

RAKASTU RUKIISEEN



Lounais-Suomen Martat ry



Yhteistyössä:  Opintokeskus **Siviis**

Rukiinen sveitsinleike jauhelihasta 4 annosta

taikina

400 g	naudan jauhelihaa (rasvaa 17 %)
1 kpl	munaa
1 tl	suolaa

täyte

100 g	saunapalvikinkkua
100 g	emmentaalijuustoa (rasvaa 27-30 %)

paneeraus

3/4 dl	vehnä jauhoja
1/2 tl	suolaa
1/4 tl	mustapippuria
1 kpl	munaa
1 1/2 kpl	ruisleipäviipaleita (raastettuna)

paistamiseen

voita



Lisäkkeeksi: perunasosetta ja herneitä

1. Sekoita jauheliha, muna ja suola keskenään ja vaivaa tasaiseksi. Taputtele taikinasta vedellä kostutetuilla käsillä neljä kämmenenkokoista pihviä.
2. Viipaloi kinkku ja juusto ja lada kerroksittain pihvien toisille puoliskoille. Ummista pihvit ja tarkista, että jauheliha peittää täytteet kunnolla.
3. Ota leivitystä varten esiin kolme syvää lautasta. Sekoita ensimmäiselle lautaselle jauhot, suola ja mustapippuri. Riko toiselle lautaselle muna ja vatkaa rakenne rikki kevyesti. Kaada kolmannelle lautaselle ruisleipämurut.
4. Kuumenna rasva pannulla. Pyörittele leikkeet ensin vehnä jauhoissa, kasta sitten munaan ja lopuksi pyöräytä ruisleipämuruissa.
5. Paista miedolla lämmöllä molemmilla puolilla kypsi. Tarjoa rukiiset sveitsinleikkeet perunasoseen ja herneiden kanssa.

Ruispasta-lohikeitto 4 annosta

2 iso	kiinteää perunaa
2	porkkanaa
1	sipuli
1 rkl	öljyä
1 l	vettä
1	kasvisliemikuutio
2 dl	ruispastaa
100 g	sulatejuustoa
300 g	kylmäsavulohta
1 ruokku	tilliä



1. Kuori ja pilko perunat, porkkanat ja sipuli.
2. Kuullota kattilassa öljyssä porkkanoita ja sipulia muutaman minuutin ajan. Lisää vesi, perunat ja liemikuutio. Keitä 5 minuuttia.
3. Lisää pasta ja jatka keittämistä 5 minuuttia. Lisää sulatejuusto paloina ja siivutettu kala.
4. Kun sulatejuusto on sulanut, lisää silputtu tilli ja nauti heti.

Rukiinen broileri-pähkinäsalaatti 4 annosta

kastike

4 kpl	anjovista
1,25 dl	rypsiöljyä
2	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
0,5 dl	sitruunamehua
1,5 rkl	sinappia
2 tl	sokeria
1 tl	suolaa
1 tl	mustapippuria

salaatti

4 kpl	rooman- eli sidesalaattia ruukussa
0,5 dl	rypsiöljyä
600 g	maustamattomia broilerinfileitä
	ruokaöljyä
8 kpl	ruisleipäviipaleita (kuutioituna)
2 dl	pekaanipähkinöitä
4 kpl	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
2 dl	parmesaanijuustoa (lastuina)



1. Valmista ensin kastike. Hienonna anjovisfilee haarukalla ja sekoita joukkoon kastikkeen muut ainekset.
2. Asettele salaatti lautaselle. Kuumenna pannulla rasva. Paista broilerinfilee täysin kypsäksi ja mausta se suolalla ja pippurilla. Nosta filee pannulta ja leikkaa haarukkapaloiksi.
3. Huuhtaise pannu tarvittaessa ja lisää nokare voita tai öljyä. Kumoa pannulle ruisleipäkuutiot ja pähkinät. Kääntelee aineksia muutaman minuutin ajan ja lisää valkosipuli edelleen paahtaan.
4. Kokoa salaatti, broileri ja ruisleipä-pähkinäseos lautaselle. Vuole rukiisen broileri-pähkinäsalaatin päälle parmesaaninlastuja ja lusikoi päälle kastiketta.

•Ruisleivän sijasta salaattiin sopii erinomaisesti myös makea limppu tai muut leivät. Pekaanipähkinät voit halutessasi vaihtaa esim. mantelirouheeseen.

Perunat Pähkinämäen tapaan (4–5 annosta)

1 kg	jauhoisia perunoita
½ dl	oliiviöljyä (tai kirkastettua voita)
1 tl	suolaa myllystä
	mustapippuria myllystä
	timjamia ja/tai rosmariinia

Kuorrute

4	ruishapankorppua (hienonnettuina 1 dl)
2	isoa valkosipulinkynttä
1 dl	hienoksi raastettua parmesaania (kuivattuja sieniä jauheena)



1. Pese perunat huolellisesti harjaten, mutta älä kuori niitä. Leikkaa muutaman millimetrin viipaleiksi kylmään veteen.
2. Hienonna hapankorput esim. huumareissa, hienonna valkosipuli ja raasta parmesaani.
3. Valmista kuorrute yhdistämällä keskenään hienonnetut hapankorput, hienonnetut valkosipulinkynttät sekä parmesaaniraaste ja mahdollisesti sienijauhe.
4. Valuta perunaviipaleet tarkasti lävikössä ja siirrä leivinpaperin päälle pellille. Valuta viipaleille öljyä tai kirkastettua voita. Kääntelee öljy perunoihin käsin niin, että jokainen viipale saa molemmille puolilleen rasvaa.

5. Mausta perunat suolalla, pippurilla sekä yrteillä. Ripottele kuorrutuseos tasaisesti kauttaaltaan perunoiden päälle.
6. Kypsennä perunat 200-asteisessa uunissa 30–40 minuutin ajan niin, että pinta on saanut kauniin värin ja rapeuden ja perunat ovat aivan täysin kypsiä.
7. Nämä perunat ovat parhaimmillaan heti uunista otettuina, rapeina, joten niillä kannattaa herkutella heti, koska säilytys vie helposti rapeuden.

Broccoliinipizza 4 annosta

Taikina

2 dl	vettä
2 tl	kuivahiivaa
(½ tl	suolaa)
2 ½ dl	durum- tai pizzajauhoja
2 dl	ruisjauhoja

Täyte

150 g	broccoliinia (varsiparsakaalia)
150 g	ranskankermaa tai kaurafraichea
1	sitruuna
1 mm	suolaa
1 pkt (250 g)	härkäpapusuikaletta, valkosipuli-yrtit (Beanit)
4 rkl	pinjansiemeniä

Lisäksi

1 ruukku	rucolaa
10 tuoretta	basilikan lehteä



1. Kuumenna vesi 42-asteiseksi ja liuota siihen hiiva. Jos pizzajauhot eivät sisällä suolaa, lisää sitä ripaus. Lisää jauhoja vähitellen koko ajan vaivaten, kunnes saat kiinteän taikinan. Kumoa taikina jauhotetulle työtasolle ja vaivaa sitä muutama minuutti. Siirrä taikina kulhoon ja anna kohota peitettynä lämpimässä paikassa 30 minuuttia.
2. Valmistele sillä aikaa täytettä. Huuhdo broccoliinit ja leikkaa kannasta pieni pala pois. Pese sitruuna ja raasta kuori ranskankerman joukkoon. Mausta seos suolaripauksella.
3. Jaa taikina kahteen osaan ja kauli ne leivinpaperin päällä ohuiksi pizzoiksi. Levitä pohjien päälle ranskankerma ja jaa broccoliinit pizzoille. Lisää härkäpapusuikaleet.
4. Paista pizzoja yksi kerrallaan 225 asteessa 10 – 13 minuuttia. Ota pizza uunista 9 minuutin kohdalla ja lisää puolet pinjansiemenistä. Jatka paistamista, kunnes pohja on kypsä. Paista toinen pizza samoin.
5. Viimeistele pizzat rucolalla ja basilikan lehdillä juuri ennen tarjoilua.

Vinkki

Jos haluat pohjasta erityisen rapean, kuumenna pelti uunissa ennen pizzan lisäämistä. Jos uunissa on kiertoilmatoiminto, voit paistaa molemmat pizzat yhtä aikaa 200 asteessa.

