

Haapsalu Kutsehariduskeskus

Kohalike toiduressursside väärimise aastaring

Marjad

Tiina Sootalu

Uuemõisa 2025

1. Leibjuust ja 2 juustumoosi

Leibjuust

Koostisosad

1 l Rõõsk koor
550 g Hapukoor 10%
1 sidruni mahl (umbes 40 g)
1 tl Sool

Valmistamine

Sega kokku sool, hapu ja rõõsk koor ja kuumuta tasasel tulel spaatliga segades, kuni tekib spaatlile valgetera. Lase jahtuda.

Pane sõelale ühepäeva rätik (marli vm puuvillane riie) ja kalla jahtunud juustumass sellele nõrguma. Kileta, lase nõrguda üleöö.

Tõsta juustumass fooliumiga kaetud ahjuplaadile ning vormi umbes sentimeetri paksuseks piklikuks nelinurgaks.

Vajuta pind spaatliga tasaseks.

Küpseta juustu grillelemendi /salamandri/ all umbes 20 cm kaugusel, kuni juustu pinnale ilmuvad pruunid täpid ja laigud.

Keera juustul teine külg (kasuta keeramiseks teist fooliumi ja nt lõikelauda.

Küpseta ka juustu teine pool pruunilaiguliseks. Lase juustul jahtuda nii palju, et saad seda plaadilt ära võtta ja lõika serveerimiseks tükkideks.

Juustumoos kibuvitstest, pirnist ja ingverist

350 kg küpseid pirne (koori)

250 g kibuvitsa marju

0,5 -1 tk sidruni riivitud koor + pressitud mahl

4 cm jupp ingverijuurt, kooritud ja riivituna

70g moosisuhkrut

Pisut soola

Soovi korral kas paar tähtaniisi või 3 kardemoni kupart (mulju kupraid enne lisamist uhmris).

Lisada sobib ka vürtspipra teri.

Valmistamine: Puhasta kibuvitsa marjad (eemalda tutid ja varred).

Tükelda kooritud pirnid ja tõsta need koos kibuvitsa marjade ning poole sidrunimahlaga potti (soovi korral lisa vürtsid). Lase segul keema tõusta ja hauta siis madalal kuumusel 10 minutit.

Seejärel lisa riivitud sidrunikoor ja ingver ning keeda pirnide pehmenemiseni.

Eemalda terved vürtsid. Purusta moos saumiksriga ja suru mass läbi sõela puhtasse kastrulisse.

Lisa püreele moosisuhkur ja ülejäänud sidrunimahl.

Kontrolli maitset, vajadusel lisa veel hapet ja näpuotsaga soola.

Valminud moos tõsta kuumalt steriliseeritud väikestesse purkidesse purkidesse.

Pihlaka-virsiku moos

200 g puhastatud pihlakaid

200 g virsikuid

0,5-1 tk apelsini koort ja pressitud mahla

125 g vett

200 g moosisuhkrut

2 sl brändit

0,5 tl rose pipart (rösti kuivas kastrulis hetk ja uhmerda)

Pisut soola

Valmistamine:

Puhastage marjad ning lisage need keevasse vette, keetke madalal kuumusel 10-15 minutit.

Püreesta sauseguriga ja suru läbi sõela.

Lisa saadud mahlale moosisuhkur ja keeda keskmisel kuumusel paksenemiseni.

Tõstke valmis moos pliidilt, lisage soovi korral brandi ja purustatud pipar ja näpuotsaga soola, segage läbi ning valage purkidesse.

/ idee:

<https://maaleht.delfi.ee/artikkel/32837611/nouanne-tee-pihlakast-talveks-vitamiinipomme/>

Pihlakamoos sobis juustuga ülihästi! Kibuvitsa moosile oleks võinud särtrtu juurde panna, mina kirjutasin praegu ingveri koguse poole suuremkas, aga võiks lisada õige pisut cayenne või tšillipipart.

