

Ökojäätis üllatab uute maitsetega

Leivapäeva külastajate lemmiktoote tiitli pälvis OÜ LaMuu pistaatsiajäätis ning LaMuu kamajäätis platseerus publiku eelistustes kolmandale kohale. Konkursi komisjon märkis ära ka LaMuu sidrunisorbeti.

Ökojäätiseid tootev OÜ LaMuu alustas tegevust 2012. aasta lõpus ja firma tegevjuhi Rasmus Raski sõnul nägid nad oma ärimudelis ette, et on suutelised iga kuu välja tulema uue tootega. „Meil on üks jäätisekarp, kuhu paneme vajadusel uue kleebise ning kuna me ei tee klassikalist turundust, suudame suhteliselt väikeste kuludega tuua välja uusi maitseid,“ selgitas Rask. Ta lisas, et LaMuu ei ole klassikaline toiduainetööstus, kus on pikk tootmistikkkel, vaid pigem nagu restoran, mis pidevalt katsetab uute toodetega.

Küsimusele, mis on LaMuu klientide lemmikud, vastas Rask, et kahe tegutemisaasta parim müügiartikkel on mangosorbett ning ka hiljuti müügle tulnud pistaatsiajäätis on vaatamata hinnale hästi vastu võetud. „Erinevalt suurtootjatest on meil hooajalisest tooted nagu näiteks rabarberi- ja sidrunijäätis ning sügisel ahjuõunjäätis. Need on müügil vaid kaks-kolm kuud ja üldjuhul müüvad nad siis paramiini kui meie klassikalised jäätised,“ lausub Rask.



Eesti Vabaõhumuuseumis peetud Leivapäeval püües LaMuu leti ääres jäätisehuvilistest pidev järjekord.

Kuulsad mahetoidu sõbrad

Prints Charles,
Suurbritannia troonipärija

Prints Charles on üle ilma tuntud mahepõllumajanduse eestkõneleja ja tutvustaja. Tema maakodu Duchy Home Farm läks mahetootmisele üle juba 1986. aastal ja seal kasutatakse ka biodünaamilisi meetodeid. Toodang müüakse supermarketitesse ja restoranidele ning kasutatakse supermarketiteki Waitrose mahetoodete omamärgisarja Duchy Originals from Waitrose toodetes. Prints Charles külastas 2001. aastal Eestis viisidil olles ka siinsete mahetootjate koolitust.

Sting,
muusik ja laulja

Stingi maavaldusel Itaalias kasvataatakse mahedalt oliivi-, viinamarju, köögivilja ja mesilasi. Toodangut müüakse oma mahepoe, samuti on sealne oliivivioli, vein, mesi jm müügil USA ja Suurbritannia luksuspooides. Sting toetab annetustega Suurbritannia maheorganisatsiooni Soil Association tegevust ja on vihmametsade säilimise eest võitleva organisatsiooni Rainforest Foundation üks asutajaid. Sting peab puhast toitu ja keskkonda väga tähtsaks. „Tahan oma perele pakkuda ehtsat toitu ja kvaliteetset toodangut, mis on kasvanud terves keskkonnas,“ on ta öelnud.



Gwyneth Paltrow,
Oscariga pärjatud näitleja

Gwyneth Paltrow on kirjutanud kokaraamatuid ja loonud veebilehe Goop.com, mis tutvustab muuhulgas tervislikku toitumist, säästlikke eluviise jm. Näitleja toibut ise ja toidab oma lapsi teadaolevalt vaid mahetoiduga, lisaks peab ta lugu toidu kohalikest päritolust ja hooajalisusest.

Michelle Obama,
USA esileedi

Michelle Obama edendab tervislikku toitumist ja võitlust laste ülekaalulisusega erinevate ettevõtmiste kaudu. Ta on tuntust kogunud 2009. aastal rajatud Valge Maja köögiviljaajaga, mille toodang läheb lisaks presidendipere toidulauale ka supiköökiadesse. Valge Maja köögiviljaaeda majandatakse mahemetodeid kasutades, kuigi tegu pole sertifitseeritud mahetootmisega. Michelle Obama innustas ka Valge Maja kokkasid kasutama mahetoorainet. Köögiviljaaja rajamisest ja sealsetest tegemistest ning tervislikust toitumisest ilmus 2012. aastal Michelle Obama raamat „American Grown: The Story of the White House Kitchen Garden and Gardens Across America“.

Valmista pühapäevane mahelõuna

Retseptid: Angelica Udeküll, Laulasmaa SPA restorani Wicca peakokk
Retseptides toodud kogustest saab 4-5 portsjonit.

Porrulaugu-porgandisalat

300 g porgandit
100 g porrulauku
100 g jääsalatit
75 g maitsestatamata jogurtit
15 g sinepiti
poole sidrunit mahi
soola, musta pipart

Koori ja riivi porgand, tükelda porrulauk. Tee sinepist ja jogurtist kaste. Happe saamiseks kasutades võid kasutada vajadusel sidrunimahla. Tükelda ka jääsalatit ja serveeri kõik koos. Maitsesta soola ja pipraga. Porrulaugu asemel võid kasutada ka juursellerit.

