

Elame seeneriigis

Seened on korjatud ja puhastatud. Mida nendega edasi teha?

ARVI KRIIS



Puravik on väärtuslik söögiseen, mida võib töödelda mitmel viisil – hapendada, kuivatada jm.

Algus Targu Talitas nr 33.

Kui seened on puhastatud, tuleb need kas vähese soolaga maitsestatud vees kupa-
tada-keeta või omas mahlas läbi kuumutada.

Kibedaid riisikaid, näiteks haavariisikaid, keedetakse paar minutit rohkes vees (5 l vett/1 kg seeni), loputatakse hoolikalt külma veega ja nõrutatakse. Väga kibedaid riisikaid, nagu männi- ja kaseriisikaid, tuleb veel kauem keeta, et kirbest maitsest lahti saada.

Toorel kujul surmavalt mürgiseid kevadkogriksaid tuleb eeltöödelda eriti hoolikalt, soovitatav on need kaks korda läbi keeta ja vahepeal külma veega loputada.

Mahedamaitselisi seeni kuumutage praepannil või laias potis omas mahlas, kuni suurem osa vedelikust on aurustunud. Seened kaotavad eeltöötlemisel palju oma kaalust. 1 l värsked seeni kaalub umbes 300–500 g ning vastab ühele-kahele klaasile eeltöödeldud ning umbes 50 g kuivatatud seentele.

Et seenetoit tuleks maitsev, peaksime tundma iga liigi eripära. Näiteks kuke-
seeni ei tohi liiga kaua kuumutada – see teeb nad sitkeks nagu näritud nätsu!

Seened annavad ise igale toidule hea maitse, seepärast piisab, kui maitsestades lisate vaid veidi soola ja pipart. Ürdimaitseainetega pole hea liialdada. Kui maitsetaimi kasutate, siis sobivad pereinipetersell, aed-harakputk, basiilik, tüümian (aed-liivatee) ja till.

Kulturseeni võib kasutada samamoodi nagu muidki mahedamaitselisi seeni. Nad ei vaja isegi puhastamist, pühkige vaid köögipaberiga üle.

Seeni võib pärast eeltöötlemist pike-
maaegseks säilitamiseks sügavkülmutada, kuivatada, soolata, hapendada. Purkides saab neid hoidistada näiteks marinaadis, soolalahuses või rasvaines.

KÜLMUTAMINE

Külmutades säilib värskel maitse, mis soolamisel ja marinaadis hoidmisel kannatab. Enamasti seeni eelnevalt kupa-
tatakse ning pärast nõrutamist pannakse sügavkülma. Kupa-
tamist mittevajavaid seeni võib aga külmutada ka toorelt, pannil praetult või omas mahlas hautatult. Kui olete seeni kuumtöödel-