küpsiseid
60 g heledaid küpsiseid (Kalev)
50 g taluvõid (Nopri)
23 g fariinsuhkrut

Täidis

342 g toorjuustu (Valio Viola)
102 g sulajuustu (Valio)
82 g hapukoort (Pajumäe talu)
87 g mune (Moona talu)
41 g suhkrut
41 g fariinsuhkrut
5 g kaneeli

Õunapüree täidisele

308 g õunu (koduaiast Tartust)
47 g vett
14 g suhkrut
4 g sidrunimahla
10 g maisitärklis

Karamell

42 g suhkrut
42 g talukoort (Pajumäe talu)
18 g taluvõid

Hapukoore kate

140 g hapukoort (Pajumäe talu)
100 g karamellitäidist

VALMISTAMINE

Põhi: Sulata või ja purusta küpsised.

Sega sulavõi, küpsisepuru ja fariinsuhkur. Suru küpsetuspaberiga vooderdatud vormi diameetriga 20 cm.

Õunapüree: Keeda valmis püree – lisa potti õunad, vesi, suhkur ja sidrunimahl. Hauta kuni õunad pehmenevad püreetaoliseks massiks. Lisa maisitärklis. Kuumuta madalal kuumusel 1-2 minutit. Jahuta.

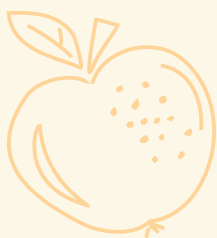
Täidis: Lisa kaussi sulajuust, toorjuust, hapukoor, suhkrud ja kaneel.

Sega, kuni kõik komponendid on segunenud.

Lisa jao kaupa munad. Sega, kuni segu on ühtlustunud.

Karamellitäidis: Pruunista suhkur potis. Lisa potis soojaks lastud vahukoor. Kalla soe vahukoor suhkrule ja kuumuta kuni segu on ühtlustunud. Jahuta, sega sooja segusse või, kuni mass on ühtlustunud.

Hapukoore kate: Sega kokku soe karamellitäidis ja hapukoor.



KOOGI KOKKUPANEK

Kalla täidis vormi pressitud küpsise põhjale.

Pane õunapüree pritskotti, lõika 1 cm laiune ava ja pritsi täidise sisse u kahe cm vahedega portsjonid.

Pane ahju ja küpseta temperatuuril 160°C umbes 65 minutit.

NB! Ahju parameetreid võib muuta vastavalt ahju tüübile.

Kata soe kook hapukoore kattega. Lase seista 12 tundi külmas.

KAUNISTAMINE

250 g õunaviile (õun koduaiast Tartust)

20 g taluvõid (Nopri)

3 g kaneeli

4 g vanillisuhkrut

40 g fariinsuhkrut

Lõika õunad poolkuu kujulisteks viiludeks läbimõõduga 2-3 mm.

Sulata potis või. Lisa suhkrud ja kaneel. Kuumuta 1-2 min ja lisa õunaviilud.

Hauta potis kaane all, kuni viilud pehmenevad, vahepeal sega.

Ära lase pudruks!

Jahuta. Lao koogile ringikujuliselt, spiraalina.

Želeekate

14 g želeepulbrit (Claro)

54 g suhkrut

138 g õunamahl (Põltsamaa)

Lase potis keema õunamahl. Sega suhkur ja Claro pulber omavahel.

Lisa keevasse mahla. Kuumuta segades, kuni pulber on segunenud.

Kalla õunakattele. Lase seista.

Kui želee on tahenenud, võta koogilt vorm.

Head nautimist!

Retsepti koostaja: Paula Suvi

*„Minu vanavanaisa August
Vindi aias Tartus on
väga hea õunapuu, mille
õuntest tuleb alati väga
hea kook.“*

Paula Suvi

Kohupiima-õunakook

KOOSTISOSAD

300 g nisujahu (5 dl)
150 g suhkrut (1,75 dl)
2 tl küpsetuspulbrit
150 g sulatatud võid
1 muna
1 dl piima

Kate

5 suuremat õuna
1 tl kaneeli
600 g kohupiima
100 g suhkrut
2 tl vanillisuhkrut
3 muna
sidrunimahla või ebaküdooniasiiirupit

VALMISTAMINE

Sega jahu, muna, suhkur ja küpsetuspulber, lisa veidi jahtunud sulavõi ning sega purutaoliseks taignaks. Jaga pooleks.

Lisa poolele purutainasegule lahtiklopitud munad ja piim, kalla segu küpsetuspaberiga vooderdatud kõrgete servadega ahjuplaadile (ca 25x30 cm).

Puhasta õunad (koduaiasõunu koorida pole vaja), lõika õhukesteks viiludeks ja laota ühtlaselt tainale. Puista peale kaneeli.

Katte jaoks klopi munad suhkruga, sega juurde kohupiim, vanillisuhkur ja maitse järgi sidrunimahl või ebaküdooniasiiirup. Vala segu õuntele.

Puista peale ülejäänud purutainas.

Küpseta 200°C ahjus 40-45 minutit, kuni kook on pealt kaunitult kuldkollane.

Retsepti saatis: Liia Koorts (retsept on inspireeritud mitmest allikast)

*„Lapselapsed nõuavad seda ja
nemad juba ei valeta.“*

Liia Koorts

Vanaema õunakook

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Põhjaks läheb vedelam pärmitaigen, mille koostisosadeks on umbes 250 ml piima, pool teelusikatäit soola, 2 spl suhkrut, 100 g võid ja nisujahu nii, et taigen oleks nagu paksem koogitaigen.

Sega käesooja piima sisse pärmi (kasuta tükipärmi), soola, suhkrut ja nisujahu.

Taigen peaks olema selline paksema koogitaigna paksune.

Lase taigal tunnikese (või rohkem) kerkida ning kõige lõpus sega juurde sulatatud või. See ei tohi olla tuline, et ei tapaks pärmibaktereid ära.

Samal ajal kui pärmitaigen kerkib, tükelda õunad. Jäta õunad koorimata, sest õuna koor annab koogile natuke tekstuuri.

Seejärel valmista puru: võrdses osas külma võid, suhkrut ja jahu.

Haki need omavahel mõnusaks puruks.

