

AED:

Põnevad sügisesed
lilleanumad

Lk 587

KÖÖK:

Teistmoodi toite
tomateist

Lk 590–591

KÄSITÖÖ:

Kuidas kududa
diagonaalruutu

Lk 596–597

Targu Talita

Maalehe nõuandelisa Nr 37 11. september 2014



BEST ROOF

SUPERPAKKUMINE!

Telli uus katus,
saad vihmaveesüsteemi **TASUTA!***
Kiirusta! Pakkumine kehtib 4.-30. september.

- **TERASKATUSED**
- **VIHMAVEESÜSTEEMID**
- **KANDVAD PROFILID**
 - **LISATARVIKUD**
 - **TURVATOOTED**

Tel 529 0177
myyk@bestroof.ee

www.bestroof.ee

TRANSPORT ÜLE EESTI • JÄRELMAKSU VÕIMALUS

* Pakkumine kehtib kandilisele vihmaveesüsteemile, kui tellite vähemalt 150 m² profiilplekki koos aluskatte, lisaplekkide ja kruvidega.



Kõige levinum eistekedriklane on humala eistekedrik.

Röövikud taimejuurte kallal

Minu lillede ja maasikate juuri närvivad mingid valged, paari sentimeetri pikkused röövikud. Nende kahjustusi märkasin juba möödunud aastal. Tänavu näib neid ussikesi olevat mullas päris ohtrasti. Paljud taimed on juurte kahjustuse tõttu kiduraks jäänud. Kes need kurjamid on ja kuidas neist vabaneb?

Vastab

VÄINO PALLUM

Tõenäoliselt on tegu eistekedriklaste (*Hepialidae*) sugukonda kuuluvate liblikate röövikutega. Neid liblikaid on Eestis leitud neli liiki. Kõige levinum on neist *Hepialus humuli* (humala eistekedrik) ja *Hepialus hecta* (kanarbiku eistekedrik). Seni ei ole nende röövikud meil olulisi aia-kahjustusi tekitanud.

Täiskasvanud röövikud on kuni 6 cm pikad, valkjad ja läikiva peaga. Nad elavad mullas ja toituvad paljude lillede, maasikate ja köögiviljataimede juurtest. Samuti võivad nad närida ka taimevarte mullaalust osa. Eelistatumad toidutaimed on astrid, daaliad, floksid, gladiolid, iirised, liiliad, pojengid, priimulad, maasikad ja salat. Röövikud võivad taimi kahjustada kogu kasvuperioodi vältel.



Humala eistekedriku röövik.

Eistekedriklaste esinemisvõimalus on suurem rohumaaga piirnevas aias, eeskätt tugeva umbrohtumise korral, samuti vanade maasikapeenarde läheduses.

Kahjurivalmikud – väikesed ruugetiivalised liblikad lendavad juunist augustini päikeseloojangu ajal. Nad munevad maapinnale, eelistades umbrohtunud kohti. Üks emane võib muneda kuni 700 muna.

Umbes kahe nädala pärast koorunud röövikud puurivad end pinnasesse. Noored röövikud söövad kultuurtaimede ja umbrohtude narmasjuuri. Vanemad paharetid närvivad taimede peajuurt, sibulaid, mugulsibulaid, mugulaid ja teisi maa-aluseid taimeosi.

Järgmisel kevadel osa kurikaelu nukkub, teine osa aga jätkab oma kahjulikku tegevust veel ühe kasvuperioodi.

Eistekedriklaste kahjustuse ärahoidmiseks hoidke maa umbrohost puhas, et see ei meelitaks liblikaid juurde munema. Vegetatsiooniperioodil harige regulaarselt mulda taimede reavahedes ja korjake harimisel nähtavale tulnud röövikud ära.

Rohtunud maa esmakordse kasutuselevõtu eel harige mulda korduvalt ja sügavalt. Sellega tõrjute nii eistekedriklaste röövikuid kui ka teisi mullas tegutsevaid vaenlasi, näiteks traatusse ja põrniklaste tõuke.

Sügisene aed suures korvis

SVEN ARBET

Lilleaunmates on alanud kolmas hooaeg. Milliseid taimi võiks sinna istutada vahelduseks traditsioonilistele eerikatele, ilukapsale ja viitlehele?

Pikkadel hallidel sügiskuudel on tore, kui õuel, terrassil või trepil rõõmustab silma mõni kena värvilaik. Suure korvi sisse saab kujundada lausa väikese aiakese. Erinevaid värve polegi palju vaja – piisab, kui mängida rohelise eri toonidega, sekka midagi särtsakamat, ja tulemus paitab silma.

■ Sihvaka koonusena kõrgub tagapool suureviljalise küpressi (*Cupressus macrocarpa*) kollakasroheline sort 'Goldcrest Wilma'. Kui kraadiklaas langeb alla nulli, siis tema kahjuks hukkub. Külmaõrna küpressi saab edukalt asendada aga mõne muu koonilise kujuga okaspuuga, näiteks hiina kadakaga 'Stricta', mis külma ei karda.

■ Kohevad kollased "sabad" paremal serval kuuluvad puis-eerikale (*Erica arborea*) 'Albert's Gold'. Puis-eerika on Eesti oludes samuti kahjuks külmaõrn. Aga kui ilmatede ennustab ööseks miinuskraade, saab korvi ajutiselt sisse tõsta või katta mitmekordse kattelooriga, et põnevate taimede ilu võimalikult kaua hoida.

■ Väike roheline mätas ees on puis-mailane (*Hebe*) 'Green Globe'.

■ Tema kõrval turritavad ülespoole tihedalt pisikeste lehekestega kaetud kandilised "sõrmed", mis toovad taimeanumasse vahvat struktuuri. Põnev "eksoot" on tegelikult kõigile tuntud harilik kanarbik (*Calluna vulgaris*) uuest põneva välimusega sordirühmast Skyline.

■ Roheluse sisse lisab heledust värd-eerika (*Erica × darleyensis*) valgeõieline sort 'White Perfection'. Tema õitseb tegelikult alles varakevadadel, kuid juba sügisel näitab oma värvunud õiepungi. Igihaljas värd-eerika on täiesti külmakindel.

■ Korvi keskel leidis igati sobiva koha mehise naistepuna (*Hypericum androsaemum*) sort 'Ignite Red'. Tema punased viljad on just see särts, mida rahulik rohe-kollane kooslus veel juurde vajab.



Maalähedane korv sügiskuude silmarõõmuks. Taimed (tagant kellaosuti liikumise suunas): suureviljaline küpress, puis-eerika, puismailane, harilik kanarbik, värd-eerika. Keskel mehine naistepuna.

