

Syksyn makuja

Suomen Kokkimaajoukkueen Teemu Tuovinen kehitti Patu Lounasklubiin kauden herkulliset, italialaisen keittiön reseptit.

Syksy on täynnä herkullisia luonnon makuja. Metsien, peltojen ja puutarhojen sato korjataan ja saamme nauttia kauden parhaista antimista.

Satokaudet antavat loistavan mahdollisuuden kehittää ruokalistoja ja poimia siihen mukaan kauden parhaita tuotteita ja reseptejä.

Teemu Tuovinen nosti Patu Lounasklubin resepteihin italialaisen keittiön ihanuudet, risoton ja ragun. Hän valitsi sienet risoton raaka-aineeksi sekä raguun omenat, porkkanat ja sipulit naudanhien makupariksi.

Ota nämä upeat herkut kokeiluun!





Culinary Team
Finland

SIENISTÄ JA SIPULEISTA
SYNTYY RISOTTOON
HERKULLINEN MAKU, JOTA
VALKOVIINI JA PARME-
SAANIJUUSTO SOPIVASTI
TÄYDENTÄVÄT.

Sienirisotto on
risottojen aatelia, joka
hurmaa maullaan.
Voit valmistaa sen
suppilovahveroista,
mutta myös metsiemme
sienisadosta.





Suppilovahvero- risotto

4 annosta

2 valkosipulia
2 salottisipulia
3 rkl rypsiöljyä
400 g suppilovahveroita
4 dl risottoriisiä
3 dl valkoviiniä
1 l kanalientä
2 dl parmesaaniraastetta
Suolaa ja mustapippuria
Timjamia koristeeksi
Voita tai Eleplant kasvirasvaa
paistamiseen



Hienonna valkosipuli ja salottisipuli pieniksi kuutioiksi. Puhdista suppilovahverot ja hienonna nekin. Paista sieniä kuivalla pannulla noin 5 minuuttia, jotta ylimääräinen neste haihtuu pois. Lisää pannulle nokare voita tai Eleplant kasvirasvaa ja paista kauniin värisiksi.

Mausta suolalla ja mustapippurilla. Siirrä hetkeksi sivuun odottamaan.

Kuumenna kanaliemi kattilassa valmiiksi. Kuullota sipuleita öljyssä laakeassa paisfinpannussa/kasarissa. Lisää risottoriisiä ja jatka kuullottamista pienellä lämmöllä, kunnes riisi on läpikuultavaa. Lisää valkoviini joukkoon ja anna imeytyä riisiin.

Lisää kuumaa kanalientä noin 2 dl kerrallaan. Sekoittele ja jatka, kunnes kaikki kanaliemi on käytetty. Tähän menee noin 15-18 minuuttia.



"Italialaisen keittiön ragu on täyteläinen jauhelihakastike pastan kanssa tarjottavaksi."



Lisää paistettuja sienet ja mausta suolalla ja mustapippurilla. Lisää nokare voita sekä parmesaaniraaste. Viimeistelee risotto timjamin lehdillä.

VINKIT!

- 1** Kokeile reseptiin rohkeasti myös muita sieniä, kuten kanttarelleja tai tatteja, myös mustatorvisienet käyvät hyvin.
- 2** Kokeile halutessasi voin sijaan Eleplant kasvirasvaa. Se toimii tässä reseptissä voin tavoin ja on oikein loistava vaihtoehto.
- 3** Kanaliemen voit tehdä itse tai käyttää valmista vaihtoehtoa. Liemi antaa täyteläisen maun risoton pohjaksi.
- 4** Voit putsata ja paistaa sienet kuivala pannulla jo edellisenä päivänä valmiiksi. Voit myös punnita kaikki raaka-aineet valmiiksi.

Omena-ragu

GN-vuokaan tehty lounas

1 kg omenoita
6 porkkanaa
1 varsisellerin varsi
3 keltasipulia
3 valkosipulin kynttä
3 kg naudanjauhelihaa
Patu Rypsiöljyä paistamiseen
5 dl valkoviiniä
800 g tomaattimurskaa
200 g tomaattipyreetä
1 l lihalientä
4 kpl laakerinlehtiä
10 kpl timjamin vartta
10 kpl rosmariinin vartta
Suolaa ja mustapippuria
Lisäksi 1 pkt tuorepastaa
Parmesaaniraastetta

Pese ja kuori omenat. Poista siemenkoti ja raasta omenat. Kuori porkkanat ja raasta. Leikkaa varsiselleri pieniksi paloiksi. Kuutioi sipulit pieniksi paloiksi.

Laita pannulle öljyä ja kuullota sipulit. Lisää raastettuja omenat, porkkanat, sellerit. Jatka kuullottamista hetki. Ruskista toisella pannulla naudanjauheliha.

Laita uuni kuumenemaan 100 °C paistolämpötilaan.

Voitele GN-vuoka öljyllä. Kaada pannulta kaikki ainekset vuokaan.

Lisää lihaliemi ja valkoviini ja sekoita. Lisää joukkoon tomaattimurska ja pyree. Mausta laakerinlehdillä, timjamilla sekä rosmariinilla.

Laita vuoka uuniin ja anna hautua vähintään 3 h. Lisää nestettä tarvittaessa.

Ota vuoka uunista ja tarjoa esimerkiksi keitetyn pastan kanssa.

VINKIT!

- 1** Kotimaiset omenat sopivat raguun hyvin. Kokeile rohkeasti erivärisiä omenoita, niin saat kivaa vivahdetta ja makua.
- 2** Lounaskiireiden helpottamiseksi voit esivalmistella ja raastaa kasvikset jo edellisenä päivänä.
- 3** Simpukkapasta sopii ragun kanssa hyvin, mutta voit käyttää melkein minkä muotoista pastaa tahansa.



TEEMU TUOVINEN SUOMEN
KOKKIMAAJOUKKUEESTA