Laota ahjuplaadile kõigepealt pärmitaigen, selle peale lao õunad, raputa üle natukese kaneeliga ning puista üle puruga.

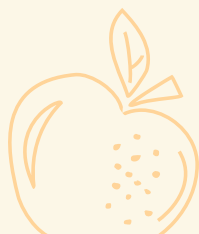
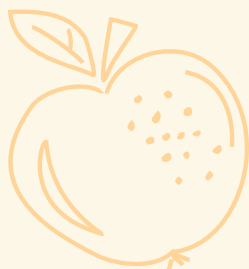
Küpseta 180°C juures umbes 30 minutit.

Retsepti koostaja: Kati Pintmann

(autoriks vanaema, põlvest põlve pärandatud retsept)

„See on minu lapsepõlve maitse. Nii mu ema kui ka vanaema tegid seda igal sügisel ja pikka aega oligi see minu peas traditsiooniline õunakook.“

Kati Pintmann



Õuna-purukook karamelliseeritud õunte ja kohupiimaga

KOOSTISOSAD

Puru (põhi ja kate)

150 g võid
250 g nisujahu
100 g suhkrut
20 g fariinsuhkrut
1 tl küpsetuspulbrit
näpuotsatäis soola

Karamelliseeritud õunakiht

4-5 õuna (koduiaia sügisõunad)
1 sl võid
2 sl fariinsuhkrut
1 tl kaneeli
1 tl sidrunimahla

Kohupiimatäidis

400 g kohupiima
2 muna
100 g suhkrut
1 tl vanillisuhkrut
50 g hapukoort
2 sl jahu

VALMISTAMINE

Puru (põhi ja kate): Sega jahu, suhkur, sool ja küpsetuspulber.

Lisa kuubikuteks lõigatud või.

Näpi segu puruseks.

Jaga: 2/3 põhja, 1/3 koogi peale.

Karamelliseeritud õunad: Koori ja kuubista õunad.

Kuumuta pannil või ja fariinsuhkur, kuni segu kergelt mullitab.

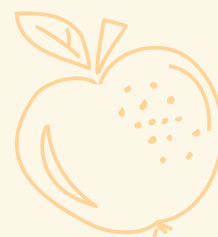
Lisa õunad, kaneel, sidrunimahl.

Hauta 5-7 min, kuni õunad on veidi karamellistunud, aga mitte pudruks keenud.

Tõsta jahtuma.

„See õuna-purukook on kolmekihiline sügisene maius, mis ühendab krõbeda purupõhja, karamelliseeritud õunad ja kreemja kohupiimatäidise. Rikkalik, samas kodune kook, kus iga suutäis pakub pehmet, mahlast ja krõbedat tekstuuri korraga.“

Pille Sule



Kohupiimatäidis: Klopi munad suhkruga lahti.
Lisa kohupiim, vanillisuhkur, hapukoor ja jahu.
Sega ühtlaseks massiks.

Koogi kokkupanek: Kata ahjuvorm küpsetuspaberiga või määri võiga.
Suru 2/3 purutainast vormi põhja.
Vala peale kohupiimatäidis ja silu.
Tõsta peale jahtunud karamelliseeritud õunad.
Puista peale ülejäänud puru.

Küpsetamine: 200°C juures (pöördõhuta) 45-50 minutit, kuni kook on pealt kuldpruun ja keskelt hüübinud.
Lase jahtuda, enne kui lõikad – jahtudes muutub kook parajalt tahkeks.

Retsepti koostaja: Pille Sule

Õunad padja all

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Põhi: 150 g võid, 0,5 dl suhkrut, 3 munakollast, 2 dl nisujahu, 2 tl küpsetuspulbrit, sutsuke soola

Õunatäidis: 500-600 g hapukaid õunu, 1 tl kaneeli

Beseekate: 4 munavalget, 1,5 dl suhkrut

Vahusta toasoe või suhkruga, lisa ükshaaval munakollased, vahustamist üha jätkates.
Sega küpsetuspulber nisujahuga, lisa munavahu hulka.
Laota tainas ahjuplaadile.
Koori ja tükelda õunad, laota tainale ning puista üle kaneeliga.
Küpseta 175°C juures 15 minutit. Samal ajal vahusta munavalged suhkruga kõvaks vahuks ja määri õuntele.
Küpseta veel 10-15 minutit, kuni munavalge muutub kergelt kollakaks.

Retsepti koostaja: Lia Virkus (saatis Triin Norman)

„Õnnelikul aastal on õun nii argine, et ei märkagi, mitu tükki päevas põske läheb. Järgmisel aastal puud puhkavad. Küll on siis hea, kui on padja alt mõni õun möödunust võtta, et uus õnnelikult-õiest-õunaks aeg ära oodata.“

Triin Norman



Tartu toidu- ja veinifestival (8.–9. august 2025)

HOIDISED JA JOOGID



Kenaste sibulamoos

KOOSTISOSAD

2 kg sibulat

õli praadimiseks

2-3 sl kohalikku õunasiidriäädikat või 1-2 sl palsamiäädikat

1 tl soola

1-2 tl kuivatatud või värsket hakitud küüslauku

1-2 tl kuivatatud või värsket hakitud peterselli

talvisel hooajal võib kasutada ka Santa Maria Persillade maitseainet

3-4 sl mett (maitse järgi)

VALMISTAMINE:

Koori ja viiluta sibulad õhukesteks viiludeks. Kuumuta pannil õli ja lisa sibulaviilud.

Prae tasasel kuumusel umbes 20 minutit, kuni sibulad on pehmed ja kuldsed.

Sega pidevalt, et ei kõrbeks. Kui sibulad on pehmed, lisa sool, küüslauk ja petersell.

Sega ühtlaseks. Lisa äädikas ja mesi. Sega hästi ja lase paar minutit podiseda,

kuni moos on ühtlaselt aromaatsne. Säilita külmkapis.

Ideaalne leiva või saia peale.

Sobib suurepäraselt ka liha kõrvale, lisades maitsele nüanssi.