KAJA KURG

Tõised päevad köögiviljaaias

Hoiustage aiavilju õigesti, et koduaias kasvanud väärt kraam raisku ei läheks.

Saagi koristamise aeg on sageli väsitav, kuid rõõm ise kasvatatud aiaviljadest korvab nähtud vaeva. Kui mõni köögivilj ikalduski, ei maksa meelt heita. Püüdke jõuda jälile põhjustele, et järgmisel aastal saaks olla targem.



Külma saanud peedid riknevad ruttu, sellepärast koristage nad kindlasti enne öökülmi.

■ **PUNAPEET.** Säilitamiseks mõeldud peedid koristage kindlasti enne öökülmi, sest külma saanud juurviljad riknevad ruttu. Juurvili ei närtsi, kui võtate lehed kohe koristamise ajal ära, jättes alles paari sentimeetri pikkuse tüüka. Peajuur jätke alles. Säilitage veidi kõrgemal temperatuuril kui teisi juurvilju: 3–4°, õhuniiskus 90–95%.

■ **KAALIKAS.** Saaki hakatakse koristama, kui juurviljade läbimõõt on 6–7 cm. Kuna juurvili on suhteliselt külmaõrn, tuleb saak hoiule saada enne püsivaid külmi. Säilitage temperatuuril 0–1°, vajalik õhuniiskus 90–95%.

■ **NAERIS.** Saaki võib valikuliselt koristada, kui juurvilja läbimõõt on 5–6 cm. Viige naerid peenralt ära enne külmade saabumist, säilitage nagu kaalikat.

■ **PORGAND.** Hilised sordid koristage enne suuremate öökülmade saabumist. Lehtede kerge lamandumine annab märku saagikoristuse algusest. Kergitage juurviljad hargiga mullast välja, aga ettevaatlikult, et neid ei vigastaks. Lehed murdke või lõigake noaga, jättes alles 1 cm pikkuse tüüka. Säilitage keldris liiva sees temperatuuril 0–1°. Sobiv õhuniiskus on 90%.

■ **PASTINAAK EHK AED-MOORPUTK.** Koristage enne püsivaid külmi. Kaevake juurviljad välja väga ettevaatlikult, sest need võivad murduda. Säilitage nagu porgandit.

■ **JUURSELLER.** Saagi valmimisest annab märku alumiste lehtede kolletumine ja mahavajumine. Kaevake juurviljad välja hargiga, külgmised juured võib lõigata tagasi 5–7 cm pikkuseks. Säilitage nagu porgandit.

■ **PETERSELL.** Koristage enne püsivate külmade saabumist. Juurviljad kaevake välja hargiga, säilitage keldris nagu porgandit. Sisemised lehed võib alles jätta, sest siis saab talvel peterselli ajatades värsked lehti.



Porrulauk võib olla peenral püsivate külmadeni, sest öökülm taimi ei kahjusta.



Rõõm ilusast saagist korvab suvel nähtud vaeva.

■ **HARILIK SIBUL.** Tarbesibulat saab säilitada kastis, korvis või võrkkotis, sobiv temperatuur on 0° juures. Väiksemas koguses sibulaid võib hoida ka köögis (temperatuuril üle 18°), põimige nad patsi või siduge kimpu, et oleks kena vaadata.

■ **KÜÜSLAUK.** Taliküüslauk tuli maast üles võtta juba augustis. Õigel ajal koristatud küüslauk säilib edukalt kevadeni jahedas (0 kuni +3°) ruumis, kus on kuni 70% õhuniiskust.

■ **PORRULAUK.** Öökülmad porrulaugutaimi ei kahjusta, enne püsivaid külmi kaevake nad siiski hargiga välja. Kärpige juuri ja lehti 1–2 cm. Keldris võib taimi hoida liiva sisse istutatult. Sobiv säilitustemperatuur on 1°, õhuniiskus 80–90%. Mõned taimed võib jätta ka kasvukohale talvituma: katke nad kuuseokstega kinni ja kevadel, kui maapind on sulanud, on värsked porru omast käest võtta.



■ **KÖRVITS.** Talikõrvitsad tooge hoiule enne öökülmi, jätke viljale kindlasti viljavars alles. NB! Ärge tõstke kõrvitsat viljavarrest! Kõrvitsa koorel ei tohi olla vigastusi. Säilitage toatemperatuuril.

■ **TOMAT.** Vilju saab veidi pikemalt säilitada, kui jätate viljavarre külge.

■ **PAPRIKA.** Viljade järelvalmimiseks sobib pime hoiuruum temperatuuriga 9–12°. Paprikad säilivad 1,5–2 kuud.

■ **BAKLAŽAAN.** Valmides muutuvad viljad tuhmiaks ja kaotavad läike. Baklažaane saab säilitada lühikest aega külmkapis.

■ **HARILIK FÜÜSAL.** Viljade valmimisest annab märku varisemine ja laterna purunemine. Kerge öökülm teeb viljad magusamaks. Poolvalminud viljad säilivad jahedas mitu kuud.

■ **PEAKAPSAS.** Hapendussordid valmivad augusti lõpul ja septembri algul. Hiliseid sorte koristatakse alates septembri lõpust. Püüdke saak koristada kuiva ilmaga, sest lehtede vahel olev vesi soodustab kapsapea riknemist. Peenral kapsapead lõigates keerake pea tagurpidi, et vesi nõrguks lehtede vahelt välja. Varased sordid on kohe tarbimiseks, säilitussordid säilivad temperatuuril 0–1° (õhuniiskus 95%).



Peakapsad koristage kuiva ilmaga. Kui lehtede vahele jääb vett, võivad pead rikneda.



REPRO

Küpsed põldoa kaunad tumenevad ja terad hakkavad välja pudenema, seepärast ärge koristusega hilinege.

■ **LILLKAPSAS.** Sügisene saak koristage enne öökülmi, sest pärast õisikute maitse ja säilivus halveneb. Sügisel võib taimed koos mullapalliga välja kaevata ja viia keldrisse või kasvuhoonesse järelkasvama. Sobiv temperatuur selleks on 2–8°.

■ **AEDSALAT.** Sügisene saak viige peenralt ära enne külmade saabumist. Salat säilib jahedas (0–1°) ja 95% õhuniiskuse juures kuni paar nädalat, jääsalat kuni kuus nädalat.

■ **LEHTPEET EHK MANGOLD.** Sügisel võib taimed koos mullapalliga välja kaevata ja viia kasvuhoonesse või keldrisse liiva sisse, nii säilivad lehed värskena.

