

Kesä 2017

Pirkanmaan Osuuskauppa  
tarjoaa kauden parhaat

# Reseptit



Ota mukaan,  
Ole hyvä!

 PIRKANMAA



# MILTÄ SINUN KESÄSI MAISTUU?

Porsaannoisetit ja kukkakaalisalaatti .....	5
Kermassa haudutettu pekoni-hapankaali ...	7
Pitaleivät, grillattu halloumijuusto ja tsatsiki .....	9
Mansikkapavlova .....	11
Broiler-murekepihvit .....	13
Kesäkeitto .....	15
Kotijäätelö .....	17
Aamiaisleivät .....	19
Tuorepuuro .....	21
Sitruuna-parmesan-kylmäsavulohipasta ...	23
Pina Colada -kakku .....	25



*Asialaisia  
makuja grillistä!*



# PORSAANNOISETIT JA KUKKAKAALISALAATTI

neljälle

1	maustamaton porsaan sisäfilee
pieni pala	tuoretta inkivääriä tai 1 tl inkivääritahnaa purkissa
1	punainen chili
1 kynsi	valkosipulia tai 1 tl valmista valkosipulimurskaa
3 rkl	limemehua
½ dl	öljyä
3 rkl	soijakastiketta
	hyppysellinen suolaa
	mustapippuria

Puhdista porsaansisäfilee kalvottomaksi terävällä veitsellä. Leikkaa se noin 3 cm paksuiksi viipaleiksi. Painele käsin tai nuiji kevyesti tasaisiksi. Raasta inkivääri hienoksi ja pilko chili. Murskaa valkosipulin kynsi. Sekoita ne keskenään limemehun, öljyn ja soijakastikkeen kanssa. Laita noisetit marinadiin vähintään tunniksi. Paista pannulla tai grillissä 5–8 minuuttia molemmin puolin. Lisää suolaa ja rouhi pintaan mustapippuria paistamisen aikana.

## Kukkakaalisalaatti

1	kukkakaali
½ dl	öljyä
3 rkl	hunajaa
	suolaa maun mukaan
100 g	cashewpähkinöitä
	persiljaa koristeluun



Paloittele kukkakaali reilun kokoisiksi nupuiksi. Sekoita öljy ja hunaja ja pyörittele seos kukkakaaliin. Levitä uunipellille tai vuokaan, ripottele päälle vähän suolaa. Paahda uunissa 200 asteessa 20 minuuttia, lisää cashewpähkinät ja paahda vielä 5 minuuttia. Koristele esim. persiljalla.

Mukaan retkelle  
paistetun makkaran kaveriksi  
tai lisukkeena grillilihoille!



# KERMASSA HAUDUTETTU PEKONI-HAPANKAALI

neljälle

400 g	hapankaalta
1 pkt	pekonia
	mustapippuria
2 dl	kermaa
	suolaa

Valuta siivilässä hapankaalista neste. Kuumenna paistinpannu ja silppua pannulle pekoni. Kun pekoni alkaa olla rapeaa ja rasva juoksevana pannulla, lisää sekaan hapankaali. Sekoittele hapankaalia noin 5-10 minuutin ajan. Neste saa haihtua kokonaan ja kaali saa hieman ruskistua.

Pyöräytä pari kierrosta mustapippuria myllystä mausteeksi, kaada kerma pannulle ja sekoita. Pienennä lieden tehoa niin, että kerma kuplii kevyesti mutta ei kiehu yli. Anna kerman keittyä kokoon ja imeytyä kaali-pekoniseokseen noin 10-15 minuutin ajan.

Suolaa voit lisätä halutessasi. Maista kuitenkin ensin, koska usein pekonin suola riittää tähän.

*Voit myös valmistaa ilman pekonia.  
Ruskista kaali tilkassa öljyä ja  
lisää hyppysellinen suolaa.*



Kesäpäivän  
helppo lounas  
valmistuu nopeasti!





# PITALEIVÄT, GRILLATTU HALLOUMIJUUSTO JA TSATSIKI

neljälle

1 pieni	kurkku
	hyppysellinen suolaa
1	valkosipulinkynsi
400 g	kreikkalaista jogurttia
1 pkt	halloumijuustoa
4	pitaleipää

Valmista ensin tsatsiki. Halkaise kurkku ja leikkaa se puoli-viipaleiksi esim. mandoliinilla tai juustohöylällä. Laita siivilään ja ripottele vähän suolaa päälle. Tämä irroittaa ylimääräisen nesteen. Raasta valkosipulinkynsi jogurtin joukkoon ja lisää pieni ripaus suolaa sekä lisää kurkut ja sekoita. Anna tekeytyä kylmässä hetken aikaa.

