

№ 2128.

Eesti Põllutöö-kirjanduse ühenduse väljaanne nr. 5

Perenaeste käsiraamat

E. Mälberg

Tartus, 1913

Eesti Põllutöö-kirjanduse ühenduse kirjastus

Põllutööleht

Gesti põllutöö ajakiri.
Ilmub Tartus iga nädala korra.
Makstab postita kui ka postiga
kodu saates 2 rbl. aastas.

„Põllutöölehe“ tellijad saavad järgmisi kuukirju alandatud hinnaga:

1. „Miatööleht“, tellimisehind „Põllutöölehe“ kaasas aastas 50 kop.
2. „Rähitööleht“, „ „ „ „ 150 „
3. „Ühistegewuseleht“, „ „ „ „ 30 „

Põllutöölehel ei ole mõistelejaid:

„Põllutöölehe“ toimetamisest

wõtawad kõik meie paremad põllutöö tundjad, nagu õpetatud agronomid, loomaarstid, instruktõrid, meierid, kontrollasfistendid, walitsejad ja muud sulojawanad tegelesid põllumehele oja.

„Põllutöölehe“ wäljaandmine

ei ole mitte mõne erainimese asi, waid jebda korraldawanad Gesti põllumeeste-
fetsid ja põllumajanduslised ühised.

„Põllutööleht“

on kõigi ühinenud Gesti põllumeeste awalit hääleandja.

Kui niisugune harutab ta järjest päewakorrale kerkiwaid põllutöö, karjaka-
tuse, põimatalituse ja ühistegewuse küsimusi, et põllumehele iga tähtsana sammu
astumise puhul usaldusewääriliseks nõuuandjaks olla,
teda kahjude eest hoida ning tulujate sissetuleku-hallitate juurde juhutada.

„Põllutööleht“ räägib tõtt,

nagu walitud toimetajate teadmine ja parem äratundmine jebda nõuawad.
Gesti neil ei ole põhjust isiklikes huwides erapoolitaks miina; nemad ei tohi
jebda ka mitte teha, kuna põllumehele ise järjest lehe toimetamise järele
waljawanad ning selles asjas alati oma lõpufõna wõiwad ütelda.

„Põllutööleht“ ilmutab kõige wärskemaid turuhindasid.

Just illematimeetatud põhjustel ei saa edenenuid Gesti
põllumehed ilma „Põllutööleheteta“ enam läbi.

Tellimisi wõetakse lehe talituses Tartus, **Holmi uul. 12**, teisel korral
alati wästu. Kõige tulujam on „Põllutöölehte“ otse talitusest ehk lähema
kroonu postkontori kaudu tellida.

822
Rm 914-C.

Gesti Põllutöö-kirjanduse Ühenduse väljaanne nr. 5.

Perenaeste käsiraamat

Toimetanud

Majapidamise-instruktor E. Mälberg

12 pildiga



Tartus 1913

Gesti Põllutöö kirjanduse Ühenduse kirjastus

Eesti Kirjastuse-Ühifuse „Postimehe“ trükk, Tartus.

ENSV TA
 Kirjandusmuuseumi
 Arhiivraamatukogu

44854

Gesfõna.

Kofaraamatuid ja feedukoolisid on Gesti keeles juba mitmeid olemas. Nad ei ole aga kahjuks mitte alati meie majapidamise-olude kohaselt toimetatud. Iseäranis taluperenaese nõudeid toitute valmistamise ja materjalide waliku asjus pannaſse wähe tähele. Selle puuduse kõrwaleaatmine on iseeneſest juba põhjusiks, miks tarwis oli käesolewat „Perenaeste käsiraamatut“ kirjutama hakata.

Mitmeaastane majapidamise-instruktori amet on aga raamatu kirjutajale näitanud, et majapidamise-kursustest osawõtjatele weel pääle funfõnaliste seletuste ja tegelikude harjutuste kirjaldikku juhatusi tarwis lähed, mida wõimalik oleks kursustel ja weel enam pääle kursuste täieliku tähelepanemisega läbi lugeda. Minult ſel teel oleks wõimalus õpeainet põhjalikumalt omandada. Raamatud aga, mis meile tulusaid juhatusi toitwuse, söömise juures tarwilikkude terwishoiu-nõuete täitmise ja majatalituses hädapärast waja minewa puhtusepidamise kohta annaks, puuduwad täielikult.

Käesolewa raamatu koſkuseadmise eesmärgiks on ka ſelle tungiwa tarwiduse täitmine.

Raamatu pääle ei tule mitte kui mõne täiesti walminud ja lõpule jõudnud töö pääle waadata. Mõndagi küsimust on temas eſialgselt õige lühidalt puudutatud, mõnigi asi weel üsna wälja jäänud. Teiselt poolt peawad weel tegelikud äranägemised oma otſust andma, kui palju ühel ehk teisel juhatusel, mis raamatust leiudub, eludiguſt on.

Iſe täieneses arendame ka ſeda raamatut edasi, ſeda aga nüüd juba suur ülekanne Gesti kodule korraldamijeks ootamas. Wõtku teda perenaesed lahkusega wastu.

Sisu.

A. Toitlus.		Lht.			Lht.
1.	Toidu tarvilikkus	1	8.	Tervislikud kiuwitid	47
2.	Kõha ehitusmaterjal	3	9.	Lihne sai	47
3.	Seedimine	6	10.	Riisujahust kiuwitid	48
4.	Minetewaheldus ja jõuu- waheldus	8	11.	Sünnipäewa sai	48
5.	Toidumaterjalide kokku- sead	11	12.	Röömli kuitid	49
6.	Toitude seedivus	13	13.	Wiiburi fringlid	49
7.	Toidumaterjalide walfi ja taimetoitlus	15	14.	Rutuline sai	49
8.	Maitseainete ülesanne	16	15.	Pühapäewa pätsid	50
B. Terwishoid.			16.	Saia kiuwitid	50
1.	Terwis ja haigus	18	17.	Suhkrusai	50
2.	Söömine ja joomine	20	18.	Teefoogid	51
3.	Piim kui terwishoiu abinõu	23	19.	Hääd „S“—id	51
4.	Laštepiim	27	20.	Muna rõngad	51
5.	Joomastawad joogid	29	21.	„Marjirandi leidus“	51
6.	Margarin	32	22.	Soda foogid	52
7.	Iseseetja ehk teetmisest	34	23.	Ruffijahu foogid	52
D. Söögid ja joogid.			24.	Laastud	52
I.	Seiwad, saiad ja foogid.		25.	Käärfoogid	53
1.	Ruffi leib	44	26.	Wabarna pätsid	53
2.	Ruffi püüli leib I.	44	27.	Wäitejed teefoogitejed	53
3.	Ruffi püüli leib II.	45	28.	Kaera mäed	54
4.	Sepit I.	45	29.	Kaera leibid	54
5.	Sepit II.	46	30.	Kaneeli kanged	54
6.	Sepit III.	46	31.	Pehmed piprafoogid	54
7.	Soome leib	46	32.	Piprafoogid	55
			33.	Munawalge foogid	55
			34.	Kuiwad foogid	55
			35.	Sea kõrwad	56
			36.	Kootsi piprafoogid	56
			37.	Suhkrutoof I.	56
			38.	Suhkrutoof II.	57

	Lht.
39. Sapuleiva kook	57
40. Nõbe kook	57
41. Kaie kook	57
42. Manna kook	57
43. Pestiima kook	58
44. Maie kook	58
45. Rohvi kook	58
46. Piima kook	58
47. Nullkook	59
48. Sihtne kook	59
49. Koore kook I.	59
50. Koore kook II.	60
51. Nullitud kook II.	60
52. Aleksandri kook I.	60
53. Aleksandri kook II.	60
54. Lehe tainas I.	61
55. Lehe tainas II.	61
56. Koogi alus	61
57. Riipjetamise pulber I.	62
58. Riipjetamise pulber II	62
59. Liha piirak	62
60. Kapsa piirak	63
61. Borgandi piirak	63
62. Sihtne kalapiirak	64
II. Leemed ja lijandid.	
63. Sihaleem	64
64. Tummine lihaleem	65
65. Supp lihast kääkidega	65
66. Värske kapsa leem I.	65
67. Kapsa leem II.	66
68. Nõgese supp	66
69. Spinati ehk hapuoblika leem	66
70. Hapu kapsa leem	67
71. Hiawilja leem	67
72. Seene leem	67
73. Kondi supp	68
74. Muudli supp	68
75. Wajikalika leem riisiga.	68
76. Lambaliha leem I.	69
77. Lambaliha leem II.	69

	Lht.
78. Lambaliha leem III.	70
79. Teisipäewa leem	70
80. Erne leem	70
81. Da supp	71
82. Tomati leem	71
83. Peedi leem	72
84. Erne kauna leem	72
85. Spinati leem	72
85-a. Kodujänese leem	73
86. Linnuliha leem	73
87. Kana leem	74
8 ^a . Kapsa leem piimaga	74
89. Kevade-supp	74
90. Kartuli leem	75
91. Hiawilja leem	75
92. Vilekapsa leem	76
93. Erne leem kartulitega.	76
94. Spinadi leem	77
95. Kaalika leem	77
96. Borgandi leem	77
97. Kapsa leem	78
98. Rõrwilja leem	78
99. Kala supp	78
100. Riisa supp	79
101. Seeringa supp	79
102. Wähja leem	79
103. Bruunistatud leimatükid	80
104. Riipsetatud leimafäärud.	80
105. Juustuga wõileivad	80
106. Jahu kätid juustuga	80
106-a. Liha kätid	81
107. Kala kätid	81
108. Wõi kimbid	81
109. Keedetud kimbid	82
110. Wähkli kimbid magusa leeme juurde	82
111. Sata kimbid	82
112. Manna kimbid	82
113. Kaeratangu puder	83
114. Nukkijahu puder	83
115. Riijahu puder	83
116. Tatratangupuder ahjus	83

	sh.		sh.	
117.	Riisi puder	84	153. Kapja küpsis lihaga	97
118.	Odrajahu kört	84	154. Kana küpsis	98
119.	Muna kört	84	155. Pinnu küpsis	98
120.	Kaeratangu kört	85	156. Ani küpsis	98
121.	Kaeri ehk kaalika puder.	85	157. Jänesse küpsis	99
122.	Makaroni supp	85	158. Kaladeist ülestõldse	99
123.	Rukkijahu supp	85	159. Küpsetatud ahvenad I.	101
	III. Viha ja kala.		160. Küpsetatud ahvenad II.	102
124.	Sealiha küpsis	86	161. Hautatud ahvenad	102
125.	Sea-küljelihaga küpsis	86	162. Keedetud haug	103
126.	Seljalihaga küpsis (karbo-		163. Ahjus küpsetatud haug.	103
	nad).	86	164. Haug šampionidega	103
127.	Pehme liha küpsis	87	165. Täidetud haug	104
128.	Pajas küpsetatud sealiha	87	166. Hautatud kuiv haug	104
129.	Soolaliha kätid	88	167. Hautatud kuivatatud	
130.	Lambaliha küpsis	88	kalad	105
131.	Lambaliha aiawiljaga	88	168. Keedetud kuivatatud	
132.	Hautatud lambaliha	89	kalad	105
133.	Viha Norra viisi järele.	89	169. Keedetud säinas	105
134.	Lambaliha riisiga	90	170. Küpsetatud säinas	105
135.	Järeltehtud linnuliha		171. Keedetud latikas	105
	küpsis	90	172. Küpsetatud latikas	105
136.	Wajitalihaga küpsis	90	173. Suitsetatud latikas	106
137.	Viha lõiked	91	174. Suitsetatud ahvenad	106
138.	Viha kätid	91	175. Kala sütt	106
139.	Pajas küpsetatud waji-		176. Hautatud särjed ehk	
	kalihaga	92	fograd	106
140.	Wajitalihaga kätid	92	177. Küpsetatud särjed ehk	
141.	Wajitalihaga lõiked	92	fograd	107
142.	Hautatud liha	93	178. Sisje tehtud angerjas	107
143.	Viha küpsis pannil	93		
144.	Pajas küpsetatud liha-		IV. Segitoidud.	
	lõiked	94	179. Küpsetatud räimed	107
145.	Paja küpsis	94	180. Rääme salat	107
146.	Pektitud küpsis	94	181. Rääme koogid	108
147.	Ahju küpsis	95	182. Räämed riisi ehk odra-	
148.	Taotud liha	95	tangu pudruga	108
149.	Viha rullid	96	183. Rääme küpsis	108
150.	Täidetud liha küpsis	96	184. Rääme kätid	109
151.	Wäitefed liha libled	96	185. Heeringa segu	109
152.	Peedi kätid	97	186. Heering koorefastega	109
			187. Heering õlitastega	110

	Sht.
188. Heeringa küpsis . . .	110
189. Null-heeringad . . .	110
190. Heeringa kätid I. . .	111
191. Heeringa kätid II. . .	111
192. Keedetud munad . . .	112
193. Muna puder . . .	112
194. Hautatud munad . . .	112
195. Muna küpsis . . .	112
196. Munafoot I. . .	112
197. Munafoot II. . .	113
198. Juustu küpsis . . .	113
199. Paksupiima koogid . . .	113
200. Paksupiima koogid kartulitega . . .	114
201. Jahust kätid paksupiimaga . . .	114
202. Viha ja kartuli küpsis . . .	114
203. Peff ja kartuli küpsis . . .	114
204. Hommiku kostiks . . .	115
205. Peff-kätid . . .	115
206. Viha ja makaroni küpsis . . .	115
207. Basila küpsis salatiks . . .	116
208. Viha salat . . .	116
209. Sült . . .	116
210. Null-sült . . .	117
211. Maksa wõie atawiljaga . . .	118
212. Maksa-worst . . .	118
213. Vihaworst I. . .	118
214. Vihaworst II. . .	119
215. Peff-koogi rullid . . .	119
216. Kopsiworst . . .	120
217. Hautatud kops . . .	120
218. Vere-worm . . .	120
219. Vere pann-koogid . . .	121
220. Wäitefed worstid . . .	121
221. Tanguworstid . . .	121
V. Taimetoidud.	
222. Hautatud spinatid . . .	122
223. Spinati worm . . .	122
224. Spinati kätid . . .	123
225. Magus-hapud kapsad . . .	123

	Sht.
226. Bruunid kapsad . . .	123
227. Taidetud kapsapää . . .	124
228. Taidetud kapsalehed . . .	124
229. Billekapsa worm . . .	125
230. Hautatud lillekapsad . . .	125
231. Hautatud erned . . .	125
232. Hautatud erned porganditega . . .	126
233. Hautatud sulfruerned . . .	126
234. Hautatud kaalikad . . .	126
235. Kaalika puder . . .	126
236. Kaalika worm . . .	127
237. Bruunistatud kaalikad . . .	127
238. Bruunistatud sibulad . . .	127
239. Pähkli pätid . . .	127
240. Jõuu-kunid . . .	128
241. Riisi kätid . . .	128
242. Hautatud riis . . .	128
243. Riisi worm . . .	129
244. Tomadi kätid . . .	129
245. Taidetud tomadid . . .	129
246. Küpjetatud tomadid . . .	130
247. Tomadid munaga . . .	130
248. Tomadi worm . . .	130
249. Hautatud tomadid . . .	131
250. Tomadi salat . . .	131
251. Makaronid tomatidega . . .	131
252. Makaroni kätid . . .	132
253. Hautatud oakaunad . . .	132
254. Hautatud oaterad . . .	132
255. Da kätid . . .	132
256. Keedetud oad . . .	133
257. Väätja kätid . . .	133
258. Hautatud porgandid . . .	133
259. Porgandi worm I. . .	134
260. Porgandi worm II. . .	134
261. Wõõhatud porgandid . . .	134
262. Keedetud porgandid . . .	135
263. Hautatud naerid . . .	135
264. Naeri worm . . .	135
265. Taidetud naerid . . .	135
266. Küpjetatud jellerid I. . .	135

	261.
267. Riipsetatud jellerid II.	136
268. Sellerid mafaronidEGA.	136
269. Pasternakid mafaroniga	136
270. Pasternaki kÄfid	136
271. Pruunistatud sibulad	137
272. Sibula lõiked	137
273. Hautatud mustjuur	137
274. Hautatud kaerajuured	137
275. Hautatud mükapsad	138
276. Keedetud spargelid muna- kAstega	138
277. Hautatud spargelid	138
278. Keedetud spargelid	138
279. Spargeli worm	138
280. PÄhki kÄfid	139
281. Kartuli keetmine	139
282. Hautatud kartulid	139
283. Kartuli puder	139
284. Kartuli worm	140
285. Kartuli ja juustu worm.	140
286. Kartuli worm kapsa- tega	140
287. Kartuli pannkoogid	141
288. Külm kartuli salat	141
289. Seene worm	141
290. Seene worm	141
291. Hautatud puravikul ehk šhmapinjonid	142
292. Hautatud seened	142
293. Seene kÄfid I.	142
294. Seene kÄfid II.	142
VI. Kaste d.	
295. Sealihka kaste	143
296. Sibula kaste	143
297. Piima kaste	143
298. Tomadi kaste	143
299. Mädarõika kaste	144
300. Külm mädarõika kaste.	144
301. Kala kaste	144
302. Kuivatatud falade kaste.	145
303. Marja kaste	145
304. Vanilje kaste	145

	261.
VII. Magusad järe l s ö ö g i d.	
305. Kirsi leem	146
306. Duna leem	146
307. Nabarberi leem	146
308. Titerberi leem	147
309. Mustimmarja leem	147
310. Ribuvitsja marja leem.	147
311. Maasika leem	148
312. Pruuvitsja leem	148
313. Sago leem	148
314. Magus tanguleem	149
315. Terwise leem	149
316. Leiva leem	149
317. Šokoladi leem	150
318. Marja file	150
319. Wahule lõõbud marja file	150
320. Magus lumi	151
321. Duna lumi	151
322. Šapupiima file	151
323. Wahule lõõbud manna.	152
324. Marja lumi	152
325. Šitroni šöök	152
326. Šutiline worm	152
327. Šitroni worm	153
328. Pruunistatud foor	153
329. Bloomi foor	153
330. Maiuse foor	154
331. Šokoladi foor	154
332. Duna foor	154
333. Riisi worm	154
334. Šohupiima worm	155
335. Šapuleitwa worm	155
336. Duna worm I.	156
337. Duna worm II.	156
338. Duna worm III.	156
339. Duna worm IV.	156
340. Duna worm riisiga	157
341. Manna worm	157
342. Maasika worm	157
343. Šöwritsja worm	158
344. Bloomi worm	158

	267.
345. Võtleiva vorm . . .	158
346. Ploomi kisel . . .	159
347. Piima kisel . . .	159
348. Marja kisel . . .	160
349. Puuvilja kisel . . .	160
350. Rabarberi kisel . . .	160
351. Muna sõõk . . .	160
352. Riisi puder düutega . . .	161
353. Riisi puder rabarberiga . . .	161
354. Marja puder . . .	161
355. Paluka puder . . .	162
356. Šhufesed pannkoogid I . . .	162
357. Šhufesed pannkoogid II . . .	162
358. Šapupiima koogid . . .	163
359. Borgandi koogid . . .	163
360. Päрни pätsid . . .	163
361. Sümpetatud saia kanikad . . .	163
362. Vanilje jäätis . . .	164

VIII. Joogid.

363. Mahlade walmistamisest . . .	164
364. Mustajõstra mahl . . .	165
365. Punaajõstra mahl . . .	165
366. Babarmarja mahl . . .	165
367. Kirsi mahl . . .	165
368. Paluka mahl . . .	166
369. Bihlakmarja mahl . . .	166
370. Doomemarja mahl . . .	166
371. Kuremarja mahl I . . .	166
372. Kuremarja mahl II . . .	166
373. Rabarberi mahl . . .	167
374. Duna mahl . . .	167
375. Keetmata maasika mahl . . .	167
376. Waadis walmistatud mahl . . .	168
377. Paluka mahl (joogijaoks) . . .	168
378. Apelsini mahl . . .	168
379. Kalk ehk taar I. (Soome wiisil) . . .	169
380. Kalk ehk taar II . . .	169
381. Ruffi kohwi . . .	170

	267.
382. Duna tee	170
383. Tee paluka ja ristitšheina ditekt	170
384. Šhokolabi teetmine . . .	171

IX. Puuvilja ja marja hoidised.

a) Keedised.

385. Keediste walmistamine . . .	171
386. Rabarberi keedis I . . .	173
387. Rabarberi keedis II . . .	173
388. Babarmarja keedis . . .	173
389. Miamasika keedis . . .	173
390. Metjamaasika keedis . . .	174
391. Miamasika keedis II . . .	174
392. Mustajõstra keedis . . .	174
393. Punaajõstra ehk mustajõstra ja wabarna keedis . . .	175
394. Punaajõstra ehk walgejõstra keedis	175
395. Soomuraka keedis . . .	175
396. Karumarja keedis . . .	175
397. Kirsi keedis	175
398. Duna keedis I	176
399. Duna keedis II	176
400. Pirni keedis	176
401. Pirnid ehk õunad paluka mahlas	177
402. Ploomi keedis	177

b) Marja- ja puuvilja- sültsid.

403. Puuvilja- ja marja- sültside walmistamisest . . .	177
404. Punaajõstra sült . . .	178
405. Paluka sült	178
406. Karumarja sült	178
407. Mustajõstra sült	179
408. Babarmarja ja jõstra sült	179
409. Kuremarja sült	179
410. Duna sült	179

	26r.
d) Puuvilja ehk marja-wõid.	
411. Marja=ehk puuvilja=wõi walmistamisest	180
412. Marja=wõi punastest sõstardest	180
e) Marmeladid.	
413. Marmeladi walmistamisest	180
414. Õuna marmelad	181
415. Kuremarja marmelad	182
416. Kuremarja ja porgandi marmelad	182
417. Paluka marmelad	182
418. Paluka ja kõrwitja marmelad	182
419. Niamaasita marmelad	183
420. Kabarberi marmelad	183
421. Kabarberi ja õuna marmelad	183
422. Punajõstra marmelad	183
423. Mustajõstra marmelad	183
424. Ploomi ja pirni marmelad	183
425. Õuna ja karumarja marmelad	184
g) Hoidised õhukindlates purkides.	
426. Hoidiste walmistamisest õhukindlates purkides	184
427. Suhtru leemed	188
428. Suhtruleem I.	189
429. Suhtruleem II.	189
430. Suhtruleem III.	189
431. Maasita hoidis	189
432. Maasita hoidis II.	189
433. Babarna hoidis	189
434. Soomuraka hoidis	189
435. Mustad sõitrad	189
436. Punajõstra hoidis I.	190

	26r.
437. Punajõstra hoidis II.	190
438. Kirsi hoidis	190
439. Ploomi hoidis	190
440. Pirni hoidis	190
441. Õuna hoidis	190
442. Kabarberi hoidis	191
h) Salatid ehk äädika=hoidised.	
443. Erne hoidis	191
444. Suhtrerne hoidis	191
445. Waha-õa hoidis	191
446. Rohelise Türgioa hoidis	192
447. Spargeli hoidis	192
448. Silletapja hoidis	192
449. Tomadi hoidis	192
450. Liha hoidis	192
451. Paradiisi-õuna salat I.	192
452. Paradiisi-õuna salat II.	193
453. Punajõstra salat	193
454. Muraka salat	193
455. Ploomi salat	194
456. Preeegi salat	194
457. Tomati salat	194
458. Sibula salat	195
459. Segisalat	195
460. Kõrwitjasalat	196
461. Kurgi salat	196
462. Seene salat	196
463. Peedi salat	197
i) Wee=hoidised.	
464. Seletus	197
465. Kuremarjad wees	197
466. Palukad wees	197
467. Soomurakad wees	197
468. Mustikad wees	198
469. Kabarberid wees	198
470. Kirsi wees	198
471. Mustad sõitrad wees	198
472. Karumarjad wees	198

j) Aiawiljade soolamine.

473. Soolamijest üleüldse . . .	198
474. Soolatud erned . . .	199
475. Soolatud suhkrurned. . .	199
476. Ubade soolamine . . .	199
477. Kurkide soolamine . . .	199
478. Kurgi siivide soolamine. . .	200
479. Spinatide soolamine . . .	200
480. Tomatide soolamine . . .	200
481. Seente soolamine . . .	201
482. Hapud kapsad . . .	201
483. Hapandatud õunad . . .	201

k) Puu- ja aiawiljade ning marjade kuivatamine.

484. Puu- ja aiawiljade ning marjade kuivatamijest üleüldse	201
485. Kuivatamise abinõud . . .	202
486. Ploomid	203
487. Kirsiid	203
488. Riipsed karumarjad . . .	203
489. Toored karumarjad . . .	203
490. Punaajed sõstrad	203
491. Mustad sõstrad	204
492. Mustikad	204
493. Kõrwitsad ja melonid. . .	204
494. Õunad	204
495. Pirnid	205
496. Erned	205
497. Suhkrurned	205
498. Dad	206
499. Pääkapsad	206
500. Lillekapsad	206
501. Noosikapsad	206
502. Kõheliised kapsad	206
503. Kuikapsad	206
504. Spinat	207
505. Porro ja jelleri lehed . . .	207
506. Peterjelli ja teised jarna- jed lehed	207

507. Borgandid ja paster- nakid	207
508. Sellerid	207
509. Kartulid	207

X. Liha ja tema alal-
hoidmine st.

510. Värske liha hoidmine ja soolamine	208
511. Loomaliha ojadese ja- tamine	211
512. Wärske ojadese jaota- mine	212
513. Sea ojadese jaotamine. . .	213
514. Lamba ojadese jaota- mine	214

E. Puhtus ja kord.

I. Puhtus majas.

1. Maja puhtusest üleüldse. . .	215
2. Keedunõud ja nende hoidmine	220
3. Puunõud	221
4. Sööginõude pesemisest. . . .	222
5. Mõnesugused juhatused puhtuse pidamises	223

II. Pesu jariiete puhtus.

1. Üleüldised tähendused	226
2. Seebiteetmine	228
3. Tuhaga seebiteetmine	229
4. Kuidas kaewu wett pese- mijeks kõlblikuks teha.	231
5. Kollaseks läinud pesu	231
6. Linase riide pleetmine.	231
7. Kuidas meesterahwa pesu triitida	233
8. Katuni pesemine	233
9. Kuidas walgeid willa- seid pluuseid pesta	233
10. Willaste juffade pesemine . .	233
11. Musta willase riide pese- mine	234

	267.
12. Siidirättide pesemine	234
13. Wäljaõmblemise rõõde pesemine	235
14. Mustade pitside pesemine	235
15. Kalliste pitside pesemine.	235
16. Wateritud tekkide puhastamine	236
17. Wärviliste kaelajäbede pesemine	236
18. Gummipesu puhastamine	236
19. Sulgede pesemine	236
20. Näistuse plekid	236
21. Kuidas tindiplekkijid liinase riide sees wälja wõtta	237
22. Tindiplekkide puhastamine	237
23. Lünnaplekid pesu sees	237
24. Kirjalasi plekid	237
25. Rohuplekkide puhastamine	237
26. Roosteplekkide puhastamine I.	238
27. Roosteplekkide puhastamine II.	238
28. Kuidas tõrwaplekkijid riide sees wälja wõtta.	238
29. Walgete õliplekkide puhastamine	238
30. Kuidas raswaplekkijid willase riide sees wälja wõtta	238
31. Jodi plekid pesu sees	239
32. Rohwi ja šokoladi plekid	239
33. Šappe plekid	239

	267.
34. Sigiplekid	239
35. Pleki seep	239
36. Plekivesi kõikide riide jaoks	239
37. Plekkide puhastamine	240
38. Piimaplekid willase riidest wälja wõtta	240
39. Hää plekivesi	240
40. Kuidas tindi plekkijid walge puu sees wälja wõtta	240
41. Kuidas läiget riide päält kõrvale saata	240
42. Poomwilla-, niidi- ja siidi- kinnaste pesemine.	241
43. Glacekinnaste pesemine.	241
44. Besunahkiste kinnaste pesemine	241
45. Saapad ja kingad	241
46. Pääharjade puhastamine	241
47. Märjad saapad	242
48. Koid willase riide sees.	242
49. Kuidas sipelgaid ära häwitada	242
50. Hiina koirohi	242
51. Abindõu koide wastu	243
52. Abindõu koide wastu	243
53. Kuidas jalawaibaid ilma naftalinita hoida	243
54. Hää hambapulber	243
III. Üksikud näpunäited igapäewases majapidamises	244
IV. Lauakatmise kord	246
Kaetud laudade pildid	249

A. Toitus.

1. Toidu tarvilikkus.

Eluta asjades walitseb põline rahu ja tasakaal. Nendes puudub sisemine põhjus, mis seda rahu rikkuda võiks. Eluta kehad võivad ühes ümbruses niisama hästi asuda, nagu teisesgi. Nemad ei nõua väliselt ilmalt midagi, ei anna sellele ka midagi.

Soopis teine lugu on elawate olemustega. Need peavad oma ümbrusega kestvas ühenduses seisma. Elaw keha ise muudab neid aineid, millest ta kokku on pandud, alaliselt ümber, tarvitab osalt ära ja heidab jätised enesest välja. Nende asemele peab elaw taim ehk loom välisest loodusest uusi aineid enesesse vastu võtma ning oma keha-osaesteks ümber muutma. Kuiigi siis elaw keha välispidi oma eesialgsel vormi alal hoiab, aga seda enam waheldab tema ehitusmaterjal.

Nõnda läheb inimese kehakudedest wahetpidamata wäike osa juukse, küünte ja kõõma näol kaotsi, mille asemele keha järjest uusi osasid üles ehitama peab. Ka rimapiim ja puhastusewari ning higi, kusi ja wäljajateid lahkuwad kehast, kui selle jaoksed, ainete wahelduse kõrwalraadused, ülearused jätised. Isegi nägemata kombel lahkeb kõrwalraaduwi hingamise waral gaaside näol kehast ära.

Sellest hoolimata ei jää aga inimese loomulik keha mitte vähemaks; juhtumisi ettetulewad wanatumised on kehast lahkuwate ainete hulgaga wõrreldes üpris wäikesed.

Kehal on kaks wahimeest, kes hoolsad on walmuust pidama, et ära kulunud ja wälja heidetud ainete afemele tarwilik hull uufi toodaks. Need on nälg ja jänu. Inimese enesealalhoidmise tungina on nad werisemate sõdade ja kõige juuremate riikide langemise põhjuseks olnud. Teisest küljest on nad olulisemad kultura kaswatajad, kes imewäärilisi ülesleidusi päewa walgele on toonud ja terve ilma tööstuses ning kaubanduses kõik rattad käima pannud.

Inimese keha on weest, mineralidest, munawalgest, raswast ja söeweedest kokku pandud. Wiimased kolm ei ole mitte lihtsad ained, waid nad on väga keeruliselt ehitatud. Glaw keha peab neid wahetpidamata ära häwitama, aga ei inimese ega looma keha ei jaksa neid ise lihtsamatest ainetest luua. Terve loomade riik saab munawalget, raswa ja söeweesid toiduainetest, mida taimeriik pakub.

Taimed on need ehitusemeistrid, kes päikesekiirtelt jõudu wõtawad ja õhumereest ning mullapinnast saadud algainetest oma leherohelise abil munawalget, raswa ning söeweesid walmistawad.

Taimede ülesehitaw tegewus on päikesekiirte mõjuga otsekohekses ühenduses. Taimed muudawad päikese walguse ja soojuse jõudu kemiliseks jõuaks ümber ning koguwad seda tagawaraks. Kui walgus puudub, ei jää taimede tegewus mitte ainult seisma, waid taimed hakkawad tagawaraks kogutud jõudu ise ära tarwitama. Nõnda näeme dieti, et päikene elu hallikas on, kel ühtki wõimalik on kõik elulisi olewusi üles pidada.

Taimedesse tagawaraks kogutud toiduaineid wõtab taime toitlane otseteel ja lihahõõja loom kaudselt oma kehasse, et neid õhus leiduwa hapniku abil lihtsateks aineteks lahutada. Seejulgust ainete muutumist hapniku mõjul kutsutakse põlemiseks.

Kui elundilised ained, nagu puud, sõed, õli lahtises õhus põlewad, siis tekkivad selle juures leegid, mida meie näha ja tunda wõime. Kuid ained wõiwad ka teistwiisi, õige pikkamisi ära põleda, ilma et seda näekime, nagu näituseks laudasõnnik põllupinnas kõduneb. Et meil selle nähtuse juures ka põlemisega tegemist on, seda tunnistab sõnniku kõdunemise puhul ilmsiks tulew soojuse tekkimine.

Selgimal kombel pudenewad ja põlewad elundilised ained ka loomade kehas. Põlemise juures saab tagavaraks kogutud päikesekiirte jõud wabaks ja muutub elujõuiks, soojuseks, liikumiseks ümber. Mõnda on elunähtused taimede ülesehitatud elundiliste ainete pudenemise ehk pikalise põlemisega kõige lähedamas ühenduses. Et neid kehas põletamise jaoks ikka tagavaral oleks, peab loom kui ka inimene end järjeft toitma.

2. Keha ehitusmaterjal.

Ülemaal ütlesime, et inimese keha weest, mineralainetest, munawalgest, raswast ja söweedest üles ehitatud on. Need on keha ehitusmaterjalid. Nad on kestwalt pudenemas ja kehaft lahkumas. Et edasi kesta, peab keha ikka uusi niisamaaiguseid aineid jälle juurde saama, mida sellepärast toiduaineteks nimetatakse. Toidumaterjalist wõib mitut toiduainet leida. Mitmesuguste toidumaterjalide segu kutsutakse toiduks ehk söögiks.

Täiskaswanud inimese kehas on 63% wett. Mitmesugustes kehatudes leidub wett mitmel määral. Kõige wähem wett on raswatudes — 10%; luud sisaldawad 27%, lihaksed 75% ja keha wedelikud (weri, mahl, seedimiswedelikud, piim, kuni jne.) sisaldawad 78—99% wett.

Sellest näeme juba, et weel kehas wäga tähtsad ülesanded on. Wee puundumine sünnitab kehale palju rohkem waewa, kui toidu puendus. Mida kauem keha ilma weeta läbi peab ajama, seda pakilisemaks läheb wastik tundmus, mida jänunemiseks nimetatakse. Mälja tundmus jääb aga seda nõrgemaks, mida kauem inimene ilma söömata on.

Teiselt keha ehitusmaterjaliks nimetatakse mineralaineid ehk foolasid, mis põletades tuhaks muutuvad. Kui tükikese liha, raswa, werd ehk mõnda teist kehatude põlema paneme, siis tekkib kõige päält must süsi, mis lõpuni ära põledes pisut walgjast tuhka järele jätab. Inimese kehas on 5% tuhka. Suurem jagu mineralainetest asub fontides.

Kui ained kehas pudenevad, siis saab ka tuhka wabaks ja lahkeb wäljajheidetes kehast, mispärast keha tuhatagawara järjest täiendamist nõuab. Toitudes on, kui neid tarwilikul määral jüüakse, soolased küllalt leida; ainult keedusoolast tuleb puudus, mispärast seda toitute walmistamise puhul juurde lisada tuleb. Soolade puudusel tulewad haiglased nähtused ilmsiks, nagu skorbut, Inglise haigus ja teised.

Keha organiliste ehk elundiliste ehitusmaterjalide hulgas on muna walge kõige suurema tähtsusega, sest temaga on eluawaldused ligemas ühenduses. Munawalget wõib jellepärast kõigist kehaosadest leida, kuigi tema hulk wäga kõikum on. Kõige rohkem munawalget, ümarguselt 20^o%, leidub weres. Lihaksetest on 18—19^o%, kanamunast 12^o%, püüajust 8—9^o%, piimast 2—4^o% munawalge. Terwes kehas on läbisegi 10^o% munawalget, tugewate lihaksetega inimese kehas sugu rohkem, raswaste isikute kehas vähem. Selle kõrwal leidub kehas 6^o% lämnamastikku sifaldawaid liimiaineid, mis munawalgel küll wäga ligidal on, aga mitte päris munawalge ei ole.

Taim wõib looduses leiduwatest algollustest munawalget walmistada. Loom ei saa seda mitte teha, waid loomale peab walmis munawalget ifka toidu sees kätte andma. Isegi munawalgel lähedal seisjad liimiained ei suuda munawalge-toidu asemele astuda. Küll on wõimalik munawalge pudenemist ja äratarwitamist kehas jellega wähenendada, et kehale muud toiduaineid rikkalikult antakse, mis töötegemiseks tarwis minewat jõudu sünnitawad; neid kutsutakse munawalge kookuhoidjateks aineteks.

Lahutusjeteadus jaotab munawalge aineid nende kemiliste omaduste järele mitmesse rühma (albuminid, globulinid, albumosid, peptonid jne.) Mitmesugused munawalge-rühmad wõiwad toitmise juures üheteise aset täita; sest kuigi looma keha munawalget algollustest walmistada ei saa, siis wõib ta ometi walmis munawalge liikisid oma wajakuste järele ümber wormida.

Rasw ja sөөweed sifaldawad ainult kolme algollust: süsinikku, wesinikku ja hapnikku. Kolmveerand raswa raskest on süsinik. Raswajid on wäga mitut liiki. Nad on glitserini ja mitmesuguste raswahapete ühendused. Kehas pudeneb ja põleb

rasw ainetewaheldusel nendeksjamadeks lõpujaadusteks, nagu waba õhu sees põledesgi, nimelt sõehappeks ja weeks, mis kopsu ja naha kaudu kehast lahkuwad.

Raswa leidub kehas igal pool, aga paiguti tuleb iseäranis tugewaid raswakihistikid ette, nagu nahaalusel kudes, neerude ja foolikate ümber ning lihaskete wahetudes.

Nahaalne raswakude kaitseb keha wigastuste eest, nagu talla all ja istme kohal, niijama ka üleliigse ärajahtumise eest, sest rasw ei lasse soojust hõlpsasti kehast lahkuda. Tema pääülesanne on aga toidu-tagawaraks olla, mida keha puudusekorral tarwitada wõiks.

Kui täiskaswanud inimesele toitu ei anta, siis elatab ta end oma keha tagawaradest, mille juures päewas 160—240 grammi raswa ära põleb, selle järele, kui palju inimene tööd teeb ehk soojust tarwitab. Kui sarnasel korral soowitakse, et kehas leidum raswahulk mitte vähemaks ei jääks, siis tuleks inimesele iga päew toidus 160—240 gr. raswa anda. See on aga wõimata asi, sest inimene ei wõi kestwalt mitte rohkem, kui 50—100 gr. raswa päewas ära süüa. Puuduma osa wäljaminekuteest peab ta muu toiduga katma, mis osalt otseteel ära põlewad, osalt kehas raswaks ümber muudetakse.

Inimese keha wõrreldatse tihtigi töötawa masinaga: mõlemad peawad hulga organilisi aineid ära põletama, et töötegemiseks tarwilikku jõudu muretseada. Ometi on nende juures ka otjata suur wähe olemas: masinas põleb antud küttematerjal täielikult ära, sellest hoolimata, kas seda teatava töödordasaatmiseks ka kõik tarwis on; elaw keha põletab aga ainult nii palju aineid ära, kui tarwiliku jõuu muretsemiseks waja on, kuna ülejäääw osa raswa näol tagawaraks paigale jääb. See annab kehale wõimalust oma jookswaid ülesandeid korralikult täita, sellest hoolimata, kas ta igakord just nii palju toitu saab, kui ligemate ülesannete täitmiseks ära kulub. Tarnis on ainult, et pikemate ajajätkude jookswul kehale toidu läbi nii palju uut jõudu juurde tuleb, kui ta teda selle aja jookswul ära tarwitas.

Umber sarnane ülesanne, nagu rasval, on kehas ka söeweedel. Need toiduained on mitmesugused suhkruliigid, ehk teised ained, mis kemiliste mõjude all suhkruks muutuvad.

Inimese kehas leiduvad söeweed vahesel mõõdul kobarasuhtru ja piimasuhtru näol, kuna nad glükogeni kujul suurel hulgal maksas ja osalt ka lihasketes ette tulevad. Et glükogen kemilise kokkuseade poolest väga taimedes leiduva tähtlase sarnane on, kutsutakse teda ka looma-tähtlaseks.

Na tselluloose, millest taimede rakukese seinad on ehitatud, käib söeweede hulka. Inimeste toitmiseks on tselluloosel väga vähe väärtust, sest ainult noore aiawilja rakuseinatest suudab inimene bakteriate abil kuidagi viisi ära seedida, muidu aga lahkeb tselluloos sisekonnast väljahaidetes.

Kui söeweesid rohkem süüakse, kui kehaliku töö tegemise pääle ära kulub, siis muudab keha ülearuse osa raswaks ümber ja paneb oma raswalademetesse paigale. Inimene võib päewas 400—500 gr. söeweesid ära süüa. Mis muidu veel kehale küttematerjaliks tarwis läheb, tuleb raswa kujul anda, mis seda hõlpsam on, et ühte ja teist sjsaldawaid toiduaineid kergesti segada võib.

3. Seedimine.

Toidu seedimise jaoks on inimese kehas iseäralised elundid ehk organid välja kujunenud. Seedimise-elundid on üheteisega ühenduses ja sünnitawad pika, kohati peenema, kohati jämedama toru, mis suu-auguga algab ja pärasoolikaga lõpeb. Suust läheb toit seedimise-kanali, mida keha õõnsuseks tuleb pidada; suu, kurgu, mao ja soolikate sjsimine pind on wälise ihunaha järg. Seedimise-kanalis libisevad toiduained ka dieti keha wälimist pinda pidi edasi. Keha enese sjsse wõiwad toiduained alles siis sattuda, kui nad soolika seinast läbi tungiwad.

Soolika seinadest ei saa toiduained sel kujul mitte läbi, nagu nad alla on neelatud. Tihedast soolika sjsimisest nahakõljust wõiwad ainult wedelikud läbi immitseda. Sellepärast peab ka toit enne wedelaks muutuma, ära sulama, kui keha teda

sisse imeda võib. Ka muid muudatusi, mis välispidi mitte nõnda filmapaistvad ei ole, tuleb toidu juures seedimise-elundites ette. Kõiki ümbermuutumisi, mis seedimise-kanalis toitu kehass=immitsemise jaoks ette valmistavad, nimetatakse ühe sõnaga seedimiseks.

Seedimise-elundid annavad mitmest kohast iseäralikka wedelikka välja, mis toitu ka tema kokkuseade poolest muuta võivad. Need kutsutakse seedimise=mahladeks.

Seedimise=mahlasid valmistavad vähemad ja suuremad näärmed, millest paljud seedimise-kanali seinade sees asuvad, kuna mõned suuremad ka iseisivate elunditena sellest kaugemal asuvad ning temaga kanalite läbi ühendatud on, nagu süljenäärmed, maks, kõhu-sülje näärme.

Seedimise=mahlates leidub iseäralikka fermentid, mis toiduainetega mitte ei ühine, aga nende juures kokkupuutumise korral suuri muudatusi toime panevad, ning oma kokkuseade poolest siiski ise muutumata jäävad. Fermentid ühendavad wett kemiliselt toiduainetega, milleläbi toidus leiduw munawalge albumosiks ja peptoniks, tärkliks aga suhkruks muutub. Need ümber muudetud ained sulawad wee sees.

Ka raswad peawad wee sees sulawaks muutuma. Selleks on kõige päält tarwis, et rasw väga peenikeste tilgakestena wedelikus ära jaotatud oleks, nõnda et seedimise=mahlad temaga hästi ligidalt kokku võiks puutuda. Siis lahutawad seedimise=mahlad raswas leiduwa glitserini raswahappest ära; wiimane ühineb lehelisega seebiks, mis wees ära sulab.

Nõnda muutub toit wedelaks kõrdiks, mille sees ära sulanud toiduained foolika seinade sifemisest kõlult läbi weresoontesse ning mahlakäikudesse immitsewad, kuna seedimata jäänud ained ja seedimise=mahlade jäätised kehast välja heidetakse.

Immitsemise puhul tungiwad kõik söweed wees ära sulanud suhkru näol foolika seinarakutestesse ja jäält edasi weresoonetes=tesse. Peptonid ja albumosid muudab foolika naharakutene jälle munawalgeks tagasi ning annab ta siis weresse. Ka sisse immit=senud seebid muudab foolika rakutene raswaks tagasi ja juhü selle siis mahlakäikudesse.

Soolikatest jooksuvad vere- ja mahlasoonedesse maksasisse, mis kehasse vastu võetud toiduaineid omat korda veel ümber muudab. Kobara-suhkrust lahutab maks wett ära ja valmistab glükogeni — looma-tärklisi, et seda tagawaraks alal hoida. Pärast võib glükogen jälle suhkruks tagasi muutuda ja werega nendesse keha-osadesse rännata, kus teda ära pruugitakse.

Mitmesuguste eluawalduste jaoks põletab keha vastu võetud toiduained õhuhapniku abil pikkamisi ära. Selle juures tekivad gaasi kujulised, wedelad ja kõwad lõpuasendused, mis kehast hingeõhuga, higi, kuse ja sõnnikuna lahkuvad.

4. Ainetewaheldus ja jõuawaheldus.

Ragu ülewal kirjeldatud, muutub keha aineeline kokkusead alataja. Kui kehafogu sellest hoolimata ometi ühesuguseks peab jääma, siis on arusaadaw, et keha sisetuletud wäljaminekutega ligikaudu tasakaalus peawad seisma. Ainetewahelduse katset näitawad, et lugu tõesti nõnda on.

Ometi on kehasse vastu võetud ja säält wälja heidetud ainete wahel enamasti suur wahje. Keha saab toidu seest wäga keerulise ehitusega aineid, kuna ta aga ära pudenenud, hoopis lihtsamaid aineid wälja heidab. Kui elundilised ained põlewad, siis muutub nende kemilise jõuu tagawara soojuseks ümber, mis omat korda jälle tööd võib teha. Ka inimese keha valmistab vastu võetud toiduainetest selle jõuu, mis tema eluawaldusteks tarwis läheb ja soojuse ning töö kujul ilmjale tuleb. Ainetewaheldusega on siis ka jõuawaheldus ühenduses. Jõuawahelduse mõttes paistawad toiduained hoopis teistjuga walguses, kui kehast lahkunud ainete asemele uute muretsemise seisukohalt wadeldes.

Kas üks ehk teine aine selle jaoks sünnis on, et kehast wälja heidetud ainete aset täita, seda määrab tema kemiline kokkuseade ära. Wesi ja soolad on keha ülespidamiseks tingimata tarwilikud; seist neid heidab keha alataja wälja ja peab siis

toiduga sedawõrd ka jälle tagasi saama. Nad lahkuvad kehast aga seltsamal kujuk, nagu sinna sisse tulivad, on ainult ehitusematerjaliks, ei või keha jõuutagavara ei suurendada ega vähendada.

Munawalge, rasv ja sõweed ei ole aga mitte ainult ehituse-kiwideks, waid nendes on ka suur jõuu-tagavara peidus, mis kehale elujõuu hallitaks on. Kolmest organilisest toiduainest on munawalgel sellepoolest veel iseäralik seisukoht, et tema pääle füsiniku, wesiiniku ja hapniku ka veel lämmastikku sisaldab. Keha võib oma lämmastiku-nõudeid ainult munawalgest katta ja sellega kõige tähtsamaid osasid oma elusatest kudedest alal hoida.

Meie näeme, et keha ülesehitamiseks kindlasti teatavaid aineid tarwis läheb. Aga soojust võib keha mitmest aineist valmistada, milles jõudu peidus on, nagu munawalgest ja rasvast, kui ka sõweedest. Munawalge, rasv ja sõweed võivad selle järele üheteise aset täita, kui palju nendes soojust peidus on, mis põletamise juures avalikuks tuleb.

Soojuse-hulga mõdtu nimetatakse Kaloriaks (K). Kaloria on soojusehulk, mis ühe litri wett ühe kraadi (C) soojemaks teeb.

Üks gramm	munawalget	sisaldab	4,1	Kaloriat	soojust,
"	"	raswa	"	9,3	" "
"	"	sõweesid	"	4,1	" "

Nii annab 1 gr. munawalget niisama palju jõudu, kui 1 gr sõweesid; rasv aga annab kumbagist 2,3 korda rohkem jõudu, tema jõuu tagavara on suurem. Kogu ainetewaheldus, niisasti ära tarwitatud kehaosakeste uuesti ülesehitamise, kui ka jõuu valmistamise otstarbeks, muutub mitmesuguste wäliste tingimiste, nagu õhusoojuse, niiskuse, õhuliikumise, päikesepaiste, kehapesemise ja riiete mõjul. Niisama on jõuuwaheldus wäikeste loomade juures nende keharaaskusega võrreldes suurem, kui suurte juures. Kõige suuremat mõju ainetewahelduse pääle avaldab aga töötegemine. Munawalge äratarwitamisi suurendab raske töö sõrdlemisi wähe, kuna keha tarwilikku jõudu kõige päält raswa ja sõweede ärapõletamise läbi valmistab. Minult sel korral, kui

keha ükfi munawalgega toidetakse, ehk kui rasva tagavara otsa on lõpnud, poetab keha munawalget jõuu valmistamiseks. Lihakised võivad siis tarvilikku jõudu kõigist kolmest toiduainest saada.

Korda saadetud töö mõõduks nimetatakse seda jõuuhulka, mis tarvis läheb, et ühte kilogrammi ($2\frac{1}{2}$ naela) ühe metri (3 jalga 3 tolli) kõrgusele tõsta. Seesugust töö mõõtu kutsutakse meterkilogrammiks.

Looduses on teatud hulk jõudu olemas, mis ei kasva ega kahane. Kui meie oma igapäevases elus ometi tähele paneme, et jõud tekitab ja kaob, siis põhjeneb sarnane tähelepanek meie vaatlemise puudulikkuse pääl. Iga kord, kui meie jõuu sündimist ehk ärafulumist arvame nägewat, muudab jõud ainult oma kuju. Nända woolab jõud walguse=kiirte näol päikesest wälja, mida maapääl roheliised taimed ära neelawad ja tärklikes ning teistes ainetes kemialiseks jõuiks ümber muudawad. Kui meie taimed ära põletame, siis võime nende kemialist jõudu jälle osalt walguseks tagasi ning soojuseks muuta. Soojus võib masinaid käima panna ja tööd teha, ta võib masinate abil ka elektrijõuu kuju omandada. Igasugust jõudu võib seega teijekujuliseks muuta, ilma et kuju muutmise läbi temast midagi raisku läheks. Ka töö jõudu võib soojuse jõuiks muuta; see jõuuhulk, mis 425 kg. ühe metri kõrgusele tõstab, võib soojuseks ümber muudetult ühe litri wett ühe kraadi C. järele soojemaks teha. Teiste sõnadega, 1 Kaloria soojust võib 425 meterkilogrammi tööd teha.

Terwe töömees teeb kahesjätunnilises päewas 300,000 meterkilogrammi tööd. Inimene, kel mitte rasket kehaliiktu teenistust ei ole, teeb ümber kõndides ja ärilikka asju ajades palju wähem tööd, umbes 40, 000 meterkilogrammi päewas.

Kui nüüd keegi teada tahab, kui palju soojuse=jõudu sellest tööjõuust võiks saada, siis ei leia ta soowitud arwu mitte, kui 300,000 mkg ehk 40 000 mkg 425-ga jagab. Ka kõige parem aurufatal ei jaska kõike seda soojuse=jõudu, mis küttepuud annawad, tööjõuiks ümber muuta, waid tööjõuiks muutub paljalt kümnes osa (10%). Inimese keha on Looja kunstitöö ja täielikum,

fui üksigi masin. Aga temagi ei jaksu rohkem, kui keskmiselt neljanda osa (25%) toiduainetes leiduvast jõuust tegelikult tööjõuks muuta. Inimesele peab siis umbes neljorda nõnda palju toitu andma, kui teatava töö korda saاتمیسفks waja läheb. Üle jäänud 75% sellest jõuust, mis toiduainetes leiduvad, ei lähe muidugi mitte kaotfi, waid see jõud kulub keha siēmise tegewuse, nagu were liikumise, hingamise ja keha soojendamise pääle ära.

Kui inimese keha mitte kõhnemaks ei pea jääma, siis tuleb talle toiduna päewas anda:

	Kaloriat	Munawalget gr.	Raswa gr.	Sõeweesifid. gr.
Tugewale mehele, kes enamasti puhkab	2400	105	50	400—500
Nõrgale mehele, kes ka puhkab	1800	75	40	300—400
Nõrgale töötelijale mehele . .	2400	75	60	400—500
Wanale naisterahwale, kes puhkust peab	1600	60	30	250
Tugewale töötelijale mehele .	3000	122	75—100	400—500
Tugewale mehele, kes raskest tööd teeb	4800	133	100—150	500—600

5. Toidumaterjalide kokkusead.

Toiduainete tarwiduse katmiseks pakub meile taime- ja loomariik suure hulga saadusi, milles toitwaid aineid wäga mitmesugusel määral leida on. Ainult üks toidumaterjal on olemas, milles kõiki tarwilikfa toiduaineid leidub ja millest elatamiseks küllalt on. See on piim. Teatavasti ei saa rinnalapsed pääle piima mingisugust muud toitu ja nad ei ela sellega mitte ainult ära, waid kasvawad rohkesti juurdegi. Muud toidumaterjalid ükfi-fult ei kõlba mitte sel määral toiduks tarwitada, waid neist peab selle jaoks ifka mitu seltfi toiduks segama.

Toidumaterjalide kokkuseadet näitawad järgnewad tabelid. Iga arv näitab, mitu naela teatawat ainet saja naela toidumaterjali sees on.

1. Loomariigist jaadawad toidumaterjalid.

Sada naela allnimetatud toidu- materjalist sijaldab :	Wett	Muna=	Raswa	Sõe=	Soo=
	Naela	walget	Naela	weefid	lastid
Minnapiim	88,25	1,75	3,5	6,25	0,25
Lehmapiim	89,95	3,7	3,4	4,5	0,75
Wõi	14,15	0,68	83,11	0,7	1,2
Juust (raswane)	35,75	27,15	30,45	2,5	4,15
Juust (kestmine)	46,8	27,1	20,6	2,0	3,1
Juust (lahja)	48,0	32,7	8,4	6,8	4,1
Kooritud piim	90,55	3,1	0,8	4,8	0,75
Härjaliha (paras raswane)	72,25	21,4	5,2	—	1,15
Wajikaliha (lahja)	78,8	19,9	0,8	—	1,2
Sealiha (paras raswane)	64,5	14,5	20,0	—	1
Lambaliha (paras raswane)	76	17	6	—	1
Maks	72,5	19,5	6	—	2
Suitjetatud seakints	28,0	24	36,5	1,5	10
Heering, wärste	80,7	10,1	7,1	—	2,1
Soolatud heering	47,2	18,9	16,9	—	16,5
Kanamunad	74	14	11	—	1

2. Laimeriigi toidumaterjalid.

Sada naela allnimetatud toidu- materjalist sijaldab :	Wett	Muna=	Raswa	Sõe=	Soo=
	Naela	Naela	Naela	Naela	Naela
Niju	13,6	12,5	1,7	67,9	1,8
Ruffis	15,3	11,4	1,7	67,8	1,8
Nisujahu	14,9	8,9	1,1	74,2	0,6
Ruffijahu	14,2	11,0	2,0	69,8	1,5
Niju jai	38,1	6,8	0,8	43,3	1,2
Wärste ruffileib	42,3	6,1	0,4	49,2	1,5
Niis	12,6	6,7	0,9	78,5	0,8
Dad	13,5	25,3	1,7	48,3	3,1
Erned	13,9	23,2	1,9	52,7	2,7
Läätsed	12,3	25,9	1,9	52,8	3,0
Kartul	75,0	2,1	0,2	21,2	1,1
Porgandid	86,8	1,2	0,3	9,2	1,0
Kurgid	95,2	1,2	0,1	2,3	0,4
Spargel	93,8	1,8	0,25	2,7	0,5
Kohelised erned	78,4	6,4	0,53	12,0	0,8
Kohelised oad	84,1	5,4	0,3	7,4	0,75
Kapsad	90,0	2,0	0,2	4,5	1,3
Puuwilt	84,0	0,4	—	13,0	0,4
Katao	5,55	20,3	28,35	39,5	6,5
Šokolad	1,6	7	22,2	64,9	2,3

6. Toitude seedimis.

Loomariigist saadud toidumaterjalid sisaldavad rohkesti munawalget ja ka rasva, kuna sõeweesid ainult piimast ja tema saadustest leida võib. Taimetoitudes on aga sõeweed esimesel kohal, kuna munawalget ainult kaunawiljades ja terawiljades juuremal hulgal ette tuleb. Taimede munawalge läheb looma munawalgest selle poolest märksalt lahku, et ta kaugeltgi mitte nii kerge seedida ei ole, nagu wiimane. Sest taimede munawalge on tihti tšellulosest rakukesta sees kinni, mida seedimise-mahlad ära julatada ei jõua. Pääle selle ei ole kõik need taimede ained, mis lämmastikku sisaldavad, mitte päris munawalge, waid sarnased, mida keha oma toitumiseks ei saa tarvitadagi. Nõnda ei ole klišes, kartulites ja mõnefugustes aiawiljades leiduwatel lämmastikuühendustel üleüldse mitte tootwat wäärtust.

Sellepärast ei wõi meie toidumaterjali wäärtust mitte paljalt temas leiduwate ainete järele hinnata. Waid waja on iga toidumaterjali kohta iseäranis weel järele katsuma, kuidas keha selle ära tarvitab. Riijuguseid katseid on inimestega rohkesti toime pandud, mis näitawad, et inimene ühest toidust ühte ja teisest teisest ainet paremini ära seedida jaktab.

Seedimata jääb protsentides:	Muna- walgest.	Ras- wast.	Sõe- weedest.
Siha	2,6	—	—
Nõwaks teedetud munad	2,5	4,4	—
Piim	7,1	5,3	—
Riisujai, pärmiga tehtud	21,8	—	1,1
Teesai	22,2	—	2,9
Riisuleib tsestimisest jahust	24,6	—	2,6
Riisuleib jämedast jahust	30,5	—	7,4
Ruffileib jämedast jahust	36,7	—	7,9
Ruffileib jahwatamata teradest, pärmiga	46,6	—	14,3
Talurahwa ruffileib haputaignaga tehtud	32,0	—	10,9
Munawalgerikkad mafaronid	11,2	—	2,3
Lahjad mafaronid	17,1	—	1,2
Erned (puder)	17,5	—	3,6
Oad (puder)	30,2	—	—
Kartuli puder	19,5	—	0,7
Kartulid	30,5	—	7,4

Rõige rohkem wankumiji tuleb munawalge juures ette. Põhja, kala, piima ja kanamunade sees leiduw munawalge on kergesti seeditaw, kuna taimedes leiduw munawalge ofalt seedimata jääb. Terawiljade juures kujuneb munawalge seediwus selle järele, mil kombel neid jahuks on töötatud. Rukki ja nisutera südamest saab kergesti seeditawat jahu, aga kllid jääwad üsna seedimata. Kaunawiljades on rohkem munawalget, kui lihas; ometi aga wõib teha kaunawilja munawalget hoopis vähem ära seedida. Põhjuseks on see, et kaunawilja munawalge tsellulose kapslites kinni on. Kui toitude walmistamise juures kapslid ära purustatakse, siis tõuseb seediwus. Sellega tuleb ka seletada, miks kaunawiljad pudruks tambitult kergemad seedida on, kui terwelt. Kartulis leiduwad lämmastikuained on sellepärast wähese mõjuga, et nendest üle poole mitte munawalge ei ole.

Raswad, mida toitude walmistamiseks tarwitatakse, seedib teha väga hästi ära. Wõist, sulatatud searaswast ja oliwõlist läheb ainult 4% kaotisi, sea pekist aga, milles raswatilgad kudedes wahel kinni ja juurdepääsemata on, jääb kuni 12% seedimata.

Sõeweedest seedib teha tähtsise ja suhkru täielikult ära; ainult siis wõib neid osa kaotisi minna, kui tsellulose kestakejed neid ümbritsewad.

Nõnda näeme selgesti, et otstarbekohane toitude walmistamiswiis selleks väga palju kaasa mõjub, et teha toitu wõimalikult täielikult ära seediks.

Mõne toidumaterjali juures wõime tähele panna, et tema seediwus alaneb, kui teda ühel hoobil suuremal hulgal toiduks tarwitatakse. Nõgi sõeweede hää seediwus wõib sel põhjusel vähemaks jääda. Sellepärast on väga tähtis, et rasw sõeweedele hääks ajemikuks on. Üks gramm raswa wõib kahe ja poole grammi sõewee aset täita. Raswa on ka hõlbus sõeweedega segada. Ka ei efsita raswa juurdelisamine toidus leiduwa munawalge ega sõeweede seedimist. Ometi ei kannata teha nõnda toitu nõnda hästi, kui teist, kuigi neid ühetaoliselt hästi ära seedib. Nõnda on kõwaks keedetud kanamunad täiesti seeditawad, aga ometi äratawad nad pääle joomist jarnaft tundmuust, nagu oleks raswed kiwid kõhus. Sõeweed on teadupärast seeditawad,

aga suhkru, kookide ja nende taoliste toitude söömise järele tekitab seedimise-kanalis tihti käärimine ning vastik pakitsemine. Sedasama võib ka mõne juustufordi juures tähele panna. Viimaks olgu nimetatud, et ka mitmesuguste inimeste juures seedimisewõim tihti mitmesugune on.

7. Toidumaterjalide valik ja taimetoitlus.

Mõlga võib niihästi taimetoitudega kui ka lihatoitudega kustutada. Leidub rahwaid, kes endid pääasjalikult loomariigist saadud materjalidega toidawad, leidub aga ka teisi, väga töökaid rahwaid, kelle toiduks enamalt jaolt taimeriigi saadused on. Viimaste toitmisewiisi pääl põhjeneb nõndanimetatud taimetoitluse liikumine, mis lihatoitude tarvitamist kardetawaks peab.

Taimetoitlased juhiwad õigusega tähelepanemist selle pääle, et tapaloomade haigused ka inimeste külge wõiwad hakata, kes teadmatuses ehk hoolimatuses taudiste loomade liha sööwad. Aga wõimata ei ole ka, et taimetoidud haiguste edasikandjateks on. Tarwis on ettevaatust ja kindlat kontrolli mõlema juures.

Edasi seletawad taimetoitlased, et inimese seedimise-elundid taimetoitude jaoks sisse olla seatud ja sellepärast taimeriigi saadused toiduks kõige loomulikumad olla. Kuid selle juures unustatakse ära, et inimene oma esimesel elueal ometi ainult loomariigi saaduse — ema rinnapiimaga — kõige loomulikumalt oma pääd toidab. Ja seedimise-kanali ehitus täiskaswanud inimese juures tunnistab ka, et segitoid inimesele kõige loomulikum on.

Viimaks ei ole ka see õige, nagu leiduks rahwaid, kes endid ainult taimeriigi saadustega elataksiwad. Niisugustena nimetatakse hiinlasi ja japanlasi. Kuid need rahwad tarvitawad ka juustu, kuivatatud kalu jne.

Küll on teisi põhjusti puhas-majanduslist laadi olemas, mis laialisemat taimetoitude tarvitamist ja lihatoitude kõrwale tõrjumist teatud määrani soowitawaks teewad. See on nimelt toiduainete hinnawahje lihatoitudes ja taimetoitudes. Lihatoitudes on toiduained meil makswate turuhindade järele tihtigi mitme wõrra kallimad, kui taimetoitudes.

Jõukamad linnalased on need, kes munavalget sisaldavaid lihatoitusid hõlpsamini osta jõuavad ja seda ka teevad, kuna kehmemad rahvaliigid rohkem sõveeede poolest rikkaid taimetoitusid pruugivad. Selle juures on liha tarvitajate keskel jägedasti arvamine valitsemas, nagu annaks lihas leiduv munavalge mingisugust iseäralist toitvat jõudu, mis teistes toidumaterjalides puudub. See on aga täitsa ekslik mõte. Küll peab toidus tingimata munavalget leiduma, sest ainult sellest võib keha oma ülesehitamiseks tarvis minewaid lämmastikuühendusi võtta. Aga kehalikku tööjõudu annavad kõige päält just sõveeed ja alles teisel astmel munavalge.

Üleüldiselt võib ütelda, et kui inimesele taimetoidus päevas umbes 500 grammi sõveeesid antakse, ta siis sellesamas toidus ka umbes 50 gr. seeditavat munavalget saab. Töömehele jääks veel umbes 60 grammi munavalget puudus. Kui ka seda taimetoiduna anda soovitaks, siis peaks ühes tarviliku munavalgega hoopis ilma otstarbeta ülearu sõveeesid ära sööma, mis kõhu terwisewastajalt täis kiiluks. Päälegi peaks selle tagajärjel keha raswa minema, kuna ta munavalge poolest kehwaiks jääks. Sellepärast on ainuke mõistlik tee see, kui puuduv osa munavalget lihatoiduna antakse, mis sündsa väljavaliku juures ka taimetoidust jät juhtumisel kallim maksma ei läheks. Sest niisugusel korral peaks taimetoitu tarvitades hulga sõveeesid asjata ära pillama, mis ka raha maksab.

8. Maitseainete ülesanne.

Kui toidus tarvilik hulk munavalget, raswa ja sõveeesid leidub, siis peaks teoreetiliselt võimalik olema sellega keha nõnda üles pidada, et ta mitte kõhnemaks ei jääks. Tegelikult näeme aga, et inimene ainult lühikest aega ühe ja sellesama toiduga läbi saab. Warsti tõuseb tal niisuguse toidu wastu, mida päewast päewa ilma wahelduseta sööma peab, wastik tunne ja ei saa wiimaks enam palagi alla.

Et toit kehtvalt isu ärataks, on teda tarwis maitsewamaks muuta.

Maitseaineid joetatakse toidu sisse osalt valmistamise, nagu küpsetamise ja keetmise teel. Küpsetamise juures tekkivad leiva koorikus ja liha sees lõhnavad ollused, mis isu üles erutavad.

Ka toidumaterjalides leiduvad soolad ja juurdelisatav keedusool, pipar, sinep, vanilje, safran, sibul, sellerie ning mõned muud ained muundavad toitused sööjale meelepäralisemaks. Nad ei tõsta mitte ainult toitude maitset, vaid suurendavad just seedimise-vedelikkude woolu ning rohkendavad sellega toitude seedivust. Sellepärast ei või ka kehva mees maitseaineid oma kõõgis täiesti tarvitamata jätta.

Täiskasvanud inimene tarvitab pääle kirjeldatud maitseainete ka veel teisi, mis mitte otseteel seedimise-käigu pääle oma mõju ei avalda, vaid ergutava pääle mõjuvad, nagu kohvi, tee, alkohol. Seedimise otstarveteks ei ole neid aineid üleüldse mitte vaja; ka loomad ja lapsed ei tarvita neid mitte ja seedivad ning kosuvad sellest hoolimata kõige paremini. Ergutava äritades võivad nad ajutiselt keha nälja ja väsimuse tundmise vastu tuimaks teha ning seega ekslikuks arvamiseks põhjust anda, nagu rohkendaks nad jõudu. Ometi ei too nad mingisugust uut jõudu kehale juurde. Keha ei või aga üle-jõuu töötamises mitte liiale minna, muidu lähed see tal liiga kalliks maksma. Sellepärast tuleb ka tee ning kohvi joomises mõõtu pidada. Alkoholi tarvitamine on igal mõõdul hädaohtlik ja peab täitja kõrvale jääma.

B. Terwishoid.

1. Terwis ja haigus.

Meie teame juba, et inimese keha palju täielikum masin on, kui seda praeguse aja kõrgel järjel seisew ostus järele aimata juudab. Ka muidu äratav tema ehitus ja tegewus tähelepanelikus waatajas täielikku imestust. Kõiges tema kokkuseades ei leidu midagi juhuslist, mis otstarbeta oleks. Igal kehaliikmel on oma kindel ülesanne täita, järjekindlus, kord, ja täius walitseb igas asjas.

Seda ühist tasakaalu ja kokkukõla keha ülesehituses ja tegewuse awaldamises nimetatakse terwiseks.

Kui aga üks ehk teine liige oma ülesannet enam täielikult ei täida, siis läheb kehas walitsew tasakaal rikki, keha on haige. Et siin on arwamine, et inimesed haigusi oma wanematest ja esivanematest päriwad. Mis meie pärime, on ühe ehk teise kehaliikme tugevus ehk nõrkus. Sel teatud kehaosad nõrgad on, neil wõiwad nad hõlpsasti haigeeks jääda, milleks eluwiiis ja amet tähtsalt kaasa awitawad.

Kuigi inimesel mõni kehaosa, nagu seedimise ja hingamise elundid ehk ergukawa nõrk on ja kergesti rikki minema, haigeeks jääma kaldub, siis on weel täielik wõimalus olemas end haiguse eest hoida. Sest päritud kehaomaduste pääle wõib eluwiiisi ja alalise tegewuse läbi põhjalikku mõju awaldada.

Et haiguste eest hoida, peame oma tugewate kehaosade eest korrapäraselt hoolitsema ja nõrku kahjutaks teha püüdma. Nõrku

elundid tuleb mõjude eest kaitseda, mis neid iseäranis võiks koormata, kuna teiselt poolt nende vastupidamust hästi järele mõeldud harjutamise abil tõstma peab.

Haiguste algatust võivad puudus ja ühiseluline viletsus, eeskli toitmise- viis, terwijewastane riie ja forter, üleaarune töökoorem, hingelised pörutused, pisielufad ja muud sarnased põhjusted tuua. Nende kahjulikkude mõjude eest ei saa inimene mitte ära põgeneda. Aga tema püüd peab olema neid võimaluse järele võita, et füüdises päritud nõrkustele uusi juurde ei tuleks.

Terwishoiu õpetus juhatab, kuidas teha terwijt hoida ja rohkendada, et inimesel alati võimalik oleks võitluses elu eest võitjaks jääda. Siin paneme ainult neid teesid ligemalt tähele, kuidas ükfitu inimese ja terve rahwa toitmist nõnda korraldada, et selle waral terwijt hoida ja edendada. Wiimse ülesande täitmiseks ei ole küllalt, kui rahwa alatoitluse hädaohtu kõrwalejaatmiseks tööd tehta. Waid niisama tähtis on teadmiste laiailaotamine ja osawuse kätte harjutamine, kuidas terveid sõiõksid walmistada.

Niihästi haritud kui ka harimata rahwakihides walitseb terwishoidliku toitmise- wiisi kohta suur teadmatuus. Kui igakord weel teadmist ei puudugi, siis lüüakse terwishoiu nõuete pääle alati käega ja käiakse kergemeelselt selle järele, kuidas kord külge harjunud wiis weab.

Ainult haigele tuleb see meelde, kui suur õnn on terve olla. Aga terve ei mõtle mitte, et weel suurem õnn on terweks jääda. Niitaua, kui toitmise alal tehtud eksifammud endid weel walusasti küllalt tunda ei anna, peetakse neid tähtsusetaks. Alles siis lähewad filmad lahti, kui juba häda suur on. Siis aga on abijaamine enamasti liig hilja.