■ **HERNES.** Kuivatatud herneid säilitage riidekotis toatemperatuuril, ruum peab olema kuiv.

■ **PÕLDUBA.** Saak valmib tavaliselt ebaühtlaselt, alumisi kaunu saab korjama hakata augusti keskel. Küpsed, tumedaks muutunud kaunad poetavad terad kiiresti maha, sellepärast ei tohi koristusega hilinea. Võtke taimed üles koos vartega ja kuivatage, siis puhastage terad ja pange kuivama. Kuivatatud terad säilivad pikka aega, neid saab edukalt hoida ka toatemperatuuril.

TIINA PAASIK

Teistmoodi toite

TOMATITEST

Tomati kodu on Lõuna-Ameerika Andide mäestikus ja tema ristiisadeks on nahua indiaanlased, kes kutsusid seda kasulikku vilja sõnaga *tomatoti*.

Hispaania konkistadoor Hernán Cortés, kes vallutas asteekide Tenochtitlani linna 1521. aastal, tõi esimese kollase tomati ka Euroopasse kaasa.

Sealt algas tomati suur levik nii Euroopas, Kariibidel, Filipiinidel, Kagu-Aasias, Lähis-Idas kui ka Põhja-Aafrikas.

Esimene meile teadaolev tomatireseptide kokaraamat avaldati 1692. aastal Napolis. Samal ajal aga kasutati tomateid Itaalia põhjapoolsetes osades, näiteks Firenze pikka aega vaid lauakaunistustena. Söögiks hakati neid seal kasutama alles XVIII sajandi alguses.

Esimesed viited tomati kasvatamisele Eestimaal pärinevad XIX sajandi algusest.

Suuremad tomatitootjad maailmas on praegu Hiina, USA ja Türgi. Euroopas on suurimad tomatitootjad ja eksportijad Itaalia, Hispaania, Kreeka, Rumeenia, Bulgaaria ja Madalmaad.

Tomatis sisalduvad aluselisel mõjuvad mineraalsoolad soodustavad seedeorganite ja neerude talitlust. Tomati söömine on kasulik ka hüpertooniatõve korral.

Tomatimahla on hea vitamiinijook, mille tarvitamine on kasulik ka podagra- ja reumahaigetele. Kosmeetikas aitab värske tomatimahla mask vähendada näonaha kortse ning puhastada ja toita nahka.

Vahtrasiirupis röstitud tomatid

Vahtrasiirup tugevdab tomatite loomulikku magusust. Pakkuge vahtrasiirupis tomateid kas eelroana või kasutage salatites, pitsadel ja pastades.

- 16 poolitatud kirsstomatit
- 2 sl vahtrasiirupit
- 2 sl oliiviõli
- 3 oksa värsket tüümiani
- 1 õhukeselt viilutatud küüslauguküüs
- soola
- jahvatatud musta pipart

Pange ahi 100-150 kraadi juurde soojenema. Laduge tomatipoolikud, lõikepool ülal, küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile. Segage kokku ülejäänud ained ning nirstage tomatitele. Küpsetage 3–4 tundi, kuni need on poolkuivad.

Maroko tomatisalat ▾

See Marokole iseloomulik lihtne salat saab oma "tule" tsilliit.

- 3 keskmist küpset tomatit
- soola
- 100 g hakitud siledalehelist peterselli
- 1 hakitud roheline tsillipipar (ilma seemneteta)
- 1 tl jahvatatud köömneid
- 1 sl äädikat
- 1 sl oliiviõli
- jahvatatud musta pipart

Tükeldage tomatid, riputage soolaga üle, segage kergelt läbi ja pange sõelale 30 minutiks nõrguma. Segage kausis ülejäänud salatained, lisage tomatitükid ja serveerige toatemperatuuril.



Kikerhersed tomatite ja paprikaga ▲

Kikerhersed oma suure proteiinisisalduse ja toitvusega on olnud Lähis-Ida igapäevamenüüs juba tuhandeid aastaid. See roog sobib ühtviisi nii soojalt kui ka külmalt.

- 500 g kuivatatud kikerherneid
- 250 ml oliiviõli
- 2 keskmist tükeldatud punast paprikat
- 1 väike tükeldatud punane tsillipipar
- 1 tükeldatud suur sibul
- 2 purustatud küüslauguküünt
- 3 keskmist küpset tükeldatud tomatit
- 1 tl hakitud värsket basiilikut
- 0,5 tl hakitud värsket estragoni
- paras punt hakitud värsket peterselli
- soola
- jahvatatud musta pipart





Pange kikerhersed kaussi ning lisage piisavalt vett. Jätke neljaks tunniks kuni ööpäevaks ligunema ja seejärel nõrutage. Pange herved potti, lisage rohkelt vett ja kuumutage keemiseni. Katke pott kaanega, keerake kuumus keskmiseks ja keetke, kuni kikerhersed on pehmed (umbes 1,5 tundi). Kurnake ning pange kõrvale.

Kuumutage õli potis, lisage paprikad, tšilli, sibul, küüslauk ja kuumutage 10 minutit, et kõik pehmeneks. Seejärel lisage tomatid, estragon, basiilik, pool petersellikogusest ning maitsestage soola ja pipraga. Kuumutage keskmisel kuumusel pool tundi. Siis lisage kikerhersed ja kuumutage umbes 10 minutit, kuni ka herved soojenevad. Vajaduse korral maitsestage veel soola ja pipraga ning serveerides riputage üle järelejätetud peterselliga.

Tomatisalat ürtide ja granaatõunaga ▶

Granaatõun on olnud tuntud mitmes muistses kultuuris, kuigi tema kodumaaks on Pärsia. Selle salatiga saame osa granaatõunast kui tervise, viljakuse ja igavese elu sümbolist. *Sumac* (eestikeelsena parkesumahh) on Vahemeremaades ja Lähis-Idas kasutatav äädikapuu herneterasuuruse luuvilja punakas sidrunimaitse-line kate.

- keskmine punt hakitud peterselli
- väiksem punt hakitud mündilehti
- 2 suurt hakitud sibulat
- 3 sl granaatõunasiirupit
- 3 sl värskelt pressitud sidrunimahla



- 2 sl hakitud värsket tüümiani
- 0,5 tl kuivatatud paprikapulbrit
- 8 hakitud roheline sibul pealset
- 6 hakitud keskmist tomatit
- 2 suurt hakitud paprikat
- 1 hakitud küüslauguküüs
- soola
- jahvatatud musta pipart
- jahvatatud *sumac*'it (kaunistuseks)
- 600 g turska
- 1 väike porru
- 4 tomatit
- 1 sl võid
- 2 dl kalapuljongit
- 1 dl koort
- soola
- jahvatatud musta pipart
- 0,5 dl hakitud tilli
- 100 g krevette

Segage esimesed 11 koostisainet suures kausis, maitsestage soola ja pipraga ning raputage peale *sumac*'it.