Leikkaa halloumijuusto noin 1 cm paksuiksi viipaleiksi. Paista halloumiviipaleet kuumalla pannulla molemmin puolin kauniin ruskeiksi.

Lämmitä pitaleivät pakkauksen ohjeen mukaan. Halkaise leivät ja täytä tsatsikilla sekä halloumiviipaleilla. Lisää halutessasi väliin salaattia ja tomaattia.



Suussasulava  
jälkiruoka  
grillikesteille!



# MANSIKKAPAVLOVA

## Marenkipohja:

4	kananmunan valkuaista
2 ½ dl	sokeria
2 tl	maissitärkkelystä
1 tl	sitruunamehua

## Rahka-kermatäyte:

2 dl	kuohukermaa
2 dl	vaniljanmakuista maitorahkaa
3 dl	mansikoita
	sokeria maun mukaan

## Koristeluun:

2 dl	mansikoita
------	------------

*Marengin voit  
tehdä jo vaikka  
edellisenä päivänä  
valmiiksi. Keltuaiset  
voit käyttää jäätelön  
tekoon. Katso ohje  
sivulta 17.*

Vatkaa valkuaiset kovaksi vaahdoksi lisäten sokeria samalla. Vatkaa kunnes sokeri on kunnolla sulanut vaahtoon. Lisää lopuksi maissitärkkelys ja sitruunamehu. Vatkaa vielä huolellisesti sekaisin. Laita uunipellille leivinpaperi ja piirrä siihen esim. kakkuvuokaa apuna käyttäen n. 24 cm ympyrä. Levitä valkuaisvaahto tasaiseksi kerrokseksi ympyrän ääriiviöjen mukaan. Paista marenkia uunissa max. 100 asteessa 1,5 tuntia. Anna sen jälkeen marengin vielä kuivua ja jäähtyä kunnolla.

Vatkaa kuohukerma pehmeäksi vaahdoksi ja sekoita siihen rahka. Survo 3 dl mansikoista haarukalla murskaksi, lisää sokeria maun mukaan.

Kumoa marenkipohja tarjoiluvadille ja laita mansikkasurvos levyn reunoille. Levitä rahka-kermavaahto marenkilevyn keskelle ja survoksen päälle. Koristele viipaloituilla tai lohkotuilla mansikoilla.





# BROILER-MUREKEPIHVIT

neljälle

400 g	kananpojan jauhelihaa
1 tl	suolaa
1	kananmuna
½	sitruunan mehu
n. 1 dl	hienoksi raastettua parmesanjuustoa tai vastaavaa mustapippuria persiljaa

Sekoita kaikki ainekset keskenään. Kuumenna paistinpannu ja lisää tilkka öljyä. Muotoile murekepihvit suoraan pannulle. Paista noin neljä minuuttia molemmin puolin. Pienennä hieman lämpöä, kun käännät pihvit.

Tarjoa esimerkiksi vihersalaatin ja uusien perunoiden kera.



Jalkoväen keitto  
valmistuu helposti  
terveellisistä  
kasviksista!



# KESÄKEITTO

kuudelle

10	varhaisperunaa
3	porkkanaa
1	kukkakaali
1	purjosipuli tai nippu kevätsipulia
1 rkl	voita
	suolaa
1 l	vettä
2	kasvisliemikuutiota
2 dl	kermaa
	hyppysellinen sokeria
10-15	sokeriherneenpalkoa
1 dl	herneitä
	ruohosipulia tai persiljaa koristeluun

*Jos käytät kevätsipulia,  
lisää se vasta lähes  
valmiiseen keittoon*

Pilko kasvikset, perunat puolikkaiksi tai ¼ osaan, porkkana kuutioiksi, kukkakaali nupuiksi ja kevät- tai purjosipuli renkaiksi. Sulata voi kattilassa ja lisää kasvikset ja perunat. Kuullota hetki ja mausta suolalla maun mukaan. Lisää vesi ja kasvisliemikuutiot ja keitä kunnes kasvikset ovat melkein kypsiä.

Lisää kerma, hyppysellinen sokeria, sokeriherneenpalot ja herneet ja keitä kunnes kaikki kasvikset ovat kypsiä. Tarkista suola ja koristele ruohosipuli- tai persiljasilpulla.



