

6

Karjalainen
ruokaperinne
leivotaan yhdessä!

Karjalainen ruokaperinne

6

leivotaan yhdessä!

Taustaa

Karjalaisella ruokakulttuurilla on perinteikäs historia. Karjalan alueen harvinaisen rikas ruokalajien kirjo on syntynyt, kun länsisuomalaiset ja venäläiset sekä ortodoksiset ja luterilaiset ruokaperinteet ovat sekoittuneet. Karjalaiset ovat tunnettuja vieraanvaraisuudestaan ja karjalaiset naiset hyvistä ruuanlaitto- ja leivontataidoistaan. Pöydässä ruokaa ja juomaa tarjotaan useaan otteeseen, eikä ensimmäisistä torjunnoista välitetä.

Ruokakulttuuri ei suinkaan ollut täysin yhtenäinen laajan Karjalan alueen joka kolkassa. Variaatioita esimerkiksi piirakoiden leipomistavoissa esiintyi jopa naapuripitäjien välillä, ja samat ruokalajit saattoivat olla erinimisiä eri paikkakunnilla. Karjalaisilla ruuilla ja leivonnaisilla oli hauskalta kuulostavia nimiä kuten: kurnikka ja kalakurniekku (kalakukko), kokkonen eli mahallaan makuaja, paraski (vesirinkeli), kyrsä ja kakkara.

Karjalaisen ruuanvalmistuksen yksi erityispiirre oli ruuan kypsentäminen uunissa. Erilaiset piirakat ja pataruuat, joita kutsuttiin myös poteiksi ja lohkoiksi, valmistettiin uunissa. Piirakat ovat kuuluneet karjalaiseen ruoka- ja juhlapöytään jo noin 500 vuotta. Yleisimmistä piirakkaresepteistä oli jokaisen emännän aina helppo muokata lisää uusia sovellutuksia. Luonnollisesti jokaisen oma piirakantekotapa oli se aito ja oikea! Karjalan Kannaksella leivottiin pyöreitä ja avonaisia kakaroita sekä herkullisia rahka- ja piimäpiirakoita. Etenkin orto-

doksit paistoivat ohuita sultsinoita ja tsupukoita, jotka jokainen syöjä vasta valmiina täytti itse. Piirakoiden täyteenä käytettiin riisiä, hirssiä, tattaria, ohraa, marjoja, lanttua, naurista ja sieniä, lähestulkoon siis mitä vain saatavilla olevaa. Piirakoiden lisäksi tyyppillisiä karjalaisia leivonnaisia olivat kala- liha ja vihanneskukot. Nämä molemmat leivonnaiset olivat käteviä eväsruokia.

Kala oli jo ammoisista ajoista lähtien karjalaisten perusruokaa: sitä nautittiin tuoreena, suolattuna, kuivatuna, kalakeitossa sekä piirakoiden sekä kukkojen täyteenä. Lihaa taas käytettiin mm. suolattuna, kuivatuna ja uunissa palvattuna. Karjalanpaistilla on ollut vanhalla valmistusalueellaan useita nimiä: uunipaisti, lihapotti ja ruukkupaisti. Oikeaoppinen karjalanpaisti syntyi vain hitaasti uunissa hauduttamalla. Entisaikaan liharuoka ei ollut jokapäiväistä ravintoa, vaan se oli kuten piirakatkin, pyhänsäidun ruokaa.

Maitoruuat hapatettiin tai piimitettiin, jolloin syntynyttä rahkaa käytettiin leivonnaisissa. Kasviksista entisaikojen Karjalassa käytettiin viljoja, kaalia, herneitä, sipulia ja naurista. Karjala oli ainoa Suomen maakunnista, jossa kansan parissa käytettiin sieniä ravintona. Lisäksi metsämarjoja käytettiin karjalaisessa ruokataloudessa paljon. Kaurakiisseli oli monien karjalaisten mieliruokaa. Se valmistettiin kaurajauhoista, jotka saivat hapantua yön yli lämpimässä vedessä. Sen jälkeen seos siivilöitiin ja liemi keitettiin kiisseliksi.

Käytännönohjeita

Mikäli kerhollanne on käytettävissä sopiva tila voitte leipoa yhdessä perinteisiä karjalaisia herkkuja. Jos karjalanpiirakoiden rypyttäminen ei luonnistu, voi kerhossa leipoa muita helpompia perinneleivonnaisia kuten esimerkiksi mahallaan makuujia tai perunavatruskoita. Lapsia on hyvä ottaa mukaan mahdollisimman moneen vaiheeseen leivonnassa, näin mielenkiinto säilyy ja syntyy onnistumisen elämyksiä.