2. Pohla vürtsmoos džinni /viina ja kadakamarjadega ning praetud pardifilee

- 300 g pohli
- 250 g õunu (kooritud ja tükeldatud)
- 50 g sibulat
- 1-1,5 värske tšilli kauna
- 200 g moosisuhkrut
- 1 apelsin (riivitud koor ja pressitud mahl)
- 1 tl musta pipra teri
- 8 vürtsitera
- 1 sl kadakamarju (purusta uhmris kergelt)
- 20 g džinni/viina/rummi
- punt tüümiani
- noaotsaga soola
- Pisut toiduõli

Valmistamine: Koori õunad ja sibul, puhasta värske tšilli. Tükelda peeneks.

Uhmerda vürtsid. Kuumuta potis, väheses rasvaines vürtsid, sibul, värske tšilli ja õunad.

Kuumuta, kuni sibul on klaasjas. Lisa pohlad, paar supilusikatäit vett, alkohol suhkur, pisut soola.

Keeda moosi kuni pohlad on pehmed, umbes 10 minutit. Eemalda vaht. Vala kuumalt purkidesse ja kaaneta.

Sobis pardiga väga hästi!

Algne idee / <https://d-kokaraamat.ee/retseptid/pohla-vurtsmoos-kadakamarjadega//>

Praetud pardifilee

4 pardifileed

Soola, musta pipart, värske tüümian, külma võid umbes 50 g

(Tee 3 % soolalahus (3 g soola + 100 ml vett) ja pane pardirinnad sinna 3 tunniks soolduma.)
Meie hõõrume soola ruudustatud nahapinnale ja lase toatemperatuuril 30 min seista.

Tahenda pardirinnad köögipaberiga ja lõika nahapool ruuduliseks (jälgi, et lihasse sisse ei lõikaks). Jäta vähemalt enne praadimist 30 min toatemperatuurile.

Valmistamine

Praetud pardifilee: Aseta pardifilee nahapoollega külmale ilma rasvaineta pannile, lisa juurde paar tüümianioksa. Pane pann tulele ja lase tasasel tulel nahapoolel krõbestuda ning rasval naha alt välja sulada. (Alla piiluda ei maksa, pruunistumise seisu saab külje pealt jälgida). Ajaliselt võtab see umbes 4 min. Tõsta pisut kuumust ja pruunista filee samuti teiselt poolt. Ajaliselt umbes 2 min. Maitsesta musta pipraga. Nüüd pane pardifilee küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile nahapool üles +180 C juurde (meie ahi, muidu +200) ja küpseta veel 5 min, suuremaid kui 250 g fileesid 7 min. Keera filee fooliumi ja lase 5 min rahuneda.

3. *Vahukommid* pohladest või jõhvikatest

55 g munavalget + 100 g suhkrut
180 g suhkrut (siirupile)
90 g vett
40 g vedelat glükoosi
15 g lehtželatiini
50 g pohla või jõhvika püreed (võta selleks 100 g marju, sulata, püreesta ja pressi mahl koos viljalihaga välja)
/0,5 tl kaneeli või vaniljesuhkrut/ soovi korral
1-2 g sidrunihapet
Paar tilka oliiviõli

Katteks:

100 g tuhksuhkrut
50 g maisitärklis

Valmistamine:

Määri vorm õrnalt õli või muu rasvaine (et kile paigal püsiks), kata kogu vorm toidukilega ning silu hästi siledaks.

Vormi põhja kile peale puista ühtlane kiht tuhksuhkru-maisitärklise segu ja **jäta 20 x 20 cm suurusega** vorm ootele.

Pane lehtželatiin külma veega likku.

Pane potti suhkur, vesi, glükoos, sidrunihape ja keeda.

Sega želatiin mahla hulka ja soenda segu vesivannil aeg-ajalt segades kuni želatiin on sulanud.

Kui siirupi temperatuur jõuab +118 kraadini, siis hakka natukese soolaga munavalgeid vahustama.