Retsepti koostaja: Ilona Jaanikesing

*Rõngu kandis tegutseb juba aastakümneid
Kenaste talu, kus armastusega kasvatatakse
köögivilju, maitsetaimi ja aiaürte.*

*Talu pererahvas hoolitseb selle eest, et iga saak
oleks ehe ja maitsev – just nii, nagu koduaias peab.
Põhitegevuse kõrval valmivad maitsvad hoidised oma
kasvatatud toorainest, näiteks populaarne sibulamoos.
Müügi ajal jagab perenaine alati ostjatele häid ideid ja
lihtsaid retsepte, mis teevad igast saagist midagi erilist.*



Kõrvitsa-ebaküdoonia moos

KOOSTISOSAD

1 kg kõrvitsat
2 kg ebaküdooniaid
0,5 kg suhkrut
vesi
1 sl moosipaksendajat

VALMISTAMINE

Lõika kõrvits väikesteks kuubikuteks. Ebaküdooniad lõika neljaks ja eemalda seemnekojad. Pane kõrvitsa- ja ebaküdooniatükid potti, lisa nii palju vett, et viljad oleksid peaaegu kaetud.

Kuumuta tasasel tulel 15-20 minutit, kuni kõik on pehmenenud. Lisa suhkur ja moosipaksendaja, sega hoolikalt läbi ning kuumuta keemiseni. Kui soovid siidisema tekstuuriga moosi, võid segu saumikseriga püreestada. Jaota kuum moos steriliseeritud purkidesse ja sule kohe.

KIIRE JA KERGE MAGUSTOIT KOHE KA MOOSILE JUURDE

KOOSTISOSAD

Kaeraküpsiseid (koduseid)
200 g kodujuustu
1-2 sl hapukoort või maitsestatamata jogurtit
2-3 sl kõrvitsa-ebaküdooniamoosi
veidi mett või suhkrut (soovi korral)

VALMISTAMINE

Sega kodujuust hapukoore või jogurtiga kreemjaks. Soovi korral maitsesta kergelt meega. Tõsta küpsisepõhjale lusikatäis kodujuustusegu ja lisa peale kõrvitsa-ebaküdooniamoosi. Serveeri kohe või lase magustoidul enne serveerimist külmkapis 15-20 minutit seista, et maitse seguneks.

Retsepti koostaja: Virge Rikka

Virge Rikka on tuntud aednik Elva vallas, eriti Rõngu ja Aakre kandi rahva seas. Igal suvehooajal on ta teisipäeviti Rõngu turul müümas oma talu aias kasvatatud aed- ja köögivilju. Lisaks on ta suur korilane – metsamarjad ja seemned leiavad tee tema kööki juba mitmendat põlvkonda. Virge retseptid ongi tihedalt seotud kohaliku looduse rütmidega: kasutatud tooraine pärineb tema enda aiast ning Rõngu ja Aakre ümbruse metsadest. Nii peegeldab tema toidutegemine Tartumaa toidupärandit, kus kodune aed, mets ja turg on alati olnud toidulaua lahutamatud osad.



Sibul mustas kuues

KOOSTISOSAD

5 kg punast peipsi sibulat
600 g mustsõstart
2 tl soola
300 g muscovado suhkrut
8 spl suhkrut
pool klaasi konjakit

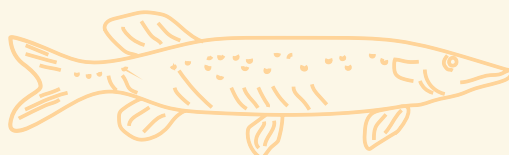
VALMISTAMINE

Koori ja viiluta sibul ning pane potti koos vähese veega hauduma.
Lisa teise potti mustsõstrad koos vähese veega ja keeda moosiks.
Kui moos valmis, lisa juurde muscovado suhkur ja sega ühtlaseks.
Lisa mustsõstramoos hautatud sibulale ja sega ühtlaseks.
Lisa juurde sool ja suhkur.
Kui sibul ja mustsõstar on ühtlaselt potis ära segatud,
lisa juurde konjak ja keeda natuke.

Retsepti koostaja: Liina Madi

„Sibulatee puhvetite päeva raames toimus parima sibulamoosi võistlus, kus valiti meie sibulamoos parimaks.“

Liina Madi



Kurgilimonaad

KOOSTISOSAD

1,5 kg kurki
1 l vett
1 kg suhkrut

Serveerimiseks:

ebaküdooniat või sidrunit
gaseeritud vett
kurgiviile

VALMISTAMINE

Kõigepealt keeda suhkrusiirup.
Selleks aseta potti 1 kg suhkrut ja 1 l vett.
Kuumuta keemiseni. Seejärel jahuta.
Kui siirup jahtub, püreesta kurgid saumikseri/
kannmikseri või köögikombainiga.
Võib ka riivida.
Selles retseptis võib väga hästi kasutada ülekasvanud
kurke, mis söömiseks enam nii head ei ole.
Kurgi mass sega kokku jahtunud suhkrusiirupiga.
Saadud segu aja läbi marli või õhema köögirätiku.
Kurgi siirup säilib külmkapis 2-3 nädalat.

Joogi valmistamiseks lisa 1 osa kurgi siirupit
ning 4-6 osa gaseeritud vett (vastavalt kui magusat
jooki soovid).

Serveerimisel lisa ka ebaküdoonia- või sidruniviilusid,
et tasakaalustada siirupi magusat maitset.

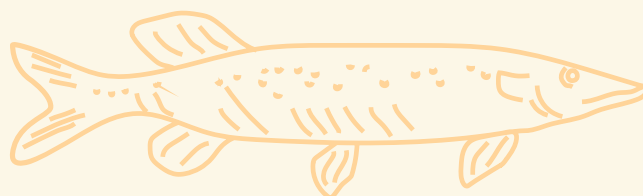
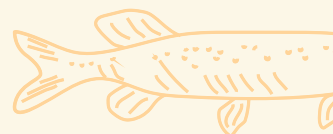
Retsepti koostaja: Annika Aav

„Peipsiääres kasvatatakse
lisaks sibulale ka väga
palju kurki.

Paljudel kurgikasvatajatel
jääb nõ praaki kurki
omajagu järgi.