Ehikindla ja otstarbekohase toitmise- wiisi soowituste pääle wastatakse tihtigi halwaksapanewalt naeratades, et loomulik isu juba igauhele kätte juhutada, mis tema kõht kannab. Aga isegi need, kes üleliigse süömise ja joomise tagajärjel häkki haigeks jäänud, võiwad ütelda, et neil weel laitmata isu on. Kuid ometi peab tunnistama, et see enam kellegi õige isu ei ole. Eksliku toitmise tagajärjed ei awalda endid ka sugugi mitte alaliselt

häfiliste haigeksjäämistele näol, waid palju enam hiilivad nad wäikeste wigadena aastast aastasse edasi ja wõtawad wiimaks wõimuse oma kätte.

Kui teada saada tahetakse, kas isu ka terve on, peab enne järele katsuma, kas inimene ise terve on. Ainult terwe l inimesel wõib täitja terwe isu olla.

Peab ainult meeles pidama, et isu maitse = erkude mõjul tuntakse, ja et maitse-ergud oja terwest ergukawast on. Mitte ainult noorespõlwes külge kaswatatud effiarwamised ükikute toitute üle, waid ka ergukawa haiglane olek ja maitse-erkude tõntsus wõiwad eeskliku isu põhjuseks olla. Nagu kõik inimese meeled: kuulmine, nägemine ja haistmine, nii wõib ka maitsemine iga inimese ning isegi ühe ja sellesama inimese juures mitmel ajal wäga mitmesuguse terawusega olla. Haiguse ja isegi mitmet laadi meeleolu ning erkude seisukorra puhul, mida harilikult haigusseks ei peetagi, wõib inimesel loomuwastane maitsetundmine olla. Nõnda leiame iseäranis kasvamise ajal maiustamise poole kaldu= mist, hapu himustamist ja isegi seedimata ainete neelamise himu. Ka kunstlikel teel, kauni kuju, magusa lõhna, meeldiva maitse ja toitute waheldamise abil wõib isu niiwõrd juurendada, et mitme= wõrdseft rohkem süüakse, kui toiduaineid keha ülespidamiseks tarwis wõiks minna. Sellepärast on alati tarwis tähele panna, kui palju ja misjuguft toitu inimene tarwitab, ning kuidas seda walmistama peab.

2. Söömine ja joomine.

Leidub tihtigi inimesi, kes juhtsõna järele käiwad: „kui sööd, siis söö, et süljataks.“ Selle juures unustawad nad wana targasõna teije poole kahjuks hoopis ära: „kui teed, siis tee, et tänataks!“

Raske kehaliku töö tegija sööb loomulikult rohkem, kui tööta inimene ehk waimlise töö tegija. Liigsöömisest ei ole aga kellegil mingijuguft kasu, waid palju enam wõib sellelabi õige kardetawal

möödul terwißt rikkuda. Sellepärast ei ole walju parajuse pidamine ja söögihimu taltjutamine mitte ainult soovitar, waid ka väga tarwilik.

Paljudel inimestel on wiisiks enne söömist ehk söömise wahel juua. Seda ei wõi mitte otstarbekohaseks pidada. Sest jooß uhub söömise alguseks kõhtu kogunenud seedimisemahlad tulutatalt ja ilma tarwitamata edasi ehk teeb neid liiga lahjakß. Selsamal põhjusel ei wõi ka lubada, et nõrga seedimisega inimesed leent kõige esimese toiduna tarwitaks; waid nende lõunalaual olgu leem wiimjeks toiduks.

Juua wõib alles 1½—2 tundi pärast söömise lõpetamist. Et toidud mitte ülearu janutama ei paneks, tuleb neid wõimaltult paraja soola ja wäheße pipra ning mustatiga walmistada. Kõige paremaid maitseaineid sisaldawad keeduwiljad, nagu sibulad, kapernid, kõõmled, majoranid, mädarõigas, peterjell, porree, lauk, hapuoblik, sellerie, tomat, kurf.

Kui aiawiljasid õieti walmistatakse, nõnda et keetmise leent ära ei kallata, siis ei ole neile maitseaineid enam tarwisgi palju juurde lisada, sest nende sees leidub juba küllalt loomulikka maitseaineid.

Toitusid ei tohi mitte liiga külmalt ehk ülearu kuumalt süüa, kui tähelepanemise wäärt terwiserikete eest hoida tahetakße. Parajasti soojad, leiged ja jahedad toidud ei riku mitte terwißt, kui neid muudu õige otstarbe järele tarwitatakse.

Ei ole ka tulus väga mitmeid ja liiga mitmekesiseid toitusid ühel söögikorral tarwitada. Mõned toidud ei kõlba kuidagi mitte ühekorraga tarwitada, olgu, et nad mitte ühtewiisi hõlpsad ehk raskeamad seedida ei ole, ehk olgu, et nad üheteise seedirust wastamisi wähendawad. Nõnda tuleks tähele panna, et mitte haput puuwilja aiawilja ja terawilja toiduga üheskoos ei tarwitataks; nõndaßama ei wõi ka piima hapu puuwilja, aiawilja ehk liha juurde rüübata. Küll aga kõlbawad teratoidud magusate puuwiljade, aiawilja, aiawilja ja liha, piima, kanamunade ja pähklike kõrwale.

Terwe hommikusöök oleks: piimaga keedetud kaeratangu puder, leib ja puuwili. Lõunatoitude walmistamiseks wõiks

iseärانىs soovitada: liha, mune, kala, kartulid, aiavilja, puu-
vilja, tera- ja kaunavilja, salatid ja piimatoitused. Ohtuks
kõlbaks: muna-, piima-, teravilja-toidud, salatid, puuvili, juust.

Igal söögikorral tarvitatagu munavalge poolest rikkaid
toitused kõige esiti, aiavilja ja puuvilja pääle selle. Kõige
rammusamad leemed on pakstud aiavilja supid.

Söömise juures on toitude peeneks puremisel ja
sülgega läbi kasimisel ütlemata suur tähtsus. Inimene ei ela
mitte sellest, mis ta ära sööb, vaid sellest, mis ta ära seedib.
Seedimise juures on aga toidu peeneks puremine tähtsaks eeltingi-
museks. Minult läbi ja läbi ära puretud ning peenendatud
toiduraafukestele pääseb sülg ja iga teine seedimise-mahl hõlpsasti
juurde. Sülg muudab toidus leiduva tärklise suhkruks ja seega
ühitlasi sulavaks, kuna tärklis mitte ära ei jula.

Söömise juures ei ole mitte kõige tulusam igasuguseid
põnevaid päevaküsimusi harutada, veel vähem lugeda; vaid
päätähelepanemine olgu just puremise, kui juure terwishoiu abinõuu
pääle pöördud.

Igat kõvat toitu pure nõnda kaua, kuni ta vedelaks
muutub ja oma maitse suus kaotab. Alles siis võib teda alla
neelata. Seda osa toidust, mis mitte hoopis peeneks ei lähe,
nagu liha narmad, teravilja sõklad, puuvilja seemned, aiavilja
puised osad jne. tulevad keele ja huulte abil ära lahutada ning
välja sülitada, sest nad on seedimatad ja võiks kõhtu ainult ilma
asjata koormata.

Tuttavaks saanud Inglise wana riigimehe seadus oli:
„Salva igat pala kolmkümmend korda.“ Jah, mõne rabadama
seedise ning kiipsise jaoks on ju sellest üsna küll. Leiwa kooruke
nõuab aga juba neljakümne kordset, leiwa siju viiekümne ja
mitmed muud toidud veel kuni 80 ja 100 kordset salvamist.
Muidugi ei puudu ka toitusid, mis juba 5—10 kordse salvami-
sega tarvilikult sulad on.

Riisimasugune lugu on ka joomisega. Maitseta wett võib
juba suuremate lonksudena juua. Piima, leemesid ja muid

maitsevaid medelikka tuleb wähehaawal suhu wõtta ja korralikult süljega segada ning alles siis alla neelbada. Wee-riikaste puuwiljade kõhta makjab seejama tõrd.

Et igauks hästi pureda wõiks, on tal ka laitmata hambaid waja. Kui hambad tõrd rikki on läinud, siis ei olegi enam wõimalik neid päris terveks teha. Seda enam tähelepanemist peaks aga hammaste hoidmine ja kahjulikkude mõjude eest kaitsemine leidma. Sga söögikorra järele ja iseäranis õhtul enne magama minemist tulewad hambad ära puhastada. Selleks wõdetagu leiget wett suhu ja nühitagu hamba-harjaga hambaid ja igemeid korra läbi, nõnda et säält kõik toidujätised lahti lähaks. Puhastamise-abinõuks wõiks ka weel nõrka soolawett ja uhutud Inglise kriidipulbert tarwitada. Wigased hambad tuleks järjest ära tinutada lasta, kui häda alles algamas on. Kui wäga palawad ehk ülearu külmad toidud üheteisele kähku järgnewad, siis toowad nad hammastele suurt kahju. Nõelade ja teiste sedalaadi terariistadega hammaste tõrkimine on ka kahjulik. Sest terariistad haawawad igemeid ja lõhward hammaste klaaskesta, mille läbi haiguseidud hammastesse wõiwad tungida. Kui tõrkimist just hädasti tarwis, siis tehtagu seda õlekõrreke, puust ehk anijulest pilpakesega.

3. Piim kui terwishoiu abinõu.

Üleüldse on tuttav, et piim lastele kõige loomulikumaks toiduks on. Maal on laste üleskaswatamine hõlpsam, kui linnas, sest maal saab isegi kehwa pops ja saunamees weel lehma pidada, kes tema lastele wärsket piima annab. Linnas sureb just suwijel ajal palju noori lapsi, kus wärsket ja rikkumata piima wõimata saada on ning lapsi halwa piimaga toidetakse.

Alga mitte ükspäinis lastele, waid ka kaswawale noorusel ja täisealijele inimesele on piim tähtsamaks ning terwemaks toiduks. Niikaua kui igal pool weel piima tarwitada saadakse, ei paista tema tulu nii nähtawalt filmagi. Alga kui rahwa majandusline edenemine nii kaugele jõuab, et piimast turukaup saab ja teda

kerge on rahaks muuta, siis rändab piim laudast otsekohe piimatalitusesse ja jätab talus lapsed ning wanad kahwatanud palgil kurtma. Siis kasvab maal laste suremus ja kahaneb sõjateenistuseks kõlblike noortemeeste protsent, nagu Saksamaal Allgäus, Schleswig-Holsteenis ning Hannoveris kindla arvustiku põhjal tähele pandud. Teiste kodanikkude terwislike seisukorra üle ei peeta mitte nii kindlat arvustikku. Aga julgesti võib arvata, et piimajõõmise vähenemise tagajärjel üleüldiselt rahwa terwis ja elujõud nõrgemaks on läinud. Ega ju nekrudid muidu nii nõrga terwise ja puuduliku kehakaswuga ei oleks, kui seda ka osalt juba nende wanemad ei oleks olnud. Ja edasi on kindel, et wähesel arenemisega nekrudi ealistel noortelmeestel nii tugevat järehsugu ei wõi olla, kui täismeeistel, kes nekrudi mõõdukult wälja annawad. Et piimatarwitamise vähenemine maarahwa terwisele suurt häda = o h t u tähendab, on kahtlemata kindel.

Sellepärast on esimene nõudmine, mida rahwa terwishoiu seisukohalt üles seada tuleb, et piima äratarwitamist kodus niihästi laste kui ka täiskaswanute toiduna nüüdsele piimatalituste tekkimise hooajal mitte ei wähendataks. Kui talus piima wähe saadaakse, siis ei tohi mitte seda natukest piimatalitusele anda. Waid tarwis on teesid leida, et võimalik oleks rohkem piima saada, kui senini saadi. Ja ainult see ülearune piim olgu piimatalituse päralt. Teiseks aga tuleb ka selle eest hooli kanda, et piima puhtalt ja rikkumata toiduks tarwitataks. Linnades suureneb laste suremus suwisel ajal tihti just selle läbi, et nad siis rikunud piima peawad jööma.

Wärske piim on wedelik, milles munawalge, suhkur ja foolad sulanud olekus ning rasw peenikeste piisakestena ühetasaselt ära jaotatud on. Nimetatud aineid leidub piimas wäga mitmesugusel mõõdul selle järele, misjuguise looma piimaga meil tegemist, mis tõugu see loom on, millal ta lüpsma saanud, kas piim hommiikul, keispäewal ehk õhtul lüpsitud. Ka piimalooma toidul on piima pääle mõju. Need mitmesugused mõjud tulewad piimas leiduwa raswahulga juures ilmsiks, kuna munawalget ja suhkurt harilikult ühesugusel määral leidub. Sehma piimas leidub keskmiselt: muna = walget 3,7%, raswa 3,5%, suhkurt 4,5%, foolasid 0,75%.

Piima seedivus on täielik; täiskasvanud inimene seedib 90% ja laps kuni 98% munavalgest, 95% rasvast ja 50% fooladest ning suhkru ilma mingisuguse ülejäägita ära.

Piim on küll täielik toidunaine, aga tal ei puudu ka oma suurel mead: ta lähed hõlpsasti rikki, teda võib kergesti mõltjida ja ta võib haigusheidude laialilaotajaks olla.

Kui piim rahulikult seisma jääb, koguneb rasv pääle, sest et ta kergem on, kui teised piimas leiduvad ained. Sellega jaguneb piim kahte osasse: pääl on ta õige rasvarikas, põhjapool aga lahja. Kui ostja kooritud piima saab, siis saab ta seega vähe rasva, saab petta. Mõndasama kaotab piim oma ühtluse, kui teda halba teed mööda wanfriga kaugele veetakse: rasva-piisakesed ühinewad loputamise mõjul suuremateks sõmerateks, muutuvad mõiks.

Edasi on piim piisielukatele väga meelepäraliseks söödaks. Juba laudas lüpsmise juures tungiwad need nägemata kurjategijad piima sisse, siginewad jälle ütle mata kiiresti ning ajawad piima rikki.

Kui piim suwise soojuse käes ühe päewa seisab, siis lähed ta kofku, wanuneb ära. Koffuminekü põhjusüks on piisielukad, kes piimas leiduw suhkru piimahappeks muudawad. Hape aga tõmbab piimas leiduw munawalge kofku. Juba enne wanunemist võib rõõst piim nii hapu olla, et ta filmapilk kofku lähed, kui tulel soojaks aetakse.

Kui piim kinnistes pudelites keemise kraadini kuumaks aetakse, siis surewad temas leiduvad piimahappe bakteriad ära, kes kõrget kuumust ei kannata. See sugune keedetud piim ei ole aga piisieluka idudest kaugelgi mitte puhas. Kui jeda piima suwise soojuse käes hoitakse, siis tulewad temas warsti mitmesugused muudatusjed awalikuks. Piimas leiduw munawalge (juustuaine) lähed tolgendawatesse tortidesse kofku, kuna jelle juures palju gaasid tekkib. Kui pudeli kork awatakse, purskab wedelikku suure jõuuga wälja, mis fibedat wõihappe lõhna laiali laotab. Seda muudatusst jünnitasiwad piimas wõihappe piisielukad, kes keetmise kuumust enam kui pool tundi elusalt wälja kannatawad. Kui piima üleüldse mitte ei oleks keedetud, siis oleks piimas leiduwad piimahappe bakteriad wõihappe bakteriate edenemist takistada wõinud.

Kolmas liik piimas edenewaid piijelufaid kannab heinabatjilluste nime. Heinabatjillused edenewad piimas, mis üle 20° jõe on, kannawad keetmist mitu tundi wälja ja annawad piimale wäga wastiku, tibeda maitse. Mõned heinabatjillused on kihwtised ja jümmitawad kõhutõbe, mille käes lapsed juuwisel ajal tihtigi surewad.

Kui piima rutulise rikkimineku eest hoida tahetakse, siis ei tohi mingit waewa paljaks panna, et piimandusid laitmata puhtuses hoida, lüpsmise juures suurt puhtust pidada ja ka lauta ning lehmi koristada. Edasi tuleb piim pääle lüpsmist kohe laudast wälja puhta õhu kätte wiia, ära kurnata ja wiibimata alla 10° C ära jahutada, et piijelufad temas mitte nii jõudfasti ei edeneks. Kõik kunstlikud lihandused ei suuda piima rikkimineku eest tarwikult hoida, aga nad on küll alati terwisele kahjulikud. Lihandusi ei ole piimale jellepärast waja.

Haigustest, mida piim laiali võib kanda, on järgmisi tähele pandud: tiifus, difterie, sarlak ja kolera. Piim saab nende tõbede edasikandjaks, kui tõbised inimesed piima juures talitawad ja piimaanumaid pesewad. Ka on loomade haigusi olemas, mis inimesele piima kaudu arwatakse külge hakkawat, nagu tuberkuloose (kopsutõbi) ja juu- ning sõratõbi. Nende hädaohtude wastu jaadakse jällegi kõige paremini täieliku puhtuse abil wõidelda, kui ühtlasi haiged töölised piimatalitusest eemale hoitakse ja taudiste loomade piima toiduks et tarwitata. Et seda ka omakasupüüdes müügile ei toodaks, selle järele walwamine on terwishoiu politsei asi.

Kuna perenaistel, iseäranis linnas tihtigi teada on, et keetmise waral piimas leiduwaid piijelufaid ja sellega ühtlasi kõiki haiguseidusid võimalik ära surmata olla, siis ei wäsi nad ka ära piima keetmast, et ometi kord oma noorukestele terwet piima anda. Et nad selle juures mingit mõõtu pidada ei oska, on wäga kahjatsenise wäärt. Haiguseidud jurewad ära, kui piima 70° C joojuse käes pool tundi kuumendatakse. Pääle selle võib piim 10° C ja weel jahedamalt paar päewa hää seista, ilma et oma wäljanägemist ehk maitset muudaks.

Perenaised aga mõistawad piimas leiduwatele piijelufatele wiimsepäewa kohut: piim pannakse patta ja tehtakse talle otse põrgutuld alla, et batjilluse seemet igaweseks ajaks ära häwitada.

Ja seda mitte üks kord, vaid alati, kui temast natukest tarvitada tahetakse, pannakse ta uuesti tulele. Waene piim, küll on ju piim otjata! Särjest hakkab ja ikka halvemat ja halvemat lõhna andma, sinu wärw läheb pruunimaks, sinu maitse wastikumaks. Wiimaks ei olegi ja enam toiteru piim, vaid nahka ajaw läila jolk, mida ei laps ega suur inimene ei taha.

Dmeti ei ole muidu võimalik piima igasuguste idudest täiesti wabastada, kui teda 100° soojuste käes mitu tundi, ehk finnis katlas kõrge aururõhu all 120—125°C käes lühemat aega keedetakse. Siis on aga piim kõit oma wäärtused kaotanud.

Kõige otstarbekohasem on piima wärskelt ja toorelt toiduks tarvitada, kui kindlasti teada on, et piimaloomad terwed ja piim puhtalt saadud on. Kus selle kohta kindlust ei ole, nagu linnas, fääl aitab haiguste eest hoidmiseks juba, kui piima enne tarvitamist 70°C soojuste käes kuni pool tundi kuumendatakse. Suurem kuumus ei ole enam soowitaw, sest et ta piima hää maitse ja omadused ära rikub.

4. Lastepiim.

Kõige otstarbekohasem ja terwem laste toit on kahtlemata ema piim. Rinnapiima kokkuseade täidab kõigiti neid nõudeid, mida laste toidu kohta üles seada võib; ei ole ka kartu, et ta wahetääl muutuda ehk rikki minna võiks, vaid tema läheb otjeteel emarinnast noore ilmatodaniku kõhtu. Ema pühamiseks kohuseks on sellepärast oma last ise imetada. Minult ema haiguse korral võiks arsti nõusolekul teist teed walida. Sarnasel korral tuleks kõige päält imetaja (amme) pääle mõelda. Ema ajel ei suuda imetaja mitte täielikult täita. Teiseks ei wõi ka seda lubada, et waeze imetaja laps sellepärast oma emarinnast ilma peab jääma, et külluses elawa naabri emandal võimalus puudub oma wõjuste ise toita, ehk et ta palja edewuse pärast seda teha ei taha. Enamatel juhtumistel tuleb siis loomapiima lastele juba algusest pääle andma hakata.

Ema rinnapiim on oma kokkuseade poolest ka mitmekesine. Keskmiselt sisaldab ta 1,75% munawalget, 3,5% raswa, 6,25%

juhfurt ja 0,25% soolajid. Rinnapiima seedimus on väga täielik, sest munawalgest seedib laps 99%, rasvast 97% ja sooladest 90% ära.

Dma kokuksede poolest seisab eesli piim rinnapiimal kõige lähedamal, sellepärast tarvitatakse teda ka Prantsufemaal, kus palju eeslid peetakse, tihti rinnalaste toitmiseks. Et aga emaeesl wähe piima annab, siis lähneb see piim dige kalliks; sebasama wõib ka mõra piima kohta ütelda. Ühel teisel põhjusel on lastele kitsse piima soovitatud: arwati nimelt, et kits tuberkulooset ei põe. See arwamine oli aga ekslik.

Prægusel ajal tarvitatakse rinnapiima asemel laste toitmiseks üleüldiselt lehma piima. Et kohe silma paistaks, mis poolest üks teisest lahku lähneb, seame nende kokuksede kõrwuti:

	Rinnapiimas:	Lehma piimas:
Wett	88,25%	89,95%
Raswa	3,50 "	3,40 "
Munawalget . .	1,75 "	3,70 "
Suhfurt	6,25 "	4,50 "
Soolajid	0,25 "	0,75 "

Siit näeme, et lehma piim kolm korda rohkem soolajid (nimelt lubjajoola) sisaldab, kui rinnapiim; ka on ta kehmem juhtru poolest ja sisaldab enam munawalget. Wiimase iseloom on kumbgis piimas ka isefugune. Lehma piim lähneb kõhus suurte tortidena kokku, kuna rinnapiim peenikeste kiudestena wanub. Võpuks sisaldab lehma piim toidukstarwitamise puhul harilikult palju piijelufaid.

Et võimalikult ühesuguste muutmata omadustega lehma-piima laste toitmiseks saada, selle jaoks tuleb lehma teatavate laitmata toitudega sööta. Sel kombel saadud piimale lisatakse wett ja piimajuhfurt juurde, et teda rohkem rinnapiima sarnaseks muuta. Enne tarwitamist kuumendatakse piima kuni 70°C ja jahutatakse siis kohe ära. Tarbekorral wõib teda nõnda jahedalt ka alal hoida.

Lehma piimale wee juurdelisamine sünnib järgmiselt: lapse esimestel elupäewadel wõetakse ühe osa piima pääle 3 osa wett,

siis edasi kuni esimese kuu lõpuni 1 osa piima pääle 2 osa wett. Teisel kuul antakse wett ja piima pooliti. Edaspidi vähendatakse wee juurdelisamist, nõnda et laps kahesandal kuul weel paljast piima saab. Ühe toobi piima ja wee segule lisatakse 25 gr. piimasuhkurt juurde.

Et piim kõhus mitte liiga suurtes tortides kokku ei läheks, mis raskeid seedida on, selleks pannakse talle kaera ehk odratangu leent jekka.

5. Joowastawad joogid.

Ei leia küllalt mõjusaid sõnu, et ühel hoobil selgeks teha, kui kahjulik alkohool on, mida igas joowastawas joogis leidub. Seft teda tarwitatakse nii ütlemata palju, et iga filmapilk meie rahwa elujõuule suurt hädaohtu lähemale aitab tuua, kui senist wiiji edasi juuakse. Päälegi kaswab Eesti rahwa seas alkoholi tarwitamine alataja.

Uga sõnad ja seletused üksi ei jassa jeda suurt ühiselulist ja kõige tähtsamat rahvuslist ülesannet weel mitte korda saata — rahwahulkasid kistja metsalise alkoholi käest ära päästa. Waid tarwis on, et kõik paremad jõund ja kindlam tahtmine tema wastu mõitlusele asuks. Armastaja Eesti ema ja truu naine on need, kes meie rahwa kehalise ja waimlise terwise eest senini ikka kõige enam on hoolt kannud. Ja meie usume kindlasti, et Eesti naisjed, kellele see raamat kõige päält on kirjutatud, oma kaasõe lihtjatest sõnadestgi küllalt selgesti aru saawad, et alkoholi inimese kehale toitmiseks ega muuks otstarbeks waja ei ole, et alkohol häwitaja kihwt on, mis meie perekondadelt toitjad isjad ja toetajad pojad riisub, abieludest armastuse ja eluõnne ära häwitab.

Kii tihtigi ei puudu meie inimestel arusaamist selle kohta, kuidas alkohol ühikuid inimesi ja terveid rahwaid hukatusesse saadab. Uga ometi on alkoholi tarwitamine nii moodiks saanud ja igasuguste eluawaldustega ühendusesse astunud, et dieti wastu tahtmistgi weel teda tarwitamata ei mõida jätta. Suba on Eesti keeles mitugi kokaraamatut ja teedukooli ilmunud, milles seletawad sõnad alkoholi kahju üleegi ei puudu. Uga ometi soowitatakse nendes

raamatutes iga teist ehk kolmandat sõi mõne joovastava joogi abil valmistada. Sellest siis tulebgi meie „peenemate“ perenaiste arvamine, kes toituvad raamatute järele valmistavad, et paremaid sööki ilma alkoholit ei saagi teha, et need söögid ilma õlle, weini, rummi ehk teise jedaalaadi fihwtise wedelikuta sugugi ei maitse, otsegi lähets nad lendawatele madudele rooga keetma.

Kes alkoholi lõhnaft mõnu tunneb, selle maitse on rikutud. Ja alkoholiga valmistatud toidud on jeda rikkumist korda saata awitanud. Jeda äratundes jätame oma söögianete nimekirjast alkoholilised joogid täiesti wälja.

Alkoholilisi jookisid tarwitatakse tihti weel selles teadmises, et nad toitwad olla. Sellepärast peame näitama, kui wäikene nende toitmise jõud on. Laagri-õlles on 88,2% wett, 0,7% munawalget (wiis korda wähem, kui piimas), 0,2% soolajid (piimas kolm korda rohkem), 0,9% suhkurt (piimas ka wiis korda rohkem), kuna raswa õlles ei olegi. Wiimaks aga sijalbab õlu umbes 4% alkoholi, mis toiduaine ei olegi, waid fihwt on.

Piimas on toiduaineid enam kui wiis korda rohkem, kui õlles; piim on neli korda odawam, kui õlu (piim maksab 6 kop. ja õlu 24 kop toop). Kes neil tingimistel weel õllest toitu otjib, on meeletu pillaja. Üks Belgia õpetlane on kord arwanud, et odawam olla end neppidega toita, kui õllega. Temal on õigus.

Monopoliwiimas on 60% wett, aga toiduainetest ei ole temas jälgegi, küll aga 40% alkoholi.

Alkohol ei ole toit, waid fihwt. Jeda tarwitatakse söögi alla ja waele tihti selles ebaus, et ta seedimist edendada. Alkohol takistab ja raskendab aga tõepoolest seedimist.

Lugejal on wast juba juhtumist olnud looduseteaduslikes muuseumis käia, kus nõelusiisid, sijalikka, millimallikaid ja muid jarnaseid loomi klaasurgis läbipaistwa wedeliku sees näidatakse. See wedelik on piiritus, alkohol. Alkoholil on see omadus, et ta liha ja muid munawalge aineid tõwendab, kofku tõmbab ja kestwaks mündab. Kui nüüd alkohol seedimise-kanalisgi toiduga kofku puutub, siis ei awita ta jeda mitte ära leotada ja seedida, waid konserwerib toitu, teeb jeda kestwaks, takistab seedimist.

Uga alkohol mõjub ka seedimise-mahlade pääle hävitavalt. Kõhus saadab seedimist üks munavalge liigist seedimise-mahl korda, mida pepsiniiks kutsutakse. Alkohol tõmbab pepsini kõhus torti kofku, nõnda et see enam kõhtu sattunud toidu sisse ei saa tungida ega oma mõju avaldada. Selle läbi viivitab ja ehitab alkohol seedimise-tegevust veel enam.

Edasi mõjub alkohol kõigi seedimise-näärmete ja seedimise-kanali ilanahkade pääle kahjulikult, sest ta sünnitab nendes põletikku. Kestwa alkoholi tarvitamise tagajärjel tekitab kroniline ehk korduv kõhu- ja soolikate katarr. Seedimisewedelikka ei teeki enam tarvilikul hulgal, toidud jääwad kõhus ilma seedimata seisma, kuni nad hapuks lähewad ja käärima hakkawad. Sju on wähene, keha ära furnatud ja jõud wäheneb.

Alkohol tungib ka maksa sisse, ajab selle raswa ja takistab sapi tekkimist, mis tähtis seedimise-mahl on. Ta rikub neerud (rahud) ära ja sünnitab weetõbe, mis warem ehk hiljem inimese hauda wiib.

Üleüldiselt wõib ütelda, et alkohol ainult halvawalt mõjub. Wõhik ütleb, wiin anda külmal ajal kehale sooja. Selle soojatundmise põhjusiks on weresoonete ergu keskkochtade halvamine, mille tagajärjel rohkem werd keha pinnale naha alla woadab, teiseks wast ka keskkochtade halvamine, mis külmatundmust pääajule edasi annawad.

See elustaw ja erutaw mõju, mis joomastawatel jookidel inimese waimu pääle näib olevat, pole ka muud, kui halvatus, mis pääst arwustamise-wõimu riisub. Kui inimeselt eneseawustus kadunud, lobiseb tema suu rumalusi ja kehaliikmed teewad otstarbeta liigutusi.

Õeldakse, et alkohol jõudu anda. Meie panime juba tähele, et temas mingit ollust ei leidu, mis inimesele jõudu wõiks anda. See on ainult petlik tunne, mida ta jesseläbi äratab, et wäsimuse-tunnet tumestab. Sõjamehed ja terwisekarastajad on juba ammu järele proowinud, et inimese keha siis kestwalt kõige enam raskusi ära kannab, kui mitte sugugi alkoholilisi jookeid ei tarvitata.

Alkohol ei ole toit. Teda ei ole tarvis. Ta mõjub keha ja waimu pääle kahjulikult. Ta on wooruste ja õnne rõõwel. Meie ei pruugi teda tilkagi ja hoiatame ka igat teist tema tarwitamise eest.

6. Margarini.

Margarini ja taimeraraswad ei tunne Eesti perenaine maal peaaegu mitte sugugi weel, kuna neid linnades juba mitmesuguste kokaraamatute läbi tundma on õpitud. Kokaraamatuid ja keedukoolisid on meil senini tihti ilma ühegi wäljawaliku ja kriitikata teistest keeltest ümber pandud. Muu hulgas on nendes Eesti perenaisele siis ka kõiksuguseid kiitwaid soovitusi „kunstwõi“ ja „taimeraswade“ kohta pakutud ning toidutähti eeskujuks antud, mida ilma „kunstwõita“ ei saagi tarwitada. Nõnda aetakse perenaine tahes ehk tahtmata poodi „kunstwõid“ nõudma. Sa küllap juba kaupa soetatate, kui aga nõudjaid on.

Mis asi siis see „kunstwõi“ dieti on, et talle nii kunstlikult ostjaid püütate?

Napoleon III. andis 1869. aastal ühele lahutuseteadlasele käsu, niisugust raswa walmistada, mis wõi jarnane, aga sellest palju odavam oleks. Sel algatusel ette wõetud katsete tagajärjel ongi nõndanimetatud margarini tööstus tekkinud. Margarini wabriku ülesandeks on looma raswa nõnda ümber töötada, et see wälispidi wõi jarnaseks saaks. Rasw lõigatakse masinate abil peenikefeks, ühendaw sedefude häwitatakse järele-aimatud seedimise protsessi abil 40° C soojuse käes ära. Wedel kollane rasw sisaldab palmitini, stearini ja oleini, — kõik isesugused raswa-liigid. Teda lastakse 25°C käes öö-päew seista. Selle aja jooksul läheb palmitin ja stearin kõwaks, olein aga jääb wedelaks. Oleinile lisatakse lehmapiima hulka ja pannakse see segu siis wõimasinasse. Sinna lisatakse weel taimedest wälja pressitud õliid juurde ja siis lüüaksegi wiimaks nõndanimetatud margarini ehk „kunstwõi“ kokku. Margarinis on 9% wett, 87—88% raswa, 1,0% lämmastikuaineid ja suhkurt ning 2,3% soolaseid.

Teadupärast wõetakse worstide walmistamiseks juba kõige halwemat liha, mis peeneks lõigatult, würtsitult ja wärwitult

enam oma omadusi ei näita. Kui mitu korda hõlpsam on aga margariini jaoks hoopis alaväärtusliku ning kõlbmata materjali võtta, mida teisel teel enam tarvitada ei saa! Sest margariini jaoks tuleb algausmaterjal juba nõnda ümber muuta, et tema ejalgsel seisukorral välispidi kuidagi enam ära tunda ei võdi. Võib uskuda, et kõiksuguseid aineid margariini tegemiseks tarvitada püütakse, mis aga odavamad kätte saada on ning rasva sisaldavad.

Hollandimaal on senini margariini tööstus küll kõige jõudsama mini edenemine. Sinna toodakse Amerika tapamajadest laevade faupa kõige halvemast ja odavamast sorti rasva, mis muuks otstarbeks enam ei kõlba (isegi raipe rasva) ja tehakse sellest margariini. Parem ei ole ka lugu mujal maades. Kord kuuldis ühes Sakamaa linnas ärimehi tõsiselt pääd murdnud, kas mitte torda ei lähets linnaelanikkude väljajähteid ja solki eeteriga läbi töötada, et jedaviisi rasva välja võtta, millest margariini tuleks valmistada . . .

Siit alles näeme, kui häbemataks wabrikantide omakasu püüdmise lähed, mis kõigile terwishoiu ja puhtuete nõuetele risti vastu filmi lööb ja walmis on rahwahulkadele igasugust läilust jisse jõötma, et nende raha kätte saada.

Kuna margariini valmistamise juures nii kõrget soojust ei tarvitata, et selle läbi materjalide seest haigusseidusid ära hävitada, siis võib juba mõelda, kui suur hädaoht on, et margariin tõbe-
süd ja taudisid laiali kannab.

Äriilmas aga tehakse margariini laiale laotamise hääks suure jultunusega fihutusetööd. Margariini valmistamine on tulus ette-
wõte, sest selleks tarvitataw toores-aine on odaw, ümbertöötamine lihtne ja walmis margariin ütlemata kallis. Sest tema hind jeatakse nõnda ära, et ta võdi hinnast pisut alla jääb. Siis aga ei walita abinõusid, et inimestele igal pool selgetks teha, kuidas margariin dieiti muud midagi ei olla, kui päris võdi, muud kui et ta ainult odavam olla! Ka need kokaraamatute kirjutajad, kes margariinisid, mis mitmesuguste nimede all müügile jaadetakse, perenaistele ette fiidawad, on margariini wabrikantide palgas oma raamatud kokku sepišenud.

Margarini soovitatasse kui „odavat võid“ kehvalele töv-
inimestele. Aga ometi maksavad seeditavad toiduained margariinis
kallimad, kui võis. Margarini maitse jääb või omaist kaugele
maha, sellepärast ei hakka teda ka keegi naljalt või asemel leiva
pääle määrima. Aga kõõgis leiab ta jõõkide valmistamise juures
kahjuks tihtigi tarvitamist.

Kui teda täieliku teadmiseega pruugitakse, noh, siis siindigu
igauhe tahtmine. Aga et teda või asemel, võdiga segatult ja wale
nime all inimestele kätte topitakse, selle vastu peab igauks wõit-
lema, ijeäraniš aga põllumees. Margarin on inimese terwisele
hädaohtlik; ta on ka igale tarvitajale majanduslišelt hädaohtlik,
sest toiduained on margariinis kallimad, kui võis. Wiimaks on
ta põllupidajatele hädaohtlik: walskuse abil wõistleb ta taga-
järjerikkalt auuſal wiisil valmistatud piimatalituse-ſaaduse —
wõdiga. Selle pärast oleme igafuguse margarini tarvitamise
vastu, tulgu ta kunstwõi, taimeraska ehk mõne muu nime all
müügile.

Iskeetja ehk keetmisekašt.

Reedufunſtišt kuuldaſe tihti kõneldawat. Mis nimetatud
funſti tõfine tuum on, ſee on küll wähebel ſelge. Reedufunſt
ſeiſab ſelles, et tooreid toiduaineid wõimalikult wäheſe kulu ning
ajaraiškamisega küpses tehtaſe, kuna nad oma toitwateſt, lõhna-
wateſt ja maitſewateſt jagudeſt midagi ei kaota, pehmeš, hõlpsaſti
ſalwetawaks ja lergeſti ſeeditawaks muutuwad.

Reetmine peab wähe kulu tegema. Seda nõudmiſt ei taida
wäga paljud pliidi ja kolde ſiſſeſeadeb mitte. Ašjata ei ole
peremehe kaebtuš mitte, et perenaine ühe lõunaſõõgi walmiſta-
miſeš poole ſülda hagu ära põletada. Tuleaſe on niifugune,
et jäl juba wäheſa põletismaterjali kuluga walmiſ ei ſaa.

Reetmine ei tohi ka palju aega nõuda. Kui inimene kõige
keemise aja ſupipada peab karjatama, ſiis ei ſaa ta ſelle kõrwal
enam peaaegu mitte mingiſuguiſt muud majatalituiſt ette wõtta.

Kui aga terve talu kodune talitus perenaise õladel lajub, ja seda sünnib pea kõigis meie taludes, siis on tal tõesti raske toidukatla juures istumiseks aega leida. Kui aga perenaine ka väljal põllutööd peab tegema, nagu väikekoha pidajate ja kandi-meeste juures loomulik, siis ei leia ta üleüldse mitte aega toitu teetma hakata. Selle nähtuse tagajärg on aga kurvastav. Kandi-mehe perekond ajab pakil tövajal nädalad otse külma ja kuiva toiduga läbi, ei saa päeva jooksul kordagi sooja sööki. See „kuiv“ toit ei ole aga pahatisti muud midagi, kui räim-leib ja hapu piim. Puuduliku toitumise tagajärjel jääb töödud ning tervis nõrgaks, pöödurus sammub tema kannul. Tuleb sarnast nähtust laialt ette, siis kannatab tema all terve rahvas.

Keetmise viis peab niisugune olema, et tema läbi toorestes toiduainetes leiduvatest toiduollustest midagi kaotusi ei läheks. Kui keetmise juures toiduollusid raisku läheb, siis on sarnane keetmine pillamine, mida ei rikka ega waese kõõgis jallida ei tohi. Et arusaadavamaks teha, misjagu sejt pillamisest meie kõneleme, olgu mõned näitused. Keetmise juures tohib toitu ainult nii rohke weega tulele panna, et sellest weest pääle keetmise enam tarwis ei oleks midagi ära kallata. Sejt keetmise wedeliku ehk leeme sisse on keedetavast wiljast ehk lihast kõik kergemini sulawad toiduained välja lignenud. Kui liha keedetakse, siis ei kallata mitte leent maha, waid temast saab maitsetu supp. Aga sellest wiisist ei peeta iseäranis keeduwilja walmistamisel mitte finni. Paljud perenaised keedawad hapuid kapsaid „mitme weega“, see on, kaldatawad esimese keetmise-leeme kapsaste päält maha ja ühes selle leemega ka hulga toiduaineid. Nõnda rikutakse keetmise juures toidu wäärtust ja ka hääd maitset. Mitme weega keedetud kapsad ei ole pooltgi nii hääd, kui potiga ahjus hautatud kapsad. Ka koorega keedetud kartulid peetakse üleüldiselt palju halwemaks, kui ahjus ehk tuhas küpsetatud kartulid on. Siin näitab juba lihtne maitse tunne igale õige tee kätte. Aga paljud ei osta sellest finni pidada.

Ei ole ka üks kõik, mil kombel toit walmis on saanud, kas juure tule pääl kiire keetmisega, ehk jälle aegapidise ja pikalisema küpsetamise ning hautamisega. On ju toitused olemas, millest

iisna wanaõnaga finnitatakse, et mida rohkem keedab, jeda enam maitseb. Riifugused on näituseks „tangudega passud kappad,“ mida iga perenaine maal teha oskab, Inglise puid ja mõned teised toidud.

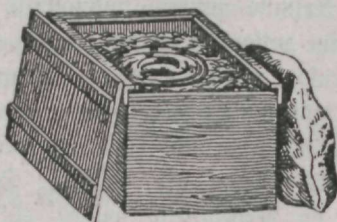
Enamasti iga toidu keetmise juures tuleb kahte järku tähele panna: 1) keetmist suure tulega kõrge palawuse käes, 2) hautamist wäikese palawusega.

Kõiki ülemaalmimetatud keetmise otstarbeid täidab kõige paremini ja täielikumalt nõndanimetatud ise keetja, ehk teise nimega keetmiskaast.

Isekeetja sisekeed põhjeneb selle nähtuse pääl, et toitused mitu tundi soojaks wõib hoida, kui neid soojalt kinni kaetakse. Paljudes majades tuntakse willajest lõngast heegeldatud ehk kalewiist



Kannetaw keedukast,
üle toobilise potiga.



Keedukast üle potiga, mis 3 toopi
mahutab.

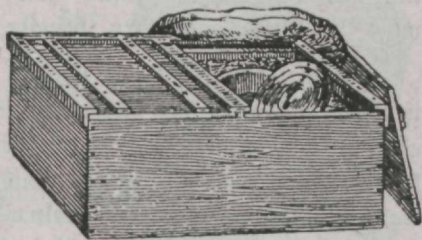
õmmeldud „kohwimütsti“, see on kotti, mida kummuli kohwikannu pääle pannakse, et kohwi nende jaoks hommikul soe seifaks, kes hiljemini üles tõusewad. Sarnane kohwimütts on iseäranis „peenemates“ kodanikkude majades harilik lauakatte osa, kus perepojad, aga weel sagedamini peretütred hommikut liiga kaua „unimütsti“ kannawad. Taluperenaised aga hoiawad supi ehk muu toidu nõnda sooja, et jeda kauisiga woodisise seawad ja padjaga päält kinni katawad.

Wähem tutaw on nähtus, et toidud soojust halvasti edasiandwa katte all mitte ainult soojad ei seisa, waid ka küpsiks saawad, kui neid enne pisut keema on aetud ja jahatumise eest hästi hoitakse. Madalama kraadiline soojus wõib toidu niisama

küpseks teha, kui suur palamusgi, kui ta aga pikemat aega toidu pääle mõjuda saab.

Nii on siis tähtis, et keetmise juures kõrget ja lühem aega kestvat soojust madalama ning kauemini wältawa soojustega täiesti ära wõib wahetada. Teiseks wõib jeda kestwat soojust keedunduu sees ilma tuleta alal hoida, kui ta kord keema on aetud ning selle järele soojust halvasti edasiandwa materjaliga finni kaetakse. Abinõu, mille waral jeda eesmärki kätte saadakse, ongi iseketja.

Iseketja valmistamine on, nagu wõeldud, õige lihtne asi. Selle jaoks wõetakse esiteks kuivast puust tugew kast, ehk kui sarnast walmis ei ole, lastakse teda teha, ja ostetakse kauplustest wõõbatud, otse-seintega ja kindla kaane ning liikuwate kõrwadega plekist keedupott. Kasti suurus tuleb selle järele arvata, kas ta ühe, kaks ehk enam potti ära peab mahutama. Kui kasti forraga mitu potti tahetakse panna, siis on hää teda waheseintega ühikutesse osadesse jagatada ja igale osale iseseiswalt lahti käiw kaan pääle panna. Siis ei anna ühe osa awamine teiste ärajahutumiseks põhjust. Kasti asemel wõib ka umbes sarnast tünni tarwitada, kui Pärnumaal meerandpütijed silgutünnid on. Siis tuleb keedupotid muidugi ülestiktu sisse panna ja nende wahel padjad paigutada.



Keedukasti kahe potiga, kumbgi kolme toobiline

Kast ehk püüt lüüakse seejpoolt kõige päält wildiga ära. Siis pannakse põhja pääle 2—3 tolliline fiht puu willa (õige peeniseji laastuõid, mida kauplustes pakkimise jaoks pruugitakse) ja tambitakse hästi finni. Nüüd pannakse tühi pott kasti sisse ja tuubitakse kõik wahed poti ja kasti seinade wahelt kuni poti ääreni kõwasti puu willa täis. Kui pärast pott wälja tõstetakse, jääb tema jaoks paras peja järele. See peja wooderdatakse seejt ja ääri mööda willase riidega ehk wildiga ära, et puu will (laastud) wälja ei tuleks. Kasti kaan wõib harilikul kombel kas hingede ja rambiga, ehk ka waltji mööda pääle liikawat olla. Pääle

jelle tehtakse kasti awause juurune wallaline padjake, millega potti päält finni wõib fatta, nõnda et ta igast küljest halwasti soojust edasiandwa materjaliga ümber on piiratud. Tuleb filmas pidada, et wooder kasti igas kohas vähemalt kaks tolli paks oleks. Keedupoti ostmise juures pandagu ka kõwasti tähele, et poti kaan kõigiti tihedasti pääle käiks.

Ehk olgu weel teine juhatus keedukasti valmistamiseks. Puuseppa lastakse tollilistest laudadest kaanega kast teha. Kui õige kokkühoidlik tahetakse olla, wõetakse paksematest laudadest kaubakast, tonn ehk hädapärast witsjadest pununud korwgi. Kindel kaan on soowitam. Ta käigu hingede küljes ehk waltsi mööda pääle. Kasti suurus walitakse keedunõuu järele. Mitme keedunõuu jaoks wõib ta ka osadeks jaotatud olla. Kast peab keedunõust 10—15 tšentimetrit igast küljest laiem ja ka kõrgem olema. Wahed täidetakse materjaliga, mis soojust hõlpsasti edasi ei anna, nagu jae-puru, linaluude, turbapuru, heinade, willase riide ehk paberiga.

Kasti täitmine sünnib nõnda: Kasti põhja pannakse 10—15 tšentimetri paksune kord täitematerjali, siis topitakse kindla raudise ehk puust kaanega pada ehk pott riidest kotti ja seatakse sellega keset kasti ehk selle jaokskonda. Siis täidetakse keedunõuu ja kasti wahel olev ruum tühi ruum mõne eelpool nimetatud täitmise-materjaliga täis ning surutakse see wõimalikult kõwasti finni.

Kui kast täis on, siis peab muidugi nii palju ruumi olema, et kaan pääle sünnib. Kotisuu lõigatakse kuni pajani neljaks osaks lõhki ja need neli osa naelutatakse kasti äärte külge finni. Siis wõetakse kott ehk paklase riide tükk ja laotatakse üle kasti awause ning naelutatakse ääripidi kasti äärte külge finni. Selle riide keskele lõigatakse riist nii juurelt, et pada kastiist kätte jaoks; neli riidenurka õmmeldakse alumise koti külge finni. Nõnda jääb siis paja jaoks waba ase järele.

Paja kaane katteks wõib wäikest padjakest ehk mitmekordset riidelappi tarwitada, kui ka kasti kaant ära polsterdada.

Kes enesele keedukasti tahab muretseada, arwagu hoolega järele, kui palju ta korraga teeta tahab ehk tema perekond tarwitab. Sest isefheetja töötab siis kõige paremini, kui pott alati ääreni täis

on, et võimalikult vähe õhuruumi jääks. Et teda hõlbus oleks käes kanda, tehtakse kastile ühel ehk teisel viisil wang pääle.

Isfeetjaid on ka wälsjamaal mitmed wabrikud teinud. Neid siin ligemalt kirjeldama hakata oleks ülearune. ¹⁾ Hinnad on suurusse järele ühes pottidega 3—20 rubla.

Müüd paneme ligemalt tähele, kuidas isfeetjat tarwitatakse. Toiduained, nagu liha, keeduwili, aiawili ehk jahust toidumaterjal valmistatakse selsamal kombel, kui harilikku keetmise juures, ning seatakse keedupotiga pliidi-tulele. Wahe on aga selles, et mitte ära ei oodata, kuni toit walmis on keedetud, waid weerand kuni kolmweerand tunnilise keemise järele wõetakse pott tulelt ära, seatakse kaan hästi pääle ja pannakse siis keedukasti. Potile pannakse ülemal nimetatud puu willast padjake pääle ja kasti kaan sulutakse kinni. Nõnda jäetakse toit isfeetjasse ilma awamata kuni söögiajani seisma. Muidugi mõista on, et keetmine pliidi pääl ja hautamine isfeetjasse ühe ja sellesama potiga peab sündima. Kui pott tule pääl on, peab selle eest muretsema, et toit põhja ei kõrbuks. Isfeetjasse ei ole põhja kõrbumist enam karta.

Enne, kui toitusid lauale pannakse, wõib liha panniga mõneks minutiks tulele seada, et talle küpsise nägu anda. Keedumiljale lisatakse kastet, mida liha-leemest, wõist ja pisut jahust valmistatud, ka enne lauale wiimist juurde. Kui keedukast mitme potiga on, siis wõib muidugi nii mitu toitu forraga ühes kastis walmis teha, kui mitu potti on.

Enne isfeetjasse panemist tuleb järgmisi toitusid ja nende jarnajeid weerand tundi keeta: kõiki jahu, riisi, kaeratangu, leima,



Melkist kestaga keedukast.

1) Olgu siin paar jarnaje wabriku adresse, mille järele hinnakirja wõib tellida: 1) Firma Blasberg u. Co. in Düsseldorf-Deerendorf, Deutschland. 2) Friedberger u. Co. Frankfurt a. M., Röberbergweg.

piima ja kartuli suppiid, kartulid, lilletapsaid, spargelit, wirjungi, porgandid, wärskaid ube, riisi, nuudlid, makaronit, kompotti, konserwifid, kuwatatud puuwilja, kala, kääki, piimatoitufid.

Kolmweerand tundi peab keetma: obratangu, erne, läätsja ja oa suppiid, pääkapsaid, hapuid kapsaid, pruuni kapsaid, ube ja läätsafid, loomaliha, küpsijit, sinti, sealiha ja teiji toiduaineid, millest teada on, et nad wifad keema.

Isekeetjasse jääwad toidud harilikult 4—5 tundi. Kui aga söögiaeg hiljemaks jääb, ei tee see ka mingit wiga.

Wisjuguft tulu isekeetja majapidamisesse toob, seda on lugeja perenaine juba ifegi aimanud, kui ta meie mõttekäiku tähelepane-likult finni pidas.

Kui isekeetja majas, wõib perenaine hommikuise söögi walmitamise puhul ka lõunaföögi walmitis teha, keema ajada ning isekeetjasse seada. Siis on ta terve hommikupoole kõigist söögitegemise muredest waba ja wõib rahulikult muud talitust ette wõtta.

Üleüldijem tähtsus on isekeetjal rahwa terwise tõstmise poolest, kui teda aga laiemalt tarwitusele wõtatakse. Sest isekeetja walmitab madalama soojuise käes toitufid seedimise jaoks palju paremini ette, kui seda kõrge palawuse käes kiire keetmine teha wõib. Kui isekeetjas walmitatud toitufid ainult välispidigi waadelda, siis paistab kohe wahje filma, mis neid tule pääl walmitis keedetud toitudest lahutab. Isekeetja toidud on kõwasti läbi lignunud ja üles porjunud, mis sellest tuleb, et toiduained rohkesti wett sisse imewad, kuna seda kiiresti tulel keedetud toitudest mitte nii täielikult ütelda ei saa. Seedimise ülesandeks ongi kõiki kõwafid toiduaineid sulawateks ja wedelateks ümber muuta. Toiduainete wedelaks muutumine jünneb sel teel, et nad soojuise käes aegapidi wett sisse tõmbawad ja selle mõjul oma kuju muudawad. Siit selgub, misjugune farnadus seedimise ja isekeetjaga keetmise wahel walitseb. Seedimise>wedelatud muudawad toitu nõnda ümber, et selle fifimine femiline ehitus ka ofalt pudeneb. Seda ei suuda isekeetja muidugi mitte teha, aga seda ei ole ka waja nõudagi, sest keetmine on igatahes toiduainete ettevalmistamine päris seedimise jaoks. Et aga keetwa madala kuumuse käes keetmine toiduaineid kuni üksikute molekülideni ära lahutab ja neid seedimise wedelikudele fergesti

kätte jaadavaks teeb, see on kindel ja on ka tähtis. Veel enam. Ka sedagi tohib arvata, et iskeetjas midagi sünnib, millel seedimiseega palju ühist on. Toiduainete rakukesed võivad iskeetjas fermentisid sünnitada, mis kõige toidu pääle seedimise mõttes mõjuvad. Sellelt seisukohalt võib ka seletada, miks iskeetjas küpses saanud toidud iseäranis maitsevad ja kerged seedida on.

Iskeetja on ka hääks abinõuks, et söökides toitvaid soolasisid, see on nõnda nimetatud elundita toiduaineid alal hoida. Toitvaid soolad on kehas väga suure tähtsusega. Gespool nägime aga, et meil senise keetmiseviisi juures väga tihti „mitme weega“ keetes kergemini sulavad taiduained, mille hulka just toidusoolad käivad, jäljetalt kaduma lähewad. Tihti näeme, et kapsaid, spinatid,erneid, ube, porgandid, riisi, makaroni ja teisi sellesarnaseid aineid weega ära keedetakse, keetmise weji maha walatakse, siis nimetatud ained jahedama weega veel üle uhitakse, ning pärast alles liha-leeme sekka pannakse, et nõndanimetatud „klaarsuppi“ jaada. Sarnane supp on ka sõna tõsisest mõttes läbipaistew, s. o., temast on kõik paremad toiduained välja uhitud, kuna ainult vähema väärtusega rakukesed järele on jäänud, millel teatud piirini paljas õlge ja haganate väärtus on. — Kui aga sarnastel pillamise põhjused toitude keetjad summitud on iskeetjat tarwitusele wõtma, siis peawad nad ka nõndanimetatud „suppide pesemise“ järele jätma. Sest iskeetja tarwitamisel wõetakse pott tulelt, ilma et tema kaant awada tohiks ehk leent ära kallata wõiks, ning pannakse kofe kasti. Nõnda jääwad ka kõik ollused söögi sisse, mis toiduainetes olemas oliwad.

Selle valmistamisewiisi pääl põhjeneb ka toitude hää lõhn ja maitse. Viimased ei ole seedimise juures mitte ilma tähtsusega. Sest nad kaswatavad söögijäät ja sunnivad kõhunäärmeid elama-
mini seedimisewedelikkusid välja immitsema. „Pestud suppide“ maitset püüawad peremaised sel teel tõsta, et neile kõiksugu roh-
tusid juurde lisawad. Sarnased würtid mõjuwad aga sööja terwise
pääle halvasti. Iskeetjas valmistatud toitudes on nende loomu-
likud würtid alal, need ei tarwita mingisuguseid lisandusi, kui
piisut feedusoola ja sibula maha arwame.

Isekeetja tähtsuse vähendamiseks võiks wahest ütelda, et keha nii põhjalikku toitumise ettevalmistamist ei nõuagi, kuna ta ka puudulikult peenendatud toidust jagu saab. Waatame ligemalt, kuidas sellega lugu on. Toiduainete wereks ja lihaks ümber muutmise sünnib kolmel astmel: seedimise kanalis, ringjooksu torudes ja rakufestest. See toiduainete omandamine võib igal astmel puudulikult sünnida, olgu, et sellekohased kehajaod nõrgad on ehk toitu palju ehk halvasti ette on valmistatud. Puuduliku seedimise mõjul tekkivad aga ainete waheldamise wahesaadused ja jäätised, mis teatud tingimistel kehas raskete haiguste tekkimiseks põhjust võivad anda. Silmapaistew on, et ainete waheldus jeda korralikult võib sünnida, mida paremini toit eimesel astmel, s. o. seedimise juures ette on valmistatud. Jah, walesti valmistatud jõöki ei saagi toiduks tarwitada, kuna tema toitew jõud juba jaolt kaduma on läinud.

Kõrge palawuse käes teetes muutub toiduainetes leidumunawalge nõnda, et ta osa enese jõuutagawarast ära kaotab. Sellega langeb munawalge toitew wäärtus, tema ei wõi enam kuigi palju energied jümitada, ehk nagu lihtkeeles wõidakse, toidul ei ole jõudu sees. Arusaadawal wiisil on niisugune toidu lahjenemine jeda suurem, mida kauemini toit kõrge palawuse käes keeb. Kui korda läheb toitusid, mida toorelt jõögiks tarwitada ei wõi, nõnda jõõdawaks muuta, et nad wõimalikult lühikest aega suure kuumuse käes keewad, siis on sellega jõõkide toitwa wäärtuse alalhoidmise eesmärk wõimaluse piirideni kätte saadud. Iga jõögitegija piüüd peab olema selle eest hoida, et ta toiduainete wäärtust valmistamise juures ei alanda. Seda wõib ta aga isekeetjat tarwitades rahuloldawalt kätte saada.

Kui nüüd lõpuks isekeetja tähtsust kokku wõttes nimerada tahame, siis leiame, et toiduained isekeetjas oma toitwat wäärtust kõige täielikumalt alal hoiawad, oma loomuliku lõhua ja maitset ei kaota, nagu jeda tulel teetes sünnib, et wiimaks isekeetja tarwitamine ütlemata lihtne on, wähe aega ja põletismaterjali sulu nõuab.

Seda sulu jilmast pidades wõib küll waewalt majapidamist leida, olgu maal ehk linnas, kus isekeetjat mitte tarwitama ei peaks. Tema kõlbab nii hästi peenikesesse kui ka lihtsasse kõöki, nii

juurele perele kui ka ühikule inimesele. Rõdige suuremat tulu toob isefheetja küll põllutöölisele ehk väikemajapidaja perekonnas, kus naine terve päeva väljal töö juures kinni on ja jõvõimeetmise pääle mõeldagi ei võdi. Sääal võid ta julgesti toidu juba hommikul enne tööle minemist keema panna ja seda isefheetjaga väljale ehk heimamaale kaasa võtta. Ka päivilised kraavitööd, puulõikajad, kivilõhkujad, teetegijad ja teised töölised, kes kodust terve päeva väljas on, võivad isefheetja varal enestele lõunaks sooja jõõki kaasa võtta. Vabrikutöölise naine võib hommikul rahuliku jõudamega tööle minna, kui ta isefheetja käima on pannud. Seest jõuab lõunaaeg kätte, jaavad lapsed kodus jõüa, ilma et neil tarvis oleks tulega ümber käia.

Isefheetjat tarvitatakse laialisemalt Skandinavia maades, kuna ta uuemal ajal ka Saksamaal suure kiirusega tuttavaks on jaanud ning poolehoidjaid võitnud.

D. Söögid ja joogid.

I. Leivad, saiad ja koogid.

1. Rukki leib.

Wõta: Wähe haput juuretist ehk 2 supilusika täit pärm, 3 toopi leiget wett, 8—9 naela ruffi jahu, 3—5 supilusikat soola, 1 supilusikas kääneid.

Juuretis ehk pärm segatakse leige weega, pool osa jahudest peksetakse seffa. Segu pannakse sooja kohta 12—20 tunniks hapnema, jelle järele peksetakse järele jäänud jahudest weel üks osa seffa, lastakse weel paar tundi hapneda, siis kastetakse wiimased jahud, sool ja kääned juurde. Kuni hästi läbi on kastetud, siis lastakse tõusta. Walmistatakse joowitud suurusega leiawad. Küpsutatakse 1¹/₂—2 tundi kuumas ahjus.

2. Rukkipüüli leib I.

Wõta: 3 toopi keewa wett, 1 supilusikas kääneid, 15 naela ruffi püülit, 2 supilusikat soola.

Wesi lastakse keemaks minna, kuni pisted näha (keeta ei tohi). Kallatakse leiwandhe sisse, segatakse nüüd nii palju rukkipüülit juurde, et wedel tainas saab. Peksetakse puust mõlaga, kuni jahutiikka enam näha ei ole. Kinni kaetult lastakse soojas ruumis 8—10 tundi seista, siis lüüakse puumõlaga hästi läbi; jeda korraldakse mitu puhku 2—3 päewa pärast, kui tainas kallis hapu on.

Kastetakse soojendatud jahud, sool ja kõõmned juurde, soovi järele võib wähe pärmi ja suhkurt ka juurde lisada. Tainas kastetakse hästi jitteks. Kinni kaetult lastakse soojas kohas tõusta. Kui ferkinud, siis wormitakse märja käega piklikud titjad pätiid. Süpjetatakse parajas kuumas ahjus 1—1¹/₂ tundi.

3. Rukkipüüli leib II.

Wõta: 3 toopi haput ehk wõdipiima (petipiima), 1 klaas suhkurt ehk siirupit, 2 supilusikat kõõmneid, 2 supilusikat soola, 1 supilusikas pommerantši ehk apfelsini foort, 15—16 naela rukkipüüli jahu.

Leiva-ajstjas segatakse leige piim jahudega segi, riputatakse forid jahu pääle ja lastakse kinnikaetult 8—10 tundi seista. Klopitakse siis puu mõlaga läbi, riputatakse jälle jahu pääle ja lastakse kinnikaetult soojas kohas seista; seda korratakse mitu puhku. 2—3 päewa pärast, kui tainas kaunis hapu on, pekstakse wiimast forida hästi läbi, lisatakse sool ja teised maitseained, kastetakse soojendatud jahud juurde ja kui tainas hästi läbi on kastetud, lastakse kerkida, wormitakse märja käega piklikud leivad. Parajas kuumas ahjus süpjetatakse nad helepruuniks.

4. Sepik I.

Wõta: 2 supilusikat pärmi, 1 toop leiget wett ehk piima, 2 supilusikat soola, 1 supilusik kõõmneid, 1¹/₂ naela Moskwa jahu, 1¹/₂ naela odrajahu, 1¹/₂ naela rukki püülit.

Pärmi leotamiseks wõetakse wähe leiget wett, jahu segatakse nii palju juurde, et pudru sarnane segu saab ja pannakse kerkima. Maitseained ja oja jahust segatakse wedeliku hulka, lüüakse, kuni hästi jitte on, segatakse siis kerkinud pärmi-juuretis ja wiimane oja jahust kastetakse kuni tainas jitte on ja kätest läbi lööb. Tainas lastakse tõusta, kuni teda kogu järele kahewõrra on, ja

woolitakse siis jaialaua pääl hästi läbi. Wormitakse soovi järele pättid, lastakse enne ahjupanemist kerkida, küpjetatakse parajas kuumas ahjus $\frac{3}{4}$ —1 tund aega.

5. **Sepik II.**

Wõta: 2—3 lusikat pärmi, 1 toop leiget wett ehk kooritud piima, 2 supilusikat soola, 3—4 supilusikat raswa ehk wõid, 1 nael Moskwa jahu, 2 naela nisujahu, 2 naela odrajahu.

Tainas valmistatakse nagu eelpool kirjeldatud.

6. **Sepik III.**

Wõta: 2—3 loodi pärmi, 1 toop leiget kooritud piima, $\frac{1}{8}$ naela raswa ehk wõid, 1 supilusikas soola, $\frac{1}{2}$ naela Moskwa jahu, $4\frac{1}{2}$ naela nisujahu ehk püülit.

Tainas valmistatakse I kirjelduse järele.

7. **Soome leib.**

Wõta: 3—4 loodi pärmi, 1 toop leiget peti-ehk haput-piima, $\frac{3}{4}$ klaasi finepit ehk suhkurt, 2 supilusika täit peenendatud pommerantši ehk apfelsini koort, 2 supilusikat soola, 1 supilusikas peeneks hõõrutud käämneid, 2 naela Moskwa jahu, 3 naela rukki püülit.

Pärm leotatakse paari lusika täie leige wee sees, segatakse nii palju jahu juurde, et paks pudru jarnane segu saab, pannakse kerkima. Siirup ja peeneks hõõrutud maitseained segatakse leige piima juurde ja üks osa jahudest, pehjetakse hästi sikkaks, lisatakse kerkinud pärm juurde, siis wiimased jahud ja kastetakse sisse tainas. Lastakse kerkida, kuni ta kogu poolest kahewõrdjeks kerkinud, woolitakse jaialaua pääl läbi. Wormitakse ümargused-pikkid ehk

ümargused pätjid. Lastakse enne ahjupanemist kerkida, löödatakse kahwliga paar korda jüsse. Küpjetatakse parajas kuumas ahjus tuud aega. Enne ahjust välja võtmist kastetakse weega.

8. Terwislised kuwikud.

Wõta: 3—4 loodi pärmi, 1 toop leiget piima, 1 supilusikas soola, $\frac{3}{4}$ klaasi siirupit, 1 teelusikas köömneid, $\frac{1}{4}$ naela wõid ehk raswa, 1 nael Moskwa jahu, 3 naela nisujahu ehk nisu püülit, $\frac{1}{2}$ naela odrajahu, $\frac{1}{2}$ naela ruffijahu.

Tainas valmistatakse, nagu juba eelpool kirjeldatud. Kui tainas kahewõrdseks kerkinud, woolitakse lana pääl väga hästi läbi. Wormitakse pifad pitsad pätjid ehk ümargused kuniid, lastakse kerkida. Küpjetatakse kuumas ahjus. Jahtumult lõigatakse tase sõrme laiusteks tükkideks ja keskelt weel pooleks. Kuivatatakse nõrga soojuse käes kuwikuteks.

9. Sihnue sai.

Wõta: 2 loodi pärmi, 1 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi juhkurt, $\frac{1}{2}$ toopi leiget piima ehk wett, 1 teelusikas soola, $\frac{1}{4}$ klaasi sulda wõid, $2\frac{1}{2}$ naela Moskwa jahu.

Määrimiseks: 1 muna, 2 supilusikat juhkurt.

Pärm leotatakse paari lusikataie leige wee sees, segatakse nii palju, jahu, et pudru sarnane segu saab, pannakse kerkima. Muna ja juhkurt hõõrutakse, lisatakse leiget piima ehk wett ja selle hulka peksetakse oja jahudest hästi tikkeks tainaks. Pannakse kerkinud pärmi juuretiist, selle järele kastetakse wiimased jahud ehk wahuks aetud wõi. Kastmist jätkatakse kuni wullijid tainas näha on. Pannakse sooja kohta tõusma, kuni tainas kogu poolest kahewõrdseks on kerkinud. Woolitakse siis saialaua pääl hästi läbi. Wormitakse piklikud pätjid ehk palmikud, lastakse plaadi pääl kerkida, enne ahju

panemist määratakse peetud munaga ehk walmis magusaks tehtud kofwiga ja juhkurt riputatakse pinnale. Saad küpjetatakse parajas kuumas ahjus $\frac{3}{4}$ —1 tund.

10. Nisujahuft kuwikud.

Wõta: 3—4 loodi pärmi, 1 toop leiget piima, $\frac{1}{2}$ klaasi siirupit, 1 supilusikas soola, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ klaasi sulawõid, 1 nael Moskwa jahu, $3\frac{1}{2}$ naela nisujahu.

Pärm leotatakse wähejes leiges wees, jahu segatakse nii palju juurde, et pudru saanane segu saab, ja pannakse kerkima. Siirup, sool ja oja jahudest segatakse leige piima jisse, lüüakse tükeks, jelle järele kerkinud pärm, sulawõi ja wiimased jahud kastetakse hästi läbi. Pannakse sooja kohta tõusma. Kui tainas kahewõrdseks on kerkinud, woolitakse jaialama pääl hästi läbi. Wormitakse fitjad pikad pätid, lastakse kerkida, küpjetatakse kuumas ahjus. Jahunud lõigatakse ühe tolli laiusteks käärudeks ja keskelt weel pooleks.

Kuivatatakse nõrgas ahjus läbi kuivaks.

11. Sünnipäewa sai.

Wõta: 4—5 loodi pärmi, $\frac{3}{4}$ toopi leiget piima, 1 muna, 3 munakollast, 1—2 tassi juhkurt, 1 supilusikas soola, (5 kopiku eest safrani), 1 teelusikas tõugatud kardamoni, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ naela wõid, 4—5 naela Moskwa jahu, $\frac{1}{2}$ —1 nael rosinaid.

Määratakse: 1 muna, $\frac{1}{4}$ klaasi mandlid, 5 supilusikat juhkurt.

Tainas valmistatakse, nagu lihtjast saiaist. Palmitakse ehk wormitakse soowi järele kringel. Kui kerkinud on, määratakse löödud munaga, millele juhkurt ja peenendatud mandlid juurde lisatud.

Küpjetatakse parajasti-kuumas ahjus.

12. Kõõmli kuivid.

Wõta: 2 loodi pärmi, $\frac{1}{2}$ toopi leiget piima ehk wett, 1 supilusikas soola, $\frac{1}{4}$ klaasi suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi sulatatud wõid ehk raswa, $2\frac{1}{2}$ naela jahu, 1—2 supilusikat kõõmleid.

Walmistatakse, nagu harilik jaiatainas. Kuni tainas kahewõrdjeks kerkinud, woolitakse laua pääl hästi läbi, siis wormitakse wäiksed ümargused pätid. Iga päti keskele pannakse täpp wõid ja wähe kõõmleid, lastakse hästi fertida, määratakse siis pehjetud munaga. Kõõpjetatakse parajasti kuumas ahjus.

13. Wiiburi kringlid.

Wõta: 4 loodi pärmi, 4 muna, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, $\frac{3}{4}$ toopi soojendatud piima, 2 teelusikat peeneks tambitud kardamoni, $\frac{1}{2}$ teelusikat peenendatud muskati õit, 6 loodi wõid, 1 supilusikas soola, $4\frac{1}{2}$ n. jahu.

Walmistatakse tainas, nagu lihtsaia juures kirjeldatud. Kuni tainas kogu järele kahewõrdjeks kerkinud, woolitakse laua pääl hästi läbi, wormitakse siis 4—5 kringlit; lastakse fertida, määratakse pehjetud munaga, kõõpjetatakse nõrgas soojuses.

14. Rutuline sai.

Wõta: 2—4 loodi pärmi, $\frac{1}{2}$ toopi leiget rööska piima, 1 klaas suhkurt, 1 supilusikas soola, 3—4 supilusikat sulatatud wõid, 2 tilka tsitroni õli, $\frac{1}{2}$ teelusikat peenendatud kardamoni, $\frac{1}{2}$ n. rosinaid ehk korintisid, $1\frac{1}{2}$ —2 naela jahu.

Pärm leotatakse soojendatud piimas, lijatatakse siis sool ja üks oja jahudest juurde, klopitatakse hästi läbi, lastakse fertida. Kuni kerkinud, siis lijatatakse suhkur, puhastatud rosinad, wahuks hõõrutud wõi ja jahud, pehjetatakse tugevasti $\frac{1}{2}$ tundi. Tainas kallatakse wõietud pannile ehk wormi sisse, lastatakse fertida. Kõõpjetatakse parajas soojuses.

15. Pühapäewa pätsid.

Wõta: 2 supilusikat pärmi, 5 muna, 1 klaas suhkurt, 2 klaasi leiget piima, 1 klaas sulawõid, $2\frac{1}{2}$ n. Mostwa jahu.