6.1

6.2

Perinteisiä karjalaisia leivonnaisia: 6.3

Karjalanpiirakat

Kaikista tunnetuin karjalainen leivonnainen on tietenkin karjalanpiirakat, joiden rypyttämistä on hauska opetella yhdessä. Piirakoille valmistetaan ensin täyte, jonka jälkeen valmistetaan kuoritaikina täytteelle ja kaulitaan kuoret. Kuoret täytetään, jonka jälkeen piirakat paistetaan ja voidellaan vielä lopuksi voisulalla.

Täyte

- 2 ½ dl vettä
 - 2 dl riisiä
 - 7 ½ dl maitoa
 - ½ tl suolaa
1. Sekoita kiehuvaan veteen riisi ja keitä 10 minuuttia.
 2. Lisää maito ja anna puuron kiehua hiljalleen 30 minuuttia välillä pohjaa pitkin sekoittaen. Nosta kattila pois levyttä ja anna puuron hautua kannen alla 10 minuuttia.
 3. Mausta valmis puuro suolalla ja jähdytä se.

Kuoritaikina

- 1 ½ dl vettä
- 1 rkl öljyä
- ¾ tl suolaa
- 3 dl ruisjauhoja
- 1 dl vehnä jauhoja

Voiteluun: voita sulatettuna ja vettä.

1. Sekoita puuhaarukalla veteen öljy, suola ja kummatkin jauhot. Vaivaa taikina sileäksi ja kiinteäksi.
2. Jaa taikina kolmeen osaan. Kaulitse taikinasta noin ½ cm:n paksuinen levy.
3. Painele levystä juomaslasilla kakkaroit.
4. Aseta kakkarat kuuden kappaleen pinoihin, etteivät ne kuivu. Peitä pinot leivinliinalla.
5. Kaulitse kakkarat ohuiksi pyöreiksi kuoriksi. Lado kuoret päällekkäin ja ripottele ruisjauhoja väliin. Peitä kuoripinot liinalla. Täytä kuoret mahdollisimman pian, jotta ne eivät tartu kiinni toisiinsa.
6. Levitä ruokalusikallinen täytettä kuoren keskelle (n. 1 cm kerros täytettä) ja jätä kuoren reunoille 2 cm tyhjää tilaa.
7. Käännä vastakkaiset reunat täytteen päälle ja rypytä piirakat etusormilla.
8. Siirrä piirakat uunipellille leivinpaperin päälle.
9. Paista piirakoita (275 C°) noin 15 minuuttia.
10. Voitele piirakat sulatetulla voilla, johon on sekoitettu tilkka vettä.
11. Lado kuumat piirakat kulhoon päällekkäin ja peitä leivinpaperilla ja liinalla. Tarjoa piirakoiden kanssa munavoita.

Munavoi

- 2 munaa
 - ½ tlk (100g) raejuustoa
 - 50g voita tai margariinia
 - (persiljaa tai ruohosipulia)
1. Lämmitä vesi kiehuvaan kattilassa ja lisää munat ruokalusikkaa apuna käyttäen kiehuvaan veteen. Vettä saa olla niin paljon, että munat peittyvät. Keitä 8 minuuttia. Laske keittoaika siitä, kun vesi alkaa kiehua munien lisäämisen jälkeen. Nosta keitetyt munat joksikin aikaa kylmään veteen, jolloin kuori irtoaa helpommin. Kuori jäähtyneet munat.
 2. Laita kananmunat isolle lautaselle ja hienonna ne haarukalla. Sekoita joukkoon raejuusto ja pehmeä rasva. Jos haluat, voit lisätä joukkoon hienonnettua persiljaa.

Perinteiseen tapaan munavoi valmistetaan ilman raejuustoa.

Mahallaan makkuaja eli kokkonen

Valmiit mahallaan makkuajat soveltuvat hyvin marjasopan kanssa tarjottaviksi.

Ensin valmistetaan pullataikina, jonka jälkeen mahallaan makkuajat voi täyttää erilaisilla täytteillä makunsa mukaan. Täyte kannattaa tehdä valmiiksi ennen pullataikinan valmistamista.