Kalaroog tomati ja krevettidega ▶

Sügisõhtusse sobib hästi soojendav kala-krevetiroog, mille kõrvale on hea pakkuda keedukartuleid. Maitset annavad juurde porru ja till.

Lõigake kala suuremateks tükkideks. Tükeldage porrulauk ja tomatid. Praadige porrut kergelt võis, lisage kala ning maitsestage soola ja pipraga. Laske mõned minutid haududa, seejärel lisage sulatatud krevetid, tomatid ja till.

KAILI EERMA



Soolaseid HOIDISEID

Peedisalat ▶

- 2 kg peeti
- 1 kg paprikat
- 1 kg sibulat
- 1 kg tomateid
- 25 g tšillipipra kaunu
- õli
- soola

Lõigake paprika ja sibul ribadeks ning praadige õlis. Püreestage tomat köögikombainis ja riivige peet jämeda riiviga. Hautage tomatipüreed ja peeti potis vahetevahel segades 1 tund, siis lisage paprika, sibul ja peeneks hakitud tšilli. Hautage kõike koos veel 10 minutit, pange kuumalt purkidesse ja kaanetage.



Kurgisalat ▲

- 1 kg kurke
- 0,5 kg sibulat
- 2–3 küüslauguküünt
- 50 g suhkrut
- soola
- 2 loorberilehte
- 1 tl sinepiseemneid
- 0,5 tl fenkoliseemneid
- 0,5 tl musta terapiart
- 200 ml vett
- tšillipipra kaunu (soovi korral)

Peske kurgid ja lõigake õhukes-teks viiludeks. Koorige ja viilutage sibulat.

REPRO



Pange kurk ja sibul (kui kasutate tšillit, siis ka see väikeseks hakitud tükkidena) potti, riputage peale maitse järgi soola, katke pott kaanega ning jätke ööpäevaks seisma.

Järgmisel päeval vajutage kergelt lusikaga viile kuivemaks (jätke eemaldunud vedelik alles) ja tõstke purkidesse. Koorige küüslauk ja pange kõige peale.

Segage eraldunud maitsevedelikule juurde suhkur, 200 ml vett ja maitseained. Ajage keema ning laske maha jahtuda. Valage vedelik salati peale ja kaanetage purgid. Säilitage jahedas.

Marineeritud tomatid kaneeliga

- 3–4 kg tomateid
- 8 küüslauguküünt
- 8 petersellivart lehtedega
- 2 tilliõisikut

Marinaad

- 4 l vett
- 4 loorberilehte
- 10–14 tera musta pipart
- 10–12 tera nelki
- soola
- suhkrut
- 50 g äädikat
- 1 tl jahvatatud kaneeli

Valmistage marinaad, lisades 4 liitrile veele soola, suhkrut, vürtse ja keetke umbes 15 minutit. Seejärel lisage äädikas.

Pange tomatid küüslaugu, peterselli ja tilliga purkidesse. Valage kuum marinaad ning kaanetage purgid.



Teistmoodi kurgid ▲

- 1 kg kurke
 - 4 nooremat, 5–7 cm pikkust männioksa
- ### Marinaad
- 1 l vett
 - 2 sl soola
 - 1 sl suhkrut
 - 100 ml äädikat (9%)

Peske kurgid ja lõigake otsad ära. Valage esmalt üle kuum, seejärel jääveega. Pange 3-liitrise purgi põhja pooled männioksad, seejärel kurgid ning nende vahele ülejäänud oksad.

Marinaadiks ajage vesi soola ja suhkruga keema, võtke seejärel tulelt. Valage kurkidele, katke purk kaanega ja jätke 15–20 minutiks seisma. Valage marinaad purgist uuesti potti (kurgid jäävad männiokstega purki), laske vedelik uuesti keema tõusta, võtke tulelt ja seejärel lisage äädikas. Valage kuum marinaad purki ja kaanetage lõplikult. Katke ümberpööratud purk riidega ja jätke seisma sellisel moel 2 päevaks. Säilitage jahedas.

Kõrvits sinepises kastmes

- 1 kg kõrvitsat
- 2 sl soola
- 500 ml äädikat
- 5 sl suhkrut
- 2–3 sl riivitud mädarõigast
- 2 sibulat
- 150 g sinepulbrit
- 2 tilliõisikut

Koorige ja tükeldage kõrvits, puistake soolaga üle ning jätke üleöö seisma. Marinaadiks ajage vesi potis suhkrut ja äädikaga keema ning blanšeerige kõrvitsatükke portsjonikaupa, 4–5 minutit portsjoni kohta. Pange kõrvitsatükid koos mädarõika, sibularõngaste, tilli ja sinepulbriga kaussi ning valage marinaad peale.

Järgmisel päeval valage vedelik pealt ära ja laske uuesti keema. Pange kõrvitsatükid purki ning valage kuum marinaad peale. Kaanetage ja säilitage jahedas.

Supiroheline ▾

- 250 g tilli
- 250 g peterselli
- 250 g koriandrit
- 200 ml õli

Peske maitseroheline ja laske paar tundi täielikult kuivada. Tükeldage see kaussi, valage õliga üle ning segage hoolikalt. Jätke 1 tunniks seisma. Seejärel segage veel kord läbi. Pange segu purkidesse, kaanetage ja säilitage külmkapis. Segu ei kaota seistes lõhna, värvi ega maitset. Saab lisada nii suppidel kui ka muudele roogadele terve talve vältel.



Valekapparid

- 400 g noori avanemata võilillennuppe
- 1,5 sl jämesoola
- 1,5 sl suhkrut
- 2 sl õunaäädikat
- 10 tera musta pipart
- 5 tera nelki
- 10 mustsõstralehti
- 1 tl tammekoort

Hoidke võilillennuppe 1 tund soolvees, et kibedus kaoks. Seejärel jagage need purkidesse. Marinaadiks pange potti 0,5 liitrit vett, sool, suhkur, pipar, nelk, sõstralehed ja tammekoort. Kuumutage keemiseni. Keetke kaks minutit ja lisage äädikas. Võtke tulelt, kurnake vedelik purki võililledele peale. Katke purgid kaanega, pange need sooja veega täidetud potti ja kuumutage 15 minutit.