Määritakse: 1 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi mandlit, 2 supilusikat suhkurt.

Tainas valmistatakse nagu lihtsaja juures. Wormitakse wäikejed pätsikesed; kui ferminud, määratakse munaga, suhkurt riputatatakse pääle. Küpjetatakse parajasti kuumas ahjus.

16. Saja kuwikud.

Wõta: 3 loodi pärmi, $\frac{1}{2}$ toopi piima, 8 supilusikat suhkurt, $\frac{3}{4}$ — $\frac{1}{2}$ klaasi sulawõid, $2\frac{1}{2}$ naela Mostwa jahu.

Walmistatakse, nagu harilik jaiatainas. Kui tainas laua pääl läbi on woollitud, siis wormitakse kitsad pifad ehk wäikesed ümargused pätsid. Lastakse plaadi pääl enne ahju panemist hästi ferkida. Küpjetatakse parajas ahju soojuhes. Sahtumult lõigatakse kanikateks ehk wäikesed ümargused pätsikesed pooleks. Kuivatatakse ahjus läbi kuivaks, hoitakse klaaspurtides ehk plekkastides alles. Seisawad kuu aega hääd.

17. Suhkrusai.

Wõta: Kuwiku tainas nr. 16, $\frac{1}{2}$ klaasi sulawõid, $\frac{1}{4}$ klaasi suhkurt, ($\frac{1}{4}$ klaasi mandlid.)

Määrimiseks: 1 muna, wähe mandlid, 5 supilusikat suhkurt.

Kuwiku tainas rullitakse 1 tšentimetri paksusest wälja, määratakse päält sulawõiga, riputatatakse suhkurt, kui tahetakse, siis ka peenedatud mandlid.

18. **Teekoogid.**

Wõta: 5 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 5 supilusikat
sulatatud wõid, 1 teelusikatäis peeneks tambitud
kaneeli, $\frac{1}{4}$ klaasi mandlid, 1 teelusikas pödrasarwe
soola, $1\frac{1}{4}$ n. saiajahu.

Munad ja suhkur hõõrutakse wahule; pestud sulatatud wõi,
kaneel, kooritud peeneks lõigatud mandlid, pödrasarwe sool ja sai-
jahud segatakse juurde. Taiguast weeretatakse sõrme paksused ja
paksused kanged. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

19. **Hääd S-id.**

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela wõid, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 3
muna, 1 teelusikas kaneeli, $\frac{1}{2}$ teelusikat pödrasarwe
soola, 1— $1\frac{1}{4}$ naela saiajahu.

Pestud wõi ja suhkur hõõrutakse wahuks, pehjetud munad,
tambitud kaneel, pödrasarwe sool ja saiajahu segatakse juurde.
Taiguast wormitakse sõrme paksused kanged, weeretatakse suhkru-
s ja kaneelis. Küünetakse „S-i“ jarnajeks. Küpsetatakse parajas
kuumas ahjus.

20. **Muna rõngad.**

Wõta: 3 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 1 klaas
hääd koort, 1 teelusikas küpsetamise pulbrit, $1\frac{1}{4}$ naela
saiajahu.

Munad ja suhkur hõõrutakse wahule; koort ja jahud, kuhu
hulka küpsetamise pulber on segatud, pannakse juurde. Taiguast
wormitakse väikesed rõngad. Küpsetatakse helepruuniks.

21. „**Marstrand** leidus.“

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela wõid, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $\frac{3}{4}$
klaasi paksu koort, $1\frac{1}{2}$ teelusikat pödrasarwe soola, $\frac{1}{2}$
naela kartuli jahu, $\frac{1}{2}$ naela Moskwa jahu.

Suhkur ja pestud wõi hõõrutakse wahuks; wahule löödud koor ja jahud, kuhu hulka pödrajarwe. Jool on segatud, pannakse waheldamisi lusikaga juurde. Tainas rullitakse, ja pistetatakse kahwliga läbi, wõetakse klaasi ehk wormiga wäikejed koogid, iga koogi keskele tehakse sõrmkübaraga auk. Koogid küpsetatakse leiges ahjus.

22. Sodaalkoogid.

Wõta: 1 nael saiajahu, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 1 teelusikas sodat ja kremortartari, $\frac{1}{8}$ naela wõid.

Kaneel ja saiajahud lisatakse läbihõõrutud wõi hulka. Taignast wormitakse sõrme paksused kanged, lõigatakse 2 tolli pikusteks tükkideks, weeretatakse peenikehes juhkruus ja kooritud peenendatud mandlites. Küpsetatakse helepruuniks.

23. Rukkijahu koogid.

Wõta: 1 nael wõid, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 2 teelusikat küpsetamise pulbert, $\frac{3}{4}$ naela nisujahu, $\frac{3}{4}$ naela ruffi piüülit.

Wõi pestakse ära, ja kõik eelpool nimetatud ained segatakse hästi segi. Tainas rullitakse, pistetatakse kahwliga ja wõetakse wormiga wäikejed ümargused koogid, keskele tehakse auk, küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

24. Laastud.

Wõta: 5 muna, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt (munade raskuse järele), $\frac{1}{4}$ naela nisujahu (wähem munade raskusest).

Munad ja suhkur lööakse wahule, jahud segatakse wähehaawal juurde. Segust pannakse määratud plaadile piklikud koogid. Küpsetamise järele käänatatakse torudeks.

25. Käär-koogid.

Wõta: 6 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ naela wõid, $\frac{1}{4}$ [naela mandlid, 1 teelusikas sodat, 2] teelusikat küpsetamise pulbert, $1\frac{1}{2}$ naela nisujahu.

Munad ja suhkur hõõrutakse; lisatakse pestud ja wahule löödud wõi, lõigatud koorimata magusad mandlid. Soda ehk küpsetamise pulber segatakse jahude hulka ja wiimaks taina juurde. Tainast lastakse järgmise päewani seista, weeretatakse pikad pulgad.

Küpsetamise järele lõigatakse 1 tolli laiusteks kääruks, kuivatatakse nõrgas soojuses.

26. Wabarna pätsid.

Wõta: 1 muna, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $\frac{1}{4}$ n. wõid, $\frac{1}{2}$ klaasi haput koort, 1 teelusikas küpsetamise pulbert, $\frac{1}{2}$ teelusikat sodat, $\frac{1}{2}$ teelusikat kremortartari, $\frac{3}{4}$ naela jahu, $\frac{1}{2}$ naela marja keedist.

Munad ja suhkur liiuakse wahule, pestud ja wahuks hõõrutud wõi, koor, küpsetamise pulber ja jahud segatakse hulka. Tainast wormitakse väikesed pätsikesed. Iga pätsikese keskele tehakse sõrmeaga auk ja täidetakse marja keedijega. Küpsetatakse parajas ahjus.

27. Väikesed teekoogikesed.

Wõta: 4 munakollast, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 4 supilusikat sulatatud wõid, 4 supilusikat haput koort, $\frac{1}{2}$ teelusikat puhastatud sodat, $\frac{1}{4}$ teelusikat kremortartari (wiinakiwi), $\frac{1}{2}$ naela jahu, $\frac{1}{2}$ naela tärklis.

Munakollased ja suhkur lööakse wahuks, pestud ja sulatatud wõi, koor, mille sees soda ära sulatatud ja jahud segatakse hulka, Tainast weeretatakse väikesed kumid. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

28. Kaera mäed.

Wõta: 2 muna, 12—18 loodi suhkurt, $\frac{1}{2}$ naela wõid, $\frac{3}{4}$ naela presstitud kaera tangu.

Munad ja suhkur hõõrutakse hästi wahule, segatakse kaera tangud juurde (presstitud tangud), wiimaks ära sulatatud ja wähe jahturnud wõi, segatakse kõik hästi läbi, lastakse tainast faks tundid seista. Wõdetakse lusikaga wäikejed koogid. Küpjetatakse kuumas ahjus.

29. Kaera leidis.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela kaerajahu, $\frac{1}{8}$ naela wõid, 3 supilusikat suhkurt, $\frac{1}{4}$ klaasi piima, $\frac{1}{2}$ teelusikat pödrasfarwe soola, wähe saiajahu.

Wõi hõõrutakse wahuks, lijatatakse eelpool nimetatud materjalid juurde, kastetakse hästi läbi. Kullitatakse õhufeselt laiaks, lüüakse kahwliga aukusid läbi. Wõdetakse klaasiga wäikejed koogid.

30. Kaneeli kanged.

Wõta: 3 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{8}$ naela wõid, 3 teelusikat peeneks tõugatud kaneeli, 2 klaasi jahu.

Munad ja suhkur hõõrutakse wahule, lijatatakse wahuks löõdud wõi, kaneel ja jahud juurde. Tainast weeretatakse jõe me paksused kanged, lõigatakse kahe tolli pikused tükid, weeretatakse suhkruks ja kaneelis. Küpjetatakse parajas kuumas ahjus.

31. Pehme piprakoogid.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ klaasi siirupit, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkurt, 1 teelusika täis peenenatud nelkijid, 1 teelusika täis peenenatud kardamoni, 1 teelusikas kaneeli, ($\frac{1}{2}$ teelusikat ingweri,) 2 supilusikat peeneks raiutud pommerantši koort, $\frac{1}{2}$ naela wõid, 5 supilusikat haput koort, 2 teelusikat sodat, 5 muna, 5 klaasi jahu.

Siirup lastakse kuumaks minna, lisatakse üks osa suhkrust ja hõõrutakse hästi wahuks, lisatakse siis peenendatud maitseained, hõõrutud wõi, koor, kus sees sode ära sulatatud, pehjetud munad ja jahud juurde. Tainas lastakse teise päewani seista. Beeretatakse wäikesed kumid. Küpjetatakse parajas soojas ahjus.

32. Piprakoogid.

Wõta: 5 naela siirupit, 1 nael wõid, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkur, 2 supilusikat pommerantši koort, 1 teelusikas kaneeli, kardamoni, anisi, koriandert, 5 muna, 3 loodi pärmi, 5 teelusikat potast, 5 teelusikat põdrasarwe soola, 5 naela jahu.

Siirup lastakse kuumaks minna, lisatakse suhkur, peeneks tõugatud maitseained, wõi, ära sulatatud potas ja põdrasarwe sool, ning üks osa jahudest. Pehjetakse hästi ütteks. Kui jahtunud, siis lisatakse leiges wees leotatud pärm, löödud munad ja järele jäänud jahud. Pehjetakse hästi ütteks, lastakse tainast teise päewani seista, rullitakse õhukeselt wälja. Wõetakse klaasi ehk pletist wormiga wäikesed koogid. Küpjetatakse parajas ahjus.

33. Munawalge koogid.

Wõta: 6 munawalget, 12—15 supilusikat tolmusuhkur, $1\frac{1}{2}$ supilusikat riivitud sokolati ehk kakaod, 1 tikk tsitroni ehk äädikat.

Munawalged lüüakse kõwaks ja löömist jatkatakse 15 minutit, puistatakse siis peenikest suhkur wähehaawal juurde, (paar tilka äädika piiritust). Panakse wõidetud ja kartulijahuga üle riputatud plaadile lusikaga kõrged koogid, ehk rõnga wiisi. Kuivatatakse leiges ahjus.

34. Kuivad koogid.

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela suhkur, $3\frac{1}{2}$ muna, 1 muna-kollane, $\frac{1}{4}$ naela magusaid mandlid, $\frac{1}{2}$ kange waniljet, 1 teelusikas põdrasarwe soola, 1 nael jahu.

Munad hõdrutakse suhkruga $\frac{1}{4}$ tundi, jelle järele wõetakse peeneks tõugatud wanilje, põdrajarwe jool, raiutud koorimata (puhtaks pühitud) mandlid ja wiimaks jahud. Tainast weeretatakse kanged. Seatakse määritud plaadile, wõetakse weel päält peksetud munakollasega. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus. Leigelt lõigatakse põigiti tükkideks.

35. **Sea kõrwad.**

Wõta: 1 klaas munakollast, 1 klaas koort, 1 klaas suhkurt ja nii palju jahu, (2 n.), et tainas ennast wälja trullida lasseb.

Segatakse hästi läbi, kardamoni lisatakse maitse järele juurde. Tainas lastakse $\frac{1}{2}$ tundi seista ja rullitakse wälja, lõigatakse koogi-rattaga $\frac{1}{2}$ sõrme laiused ja $1\frac{1}{2}$ sõrme pikused tükid wälja, keskele lõigatakse auk ja tõmmatakse teine ots läbi. Keedetakse raswa sees, wõetakse paberi pääle wälja ja riputatakse suhkurt pääle.

36. **Rootsi piprakoogid.**

Wõta: 5 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 1 nael siirupit, 8 supilusikat sulatatud wõid, 2 supilusikat pommerrantši, 1 teelusikas kaneeli, nelkijid, kardamoni, ingweri, $1\frac{1}{2}$ teelusikat puhastatud sodat, $2\frac{1}{4}$ naela jahu.

Munad ja suhkur hõdrutakse hästi wahule, segatakse teised eespool nimetatud ained kirjelduse järele juurde. Tainast lastakse mõni tund seista, wormitakse wäikesed koogid. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

37. **Suhkrukook I.**

Wõta: 6 muna, 6 supilusikat suhkurt, 6 supilusikat jahu, 3—4 supil. kartulijahu, (2 tilka tsitroni õli).

Munakollased ja suhkur hõdrutakse wahuks, lisatakse siis jahu ja wiimaks ferge käega kõwaks wahuks löödud munawalged. Segu kallatakse määritud, jahu ja kuuwiku puruga üle riputatud wormi ehk pannile. Küpsetatakse parajas nõrgas ahjus.

38. Suhkru kook II.

Wõta: 5 muna, 6 supilusikat suhkur, $\frac{3}{4}$ klaasi jahu, $\frac{1}{5}$ klaasi tärklis, (1 till tšitroni õli).

Munakollased ja suhkur hõõrutakse vahule, lijatatakse tšitroni õli, jahud, tärklis, viimaks vahuks löödud munavalged. Segu kallatakse wõidetud jahudega ehk kuivikutega üle puistatud kausi. Küpjetatakse parajas kuumas ahjus.

39. Hapuleiwa kook.

Wõta: 5 muna, $\frac{1}{4}$ naela suhkur, $\frac{1}{2}$ klaasi riivitud haput leiba, $\frac{1}{2}$ klaasi jahu.

Walmistatakse, nagu suhkru kooki.

40. Kõbe kook.

Wõta: 8 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkur, $\frac{3}{4}$ klaasi tärklis.

Walmistatakse, nagu eelpool kirjeldatud suhkru kook (nr. 37).

41. Kait kook.

Wõta: 4 muna, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkur, $\frac{1}{2}$ klaasi sulatõid, 1 supilusikas pödrafarwe soola, $\frac{3}{4}$ klaasi tärklis, 1 tšitron.

Munakollased ja suhkur liüakse vahuks, lijatatakse vahule hõõrutud wõdi, riivitud tšitroni kollane koor ja mahl, peeneks tõugatud pödrafarwe sool ja jahu, viimaks vahuks löödud munavalged; segu kallatakse wõidetud ja jahuga puistatud wormi. Küpjetatakse parajas kuumas ahjus.

42. Manna kook.

Wõta: 6 muna, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkur, $\frac{3}{4}$ klaasi mannat.

Walmistatakse, nagu suhkru kooki juures kirjeldatud.

43. **Petipiima kook.**

Wõta: 1 klaas petipiima ehk haput piima, 1 teelusikas sodat, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi siirupit, $\frac{1}{2}$ teelusikat nelktsid, ($\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid), 2—4 supilusika täit sulatõid, 2 klaasi jahu.

Kõik eelpool nimetatud ained segatakse kirjelduse järele ühte. Segu kallatakse määritud ja jahuga üle riputatud pannile. Kõpsetatakse kuumas ahjus.

44. **Maie kook.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela wõid, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ n. jahu, ($\frac{1}{4}$ kange waniljet,) $\frac{1}{2}$ naela marjakeedist.

Pestud wõi hõdrutakse wahuks, lisatakse munad üksikult suhkru juurde, hõdrutakse pool tundi, lisatakse siis jahud ja wanilje. Kõpsetatakse wõiga määritud ja kuwikutega üle puistatud pannil. Kõpsetatakse kolm kuni neli dhufejt kooki, määratakse marja keedist wahelle, ehitakse päält suhkru ehk piima laifega.

45. **Kohwi kook.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela jahu, $\frac{1}{8}$ naela wõid, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, 3 tilka tsitroni õli, 2 muna, $\frac{3}{4}$ klaasi piima, 3 teelusikat küpsetamise pulbert (ehk 1 teelusikas sodat ja kremortartari.)

Wõi sulatatakse, hõdrutakse suhkruka wahuks, tsitroniõli, munakollased üksikult, siis wähehaawal piim, selle järele jahud, kuhu juurde küpsetamise pulber segatud ja wiimaks wahuks löödud munawalged. Taimas kallatakse määritud ehk jahuga üle riputatud pannile ehk wõrmi. Kõpsetatakse parajas kuumas ahjus.

46. **Liwa kook.**

Wõta: 4 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ naela wõid, $\frac{1}{2}$ naela kartuli tärklisi, $\frac{1}{4}$ teelusikat põdrasarwe soola, $\frac{1}{4}$ naela saiajahu.

Munakollased ja suhkur hõdrutakse hästi kuni valgeks lähevad, selle järele tuleb julavdi vähehaaval; segatakse pool tundi, siis vähehaaval jahu ja tähtlis, viimaks vahuks löödud muna-valged. Kallatakse määritud wormi. Küpjetatakse kuumas ahjus 1 tund.

47. **Kull kook.**

Wõta: 6 muna, 10 loodi suhkurt, 9 loodi jahu, $\frac{1}{4}$ klaasi marjateedist.

Munakollased ja suhkur hõdrutakse hästi ära, lisatakse jahud, siis vahule löödud munavalge. Tainas kallatakse määritud plaadile (wõib wõdiga määritud paber olla) dhufeselt pääle. Küpjetatakse nõrga soojuse käes. Lüüakse suhkruga üleriputatud paberile ehk lauale, määratakse päält marja teedijega. Nullitakse ruttu kokku, kui jahtunud, lõigatakse kahe sõrme pakusteks wiiludeks.

48. **Lihtr kook.**

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela wõid, 4 muna, 1 nael peenikest suhkurt, 2 klaasi rõõska piima, 4 klaasi jahu, 2 supilusikat raiutud magusaid mandlid, 2 tilka mõruda mandli õli ehk mõni mandel, 1 teelusikas sodat, 3 teelusikat fremortartari (wiina-kiwi).

Pestud ja vahuks hõdrutud wõi juurde lisatakse munakollased ja suhkur, segatakse kuni vahune on. Selle järele vähehaaval piim, siis jahu, kuhu hulka joda ja fremortartari segatud, ja raiutud mandlid, ja 1—2 tilka tsitroni-õli ehk riivitud koort, viimaks vahuks löödud munavalged. Segu kallatakse wõdiga määritud ja kuuwikutega üle riputatud wormi. Küpjetatakse kuumas ahjus.

49. **Koore kook I.**

Wõta: 6 muna, 1 klaas suhkurt, $1\frac{1}{2}$ klaasi haput koort, 1 tsitroni riivitud koor ehk 3—4 tilka tsitroni-õli, 21 loodi jahu.

Munakollased ja suhkur hõõrutakse wahuks; wahule lööduks koor, tsitroni koor ehk õli ja jahud lisatakse juurde, wiimaks wahuks lööduks munawalged. Segu kallatakse wõietud ja kuiwikutega üle riputatud wormi. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

50. Koore kook II.

Wõta: 6 muna, 1 klaas suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi haput koort, 4 supilusikat jahu, 1 tilk tsitroni-õli.

Munakollased ja suhkur hõõrutakse hästi läbi, lisatakse siis koor, tsitroni-õli, jahu ja wiimaks wahuks lööduks munawalged, küpsetatakse wõietud ja kuiwikutega üle puistatud wormis.

51. Rullitud kook II.

Wõta: 4 muna, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ naela jahu, 1 teelusika täis pödrasarwe soola, marjakeedist, wõid plaadi määrimiseks.

Walmistamine, nagu eelpool rull-koogi juures kirjeldatud (nr. 47).

52. Aleksandri kook I.

Wõta: 1 nael jahu, 1 nael wõid, 1 nael suhkurt, 6 muna, 2 supilusikat piima.

Sähust, wõist, suhkruist ja munast tehtakse saia laua pääl tainas ja kastetakse jahedas kohas, kuni file on. Siis jeatakse paariks ummiks jää pääle ehk wette. Tainas jaotatakse 4 tükkiks, rullitakse wälja, küpsetatakse iga jagu ükšinda wormi sees dige palawas ahjus 15—20 min. Siis pannakse koogid üksteise pääle ja keedis wahela. Sellele koogile wõib ka 1 nael mandlid sisse panna. Tsitroni läikuga üle tõmmata.

53. Aleksandri kook II.

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $\frac{3}{4}$ naela jahu, $\frac{1}{2}$ teelusikat küpsetamise pulbert, $\frac{1}{2}$ naela wõid, (1 muna).

Kõik eelpool nimetatud kuiwad ained segatakse ühte, viimaks wõi, lastakse kõwaks minna. Rullitakse $\frac{1}{2}$ tšentimetri paksune tainas, küpjetatakse plaadil, pannakse keedis wahesele, päält määratakse läikega; see tehakse weest, suhkruist ja pannakse komweki wärwi hulka, et ilusam välja näeks.

54. **Lehe tainas I.**

Wõta: 1 muna, 1 klaas wett, $\frac{1}{2}$ teelusikat fremortartari, $\frac{1}{2}$ teelusikat sodat, 1 nael wõid, 1 nael jahu.

$\frac{1}{5}$ osa wõist segatakse jahuga, selle järele weji, kus sees sode ja maarjajää ära julatatud on. Kõstetakse lusikaga hästi sisse tainas, pannakse külma kohja seisma. Wõi pestakse jääkülma weega, pressitakse kuivaks, wõetakse puu lusikaga õhukesed wiilud, pannakse rästi pääle tahenema. Tainas rullitakse neljakandiliseks välja. Poole osa taina pääle pannakse wõi wiilud, teine pool tainast lüüakse üle, ääred wajutatakse kinni, lastakse 15 minutit seista. Selle järele rullitakse tainas välja; selle juures peab filmas pidama, et tainas neljakandiline on, käänetakse 3-me kordjelt kofku ja lastakse jälle 15 minutit seista, rullitakse uuesti, korratakse 4—5 korda. Rullimise juures tuleb tähele panna, et õige wahese jahu tuleb tarwitada, ja jahud hoolega ära pühitakse. Tainas rullitakse $\frac{1}{2}$ tšentimetri paksusest välja, pruugitakse kookide aluseks.

55. **Lehe tainas II.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela wõid, $\frac{1}{2}$ naela keedetud kartulid, $\frac{1}{2}$ naela jahu, 1 supilusika täis wett.

Kooritud ja keedetud kartulid surutakse puruks, segatakse külm wõi, jahud ja weji juurde. Tainas kätetatakse hästi sikkaks ja lastakse tund aega külmast kohast seista. Tarwitatakse koogi ehk piirakate jaoks.

56. **Koogi alus.**

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela jahu, $\frac{1}{4}$ naela kartuli tärklis, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ naela wõid ja 3 muna.

Wõi hõõrutakse wahuks, segatakse juhkruuga hõõrutud munad, selle järele jahu. Tainas jagatakse kolme osasse, kallatakse ümarguselt määritud paberile. Küpsetatakse parajas kuumas ahjus. Täidetakse fremiga ehk marjateedijega.

57. Küpsetamise pulber I.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela fremortartari, $\frac{1}{4}$ naela puhastatud sodat, 2 loodi põdrasarwe soola, 2 loodi kartuli ehk riisi tärklisi.

Wõid eespool nimetatud ained segatakse ühte, hoitakse klaas purgis ehk pudelis alles. Tarwitatakse kookide ehk jaia küpsetamise juures. Saiaküpsetamise juures tarwitatakse pärimi asemel 3—4 teelusika täit jeda küpsetamise pulbert.

58. Küpsetamise pulber II.

Wõta: 1 supilusika täis sodat, 1 supilusika täis fremortartari, 1 supilusika täis tärklisi.

Need ained segatakse kõik ühte ja tarwitatakse niijama, kui eespool kirjeldatud.

59. Liha piirak.

Wõta: Taina jaoks: $\frac{1}{2}$ toopi leiget piima ehk wett, 4—5 kop. eest pärimi, $1\frac{1}{2}$ supilusikat soola, 1 supilusikas suhkurt, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ naela wõid ehk raswa, $2\frac{1}{2}$ naela jahu. Liha täide: 2—3 klaasi läbi masina aetud keedetud liha, 1—2 supilusikat wõid, 1 supilusikas haput koort, 1 sibul, 1 klaas lihaleent ehk kooresegast piima, wähe peenifest pipart, soola, 3 kõwaks keedetud muna.

Tainas walmistatakse, nagu liht saiataina juures kirjeldatud. Kui tainas hästi kerkinud, rullitakse wälja, tarwitatakse suurte ehk väikeste piirakate jaoks. Läbi masina aetud liha keedetakse

teiste ainetega ühes forb läbi, kallatakse jahtuma. Kui jahtunud, jeatakse välja rullitud taina pääle, peeneks raiutud kõwaks keedetud munad riputatakse üle, peidatakse õhufeselt välja rullitud taignaga, ääred määratakse pehjetud munawalgega. Päält ehitakse taina tükkidega; kui ferkinud, wõidatakse ja küpsetatakse parajas kuumas ahjus.

60. Kapsa piirak.

Tainas valmistatakse, nagu lihapiiraka juures kirjeldatud.

Kapsa-täiteks wõta: 1—2 kapsa pääd, 2—3 supilusikat wõid ehk raswa, $\frac{1}{2}$ toopi keewa wett ehk lihaleent, 1 supilusikas soola, 1 supilusikas suhkurt, $1\frac{1}{2}$ supilusikat äädikat, 3—4 kõwaks keedetud muna.

Kapsad lõigatakse peenikesteks, pandakse sõela pääle, kallatakse keewa weega üle, ehk kupaatatakse, lastakse siis nõrguda. Paja põhjas tehtakse raswa ehk wõi kuumaks, kapsad pannakse juurde ja lastakse segades pruunistada; keew weji ehk lihaleem lisatakse wähehaawal juurde. Kui kapsad täesti pehmed, segatakse maitseained juurde. Jahtumult pruugitakse piirakate täiteks, peeneks raiutud munad riputatakse pääle ehk segatakse juurde. Kapsa piiraka aluseks wõib ka lehetainast I—II. tarwitada.

61. Porgandi piirak.

Tainas valmistatakse nagu lihapiiraka juures kirjeldatud.

Täitmiseks wõta: 1 toop keedetud ja peeneks raiutud porgandid, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ toopi keedetud riisi, 2 supilusikat sulawõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, wähe suhkurt, peenikest pipart, 4 kõwaks keedetud muna.

Peeneks raiutud porgandite juurde segatakse wõi ehk raswa, maitseained ja soomi järele keedetud riis; porgandi piirak valmistatakse, nagu liha piiraka juures kirjeldatud.

62. Lihine kala piirak.

Wõta: taina jaoks: 2¹/₂ klaasi wett, 1 supilusikas soola, 2 supilusikat sula raswa ehk wõid, 4¹/₂ klaasi ruffijahu, 4¹/₂ klaasi nisujahu; täitmiseks: 2 naela juuremaid ehk wäikeid kalu, 1/2 naela soolatud ehk suitsetatud raswast sealiha.

Wesi, sool, rasw ja jahud segatakse, fastatakse jätke tainas, rullitakse wälja. (Wõib ka hapuleiva tainast tarwitada). Keskele puistatakse wähe jahu; puhastatud kalad laotakse peki libledel ja maitseainetega forda wiiji. Nared määratakse weega, käänetakse kofku, waotatakse hoolega finni. Küpjetatakse kuumas ahjus 4—5 tundi, wahete wahel määratakse peki ehk weega; walnis küpsemult mähitakse rätiku sisse, et koor pehmemaks läheks. Antakse kuumalt lauale ijeiseiswa jöögina ehk jupiga.

II. Seemed ja lisandid.

63. Lihaleem.

Wõta: 3 naela kondist liha, 3 toopi wett, 1 lusikas soola, 1 sibul koorega, 1 porgand, 1/2 paster-nakki, 1/4 kaalikat, 1 porro, 1/4 peeti, 1/4 jellerid, 6 tera pipart.

Kondid raintakse tükkideks, pestakse, pannakse külma weega tulele, lastakse tajasel tulel finniise kaane all keema hakata. Kui keeb, lisatakse sool, wähe aja pärast pruuniks tehtud juurewiljad ja maitseained juurde, lastakse finniise kaane all 3—4 tundi keeda. Selle järele kurnatakse läbi märjaks tehtud ja kuivaks pigistatud rāti ja kui läbipaistew, lisatakse munawalge ja hõõrutud koort, ja keedetakse tajasel tulel 5 minutit. Kurnatakse uuesti läbi ja antakse lauale piirakute, kakkide, aiawilja ehk riisiga. (Matab 6 inimesele).

64. **Tummine lihaleem.**

Wõta: 2 toopi walmis keedetud lihaleent, 1 lusikas wõid, 3 lusikat jahu, 1—2 munakollast, 1 lusikas koort, 1 supilusika täis peeneks raiutud peterselli lehti.

Paja põhjas lastakse wõi ja jahu läbi keeda. Keew wedelik segatakse wähehaawal juurde ja keedetakse 10 minutit. Munakollased ja koor liiuakse leemelinas läbi ja walatakse wedelik wähehaawal juurde. Peeneks raiutud peterselli lehed riputatakse pääle. Antakse lauale juustu wõileibadega (Ulatab 6 inimesele).

65. **Supp lihaft kakkidega.**

Wõta: 4 naela kondist weise-, lamba- ehk sea-liha, 3 toopi wett, soola, 6 tera pipart, 1 petersell, 1 porgand, koorega sibul, peeneks raiutud peterselli lehti.

Liha pestakse külma weega, raiutakse tükkideks, pannakse külma weega tulele. Kui keema hakkab, lisatakse sool, tunni aja järele puhastatud juurewiljad ja pipar. Kui liha pehme on, kurnatakse wedelik läbi. Liha lõigatakse tükkideks, pannakse läbifurnatud leeme sisse, ehk pannakse leeme sisse soolase wee sees keedetud liha-käbid. (Ulatab 6 inimesele.)

66. **Wärske kapsa leem I.**

Wõta: 3¹/₂ naela lamba- ehk lahjat sealiha (wõib ka suitsu-liha olla), 3 toopi wett, 1 wäike kapsapää, 2 porgandit, soola, nootsa täis worstirohtu, (10 kartult, 1 supilusikas jahu, 1 lusikas koort.)

Liha raiutakse tükkideks, pannakse külma weega tulele, lastakse tajasel tulel keema hakata, lisatakse sool hulka, waht kooritakse ära. Kapsapää puhastatakse, lõigatakse tükkideks, pannakse sõela pääle ja kallatakse keewa weega üle. Pannakse leeme juurde 2 riivitud porgandit, mõni tera pipart ja lastakse tajasel tulel pehmeks keeda, kondid wõdetakse wälja, liha lõigatakse 4 kandilisteks tükkideks ja

pannakse leeme sisse tagasi. Soovi järele segatakse 1 lusikas koort ja jahu juurde, lastakse mõni minut keeda (võib veel supi juurde kartulid ja liha käätsid tarvitada. Ulab 6 inimesele.)

67. Kapsa leem II.

Wõta: 3 naela suitsu- ehk wärsket weise- ehk sea- liha, 3 toopi wett, $\frac{1}{4}$ klaasi odratangu ehk kruupisid, $\frac{1}{2}$ sellerid, $\frac{1}{2}$ sibulat, 1 pasternak, 1 nael lehtkapsaid ehk noori kapsalehti, 1 supilusikas koort, 8 kõwaks keedetud muna.

Rõndid ja liha rainatakse tükkideks, pannakse külma weega tulele ja kui keema hakkab, lisatakse supijuured ja maitseained hulka, lastakse 2 tundi keeda. Wedelik kurnatakse läbi. Selle sisse pannakse pestud kruubid ehk tangud. Kui kruubid poolpehmed on, siis peeneks lõigatud ja kuuma wee sees kupaatunud kapsad. Kui leem walnis on, segatakse wähe haput koort hulka ja antakse lauale lihatükkidega ehk kõwaks keedetud munadega. (Ulab 6 inimesele.)

68. Nõgese supp.

Wõta: 3 toopi wett, 3 naela soola- ehk suitsu- liha, $\frac{1}{4}$ klaasi kruupisid, $\frac{3}{4}$ naela noori nõgesid ehk ohaka lehti, soola, nootsa täis peenest pipart, 1—2 lusikat haput koort, wähe peeneks raiutud peterjelli lehti, 3—6 kõwaks keedetud muna.

Walmistamine, nagu eelpool kapsa supi juures kirjeldatud on. (Ulab 6 inimesele.)

69. Spinati ehk hapuoblika leem.

Walmistatakse nagu kapsa leem, ainult kapsa asemel wõetakse hapuoblikaid ehk spinatid.

70. Hapu kapsa leem.

Wõta: 3 naela foolatud ehk suitsetatud sealiha, 1 toop hapuid kapsaid, 3¹/₂ toopi wett, 2—3 supilusikat jahu ehk odra tangusid, 2 lusikat haput koort, soola.

Liha raiutakse tükkideks, pannakse külma weega tulele; kui keema hakkab, wõetakse waht ära, lisatakse kuivaks pigistatud kapsad (ja soowi järele pestud odratangud juurde). Lastakse tafasel tuel 2—3 tundi keeda. Jahu segatakse paari lusika weega, lisatakse leeme juurde ja lastakse 10 minutit keeda. Seemeliuda segatakse wähe haput koort. (Ullatab 6 inimesele).

71. Aiawilja leem.

Wõta: 2 toopi walmis keedetud lihaleent, 1 porgand, 1 pasternak, ¹/₂ sellerid, 1 porro, 1 terwe sibul, 2 supilusikat wõid, 1 klaas wärskaid aia-erneid, 1 wäike lillekapsa pää, soola, peenikest pipart.

Suurewiljad kaabitakse puhtaks, pestakse ära, lõigatakse wäikesteks tükkideks, lastakse wõi sees ettewaatlikult pruuniks minna, kallatakse siis keew lihaleem, puhastatud erned ja tükkideks lõigatud lillekapsad hulka, keedetakse kuni kõik pehmed on, antakse kuumalt lauale. Seeme sisse wõib ka keedetud kartulid panna. (Ullatab 6 inimesele).

72. Greene leem.

Wõta: 2 toopi lihaleent, 2 supilusikat wõid, ¹/₂ toopi sisse tehtud purawikka ehk schampionisid, 3 lusika täit jahu (ehk odratangusid), 1¹/₂ klaasi wärskaid erneid, soola, 2 munakollast.

Schampionid ehk seened lõigatakse tükkideks, keedetakse wõi sees läbi, wõetakse wälja, lastakse selles wõis jahu pruuniks minna, kallatakse wähehawal keew lihaleem pääle, lastakse weel 10 minutit keeda, lisatakse seened, soolawee sees keedetud erned, maitse järele

soola, munakollased ja koor peksetakse leemefausji, leeme wedelik kallatakse wähehawal juurde. Burawiki ja schampioni asemele wõib teiji seeni tarwitada.

73. **Kondi supp.**

Wõta: 2¹/₂ naela küpsise kontisid, 3 toopi wett, 4 supilusikat odra kruupisid ehk riisi, 1 toop kartulid, ¹/₄ kaalikat, 6 tera würtsi, soola, peenikeseks raiutud peterjelli lehti, 1 porgand, 1 pasternak, 1 lusikas haput koort.

Kondid raiutakse katti, tehtakse ahjus pruuniks, pannakse 2 toobi weega tulele; lisatakse üks osa puhastatud juurewiljasid, sibul ja lusika täis kruupisid juurde. Keedetakse 2—3 tundi; 1 toobi weega keedetakse juurewiljad ja kruubid pehmeks, segatakse siis läbi kurnatud leeme sisse. Peeneks raiutud peterjelli lehed riputatatakse pääle. (Matab 6 inimesele).

74. **Nuudli supp.**

Wõta: 3 toopi wett, 3 naela kondist liha, 1 sibul, 2 porgandit, ¹/₂ kaalikat, 1 pasternak, ¹/₄ jellerid, 1 mustjuur, 8—10 tera pipart, ¹/₄—¹/₂ naela nuudlid, (³/₄ toopi kartulid), 1 klaas wärskeid erineid.

Pestud ja tükkidesse raiutud kondid pannakse külma weega tulele. Kui tajasel tulel keema hakkab, lisatakse sool, puhastatud tuured ja koorega sibul juurde. Keedetakse tajasel tulel kinnise kaane all 3—4 tundi. Wedelik kurnatakse läbi rätiku. Pestud nuudlid keedetakse 5 minutit. Kartulid keedetakse ijaaraldi ja pannakse siis leeme sisse.

75. **Wafikalaha leem riisiga.**

Wõta: 4 naela kondist wafikalaha, 1 jellerie, 2 porgandit, 1 peterjell, ¹/₂ klaasi riisi, 2 supilusikat wõid, 1 supilusikas jahu, 1 munakollane, 2 supilusikat koort, soola, peterjelli lehti.

Pestud ja väikesteks tükkideks raiutud kondid pannakse külma weega tulele. Kui keema hakkab, lisatakse sool, siis puhastatud supi-juured, selle järele ühe tunni pärast või ehk rasw. Keedetakse 3 tundi kinnise kaane all. Kurnatakse läbi, keedetakse pestud riis pehmeks, viimaks segatakse lusikas jahu ja röõff koor juurde. Kallatakse wähchaawal pehsetud munakollase pääle. (Ulatab 6 inimejele).

76. Lambaliha leem I.

Wõta: 3 toopi külma wett, 4—5 naela lamba külge ehk rinna liha, soola, 1 pasternak, wähe tilli warfi, $\frac{1}{2}$ sellerid, 10 tera pipart ehk würtsi, 12 kooritud kartulid, 1—2 supilusikat wõid, 1 supilusikas jahu, 2 supilusikat koort, peterselli lehti.

Kondid raiutakse katti ja pannakse külma weega tulele, lisatakse sool ja maitseained juurde, lastakse kinnise kaane all keeda kuni liha pehme on, siis kurnatakse wedelik läbi sõela, lisatakse kooritud kartulid, wõi ja jahud, viimaks wärwiks wähe pruunistatud suhkurt. Antakse wõileibadega lauale. (Ulatab 6 inimejele).

77. Lambaliha leem II.

Wõta: $1\frac{1}{4}$ naela lamba rinda, 1 supilusikas wõid ehk raswa, 2 supilusikat jahu, 1 toop wett, 1 sibul, 1 porgand, $\frac{1}{2}$ sellerid, 1 pasternak, 1 wäike lillkapja pää, $1\frac{1}{2}$ klaasi wärskaiderneid, 8 kartulid, 2 toopi walmis keedetud kondileent, soola, peterselli lehti.

Lambaliha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga üle, raiutakse tükkideks, tehtakse wõi ehk raswa sees pruuniks; jahu, keew weji ja puhastatud juurewiljad lisatakse hulka ja lastakse tasasel tulel kinnise kaane all keeda, kuni liha pehmeks saab. Sihaloomes keedetakse puhastatud erned, lillkapjad ja kartulid pehmeks, segatakse ühte, maitse järele soola. (Ulatab 6 inimejele).

78. Lambaliha leem III.

Wõta: 2¹/₂ naela soola ehk suitsetatud kondist lambaliha, 3 toopi wett, 1 porgand, 1 sibul, ¹/₂ kaali, 1 pasternak, ¹/₂ jellerid, 3 supilusikat kruupisid, 10 kartulit.

Rondine liha raiutakse tükkideks, pannakse külma weega tulele, lastakse tajasel tulel kinnise kaane all keeda, lisatakse puhastatud juurewiljad ja ¹/₂ tunni pärast pestud kruubid ning wiimaks, kui kruubid pehmed, kooritud ja tükkidesse lõigatud kartulid juurde. Seemefausi sees lüüakse 1 lusika täis haput koort juurde, peeneks raiutud peterjelli lehed riputatakse pääle. (Uatab 6 inimesele).

79. Teispäewa leem.

Wõta: 2 toopi walmiskeedetud suitsutatud kondi wedelikku, ¹/₂ klaasi kruupisid, ¹/₄ kaalikat, 1 porgand, 1 pasternak, ¹/₂ jellerid, ¹/₂ toopi wäikseid kartulid, 3 klaasi röötska piima, 1 supilusikas jahu, soola, peenikest pipart, peeneks raiutud peterjelli lehti.

Kruubid pestakse ära, keedetakse leeme wedeliku sees pool pehmeks, lisatakse ilusasti tükkidesse lõigatud juurewiljad ja kartulid termelt juurde. Jahu, segatakse piima hulka, kallatakse leeme sisse, keedetakse weel mõni minut. Peeneks raiutud lehed ja maitseained antakse wiimaks. (Uatab 6 inimesele).

80. Erne leem.

Wõta: 3 toopi wett, 2—3 naela sea pää- ehk küljeliha, ehk kondilist weiseliha, 2 klaasi erneid, 2—3 supilusikat jahu, ehk wähe kruupisid, soola, pipart, 1 lusikas haput koort.

Erneid puhastatakse, pestakse ja pannakse enne keetmist likku, kõige parem on selleks pehmet wett tarvitada ehk selle puudusel kõlbab ka ära keedetud ja jahtunud wesi, wõib ka keemise algul wähe puhastatud keeduõdat tarvitada.

Erned pannakse külma wee ja lihaga ühes tulele, lastakse tajasel tulel keeda kuni nad täiesti pehmed. Neid võib tahtmise järel läbi sõela hõõruda, mis nende seedivust suurendab.

Läbi sõela hõõrutud wedeliku juurde segatakse vähe-haaval jahu, mis raswa ehk võiga läbi keedetud. Kui 10 minutit keenu, segatakse koor ja maitseained juurde. Liha lõigatakse tükkidesse, võib liha asemel ka vähe võid ehk raswa tarvitada, siis antakse pruunistatud nisu leiba ehk saiatükid juurde. (Ulatab 6 inimesele).

81. **Öa supp.**

Wõta: 2 toopi wett, $\frac{1}{2}$ toopi ube, 1 sellerie, 1 sibul, 1 supilusikas raswa ehk võid, 2 supilusikat jahu, 2 toopi walmis keedetud liha ehk fondi wedeliku, soola.

Dad puhastatakse, pestakse ja leotatakse ära. Pannakse külma pehme weega tulele, liigatakse tükkidesse lõigatud sibul ja sellerie juurde. Keedetakse tajasel tulel, kuni nad täiesti pehmed. Hõõrutakse läbi sõela, paja põhjas keedetakse jahud ja rasw läbi, wedelik kallatakse vähehaaval juurde, keedetakse weel 10 minutit. Antakse pruunistatud leibadega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

82. **Tomati leem.**

Wõta: 2 toopi walmis keedetud liha-ehk kondi-leent, 2 supilusikat tomadi putru ehk 2—3 tomadi õuna, 1 supilusikas võid ehk raswa, $\frac{1}{4}$ naela riisi ehk kruupi, 2 supilusikat haput koort, soola.

Wõi ehk rasw ja jahu lastakse läbi keeda, lihaleem kallatakse vähehaaval juurde, siis liigatakse pestud riisid ehk kruubid. Keedetakse tajasel tulel kinnise kaane all, segatakse tomati pudru ja maitseainetega. Supp kallatakse pehjetud koore pääle liuda. Antakse juustu ehk suifuliha leibadega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

83. Peedi leem.

Wõta: 3 toopi walmis keedetud lihaleent, 6—7 peeti, 2 tomati, $\frac{1}{2}$ kapsapääd, $\frac{1}{2}$ toopi kooritud kartuli siiwisid, 2 supilusikat wõid, 1—2 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ klaasi haput koort.

Peedid kooritakse ja lõigatakse väikesteks 1— $1\frac{1}{2}$ tolli pikusteks tükkideks. Mõni tük aädikat ehk tsitronihapet lisatakse juurde, ja lastakse mõni sees tasasel tulel kinnise kaane all tund aega keeda, puistatakse siis jahu pääle. Kui wedelik wäheneb, lisatakse kordkorralt lihaleent juurde, ja kui peedid pehmed, siis soowi järele läbi sõela hõõrutud tomadi putru. Lihaleeme sees keedetakse peeneks lõigatud kapsad ja kartulid pehmeks, kartulid peawad täiesti ära lagunema; wiimati ühendatakse peetidega. Kui wärm puudub, siis lisatakse peedi salati wedelikku ehk riivitud toorest peeti hulka. Antakse wahuks lõõdud hapu koorega lauale. (Matab 6 inimejale).

84. Ernekauna leem.

Wõta: 3 toopi liha- ehk taime-leent, tiijad erinekaunad, 1 supilusikas wõid, 2 supilusikat jahu, 1 supilusikas peterjelli ja tilli lehti.

Järele jäänud erinekaunad puhastatakse, pannakse siis liha-leemega tulele. Kui täiesti pehmed, hõõrutakse koored läbi sõela, puine osa jääb sõela pääle. Jahu ja wõi keedetakse kord läbi, supiwedelik kallatakse pääle. Väetatakse tulele weel 10 minutiks, siis lisatakse maitseained juurde. Wõileibadega lauale. (Matab 6 inimejale).

85. Spinati leem.

Wõta: 2 toopi walmis keedetud lihaleent, 1 nael wärskaid spinati, hapuobliku ehk nõgese lehti, 2 supilusikat wõid, soola, 1 munakollane, $\frac{1}{2}$ klaasi haput koort.

Spinati ehk teised nimetatud lehed pestakse hästi puhtaks, kupaatakse nõrgas soolases wees, kurnatakse sõela pääl, lisatakse

jahu juurde ja raiutakse peeneks, paja põhjas lastakse wõi kuumaks minna; peenedatud spinadid ja keew lihaleem lijatakse wähehaawal juurde. Keedetakse 10 minutit, siis antakse maitseained. Munakollane ja koor pehjetakse leemekausis ära ja supp kallatakse wähehaawal juurde. Antakse kõwaks keedetud ehk katki löödud munadega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

85. Kodujänese leem.

Wõta: 1 wäikene kodujänese, $3\frac{1}{2}$ toopi wett, 1 peterjell, $\frac{1}{2}$ sellerid, 1 porgand, 1 pasternak, 1 sibul, 1 porro, 1 salati pää, 2 supilusikat jahu, 2 supilusikat koort, 1 suur õun, (1 tsitron), $\frac{3}{4}$ klaasi riisi, soola.

Küllitud kodujänese pannakse mõneks tunniks külma soolasesse wette liiku, kallatakse selle järele keewa weega üle, raiutakse tükkideks. Puhastatud supijuurde pannakse külma weega tulele, kui keema hakkab, lijatakse jänese tükid, salat, õun, jahu ja sool juurde ning keedetakse tajasel tuel $1\frac{1}{2}$ —2 tundi. Liha wõetakse wälja, lõigatakse ilufasti tükkidesse, mis pärast supi sisse pannakse. Kondid pannakse supi sisse tagasi ja lastakse weel 2 tunni ümber keeda. Supp kurnatakse läbi sõela. Nurus keedetud riisid ja soowi järele tsitroni siivid lijatatakse hulka. Jänese asemel võib ka kanapoegi wõtta. (Ulatab 6 inimesele).

86. Linnuliha leem.

Wõta: Järele jäänud linnu ehk jänese küpsise kondid, $3\frac{1}{2}$ toopi wett, 2 supilusikat soola, supi juured, supilusikas wõid, 3—4 kartulit, 2 munakollast, 2 supilusikat jahu, 2 supilusikat tsitronihapet ehk haput koort, klibid ehk wärsked erned.

Kondid raiutakse tükkideks, pannakse külma weega tulele, lijatatakse puhastatud supi juured ja kartulid juurde. Lastakse tajasel tuel kinniise kaane all keeda, kurnatakse siis wedelik läbi sõela. Wõi ja jahu keedetakse läbi, wedelik kallatakse juurde, lijatatakse siis weel

puhastatud ehk jäsjetehitud erned ja jahu klibid, võib ka muna-
kollased ja koort leemelinas segada ja jelle juurde siis suppi wähe-
haawal kallata. (Ulatab 6 inimesele).

87. Kana leem.

Wõta: 1—2 kana, 4 toopi wett, supi juuri, soola,
pipart, 1 supilusikas wõid, 2 supilusikat haput koort
ehk jahuklibid ja wärskaid aia-erneid.

Kana küünitakse puhtaks, sisekond wõetakse wälja, loputatakse
ruttu külmas wees ära. Pannakse külma wee ja supi juurtega
tulele. Kui keema hakkab, lisatakse sool; keedetakse hästi tajasel
tulel 1½—2 tundi. Liha lõigatakse kontidest lahti, küpsatakse
wõiga üle ehk jäetakse ka supi sisse. Kondid pannakse supi sisse
tagasi ja lastakse weel 1½ tundi keeda. Wedelik kurnatakse läbi
jõela. Wõdi ja jahu keedetakse paja põhjas, supp kallatakse juurde,
lastakse weel 10 minutit keeda. Selle supi sisse võib hautatud
riiji, keedetud klibid ehk erneid panna. Beeneks raiutud peterselli
lehed puistatakse pääle. (Ulatab 6 inimesele).

88. Kapsa leem piimaga.

Wõta: 1 wäike ehk ½ suurt kapsapääd, wett,
2 supilusika täit wõid ehk raswa, 1—2 supilusikat jahu,
½ toopi wett, 2 toopi röösta piima, 4—6 tera würtsi,
1 lorberi leht, soola.

Kapsad raiutakse tükkideks, kupaatakse ehk kallatakse keewa
weega üle. Kaps ehk wõdi ja jahu lastakse läbi keeda, keew weji
ja piim lisatakse wähe-haawal juurde, siis maitseained, keedetakse
tajasel tulel kinnise kaane all kuni kapsad täiesti pehmed on, wii-
maks pannakse maitse järele soola. (Ulatab 6 inimesele).

89. Kewade-supp.

Wõta: 1½ toopi wett, 2—3 supilusikat wõid,
2 suurt ehk 6 wäikest porgandit, 1½ klaasi wärskaid

ehk sisse tehtud erineid, 1 lillekapsja pää, 12—20 suhkru-erne kauna, 6 Türgi-oa kauna, 1 nuikapsjas ehk $\frac{1}{2}$ kaalikat, $1\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, 2—3 supilusikat jahu, 1 munakollane, 2 supilusikat foort, peeneks raiutud peterjelli lehti.

Porgandid puhastatakse ära ja lõigatakse tükkideks. Keedetakse vähesoolases vees pool-pehmeks, lisatakse vesi ja teised aiaviljad selle järele kui palju keemiseks aega tarvitavad.

Piima juurde segatakse jahu ja kallatakse aiaviljade hulka, kui need warsti pehmed on. Keedetakse weel 10 minutit. Enne lauale wiimist pannakse löödud munakollane, foor ja maitseained juurde. Selle supi juurde võib igasuguseid aiaviljaid tarvitada kas wärskes ehk kuivatatud olekus. Kuivatatud aiaviljad leotatakse enne ära. (Ulatab 6 inimesele).

90. Kartuli leem.

Wõta: 1 toop kooritud kartulid, 2 toopi kooritud rõõska piima, 1 supilusikas wõid, 2 supilusikat peeneks raiutud peterjelli lehti, 1 toop wett.

Kooritud ja kildudeks lõigatud kartulid keedetakse nõrgas sool-vees pehmeks, segatakse piim juurde ja lastakse segamise waral puruks keeda; siis pannakse wähe wõid ehk raswa sisse ja peeneks raiutud peterjelli lehed pääle. (Ulatab 6 inimesele).

91. Aiawilja leem.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ —3 toopi wett, 1 lillekapsjapää, 1 roosikapsjas, 25 kõdrutatud erine-kauna, 2 porgandit, 2 pasternakki, $\frac{1}{2}$ jellerid, 1 sibul koorega, 1 porro, $\frac{1}{2}$ kaalikat, $\frac{1}{4}$ peeti, 1 peterjelli juur, 1 kaerajuur, 1 mustjuur, $\frac{1}{4}$ kapsa pääd jne.

Aiawilja leeme jaoks võib tarvitada igasuguseid aiawilju, mida kunagi aastaajal käepärast, võib neid ka kuivatatult tarvitada.

Pestud ja puhastatud aiawiljad pannakse külma weega tulele, kui keema hakkab, lifatakse sool; üks osa aiawilja tükkidest wõib panni pääl pruunistada. Lastakse kinnise kaane all 3—4 tundi keeda.

Kurnatakse wedelik läbi sõela, wärwitakse juhtruga pruuniks kui soowitakse. Selle leeme wedeliku sees wõib aiawiljasid keeta ehk teda tuleb piirakate ja wõileibadega lauale anda. (Ulatab 6 inimesele).

92. Lillekapsa leem.

Wõta: 2¹/₂ toopi eelmise kirjelduse järele keedetud aiawilja leent, 2 lillekapsa pääd, 2 supilusikat wõid, 3—4 supilusikat jahu, soola, 1 munakollane, 2 supilusikat koort.

Lillekapsad puhastatakse ära, leotatakse külmas wees, keedetakse siis aiawilja leemes pehmeks, ilusamad osad wõetakse wälja, järele jäänud keedetakse puruks, hõdrutakse siis wedelikuga ühes läbi sõela, paja põhjas keedetakse wõi ja jahu läbi, wedelik kallatakse juurde, keedetakse 10 minutit. Munakollased ja koort peksetakse supiwaagnas, supp kallatakse wähehaawal juurde. (Ulatab 6 inimesele).

Z ä h e n d u s: Gelpoolse kirjelduse järele wõib leemesisid kõitfugu aiawiljadest, nagu ernestest, ubadest, spargelilt jne. walmistada.

93. Erne leem kartulitega.

Wõta: 3 toopi wett, 1¹/₂ klaasi erneid, 1 nael kartulid, 2 supilusikat raswa ehk wõid, 1 supilusikas jahu, ¹/₂ jellerid, 1 porgand, 1 pasternak.

Erned pestakse puhtaks, leotatakse, pannakse pehme külma weega tulele, lifatakse kartulid ja supijuured hulka. Kui pehmeks keenud, hõdrutakse läbi sõela. Paja põhjas lastakse wõi ja jahu läbi keeda. Supiwedelik kallatakse juurde, keedetakse weel 10 minutit, antakse lauale soowi järel wähe hapu koore ja pruunistatud jaia ehk leiva tükkidega. (Ulatab 6 inimesele).

94. Spinadi leem.

Wõta: 1¹/₂ naela spinadi lehti, wett, soola, 2 supilusikat raswa ehk wõid, 3—4 supilusikat jahu, 2¹/₂ toopi piima ehk wett, 1 munakollane, 3 kõwaks keedetud muna, 1 supilusikas haput koort.

Puhastatud ja hästi pestud spinadid keedetakse soolases wees, kuhu juurde wähe peterselli lehti ehk soodat lisatud, 10 minutit. Spinadid kurnatakse, lisatakse jahud juurde ja raiutakse puruks, keema wee ehk piima sisse lisatakse wõi ja peenendatud spinadid. Keedetakse 10 minutit, lüüakse 1 munakollane ja koort waagnas juurde. Antakse lauale kõwaks keedetud munade ehk saiatiikidega. (Matab 6 inimelele.)

95. Kaalika leem.

Wõta: 1 toop kooritud kaalikatiikidid, 2¹/₂ toopi wett ehk piima, 2 supilusikat wõid, ¹/₂ klaasi riisi ehk odratangu, soola, pisut peenikest pipart, 1 lusikas haput koort.

Pestud kaalikatiikidid keedetakse nõrgas soolawees pehmeks, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse pestud tangudega ühes wedeliku juurde, siis wähe wõid ehk raswa, keedetakse tajasel tulel kuni tangud täiesti pehmed on. Wiimaks segatakse wähe koort ja pipart juurde. Kaalikate asemel wõib naerid ehk mui-kapsaid tarwitada. (Matab 6 inimelele.)

96. Porgandi leem.

Wõta: 1¹/₂ toopi porgandid, 3 toopi wett ehk kooritud rõõska piima, 2—3 supilusikat wõid ehk raswa, ¹/₂ klaasi riisi ehk odratangu, 1 lusikas koort.

Walmistatakse, nagu kaalikaleeme juures kirjeldatud.

97. Kapsa leem.

Wõta: 2¹/₂ naela kapsaid, 2—3 supilusikat raswa ehk wõid, 2 porgandit, ¹/₂ sellerid, 1 porro, 5 kartulit, 2 toopi wett, soola, pipart, 1 lusikas koort.

Kapsad lõigatakse tükkideks, lastakse paja põhjas wõi ehk raswaga pruuniks minna, kallatakse siis wesi ja puhastatud juurikad hulka, keedetakse tasasel tulel, lisatakse maitse järele soola ja wähe pipart. Koor süüakse leemelina sees juurde. (Ulatab 6 inimesele.)

98. Kõrwitsa leem.

Wõta: 2 toopi kõrwitsa tükkisid, 2¹/₂ toopi rööska piima ehk wett, ¹/₂ klaasi mannat, 1 supilusikas wõid, 1 tilk mõruda mandli õli, 1 munakollane.

Kõrwitsa tükkid keedetakse puruks, hõõrutakse läbi sõela, pannakse siis uuesti tulele piima ehk keetmise wedelikuga, lisatakse manna juurde. Keedetakse 10—20 minutit. Maitse järele antakse soola. (Ulatab 6 inimesele.)

99. Kala supp.

Wõta: 3 naela wäikseid kalu ehk suure kala pääd ja sifikonnad, 2 toopi wett, 6 tera würtsi, 3 tera pipart, soola, 1 sibul, 3 kartulit, ¹/₂ toopi rööska piima, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 munakollane, 1 lusikas koort, 1 käär haput leiba, 2 supilusikat peeneks raiutud peterjelli ja murulauga ehk sibula warji.

Puhastatud kalad pannakse külmale, wähe soolase weega tulele, pipar, sibul, toored kartulid ja leiwakäär lisatakse juurde, lastakse kinnise kaane all 1—1¹/₂ tundi keeda. Wõi ehk rasw ja jahu keedetakse läbi; keew kalaleem kurnatakse läbi sõela juurde, keedetakse weel 10 minutit. Leemelina sees süüakse munakollane ja koor läbi, supp kallatakse wähehaawal juurde. Antakse lauale keedetud kartulite, jahuklompidega ehk kalakäkkidega. (Ulatab 6 inimesele.)

100. Kiisa supp.

Wõta: 3 $\frac{1}{2}$ naela kiisu ehk wärskeid räimi, 3 toopi wett, 1 sibul, 1 peterjell, 1 porgand, 1 pasternak, 5 tera pipart, 2 supilusikat jahu, 1 supilusikas raswa ehk wõid, 1 supilusikas koort, peterjelli ja murulauga lehti. Kartulid.

Kiisad pestakse mitme weega, sijekond wõetakse suurematel wälja. Walmistamine nagu kalasupi juures kirjeldatud. (Sakkub 6 inimesele.)

101. Heeringa supp.

Wõta: 3—4 heeringat, 2 toopi wett, $\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, 1 sibul, 1 porgand, 1 kimp tilli warfi, 5 tera pipart, 1 supilusikas koort, 1 supilusikas wõid, 2 supilusikat jahu, 6—8 kartulit, peterjelli ja tilli lehti.

Heeringaid leotatakse, pandakse siis külma weega tulele, tilli warred ja maitseained lisatakse juurde. Keedetakse tajasel tuel kinnise kaane all kuni heeringad puruks lähewad. Wedelik kurnatakse läbi sõela, lisatakse wõi, jahu, kooritud kartulid ja piim hulka. Peeneks raiutud tilli warred puistatakse pääle. (Ulatab 6 inim.)

102. Wähja leem.

Wõta: 30 vähka, 2—3 supilusikat wõid, 1 toop wett, 3 supilusikat jahu, 1 $\frac{1}{2}$ toopi kala ehk wafikalihal- leent ehk rõõska piima. Soola, wähe peeneks tõugatud walget pipart, 2 munakollast, 2 supilusikat koort.

Hästi puhstaks loputatud vähjad pannakse keewa nõrga foolase weega tulele, lastakse 20 minutit keeda ehk niikaua, kuni vähjalihja pehmeks saab ja koored lahti lähewad. Kael ja käärid kooritakse ära, koored surutakse puruks, pruunistatakse wõiga paja põhjas, lisatakse wesi juurde ja keedetakse tajasel tuel wähe aega,

tunnatakse läbi sõela, vedeliku pääle kerfiv punane kooritakse ära, lastakse pajas jahuga läbi keeda, klopitakse wähehaawal wähhjaliha leem eht rööst piim juurde, keedetakse weel 15 minutit. Munakollased ja koor lüüakse leemelnuas läbi. Antakse wähhja kaelade eht käkkidega lauale.

103. Pruunistatud leiwatükid.

Wõta: 10 mesisaia eht nisuleiwa kääru, 2—3 supilusikat wõid eht raswa.

Leiwa eht saia kanikad lõigatakse tükkideks, pruunistatakse panni pääl ahjus eht pliibil. Kui pruunistatud leiwatükid magusate suppidega lauale antakse, puistatakse wähe suhkurt pääle ja jäetakse weel silmapilguks pannile. (Matab 6 inim.)

104. Küpsetatud leiwakäärud.

Wõta: 12 nisuleiwa eht saia kääru, 1 muna, 1 klaas rööstka piima, soola, wõid eht raswa küpsetamiseks.

Munad, piim ja sool lüüakse läbi, selle segu jisse kastetakse saia eht leiwa käärud. Küpsetatakse mõlemilt poolt pruuniks. (Suuele inimesele.)

105. Juustuga wõileiwad.

Wõta: 12 kääru saia, 2 supilusikat wõid, 3 supilusikat riwitud juustu eht paksupiima, 1 munakollane, wähe pipart, soola.

Wõid hõõrutakse wahuks, segatakse riwitud juust, munakollane ja maitseained juurde. Segu määratakse saia eht leiwa kääruks. Antakse niisama lauale eht küpsetatakse ahjus päält pruuniks. (Zakkub 6 in.)

106. Jahu kähid juustuga.

Wõta: 1 supilusikas wõid, 5—6 supilusikat jahu, 1 klaas haput koort eht wett, soola, 2 munakollast, 4—6 supilusikat riwitud juustu eht kohupiima.

Wõi ja jahud lastakse läbi keeda, lisatakse segamise varal veesi ehk koor juurde, keedetakse kuni kastruliist lahti lööb. Kallatakse jahtuma, selle järele antakse maitseained ja munakollased. Segust veeretatakse väikejed kumid, küpsetatakse rasvas. Veeretatakse riivitud juustus ehk kuiwikutes. (Ullatab kuuele inimesele.)

106. Lihha kähid.

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela weise, lamba, sea ehk wafika liha, $\frac{1}{8}$ naela suitsetatud pekki ehk raswa, 2 muna, $\frac{1}{4}$ klaasi rööska piima, koort ehk lihaleent, 1—2 supilusikat peenendatud kuiwikuid, soola, peenikest pipart.

Lihha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, aetakse pekiga ühes 2—3 korda läbi masina, segatakse teised ained juurde, veeretatakse väikejed kähid, keedetakse lihaleemes ehk soolases wees 5 minutit. Antakse liha ehk kapsa supiga lauale. (Ullatab 6 inimesele.)

107. Kala kähid.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela pehmet kala-liha, 3 supilusikat wahuks hõõrutud wõid, 1 muna, 3 supilusikat koort, soola, peenikest pipart, 2 supilusikat kuiwikuid ehk jahu.

Kala aetakse kaks korda läbi masina, segatakse wahuks hõõrutud wõi ja teised ained juurde, segu kastetakse hästi sikkets. Veeretatakse väikejed kähid, keedetakse nõrgas soolawees ehk kala supi sees. (6 inimesele.)

108. Wõi klimbid.

Wõta: 2 supilusikat wõid, 3 muna, 3—4 supilusikat jahu, 3 supilusikat mannat, soola.

Wahuks hõõrutud wõi juurde lisatakse ükifikult munad, jahu, manna ja sool. Klimbid keedetakse mõni minut supi sees. (Sakkub 6 inimesele.)

109. Keedetud klimbid.

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi keewa wett ehk lihaleent, 2 supilusikat wõid, 5—6 muna, soola, jahu.

Keewa wedelikü sisse pannakse sool, ja nii palju jahu segades juurde, et paks puder saab, keedetakse kuni kastrulist lahti lööb. Sahtunult segatakse ühtikult munad juurde, lüüakse hästi läbi. Wõdetakse lusikaga väikesed klimbid, keedetakse 4—5 minutit. (Ullatab 6 inimesele.)

110. Pähkli klimbid magusa leeme juurde.

Wõta: 2 muna $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, 4 supilusikat sulatatud wõid, $\frac{1}{2}$ klaasi peenendatud pähkliid ehk mandlid, $\frac{1}{4}$ teelusikat sodat, 14 loodi jahu.

Munad ja suhkur hõõrutakse hästi läbi ja lisatakse siis sulatatud wõi, peenendatud pähkliid ehk mandlid ja jahu hulka, kuhu juurde soda segatud. Weeretatakse väikesed klimbid, keedetakse nõrgas marjaleemes mõni minut. Antakse marja ja puuwilja leemedega lauale. (Ullatab 6 inimesele.)

111. Saia klimbid.

Wõta: 10 loodi wesi-saia, 2 muna, 1—2 supilusikat jahu, 2—3 supilusikat wahuks hõõrutud wõid, 1 noaotsja täis soola, 1—2 supilusikat suhkurt, 2—3 tilka tsitroni õli ehk wähe tsitroni koort.

Saia koorikud lõigatakse ära, hõõrutakse hästi peeneks, segatakse munad ja teised ained juurde. Kui kõik hästi läbi segatud, weeretatakse lusikaga väikesed klimbid, keedetakse lahjas marja wedelikus mõni minut. Antakse marja ja puuwilja leemede juurde. (Ullatab 6 inimesele.)

112. Manna klimbid.

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, $\frac{1}{2}$ klaasi mannat, $\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid, 2 supilusikat mandlid ehk pähkliid, wähe tsitroni õli ehk riwitud tsitroni koort, soola ja suhkurt.

Kui piim keema hakkab, segatakse manna ning pestud ja puhastatud rosinad juurde; keedetakse segades $1\frac{1}{2}$ tundi. Selle järele pannakse maitseained. Puder kallatakse külma veega loputatud kausi. Jahtunult küiakse kausist mälja. Antakse marja kastega ehk leemedega lauale. (Mlatab 6 inimesele.)

113. Kaeratangu puder.

Wõta: 2 toopi wett, $2\frac{1}{2}$ klaasi jämedat kaeratangu ehk 3 klaasi presititud tangu, soola.

Jämedad kaeratangud seatakse ööselks liffu. Pannakse sellesama veega tulele, lisatakse kohe sool juurde, et puder limane ei saaks. Lastakse tasasel tulel segades $1\frac{1}{2}$ — $3\frac{1}{4}$ tundi keeda ehk tõstetakse 10 minuti keemise järele keedufasti. Antakse lauale rõõsa piima ehk marjaleeme kastega. Terwisline ja tulus toit hommitu kostiks. (Mlatab 6 inimesele.)

114. Rukkijahu puder.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ toopi wett, 5—6 klaasi jämedat rukkijahu, 2 supilusikat soola.

Kui wesi keeb, puistatakse wähehaawal pool osa jahust segamise waral juurde; 15 minutilise keemise järele pannakse wiimased jahud. Lastakse segamise waral 1— $1\frac{1}{2}$ tundi keeda. Waitse järele soola. Antakse kuumalt rõõsa piima ja wõiga lauale. (Sakkub 6 inimesele.)

115. Nisujahu puder.

Wõta: 2 toopi wett, 4 klaasi sõredat nisujahu, soola.

Eee puder walmistatakse, nagu rukkijahu pudergi. Antakse lauale rõõsa piima ja suhkruga. (6 inimesele.)

116. Tatratanguga puder ahjus.

Wõta: 1 toop terweid tatratangusid, 4 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, keewa wett.

Tangud puhastatakse ära, loputatakse leiges vees hästi läbi; pannakse kaanega patta, võid ehk rasva ja soola ühes. Keema mett kallatakse nii palju, et üle tangude ulatab. Kaan pannakse pääle, lastakse puder ahjus segamata 3 tundi haududa. (6 inimesele.)

117. Riisi puder.

Wõta: 2 toopi kooritud piima, 2 klaasi riisi, 1 supilusikas võid, 1 supilusikas soola.

Riis pestakse sooja veega puhtaks. Pannakse siis keema piimaga tulele, lisatakse võid ja sool juurde. Lastakse tafajel tuel 10—15 minutit keeda. Pannakse keedu-kasti, lastakse 3—4 tundi seista. Kastist välja võtmise puhul võid putru tuel veel uuesti keema ajada, kui ta liig wedel peaks olema. Antakse lauale piima, kaneeli ja suhkruga, ehk marjakastega. (Ulatab 6 inim.)

118. Odrajahu kõrt.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ toopi kooritud rõõska piima, $\frac{3}{4}$ —1 klaas odrajahu, soola, 1 supilusikas võid.

Keema piima juurde puistatakse jahud wähe-haawal segamise waral juurde. Kõrti lastakse mõni minut keda. Maitse järele antakse soola ja kui soovitakse siis ka wähe võid. (6 inim.)

119. Muna kõrt.

Wõta: 2 muna, 3 supilusikat nisujahu, 1 supilusikas soola, 2 toopi rõõska piima.

Keema piima juurde puistatakse jahu, lastakse 10 minutit keeda, kallatakse siis peksetud munade pääle wähehaawal, pannakse uuesti tulele ja lastakse segamise waral tuel olla kuni püdelaks läheb, kuid ei tohi keema lasta. Maitse järele antakse soola. Munawalge kätid pannakse lusikaga sisse. (Ulatab 6 inimesele.)

120. Kaeratangu kört.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi wett, $1\frac{1}{2}$ toopi rööska piima, 1 supilusikas soola ehk 2 toopi kooritud piima, $\frac{3}{4}$ klaasi kaeratangu.

Tangud pestakse puhtaks ja leotatakse. Keedetakse weega pool pehmeks.

121. Naeri ehk kaalika puder.

Wõta: 5 naela naerid ehk kaalikaid, $1\frac{1}{2}$ supilusikat soola, 2—3 klaasi odrajahu, vähe wõid ehk raswa.

Kooritud, siiwidesse lõigatud kaalikad ehk naerid keedetakse wäheses wees pehmeks, jurutakse puulusikaga ehk männaga puruks, segatakse jahu juurde, kuni paras paks puder saab. Keedetakse tasasel tulel tund aega; maitse järele antakse soola ja vähe wõid. Antakse piimaga lauale. (Ulatab 6 inimesele.)