Pehme tippude faasis lisa munavalgevahule neile määratud suhkur ning vahusta edasi.

Kui siirupi temperatuur jõuab +127 kraadini, tõsta pott tulelt ja sega siirupi hulka želatiini-mahla segu.

Seejärel kalla kogu kuum segu peene joana munavalgevahu hulka samal ajal edasi mikserdades (keskmine kiirus).

Nüüd võid lisada soovi korral pisut kaneeli või vaniljesuhkrut või vaniljepastat.

Jätka vahustamist (kõrgel kiirusel) veel umbes 10 minutit, kuni vahukommi segu hakkab paksenema.

Kalla ettevalmistatud vormi ja silu pealt kuuma noa või koogilabidaga ühtlaselt siledaks.

Tõsta külmkappi tahenema. (meie paneme kõigepealt 20 min sügavkülma) .

Valmis vahukommimassist lõika kuuma noaga soovitud kujundid, veereta neid tuhksuhkru-maisitärklise segus, liigne raputa maha.

/ retsept Olga Kaiju raamatust “Kondiitrikunst sinu köögis”/

Oleks võinud olla külmikus järgmise päevani, siis oleks kergem lõigata olnud!

4. Pohla sefiir /mündiga/

Püree:

80 g õunu (kooritud, puhastatud ja tükeldatud)

100 g pohli

40 g suhkrut

4-5 g piparmündi lehti

Pane koostisosad kastrulisse, keeda umbes 5 min. Purusta sauaga ja suru läbi sõela.

Sefiir:

125 g püreed / kasuta seda kogust/

100 g suhkrut

20 g munavalget

225 g suhkur II (siirupile)

80 g vett

4 g agar-agarit

Pisut sidrunhapet (soovi korral)

Tuhksuhkrut peale puistamiseks

Valmistamine: Kasuta lauapealset mikserit.

Mikserda püree suhkru ja munavalgega keskmisel kiirusel tihkeks ja läikivaks vahuks.

Samal ajal, kui valmistad munavahtu, keeda valmis siirup.

Selleks sega agar-agar suhkruga II ehk sefiiri suhkru kogusega ja lisa need veele.

Keeda siirup +110 C -ni.

Siirup ja munavaht peaks saama samal ajal valmis. Nirista, vahustamist jätkates, munavahule keev siirup. (suuna siirup võimalikult munavahu keskele, et midagi kaduma ei läheks ja vahusta keskmisel kiirusel).

Kui kogu siirup on munavahtu maandunud, siis keera mikseri pöörded maksimumi ja jätka vahustamist, kuni sefiir on jahtunud +50 C-ni.

Vahustamise lõpupoole lisa pisut sidrunhapet. Pane sefiir soojalt pritskotti ja pritsi kohe küpsetuspaberile soovitud suurusega sefiiripoolikud.

Sõelu peale tuhksuhkur ja lase toas üks ööpäev kuivada. Seejärel ühenda sefiiripoolikud ja sõelu uuesti peale tuhksuhkrut.

Valmis sefiir lao õhukindlasse karpi, mis seisab umbes 3-4 nädalat.

<https://olgainkitchen.com/2020/11/24/sefiir>

5. Mustikapirukas

Tainas: 150 g võid / teen ise/

120 g suhkrut

1 tk muna

100 g nisujahu

100 g kaerajahu

1 tl küpsetuspulbrit, soola

Kate: 400 g mustikaid + 1 sl tärklis

300 ml paksu Kreeka jogurtit

40 g suhkrut

2 muna

Vaniljesuhkrut

Valmistamine:

Pane ahi + 200 C juurde sooja.

Tainas: Vahusta toasoe või suhkruga heledaks.

Klopi muna lahti.

Sega nisujahu soola ja küpsetuspulbriga.

Lisa võile muna ja vahusta veel, lisa jahud ja sega taignaks.

Määri ümmargune koogivorm võiga ja suru pehme taigen koogivormi põhja ja äärtele ühtlaselt laiali.