Kaanetage lõplikult. Pöörake purgid tagurpidi, laske täielikult jahtuda ning säilitage jahedas.

See retsept jääb katsetamiseks küll uue aasta maikuisse, kuid kui proovite, siis te ei kahetsete!

Baklažanimoos ▶

- 3 keskmist baklažaan
- meresoola
- oliiviõli
- 2 küüslauguküünt
- 2 tl paprikapulbrit
- 1 tl jahvatatud köömneid
- 1/8 tl jahvatatud kaneeli



- 1/8 tl harissat või tšillikastet
- 0,6 dl vett
- 2 sl värskest pressitud sidrunimahla
- 1 sl hakitud peterselli

Koorige baklažaanid ja lõigake pikkupidi 2 cm paksusteks tükkideks. Raputage peale soola ja laske sõelal nõrguda umbes pool tundi.

Pange ahi soojenema 190 kraadi juurde, määrige kaks küpsetuspaberi lehte oliiviõliga, asetage sinna peale ühekordse kihina baklažaaniviilud ning keerake need ümber. Küpsetage viile ahjus 25 minutit, vahepeal neil külge keerates.

Kui baklažaanid on küpsed, pange need suurde kaussi koos paprika, küüslaugu, köömnete, kaneeli, harissa või tšillikastme ja veega ning segage hoolikalt läbi.

Kuumutage potis oliiviõli ning hautage segu madalal kuumusel pidevalt segades, et vältida põhjakõrbemist. Hautage umbes 20 minutit, kuni enamik vedelikust on aurustunud ja mass on muutunud tihkeks. Segage sisse sidrunimahl ja keetke veel 1 minut. Seejärel võtke pott tulelt ja lisage petersell. Vajaduse korral maitsestage soolaga, kui keedus on veidi jahtunud.

Harissa on Tuneesiast pärit põlev tšillikaste. Hoidis säilib külmikus kuni 5 päeva.



Ürdimoos oliivide ja sidruniga ▲

- 4 poolitatud küüslauguküünt
- 450 g spinatilehti
- punt siledalehelise peterselli lehti
- 60 g sellerilehti
- 8 g koriandrilehti
- 0,6 dl oliiviõli
- 12 musta oliivi õlis
- näpuotsatäis suitsutatud paprika pulbrit
- näpuotsatäis Cayenne'i pipart
- näpuotsatäis jahvatatud köömneid
- 1 sl sidrunimahla (soovi korral rohkem)
- soola
- jahvatatud musta pipart

Pange potiga vesi keema, sinna peale sõel, milles aurutage küüslauk, spinat, seller ja petersell pehmeks. See võtab aega umbes 15 minutit. Laske jahtuda, pigistage lehed kuivaks, hakkige peeneks ja pange kõrvale. Küüslauk suruge kahvliga pudiks. Kuumutage pannil 1 sl oliiviõli ning pange sinna küüslaugupudi, oliivid, paprikapulber, Cayenne'i pulber, köömned ning kuumutage keskmisel tulel umbes 30 minutit. Seejärel lisage rohelist lehed, segage ja kuumutage, kuni segu muutub paksemaks – umbes 15 minutit.

Võtke pann tulelt ja laske toatemperatuurini maha jahtuda. Lisage juurde ülejäänud oliiviõli, pange purki ja hoidke külmikus, kus see säilib kuni 4 päeva.

Serveerimiseks laske soojeneda toatemperatuurini, lisage sidrunimahl, maitsestage soola ja pipraga.

Hoidis on väga hea suupisteks koos soolaste küpsistega. Suitsutatud paprikat, mida kuivatatakse suitsumaitse saamiseks spetsiaalses tammepuust ahjudes, annab omapärase nüansi.

PIHLAKATE aeg on käes

Kui õunte ja ploomidega on sügis kohati kitsi, siis pihlakaid võib leida igast Eestimaa nurgast.

Tänavu peaks pihlakatest jätkuma nii lindudele kui ka inimestele – marjad on prisked, kobarad puhtad ja terved. See paneb tahtmatult mõtlema, kas peale silmailu saaks neid marju ka talveks sisse teha.

Mõrkjas pihlakamoos, olgu siis keedetud segamini õunttega või üksnes pihlakatest, annab mõnusat vaheldust. See sobib nii saiale kui ka pannkoogile, hapukas püree on hea täidis biskviitkoogile. Pihlakast saab kompotti ja kangemaid rüüpeid. Ka tasuks pihlakaid kuivatada tee tarbeks või nõõrile lükituna jõulupuu ehteks. Mõned oksad võib kuivatada ka koos kobaratega ja kasutada neid talvisel ajal lauakaunistusena.

Pihlakatee

Pihlakatee on hea seetõttu, et C-vitamiin säilib marjades ka pärast kuivatamist. Õige aeg marjade korjamiseks on september või oktoober. Liiga pikalt ei maksa korjamisega venitada, vastasel korral jõuavad linnud ette.

Tänavune rikkalik pihlakasaak paneb mõtte liikuma, kuidas neid marju ka talveks sisse teha.

Eemaldage mustaks tõmbunud ning vigased marjad. Terved ja puhtad marjad asetage õhukese kihina paberile kuivama, seejärel kuivatage 50 kraadi juures praeahjus, kuni marjad on punakaspruun varjund.

Tee valmistamisel arvestage 2 sl kuivatatud marju 1 liitri vee kohta. Teed võib valmistada mitmel viisil, kõige rohkem on levinud kaks moodust. Kuivatatud marjadele võib asetada külma vee ja keeta segu aeglaselt kuni 10 minutit.

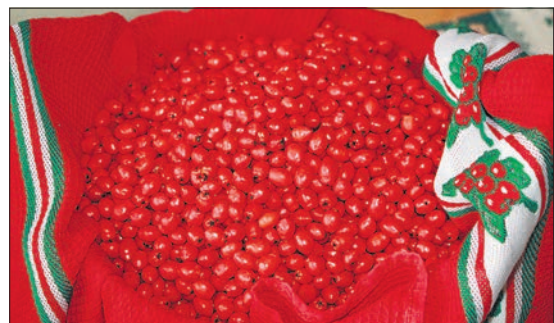
Teise mooduse korral valage kuum vesi marjadele ning laske seista ööpäev, seejärel kuumutage keemiseni ja jooge.

Pihlamarjadest tehtud tee on hapukas ning tal on seedimist soodustav toime, lisaks on saadud jook vitamiinirikas.