122. Makaroni supp.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ toopi rööska piima, $\frac{1}{4}$ naela makaronid, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola, 1 supilusikas wõid, vähe kaneeli.

Keewa piima sisse pannakse tükkidesse murtud makaronid, mis külma weega üle loputatud. Keedetakse $\frac{3}{4}$ tundi, maitse järele antakse soola ja vähe wõid.

123. Ruffijahu supp.

Wõta: 3 toopi wett, $1\frac{1}{2}$ klaasi ruffijahu, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola, 1—2 supilusikat wõid, 1 klaas koort, marjakeedist.

Wesi, sool ja wõi keedetakse mõni minut, ruffijahu lüüakse wähelhaawal juurde, keedetakse segamise waral 1 tund aega. Antakse lauale wahuks lõõdud koore ja marja keedisega. (Ulatab 6 inim.)

III. Liha ja kala.

124. Sealihha küpsis.

Wõta: 5—6 naela sealihha, tagumine weerand ehk külg, 1 supilusika täis soola, 2 supilusika täit jahu, 1 toop kuuma wett.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga puhtaks ja hõõrutakse soolaga sisse. Panni pääle pannakse puupilpad, siis liha, nõnda et kamara pool allapoole pöördub on. Lastakse siis kuumas ahjus pruuniks minna, kallatakse keew weji pääle ja küpsetatakse 2—2¹/₂ tundi, pannis olewa wedelikuga üle walades. Selle järele pööratakse liha ümber, kamar lõigatakse üleni väikestesse ruutudesse ja küpsetatakse weel ³/₄—1 tund aega. Pannis olewa leeme juurde puistatakse jahu ja wähe külma wett ning lastakse läbi keeda. Sealihha küpsis antakse lauale karpjaste ja kartulitega. (Ulatab 8 inimesele).

125. Sea-küljelihha küpsis.

Wõta: 3—4 naela sea-küljelihha kontidega, 1 supilusika täis soola, 5—6 õuna, mõni ploom, 2 supilusika täit jahu, wett.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga puhtaks, raiutakse tükkidesse ja hõõrutakse soolaga. Siis pannakse ta praepannile, lükatakse kuuma ahju ja lisatakse talle wähe aja pärast keew weji, tükkidesse lõigatud ehk terwed õunad ja ploomid juurde. Küpsutamise ajal kallatakse liha pannis olewa wedelikuga üle. Rasw riijutakse leeme päält, puistatakse wähe jahu juurde ja lastakse läbi keeda. Küpsis antakse lauale kartulite ja hautatud aiawiljaga. (Ulatab 6 inimesele).

126. Seljalihha küpsis (karbonad).

Wõta: 3—4 naela sea, wäike ehk lamba pehmet seljalihha, kuhu sõrmepikused küljekondid külge jäetud,

1 muna, $\frac{3}{4}$ klaasi tambitud kuiwikuid ehk jahu, 1 supilusika täis soola, 1 teelusikas peenendatud walget pipart, raswa ehk wõid küpsetamiseks, wett ehk lihaleent, 1 supilusika täis haput koort.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, raiutakse seljaluu küljest lahti, lõigatakse ristipidi tükkidesse, nii et iga tüki külge sõrmepeikune küljekont jääb. Siis taotakse liha haamriga laiaks, määratakse lõõbud munaga, weeretatakse tambitud kuiwikutes ehk jahus, kuhu sool ja peenikene pipar segatud. Küpsetatakse raswa ehk wõiga karedal tulel mõlemalt poolt pruuniks, lijatatakse wähe wett ehk lihaleent juurde ja lastakse kaane all küpseda, kuni ta täiesti pehme on. Pannis olewa leeme juurde lijatatakse wähe haput koort ja lastakse läbi keeda. Antakse lauale keedetud aiawiljade ja kartulitega. (Ulatab 6 inimele).

127. Pehme liha küpsis.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ naela sealiha, $\frac{3}{4}$ naela wafikalaha, 1 sibul, 2 klaasi röösksa piima, 1—2 muna, soola, peenikest pipart.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, ja aetakse 2—3 korda läbi lihamašina. Siis lijatatakse talle piim, lõõbud muna ja maitseained juurde, kastetakse hästi sikkaks, tallatakse wõiga määratud wormi ehk kausi ja pannakse nõuu sees weega täidetud pannile. Küpsetatakse ahjus 1— $1\frac{1}{2}$ tundi. Niawiljadega lauale. (Ulatab 6 inimele).

128. Pajas küpsetatud sealiha.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela pool-soolast sealiha, 2 porgandit, 2 supilusika täit jahu, $\frac{1}{2}$ teelusikat peenikest pipart, $1\frac{1}{2}$ klaasi wett, 1 klaas piima.

Liha pühitakse kuivaks, lõigatakse ristipidi kildudeks ja käänatatakse jahu sees, kuhu peenikene pipar segatud. Sellejärele küpse-

tataffe teda panni pääl küredal tulel ja pannaffe siis raswaga määritud patta, kallataffe keew weji pääle, wähe hiljem piim, ja lastaffe kaane all keeda, kuni ta täiesti pehme on. Antaffe kartulite ja aiawiljadega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

129. **Soolaliha kükid.**

Wõta: 1 nael soolaliha ehk suitsuliha, $\frac{1}{2}$ naela suitsetatud pekki, $\frac{1}{2}$ naela keedetud kartulid, $\frac{1}{2}$ klaasi tambitud kuiwikuid ehk jahu, 2 sibulat, $\frac{1}{2}$ supilusika täit jahu, $\frac{1}{2}$ supilusika täit kartulijahu, 1—2 muna, pipart, soola.

Liha aetaffe ühes kartulitega 2—3 korda läbi masina, lijataffe kuiwikud, jahu, munad, peeneks raiitud ja panni pääl raswa fees pruuniks tehtud sibulad ning maitseained juurde. Kastetaffe hästi läbi, weeretataffe ümargused ehk pikergused kükid ja küpsetataffe need panni pääl raswa ehk wõiga. (Ulatab 6 inimesele).

130. **Lambaliha küpsis.**

Wõta: 4—5 naela lambaliha (tagumine weerand), 1 supilusikas sinepit, 1 porgand, 1 sibul, wett, soola.

Liha pühitaffe kuuma wette kastetud rätikuga üle, taotaffe liha-wasaraga hästi läbi ja määrataffe pinnalt sinepiga, et iseäralik lihamaitsa kaoks. Siis pannaffe ta panni pääle, lijataffe kooritud sibul ja puhtaks kaabitud porgand juurde ning walataffe wähe keewa wett pääle. Küpsetataffe ahjus. Kui liha piind pruun on, puistataffe talle soola pääle. Küpsemise ajal walataffe liha pannis olewa wedelikuga üle. Küpseb 2—3 tundi. Kaste juurde puistataffe wähe jahu. Antaffe lauale kartulite ja aiawiljadega. (Ulatab 6 inimesele).

131. **Lambaliha aiawiljaga.**

Wõta: 4—5 naela lamba-, sea-, wafika- ehk loomalaha (tagumine weerand), $\frac{1}{4}$ naela suitsetatud pekki,

$\frac{1}{4}$ toopi wett, 1—2 kaali, 1—2 kapsapääd, 5—6 porgandit (1 nael Türgi-*oa* kaunasid), soola, jahu.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, taotakse puu-wajaraga hästi pehmeks ja hõõrutakse soolaga. Paja põhja pannakse kildudeks lõigatud peff, siis liha; liha pääle tükkideks lõigatud kaalikad, nelja osasse lõigatud kapsapääd, puhtaks kaabitud porgandid ja soowi järele kontsudest puhastatud *oa*-kaunasid. Walatakse kõigele sellele wähe wett pääle ja lastakse tawasel tulel kinnise kaane all 2—3 tundi keeda. Pajas olewa kaste juurde puistatakse wähe jahu ja 1 lusikatäis haput koort. (Ulatab 6 inimesele).

132. Hautatud lambaliha.

Wõta: 3—4 naela lamba rinna-ehk reieliha, $1\frac{1}{2}$ toopi wett, 2 supilusikatäit soola, 2—3 supilusika täit jahu, tilli warfi, wähe äädikat.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, rainatakse tükkideks, pannakse keewa soolase weega tulele, lisatakse tilli-warred juurde ja keedetakse kinnise kaane all nii kaua, kuni ta täiesti pehme on. Leem kurnatakse läbi sõela, puistatakse jahu juurde, keedetakse läbi ja lisatakse siis soowi järele wähe äädikat, suhkurt ning peeneks rainatud tilli-lehti juurde. Antakse aiawiljade ja kartulitega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

133. Liha Horra wiisi järele.

Wõta: 3—4 naela lamba-, sea-, wafika- ehk loomaliha, $\frac{1}{8}$ naela peffi ehk raswa, 1—2 kapsapääd, 2 supilusikat soola, 5 tera pipart, (2 toopi kartulid), wett.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle ja rainatakse tükkideks. Siis lõigatakse peff kildudeks, pannakse need pajapõhja ehk lastakse lihatükid raswa sees soowi järele pruuniks minna. Liha tükkide pääle pannakse lõigatud kapsad maitseainetega, kallatakse wähe wett üle, keedetakse kinnise kaane all 2—3 tundi (1 tunni keemise järele võib kooritud kartulid pääle panna). Kaste juurde jahu ja wähe koort.

134. Lambaliha riisiga.

Wõta: 4 naela lamba rinda ehk külge, 2 porgandit, 1½ supilusikat soola, 3 supilusikat kuiwikuid, 1½ toopi wett, 1 klaas riisi, 1 sibul, 10 tera würtji.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga, lõigatakse tükkidesse, pannakse keema wett, lisatakse sool, kooritakse waht ära, lisatakse würtis ja peeneks raiutud sibul. Keedetakse 1 tund aega. Selle järele pannakse porgandid ja riis. Keedetakse 1 tund aega. Waagnale pannakse liha keskele ja äärde riis. (Ulab 6 inimesele).

135. Järeltehtud linnuliha küpsis.

Wõta: 5 naela lambaliha (tagumine weerand), 3 supilusikat kadakamarju, 2 supilusikat äädikat, 1 supilusikas jahu, soola, piima, wõid ehk raswa.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga ja raiutakse 3—4 osasse. Siis surutakse kadakamarjad puruks ja lisatakse neile wähe äädikat juurde. Selle seguga hõõrutakse lihatükid kokku ning jäetakse 24 tunniks seisma. Küpsetamise eel pühitakse kadakamarjad ära, rasw ehk wõi tehtakse pajapõhjas kuumaks, pannakse lihatükid sinna sisse, ja kui nad hästi pruuniks saanud, puistatakse neile soola ja jahu ning mõne minuti järele walatakse wähe keema piima juurde. Siis lastakse pööramise waral ja piima lisades lihatükid pehmeks keeda. Kaste kurnatakse läbi. Antakse aiawiljade ja kartuslitega lauale. (Ulab 6 inimesele).

136. Wafikaliha küpsis.

Wõta: 4—5 naela wafika reieliha, 2 supilusikat wõid, 3 supilusikat jahu, 2 supilusikat haput koort, soola, wett.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, taotakse liha-wafaraga hästi läbi, pannakse wõietud pannile ja määratakse wõiga üle. Siis küpsetatakse teda kuumas ahjus, kuni ta pruuniks.

on saanud, hõõrutakse foolaga ja pööratakse ümber. Keew mesi walatakse panni pääle; küpsemise ajal kastetakse liha wedelikuga. Küpseb 2—3 tundi. Kaste juurde puistatakse jahu ja wähe koort ning lastakse ta läbi keeda. (Ullatab 6 inimesele).

137. Liha lõiked.

Wõta: 2—3 naela seljaliha, wõid küpsetamiseks, foola, peenendatud pipart, 2 sibulat, wett.

Liha hoitakse paar päewa rippumas, pühitakse siis kuuma wette kastetud rätikuga üle, lõigatakse ristipidi tükkideks ja taotakse liha-wasfaraga laiaks, mitte aga puruks. Selle järele aetakse wähe wõid pannil kuumaks, pannakse lihatükid sinna jisse, lastakse nad karedal tulel mõlemalt poolt pruuniks küpseda ning riputatakse neile peenendatud pipart ja foola pääle. Küpsetatud lõiked pannakse soojendatud waagnasse, pannile kallatakse wähe wett, keedetakse läbi ja walatakse see lihale pääle. Iga lihatüki pääle pannakse sibulat, mis ristipidi siiwideks lõigatud ja siis pannil wõiga pruuniks küpsetatud. (Ullatab 6 inimesele).

138. Liha-käkid.

Wõta: 2 naela pehmet looma, lamba, sea ehk wafika liha, $\frac{1}{2}$ klaasi röödska piima ehk koort, $\frac{3}{4}$ klaasi wett ehk kalja, (taari), $\frac{2}{3}$ klaasi tambitud kuiwikuid ehk jahu, 1—2 muna, 1 sibul, 1—2 supilusikat raswa ehk wõid, foola, peenest pipart.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, aetakse kaks korda läbi lihamašina, lijatatakse wees ehk piimas paisunud kuiwikud, lõõdud munad, raiutud ja wõi ehk raswaga küpsetatud sibul (wähe jahumult) ning maitseained juurde. Sõtkutakse hästi jitte taigen ja weeretatakse sellest ümargused ehk piklikud käkid. Wiimased küpsetatakse panni pääl raswa ehk wõiga, ja kui nad hästi pruuniks on saanud, kallatakse wähe wett pannile ja lastakse nad kaane all küpseda. Niawiljadega lauale. (Ullatab 6 inimesele).

139. **Pajas küpsetatud wafikaliha.**

Wõta: 5 naela wafika rinna=ehk reieliha, 2 supilufikat raswa ehk wõid, 1 supilufikas jahu, soola, $\frac{1}{2}$ klaasi wett, rööska piima.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga, rainatakse tükkidesse, tehtakse paja põhjas raswa ehk wõi sees pruuniks ja puis-tatakse jahu ning soola pinnale. Siis walatakse keewa wett juurde ja lastakse liha kaane all hästi pehmeks keeda. Piima lisatakse selle järele juurde, kuidas wedelik pajas vähemaks aurab. (Ulatab 6 inimesele).

140. **Wafikaliha kähid.**

Wõta: 2 naela pehmet wafikaliha, 1— $1\frac{1}{2}$ klaasi rööska piima, koort ehk wett, 3 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi tambitud kuiwikuid ehk jahu, 2—3 supilufikat sulatatud wõid, soola, peenikest pipart.

Liha aetakse 2—3 korda läbi lihamašina, sõtkutakse hästi fitteks ja lisatakse temale löödud munad ning teised eelpool nimetatud ained juurde. Kui kõik see hästi läbi on kastetud, walmistatakse sellest ümargused ehk piklikud kähid, mida soowi järele löödud muna ja purustatud kuiwikute sees ümber weeretada wõib. Kähid küpsetatakse panni pääl wõi ehk raswaga pruuniks. Antakse koorekaste ja aiawiljadega ühes lauale. (Ulatab 6 inimesele).

141. **Wafikaliha lõiked.**

Wõta: 4 naela wafikaliha (tagumine weerand ehk seljatiikk), 2 supilufikat soola, 1 klaas wett, $\frac{3}{4}$ klaasi purustatud kuiwikuid, wõid ehk raswa küpsetamiseks.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga üle, lõigatakse ristipidi tükkideks, peksetakse lihawasaraga laiaks, kastetakse wette, mille sees sool ära sulatatud, ja weeretatakse kuiwikutes ümber. Lõiked küpsetatakse panni pääl wõi ehk raswa sees karedal tulel

mõlemalt poolt pruuniks ja seatakse soojendatud waagnale. Soovi järele pannakse iga lihatüki pääle tšitroni siiv, luudest puhastatud kilu ja kaperni tera. (Matab 6 inimesele.)

142. **Gautatud liha.**

Wõta: 5 naela weise ehk lamba rinna- ehk reieliha, $1\frac{1}{2}$ —2 toopi wett, 1 supilusikas soola.

Raste: 2 supilusikat wõid, $1\frac{1}{2}$ —2 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{3}$ toopi lihaleent, 1 teelusikas äädikat, soola, $\frac{1}{2}$ teelusikat suhkurt, 4—5 supilusikat riwitud mädarõigast.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle ja raiutakse tükkideks, kui weşi keeb, pannakse liha sisse, lijatatakse sool juurde ja lastakse nii kaua kaane all tajasel tuel keeda, kuni ta pehmeks saab. Siis lõigatakse ta tükkidesse.

Raste: Wõi ja jahud keedetakse läbi, lijatatakse keew liha-wedelik, ja kui ta mõni minut keenu, siis maitse järele äädikat, soola ja suhkurt juurde. Raste kallatakse riwitud mädarõika pääle. (6 inimesele.)

143. **Liha küpsis pannil.**

Wõta: 2 naela weise, lamba, sea ehk wassika pehmet liha, $\frac{1}{2}$ naela suitsetatud pekki, $\frac{3}{4}$ klaasi rööska piima ehk koort, 1 klaas wett ehk kalja (taari), $\frac{3}{4}$ klaasi purustatud kuwikuid ehk jahu, 1—2 muna, 1 sibul, 2 supilusikat raswa ehk wõid, soola, peenendatud pipart.

Liha taigen valmistatakse nagu liha-tükkide juures kirjeldatud. Pann määratakse raswa ehk wõiga; liha taiguast valmistatakse piklikud pätsid, määratakse neid päält löödud munaga ja puistatakse kuwikuid pinnale. Küpsetatakse ahjus päält pruuniks; pannile walatakse keewa wett ja küpsmise ajal kallatakse liha pannis olewa wedelikuga. Küpses 1—2 tundi. Raste juurde lijatatakse wähe putru ja koort. Antakse kartulipudru ja aisuiljadega lauale. (Matab 6 inimesele.)

144. Pajas küpsetatud lihalõiked.

Wõta: 2—3 naela seljaliha ehk pehmet reieliha, wõid küpsetamiseks, 2 sibulat, wett ehk lihaleent (2 toopi kartulid), soola, $\frac{1}{2}$ klaasi kalja (taari), pipart.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, lõigatakse tükkideks, taotakse liha-muiaga ja küpsetatakse karedal tulel panni pääl wähefe wõi sees ühes sibulatega mõlemalt poolt pruuniks. Siis pannakse lihatükid wõietud ning kuumaks aetud patta, — soowi järele pannakse neile kartulilõibujid ja maitseaineid wahela ja walatakse neile panni loputus-wesi ning wähe kalja pääle. Kinnise kaane all tajasel tulel lastakse liha nii kaua keeda, kuni ta täiesti pehmeks saab. Miamiljadega lauale. (Uatab 6 inimesele.)

145. Paja küpsis.

Wõta: 5—6 naela pehmet loomaliha, 2 supilusikatäit wõid ehk raswa, 1 sibul, 1 porgand, 3 tera pipart, 3 tera würtsi, 1 supilusikas jahu, soola, wett.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, ja taotakse lihawasaraga hästi pehmeks. Siis lastakse wõi ehk raswa pajas tuliseks minna, pannakse liha sinna juurde ja lastakse ta pööramise waral igalt poolt pruuniks minna. — Pööramiseks ei tohi mitte kahwli tarwitada, waid puulusikat ehk wäitseid puust labidaid. — Kui liha kaunis pruuniks on läinud, liwatatakse temale kooritud sibul, kaabitud porgand, maitseained ja jahu, ning wähe aja pärast keema wett ehk wähe kalja juurde. Mälise pööramise suures tajasel tulel kinnise kaane all lastakse liha täiesti pehmeks küpseda. Raste juurde jahu, koort. Miamiljadega lauale. (Uatab 6 inimesele.)

146. Pehitud küpsis.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela seljaliha, $\frac{1}{4}$ naela peffi ehk shampignoni (seeni), 4 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, 3 supilusikat jahu, $1\frac{1}{2}$ klaasi haput koort, wett, 1—2 teelusikatäit kadakamarju).

Liha lastakse päew ehk paar rippuda, pühitakse siis kuuma wette kastetud rätikuga üle, nõelutakse kitsaste pekki siividega läbi ja wõietakse külma wõiga, kuhu hulka soola segatud. Selle järele tehtakse liha pajapõhjas kuumaks aetud wäheses wõis pruuniks ja lisatakse wähehaawal natukene keewa wett ning koort — wõib ka soowi järele wähe kadakamarju — juurde. Küpsetatakse kinnise kaane all pehmeks. (Saab 6 inimesele).

147. Ahju küpsis.

Wõta: 5—6 naela sifemist küpsise liha (roastbeef), 1 supilusikas wõid, 1 supilusikas soola.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga üle, taotakse wajaraga hästi läbi, pannakse wõietud pannile, sifemine pool ülespoole, ja lüfatatakse kuuma ahju. Kui liha juba pinnalt pruuniks on läinud, puistatakse talle sool üle ja lisatakse wähe keewa wett pannile. Küpsis walatakse tihti pannil olewa wedelikuga, ja kui ta liig pruuniks kipub minema, siis kaetakse teda märja paberiga. Küpsimise aeg 3—4 tundi. Kaste juurde lisatakse 2 supilusikatäit jahu, lastakse pruuniks minna ja walatakse wett juurde. Küpsis kaunistatakse riivitud mädardikaga, wiimast wõib ka kaste sisse panna. (Uatab 6 inimesele.)

148. Tootud liha.

Wõta: 4—5 naela loomaliha, küpsetamiseks wõid ehk raswa, 1 sibul, 3 klaasi wett, 8 tera würtsi, soola, 3 supilusikat jahu, 2 supilusikat koort.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätikuga, lõigatakse ristipidi tükkideks, taotakse puu-wajaraga laiaks ja küpsetatakse ühes sibulaga panni pääl karedal tulel pruuniks. Siis pannakse lihatükid patta, puistatakse talle jahu ja maitseaineid pääle, kallatakse panni loputamise wesi üle ja lastakse kaane all tajasel tulel küpseda, kuni ta pehmeks on saanud. Kaste juurde wähe koort. Miamiljade ja kartulitega lauale. (Uatab 6 inimesele.)

149. Liha rullid.

Wõta: 2¹/₂ naela pehmet selja- ehk reieliha, ¹/₄ naela suitsetatud peffi ehk neeruraswa, soola, peenen-
datud pipart, wõid ehk raswa küpsetamiseks, 2 supi-
lusikat jahu, wett ehk lihaleent, 1—2 lusikatäit koort.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga üle, lõigatakse õhufesteks siivideks ja taotakse wäjaraga õhufestelt wälja. Iga tüki pääle puistatakse soola, peenikest pipart ja kibudeks lõigatud peffi ehk raswa. Siis rullitakse lihakiid ühtjaks kofku ja seotakse nad niidiga kõwasti finni. Rullid tehakse panni pääl karedal tulel wõi ehk raswaga pruuniks, puistatakse neile jahu pääle, lisatakse keewa wett juurde ja lastakse finni keene all keeda, kuni nad pehmeks jaawad. Kaste juurde wähe koort. Kartuli-
pudru ja hautatud aiawiljadega lauale. (Ulatab 6 inimesele.)

150. Täidetud liha küpsis.

Wõta: 2¹/₂ naela pehmet weise ehk lamba reie-
liha, ¹/₄ naela suitsu peffi, 3 muna, 2 klaasi piima,
1 lusikas wõid ehk raswa, 1 lusikas haput koort, jahu,
soola, pipart.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga üle, taotakse puust wäjaraga laiaks, pipart ja soola raputatakse pääle. Lõõdud munade juurde segatakse piim, lastakse wõiga määratud pannil tajasel tulel läbi keeda, segatakse siis wäikestesse tükkidesse lõigatud peff juurde, segu määratakse lihakiiki pääle, käänetakse kofku, seotakse kõwasti finni. Pannakse määratud pannile, liitatakse kuuma ahju, kui päält pruun on, puistatakse wähe soola ja jahu pinnale, pannile kallatakse ¹/₂ toopi keewa wett. Walamise waral küpsetatakse liha pehmeks. Kaste jaoks tarwitatakse jahu ja koort. Aiawiljadega lauale. (Ulatab 6 inimesele.)

151. Wäikesed liha libled.

Wõta: 2¹/₂ naela selja- ehk pehmet reieliha,
4 supilusikat wõid, soola, peenikest pipart, 1 sibul,

2 supilusikat jahu, wett ehk lihaleent, 1 klaas koort, 1 teelusikas sinepit, 2 supilusikat tomadi putru, 2 haput kurki.

Liha pühitakse kuuma wette kastetud rätiga üle, lõigatakse tükkideks, taotakse wasaraga, ja selle järele lõigatakse väikestesse neljafandilistesse tükkidesse, lastakse karedal tulel wõi ehk raswa sees pruuniks minna. Jahu, soola ja peenikest pipart puistatakse pääle; kui wähe aega keenud, siis pannakse lihaleem ja koor juurde. Süüsetatakse täpsel tulel kinnise kaane all liha täiesti pehmeks, wiimaks lisatakse tomadi puder ja väikestesse tükkidesse lõigatud hapud kurgid juurde. Antakse kuumalt kartulitega lauale. (Ullatab 6 inimesele).

152. **Peedi kähid.**

Wõta: 2 naela pehmet liha, 1—2 keedetud peeti, 2—3 keedetud kartulit, 1 keedetud sibul, 2—3 muna, 1—2 supilusikat kartulijahu, soola, peenikest pipart.

Soolane liha leotatakse kooritud piimas ja aetakse siis peetide, sibula ja kartulitega läbi liha-masina. Selle järele lisatakse lõõdud munad, tärkliis, wähe jahu ja maitseained juurde ja kastetakse segu hästi jütteks. Walmistatakse nagu lihakäkkide juures kirjeldatud. (Ullatab 6 inimesele.)

153. **Kapsa küüsi lihaga.**

Wõta: 1—2 kapsapääd, wett, soola, $1\frac{1}{2}$ naela pehmet sea, lamba, tõpra ehk wasikalaha, $\frac{1}{2}$ naela soola- ehk suitsetatud pekki, $\frac{1}{2}$ klaasi piima ehk koort, $\frac{1}{2}$ klaasi wett, $\frac{1}{2}$ klaasi kuwikuid ehk jahu, maitseaineid.

Kapsalehed keedetakse soolases wees pool pehmeks ja pannakse sõela pääle nõrguma. Siis aetakse liha läbi masina ja walmistatakse nagu lihakäkkide juures kirjeldatud. Wõietud wormi ehk kausi põhja pannakse kord kapsalehti, kapsaste pääle liha-segu, siis

jälle kappalehti, ja korratakse seda kuni worm ehk kausis täis saab. Kõige päale tulevad kappalehed. Kõpsetatakse ahjus 2—3 tundi. (Sakkub 6 inimesele.)

154. Kana küpsis.

Wõta: 2 noort ehk 1 wana kana, 3 supilusikat wõid, 1 supilusikas soola, 1 supilusikas jahu, $\frac{1}{2}$ toopi rööska piima.

Puhatakse nopitud kana pestakse ära, sisekond wõetakse ette-
maatlikult wälja, loputatakse kergelt wees ja pühitakse kuivaks. Jalad ja tiivad seotakse nõnda kinni, et nõõr pehmet rinnaliha pigistada ei saa. Sisse wõib wähe peeneks raiutud peterjelli lehti panna, mis wõiga wahule hõõrutud on. Siis aetakse wõi pajas kuumaks, pannakse kana sinna sisse, ja kui ta igalt poolt kaunis pruuniks on läinud, riputatakse temale jahu ja soola pääle, liha-
takse wähe keewa wett ja selle järele wähehaawal keewa rööska piima juurde ning lastakse siis tajasel tuel kinnise kaane all 2—3 tundi küpseda. Kaste juurde lisatakse wähe koort ja kurnatakse siis läbi. Hautatud erneste ehk lillekapsastega ja keedetud riisiga lauale. (Matab 6 inimesele.)

155. Linnu küpsis.

Wõta: 1—2 metslindu, kooritud rööska piima, 3 supilusikat wõid, 1 supilusikas jahu, 1 supilusikas soola, $\frac{1}{2}$ toopi rööska piima ehk wett, 2 supilusikat koort.

Walmistamine nagu kanaküpsise juures kirjeldatud. Mets- ja weelindusid on soowitaw enne küpsetamist kooritud rööskas piimas ehk heinade sees 10 min. keeta, et wänge maitse ära kaoks. (Matab 6 inimesele.)

156. Ani küpsis.

Wõta: 1 ani, [$\frac{1}{2}$ tsitroni], 1—2 supilusikat soola ($\frac{1}{2}$ teelusikat riwitud ingweri, $\frac{1}{4}$ teelusikat

walget pipart), 2 toopi hapuid õunu ehk $1\frac{1}{2}$ toopi hapuid kapsaid, wett, 2 supilusikat jahu.

Uni tehtakse puhtaks, lastakse paar päewa seista, hõõrutakse seejt ja wäljastpoolt soolaga, täidetakse pestud õunte ehk poolpehmeks keedetud kapsastega, õmmeldakse kinni, pannakse pannile ja lastakse kuumas ahjus pruuniks minna. Pannile kallatakse keewa wett ja küpsmise ajal walatakse küpsist pannis olewa wedelikuga. Küpsed 2—3 tundi. Kaste juurde wähe jahu. Hapu-kapsaste ja õunadega lauale. (Ulatab 12 inimesele.)

157. Jänes küpsis.

Wõta: 1 jänes, $\frac{1}{4}$ naela pekki, 3 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, 1 supilusikas jahu, $\frac{1}{2}$ toopi piima, 2—3 supilusikat haput koort.

Rullitud jäneft leotatakse 2 tundi nõrgas äädikawees. Keetab tõmmatakse maha ja raiutakse siis jänes tükkidesse. Esimesed ja tagumised reied seotakse ühte, kuna kõhu oja ära wifatakse. Peff nõelutakse lihaft läbi. Wõib weel 10 min. kooritud piimas keeta, et maitse paremaks muutuks. Siis lastakse rasw ehk wõi paja-põhjas kuumaks minna, tehtakse jelles lihatusid pruuniks, riputatakse jahu ja soola nende pinnale ja lisatakse neile wähehaawal keewa piima ehk wett juurde. Küpsetatakse kinnise kaane all. Kaste kurnatakse läbi sõela. Antakse õuna-salati ja kapsastega lauale. (Ulatab 8 inimesele.)

158. Kaladest üleüldse.

Zoomariigist jaadawate toiduainete hulgas on kalad õige tähtsad. Neäranis palju kala tarwitatakse mere, järwede ja jõgede ääres. Ka meie rahwa toitmise juures on kaladel tähtis koht, sest meie kodumaad piirab Läänemeri ja kalarikas Peipsi, teiselt poolt on ka sifemisi järwi, nagu Wirtsjärw ja teised wähemad, weel kõnelemata nendeft loikudeft ja ojadest, mis wäheste hoolitsamise ja kalakaswatuse sisseseade järele kaladest kühiseda wõiks.

Meres, järves ja jõgedes elavate kalade vahel on vahe. Järve ja jõgede kalad on rasvafemad. Näituseks sisaldab järve angerjas 30% rasva, kuna selle vastu meres elav angerjas ainult 8% rasva sisaldab. Järve ja jõgede kalade liha on peenema kiuline, selle poolest maitsevaim.

Kala sisaldab neidsamu toiduaineid mis lihagi, ainult rohkem wett ja liimaineid. Kala rasw on peaaegu wedelas olekus, mis sellest tuleb, et kala raswas palju oleini leidub. Kalad jagatakse kahte liiki: raswasteks ja lahjadeks.

Raswafed kalad ei seisa mitte kaua wärsked. Kalaliha on fergesti seeditaw, iseäranis lahjade oma, sellega ka kohane haigetele tarwitada.

Kala ostes tuleb tähele panna, et see täiesti wärste oleks, sest seisnud kala lihal on wästumeelne lõhn ja magu. Wärste kala tundemärgid: Punased lõpukesed, läikivad ja mitte fisewajunud filmad, nahk läikiw ja sile, kala kätte wõttes kange, jõrmega waju- tades ei tohi auku järele jääda. Kala on wärste, kui ta wette pannes põhja langeb, wana, kui pääl heljub. Kalas ei tohi tangusid olla; jeda tuntakse, kui kalasoomused ilma läiketa ja mitte reas ei ole, ja seljalihal waju tades nagu tükid sees oleks.

Kalad ei ole mitte igal-ajal maitsewad. Heeringaid ja räimi wõib terve aasta toiduks tarwitada, sügisel on siiski maitsevamad ja raswafemad. Kalu keetes on tähele panna: kui kalad terwelt lauale antakse, siis on juuri kalu parem ilma soomustamata keeta, sest soomustamisega saab kala nahk rikunud ja selle järeldujel jookseb rasw wälja. Püäle keetmise tõmmatakse soomus ja nahk kohe kuumalt kerge waewaga maha.

Limaseid kalu ei tohiks mitte nülgiwa, lima saadakse fergesti ära: kalad pistetakse keewa wette, hõõrutakse üle- ehk heinatuuustiga walgeks.

Sijekonna wäljawõtmise juures peab ettewaatlik olema, et sapp katti ei lähöks, awatakse ainult nii palju, et siiskond hästi wälja saadakse. Kalu ei tohi wees leotada, lähed palju maitset kaduma, iseäranis weel mitte raswafid kalu, nagu latikaid, judakaid (lakijid), lõhta, räimi jne.

Kalad keedetakse wäheses wees ehk weel parem auru sees.

Kala keetmise wette pannakse (wähe äädikat) ja soola. Nädikas teeb kalaliha kõwemaks ja tarwitatakse pehmete kalade keetmiseks. Kõige parem on suurte kalade keetmise jaoks kala kastrulli tarwitada ehk selle puundusel praepanni. Kui kala hautatakse ehk süldiks keedetakse, siis soomustatakse teda ära. Küpsetamise jaoks wõetud kalad soomustatakse enne ära, küpsetatagu terwelt ehk tükkidena. Kala ei tarwita küpsetamise jaoks mitte nii suurt kuumust, kui loomaliha. Raswaseid kalu küpsetades ei tarwitata mitte nii palju raswa, kui lahjade juures (nagu haug jne.). Kalad peawad täiesti küpsed olema, toores kala on wastumeelt. Kalu ei saa kaua aega wärskest hoida, wähest ainult jää pääl. Kui neid kuhugi saadetakse, siis tulewad nad jää ja nõgeste wahela pakkida.

Kalad seisawad soolatult ja kuivatatult. Raswased kalad on soolatult maitsewamad. Soolamise jaoks wõiwad kalad soomustamata jääda. Soolamise jaoks ei tohi kalu rohkes wees loputada, pühitakse märja wõipaberiga. Kalade soolamise juures wõib wähe suhkurt ja salpetert tarwitada.

Kalad soolatakse jämedate pestud sooladega, kala korra wahela riputatatakse soola. Kala soolandu pannakse suwel jääkeldrisse ehk külma kohta. Pääle soolamise wõib kalu wäljas õhu käes ehk nõrgas ahju soojuses kuivatada. Wäikesed kuivatatud kalad wõib peeneks jahwatada ja siis suppide jaoks tarwitada.

Ka wõib kalu suitsutada. Iseäranis raswased suured kalad hoitakse 24 tundi soolas, wäiksemad ainult mõni tund. Suitsetatakse kas sellekohases suitsu-ahjus ehk praepannil ahjus ehk kaanega pajas. Ahju panni ehk paja põhja pandakse õlgi ja kadaka oksti. Õled sütitatakse prae-ahjus põlema, uks pannakse hoolega kinni, jääwad 25—30 minutit ahju, on siis walmis suitsunud. Sihne ja hää suitsutamise wiis.

159. Küpsetatud ahwenad I.

Wõta: 5 naela ahwenaid, 2 supilusikat wõid, 4 supilusikat ruffi-, odra- ehk nisujahu, 3 supilusikat haput koort, $\frac{1}{4}$ naela raswa, 2 supilusikat soola, $\frac{1}{2}$ klaasi keewa wett.

Kalad soomustatakse, puhastatakse ja pestakse ära. Koaga lõigatakse suurematele risti lõiked sisse, et küpsetamise juures ära ei laguneks. Jahu ja sool segatakse ühte, kalad weeretatakse jelles. Või ja rasv aetakse kuumaks, kalad pruunistatakse, lijatakse foor ja veži juurde ning lastakse wähe aega kaane all keeda. Kaste kurnatakse läbi sõela, kallatakse kaladele pääle. (Ulatab 6 inimesele.)

160. Küpsetatud ahwenad II.

Wõta: 5 naela juuri ahwenaid, $\frac{1}{4}$ naela raswa, 2 supilusikat koort, 5 supilusikat kuiwikuid, $2\frac{1}{2}$ klaasi kalaleent, wähe pipart, wähe suhkurt, $\frac{1}{8}$ naela wõid, 1 muna, 4 munakollast, 1 tsitron, 2 supilusikat soola, 1 supilusikas tilli, 1 supilusikas peterselli lehti.

Puhastatud kalad weeretatakse lööbud muna ja koore segus ja siis kuiwiku purus. Või ehk rasw lastakse kuumaks minna, kalad pruunistatakse mõlemilt poolt. Lastakse kinni kaane all weel kuumal pliidil haududa. Kaste walmistatakse järgmiselt: wõi, munakollased, tsitroni mahl, 1 supilusikas tärklist, pipar, suhkur, sool, weži ehk kalaleem pannakse kastruliga tulele, lüüakse kuni püdelaks lähed, keeta ei tohi, kallatakse siis kaladele pääle. (Ulatab 6 inimesele.)

161. Hautatud ahwenad.

Wõta: 5 naela ahwenaid, 3 supilusikat raswa, 3 supilusikat jahu, 3 supilusikat wõid, murulauka, 1 teelusikas würtsi, 1 toop wett, 2 supilusikat soola, 1 sibul, tilli lehti.

Ahwenaid puhastatakse, loputatakse ja lastakse nõrguda. Paja põhi määratakse raswaga. Kalad pannakse kordawiisi: soola, würtsi, jahu, sibula, murulauga ja tillidega. Leige weži kallatakse pääle. Keedetakse kaane all tajasel tuel $\frac{1}{2}$ tundi. Antakse kartulitega lauale. (Ulatab 6 inimesele.)

162. Keedetud haug.

Wõta: 4—5 naela hauge, 2 supilusikat soola, 1 sibul, 2 toopi wett, 1 supilusikas äädikat, würtsi (mõni tera).

Kala hõõrutakse soola ja äädikaga, et limane kord ära kaoks, ei soomustata. Sijefond wõetakse wälja, loputatakse hästi. Kala pannakse maitseainetega ühes keema wette. Keedetakse tasasel tulel.

Antakse lauale kartulite ja mädarõika kastega.

Kaste: 2 supilusikat wõid, 3 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ klaasi foort, 3 klaasi kalaleent, tükk mädarõika juurt ehk wõib mädarõika asemel 2 kõwaks keedetud muna tarwitada. Kastet keedetakse 10 minutit. Riivitud mädarõigas lisatakse wiimaks juurde. (6 inimese jaoks.)

163. Ahjus küpsetatud haug.

Wõta: 4—5 naela hauge, 4 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas jahu, $\frac{1}{2}$ toopi wett ehk kalaleent, 2 supilusikat soola, 1 muna, 3 supilusikat kuiwikuid, 1 sibul, 3 supilusikat foort.

Puhastatud hauge hõõrutakse soolaga. Määritakse lööbud munaga, weeretatakse kuiwikupuruga. Panni pääl kuumendatakse raswa ehk wõid, haug pannakse pannile, selg ülespoole. Küpsetatakse ahjus, wähe aja pärast kallatakse pannis olema raswaga, siis puistatakse jahu pinnale ja lastakse weel ahjus hästi pruuniks minna. Panni pääle lisatakse weji ehk kalaleent ja foort.

Antakse kartulite ja kastega lauale. (6 inimesele.)

Selle kirjelduse järele wõib iga kala ahjus küpsetada.

164. Haug šampionidega.

Wõta: 5 naela hauge, 25 šampioni, $\frac{1}{4}$ naela wõid ehk raswa, 1 supilusikas tärklis, 2 klaasi kalaleent, 3 munakollast, 1 muna, wähe tsitroni, kuiwikuid, soola, pipart.

Kala soomustatakse, pestakse ja lõigatakse seljast lõhki; selgrood võetakse välja, hõõrutakse soola ja pipraga, kastetakse lõõbud munasse ja weeretatakse kuiviku-puruga, küpsetatakse helepruuniks panni pääl võis ehk rasvas. Pannakse waagnasse ja sooja kohta, kala selgrood keedetakse 1 toobi weega, soola, sibula, ja pipraga.

Munakollased, või, tärklis, kalaleem ja vähe tsitroni mahla pannakse kastruliga tulele, peksetakse, teeta ei tohi.

Championid pruunistatakse võiga panni pääl, seatakse kala waagna servadele, kaste kallatakse pääle. Kartulite ehk kartulipudru kuniidega lauale. (Matab 8 inimesele.)

165. Täidetud haug.

Wõta: 5—4 naelaline aug, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ naela võid, 3—2 klaasi koort ehk piima, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ naela saia (kuiwatatult), 4 muna, 1 supilusikas soola, pipart.

Restmise juurtega haug puhastatakse, pää lõigatakse otjast ära, nahk tõmmatakse tuppe, saba juurde jäetakse 2 sõrme laiune tükk külge. Liha kaabitakse kontide küljest lahti, aetakse 2—3 korda läbi masina. Sai leotatakse piimas, aetakse läbi masina. Peenendatud kala juurde lisatakse: maitseained, leotatud sai, üksikult hästi peksetud munakollased, vahuks hõõrutud või ja viimaks vahuks lõõbud munawalged. Täidetakse puhtaks pestud, nullitud haugi naha jisse, mitte väga täis, pää õmmeldatakse otja, pannakse pannile, määratakse võiga, kuivikutid ehk jahu puistatakse pinnale. Küpsetatakse ahjus 1— $1\frac{1}{2}$ tundi, kastetakse pannil olewa raswaga. Kaste juurde pannakse koort. Seda segu võib ka määratud wormidesse ehk kaufidesse täita ja ahjus küpsetada. (Matab 6 inimesele.)

166. Hantatud kuiv haug.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ naela kuiwatatud hauge, 20 kartult, 1 porgand, 10 tera würlsi, 2 toopi wett, $1\frac{1}{2}$ naela sealiha, 1 kaalikas, 1 sibul, 3 supilusikat jahu.

Kala lõigatakse tükkideks, leotatakse 12 tundi. Sealihaga lõigatakse siividesse, pannakse haugiga ühes keema. Suurewiljad puhastatakse ära, lõigatakse tükkidesse, pannakse kala ja liha juurde, lastakse tasasel tulel kinni kaane all 2 tundi keeda, segatakse vähehes vees leotatud jahu juurde.

167. **Hautatud kuivatatud kalad.**

Wõta: 2^{1/2} naela kuivatatud särki ehk muid kalu, 1^{1/2} naela sealihaga, 10 tera pipart, 2^{1/2} toopi wett, 1 sibul, 2 supilujikat jahu, leiwatainast.

Kalad leotatakse 12 tundi. Pannakse lihakiivid, kalad, wesi, jahud ja maitseained patta. Leiva tainast pannakse kaaneks, ääred wajutatakse pada wastu hästi kinni, et aur wälja ei pääseks. Pada pannakse ahju 4—5 tunniks, antakse kuumalt kartulitega lauale.

168. **Keedetud kuivatatud kalad.**

Leotatud kalad keedetakse ära. Antakse koore ehk muna kastega ja kartulitega lauale.

169. **Keedetud säinas.**

Walmistatakse, nagu keedetud haug.

170. **Küpsetatud säinas.**

Nagu küpsetatud haugi walmistamise juures kirjeldatud.

171. **Keedetud latikas.**

Walmistatakse nagu haugi juures kirjeldatud. Lauale muna kastega, aga mitte mädarõikaga.

172. **Küpsetatud latikas.**

Walmistatakse nagu küpsetatud haug.

173. **Suitsetatud latikas.**

Wõta: 5 naelaline latikas, 1 klaas jämedat soola, $1\frac{1}{4}$ toopi wett, 2 supilusikat wõid ehk raswa.

Kaladejt wõetakse sijefond wälja, pestakse. Leiges wees sulatatakse sool, kui jahtunud, pannakse kalad soolwette külma kohta 12—24 tunniks soolduma, (wõib ka kuiwa soolamiist tarwitada). Kalad wõetakse wälja, pühitakse kuivaks. Suure praepanni pääle pannakse õlgi ja wähe kadaka õrje. Kalad pannakse õlgedele, teine pann ehk plaat pääle, et suits wälja ei pääseks, pannakse pliidile ehk prae ahju, ehk leiwa ahju, kui jään sweb weel hõõguwad, jäetakse ahju 20 minutiks, selle järele pööratakse kalabel teine kül, pannakse weel 20—30 minutiks ahju. Pääle selle määratakse wõi ehk raswaga. Antakse niijama ehk kõwaks feedetud munadega lauale.

174. **Suitsetatud ahwenad.**

Walmistatakse, nagu latikadgi, aga ei ole nii kaua tarwis soolata.

175. **Kala sült.**

Wõta: 8 naela kalu: ahwenaid, hauge, latikat ehk lutsu, 15 tera pipart, 2—3 loorberilehte, $1\frac{1}{2}$ toopi wett, maitse järele soola, juwel wähe walget kalaliimi, 1 sibul.

Wärsked kalad joomustatakse ära, puhastatakse sijefonnajt, loputatakse puhtaks. Suuremad kalad lõigatakse tükkideks, pannakse külma soolase weega tulele; kui keema hakkab, lisatakse maitseained juurde, feedatakse tajasel tulel 20—30 minutit, kalad wõetakse wälja, seatakse waagnale; kui wedelikku palju on, siis lisatakse wähe pestud kalaliimi lehti, sulatatakse ära, kurnatakse läbi rätiku kalade pääle. Lastakse külmas kohas hanguda.

176. **Hautatud särjed ehk kograd.**

Walmistatakse, nagu hautatud ahwenate juures kirjeldatud.

177. **Küpsetatud särjed ja kograd.**

Walmistatakse nagu küpsetatud ahwenad.

178. **Sisse tehtud angerjas.**

Wõtta: $2\frac{1}{2}$ naela angerjast, $1\frac{1}{2}$ klaasi äädikat, 1 sibul, 1 loorberileht, $\frac{1}{2}$ tsitroni, 3 supilusikat jahu, 2 supilusikat söögi-õli ehk wõid, würtsi, soola.

Rüllitud angerjas lõigatakse tükkideks, weeretatakse soolasegases jahus, küpsetatakse raswas ehk wõis. Pannakse purki ehk potti. Äädikas keedetakse maitseainetega 5 minutit, selle järele lisatakse 2 supilusikat söögiõli juurde, kallatakse jahtunult angerjate peäle. 10 tunni pärast võib tarvitada. Ka räimi walmistatakse sel wiisil.

IV. Segi-toidud.

179. **Küpsetatud räimed.**

Wõtta: $2\frac{1}{2}$ naela wärskeid ehk soolatud räimi, $\frac{1}{2}$ klaasi jämedat rukkijahu, 1 supilusikas soola; wõid ehk raswa küpsetamise jaoks.

Sool segatakse jahuga ja weeretatakse puhastatud ja pestud räimed selle sees. Küpsetatakse pannil raswa ehk wõiga mõlemilt poolt pruuniks. Antakse kuumalt kartulitega lauale. (6 inimesele).

180. **Räime salat.**

Wõtta: Gelpool awaldatud firjelduse järele küpsetatud, wärskeid ehk hästi leotatud soolatud räimi, $\frac{1}{2}$ teelusikat suhkurt, 3 loorberi lehte, 1 teelusikas würtsi ehk pipart, äädikat, tilli lehti.

Küpsetatud ja jahtunud räimed laotakse korraft ühes maitseainetega klaasipurki ehk potti, äädikat kallatakse nii palju peäle, et üle ulatab. (6 inimesele).

181. Räime koogid.

Wõta: 2 naela wärskleid ehk soolatud räimi, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola. **Segu:** 2 muna, 2 klaasi piima, $\frac{1}{2}$ klaasi wett, 2 supilusikat sulatatud raswa ehk wõid, 1 klaas jahu, raswa küpsetamise tarwis.

Räimed puhastatakse ära, pää ja luud wõetakse wälja, wähe soola riputatakse pääle. Soolaseid räimi leotatakse külmas wees ja pühitakse kuivaks. Munad, wesi, jahu ja sool segatakse piimaga, lastakse 1 tund aega tainast seista, et jahu paiuks. Kuumaks aetud ja raswaga määritud pannile kallatakse wähe tainast, pannakse siis räimed pääle. Kui wähe küpsenud on, lifatakse weel wähe tainast juurde; küpsetatakse mõlemilt poolt pruuniks. Antakse kuumalt lauale.

182. Räimed riisi ehk odratangu pudrugaga.

Wõta: 15 soolaft räime ehk $2\frac{1}{2}$ heringat, $1\frac{1}{2}$ toopi keedetud, järele jäänud riisi-ehk odratangu-putru, 2 muna, 1 supilusikas soolatud raswa, wähe peenikest pipart.

Räimed ehk heeringad leotatakse ära, puhastatakse nahast ja luudest, raiutakse peenikeseks ehk aetakse läbi wesi. Sahtunud pudru hulka segatakse peenestatud kalad, liiakse munad ja maitseained hulka. Segu kallatakse määritud kausi ehk panni, küpsetatakse ahjus. Antakse sulat raswa ehk wõiga lauale.

183. Räime küpsis.

Wõta: 1 nael wärskleid ehk soolatud räimi, 1 toop kartulid, 1 sibul, soola, jahwatatud pipart, 2 klaasi piima, 1—2 muna, 2 lusikat raswa ehk wõid.

Räimed puhastatakse ära, soolatuid leotatakse, pühitakse rätiku wahel kuivaks. Kartulid kooritakse puhtaks, lõigatakse siiwideks. Wõdietud kausi ehk wormi pannakse kord kartuli siiwisid, nende

pääle räimi, peeneks raiutud kooritud sibul, maitseained ja mõni täpp rasva ehk võid. Nii korratakse kuni kauss ehk worm täis on. Viimane kord olgu kartuli jiiwidesft. Munad ja piim lüüakse segi, kallatakse küpsise pääle. Küpsetatakse ahjus, antakse kuumalt lauale, soovi järele äädikaga.

184. Räime kähid.

Wõta: 2 naela wärsteid räimi, soola, peenikest pipart, 5 supilusikat peeneks raiutud tilli lehti, 1 muna, 3 supilusikat rööska piima ehk koort, 2 supilusikat peenendatud kuiwifuid ehk jahu.

Räimed puhastatakse ära, fondid wõetakse wälja, sool, pipar, peenendatud tilli lehed aetakse segi. Sellest segust pannakse wähe iga räime sifemise poole pääle, kaks poolt ühendatakse, kastatakse lõõdud muna ja piima segusse; weeretatakse kuiwifutes, küpsetatakse raswa ehk võiga. Antakse kartulitega kuumalt lauale, kas lõunaks ehk õhtuks. (6 inimese jaoks).

185. Heeringa segu.

Wõta: 1 heering, 2 kōwaks keedetud muna, $\frac{1}{2}$ sibulat, 1 supilusikas äädikat, 2 supilusikat koort, 1 supilusikas peenendatud kuiwifuid, wähe sinepit, peenikest walget pipart ja suhkurt.

Hästi leotatud heering puhastatakse nahast ja luudest, raiutakse peeneks, segatakse hästi peeneks raiutud keedetud munade, riivitud sibula ja teiste eelpool nimetatud ainete hulka. Segu seatakse wäikesele waagnale. Antakse wõileibadega lauale. (6 inimese jaoks).

186. Heering koorekastega.

Wõta: 2—3 heeringat, 2 kōwaks keedetud muna, 4 supilusikat haput koort, $\frac{1}{4}$ teelusikat sinepit, wähe äädikat, $\frac{1}{2}$ teelusikat suhkurt, sibulaid ehk murulauku.

Leotatud heeringad puhastatakse nahast ja luudest, lõigatakse tükkideks, pannakse waagnale. Koore hulka segatakse maitseained; peeneks raiutud muna puru raputatakse heeringa pääle, koor kallatakse üle. Waagen ehitakse peterjelli lehtedega. (6 inimesele).

187. Heering õlikastega.

Wõta: 3 heeringat, 2 kõwaks keedetud muna, 2 supilusikat äädikat, 1 teelusikas sinepit, 1 keedetud peet, 2 munakollast, 1 supilusikas söögi-õli, 1 teelusikas suhkurt, 1 supilusikas murulauka ehk sibulat, wähe peenendatud walget pipart.

Leotatud heering puhastatakse nahast ja luudest. Kõwaks keedetud munad raiutakse peenikeseks. Heeringad lõigatakse tükkideks, pannakse korraviisi raiutud munade ja murulaudadega waagnale. Munakollased hõõrutakse hästi läbi, tilkade wiisi lisatakse söögi-õli, wiimaks äädikas, suhkur, 2 supilusikat külma wett juurde. Kaste kallatakse heeringate pääle waagna, äär ilustatakse peedi siiwidega.

188. Heeringa küpsis.

Wõta: 2 heeringat, $\frac{3}{4}$ toopi keedetud kartulid, 1 sibul, supilusikas wõid ehk raswa, 1 klaas piima, 1 muna.

Heeringaid leotatakse, puhastatakse nahast ja luudest. Wõietud wormi ehk kausi pannakse kartuli siiwid, peeneks raiutud heeringad ja sibul pääle, selle järele wiimased kartuli lestad. Kallatakse peetud muna ja piim pääle. Mõni täpp wõid ehk raswa. Küpsitatakse ahjus helepruuniks.

189. Bull-heeringad.

Wõta: 3 heeringat, 1 sibul, $\frac{1}{2}$ teelusikat sinepit, $\frac{1}{4}$ teelusikat peenendatud würtsi, 1 klaas äädikat, $\frac{1}{2}$ teelusikat suhkurt, 1 loorberileht, 10 tera würtsi, 3 tera pipart.

Heeringaid leotatakse ja puhastatakse luudest. Riivitud sibul, purustatud würtz ja sinep aetakse segi. Seda segu määratakse iga heeringa sifemise poole pääle. Kullitakse siis jaba poolt alates kottu, pistetakse puutiku ehk würtzi nelgiga finni. Kullid pannakse potti ehk purki, maitseained puistatakse wahesele, äädikat kallatakse pääle. Mõne päewase seisumise järele on rullid sөөmise jaoks walmis. Antakse sииwideks lõigatult lauale.

190. Heeringa kähid I.

Wõta: 3 heeringat, 1 klaas peeneks raiutud feedetud liha, $\frac{1}{2}$ toopi feedetud ja puruks tambitud kartulid, 1 lusikas haput koort, 1—2 sibulat, 1—2 muna, 1 supilusikas soolatud raswa ehk wõid, 1 lusikas kartuli tärklis.

Heeringaid leotatakse, puhastatakse luudest, aetakse kartulite ja lihaga ühes kaks korda läbi liha weskki, segatakse raswa sees pruuniks küpsetatud sibulad, lõõdud muna, koor ja tärklis ehk jahu hulka, kastetakse wõimalikult hästi läbi. Wormitakse ümargused ehk piklikud kähid. Küpsetatakse raswa sees pannil. Antakse piima ehk koore kastega lauale.

191. Heeringa kähid II.

Wõta: 3 heeringat, 3 muna, 2 lusikat haput koort, $\frac{1}{2}$ klaasi tambitud kuuwikuid, wahese peenikest pipart.

Heeringaid leotatakse, puhastatakse luudest ja aetakse läbi weskki. Sijatakse lõõdud munad, koor, kuuwiku puru ja maitseained juurde, segatakse hästi läbi. Wormitakse wäikesed kühid ehk kähid. Küpsetatakse panni pääl raswaga. Antakse kartulite ehk hautatud aiawiljaga lauale.

192. Feedetud munad.

Puhtaks pestud munad pannakse külma weega tulele. Kui wesi keema hakkab, wõetakse munad wälja, pistetakse mõneks sekundiks

külma wette, pühitakse kuivaks. Selle juhatusel järele keedetud munade juures hüübub munawalge ja kollane ühetasajelt.

Teine keetmise viis on üleüldiselt tuttav: munad pannakse keeva wette ja lastakse 3—4 minutit ilma kaaneta keeda.

193. **Muna puder.**

Wõta: 8 muna, $\frac{1}{2}$ toopi piima, soola, 1 supilusikas peeneks raiutud murulauka, 1 lusikas wõid.

Munad ja piim lüüakse segi, sool ja peeneks raiutud murulaugad lisatakse juurde. Kastriuli sees lastakse wõid kuumaks minna, munasegu kallatakse pääle. Kui munasegu püdelaks läheb, wõetakse altpoolt lusikaga ära.

194. **Stautatud munad.**

4 kõwaks keedetud muna, 1—2 supilusikat wõid, $\frac{1}{2}$ lusikat jahu, 1 klaas röösta piima ehk koort, soola, wähe peenikest pipart (1 munakollane).

Wõid ja jahu lastakse läbi keeda, piim ehk koort lisatakse juurde, sega lastakse 5 minutit keeda. Maitseained ja soowi järele lööbub munakollane lisatakse hulka. Röösta keedetud munad lõigatakse pikuti 4—6 osasse, pannakse waagnale, kaste kallatakse pääle. Antakse soojalt lauale. (6 inimesele).

195. **Muna küpsis.**

Wõta: 4 muna, soola, $\frac{1}{2}$ toopi röösta piima.

Munad ja piim lüüakse segi, lisatakse piim ja sool hulka, sega kallatakse wõietud wormi ehk kausi, pannakse leigesse ahju hüübuma. (6 inimesele).

196. **Munakook I.**

Wõta: 6 muna, $\frac{1}{2}$ toopi piima, 2 teelusikat soola.

Munad ja piim lüüakse segi ja pannakse soola juurde. Panni pääl tehakse wähe wõid kuumaks, mida siis jälle ära hanguda lastakse,

enne kui muna segu pääle kallatakse. Küpjetatakse nõrgal tulel ehk ahjus. Kallatakse waagnale. Ühe oja pääle pannakse liha, hautatud aiawilja, paksupiima ehk putru, teine pool käänatakse pääle. Antakse kuumalt lauale. (6 inimesele).

197. **Munakook II.**

Wõta: 4 muna, 5 lusikat piima ehk rööska koort, 1 teelusikas jahu, 1 teelusikas soola.

Munakollased peksetakse hästi ära, lisatakse piima ehk koort, jahu, sool ja wiimaks wahuks löödud munawalged hulka. Küpjetatakse, nagu eimese munakoogi juures kirjeldatud, täidetakse soovi järele.

198. **Juustu küpsis.**

Wõta: 1—2 supilusikat wõid, 2 lusikat jahu, soola, 1^{1/2} klaasi rööska piima, 4 muna, 8—10 lusikat riivitud juustu.

Wõi, jahu ja piim segatakse tulel kuni paksuks läheb. Wähe jahtnult segatakse ükifikult munakollased, riivitud juust, sool ja wiimaks wahuks löödud munawalged. Segu kallatakse wõietud wormi ehk kausi küpsema. (6 inimesele).

199. **Paksupiima koogid.**

Ühest munast, wähest weest ja nii palju jahust, et tainas wälja rullida lasjab, walmistatakse tainas. Rullitakse wälja, wõetakse klaasiga wäikesed koogid, äär määratakse weega. Wõetakse mõni lusikatäis paksu piima, hõõrutakse hästi läbi, lisatakse 1 lusikas sulatatud wõid, noa otja täis soola, wähe peenikest murulauka ja 1 muna ehk 2 munakollast, segatakse kõik siis hästi segi. Sellest segust pannakse 1 teelusika täis iga koogi pääle, pannakse teine tükk tainast pääle, ehk käänatakse äär üle ja pigistatakse hästi kinni. Keedetakse kuumas raswas ehk keewas soolases wees. Pannakse soojendatud waagnale, kallatakse pruuni wõid pääle ehk antakse hapukoorega lauale.

200. **Paksupiima koogid kartulitega.**

Tainas valmistatakse, nagu eelpool kirjeldatud. Soolase wee sees keedetud kartulid tambitakse puruks, lisatakse niijama palju peeneks hõõrutud paksupiima, vähe soola, pipart, peeneks raiutud sibulaid ja vähe suitsetatud pekki hulka, segatakse segi, pannakse iga väljarullitud koogi pääle 1 lusikatäis. Küpsetatakse, nagu eelpool kirjeldatud.

201. **Jahust kähid paksupiimaga.**

Wõta: 1 nael jahu, 1 klaas keewa wett, 2—3 muna, soola, paksupiima.

Jahu lastakse tajasel tulel segamise waral kollaseks minna, lisatakse keew wesi ja lööbub munad.

Wõdetakse tainast lusikaga wäikesed kähid, keedetakse soolases wees. Weeretatakse peeneks hõõrutud paksupiimas, kallatakse pruuniks tehtud wõiga. Niisujahu ajemel wõib tatrajahu tarwitada, siis ei ole tarwis jahu kollaseks kõrwetada.

202. **Liha ja kartuli küpsis.**

Wõta: 1 toop keedetud kartulid, $\frac{3}{4}$ naela keedetud supi- ehk soolaliha, $\frac{1}{2}$ toopi piima, 1 sibul, 1 lusikas raswa, 1—2 muna, soola, peenest pipart.

Keedetud kartulid kooritakse ära, tambitakse pudruks, segatakse hõõrutud muna, kooritud ja peeneks raiutud sibulad hulka, tehakse panni pääl raswa sees pruuniks. Lisatakse läbi wesi aetud liha juurde: wõietud wormi ehk kausi pannakse kord kartulisegu, siis liha ja nii korratakse, kuni kaus ehk worm täis saab; wiimane kord olgu kartulisegu. Küpsetatakse ahjus. (Matab 6 inimesele).

203. **Pekk ja kartuli küpsis.**

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela suitsetatud ehk soolatud pekki, 1 nael keedetud kartulid, 2 muna, 2 klaasi piima.

Pekk lõigatakse wäikesteks neljakandilisteks tükkideks ja tehakse joomi järele pruuniks. Kartulid lõigatakse ka tükkideks ja segatakse

peki hulka, kallatakse määritud wormi ehk fausji. Hõõrutud muna ja piim kallatakse pääle. Küpsetatakse ahjus.

204. Homniku kostiks.

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi feedetud läbi weski aetud liha, 2 supilusikat raswa ehk wõid, 1 heering ehk 4 räime, 1 lusikas tambitud kuwikuid ehk jahu, 1 klaas rööska piima, 1 lusikas haput koort.

Sahwatatud liha lastakse läbi feeda, lisatakse siis purustatud kuwikud, piim ja koor ning peeneks tehtud heeringad ehk räimed juurde, lastakse feeda. Antakse kuumalt kartulitega lauale.

205. Pekk-käkid.

Wõta: 1 toop kartulid, 1 muna, 1 klaas jahu, 1 supilusikas soola. Täiteks: 4 naela suitsetatud pekki, $\frac{1}{4}$ naela feedetud liha.

Kartulid feedetakse ära, kooritakse, tambitakse puruks ehk aetakse läbi weski, lastakse jahtuda. Segatakse siis hõõrutud muna, jahu ja sool juurde. Pekk ja liha lõigatakse tükkideks ehk aetakse westikt läbi, tehtakse panni pääl wähe pruuniks. Kartulisegust wormitakse kuni. Sga kuni keskele tehtakse sõrmega auk ja täidetakse segu täis ning wajutatakse jälle kinni. Küpsetatakse panni pääl ehk feedetakse soolases wees, kuni pinnale tõusewad. Antakse sulatatud wõi ehk raswaga lauale.

206. Liha ja makaroni küpsis.

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela makaronisid, wett, soola, $\frac{1}{2}$ naela suitsetatud ehk feedetud liha, 1 lusikas wõid, 1—2 muna, $\frac{1}{2}$ toopi piima.

Makaronid muratakse tükkideks, loputatakse külmas wees puhastaks, pannakse keema ja soolase weega tulele, lastakse pehmeks feeda. Kallatakse sõela pääle nõrguma. Liha lõigatakse tükkideks (soola-

liha lastakse panni pääl wähe pruuniks minna). Wõietud kausi ehk wormi pannakse forð mafaronisid ja teine liha; löödud muna ja piim kallatakse pääle, küpjetatakse ahjus.

207. **Wasika küpsis salatiks.**

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela järele jäänud wasika küpsist, 1—2 haput kurki, 1 supilusikas salati sibulaid. Raste: 2 munakollast, 1 supilusikas jahu, 1 teelusikas soola, 1 tera peeneks tõugatud walget pipart, 1 lusikas sinepit, 3 supilusikat äädikat, 1 klaas rõõska piima.

Liha ja kurk lõigatakse tükkidesse, segatakse peenendatud sibul juurde, seatakse waagna pääle.

Keewa piima juurde segatakse jahu, löödud munakollased ja maitseained, lastakse siis segamise waral tuel olla kuni püdelaks läheb, keeda ei tohi. Jahtumult kallatakse liha pääle. (6 inimesele).

208. **Liha salat.**

Wõta: 1 nael järele jäänud wasika ehk põrsa küpsist, 4 haput kurki, 4 haput õuna, 1 heering, 5—6 kartulit, 5—7 lesta peeti, 2—3 kõwaks keedetud muna, 2 supilusikat äädikat, 1 teelusikas sinepit, 3 supilusikat haput koort, wähe pipart.

Liha, kooritud kurgid ja õunad, keedetud kartulid, peedid, puhastatud heering, kõwaks keedetud munad, lõigatakse neljakandisteks tükkideks, segatakse ühte, kallatakse siis koorest, äädikast ja maitseainetest valmistatud kaste pääle. Seatakse liua pääle, ehitakse päält. (8—10 inimesele).

209. **Sült.**

Wõta: Põrsa pää- ehk küljeliha ja jalad, (2 naela wasika kontisid), külma wett, soola, lorberilehti, mõni tera pipart, koorega sibul, 1 peterjelli juur.

Pää ja jalad tehtakse hästi puhtaks, raiutakse tükkidesse, pestakse külmas vees, lastakse külmas vees liguneda, et werine weji välja nõrguks.

Liha pannakse hästi puhtaks pestud patta, kallatakse nii palju külma puhasi wetti pääle, et liha katab. Soojendatakse tajasel tulel aega mööda. Kui keema hakkab, riisutakse wahtu, soowi järele lijatasse sool, maitseained ja pestud juurewiljad.

Keedetakse tajasel tulel kinnise kaane all, kuni liha pehmeks läheb ja kontidest lahti lööb.

Liha lõigatakse ilusasti tükkideks, pannakse külma weega loputatud tajasel põhjaga kausi ehk wormi. Süldi wedeliku päält riisutakse rasw ära, furnatakse läbi tiheda, keewa wette kastetud ja kuivaks pigistatud räti. Kui wedelik mitte läbipaistew selge ei ole, siis lijatasse 2 hõõrutud munawalget juurde, keedetakse tajaselt 5 minutit, furnatakse uuesti.

Suwel võib juldileeme jaoks wähe pestud walget kalaliimi tarwitada. Antakse lauale mädardika kaste ja äädikaga.

210. Bull-sült.

Wõta: Põrsa pää ehk külg, 2^{1/2} naela wafika küljeliha, wett, soola, 2 lorberilehte, 10 tera pipart, 3 supilusikat soola, 1 supilusikas ingweri, 1 teelusikas peenikest pipart.

Puhastatud pää raiutakse tükkideks, leotatakse 12 tundi külmas vees. Pannakse külma soolase weega tulele; kui keema hakkab, siis lijatasse loorberilehed ja pipar würtliga. Keedetakse kuni liha täiesti pehmeks läheb. Liha wõdetakse wälja, kamar tõmmatakse nõnda terwelt maha, kui võimalik, märg rätik laotatakse kausi pääle, rätik pääle kamar, naha pool allapoole, ja siis lihatiigid soola, pipra ja ingweriga waheldamisi, kuni kõik liha ära tarwitatud.

Rätik wõidetakse kinni, seotakse weel nõõriga üle; keedetakse wedelikus 10—15 minutit. Wõdetakse wälja, pannakse wajutuse alla. Kui täiesti jahtunud, wõdetakse rätik ümbert ära. Hoitakse soolawees. Siinwides lõigatult äädikaga lauale ehk wõileibade pääle.

211. **Maksa wõie aiawiljaga.**

Wõta: 1 wärfika maks, $\frac{1}{4}$ naela suitsetatud peffi, 1 porgand, 1 pasternak, 1 kaerajuur ja suhkrujuur, 1 sibul, 10 tera pipart, $\frac{1}{2}$ — $\frac{1}{4}$ naela wõid, 1 klaas lihaleent, soola.

Maksa leotatakse mõni tund fooritud rööfjas piimas ja puhastatakse joontest. Peff lõigatakse lestadeks, pannakse paja põhja, peff pääle maks, puhastatud aiawiljad ja maitseained, lastakse tajasel tuel kinnise kaane all keeda, kuni köif pehme on. Metakse köif 2—3 korda läbi lihaweski, hõõrutakse läbi sõela, segatakse wõi ja lihaleem juurde, peffetakse puulusikaga hästi wahule. Seatakse waagna pääle tšitroni libledaga. Antakse lauale wõileiwaga.

212. **Maksa-worst.**

Wõta: 1 wärfika, sea ehk lambamaks, 2 naela lahjat liha, $\frac{3}{4}$ naela peffi, $\frac{1}{2}$ toopi lihaleent ehk wett, 2 supilusikat tärklis ehk jahu, 1—2 muna. Peeneks tõugatud pipart, würtsi, wähe ingweri, 1 riwitud sibul, noaotsa täis suhkurt.

Maksa leotatakse fooritud rööfjas piimas mõni tund, lõigatakse tükkideks, kallatakse keewa wett pääle, ehk kupatatakse mõni minut. Metakse 2—3 korda läbi lihaweski, hõõrutakse weel läbi sõela. Liha keedetakse pefiga ühes pehmeks, liha aetakse westkist läbi, peff lõigatakse wäikesteks tükkideks, segatakse maitseainetega ühes maksa juurde, siis pannakse weel lihaleem, hõõrutud munad juu. segatakse hästi läbi ja täidetakse puhastatud foolikatesse, nii et foolikad pooliti tühjaks jääwad. Pannakse külma foolase weega tulele; kui keema hakkab, tõstetakse pajaga tulelt kõrwale. Lastakse tund aega kaane all seista. Selle järele pannakse wajutuse alla.

213. **Lihaworst I.**

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela jahwatatud wärfikalaha, $2\frac{1}{2}$ naela jahwatatud sealaha, $\frac{1}{2}$ toopi wett, $\frac{1}{2}$ teelusikat

peenifest pipart, 2—1½ supilusikat soola, 1 supilusikas suhkurt, 25 loodi tärklisi (kartuli-jahu).

Liha aetakse 3 korda läbi veski, segatakse maitseained ja tärklis juurde, selle järele vähehaaval kastes veji.