Porokakku 16 annosta

Hyydytetty voileipäkakku on juhlava herkku kahvipöytään. Porokakussa yhdistyy herkullisesti suomalaisen ruokakulttuurin raaka-aineet: ruisleipä, poro ja lakka.

Pohja:

100 g	ruisleipää
½ dl	pullomargariinia
Täyte	
2	liivatelehteä
3 dl	kuohukermaa
100 g	kylmäsavuporonpaistia
400 g	maustamatonta tuorejuustoa
2 rkl	piparjuuritahnaa
½ tl	jauhettua mustapippuria
1 dl	tuoretta persiljaa
2 tl	hunajaa
2 rkl	sitruunamehua

Koristeluun

50 g	kylmäsavuporonpaistia viipaleina
1 dl	lakkoja
	vesikranssinlehtiä tai herneenversoja



1. Vuoraa pyöreä irtopohjavuoka kelmulla (halkaisija 22–24 cm). Jauha leipä tai pilko pieneksi. Sekoita rasvan kanssa ja painele leipäseos vuoan pohjalle ja pane vuoka jääkaappiin.
2. Valmista täyte. Liota liivateita kylmässä vedessä 7 minuuttia. Vaahdota kerma. Sekoita monitoimikoneella kylmäsavuporo, tuorejuusto, piparjuuritahna, mausteet, persilja ja hunaja tasaiseksi seokseksi.
3. Kuumenna sitruunamehu kuumaksi. Purista liivateista vesi ja lisää kuumaan mehuun. Anna hetki jäähtyä ja lisää juustoseokseen ohuena nauhana hyvin sekoittaen. Lisää vaahdotettu kerma ja sekoita tasaiseksi.
4. Kaada täyte vuokaan leipäpohjan päälle. Peitä vuoka kelmulla ja anna maustua jääkaapissa noin kuusi tuntia tai seuraavaan päivään.
5. Nosta kakku vuoasta kelmun avulla tarjoiluvadille. Leikkaa kelmun reunat saksilla pois. Koristele kakku kylmäsavuporolla, lakoilla ja versoilla.

Helpot jogurtti-ruisrieskat 6 kpl

2 dl	maustamatonta jogurtia
1 rkl	öljyä
2 dl	ruisjauhoja
½ tl	suolaa
½ rkl	sokeria
½ tl	ruokasoodaa



1. Sekoita öljy jogurtin joukkoon. Sekoita kuivat aineet keskenään ja lisää ne jogurtin joukkoon. Sekoita tasaiseksi. Peitä kulho kelmulla ja jätä huoneenlämpöön noin 20 minuutiksi.
2. Nostelee taikinasta 6 kekoa leivinpaperin päälle pellille. Taputtele jauhotetuilla käsillä tasaisiksi rieskoiksi. Paista 225-asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen lohigalette 12 annosta

Lohipiiras on näyttävä, herkullinen ja helppo valmistaa. Tarjoa herkku kahvipöydässä tai pieninä cocktail-paloina.

Kuori:

2 dl	vettä
½ tl	suolaa
1½ dl	vehnäjauhoja
1½ dl	ruisjauhoja
1 dl	ruisleseitä
Täyte	
600 g	lohta tai kirjolohta
1 dl	tuoretta tilliä
½ tl	suolaa
2 rkl	rasiamargariinia (rasvaa vähintään 60 %)

Voiteluun

2 rkl	rasiamargariinia tai pullomargariinia
-------	---------------------------------------



1. Mittaa vesi ja suola kulhoon. Lisää jauhot ja alusta kiinteä taikina. Kauli taikina leivinpaperin päällä noin puolen sentin vahvuiseksi pyöreäksi levyksi ja vedä levy paperin avulla uunipellille.
2. Viipaloi kala ohuiksi viipaleiksi graavilohen tapaan eli ilman nahkaa. Lado viipaleet ja taikinakuorelle niin, että reunaan jää kolme senttiä tyhjää. Ripottele kalakerrosten väliin tilliä silputtuna ja hieman suolaa. Käännä taikinaliepeet täytteen päälle ja painele hieman. Lisää pinnalle rasvaa nokareina.
3. Paista 225-asteisessa uunissa noin 30–40 minuuttia kunnes taikina on kypsää. Voitele kypsän piiraan reunat rasvasulalla.

Vinkki

Voit ison piirakan sijaan tehdä 12 pientä piirasta: kauli taikina ja ota siitä muotilla 12 pyörylää

Mehevä porkkanaleipä 3 kpl

8 dl	vettä
50 g	hiivaa
3 rkl	siirappia
2 tl	suolaa
4 dl	hienoksi raastettua porkkanaa
2 dl	auringonkukansiemeniä
3 dl	ruisjauhoja
3 dl	hiutaleita
12 - 15 dl	hiivaleipävehnäjauhoja



1. Kuumenna vesi kädenlämpöiseksi. Lisää hiiva ja sekoita tasaiseksi. Lisää suola, siirappi, porkkana-raaste, siemenet, ruisjauhot ja hiutaleet.
2. Lisää hiivaleipäjauhoja vähitellen niin paljon, että saat pehmeän ja kimmoisan taikinan. Kohota lämpimässä paikassa ainakin puoli tuntia.
3. Jaa taikina kolmeen osaan. Leivo leiviksi ja kohota pellillä. Paista 200-asteisessa uunissa 25-30 minuuttia. Voit leipoa taikinasta myös sämpylöitä (n. 25 kpl). Paista porkkanasämpylöitä 225 asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen punajuuri-sinihomejuustopiirakka pyöreä uunivuoka, halkaisija 25–30 cm

1 pkt Myllyn Paras Pyöreä Ruis-Kaura Piirakkataikinaa (380 g)

Täyte

4–5 isohkoa punajuurtta (500 g)
175 g sinihomejuustoa
2 rkl juoksevaa hunajaa
½ dl kurpitsansiemeniä
½ dl tuoretta oreganoa tai rakuunaa
2½ dl kermavalmistetta
1 tl rouhittua mustapippuria
2 kananmunaa



1. Ota pakastetaikina sulamaan, taputtele se voidellun vuoan pohjalle ja reunoille.
2. Kuori punajuuret ja leikkaa ne hyvin ohuiksi viipaleiksi terävällä veitsellä. Asettele viipaleet piirakkapohjalle limittäin.
3. Murusta päälle sinihomejuusto. Valuta päälle vielä hunajaa, ripottele kurpitsansiemeniä ja silppua valitsemaasi tuoretta yrttiä.
4. Sekoita kerma, mustapippurirouhe ja munat. Kaada seos punajuurien päälle.
5. Paista 200-asteisen uunin alimmalla tasolla noin 45 minuuttia.

Lanttusupikkaat 12 kpl

1 dl vettä
½ tl suolaa
2 ½ dl ruisjauhoja

lanttutäyte

400 g lanttua
1 rkl rosmariinia hienonnettuna
½ tl suolaa
¼ tl maustepippuria
1 rkl vaahterasiirappia
1 rkl kasvipohjaista rasvaa

voiteluun:

50 g kasvipohjaista rasvaa



1. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita ne kattilaan ja kaada päälle vettä sen verran, että lantut peittyvät. Keitä lanttuja 20–30 minuuttia, kunnes ne ovat haarukalla kokeiltaessa pehmeitä. Valuta keitinvesi ja soseuta lantut survimella. Mausta rosmariinilla, suolalla ja maustepippurilla. Lisää siirappi ja rasva. Sekoita, kunnes rasva on sulanut täyteen joukkoon.
2. Valmista taikina. Sekoita kulhossa vesi, suola ja jauhot tasaiseksi taikinaksi. Vaivaa taikina jauhotetulla pöydällä sileäksi. Muotoile taikinasta tanko ja jaa 12 osaan. Pyöritä palat palloiksi ja ripottele päälle jauhoja. Kaulitse pallot yksitellen ja peitä muut kelmulla, niin ne eivät kuivu. Kauli taikinanpalat pyöreiksi kuoriksi (halk. 9–10 cm). Pinoa kuoret, ripottele väliin jauhoja ja peitä kelmulla.