A top-down view of a light blue textured surface. In the upper left, a clear glass bowl with a scalloped rim holds three scoops of vanilla ice cream, garnished with several blueberries. In the lower left, a small white ceramic cup is filled with brown coffee. In the lower right, another clear glass bowl with a textured rim holds three scoops of vanilla ice cream, topped with two fresh strawberries. Scattered around are more blueberries, a small cluster of white and purple flowers, and a single strawberry on the right edge.

*Aurinkoisen  
lomapäivän kruunaa  
itse tehty jäätelö!*



# KOTIJÄÄTELÖ

neljälle

4	kananmunan keltuaista
2 ½ dl	tomusokeria
1 tl	suolaa
1 dl	kinuskikastiketta
4 dl	kermaa

*Kokeile lakritsi- tai  
salmiakikastiketta,  
Lemon Curd -tahnaa  
tai marjahilloa*

Vatkaa kananmunan keltuaiset ja tomusokeri vaahdoksi. Sekoita suola kinuskikastikkeeseen ja sen jälkeen kastike keltuaisvaahtoon.

Vatkaa kerma pehmeäksi vaahdoksi ja yhdistä vaahdot kevyesti nostellen.

Kaada massa astiaan ja laita pakastimeen. Sekoita massaa noin puolen tunnin välein kunnes se alkaa olla jäätynyttä. Näin saat jäätelöön tasaisen rakenteen. Tarjoile esim. kinuskikastikkeen ja tuoreiden marjojen kera.

**Vinkki:** Hyödynnä valkuaiset pavlovaan. Katso resepti sivulta 11.

Valkuaiset säilyvät jääkaapissa tuorekelmulla peitettynä noin viikon.

*Voit myös lisätä jäätelömassaan  
beksimurija, Turkinpippuri- tai  
Mariannerouhetta tai  
lähestulkoon mitä tahansa!*





# AAMIAISLEIVÄT

neljälle

## Pekoni-kananmunaleipä:

4 viipaletta	limppua
4 rkl	Dijon-sinappia
4 rkl	majoneesia
1 pkt	pekonia
4	kananmunaa
	jääsalaattia
	ruohosipulia

Paahda leipäviipaleet. Sekoita Dijon-sinappi ja majoneesi keskenään ja voitele leivät. Laita päälle jääsalaatin lehtiä. Paista pekoni ja kananmunat ja laita leivän päälle. Koristele ruohosipulisilpulla.

## Tomaatti-mozzarellabruschetta:

5	tomaattia
1 rkl	punaviinietikkaa
1 tl	suolaa
1 tl	sokeria
4 viipaletta	limppua
	aurinkokuivattu tomaatti -tuorejuustoa
	jääsalaattia
	mozzarellajuustoa
	basilikaa ja balsamicosiirappia koristeluun



Valmista tomaattisalsa. Kuutioi tomaatit pieniksi kuutioiksi ja sekoita kuutioihin punaviinietikka, suola ja sokeri. Voitele leivät tuorejuustolla, laita päälle jääsalaatin lehtiä. Annostele leiville tomaattisalsaa. Revi tai leikkaa mozzarellaa sopiviksi paloiksi leipien päälle ja koristele basilikalla. Tiputtele päälle balsamicosiirappia.

Superhelppo  
aamiainen vaikka  
mukaan otettavaksi!





# TUOREPUURO

neljälle

8 dl	maustamatonta jogurttia
4 dl	kaurahiutaleita
	hunajaa
	marjoja esim. mustikkaa ja mansikkaa
	banaania
	pähkinöitä

Sekoita jogurtti ja kaurahiutaleet keskenään, mausta halutessasi hunajalla. Anna tasaantua kylmässä vähintään pari tuntia, voit tehdä tämän myös illalla aamua varten valmiiksi. Annostele tuorepuuro annosmaljoihin tai lasihin. Lisää annoksiin hieman hunajaa ja tuoreita marjoja tai hedelmiä sekä pähkinöitä.

*Voit korvata osan  
kaurahiutaleista  
chiansiemenillä.*





# SITRUUNA-PARMESAN- KYLÄSÄVULOHIPISTA

neljälle

400 g	spagettia
	suolaa
1 ½ dl	öljyä
1 dl	sitruunamehua
reilu 1 dl	hienoksi raastettua parmesanjuustoa tai vastaavaa
200 g	kyläsävulohta
	parmesanlastuja
	sitruunan kuorta raastettuna

Keitä spagetti pakkauksen ohjeen mukaan runsaalla suolalla maustetussa vedessä. Valmista sillä välin kastike. Sekoita öljy, sitruunamehu ja parmesanraaste tehosekoittimessa tai muuten voimakkaasti vatkatun. Valuta kypsä spagetti, kaada takaisin kattilaan. Lisää kastike ja kuumenna, lisää sitten suikaloitua kyläsävulohtia. Kuumenna vielä hetki ja tarkista suola. Koristele parmesanlastuilla, raastetulla sitruunankuorella ja nauti vaikkapa patongin kanssa.

