Perunan ja vihannesten esikoiset juhannuspöytään

Kesän ensi satoa saadaan pöytään juhannukseksi siitä huolimatta, että perunaa ja avomaan vihanneksia päästiin istuttamaan muutama viikko tavanomaista myöhemmin. Juhannusviikko on usein ollut Kotimaiset Kasvikset ry:n nimeämä varhaisperunan ja varhaisvihannesten juhlaviikko.

Uuden perunan nostoon päästään yleensä kesäkuun alussa, kun ilmat lämpenevät. Varhaisin sato keskittyy saaristoon. Paraisilla, Houtskarissa, Rymättylässä, Merimaskussa ja Nauvossa ollaan edelläkävijöitä, mutta satoalue laajenee sitten myös sisämaahan.

Aivan ensimmäiset varhaisperunaherkut nostetaan yleensä saaristosta kevään lakkiaisjuhliin. Valtaosa juhannukseen mennessä valmistuvasta varhaisperunasta on istutettu huhtikuun 20. päivän molemmin puolin.

Lähiruokana maistuvinta

Vihannesten esiinmarssin aloittaa usein kiinankaali. Kiinankaalin, jäävuorisalaatin ja varhaiskaalin satoa korjataan avomaalta touko-kesäkuun vaihteesta alkaen pieniä määriä. Nippusipulia ja nippuporkkanoita nostetaan muutaman viikon ajan. Etelä-Savo, Ahvenanmaa, Varsinais-Suomi, Häme ja Uusimaa ovat varhaisvihanneskauden avaajia. Kun lähiherkkujen makupalettiin lisätään alkukesän raparperi, nauriit ja retiisit, päästään viettämään ensisadon makujen parhaita hetkiä.

Sadon ensimmäisiä kasviksia yhdistää aivan erityinen puhtaus, raikkaus ja makea, miedohko maku. Rakenteeltaan kasvisten esikoiset ovat rapeita, koska niiden kuiva-ainepitoisuus on alhainen. Niitä on käsiteltävä varoen. Pakkaamattomista tuotteista kosteus haihtuu ohuen kuorikerroksen läpi nopeasti, joten tuotteet on suojattava ja säilytettävä kylmässä. Nahistumisen estämiseksi naatit on hyvä poistaa. Käytä hyväkuntoisia sipulien varsia, kukkakaalien suojalehtiä ja kantaosia ruokiin.

Kohtele hellästi

Lisää varhaisperunat aina kiehuvaan, suolalla ja tillillä maustettuun veteen tai kypsennä höyryssä. Jätä perunat napakankypsiksi. Ennen tarjoilua anna kaiken kosteuden haihtua perunoista kunnolla. Yksi hienoimmista makuyhdistelmistä syntyy uudesta perunasta, tillistä, voinokareesta ja graavisiiasta.

Varhaisvihannekset maistuvat raakoina, sellaisinaan rouskutettuina. Höyrykypsennys sopii niillekin, mutta muista myös nopea pikapaisto vokki- tai muurinpohjapannulla. Nuori kiinankaali sopii mainiosti muurinpohjapannulle kuumennettavaksi muiden kauden kasvisten kanssa. Tuoreet yrtit ja sipulit tehostavat makuja. Huolellisesti valmistettu kesäkeitto kuuluu suomalaiseen suveen.

Ensisato läheltä on odotettua herkkua:

Uudet perunat ovat suomalaiselle pyhä asia, johon suhtaudutaan kunnioituksella ja hartaudella. Varhaisperunana suomalainen nauttii perunaa 2,5 kg, ja perunaa kaiken kaikkiaan 62,5 kg vuodessa. Varhaisperunaa kasvattaa ammattimaisesti noin 500 viljelijää.

Varhaisvihanneksista odotetuimpia ovat nippusipulit, nippuporkkanat, nuori kiinankaali, varhaiskaali, uudet kukka- ja parsakaalit. Salaatit, yrtit, herneet ja erityisesti raparperi kuuluvat kesän aloitusrituaaleihin.

Raparperi tuo kesän suomalaiselle rakkaaseen kahvipöytään ennen mansikkakautta. Ensimmäiset avomaan kurkut, retiisit ja nauriit ansaitsevat juhlahetken nekin.

**Tiedotteen teksti:** Pirjo Toikkanen, Kotimaiset Kasvikset ry. Mainitsethan lähteen!

**Alkukesän tuoreet ruokaohjeet alla ja lisää osoitteesta** [**www.kotimaisetkasvikset.fi/keittokirja**](http://www.kasvikset.fi/Link.aspx?id=1035524)**:**

Maistuva varhaisperunasalaatti

* 1 l uusia perunoita
* 1 punasipuli
* 2 nippu- tai kevätsipulia varsineen
* 10 kpl kirsikkatomaatteja
* 2 pss (yht. 240 g) minimozarellaa
* 1 ruukku rucolaa

**Kastike:**

* 2 rkl sitruunamehua
* 4 rkl rypsiöljyä
* suolaa, pippuria

**Lisäksi:**

* salaatinlehtiä
* tuoreita yrtinoksia, esim. kirveliä tai persiljaa

Pese ja raaputa uudet perunat huolellisesti. Lisää kiehuvaan, suolalla maustettuun veteen ja keitä 15–20 minuuttia, kunnes perunat ovat kypsiä. Valuta vesi pois ja anna kosteuden haihtua perunoista pitämällä kattilaa kuumalla levyllä hetken aikaa. Anna perunoiden jäähtyä.