Pihlakamoos

- 1 kg pihlakapüreed
- 800 g suhkrut

Puhastage pihlakad, vajadusel peske ja valage seejärel potti, mille põhja on valatud pool klaasi vett. Keetke pihlakaid 30 minutit, aeg-ajalt segage. Seejärel suruge need läbi sõela ning kallake saadud püree tagasi potti, lisage suhkur ning keetke 10 minutit, kuni suhkur on korralikult sulanud. Valage moos kuumalt purki.



Enne hoidistamist tuleks marjad puhtaks pesta ja kuivaks nõrutada.



Rõõmsavärviline pihlakamoos maitseb mõnusalt hapukas. Kes eelistab magusamat, võib moosi keeta ka ohtra suhkruga, kuid võluvaks teebki selle moosi mekk, kus õrnalt tunda pihlakaid.

Pihlakad konjakis

- 1 l puhastatud pihlakaid
- 1 kl suhkrut
- 1 kl vett
- 1 kl konjakit

Puhastage pihlakad, valage neile peale kuum vesi. Samal ajal keetke veest ja suhkrust siirup, valage marjad sinna sisse. Keetke 10 minutit ja lisage konjak, segage, tõstke marjad purki ning valage neile peale vedelik. Sulgege korralikult. See on mõnus lisand talvisel ajal lihatoitude kõrvale. Soovi korral võib suhkrut asendada meega ning konjaki asemel kasutada veini.



PILLE HERMANN



Pihlakate vahele võib lükkida ka pärleid või litreid. Seejärel asetage pihlakakee kuivama, et see jõulude ajal taas välja tuua.

Klassikaline õuna-pihlakamoos

- 1 osa õunu
- 1 osa pihlakamarju
- 1–2 osa suhkrut, vastavalt maitsele

Puhastage pihlakad, koorige õunad ja asetage keema. Soovi korral võib pehmeks keenud segu püreestada, aga kes armastab moosi, kus ka tükid sees, võib selle tegemata jätta. Lisage suhkur, keetke 15 minutit ja valage kuumalt purki.



Pihlakaid saab kasutada ka laua kaunistamisel.

Põsepuna pihlakatest

- 500 g pihlakamarju
- 100 g suhkrut
- 300 g mett
- 1 kaneelikoor
- 700 ml kanget alkoholi

Asetage puhastatud marjad vähese veega keema, lisage suhkur, kaneel-

likoor, mesi, keetke 10 minutit ja seejärel lisage alkoholi. Valage segu klaasanumasse ning jätke sooja kohta kuni kuuks ajaks seisma, aeg-ajalt segage. Seejärel kurnake ja valage pudelisse. Säilitage jahedas.

Lisand liha juurde

- 500 g pihlakamarju
- 2 suurt sibulat
- 2 suurt tomatit
- 2 paprikat
- 2 sl rosinaid
- 2 sl õli
- 300 g suhkrut
- 1 tl soola
- 0,5 tl pipart
- 250 ml valge veini äädikat
- soovi korral kaneeli

Hakkige sibulad, tükeldage tomatid ja paprika. Kuumutage õli ning praadige sibulad kuldseks, lisage tükeldatud tomatid ja paprikad. Seejärel segage hulka puhastatud pihlakad, keetke, kuni pihlakad muutuvad pehmeks. Lisage suhkur, sool, pipar, rosinaid, valge veini äädikas ning soovi korral ka kaneel. Laske segu keema ning valage kuumalt purki.

REPRO



Lihtne ja efektiivne õunamahla press

Aastakümneid on õunamahla presitud isetehtud presside ja purustajatega, kuid ka uue põlvkonna pressid on töökindlad ja lihtsalt käsitsetavad. OÜ Riksmann toob Eesti turule efektiivseid mahlapresse ja mahlapressimiseks vajalikke tarvikuid.

Hea mahla saamiseks tuleb kõigepealt õunad sorteerida ja pesta. Mahlaks ei sobi määrdunud ja mädaplekikidega õunad, sest hiljem võib mahl hoolimata pastöriseerimisest kiiresti käärima minna.

Õunad peaksid olema piisavalt küpsed, kuid mitte üleküpsenud. Toored õunad annavad väga vähe mahla välja ning see on väga hapu. Üleküpsenud õunad aga kuivavad ja muutuvad pudedaks, neid on raske pressida ning mahl tuleb hägune ja rohke viljalihaga. Parimad mahlaõunad on hilissügise ja talveõunad, mis on suveõuntest mahlasemad.

Järgmiseks tuleb õunad spetsiaalse purustajaga purustada. Tekkinud massist on lihtne mahla välja pressida ja mahlasaak on suurem.

Pärast purustamist pannakse õunamass mahlapressi korviossa ja pressitakse. Soovitav on selle juures kasutada filtrikotti.

Sõltuvalt õunasordist ja purustamise astmest tuleb mahla 40–70% õunte massist. Pressimisel suurendage rõhku järk-järgult, et mahl jõuaks eralduda.

Üks tsükkel – korvi täitmine, pressimine ja korvi tühjendamine – võtab aega umbes 15 minutit.

Kuidas kududa DIAGONAALRUUTU

Diagonaalruudu kudumine on lihtne lapikudumise tehnika, kus iga ruut kootakse eraldi ning järgmise ruudu silmused korjatakse üles eelmiste ruutude külgedelt.

Selle tehnika eeliseks on see, et kudumi saab valmis praktiliselt ilma õmblusteta. Kahandamine toimub alati ruudu keskel.

Diagonaalruudu kudumisel on varrastel ainult ühe ruudu silmused, need mida parasjagu kootakse. Ruudu suurus sõltub eseme suuruselt – kui on plaanis kududa tekk, siis võib arvestada rohkem silmuseid.

Oluline on meeles pidada, et silmuseid oleks ruudu alustamisel paaritu arv. Harjutamiseks piisab, kui proovida kududa 21 silmusega ruutu. Neli ruutu läbi kududes saab kõige paremini aru, kuidas see töö käib, ja edasi võib juba kombineerida ühe töö raames erinevas suuruses ruutusid. Ripskoe asemel võib ruudud kududa ka parempidisest koes, samuti võib proovida pärlkoes kudumist.

Esimese ruudu kudumine

■ Looge 21 silmust, kuduge need parempidi läbi. Seejärel kuduge 9 silmust parempidi, võtke kolm silmust parempidi ületõstmisvõttega kokku (tõstke 1 silmus paremale vardale, 2 järgmist kuduge parempidi kokku ning tõstke vasakul vardal olev silmus üle kokkvõetud silmuste). Kuduge järgmised 9 silmust parempidi läbi.