Munariisi-täyte

- 2dl riisiä
 - 50g sulatettua voita
 - 2 keitettyä munaa
 - 0,5tl suolaa
1. Keitä riisi paketin ohjeiden mukaan.
 2. Keitä munia 8 minuuttia (ks. tarkempi keitto-ohje: munavoi)
 3. Hienonna munat matalassa kulhossa haarukalla.
 4. Sekoita joukkoon riisi, sulatettu voi ja suola. Sekoita.

Mustikkatäyte

- 1 L kokonaisia mustikoita
- 1 ½ rkl perunajauhoja
- (Käytettäessä pakastettuja marjoja perunajauhoja tulee lisätä n. 1 dl, koska marjat ovat märempiä)
- 3 rkl sokeria

Sekoita ainekset keskenään.

Ohra-munatäyte

- 1 ½ dl rikottuja ohrasuurimoita
- 3 munaa
- ½ tl suolaa

Keitä ohrasuurimot paketin ohjeiden mukaan. Valmista muuten samalla tavalla kuin munariisi-täyte.

Pullataikina

- 5 dl maitoa
- 50g hiivaa
- 1 muna
- 2dl sokeria
- 1tl suolaa
- n. 15 ½ dl (1kg) jauhoja
- 200g rasvaa

1. Murena hiiva kädenlämpöiseen maitoon.
2. Vatkaa muna joukkoon.
3. Lisää sokeri ja suola.
4. Alusta jauhoilla tasainen käsistä irtoava löysähkö taikina.
5. Anna taikinan kohota noin kaksinkertaiseksi leivinliinalla peitettynä.
6. Leivo taikinasta kananmunan kokoisia palleroita ja taputtele ne sentin ohuisiksi kakkaroiksi. Anna kohota n. 15 min.
7. Pane kakkaroilte ruokalusikallinen täytettä. Nosta reunat täytteen päälle ja ummista Kokkoset.
8. Paista uunissa (225 C°) saumapuoli alaspäin n. 15 min.
9. Voitele lopuksi voisulalla.

Rahka- ja marjapiirakka

Pullataikina

ks. Mahallaan makkuajien ohje

Rahkatäyte

- 1 tlk (250 g) rahkaa
- ½ dl kermaa
- ½ dl sokeria
- 1 muna
- ½ dl rusinoita
- 1 tl vaniliinisokeria
- 2 rkl sitruunamehua

Mustikkatäyte

- noin 7 dl mustikoita
- ½ dl perunajauhoja
- sokeria

1. Valmista pullataikina Mahallaan makkuajien ohjeen mukaan.
2. Valmista rahkatäyte sekoittamalla kaikki aineet keskenään tasaiseksi seokseksi. Purista sitruspuristimella sitruunasta mehu ja lisää se rahkaan.
3. Valmista marjatäyte survomalla mustikat joko perunasurvimella tai haarukalla. Sekoita joukkoon perunajauhot ja sokeri.
4. Jaa kohonnut taikina kahteen osaan. Leivo kummastakin palasta noin 20 pikkupullaa. Pane ne uuninpellille leivinpaperin päälle. Anna nousta leivinliinan alla.
5. Paina kohonneisiin pulliin juomalasin pohjalla kunnollinen syvennys. Voitele reunat munalla.
6. Pane rahkatäytettä (noin 2 rkl/pulla) 20 pullaan ja loppuihin saman verran marjatäytettä.
7. Paista piirakoita uunissa (225 C°) 10-12 minuuttia

Perunavatruska

Letsukkataikina

- 1L soseutettua perunaa
- 150g voita
- 1tl suolaa
- 1dl vehnä jauhoja

Täyte

munariisi (ks. mahallaan makkuajien ohje)

1. Keitä perunat kuorineen. Kuori kuumana ja soseuta peruna massaksi
2. Lisää voi ja suola, sekoita ja anna jäähtyä.
3. Alusta jauhot taikinaan.
4. Tee taikinasta pötkö, jaa se paloiksi ja pyörittele palloiksi.
5. Taputtele pallot litteiksi pyöröiksi, levitä niiden päälle täyte.
6. Paista uunissa (250 C°) kunnes vatruskat ovat ruskeatäpläisiä, sivele voisulalla.

Lähteet

- Härmä, Kaleton. Malinen: Lyökäämme käsi kätehen!
– Karjalaista perinnetietoa lasten ohjaajalle
- Marttaliitto ry: Pulikat pyörimään –
karjalaisia leivontaohjeita nuorille
- Minun Karjalani Internetpalvelu