3. Laita lanttua kuoren toiseen reunaan ja käännä toinen puoli päälle kanneksi. Nipistele taikinareunat kiinni haarukalla. Laita supikkaat puhtaalle uunipellille ilman leivinpaperia, niin saat rapean kuoren. Paista 250 asteessa 10 – 15 minuuttia.
4. Sulata rasva ja voitele kypsät supikkaat rasvalla. Peitä leivinpaperilla ja leivinliinalla. Anna vetäytyä noin 15 min.

Gluteenittomat lanttusupikkaat

Kuoritaikina

2 dl	vettä
2 tl	psylliumia
½ tl	suolaa
2 rkl	sulatettua voita
2-2½ dl	tattarijauhoja

Täyte

500 g	lanttua
½ tl	suolaa
2 tl	hunajaa
1 rkl	voita

Kaulintaan

½ dl	tattarijauhoja
------	----------------

Voiteluun

15 g	voita
------	-------



1. Lanttutäytteen valmistus. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita lanttukuutiot kattilaan ja kaada vettä päälle sen verran, että lantut juuri ja juuri peittyvät. Keitä lantut pehmeiksi (noin 30 minuuttia). Kaada keitinvesi pois ja soseuta lantut haarukalla. Sekoita lanttusoseen joukkoon hunaja, voi sekä suola.
2. Kuorien valmistus. Sekoita kylmään veteen psyllium ja anna seoksen turvota 5 minuuttia. Lisää suola, ja tattarijauhot pienissä erissä. Lisää lopuksi jäähtynyt voisula. Vaivaa taikina tasaiseksi. Laita se jääkaappiin tekeytymään 15 minuutiksi.
3. Taputtele taikina litteäksi tattarijauhoilla jauhotetulla työpöydällä. Kauli se ohueksi levyksi. Irrota taikinasta muotin tai juomalasin avulla pyöreitä taikinapaloja. Kauli palat pyöreiksi kuoriksi. Nosta lanttutäytettä kuoren toiseen reunaan, kostuta vedellä kevyesti lanttupuolen kuoren reuna ja taita toinen puoli päälle kanneksi. Painele reunat yhteen etusormella.
4. Laita uuni lämpenemään 250-275 asteeseen. Paista supikkaita uunissa noin 15 minuuttia tai kunnes pinta on saanut hieman väriä. Voitele lanttusupikkaat lämpiminä voisulalla.

Lohipalat

400 g lohta fileenä
suolaa
mustapippuria

mausteseos:

2 rkl sitruunamehua
suolaa
2 tl hunajaa
2 tl sinappia
0,5 dl hienonnettua tilliä

lisäksi:

200 g valmista ruistaikinaa
1 kananmuna voiteluun
1 rkl ruiskorppujauhoja pinnalle



1. Poista lohesta ruodot ja nahka. Leikkaa lohifilee pituussuunnassa noin viiden sentin levyisiksi suikaleiksi. Mausta suolalla ja pippurilla. Sekoita mausteseoksen aineet keskenään ja pyöritä lohisuikaleet seoksessa.
2. Kauli ruistaikina noin 15 cm leveäksi ja 30 cm pitkäksi levyksi. Aseta maustetut lohipalat taikinan päälle pitkittäin noin kaksi senttiä reunasta. Voitele taikinan reunat kananmunalla ja kääri lohi taikinaan. Muotoile taikinasta pitkä pötkö ja sulje reunat tiiviisti.
3. Voitele taikinan pinta kananmunalla ja pistele siihen reikiä haarukalla. Ripottele ruiskorppujauhot pinnalle. Kypsennä nytyttä 220 asteisessa uunissa noin 10-15 minuuttia. Anna paistoksen hetken levähtää ja leikkaa viipaleiksi.

Mausteinen pataleipä

4 dl piimää
15 g hiivaa
1 dl siirappia
1 tl fenkolin siemeniä
1 tl pomeranssinkuorta
1 tl suolaa
1 dl rusinoita
3 dl ruisjauhoja
3 dl vehnäjauhoja



1. Lämmitä piimä kädenlämpöiseksi. Lisää murennettu hiiva, siirappi, morttelissa jauhettu fenkoli ja muut mausteet sekä rusinat ja jauhot. Sekoita puuhaarukalla pehmeäksi taikinaksi, taikinaa ei tarvitse vaivata. Peitä kulho kelmulla ja anna kohota huoneenlämmössä ainakin 12 tuntia.
2. Kumoa taikina jauhotetulle pöydälle ja kääntele muutaman kerran. Anna kohota vielä kulhossaan puoli tuntia.

3. Leikkaa leivinpaperista (valurauta)padan pohjan (Ø n. 20 cm) kokoinen pala. Nosta pata kylmään uuniin ja kuumenna uuni 225 asteeseen. Kun taikina on kohonnut puolisen tuntia, ota kuuma pata uunista ja laita pohjalle leivinpaperipala. Kaada taikina pataan, laita kansi päälle ja paista uunissa 30 min. Ota kansi pois ja jatka paistamista vielä 15-20 minuuttia eli kunnes leipä on kauniin ruskea. Anna leivän jäähtyä haaleaksi ennen kumoamista.

Vinkki

Voit käyttää pataleivän paistoastiana myös uunivuokaa ja kantena esimerkiksi piirakkavuokaa. Rusinoiden ohella leipään sopii kuutoidut kuivatut aprikoosit tai viikunat. Voit maustaa taikinaa myös ½ appelsiinin raastetulla kuorella. Jos käytät mausteisen pataleivän nesteenä vettä piimän sijaan, lisää silloin vehnä jauhoja 2 dl.

Puolukka-ruismurujälkkäri 4 annosta

75 g (noin 6 kpl) ruisnäkkipää

3 rkl voisulaa

2 tl sokeria

1 tl kanelia

täyte

2 dl kuohukermaa

100 g maustamatonta tuorejuustoa

¾ dl puolukkahilloa

päälle

1 dl (pakaste)puolukoita



1. Murskaa näkkileivät monitoimikoneessa tai laita ne tukevaan muovipussiin ja nuiji murusiksi esimerkiksi kaulimella.
2. Sekoita voi, sokeri ja kaneli näkkärimuruihin. Jaa 2/3 seoksesta annosmaljojen pohjalle.
3. Vatkaa täytteen kerma vaahdoksi, notkista ja kääntelee tuorejuusto joukkoon, sekoita myös hillo varovasti mukaan. Jaa täyte maljoihin. Nosta pinnalle puolukoita ja loput näkkärimurusta.

Ruis-puolukkaherkku 4 annosta

100 g voita

2 dl ruisjauhoja

½ tl leivinjauhetta

½ dl sokeria

2 dl puolukoita

½ prk (à 2 dl) vaahdotuvaa vaniljakastiketta



1. Sulata voi ja anna hetki jäähtyä.
2. Mittaa kuivat aineet kulhoon ja sekoita joukkoon voi. Nypi taikina murusiksi leivinpaperin päälle pellille. Kypsennä 200-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia tai kunnes taikina on saanut hiukan väriä. Anna jäähtyä.
3. Leikkaa jäähtynyt ruistaikina veitsellä muruiksi. Jaa murut lasihin ja mittaa päälle tuoreet puolukat. Viimeistele vaahdoksi vatkatulla vaniljakastikkeella. Tarjoa heti.

Vinkki: Voit käyttää myös pakastepuolukoita tai muita tuoreita tai pakastettuja kotimaisia marjoja. Halutessasi voit vaihtaa vaniljakastikkeen vaniljajäätelöön.