Nii sündiski ülekasvanud
või kõverate kurkide
väärimiseks
kurgilimonaad.“

Annika Aav



Võilillekali

KOOSTISOSAD

2 l võililleõisikuid
1 kg kookospalmisuhkrut
3 l vett
4 rabarberivart
piparmündivõrseid
1 probiootikumi kapsel

VALMISTAMINE

Tükelda rabarberid, lisa suhkur ja lase neil seista 12 tundi.
Lisa vesi, võililleõisikud ja piparmündivõrseid.
Lase seista toas ööpäev.
Kurna segu läbi sõela ja sega vedeliku sisse probiootikumi kapsli sisu ning jäta veel üheks ööpäevaks seisma.
Vajadusel kurna veel kord ja säilita jooki külmikus.

Retsepti koostaja: Anu Sapelkov

„Kevadel, kui võililled õitsevad, on mul alati vaja see imeline lill ka kuidagi toidu või joogi sisse saada. Katsetasin erinevaid variante ja sündis selline tore jook nagu võilillekali.“

Ükskord tuli ema minu juurde nurmenukke korjama. Ta ei tundnud ennast päris hästi ja jõudu ei olnud. Andsin talle siis omatehtud kalja juua. Alguses oli muidugi nägude maailm, kui kuulda sai, et tegu on võilillekaljaga, kuid maitse oli hea ja mõne aja möödudes oli ka enesetunne parem.“

Anu Sapelkov



Õunakali kuivatatud õuntest

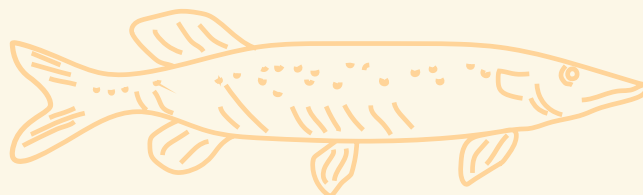
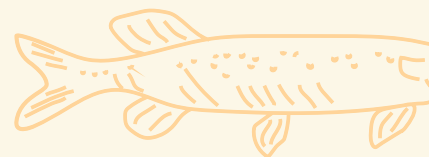
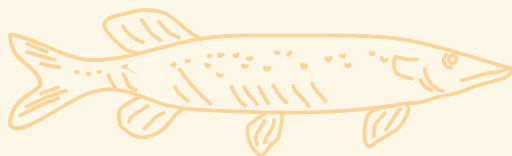
KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Kuivatatud õunad pruunista kergelt praeahjus, vala üle keeva veega ja lase 24 tundi seista, seejärel kurna, lisa suhkur ja pärm. Lase käärida seni, kuni tekib vaht, siis villi pudelitesse, võib lisada mõne rosina. Hoia jahedas. Tarvitamiseks kõlbulik paari päeva pärast.

Retsepti koostaja: Mari Leover

„Õunakali kuivatatud õuntest on otsekui pilguheit poole sajandi tagusele toidulauale Tartu lähistelt.“

Mari Leover





Eesti toiduajakirjanike maitseretk Tartus ja Tartumaal
(13.–14. november 2025)

PEAKOKKADE ERIMENÜÜD

Valik Tartumaa toidupiirkonna
suve- ja sügishooaja erimenüüde retsepte



Lihuniku Äri ja Restoran

Suve erimenüü

EELROOG

Veisehake kahele

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

180 g kvaliteetset veisefileed
(näiteks pähklitükk) (90 g inimese kohta)
1 spl suitsuõli
1 väike šalottsibul
1 spl murulauku hakituna
1 spl miriniga marineeritud sinepiseemneid
1 spl sojakastet
1 tl Worcesteri kastet
1 spl viina
Pecorello al Tartufo juustu riivitud (Viinamärdi talu)

Veiseliha ettevalmistamiseks puhasta liha kelmetest ja lõika liha terava noaga väikesteks kuubikuteks. Maitsestamiseks sega väikeses kausis hakitud šalottsibul, sojakaste, Worcesteri kaste, sinepiseemned ja viin, seejärel vala segu liha peale ning sega hoolikalt, hoides tekstuuri võimalikult kergena. Serveerimiseks tõsta tartar taldrikutele, riivi Pecorello al Tartufo juustu peale ning puista peeneks lõigatud murulauk ja serveeri kohe.

PEAROOG

Veisekael ahjus röstitud köögiviljadega

Madalal temperatuuril küpsetatud mahe rohumaaveise kael, kohalikud röstitud köögiviljad, sibulakaste

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

500 g veisekaela kondiga	100 g võid
2 porgandit	2 kartulit
4 valget sibulat	pastinaak
1 küüslauk	sool
1 tk loorberilehte	suhkur
5 tera musta pipart	



Eerik Kõuts

peakokk
Lihuniku Äri ja Restoran

Pruunista veisekael kas pannil või grillil. Pane koos 1 sibula, 1 porgandi ja küüslauguga ahju. Kata liha ja köögiviljad külma veega. Lisa loorber ja pipraterad.

Küpseta ahjus 113°C juures umbes 8 tundi. Võta liha vedelikust ja kurna vedelik läbi sõela. Redutseeri saadud vedelik pooleks. Pruunista poti põhjas 3 sibulat. Lisa redutseeritud puljong ja keeda veel. Koori ja tükelda köögiviljad. Maitsesta õli, soola ja pipraga. Rösti ahjus, kuni on pehmed. Purusta sibulad ja puljong ühtlaseks massiks, lisa või. Maitsesta soola, pipra ja suhkruga. Soojenda uuesti veisekael ja serveeri koos lisanditega.

DESSERT

Maasika ja rabarberi magustoit

Viinamärdi sidrunijogurtiga

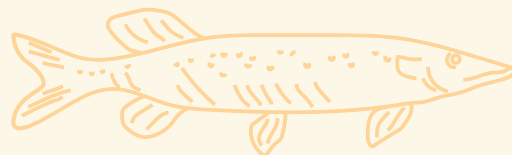
KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

100 g maasikaid	70 g suhkrut
100 g rabarberit	100 g jahu
10 g suhkrut	100 g võid
münt	natuke soola
sidrunijogurt (Viinamärdi talu)	0,5 tl kaneeli
60 g valget šokolaadi	

Puhasta ja tükelda maasikad ning rabarber. Pane koos suhkruga seisma. Haki sisse värske münt.