Õdetakse lehmas ehk jäme sea-soolik häda korral, pestakse hoolega puhtaks, kui abras on, leotatakse taaris ehk äädika segases vees. Seotakse üks soolita ots kinni (1 küünra pikkuses), pressitakse siis hästi täis, kui pritsi ei ole, siis seotakse trehter lihaveski külge ja pressitakse täis. Pannakse kofje suitsema 5—10 tunniks, pääle suitsust võtmise teedetakse soolases vees mõni minut. Külmalts võileivaga ehk kuumalt munapudruga lauale.

214. Lihaworst II.

Wõta: 15 naela loomaliha, 7½ naela pekki, 2½ naela tärklisi, 2 toopi lihaleent ehk wett, 12 supilusikat soola, 3—4 supilusikat salpetert, 4 supilusikat suhkurt, 1 supilusikas pipart ja würtsi segi (2—3 nelki).

Liha aetakse 2 korda läbi veski, lüüakse siis mõlaga hästi läbi, segatakse wäikesed pekitükid ja teised ained juurde. Täidetakse soolikatesse, nagu eelpool kirjeldatud. Worstid lastakse soolawees 2 päewa soolguda, suitsetatakse külmas ehk kuumas suitsus, pääle selle teedetakse ½—¾ tundi. Külmalts võileivaga lauale.

215. Pekk-koogi rullid.

Wõta: 4 muna, ½ naela suitsetatud liha, 3 klaasi piima, ½ klaasi nisujahu, ¾ klaasi sularaswa ehk wõid, soola, wähe pipart.

Liha raiutakse peenikeseks, pruunistatakse panni pääl wõi sees, lijatatakse wähe pipart juurde. Munad lüüakse wahule, segatakse jahu, sool ja sularasw ehk wõi hulka, küpsutatakse wõi ehk raswaga määritud pannil õhukene kook, liha segu puistatakse pääle ja rullitakse kokku. Antakse lauale kuumalt õhtu- ehk hommiku-eines.

216. **Kopsuworst.**

Wõta: 1 kops ja süda, 2 sibulat, $1\frac{1}{2}$ supilusikat soola, $\frac{3}{4}$ —1 nael peffi, $\frac{1}{4}$ naela kartulijahu, 1 teelusikas pipart.

Hästi wereft puhastatud süda ja kops keedetakse 10 minutit soolases wees. Metakse peff, süda ja kops läbi lihaweski. Maitseained ja tärkliis segatakse hästi hoolega läbi. Wiimaks lijatakse peeneks rainutud ja raswa sees pruunistatud sibul. Segu täidetakse hoolega puhastatud foolikatesse, seotakse kinni, lastakse 2 päewa soolases wees seista, keedetakse soolases wees. Antakse siinwidesks lõigatult õhtul ja hommikul lauale.

217. **Hautatud kops.**

Wõta: Wasika süda ja kops, wett, soola, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 sibul, 2 supilusikat jahu ehk kuiwikuid, $1\frac{1}{2}$ klaasi piima ehk lihaleent, 3 supilusikat haput koort ehk äädikat, soola, pipart.

Süda ja kops puhastatakse wereft ära. Pannakse külma soolase weega 1 tunniks keema. Jahwatatakse lihaweskis ehk rainutakse peeneks. Paja põhjas pruunistatakse peeneks rainutud sibul, lijatakse peenendatud kops, maitseained ja wedelik juurde, lastakse weel keeda. Antakse keedetud kartulitega lauale. (Llatab 6 inim.)

218. **Werc-worm.**

Wõta: 2 klaasi werd, 2 klaasi piima ehk taari (talja), 1 teelusikas sodat, $1\frac{1}{2}$ klaasi ruffijahu, $\frac{3}{4}$ klaasi odrajahu, 3 supilusikat raswa, 1 sibul, soola, wähe pipart, majorani.

Weri peffetakse hästi ära, wähehaawal segatakse piim juurde, siis raswaga pruunistatud sibul, sode, jahu ja maitseained. Kallatakse määritud kausi ehk wormi, keedetakse wees paari tunni ümber. Antakse lauale sulawõdi, raswa, ehk piima kastega ja palukamarja keedijega.

219. **Were pann-koogid.**

Wõta: $1\frac{1}{2}$ klaasi werd, $1\frac{1}{2}$ klaasi piima ehk taari, 1 muna, 3 supilusikat odrajahu, 5 supilusikat ruffijahu, 4 supilusikat raswa, 1 sibul, soola, peenikest pipart, majorani.

Segu walmistatakse, nagu eelpool kirjeldatud. Küpjetatakse raswaga määritud pannil õhukesed koogid. Antakse sulawõi ja paluka keedisega lauale.

220. **Wäikesed worstid.**

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela wafikaliha, $2\frac{1}{2}$ naela sealiha, $1\frac{1}{4}$ naela kartulijahu (tärklist), $2\frac{1}{2}$ supilusikat soola, $\frac{1}{4}$ teelusikat pipart, $\frac{3}{4}$ toopi lihaleent.

Lihast wõdetakse sooned ja kõlud ära, aetakse 3 korda läbi lihaweski, lihasegu peksetakse tugewasti, lisatakse siis maitseained, tärklist ja leem juurde. Lamba soolikad puhastatakse hoolega ära, lihasegu prittitakse sisse. Worstid pannakse mõneks ajaks soolawette, suitsetatakse kuumas suitsjus 4—5 tundi. Antakse lauale õhtu= ehk hommikueineks ehk aiawilja ja supiga.

221. **Tanguworstid.**

Wõta: 5 klaasi odratangu, 3—4 toopi wett, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ toopi werd, 1—2 sibulat, 1 teelusikas majorani (worstirohtu), 1 teelusikas pipart, 1— $\frac{1}{2}$ naela pekki, soola, soolikaid.

Tangud keedetakse poolpehmeks pakjaks pudruks, kallatakse jahtuma, lisatakse peenendatud maitseained, tükkideks lõigatud ehk läbi weskki aetud wägew sealiha ja werd soowi järele juurde, segatakse hästi läbi, täidetakse lehtri abil puhastesse soolikatesse poolpehmelt. Keedetakse soolases wees tafasel tuel. Antakse lauale pruunistatud kartulite ja lihaga.

V. Taimetoidud.

222. Hautatud spinatid.

Wõta: 1^{1/2} naela wärsteid spinati, nõgese ehk hapuobliku lehti, wett, soola, 3 supilusika täit jahu, 2 supilusika täit wõid ehk raswa, ¹/₂ toopi piima, noa otja täis soola ja suhkurt.

Spinati lehed puhastatakse ära, pestakse ja keedetakse soolases wees pehmeks, kallatakse sõela pääle nõrguma. Lehtede juurde segatakse jahu ja nad raiutakse peenisejeks. Paja põhjas lastakse wõi ehk rasw kuumaks minna, pannakse spinatid ja keew piim juurde ja keedetakse siis 10 minutit. Veel lisatakse maitseaineid juurde. Lauale antakse iseseiswa söögina kõwaks keedetud munadega, aga ka liha- ja kala-toitudega. (Uatab 6 inimesele.)

223. Spinati worm.

Wõta: 1 nael spinati lehti wärskelt (ehk 4 lusika täit kuiwatatuid), wett, soola, ¹/₂ klaasi riisi ja klaas wett, 3 klaasi röõska piima, 1 supilusika täis wõid ehk raswa, ¹/₂ klaasi kuiwikuid, 2 muna, soola.

Spinati lehed puhastatakse, pestakse ja keedetakse soolases wees pehmeks, kallatakse sõela pääle nõrguma ja raiutakse siis peenisejeks.

Wee sees keedetud riisile kallatakse keewaks tehtud piim juurde ja lastakse ära jahtuda. Lisatakse siis kuiwikuid, peened spinatid, löödud munakollased, wõi, maitseained ja wümaks wahuks löödud munawalged juurde. Segu kallatakse wõi ehk raswaga määritud wormi ja küpsetatakse ahjus.

Lauale antakse ise-seiswa söögina wõi ehk raswaga, aga ka teiste söökide juurde.

224. Spinati käärid.

Wõta: 1 klaas riisi, 1 nael kupaatunud spinati lehti, 1 supilusika täis wõid ehk raswa, 2 ehk 3 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi tambitud kuiwikuid, 1 lusikatäis koort ehk piima, soola ja wähe suhkurt.

Mis tehtakse panni pääl ehk pajas pruuniks, pannakse siis rohke kuuma weega tulele, keedetakse pehmeks; aetakse läbi liha-weski ühes spinatiga. Lisatakse kuiwikud, munad, koort ehk piim, wõi ehk rasw ja maitseained juurde, wormitakse pikergused käärid (tainast lastakse enne pool tundi seista), küpsetatakse panni pääl wõi ehk raswa sees. Lauale antakse koore kaste, keedetud kartulite ehk muu aiawiljaga. (Sakkub 6 inimesele).

225. Magus-hapud kapsad.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi peeneks lõigatud kapsaid, 4 klaasi wett, 3 supilusika täit sulatatud raswa ehk wõid, $1\frac{1}{2}$ supilusikat jahu, 1 teelusikas suhkurt, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola, 1 supilusikas äädikat ehk haput koort.

Peenemaks lõigatud kapsastele kallatakse keewa wett pääle ehk neid kupaatatakse soolases wees 2 minutit. Lastakse siis tasasel tulel wee, raswa ehk wõiga haududa. Wiimaks lisatakse külmases wees segatud jahu ja maitseained juurde. Antakse liha ehk soolase kalaga lauale. (6 inimesele).

226. Pruunid kapsad.

Wõta: 1 suur kapsapää, 4 supilusikat raswa ehk wõid, 2 supilusikat kuiwikuid, wett, soola.

Kapsapää puhastatakse ära, keedetakse soolases wees pehmeks, pruunistatud wõi ehk raswa juurde segatakse kuiwikuid ja kallatakse pehmeks keedetud kapsaste pääle. Antakse lauale soolatud lihaga. (6 inimesele).

227. Täidetud kapsapää.

Wõta: 1 suur kapsapää, wett, soola, 2 supilusikat raswa ehk wõid, 1—2 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi kuiwikuid, 1 keedetud muna, pisut suhkurt, soola, 1 tera walget pipart, 1 lusikas haput koort.

Kapsapää keedetakse soolases wees pool pehmeks, paenutatakse siis päälmised juured lehed kõrwale, seesmised lõigatakse wälja, raiutakse ehk jahwatatakse lihawestis puruks, segatakse siis kõik nimetatud ained juurde; selle seguga täidetakse kapsapää õõnsus täis; lehed paenutatakse jälle tagasi, seotakse nõõriga kinni, lastakse paja põhjas wäheste raswa ehk wõi sees pruuniks minna, keew wesi kallatakse juurde, keedetakse kinnise kaane all kuni pehme on. Wõib ka räti sisse kõita ja nõõrgas soolases wees pehmeks keeta. Antakse lauale ije-jõõgina aiawiljadega ehk lihaga. (Matab 6 inimesele).

228. Täidetud kapsalehed.

Wõta: 1 keskmise suurusega kapsapää, wett, soola, $\frac{1}{2}$ klaasi riisi, $\frac{1}{4}$ naela makaronisid, 1—2 supilusikat raswa ehk wõid, 1 keedetud muna, 1 toores muna, 1 supilusikas haput koort, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ klaasi jahu ehk kuiwikuid, soola (1 tera peeneks tõugatud walget pipart).

Kapsalehed kupaatakse nõõrgas soolawees pool pehmeks, wäikesed lehed raiutakse peeneks, segatakse pehmeks keedetud riis, keedetud ja läbi wesi aetud makaronid, 1 hõõrutud muna, kõwaks keedetud ja peeneks raiutud muna, koor, sularasw ehk wõi, jahu, kuiwikud ja maitseained hulka. Segu pannakse lusikaga kapsalehele, käänetakse kokku, seotakse nõõriga kinni, lastakse panni pääl ehk pajas wäheste raswas ehk wõis pruuniks minna, siis kallatakse keewa wett juurde ja lastakse kinnise kaane all keeda, kuni täiesti pehme on. Raste jaoks wõdetakse wähe jahu ja koort juurde. Antakse kartulite ja aiawiljadega ühes lauale. (Matab 6 inimesele).

229. Lillekapsa worm.

Wõta: 1 suur lillekapsa pää, wett, soola, 1 supilusikas wõid, 2 supilusikat jahu, $3\frac{1}{2}$ klaasi piima, 2 muna, soola, wähe riwitud juustu (1 noa otja täis suhkurt).

Lillekapsad puhastatakse ära, lastakse wees seista; feedatakse soolases wees pehmeks, pannakse määritud wormi. Wõi feedatakse jahuga, piim lisatakse wähehaawal juurde, lastakse weel 10 minutit keeda. Kui jahtunud, segatakse hõõrntud munad ja maitseained hulka. Kallatakse wormi lillekapsaste pääle. Pinnale riputatakse riwitud juustu. Küpjetatakse ahjus.

230. Hautatud lillekapsad.

Wõta: 1 wäike lillekapsa pää, 2 supilusikat wõid, 1 supilusikas jahu, 1 klaas rööska piima, koort ehk keetmise leent, soola, suhkurt.

Lillekapsas feedatakse pehmeks; wõi ja jahu feedatakse läbi, lisatakse piim, koor ehk leem, lastakse mõni minut keeda, selle järele lisatakse lillekapsad ja maitseained. (6 inimejale).

231. Hautatud erned.

Wõta: $\frac{3}{4}$ toopi kõdrutatud wärsteid erneid, $\frac{3}{4}$ toopi wett, 1—2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, 1 teelusikas suhkurt, 2 supilusikat jahu, wähe rööska piima ehk koort.

Erned pannakse keewa soolase weega tulele ning lisatakse suhkurt ja wõi hulka. Kui erned pehmed, siis antakse külmäs wees ehk piimas segatud jahu. Keedatakse weel 10 minutit. Antakse liha ehk kala söökidega lauale, ehk ise-söögina wõileibade ja suitsutatud lihaga. (Sakkub 6 inimejale).

232. **Hautatud erned porganditega.**

Wõta: 2 klaasi wärskaid ehk fisehetehtuderneid, 8—10 porgandit, $\frac{3}{4}$ toopi wett, 2 supilusikat wõid, 1 supilusikas soola, wähe suhkurt, 2 supilusikat jahu, wähe rõõska piima, 1 supilusikas peeneks raiutud peterjelli lehti.

Walmistamine, nagu hautatud erneste juures kirjeldatud. (6 inimesele).

233. **Hautatud suhkruerned.**

Wõta: 1 toop wärskaid suhkrurne kaunu, $\frac{3}{4}$ toopi wett, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola, 1 teelusikas suhkurt, 2 supilusikat jahu, wähe rõõska koort ehk piima.

Walmistatakse, nagu hautatud erneste juures kirjeldatud. (6 inimesele).

234. **Hautatud kaalikad.**

Wõta: 2 naela kaalika tükkid, $\frac{3}{4}$ toopi wett, soola, 1 teelusikas suhkurt, 2 supilusikat raswa ehk wõid, 2 supilusikat jahu, wähe piima ehk koort, peenikeseks raiutud peterjelli lehti, wähe äädikat.

Kaalika tükkid keedetakse soolases wees pehmeks, lisatakse wõi, piima sees leotatud jahu, lastakse 5 minutit keeda, segatakse koort, wähe äädikat, peenikeseks raiutud peterjelli lehti juurde. Antakse lauale suitsetatud ehk wärskel liha, ehk heeringa kõrwale.

235. **Kaalika puder.**

Wõta: 1—2 kaalikat, wett, soola, 2 supilusika täit raswa ehk wõid, 1 supilusika täis jahu ehk kuuwitud, $\frac{1}{2}$ klaasi rõõska piima, soola, wähe peenest pipart.

Kaalikad kooritakse ära, lõigatakse tükkideks, keedetakse soolases vees pehmeks, tambitakse puruks ehk aetakse läbi wesi. Paja põhja sees lastakse wõi ja jahu läbi keeda, lijatatakse piima ja kaalika putru juurde, lastatakse segamise waral mõni minut keeda. (Takkub 6 inimesele).

236. **Kaalika worm.**

Wõta: 2 naela kaalika tükkisid, wett, soola, $1\frac{1}{2}$ klaasi kuiwikuid, $1\frac{1}{2}$ klaasi rööska piima, 2 supilusika täit wõid ehk raswa, 2 muna, soola, wähe suhkurt.

Kaalikad kooritakse ära, keedetakse soolases vees pehmeks, aetakse läbi masina, segatakse eelpool nimetatud ained juurde, segu kallatakse wõi ehk raswaga määritud wormi ehk kausi.

237. **Pruunistatud kaalikad.**

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi kaalika tükkisid, 3 lusikat raswa ehk wõid, 1 lusikas suhkurt, 1 lusikas soola.

Kaalikad lastakse pajas wõi ehk raswa sees pruuniks, lijatatakse maitseained raputamise waral ja lastakse pehmeks küpseda.

238. **Pruunistatud sibulad.**

Wõta: 12 wäikest sibulat, wett, soola, 2 lusikat wõid ehk raswa, 1 teelusikas suhkurt ehk siirupit, $\frac{1}{2}$ klaasi lihaleent ehk keewa wett.

Sibulad kooritakse ära, keedetakse soolases vees poolpehmeks ja walatakse sõela pääle nõrguma. Pruunistatakse wõi ehk raswa sees, suhkurt ja soola riputatatakse pääle, lijatatakse keew wesi ehk lihaleem juurde ja lastakse tasasel tules keeda, kuni sibulad pehmed on.

239. **Pähkli pätsid.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela riisi, $\frac{1}{4}$ naela kooritud pähkliid, 2—3 muna, 1—2 klaasi haput koort ehk rööska piima, 1 sibul, 1—2 lusikat wõid ehk raswa, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ naela kuiwikuid.

Riis pruunistatakse panni pääl ehk pajas, pestakse külma weega, keedetakse rohke, wähe soolase weega pehmeks, aetakse läbi lihaweski, segatakse riiritud pähkliid, pruunistatud sibul ja teised ained jekka. Segu lastakse $\frac{1}{2}$ tundi seista, wormitakse siis ümargused ehk pikergused pätsid ja küpjetatakse wõiga. Antakse tomati kaste ja aiawiljaga lauale.

240. **Dõuu-kunid.**

Wõta: 1 toop järelejäänud tanguputru, 1 toop keedetud kartulid, 2—3 muna, sibul, 2—3 lusikat wõid ehk raswa, 1 lusikas koort, wähe jahu, noaotsa täis peenifest pipart.

Järele jäänud tangupudru hulka segatakse peeneks jurutud kartulid, raswa ehk wõiga pruunistatud sibul, lüüakse muna, segatakse hästi läbi, wormitakse ümargused ehk piklikud kunid, antakse koore kaste ja aiawiljaga lauale.

241. **Riisi kähid.**

Wõta: 1 klaas riisi, 1 klaas wett, 2 klaasi piima, 2 supilusika täit wõid ehk raswa, 1—2 sibulat, 2—3 muna, 1 lusika täis haput koort, $\frac{3}{4}$ klaasi kuiwikuid ehk jahu, $\frac{1}{4}$ naela soolases wees pehmeks keedetud mafaronisid, peenifest pipart.

Riisi pestakse esiteks külma, siis keewa weega, keedetakse piima ja weega pehmeks; kui jahtunud, aetakse soolawee sees keedetud mafaronidega läbi weski. Teised eelpool nimetatud ained segatakse juurde. Tainas lastakse pool tundi seista. Wormitakse ümargused ehk piklikud kähid. Küpjetatakse wõi ehk raswaga. Antakse aiawiljadega ühes lauale.

242. **Hautatud riis.**

Wõta: 1 klaas riisi, 2 supilusikat wõid, 1 teelusikas soola, $\frac{1}{2}$ toopi wett.

Riisi pestakse enne külma, siis keeva weega, wõi, sool ja keew wefi lisatakse riisi juurde. Segu kallatakse kausi ehk wormi, pannakse wormiga weega täidetud kastruli ja lastakse keeda, kuni pehmeks saab. (6 inimesele).

243. Riisi worm.

Wõta: 1 $\frac{1}{2}$ klaasi riisi, wett, soola, 2 supilusikat sulawõid ehk raswa, 2 munakollast.

Riisi pestakse enne külma, siis keeva weega. Keedetakse nõrgalt-soolases wees pehmeks, segatakse wõi ehk rasw juurde ja lõpuks wahule hõõrutud munakollane. Siis kallatakse wõi ehk raswaga määratud wormi. (6 inimesele).

244. Tomadi kähid.

Wõta: 1 nael tomatifid, 2 naela kartulid, 2 klaasi tambitud kuwikuid, 3 muna, 1—2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 supilusikas soola.

Kartulid keedetakse ära, tambitakse puruks, segatakse läbi lihameski aetud ehk läbi sõela hõõrutud tomadid ja teised nimetatud ained juurde. Lastakse $\frac{1}{2}$ tundi seista, weeretatakse ümargused ehk pillitud kähid. Kõrjetatakse raswa ehk wõiga. Lauale antakse riisi ja munakastega. (6 inimesele).

245. Täidetud tomadid.

Wõta: 12 suurt tomati, $\frac{1}{2}$ klaasi hääd riisi, 2 muna, 2—3 supilusikat wõid ehk raswa, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola, wähe pipart, 2 supilusikat koort.

Riis pestakse külmas ja siis keewas wees, keedetakse rohke soolase weega pehmeks ja kurnatakse, ehk wõib ka järele jäänud riisiputru tarwitada. Riisi hulka segatakse sulawõid ehk rasw, lõõdud munakollased, sool ja pipar. Tomatifid leotatakse soolases wees $\frac{1}{2}$ tundi, lõigatakse siis päält üks tükk ära, siju pigistatakse välja, läbi sõela segatakse riisi juurde ja wiimaks pannakse wahule lõõdud

munavalged. Tomadid täidetakse selle seguga, pannakse pajapõhja rasva ehk võdi sisse keema, lastakse tajasel tulel kinnise kaane all $\frac{1}{2}$ tundi küpseda. Kaste jaoks võetakse koort. Antakse lauale kartulite ja kurfidega.

Täheendus: Riisi asemele võib $\frac{1}{4}$ naela jaiat tarvitada, mis vähes piimas ehk koores leotatud on.

246. Küpsetatud tomadid.

Wõta: 6 tomati, $\frac{1}{4}$ naela võid ehk rasva, 4 supilusikatambitud kuivikuid ehk jahu, 1 muna, 1 supilusikas soola, vähe pipart.

Pestud tomadid lõigatakse noaga õhukestesse siviidesse, puistatakse vähe soola ja pipart pääle, kastetakse hõõrutud muna sisse, weeretatakse kuivikutes ehk jahus, küpsletakse võdi ehk rasva sees pruuniks. Antakse võileibade ja kartulitega lauale. (6 inimesele).

247. Tomadid munnaga.

Wõta: 6 muna, 2 supilusikatambitud võid ehk rasva, 4 tomati, vähe soola ja pipart, $2\frac{1}{2}$ klaasi piima, 1 supilusikas peterjelli lehti.

Tomadid lõigatakse siviidesse, soola ja vähe pipart puistatakse pinnale, lastakse $\frac{1}{2}$ tundi seista. Seatakse siis võdiga määratud wormi ehk kausi. Munad peksetakse täiesti wahuks, lijatatakse piim, julawõdi ehk rasw ja vähe soola hulka. Segu kallatakse tomatide pääle. Küpsletakse nõrgas soojuses 20—25 minutit. Antakse võileibadega õhtu- ehk hommiku-kostiks lauale. (6 inimesele).

248. Tomadi worm.

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela tomatijid, 5 loodi võid ehk rasva, $\frac{1}{2}$ naela jahu, 2 klaasi röödka piima, 1 klaas kuivikuid, 3 muna, 1 supilusikas soola, vähe suhkurt ja pipart.

Tomatifikid leotatakse soolases vees, aetakse läbi lihaveski ehk hõdrutakse sõelast läbi.

Pajapõhjas keedetakse wõi ja jahu läbi, keev piim ja tomatid liotate juurde, lastakse wähe aega keeda. Kallatakse jahutama; jahturnult segatakse maitseained, peksetud munakollased, ja wiimaks wahuts löödud munawalged. Segu pannakse määratud kausi ehk wormi. Keedetakse ahjus wormiga weega panni pääl 1—1¹/₄ tundi aega. Antakse lauale sulawõi ja lillekapsastega. (6 inimesele).

249. **Hantatud tomadid.**

Wõta: 1 nael tomatifikid, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 2 supilusikat jahu, 1 klaas rööska piima ehk koort, soola, wähe suhkurt.

Pestud tomadid lõigatakse tükkideks. Paja põhjas keedetakse wõi ja jahu läbi, liotate piim ja, kui 5 minutit keenud, siis tomadi tükid, sool ja suhkur hulka, lastakse ainult keema hakata.

250. **Tomadi salat.**

Wõta: 4—5 tomati, 2 kõwaks keedetud muna, 1—2 supilusikat koort, wähe soola, suhkurt, äädikat ja tahtmise järele wähe sinepit.

Pestud tomadid lõigatakse siiwidesse. Kõwaks keedetud munakollased hõdrutakse suhkruga, liotate wähe äädikat ehk tsitronihapet ja koor juurde, segatakse tomadi siiwide juurde; peeneks raiutud munawalged puistatakse pinnale.

251. **Makaroonid tomatidega.**

Wõta: ³/₄ naela makaronifikid, wett, soola, 2 supilusikat wõid, 5 supilusikat tomadi putru, 2 supilusikat riivitud juustu.

Makaroonid murtakse tükkidesse, keedetakse soolases vees pehmeks, weji kurnatakse ära, liotate wõi, tomadi segu ja riivitud juust hulka. Antakse õhtusöögiks.

252. Makaroni kähid.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela makaronisid, wett, soola, 2 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi koort, riwitud juustu, jahu ehk kuiwikuid.

Keedetud makaronid aetakse läbi wesi, lisatakse teised ained juurde, wormitakse kähid, weeretatakse hõdrutud munas. Küpsetatakse panni pääl.

253. Hautatud oakaunad.

Wõta: 4 klaasi wärsteid ube (kollased ehk rohelisted), 1 toop wett, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 3 supilusikat jahu, 2 klaasi piima, 1 noatfa täis suhkurt, soola.

Oakaunad küünitakse ära, lõigatakse põigiti lestadeks, pannakse wähe soolase keewa weega tulele, (soolatuid ja kuivatatuid leotatakse rõõjas kooritud piimas). Kui oad pehmed, kallatakse üleliigne wesi ära, lisatakse wõi ehk rasw ja piimaga segatud jahu hulka. Keedetakse 10 minutit. Antakse lauale liha, kala ehk aiawilja küpsistega. (6 inimesele).

254. Hautatud oaterad.

Wõta: 2 klaasi pruune, walgeid ehk põlluube, $1\frac{1}{2}$ toopi wett, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 2 supilusikat jahu, wähe soola, suhkurt, 1 supilusikas äädikat.

Bestud ube leotatakse, pannakse pehme weega tulele, lisatakse wõi ehk rasw juurde ja keedetakse, kuni nad täiesti pehmeks lähewad, segatakse siis wäheses wees ehk piimas leotatud jahu ühes maitseaintega ja keedetakse weel kord läbi. Antakse lauale soolatud liha ehk kalaga. (6 inimesele).

255. Oa kähid.

Wõta: 2 klaasi pruune ehk walgeid ube, 1 toop wett, ($\frac{1}{2}$ naela suitsetatud pekki), $\frac{3}{4}$ klaasi kuiwikuid,

$\frac{1}{2}$ klaasi kartulijahu, $\frac{3}{4}$ klaasi rõõska piima, 2 muna, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1—2 sibulat, wähe peenifest pipart, soola.

Leotatud oad keedetakse pehmeks, aetakse pefiga ühes 2 korda läbi wesi, lifatakse kuiwikud, hõõrutud muna, pruunistatud sibul ja maitseained hulka, lastakse segu $\frac{1}{2}$ tundi seista, wormitakse ümargused ehk piklikud kähid, küpsetatakse raswa ehk wõiga. Antakse koore- ehk sibula-kaste ja aiawiljadega lauale. (6 inimesele).

256. Keedetud oad.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi noori Türgi-oa kaunasid, wett, soola, sulawõid.

Pestud ja küünitud oakaunad pannakse keewa soolaweelega tulele, lastakse keeda, kuni kaunad pehmeks lähewad. Kallatakse wesi ära. Pannakse waagnale, sulawõi kallatakse pääle. Antakse keedetud riisiga lauale. (Jakkub 6 inimesele.)

257. Läätsa kähid.

Wõta: 2 klaasi läätsse, $\frac{1}{2}$ klaasi erineid, 2 klaasi kuiwikuid, 2 muna, $\frac{1}{4}$ naela wõid ehk raswa, 2 sibulat, soola, wähe pipart.

Erned ja läätsed pannakse külma pehme weega tulele, keedetakse kuni täiesti pehmeks lähewad, kurnatakse, aetakse 2 korda läbi wesi, lifatakse wõi sees pruunistatud sibul ja teised ained juurde. Wormitakse kähid. Küpsetatakse raswa ehk wõiga. Antakse koore ehk tomadi kaste, kartulite ja punajõõstra salatiga lauale.

258. Hautatud porgandid.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi porgandid, $\frac{1}{2}$ toopi wett, soola, 2 supilusikat wõid ehk raswa, $1\frac{1}{2}$ supilusikat jahu, soowi järele peeniseseks raiutud peterjelli lehti, wähe koort.

Porgandid kaabitakse puhtaks, lõigatakse tükkideks, keedetakse vähe soolase weega pehmeks, liigatakse wõi ja vähe foort ehk piima hulka, mille sees jahu leotatud. Lastakse veel 10 minutit keeda. (6 inimesele.)

259. Porgandi worm I.

Wõta: 2 naela porgandid, wett, 1 klaas kuiwikuid, 1 klaas rööska piima, 2 supilusikat wõid, 2 muna, soola, vähe suhkurt.

Pestud porgandid keedetakse soolases wees pehmeks, kooritakse ja raiutakse peeneks. Segatakse eelpool nimetatud ained juurde, segu kallatakse määritud wormi ehk kausi. Küpsetatakse ahjus. Sje-söögina õhtuks ehk liha- ja kala-toitudega ühes lauale. (Ulatab 6 inimesele.)

260. Porgandi worm II.

Wõta: 1 nael porgandid, $\frac{3}{4}$ klaasi riiji, 1 klaas wett, $\frac{1}{2}$ toopi piima, 2 supilusikat wõid, 2 muna, soola.

Piim ja wesi keedetakse läbi, liigatakse pestud riiji hulka, keedetakse tasasel tulel ehk keedukastis pehmeks. Sahtunud pudru juurde liigatakse keedetud ja peeneks raiutud porgandid ning teised ained. Segu küpsetatakse määritud wormis ehk kausis.

261. Wööbatud porgandid.

Wõta: $\frac{3}{4}$ toopi wäikseid porgandid, wett, soola, 2 supilusikat wõid, 1 supilusikas suhkurt, 1 klaas liha-leent, soowi järele vähe peterselli lehti.

Pestud porgandid kupaatakse soolases wees ära ja kaabitakse puhtaks. Patta pannakse wõi ja pool suhkurt; kui kuumaks läheb, siis pannakse porgandid juurde. On porgandid vähe aega pruunistanud, siis liigatakse lihaleem ehk keew wesi, keedetakse kuumise kaane all, kuni porgandid pehmeks saawad, lastakse ilma kaaneta

keeda, ja järelejäänud suhkur puistatakse veel pääle, kuni porgandi ümber läikiv kord sünnib. Peeneks raiutud peterjelli lehti võid pääle puistata.

262. **Keedetud porgandid.**

Wõta: 1 toop porgandi tükkisid, wett, soola, 2 supilusikat võid, wähe suhkurt, peeneks raiutud peterjelli lehti.

Porgandi tükid keedetakse soolases wees pehmeks. Wesi kurnatakse ära, lisatakse wähe võid ja suhkurt, raputatakse kastrulis kuni wõi sulanud. Riisi ja kartulitega lauale.

263. **Gantatud naerid.**

Walmistatakse, nagu porgandite juures kirjeldatud.

264. **Naeri worm.**

Walmistatakse, nagu porgandi worm.

265. **Täidetud naerid.**

Wõta: 10 wäikest Petrowski naerist ehk kaalikat, wett, soola, 1 klaas kuivikuid, $\frac{1}{2}$ klaasi rõõska ehk haput koort, 2 muna, 2 supilusikat võid ehk raswa, 2 supilusikat pähkleid ehk mandlid, soola, wähe pipart.

Pestud naerid keedetakse soolases wees pehmeks ehk küpsetatakse ahjus, kooritakse päält, lõigatakse üks tükk ära, siju puuritakse wälja, aetakse läbi lihaveski ehk surutakse puruks, segatakse peeneks raiutud mandlid ehk pähkliid ja teised ained juurde; selle seguga täidetakse naerid ehk kaalikad täis, pääle pannakse äraldigatud kaan, weeretatakse kuivikus. Küpsetatakse ahjus ehk pliidi pääl. Antakse kartulitega lauale. (Zakkub 6 inimesele.)

266. **Küpsetatud sellerid I.**

Wõta: 4 sellerid, wett, soola, 1 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi kuivikuid.

Puhtaks kaabitud jellerid keedetakse soolases vees pehmeks. Lõigatakse siividesse, siivid kastetakse hõõrutud munasse, weeretatakse kuivitus. Küpsetatakse panni pääl wõi ehk raswaga pruuniks. (Ulatab 6 inimesele.)

267. **Küpsetatud jellerid II.**

Wõta: 4 jellerid, 2 supilusikat wõid, soola.

Puhtaks kaabitud jellerid lõigatakse siividesse, puistatakse wähe soola, lastakse tükk aega seista. Küpsetatakse raswa ehk wõiga, kinnise kaane all tajasel tulel.

268. **Jellerid makaroniga.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela makaroni ehk riisi, 3—4 jellerid, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 2 muna, $\frac{1}{2}$ toopi piima.

Kooritud jellerid keedetakse wähehes vees pehmeks, lõigatakse siividesse. Soolases vees keedetakse makaronid ehk riis pehmeks. Määritud wormi ehk kausi pannakse korda wiisi jellerid ja makaronid. Hõõrutud munad ja piim kallatakse pääle. Küpsetatakse ahjus. (Jakkub 6 inimesele.)

269. **Pasternakid makaroniga.**

Walmistatakse, nagu jelleride juures kirjeldatud.

270. **Pasternaki kähid.**

Wõta: 1 nael keedetud pasternakifid, $1\frac{1}{2}$ naela keedetud kartulid, 2 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi koort, 1 klaas jahu ehk kuiwikuid.

Kõik eelpool nimetatud puruks surutud ained segatakse ühte, segust wormitakse piklikud kähid, küpsetatakse raswa ehk wõiga. Koore kastega lauale. (6 inimesele.)

271. Pruunistatud sibulad.

Wõta: 12 väikest sibulat, wett, 2 supilusifat wõid ehk raswa, 1 supilusifas suhkurt ja soola, 1 klaas lihaleent ehk keewa wett.

Kooritud sibulad keedetakse soolases wees pool pehmeks. Pajapõhjas lastakse rasw ehk wõi kuumaks minna, sibulad pannakse sisse, wähe soola ja suhkurt pinnale. Keew lihaleem ehk weji kallatakse pääle. Kaane all keedetakse pehmeks. (6 inimesele.)

272. Sibula lõiked.

Wõta: 3 suurt Madeira sibulat, 2 muna, $1\frac{1}{2}$ klaasi kuiwikuid, soola, raswa ehk wõid küpsetamiseks.

Kooritud sibul lõigatakse ristipidi siivideks, kastetakse hõõrutud muna sisse ja weeretatakse kuiwiku puru sees. Küpsetatakse pannil raswa ehk wõiga. (6 inimesele.)

273. Hautatud mustjuur.

Wõta: 1 toop mustajuure tükkisid, 1 supilusifas wõid, 1—2 supilusifat jahu, $1\frac{1}{2}$ klaasi röösta piima, soola, peterselli lehti soowi järele.

Suured puhastatakse ära, pannakse äädikasegasesse wette, et tumedaks ei muutuks. Keedetakse soolases wees pehmeks, üleliigne weji kallatakse ära, lisatakse wõi ja piimaga segatud jahu ja maitse järele soola juurde, keedetakse weel 5 minutit. Antakse liha ehk aiawilja toitudega lauale. (Takkub 6 inimesele.)

☞ Täheendus: Mustajuure asemel wõib suhkrujuuri tarvitada.

274. Hautatud kaerajuur.

Walmistamine, nagu mustjuurelgi.

Täheendus: Keedetud kaerajuri ja mustajuurt wõib sulawõiga lauale anda.

275. **Hautatud nuikapsad.**

Wõta: 2 naela nuikapsa tükkisid, 1 toop piima ehk taimleent, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 3 supilusikat jahu, soola, suhkurt, peterselli lehti.

Walmistatakse, nagu hautatud porgandid.

276. **Keedetud spargelid munakastega.**

Wõta: 1¹/₂ naela spargelit, 2—3 supilusikat wõid, 1 supilusikas tärklis, 3 munakollast, wähe soola, suhkurt, ¹/₂ toopi spargeli keetmise wett.

Hästi noored spargeli warred pannakse suhkru ja wäheise soolase weega keema, lastakse kaane all pehmeks keeda, leem kurnatakse ära. Munakollased, tärklis, wõi ja leem pannakse kastruliga tulele, hõõrutakse kuni püdelaks läheb, keeda ei tohi. Spargelid pannakse waagnale, kaste kallatakse pääle. Antakse lauale isesöögina. (Ulatab 6 inimesele.)

277. **Hautatud spargelid.**

Wõta: ³/₄ naela spargelid, 3 klaasi piima ehk taimleent, 3 supilusikat wõid, 3 supilusikat jahu, wähe soola, suhkurt.

Spargel keedetakse soolases wees pehmeks. Wõi ja jahu keedetakse läbi, lisatakse piima ehk taimleent hulka ja lastakse weel 10 minutit keeda.

278. **Keedetud spargelid.**

Spargelid keedetakse wähes soolases ja suhkru magusaks tehtud wees pehmeks. Wesi kurnatakse ära. Sulawõiga antakse lauale.

279. **Spargeli worm.**

Walmistatakse, nagu lillekapsa wormi juures kirjeldatud. (Sakkub 6 inimesele.)

280. Pähkli kähid.

Wõta: $\frac{3}{4}$ naela pähkleid, $\frac{3}{4}$ naela kartulid, $\frac{1}{2}$ naela kuiwikuid, $\frac{1}{8}$ naela kartuli tärklisi, 1 klaas piima, 2 muna, soola, wähe pipart.

Pähklikid kooritakse ära, tambitakse puruks ehk aetakse läbi lihameski. Puruks surutud kartulid, piim, kuiwikud, tärklis ja maitseained segatakse hulka. Segust walmistatakse kuniid ehk kähid, ehk küpsetatakse wormi sees. Rauale antakse koore kaste, pruunistatud kartulite ja magusa jalatiga. (Ulab 6 inimesele.)

281. Kartuli keetmine.

Puhtaks pestud kartulid kooritakse hästi õhukeselt ära, lastakse külmaks wees olla, kuni patta pannakse. Wanad idanenud kartulid pannakse tulele külma soolase weega, noored kartulid aga keewa, wähe soolase weega ja lastakse kinnise kaane all tajasel tuel keeda. Kui kartulid pehmed, kallatakse wesi ära, pada raputatakse kartulitega, pannakse weel uuesti wäheks ajaks tulele, pääle pannakse puhas räti.

282. Hautatud kartulid.

Wõta: $\frac{3}{4}$ toopi keedetud kartulid, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 3 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, soola, peenikeseks raiutud peterjelli lehti.

Keedetud kartulid lõigatakse tükkideks. Wõi ja jahu keedetakse ära, lisatakse piim juurde, lastakse 10 minutit keeda. Selle järele pannakse kartuli tügid ja maitseained, keedetakse weel läbi. (Sakkub 6 inimesele.)

283. Kartuli puder.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi kartulid, wett, soola, 2—3 supilusikat wõid, 2 klaasi rõõska piima.

Kooritud kartulid keedetakse soolases wees pehmeks, wesi kurnatakse ära, kartulid surutakse puruks. Wõi segatakse juurde, selle järele wähehaawal keew piim, hõõrutakse hästi läbi. Maitse järele pannakse soola. (6 inimesele.)

284. Kartuli worm.

Wõta: 1 toop kartulid, wett, soola, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1 klaas piima, 2 muna, 2 supilusikat kuiwikuid.

Walmistatakse, nagu kartuli putru, löödud munad segatakse wiimaks juurde. Segu kallatakse määritud kausi ehk wormi. Kõpsetatakse ahjus. (6 inimesele.)

285. Kartuli ja juustu worm.

Wõta: 1 toop keedetud kartulid, 3—2 supilusikat riivitud juustu ehk paksupiima, 2 supilusikat wõid ehk raswa, 2 muna, $1\frac{3}{4}$ klaasi rõõska piima, soola, wähe kuiwikuid.

Keedetud kartulid lõigatakse siiwideks, pannakse määritud wormi ehk kausi riivitud juustu ehk paksupiima ja mõni täpe wõid wahela. Munad, piim ja sool lüüakse segi, kallatakse kartulite pääle. Peenendatud kuiwikud puistatakse pääle. Kõpsetatakse ahjus. Antakse lauale ise-söögina ehk liha- ja kala-toitudega. (6 inimesele.)

286. Kartuli worm kapsastega.

Wõta: 2 naela kartulid, $1\frac{1}{2}$ naela pääkapsaid, 3 muna, 2 supilusikat nisujahu, $\frac{1}{2}$ toopi rõõska kooritud piima, 1 sibul, $\frac{1}{4}$ naela wõid ehk raswa.

Keedetud kartulid kooritakse ära, lõigatakse siiwideks, nõnda-sama ka sibul, pool raswast ehk wõist aetakse kuumaks, kartuli ja sibula siiwid pruunistatakse selles. Kapsad lõigatakse tükkideks, kupaatakse soolases wees, kallatakse sõela pääle nõrguma ja keedetakse järelejäänud raswa sees. Määritud kausi ehk wormi pannakse kartulid ja kapsaid kordamisi. Munad, piim ja sool hõõrutakse segi, kallatakse wormi. Kõpsetatakse 1 tunni ümber. Antakse lauale erne ehk oa kääbidega. (Sattub 6 inimesele.)

287. Kartuli pannkoogid.

Wõta: 6—7 kartulit, $\frac{1}{2}$ toopi piima, $1\frac{1}{4}$ klaasi jahu, soola, raswa küpsetamiseks.

Kooritud kartulid riivitakse peeniseks, segatakse jahu, sool ja piim hulka, lastakse 1 tund aega enne küpsetamist seista. Küpsetatakse õhukesed koogid. Antakse palukamarja keedisega lauale. (6 inimesele).

288. Külma kartuli salat.

Wõta: 1 toop keedetud kartulid, $\frac{3}{4}$ klaasi haput koort, $\frac{1}{2}$ teelusikat soola, $\frac{1}{2}$ teelusikat suhkurt, 1 supilusikas äädikat, (wähe sinepit), peterjelli lehti.

Keedetud kartulid lõigatakse sümwideks. Door peksetakse ja teised maitseained segatakse juurde. Kallatakse kartulite pääle. (6 inimesele).

289. Seene worm.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela kupaatud seeni, 2 naela kartulid, 3 supilusikat raswa ehk wõid, 1 sibul, 2 muna, 2 klaasi piima, wähe pipart.

Soolased seened leotatakse ära, raiutakse peeneks, pruunistatakse sibulaga ühes raswaga. Keedetud ja puruks surutud kartulite juurde segatakse wähehaawal piim ja peksetud munad. Määritud wormi ehk kausi pannakse kordamööda kartuliputru ja seeni. Küpsetatakse ahjus. Antakse sularaswa ehk wõiga lauale.

Täheendus: Wõib kartulid ka kilttestena seentega kordamisi panna. Peksetud piim ja muna kallatakse pääle. (6 inimesele.)

290. Seene worm.

Wõta: 2 naela kupaatud seeni, $\frac{3}{4}$ naela kuuwikuid, 2 sibulat, $1\frac{1}{2}$ klaasi rööska piima, $\frac{1}{4}$ naela raswa ehk wõid, soola, wähe pipart, 2 muna.

Seened aetakse läbi westi, segatakse wõi ehk raswaga pruunistatud sibul ja teised eelpool nimetatud ained hulka. Segu kallatakse määritud wormi. Küpsetatakse ahjus. Antakse lauale sulawõi, kartulite, aiawiljade ja magusa salatiga.

291. Hautatud puravikud ehk sampinjonid.

Wõta: 1 $\frac{1}{2}$ naela purawikka ehk sampinjonisid, $\frac{1}{8}$ naela wõid ehk raswa, 1 sibul, 2 supilusikat niisujahu, 2 supilusikat kuiwikuid, 1 klaas wett, 1 klaas haput koort, soola, pipart.

Peeneks raiutud sibul pruunistatakse wõis ehk raswas, lijatasse siis tükkideks lõigatud purawikud ehk sampinjonid, jahu, kuiwikud, pipar ja sool hulka; kui pruuniks saawad, siis walatakse feew weži, lastakse kaane all 15 minutit keeda. Selle järele pannakse hapu koort. Antakse lauale kartulite ja aiawiljadega.

292. Hautatud seened.

Wõta: 1 nael fupatatud seeni, 3 supilusikat kuiwikuid, 2 supilusikat niisujahu, 1 klaas koort, 2—3 supilusikat raswa ehk wõid, wett, wähe pipart.

Seeni leotatakse enne fupatamist külmas wees, et tibe maitse wäheneks. Walmistatakse, nagu purawikkude juures kirjeldatud.

293. Seene kähid I.

Wõta: 1 nael seeni (fupatatult,) 1 klaas kuiwikuid, 2 muna, 1 sibul, $\frac{1}{2}$ klaasi koort, wähe pipart.

Seened aetakse läbi lihaweski, segatakse teised eelpool nimetatud ained juurde; tainast lastakse $\frac{1}{2}$ tundi seista, wormitakse ümargused ehk piklikud kähid, küpjetatakse wõi ehk raswa sees. Antakse aiawiljadega lauale. (Matab 6 inimesele.)

294. Seene kähid II.

Wõta: 2 klaasi läbi weski aetud seeni, 1 $\frac{1}{2}$ naela weski läbi aetud suitsetatud liha, $\frac{3}{4}$ klaasi kuiwikuid ehk jahu, $\frac{1}{2}$ klaasi haput koort, 1 supilusikas wõid ehk raswa, 1—2 muna, soola, peenikest pipart.

Walmistatakse, nagu eelpool seenekäffide juures kirjeldatud. (Sakkub 6 inimesele.)

VI. Kasteid.

295. Sealihha kaste.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela suitsetatud ehk soolatud sealihha, 2—3 supilusikat niujahu, 1—2 sibulat, $\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima ehk keewa wett, soola, 1 supilusikas haput foort.

Lihha lõigatakse väiksestesse neljakandilistesse tükkidesse, lastakse paja põhjas pruuniks küpseda ja lisatakse jahu ning peeneks raiutud sibul hulka; kui jahu pruuniks läinud, kallatakse keew piim ehk wesi juurde, lastakse weel 10 minutit keeda. Soowi järele lisatakse weel 1 lusikas foort. Antakse aiawiljade ehk kartulitega lauale. (6 inimesele).

296. Sibula kaste.

Wõta: 4 supilusikat raswa ehk wõid, 2 sibulat, 1 supilusikas jahu, 1 klaas wett, piima.

Kuuma raswa sees lastakse sibul pruuniks küpseda ja puistatakse siis jahu hulka. Kui jahu läbi keenud, walatakse wesi ehk piim. Antakse kartulite ja aiawiljadega lauale. (6 inimesele).

297. Piima kaste.

Wõta: 2 supilusikat wõid ehk raswa, 2 supilusikat jahu, soola, $\frac{1}{4}$ toopi piima, 1 supilusikas peeneks raiutud peterselli lehti, (1 supilusikas peeneks raiutud murulauka).

Wõi ehk rasw ja jahu lastakse läbi keeda, keew piim lisatakse wähehaawal juurde. Selle järele pannakse peeneks raiutud petersellid ehk murulaugad, lastakse 5 minutit keeda.

298. Tomadi kaste.

Wõta: 1—2 supilusikat wõid, 2 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ toopi keewa wett ehk lihaleent, 3—4 wärsket

tomati ehk 4 supilusikat tomadi putru, soola, vähe peenikest pipart, 1 munakollane, 1 supilusikas haput koort.

Wõdi ja jahu lastakse läbi keeda, keem mesi ehk lihaleem kallatakse vähehaawal juurde, lastakse 10 minutit keeda. Tomadid, maitseained ja hõõrutud munakollane ühes hapukoorega segatakse wiimaks juurde. (6 inimesele).

299. Mädarõika kaste.

1—2 supilusikat wõid, 1—2 supilusikat jahu, $\frac{1}{2}$ toopi liha- ehk kala-leent, ehk wett, 6 supilusikat riivitud mädarõigast, 2 supilusikat haput koort.

Wõdi ja jahu lastakse läbi keeda, lisatakse vähehaawal medeliku ja maitse järele soola juurde. Sui hästi läbi keenud, kallatakse kaste riivitud mädarõika juurde, kuhu ka soowi järele koort segatakse.

300. Külm mädarõika kaste.

Wõta: 1 klaas hääd haput koort, $\frac{1}{2}$ teelusikat sinepit, 1 supilusikas äädikat, nootsa täis suhkurt, 3 supilusikat riivitud mädarõigast.

Hästi peffetud koore juurde segatakse eelpool nimetatud ained. Tarwitatakse külmade liha- ehk kala-söövide juurde. (6 inimesele).

301. Kala kaste.

Wõta: 1 supilusikas wõid ehk raswa, 2 supilusikat nisujahu, $\frac{1}{2}$ toopi kalaleent, 1 supilusikas peeneks raiutud murulauka ehk sibulaid, 1 supilusikas peeneks raiutud peterselli ehk tilli lehti.

Wõdi ehk rasw ja jahu lastakse läbi keeda, lisatakse vähehaawal segamise waral kala keeduleent ja maitseained hulka. Kastet lastakse 10 minutit keeda. Soowi järele wõib kastele 2 kõwaks keedetud ja peeneks raiutud muna pääle kallata. (6 inimesele).

302. **Guinatatud kalade kaste.**

Wõta: 2 supilusikat wõid ehk raswa, 1—2 supilusikat jahu, 1 klaas röõska piima, $\frac{1}{4}$ klaasi röõska ehk haput koort, 1 supilusikas peeneks raiutud murulauka ehk fibulaid, 2—3 kõwaks keedetud muna.

Kaste keedetakse, nagu eelpool kalakaste juures kirjeldatud. Walmis kaste kallatakse 6—8 tüüks lõigatud munade pääle.

303. **Marja kaste.**

Wõta: $1\frac{1}{2}$ klaasi wälja pressitud marja- ehk puuwilja mahla, 4—5 klaasi wett, maitse järele suhkurt, 1— $1\frac{1}{2}$ supilusikat tärklist.

Marja mahla juurde lisatakse mesi, suhkur ja tahtniise järele wähe kaneeli koort; kui läbi keenud, segatakse wähes külmias wees niisutatud tärklist. Kaste lastakse läbi keeda ja antakse külmalt putrude ehk magusate piima- ja jahu-söökidega lauale. (Sattub 6 inimesele).

304. **Wanilje kaste.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi röõska piima, $\frac{1}{2}$ fange waniljet, 1 teelusikas kartuli tärklist, 2 munakollast ehk 1 muna, 2 supilusikat suhkurt.

Piim ja wanilje lastakse keema minna, segatakse siis tärklist hulka. Munad hõõrutakse suhkruga, keew piim kallatakse wähehaawal juurde. Segu kallatakse patta tagasi; lastakse segamise waral tuel olla kuni kaste püdelaks läheb, keeda ei tohi. Pefsetakse kuni wähe jahtunud. Kui wõimalus rohkem tarwitada on, siis jäetakse tärklist panemata. Wanilje kaste antakse marja- ja puuwilja-söökidega lauale. (Ulatab 6 inimesele).

VII. Magusad järeksöögid.

305. Kirsil leem.

Wõta: $\frac{2}{3}$ toopi tooreid ehk $\frac{1}{2}$ naela kuiwatatud kirsimarju, $2\frac{1}{2}$ toopi wett, wähe kaneeli koort, $\frac{3}{4}$ —1 klaas suhkurt, 2 supilusikat tärklis.

Pestud marjad pannakse külma weega tulele (kuiwatatuid tuleb enne leotada). Keedetakse nii kaua, kuni marjad on puruks keenud, kurnatakse siis wedelik läbi sõela; kurnatud wedeliku juurde lisatakse suhkur ja kui keema hakkab, segatakse külma weega niisutatud tärklis hulka. Antakse külmalt ehk leigelt kuuwikutega ehk wahuks lööbud koorega lauale. Marjad wõivad ka leeme sisse jääda. (6 inimesele).

306. Duna leem.

Wõta: 2 toopi wärskeid duna lõikeid ehk $\frac{1}{2}$ naela kuiwatatud dune, $\frac{1}{2}$ toopi pirni lõikeid, 1— $1\frac{1}{4}$ klaasi suhkurt, wähe kaneeli koort ja mõni nell, $2\frac{1}{2}$ toopi wett, $1\frac{1}{2}$ supilusikat kartulijahu.

Dunad ja pirnid kooritakse ära. Koored pannakse külma weega tulele, lastakse 10 minutit keeda; kurnatakse siis läbi sõela. Wälja kurnatud wedeliku juurde segatakse suhkur ja soowi järele maitseained. Kui keema hakkab, siis lisatakse duna ja pirni lõiked. Keedetakse nii kaua, kuni lõiked pehmeks lähewad ja läbi paistwad on. Siis wõib neid wahulusikaga wälja wõtta; wedeliku juurde segatakse külma weega leotatud tärklis, lastakse kord läbi keeda. Kuiwatatud dune ja pirniisid peab enne leotama; pannakse selle weega tulele, mille sees need leotatud.

307. Rabarberi leem.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi rabarberi warre tükkisid, $2\frac{1}{2}$ toopi wett, $1\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, 2—3 supilusikat tärklis.

Wärsked rabarberid kooritakse ära, lõigatakse tükkideks, pestakse, keedetakse pehmeks, liigatakse suhkru, (võib soovi järele läbi kurnata) ja külma vees segatud tärklis juurde, keedetakse läbi. Antakse külmalt vahuks löödud koorega lauale.

308. Tikerberi leem.

Wõta: 1 toop värskaid ehk 3 klaasi sisetehitud tikerberisid ehk teise nimega karumarju, $2\frac{1}{2}$ toopi wett, 1 klaas suhkurt, 1—2 supilusikat tärklift.

Marjad puhastatakse ära, keedetakse puruks (võib soovi järele läbi kurnata) liigatakse siis suhkru, soovi järele wähe kaneeli ja külmas vees leotatud tärklis hulka, lastakse kord läbi keeda, antakse külmalt lauale vahuks löödud koore ja kuivikutega.

309. Mustikmarja leem.

Wõta: 1 toop värskaid (ehk $1\frac{1}{2}$ klaasi kuuwe, 2 klaasi sisetehitud) mustikaid, $2\frac{1}{2}$ toopi wett, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, 2 supilusikat kartulijahu, (1 lusikas äädikat ehk wähe wõid).

Puhastatud ja pestud mustikad pannakse keema, kurnatakse soovi järele läbi, liigatakse suhkru, äädik ehk wähe wõid, (selle jaoks, et mitte wärwi ei annaks) ja külmas vees segatud tärklis hulka. Pannakse külmalt kuivikute ehk külma manna wormiga lauale.

310. Kibuwitsa marja leem.

Wõta: 1 toop värskaid ehk $1\frac{1}{2}$ klaasi kuuwetatud kibuwitsa marju, 3 toopi wett, 1— $1\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi suuri rosinaid, 2—3 supilusikat tärklift, 2 supilusikat mandlid.

Pestud kibuwitsa marjad pannakse külma weega tulele; kui pehmeks keenud, kurnatakse leem läbi sõela, liigatakse suhkru, pestud

rosinad ja kui vähehaaval keenud, siis külmas vees segatud tärklis ning keeritud ja süüwideks lõigatud mandlid. Antakse külmalt soovi järele koore vahuga lauale.

311. Maasika leem.

Wõta: 1 $\frac{1}{2}$ toopi mets-ehk aia-maasikaid, 1 klaas suhkurt, 1 tsitron ehk tsitronihapet.

Üks toop maasikaid hõõrutakse läbi sõela, weji pannakse suhkru ja tsitronihappega tulele, keedetakse kuni waht pääle tuleb, kallatakse siis wähe jahtunult puruks hõõrutud marjade pääle; kui jahtunud on, lisatakse $\frac{1}{2}$ toopi terweid marju juurde. Antakse külmalt lauale. (Sakkub 6 inimesele).

312. Puuwilja leem.

Wõta: $\frac{1}{4}$ naela ploomisid, $\frac{1}{4}$ naela abrikosisid, $\frac{1}{4}$ naela pirnisid, $\frac{1}{4}$ naela õunu, 2 $\frac{1}{2}$ toopi wett, 1 klaas suhkurt, 2 supilusikat tärklist.

Kuiwatatud puuwiljad pestakse leiges vees, pannakse õhtu enne tarwitamist külma wette ligunema, kuhu ka suhkur hulka lisatud, pannakse jellesama weega tulele, lisatakse kaneel ja keedetakse tajasel tuel, kuni puuwiljad pehmeks saawad, wõetakse ettevaatlikult wahu-
lusikaga wälja. Wedelik juurde lisatakse külma wee sees leotatud tärklis, kallatakse puuwiljade pääle, antakse külmalt lauale.

313. Sago leem.

Wõta: 2 $\frac{1}{2}$ toopi wett, 3 supilusikat sago, (ehk $\frac{1}{4}$ klaasi riisi), 1 tükk kaneeli, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid, 18 ploomi, 1 tsitron ehk tsitronihapet, 1 supilusikas tärklist, $\frac{1}{2}$ klaasi marjowedelikku.

Pestud ploomid ja rosinad pannakse külma weega tulele. Kui keema hakkab, lisatakse pestud sago ehk riis, tsitronimahla ja koor, kaneel ja suhkurt hulka, keedetakse kuni ploomid ja rosinad

täiesti pehmeks lähewad, segatakse tärklis ja wähe marjawedelikku juurde, lastakse keema hakata, antakse külmalt lauale. (Sakkub 6 inimesele).

314. **Magus tanguleem.**

Wõta: 2 toopi wett, klaas kaera ehk odra tangu, 20 ploomi ehk marjakeedist, 1 klaas suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi haput marjawedelikku.

Tangud pestakse ära, pannakse külma weega tulele, lastakse tasasel tulel kinnise kaane all keeda, kuni tangud täiesti pehmed on. Hõõrutakse läbi sõela, lisatakse noaotsja täis soola, maitse järele suhkurt ja wähe haput marjawedelikku hulka. Antakse keedetud ploomi ehk marja keedijega lauale. (Sakkub 6 inimesele).

315. **Terwise leem.**

Wõta: $2\frac{1}{2}$ toopi wett, 1 klaas odra ehk kaera tangusid, 8 haput ehk $\frac{1}{4}$ naela kuiwatatud õune, $2\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, 18 ploomi, 1 klaas wett, 2 supilusikat suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi haput marjawedelikku.

Kuiwatatud ploomid pestakse leige weega puhtaks, pannakse 1 klaasi wee ja 2 supilusjita suhkruga likku, keedetakse jellesama weega pehmeks. Külma weega pannakse tangud ja pestud õunad tulele, lastakse tasasel tulel kinnise kaane all puruks keeda, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse suhkur, wähe marjawedelikku ja pehmeks keedetud ploomid hulka. Antakse leigelt lauale. (6 inimesele).

316. **Leiuwa leem.**

Wõta: 2 toopi wett, 1 toop kuiwanud leiwakooriguid, 1 toop wärskleid ehk $1\frac{1}{2}$ klaasi kuiwatatud õunu, $\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid, suhkurt, 2 tilka tšitroni-õli, ehk tšitroni riivitud koort, wähe haput marjawedelikku.

Loputatud kaunad pannakse külma weega tulele, lisatakse õunad juurde, lastakse puruks keeda, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse suhkur,

puhastatud rosinad, tsitroniõli ehk riimitud koort ja vähe marja-
wedelikku hulka. Antakse leigelt niijama ehk wahuks löödult
koorega lauale.

317. **Shokoladi leem.**

Wõta: 1¹/₂ tahwlit shokoladi ehk 4—5 supi-
lusikat kakaod, 2 toopi piima, 5—4 supilusikat suhkurt,
2 muna.

Shokolad murtakse tükkideks, pannakse leige piima sisse ja
pefjetakse, kuni ta ära sulab. Kui piim keema hakkab, siis
segatakse poole suhkruga hõõrutud munakollased ja 2 supilusika
weega leotatud kartuli- ehk nijutärklis. Munawalged lüüakse kõwaks
wahuks, tolmule hõõrutud suhkur segatakse wähehaawal juurde,
pannakse siis teelusikaga wäikesed kumid keewa piima sisse ja keede-
takse tajasel tuel 1—2 minutit, tõstetakse wahulusikaga wälja.
(Sakkub 6 inimesele).

318. **Marja kile.**

Wõta: 1 toop lahjendatud firsi, wabarna ehk
kuremarja leent, 1—1¹/₂ klaasi suhkurt, 10—12 lehte
kalaliimi ja ¹/₄ klaasi keewa wett.

Marjaleeme juurde pannakse suhkur ja külma weega lopu-
tatud ning keewa weega leotatud ja wähe jahutatud kalaliim. (Emne
sulatamist tuleb kalaliimi külma wee sees 10 minutit leotada, et
leemes tema maitse wäheneks). Wedelik furnatakse läbi linase
riide külma weega loputatud kausi ehk wormi. Ära hangunud
file antakse röösa piima ehk wanilje kastega lauale. (Ullatab 6
inimesele).

319. **Wahule löödud marja kile.**

Wõta: ³/₄ toopi sõstra- ehk kuremarja leent, 1
klaas suhkurt, 10 lehte kalaliimi ja ¹/₄ klaasi keewa wett.

Walmistatakse niisama, nagu eelpool kirjeldatud marja fileet, kuid pääle jahtumise tuleb ta wahule lüüa. Lauale antakse ta niisama kas rödja piima ehk wanilje kastega.

320. **Magus lumi.**

Wõta: 3 ehk 4 lehte kalaliimi, $\frac{1}{4}$ klaasi külma wett, 1 klaas keewa wett, 1 klaas suhkurt, 6 tilka tsitronihapet ehk marjamahla, 3 munawalget ja 1 tilk tsitroniõli.

Külma wee sees leotatud kalaliimi juurde lisatakse 15 minuti järele keew weji, suhkur, tsitronihape ehk marjamahl ja segu peksetakse jeni, kuni ta wahule läheb. Pääle selle pannakse munawalge ja tsitroniõli juurde ja jatkatakse peksmist kuni ta täiesti wahul ja hangunud on. Walmis roog pannakse klaasist waagnatesse ja ehitakse (kaunistatakse) päält marja feebisega. (Zakkub 6 inimesele).

321. **Õuna lumi.**

Wõta: 7—8 keskmise suurusega haput õuna, 1 klaas suhkurt, 3 munawalget ja 2 lehte kalaliimi.

Õunad pestakse puhtaks, küpsetatakse ehk feedetakse pehmeks, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse wahule löödud munawalge ja leotatud kalaliim juurde ja peksetakse wahu-kimbu ehk puulusitaga wahule ja kallatakse ta siis waagnasse. Walmis roog antakse niisama ehk rödja piimaga lauale. (Zakkub 6 inimesele).

322. **Hapupiima kile.**

Wõta: 1 toop haput ehk petipiima, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, 10 lehte punast kalaliimi, 4 tilka tsitroni-õli ehk riivitud koort, wähe tsitroni-hapet ehk mahla.

Piima lüüakse wahuwitjaga $\frac{1}{2}$ tundi, lisatakse suhkur löömise ajal juurde, selle järele külma weega pestud ja wähees keewas wees leotatud kalaliim ja maitseained. Segu kallatakse külma weega loputatud wormi ehk kausji; lastakse hanguda. Antakse lauale wanilje kaste ehk rödja piimaga. (6 inimesele).

323. **Wahule löödud manna.**

Wõta: 2 toopi weega lahjendatud marjavedeliku, 1 klaas suhkurt, (wähe kaneeli koort) $\frac{3}{4}$ —1 klaas mannat, 1 supilusika täis tärklis.

Wõetakse marjavedeliku, lahjendatakse weega, et paras hapu oleks, lisatakse suhkur ning kaneel hulka ja lastakse keema hakata. Liiuakse siis wähehaawal manna juurde. Segamise waral keedetakse weel 15 minutit, segatakse siis külmias wees leotatud tärklis hulka; kui keema hakatud, kallatakse kausi ja liiuakse wahuwitsa ehk puulusikaga kuni wahuwits ja walgeks läheb. Antakse lauale rõõsa piima ehk koorega. (6 inimese jaoks).

324. **Marja lumi.**

Wõta: $3\frac{1}{4}$ klaasi paluka, wabarna ehk sõstra keedist, suhkurt, 3 munawalget.

Wahuks löödud. munawalged segatakse marjakeedise juurde, segu pehjetakse hästi, kuni walgeks ja wahuwits läheb. Kallatakse klaaswaagnasse. Antakse lauale rõõsa koorega ehk ilma jellela. (6 inimesele).

325. **Tsitroni söök.**

Wõta: 6 muna, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ kange waniljet, 1 tsitron, 6 tahwilt kalaliimi, $\frac{1}{2}$ klaasi wett.

Munakollane ja suhkur hõõrutakse wahuks, lisatakse siis tsitronihape ehk tsitroni koor, keewas wees sulatatud kalaliim ja wiimaks wahuks löödud munawalge hulka, segu kallatakse külma weega niisutatud wormi. Antakse niisama ehk marja kastega lauale. (6 inimesele).

326. **Dutiline worm.**

Wõta: 6 munakollast, 4 supilusikatäit suhkurt, 3 klaasi rõõska piima, $\frac{1}{2}$ tükki waniljet ehk kaneeli, 10 lehte kalaliimi, 3 klaasi hääd wahukoort.

Munakollased ja suhkur hõõrutakse wahuks, piim lastakse waniljega keema hakata, segatakse siis pestud kalaliim hulka ja lastakse tulel olla, keeda ei tohi; lüüakse, kuni jahtunud on. Siis wärwitakse üks osa sulatatud kumpweki wärwiga punaseks, teine osa šokoladiga pruuniks, kolmas jäetakse walgetks. Seatakse külma weega loputatud kausi kordamisi, lastakse jahtuda.

327. **Tsitroni worm.**

Wõta: 4 munakollast, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkur, 1 tsitron ehk wähe tsitroniõli, $\frac{1}{2}$ klaasi wett, $\frac{1}{2}$ klaasi haput marjawedelikku ehk tsitronihapet, 4 lehte kalaliimi, 2 klaasi rööska koort.

Munakollane ja suhkur hõõrutakse läbi, lisatakse riivitud tsitronikoor ehk tsitroniõli, marjawedelik ehk tsitronihape ja pestud kalaliim hulka, lastakse segamise waral tulel olla, kuni paksemaks läheb, keeda ei tohi; peksetakse kuni jahtub, segatakse siis wahuks lööbdu koor juurde, kallatakse jahtuma. (6 inimesele).

328. **Pruunistatud koor.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi rööska piima ehk koort, $\frac{1}{4}$ naela suhkur, 4 munakollast, 1 lood kalaliimi, $\frac{1}{4}$ klaasi wett.

Munakollased ja $\frac{1}{8}$ naela suhkur peksetakse pool tundi, kallatakse siis keew piim ehk koor wähehaawal juurde, lastakse segamise waral tulel olla, kuni paksemaks läheb, lisatakse siis külma weega pestud ja kuumas wees sulatatud kalaliim juurde, $\frac{1}{8}$ naela suhkur lastakse panni pääl pruuniks minna, lisatakse siis 2 supilusikatäit wett juurde, pruun wedelik klopitakse wähehaawal segu juurde, segu kallatakse külma weega loputatud kausi. (Sakkub 6 inimesele).

329. **Ploomi koor.**

Wõta: 1 nael ploomisid, 2 klaasi wett, 1 klaas suhkur, 2 klaasi hääd koort, 4 lehte kalaliimi, 2 supilusikat wett.

Ploomid pestakse puhtaks, keedetakse $\frac{1}{4}$ klaasi suhtru ja weega pehmeks, südamed võetakse välja, raiutakse peenikeseks, koor liüakse wahuks, segatakse pestud ja keemas wees sulatatud kalaliim ja peeneks raiutud ploomid juurde. Kallatakse hanguma. (6 inimesele).

330. **Maiuse-koor.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi rõõska koort, 4 supilusikat täit suhkrut, $\frac{1}{4}$ kange waniljet, $\frac{1}{4}$ klaasi keewa wett, 4 lehte kalaliimi.

Koor liüakse wahuks, lijatakse suhkur ja wanilje hulka, keedetakse wäheses wees; jellesamas wees sulatatakse pestud kalaliim ära, kallatakse wähe jahtunult koore juurde, kallatakse waagnale, ehitakse päält marja keedijega. (Sakkub 6 inimesele).

331. **Šokoladi koor.**

Wõta: $2\frac{1}{2}$ klaasi wahukoort, 1—2 supilusikat suhkrut, 6 kalaliimi lehte, $\frac{3}{4}$ klaasi rõõska piima ehk koort, $\frac{1}{2}$ tahwlit šokoladi ehk 2 supilusikat täit kakaod.

Koor liüakse wahuks, segatakse suhkur juurde, kuumaiks aetud koore ehk piima sees sulatatakse kakao ehk šokolad ja pestud kalaliimi lehed ära, segatakse jahtunult wahuks löödud koore juurde, kallatakse hanguma. (6 inimesele).

332. **Šuna koor.**

Wõta: 2 klaasi hääd koort, 5 lehte kalaliimi, $\frac{1}{4}$ klaasi keewa wett, $\frac{1}{2}$ klaasi šuna putru, maitse järele suhkrut.

Walmistatakse, nagu ploomi koort.

333. **Riisi wõrm.**

Wõta: $\frac{3}{4}$ klaasi riisi, 4 klaasi piima, 1—2 supilusikat wõid, 4 supilusikat suhkrut, 1—2 supilusikat

mandlid ehk pähhlid, $\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid, 2 tilka tsitroni-
õli ehk riivitud tsitronifoort, 3 muna.

Riis loputatakse kuumas vees puhtaks, keedetakse piimaga
pehmeteks, või segatakse juurde ja puder kallatakse jahtuma. Suhkur,
peenendatud mandlid, pestud ja puhastatud rosinad, tsitroniõli
ehk riivitud foor ja hõõrutud munad segatakse jahtunud pudru
settka. Kallatakse võiga määritud wormi. Küpsetatakse ahjus.
Antakse marja kastega lauale. (Zakkub 6 inimesele).