Pane äärtele fooliumist servad ja torka põhja kahvliga augud.

Küpseta põhja umbes 10 min, +200 C ahjus.

Eemalda koogipõhi ahjust ja võta ära foolium.

Kate: Sega külmutatud mustikad tärklisega.

Puista mustikad poolküpsenud koogipõhjale ja aja ühtlaselt laiali.

Vispelda kokku muna, suhkur, vaniljesuhkur ja jogurt.

Kalla jogurt mustikatele ja aja ühtlaselt laiali.

Küpseta + 165 C juures umbes 30 min, kuni kate on hüübinud.

Lase koogil vormis jahtuda.

6. *Pritsitav või küpsetuskindel mustika-pohlamoos nt mustikamuffinitele, vahekihina tortidele või muu sarnane*

100 g mustikaid

180 g pohli

80 g suhkrut

12 g maisitärklist

8 g želatiini ja 35 g külma vett paisutamiseks või

3 g agar-agarit (sega samas koguses külmas vees)

Valmistamine: Pane želatiini või agar-agar külma vette likku.

Sega suhkur kokku maisitärklisega.

Pane marjad potti, lisa suhkrut ja tärklise segu. Keeda tasasel tulel, pidevalt segades paksenemiseni. Püreesta. Kui **lisad želatiini**, siis sulata see vesivannil ja lisa moosile (sega ühtlaseks).

Kui kasutad agar-agarit, siis sega see vees läbi (milles see seisis) ja lisa moosile, lase korra keema tõusta ja eemalda tulelt.

Kalla moos ½ GN plaadile, aja laiali ja kata kontaktkilega ja pane külmikusse jahtuma.

Kraabi jahtunud moos kaussi ja sega või kui on väga ära tardunud, siis sega saumiksriga läbi.

Võid moosi panna pritskotti ja pritsida seda kas muffini peale või sisse.

Toorjuustu vaht:

Teeme 100 g vahukoorest ja 100 g toorjuustust + 100 g nõrutatud hapukoort (pane 130 g 20% hapukoort kohvifiltrile üleöö nõrguma) ning 50 g suhkrust, vaniljesuhkrust ja natuke riivitud sidrunikoorest ja pressitud mahlast vahu ning paneme selle ka pritskotti.

Vahusta lauapealse mikseriga nii, et tekiks pritsitav vaht. (ettevaatust, ära üle vahusta)

Kui nii juhtub, siis paisuta 1 želatiinileht külmas vees, suru paisunud lehest liigne vesi välja, pane eraldi kaussi. Lase veekeetjaga vesi keema ja lisa želatiinilehele 1 sl keeva vett. Sega

kuni želatiin lahustub. Nüüd lisa 2-3 sl ülevahustatud toorjuustu vahtu želatiinile ja sega läbi. Edasi lisa želatiiniga segu ülejäänud vahule ja sega ühtlaseks. Lase külmikus tund-paar tarduda ja kasuta edasi.

Pane soovitud tüllega (otsikuga) pritskotti.

Ja kaunistada muffinide nii, et kreemi kerskele saaks pritsida moosi täpi.

Mustikamuffinid

200 g nisujahu

170 g suhkrut

2 tl küpsetuspulbrit

näpuotsatäis soola

0,5 tl kaneeli

2 muna

100 g võid, toasoe

200 g hapukoort

180 g mustikaid + 0,5 sl tärklis

Võta või toasooja. Külmikust võetud munad pane nii sooja kraanivette, kui kraanist tuleb.

Vahusta või suhkruga ja vaniljesuhkruga heledaks vahuks.

Sõelu nisujahu, sega juurde küpsetuspulber ja näpuotsaga soola.

Võivahule lisa ükshaaval munad ja jätka vahustamist. Lisa hapukoor ning sega.