Valmista valge šokolaadi crumble. Sega kokku suhkur, sool, kaneel, jahu ja väikesteks kuubikuteks lõigatud külm või. Lase külmkapis seista umbes 30 minutit. Haki saadud massi sisse valge šokolaad. Purusta segu ahjuplaadile ja küpseta 180°C umbes 30 minutit või kuni puru on kuldpruun.

Serveeri kihiti crumble, maasikad/rabarber ja jogurt. Tee vähemalt 2 kihti.



Gastronomist Restoran & Terrass

Suve erimenüü

EELROOG

Haugifilee kroket

(Peipsi Kalurid) (L)

Tillimajonees |

Tartumaise kurgi salat |

Pošeeritud Kaimi Linnutalu vutimuna



Karl Pajussaar

peakokk

Gastronomist Restoran & Terrass

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Haugifilee kroket

Haugi hakkliha, praetud sibul (maha jahutatud kokku segamise ajaks), sool, pipar, sidrunimahl, munakollane 100 g / 1 kg hakkliha kohta.

Maitsestus peaks olema väga naturaalne, et haugi maitse esile tuleks.

70 g portsjon vormi ovaalseks ning paneeri nisujahu, lahtiklopitud muna ja panko riivsaias.

Prae pannil või fritüüris 180°C juures u 3-4 minutit, kuni on kuldpruun ja läbi küpsenud.

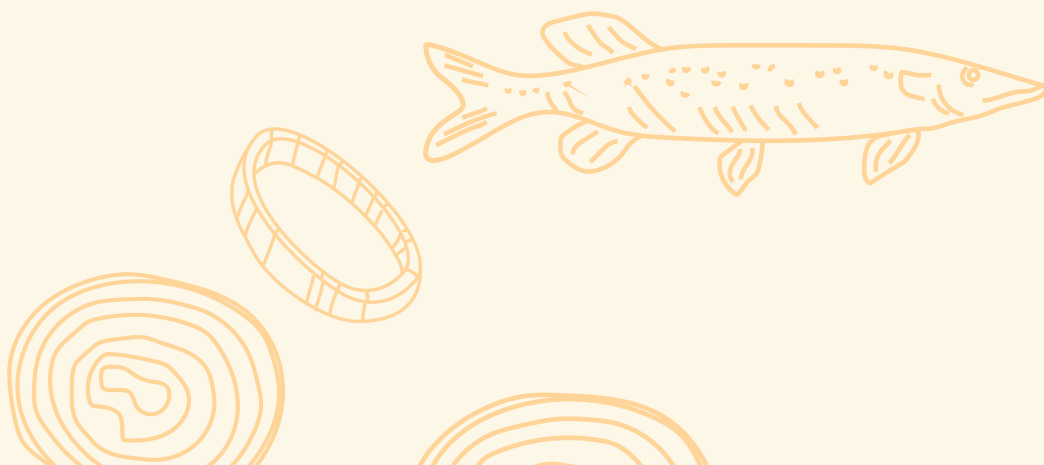
Vajadusel küpseta ahjus üle.

Kurgi-kapsa salat

Varajane kapsas/koonuskapsas lõika suurteks viiludeks, põleta kergelt ja jahuta.

Salati komponendid: hakitud põletatud kapsas, riivitud kurk (mandoliiniga), porrulauk õhukeselt hakitud, riivitud värske mädarõigas, oliiviõli, sool, valge veini äädikas.

Tugev, värske, happeline maitsestus.



PEAROOG

Õunaglasuuriga Vasula seakülg

Anderson's Brewery õllekaste | Tartumaa kartulifondant |
Muhe mahe pastinaagikreem

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Seakülg

Seakülg soola tugevalt soola-pipraga.

Seakülg jaga u 120-140 g portsudeks, prae tugeva värvi saavutamiseni.

Küpseta lisaks ahjus 200°C juures 25 minutit, kuni liha on pehme. Jahuta liha.

Uuesti soojendamisel kata liha õunaglasuuriga ja küpseta ahjus.

Õunaglasuur seaküljele

500 ml õunamahla ja 80 g pruuni suhkrut kaalu potti ja keeda kokku poole võrra.

Lisa saadud kontsentreeritud õunamahlale 120 g Teriyaki-kastet,

35 g õunaäädikat, 50 g rapsiõli, 10 g soola, pisut jahvatatud ingverit

(võib asendada peenelt hakitud värske ingveriga) ja jahvatatud koriandripulbrit.

Sega ühtlaseks. Saadud segu jahuta ja kasuta 7 päeva jooksul. Glasuuri saab lisada lihale ühtlase kihina pärast küpsemist ja soovituslik on liha veel kuumas ahjus korraks üle röstida, et glasuur muutuks kleepuvamaks.

Õllekaste seaküljele

75 g sibulat, tüümian, must terapiapar, 10 g küüslauku, loorberilehed,

100 ml heledat õlut (nt Anderson 's Brewery valikust).

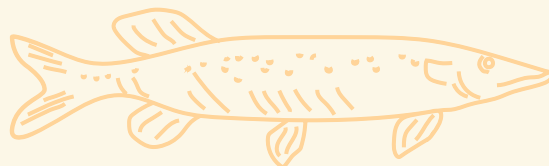
Poti põhjas rösti sibul, tüümian, must pipar, küüslauk, loorberilehed pruuniks.

Lisa õlu, keeda alkohol välja. Lisa 250 ml seapuljongit (sealiha hautamisest peaks

tulema puljongit) ning keeda pisut kokku. Lõpuks lisa 50 ml vahukoort ning maitsesta

lõplikult soola, pruuni suhkruga, Worcesteri kastme ja vajadusel väikse koguse

õunaäädika või veiniäädikaga. Paksenda maisitärklise või kastmepaksendajaga.



Pastinaagipüree

Pastinaak koori, lõika väiksemaks ja suupäraseks.

Küpseta õli, soola ja pipraga ahjus, kuni on pehme ja kerge värviga.

Küpsetatud pastinaak pane potti keema koos vahukoorega. Kuumuta keemiseni.

Tõsta segu blenderisse ning valmista siidine tugev püree, paksust timmi vahukoorega.

Kogu koort ei ole mõtet kohe blenderisse valada, võib minna liiga vedelaks.