334. Kohupiima worm.

Wõta: 1 toop kohupiima, 10 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi
haput foort, 1 lusikas võid, $\frac{1}{4}$ naela kuiwa riivitud
haput leiba, $\frac{1}{4}$ naela suhkurt, kaneeli, soola.

Kohupiim hõõrutakse läbi sõela, segatakse suhkruga wahule
hõõrutud munakollane, riivitud leib, julawõi, wähe soola, kaneeli
hulka. Wiimaks lisatakse wahule löödud munawalge. Segu kalla-
takse määritud wormi sisse. Küpsetatakse 1 tund ahjus. Antakse
piimaga ehk rõõsa koorega lauale.

335. Hapuleiwa worm.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi peenendatud haput leiba, $\frac{1}{4}$
naela võid, $1\frac{1}{2}$ toopi wärskeid õuna ehk rabarberi-
tükkisid (wõib ka keedetud puuwilja putrusid tarwitada),
suhkurt, wähe kaneeli.

Määritud wormi ehk kausi pannakse kord peenendatud leiba,
leiwa pääle wõi tükkidena; wõib ka leiba panni pääl wõiga pruun-
nistada, siis pannakse õuna ehk rabarberi killud, suhkurt ja kaneeli,
nii wiisi korratakse kuni nõuu täis saab, wiimane kord olgu leiba.
Päält tehtakse suhkruweega märjaks. Küpsetatakse ahjus $1-1\frac{1}{2}$
tundi. Antakse lauale rõõsa piima ehk koorega. (Ulatab 6 inimesele).

336. Šuna worm I.

Wõta: $\frac{1}{2}$ — $\frac{1}{4}$ naela magusaid mandlid, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 1—2 muna, 5 lusikat paksu koort, $1\frac{1}{2}$ loodi kartulitärklisi, $1\frac{1}{2}$ toopi õuna kildusid.

Mandlid pannakse keewa wette, kooritakse ära, raiutakse peenefeks ehk aetakse läbi wesi, segatakse suhkur, hõõrutud munad, koor ja tärkliis hulka, segatakse 10—15 minutit. Pool osa segust kallatakse määritud wormi, siis pannakse keedetud õunatiigid wahese, järele jäänud segu kallatakse pääle. Süüsetatakse nõrgas ahjus. Antakse külmalt ehk leigelt lauale. (6—8 inimesele).

337. Šuna worm II.

Wõta: 7 suurt haput õuna, $\frac{1}{2}$ toopi wett, 7 supilusikat suhkurt, $\frac{3}{4}$ toopi peeneks tambitud kuniwikuid, $\frac{1}{4}$ klaasi mandlid, 2 muna, 2 munakollast, wähe waniljet.

Kooritud ja tükkideks lõigatud õunad keedetakse suhkruweega pehmeks, kuhu juurde ka waniljet wõib panna, lastakse siis jahtuda. Munakollaseid hõõrutakse hästi, segatakse peeneks raiitud kooritud mandlid, õunapulver, kuniwikud ja wiimaks wahuks lõõdud muna-walged hulka. Segu kallatakse määritud wormi. Süüsetatakse $\frac{1}{2}$ tundi. Antakse rõõsa koore ehk piimaga lauale. (6 inimesele).

338. Šuna worm III.

Määritud kausi pannakse waheldamisi kihid õuna putru ja teine suhkru kookiõid. Hõõrutakse 3 muna ja $\frac{1}{2}$ toopi rõõska koort ehk piima läbi, kallatakse pääle. Süüsetatakse ahjus. Antakse külmalt lauale. (6 inimesele).

339. Šuna worm IV.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela õunu, 1 klaas suhkurt, 20 wesiõiaia kääru, $\frac{1}{4}$ naela wõid, 2 muna, $\frac{1}{2}$ klaasi piima.

Õunad pestakse puhtaks, kooritakse ära ja lõigatakse õhukesteks tükkideks, (soowi järele wõib suhkruka puruks teeta). Määritud

wormi ehk kausi pannakse kiht õhufesi saia kääruksid, määratakse julawdiga, õunad ja suhkur puistatakse pääle. Korratakse kuni nõuu täis saab; wiimane kiht olgu saia kääruksid. Hõõrutud munad piimaga kallatakse pääle. Kõõpsetatakse ahjus. Antakse lauale rõõsa piima ehk koorega.

340. **Õuna worm riisiga.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela riisi, $\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, $\frac{1}{4}$ naela wõid, 15—20 õuna, 4 muna, 1 klaas suhkurt, wähe soola.

Riisi pestakse külma, siis keema weega, aetakse rohke külma weega keema; kui keema hakkab, kallatakse wesi ära; jeda korratakse weel teine kord, siis lisatakse rõõsk piim. Wõid putru ka ilma pesemata keedukastis keeta. Kui puder pehme on, siis pannakse 2 lusikat wõid ja wähe soola juurde. Munakollased hõõrutakse suhkruga hästi läbi, segatakse jahitud riisi juurde, wiimaks lisatakse wahuks löödud munawalge ja wähe tsitroniõli. Määritud wormi pannakse kord pudrusegu ja teine suhkrumees poolpehmeks keedetud õuna tükkisid. Kõõpsetatakse ahjus. Antakse lauale rõõsa piima ehk koorega. (Sakkub 6 inimesele).

341. **Manna worm.**

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi rõõska piima, $1\frac{1}{2}$ klaasi mannat, 2—3 supilusikat wõid, 2 supilusikat suhkurt, 2—3 supilusikat peeneks raiutud mandlid, $\frac{1}{2}$ klaasi rosinaid ehk korintisid, wähe tsitroniõli, 3 muna.

Walmistatakse, nagu riisi wormi juures kirjeldatud. (6 inimese jaoks).

342. **Maasika worm.**

Wõta: 3 klaasi maasikaid, 5 loodi wõid, 10 muna, 2 klaasi suhkurt, 2—3 supilusikat jahu.

Wõi ja marjad keedetakse läbi, hõdrutakse tahtmise järele läbi sõela, munakollased ja suhkur lüüakse wahuks, segatakse maasikate juurde ja lisatakse jahu, wahuks löödud munawalged. Küpsetatakse kuumas ahjus 20 minutit. (Takkub 10 inimesele).

Tä h e n d u s : Maasikate asemel võib igajaguiseid marju tarvitada.

343. Kõrwitsa worm.

Wõta: 1 supitaldriku täis kõrwitsa putru, 1 supilusikas wõid, 6 muna, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ klaasi suhkur, 1 tass rõõska koort ehk piima, 1 tass mannat, $\frac{1}{2}$ tassi jahu, $\frac{1}{2}$ supilusikat peenikest kaneeli, 4 tilka tšitroniõli.

Kõrwits kooritakse ära, lõigatakse tükkideks, keedetakse wähehes wees pehmeks, hõdrutakse läbi sõela. Munakollased hõdrutakse suhkruga, lisatakse siis wahule hõdrutud wõi, peenendatud maitseained, koor ehk piim, kõrwitsa puder, manna ja jahu, wiimaks wahuks löödud munawalged hulka. Segu kallatakse määratud wormi ehk kausi. Küpsetatakse ahjus 1 tund aega. Antakse marja kastega lauale. (8 inimesele).

344. Ploomi worm.

Wõta: 2 supilusikat wõid, $\frac{1}{2}$ klaasi jahu, $4\frac{1}{4}$ klaasi rõõska piima, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkur, 5 muna, $\frac{1}{2}$ naela ploomisid, $\frac{1}{2}$ klaasi suhkur, 2 klaasi wett.

Wõi ja jahu keedetakse läbi, lisatakse wähehaawal keew piim juurde, lastakse 10 minutit keeda. Kallatakse jahtuma. Suhkruga läbi hõdrutud munad segatakse jahtunud segu juurde. Pestud ploomid keedetakse suhkruwees pehmeks, lõigatakse tükkideks, kivid wõetakse wälja, määratud wormi ehk kausi pannakse korda wiisi jahu segu ja ploomisid. Küpsetatakse ahjus. Antakse rõõsa koorega ehk kooresegase piimaga lauale. (6 inimesele).

345. Wõileiwa worm.

Wõta: 18 wesiäia kääru, wõid, 2 muna, 3 klaasi piima, puuwilja ehk marjakeedist, suhkur.

Munad ja piim hõõrutakse läbi, wõi määritakse õhukest saia kanikatele, kastetakse selle järele hõõrutud muna ja piima segusse. Määritud wormi ehk kausi pannakse kord wõileibaqid, wõi pool ülespoole, siis puuwilja ehk marjasegu, maitse järele suhkurt. Seda korratakse, kuni worm täis saab, wiimane kord olgu sai, järele jäänud munasegu kallatakse pääle, küpsetatakse ahjus. Antakse röösa piima ehk koorega lauale. (6 inimesele).

346. Ploomi kissel.

Wõta: $\frac{1}{2}$ naela ploomisid, 1 toop wett, $1\frac{1}{2}$ supilusika täit kartulitärklis, kaneeli ja suhkurt maitse järele.

Ploomid uhetakse leiges wees puhtaks ja pannakse siis suhkruwette liffu. Tükkest kaneeli juurde lisades, keedetakse nad sellejama lignemise wee sees tajasel tulel pehmeks. Ploomid tõstetakse wahu kulbiga wälja, leem kurnatakse läbi, lisatakse tärklis ja lastakse keema hakata. Seeme hulka wõib ka kuremarja ehk muud haput leent maitse järele lisada. Keema läinud leem kallatakse ploomide pääle ja suhkurt riputatatakse pinnale, et nahka pääle ei tõmbaks. Wõib ka ilma tärkliseta teeta; siis wõib wähem wett wõtta. Ploomi kisselli süüakse külmal röösafoore wahuga.

347. Piima kissel.

Wõta: 1 toop rööska piima, 1 kaun waniljet ehk kaneeli, 4—5 lusikat suhkurt, 3 supilusikat mandlid ehk pähkliid, 4—5 riwitud mõrudat mandlit, 5—6 supilusikat kartulitärklis.

Piim pannakse wanilje ehk kaneeliga tulele ($\frac{1}{2}$ klaasi külma piima jäetakse tärklise segamiseks); kui keema hakkab, siis pannakse riwitud mandlid ehk suhkur ja tärklis, lastakse kord läbi keeda, kallatakse külma weega loputatud waagna sisse ehk wormi. Antakse külmalt marja keedise ehk kastega lauale. (6 inimesele).

348. **Marja kisset.**

Wõta: 2 toopi weega lahjendatud, sõstra ehk wabarnamarja wedelikku, 1 klaas suhkurt, 1 kang kaneeli, 6 supilusikat kartulitärklisi.

Parajasti hapu marjawedeliku juurde lisatakse kaneel ja suhkur, ja lastakse wähe aega keeda, siis kallatakse külma weega segatud tärklis. Kui kord uuesti läbi keenud, kallatakse waagnale; kui kaua keeta ja segada, siis muutub kisset wenivaks. Suhkurt raputatakse pinnale, et mitte nahka ei sünniks. Antakse rõõsa piima ehk koorega lauale. (Uatab 6 inimesele).

349. **Puuwilja kisset.**

Wõta: 1 nael õunu, $\frac{1}{4}$ naela ploomisid, $\frac{1}{4}$ naela abrikosisid, $\frac{1}{4}$ naela pirnisid, $\frac{1}{4}$ naela tatileid, wiikisid, 1. toop wett, $\frac{3}{4}$ —1 klaas suhkurt.

Kuivatatud puuwiljad pestakse leiges wees puhtaks, pannakse suhkruaga magusaks tehtud külma wette likku. Keedetakse jellefama weega, kuni puuwiljad lähipaiswateks muntawad, wõetakse wahu-
lusikaga wälja, wedelikule wõib 1 lusika külma weega segatud tärklisi lisada. Kallatakse puuwilja pääle. Antakse lauale rõõsa piima ehk wahuks löödüd koorega.

350. **Rabarberi kisset.**

Wõta: 3 naela rabarberi warfi ehk 1 toop sisse tehtud rabarberit, 2 toopi wett, 1— $1\frac{1}{2}$ klaasi suhkurt, 6 supilusikat kartulitärklisi.

Rabarberi warred kooritakse ära, lõigatakse tükkideks ja walmistatakse, nagu marja kisseti juures kirjeldatud. (6 inimesele).

351. **Muna söök.**

Wõta: 1 toop rõõska piima, 6 supilusikat jahu, 6 supilusikat suhkurt, $\frac{1}{2}$ kange waniljet ehk kaneeli, 5 muna, 1—2 tilka mõruda mandli ehk tšitroniõli.

Piim feedetakse vanilje ehk kaneeliga läbi. Munakollased hõdrutakse suhkruga vahule, lijatakse maitseained, soovi järele vähe riimitud mandlid ehk pähtlid ja jahu hulka, keem piim liiuakse vähehaaval juurde, lastakse tulel olla kuni püdelaks muutub, feeda ei tohi. Wiimaks segatakse kerge käega vahuks lööbub munavalged juurde. Kallatakse waagnale. Antakse lauale marja-
kaste ehk feedijega. (6 inimesele).

352. Riisi puder õuntega.

Wõta: $1\frac{1}{2}$ toopi wett, $1\frac{1}{2}$ klaasi häd riisi, 3 naela wärskaid ehk $\frac{1}{2}$ naela kuwatatud õunu, $\frac{3}{4}$ —1 klaas suhkurt.

Õunad pestakse puhtaks, kooritakse ära, lõigatakse kildudeks, feedetakse ühe osa wee ja suhkruga pehmeks. Õuna koored pannakse külma weega tulele; kui nendest hape välja keenud, kurnatakse wedelik läbi; kurnatud wedelikus feedetakse hästi pestud riis pehmeks, segatakse feedetud õunad pudru juurde. Puder kallatakse waagnale jahutama. Antakse röösa piimaga lauale. (6 inimesele).

353. Riisi puder rabarberiga.

Wõta: 1 toop wett, 1 klaas riisi, 1 toop wärskaid rabarberi warre tükkijid ehk 4 klaasi sisse tehtud rabarberit, $\frac{3}{4}$ —1 klaas suhkurt.

Hästi pestud riis pannakse keema weega tulele. Kui pool pehmeks keenud, siis segatakse kooritud ja tükkideks lõigatud rabarberid ja suhkur juurde. Putru feedetakse kuni täiesti pehme on. Kallatakse waagnale jahutama. Antakse röösa piimaga lauale. (6 inimesele).

354. Marja puder.

Wõta: 2 toopi lahjendatud mustika, sõstramarja jne. wedelikku, $\frac{3}{4}$ klaasi suhkurt, $\frac{1}{4}$ teelusikat soola, $1\frac{1}{2}$ klaasi jämedat ruffijahu, 1 supilusikas tärklisi.

Wõetakse üks kõik misjuguist marja ehk puuwilja mahla, et paras hapu oleks, lisatakse siis suhkur ja sool juurde; kui wähe aega keenud, peksetakse wähehaawal ruffijahu juurde. Putru lastakse tajašel tuel $\frac{3}{4}$ —1 tund aega keeda. Kui mitte paras paks ei peaks olema, segatakse külmas wees leotatud tärklis hülka. Kallatakse waagnale, suhkurt puistatakse pinnale. Külmalts röösa piimaga lauale. (Matab 6 inimesele).

355. **Paluka puder.**

Wõta: 1 toop paluka marju, 1 toop külma wett, 2 klaasi suhkurt, niisu- ja ruffijahu.

Puhastatud marjade juurde segatakse wesi, suhkur ja selle järele ruffi- ja niijahu nii palju, et püidel puder saaks. Kallatakse kausi, pannakse ahju küpsema, 2 tunni pärast segatakse läbi ja hõdrutakse wähe jahu juurde. Küpsetatakse wähemalt 3 tundi. Antakse lauale röösa piimaga külmalts ehk kuumalms. (Soome rahwusline toit).

356. **Šhukesešed pannkoogid I.**

Wõta: 4 muna, 1 teelusikas soola, 1 toop rööska piima, 2 klaasi jahu, wõid ehk raswa küpsetamiseks.

Munad lüüakse wahule, teised ained segatakse juurde. Tainast lastakse 1 tund aega seista, et jahu paisuks. Küpsetatakse wõi ehk raswaga šhukesešed koogid. Antakse lauale marjakeedise ehk suhkruga. (Sakkub 6 inimesele).

357. **Šhukesešed pannkoogid II.**

Wõta: 4 muna, 1 supilusikas suhkurt, 1 teelusikas soola, 1 toop rööska piima, 1 klaas wett, $\frac{1}{4}$ klaasi sulawõid, $2\frac{1}{2}$ —3 klaasi jahu, wõid ehk raswa küpsetamiseks.

Tainas walmistatakse nagu eelpool kirjeldatud. (6 inimesele).

358. **Hapupiima koogid.**

Wõta: 1 muna, 1 toop haput piima, 1 teelusikas sodat, 1 teelusikas soola, 3 klaasi jahu.

Walmistatakse, nagu teised pannkoogid.

Täheendus: Kui väikseid pannkoogisid soovitakse, siis valmistatakse tainas paksem ja munawalget segatakse vahuks löödult juurde.

359. **Porgandi koogid.**

Wõta: 3—4 porgandit, 2 muna, $\frac{1}{4}$ naela jahu, 2 supilusikatäit suhkurt, 3 supilusikat wõid, $\frac{1}{2}$ korterit piima, soola, wähe kaneeli ehk 2 tilka tsitroniõli.

Puhastatud porgandid riivatakse puruks, segatakse eelpool nimetatud ained juurde. Küpsetatakse pannil pääl raswaga väikesed koogid. Antakse lauale marjakeedise ehk suhkruga. (Takkub 6 inimesele).

360. **Pärmi pätsid.**

Wõta: 4 muna, 3 supilusikat suhkurt, $3\frac{1}{2}$ klaasi röõska piima, 1 supilusikas pärmi, 1 supilusikas soola, 2 supilusikat sulawõid, 2 klaasi jahu.

Munad ja suhkur liiuakse wahule, pärmi leotatakse leiges piimas ja segatakse munade juurde, selle järele teised ained. Tainast lastakse kinni peidetult kerkida. Aukudega pannis lastakse wähe raswa ehk wõid pruuniks minna, igasse auku pannakse 1 lusika täis tainast ja wähe marjakeedist; kui segu juba paksums lähneb, lisatakse weel wähe tainast, käänetakse kahwliga ümber, nii et teine pool ka pruuniks lähneb. Beeretatakse suhkruks. Antakse kuumalt lauale. (6 inimesele).

361. **Küpsetatud saia kanikad.**

Wõta: 12 wesi saia ehk nisuleiwa kääru, 1 muna, $1\frac{1}{2}$ klaasi piima, $\frac{1}{2}$ teelusikat soola, $\frac{1}{2}$ supilusikat jahu, marjakeedist.

Muna, piim ja jahu lüüakse segi; selle segu sisse kastetakse jaia ehk niijuleiwa käärud, küpsetatakse panni pääl rasvas ehk võis, mõlemilt poolt pruuniks. Ehitakse päält marjakeedise ja soovi järele vahule lööbub koorega. (Zakkub 6 inimesele).

362. Wanilje jäätis.

Wõta: 2 toopi rõõska piima ehk koort, 1 kang waniljet, 8—10 munakollast, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt.

Wanilje keedetakse piima ehk koore sees, munakollased ja suhkur hõõrutakse hästi läbi, keew wedelik kallatakse wähehaawal juurde. Siis pannakse segu weel tulele ja lastakse segamise waral tuel olla kuni paksemaks läheb; selle järele kallatakse kausi ja peksetakse kuni jahedamaks läheb. Pannakse siis jäätis masinasse ehk õhukestesse plekk purkidesse, ja purk peeneks raiatud jää ning jämeda soola segusse. Segu segatakse puust labidaga ehk mõlaga. Jäätamise aeg 3—4 tundi. (Zakkub 12 inimesele).

VIII. Joogid.

363. Mahlade walmistamisest.

Mahla walmistamise jaoks on wõimalik mitut wiisi tarwitada. Mahlade jaoks walitud marjad ehk puuwili peaks hästi walminenud olema, sest walminenud jaadustest saame parema lõhnaga ja maitsewamat mahla. Marjad surutakse puruks, lisatakse wähe wett, soojendatakse tajasel tuel ja kallatakse riide pääle nõrguma; ka wõib puruks surumise jaoks marjapressi tarwitada. Wälja nõrgunud wedelik lastakse weel teine kord kurnamise-paberist ehk kahetordsest õhukese riidest, kuhu puhast puuwilla kord wahale pandud, läbi jooksta.

Gijatakse siis soowi järele suhkurt juurde. Kui suhkur sulanud, keedetakse kõwal tuel 10—15 minutit, waht riisutakse ära, täidetakse kuumalt soojendatud pudelitesse, pudelid korgitakse ja lastakse koge kinni.

Õõib ilma juhkruta kui ka juhkruga valmistatud täidetud mahla pudelid 4—5 minutit keeda lasta. Pudelid mähitakse riide ehk heinte sisse, pannakse patta, külm veini kallatakse pääle, soojendatakse tajasel tulel. Kui keema hakkab, lastakse weel 4 minutit keeda. Pudelid lakitakse kohe kinni.

364. **Mustasõstra mahl.**

Õõta: 1 toop mahla, 1 nael juhkurat.

Marjad puhastatakse ja pestakse ära, pannakse kastrulli iga toobi marjade kohta 1 klaas wett. Keedetakse tajasel tulel puruks, segu kallatakse riidele nõrguma, wälja nõrgunud wedelik mõõdetakse ära, lisatakse juhkurat hulka. Keedetakse karedal tulel 15—20 minutit. Soojalt pudelitesse. Pudelid korgitakse ja lakitakse kohe kinni.

365. **Punasesõstra mahl.**

Õõta: 1 toop punasesõstra mahla, $\frac{3}{4}$ naela juhkurat.

Puhastatud marjad pannakse keedise-kastruli sisse. Soojendatakse tajasel tulel, keema ei tohiks lasta. Kallatakse riidele nõrguma. Lisatakse juhkurat hulka, keedetakse 20 minutit. Kuumalt aetakse pudelisse. Pudelid korgitakse ja lakitakse kohe kinni.

366. **Wabarmarja mahl.**

Õõta: 1 toop wabarmarja mahla, $\frac{3}{4}$ —1 nael juhkurat.

Täiesti walminenud marjad tambitakse puu wuiaga puruks ja hõõrutakse läbi sõela. Läbi hõõrutud segu kallatakse riidele nõrguma; wälja nõrgunud wedeliku juurde lisatakse juhkurat. Keedetakse karedal tulel 10—15 minutit. Waht riijutakse ära. Täidetakse kuumalt soojendatud pudelitesse. Pudelid korgitakse kohe hoolega kinni.

367. **Kirsik mahl.**

Õõta: 1 toop kirsimahla, 1 nael juhkurat.

Buhasstatud firšid surutakse puruks, iga toobi marjade kohta võetakse $\frac{1}{2}$ klaasi wett, keedetakse wähe aega tšafjel tulel. Kallatakse riidele nõrguma. Wälja nõrgunud wedelik keedetakse suhkruga ühes 15 minutit. Kuumalt pudelitesse.

368. **Paluka mahl.**

Wõta: 1 toop paluka mahla, $\frac{3}{4}$ naela suhkur.

Walminenud palukad surutakse puruks; lijatatakse wähe külma wett juurde, keedetakse tšafjel tulel. Kallatakse riidele nõrguma. Wälja nõrgunud wedelikku keedetakse 15 minutit. Kuumalt soojadesse pudelitesse. Pudelikid forgitakse kohe finni.

369. **Pihlakmarja mahl.**

Wõta: 1 toop pihlaka mahla, $1-\frac{3}{4}$ naela suhkur.

Walmistatakse, nagu paluka mahla juures kirjeldatud.

370. **Toomemarja mahl.**

Wõta: 1 toop toomemarja mahla, $\frac{1}{2}$ naela suhkur, $\frac{1}{4}$ klaasi äädikat.

Walmistamine, nagu palukate juures kirjeldatud.

371. **Kuremarja mahl I.**

Wõta: 1 toop kuremarja mahla, $\frac{3}{4}$ naela suhkur.

Marjad pestakse puhtaks, tambitakse puruks; iga toobi marjade pääle võetakse $\frac{1}{2}$ toopi wett. Keedetakse tšafjel tulel, kuni marjadest hape ja koortest wärw wälja keenud. Kallatakse riidele nõrguma. Wälja nõrgunud wedeliku juurde lijatatakse suhkur. Keedetakse karedal tulel 15 minutit. Kuumalt pudelitesse ja finni forkida ning lastida.

372. **Kuremarja mahl II.**

Wõta: 1 toop kuremarja mahla, $1\frac{1}{2}-2$ naela suhkur.

Pestud kuremarjad surutakse puruks. 6 toobi marjade pääle 2 toopi wett. Wesi kallatakse kuumalt marja pudru pääle, lastakse finni kaetult 6—8 päewa seista. Kallatakse riidele nõrguma. Wälja nõrgunud mahla juurde lisatakse suhkur. Keedetakse karedal tulel 10 minutit. Kuumalt pudelitesse. Selle kirjelduse järele wõidakse igafuguseid kääriinud marjamahlasid walmistada.

373. Rabarberi mahl.

Wõta: 1 toop rabarberi mahla, $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ naela suhkurt.

Pestud rabarberi warred lõigatakse tükkideks, toobi warte pääle arwatakse $\frac{3}{4}$ klaasi wett. Keedetakse tajasel tulel puruks. Segu kallatakse riidele nõrguma; lisatakse suhkur hulka, keedetakse kõwal tulel 10—15 minutit. Waht riisutakse hoolega ära. Täide-
takse kuumalt pudelitesse. Rabarberi mahla wõib ka ilma suhkruta walmistada. Rabarberi juures wõib punaseid sõstraid wärwiks tarwitada.

374. Õuna mahl.

Wõta: 1 toop õuna mahla, 2 naela suhkurt.

Õunad pestakse puhtaks, lõigatakse tükkideks, pannakse külma weega tulele; toobi õuna tükkide pääle wõetakse $\frac{1}{2}$ toopi wett. Keedetakse tajasel tulel pudruks. Kallatakse riide pääle nõrguma. Wälja nõrgunud wedelik juurde pannakse suhkur, keedetakse karedal tulel, kuni wedelik selgeks läheb. Kuumalt pudelitesse jne.

375. Reetmata maasika mahl.

Wõta: 6 toopi metsa-maasikaid, $1\frac{1}{2}$ toopi puhast wett, 4 loodi weinihapet, tükkisuhkurt mahla raskuse järele.

Hästi küpsed marjad surutakse puruks. Weinihape sulatatakse wees ära, kallatakse siis marjapudru pääle, lastakse jahedas feldris 24 tundi seista. Kallatakse segamatalt nõrguma. Wälja nõrgunud mahla juurde pannakse tükkisuhkur. Kui suhkur sulanud,

kurnatakse wedelik läbi kurna, paberi ehk puuwilla kihil. Täidetakse koke pudelitesse. Pudelid korgitakse ja waigutatakse kinni. Hoitakse jahedas kohas. Tarwitatakse joogiks weega lahjendatult.

376. **Waadis walmistatud mahl.**

Reediste walmistamise juures järele jäänud marja koored (pääle mustikate) ja liha, puuwilja koored ning wäikesed õunad kogutakse hästi puhtaks pestud waati, kallatakse 1 pangi segu pääle $1\frac{1}{2}$ pangi külma wett. Nii kogutakse kuni nõuu täis saab. Pannakse siis prunt pääle, määratakse päält jahutaina ehk sawiga kinni. Lastakse jahedas kohas 8—12 nädalat seista. Keedetakse suhkruga ühes läbi ja täidetakse selle järele koke pudelitesse. Tarwitatakse magusate leemede walmistamise jaoks.

377. **Paluka mahl** (joogi jaoks).

Wõta: 15 naela palukaid, 2 toopi wett, 4 loodi wiinahapet, 6 naela suhkurt.

Walminenud palukamarjad puhastatakse ära ja surutakse puruks. Segatakse weega leotatud wiinahape juurde; kui hoolega läbi segatud, lastakse uues waabatud sawi- ehk puunõus 3 päewa seista. Kallatakse kurnamise riidele ilma segamata nõrguma. Wõib wälja nõrgunud mahla weel uuesti läbi puuwilla-korra ehk kurnapaberi kurnata. Lijatakse suhkur maitse järele juurde, iga toobi mahla pääle $1-1\frac{1}{2}$ naela. (Kõige parem on tükkisuhkurt tarwitada). Kui suhkur juurde lijatud, siis segatakse wahet pidamata $1-1\frac{1}{2}$ tundi. Selle järele lastakse weel seista, et wahtu, mis pääle tõuseb, ära wõiks riisuda. Täidetakse puhastesse pudelitesse, pudelikid korgitakse ja lakitakse koke kinni.

Täheendus: Selle kirjelduse järele wõidakse mahlasid teistestgi marjadest walmistada.

378. **Apelsini mahl.**

Wõta: 6 apelsini koort, $1\frac{1}{2}$ toopi puhast kaewu ehk hallika wett, 3—4 naela suhkurt (tüki-suhkur), 3—4 loodi tšitronihapet.

Kollane apelsini koore osa riivitakse ära, tšitronihape leotatakse vees, kallatakse siis suhkru tükkide pääle, lastakse kinni kaetult jahedas kohas 6 päeva seista. Selle järelle kurnatakse, täidetakse pudelitesse. Pudelikid forgitakse ja lastakse kofe kinni.

379. **Kali ehk taar I.** (Sooime viisil).

Wõta: 60 toopi wett, 5 naela ruffilinnaseid, 5 naela odralinnaseid, 2 naela kaerajahu (wõib pruunistatud olla), 4 supilusikat pärmi.

Linnased ja jahu segatakse puhtas toobis, kallatakse wähe leiget wett pääle, lastakse hästi kinni peidetult 1 tund aega seista, siis lisatakse pisteid ajaw weji (mitte keew); müüd lastakse jälle 2 tundi imbuda. Kolmas kord kallatakse päris keew weji; iga kord pääle wee lisamise segatakse hästi läbi. Wiimases wees wõib kadakaoksi keeta. Kui müüd wedelik selginud, siis wõetakse seda selginud wedelikku leigelt ja lisatakse pärm juurde ning pannakse pangega soojale kohale, selge wedelik täidetakse puhtasse waati ehk fuurde pudelisse. Segu pääle kallatakse uuesti wett, kuni terve wee määr käes on; ka wõib selle kalja juurde $\frac{1}{2}$ toopi humalaid wõtta, mis keema aetud, ja seda wett siis tarwitada.

Kui pärm juba mullijid ajab, kallatakse waati ehk pudelisse, prunt ehk kof pannakse kõwasti pääle, määratakse leiwataignaga kinni. Jahedas kohas hoida. Wõib warsti joogiks tarwitada.

380. **Kali ehk taar II.**

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela ruffilinnaseid, $2\frac{1}{2}$ naela odralinnaseid, 7 naela jämedat ruffi- ehk odrajahu, 60 toopi wett, $\frac{1}{8}$ naela pärmi, 2 loodi humalaid.

Weji aetakse kuumaks, kuni pisted ilmuvad, linnased ja wähe jahu segatakse hoolega pekstes. Pada asetatakse kuumale pliidile, kaetakse kaane ja riidega kinni, et paremini imbuks, wähehaawal segatakse ka kõik jahu hoolega pekstes hulta. Pannakse siis leiwahju 4—5 tunniks. 60 toopi wett ja wähe kadaka oksajid

keedetakse ühes. Ahjus küpjetatud imbunud juuretis pannakse kalja toobrisse, kadaka weşi kallatakse pääle; 8 toobi wee sees keedetakse humalad ära. Humala weşi kurnatakse jahtunult jaurde. Kalja wedelikust wõetakse leigelt natukene, segatakse pärmiga, lastakse soojas kohas käärima hakata. Selginud taar kallatakse puhtasse taaritõrde, kuhu põhja wähe õlgi ehk kadaka oksajid pandud. Pärmiga käärimud wedelik kallatakse juurde. Tuleb iseäranis suwel tähele panna, et taar ära jahtuks, muidu läheb hapuks. Tõrre kaan ehk punn määratakse jahust valmistatud taiguaga finni. Teisel päewal wõib juba joogiks tarwitada.

381. **Rukki kohwi.**

Wõta: 1 klaas rööska koort, 2 muna, rukkijahu.

Munad ja koort lüüakse wahule, lisatakse sõelutud rukkijahu juurde, et paras paks tainas saaks, mida wälja trullida wõib, weeretatakse siis sõrme paksused kanged, lõigatakse noaga wäikejed neljakandilised tükid, kuiwatatakse pääle leima. Kõrwetatakse siis paras pruuniks, jahwatatakse ja tarwitatakse kohwi asemel kas wee ehk keedetud piimaga, maitsew ja terwisline ka lastele. Wõidakse kohwi linnastest ja juurewiljadest, porgandist, kaera = juurtest ja pasternakkidest valmistada; enne kuiwatatakse, siis kõrwetatakse.

382. **Õuna tee.**

Õuna koored kuiwatatakse ära, pannakse teekannu, keew weşi kallatakse pääle, lastakse wähe seista.

383. **Tee paluka ja ristikhaina õitest.**

Korjatakse hästi noored paluka lehed, wõetakse warte küljest ära, laotakse hunikusse ja lastakse närtjida. Siis kuiwatatakse nad häkki panni pääl ehk kohwi põletises ära. Korjatakse noori walgeristikhaina õisi, kuiwatatakse leiges kohas. Segatakse siis paluka ja ristikhaina lehed ühte. Tarwitatakse tee valmistamiseks.

384. Šokoladi keetmine.

Wõta: 1 tahwel šokoladi, 12 tasfi rõõska piima, 4 muna, 6 supilusikat suhkur.

Šokolad murdatakse tükkideks, piim kallatakse juurde; kui keema hakkab, siis lisatakse suhkruga peffetud munakollane piimaga segatult juurde. Lastakse tulel olla, kuni paksemaks läheb, keeda ei tohi. Siis pannakse veel wahuks löödud munawalged pekkstes juurde.

IX. Puuwilja ja marja hoidised.

a) Keedised.

385. Keediste walmistamine.

Keediste walmistamine on üks wanematest ja kõige rohkem tarwitujel olew toitude alalhoidmisewiis.

Marjad, mis keediste walmistamise jaoks tarwitatakse, peawad täiesti wärsked ja terwed olema: wanadest seisnud marjadest ei saa enam selget ja maitsewat keedist. Kui liig tooreid marju tarwitatakse, siis keewad need kõwaks ja kaotawad wärwi.

Keediste walmistamise juures ei tohiks mitte liig palju suhkur tarwitada, siis läheb häa lõhn ja marjade loomulik maitse kaduma, suhkur tuleb keedistele kõige parem 50—75% marjade raskusest tarwitada, hapudele marjadele ja puuwiljadele, nagu maasikatele, pihlakatele jne. kuni 100%.

Keediste alalseismise pääle ei mõju suhkru määr mitte nii palju, kui arvatakse, waid küll palju rohkem keediste walmistamise-wiis.

Suhkur, mis keediste walmistamise jaoks tarwitatakse, peaks täiesti puhas olema. Kunagi ei tohiks finikat suhkur tarwitada, mis ultramariniga wärwitud on, sest selle tarwitamise juures muutub keediste wärw ja maitse. Kõige parem on tükisuhkur tarwitada, ehk siis peenifest Hawanna suhkur (ristall). Suhkur keedetakse pehme ja puhta weega siirupiks, wahi riijutakse hoolega ära; siirup on siis walmis, kui seda sõrme wahel lõngadesse wõib

wenitada. Millasgi ei tohiks marju otsekohe kuuma siirupi sisse panna, waid alles siis, kui kuumus wähenenud, sest muidu lähewad marjad puruks ja tühjaks. Keedist ei tohi millalgi lusikaga segada, waid kastrulli raputades jaadakse marjad ühetasajelt walmis. Lusik, mida wahu riisumiseks tarwitatakse, peaks kas hõbedane ehk puulusik olema. Kui puulusikat peame tarwitama, siis tuleks selle jaoks iseäralik lusik wälja walida, mida teiste toitude walmistamise juures tarwitada ei tohi. Wiimaks tahaksime ka seda tähele panna, et meie kunagi selle lusikaga ei maitseks. Keedist ei tohitaks mitte liig kaua keeta. Kui keedis parasjagu keenud on, siis raputatakse kastrulli, et marjad wedelikku sisse imeks. Marjad ei tohiks mitte pääl heljuda, waid peaks ühetasajelt leeme sisse segatud olema.

Keedis kallatakse kuumalt soojendatud purkidesse. Purgid pannakse pehme aluse pääle, mis kokku käänatud riidest ehk kätetätkust walmistatud. Kui keedised jahtunud, köidetakse purgid hoolega kinni.

Praegu ajal on keedise = purkide kinnipeitmise jaoks kõige kohasem paremat pergament=paberit tarwitada.

Purkidesse, kui keedis jahtunud, kallatakse keedise pääle wähe julatatud parafini, ehk võib ka pergament=paberit tarwitada, mis tasajelt keedise pääle tuleb panna. Pergament=paberi pääle pannakse keedise purk ja selle põhjast 2 tolli laiemalt lõigatakse kaks ratast paberit, kasetatakse puhtasse külma wette, kuivatatakse rätiku wahel ära, seatakse üks paber tasajelt purgi pääle, seotakse linase niidi ehk puuwilla lõngaga hästi tasajelt kinni, paberi pääle pannakse purgi põhja suuruse järele wäljalõigatud papitükk ja selle pääle teine pergament=paber, ning seotakse jälle hästi tasajelt kinni.

Korgid, mida pudelite kinnipanemiseks tarwitatakse, peawad täiesti uued olema; mitte kunagi ei tohiks läbi-puuritud korkiõid tarwitada. Korgid keedetakse enne nõrgas soolases wees, kuivatatakse rätiku wahel ära, tarwitatakse kofe ja lakitakse kinni. Võib walmistatud lakk tarwitada, ehk walmistatakse ise kampholist ja wähest sulawõist ehk raswast: wõetakse 10 osa kampholi ja 1

osa rasva ning aetakse keema. Tarvitamise juures sulatatakse plektoosiks. Purgidele ja pudelitele peab ka nimejedelid pääle panema.

386. Rabarberi keedis I.

Wõta: 1 nael rabarberi kooritud warfi, $\frac{3}{4}$ naela peenikest suhkurt.

Rabarberi warred lõigatakse 2—3 tolli pikusteks tükkideks. Pannakse suhkruga kordawiiši portselan ehk waabatud kausi, lastakse teise päewani seista. Wälja nõrgunud leem kallatakse kastrulli; 5 minutilise keemise järele pannakse rabarberi tükkid sisse, keedetakse kastrulli raputades, kuni pehmeks lähewad. Kuumalt purfi. Jahtunult seotakse purgid eelpool awaldatud kirjelduse järele kinni.

387. Rabarberi keedis II.

Wõta: 1 nael kooritud noori rabarberi warfi, $\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $\frac{1}{2}$ klaasi puhast wett.

Suhkur keedetakse weega siirupiks, pannakse siis rabarberi tükkid sisse, keedetakse tasasel tulel wahtu koorides pehmeks ja läbipaistwaks. Kuumalt purfi. Jahtunult purgid kinni.

388. Wabarmarja keedis.

Wõta: 1 nael puhastatud wabarnaid, $\frac{3}{4}$ —1 nael suhkurt, $\frac{3}{4}$ klaasi wett.

Suhkur ja wesi keedetakse siirupiks; kui esimene kuumus lahkunud, lisatakse marjad. Kastrulli raputades ja wahtu riisudes keedetakse marjad läbipaistwateks. Kuumalt purfi. Pääle keetmise tuleb keedist liigutada, kuni jahtunud. Purgid seotakse kinni, nagu kirjeldatud.

389. Aiamaasika keedis.

Wõta: 2 naela ühe suurusega aiamaasikaid, $1\frac{1}{2}$ naela tüki- ehk peenikest suhkurt, $1\frac{1}{2}$ klaasi puhast wett, $1\frac{1}{2}$ klaasi punasesõstra mahla.

Suhkur, wesi ja mahl pannakse kastruli sisse, lastakse soojas kohas sulada. Kui suhkur sulanud, pannakse tulele, keedetakse siirupiks. Selle järele lisatakse marjad, keedetakse, kuni läbi paistma hakkawad. Hoolega kooritakse wahtu. Kuumalt purki, liigutatakse kuni jahtunud. Purgid pannakse kinni.

390. **Metsamaasika keedis.**

Wõta: 1 nael metsamaasikaid, $\frac{1}{2}$ naela tüki-
ehk peenikest suhkurt, $\frac{1}{2}$ teelusikat weinihapet, $\frac{1}{2}$
klaasi wett.

Puhastatud marjad pannakse portselan ehk waabatud kausi. Suhkur, wesi ja weinihape keedetakse siirupiks, kallatakse marjade pääle, lastakse teise päewani seista. Wedelik kurnatakse ära ja keedetakse jälle 15 minutit, kallatakse kuumalt marjade pääle. Seda korratakse nii kaua, kuni marjad läbipaistma hakkawad ja wedelik püdelaks läheb. Põhja langenud seemned peaks katsuma wälja wõtta, annawad muidu keedisele kibeda maitse. Ka wõib metsamaasikaid keeta, nagu eelpool marjakeediste juures kirjeldatud. Keetmise juures läheb aga loomulik maitse kaduma.

391. **Aiamaasika keedis II.**

Walmistatakse, nagu metsamaasikate juures kirjeldatud.

392. **Mustasõstra keedis.**

Wõta: 1 nael muste sõstraid, $\frac{3}{4}$ —1 nael suh-
kurt, 1 klaas wett.

Marjad puhastatakse ära, lõigatakse die ja warte kontsud maha, pannakse sõela pääle, pistetakse sõelaga filmapilguks keewa wette ehk kallatakse keewa weega üle, ja selle järele kallatakse weel külma weega; lastakse nõrguda.

Suhkur ja wesi keedetakse siirupiks. Walmistatakse, nagu wabarna keedise juures kirjeldatud.

393. **Punase- ehk mustasõstra ja wabarna keedis.**

Wõta: 1 nael puhastatud sõstraid, 1 nael puhastatud wabarnaid, $1\frac{1}{2}$ naela suhkurt, $1\frac{1}{2}$ klaasi wett. Walmistatakse, nagu mustasõstra keedise juures kirjeldatud.

394. **Punase- ehk walgesõstra keedis.**

Wõta: 1 nael puhastatud sõstra-marju, $1\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $1\frac{1}{4}$ klaasi wett.

Marjadest puhastatakse seemned wäikese kanasulega wälja. Suhkur ja wesi keedetakse siirupiks, lisatakse siis puhastatud marjad ja wälja nõrgunud wedelik siirupi juurde, keedetakse 2 minutit, tõstetakse siis kastruliga jahtuma; kui marjad pool jahtunud, kurnatakse wedelik läbi; wedelik pannakse uuesti tulele, keedetakse püdelaks, lisatakse siis marjad tagasi, lastakse weel kord keema hakata. Täidetakse kuumalt wäikestesje soojendatud purkidesse.

395. **Soomuraka keedis.**

Wõta: 1 nael walminenud soomurakaid, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, $\frac{3}{4}$ klaasi wett.

Walmistatakse, nagu wabarna keedise juures kirjeldatud.

396. **Karumarja keedis.**

Wõta: 1 nael tooreid ehk walminenud karumarju, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, $\frac{3}{4}$ klaasi wett.

Marjad puhastatakse ja pestakse ära ja pannakse sõela pääle nõrguma. Pistetakse siis wäikese puutiku ehk hõbe nõdelaga marjadesse. Suhkur keedetakse weega siirupiks. Kui esimene kuumus lahkunud, lisatakse marjad juurde, keedetakse kastrulli raputades ja wahtu koorides kuni marjad läbi paisma hakkawad. Täidetakse purkidesse, nagu eelpool kirjeldatud.

397. **Kirsi keedis.**

Wõta: 2 naela kirsijid, $1\frac{3}{4}$ naela suhkurt, $1\frac{1}{2}$ klaasi wett.

Marjad puhastatakse linnu jule abil kividest, südamed taotakse puruks, üfjitud tuumad pannakse keedise sisse. Kirsi keedis valmistatakse, nagu wabarna juures kirjeldatud. Kreegi keedis valmistatakse, nagu kirsi keedisgi.

398. Šuna keedis I.

Wõta: 2 naela õunu, $1/2$ naela suhkurt, 1 klaas wett, 1 teelusikas weinihapet.

Keedise jaoks walitakse magusad õunad, jest magusad õunad ei kee puruks.

Õunad pestakse puhtaks, kooritakse ära, ja koored pannakse wäheise külma weega tulele, keedetakse 10 minutit, kurnatakse siis wedelik läbi tiheda riide, wedeliku juurde lisatakse suhkur ning weinihape ja keedetakse jälle 10 minutit. Pannakse siis tükkideks ehk siiwideks lõigatud õunad sisse. Keedetakse läbipaistwaks, waht kooritakse ära. Šuna tükkid seatakse kaunisti purki, wedelik kallatakse pääle. Purgid seotakse jahtunult finni. Tarwitatakse järeleööfide ja kookide ehtimise jaoks.

399. Šuna keedis II.

Wõta: 2 naela hapuid õunu, $1^{1/2}$ naela suhkurt, 1 klaas wett, 1 kaun waniljet.

Walmistamine, nagu eelpool õunakeedise I. juures kirjeldatud.

400. Pirni keedis.

Wõta: 5 naela pirnišid, $1^{1/4}$ naela suhkurt, 1 klaas wett, $1/2$ klaasi äädikat ehk 2 tšitroni mahl ehk kunstlikku tšitronihapet.

Pirnišid pistetakse 1—2 minutiks keewa wette, kooritakse siis õhufesjelt ära, pannakse külma wette, kuhu wähe soola lisatud, et wärw ei muutuks. Pirni die-otša lõigatakse rišt, wars lõigatakse wähe lühemaks, kaabitakse puhtaks. Pannakse siis suhkruwee ja tšitronihappega ühes keema. Lastakse tšitroni tšitronihappega ühes keema. Lastakse tšitroni tšitronihappega ühes keema. Lastakse tšitroni tšitronihappega ühes keema. Lastakse tšitroni tšitronihappega ühes keema.

tundi keeda, kuni pirnid pehmeks lähewad ja läbi paistma hakkawad. Täidetakse ilusasti purki, purgid seotakse hoolega finni.

401. **Pirnid ehk õunad paluka mahlas.**

Wõta: 1 toop haput paluka mahla, 6 naela magusaid õunu ehk pirniseid, 1—1¹/₂ naela suhkurt, 1 tükk kaneeli, mõni würtsnell.

Mahla ja suhkurt keedetakse 10 minutit, waht kooritakse ära. Õunad ehk pirnid kooritakse ja wars kaabitakse puhtaks, die-otja lõigatakse riit, wõib ka tükkideks lõigata. Pannakse siis keedetud wedelikku sisse, lastakse tajasel tulel keeda, kuni pehmeks lähewad ja läbi paistma hakkawad. Seotakse purki, wedelik kallatakse pääle. Sahtunult seotakse finni.

402. **Ploomi keedis.**

Wõta: 5 naela suuri kollaseid ehk siniseid ploomiseid, 3³/₄ naela suhkurt, 3 klaasi wett.

Puhastatud ploomid pistetakse sdelaga filmapilgulks keewa wette, kooritakse ära, noaga wõetakse süda välja. Suhkur ja wesi keedetakse siirupiks. Ploomid pannakse sisse. Walmistatakse, nagu teiste keediste juures kirjeldatud.

b) **Marja- ja puuwilja-süüdid.**

403. **Puuwilja- ja marja-süütidde walmistamisest.**

Süütidde walmistamise jaoks walitagu tooremad puuwiljad ehk marjad: nendes on wähem suhkurt ja rohkem pektini, mis hangub.

Süütidde keetmise juures tuleb jeda tähele panna, et wedelikku suhkruga ühes ejalgu tajasel tulel ja aegamööda soojendatakse.

Marja ja puuwilja wedelikku walmistatakse järgmiselt. Pestud puuwiljad lõigatakse tükkideks, pannakse kastrulli, külm puhas wesi kallatakse pääle, nii et pinnale ulatab, keedetakse tajasel tulel, kuni

marjad ehk puuwiljad läbi paisima hakkavad. Kallatakse pingule tõmmatud riide pääle nõrguma, välja nõrgunud wedelik mõõdetakse (portselani toobiga) ära, 1 toobi wedeliku pääle wdetakse 3 naela suhkurt.

Soojendatakse tajaselt; waht kooritakse ära. Sült on parasjagu keenud, kui külma taldriku pääle tilgutades mitte laiali ei walgu.

Kuumalt purki. Jahtunud purgid pannakse kinni, nagu keebiste walmistamise juures kirjeldatud.

404. Punaseõstra sült.

Wõta: 1 toop õstra mahla, 3 naela suhkurt.

Marjad, mis mitte wäga walminenud ei ole, loputatakse külma weega tolmust puhtaks. Pannakse waabatud sawipotti, kaan waju-tatakse kõwasti kinni. Mõuu pannakse weega täidetud katlasse, lastakse siis keeda, kuni marjad mahlasjeks muutunud. Wõib ka potiga pääle leiba ahju panna.

Segu kallatakse riidele nõrguma, mis tooli jalgade wahetele seotud, wäljanõrgunud wedelik mõõdetakse ära, suhkur lisatakse juurde, keedetakse tajasel tulel 25 minutit. Waht riisutakse hoolega ära. Täidetakse soojendatud wäikesesse purkidesse.

405. Paluka sült.

Wõta: 1 toop paluka mahla, 3 naela suhkurt.

Poolwalminenud marjad puhastatakse ära, pannakse kastruliga tajasete tulele, lastakse puruks keeda. Kallatakse ilma segamata riidele nõrguma. Välja nõrgunud wedelik mõõdetakse ära, lisatakse suhkur juurde ja keedetakse tajasel tulel 25—30 minutit. Tõrgnew walmistamine, nagu punaseõstra süldi juures.

406. Karumarja sült.

Wõta: 1 toop mahla, 3 naela suhkurt.

Kõheliised poolwalminenud karumarjad surutakse puumuiaga puruks, pannakse kastrulli, soojendatakse kuni marjadest mahl välja imbub. Keeda ei tohiks, kallatakse nõrguma. Mõõdetakse ära ja

lifatakse suhkur juurde. Kui suhkur sulanud, keedetakse tajasel tulel wahtu riisudes 20 minutit. Kuumalt purki jne.

407. **Mustasõstra sült.**

Wõta: 1 toop mustasõstra mahla, 3 naela suhkurt.

Walmistamine, nagu paluka süldi juures kirjeldatud.

408. **Wabarmarja ja sõstra sült.**

Wõta: $\frac{1}{2}$ toopi sõstra mahla, $\frac{1}{2}$ toopi wabarna mahla, $2\frac{1}{2}$ —3 naela suhkurt.

Puhastatud marjad surutakse puruks, lifatakse wähe wett juurde, lastakse soojas kohas seista. Kallatakse riidele nõrguma. Walmistamine, nagu eelpool sültide juures kirjeldatud.

409. **Kuremarja sült.**

Wõta: 1 toop kuremarja mahla, $2\frac{1}{2}$ —3 naela suhkurt.

Walmistamine, nagu paluka süldi juures kirjeldatud.

410. **Õuna sült.**

Wõta: 1 toop õuna mahla, $2\frac{1}{2}$ —3 naela suhkurt.

Puhtaks pestud õunad lõigatakse tükkideks, seemned wõetakse wälja, pannakse kastrulli, kallatakse puhasi külma wett pääle, et peitub. Keedetakse tajasel tulel wahetewahel segades puruks, kallatakse riidele nõrguma. Wälja nõrgunud wedelitu juurde lifatakse suhkur, keedetakse tajasel tulel wahtu riisudes 25—30 minutit, kuni wärw wähe kollaks läheb. Kuumalt purki. Burgid pannakse jahtunult kinni.

Lähendus: Sültid wõib igasugusest puuwiljast ja marjadest walmistada.

d) Puuwilja- ehk marja-wõid.

411. Marja- ehk puuwilja-wõi valmistamisest.

Puuwilja- ehk marja-wõi valmistamine on väga lihtne; jeda wõib ka ilma suhkru juurde lisamata valmistada.

Ngapäewases majapidamises on puuwilja- ja marja-wõi väga tähtis, toitude valmistamise jaoks, ja ka leiva pääle määrimiseks, mida iseäranis lapsed hää meelega sööwad. Seda wõid wõib mahlade ja sültide valmistamise juures järele jäänud puuwilja ja marja süst teha.

Kõige paremat wõid saadakse hästi walminenud pehmetest puuwiljadest. Väga kohane on pool osa kõrwitjat ehk porgandi putru tarwitada.

Keedetakse jeda wõid (moosi) tajasel tulel segamise waral. Keemist jätkatakse nii kaua, kuni segu püdelaks muutub ja enam wefine ei ole; liig kaua ei tohi keeta, siis muutub wenivaks. Täidetakse kuumalt pottidesse ehk purkidesse, jahturnult kaetakse pind paberiga ehk kallatakse jula parafini pääle.

412. Marja-wõi punastest sõstardest.

Wõta: $2\frac{1}{2}$ naela läbi sõela hõõrutud marja segu, $\frac{3}{4}$ —1 nael suhkurt.

Marjad surutakse puruks, soojendatakse, ehk wõdetakse mahla valmistamise juures riide pääle jäänud segu. Hõõrutakse tihedast sõelast läbi, suhkur raputatakse juurde, lastakse teise päewani seista. Keedetakse tajasel tulel segamise waral, kuni püdelaks läheb, et lufikaga segades kofku ei waju. Täidetakse kuumalt purkidesse. Purgid seatakse, nagu eelpool keediste juures kirjeldatud.

e) Marmeladid.

413. Marmeladi valmistamisest.

Marmeladi valmistamise jaoks tarwitatakse kõiksugu puuwilja- ja marjalaha. Pestud ja tükkideks lõigatud puuwiljad ja puruks surutud marjad pannakse wäheste weega tulele, keedetakse

tasafel tulel segamise waral puruks. Hõõrutakse siis see segu läbi tiheda sõela, lisatakse suhkur juurde (iga naela segu kohta $\frac{1}{2}$ naela suhkur, ehk maitse järele) ja lastakse paar tundi soojas kohas seista. Keedetakse tasafel tulel puumõlaga segades, kuni segu pakks ja läikiv on, mis umbes paar tundi kestab, ei tohi ka mitte liig kava teeta, siis saavad marmeladid sitted. Walmis keenuid marmeladi segu kallatakse wahapaberile, ehk mageda wõiga määritud waagnale ehk kirjutuspaberile. Tehtakse noaga päält tasafeks. Lastakse mõni aeg läbitõmbawas tuulises toas seista, lõigatakse noa ehk wäikeste wormidega soowitud kujud, weeretatakse tolmu- ehk kriis-tall-suhkrus, lastakse mõni päew seista, selle järele kuivatatakse kuivatamis-raamidil, ehk ahjus. Hoitakse kastides ehk purfides pergamendipaberi wahel.

Marmeladijib wõib kompweki wärwidega soowi järele wärwida, kui segu weel pajas keeb.

Marmeladide jaoks wõib mahlade walmistamise juures järele jäänud segu tarwitada.

Kui marmeladi kivi- südamelistest marjadest walmistatakse, siis keedetakse marjad wäheses wees puruks, hõõrutakse läbi sõela, südamed purustatakse ära ja tuumad keedetakse suhkruga 15 minutit, kurnatakse segu juurde, ja seguga ühes keedetakse weel 20 minutit. Keed marmeladid täidetaks purfidesse.

414. **Õuna marmelad.**

Wõta: 5 naela hapuid õunu, 2 naela suhkur, 2 klaasi wett.

Õunad pestakse puhtaks, lõigatakse tükkideks, pannakse külma weega tulele, keedetakse tasafel tulel segamise waral puruks. Puder hõõrutakse läbi sõela, iga naela segu pääle wõetakse $\frac{1}{2}$ naela suhkur. Kui suhkur sulanud, pannakse tulele, keedetakse tasafel tulel segamise waral $1\frac{1}{2}$ —2 tundi ehk kuni segu pakksik wälja näeb. Kallatakse mageda wõi ehk õliga määritud paberile ehk waagnale hästi tasafelt wälja. Zahedas tuulises kohas lastakse

feista. Võetakse selle järele wormidega mitmesugused kujud, ehk lõigatakse noaga. Veeretatakse kristall-suhkrus ja kuivatatakse veel. Hoitakse kastides wdi- ehk siidipaberi wahel.

415. **Kuremarja marmelad.**

Wõta: 4 naela kuremarju, 3 naela suhkurt, 1 klaas wett.

Pestud marjad surutakse puruks, pannakse külma weega tulele, soojendatakse aegamööda; kui wähje aega keenud, hõõrutakse läbi jõhwsõela. Lisatakse suhkur juurde. Keetmine ja järgnew walmistamine, nagu õuna marmeladi juures kirjeldatud.

416. **Kuremarja ja porgandi marmelad.**

Wõta: 3 naela kuremarju, $2\frac{1}{2}$ naela porgandid ehk kõrwitšaid, 2— $2\frac{1}{2}$ naela suhkurt.

Puhtaks pestud magusad porgandid keedetakse pehmeks, taabitakse puhtaks, hõõrutakse läbi sõela. Pestud, puruks surutud ja wähje weega keedetud ehk keetmata marjad hõõrutakse ka läbi sõela.

Marja ja porgandi segu ühendatakse, lisatakse suhkur juurde. Järgnew walmistamine, nagu õunade juures kirjeldatud.

417. **Paluka marmelad.**

Wõta: 4 naela palufaid, 2 naela suhkurt, 1 klaas wett.

Walmistatakse, nagu õuna marmeladi juures kirjeldatud.

418. **Paluka ja kõrwitša marmelad.**

Wõta: 2 naela palufaid, 2 naela kõrwitšaid ehk porgandid, 2 naela suhkurt.

Walmistatakse, nagu kuremarja marmeladi juures kirjeldatud.

419. **Alamaasika marmelad.**

Wõta: 2 naela maasikaid, $1\frac{1}{2}$ —2 naela suhkurt, 1 teelusikas weinihapet.

Walmistamine, nagu kuremarja marmeladi juures kirjeldatud.

420. **Rabarberi marmelad.**

Wõta: 3 naela rabarberi warji, 2 naela suhkurt.

Rabarberi warred pestakse puhtaks, kooritakse ära (ja keedetakse puruks) ehk pannakse suhkruuga kordawiiji karstrulli, soojendatakse tajasel tulel. Keedetakse, kuni paksemaks läheb, walmistatakse edasi, nagu eelpool kirjeldatud; wõib ka purkidesse täita.

421. **Rabarberi ja õuna marmelad.**

Wõta: 2 naela rabarberi, 2 naela õunu ehk förwitsaid, $1\frac{1}{2}$ —2 naela suhkurt.

Walmistatakse, nagu eelpool kuremarja marmeladi juures kirjeldatud.

422. **Punasesõstra marmelad.**

Wõta: 1 naela marjasegu pääle $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ naela suhkurt.

423. **Mustasõstra marmelad.**

Wõta: 1 nael marjasegu, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt.

Walmistamine eelpool awaldatud kirjelduse järele (nr. 413).

424. **Ploomi ja pirni marmelad.**

Wõta: 1 nael ploomisid, 1 nael pirnisid, $1\frac{1}{4}$ naela suhkurt, $1\frac{1}{2}$ klaasi wett.

Pestud pirnid lõigatakse tükkideks, pannakse pestud ploomide ja wäheje külma weega ühes tulele. Kui kõik puruks on keenud, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse siis suhkur hulka ja keedetakse tajasel tulel.

425. Šuna ja karumarja marmelad.

Wõta: 5 naela õunu, 2¹/₂ naela suhkurt, 1¹/₂ toopi karumarja mahla.

Dunad pestakse puhtaks, lõigatakse tükkideks, pannakse wähesse külma weega tulele. Lastakse puruks teeda, hõõrutakse läbi sõela, lisatakse karumarja mahl ja suhkur juurde. Paari tunni seisumise järele, kui suhkur sulanud, pannakse tulele, keedetakse tajasel tulel.

g) Hoidised õhukindlates purkides.

426. Hoidiste walmistamisest õhukindlates purkides.

Kui meie oma aia- ja puuwilja, marjade ja lihajaaduste alalhoidmise-wiisid tähele paneme, siis näeme, kui raske meil soola ja suhkru abil harilikultes nõudes seda teha on. Puuwilja ja marjade alalhoidmiseks peame palju suhkurt tarwitama, et käärima minekut takistada, aiawiljade ja liha juures jälle läheb suurel määral soola. Nende mõlemate alalhoidmise-wiiside läbi läheb faadustel oma loomulik maitse kaduma ja päälegi on sel teel alalhoiditud toidud juba raskemad seedida, nii et neid laste ja haigete toiduks enam hästi tarwitada ei wõiks, ehk kui tarwitame, siis ainult wähesel mõõdul. Puuwiljade ja marjade alalhoidmine suhkruga läheb ka kulurikkaks.

Raha ja toitluse seisukohalt on wäga tähtis, et faaduste alalhoidmine mitte kulurikas ei oleks ja päälegi ka tagawarade raiskuminekut ette ei tuleks. Prantsusemaal kuulutati saja aasta eest wõistlus wälja, kus parema alalhoidmise-wiisi ülesleidjale suurt taju lubati. Wõistluses jäi keegi kofk, nimega Appert, wõitjaks, kes weel praegusel ajal tarwitusel olewa õhukindlates nõudes alalhoidmise üles leidis. Seda leidust on teadagi meie päewini palju täiendatud.

Meie rahwa toitunde alalhoidmise juures tarwitatakse õhukindlaid nõusid weel wähe. Muidugi on selleks kohaste nõude puudus palju kaasa mõjunud. Waremalt on ainult plektsosijid tarwitatud ja nende tarwimine kodustes oludes on raskustega ühenduses.

Alles viimajel paaril aastal on hakatud sellekohaseid klaaspurkfiid tarvitama, mis kahjuks ostes veel kallid on.

Suuremal viisil hakati Tartu Liawilja-Ühiskuses hoidiseid 1908. aastal walmistama, kus sellekohaste masinate waral suuremal määral ainult plektoosijid tarwitatakse.

Plektooside tarvitamise juures peab finnifoonimise jaoks sellekohane masin olema. Näitigi on wõimata toosijid hästi finni joota. Kui tulewikus meie perenaised ühifelt omale saadusi katsumad hoidisteks walmistada, siis wõiksime plektoosijid tarwitada, kui selle jaoks kohase finnipanemise masina muretseks.

Klaaspurgid, mida tarwitada tuleks ja mis kõige paremad on, tuuakse Saksamaalt ja Böhmimaalt. Wanemad purgid, mis sisse toodi, oliwad „Becki“ nimelised; kuid nende purkide ehitus ei jõua „Reform“ ja „Kex“ nimeliste purkidega wõistelda. Siis on oma hinna poolest veel „Export“-purgid tähelepanemise väärt, aga kahjuks ei ole meie kauplustest neid veel saada. „Export“-purkfiid tarwitatakse Daanimaal kui ka Rootsis suurel viisil ka koduse hoidiste-walmistamise juures. Soomes walmistatakse juba kohaseid „Kex“ kujulisi purkiid, wähest hakatakse Wenemaalgi ehk kodumaa klaasfabrifutes neid walmistama.

Pääle purkide peaks veel keetmise nõud sellekohase teliuguga olema, kus meie purgid finni wõime keeta. Ostes wõib tarwitada „Reform“ ehk „Becki“ aparati (keedunõu). Need nõud on mitmesuguse suurusega, 1—12 purgi jaoks. Aparadil on purkide jaoks teliug, wedrud ja soojamõõtja. Wõib ka ilma aparadita (keedunõuta) läbi saada, selle jaoks wõib igasugust pada ehk kastruli tarwitada, kus siis purkide alla traadist wõre pannakse ehk purk rätiku sisse mähitakse.

Purkide puundusel wõib paksemaid pudelid tarwitada. Pudelid puhastatakse hoolega, kuivatatakse ära. Täidetakse ainetega wahetewahel raputades täis, kallatakse soola ehk suhkru wedelik pääle, forgitakse finni, forgid jäetakse poolest saadik wälja, seotakse traadi ehk nõõriga finni. Pärast keetmist lüüakse forgid finni ja latitakse kofe ära.

Puuwiljad ja marjad hoidiste walmistamiseks peawad täiesti küpsed ja terwed olema, seit küpsetest marjadest ja

puuwiljadeist saadakse maitsevamaid hoidiseid (konserveid). Neid marju, mis valminult väga pehmed on, nagu ploomid, võidakse tooremalt tarvitada, et mitte puruks ei keeks. Kõik sõrbid ei ole kohased hoidiste valmistamiseks, kuigi neid hästi valmistatakse. Nii näituseks võime hoidiste valmistamiseks maajätkest „Viktoriat“, „Abondance“ ja „Deutsch-Evern“ hääde järeldustega tarvitada. Pehme marjade ja puuwiljade hoidiste valmistamise juures võime tähele panna, et marjad pinnale kerkiwad ja puruks lähewad. Terve purk on leemega täidetud ja purgid on põelikud. Riisugused hoidiste (konserve) purgid ei näe enam ilusad välja. Marjade purgis kokkuminekut võime sellega takistada, et me marjasid suhkruleeme sees 65° C. käes kuumendame tasasel tulel. Marju võib sellesamas leemes kuumendada, mis pääle kallatakse, ehk selle jaoks ise wedelik valmistada: 1 toobi wee pääle 1—1½ naela suhkurt.

Kui marju sellesamas leemes kuumendatakse, siis laotakse marjad purki, suhkruleem kallatakse pääle, kuumendatakse tasajelt purkidega ühes — pääle kuumendamise täidetakse purkides tühi ruum täis. Puuwilja ja marju ei tohi ka nii kaua kuumendada, et nad puruks lähewad, sest puruksläinud puuwiljadele ehk marjadele ei lähe leent wahete, sellepärast võib ette tulla, et hoidised hapuks lähewad.

Niawiljadeist walitakse hoidiste jaoks täiesti terwed ja närtsimata saadused. Niawiljad pestakse hoolega puhtaks. Tihti arwatatakse, et pesemisel tähtsust ei ole; see on eksitus, sest mulla terakestega ühes on ka pisielulad, kes kergesti hoidised käärima ajawad.

Niawilju kupaatakse enne purkidesse panemist, et tibe maitse wäheneks ja ka rohkem purkidesse sünniks; kupaatakse wees ehk auru sees. Teadagi, on aurus keetmine kohasem: siis ei lähe mitte toitwad ained kaduma.

Weega kupatakse pannakse iga toobi wee kohta 1 supilujikas soola ja rohelisti aiawilju, kupatakse wahete sõdat ehk peterselli lehti.

Kupamine kestab 1—4 minutit. Pääle selle kallatakse külma weega kofje üle, et hästi tasajelt ära jahtuks. Niawiljad

täidetakse väikse puu mõlaga vajutades hoolega purkidesse. Kui purgid täis, siis kallatakse jahtunud soolvesi päale. Purgi ääred pühitakse hoolega puhtaks, pannakse puhas kummi ja kaan ettevaatlikult päale, kaane päale vedru. Bedelik, mis päale kallatakse, peab külm olema; talitatagu ettevaatlikult, et mitte õhku wahale ei jääks. Kaane ja purgi sisse wahel peab wahet olema poole tolli võrra, muidu ei tee purgid finni. Täidetud purgid pannakse aparati, vedru vajutatakse hoolega finni, ehk purgid pannakse riide ehk heinadega mäsitud patta. Külm vesi kallatakse päale, nii et vesi kuni purkide täiteni ulatab. Keedetakse tasasel tulel, soojamõdijat tuleb tarvitada.

Kinnikeetmine ja piisielukate hävitamine sünnib kuumuse mõjul. Et hoidised purkides mitte halvaks ei läheks, peame tingimata piisielukad esiteks surmama ja päale selle veel ainetes leiduvad hallituse- ja käärimise-seente idud ära tapma. Marjades ja puuwiljades surevad need idud juba kuumendades, kuna aiawiljade juures veel keemise asteni võivad eluvõimulised olla.

Keetmise läbi võime veel purgid õhukindlaks teha. Esst päale hoidiste on purkides veel õhugi. Soojenemise juures purkides olev õhk laieneb soojendamise läbi, nii sünnib siis purgiskõwa õhu-õhumine, ja selle mõjul woolab üks osa õhku välja, weeaur mõjub ka veel kaasa. Müüd, kui purgid välja võtame, ja ära jahtuvad, on välimine õhurõhumine nii suur, et purgikaaned täiesti finni vajutab ja välist õhu juurdetungimist takistab. Bedrusid ei tohi enne ära võtta, kui purgid täiesti külmad on.

Puuwiljade, marjade ja aiawiljade purkide kinnikeetmise juures läheb soojus kui ka ajamäär lahku.

Puuwiljades ja marjades on vähe munawalget ja rohkesti happeid; neid soojendatakse 75—80° C. kães 15—20 minutit. Aiawilju selle vastu peame 100° C. juures kuni 1½ tundi keetma. Mis katsetesse puutub, siis on võidud Saksamaal tähele panna, et aiawilju keedetakse 2 korda, iseäranis erineid, uuesti 24 tunni järele, kui viimased bakterid-idud on jälle idanema hakanud. Aiawiljades leiduvad bakterid ja hallitusseente idud surevad alles 100° C. soojuses. Siiski on viimaste aastaste katsed näitanud, et ka üks kord kee-

detud aiawiljade hoidised hästi alles seisawad. Kui finniseetmine 100° C. juures sünnib, siis ei tohi purktsid ja ka pudelid enne wälja tõsta, kui pada 2—3 minutit ilma kaaneta on seisnud. Purgid jahutatakse tajaselt. Klaaspurktsid ei tohi kohe läbitõmbawasse tuulisesse kohta panna, siis lähewad purgid ehk pudelid katti. Pääle jahutamise wõetakse wedrud päält ära. Hoidise purktsid on kõige parem pimedas ja jahedas ruumis hoida. Päitefe käes muutub hoidiste wärv. Kui hoidise purktsid awatakse, siis wõetakse kummi rõngast kinni ja wenitatakse aegamööda wälja. Kui õhk wahele pääseb, on purk lahti.

Tühjad hoidisepurgid hoitakse puhtaks pestult alles. Kummid ja kaaned hoitakse klaaspurgis ehk kastis jahedas kohas; lahustiselt ja kuiras kohas lähewad kummirõngad kõlbmataks. Ka ei tohi kummirõngaid niisuguses ruumis hoida, kus külmetab. Wedrud ja aparatid määratakse raswaga, et ära ei roostetaks.

427. Suhkru leemed.

Suhkruleem, mis puuwiljade ehk marjade pääle kallatakse, ei wõi mitte nõrk olla, ei ka liig magus; sest kui suhkru leem lahja on, siis wõiwad hoidised halwaks minna; kui jälle wäga magus, siis läheb marjade loomulik maitse kaduma.