Sega taignasse kuivained ja sega ühtlaseks. Sega külmutatud mustikad tärklisega ja lisa need kõige viimasena sega taignasse. Täida tainaga $\frac{3}{4}$ ulatuses muffinivormid ning küpseta +180 C kraadi juures 15-20 minutit.

Lase jahtuda ja kaunistada moosi ning toorjuustuvahuga.

Autor Ragne Värk

7. Pohlakook (jogurtibiskviit; pohlavõie; pohlavaht; meega marineeritud pohlad)

Jogurtibiskviit:

4 muna

80 g suhkrut

50 g maitsestatamata jogurtit

40 g vahukoort

60 g võid

60 g nisujahu

Pisut küpsetuspulbrit

vaniljesuhkrut

Soola

Kuumuta ahi +180 C. Eralda munakollased valgetest. Lisa munakollasele pool suhkrust ja vanillisuhkur, vahusta heledaks vahuks.

Sulata või ja jahuta pisut, sega koos vahukoore ja jogurtiga munavahu hulka.

Sõelu nisujahu ja sega küpsetuspulbriga.

Lisa muna-või vahule. Vahusta munavalged vähese soolaga pehmete tippudeni ja lisa ülejäänud suhkur, vahusta läikivaks. Lisa taignale õrnalt segades. Kalla tainas küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile, aja ühtlaselt laiali ja küpseta 5-6 min. Lase jahtuda ja täida.

Pohlavõie, pohlavaht

180 g pohlapüreed (püreestatud ja läbi sõela aetud 280 g pohli)

140 g suhkrut

2 tk munakollast

2 tl maisitärklis

Mõni tera soola

2 sl võid

Pohlavõie – sulata pohlad, püreesta ja lase läbi sõela. Kalla püree potti. Sega munakollane, suhkru ja tärklisega ning sega see pohlapüree hulka. Kuumuta, vesivannil, pidevalt segades, kuni segu pakseneb. Tõsta tulelt, lisa või, klopi ühtlaseks ja jahuta külmavee vannil.

Pohla mousse ehk vaht

200 g vahukoort

160 g pohla püreed (püreestatud ja läbi sõela aetud 300 g pohli) teen ise

8 g lehtželatiini (4 lehte)

35 g likööri

35 g vett

100 g suhkrut

65 g munavalget

Pohla mousse – pane lehtželatiini leht külma vette likku.

Kuumuta pohlapüree umbes 80 kraadini, sulata selles želatiin ja jäta segu jahtuma. Vahusta vahukoort ja jäta ootele. Kuni valmistad sefiiri.

Sefiir: Väga väikeses potis sega vesi ja suhkur. Kuumuta neid keskmisel kuumusel, aeg-ajalt segades, kuni siirup läheb keema ja selle temperatuur küündib kuni 118-120 kraadini. Vahepeal hakka juba munavalgeid vahustama – selleks hetkeks, kui siirup on 118 kraadi, peaks munavalged olema üsna tugevas vahus. Nüüd kalla keev siirup peene joana munavalgete hulka, samal ajal pidevalt vahustades. Jätka vahustamist, kuni munavalge jahtub ja muutub tihedaks (kontrolli sellega, et mikseri labasid tõstes peaksid vahust moodustama teravad tipud). Nüüd sega ettevaatlikult spaatliga kokku pohlapüree, hele või pohlaliköör, sefiir ja vahukoort.

Marineerimiseks (teen ise): 50 g pohlasid + 10 g mett + 10 g suhkrut, mündi oks + vaniljekaun. Sulata mesi ja suhkur, kalla pohladele peale, sega läbi. Pane kõik vaakumkotti ja lase vaakumisse.

10 C ahjus umbes 20-30 min. Võib glasuurida tumeda või valge šokolaadiga.

Pane kook või koogikesed kokku:

Lõika biskviit neljaks. Lõika ääred tasaseks.

Pane iga biskviidi kihi vahele võiet ja vahtu. Kõige peale ja külgedele määri vahtu. Kaunista kook järgi jäänud vahuga ja marineeritud pohladega.