Lõpus korrigeeri maitset soola ning vajadusel suhkru ja valge veini äädikaga.

Kartulifondant

Kasuta suurt Laura kartulit. Lõika kartulid võimalikult paksuks viiluks ning löö rõngasvormiga välja kartuli „tunnid“. Saadud kartulitunnid tõsta ahjuvormi, kata pooles ulatuses köögiviljapuljongiga ning peale raputa värskaid või kuivatud ürte ning paar tükki võid. Küpseta 180°C juures u 25-30 minutit, kuni kartul on pealt kuldpruun. Jahuta. Hiljem võib uuesti soojendada nt fritüüris.

DESSERT

Mandlibiskviit

Tartumaa maasikad | Toorjuustukreem | Luxvegi basiilik

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Esialgu valmista pruun või 300 g. Pane jahtuma selliselt, et ta külmikus ei muutuks kivikõvaks või siis võta eelnevalt valmistatud pruun või toasooja pehmenema.

Taigna segamisel on oluline, et pruun või oleks pehme.

Eraldi kaalu: suhkur 500 g, mandlijahu 200 g, nisujahu 200 g, küpsetuspulber 10 g, munavalge 500 g, sool 3 g. Sega need koostisained kõik kokku. Lisa pehmenenud (mitte vedel) pruun või, saadud taigen hoia külmikus. Küpseta vastavalt vajadusele muffinivormides 180°C juures u 30 minutit, kuni biskviit on valmis.

Biskviiti võib külmikus hoida kuni 3 päeva, pärast seda läheb natuke liiga kuivaks ja peab uue küpsetama. Parem hoida kapis valmis taigen ja küpsetada ette vastavalt vajadusele.

Juulamõisa kohapärimuskohvik*Sügise erimenüü***EELROOG****Käsitööleivad maitsevõiga****Mõisapreili pagar | Juulamõisa ürdid | Valio või**

Käsitööleivakesed saab Sootaga külast

Lähte külje alt Mõisapreili pagarilt.

Meie lisame juurde maitsevõi, mida on lihtne kiirelt valmistada, lisades poest ostetud võile maitse järgi Himaalaja peensoola, leeskputke, tilli või peterselli ja natuke õli.

Samuti on võimalik teha munavõid, mida meie oma kohvikus kasutame alljärgneva retsepti alusel.

**Lauri Ülenurm**

peakokk
Juulamõisa kohapärimuskohvik

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE**Munavõi**

6 keedetud muna

1 spl majoneesi

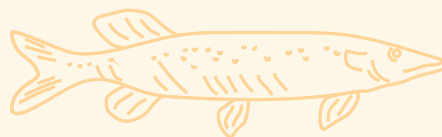
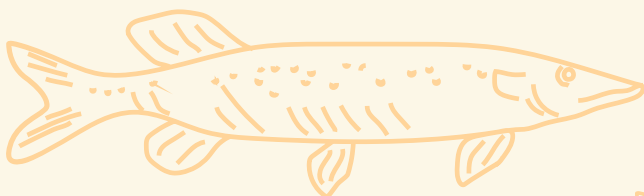
60 g võid (pehme)

3 spl toorjuustu

sool

Purusta kõik ühtlaseks kreemiks, lisa maitsejagu soola.

Leivakeste kõrvale võib pakkuda koduaia õuntest pressitud õunamahla või Andersoni pruulikoja mõdu.



PEAROOG

Kirju havi

Peipsi haugifilee | Juulamõisa köögiviljad | tartar-kaste, värske salat

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Puhasta haugifilee luudest ja lõika sobilikud tükid. Prae kuumal pannil, kuni valmis. Maitsesta soolaga.

Kirjud köögiviljad

Lõika kooritud kartul, porgand, kaalikas tükkideks ja auruta ahjus 100°C juures u 45 minutit. Jahuta. Serveeringuks prae kuumal pannil ja maitsesta soolaga.

Tartar-kaste

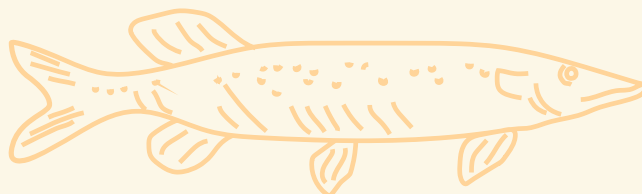
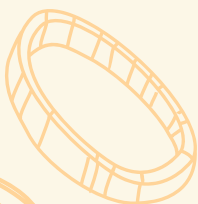
1 sibul (kooritud)
1 marineeritud kurk
3 spl majoneesi
100 g kodujuustu
sool

Tükelda sibul ja kurk peeneteks tükkideks ja sega ülejäänud ainete hulka. Lisa maitsejagu soola.

Värske salat

200 g riivitud kapsast
50 g värsket kurki (peened viilud)
15 g redis, peened viilud

Maitsesta õli, veiniäädika, suhkru ja soolaga.



DESSERT

Vanaema ahjuõuna magustoit

Juulamõisa õuntest ja Mõisapreili pagari leibadest

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

500 g õunu

150 g pruuni suhkrut

maitse järgi kaneeli

150 g kuivatatud leivapuru

300 ml 35%koort

2-3 spl võid

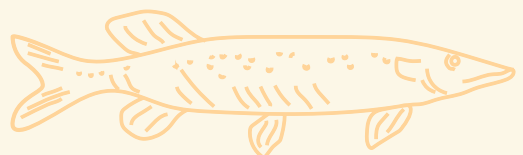
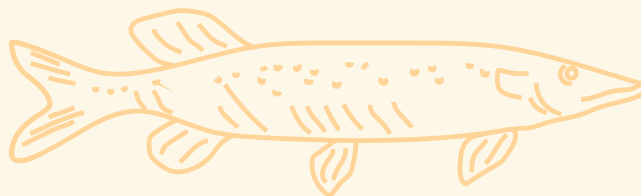
Serveerimiseks vanillikastet, jäätist või kaneelimaitselist toorjuustukreemi.

Puhasta õunad, eemalda südamikud ja lõika viiludeks või väiksemateks tükkideks.