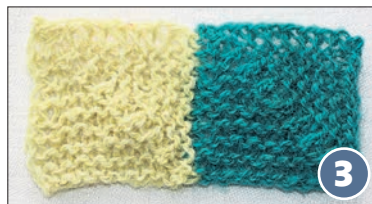
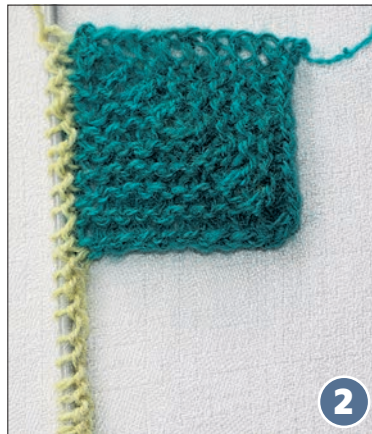
■ Järgmine rida kuduge taas parempidi, ehk siis kogu ripskoelise ruudu puhul kootakse paaritud read alati parempidise võttega läbi. Silmuste kokkuvõtmine toimub alati töö paremal poolel. Aeg-ajalt jälgige, et kogemata poleks apsakat sisse tulnud ning kokkuvõtmiskohast nii paremal kui ka vasakul pool oleks võrdne arv silmuseid.



■ Kui vardale on jäänud 3 silmust, kuduge need samuti ületõstmisega kokku, tõmmake lõng läbi silmuse ning peitke see nõelaga töö paemale poolele. ▲ 1

Teise ruudu kudumine

■ Võtke töö parem pool enda poole ning korjake esimese ruudu servalt 10 silmust vardale, lisaks võtke 1 nurgasilmus. Seejärel looge juurde 10. silmus. Vardal peab olema 21 silmust, esimene rida kuduge parempidi läbi. ▼ 2



■ Edasi kuduge sarnaselt esimese ruuduga, s.t ruudu keskel toimuvad kahandamised ning paaritud read kootakse parempidiselt läbi. ▲ 3

Kolmanda ruudu kudumine

■ Looge 10 silmust, seejärel korjake esimese ruudu servalt silmused (10 silmust + 1 nurgasilmus). Taas on vardal 21 silmust, esimene rida kuduge parempidiselt läbi ning edasi jätkake esimese ruudu kudumise juhendi järgi. ▼ 4



■ Valmis on kolm ruutu. Juba on ka näha, kuidas kokkuvõtmiskohad moodustavad omaette mustri. ▲ 5

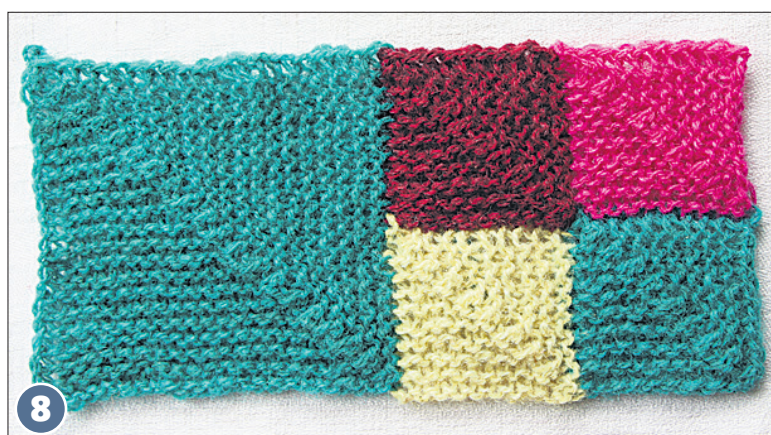
PILLE HERMANN



Diagonaaltehnika sobib tekkide ja pleedide kudumiseks, ning miks mitte kududa selles tehnikas ka salle. Hea on see, et erinevaid ruute ei pea kokku õmblema, vaid need saab kokku kududa. Ideaalne töö, kus saab ära kasutada lõngajääke, peale selle saab suuremate ruutude kudumisel isegi ühe ruudu piires värvidega mängida.

Neljanda ruudu kudumine

■ Võtke töö parempidi enda ette ning korjake kolmanda ruudu küljelt 10 silmust + 1 nurgasilmust. Seejärel korjake üles 10 silmust teise ruudu küljelt, nii et kokku on üleskorjatud jällegi 21 silmust. Kuduge esimene rida parempidiselt ning edasi järgige esimese ruudu kudumisõpetust. ▶ 6



■ Ruutude kudumise järjekord värvitoonide järgi. Esimesena kootud ruut on roheline, teine on beez, kolmas roosa ja neljas tumepunane. ▲ 7

■ Saab varieerida erinevas suuruses ruutudega, oluline on vaid meelles pidada, et silmuseid peab olema paaritu arv. Kui ühe väikese ruudukese kudumisel oli vardal korruga

21 silmust, siis suure ruudu kudumiseks on kahe väikese ruudu servadest üles võetud 43 silmust. ▲ 8

PILLE HERMANN

NAKKUSED lindudelt ja

REPRO

Enamasti on tõved ja nakkused liigiomased, kuid paljud haigused levivad ka lindudelt ja loomadelt inimestele.

Sellisteks tõbedeks on näiteks ornitoos, linnugripp, toksoplasmooos, tularoemia, Siberi katk, leptospiroos, salmonelloos ja marutõbi.

■ **ORNITOOSI** nimetatakse ka **PAPAGOITÕVEKS**, sest seda haigust leiti esimesena just papagoidel. Haigusetkitajad elavad lindude organismis ja sealt võib haigus kanduda nii metsloomadele kui ka inimestele. Nakkus levib õhu kaudu või lindude eritistega saastunud käte vahendusel. Inimestel on selle haiguse puhul iseloomulikumateks haigusnähtudeks palavik, pea- ja lihasevalu ning kõha. Tüsistusena võib tekkida kopsupõletik, südamelihase põletik ja tromboflebiit.

■ Ka **LINNUGRIPP** võib inimesele levida kas kodu- või veelindudelt. Inimestel kulgeb haigus kõrge palavikuga, pea-, lihas- ja kurguvaluga, kõha ja nohuga, kuid võib esineda

ka kõhulahtisust. Hongkongis nõudis see haigus 1998. aastal kuue inimese elu.

■ **TOKSOPLASMOOS** esineb lindudel, aga ka koduloomadel ja ulukitel. Inimene võib sellesse parasitaarhaigusesse nakatuda parasiidikandjate loomade või lindudega kokupuutumisel, toore liha või pesemata köögivilja söömisel, samuti ka nakatunud kasside väljaheidetega kokupuutudes. Haigus võib kulgeda ägedalt, kõrge palavikuga, selle kestel suurenevad kaela lümfisõlmed. Nakatumine on eriti ohtlik raseduse ajal, sest võib põhjustada loote hukumise.

