

iidne toidu- ja ravimtaim

ka maitsestada. Väga hästi sobivad need metsloomaliha toitudesse, aga sama hästi ka linnuliha roogadesse.

Sügavkülmutada saab puhastatud marju karbis, samuti püreena. Võib näiteks valmistada pehmetest suviõuntest ja marjadest püree koos suhkruga. Selleks keetke suhkrusiirup, valage marjadele ja õnatükkidele ning purustage saumikseriga. Sobib magustoitude maitsestamiseks ja kookide valmistamiseks.

Kes kasutavad pihlakat kui maitseainet, võivad kuivatatud marjad jahvatada ja lisada pulbrit putrudesse, pitsakattesse, kastmetesse, püreesuppidesse jm.

Need, kes armastavad hoidiseid valmistada, ei tohiks unustada ka pihlakamarju. Kuna marjad sisaldavad säilimist soodustavat sorbiinhapet, saate neid hoidistes kasutades ära hoida käärimisprotsesse.

Vanast ajast on tuntud pihlakate marineerimine, kusjuures kena on sel juhul kasutada terveid kobaraid. Võib kokku sobitada ka arooniakobaratega või paradiisiõuntega. Marineerida võiks aga sidrunhappe või õunaäädikaga, punase sõstra või ebaküdoonia mahlaga. Sel juhul saate hiljem marineerimisvedeliku ära kasutada kastmete, salatite või teiste toitude maitsestamiseks.

Paljudesse hoidistesse võib marju lisada kui maitseainet, nagu kapsastele hapendamisel, segasalatitesse kaunima välimuse ja maitse andmiseks, kõrvitsasalatisse jm.

Hästi sobib pihlakas kokku õunte ja porgandiga. Need, kes valmistavad porgandimoosi, võiksid proovida kokku keeta seda pihlakatega. Ise olen teinud porgandimoosi punase sõstraga ja sügisel astelpajumarjadega, kuid pihlakamarjadega sobib samuti.

Retseptid

PIHLAKA-KABATŠOKI SALAT

Suvi- või tavakõrvitsast võib teha koos marjadega moosi. Mina teen igal aastal pihlaka-kabatšokimoosi, mida saab kasutada nii magusroana kui ka salatina, olenevalt suhkrukogusest.

1 l marju

1 l tükeldatud kabatšokki (võib ka kõrvitsat)

12 kl tükeldatud ebaküdoonia vilju (mahla) või punase sõstra mahla

0,25–0,75 kg suhkrut

tükk kaneeli ja nelki või vanilli maitseks.

Puhastage marjad ja laske terve õõ sügavkülmikus seista (võite hoida ka mõru maitse vähendamiseks tunnikese soolakas vees). Keetke marjad ja ebaküdoonia viljad pehmeks (mahla kasutamisel lisage see hiljem), lisage kabatšoki- või kõrvitsatükid ning keetke veel 15 minutit koos suhkruga ja maitseainetega. Moos/salat tõstke ettevalmistatud purkidesse ning sulgege õhukindlalt.

Salatikst tehke võite juurde lisada sibulat ja tomatit üheaegselt kabatšoki või kõrvitsaga. Hoidis säilib paremini, kui hautate viimased eraldi õlis.

PIHLAKA-ÕUNATARRETIS

1 kg puhastatud pihlakamarju

2 kg õunu

1,5 kg suhkrut

piparmündi või melissilehti maitseks

Puhastage-tükeldage õunad ning hautage väheses vees pehmeks, püreestage. Teises potis hautage sügavkülmas seisnud pihlakamarjad pehmeks, lõpus lisage maitsetaimed ja püreestage. Lisage õunapüreele. Keetke segu ilma suhkruta umbes 15 min ja siis lisage vähehaaval suhkur pidevalt segades. Keetke segades, kuni püree muutub läikivaks ja paksemaks (tehke proov: tilgutage lusikast külmale taldrikule, kus see peab tarduma). Pange kuum püree purkidesse ning sulgege õhukindlalt.

PIHLAKA TOORSIIRUP

Kuna tänavused marjad on valminud päikeseta ja külmade ilmaga, on nad jäänud üsnagi heledaks. Seepärast soovitatakse

malusel lisada peotäie musta aroonia marju värvikama siirupi saamiseks.

1 kg pihlakaid

1 kg suhkrut

Hoidke marju 1 ööpäev sügavkülmas ja seejärel sõelaga paar minutit keevas vees. See aitab mahlal paremini välja tulla. Pange potti kihtimisi suhkruga vähemalt kaheks ööpäevaks seisma, päeva möödudes hakake segama, et suhkur sulaks. Kui mahla on eraldunud vähe, vajutage marju segamise ajal katki. Pange marjad marliga kaetud sõelale nõrguma. Saate punase värvusega maitstva ja kõrge toiteväärtusega toorsiiropi. Villige see pudelitesse või väiksematesse keeratava kaanega purkidesse ning hoidke külmkapis. Kui külmas hoida pole võimalik, võite siirupit 80-kraadises kuumuses potis 10 minuti jooksul steriliseerida. Siis säilib siirup kaua ka toatemperatuuril.

Marjad, mis nõrutamisel üle jäävad, võite kuivatada praeahjus või panna sügavkülma. Nii saate neid kasutada paljudes toitudes ning küpsetistes. Ise olen lisanud neid leiva- ja sepikutainasse.

SEPIK PIHLAKATEGA

1 kl pihlakamarju

1 kl tükeldatud porgandit

0,75 l vett

2 sl hapukoort või õli (võib mõlemaid)

2 sl suhkrut

1 tl soola

0,5 pakki kuivpärm

2 kg täistera-nisujahu või odrajahu

Keetke pihlamarjad ja porgandid vees ning püreestage saumikseriga või suruge puulusikaga puruks. Maitseks võite lisada piparmündilehti. Jahtumisel lisage suhkur, sool, hapukoor või õli ja kuivpärmiga segatud jahu. Kui kasutate odrajahu, võite parema kerkimise tagamiseks pool sellest asendada tavalise nisujahuga. Sõtkuge, kuni tainas lööb kausi servadest lahti. Jätke umbes 30 minutiks sooja kohta kerkima. Kui tahate sellest kuklid veeretada, peab tainas olema tugevam. Tõstke tainas vormidesse ja laske veel kerkida. Küpsetage 200 kraadi juures umbes 40 minutit, olenevalt pätsi suuruselt.

AIVE LUIGELA

Septembrikuu lõpuni **EESTI OPTIKU** kauplustes prillitellijale kõik

PRILLIKLAASID

40%

SOODSAMAD!

Päikesepillid -40%



WWW.OPTIKA.EE