Mustikkakupit 12 kpl

Ruispohja

1 ½ dl	ruisjauhoja
1 dl	vehnäjauhoja
2 rkl	sokeria
1 tl	kardemummaa
¼ tl	suolaa
1	kananmuna
3 rkl	pullomargariinia tai rypsiöljyä

Mustikkamousse

4	liivatelehteä
2 ½ dl	vaahdotuvaa vispiä (20 %)
300 g	maustamatonta jogurttia
3 dl	mustikoita
½ dl	sokeria
3-4 rkl	sitruunamehua

Koristeeksi

2 dl	(pensas)mustikoita
------	--------------------



1. Aloita valmistamalla mustikkamousse, jotta se ehtii hyytyä. Laita liivatelehdet likoamaan kylmään veteen.
2. Vaahdota vispi ja lisää siihen jogurtti, soseutetut mustikat sekä sokeri. Maista ja lisää halutessasi sokeria.
3. Kiehauta kattilassa sitruunamehua ja liuota siihen hyvin puristetut liivatelehdet. Kaada seos mustikka-vaahtoon ja kääntelee tasaiseksi. Laita mustikkamousse jääkaappiin hyytymään.
4. Valmista pohja sekoittamalla kaikki kuivat ainekset keskenään. Lisää kananmuna ja rasva. Vaivaa taikinaa hetki jotta siitä tulee kimmoisa. Jos seos on liian kuivaa, lisää vettä tilkka kerrallaan.
5. Kaulitse pohja noin 1mm paksuiseksi levyksi ruisjauhoja apuna käyttäen. Leikkaa levystä noin 10cm halkaisijaltaan olevia ympyröitä.
6. Käännä muffinipelti tai metalliset leivosvuokat ylösalaisin ja asettele pohjat kuppien päälle ja painele reunoja hieman alaspäin. Paista pohjia 225 asteessa noin 5 minuutin ajan. Anna kuppien jäähtyä ja irrota vuoista.
7. Lusikoi tai pursota täytettä ruiskuppeihin. Koristele tuoreilla mustikoilla.

Karpalo-ruisruudut 35 kpl

3 dl	ruishiutaleita
1 ¼ dl	ruokosokeria
½ tl	ruokasoodaa
2 dl	jäisiä karpaloita tai puolukoita (100g)
1 kpl	muna

Pinnalle

1 ½ dl	vehnäjauhoja
1 dl	pullomargariinia
1 rkl	ruokosokeria



1. Laita uuni kuumenemaan 200 asteeseen. Levitä leivinpaperi metallivuokaan (20x26 cm).
2. Sekoita ruishiutaleet, sokeri ja vehnäjauhot, joihin sooda on hyvin sekoitettu. Lisää jäiset marjat, vähän vatkattu muna ja pullomargariini.
3. Levitä taikina leivinpaperin päälle vuokaan ja tasoita pinta. Ripottele pinnalle vähän ruokosokeria, joka antaa ruuduille makean rapeuden karamellisoituessaan.
4. Paista uunin keskitasolla noin 15 minuuttia. Jäähdytä vuoassa ja leikkaa pieniksi paloiksi.

Rukiinen tyrnikääretorttu annoksia 15

Pohja

4 kpl	kananmunaa
3/4 dl	hedelmäsokeria
1,5 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Täyte

200 g	tuorejuustoa
2 dl	kermaa
2 dl	tyrnihilloa



Koristeluun: tomusokeria, tyrnijuustoa, tyrnimarjoja, sitruunamelissaa

1. Vatkaa munat ja sokeri vaaleaksi vaahdoksi. Yhdistä leivinjauhe ruisjauhoihin. Sekoita jauhot muna-sokerivaahtoon varovasti nostellen.
2. Kaada taikina leivinpaperilla päällystetylle uunipellille. Paista uunin keskitasolla 225 asteessa 6–7 minuuttia.
3. Kumoa kypsä torttu toiselle leivinpaperille, jolle on ripoteltu hieman sokeria ja tyrnijuustoa. Irrota leivinpaperi pois ja anna pohjan jäähtyä.
4. Vatkaa kerma vaahdoksi ja lisää tuorejuuston joukkoon. Levitä tyrnihilloa ohuelti pohjan päälle ja lopuksi tuorejuusto-kermaavahto. Jätä reunoilta vajaaksi.
5. Rullaa kääretortuksi ja jätä sauma alaspäin. Laita hetkeksi kylmään vetäytymään.
6. Koristele juuri ennen tarjolle pinoa tomusokerilla ja tyrnijuustolla. Lisää lopuksi tyrnimarjoja ja sitruunamelissaa.

Ruis-suklaakakku

Kakku

200 g	suklaata (taloussuklaa)
200 g	voita
4 kpl	kananmunaa
2 dl	sokeria
4 rkl	kaakaojauhetta
2 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Kuorrutus

150 g	suklaata (taloussuklaata)
1 dl	kermaa
1 rkl	voita
1 tl	kanelia



1. Sulata voi kattilassa ja lisää joukkoon rouhittu suklaa. Anna jäähtyä hetki.
2. Sekoita kaakaojauhe, ruisjauhot ja leivinjauhe keskenään.
3. Vatkaa munat ja sokeri kuohkeaksi vaahdoksi. Sekoita voi-suklaaseos vaahtoon. Siivilöi mukaan kuivat aineet ja sekoita kevyesti nostellen.
4. Voitele ja ruisjauhotta vuoka. Levitä taikina tasaisesti vuokaan.
5. Paista 175-asteisessa uunissa 45 minuuttia. Kokeile kypsyyttä tikulla. Anna jäähtyä ennen kuorruttamista.
6. Valmista kuorrute sulattamalla voi ja lisäämällä kaneli sekaan. Lisää kerma ja kuumenna (älä keitä). Sekoita joukkoon rouhittu suklaa, anna suklaan sulaa. Kuorruta jäähtynyt kakku suklaaseoksella. Anna tekeytyä seuraavaan päivään.

RAKASTU RUKIISEEN



Lounais-Suomen Martat ry



Yhteistyössä:  Opintokeskus **Siviis**

Rukiinen sveitsinleike jauhelihasta 4 annosta

taikina

400 g naudan jauhelihaa (rasvaa 17 %)
1 kpl muna
1 tl suolaa

täyte

100 g saunapalvikinkkua
100 g emmentaalijuustoa (rasvaa 27-30 %)

paneeraus

3/4 dl vehnäjauhoja
1/2 tl suolaa
1/4 tl mustapippuria
1 kpl muna
1 1/2 kpl ruisleipäviipaleita (raastettuna)

paistamiseen

voita



Lisäkkeeksi: perunasosetta ja herneitä

1. Sekoita jauheliha, muna ja suola keskenään ja vaivaa tasaiseksi. Taputtele taikinasta vedellä kostutetuilla käsillä neljä kämmenenkokoista pihviä.
2. Viipaloi kinkku ja juusto ja lada kerroksittain pihvien toisille puoliskoille. Ummista pihvit ja tarkista, että jauheliha peittää täytteet kunnolla.
3. Ota leivitystä varten esiin kolme syvää lautasta. Sekoita ensimmäiselle lautaselle jauhot, suola ja mustapippuri. Riko toiselle lautaselle muna ja vatkaa rakenne rikki kevyesti. Kaada kolmannelle lautaselle ruisleipämurut.
4. Kuumenna rasva pannulla. Pyörittele leikkeet ensin vehnäjauhoissa, kasta sitten munaan ja lopuksi pyöräytä ruisleipämuruissa.
5. Paista miedolla lämmöllä molemmilla puolilla kypsiksi. Tarjoa rukiiset sveitsinleikkeet perunasoseen ja herneiden kanssa.

Ruispasta-lohikeitto 4 annosta

2 isoa kiinteää perunaa
2 porkkanaa
1 sipuli
1 rkl öljyä
1 l vettä
1 kasvisliemikuutio
2 dl ruispastaa
100 g sulatejuustoa
300 g kylmäsavulohta
1 ruukku tilliä



1. Kuori ja pilko perunat, porkkanat ja sipuli.
2. Kuullota kattilassa öljyssä porkkanoita ja sipulia muutaman minuutin ajan. Lisää vesi, perunat ja liemikuutio. Keitä 5 minuuttia.
3. Lisää pasta ja jatka keittämistä 5 minuuttia. Lisää sulatejuusto paloina ja siivutettu kala.
4. Kun sulatejuusto on sulanut, lisää silputtu tilli ja nauti heti.

