

Grilliruoka on iloisen väristä

Nyt alkaa olla se aika vuodesta, kun miehet nauttivat ruoanvalmistuksesta. Grillaaminen on ”miesten juttu”, ja silloin tehdään aitoa kesäruokaa. Miehet ovat kehittäneet grillaamisesta lähes taidetta, ja tuskin he kesällä paneutuvat mihinkään muuhun asiaan niin suurella antaumuksella ja huolellisuudella kuin viikonlopun ruokien valmistamiseen.

Terve vaan -lehden toimitus kävi kylässä ruoka-ammattilainen Heikki Valtasen luona. Vierailun aikana huomattiin, miten hauskaa ja yksinkertaista grilliruokien valmistaminen onkaan, kunhan vain muistaa muutamia työtä helpottavia ja nautittavan makuelämyksen varmistavat vinkit.

Mia Peltola



Vinkkejä:

- Pidä leikkuulaudan alla kosteaa liinaa laudan liikkumisen estämiseksi.
- Pidä leikkuuveitset terävinä.
- Älä pese teräviä veitsiä astianpesukoneessa, sillä teräs kuumentuessaan laajenee ja tylsyy.
- Käytä vain suoraan myllystä jauhettua mustapippuria.
- Revi salaatti käsin, älä leikkaa sitä veitsellä.
- Käytä hyvää gourmet- tai sormisuolaa.
- Poista tomaatista ainakin kannat.
- Pilko sipuli terävällä veitsellä, älä leikkureilla, jotka saavat aikaan kitkerää makua.
- Pese kädet kylmällä vedellä ja saippualla, jolloin iohuokoset sulkeutuvat eikä sipulin haju tartu käsiin.
- Laita kananmunat kiehuvaan veteen. Keitä niitä 12 minuuttia, jos haluat ruoanvalmistukseen sopivia napakoita munia.
- Kuori kananmunat kylmässä, väljässä vedessä, sillä silloin kuoriminen on helpompaa.

alkuun

Savujuustotapas

- vaaleaa leipää
- 4 tomaattia
- ½ dl oliiviöljyä
- 2 rkl limetin mehua
- 1 paketti (125 g) ranskalaista Forest-savujuustoa
- 1 sipuli ja (2 valkosipulinkynttä pilkottuna)
- 1 nippu basilikaa
- mustapippuria ja sormisuolaa

Pilko tomaatit, juusto ja sipuli pieniksi kuutioiksi. Jos haluat, pidä tomaattikuutioita hiukan aikaa lävikössä, jotta nestettä valuu pois. Lisää valkosipuli, pilkottu basilika sekä sormisuolaa ja mustapippuria myllystä maun mukaan. Grilla leipäviipaleet ja peitä täytteellä.

Anjovistapas

- 1 purkki anjoviksia, vaikkapa Abban
- 2 kovaksi keitettyä kananmunaa
- 50 g maustamatonta kevytlevitettä

Sekoita kaikki aineet sauvasekoittimella kuohkeaksi tahnaksi. Tarkista maku. Grilla leipäviipaleet ja levitä tahna leiville.

Alkuruoan viinisuositus:

Sutter Home Chardonnay, 581187, 8,49 €
Keltainen yhdysvaltalainen valkoviini. Tuoksultaan tyylikäs, omenan ja sitruunan ja persikan aromeja. Maultaan kuivahko, hedelmäinen, runsas, suuntäyttävä, pitkä.

ruoan jälkeen

Kiivi-mansikkamalja

- 2 tölkillistä makeaa siideriä (myös alkoholiton sopii hyvin)
- 4 rkl hunajaa
- mansikoita
- kiivi-hedelmiä

Valmistaudu ruoanlaittoon huolellisesti

- pesemällä kätesi saippualla.
- lukemalla reseptit ajatuksen kanssa.
- varmistamalla, että kaikkia tarvittavia raaka-aineita löytyy kaapistasi.
- tarkistamalla, että työvälineet ovat kunnossa ja puhtaita.
- ottamalla grillattava liha lämpiämään työpöydälle noin tuntia ennen valmistuksen aloittamista.

Muista grillatessa:

- Sytytä grilli ajoissa.
- Tarkkaile grillauslämpötilaa.
- Grilla ruokaa mieluummin pitkään kaukana hiilistä tai vastuksista kuin vähän aikaa kovalla lämmöllä.
- Valuta marinadi pois ennen grillaamista.
- Mausta pihvi suolalla vasta grillaamisen jälkeen.
- Poista liika rasva lihasta vasta paistamisen jälkeen.

pääruoaksi

Lihan marinadi

- sinappia, ketsuppia ja hunajaa, yksi ruokalusikallinen kutakin
- 1 dl öljyä
- kirveliä ja rakuunaa sekä vihripippuria murskattuna, yksi ruokalusikallinen kutakin

Sekoita aineista kastike ja anna lihan maustua vähintään tunnin. Tee marinadia riittävästi, mutta kastiketta ei saa tippua lihasta grilliin. Grillaa lihaa hiljaisella lämmöllä ja vaele tarvittaessa rosmariinin oksalla.

Maustevoi

- 30 g kevytlevitettä
- muutama siivu aurinkokuivattua tomaattia
- 1 nippu basilikaa
- mustapippuria myllystä

Pilko aurinkokuivatut tomaatit ja basilika ja sekoita ne kevytlevitteeseen. Mausta mustapippurilla ja tarkista maku. Nosta grillatun lihan päälle kastikkeeksi.

Grillattua perunaa ja ananasta

Esikeitä kiinteitä perunoita. Leikkaa perunat paksuiksi viipaleiksi, voitele öljyllä ja grilla kauniin ruskeiksi ja rapeiksi. Leikkaa tuore ananas pitkittäin veneen malliseksi viipaleiksi. Voitele öljyllä ja grillaa hedelmään väriä.

Asettele perunat, liha, maustevoi ja ananas lautaselle ja koristele rosmariinin oksalla. Huolehdi ajoituksesta, jotta ruoka olisi tarjoiltaessa kuumaa.

Pääruoan viinisuositus:

Sutter Home Cabernet Sauvignon, 450177, 9,50 €
Punainen yhdysvaltalainen punaviini. Tuoksu makean marjainen. Maku keskitäyteläinen, pehmeä, hedelmäinen, kevyen mausteinen.

Kiehauta hunajat ja ½ tölkkiä siideriä. Anna jäähtyä ja lisää siideriä seokseen.

Pilko kiivit ja mansikat suuhun sopiviksi palasiksi ja asettele ne vuorotellen laseihin niin, että syntyy punaisia ja vihreitä raitoja. Kaada liemi laseihin ja koristele sitruunamelissan lehdillä.