Loomadelt inimestele

■ **TULAREEMIA** nimetatakse ka **JÄNESTE KATKUKS**. Sellesse haigusesse võivad inimesed haigestuda närilistelt verd imevate sääskede või puukide hammustuste kaudu või otseselt metsikute närilistega kokku puutudes. Samuti võib nakkuse saada näriliste väljaheidetega saastunud vee tarvitamisel või saastunud heina- ja villatolmu sissehingamisel.



Kodulindude kaudu võib inimeseni jõuda nii linnugripp kui ka ornitoos.

Sõltuvalt nakatumisviisist on haiguspilt ja kulg erinev. Enamasti esineb palavik ja külmavärinad. Hammustuse kohale tekib punetav sõlmeke, mis muutub mädaseks.

■ **SIBERI KATKU** ehk **ANTRAKSIT** ehk **PÖRNATÕBE** võib esineda veistel, hobustel, kitsedel, lammastel ja kaamelitel. Inimene nakatub, kui ta kasutab haige looma liha või kui ta on kontaktis haigete loomadega, samuti ka haigete loomade naha või villaga. Haiguse võib saada ka haigusetkitajaid sisaldava tolmu sissehingamisel. Inimestel on Siberi katku puhul kolm vormi: naha-, kopsu- ja soolevorm.

Õues käiv kass võib koju tuua toksoplasmooosi.



loomadelt

■ **LEPTOSPIROOSI** kannavad inimesteni rotid, hiired, sead, veised ja koerad. Nakatuda võib saastunud vett või toitu süües, aga ka vigastatud naha või limaskestade kaudu. Nakatuda võib isegi saastunud veega pestes, ujudes või koeraga mängides. Haigus kulgeb gripitaoliste nähtudega (kõrge palavik, lihaste- ja peavalu). Umbes nädala pärast võivad haigusnähud kaduda, kuid hiljem võib palavik uuesti tõusta ning tekkida peavalu, lõõve või koguni maksa- ja neerukahjustused.

■ Kõige sagedasem lindudelt ja loomadelt inimesele kanduv nakkus on aga **SALMONELLOOS**. Nakkuse võib saada saastunud vee või munade, liha ja piimatoodetega. Salmonellad on eluvõimelised mitu kuud ja nad ei sure ka külmutamisel.

Nakkuste vältimine

Koduloomade ja -lindude tervise eest tuleb hoolitseda ja võimalike haigusnähtude puhul nende põhjuste jälile jõuda. Loomade-lindude pidamiskohti tuleks regulaarselt koristada, desinfitseerida ja õhutada, et vältida ruumide tolmusust.

Suurtes farmides on töötajatel vajalikud kaitsevahendid, näiteks nina-suumask ja kaitsekindad. Tingimata on tarvis tihedasti käsi pesta ja seda ka pärast koera või kassi mängimist.

Haiged loomad ja linnud tuleb tingimata veretest isoleerida. Rotid ja hiired tuleb elu- ja loomapidamisruumidest hävitada.

Vältida tuleks ka puugihammustusi. Puugiohu olemasolul kontrollige oma rõivaid ja nahka päeva jooksul korduvalt. Mida varem puuk eemaldatakse, seda parem, sest nakkuse saamise risk on väiksem. Nahal sibavast või äsja nahale kinnitunud puugist pole veel ohtu karta.

Palju kasu on ka metsloomade vaksineerimisest. Näiteks maru-taudi pole Eestis enam viimasel ajal diagnoositud, sest metsloomi vaksineeritakse regulaarselt ja haiguse levik on sel moel tõkestatud.

NAOMI LOOGNA



Grillitud broilerifilee.

Miks on kasulik süüa linnuliha

Linnuliha tarbimine on eestlaste seas aasta-aastalt kasvanud. Statistikaameti andmete põhjal söödi Eestis 2013. aastal 23 kg linnuliha inimese kohta.

See on tervislik valik, sest linnulihas on vähem rasva, kuid palju valku.

Broileriliha on endiselt kõige populaarsem linnulihaliik. 100 grammi broilerifileed sisaldab 182 kcal energiat ja 20 grammi valku. Broilerifilee on õrnema tekstuuriga ning seetõttu ei tohiks seda liiga tugevalt maitsestada. Näiteks ei ole soovitatav broileri puhul kasutada tugevaid äädikamarinaade, vaid lisada maitset näiteks ürtide, sidruni ja oliiviõliga.

Kalkuniliha on nagu broilerihagi õrnema tekstuuriga. See sisaldab rohkelt B-rühma vitamiine, tsinki ja kaaliumi. Kalkunilihas sisalduvad kasulikud ained aitavad hoida kolesterooli madalal, ennetades nii südamehaigusi. Samuti sisaldab see rohkelt valku.

Kalkunihakkliha on üks madalama rasvasisaldusega müü-

VÕRDLUS

Mida sisaldab linnuliha?

	Valgud %	Rasvad %	Toiduenergia kcal/100 g
Kalkuniliha	20	8	160
Broileriliha	20	10	182
Pardiliha	24	18,5	365

gil olevaid hakklihaseid. Hakitud kalkuni rinnaliha sisaldab 100 grammi toote kohta 0,8 grammi rasva, mistõttu sobib see hästi vahelduseks tavapärasele hakklihadele.

Pardiliha on teistest linnulihaliikidest rasvasem, sisaldades 100 grammi kohta 365 kcal energiat. Samas on pardis ka teiste linnulihadega võrreldes kõige rohkem valku, 24 grammi 100 grammi liha kohta.

Pardiliha sisaldab ka hulgaliselt kasulikke aineid. Selles on arvestatavas koguses rauda, fosforit, tsinki, vaske, vitamiini B₆, vitamiini B₁₂ ja väiksemas koguses kaaliumi, magneesiumi, E- ja C-vitamiini ning foolhapet.

Allikas: linnuliha.ee

BROS

Hiirte ja rottide tõrjeks

- Ohutu – sisaldab kibedat ainet, mis aitab ära hoida juhusliku allaneelamise laste või koduloomade poolt.
- Efektivne – kõrge aktiivaine kontsentratsioon tagab usaldusväärse efekti.
- Praktiline – ainult üks, lihtsalt kasutatav doos ja mumifitseeriv efekt.



Tooted on saadaval kauplustes üle Eesti.

Kasutage biotsiidi ohutult. Enne kasutamist lugege alati läbi tootel olev märgistus ja teave.

www.bros.eu