

Minu seeneretsept

SEENEMARINAAD

- 1 l vett
- 1 keskmine porgand
- 2 sibulat
- 1 sl mädarõikakuubikuid
- 2-3 sl suhkrut
- 3 vürtsitera
- 5 pipratera
- 1 loorberileht
- 2-3 sl äädikat
- 2 sl soola

SEENESELJANKA (SUPIPÕHI)

- 1 kg tomateid
- 1 kg kupatatud seeni
- 1 kg sibulaid
- 1 kg porgandeid
- 1 suur küüslauk
- (2 punast paprikat)
- 1 sl äädikat
- toiduõli hautamiseks
- musta ja punast pipart
- soola, suhkrut
- basiilikut
- Hautan kupatatud-tükeldatud seeni potis õli sees umbes 20 minutit. Eraldi pannil õlis hautan tükeldatud sibulad, nõrutan ja lisan seentele. Järelejäanud õlis hautan kooritud-tükeldatud tomatid ning tükeldatud paprika. Panen need seente juurde. Kuumutan väheses õlis porganditükid, lisan veidi vett, hautan poolpehmeks. Panen needki segusse, mida keedan siis aeglasel tulel vähemalt 30 minutit. Lisan peenestatud pipra, soola, suhkru, basiiliku, hakitud küüslaugu, äädika ja hautan koos 5 minutit. Täidan kuuma purgid kuuma seguga ning sulgen õhu-



Ka mullune Põhja-Eesti parim supp oli valmistatud seentega, täpsemalt kukeseentega. Supi autor oli Önnela Neidek Önnela Külalistemajast.

kindlalt. Hoian jahedas ruumis.

SEENE-ÕUNASALAT

- 2 kl tükeldatud kupatatud seeni
- 1 sibul
- 2 haput õuna
- 2 sl hakitud tilli
- Kaste
- 1 sl õuna- või muud haput mahla
- 2 sl õli
- valget pipart
- soola, suhkrut
- Hakin sibulad ja lõikan õunad kuubikuteks. Segan juurde

seened, hakitud küüslaugu, tilli. Valan üle kastmega, kus kõik ained on ühtlaseks seguks klopitud. Süüa võib iseseisva eelroana või pakkuda lihatoidu kõrvale.

SEENE-PEEDIKOTLETID

- 300 g eeltöödeldud seeni
- 2 keskmist keedupeeti
- 200 g hakkliha
- 2 sibulat
- 3-4 sl jahu
- 2 muna
- soola, pipart
- jämedat jahu või nisukliisid paneerimiseks
- õli praadimiseks
- piima- või hapukoorekastet
- Lasen seened,

keedetud peedi, sibula läbi hakkmasina, klopim ühtlaseks massiks. Segan juurde hakkliha, jahu ja lahtiklopitud munad, maitsestan. Paneerin kotletid jahus ning praen pannil õli sees vaikselt tulel valmimiseni. Serveerin keedetud kartulite ja piima- või hapukoorekastmega.

SEENEVORM

- 2 kl hakitud seeni
- 6 toorest riivitud kartulit
- 1 riivitud porgand
- 2 mugulsibulat
- 2 kl piima
- 2 muna
- soola, valget pipart
- võid
- maitserohelist
- Laon kõik ained kihiti rasvainega määratud ahjuvormi ja valan peale maitsestatud muna-piima segu. Peale panen võitükikesi. Küpsetan 180° juures kuni 1 tund. Süüa võib iseseisvalt hapukoorega või pakkuda liharaa kõrvale lisandiks.

SEENEOMLETT

- 1 kl kupatatud hakitud seeni
- 1 sibul
- 4 muna
- 4 sl piima või vett
- soola, valget pipart, paprika-pulbrit
- maitserohelist
- õli praadimiseks
- Panen seened ning hakitud sibula õliga pannile praadima, riputan üle maitseainetega. Lõõn munad ja piima saumikseriga kergeks vahuks, maitsestan soolaga ning valan seentele. Lasen kaane all vaikselt hõubida. Lõpus keeran sektoritena pannilabidaga korraks teise külje.
- Parima omleti saab muidugi praeahjus küpsetades (pole vaja ümber keerata).
- Lauale andmisel riputan rikkalikult peale hakitud tilli või peterselli.
- Olen valmistanud ka eraldi omleti munadest. Lauale andmisel panin siis seenetäidise poolele omletile ning keerasin teise poole peale.
- Samal põhimõttel võib valmistada seenerulli. Kui lisan täidisele singikuubikuid, saan eriti maitsva ja piduliku roa, mida olen pakkunud külma suupistena peolaual. Sel juhul küpsetan omleti rohkematest munadest ning ahjus plaadil. Täidise keeran tihedalt pooleldi jahtunud omleti vahele, siis jätan rulli päevaks kerge vajutise alla, ühenduskoht allpool. Pärast jahtumist lõikan seenerulli viiludeks.



AIVE LUIGELA, toitumisspetsialist