Maapirnisupp

400 g kooritud maapirni
0,6 l köögivilja puljongit
100 g kooritud mugulsibulat või porrut
10 g õli
0,4 l piima
5 g nisujahu
musta pipart
kuivatatud tüümiani
kuivatatud peterselli
värsket peterselli serverimiseks

Haki maapirn paksemateks viiludeks ja tõsta puljongisse keema.
Haki mugulsibul, passeeri väheses õlis ja lisa supile.

Keeda 15 minutit, kuni köögiviljad on pehmed, püreesta blenderis või saumikseriga ja pane tagasi potti. Sega piim ja nisujahu ning lisa supile pidevalt segades.
Serveeri hakitud peterselliga.

Lambahakkliha kebap kartuli-pastinaagi püreega

Kebab:
0,8 kg lamba hakkliha
soola, pipart
25 g küüslauku
1-2 g jahvatatud vürtsiköömneid
50 ml õli praadimiseks

Püree:
400 g kartulit
300 g pastinaaki
50 g võid
3 dl piima
soola, pipart

Maitsesta hakkliha maitseainetega ja vormi vorstikesteks. Prae pannil.
Koori ja tükelda kartul ja pastinaak ning keeda pehmeks. Soojenda piim ja sulata selles või.
Tambi kartul ja pastinaak pehmeks, lisa soe piim ja maitsesta.

Leivavorm õuntega

300 g tumedat leiba
50 g suhkrut
1 tl jahvatatud kaneeli
50 g võid
150 g kooritud õunu moosiks
50 g suhkrut moosiks
50 g kooritud õunu
3 väiksemat muna
25 ml rööska koort
75 ml piima
100 ml rööska koort/piima serverimiseks

Lõika leivast kuubikud. Sulata pannil või, lisa leivakuubikud, suhkur ja kaneel ning lase leivakuubikutel praadida, kuni suhkur on sulanud.

Keeda 150 grammist õuntest ja 50 grammist suhkrust moos. Koori ja tükelda ülejäänud õunad ning sega õunamoosiga.
Määri väike ahjuvorm võiga kokku ja aset pool praetud leivakogusest vormi põhja. Selle peale vala õunatükikidega moosisegu. Selle peale omakorda teine pool praetud leivakogusest. Klopi muna, piim ja rööska koort ning vala vormile ja aset vorm ahju küpsema. Küpseta 180° C juures kuni 20 minutit. Serveeri vahukoorega.

Angelica udeküll, kokk:

„Toiduvalmistamisel lähtun alati lihtsuse põhimõttest: mida värskem hooajalisem ja valitsemis tooraine, seda maitsevama ning täisväärtuslikuma toiduandjungi saame nii ihule kui ka hingele! Mulle meeldib teadmine, et tarbin puhast toitu, mis on hoole ja armastusega kasvatatud ja kõike seda üllatavalt putukamürgi, kasvu kiirendavate või säilivust pikendavate lisaineteta. Seepärast eelistan võimalusel alati mahetoorainet ja mahetooted.“

Lemmiktoitude nimetamine on üsna keeruline, kuna need muutuvad vastavalt aastaajale ja meeleolule, aga ühest heast marjastest smuutist ei ütle ma kunagi ära ja õhulisest marjakrõpsud on samuti mõnus näksimine :) Minu viimase aja suurimateks lemmikuteks ja üllatavateks mahetoodete hulgas on aga olnud kanepiõli vinnutatud veiseliha ja põnevad taimeteed!

Vali mahetoit –
hea sinule, hea loodusele!



f www.maheklubi.ee

Lk 2

- Tudengid töid Maaülikooli kohvikusse mahetoidu
- Mahetoit rikastab organismi antioksidantidega
- Pestitsiidide ohutus on tarbijaid eksitav müüt
- Eesti teadlased saavad toetust uuringuteks



Maaülikooli tudengite mahetoiduprojekt sai konkursil Negavatt teise koha

Lk 3

- Anne Luik: lapsed teavad, et toit tuleb poest
- Mahetoidupäevad koolides



Emeriti professor Anne Luik

Lk 4

- Ökojäätis üllatab uute maitsetega
- Kuulsused eelistavad mahetoitu
- Valmista mahelõuna perele ja sõpradele



Kokk Angelica Udeküll Keila Erakoolis Läte

Loe mahetoidu kohta
www.maheklubi.ee

f **Maheklubi on Facebookis**

Mahetoidu Leht

NR 1 (3) 2014

Söömine on ainus töö, mis toidab!