Sega kausis õunad pruuni suhkruga ja kaneeliga. Tõsta väikestesse ümmargustesse ahjuvormidesse – sõltuvalt vormi suuruselt u 4-5 vormi, pane peale leivapuru ja võitükike. Vala peale rõõsk koor.

Küpseta magustoit 180°C juures umbes 20 minutit, kuni õunad on kergelt krõmpsud ja koorekaste kuldse jumega.

Serveeri kaneelise toorjuustukreemi, vanillikastme või jäätisega.



Dorpat Restoran*Sügise erimenüü***EELROOG****Peipsi siiafilee äkine****KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE**

siiafilee 500 g

meresool 30 g

suhkur 15 g

laimimahl 20 g

sibul 70 g

värske puhastatud till 150 g

rapsiõli 250 g

muna 1 tk

sinep (kange) 1 tl

küüslauk 10 g

sidrunimahl 1 spl

rapsiõli 2,5 dl

sool, pipar

Sega omavahel sool ja suhkur. Lõika siig õhukesteks viiludeks.

Viiluta sibul õhukesteks ratasteks. Puista kausi põhja soolasegu, sinna peale lao sibulad ja sibulatele siiafilee tükid. Sibula ja kala võib mitu korda kihiti laduda. Peale puista veel soola ja värskelt jahvatatud musta pipart. Aseta taldrik tihedalt kausile ning raputa kaussi hästi tugevalt mõne minuti jooksul. Nii ongi äkine valmis. Serveerides piserda peale kergelt laimimahla.

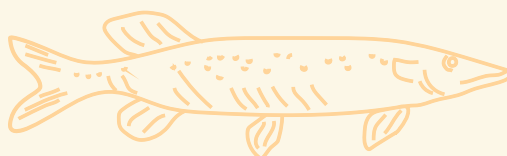
Aseta till ja õli Hotmix blenderisse ning vali kiirus 10 ja temperatuur 75. Purusta, kuni saavutad soovitud temperatuuri. Kurna läbi peene sõela jäävannis olevasse anumasse, et õli jahtuks kiiresti.

Pane kannu põhja esmalt muna, siis sinep ja sidrunimahl, maitsesta soola-pipraga. Kalla peale õli. Sega saumikseriga, kuni segu hakkab paksenema. Lisa purustatud küüslauk ning sega saumikseriga veel. Vajadusel lisa õli juurde. Lisa majoneesile oma maitse järgi tilliõli.

Serveerimiseks võta enda küpsetatud või poest ostetud värske leivaviil, tõsta peale kalaviilud, lisa lusikaga tillimajoneesi, tõsta peale keedetud vutimunasektorid ja värske tillioks.

**Matis Kool**

peakokk
Dorpat Restoran

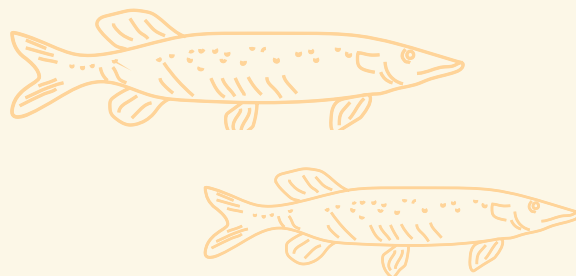


PEAROOG

Küpsetatud seaküljeliha, kartulikreem, miniaedviljad ja praeleem

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

seakülg 1 kg
sojakaste 70 ml
Teriyaki-kaste 80 ml
valge veiniäädikas 20 ml
ingver 10 g
küüslauk 20 g
petersell, koriander 1 punt
laimimahl 50 ml
pähkliõli 150 ml



Lõika seaküljest parajad portsud (150-200 g). Purusta küüslauk, haki ingver, petersell ja koriander. Sega kõik komponendid kausis kokku, lisa soola ja pipart ning pane seakülg 24 tunniks külmikusse marineerima. Seakülge grilli sütel 10 minutit, tõsta tulelt ja lase seista umbes 5 min. Lõika liha viiludeks ning serveeri grillil või ahjus röstitud aedviljade ja kartulipüreega.

DESSERT

Kama-toorjuustukreem mustsõstramoosiga

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

kama 2 tl
mascarpone 125 g
piim 1 dl
suhkur 30 g
vanillisuhkur 10 g

Sega mascarpone suhkruga ja vanillisuhkruga. Sega väikse nirena sisse piima nii palju, et segu jääks ilus kreemjas ja siidine. Sega juurde kama. Aseta segu pritskotti ning tõsta külmikusse umbes 30 minutiks. Serveeri mustsõstramoosi või muu hapukama moosiga.

NB! Kreemi ei tohi liiga pikalt ette valmistada, kuna võib hakata eralduma vedelikku!





Gastronomist Restoran & Terrass

Sügise erimenüü

PEAROOG

Täidetud Peipsi kohafilee

Vähisabatäidis |

Kaimi talu vutimunamajonees |

Suvikõrvitsa-kartuli röst |

Luxveg miniporgandid



Karl Pajussaar

peakokk

Gastronomist Restoran & Terrass

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE

Kohafileerull täidisega

Puhasta kaks kohafileed (eemaldada soomused, nahk jäta alles) ning maitsesta tugevalt soola ja pipraga. Lase maitsestuda mõni tund või üleöö. Aseta üks filee toidukile peale, pane filee peale üks ühtlane kiht vähisabatäidist ning aseta teine filee peale, siis tõmba koos toidukilega rulli tõmmates ümber mitu tugevat kihti.

Seejärel aseta koharull vaakumkotti ning sealt edasi Sous-vide tsirkulaatoriga soojendavasse vette 60°C juurde ning hoida seal 45-60 minutit, olenevalt rulli paksusest. Kui aeg on täis, tõsta rullid jäävette või külmikusse jahtuma.

Viiluta suupärasteks rullideks. Kui on serveerimise aeg, võib neid pakkuda kas külmalt külmlauale või soojendada üles sooja pearoana.

Kartulikroket

punane kartul (Laura) 1 kg

pruun või 100 g

nisujahu 8 spl

munakollane 50 g

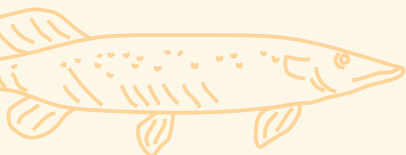
riivitud Andre Farmi juust 120 g

sool-pipar

Paneerimiseks: nisujahu, munavalge, paneerimise segu

Kartulid keeda soolaga maitsestatud vees pehmeks, kurna ja sega vispliga ühtlaseks seguks, lisa pruun või, nisujahu, munakollane ja riivitud Andre juust.