8. Kukerpuu siirup

vala segule keev vesi peale, nii et marjad on kaetud

lase 24 tundi soojas tõmmata ning kurna

vala mahl potti ja lisa suhkrut sama palju, kui oli marju

keeda tasasel tulel umbes 80 kraadi juures 15-20 minutit ja sule õhukindlalt purkidesse.

Meie teeme sellest morsi lauale.

9. Pohla/jõhvika ganage ja kuivatatud pohlad

250 g pohli või jõhvikaid pane kastrulisse ja lisa 50 g suhkrut

Pane pohlad koos suhkruga potti ja keeda 10 min. Püreesta ja kurna.

Mõõda püree puhtasse potti ja kaalu kogus. Vajadusel keeda püree kokku nii, et järgi jääb 90 g püreed. (soovi korral võid lisada 10 g kanget alkoholi)

Lisa juurde **110 g valget šokolaadi** nõöpe või hakitud valget šokolaadi.

Sega kuni šokolaad on sulanud. Eemalda pliidilt.

Lisa juurde **30 g külma vöid** ja **30 g vahukoort** ja paari näpuotsaga soola.

Vahusta saumiksriga ühtlaseks üsna heledaks vahuks. Pane pritskotti ja asetä külma.

Sellise ganagega on hea täita nt makroone või muid kuivi küpsiseid, beseesid, šokolaadikomme.

MAKROONID

60g munavalget

20g suhkrut

110g tuhksuhkrut

72g mandlijahu

(10g kakaod)

(mõni tilk soovitud toiduvärvi)

Valmistamine:

Sega mandlijahu ja tuhksuhkur (kui kasutad kakaod, siis ka segada kuivainete hulka)

Aja läbi sõela

Vahusta munavalged tugevaks vahuks. Alusta keskmiselt kiiruselt, lisa suhkur ja siis tõsta kiirust

Edasi sega kuivainete segu munavalgevahuga. Segada ei tohi ei liiga vähe ega liiga palju. Eesmärk on lüüa munavalgest niipalju õhku välja, et makroonid ei kerkiks kuplisse. Samas ei tohi ka liiga vedelaks lasta.

Võta tavaline ümmargune kondiitripressi otsik. Pressi tuleb hoida küpsetuspaberi suhtes otse. Jäta piisavad vahed, sest makroon valgub laiemaks.

Kui makroonid on pritsitud, siis koputa ahjuplaati paar korda vastu lauda (see aitab makroonidel õiget kuju saavutada ja ka õhk läheb välja). Jäta pooleks tunniks seisma.

Pane ahi sooja 150 kraadi juurde.

Küpseta makroone umbes 10 minutit. Kuskil 3-5 min. pärast küpsetuse algust hakkavad moodustuma „jalad“. Ahjust äravõtmiseks õigel hetkel tuleb sõna otseses mõttes ahju kõrval passida (pruunistunud servi ei tohi tekkida!).

Lase jahtuda resti peal. Ühenda jahtunult kreemiga.

10. Põldmarja šokolaadikreem

250 g põldmarju keeda nii palju, et põldmari oleks pehme ja ja saab saumiksriga purustada.

Suru läbi sõela ja pane uuesti potti.

Kooritud ja 250 g tükeldatud õunad. (umbes 320 g koorimata).

Lisa marjapüreele õunad ja keeda, kuni õun pehme.

Lisa 100g moosisuhkrut ja keeda moosiks, kui segu on paksensnud, lisa juurde 100 g kas valget, tumedat või piimašokolaadi ja sulata ära.

Rõsti 80 g mandlijahu kiirelt kuival pannil, lisa šokolaadisegule.

Võid juurde lisada pisut vaniljet, mõnda head liööri, brändit vm. 1 -2 tl lahustuvat kohvi teeb samuti asja huvitavaks.

Sobib rikkalikule saiale, kringli vahele, küpsisetordile jne.