

Metsamatkale minnes pakkige võimaluse korral kaasa sooja sööki ja jooki.

Kindlasti tuleb metsa minnes kaasa võtta termosega kuuma jooki.

Üks võimalus on valmistada taimetee (näiteks piparmündi-, pärnaõie- vms) põhi, milles võib lasta tõmmata klassikalisi vürtse (näiteks ingverijuurt, kaneelikoort, kardemoni jms).

Soovi korral lisage joogile tervistavat mahla (näiteks õuna-, astelpaju-, mustasõstramahl vms).

Need, kes ei ole rooli taga, võivad taskusse pista kuuma joogi hulka panekuks likööri Vana Tallinn, brändit või rummi. Usun, et seda jooki juues saab nii sooja kui ka tuju tõsta.

Sooja joogi kõrvale vajame kindlasti tõhusamat kõhutäidet. Selleks on minu arvates parimad soojad võileivad. Neid saab valmistada võileivagrilliga või selle puudumisel ahjus küpsetades.

Võileibade tegemiseks sobib kasutada röstsaia: mitmevilja-, täistera-,

rukki- ja nisujahust. Suurepäraselt sobivad kuklid ja taskuleivad (näiteks Porgandi-Pille, Seemne-Siiri, Rännumees jne).

Pakun mõned täidisevõimalused nende vahele:

Suitsukanatäidis

- Suitsukana
- Paprika või marineeritud kõrvits
- Majonees
- Hakitud till (soovi korral sidrunikoort ja -mahla)

Singi-juustutäidis

- Maasuitsusink
- Riivjuust
- Marineeritud kõrvits/marineeritud kurk
- Majonees

Soolaseenetäidis

- Soolaseened
- Mugulsibul

- Hapukoore
- Sibulapealsed

Kalatäidis

- Tuunikalakonserv või kuumsuitsukala
- Marineeritud kurk
- Keedetud muna
- Majonees
- Hakitud till (soovi korral sidrunikoort ja -mahla)

Valmistamine

- Hakkige toorained, segage majoneesi või hapukoorega ning maitsetage. Pange kahe saia vahele ja küpsetage võileivagrillis või ahjus 225° juures 5–10 minutit.
- Võileivad pakkige kohe ükshaaval fooliumi, mis aitab hoida neid soojana ja pistke siis võimaluse korral termoskarpi.

ANNE KERSNA

Kehtna majandus- ja tehnoloogiakooli toitlustuse valdkonna juhtõpetaja

Soodushinnad kiirematele broneerijatele kuni 15.02.2010!

HOLLANDI LILFESTIVAL (laev/buss) 21.–28.04 al 7190.–

HOLLANDI LILFESTIVAL (lennureis) 21.–25.04 al 10 390.–

UUDISI! HOLLAND-BELGIA (lennuk/buss) 18.–24.08 al 7490.–

POOLAT AVASTAMA (buss) 08.–14.06; 17.–24.07 al 5990.–

KULDNE PRAHA JA TŠEHHIMAA VÖLUD (buss) 27.06.–03.07 al 5790.–

UNUSTAMATU UNGARI (buss) 11.–16.07 al 4890.–

AUSTRIA KAUNID PAIGAD (nartsissifestival, laev/buss) 25.05.–02.06 al 6990.–

ROMANTILINE BAIERIMAA (laev/lennuk) 30.06.–06.07 al 9490.–

ROMANTILINE BAIERIMAA JA AUSTRIA (lennureis) 24.–29.07 al 10 490.–

SAKSAMAA VÖLUVAD VÄIKELINNAD JA REINIMAA (laev/buss) 06.–13.06 al 7990.–

SAKSAMAA VÖLUVAD HANSALINNAD JA MOSELI JOE ORG (laev/lennuk) 02.–09.07 al 9690.–

SAKSAMAA VÖLUVAD VÄIKELINNAD, HARZ JA BERLIIN (lennureis) 09.–14.07 al 9390.–

HORVAATIA-SLOVEENIA (lennureis) 17.–24.07 al 11 990.–

HORVAATIA-SLOVEENIA (lennuk/buss) 07.–14.08 al 9890.–

ŠVEITS, MAINAU SAAR JA LIECHTENSTEIN (lennureis) 17.–22.07 al 10 590.–

ŠVEITSI ALPID, LIECHTENSTEIN JA TIROOL (laev/lennuk) 28.06.–06.07; 28.07.–08.08 al 9590.–

PARIIS: IGAÜHELE MIDAGI (Fontainebleau või Disneyland,

lennureis) 08.–11.07 al 6370.– / 7890.–

PRANTSUSMAA RINGREIS JA PARIIS (lennureis) 11.–16.07 al 10 990.–

PRANTSUSE RIVIERA, PROVENCE JA ALPID (lennureis) 24.–31.07; 31.07.–07.08 al 11 890.–