Kaalu 25-30 g pallid, suru käte vahel lapikuks „kotletiks“, paneeri nisujahu, munavalge ja paneeringu seguga. Valmista fritüüris kuldpruuniks.



Vähisabatäidis

hiidkrevetid toored 240 g
 sidrunimahl 16 g
 vahukoor 45 g
 munakollane 36 g
 sool, paprikapulber

Vähisabad soolvees (kurnatud kaaluna) 200 g. Mass kaalu kokku kutterisse, purusta ühtlaseks massiks. Kui mass on ühtlane, sega sisse kergelt väiksemaks hakitud vähisabad. Sega lusikaga, mitte kutteriga, vähisaba jupid peavad jääma massi sees näha ja tunda. Krevetimass on ainult see, mis vähisabasid n-ö kokku liimib.

Kartuli-suvikõrvitsa röst

Riivi suure riiviga Laura kartul ja suvikõrvits. Haki ribadeks šalottsibul, sega riivitud kartuli-kõrvitsa segu sisse. Maitsesta tugevalt soola-pipraga. Lisa hakitud tilli. Rõsti segu ühtlase paksu kihina väikse praepanni peal, prae mõlemalt poolt ning lõpetä ahjus küpsetamisega. Jahuta, lõika ja soojenda serveerimiseks ahjus.

Vutimunamajonees ürtidega

Vutimunamajonees 300 g, ürdisõli 120 g, sool, sidrunimahl, hakitud till.

DESSERT**Liivi Kuldreneti suflee**

Soolakaramelli kaste | Martsipaniküpsis | Viinamärdi kookose gelato

KOOSTISOSAD JA VALMISTAMINE**Õunasuflee**

Õunapüree 750 g, 00 nisujahu 75 g, munavalge 285 g, suhkur 120 g.

Õunapüree jaota kaheks. Esimene pool sega kokku nisujahuga ning kuumuta potis, kuni tekib taigenalaadne mass. Eemalda kuumuselt, sega juurde teine pool õunapüreed. Lase jahtuda.

Eraldi kausis vahusta munavalged suhkruga tugevaks vahuks ja sega kokku õunataignaga.

Küpsetusvorm määri või ja suhkruga. Vala vormi pool munavalge-õuna segust. Lisa vormi keskele lusikatais hautatud kaneeliõuna kuubikuid ning vala peale ülejäänud munavalge-õuna segu, kuni vorm on täis. Tõmba spaatliga vormi pealne sirgeks.

Küpseta 200°C juures 15-20 minutit, kuni suflee on kerkinud.

**Soolakaramelli kaste**

Suhkur 200 g karamelliseeri poti põhjas kergeks karamelliks.

Karamellile vala peale 150 g Peninuki rummi. Keeda rummist alkohol välja ja redutseeri pisut. Lisa fariinsuhkrut või muscovado suhkrut 200 g, soola 10 g ja võid 200 g.

Sega ühtlaseks. Lisa vahukoort 500 g ja keeda, kuni kogu karamell on sulanud ja kaste ühtlane. Lõpus paksenda segu väikse koguse Xanthan gumiga (lusika otsatäis), segades segu saumikseriga. Kaste jahuta, pane pritspudelisse ja kasuta vastavalt vajadusele.

Martsipaniküpsise puru

nisujahu 200 g

mandlijahu 200 g

või 200 g

suhkur 200 g

martsipan 120 g

sool 5 g

Amaretto 40 g

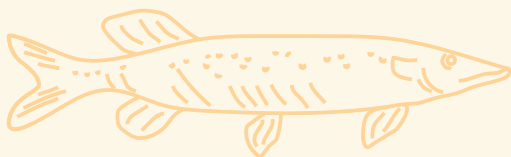
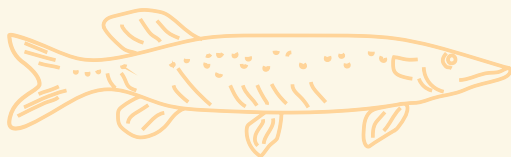
Enne retsepti valmistamist tõsta või tupp soojenema, võiks olla toasoe ja pehme.

Või ja suhkur vahusta kuni suhkru lahustumiseni. Lisa nisujahu, mandlijahu ja martsipan (martsipan tuleks eelnevalt pudistada), samuti Amaretto. Sega taigen ühtlaseks.

Saadud küpsisetaigen asetahjuplaadile, vajuta ühtlase õhukese kihina plaadile laiali.

Küpseta kuldpruuni värvuseni 160°C juures, ajaliselt võib minna ca 20 minutit.

Küpsis jahuta (jahtudes läheb kõvemaks). Kui küpsis on jahtunud ja kõvaks läinud, purusta ühtlaseks puruks.



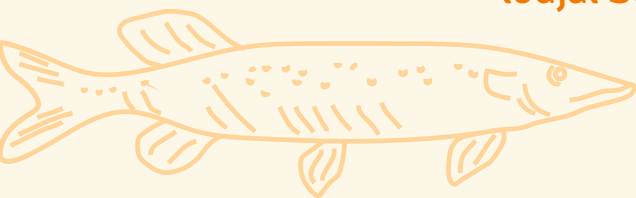


Tartu ja Tartumaa peakokad pakkusid toidupiirkonna aastal
suve- ja sügishooaja erimenüüsid





Tartumaa toidupiirkonna muusikaline maitseretk
lodjal Suur Sume (31. juuli 2025)





Maitseretkel pakkusid kultuurielamuse laulja ja laululooja Anu Taul, luuletaja ja kirjanik Kristiina Ehin ning muusik Silver Sepp





Tartu ja Tartumaa toiduajaloo,
traditsioonide ning
maitseelamuste kohta
Võrtsust Peipsini
leiab rohkem infot

Tartumaa toidupiirkonna kodulehelt
<https://visittartu.com/et/toidupiirkond/>



Head avastamist ja maitstmist!