*Kokeile myös ilman  
kyläsävulohtia vaikkapa  
broiler-murekepihvien  
kanssa!*



Pidätkö kookoksesta?  
Tässä kakussa  
maistuu tropiikki.



# PINA COLADA -KAKKU

## Pohja:

200 g Digestive-keksejä  
noin  $\frac{3}{4}$  dl kookosöljyä

## Täyte:

9 liivatelehteä  
8 dl kookoskermaa tai Santa Maria täyteläistä kookosmaitoa  
 $\frac{1}{2}$ –1 tl rommiesanssia  
1 dl sokeria

## Kiille:

4 liivatelehteä  
3 dl ananastäysmehua  
2 rkl sokeria

Koristeluun kookoslastuja, ananasta ja tuoreita kirsikoita tai ananaskirsikoita.

Laita täyteen liivatelehdet likoamaan kylmään veteen. Murskaa keksit ja sekoita kookosöljyn kanssa tasaiseksi murumassaksi. Pingota ja kiinnitä leivinpaperi n. 24 cm irtopohjavuolan pohjalle siten, että se jää tiiviisti kiinni pohjan ja reunojen väliin. Painele muruseos vuolan pohjalle.

Sekoita kookoskerma tasaiseksi ja mausta rommiesanssilla. Vatkaa joukkoon sokeri. Ota liivatelehdet vedestä ja sulata liivatteen tilkkaan kiehuvan kuumaa vettä. Sekoita sulaneet liivatteen kookosmassaan. Kaada pohjan päälle. Anna hyytyä kylmässä muutaman tunnin ajan.

Valmista ananaskiille. Laita liivatelehdet likoamaan kylmään veteen ja sen jälkeen sulata ne pieneen määrään kiehuvan kuumaa vettä. Sekoita sokeri ja sulaneet liivatteen ananasmehuun. Kaada vuokaan hyytyneen kookostäyteen päälle. Anna hyytyä kylmässä, kunnes ananaskiille on kiinteää. Irrota vuolan reunat pyöryttämällä reuna irti kakusta veitsellä ja siirrä kakku tarjoiluvadille. Koristele kookoslastuilla ja ananaksella sekä tuoreilla kirsikoilla.





# Hei,

käsissäsi on parhaillaan kesän 2017 reseptivihkomme, jonka sisältämät reseptit olen suunnitellut aurinko mielessäni ja suussa sulava maku edellä. Toivottavasti löysit edellisiltä sivuilta uusia suosikkiherkkuja.

Ruoan valmistus ja leipominen ovat jo pikkutyöstä asti olleet lempipuuhaani ja onnekseni olen päässyt toteuttamaan tätä intohimoani myös yli 35 vuotta kestäneellä työurallani ruoan parissa. Tällä hetkellä vastaan Sokos Ravintola Herkun toiminnasta, sekä Sokoksen omasta HerkkuHetki-konseptista, jonka tuoreet ja herkulliset tuotteet löydät niin meiltä Sokoksesta kuin useista muistakin Pirkanmaan Osuuskaupan kaupoista.

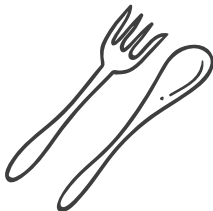
Tämän vihkon resepteissä olen hyödyntänyt kesän satokautta sekä ottanut huomioon niin kesäiset juhlat kuin mökkitalkoot. Näiden nopeasti valmistuvien reseptien raaka-aineet löydät myös pienimpienkin Sale-myymälöiden valikoimista. Ja muistathan, että reseptejä saa ja pitää muunnella oman maun mukaan, joten rohkeasti vain kokeilemaan.

Aurinkoisia kesän herkkuhetkiä toivottaen,

**Tytti Saxman**

myyntipäällikkö

Sokos Ravintola Herkku



*Löydät kaikkien reseptien ainekset  
kaikista meidän Saleista,  
S-marketeista, Prismoista  
ja Sokos Herkusta.*

Lisää reseptejä:

**KEITTOKOMERO.fi**



FOODIE.FI