



Tamme talu ürdiaia perenaine Heli Viiedehof pakub maitsta vürtsikat sibulasärtsu ja ürdiaia chutneyt.

Ökomessil sai kõhu täis

Kodumaiste mahekaupade valik on suurtes poodides küllalt kesine, kuid novembri lõpus peetud Ökomessil sai tahtmise korral päevamenüü kokku.

“Tule proovi mu sigurikohvi,” kutsub Oropera talu perenaine Liisi Kutkina ning kallab mulle termose seest topsitäie lõhnavat jooki. Segab sisse piimatilga ja lusikataie pruuni suhkrut.

“Tegin selle vanade retseptide järgi,” selgitab perenaine, kes valmistab lausa kolme sorti sigurikohvi. Neid, kes tervise tõttu oakohvi juua ei saa, võib sigurist ja teraviljast valmistatud jook hommikul kenasti üles äratada.

Paraja energialaksu saamiseks soovib Kutkina puistata võileiva peale või segada pudru sisse lusikataie klorofüllijahu. “Klorofüll on taimeveri ning inimese verele väga lähedane,” selgitab ta. Iga päev peaks midagi rohelist sööma, aga tihti jääb päevane aedviljakogus liiga väikeseks. Siis tulebki mitme-

test rohelistest taimedest valmistatud mineraalaineterikas jahu appi.

Pudru sisse võib segada ka Oropera talu kuivatatud muskaatkõrvitsat või kuldset pulbrit, mis on jahvatatud saialille keelõitest.

Jahukott pudru jaoks koju

Pudru keetmiseks saab tulundusühis- tuse Eesti Mahe sortimendist valida mitut sorti kodumaiseid helbeid, tangusid ja jahu. Ühistu tegevdirektor Jaan Nõmmik särab jahukottide vahel nagu päike. Põhjuseks see, et peale kiloste kottide saavad nad kuut sorti jahu nüüd ka 3-, 5-, 15- ja 25-kilostesse pakkida.

“Taluinimene ostab ikka suurema koguse, mitte nagu linnas,” põhjendab Nõmmik. “Pealegi läheb kilohind odavamaks, sest pakendikulu on väiksem.”

Näiteks kilone pakk rukkijahu maksab 25, kuid kolmene 60 krooni, s.o kilo pealt viiendiku vähem. Suurema paki puhul kasvab sääst veelgi.

Mustikamakaronid ja meemarinaadis küüslauk

Leiva kõrvale leiab messilt maheliha. Märjamaa lihatööstuse tegevjuht Olavi Liblik lubab järgmisel nädalal saata ökopoodidesse ja Solarise toidupoodi Eesti Mahe märki kandva marineeritud talleliha – kaks traditsioonilises ja kaks kuivas marinaadis.

“Kuivmarinaadi puhul on liha põhimõtteliselt maitseaineseguga sisse määratud ning igaüks võib näiteks oma soovi järgi lisada õli või see lisamata jätta,” selgitab Liblik.

Järgmise aasta algul tahetakse turule tuua ka marineeritud lihaveise- liha.

Liha kõrvale võib süüa kodumaiseid mahemakarone. Suvel makaronitehase püsti pannud õed Riina ja Liina Várs on laiendanud sortimendi juba 9 tooteni. Ökomessile on kaasa võetud kõige värskemad – salati- ja supipasta õuna-pohlaga ning kolmevärviline kukeseene-, kõrvenõgese- ja mustika- pasta segu.