Kuori ja viipaloi punasipuli. Leikkaa nippusipulit tai kevätsipulit viipaleiksi varsineen.

Sekoita kastikeainekset esimerkiksi ravistamalla ne sekaisin pienessä lasitölkissä.

Halkaise perunat ja kääntele kastike joukkoon kahdella lusikalla nostellen. Lisää sipulit ja voit tässä vaiheessa antaa perunoiden ja sipuleiden maustua kastikkeessa jääkaapissa.

Pyöräytä salaattiainesten joukkoon kirsikkatomaatit sekä hyvin varovasti mozzarellapalloset ja rucolanlehdet.

Jaa salaatinlehdet lautasille ja annostele päälle perunasalaatti.

Koristele annokset yrtinoksilla ja tarjoa salaatti ruisleivän kanssa.

Appelsiinimarinoitu kesäkurpitsa-tomaattisalaatti

* 2–3 pientä kesäkurpitsaa
* 1 rkl rypsiöljyä
* 6 kirsikkatomaattia
* 2 nippusipulia

**Kastike:**

* pieni valkosipulinkynsi
* puolikkaan appelsiinin kuori ja mehu
* 1 rkl balsamietikkaa
* tuoreita timjaminlehtiä
* ripaus chilijauhetta
* suolaa, pippuria

Viipaloi kesäkurpitsat ja pyöräytä kevyesti öljyssä. Grillaa kurpitsaviipaleet parilalevyllä, jolloin saat niihin kauniit raidat.

Leikkaa nippusipulit varsineen viipaleiksi.

Hienonna valkosipulinkynsi. Raasta pestyn appelsiinin kuoresta hienoa raastetta ja puserra puolikkaasta mehu.

Sekoita kastikeainekset esimerkiksi lasitölkissä ravistaen.

Yhdistä paahdetut kurpitsaviipaleet, kirsikkatomaatit ja viipaloidut sipulit kastikkeeseen kahdella lusikalla nostellen. Anna salaatin mielellään hetken aikaa vetäytyä.

Tarjoa salaatti lämpimänä tai kylmänä täysjyväleivän kanssa.

Varhaiskaalipihvit

(Tämä kuva löytyy Kuvagalleriasta Ruokakuvista kohdasta Kevennä kokousta)

(12–15 kpl)

* 500 g varhaiskaalia
* 3 munaa
* suolaa, pippuria
* tuoretta meiramia tai oreganoa

**Paistamiseen:**

* rypsiöljyä tai juoksevaa margariinia

Raasta kaali esimerkiksi monitoimikoneen suikalointiterällä karkeaksi raasteeksi.

Vatkaa munien rakenne rikki ja sekoita kaaliraasteen joukkoon. Mausta suolalla, pippurilla ja hienonnetulla tuoreyrtillä.

Kuumenna ohukaispannu, lisää koloihin kevyesti rasvaa ja nostele niihin kaaliseosta kahdella lusikalla. Tasoita pinta ja paista miedolla lämmöllä pihveiksi.

Nosta kaalipihvit uunivuokaan ja kypsennä vielä 175-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia.

Varhaisvihannessalaatti

1. 5 porkkanaa
2. 2–3 naurista
3. 0,5 l varhaisperunoita
4. 1 pieni kukkakaali
5. vettä, suolaa
6. 2 nippusipulia varsineen
7. puolikas kurkku

**Yrttikastike:**

* 4 anjovisfileetä
* 2 valkosipulinkynttä
* 10 basilikanlehteä
* 3 mintun oksaa
* 1 tl sinappia
* 1 tl valkoviinietikkaa
* 1 dl rypsiöljyä

Pese porkkanat ja perunat. Kuori ja lohko nauriit. Paloittele kukkakaali.

Lisää kasvikset kiehuvaan, suolalla maustettuun veteen kypsymisjärjestyksessä ja keitä napakan kypsiksi.

Paloittele kurkku ja viipaloi sipulit.

Mittaa kastikeainekset tehosekoittimeen tai sauvasekoittimen kulhoon ja soseuta tasaiseksi.

Yhdistä kasvikset ja valuta kastike päälle. Sekoita salaatti nostellen ja tarjoa leivän ja esimerkiksi savukalan tai grillatun broilerin kanssa.

Raparperisima

* 4 l vettä
* 1,3 l viipaloitua raparperia
* 0,5 kg fariinisokeria
* 0,5 dl sitruunamehua
* hiven (vajaa 1/4 tl) tuorehiivaa

Kuumenna puolet vedestä ja lisää raparperit. Keitä miedolla lämmöllä 20 minuuttia.

Kaada muodostunut raparperimehu siivilän läpi isoon astiaan fariinisokerin päälle.

Sekoita, kunnes sokeri sulaa. Lisää loput vedestä ja sitruunamehu.

Lisää hiivaa, kun simapohja on haaleaa.

Anna siman käydä huoneenlämmössä seuraavaan päivään.

Pane puhtaisiin pulloihin muutamia rusinoita ja 1 tl sokeria. Kaada raparperisima päälle ja siirrä suljetut pullot kylmään.