



SHUTTERSTOCK

Soojad täidetud köögiviljad kastmes mitmekesistavad lõunalauda.

Noori, mitte veel täismõõdus juurvilju sobib täita samamoodi kui tomatit, kabašokki, paprikat või baklažaani. Nende täitmiseks saab kasutada teistest toidukordadest üle jäänud aineid: singi- ja vorstiviile, juustu, supi-, prae- ning grillliha, seeni, keedetud riisi, tatart või muud käepärast, mis muudu kipub külmkappi seisma jääma.

Kõigest sellest võib valmistada kordumatu ja isuäratava söögi, lisades rikkalikult maitserohelist.

Täidetud nuikapsad

- väiksemaid nuikapsaid (120–160 g)
- hakkliha või peenestatud sinki
- seeni
- sibulat
- muna
- võid või muud rasvainet
- soola
- pisut suhkrut
- jahvatatud musta pipart
- riivitud ingverit
- hapukoort

Võtke iga sööja jaoks 1–2 nuikapsast ja peske korralikult puhtaks. Keetke soolaga maitsestatud vees ilma koorimata pea-aegu pehmeks. Veidi jahtunud nuikapsad koorige, lõigake ¼ kõrgusest maha ja õnnestage. Väljaõnnestatud sisu mikserdage, maitsestage soola ja suhkruga, jätke seisma, kuni panete täidetud nuikapsad ahju.

Praadige peenestatud sibul rasvaines klaasjaks, lisage hakkliha või sink ja seened. Kasutada võite kukeseeni, kupatamist mittevajavaid või kupatatud seeni. Kupatatud seened praadige eraldi, et vedelik hästi välja auraks. Maitsestage segu, lisage muna ja vajutage segu kahvliga läbi.

Täidise materjali hulgast sõltuvalt võite väiksemale lihakogusele lisada rohkem sibulat, seeni või muna. Täitke nuikapsad, asetage mahalõigatud tipud peale, laduge võiga määritud madalasse ahjuvormi tihedalt üksteise kõrvale. Mikserdatud sisule lisage hapukoort ja valage vormiroa peale. Küpsetage umbes 15 minutit.

Väikesed täidetud kaalikad

- 8 ümmargust väikest kaalikat
- 1 ½ kl keedetud kruupe
- 1 sibul
- 1 sl rasvainet
- 100 g peekonit või sinki

Täidetud AEDVILJAD

- 100 g hapukoort
- 1 kl piima
- majoraani või punet
- soola
- purustatud musta pipart
- petersellilehti

Keetke kaalikad soolaga maitsestatud vees poolpehmeks, koorige ja õnnestage sisu välja. Peenestage sibul, lõigake liha väikeseks kuubikuteks. Praadige sibul väheses rasvaines klaasjaks, lisage lihakuubikud ja praadige segades kergelt pruuniks. Siis lisage kruubid, maitsestage, segage ühtlaselt läbi.

Täitke õnnestatud kaalikad (neile võib väike kuhil peale jääda) ja asetage madalasse ahjuvormi üksteise kõrvale. Segage hapukoort piimaga, kallake kaalikate vahele. Hautage ahjus kaane all 15–20 minutit. Valmis toit kaunistage petersellilehtedega, hautamisvedelik valage kastmekaussi ja andke lauale.

Täidetud peedid liha ja tatraga

- väiksemaid ümmargusi peete
- 200–250 g segahakkliha
- 1 kl keedetud tatratangu
- 1 suurem sibul
- 1–2 sl rasvainet
- soola
- jahvatatud musta pipart
- 200 g hapukoort
- ½ kl piima

Keetke, aurutage või küpsetage peedid pehmeks. Koorige, lõigake juureosa tasaseks, et nad püsti püsiksid ja õnnestage sisu välja ning hakkige peeneks.

Hakkige sibul, praadige koos hakkliha kergelt pruuniks. Lisage segades juurde tatar, peeneks hakitud peedisisu, maitsestage ja kuumutage korralikult läbi. Täitke õnnestatud peedid ja küpsetage ahjus 15 minutit. Siis segage hapukoort piimaga, valage peetidele ja kuumutage enne serveerimist mõni minut. Vaagnale tõstetud peedid andke lauale koos pannilt valatud koorekastmega.

Mannapudrugaga täidetud naerid

- 10 keskmise suurusega naerist
- ¼ kl mannat
- 1 kl piima
- ½ tl soola
- 1 sl suhkrut
- 2 sl riivitud juustu
- 3 sl võid

Keetke pestud naerid poolpehmeks, valage üle külma veega ja koorige. Väljaõnnestatud sisu keetke eraldi väikeses nõus täiesti

pehmeks ja suruge läbi sõela püreeks. Keetke manna piimas pudruks, segage naeripüreega, lisage suhkur ja 1 sl võid.

Täitke õnnestatud naerid, laduge pannile, puistake peale juust ja küpsetage praeahjus umbes 20 minutit. Ülejäänud või sulatage ja aeg-ajalt kastke sellega pannil küpsevaid naereid. Juurde andke koorega segatud kodujuustu.

Kihilised nuikapsalõigud

- täitmiseks sobimatud suuremad nuikapsad
- kollaseid või rohelist suuremaid paprikaid
- sibulaga praetud hakkliha
- suuremaid tomateid
- riivitud juustu
- soola
- jahvatatud musta pipart
- 1–2 küüslauguküünt
- võid
- petersellilehti

Keetke juurviljad soolaga maitsestatud vees poolpehmeks, koorige ja lõigake umbes 3 cm paksusteks ratasteks. Paprikad lõigake ka 3 cm paksusteks rõngasteks.

Asetage paprikarõngad naerilõikudele. Keskele tõstke lusikatäis praetud hakkliha. Pealt katke paksema tomativiiluga, maitsestage soola ja pipraga.

Riivitud juust maitsestage pressitud küüslauguga ja tõstke teelusikaga tomativiiludele, peale noaotsatäis võid. Küpsetage praeahjus umbes 20 minutit. Enne serveerimist kaunistage petersellilehekeseaga.

Soojad täidetud tomatid

Tomatile sobivad täidiseks hakkliha, seened, sibul, vorst, suitsuliha, kala, muna, kohupiim, juust ja nende segud mitut sorti pudrugaga.

HAUTATUD TOMATID MUNATÄIDISEGA

- 8 suurt tomatit
- 8 muna
- soola
- 1 tl suhkrut
- jahvatatud musta pipart
- 1 sl võid
- 2–3 sl vett
- 1 sl hapukoort
- 8 kivideta oliivi
- hakitud petersellilehti
- basiilikut

Valige kõvema viljalihaga tomatid. Pestud tomatitel lõigake tipuosa ära ja õnnestage. Laduge tomatid madalasse ahjuvõlli, lõige igasse tomatisse üks toores muna, maitsestage soola ja pipraga, soovi korral asetage peale oliivi ja katke äralõigatud osaga.

Esialgu kuumutage pliidiil võis, siis lisage vesi ja väljaõnnestatud sisu. Küpsetage