Wesi, mis suhkru leeme jaoks wõetakse, peaks täiesti puhas ja pehme olema. Kõige kohasem on wett enne keeta ja kui jahutunud, siis weel uuesti läbi kurnata, põhjawajunud korda ei tohts tarwitada.

Purkides ja pudelites sisekeetmise jaoks wõib järgmisi suhkruleemesid tarwitada.

428. Suhkruleem I.

Wõtta: 1 toop keedetud jahutunud wett, 1 $\frac{1}{2}$ naela suhkurt.

Keedetakse 10 minutit. Waht riijutakse hoolega ära.

429. Suhkruleem II.

Wõta: 1 toop keedetud wett, 2—3 naela suhkurt.
Keedetakse $\frac{1}{4}$ tundi, waht riisutakse ära.

430. Suhkruleem III.

Wõta: 1 toop keedetud wett, 2 tsitroni, ehk
tsitronihapet wõi weinihapet, $1\frac{1}{2}$ —2 naela suhkurt.

Keedetakse $\frac{1}{4}$ tundi. Waht riisutakse ära, wedelik kurnatakse läbi sõela.

431. Maasika hoidis.

Täiesti küpsed marjad pannakse waabatud kausi sisse. Suhkruleem I. kallatakse jahtunult marjade pääle, raputatakse, kuni marjad wedelikku sisse jääwad, lastakse teife päewani seista. Pannakse siis purki, suhkruleem kurnatakse pääle, et wähe tühja ruumi kaane wahel jääks, wõib ka laiakaelalisi pudelid tarwitada, kummi rõngas ja kaan pannakse pääle. Pudelik forgitakse kinni. Soojendatakse tajaselt, 80° C. käes 15 minutit.

432. Maasika hoidis II.

Walmistatakse, nagu eelpool maasikahoidise kohta kirjeldatud; kui suhkruleem pääle kallatakse, siis soojendatakse tajasel tulel kuni 70° C. Lastakse siis kõige pajaga jahedas kohas 20 tundi seista. Marjad laotakse purki, suhkruleem kallatakse pääle, $\frac{1}{2}$ toobilisi purkiid soojendatakse 80° C. käes 5 minutit.

433. Wabarna hoidis.

Walmistatakse, nagu maasika hoidise I. ja II. juures kirjeldatud.

434. Soomuraka hoidis.

Walmistamine, nagu maasika hoidise I. juures kirjeldatud.

435. Mustad sõstrad.

Walmistamine, nagu maasika hoidise juures kirjeldatud. Suhkruleem II.

436. Punasestõstra hoidis I.

Kobaratena kogutud marjad loputatakse vees, pannakse purki. Suhkruleem II. kallatakse kuumalt pääle, lastakse täiesti ära jahtuda. Kui kofku langevad, lijatatakse uusi marjakobaraid juurde. Kinniseetmine 80° C. käes 20 minutit.

437. Punasestõstra hoidis II.

Marjad nopitatakse ära, pestakse, weeretatakse suhkrus. Pannakse purki. Purkistid kuumendatakse 80° C. käes 10 minutit, lastakse jahtuda, lijatatakse siis weel uuesti marju juurde. Kuumendatakse 80 C. käes 20 minutit.

438. Kirsi hoidis.

Hästi walminenud kirsid, wõib ka kividega wõtta, täidetakse hästi hoolega purki, warre pool ülespoole, suhkruleem I. kallatakse pääle. Keedetatakse kuini 80° C. käes 20 minutit.

439. Ploomi hoidis.

Kollased ehk tumedad ploomid pistetakse puu-tifuga ehk koriga, kuhu neli wiis nõela sisse torgatud, hästi läbi. Wõib ploomisid ka koorida. Kuuma wette kastes läheb koor kofhe lahki. Ploomid soojendatakse suhkruleem I. ehk II. sees tasasel tulel 60° C. jarel; kofhe selle järele täidetakse purki, leem peab üle ulatama. Kui jahtunud, keedetatakse purkistid 80° C. käes 15 minutit.

440. Pirni hoidis.

Wäiksemad pirnid kooritakse hoolega puhtaks, warre kand kaabitakse ära. Keedetatakse wees pehmeks. Keetmise järele täidetakse pirnid purki, kand ülespoole, suhkruleem I. ehk III. kallatakse pääle, (suhkurt wõib leeme jaoks weel wähem wõtta: 1 toop wett, 1 uael suhkurt). Kinniseetmine 90° C. käes 50 minutit.

441. Šuna hoidis.

Walmistatakse, nagu pirnide juures kirjeldatud. Wõib ka koorimata šunu tarwitada ehk jälle tükkidena.

442. Rabarberi hoidis.

Noored rabarberi varred kooritakse ära, seatakse püsti purfidesse. Suhkruleem I. kallatakse pääle. Keedetakse purfides 80° C. käes 20 minutit. Tarvitatakse järelhögina ehk salatiks.

h) Salatid ehk äädika-hoidised.

443. Erne hoidis.

Erned puhastatakse kaunadest välja (jorbid — Folger, Excelsior, Non-plus-ultra — kohased), sorteritakse terad suuruse järele. Kupatatakse soolases vees 3—4 minutit (1 toop wett, 1 supilusikas soola, vähe sodat ehk peterelliwarji). Kurnatakse sõela pääle, kallatakse külma weega üle, et ruttu ära jahtuks, lastakse nõrguda, täidetakse purti. Jahtunud soolawesi kallatakse pääle (1 toop keedetud wett, 1½ teelusikat soola, 1 teelusikas suhkurt). Purkidele pannakse kumm ja kaan pääle ning wedru üle.

Keedetakse 100° C. käes 1½ tundi. Hää on esimesel päewal 1 tund teeta, 24 tunni järele 20 minutit.

Tähenendus: Erneid võib ka pudelis teeta heinade wahel kas tupatatult kuivalt ehk eelpool nimetatud soolaleent üle kallates.

444. Suhkruerne hoidis.

Ühejuurused suhkruerne kaunad küümitakse puhtaks. Kupatatakse eelpool kirjeldatud vees 4 minutit. Külma wesi kallatakse pääle. Laotakse kaunad hoolega purti, soolaleem (1 toop keedetud wett, 1 teelusikas soola, 1 teel. suhkurt) kallatakse üle. Keedetakse 100° C. käes 1½ tundi. Sortidest võib Mohrheimi hügluernerest joowitada.

445. Waha-õa hoidis.

Ühejuurused oakaunad küümitakse puhtaks, kupatatakse soola ja sode segases vees. Kallatakse külma weega üle. Seatakse purfidesse. Jahtunud soolawesi (1 toop keedetud wett, 1 teelusikas soola, 1 teelusikas suhkurt) kallatakse pääle. Keedetakse purfijid 100° C. käes 1½ tundi.

446. Rohelise Cürgioa hoidis.

Walmistatakse, nagu wahaubade juures kirjeldatud. Dakaunu wõib tükkideks lõigata ja siis kupatada, ning pudelites ehk purkides finni keeta.

447. Spargeli hoidis.

Moored spargeli warred kooritakse ära ja leotatakse neid külmas wees. Kupatatakse auru sees. Täidetakse purkidesse, soolwesi kallatakse pääle. Purkiid keedetakse 100° C. käes 1½ tundi.

448. Lillekapsa hoidis.

Slusjad lillekapsa pääd puhastatakse ära, leotatakse neid äädika segases wees. Kupatatakse soolases wees. Lillekapsad pannakse kuppuma, kui wesi 40° C. soe on, ja jäetakse jünna, kuni wesi keema hakkab. Jahutatakse kofe külma weega. Seatakse purki. Soolwesi kallatakse pääle. Keedetakse finni 100° C. käes 1½ tundi.

449. Tomadi hoidis.

Tarmitatakse keefmise suurusega tomatisiid, mitte wäga walmiuid. Kupatatakse wähe, kallatakse külma weega üle. Seatakse purki. Jahunud wedelik (1 toop wett, 1 teelusikas soola, ½ teelusikat suhkurt) kallatakse pääle. Purgid pannakse finni. Keedetakse 80° C. käes 20 minutit.

450. Liha hoidis.

Walmis küpsetatud linnu- ehk loomaliha lõigatakse tükkideks, kondid wõetakse wälja, seatakse purki. Raste kallatakse üle (kaste juurde ei wõi koort, ei ka piima tarwitada), purgiääred puhastatakse hoolega ära, pannakse kummi kaan ja wedru kohale. Purkiid keedetakse finni 100° C. käes 60 minutit.

451. Paradisi õuna salat I.

Wõta: 3 toopi paradisi õunu, 1½ toopi äädikat (weini-äädikat), 1½—2 naela suhkurt, wähe nellisiid ja kaneeli.

Dunad pestakse puhtaks, pistetakse warre juurest puutiku ehk hõbe nõelaga 4—5 auku. Warred lõigatakse pooleks, peetakse äädikas ehk soolawees (1 teelusikas soola, 1 toop wett). Dunu kúpatakse 1—2 minutit, pannakse sõela pääle ja kallatakse keewa weega üle. Suhkur, äädik ja maitseained keedetakse ära, lastakse esimene kuumus lahtuda, pannakse siis kord dunu sisse ja keedetakse raputamise waral kuni läbi paistma hakkawad. Wõetakse wahulusekiga wälja, pannakse purki. Äädik kallatakse wähe paksemaks keedetult ja läbi kurnatult pääle. Jahtunult seotakse purgid finni.

452. **Paradiisi-dunna salat II.**

Wõetakse eelpool nimetatud ained. Pestud ja läbi pistetud dunad seotakse kaunisti purki. Äädik, suhkur ja maitseained keedetakse ära ja kallatakse kuumalt purki. Järgneval päewal keedetakse wedelik uuesti läbi, waht riisutakse ära, wedelik kallatakse jälle kuumalt pääle. Seda korratakse, kuni dunad pehmeks lähewad ja leem wähe paksemaks muutub.

453. **Punasefõstra salat.**

Wõta: 5 naela punaseid ehk walgeid fõstraid (mitte liiga küpseid), $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, 3 klaasi wett, tüükene kaneeli, 2 klaasi äädikat, 8 nelfi.

Pestud marjakobarad, mis 3—4 kupa kimpu seotud, seotakse korralikult purki. Äädik, suhkur, maitseained, wesi keedetakse 10 minutit. Jahtunult kurnatakse marjade pääle. Purk lastakse paar päewa soojas seista. Wedelik keedetakse uuesti läbi, kallatakse jahtunult purki. Seotakse hoolega finni. Tarwitatakse salatiks ja toitude ehtimiseks.

454. **Muraka salat.**

Wõta: 5 naela puhastatud soomurakaid, (poolwalminult), $\frac{3}{4}$ toopi soomuraka mahla, $1\frac{1}{2}$ klaasi äädikat, $2\frac{1}{2}$ naela suhkurt.

Marjad pannakse purki ehk savipotti. Mahla, suhkurt ja äädikat keedetakse 15 minutit, kallatakse läbikurnatult koha marjade pääle. Purgid seotakse hoolega kinni.

455. Ploomi salat.

Wõta: 5 naela siniseid ehk kollaseid ploomiid, $\frac{3}{4}$ naela suhkurt, 1 toop wett, 2 klaasi weiniäädikat, 1 tükk kaneeli.

Ploomid pestakse puhtaks, lastakse nõrguda. Äädikat, suhkurt, wett ja kaneeli keedetakse 10 minutit. Ploomid seotakse purki, wedelik kallatakse kuumalt pääle. Seotakse kinni. Rahe päewa järele keedetakse wedelik uuesti ja kallatakse ploomide pääle. Rahe päewa järele keedetakse ploomid ühes wedelikuga veel mõni minut, waht riijutakse ära, ja täidetakse siis kuumalt purkidesse. Hoitakse pimedas jahedas kohas.

456. Kreegi salat.

Wõta: 5 naela kreekisiid, 2 naela suhkurt, 3 klaasi wett, 2 klaasi äädikat, 1 tükk kaneeli, 5 tera nelkiid.

Walmistamine, nagu ploomi salati juures juhatatud.

457. Tomati salat.

Wõta: 2 toopi roheliisi tomatisiid, $\frac{1}{2}$ klaasi äädikat, 1 toop wett, 2 supilusikat soola, äädika leent, $2\frac{1}{2}$ naela suhkurt, 2 klaasi äädikat, 2 klaasi wett, 10 tera nelki, 1 tükk kaneeli.

Tomatid pühitakse puhtaks, pistetakse puutitu ehk hõbe nõelaga warre juurde mõni aut. Kupaatakse nõrgas soolawees mõni minut, kallatakse külma wett pääle. Rahk tõmmatakse maha. Lastakse päew aega seista, loputatakse külma weega üle. Äädikat, suhkurt ja maitseaineid keedetakse 10 minutit. Kallatakse kuumalt tomatide pääle. Lastakse teise päewani seista. Järgmisel päewal aetakse wedelik uuesti keema, pannakse tomatid sisse, lastakse tafa-

felt keeda kuni pehmed lähewad. Täidetakse purkidesse ja seotakse hoolega kinni.

T ä h e n d u s : Tomati salati juurde võib ka tsitroni siivisid tarwitada. Tomatid tulewad siivideks lõigata.

458. **Sibula salat.**

Wõta: 1 toop salati sibulaid, $\frac{3}{4}$ —1 nael suhkurt, 1 teelusikas nelkiid, 1 toop äädikat, 1 tükk ingweri, wähe mustati õit.

Pestud sibulaid kupaatatakse mõni minut, kallatakse sõela pääl külma weega üle. Lahtiläänud koored tõmmatakse maha. Lastakse 24 tundi soolawees seista, ($\frac{1}{2}$ klaasi soola 1 toobi wee pääle). Maitseained seotakse riidetüki sisse, keedetakse äädika ja suhkru sees 10 minutit, pannakse sibulad sisse, keedetakse tajasel tuel kuni pehmed on. Wõdetakse wälja, pannakse purki, jahtunud wedelik kallatakse pääle. Purgid seotakse hoolega kinni.

459. **Segisalat.**

Wõta: 1 wäike lillekapsa pää, $\frac{1}{4}$ toopi wärskaid erneid, $\frac{1}{2}$ toopi wäikseid rohelisti kurkiid, $\frac{1}{4}$ toopi salati sibulaid, $\frac{1}{2}$ klaasi kressi seemnenuppuid, $\frac{1}{4}$ toopi Türgioa kaunasid, $\frac{1}{4}$ toopi noori porgandid, 5 rohelist tomati, paradisi õunu, 1 peotäis pihlaka marju, $1\frac{1}{2}$ toopi äädikat, $\frac{1}{2}$ supilusikat walget pipart, $\frac{1}{2}$ supilusikat mustati, $1\frac{1}{2}$ klaasi wett, 2 tükki ingweri, wähe sinepi seemneid, Türgipipra kaun.

Õdik eelpool nimetatud aiawiljad puhastatakse ära, lõigatakse juurewiljast ilusad kujud, keedetakse soolases wees poolpehmed, iga sort eraldi, kallatakse külma weega üle. Seatakse maitseliselt purki.

Äädikat, wett ja maitseaineid (riidetüki sisse seotult) keedetakse 15 minutit. Maitseained wõdetakse wälja, kallatakse jahtumult purki. Iga purgi pääle tuleb Türgipipra kaun.

460. Kõrwitsa salat.

Wõta: 2 toopi kõrwitsa tükkisid, 4 klaasi äädikat, (wõib ka weiniäädik olla), $\frac{3}{4}$ —1 nael suhkurt, 1 tükk kaneeli, mõni würtsinell.

Kõrwits kooritakse ära, lõigatakse tükkideks ehk wõetakse rauaga ilusjad kujud ehk kumid. Kallatakse äädikaga, ja lastakse teise päewani kinnikaetult seista.

Suhkurt, äädikat ja riidetüki sisse seotud maitseaineid keedetakse 5 minutit. Kõrwitsa tükid pannakse sisse ja keedetakse kuni pehmed ja läbipaistwad on. Seatakse potti ehk purki, wedelik kallatakse kuumalt pääle. Jahtunult seotakse purgid kinni.

461. Kurgi salat.

Wõta: 5 naela walgeid Hollandi kurgisid, wett, soola, 4 klaasi äädikat, 1 nael suhkurt, kaneeli, nellisid ja mõni tera walget pipart.

Keskmise juurusega kurgid kooritakse ära, lõigatakse tükkideks (pikkitud), seemned wõetakse lusikaga välja, keedetakse karedal tulel nõrgas soolawees, ja pannakse siis riidese nõrguma. Äädikat, suhkurt ja riidetüki sisse seotud maitseaineid keedetakse 15 minutit. Kallatakse purki kuumalt kurgide pääle, lastakse siis kinniseotult 4 päewa seista, jelle järele keedetakse wedelik jälle uuesti läbi ja kallatakse kuumalt kurgide pääle. Seda wõib weel üks kord korrata. Ka kõrwitsaid, arbuusid ja melonisid wõib jelle wiiji järele walmistada.

462. Greene salat.

Wõta: 1 toop puhastatud wäikseid seeni, wett, soola, 4 klaasi äädikat, $\frac{1}{2}$ —1 klaas suhkurt, $\frac{1}{2}$ supilusikat soola, $\frac{1}{2}$ supilusikat walget pipart, $\frac{1}{2}$ supilusikat würtsnellisid, 1 teelusikas muskati õit, 2 lorberilehte.

Wäikejed ühesuurused seened kupaatakse soolases wees ära, pannakse rätile nõrguma, jahtunult seatakse purki ehk potti. Äädi-

kat ja maitseaineid keedetakse 20 minutit, kallatakse jahtunult seente pääle. Seotakse hoolega kinni.

463. **Veedi salat.**

Wõtta: 10—15 peeti, 1 supilusikas kroomneid, 4—5 supilusikat suhkurt, wähe mädarõigast, 2 klaasi äädikat.

Pestud peedid küpsetatakse ahjus ehk keedetakse wees pehmeks. Kooritakse selle järele ja lõigatakse siiwideks, pannakse potti, suhkurt, kroomneid ja mõni tükkine mädarõigast wahjale. Äädik kallatakse pääle.

i) Wee=hoidised.

464. **Seletus.**

Wee=hoidiste walmistamise jaoks on kõige parem keedetud, läbikurnatud ja jahtunud wett tarwitada; wõib ka keetmata hallitawett wõtta. Marjad ja puuwiljad, mis wees alles hoitakse, ei saa täiesti walminud olla.

Pudelid ja purgid on kõige parem pimedas ja jahedas kohas alal hoida, ei tohi neid palju liigutada. Wees alalhoitud puuwiljad ehk marjad jõudakse salatina ehk keedetakse leemeks.

465. **Kuremarjad wees.**

Poolwalminud kuremarjad pestakse ära, lastakse nõrguda, täidetakse puhastesse pudelitesse ehk pottidesse, külm jahtunud wesi kallatakse pääle. Korgitakse ja lakitakse hoolega kinni.

466. **Palukad wees.**

Walitakse poolwalminud ja juured palukad, pestakse puhtaks, lastakse nõrguda. Walmistatakse, nagu kuremarjade juures kirjeldatud. Tarwitatakse salatina ehk kiskeliks.

467. **Soomurakad wees.**

Hästi täielised poolküpsed murakad pannakse pudelitesse ehk purkidesse. Wesi kallatakse pääle. Korgitakse hoolega kinni.

468. **Mustikad wees.**

Walmistamine, nagu murakate juures kirjeldatud.

469. **Rabarberid wees.**

Noored rabarberi warred kooritakse puhtaks, lõigatakse tükkideks, pannakse pudelitesse hästi tihedalt. Weji kallatakse pääle. Korgitakse ja waigutatakse finni.

470. **Kirsid wees.**

Walmistamine, nagu murakate juures.

471. **Mustasõstrad wees.**

Puhastatud marjad pannakse pudelitesse, täidetakse siis puhta weega. Korgitakse ja waigutatakse finni.

472. **Karumarjad wees.**

Toored roheliised karumarjad puhastatakse ära, täidetakse puhastesse pudelitesse, külm weji kallatakse pääle. Keedetakse pudelid heinade wahel pajas $1/2$ tundi. Korgid lüüakse koha kõwasti finni ja waigutatakse üle.

j) **Aiawiljade soolamine.**

473. **Soolamisest üleüldse.**

Soolamise abil on wõimalik aiawiljasid pikemat aega alal hoida, ja päälegi ei ole soolamine mitte kulurikas. Soolamise juures on tähele panna, et soola mitte liig palju ei tarwitataks, siis läheks aiawiljadest palju toiduwäärtust kaduma. Kõige kohasem on jämedat meresoola tarwitada, sest meresool on kriidist, lubjast jne. waba, mis muidu halwasti aiawiljade maitse pääle mõjuks.

Aiawiljad tulewad ilma katkildikamata soolata, sest muidu lähed toiduwäärtust palju rohkem kaduma. Soolawee kangus on 10—12%. Riisuguse soolawee pääl hakkab kanamuma parajasti njuma.

474. **Soolatud erned.**

Täiskasvanud erned tõdrutatakse ära, pannakse sawipotti; wähe suhkurt, kuhu salpetrit juurde segatud, raputatakse wähele. Külma keedetud 10% soolawesi kallatakse pääle, kerge wajutis pannakse üle, 4—5 päewa pärast kallatakse soolawesi ära, keedetakse uuesti läbi; kui ta lahja on, lisatakse wähe soola juurde. Kallatakse erneste pääle; pergamendi paber pannakse pääle, seotakse finni. Enne toiduks walmistamist leotatakse leiges wees.

475. **Soolatud suhkruerned.**

Suhkruerned kaunad küünitakse ära ja pestakse puhtaks. Jäme sool, suhkur ja salpeter segatakse ühte. Sawipotti pannakse kordawiihi: ernekaunad ja soola segu, puupilpad laotakse pääle ja kerge wajutis üle. Kui nii palju leent wälja ei imbu, et erned peidetud oleks, lisatakse wähe soolawett juurde. 5 päewa pärast keedetakse soolwesi ümber ja kallatakse jahtunult ernekaunade pääle, kaetakse pergamendi paberiga ja puupilpad pannakse kerge wajutisega üle. Enne tarwitamist leotatakse.

476. **Ubade soolamine.**

Kohe noppimise järele soolatakse oad siis. Kõige kohasem on terwelt ehk põigiti suuremateks tükkideks lõigatult soolata. Soolamiseks laotakse kaunad seljapool allapoole sawipotti, jämeda soolaga korda mööda, pannakse siis wajutis pääle; kui soolwesi üle ei tule, kallatakse külma 10% soolawett pääle. Kui mõne päewa järele tähele pannakse, et hallitus pinnale ilmub, siis kallatakse soolwesi ubade päält ära, kooritakse ja keedetakse, jahtunult kallatakse üle. Hallitust tuleb iseäranis wihmastel sügistel ette, siis sijaldamad oad rohkem wett.

477. **Kurkide soolamine.**

Walitakse kestmised rohelisted kurgid. Pestakse külmas wees, lastakse nõrguda. Hästi puhtaks pestud puundu põhja riputatakse kord jämedat soola, siis musta ja punaseõstra, kirsi ning tammelehti, tilliwarssi ja peeneks raiutud mädardika juure tükkisid. Selle

päale pannakse kurgid nii, et nende wahese lehti tuleb, siis jälle segatuid lehti ja kurtiisid, nii korratakse kuni nõuu täis saab; wiimane kord olgu lehti. 10^o/_o—12^o/_o keedetud soolawesi kallatakse — kas jahtunult ehk kuumalt — kurtide pääle, (kuumalt, kui ruttu tahetakse tarwitada), pannakse kerge wajutis pääle; soolawee sisse wõib soowi järele wahese äädikat panna. Kõige parem on, kui siis nõuu kindlasti puukaanega kinni löödakse, taina ehk seebiga kinni määratakse. Soojas kohas seistes wõib 6—8 päewa järele tarwitada. Kui jahedas kohas seifawad, siis walminwad 6—10 nädala jooksul.

478. Kurgi siiwide soolamine.

Pikad lawa- ehk Hollandikurgid kooritakse ära, lõigatakse siiwideks. Laotakse soolaga kordawiiši sawipotti, wajutis pannakse pääle. Kahe päewa pärast kallatakse soolawesi ära ja keedetakse 25 minutit. Jahtunult kallatakse jälle kurgi siiwide pääle, ja wajutis pannakse pääle.

479. Spinatide soolamine.

Kõige paremad soolamise jaoks on Uuemeremaa spinatid. Spinadi lehed nopitakse ära, pestakse puhtaks ja lastakse nõrguda. Puhta nõuu põhja riputatakse kord jämedat soola; siis spinadi lehti ja mõni peterjelliwaris ja peenikest soola, siis jälle spinadi lehti, jämedat soola, peterjelliwarji jne. Korratakse, kuni nõuu täis saab; wiimane kord olgu jämedat soola. Wajutis pannakse pääle. Hoitakse jahedas kohas. Enne toiduks tarwitamist leotatakse rõõjas piimas ehk leiges wees.

480. Tomatide soolamine.

Walminud tomadid laotakse puhtasse uude sawipotti. Keedetakse 10^o/_o soolawesi walmis, kallatakse jahtunult tomatide pääle, pannakse talbrit pääle; soolawesi peab wabalt üle ulatama; hää on weel wahese Browans-õli kallata, mis õhku juurde ei lasse. Sellel kujul alles hoitud tomadid seifawad wäga kaua.

Tomatide jaoks wõib ka nõrk soolawesi olla: 2 toopi pehmet keedetud wett, 1/2 naela soola. Külmal kallatakse pääle.

481. **Greente soolamine.**

Puhastatud seeni leotatakse külmas vees, lastakse nõrguda. Kõpatatakse soovi järele nõrgas soolases vees. Kallatakse sõela pääle nõrguma. Seened pannakse soolaga korda mööda puunduu sisse, wajutis pääle.

482. **Hapud kapsad.**

Keskniise juurtega kõwad kapsapääd riivitakse peeniseks, pannakse sõela, kallatakse keev veši pääle, lastakse nõrguda. Hästi puhutaks pestud kuiva puunduu põhja riputatakse soola, pannakse siis kuivaks nõrgunud kapsad, wähe kõmneid ja soola pääle, tambitakse puumuiaga kuni kapsastest wedelik wälja tuleb; nii kor-ratakse kuni nõuu täis saab; pääle pannakse puhast kaan wajutisega. Eriti lastakse nõudal aega kapsad soojas kohas seista, et hapneks. Selle järele tõstetakse jahedasse kohta. Kapsaste hapnemise juures sünnib piimahapet, selle järeldusel on siis hapud kapsad kergemad seebida.

483. **Hapandatud õunad.**

Wõta: 30 toopi õunu, 15 naela ruffijahu, 1¹/₂ pange wett, 6 supilusikat sühkurt, wähe ruffiõlgi.

Jahu juurde segatakse keewa wett, kuni paras paks tainas saab. Kinni kaetult lastakse 4 tundi seista, kallatakse siis keedetud leiget wett juurde, kuni wedelaks lähed. Kurnatakse läbi sõela, lisatakse pangi wedeliku pääle 6 supilusikat sühkurt. Terwed õunad pannakse sisse, mõni kõrs õlgi wahela. Nõuu kõidetakse päält kinni, lastakse seista. 3 nõudala järele wõib tarwitama hakata kas salatina ehk toiduks keedetult.

k) **Puu- ja aiawiljade ning marjade kuivatamine.**

484. **Puu- ja aiawiljade ning marjade kuivatamisest üleüldse.**

Kuivatamine on kõige lihtsam, odavam puuwilja ja aia-jaaduste alalhoidmise wiis.

Kuivatatud jaadusi on kerge aastaid otša alal hoida, ilma et nad sellejuures juuri kulufid nõuaks. Kuivadel jaadustel ei ole küll nii hää lõhn ja maitse, kui õhukindlates nõudes sisetehitud aiajaadustel, aga selle vastu tõuseb kuivatamise juures hapete ja sühtru toiduväärtus. Nii siis ei nõua kuivatatud puuviljad ja marjad mitte nii palju sühturt toiduks tarvitamise juures.

Kuivatamise juures tuleks tähele panna, et õhuvahetus hää oleks. Selleks on vaja filmas pidada:

1) Kuivatamise jaoks valitud jaadused peavad valmiinud, terwed ja värsked olema.

2) Niaviljadest kupatatakse erned, oad, kapsad ja juureviljad ära ning kallatakse küllma weega üle, et värvi ei muudaks. Ka pirnišid on hää enne kuivatamist kupatada. Marjadest kuivatatakse mustikaid, kirsšišid, ploomišid j. n. enne 2 päewa väljas päikese käes. Niaviljadel olgu kuivatamise-soojus 10—15 kraadi kõvem, kuna marjade juures jälle ümberpöördukt tulufam on.

485. **Kuivatamise abinõud.**

Suurema määra kuivatamise jaoks on kõige kohasem kuivatusekast muretšeda, millega võimalik on pliidiil kuivatada, päälegi jaadakse kasti tarvitamise juures soojust vajaduse järele korraldada.

Kuivatuskasti sisse käivad 5—8 šdelä; tema valmistamine ei ole kallis, lastakse kardšepa tšinkplekišt ehk puušeppa puušt kasti valmistada. Kasti kõrgus võdetakse šdelade rohkuše järele: šdelad lüüakse lauajervadest ehk plekišt kofku, tinutatud traat võdetakse põhjaks, šdelad käivad üksteiše pääle. Kastis võivad liistud olla, 5 tolli pliidi päält kõrgemale peavad šdelad olema, šdelade suurus kasti järele; kasti peab jälle pliidi järele valmistama. Valmistatud kuivatusekastidest on „Geißenheimeri Herbdörre“ kõige kohasem. Lihtšaid raamišid saadakse šel kujukul, et suuremad kastid 3—4 ošaše jaetakše, murkade pääle lüüakse puuklopid ehk plekk, et koos šeišaks, põhjaks pannakse tinutatud traat. Reed raamid võid üksteiše pääle kasti panna ja siis pliidile, ja võid ka ahjus pääle leiwa üšfikult neid raamišid tarvitada. Marjade kuivatamise juures tarvitatakse raami pääl paberit.

486. Ploomid.

Kuivifüdamelised puuviljad on iseäranis hääd kuivatamiseks. Ploomid peavad täiesti küpsed olema. Kuivatatakse 2—3 päeva enne väljas tuulises kohas õhu käes, et ära närtstiks. Ka võib ploomid filmapilguks teema wette panna (1 toop wett, 7 gr. potassi), kontsud wõetakse ära. Pannakse kuivatusfõelade pääle, efsialgu peab soojus nõrk olema, muudu lähleb naht kitsaks ja ei lasse wett ära aurata.

Kuivatamise soojus 50° — 85° C. Kuivatamise aeg 12 kuni 16 tundi.

487. Kirsid.

Kirsid peavad kuivatamise jaoks täisküpsed olema. Lastakse 2—3 päeva väljas õhu ja päikse käes kuivada, nii et marjad ära närtsiwad. Konjud wõetakse enne kuivamist ära, marjad pannakse fõeladele, konju pool üles. Kuivatatakse 65° — 85° C. Kuivamise aeg 5—8 tundi.

488. Küpsed karumarjad.

Marjad pannakse paariks päewaks kuhugi tuule ja päiksepaistelisele kohale. Kui marjad närtsiwad, laotakse õhukefelt kuivatusfõela ehk raamidele. Kuivatamise soojus 80 — 85° C.

Kõige parem on kuivatamist üheks päewaks seisma jätta, kui marjad poolkuivad, ja selle järele uuesti jättata.

489. Toored karumarjad.

Täiskaswanud, toored puhastatud karumarjad pannakse fõelafõelaga pistetasse teema wette, kuni pehniks lähewad. Selle järele jahutatakse külmä weega, lastakse nõrguda enne fõeladele panemist. Kuivatatakse 80° — 85° C. käes.

490. Punased sõstrad.

Marjad forjatakse kuiva ilmaga, pannakse päikese paistelise ja tuulise kohale paariks päewaks kuivama. Selle järele kuivatatakse 75 — 80° C. soojuse juures nii kaua, kuni marjadest enam märga wälja pigistada ei saa, 4—6 tundi.

491. **Mustad sõstrad.**

Kuivatatakse väljas õhu ja päikese käes 1—2 päeva, puhastatakse die ja warre kontsudest. Kuivatatakse 75°—85° C. käes.

492. **Mustikad.**

Mustikad puhastatakse lehtedest, kuivatatakse väljas õhu käes 2—3 päeva, pannakse selle järele kuivatuseraamide ehk sõelade pääle. Kuivatamise soojus 80°—85° C. Mustikaid ei tohi kividõwaks kuivatada.

493. **Kõrwitsad ja melonid.**

Toored, kuid täiskaswanud melonid ehk kõrwitsad kooritakse ära, lõigatakse 1/2 tolli suurusteks neljakandilisteks tükkideks. Pannakse äädikasje ja lastakse 24 tundi seista. Keedetakse kanges suhkrujirupis, (1 nael suhkurt, 1/4 tl. wetti) kuni läbipaistwaks muutuvad. 24 tunnilise seisamise järele kallatakse wedelik keedunõusse ja keedetakse kuni jirupiks keeb, kallatakse kõrwitsa ehk meloni tükkide pääle, lastakse 8—14 päewani seista. Selle aja jooksul jegatakse mitu korda läbi. Kui jirup wedelaks muutub, keedetakse kolmas kord. Meloni ehk kõrwitsa tükid tõstetakse sõelale nõrguma. Kuivatatakse 70°—90° C. käes.

494. **Õunad.**

Puuwiljadeist on õunad kuivatamiseks kõige kohasemad. Kuivatamise jaoks on hää hapuid kõwalihaga sügise- ja talweõunu tarwitada. Suweõunad, mis pehme lihaga ja magusad on, ei ole kuivatamiseks nii hääd, nendeist saame alama wäärtusega kuivatatud jaadust. Kuivatatawal õunal peab tarwilisel määral hapet ja suhkurt olema. Kõige esiti pestakse walminud õunad puhtaks. Kooritakse noa ehk wäikese Amerika koorimisemasinaga, mis südame wälja pigistab ja õuna lipsudeks lõigub. Õuna lipsud pannakse külma nõrga soolawee sisse, et wärw ei muutuks. Kui tahetakse, et kuivatatud õunad õige kaua aega seisaks, siis on tarwis neid pärast koorimist ja lipsudeks lõikamist 2—3 minutiks keewa wee sisse panna. Enne kuivatussõeladele panemist lastakse

lipsub nõrguda, laotakse kuivatusõeladele, et nad parajasti üksteise kõrval on, nii et kuum õhk wabalt liikuda wõib; kui natukene kuivanud on, siis wõib rohkem õelade sisse ühendada. Kuivamise juures peame waatama, et soojus mitte liig kõrgeks ei tõuseks, mis puuwilja ära wõib rikkuda. Duna libled peawad nii kuivad olema, et nad fergesti näpu wahel painduwad, aga kui neid kõwasti kokku pigistame, ei tohi wett wälja tulla. Kuivamise soojus 90°—110° C. järele.

495. **Pirnid.**

Pirnideft ei ole mitte kõik kuivatamise jaoks hääd. Kõige paremad on hallid wõi-pirnid ja kõwad Bergamottid. Pirnid kooritakse, kõnts kraabitakse puhtaks, kui soowitakse, siis lõigatakse kilbudeks, pannakse wette, kuhu 2 toobi wee pääle 1 supilusikas äädikat on pandud, siis keedetakse aurus ehk wees nii kaua, kuni õlekõrrega läbi pista wõib. Keetmise wette pannakse 1 toobi wee kohta $\frac{1}{2}$ naela suhkurt. Seda suhkruwett wõib suppide walmitamiseks tarwitada. Pirniid wõib terwelt ja tükkideks lõigatult kuivatada. Kuivatatakse 90°—110° C.

496. **Erned.**

Terad poetatakse kaunadest. Keedetakse (supatatakse) 3—6 minutit nõrgas soolawees. 1 toobi wee pääle wõetakse 1 supilusikas soola, (ja ernetera suurune tükk sõdat) ehk kimbukene peterselli lehti. Kallatakse sõela pääle, ja walatakse külma weega üle, lastakse nõrguda, pannakse kuivatusõeladele. Kuivatatakse 60°—80° C. soojuses.

497. **Suhkru-erned.**

Erne kaunad pestakse ära, puhastatakse kontsudeft. Supatatakse 3—6 minutit nõrgas soolawees, kuhu kimbukene petersellilehti ehk pisut sõdat on lisatud, et roheline wärv ei muutuks. Sõela pääl kallatakse külma weega üle, lastakse nõrguda ehk pühitakse kuivaks, laotakse kuivatusõelale. Kuivatatakse 60°—80° C. soojuses.

498. **Öad.**

Da faunad puhastatakse kontsudest, lõigatakse noaga tükkideks ehk kuivatatakse terwelt. Kuopatatakse 3—10 minutit nõrgas soolawees, (1 toobi wee pääle 1 lusikas soola, wähe sõdat ehk peterfelli lehti). Kallatakse külma weega, lastakse nõrguda, laotakse sõeladele, kuivatatakse 60°—80° C.

499. **Pääkapsad.**

Päälehed lõigatakse üksikult lahti, lehtede seeft wõdetakse ka jämedad kontsud wälja. On lehed lahti lõigatud, siis wõib neid vähemateks tükkideks jaotada. Kuopatatakse 4—6 minutit soolases wees. Pannakse kuivatuse-sõeladele, kuivatatakse 60°—75° C. soojuses, kuni lehed weel käte wahel paenduwad ja pigistades niiskust wälja ei tule.

500. **Lillekapsad.**

Lillekapsad tulewad tihti kuivatades pruunid. Lillekapsa pääd jaotatakse osadeks, keedetakse 3—6 minutit nõrgas soolawees, kallatakse külma weega üle, laotakse kuivatuse-sõeladele, warre pool alla poole. Kuivatatakse 60°—80° C.

501. **Roosikapsad.**

Ilusjad roosikapsa pääd wõdetakse warre küljest lahti. Pestakse ja keedetakse soolases wees, kuhu wähe sõdat juurde on lisatud. Kallatakse sõelale nõrguma, laotakse kuivatuse-sõeladele, kuivatatakse 60°—80° C. käes.

502. **Rohelised kapsad.**

Kapsa lehtedest lõigatakse jämedamad kontsud wälja, lõigatakse tükkideks. Murutatakse 2—3 minutit, laotakse kuivatuse-sõeladele. Kuivatatakse 60°—75° C. käes.

503. **Luikapsad.**

Lopjafalt kaswanud luikapsad kooritakse ära ja lõigatakse õhufesteks sildudeks. Murutatakse 8—12 minutit, kuivatatakse 60°—85° C. soojuses.

504. Spinat.

Spinadi lehtedeist võetakse kontsitud välja. Kупatatakse nõrgas soolases vees, kuhu vähe puhast jodat juurde pandud, 1—2 minutit. Kuivatatakse 60°—70° C. soojuses.

505. Porro ja sellerie lehed.

Lehed seotakse kimpudeks, kollased ja närbumud lehed jäetakse kõrvale. Kупatatakse ehk aurutatakse 2—3 minutit. Kuivatatakse 60°—80° C. soojuses.

506. Peterselli ja teised sellesarnased lehed.

Lehed nopitakse kunivalt ja puhtalt, seotakse kimpu, pannakse kuivatusväljadele, ehk riputatakse kõõgis sooja kohta üles.

507. Porgandid ja pasternakid.

Täiskasvanud ja värsked porgandid ja pasternakid kaabitakse puhtaks, lõigatakse õhukesteks ratasteks. Kупatatakse ehk aurutatakse 5—10 minutit, laotakse õhukeselt kuivatusväljadele. Kuivatatakse 60°—85° C. käes.

508. Jellerid.

Täiskasvanud tihelihased jellerid kaabitakse puhtaks, lõigatakse õhukesteks ratasteks. Muurutatakse ehk kупatatakse pool küpsiks. Kuivatatakse 60°—90° C. käes.

509. Kartulid.

Üleüldiselt ei ole kartuli kuivatamine tähtis, sest kartulid seisavad aasta ümber värsked. Minult meremehed võivad neid kasuga kunivalt tarvitada. Täiskasvanud hääd ja kõvad kartulid pistatakse kiiresti keeba vette, võetakse välja, koor kaabitakse ära, kuid ei koorita nagu harilikult, kus koorega ühes tähtsam toiduaine — munavalge — kaduma läheb. Kooritud kartulid peetakse 15 minutit soolaveses, kuhu jõõgilusika täis soola on pandud. Võetakse välja, keedetakse 8—12 minutit. Kuivatatakse 60°—90° C.

X. Lihast ja tema alalhoidmisest.

510. Wärske liha hoidmine ja soolamine.

Lihast leidub toidu-wäärtust: Munawalget, raswa, soolajid ja maitseaineid. Munawalge-hulk kõigub lihas 10—20% wahel, raswahulk on 7—50%, soolajid 1—15%; järele jäänud osa 39—70% on weji.

Munawalge- ja raswahulk kõigub selle järele, misjagune liha on. Lahjas lihas on munawalget rohkesti, kuna raswases jällegi raswa protsent kõrgem on. Lihast leiduw munawalge suur määr annabgi lihale tähtsama koha toiduainete hulgas.

Et lihas suur hulk munawalget on, sellepärast lähemgi liha ruttu halvaks. Sest piiselukad pääsewad õhust liha juurde, tekitawad munawalge ainetes kiiresti muutumist ja ajawad liha mädanema. On tarwilik neid piiselukaid ära tappa ehk nende tegewust takistada, ka nende juurdepääsemist ära hoida nii palju kui võimalik. Suur külmus ja kuumus mõjuwad piiselukate pääle häwitawalt.

Lühikest aega on võimalus liha jahedas ja kuivas kohas wärskfeks hoida. Külmetatult võib liha küll kauemat aega wärskfelt pidada, aga ometi kaotab liha palju omast wäärtusest sellel teel, et temas olewad lihakiunefjed jätades lõhnewad ja selle juures lihasst mahl ehk wedelik wälja jookseb ja liha ise tuimaks jääb. Salgi ei tohiks liha wahel ära sulatada, ja siis jälle külmetada. Sääraniis on sünnis liha talwel sel teel alal hoida, et talle külma wett pääle kallatakse ja teda lumes weeretatakse, ära lastakse külmada ja jeda uuesti korratakse, nii kaua kuni liha ümber 1—1½ tolliline pakst jääkord sündinud; niisuguses olekus võib liha kaua aega wärskfe seista, sest õhust ei pääse piiselukad juurde. Suwel wõidakse liha sellel teel mõni päew wärskfe hoida, et pergamentpaberiga jää pääl hoitakse ehk liha tükki ½ tundi soolases wees keedetakse. Munawalge tõmbab lihapiinal kuuma mõjul kokku; nii ei pääse õht liha juurde. Wõime ka liha-tükki kareda, soolwette kastetud rätiku sisse mähkida ehk nõgeste wahel hoida.

Kohane on liha puuanuma ehk kivinduu siise panna, kallatakse rööst fooritud ehk foorimata piim, äädil või taar pääle. Sel kombel võib liha kuni kolm nädalat hää ja wärste seista.

Halwaks läinud liha ei tohiks mitte toidu walmistamiseks tarwitada. Wähe lõhnama läinud liha wõime sellega parandada, et wee siise, millega liha peseme, tuliseid süsa ehk peeneks tõugatud sõepuru paneme. Wõime liha ka nõrga kalium hypermanganicum weega pesta, mis kardetaw ei ole.

Meie üleüldine liha alalhoidmise abinõu on sool. Soolamine on laialt tarwitusel.

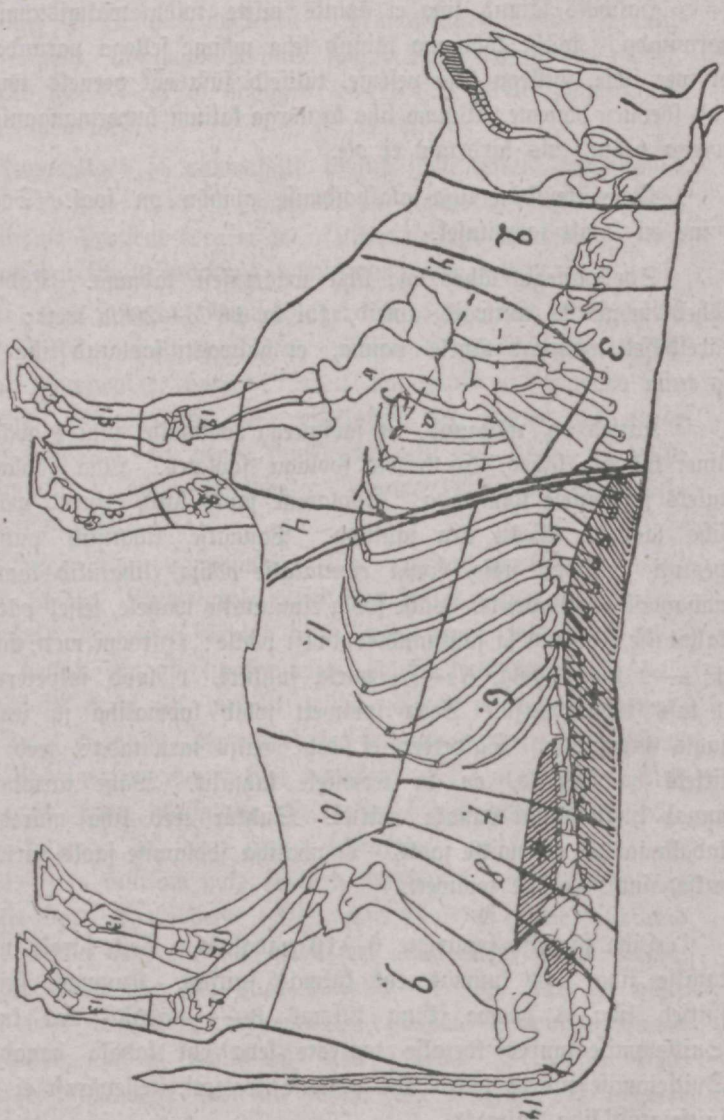
Soolamisega läheb aja liha wäärtusest kaduma. Kaduma läheb mõni % toitwaid aineid, kui ka 16%—20% wett; selle äärelõusjel wõimegi tähele panna, et halwasti soolatud liha fitte ja tuim on.

Katsed on näitanud, et soolweega soolamise juures vähem ainet kaduma läheb, kui kuiwa soolaga soolates. Liha soolamist tuleks järgmiselt toimetada. Soolamise jaoks katki raiitud wärste liha lastakse täiesti ära jahtuda. Pannakse lihatükid puhtaks pestud puunduu siise, soola riputatakse põhja, lihatükid laotakse nahapoollega allapoolle. Wähe soola riputatakse wahese, teisel päewal kallatakse keedetud ja jahtunud soolwesi pääle: 10 toopi wett, milles 1½—2 toopi soola, ½—¾ naela suhkurt, 1 lood salpetert ja 1 tafs kadakamarju. Seda soolwett võib loomalihha ja sealihha jaoks tarwitada. Salpetert ei tohi palju tarwitada: teeb liha fitteks ja hapuks, on ka terwiwale kahjulik. Wähe tarwitades annab lihale kauni punaka wärwi. Suhkur teeb liha muredaks, kadakamarjad on maitse jaoks. Lambalihha soolamise jaoks tarwitatakse ainult paljast soolwett.

Liha jäetakse soolwette 6—10 nädalaks. Selle järele suitsetatakse liha kas kuumas ehk külmas suitfus. Kuumas suitfus suitseb liha 3 päewa, kuna külmas 3—4 nädalat ära kulub. Suitsetamise juures kõbetakse tooreste lepa ehk kadaka hagadega. Suitsetamise juures tekitab liha pinnale kreosoti, sellepärast ei lähe suitsetatud liha halwaks.

Et suitsetatud liha ei hallitaks, määratakse liha tüübid kange
 foolweega, mis kristalliseerib. Suitsetuliha hoitakse pööningul ehk
 vilja sees.

Cartilooma ofadešše jaotamine.



511. Loomaliha osadesse jaotamine.

(Baata joonist. lht. 210).

1) Pää keedetakse värskelt jüldiks ehk foolatakse ja suitsetatakse. Wärskelt keedetakse suppi. Keel foolatakse, suitsetatakse ja keedetakse ära.

2) Kaelatükist, mis werine ja sikkeliuline, valmistatakse lihakätid. Kondisemad osad tarvitatakse leemeks. Selget liha-leent ei saa kaelatükist, on liig segane.

3) Edeselg. Hautatult, lihaleemedeks, liha lõigeteks ja mädarõivaga ühes jne.

4) Rind ja edekülg, mis rasvased on, tarvitatakse hautatult aiawiljadega ja ka mädarõiva ja tilliga.

5) Laba (a ja b) Rõlbawad paja = küpsijeks, lõigeteks (klopsideks) ja käffideks.

6) Seljapraad, lihaksene tükk, wälimine filee, mis selja-luu küljes on. Tarvitatakse lõigete jaoks.

7) Pehme liha ahju = ehk pajaküpise jaoks.

8) Brantjuse praad, on pehme liha osa, valmistatakse paja-, ahjuküpised.

9) Rints: jaetakse wälimiseks ja siseimiseks, siseimine osa on muredam. Ahju = kui ka pajaküpsis, ehk foolatult suitsetada.

10) Rubemeliha on sisse, lõigatakse wäikesteks tükkideks, hautatakse kaalikatega ühes jne.

11) Reffkülg on rinnast ja ede-küljest halwem, värskelt, hautatult, foolatult ja suitsetatult.

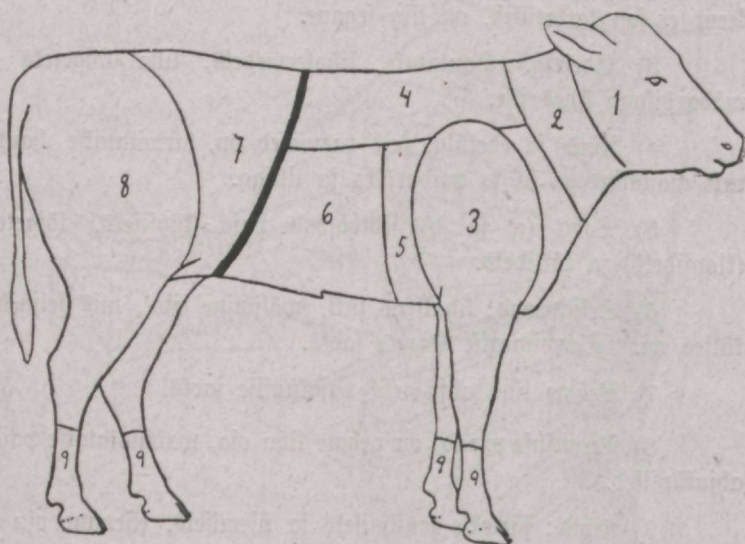
12) Põlwekontidest saadakse hääd lihaleent.

13) Sõrad keedetakse jüldiks.

14) Saba wõetakse suppide jaoks.

512. **Wafika osadesse jaotamine.**

- 1) Pää feedetasse sülbiks. Ujujõid wõib küpsetada.
- 2) Kael leemede ehk kääkide jaoks.
- 3) Laba tarwitatakse küpsetatult ehk hautatult.
- 4) Selg karbonadiks wärskelt.



Wafika osadesse jaotamine.

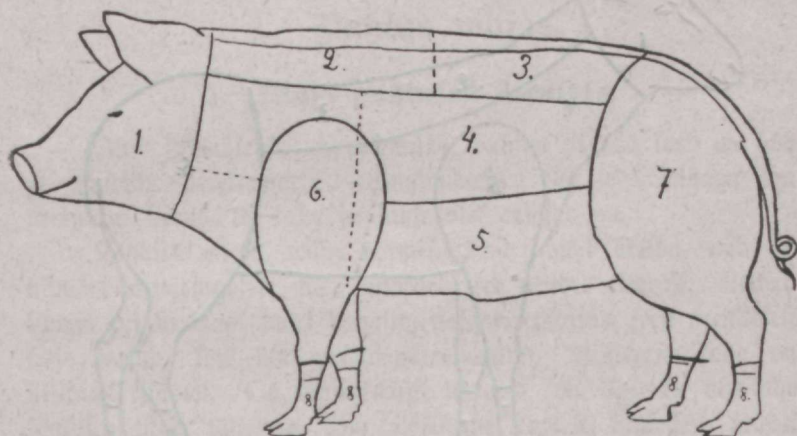
- 5) Kind lihaldiks ehk aiawiljadega.
- 6) Kõljetihha sülbiks, ehk pörjalihaga ühes rullisülbiks.
- 7) Sadulat pruugitakse ahjus küpsetatult.
- 8) Kints : Ahjus küpsetatult ehk wähe ka foolatult.
- 9) Sõrad sülbiks.

513. **Sea osadesse jaotamine.**

1) Pää keedetakse värskelt sülbiks, foolatult ja suitsetatult tarvitatakse kaunavilja suppidega.

2) Seljatiik annab karbonadi värskelt küpsetatult, peff selja päält sulatatakse rasvaks.

3) Sadul värskelt ahjus küpsetatult õunade ja ploomidega.



Sea osadesse jaotamine.

4) Küljetükk sülbiks värskelt aiaviljadega, foolatult ja suitsetatult lemedeks ehk aiavilja hautustega.

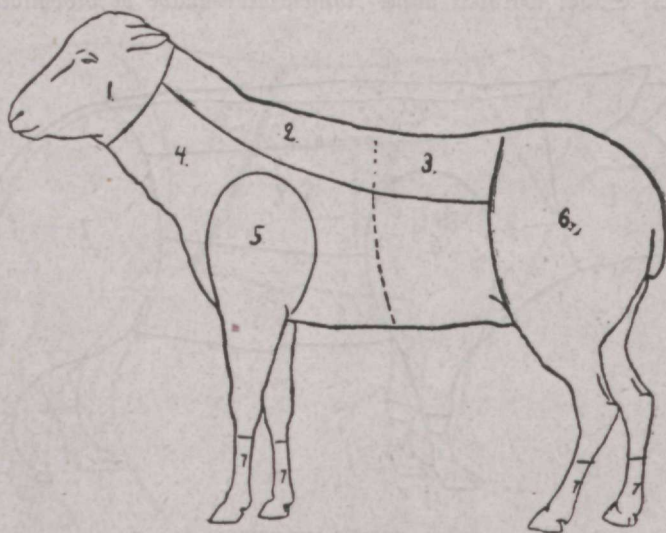
5) Küljpeff sülbiks, foolatult ja suitsetatult kastete jaoks rasvaks.

6—7) Wärskelt ahjus küpsetatult, foolatult haitsetada.

8) Jalad ja sõrad keedetakse värskelt sülbiks. Soolatult haitsetada ja kaunaviljade lemede jaoks.

514. Lamba osadesse jaotamine.

- 1) Pää wärskelt aiawiljade ja juurewiljadega soolatult leemedeks.
- 2) Seljatiikk wärskelt karbonadiks.
- 3) Sadulatiikk ahjus küpsetatult.



Lamba osadesse jaotamine.

- 4) Rind ja küljetükid wärskelt karpastega, soolatult ja suitsetatult lemede jaoks.
- 5) Laba wärskelt tilliwartega ehk hautatult, soolatult suitsetada.
- 6) Kints: wärskelt ahjus ehk pajaküpsiseks, soolatult suitsetada.
- 7) Sõrad keedetakse naeriste ja kartulitega ehk ka sülbiks.

E. Puhtus ja kord.

I. Puhtus majas.

1. Maja puhtusest üleüldse.

Ilus ja lahke kodune mõnus, puhtus ja häa kord on häa ja õnneliku perekonna elu eeltingimisteks. Ja seda pidagu iga perenaene silmis, kel rahu ja lahke olek armjad on.

Kodusid on ju väga mitmesuguseid; võib ütelda, nad on niisama mitmesugused, nagu inimesed, kes nendes elavad. Leidub linnas kui ka maal suuri majasid, ilusasti ehitatud, seest peenikeselt sisse seatud, kõik ühe perekonna eluruum. Niisugune kodu on üksikutele rikkastele. On kümnetoalisi korterid, on aga ka ühe-kähe toalisi. Nad lähewad oma sissejeseade poolest üksteisest täiesti lahku, kuid üks olgu kõikidel ühine:

Õige kord, puhtus, täpikäälsus ja ilu.

Kui neist nõueteist korraliku kodu sissejeseadmise juures kinni tahetakse pidada, siis peab aga ka korter omalt poolt mõnesuguseid tingimisi täita võima.

Õhk ja walgus on esimesed nendest. Linnas täidawad wäikesed paaritoalised korterid neid tingimisi waewalt.

Sääli, kus majad üksteise küljes ja wastu on, on see ka väga raske. Kõige waewalisemad on muidugi keldrikorterid. Sellepärast peakiwad iseäranis need, kellel lapsed on, wõimaluse järele maapäälsetes korterites elama. Maal on selle poolest asi muidugi palju parem. Sääli, kus majad harilikult lagedal ja üksikult seisawad, võib walgus ja õhk ka kõige wähemasse saunahurtlikusse pääseda.

Aknad peavad elumajas ifka suured ja kõrged olema ja neid ei tohi mitte raskete eesriietega finni fatta. Wiimased on ainult tolmupüüdjad ja takistavad ka walguft tuppa tulemaft. Päälegi on walgus, mis kõrgemalt tuleb, filmadele kõige armfam.

Eesriided olgu walged ja wõimalikult õredad, — ka pleekimata linasest riidest eesriided mõnesugufe tikandusega on tarbe-kohtased ja ilusad. Aknad peavad alati puhtad olema. Talweks olgu ifka kahelordjed aknad ees, et soojus mitte kergefti wälja ei pääseks ega külm tuppa. Kui mõlemad aknad lahti käiwad, siis wõib neid juweksgi ette jätta, et ka üleliigne kuumus tuppa tungida ei saaks. Ka hoiawad nad tolmü paremini tagaft. Talweks peab neid kõwasti finni pandama.

On korter rõske, siis peab klaasiga klorkupja akente wahela panema, see tõmbab niiskufe enefe fisse.

Ukfi ja aknaid peab sagedasti seebiweega pesema. Õliwärmiga ukfi ja aknaid ei tohi mitte sodaweega pesta. Wee hulka wõib aga natuke salmiaku walada, siis läheb seepe wähem.

Põrand olgu wõimalikult wärwitud ja praod finni, sest haigufe-idud elawad kuu aega nende sees. On aga põrand wärwimata walge, siis peab teda ka alati puhtaks küürima.

Wärwitud põrandaid peaks igal hommikul märja lapiga pühkima. Jalamatid ärgu puudugu ühesgi majas. Meid wõib ukse ette ehk ettekotta panna, ja perekonna liikmed peawad meeles pidama, et enne tuppa astumist jalad puhtaks tulewad nühkida. Suure pori ja kõwa lume ära kaapimiseks, mis tulla alla finni jääb, on raud, mis wäljas ukse kõrwal seisab, wäga kohtane ja häa.

Tapeetid ei ole eluruumis mitte otstarbekohtased, sest nemad peidawad oma taga kõifugu mustust ja putukaid, ja haigufe-idudeft ei saa neid ka mitte puhtaks. Sellewastu on liimi- ja lubja- ja õliwärmiga üle tõmmatud seinad palju paremad.

Lupjamiist ja wärwimiist peaks kõige sagedasti ette wõtma, kõige wähem kord aastas. Seinad ei pruugiks mitte päris walged olla, sest walge wärw on filmadele walus ja määrdib ka ruttu. Selle asemel on kollakas, finikas ehk rohakas wärw wäga häa ja ilus. Selle eest peab ka hoolt kandma, et seinad ämblikuwõrkudeft puhtad oleksiwad. Lage ja seinu peab toaharjaga üle pühkima.

Piltiisid, rinnakujusid ei tohi kunagi liiga palju ühes toas olla ja neid ei tohi ka mitte kuidas juhtub üles seada. Näituseks ei võiks toas, kus rinnakujud on, mitte piltiisid seinale panna. Näopiltide kohta ei ole mitte söögitoas ehk saalis, vaid ainult elutoas. Pildiraamid ärgu seisdu aastast aastasse liikumata oma koha peal, vaid neid peab vähemalt aastas kord või paar tolmust ja kärbsi mustusest ära puhastama.

Mööbel ärgu olgu liiga keeruline ja sopiline, sest niisugust on raskem puhastada. Riided mööbli jaoks katsetagu niisugused valida, mis liiga palju tolmu külge ei võta. Suveks aga kaetagu kinni. Katteks ei ole valge riie mitte kõige parem, sest et see ruttu mustaks saab. Majariistu peab õues tolmutama.

Waibad, nii seinas kui jalawaibad, näevad tubades kenad välja, kui nad tõesti ilusad ja puhtad on. Kuid neid ei tohiks mitte liiga palju olla, sest nad püüawad palju mustust ja haiguselidusi kinni ja võivad niimoodi kõiksugu külgehakkawate haiguste edasikandjateks olla. Ka armastawad nende sees kõiksugu loomad aset võtta. Kõige parem on, kui waibad pestawad on ja neid siis korralikult puhastatakse, ehk kõige vähem igal hommikul kord tolmutatatakse. Mõnes kohas on jalawaibad just selle jaoks, et põrand mitte mustaks ei saaks. See abinõu on aga ainult siis hääd, kui neid ise iga päew mustusest ära puhastatakse. Harilikult tarwitatakse jalawaipaid selle jaoks, et külma põrandat kinni katta, ja enamasti niisuguses kohas, kus inimesed palju istuvad.

Kui hoolikas ja wirt perenaene majas on, siis ei puudu sääl ka mitte wäljaõmblemise tööd, mis tuba mitte ainult ilusamaks ei tee, vaid ka korras ja puhta välja paista lasewad. Ilus, moosalt wälja õmmeldud, oma koetud linane kate laual, eesriided uste ja akente ees on perenaesele kiituseks.

Lillesid ei tohiks ka ühesgi majas puududa. Nemad teewad toa palju rõõmsamaks ja annawad hääd lõhna. Rohelisi taimi võib palju olla, kuid lõhnawaid lillesid ainult mõni ükik. Iseäranis ei tohi wiimaseid mitte magamise ehk koguni lastetuppa panna, — päewa võiks nad ju sääl olla, õsfeks peab aga tingimata ära wiima.

Kui ükfikuteist tubadest rääkida, siis peab magamijetoaks, kus meie vähemalt kolmandik osa omaist terveist elust mööda saadame, kõige suurem, õhurikkam ja walgem ruum olema. Terwishoidliliselt on parem, kui õhk mitte liiga soe ei ole ja kui ühes magamijetoas mitte liiga palju inimesi ei ela. Siin toas peab iseäranis puhtust pidama. Musta pesu ei tohi kunagi jääl hoida, ööpõttid olgu alati puhtaks küüritud, sest et nemad muidu õhku rikuvad. Õhupuhastus olgu hääl, kõige vähem 2 korda päewas peab jeda ette wõtma. Hääl on, kui woodid päälle magamist tunniks wõi paariks lahki, ilma waibata jäetakse, et tarwitatud õhk pesu seest lahkuda saaks. Wähemalt kord nädalas peab waibad, padjad ja kotid õue wiima. Pesu peab woodites vähemalt 2 korda kuus wahetatama. Igas magamijetoas peaks wõimalikult õhupuhastaja olema.

Lastetoa kohta maksab kõik see, mis magamijetoa kohta õeldud on. Juurde peab weel tähendama, et see mitte koht ei ole, kus laste pesu kuivatatakse, ehk olgu siis, et mõned ükfikud puhtad asjad kuivama pannakse, kui tuba muidu kuiv on. Lapse märga pesu ei tohi mitte kunagi ilma, et teda enne läbi uhetaks ehk pestaks, kuivama panna, sest muidu sünnitab see wäga paha lõhna.

Söögitoas peawad aknad niijuguseid olema, et nende kaudu kergesti söögi lõhna wälja lasta saab.

Ja wiimaks kõõk. See jätab nii mõnesgi kohas puhtuse poolest palju soowida. Ja ometi on see paik, kus söökisid keedetakse, sagedasti süüaifegi. Selles ruumis ei tohiks küll puhtus ialgi puududa. Küürimistega ei tohi siin kunagi liig kokkushoidlik olla. Padjad ja pannid peab kohe päälle keetmist ära pesema. Sööginõud, nagu taldritud, tirinad, lusikad jne. tulewad päälle iga söögikorra wiibimataft peseda. Õhtul enne söögist lahkimist ei tohi üksigi asi kasimataft lauale ehk kappi jääda.

Kõõgi pörandat peab nagu iga teifegi toa pörandat, puhtaks hoidma ja küürima, sagedaminigi weel, kui mõnda teist, sest et kõõgi pörand rutem mustaks saab. Puhastust, sooja ja külma, olgu kõõgis ifka käepärast wõtta.

Pühkimiserätid olgu puhtad. Ka peab wahet tegema sööginõuu pühkimise rätidde ja suurätidde wahel, sööginõuu pes-

mise kausside ja suupesemise kausside wahel. Igal ühikul asjal olgu kõõgis oma kindel koht, et teda kerge kätte saada oleks. Mis toasteinte kohta öeldud on, mahtab ka siin. On kõõk lubjatud, siis peab lupjaniist iga aasta vähemalt kord ette wõtma. Kõõge parem on aga, kui kõõgi seinad, lagi ja põrand õliwärviga wärwitud on. Seda ei pruugi nii ruttu uuendada, ja puhastamine on kerge. Seebiveega wõib niisugust kõõki puhtaks peseda. Ka ei armasta putukad niisuguses kõõgis elada, ehk kui neid jäl juba on, siis on nendest kergem lahti saada. Lubjavee hulka wõib aga wähe joola ehk maarjajääd segada, seda ei armasta ka putukad mitte.

Wärsket õhtu peab ka kõõki pääfema. Selleks otstarbeks peab iga päew kõõki hästi tuulutama. Söökiisid peab ülekeemise eest hoidma, sest et muidu teised söögid halba lõhna juurde wõtawad, iseäranis piimasöögid. Söögid tohiwad ainult nii kaua padades olla, kuni nad ära jahtuwad. Siis peab neid kaetud nõudes külma käes alal hoidma, et nad hapuks ei läheks. Kõõk olgu wõimalikult tagawara kambriga ühenduses ja söögitoa lähedusel, et söökisid kerge lauale wiia oleks.

Toidukambris ei tohi sumbumud õhtu olla, sest selle mõjul lähewad toiduained ruttu halvaks. Seda ruumi peaks iga päew tuulutama. Toidukambrid on wäga sagedasti liig pimedad. Õõji ju on, et toit pimedas kohas paremini sejab; siisgi peaks wõimalust olema ka toidukambrisse walguist saada, sest see häwitab oma mõjuga haiguseidud ära. Toidukambril peaks seinad sees aken olema, mida tarbekorral lahti wõtatakse. Akent wõib kas punase ehk kollase eesriidega finni katta, et walguis toitu rikkuda ei saaks.

Kõõk käärima läinud toiduained peab toidukambrist kohe ära wiima.

Seinad olgu ka siin lubjatud ehk wärwitud.

Riitulid olgu toidukambris kui ka kõõgis kindlad ja puhastad. Nende ilustamiseks ja kätteks wõib paberit ehk riidet tarvitada. Wiimane on muudugi soowitawam, sest ta on kõwem ja lasteb ennast pesta. Hambuliseks lõigatud ehk wälja õmmeldud riideriba näib riikli ääres puhast ja ilus wälja. Kõõge otstarbekohasem on aga, kui riitulid walge linoleumiga finni kaetakse.

Ühelgi korteril ärgu puudugu ka keller, kus liha, kartulid, puuwilja- ja marjahoidiseid jne. alal hoitakse. Ka keldris peab täieline puhtus walitsema. Pühitakse ja pestakse keldripõrandat, siis on häa, kui natuke saepuru pääle pesemist põrandale riputatakse: see tõmbab niiskuse oma sisse. Keller peab kuiv ja walge olema. Wärsket õhku peab wahete-wahel keldrisse lastma. Talwel külmal ajal võib jääkeldri uked ja aknad lahti hoida, siis külmab juwe jooksul keldrisse pääsenud weji ära ja keldri õhk muutub puhtamaks.

2. Keedunõud ja nende hoidmine.

Raudpajad on meil keedunõudeks, mida rohkesti tarwitatakse. Rahjuks ei wõi meie toiduwalmistamise juures ainult raudpajaga läbi saada, sest raudpajas keetes muutuvad toiduained, milledes wärwi ja happeid on. Puuwiljatoitused ei wõi mitte raudpadades keeta. Selle wastu kõlbawad raudpajad wäga hästi liha, piima ja pudru keetmiseks.

Kui uus raudpada tarwitusele wõetakse, siis põletatakse teda ahjus leekiwaks, määratakse raswaga ja korratakse seda mitu puhku. Siis keedetakse teda weel lehelise ehk foodaweega tund aega. Pääle tarwitamist määratakse neid raswaga, et nad ei roostetaks.

Emaljeritud raudpajad on tarwitamiseks kõige paremad. Emme tarwitamisele wõtmist peab emaljeritud ehk wõõbatud raudpadasid karastama. Pada täidetakse külma weega, iga toobi wee pääle wõetakse 1 supilusika täis soola ja niijama palju äädikat. See wedelik keeb pajas 1½ tundi. Emaljeritud keedunõusid ei tohi mitte kunagi kuivali tulele panna, ega kuuma nõuu sisse külma wett kallata.

Gelpool antud seletused maksawad kõiksuguste wärwitude keedunõude kohta.

Puhastamise otstarbeks keedetakse neid wahetewahel joda- ehk leheliseweega läbi.

Wask keedunõud puhastatakse päält kriidi ja haisewa piirituse seguga, puhastusepulbrite ehk wdietega. Seeft hõõrnutakse peenikese tuha ehk leheliseweega.

Plekk=feedundud pestakse lehelise ehk sodaveega. Päält määratakse kriidi ja wee seguga, kuhu vähe maarjajääb ehk ammoniakki lisatud on, lastakse ära kuivada, hõõrutakse pehme lapiga üle.

Alumiiniumist feedundud loputatakse enne leige weega, siis täidetakse nad kooritud röösa piimaga, keedetakse tund aega. Alumiiniumist feedundusid ei võdi lehelise ega sodaveega pesta; nemad muutuksivad selle mõjul tumedaks. Puhastatakse kas kriidi ehk sellekohase puhastuspulbriga, mida rohu- ja rauakauplustest osta võib.

Mitmesugused feedundud on fiivist välja woolitud. Nad on väga vastupidavad, nende sees feedetult ei kaota toit oma väärtusest. Rahjaks on nad ostes kallid.

Saviist ja portsellanist feedundud on päris hääd, kuid nendega ümber käies peab ettevaatlik olema. Nende juures peab jeda sama tähele panema, mida emaljeritud nõude juures kirjeldatud on.

Koogi wormisid ja pannisid ei tohiks mitte alati weega pesta, selle järelbujel jääks koogid wormi külge kinni. Hõõrutakse ainult puhta riide ehk pehme paberiga. Tarvitamisel määratakse rasva ehk võiga ja riputatakse jahuga üle. Iga kord pääle tarvitamist puhastatakse neid hoolega.