Rukiinen broileri-pähkinäsalaatti 4 annosta

kastike

4 kpl	anjovista
1,25 dl	rypsiöljyä
2	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
0,5 dl	sitruunamehua
1,5 rkl	sinappia
2 tl	sokeria
1 tl	suolaa
1 tl	mustapippuria

salaatti

4 kpl	rooman- eli sidesalaattia ruukussa
0,5 dl	rypsiöljyä
600 g	maustamattomia broilerinfileitä
	ruokaöljyä
8 kpl	ruisleipäviipaleita (kuutioituna)
2 dl	pekaanipähkinöitä
4 kpl	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
2 dl	parmesaanijuustoa (lastuina)



1. Valmista ensin kastike. Hienonna anjovisfilee haarukalla ja sekoita joukkoon kastikkeen muut ainekset.
2. Asettele salaatti lautaselle. Kuumenna pannulla rasva. Paista broilerinfilee täysin kypsäksi ja mausta se suolalla ja pippurilla. Nosta filee pannulta ja leikkaa haarukkapaloiksi.
3. Huuhtaise pannu tarvittaessa ja lisää nokare voita tai öljyä. Kumoa pannulle ruisleipäkuutiot ja pähkinät. Kääntelee aineksia muutaman minuutin ajan ja lisää valkosipuli edelleen paahtaan.
4. Kokoa salaatti, broileri ja ruisleipä-pähkinäseos lautaselle. Vuole rukiisen broileri-pähkinäsalaatin päälle parmesaaninlastuja ja lusikoi päälle kastiketta.

•Ruisleivän sijasta salaattiin sopii erinomaisesti myös makea limppu tai muut leivät. Pekaanipähkinät voit halutessasi vaihtaa esim. mantelirouheeseen.

Perunat Pähkinämäen tapaan (4–5 annosta)

1 kg	jauhoisia perunoita
½ dl	oliiviöljyä (tai kirkastettua voita)
1 tl	suolaa myllystä
	mustapippuria myllystä
	timjamia ja/tai rosmariinia

Kuorrute

4	ruishapankorppua (hienonnettuina 1 dl)
2	isoa valkosipulinkynttä
1 dl	hienoksi raastettua parmesaania (kuivattuja sieniä jauheena)



1. Pese perunat huolellisesti harjaten, mutta älä kuori niitä. Leikkaa muutaman millimetrin viipaleiksi kylmään veteen.
2. Hienonna hapankorput esim. huhmareessa, hienonna valkosipuli ja raasta parmesaani.
3. Valmista kuorrute yhdistämällä keskenään hienonnetut hapankorput, hienonnetut valkosipulinkynttät sekä parmesaaniraaste ja mahdollisesti sienijauhe.
4. Valuta perunaviipaleet tarkasti lävikössä ja siirrä leivinpaperin päälle pellille. Valuta viipaleille öljyä tai kirkastettua voita. Kääntelee öljy perunoihin käsin niin, että jokainen viipale saa molemmille puolilleen rasvaa.

5. Mausta perunat suolalla, pippurilla sekä yrteillä. Ripottele kuorrutuseos tasaisesti kauttaaltaan perunoiden päälle.
6. Kypsennä perunat 200-asteisessa uunissa 30–40 minuutin ajan niin, että pinta on saanut kauniin värin ja rapeuden ja perunat ovat aivan täysin kypsiä.
7. Nämä perunat ovat parhaimmillaan heti uunista otettuina, rapeina, joten niillä kannattaa herkutella heti, koska säilytys vie helposti rapeuden.

Broccoliinipizza 4 annosta

Taikina

2 dl	vettä
2 tl	kuivahiivaa
(½ tl	suolaa)
2 ½ dl	durum- tai pizzajauhoja
2 dl	ruisjauhoja

Täyte

150 g	broccoliinia (varsiparsakaalia)
150 g	ranskankermaa tai kaurafraichea
1	sitruuna
1 mm	suolaa
1 pkt (250 g)	härkäpapusuikaletta, valkosipuli-yrtit (Beanit)
4 rkl	pinjansiemeniä

Lisäksi

1 ruukku	rucolaa
10 tuoretta	basilikan lehteä



1. Kuumenna vesi 42-asteiseksi ja liuota siihen hiiva. Jos pizzajauhot eivät sisällä suolaa, lisää sitä ripaus. Lisää jauhoja vähitellen koko ajan vaivaten, kunnes saat kiinteän taikinan. Kumoa taikina jauhotetulle työtasolle ja vaivaa sitä muutama minuutti. Siirrä taikina kulhoon ja anna kohota peitettynä lämpimässä paikassa 30 minuuttia.
2. Valmistele sillä aikaa täytettä. Huuhdo broccoliinit ja leikkaa kannasta pieni pala pois. Pese sitruuna ja raasta kuori ranskankerman joukkoon. Mausta seos suolaripauksella.
3. Jaa taikina kahteen osaan ja kauli ne leivinpaperin päällä ohuiksi pizzoiksi. Levitä pohjien päälle ranskankerma ja jaa broccoliinit pizzoille. Lisää härkäpapusuikaleet.
4. Paista pizzoja yksi kerrallaan 225 asteessa 10 – 13 minuuttia. Ota pizza uunista 9 minuutin kohdalla ja lisää puolet pinjansiemenistä. Jatka paistamista, kunnes pohja on kypsä. Paista toinen pizza samoin.
5. Viimeistele pizzat rucolalla ja basilikan lehdillä juuri ennen tarjoilua.

Vinkki

Jos haluat pohjasta erityisen rapean, kuumenna pelti uunissa ennen pizzan lisäämistä. Jos uunissa on kiertoilmatoiminto, voit paistaa molemmat pizzat yhtä aikaa 200 asteessa.

Porokakku 16 annosta

Hyydytetty voileipäkakku on juhlava herkku kahvipöytään. Porokakussa yhdistyy herkullisesti suomalaisen ruokakulttuurin raaka-aineet: ruisleipä, poro ja lakka.

Pohja:

100 g	ruisleipää
½ dl	pullomargariinia
Täyte	
2	liivatelehteä
3 dl	kuohukermaa
100 g	kylmäsavuporonpaistia
400 g	maustamatonta tuorejuustoa
2 rkl	piparjuuritahnaa
½ tl	jauhettua mustapippuria
1 dl	tuoretta persiljaa
2 tl	hunajaa
2 rkl	sitruunamehua

Koristeluun

50 g	kylmäsavuporonpaistia viipaleina
1 dl	lakkoja
	vesikranssinlehtiä tai herneenversoja



1. Vuoraa pyöreä irtopohjavuoka kelmulla (halkaisija 22–24 cm). Jauha leipä tai pilko pieneksi. Sekoita rasvan kanssa ja painele leipäseos vuoan pohjalle ja pane vuoka jääkaappiin.
2. Valmista täyte. Liota liivateita kylmässä vedessä 7 minuuttia. Vaahdota kerma. Sekoita monitoimikoneella kylmäsavuporo, tuorejuusto, piparjuuritahna, mausteet, persilja ja hunaja tasaiseksi seokseksi.
3. Kuumenna sitruunamehu kuumaksi. Purista liivateista vesi ja lisää kuumaan mehuun. Anna hetki jäähtyä ja lisää juustoseokseen ohuena nauhana hyvin sekoittaen. Lisää vaahdotettu kerma ja sekoita tasaiseksi.
4. Kaada täyte vuokaan leipäpohjan päälle. Peitä vuoka kelmulla ja anna maustua jääkaapissa noin kuusi tuntia tai seuraavaan päivään.
5. Nosta kakku vuoasta kelmun avulla tarjoiluvadille. Leikkaa kelmun reunat saksilla pois. Koristele kakku kylmäsavuporolla, lakoilla ja versoilla.

Helpot jogurtti-ruisrieskat 6 kpl

2 dl	maustamatonta jogurttia
1 rkl	öljyä
2 dl	ruisjauhoja
½ tl	suolaa
½ rkl	sokeria
½ tl	ruokasoodaa



1. Sekoita öljy jogurtin joukkoon. Sekoita kuivat aineet keskenään ja lisää ne jogurtin joukkoon. Sekoita tasaiseksi. Peitä kulho kelmulla ja jätä huoneenlämpöön noin 20 minuutiksi.
2. Nostele taikinasta 6 kekoa leivinpaperin päälle pellille. Taputtele jauhotetuilla käsillä tasaisiksi rieskoiksi. Paista 225-asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen lohigalette 12 annosta

Lohipiiras on näyttävä, herkullinen ja helppo valmistaa. Tarjoa herkku kahvipöydässä tai pieninä cocktail-paloina.