Parim mahetootja laiendab oma kitsefarmi

Parim mahetootja 2014

I koht – Konju mõisa talu, Ida-Virumaa

II koht – Arne Kokla Tõnise talu

III koht – Ants Schmidt Tuumala talu



Tänavune Eesti parim mahetootja, Konju mõisa talu noor peremees Martin Repinski (paremal) ja põllumajandusminister Ivari Padar tiitli ülandmisel Eesti Vabaõhumuuseumis.

lagunenud laut. Vanematelt sai ta alustuseks 7 lehma ja 10 kitse ning Eesti suurima kitsefarmi rajamine võis alata. Martini meenutuste kohaselt oli töö ränk: hommikul tõusti kell viis, tööpäev lõppes südaöösel. „Alustasin koos ema ja vennaga, kuna palk ja töötütingimused olid sellised, et keegi poleks soostunud tööle tulema,“ lausub ta.

Töö kandis vilja: 2011. aasta sügisel algas uue kitsefarmi ehitus ja juba järgmise aasta veebruaris avas põllumajandusminister Helir-Valdor Seeder pidulikult Eesti suurima kitsefarmi. Praegu on farms 400 kitse ja sadakond lehma ning toodang läheb müüki mahedana.

Mõte hakata tegelema mahetootmisega tekkis Martinil mõned aastad tagasi. Talul on praegu 750 ha rohumaad ning Repinski sõnul pole farmi enam võimalik suurendada. „Maa paneb talu arengule piirid, kuna põllumaad pole lihtsalt võimalik juurde osta,“ selgitas ta. Seetõttu kasutab Martin maid maksimaalselt heina ja silo tootmiseks ning vajamineva teravilja ostab.

Sellel põhineb pole ta maha matnud ambitsioonikat plaani veelgi suuremast kitsefarmist. Võrreldes aastate tagasega on praegune plaan tunduvalt suurem, et samas ka realistlikum. Nimelt soovib Repinski rajada 10 000-pealise kitsefarmi. Farm rajatakse viies etapis – igal aastal 2000-pealine farm.

Suure farmi toodang läheks siis müüki juba töödelduna ning praegu-seks on kohale jõudnud ka juustuvandrid, kus hakkavad peagi valmima kitsepiimajuustud. Repinski ei karda, et jääb tulevikus sedavõrd suure koguse

kitsepiima turustamisega jänni. Kuna kitsepiima suurtootmine on üsnagi omapärane, tuntakse Konju farmi tegemiste vastu suurt huvi. Möödunud aastal külastas farmi ligi 14 000 inimest. Ka meedia huvi kitsefarmi vastu on aidanud toodangut turustada.

Lihaveised ja mahelambad

Konkursil paremuselt teiseks tunnustati Hiiuamaa Undama külas elav Koklate pere.

Nimelt kasvatavad seal šarolee tõugu lihaveiseid Arne Kokla Tõnise talu ning Arne tütrele Annile kuuluv Teesoja OÜ. Talul on 230 ha maad ning Arne Kokla sõnul on tööjaotus talu ja tütrele kuuluva ettevõtte vahel jagunenud nii, et Arne tegeleb peaaesjalikult maaharimisega ja söödavarumisega ning Anni loomadega.

Ühtekokku kasvatavad Koklad enam kui paarisajapealist lihaise karja ja ning lihajaastatel nende kari oluliselt enam ei suurene.

Urvaste naised edendavad kogukonna ettevõtlust



Parim mahetoodete 2014

I koht – Urveste Kõlde Seltsi Urveste kama

II koht – Pagar Võtaks OÜ rukkileib kanepiseemnetega

III koht – Wilawander OÜ mahe mustõstrasiirup

vähehe hea näitena kogukonna ettevõtlusest, kuna kama hakkasid Urveste naised valmistama selleks, et teenida raha just küladeltsile. Urveste Kõlde Seltsi projektijuht Airi Hallik-Konnula rääkis, et selts korraldab kevadeti Urbanipäeva laata ja naised tahtsid oma heategevuslikku loterisise panna lisaks näputööle ka praktilisi asju. „Vist aas-

mistõttu on meil lihtsam silma paista ja meelde jääda.“

Kolmanda koha saavutas Niiliske talu (OÜ Wilawander) mahe mustõstrasiirup. Kuigi ligi 100 hektari suuruse talu põhittegevuse moodustab lihaise- ja hobusekasvatuse ning mesilaste pidamine, on talul ka viljapuuaiad. Talu perenaine Krista Kanniste on edukalt tegelema mahemahlade ja -siirupite tootmisega: mullusel konkursil pälvis 3. koha talu õunajook ingveri ja meega.

Konkursil märgiti teiste seas ära ka Sirloni OÜ vinnutatud liha. „Traditsioonitruu“, mis on esimene Eesti maheveiselihast valmistoodet. Leivapäeva külastajate lemmikmahetootide hindamisel platseerus see paremuselt teiseks mahetooteks. Ettevõtte tegevjuhi Lauri Bobrovski sõnul on tarbijad vinnutatud liha hästi vastu võtnud. „Mul on hea meel, et oleme suutnud tuua veiseliha sööma ka inimesi, kelle esimene reaktsioon veiselihaga suhtes on olnud negatiivne,“ ütles ta.

Konkursil märgiti veel ära

- OÜ La Muu
- OÜ Allev Magusameistr
- OÜ Koplinäe talu
- OÜ Sirloni