IMELINE ITAALIA (lennureis) 27.07.–03.08 al 12 290.–

IMELINE ITAALIA (lennuk/buss) 03.–09.08; 03.–11.09 al 8990.–

PÄIKESELINE TOSCANA (lennuk/buss) 11.–18.09 al 9990.–

KREEKA RINGREIS (lennureis) 06.–11.05; 02.–09.08 al 12 390.–

KREETA RINGREIS (lennureis) 02.–09.05; 05.–12.09 al 11 990.–

PARADIISISAAR MADEIRA (lennureis) 15.–22.04; 22.–29.04; 23.–30.09; 30.09.–07.10 al 7495.– / 11 890.–

PORTUGAL (lennureis) 16.–22.08 al 12 590.–

SUUR HISPAANIA RINGREIS (lennureis) 17.–24.07 al 12 290.–

TÜRGI RINGREIS (lennureis) 15.–25.05; 16.–23.09 al 11 590.–

IRAAN, MUISTNE PÄRSIA (lennureis) 09.–23.09 al 29 900.–

JORDAANIA KUNINGRIIK JA DAMASKUS (lennureis) 18.–26.04 al 15 990.–

UUDISI! SÜÜRIA-LIIBANON (lennureis) 06.–18.10 al 21 500.–

UUDISI! IISRAELI RINGREIS (lennureis) 29.10.–05.11 al 17 990.–

ŠOTIMAA-INGLISMAA (koostöös Elukirjaga, lennureis) 02.–08.08 al 13 990.–

ŠOTIMAA-INGLISMAA-LONDON (Edinburghi festival, lennureis) 08.–15.08 al 13 790.–

WALES JA CORNWALLI POOLSAAR (laev/lennuk) 24.07.–01.08 al 11 590.–

UUDISI! IIRIMAA RINGREIS KOOS PÕHJA-IIRIMAAGA (lennureis) 15.–22.07 al 12 990.–

ISLAND – TULE JA JÄÄ SAAR (lennureis) 26.–30.07 al 15 990.–

PÕHJA-NORRA (NORDKAPP; laev/buss/laev) 28.06.–05.07; 15.–24.07 al 9290.–

KESK-NORRA (laev/buss/laev) 03.–09.06; 12.–18.06; 03.–09.07; 10.–18.07; 24.07.–01.08; 04.–10.08, 10.–17.08 al 5990.–

SOOME-ROOTSI-NORRA (laev/buss/laev) 15.–19.05 al 4390.–

UUDISI! TAANIMAA LOSSID JA VÄIKELINNAD (laev/buss/laev) 29.05.–03.06; 08.–13.06 al 6390.–

BORNHOLM – LÄÄNEMERE ROHELINE PÄRL (laev/buss/laev) 12.–17.07; 18.–25.07 al 6990.–

UUDISI! VANA HEA ROOTSIMAA (laev/buss/laev) 26.–30.07 al 3990.–

SALADUSLIK SAAR GOTLAND (keskajafestival; laev/buss) 06.–11.08; 07.–12.08 al 6490.–

LUMMAV AHVENAMAA (laev/buss/laev) 01.–04.07; 06.–09.07; 15.–18.07; 22.–25.07; 29.07.–01.08; 05.–08.08; 12.–15.08; 19.–22.08 al 3490.–

UUDISI! SOOME – TUHANDE JÄRVE MAA (laev/buss/laev) 28.–30.06; 15.–16.07; 26.–28.07 al 2290.–

SÜGISENE LAPIMAA (laev/buss/laev) 16.–19.09; 23.–26.09 al 3490.–

PEREPÄEV HELSINGIS (laev/buss/laev) 27.03 al 490.–

SÄRKANNIEMI LÖBUSTUSPARK JA HEUREKA (laev/buss/laev)

19.–20.06 al 1490–1890.–

MUUMIMAA JA CARIBIA VEEPARK (laev/buss/laev) 24.–26.07 al 1490–3190.–

LÖBUS REIS PIPIMAALE JA KOLMÄRDENI LOOMAAEDA (laev/buss/laev) 28.07.–01.08 al 1790–4590.–

TAANI LEGOLAND (laev/buss/laev) 17.–22.07 al 2190–5890.–

PÄEV RIIAS KOOS LIVU VEEPARGI KÜLASTUSEGA (buss) 15.05 al 530–850.–

PÄEV RIIAS KOOS OOPERIKÜLASTUSEGA („Madame Butterfly“; buss) 10.04 al 450.–

PALANGA-KLAIPEDA-NERINGA POOLSAAR (buss) 18.–20.06; 01.–04.07 al 2330.–

SUVINE LÄTIMAA (buss) 07.–08.08 al 1290.–

PETERBURI (buss) 25.–27.03; 15.–18.07; 29.07.–01.08 al 2190.–

PETSERI-PIHKVA-NOVGOROD (buss) 06.–08.08 al 2550.–

PETSERI-PIHKVA-MIHHAILOVSKOJE (buss) 25.–26.09 al 1650.–



Pärnu, Ringi 10, tel 442 6300, 442 6305, parnu@tensireisid.ee

Tartu, Ülikooli 4, tel 734 4207, 734 4208, tartu@tensireisid.ee

Tallinn, Estonia pst 5a, tel 670 3000, 670 3003, tallinn@tensireisid.ee

www.tensireisid.ee