Kuori:

2 dl	vettä
½ tl	suolaa
1½ dl	vehnäjauhoja
1½ dl	ruisjauhoja
1 dl	ruisleseitä
Täyte	
600 g	lohta tai kirjolohta
1 dl	tuoretta tilliä
½ tl	suolaa
2 rkl	rasiamargariinia (rasvaa vähintään 60 %)

Voiteluun

2 rkl	rasiamargariinia tai pullomargariinia
-------	---------------------------------------



1. Mittaa vesi ja suola kulhoon. Lisää jauhot ja alusta kiinteä taikina. Kauli taikina leivinpaperin päällä noin puolen sentin vahvuiseksi pyöreäksi levyksi ja vedä levy paperin avulla uunipellille.
2. Viipaloi kala ohuiksi viipaleiksi graavilohen tapaan eli ilman nahkaa. Lado viipaleet ja taikinakuorelle niin, että reunaan jää kolme senttiä tyhjää. Ripottele kalakerrosten väliin tilliä silputtuna ja hieman suolaa. Käännä taikinaliepeet täytteen päälle ja painele hieman. Lisää pinnalle rasvaa nokareina.
3. Paista 225-asteisessa uunissa noin 30–40 minuuttia kunnes taikina on kypsää. Voitele kypsän piiraan reunat rasvasulalla.

Vinkki

Voit ison piirakan sijaan tehdä 12 pientä piirasta: kauli taikina ja ota siitä muotilla 12 pyörylää

Mehevä porkkanaleipä 3 kpl

8 dl	vettä
50 g	hiivaa
3 rkl	siirappia
2 tl	suolaa
4 dl	hienoksi raastettua porkkanaa
2 dl	auringonkukansiemeniä
3 dl	ruisjauhoja
3 dl	hiutaleita
12 - 15 dl	hiivaleipävehnäjauhoja



1. Kuumenna vesi kädenlämpöiseksi. Lisää hiiva ja sekoita tasaiseksi. Lisää suola, siirappi, porkkana-raaste, siemenet, ruisjauhot ja hiutaleet.
2. Lisää hiivaleipäjauhoja vähitellen niin paljon, että saat pehmeän ja kimmoisan taikinan. Kohota lämpimässä paikassa ainakin puoli tuntia.
3. Jaa taikina kolmeen osaan. Leivo leiviksi ja kohota pellillä. Paista 200-asteisessa uunissa 25-30 minuuttia. Voit leipoa taikinasta myös sämpylöitä (n. 25 kpl). Paista porkkanasämpylöitä 225 asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen punajuuri-sinihomejuustopiirakka pyöreä uunivuoka, halkaisija 25–30 cm

1 pkt Myllyn Paras Pyöreä Ruis-Kaura Piirakkataikinaa (380 g)

Täyte

4–5 isohkoa punajuurtta (500 g)
175 g sinihomejuustoa
2 rkl juoksevaa hunajaa
½ dl kurpitsansiemeniä
½ dl tuoretta oreganoa tai rakuunaa
2½ dl kermavalmistetta
1 tl rouhittua mustapippuria
2 kananmunaa



1. Ota pakastetaikina sulamaan, taputtele se voidellun vuoan pohjalle ja reunoille.
2. Kuori punajuuret ja leikkaa ne hyvin ohuiksi viipaleiksi terävällä veitsellä. Asettele viipaleet piirakkapohjalle limittäin.
3. Murusta päälle sinihomejuusto. Valuta päälle vielä hunajaa, ripottele kurpitsansiemeniä ja silppua valitsemaasi tuoretta yrttiä.
4. Sekoita kerma, mustapippurirouhe ja munat. Kaada seos punajuurien päälle.
5. Paista 200-asteisen uunin alimmalla tasolla noin 45 minuuttia.

Lanttusupikkaat 12 kpl

1 dl vettä
½ tl suolaa
2 ½ dl ruisjauhoja

lanttutäyte

400 g lanttua
1 rkl rosmariinia hienonnettuna
½ tl suolaa
¼ tl maustepippuria
1 rkl vaahterasiirappia
1 rkl kasvipohjaista rasvaa

voiteluun:

50 g kasvipohjaista rasvaa



1. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita ne kattilaan ja kaada päälle vettä sen verran, että lantut peittyvät. Keitä lanttuja 20–30 minuuttia, kunnes ne ovat haarukalla kokeiltaessa pehmeitä. Valuta keitinvesi ja soseuta lantut survimella. Mausta rosmariinilla, suolalla ja maustepippurilla. Lisää siirappi ja rasva. Sekoita, kunnes rasva on sulanut täyteen joukkoon.
2. Valmista taikina. Sekoita kulhossa vesi, suola ja jauhot tasaiseksi taikinaksi. Vaivaa taikina jauhotetulla pöydällä sileäksi. Muotoile taikinasta tanko ja jaa 12 osaan. Pyöritä palat palloiksi ja ripottele päälle jauhoja. Kaulitse pallot yksitellen ja peitä muut kelmulla, niin ne eivät kuivu. Kauli taikinanpalat pyöreiksi kuoriksi (halk. 9–10 cm). Pinoa kuoret, ripottele väliin jauhoja ja peitä kelmulla.

3. Laita lanttua kuoren toiseen reunaan ja käännä toinen puoli päälle kanneksi. Nipistele taikinareunat kiinni haarukalla. Laita supikkaat puhtaalle uunipellille ilman leivinpaperia, niin saat rapean kuoren. Paista 250 asteessa 10 – 15 minuuttia.
4. Sulata rasva ja voitele kypsät supikkaat rasvalla. Peitä leivinpaperilla ja leivinliinalla. Anna vetäytyä noin 15 min.

Gluteenittomat lanttusupikkaat

Kuoritaikina

2 dl	vettä
2 tl	psylliumia
½ tl	suolaa
2 rkl	sulatettua voita
2-2½ dl	tattarijauhoja

Täyte

500 g	lanttua
½ tl	suolaa
2 tl	hunajaa
1 rkl	voita

Kaulintaan

½ dl	tattarijauhoja
------	----------------

Voiteluun

15 g	voita
------	-------



1. Lanttutäytteen valmistus. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita lanttukuutiot kattilaan ja kaada vettä päälle sen verran, että lantut juuri ja juuri peittyvät. Keitä lantut pehmeiksi (noin 30 minuuttia). Kaada keitinvesi pois ja soseuta lantut haarukalla. Sekoita lanttuseen joukkoon hunaja, voi sekä suola.
2. Kuorien valmistus. Sekoita kylmään veteen psyllium ja anna seoksen turvota 5 minuuttia. Lisää suola, ja tattarijauhot pienissä erissä. Lisää lopuksi jäähtynyt voisula. Vaivaa taikina tasaiseksi. Laita se jääkaappiin tekeytymään 15 minuutiksi.
3. Taputtele taikina litteäksi tattarijauhoilla jauhotetulla työpöydällä. Kauli se ohueksi levyksi. Irrota taikinasta muotin tai juomalasin avulla pyöreitä taikinapaloja. Kauli palat pyöreiksi kuoriksi. Nosta lanttutäytettä kuoren toiseen reunaan, kostuta vedellä kevyesti lanttupuolen kuoren reuna ja taita toinen puoli päälle kanneksi. Painele reunat yhteen etusormella.
4. Laita uuni lämpenemään 250-275 asteeseen. Paista supikkaita uunissa noin 15 minuuttia tai kunnes pinta on saanut hieman väriä. Voitele lanttusupikkaat lämpiminä voisulalla.

Lohipalat

400 g lohta fileenä
suolaa
mustapippuria

mausteseos:

2 rkl sitruunamehua
suolaa
2 tl hunajaa
2 tl sinappia
0,5 dl hienonnettua tilliä

lisäksi:

200 g valmista ruistaikinaa
1 kananmuna voiteluun
1 rkl ruiskorppujauhoja pinnalle



1. Poista lohesta ruodot ja nahka. Leikkaa lohifilee pituussuunnassa noin viiden sentin levyisiksi suikaleiksi. Mausta suolalla ja pippurilla. Sekoita mausteseoksen aineet keskenään ja pyöritä lohisuikaleet seoksessa.
2. Kauli ruistaikina noin 15 cm leveäksi ja 30 cm pitkäksi levyksi. Aseta maustetut lohipalat taikinan päälle pitkittäin noin kaksi senttiä reunasta. Voitele taikinan reunat kananmunalla ja kääri lohi taikinaan. Muotoile taikinasta pitkä pötkö ja sulje reunat tiiviisti.
3. Voitele taikinan pinta kananmunalla ja pistele siihen reikiä haarukalla. Ripottele ruiskorppujauhot pinnalle. Kypsennä nytyttä 220 asteisessa uunissa noin 10-15 minuuttia. Anna paistoksen hetken levähtää ja leikkaa viipaleiksi.