Feedundude tarvitamise juures tuleks tähele panna, et feedundude põhjad alati nõest vabad oleks: nõgi takistab soojust edasi tungimast, ja feedundud põlevad kiiremalt läbi.

Enne tulele panemist määratakse feedunduu põhji kriidi segu, ehk jälle seebiga. Pärast on kerge nõge maha pesta.

3. Puundud.

Puu maitse peab enne nõude tarvitamisele võtmist ära kaotatama. Puundud lastakse kõige enne ümberpöördukt keeva wee sees seista, pannakse siis paariks päevaks külma wetti sisse, walatakse see välja ja hõõrutakse nõuu peenikese soolaga, mis enne piiritusega niifutatud on, jäetakse 24 tunniks kinni kaetult seisma ja võdetakse siis tarvitusele. Puundud, mis talwel tarvitujel on olnud, peab ka kewabel hästi ära hautama, seebi ja liiwaga seeft

ja väljastpoolt ära pesema ja külmas, kuiwas ja õhurikkas kohas alal hoidma. Kui neid ära kuivada lastakse, siis lähewad nad koost ära. Neid pannakse jellepärast telliskiwide pääle seisma, et õht juurde pääseks ja et halba lõhna ei tekkiks. Tarwitusel olewad nõud seatakse ridastikku ümberpöördukt pingi pääle ja walatakse põhja pääle wähe wett.

Kui puundudel halb lõhn juures on, hõõrutakse neid mitu korda äädika ja piiritusega sisse ja lastakse mõni aeg seista, ehk hautatakse neid kadaka õhjadega. Kadaka õjad pannakse puunduu sisse, täidetakse keewa wee ja tuliste kividega ja jäetakse päewaks kinni kaetult seisma. Siis pestakse nõud jälle tublisti puhtaks. Nii walmistatakse kõik nõud, nagu kapsa-, wõi- ja lihanõud tarwitamiseks ette. Niijugune ettewalmistamine on wäga tähtis, sest et kõik jöögitagawarad, mis halbades puundudes seisawad, warsti kõlbmataks saawad.

Puundud, mis ära kuivanud on ja wett ei pea, saadakse kõige rutemini tursuma, kui nõuu kuiva heina ehk õlgedega täidetakse ja keew wesi üle kallatakse.

Wärwimata puust lauanud, kulbid, lusikad jne. pestakse külma wee ja peenikese liiwaga, õletuustiku ehk harjaga; walgeid wärwimata puust nõusid ei tohiks leige wee ja seebiga pesta – siis muutuwad nad halliks.

4. Jööginäude pesemisest.

Rõiksjugu klaasnõud loputatakse leiges wees, jellejärele kuumas seebis ehk sodawees ja weel puhtas keewas wees üle. Rõik klaasnõud pannakse küliti pesemise wette; kui nad põhjaga wette pannakse, siis wõiwad nad lõhkeda. Pannakse traadist raami ehk jämeda räti pääle nõrguma, pühitakse õhuke se pehme rätiga. Lauta päält toodud taldritud loputatakse raswast ja toidujätistest esiti ühe wäikese nõuu sees; neid jätiseid wõib siis kanadele toiduks tarwitada. Taldritud pestakse esiti kuumas seebis ehk sodawees harja ehk lapiga, loputatakse keewas puhtas wees üle, pannakse selle jaoks walmistatud traadist ehk puust tellingile nõrguma; kui wesi maha tilkunud, pühitakse üle.

Ruige ja kahwliid ei tohi keema ega ka külma wette liginema jätta, sest selle järele paisuwad noa pään ja lähewad ruttu tarwitamiseks kõlbmataks. Noa terad pestakse kuumas seebis ehk jodawees, kuivatatakse ja hõõrutakse noapuhastamise pulbriga läikima. Kui noa terale tumedad täpid ilmuvad, siis segatakse föetolmulle wähe põletispiiritust juurde; seda segu määratakse plekkidele, lastakse kuiwada, hõõrutakse siis korgiga ja willase riidelapiga üle.

Hõbedast, uuesti hõbedast ja niklist lauandud, lusikad, noad puhastatakse, kui need mustunud on, järgmiselt. Pannakse kuuma kartulikeetmise wette, loputatakse puhtas wees üle, pühitakse kuivaks, hõõrutakse pehme naha ehk wana nahast kindaga, määratakse weel plekknõude puhastamise juures kirjeldatud seguga. Wanad mustunud nõud saadakse sellel teel puhtaks, et söepuru juurde äädikat segatakse, ja selle seguga nõud läikivaks hõõrutakse.

5. Mõnesugused juhatused puhtusepidamises.

Wasside, tee- ja kohwikannuude puhastamine. Wassidel, tee- ja kohwikanudel on sagedasti põhjas pruun ülejääk, mida raske puhastada on. Paar tilka foolahapet lastakse nõude sisse, wähe haawliid ja munakoori pannakse juurde ja raputatakse kõwasti läbi. Asjad saawad jälle puhtaks, kuid foolahapet peab hoolikasti ära pefema.

Kuidas rohupudelili pesti. Et raswa ja halbu lõhnaid wanadest tarwitatud pudelitest ära häwitada, ei ole mitte küllalt, et neid lehelisega puhtaks pestakse. Pudelite sisse pannakse sooja weega ühes wähe musta sinepijahu, lastakse paar tundi seista ja uhetakse siis puhta weega üle.

Kuidas afnaid pesti. Wõetagu linadli sisse kastetud willane lapp ja hõõrutagu sellega klaasi. Nüüd ei tohi aga mitte kofe külma weega uhta, waid afnarundu külge jäänud õlirakutejed peab enne willase lapiga ära pühkima.

Kuidas afnaid talweks finni panna. Walmis lõigatud walged paberiribad kastetakse keema piima sisse, pannakse afnapragude pääle ja litjutakse käterätikuga finni. Piim peab paremini paberit finni kui klistri ja tuleb kewadel kergemini afna küljest ära.

Põrandavärw rohelistest pähklikoortest. Rohelised pähklikoored annavad hääd ja odawat põrandavärwi, mida järgmiselt valmistada tuleb: Suurem hulk rohelisti pähklikoori walatakse 4—5 toobi weega üle, lastakse 3 päewa hästi finnikaetult seista. Siis segatakse kõik segi ja pannakse 2—3 toopi põletispiiritust juurde. Nüüd sejab wedelik 2 päewa ja siis lastakse ta läbi linase riide. Kui värw liig tume on saanud, siis võib wett juurde lisada. Suure pintsliga määratakse see värw enne hästi puhtaks pestud ja ära kuivatatud põrandale.

Walged plekid wärwitud põrandas sees. Nende peab natuke äädikat pääle walama ja sisse tõmmata lastma.

Kuidas wärwitud põrandaid pesta. Et kollastele laferitud põrandatele ilust läiget anda, peab neid, pääle pühkimist ja märja lapiga tolmuft puhastamist, keedetud, kooritud piimaga willase lapiga kaks korda üle hõõruma, siis kuivalt järele hõõruma ja joomitud läige on käes.

Võib ka 4 toopi wett naela tükkideks lõigatud wahaga 2 loodi potasi ja $\frac{1}{2}$ naela hääd kollase seebiga wäikese tule pääl läbipaistwaks seguks teeta, mis waabatud poti sees alal hoitakse. Enne tarwitamist peab segu leigeks tegema, walatakse natukene põrandale, ja hõõrutakse harjaga nii kaua, kuni põrand läikima hakkab.

Kuidas linoleumi läikivaks teha. Linoleumi, mis ajaga oma läike on kaotanud, võib järgmiselt jälle läikivaks teha: Linoleum pestakse külma piimaga puhtaks ja hõõrutakse siis kõwasti terpentini piiritusega, mille sees puhast mesilase waha ära on sulatatud. Pehme willase lapiga saab teda päris kuivaks hõõruda. Selle järele peab linoleumi weel ainult kuivalt ära hõõruma ja niisugust puhastamist 1 kord kuus ette wõtma. Linoleum näib siis ilus läikiv välja.

Parfett=põrandate puhastamine. Walatakse natuke terpentini õli kausi, kastetakse willane ehk koetud lapp wedeliku sisse ja hõõrutakse sellega põrandat. Soowitaw on lappi wõimalikult sagedasti wahetada, — seda puhtam saab põrand ja seda kergem on töö. Pääle selle hõõrutakse põrand wahaga läikivaks.

Tsement pörandate puhastamine. Plekkisid tsement pörandate sees puhastatakse foolahappe ja weega (1 osa foolahapet 20 osa wee pääle). Ei kao plekid weel ära, siis wõetagu kõwemat segu.

Mustade õlemattide puhastamine. Mustad õlematid saavad puhtaks, kui peotäis keedufoola wee sees ära sulatatakse, teraw hari wedelikku sisse kastetakse ja jellega õlematid hästi läbi hõõrutakse. Nad lähewad jälle walgeks ja ilusaks.

Luhhtoolide puhastamine. Toolid pööratakse ümber, pestakse wõimalikult kuuma seebiwee ja harjaga puhtaks ja raputatakse neile enne kuivamist weewli pulbert pääle. Siis pannakse toolid kas õhu ehk tõmbuse kätte kuivama. Weewel puhastatakse pärast harjaga ära. Kui toolid mitte juba katki ei ole läinud, on nad jälle kui uued.

Weeplekid poleritud laudade sees. Soola peab nende kohtade pääle riputama, wähe aega seista lastma, siis ära kuivatama ja forgiga üle hõõruma.

Rooste raudahju küljes. Roostet saab raudahju küljest kergesti ära, kui roostekohtasid läbilõigatud sibulaga hõõrutakse.

Õliwäri piltide puhastamine. Õliwäri piltisid ei tohi kunagi mitte seebiweega pesta. Neid peab niiske lapiga katma ja selle niiskana märjalt pääle jätma, kuni kõik tolm ja mustus lahki on tulnud. Kui pilt siis ära on kuivatatud, pühitagu ettewaatlikult linadli sisse kastetud lapiga üle.

Kuldraamide puhastamine. Kärbsje musta puhastatakse kuldraami küljest terpentini õliga, ehk seguga, mis 1 jaost salmiagust ja 3—4 jaost destilleritud weest tehtud on. Kuldraamid panewad kauem wastu, kui neid linadli ja terpentiniga määratakse (1 jagu linadli ja 2 jagu terpentini).

Kuidas gipsist kujusid läikivaks teha. Paraja anuma sees soojendatakse 10 jagu petroleumi ja aegamööda pannakse 1 kuni 2 jagu riivitud stearini juurde. Selle leige seguga määratakse kujusid 2—3 korda. Pääle kuivaksjaamist on lihtsast polerimisest küllalt, et kujudele ilust läiget ja läbipaistwat wäljanägemist anda.

II. Pesu ja riiete puhtus.

1. Üleüldised tähendused.

Pesukapp oma ilusa, puhta, hästi lõhnava pesuga, mis võimalikult veel kodus toetud, on iga perenaese uskus ja rõõm. Negi need perenaesed, kes muidu oma majapidamise õige käigu üle hästi ei walwa, kellel kofkuhoidmine mitte just wooruseks ei ole, peawad pesu korras.

Et hää pesemine pesu kestwuse ja wäljanägemise juures suurt mõju awaldab, siis on soowitaw pesemist kodus oma walwuse all ette wõtta lasta.

Pesukoda peab suur ja walge olema, ja musta wett peab jäält kergesti wälja lasta saama. Põrand olgu telliskiwidest ehk tsemendist. Sisise müüritud suur kaanega katal on õige tarwilik.

Rõik puundud peab enne tarwitusele wõtmist hästi ära hantama ja küürima, ning pääle iga pesukorra puhtalt ümberpöördult kiwide pääle seadma, et õht juurde saaks pääseda. Põhja pääle peab kuival ajal wett walama, et nõud mitte ära ei kuivaks ja kooft ära ei läheks.

Õga pesu juures wõib kahe isefuguse mustuse wahel wahet teha: üks on niisugune, mis juba külma weega pestes ära tuleb, ja teine niisugune, mis alles raswafulatawate ainetega pestes pesu küljest lahkeb. Sellepärast on soowitaw, et pesemise wett mitte ilmaaegu mustaks teha, pesu külma wette ligunema panna. Selleks on aga weel teine mõjuwam põhjus. Ihu küljest sattuwad pääle raswa ka weel selle sees leiduwad munawalge rakukesed pesu sisse. Need sulawad ainult külma ehk sooja wee sees ära, mitte aga enam kuuma ehk keewa wee sees. Kui nüüd musta pesu kohe kuuma ehk keewa wette panna, siis wõiks juhtuda, et munawalge ära tarretab ja üleüldse enam pesu küljest lahti ei lähe. See nähtus on pesumaestel tuttaw ja sellepärast nad ei tarwita alguses mitte kuuma wett.

Õfimest liiki mustuse wõtab külm weji paari tunni jookful lahti, ilma et pesu hõdrumist tarwis oleks. Soowitaw on pesu

õhtul enne pesemist puhta külma weega täidetud toobri sisse ligunema panna ja siis hommikul hästi wälja käänatult kuuma pesuwette. Parem on, kui pesu teine kord weel külma wee sees ära uhetakse ja jälle wälja puserdatakse. Muid alles algab seebi ja sodaga pesemine. Pesu tuleb poolkuuma lehelise sisse ja talle määratakse seebi pääle. Enne hõõrutakse plekid puhtaks, siis terve pesu. Igat tükki pestakse mitu korda, käänatakse wesi wälja ja uhetakse siis kolme lehelise sees. Siis määratakse pesule uuesti seebi pääle ja pannakse puhta lina sees tünni, kus temale 7—8 korda keewa lehelist pääle walatakse, ja jäetakse pesu ööks tünni. Teisel hommikul pestakse ja uhetakse pesu hästi ära, pannakse wanni ja walatakse hästi kuuma wett pääle, et leheline pesu seest wälja tuleks, muidu saaks pesu hallitas sinine. Siis pestakse weel kord hästi läbi ja uhetakse suure wee sees, kõige parem jões, finetatakse ja pannakse kuivama.

Laua-, woodi- ja kõögipesu peab kõik iseäranis leotama, hautama ja pesema. Kõögipesu tuleb teistest tingimata lahus hautada, ja ikka kõige wiimati.

Tähele peab panema, et kõik raswaplekid willase-, linaseriide ja kalwi seejt kõige paremini hää Wene seebi ja külma jõe weega wälja lähewad. Igale plekile peab hästi seebi pääle määrima ja nii kaua pesema, kuni plekk täiesti ära on kadunud.

Wihma kätte ei tohi pesu mitte wälja panna. Teda wõib parem 2—3 päewa külma wee sees, mida iga päew uuendatakse, seista lasta, kuni ilm kuivaks muutub. Käsitäi pesemine on parem, kui masinaga pesemine, sest et pesu palju puhtam saab.

Riiete juures ei ole see mitte mõõduandew, kui kalliks iga ütsik riidetükk, mis inimesel seljas on, maksma on läinud, waid püüajad on nende maitserikas kokkuseadmine ja tarwitamine õigel kohal ja õigel ajal. Riided peawad terve inimese kogu ja tema wäljanägemisega kokkufõlas olema, s. t. kehahituse, näo, wanaduse ja elufutsega. Ilma, et moodi tarwis taga ajada oleks ja palju raha riiete pääle kulutada, wõib siisgi igauks maitserikkalt, puhtalt ja ilusti riides käia.

Õhimeseks tingimiseks on, et kangad riiete jaoks hääb, kestwad ja kestwate wärwidega walitaks, mis hästi kanda lastewad, mida

ka kauema kandmise järele riidele teist wormi andes ja värskendatult jälle päemawalgele tunna mõib. Teisets tingimiseks aga on, et riideid, mida iga päew kantakse, ka korrapärasft puhastatakse. Wiimaseft oleneb riiete kestvus ja ilus puhas väljanägemine.

Willaseid riideid klopitakse õhu käes tolmust wabats ja pühitakse harjaga üle. Hari peab willaste riiete jaoks pehme olema, sest et kõwa hari riiet mõib rikkuda. Siidiriideid on parem pehme linase ehk poomwillase riidega ära puhastada, sest harjast mõiwad tolmujooned riide pääle järele jääda.

Riietel, mida wiim plekiliseks on teinud, tuleb wooder lahsti wõtta ja riie tuleb 5—6 korda kuuma weeauru käes hoida ja siis kõwasti harjaga üle hõõruda.

Plekkide puhastamise juures peab katsuma kõige enne selgusele jõuda, misjagune aine selle pleki on sünnitanud. Ei teata jeda mitte, siis peab kõige enne katsuma teda weega välja wõtta. Ei aita see, siis tarwitatakse kõwat piiritust ja kui ka siis weel plekk ära kaduda ei taha, katjutakse benzini mõju. Puhastamise juures on ifka soowitaw wäljawõtmise abinõu enne riidetükikese pääl ehk wähem nähtawa koha pääl ära proowida, et terwet riiet mitte ära rikkuda.

On aga pleki iseloom tuttam, siis mõib muidugi kofe õiget abinõuu tarwitada.

Geepool toome mõned näpunäited, kuidas ühte ehk teist plekki ära puhastada, ja loodame, et lugejad neid wirgasti tarwitawad.

2. Seebi keetmine.

Kõiki raswajätiseid mõib majapidamises tulusalt ära tarwitada, kui nad seebiks keedetakse. 2 naela raswa pääle wõdetakse 1 nael seebikivi, pannakse 2 toopi wett juurde ja lastakse tund aega keeda. Siis pannakse weel 2 toopi wett juurde, riputatakse 2 peotäit soola sisse ja lastakse kõil weel $\frac{1}{2}$ tundi keeda. Seep wõdetakse nüüd tulelt, lõigatakse pääle täielist jahtumist ja kõwaksfaamist tükkideks ja pannakse laua pääle kuuwama.

3. Tuhaga seebi keetmine.

Et seebi keetmiseks palju tuhka tarwis läheb, peab selle korjamisega aegsasti pääle hakkama; kasepuu tuhk on selleks kõige parem. Tuhk pannakse nagu ta ahjust välja võetakse ilma sõelumata, suure tünni sisse. Sõelutakse teda just enne tarvitamist; kui see warem sünnib, hingab tuhk ära. Kõik rasvajätised tulewad seebi keetmisel ära tarvitada, sest hääs majapidamises ei tohi midagi kaduma minna. Iseäranis palju rasvajätiseid saab sügisel loomatapmise ajal. Need rasvajätised lõigatakse väikesteks tükkideks, sulatatakse väikeste tule pääl hästi ära, pannakse sulatatud rasva anuma sisse ja hoitakse see niisugusel kohal alal, kus rotid ega hiired juurde ei pääse. Seepi keedetakse alles aprillil ehk mai algul. Kui nüüd seepi keeta tahetakse, sõelutakse 5—8 warka tuhka läbi. Siis võetakse tünn, millel põhjas auk on, pannakse pikk latt, mis tünnist välja ulatab, otsepidi augu ette; tünni põhja pääle seatakse 2 risti puud, mis hästi tünni sisse sünnivad, nende pääle mõned lühikesed ümargused puud, siis risti-rästi hästi sündsaid õlgi; õlekõht peab 4 tolli kõrge olema. Selle pääle laotatakse jäme, wana woodilina, topitakse selle äär ümberringi hästi õlgede sisse ja pannakse weel keerutatud õlgi ümberringi, et tuhk läbi ei pääseks. Kui kõik niimoodi ette valmistatud on, tõstetakse tünn kahe tugewa, umbes 1—2 jalga kõrge paku pääle, pannakse ta kõvasti seisma ja wani, mille sisse pärast lehelist jooksta lastakse, alla. Siis keedetakse juure katla sees jõesetti tarwiduse järele, pannakse tuhk tünni sisse ja walatakse iga waka tuha pääle 8—10 pangi wett. Kindlasti ei saa sünn mõdtu mitte ära tähendada, võetagu silmanägemise järele, igatahes ärgu mitte liiga palju wett võetagu, muudu saab leheline liiga nõrk.

Tünn kaetakse nõrk finni ja lastakse 2 päewa seista, kuid iga hommiku peab tuhka weega segi ajama. Kolmandal hommikul lastakse wähe lehelist wanni jooksta, latti wähe üles tõmmates, ja katjutakse tema kõwadust järele. Kui toores muna, mis sisse pannakse, pääl ujub, on leheline paras. Nüüd võetakse seebikeetmiseks walnis pandud rasw. Iga naela raswa pääle võetakse 1 toop lehelist ja pannakse see juurde katlasse, rasw juurde, ja segatakse

alataja juure puulabidaga. Nii pea, kui segamist järele jäetakse, keeb seep üle. Kahe tunni järele peab iga 20 naela rasva pääle pang lehelist segamise waral juurde walama. Pang lehelistega peab alati käepärast olema, et nii pea, kui seep üle keeda ähwardab, paar toopi juurde wõiks walada. Ejiti on seebi pääl palju wahtu; peab seepi nii kawa keetma, kuni wedelik selge on. 20 naela raswa keedetakse umbes 6—8 tundi. Et järele katsuda, kas seep selle aja järele walmis on, wõetakse klaas külma wett ja lastakse paar tilka wedelikku sisse. Kui see pääl ujub ja wesi selgeks jääb, nagu ta enne oli, ja kui weel enam halli läiget ei ole, kui teda wahtu walguft hoida, siis on seep walmis. On aga weel kõige wähematgi halli läiget, siis peab seepi weel tund aega keetma, lehelist juurde walades.

Nii pea, kui raswa raajutesed seebi sisse jääwad, ei wahuta ta hästi. Kui nüüd seep walmis on, kustutatakse tuli katla alt ära, pannakse pang külma wett seebile juurde ja iga naela pääle peotäis jämedat soola, segatakse, kuni sool ära on sulanud. Siis katsutakse seepi, mis nüüd nii wedel kui leheline peab olema, sõrmega labida pääl. Kui seep labida külge kinni jääb, siis peab weel mõni peotäis soola juurde segama.

Kui segu walmis on, kurnatakse ta läbi sõela puhta wanni sisse ja pannakse 12—16 tunniks jahtuma. Kui ta päris kõwaks on tõmmanud, lõigatakse sõrmelaiusteks tükkideks ja seatakse puhta laua pääle õhurikkasse kohta, kuhu päike pääle ei paista, kuivama. Iga kahe päewa tagant pööratakse tükid ümber, et nad ühetasajelt kuivaks, ja hoitakse siis kasti sees, mis kuivas, külmemas kohas seisab. Seep ei tohi mitte ära külmada, sest siis läheb ta rikki. Kui seep walge peab olema, tuleb teda pääle selle, kui kõwaks on läinud, uuesti keeta. Seebitükid pannakse siis ilma lehelisteta katlasse ja wõetakse 10 naela seebi pääle 4 toopi külma wett, segatakse wäikese tule pääl paksuks seguks, pannakse niijama palju soola juurde, kui esimesel korral, walatakse, kui see sulanud on, jälle wanni sisse ja tehakse jälle ülemalfeiswa kirjelduse järele. Leheline, mis seebi keetmisest üle jääb, sünnib linase riide pleefimiseks.

4. **Kuidas kaevuvert pesemiseks kõlblikuks teha.**

Kaevuvert tuntakse kui „kõwa“ vert, mis pesemiseks kõlblik ei ole. Siiski peavad paljud perenaesed selle weega oma pesu puhtaks saama ja sellepärast peab katsuma kaevuvert kõlblikuks teha. Seda saab järgmiselt: 1 toobi wee pääle võetakse 5 grammi jodat ja 5—10 grammi põletatud lupja, ehk selle asemel 3—6 grammi seebikiwi. Wee lastakse kord keema minna ja siis 12 tundi seista, ja kahjulikud ollused, mis wee kõvaks teevad, on põhja vajunud. Nüüd walatakse wee ettevaatlikult päält ära, siis on ta pehme ja hää. Kui keetmine rasteks läheb, võib vert ka keetmata jätta. Ta ei saa mitte nii pehme kui keedetud wee, kuid siiski hulga parem, kui ta oli.

5. **Kollaseks läinud pesu.**

Pesu, mis kaua seismise tõttu kollaseks on läinud, jaatakse jälle walgeks teha, kui viimasele uhteweele lujita täis terpentiniõli ja niisama palju piiritust juurde lisatakse. Kollased pesutiigid uhetakse kõvasti selle wedeliku sees ja pannakse siis võimalikult välja kuivama, ilma et pesu veel kord uhetaks.

Teda võib ka 12 tunnis hapu petipiima sisje panna, ja pestakse siis puhta jõewee sees, kuhu pura (borax) juurde on pandud.

6. **Linaise riide pleekimine.**

Talw on wirtadele perenaestele kangakudumiseks kohane aeg, nii et harilikult kewadel ikka mõned linaised kangad pleekimiseks walmis on. Linaise riide kudumiseks ärgu võetagu mitte sinist lina, mis pleekimise juures mitte kunagi päris walgeks ei lähe. Waid tarwitatagu ikka walget ilust lina ja soetagu, kedratagu ja foetagu teda õige hoolgasti, et hääd riidet saada.

Pleekimist toimetatakse järgmiselt. Suur katal küiritakse hästi puhtaks, et riide rooste- ehk teisi plekkijid ei saaks. Riide peab päewa aega külma wee sees ligunenud olema, siis pannakse ta katlasse, walatakse hulk kõwat lehelist tuhaga pääle ja keedetakse 2—3 tundi wäikese tule pääl; siis kustutatakse tuli ära ja lastakse riide ära jahtuda.

Ilma, et kangast uhetaks ehk kuivaks käänataks, laotatakse ta niisuguses kohas, kus päike pääle paistab, lume pääle laiali. Niidet ei tohi lund mööda mitte edasi vedada, sest et see teda kergesti katki võiks lõigata ja pudedaks teha.

Niie jääb viieteis päevaks lumepääle ja iga päev peab teda ümber pöörama. Teda võib 2—3 korda teeta. Lumi pleegib ruttu. Kui lumi ära on sulanud, siis pannakse kangas rohu pääle pleekima. Iga nädala sees peab kangast kord lehelise sees keetma, ja kui vahest seebikeetmisest lehelist üle on jäänud, siis kõlbab see selleks kõige paremini. Külma wee sisse kastetud riie pannakse anuma sisse, mille põhjas auk wee äralaskmiseks peab olema, walatakse keewa lehelist pääle, jäetakse $\frac{1}{2}$ tunniks seisma, lastakse siis leheline ära, keedetakse uuesti ära ja pannakse jälle riide pääle. Seda korratakse 6—7 korda. Toimetust tuleb pääle lõunat ette võtta; õhkest jäetakse riie lehelise sisse. Hommikku võetakse ta lehelise seest välja, pannakse wanni, walatakse palju kuuma wett pääle, lastakse pool päewa seista, uhetakse külma wee sees, lastakse wesi ära nõrguda ja laotatakse riie siis rohu pääle pleekima. Puupulgakestega pannakse kangas maa külge kinni, et tuul teda ära puhkuda ei saaks.

Kui wihma ei sada, peab kangast iga päew niisutama, iga nädal kord hautama ja nii kaua pleekima, kuni mõlemilt poolt ühetaoliselt walge on.

Kolme esimese nädala sees võetakse tuhka hautamiseks, sest et see halli wärwi riide seest hästi välja tõmbab. Pleekimiseks ärgu wõdetagu mitte kunagi lupja, sest et see riide pudedaks teeb. Kui niid riie hästi walge ja ilus on, peab teda weel wiimast korda lehelise sees seebiga puhtaks pesema, hautama, uhtma ja kuuma päewa käes kuivatama, siis trullima.

Kangast peab kuivas kohas hoidma, sest niiskusest võib lõuend plekkijid saada. Kõrte linaseriide tagawara peab igal suwel, kõige parem juuni-kuu sees, hää ilmaga ja kuuma päewa käes tuulutama ja kuivatama. Lõuend seisab ilma trullimata kõige paremini. Kui teda niimoodi pleegitakse, siis kestab ta 50—60 aastat.

wee sees pestud on, uhetakse neid leige wee sees, tõmmatakse pahupidi pahema käe pääle, wenitatakse hästi wälja ja pannakse kuivama. Niisama pestakse ka willaseid rätitiid, jakkiid jne.

11. Määrdinud walged sukad pannakse leige wee sisse, mille sees natuke sodat ära on sulatatud. $\frac{1}{2}$ naela seepi lõigatakse tükkideks, walatakse 2 toopi keewa wett pääle ja lüüakse wahule, siis segatakse külma wett juurde. 6 toobi wee pääle pannakse weel 1 teelusika täis prowansj-õli, ja niisama palju salmiatpiiritust. Kui sukad sodawee sees kergelt läbi on pestud ja hästi wälja pigistatud, pannakse nad 15 minutiks seebiwee sisse ja kaetakse nõun kinni. Seda forratakse 2 korda. Iga pesu wahel peab sukke hästi wälja pigistama. Nüüd uhetakse sukad sooja wee sees ära ja hoolitsetakse selle eest, et nad ruttu kuivaks. — Niisama võib ka walget flanell riidet pesta. Wiimast ei tohi mitte trullida, waid ainult triifida.

11. Musta willase riide pesemine.

Musta willast riidet pestakse kollase Wene seebiga leige wee sees, uhetakse külma weega ja puserdatakse wälja. Härjasapp pannakse 10—12 toobi leige wee sisse, pannakse puserdatud riide selle wee sisse ja lastakse 2—3 tundi sees seista, siis hõõrutakse kõwasti kätega läbi.

Härjasapi asemel võib ka kõwat pipramüüdi teed tarwitada, kuid esimene on parem. Et sapi lõhna riide juurest ära kaotada, uhetakse riidet pipramüüdi teega.

12. Siidirättide pesemine.

Hästi kooritud kartulid riivatakse ära, pigistatakse läbi rätiku ja tehakse läbi rätii jooksnud kartulivee wärste weega wedelamaks. Põhja jäänud jahu tarwitatakse kartulijahuna ära. Wee sees aga, mis pääle jääb, pestakse siidirättiisid, ilma et seepi appi wõdetaks. Niimoodi pestud rätid ei kaota oma wärwi, omandawad ilusa läike kui ka teatud kõwaduse.

13. Wäljaõblemise tööde pesemine.

30. grammi pura sulatatakse 1 toobi paraja sooja wihma-wee sees ära. Pesemise juures ei tohi wäljaõmmelust mitte hõõruda, waid tuleb ainult kergelt läbi liisuda. Siis uhetakse teada külma wee sees, millele wähe soola juurde on lisatud, loputatakse paar minutit kõwa weiniäädiku sees ja pigistatakse kahe räti wahel kuivaks. Triigitakse wähe niiskelt.

14. Mustade pitside pesemine.

Mustad siidi, willased ehk poomwillased pitsid pestakse nii kaua lihtsa õlle sees, kuni see enam mustaks ei lähe. Siis puserdatakse pitsid wälja, tõmmatakse lahti ja laotatakse musta riide-pääle, teine tükk riidet kaetakse pääle ja nii seisawad pitsid, kuni nad kuivad on; siis on jälle nagu uued. Kui neid pitsiõid walge riide pääle pannakse, siis jääwad neile walged karwakesed külge.

Õlle asemel wõib ka mustadest kadakamarjadest feedetud-wett tarwitada.

Pitsid saawad ilusamad, kui neid pudeli ümber finni pannakse, pudel aga musta riide sisse mähitakse ja pitsiõid niimoodi kuivada lastakse.

15. Kalliste pitside pesemine.

Siie laud õmmeldakse linaje riide sisse, tehtakse märjaks ja määratakse talle seepi pääle ja siis mähitakse pitsid poolest saadid üheteise pääle pandult laua ümber. Nüüd määratakse neile seepi pääle, kastetakse märjaks, mähitakse kord õige õhukest riidet ümber ja hõõrutakse kätega kuuma wee sees, mida nii kaua uuendama peab, kui ta selgeks jääb. Siis uhetakse neid külma wee sees, lastakse kuivada, wõetakse räti päält ära, tärgeidatakse wedela nisutärklisega, wõetakse laua ümbert ära, mähitakse linase riide sisse, pigistatakse wesi wälja ja triigitakse pahemalt poolt kahe räti wahel paraja rauaga. Tärgeidamata pitsid wõiwad puhta räti sisse mähitult laua pääl kuivada.

16. Wateritud tekkide puhastamine.

Rõdige enne pestakse wateritud tekid leige wee sees puhtaks ja pannakse siis üheks ööks külma pehme vihmavee sisse. Teisel päeval pigistatakse tekid mõimalikult kuivaks ja pannakse kuivama. Kuivamise ajal peab otsajid, kuhu weji kofku kogub, kuivaks pigistama ja tekkijid tofiga läbi floppima, siis läheb puuvill jälle kohedaks. Kuivatamise ajal peab tekkijid paremalt pahemale poole ja niisama alt ülesse pöörama, et neil mitte pesujooned sisse ei jääks.

17. Wärmiliste kaelasidede pesemine.

Lüff seepi sulatatakse keewa wee sees ära. 40° soojuse juures kastetakse sisse ja hõdrutakse edasi-tagasi. Plekkijid peab iheäraniis hõdruma. Sidet uhetakse sooja kaewuue sees.

18. Gummipesu puhastamine.

Gummipesu, mis kollaseks on läinud, pestakse poonvillia tordiga, mis terpentini-õli sisse kastetakse. See pesu ei tohi mitte päewapaiste käes seista.

19. Sulgede pesemine.

Suled, mis kauajest tarvitamisejst raswajeks ja mustaks on läinud, pannakse suure katla sisse ja segatakse wäitese tule pääl ümber. Muust läheb sulgede küljest lahti ja nad saawad jälle puhtaks. Nüüd wdetakse nad katla seejt wälja, lastakse lina pääl ära kuivada ja pannakse siis jälle padjapöörade sisse. Neid wõib ka kuuma wee sees keeta ja kui nad puhtad on, pannakse sõela pääle; kui weji ära on tilkunud, laotatakse lina pääle päitese kätte, ehk sooja kohta kuivama. Siis nopitakse nad lahti, pannakse padjapöörade sisse ja flopitakse tofiga hästi läbi.

20. Üiiskuse plekid.

Üiiskuse plekkijid puhastatakse pesu jeejt, kui neid salmiagu wedeliku sisse kastetud on (16 tilga wee pääle 1 tilk salmiaguwaimu).

Linaste ja poomwillaste riiete seeft tulewad plekid wälja, kui plekile kriiti pääle kaabitakse ja sooja triikrauaga mitu korda üle triigitakse.

Siidist ja willajest riidest kaowad plekid, kui plekkidega riiet kuuma ahju-aufu pannakse.

21. **Kuidas tindiplekkisid linase riide seeft wälja wõtta.**

$\frac{1}{2}$ tsitroni mahl litjutakse pleki pääle, tilgutatakse prowanjõli pääle, lastakse riie 1—2 tundi soojas kohas seista ja hõdrutakse siis, kuni plekk ära kaob.

Riisama wõib tindiplekkisid ka kattuni seeft wälja wõtta, kuid pleki koht jääb walgeks.

22. **Tindiplekkide puhastamine.**

Et tindiplekkisid igasugusest riidest wälja wõtta, peab järgmist tegema: Riie pannakse mõneks ajaks sooja wee sisse, käänatakse siis kuivaks ja pannakse sirgelt puhta linase-riide tüki pääle. Müüd lastakse paar tilka ammoniaki wedelikku pleki pääle ja hõdrutakse seda siis wedelaks tehtud fosforihappe sisse kastetud wate-tükiga. Kui seda mitu korda tehtud on ja riie siis päewa käes kuwab, kaob plekk ilma jäljeta.

23. **Sunaplekid pesu sees.**

Pesu pannakse keewa piima sisse ja pestakse siis gallseebiga.

24. **Kirjalaki plekid.**

Kirjalakk tuleb riide päält lahti, kui teda piiritusega määrida, ja siis hõdrutakse ettevaatlikult riie harjaga päris puhtaks. On riie laki läbi kannatada jaanud, siis on soowitaw seda kohta wee sees leotatud puraga määrida ja kuivalt ära triifida.

25. **Rohuplekkide puhastamine.**

Rohuplekid lähewad walgest riidest wälja, kui nad kõwasti seebiga ära pestakse ja wõimalikult keewa weega ära uhetakse. Kui

weel jäljed järele jäävad, peab neid kohtasid weeweldama ja kohe kõwasti ära pesema.

Wärwimata willaste riiete seesst hõõrutakse rohuplekid piiritu-
stusjega wälja ja ei tarwitata kunagi mitte wett. Kõik abinõud
aitawad paremini, kui rohuplekid weel wärsked on.

26. **Roosteplekkide puhastamine I.**

Selle jaoks segatakse ühtlaselt keedusoola, tsitronihapet ja
hapuoblika hapet. Wiimane on väga kihwtine ja sellepärast on
ettevaatust tarwis. Selle wedelikuga määratakse plekki ja hoitakse
see koht siis kuuma wee kohal. Kui plekk kadunud on, pestakse
riie weel sooja seebiwee sees ära, et kõwa hape riidet ära ei sööks
ega rikuks.

27. **Roosteplekkide puhastamine II.**

Roosteplekkisid võib walge riide seesst ära kaotada, kui ühe
tsitroni mahl hõbedase supilusika sisse pigistatakse, seda piirituse
lambil keema aetakse ja siis plekiline koht sisse pannakse. Mõne
sekundiga kaob plekk jäljetalt. Kui plekid juba wananenud on,
siis hõõrutakse neid weega segatud salmiaguga. Pärast peab riidet
kõwasti weega üle uhtma.

28. **Guidas tõrwaplekkisid riide seesst wälja wõtta.**

Pleki pääle määratakse kõige enne wõid, siis seepi, pestakse
siis leige weega ja hõõrutakse kätega, kuni plekk ära kaob.

29. **Walgete õliplekkide puhastamine.**

Plekki määratakse munakollasjega, siis hõõrutakse wiinaga ja
pestakse wiimaks wee ja seebiwahuga, kuni plekk ära kaob, siis
uhetakse weega üle. Pleki ase jääb walgeks.

30. **Guidas raswaplekkisid willase riide seesst wälja wõtta.**

Plekki määratakse wärskte sawiga, lastakse soojas kohas kui-
wada ja hõõrutakse siis kätega, kuni plekk ära on kadunud. Musta

riide seeft wõib plekki kohwi ja haisewa piiritusega, (mõlemaid ühepalju) wälja wõtta. Tükk riidet kastetakse selle wedeliku sisse ja hõõrutakse plekki enne pahemalt, siis paremalt poolt, kuni ta ära kaob.

Serge halli willase riide seeft wõib raswapekkijid kuirwa kartulijahuga wälja wõtta.

31. Jodi plekid pesu sees.

Plekitud riide tehtahe külma weega märjaks, ja siis puhastatakse teda toore kartulitärklisega. Pleki wärv on nüüd tumelilla. Nüüd pestakse plekki jälle külma weega ja puhastatakse kartulijahuga. Kui seda sagedasti korratakse, kaob plekk täiesti, — riide aga pestakse seebi ja weega puhtaks.

Kui plekk wäga suur ja wana on, peab niisugust puhastamist küll mitu korda ette wõtma, kuid tagajärg on ikka see sama.

32. Kohwi ja shokoladi plekid.

Kendele plekkidele määratakse munakollase ja glycerini segu pääle ja pestakse pärast sooja weega ära.

33. Happe plekid.

Plekkijid pestakse nõrga sodasulatisega sees.

34. Higiplekid.

Higiplekkijid wõetakse salmiaguwaimuga wälja.

35. Pleki seep.

Hääd wedelat plekiseepi walmistatakse, kui riivitud koduseepi (Talgseife) salmiagu sees ära sulatatakse, kuni wedelik juurupi jarnane on. Plekkidele määratakse seda pääle ja mõne aja pärast pestakse nemad leige weega ära.

36. Plekiwesi kõikide riiete jaoks.

Plekiwett, mis ka kõige õrnemaid wärvijid mitte ära ei rifu, tehtahe järgmiselt: 26 grammi puhastatud terpentini õli, 157 grammi peenikest weiniäädikat ja niisama palju weewli-etert,

15 tilka tsitroniõli segatakse segi ja hoitakse kinnistes pudelites alal. Tarvitamisel hõõrutakse plekitud kohta medeliku sees märjaks tehtud puhta wärwita lapiga.

37. **Plekkide puhastamine.**

Peaaegu igat plekki wõib igast riidest kerge waewaga wälja wõtta, kui benziniist ja kaolin-mullast puder tehakse, seda wähe pleki pääle määratakse, 12 tundi seista lastakse ja siis harjaga puder ära puhastatakse.

38. **Piimaplekid willasest riidest wälja wõtta.**

Plekkide pääle määratakse glycerini ja pestakse nad siis leige wee sees puhtaks. Siis triigitakse need kohad pahemalt poolt paraja kuuma rauaga üle. Glycerin imeb raswajaoseseid täiesti ära ja ei riku kõige õrnematgi wärwi mitte.

39. **Hää plekiwesi.**

Hää plekiwesi kõikide asjade jaoks on järgmine segu: benzin, liikwa ja chloroform (unerohi).

40. **Kuidas tindi plekkisid walge puu seest wälja wõtta.**

Plekkide tõmmatakse tsitronihapet pääle, siis määratakse seepi ja riputatakse tuhka üle. Nüüd hõõrutakse harjaga nii kaua, kui plekk kadunud on.

41. **Kuidas läiget riide päält kõrwale saata.**

Wäikest, mis riide pääle kauase kandmise läbi ilmub, saab järgmiselt lahti. Pannakse salmiakwaimu kausikese sisse, kastetakse kõwa hari sisse ja hõõrutakse sellega riidet kuuma' raua pääl hoides läikivatest kohtadest. — Selleläbi kaob läige. Kui need kohad jälle läikima hakkawad, peab seda uuesti kordama, sest niisugust abinõu ei ole olemas, mis läiget jäädawalt ära wõtab.

42. Poomvilla-, niidi- ja siidikinnaste pesemine.

Nende kinnaste jaoks lõigatakse seepi tükkideks, walatakse keewa wett pääle ja lüüakse wiipliga wahule. Waht peab ära jahtuma. Kindad tõmmatakse kätte ja käsa hõõrutakse 10 minutit seebiwahu sees, iseäranis näpuotsasid. Nüüd uhetakse käsa, mil- ledel ikka weel kindad otsas on, teise puhta leige wee sees. Kindad wõetakse käest, puhutakse sõrmede sisse, raputatakse hästi lahti ja pannakse paberi pääl kuiva õhurikkasse kohta kuivama.

43. Glacekinnaste pesemine.

Glacekindad pannakse enne pesemist benzini sisse tunniks ajaks lignumema. Must benzin walatakse nüüd ära ja puhastatakse jälle kausi. Kindad kastetakse selle sees hästi läbi ja weel kord wõetakse uut wedelikku. Kui kindad puhtad on, pigistatakse nad kuivaks ja lastakse kuivada.

44. Pesunahkiste kinnaste pesemine.

Kindad tõmmatakse kätte, kastetakse wette ja lastakse natuke liguneda. Nüüd määratakse neile hästi tublisti seepi pääle ja pestakse nagu käepesemise juuresgi. Seep uhetakse ära ja uut määratakse pääle, nii kuni kuni kindad päris puhtaks saawad. Kui kindad täiesti puhtad on, siis määratakse weel kord hästi seepi pääle ja wõetakse käest ära. Siis, et neid puserdataks, pannakse nad puhta paberi pääle kuivama; paberit peab aga mitu korda uuendama. Enne kätte tõmbamist peab kindaid wähe kätte wahel hõõruma, siis lähewad nad päris pehmeks.

45. Saapad ja kingad.

Saapad ja kingad tehakse kõwaks ja weekindlaks, kui neid sooja ritsinusõliga sisse hõõrutakse ja tallaaluseid linõliga määratakse.

Peenikeste nahast nahkingad jääwad läikivaks ja pehmeks, kui neid aegajalt munawalge ehk seakamaraga määratakse.

46. Pääharjade puhastamine.

Rijukliid tehakse ahjukapis ehk pliidi pääl õige kuumaks ja riputatakse pakkult harja sisse. Lastakse harja mõnda aega nõnda

seista ja klopitakse siis klliid paberi pääle wälja ning soetakse hari kammiga läbi.

47. Märjad saapad.

Märke saapaid ei tohi kunagi sooja pliidi pääle ehk ahju panna, sest nii rifutakse nahk ära. Pareim on, kui nende sisse õlgi, erneid, kaeru ehk kllisid pannakse, mis saabaste jeeft niiskufe wälja tõmbawad, ise selle juures wett täis lähewad. Erneid ja muud wõib jälle ära kuiwatada ja unesti tarwitada. Kui nahk juba kannatanud on, siis wõib teda õliga määrides jälle pehmeks teha. Saapad, mis mõnes kohas pigistawad, wõib ära parandada, kui neid märjalt, kui jalast ära on tõmmatud, ajalehe paberiga täita. Paber kujuk niiskufe enese sisse ja lähew laiemaks, kuna nahk ennaft ikka rohkem paberi ümber sirgu tõmbab ja selle juures jala wormi omandab. Senitaua, kui saapad pigistawad, pandagu ikka õõfeks paber ümargustes pallides sisse ja lastagu nii kaua sees olla, kui saapad jalga tõmmatakse.

48. Koid willase riide sees.

Kui koid willase riide sees on, siis peab seda kõwasti märjaks tegema ja kuuma rauaga triifima. See häwitab nad ära.

49. Kuidas sipelgaid ära häwitada.

Et sipelgateft tubades, fõögikambrites jne. lahti saada, riputatagu kadakaõfje (kuiwatatult ehk wärskelt) maha, mis aga sagedasti ja suurel hulgal sündima peab. Ka wõib teiji kõwasti lõhnawaid asju tarwitada, nagu kala soomuseid paberi sisse mahitult, guano, klorfali, humalad ehk petroleum, ka puundgi ja gips on. Wäljas häwitatakse sipelga pesad ära, kui neile kustutamata lujja pääle pannaakse ja seda siis meega kustutatatakse.

50. Hiina koirohi.

Bestäis kampferi ja peeneks tehtud Hispania pipra koori pannaakse piiritufe sisse ja lastakse paar päewa seista, kuni kampfer

ära fulanud on. Selle wedelikuga püritakse kasufaid ühtlaselt, pannakse linase-riide sisse kõvasti finni. Nii võib kasufaid mitu aastat hoida, ilma et koib sisse läheks.

51. Abinõu koide vastu.

Kui talveriihed mai-kuul ära pannakse, peab neid kuuma päewa käes hästi välja kloppima ja kuivatama. Siis võetakse wana lina, pannakse kasti sisse, kuhu riided tulewad, riputatakse peotäis saepuru sisse, pannakse siis kasufad, karwanepool välja poole, mõned tubakalehed pannakse waele, laotatakse tüff linast riidet pääle, siis jälle kasufad, tubakalehed jne. kuni kõik asjad ära pandud. Kõdige pääle pannakse jälle wana lina ja raputatakse saepuru üle. Tubaka asemel võib ka naftalini võtta.

52. Abinõu koide vastu.

Hääd abi saab koide vastu, mis sulepatjade sees on, kui 1 jagu Perjia putukapulbrit 2 jao wee ja 2 jao alkoholiga üle walatakse. 8 päewa peab see segu seisma ja siis kurnatakse tema läbi.

53. Kuidas jalawaibaid ilma naftalinita hoida.

Jalawaibad klopitakse ja puhastatakse mõlemilt poolt kõvasti, siis pannakse nemad sirgelt puhta pöranda pääle. Kausi sisse walatakse terpentini, kastetakse lapp wedeliku sisse ja tehtakse waip sellega üleni märjaks. Siis kaetakse waip üleni ajalehe paberiga finni ja trullitakse kõvasti kottu, narmaste poolt pääle hakates. Waip kõidetakse kõvasti finni, õmmeldakse linase riide sisse ja hoitakse jahedas ruumis. Sügijel on kõik plekid kadunud ja waip on kui uus.

54. Hääd hambapulber.

80 grammi kriiti, 4 grammi magnešiat, 2 grammi kalmusejuuri hõõrutakse peeneks; juurde pannakse mõni till pipramüüdi

õli. — Suu uhtmiseks, kui halbade hammaste tõttu halb hais suus on, võetakse 1 gramm ülimanganhaput kalit 30 grammi wee sees sulatatult. See annab rooja wärwilist wedelikku.

III. **Õliskud näpunäited igapäewases majapidamises.**

Enne söökide walmistamist peame kõig asjad ja ained, mis selle jaoks kuluvad, ühte kohta korraldama, et üleaurust ajawitmist ära hoida. Söökkide walmistamise juures peab täielik puhtus ja kord walitsema.

Majandusliliselt on väga tähtis, et perenaene toiduainete muretsamise juures alati seda silmas peaks, et ained kõige paremad saaks ja neid suuremal hulgal korraga iseäranis sellel aasta-ajal, millal kõige odavamad on, rohkesti katsumis walmis muretseda ja tarbekorral hoidisteks teha.

Söökkide walmistamise juures peame seda silmas pidama, et toitudel nende loomulik maitse alles jääks, sest toit peab alati isuärataw olema, millel hää mõju toidu seediwuse pääle on.

Liha ja kala wärskelt alles hoidmise juures peatsime katsuma seda tähele panna, et meie neid jääkelbris mitte paljal jääl ei hoiaks, waid wõipaberi ehk linase riide sisse mässtitult.

Külma wõetud juure- ja puuwiljad pannakse mõneks päewaks pimedasse kohta sulama, siis ei lähe nende loomulik maitse kaduma, ja wõivad weel kauem alles seista. Kuna walguse ja koguni päiteje käes sulanult kohe halvaks wõivad minna.

Wähe hapuks läinud koort saadakse parandada, kui jodat ja suhturt sulatatult hoolega juurde segatakse.

Wõid, mis halwa maitse on omandanud, pestakse petipiima, hapupiima ehk hädakorral jodameega.

Suurewili ja aiawiljad pannakse tulele keewa ja wähe soolase weega.

Wärsked kartulid pannakse tulele kuuma wähe soolase weega, idanenud kartulid kewade poole rohke külma wee ja soolaga, (et idanemise puhul sündinud solaniin-mürk paremini wälja keeks.)

Rõik fasted ja toidud, kuhu jahu juurde segatakse, peavad 10 minutit keema, et tärglise ratud paisuda saaks.

Liig soolatuid leemetoitujid saadakse sellel teel parandada, et puhas pesulään ehk linane riidetükk sisse pannakse, mis soola oma sisse tõmbab.

Kui toit keemise juures põhja kõrbeeb, siis saadakse kõrvenud maitset sellega vähendada, et keedunõu märja külma riidele ehk pörandale tõstetaks. Piim, mis kõrvenud, kallatakse teise nõuu sisse ja klopitakse kuni jahtunud. Uuesti keetmise korral võib piimasuppidele vähe röõsas piimas sulatatud sodat juurde segada. Piimasuppidele ei tohitaks enne soola panna, kui tulelt ära tõstetaks: sool edendab põhjakõrbemist.

Et kooritud piima põhjakõrbemist ära hoida, peab alati enne keetmist pajapõhja või ehk raswaga määrima, ehk külma weega loputama. Et piim üle ei keeks, siis võib plekist ehk alumiiniumist väikest kaant tarvitada, mis ehitaks piima pääle naha tekkimist.

Pliidi pääle üle keenud piima ehk teiste tuntud plekkidele tuleb alati soola, külma liiva ehk tuhka pääle riputada.

Kuivatatud puuwiljad, marjad, aiawiljad jne. pestakse ja leotatakse kõige vähemalt 12—24 tundi pehmes wees ja pannakse jellesama weega tulele, ainult kaunawiljade wett ei või tarwitada, paljalt nende kupaamiseks kõlbab see. Kui pehmet wett saada ei ole, siis peame jahtunud keedetud wett tarwitama, sest keetmise juures langewad lubjaained, mis söehappega seotud, põhja.

Keedetud joogiweele saadakse parem maitse, kui pääle keetmist seda wett wahuwitsaga peksetakse, et uuesti õhuga söehapet wee sisse saada. Maitse paranduse jaoks on wäga hääd mõned kuivatatud dunalibleb ehk koori tarwitada.

Kalu, millel muda maitse on, saadakse parandada, kui keetmise-wee sisse hapuleiwa käär pannakse, mis muda maitse enese sisse tõmbab.

Küpsetatud saiad ja koogid, mis kauemat aega alal hoida tahetakse, pandagu plekkpurtide ehk kastide sisse, kasti ehk purgi põhja ei tohi paberit panna, paberist saawad küpsised halwa maitse ja lähewad niiskeks.

Terwishoiuliselt seisukohalt oleks soovitud, et perenaesed mitte kunagi maitsemise juures jeda lusikat, ei ka kulpi ei tarvitaks, millega toitu segatakse, vaid selleks ühe isäralise lusika peaks, mida mitte toidu sisse ei kasteta.

IV. Lauakatmise kord.

Iga perenaese kohus on selle eest hoolt kanda, et toidud korralikult ja isuäratawalt lauale antaks. Mis aitaks see, kui meil toidud ei tea kui hästi valmistatud on, kui nad korratumalt ja kasimatast lauale toodaks: nad jääksid ometi söömata.

Meie perenaesed panewad toitude laualseadimise juures wähe rõhku kaunistamise ja isuäratawuse pääle. Urwatakse, et sellel tähtsus ei ole. Sellega effitakse wäga raskesti. Tähelepantud on näitanud, et kui toit isuärataw on, siis ka toitude äraseadimine korralikumalt sünnib; kuna aga wästumeelt tarwitatud toit terwise pääle halvemat mõju wõib awaldada.

Sellepärast peakime igapäewase toitude laualseadimise juures jeda filmas pidama, et laud puhtalt ja korralikult wahariidega ehk linaga kaetud oleks; wahariiet on kõige tervem puhast hoida. Edasi peaks aasta-aja kohaselt ikka midagi rohelist laua ehteks olema; suurättisid ehk jalwrättikuid ei tohiks ära unustada, sest ka igapäewase söömise juures on neid tarwis. Igal perekonna-liikmel peab teadagi oma suuräti jaoks pael, nõõr ehk rõngas olema; jeda tuleks ka wõõraste söõgi-kohtadesgi tähelepanna, et suurättikuid ära ei wahetatataks.

On perekonnas mõni tähtis päew, mida pidulikult tahetakse pühitseda, siis veame ka selleks laua kaunimalt katma ja ilustama, et see kodufondsete kui ka wõõraste pidutuju aitaks tõsta. Muidugi ei tohi meie pidupäewad ja pidusöõgid mitte ei tea kui kulurikkad olla.

Laua, söõgi- ja jooginõude ehtimises ja kaunistamises on meil ka weel õige wähe omapäralisust. Meie esivanemad olid meist igatahes ees; waatame ainult meie wana-wara hulgas leiduwaid söõgi- ja joogi-riistu, siis leiame neid mitmesuguse ilustusega kaunistatud olewat.

Esimene abinõu meie laua kaunistamiseks on värsked lilled ja oksjad. Kõikjugu kunstilikud paber- ja riidelilled jäägu eemale. Meie loodus on küll nii rikas, et meie oma kodu ja laudajid loomuliste ehetega tarviliselt ilustada võime. Suvel ja kewadel lilled, talvel oksjad.

Kõige rahustavamad ja kaunimat mõju avaldab see, kui meie laudade ehtimiseks ainult ühesuguseid lillesid nagu roosiseid, nelkiseid, kannikeseid jne. võtame. Võime ka ainult põllu- ehk niidulillesid tarvitada. Kui ilusad on wabalt korraldatud ruffililled, ehk wiljapääd, niisamati männi oksjad!

Pidulaua ehtimise juures peame ka pidu tähendusit filmas pidama. Põllumeeste pidude jaoks võime ruffilillesid ehk wiljapäid tarvitada. Lilled ja oksjad peame katsuma sellekohastesse nõudesse mahutada. Kui selle jaoks nõusid ise valmistada, siis kõlbaks näituseks fasetohtu võtta ja torudesse käända. Kes lauda pannakse kõrgemad lilled ehk oksjad.

Laudlinad ja suurätid (jalvrätid) peavad puhtad ja filedad olema ja niiskelt hästi trullitud saama, et nad kõwaks jääks ehk kui trulli majapidamises ei ole, siis peame wahetärgeldama ja filedaks triikima.

Kõwaksid suurätiseid on võimalik soovi järele kujudesse vormida. Kõige kaunim on, kui ühe laua pääl ainult ühekujulised suurätid on. Ehk olgu siis, et laua oksjade pääle ühekujulised pannakse.

Pidulaudade pääl peaks ka keskel ifka puuwilja waasid puuwiljaga olema. Pidulaudasid kaetakse kahel wiisil: istuwate ja seiswate wõdraste jaoks. Seiswate wõdraste laudajid tarvitatakse Rootsis, Norras ja ka Soomesgi. Seiswate wõdraste jaoks kaetud pidulaual on see häa omadus, et perenaesel võimalik on ilma suurema teenijate hulgata läbi saada.

Püstitiseisjate wõdraste jaoks kaetakse suur laud, kuhu kõik sõõginõud hästi korraldatult seatakse ja ka sõõgid korra järele mahutatakse. Sõõmise jaoks on ise wäiksem laud, mis jällegi kaetud ja kuhu suurätid, leiwataldrit leiwaga ja värsked lilled paigutatud. Wõõrad wõtawad ise omale tähtsuse järele toituseid ette, tähtsaw ettepanemine jääb ära.

Kui istuwate wõdraste jaoks lauda kaetakse, siis pannakse iga wõdra jaoks taldrif platši kohale, aga mitte wäga ligistiftu. Taldriku paremale poole pannakse nuga kas aluse pääle ehk ilma, noa kõrwale lusikas. Taldriku pahemale poole seatakse kahwel. Wõib ka kahwelt noaga ühele poole panna, mida wiit meil rohkem tarwitatakse. Lusikad, noad ja kahwliid järeleöögi jaoks pannakse taldriku taha poolpõigiti, klaas jälle taldriku paremale poole keskkohta. Taldrikust pahemale poole pannakse wäike koogi- ehk jalati-taldrif. Kujudesse murtud suurätid pannakse taldrifutele ehk jellekohastele lewaaalustele, wärsteid lillesid pannakse suuräti wahesele. Pääle kaetud laua seiswate ehk istuwate wõdraste jaoks peab ettetõstmise laud olema, mis puhta linaga kaetud, kus taldrifud jne. seisawad.

Laua juures teenijad naesterahwad peawad musta ehk tumesiniist ülikonda ja walgeid põllesid kandma. Teenimine laua juures peab wabalt ja ettemaatlikult sündima. Kohe, kui wõdrad lauda on istunud, hakatakse ette pakkuma. Pakkujal peab walge taldrifurätt käe pääl olema.

Kõige enne pakutakse külmi walmistehitud wõleibu ehk külmad söögid, mille jaoks wäikesed taldrifud on. Selle järele tulewad leemetoidud, supid. Ettetandja pakub wõdrale pahemalt poolt, ja wõdras wõtub taldriku ise wastu. Wõib ka paremalt poolt parema käega wõdrastele ette seada.

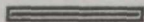
Tarwitatud supitaldrifud wõetakse paremalt poolt ära ja lusikad kogutakse korwikestesse, mis suurätiga wooderdatud.

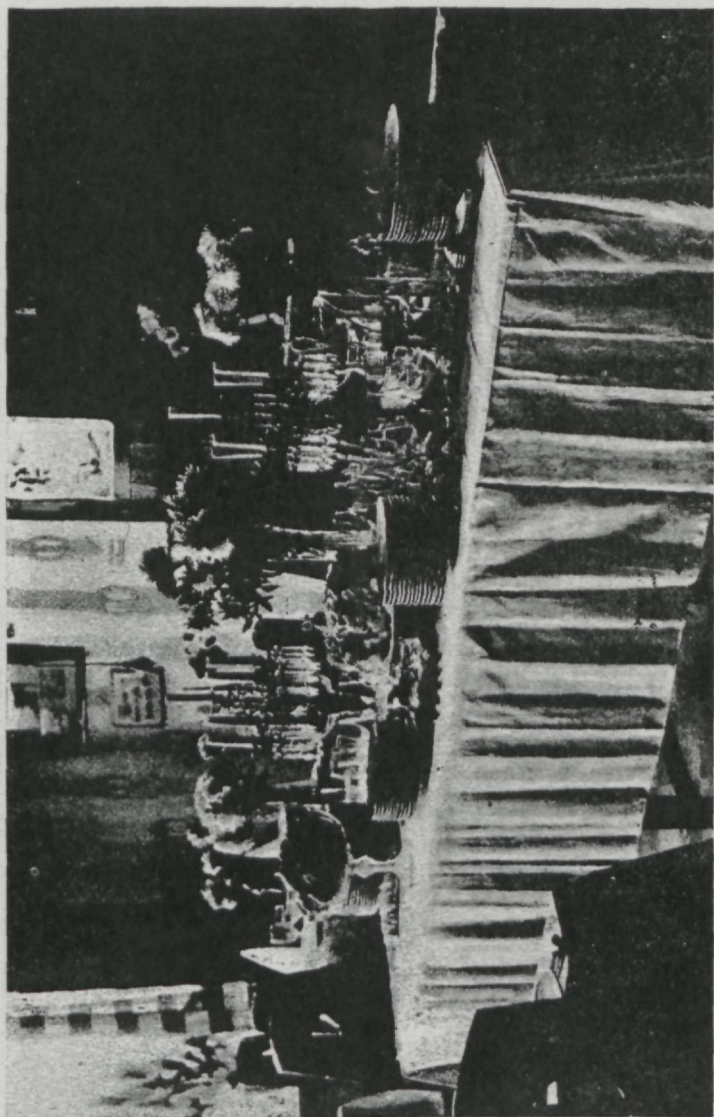
Leemetoitudele järgnewad kalatoidud, ehk taimetoitudest käärid jne. Kalawaagnad ehitakse wärskete tilli, peterjelli ja roosikapja lehtedega ja tomatidega.

Selle järele antakse lihakuppiised ehk taimekuppiised. Waagnaid ehitakse roheliste lehtede ja wäljaldigatud juurewiljadega, kui ka sõstramarja kobaratega.

Kuppiistele järgnewad magusad söögid. Waagnad hoiab ettepakkuja jahwätiga käewarre pääl.

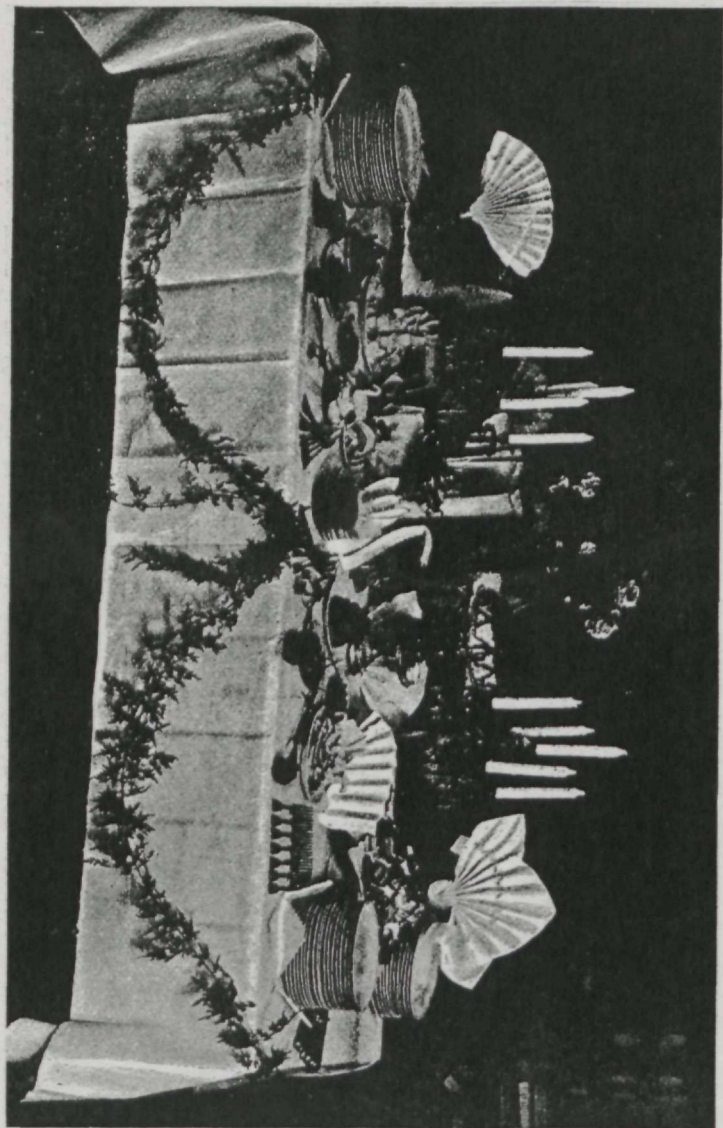
Magusate söökide järele pakutakse puuwilja ja marju.

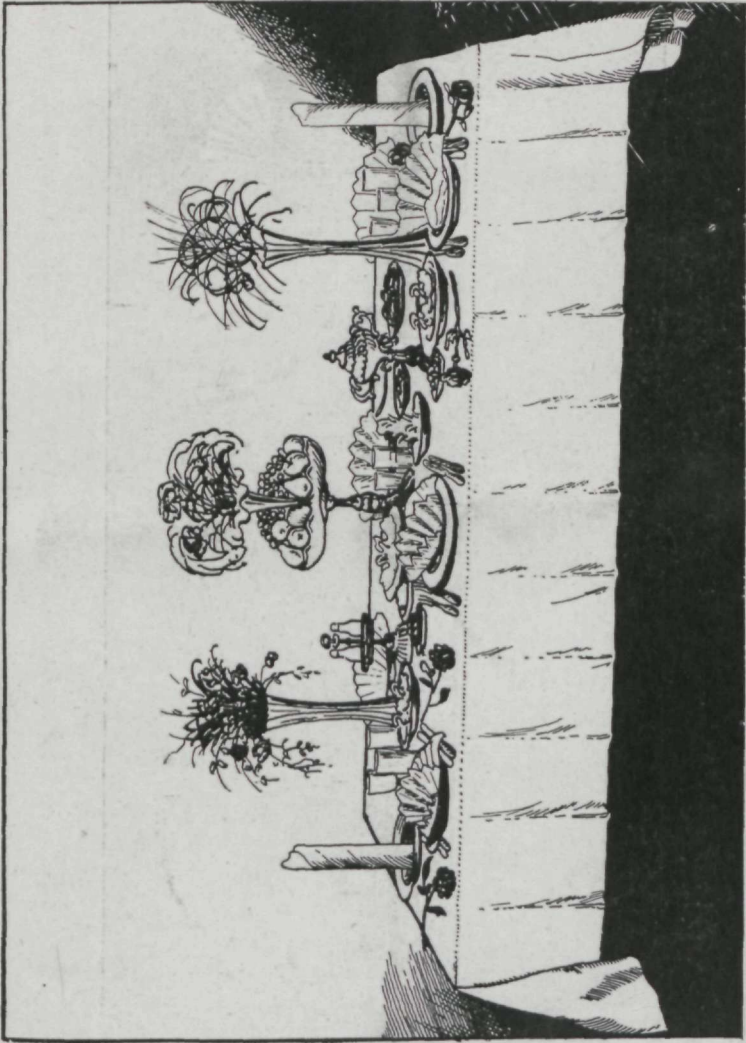




Šaetud laud pūsti seisjatele wõorasefe.

Maailus fanid püsti teisjatele mõõrastele.





Šaetud laud isfuotele wöörastele.

Šaujuočės mirties puokštis.



Gesti Põllutöö- kirjanduse Ühendus

on selle ostarbega ajutatud, et häid ja odavaid põllumajanduslike siuga raamatuid wälja anda, mis selges Gesti keeles kirja pandud ja wanumata teaduslikele alusele rajatud on. Ühenduse liikmed on Gesti tuttavamad põlluasjanduse ja kirjapidamise tundjad, ning sihtlasi ka paremad kirjaniidud nendel aladel. Ühendus loodab oma siurikaste raamatute abil põllumehe teadmisi laiendada ning ametioskamist suurendada, mis kättejõudnud suurte põllumajanduslike muutuste ajal mõõda- pääsemata wajaduseks on saanud.

Gesti Põllutöö-kirjanduse Ühenduse wäljaandel on ilmunud:

Nr. 1. **Loomatoidu juurikad.** Nende tähtsus ja kaswatamine.

Dr. Aleks. Eisen Schmid. Hind 40 kop.

Raamat annab täieliku juhatus selle üle, kuidas loomatoidu juurewilja kaswatada tuleb. Juurewilja söötmine rohendas lehma peemaandi suurel määral, ja peimaist saadakse nüüd hääd raha. Sellepärast peab „Loomatoidu juurikaid“ iga põllumees lugema, kes rikkaks tahab saada.

Nr. 2. **Wäetamise õpetus.** Lühike kokkuvõtte tähtsamate wäetuse- küsimuste selgitamiseks. Chr. Arro. Hind 40 kop.

„Wäetuse õpetuse“ wäärtusest annab see kõige selgemat tunnistust, et temaist esimene trükk ilhe aastaga läbi on müüdnud. Teine trükk ilmus 1913.

Nr. 3. **Wäikepõllupidamine Tartu maakonnas.** Dr. Aleks. Eisen Schmid. Hind 1 rbl. 50 kop.

See on esimene uurimisetöö Gesti põllupidamise üle Gesti keeles. Edenenud põllumehele on raamatu tundmine tarwilik.

Nr. 4. **Kodumaa põllutöö põhjalikuks muutmise küsimus.**

Dr. Aleks. Eisen Schmid. Hind 40 kop.

Raamat näitab lühidalt ja selgesti, mis põhjalikum põllutöö tähendab ning misjuguiste abinõudega Gesti põllumees oma põllupidamist põhjalikumaks saab muuta. Ta on igale uuenduse püüdjale põllumehele tarwilik. Iseäranis aga peatkiwad teda kõik põllumeeste seltside ja ühijuste juhtiwad jõuud enestele kui tege wuse eeskawa muretsema.

Nr. 5. **Perenaeste käsiraamat.** Kirj. instr. E. Mälberg. H. 80 k.

Raamat on iseäranis kõigile neile juhatajaks määratud, kes majapidamise surjustest osa wõtiwad ehk seda teha tahawad. Täielik majapidamise juhatus taluperenaestele.

Nr. 6. **Mesilaste mädapojade haigus. Meetaimed.** R. Mäe- kala. Hind 40 kop.

Raamat on juba käsitirjas näitusel mesinikkude poolt auhinnaga kroonitud. Asjatundjate otsused on tema kohta kiitwad.

Väälle nende on milme nne raamatu käskkirjad walmis saamas.

Gesti Põllutöö-kirjanduse Ühenduse raamatuid müüwad kõik rüüdawad instruktõrid.

Suuremas hulgal wõib tellida Tartust „Postimehe“ ja S. Sõõri raamatuk. ning „Põllutöölehe“ talitusest, Solmi uul. nr. 12.

Hind 80 top.