



## VÄSTERBOTTENI PIRUKAS KUKESEENTEGA

300 g nisujahu, 200 g toasooja võid, 50 g suhkrut, 150-200 g kukeseeni\*, 400 g Västerbotteni juustu, 5 dl rööska koort, 4 muna, soola ja pipart

Sega jahu, või, suhkur ja üks muna tainaks. Vajuta tainas eraldatava äärega koogivormi. Prae kukeseened võis (lisa soola ja pipart), laota need vormi põhja taina peale. Riivi Västerbotteni juustu ning puista see kukeseente peale vormi. Vahusta koor ja sega muna soola ja pipraga. Kalla munad ja vahustatud koor vormi. Küpseta 150 kraadi juures umbes 1 tund. Oota, kuni täidis on vormi sisse vajunud, enne kui piruka välja võtad.

\* Kui sul ei ole kukeseeni või kui sulle need ei maitse, võib need ära jätta, aga pane selle asemel 500 g Västerbotteni juustu ja tee nii, nagu retseptis öeldud.

## UUS PÕHJALA TOIT EESTIS

**Põhjamaade Ministrite Nõukogu on Põhjala toidu universaalset ideestikku koos partneritega Eestis idandanud kolme aasta kestel.**

- Tervise Arengu Instituudiga koostöös korraldasime valmis-toitude ja koolitoidu seminari, mis lähendas Eesti ja Põhjamaade praktikaid ning andis hoogu vajalikule teavitustööle;
- alustati ühise Eesti ja Põhjamaade toidutehnoloogiaalase teadusprojekti ettevalmistamist;
- Eesti kuue restorani peakokad hankisid kogemusi Põhjala tipp-restoranides. Dmitri Rooz, kes praktiseeris Taani restoranis Noma, võitis tänavuse *Bocuse d'Or*'i Eesti finaali-vooru ning esindab Eesti tippkulinaariat rahvusvahelisel suurvõistlusel;
- seminar „Uus Põhjala Toit. Toit kui trump globaliseerivas maailmas?“ avas kulinaarturismi väljavaateid riigi kuvandi loomises;
- kutsekoolide õpilastele korraldati Põhjala Toidu meistriklass;
- hoogu on saanud Eesti ja Põhjamaade turismi-ettevõtete, toiduainetootjate, restoranide, toiduajakirjanike koostöökohtumised, algatasime ja toetasime temaatilisi projekte.

[www.norden.ee](http://www.norden.ee)  
[www.nynordiskmad.org](http://www.nynordiskmad.org)

# UUS PÕHJALA TOIT

idee&retsept



*Üksikult võttes on Põhjala riigid väikesed, ent üheskoos oleme piisavalt suured, et oma tugevaid toidu-traditsioone rahvusvahelise platvormi kaudu esile tõsta. Minu arvates on mõtlemapanev, et isegi mina kokana tean kõike Vahemere köögist, ent ainult ühte Soome rooga.*

Rootsi telekokk Tina Nordström

**2004. aastal kohtusid mitmed Põhjamaade mõjukamad kokkad ja arutasid, kuidas aidata Põhjamaade toidul taas läbi murda. Nende koostöös valmis *Uue Põhjala Toidu* manifest. Põhjamaade Ministrite Nõukogu läks ideega kaasa ning käivitas programmi *Uus Põhjala Toit*.**



*Eesti tippkokkade motivatsioon tuleneb suuresti põhjamaisusest ja põhjamaise tooraine kasutamise võimalustest – Põhjala neljast selgelt eristuvast aasta-ajast ja kargest Põhjala maastikust.*

*Eesti gastronoomiline intelligents mõtleb, valmistab ja maitsestab toitu samade võtete, arusaamade ja ajalooliselt väljakujunenud traditsioonide, tehnoloogiate ja ideaalide kohaselt, mis on välja toodud Uue Põhjala Toidu manifestis.*

Dimitri Demjanov, Eesti Kulinaaria Instituut

## UUS PÕHJALA TOIT – MANIFEST

4. Ühendada tervislik toit ja hea maitse, näidata, et need ei ole teineteist välistavad mõisted
5. Propageerida kohalikku väiketootmist ja piirkondlikke toidutavasid.
6. Suhtuda loomadesse heaperemehelikult, tagada säästev tootmine nii merel, kultuurmaastikel kui ka põlislooduses.

**NB!** Manifesti ülejäänud osade saamiseks külastage Taani ja Soome suursaatkondi.



## VÄHID

### Vähi keetmine

1 kg elusaid vähke, 5 l vett, 2 dl meresoola, 2 suhkrutükki, 3 dl tumedat õlut nt Porterit, 2 l tilliõisikuid

Aja kõik koostisained peale vähkide keema. Kui vesi keeb korralikult, kalla elusad vähid sisse ja keeda 7–8 minutit. Vähid tõusevad pinnale, kui nad on valmis. Jahuta vähid kiiresti koos keeduleemega, asetades kastrul külma vette. Lase vähkidel vähemalt 24 tundi seista enne serveerimist.