Mausteinen pataleipä

4 dl piimää
15 g hiivaa
1 dl siirappia
1 tl fenkolin siemeniä
1 tl pomeranssinkuorta
1 tl suolaa
1 dl rusinoita
3 dl ruisjauhoja
3 dl vehnäjauhoja



1. Lämmitä piimä kädenlämpöiseksi. Lisää murennettu hiiva, siirappi, morttelissa jauhettu fenkoli ja muut mausteet sekä rusinat ja jauhot. Sekoita puuhaarukalla pehmeäksi taikinaksi, taikinaa ei tarvitse vaivata. Peitä kulho kelmulla ja anna kohota huoneenlämmössä ainakin 12 tuntia.
2. Kumoa taikina jauhotetulle pöydälle ja kääntele muutaman kerran. Anna kohota vielä kulhossaan puoli tuntia.

3. Leikkaa leivinpaperista (valurauta)padan pohjan (Ø n. 20 cm) kokoinen pala. Nosta pata kylmään uuniin ja kuumenna uuni 225 asteeseen. Kun taikina on kohonnut puolisen tuntia, ota kuuma pata uunista ja laita pohjalle leivinpaperipala. Kaada taikina pataan, laita kansi päälle ja paista uunissa 30 min. Ota kansi pois ja jatka paistamista vielä 15-20 minuuttia eli kunnes leipä on kauniin ruskea. Anna leivän jäähtyä haaleaksi ennen kumoamista.

Vinkki

Voit käyttää pataleivän paistoastiana myös uunivuokaa ja kantena esimerkiksi piirakkavuokaa. Rusinoiden ohella leipään sopii kuutoidut kuivatut aprikoosit tai viikunat. Voit maustaa taikinaa myös ½ appelsiinin raastetulla kuorella. Jos käytät mausteisen pataleivän nesteenä vettä piimän sijaan, lisää silloin vehnä jauhoja 2 dl.

Puolukka-ruismurujälkkäri 4 annosta

75 g (noin 6 kpl) ruisnäkkipää

3 rkl voisulaa

2 tl sokeria

1 tl kanelia

täyte

2 dl kuohukermaa

100 g maustamatonta tuorejuustoa

¾ dl puolukkahilloa

päälle

1 dl (pakaste)puolukoita



1. Murskaa näkkileivät monitoimikoneessa tai laita ne tukevaan muovipussiin ja nuiji murusiksi esimerkiksi kaulimella.
2. Sekoita voi, sokeri ja kaneli näkkärimuruihin. Jaa 2/3 seoksesta annosmaljojen pohjalle.
3. Vatkaa täytteen kerma vaahdoksi, notkista ja kääntelee tuorejuusto joukkoon, sekoita myös hillo varovasti mukaan. Jaa täyte maljoihin. Nosta pinnalle puolukoita ja loput näkkärimurusta.

Ruis-puolukkaherkku 4 annosta

100 g voita

2 dl ruisjauhoja

½ tl leivinjauhetta

½ dl sokeria

2 dl puolukoita

½ prk (à 2 dl) vaahdotuvaa vaniljakastiketta



1. Sulata voi ja anna hetki jäähtyä.
2. Mittaa kuivat aineet kulhoon ja sekoita joukkoon voi. Nypi taikina murusiksi leivinpaperin päälle pellille. Kypsennä 200-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia tai kunnes taikina on saanut hiukan väriä. Anna jäähtyä.
3. Leikkaa jäähtynyt ruistaikina veitsellä muruiksi. Jaa murut lasiisiin ja mittaa päälle tuoreet puolukat. Viimeistele vaahdoksi vatkatulla vaniljakastikkeella. Tarjoa heti.

Vinkki: Voit käyttää myös pakastepuolukoita tai muita tuoreita tai pakastettuja kotimaisia marjoja. Halutessasi voit vaihtaa vaniljakastikkeen vaniljajäätelöön.

Mustikkakupit 12 kpl

Ruispohja

1 ½ dl	ruisjauhoja
1 dl	vehnäjauhoja
2 rkl	sokeria
1 tl	kardemummaa
¼ tl	suolaa
1	kananmuna
3 rkl	pullomargariinia tai rypsiöljyä

Mustikkamousse

4	liivatelehteä
2 ½ dl	vaahdotuvaa vispiä (20 %)
300 g	maustamatonta jogurttia
3 dl	mustikoita
½ dl	sokeria
3-4 rkl	sitruunamehua

Koristeeksi

2 dl	(pensas)mustikoita
------	--------------------



1. Aloita valmistamalla mustikkamousse, jotta se ehtii hyytyä. Laita liivatelehdet likoamaan kylmään veteen.
2. Vaahdota vispi ja lisää siihen jogurtti, soseutetut mustikat sekä sokeri. Maista ja lisää halutessasi sokeria.
3. Kiehauta kattilassa sitruunamehua ja liuota siihen hyvin puristetut liivatelehdet. Kaada seos mustikka-vaahtoon ja kääntelee tasaiseksi. Laita mustikkamousse jääkaappiin hyytymään.
4. Valmista pohja sekoittamalla kaikki kuivat ainekset keskenään. Lisää kananmuna ja rasva. Vaivaa taikinaa hetki jotta siitä tulee kimmoisa. Jos seos on liian kuivaa, lisää vettä tilkka kerrallaan.
5. Kaulitse pohja noin 1mm paksuiseksi levyksi ruisjauhoja apuna käyttäen. Leikkaa levystä noin 10cm halkaisijaltaan olevia ympyröitä.
6. Käännä muffinipelti tai metalliset leivosvuokat ylösalaisin ja asettele pohjat kuppien päälle ja painele reunoja hieman alaspäin. Paista pohjia 225 asteessa noin 5 minuutin ajan. Anna kuppien jäähtyä ja irrota vuoista.
7. Lusikoi tai pursota täytettä ruiskuppeihin. Koristele tuoreilla mustikoilla.

Karpalo-ruisruudut 35 kpl

3 dl	ruishiutaleita
1 ¼ dl	ruokosokeria
½ tl	ruokasoodaa
2 dl	jäisiä karpaloita tai puolukoita (100g)
1 kpl	muna

Pinnalle

1 ½ dl	vehnäjauhoja
1 dl	pullomargariinia
1 rkl	ruokosokeria



1. Laita uuni kuumenemaan 200 asteeseen. Levitä leivinpaperi metallivuokaan (20x26 cm).
2. Sekoita ruishiutaleet, sokeri ja vehnäjauhot, joihin sooda on hyvin sekoitettu. Lisää jäiset marjat, vähän vatkattu muna ja pullomargariini.
3. Levitä taikina leivinpaperin päälle vuokaan ja tasoita pinta. Ripottele pinnalle vähän ruokosokeria, joka antaa ruuduille makean rapeuden karamellisoituessaan.
4. Paista uunin keskitasolla noin 15 minuuttia. Jäähdytä vuoassa ja leikkaa pieniksi paloiksi.

Rukiinen tyrnikääretorttu annoksia 15

Pohja

4 kpl	kananmunaa
3/4 dl	hedelmäsokeria
1,5 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Täyte

200 g	tuorejuustoa
2 dl	kermaa
2 dl	tyrnihilloa



Koristeluun: tomusokeria, tyrnijuustoa, tyrnimarjoja, sitruunamelissaa

1. Vatkaa munat ja sokeri vaaleaksi vaahdoksi. Yhdistä leivinjauhe ruisjauhoihin. Sekoita jauhot muna-sokerivaahtoon varovasti nostellen.
2. Kaada taikina leivinpaperilla päällystetylle uunipellille. Paista uunin keskitasolla 225 asteessa 6–7 minuuttia.
3. Kumoa kypsä torttu toiselle leivinpaperille, jolle on ripoteltu hieman sokeria ja tyrnijuustoa. Irrota leivinpaperi pois ja anna pohjan jäähtyä.
4. Vatkaa kerma vaahdoksi ja lisää tuorejuuston joukkoon. Levitä tyrnihilloa ohuelti pohjan päälle ja lopuksi tuorejuusto-kermaavahto. Jätä reunoilta vajaaksi.
5. Rullaa kääretortuksi ja jätä sauma alaspäin. Laita hetkeksi kylmään vetäytymään.
6. Koristele juuri ennen tarjolle panoa tomusokerilla ja tyrnijuustolla. Lisää lopuksi tyrnimarjoja ja sitruunamelissaa.

Ruis-suklaakakku

Kakku

200 g	suklaata (taloussuklaa)
200 g	voita
4 kpl	kananmunaa
2 dl	sokeria
4 rkl	kaakaojauhetta
2 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Kuorrutus

150 g	suklaata (taloussuklaata)
1 dl	kermaa
1 rkl	voita
1 tl	kanelia



1. Sulata voi kattilassa ja lisää joukkoon rouhittu suklaa. Anna jäähtyä hetki.
2. Sekoita kaakaojauhe, ruisjauhot ja leivinjauhe keskenään.
3. Vatkaa munat ja sokeri kuohkeaksi vaahdoksi. Sekoita voi-suklaaseos vaahtoon. Siivilöi mukaan kuivat aineet ja sekoita kevyesti nostellen.
4. Voitele ja ruisjauhotta vuoka. Levitä taikina tasaisesti vuokaan.
5. Paista 175-asteisessa uunissa 45 minuuttia. Kokeile kypsyyttä tikulla. Anna jäähtyä ennen kuorruttamista.
6. Valmista kuorrute sulattamalla voi ja lisäämällä kaneli sekaan. Lisää kerma ja kuumenna (älä keitä). Sekoita joukkoon rouhittu suklaa, anna suklaan sulaa. Kuorruta jäähtynyt kakku suklaaseoksella. Anna tekeytyä seuraavaan päivään.

RAKASTU RUKIISEEN



Lounais-Suomen Martat ry



Yhteistyössä:  Opintokeskus **Siviis**

Rukiinen sveitsinleike jauhelihasta 4 annosta

taikina

400 g	naudan jauhelihaa (rasvaa 17 %)
1 kpl	munaa
1 tl	suolaa

täyte

100 g	saunapalvikinkkua
100 g	emmentaalijuustoa (rasvaa 27-30 %)

paneeraus

3/4 dl	vehnä jauhoja
1/2 tl	suolaa
1/4 tl	mustapippuria
1 kpl	munaa
1 1/2 kpl	ruisleipäviipaleita (raastettuna)

paistamiseen

voita



Lisäkkeeksi: perunasosetta ja herneitä

1. Sekoita jauheliha, muna ja suola keskenään ja vaivaa tasaiseksi. Taputtele taikinasta vedellä kostutetuilla käsillä neljä kämmenenkokoista pihviä.
2. Viipaloi kinkku ja juusto ja lada kerroksittain pihvien toisille puoliskoille. Ummista pihvit ja tarkista, että jauheliha peittää täytteet kunnolla.
3. Ota leivitystä varten esiin kolme syvää lautasta. Sekoita ensimmäiselle lautaselle jauhot, suola ja mustapippuri. Riko toiselle lautaselle muna ja vatkaa rakenne rikki kevyesti. Kaada kolmannelle lautaselle ruisleipämurut.
4. Kuumenna rasva pannulla. Pyörittele leikkeet ensin vehnä jauhoissa, kasta sitten munaan ja lopuksi pyöräytä ruisleipämuruissa.
5. Paista miedolla lämmöllä molemmilla puolilla kypsi. Tarjoa rukiiset sveitsinleikkeet perunasoseen ja herneiden kanssa.

Ruispasta-lohikeitto 4 annosta

2 iso	kiinteää perunaa
2	porkkanaa
1	sipuli
1 rkl	öljyä
1 l	vettä
1	kasvisliemikuutio
2 dl	ruispastaa
100 g	sulatejuustoa
300 g	kylmäsavulohta
1 ruokku	tilliä



1. Kuori ja pilko perunat, porkkanat ja sipuli.
2. Kuullota kattilassa öljyssä porkkanoita ja sipulia muutaman minuutin ajan. Lisää vesi, perunat ja liemikuutio. Keitä 5 minuuttia.
3. Lisää pasta ja jatka keittämistä 5 minuuttia. Lisää sulatejuusto paloina ja siivutettu kala.
4. Kun sulatejuusto on sulanut, lisää silputtu tilli ja nauti heti.

Rukiinen broileri-pähkinäsalaatti 4 annosta

kastike

4 kpl	anjovista
1,25 dl	rypsiöljyä
2	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
0,5 dl	sitruunamehua
1,5 rkl	sinappia
2 tl	sokeria
1 tl	suolaa
1 tl	mustapippuria

salaatti

4 kpl	rooman- eli sidesalaattia ruukussa
0,5 dl	rypsiöljyä
600 g	maustamattomia broilerinfileitä
	ruokaöljyä
8 kpl	ruisleipäviipaleita (kuutioituna)
2 dl	pekaanipähkinöitä
4 kpl	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
2 dl	parmesaanijuustoa (lastuina)



1. Valmista ensin kastike. Hienonna anjovisfilee haarukalla ja sekoita joukkoon kastikkeen muut ainekset.
2. Asettele salaatti lautaselle. Kuumenna pannulla rasva. Paista broilerinfilee täysin kypsäksi ja mausta se suolalla ja pippurilla. Nosta filee pannulta ja leikkaa haarukkapaloiksi.
3. Huuhtaise pannu tarvittaessa ja lisää nokare voita tai öljyä. Kumoa pannulle ruisleipäkuutiot ja pähkinät. Kääntelee aineksia muutaman minuutin ajan ja lisää valkosipuli edelleen paahtaan.
4. Kokoa salaatti, broileri ja ruisleipä-pähkinäseos lautaselle. Vuole rukiisen broileri-pähkinäsalaatin päälle parmesaaninlastuja ja lusikoi päälle kastiketta.

•Ruisleivän sijasta salaattiin sopii erinomaisesti myös makea limppu tai muut leivät. Pekaanipähkinät voit halutessasi vaihtaa esim. mantelirouheeseen.

Perunat Pähkinämäen tapaan (4–5 annosta)

1 kg	jauhoisia perunoita
½ dl	oliiviöljyä (tai kirkastettua voita)
1 tl	suolaa myllystä
	mustapippuria myllystä
	timjamia ja/tai rosmariinia

Kuorrute

4	ruishapankorppua (hienonnettuina 1 dl)
2	isoa valkosipulinkynttä
1 dl	hienoksi raastettua parmesaania (kuivattuja sieniä jauheena)



1. Pese perunat huolellisesti harjaten, mutta älä kuori niitä. Leikkaa muutaman millimetrin viipaleiksi kylmään veteen.
2. Hienonna hapankorput esim. huhmareessa, hienonna valkosipuli ja raasta parmesaani.
3. Valmista kuorrute yhdistämällä keskenään hienonnetut hapankorput, hienonnetut valkosipulinkyntset sekä parmesaaniraaste ja mahdollisesti sienijauhe.
4. Valuta perunaviipaleet tarkasti lävikössä ja siirrä leivinpaperin päälle pellille. Valuta viipaleille öljyä tai kirkastettua voita. Kääntelee öljy perunoihin käsin niin, että jokainen viipale saa molemmille puolilleen rasvaa.

5. Mausta perunat suolalla, pippurilla sekä yrteillä. Ripottele kuorrutuseos tasaisesti kauttaaltaan perunoiden päälle.
6. Kypsennä perunat 200-asteisessa uunissa 30–40 minuutin ajan niin, että pinta on saanut kauniin värin ja rapeuden ja perunat ovat aivan täysin kypsiä.
7. Nämä perunat ovat parhaimmillaan heti uunista otettuina, rapeina, joten niillä kannattaa herkutella heti, koska säilytys vie helposti rapeuden.

Broccoliinipizza 4 annosta

Taikina

2 dl	vettä
2 tl	kuivahiivaa
(½ tl	suolaa)
2 ½ dl	durum- tai pizzajauhoja
2 dl	ruisjauhoja

Täyte

150 g	broccoliinia (varsiparsakaalia)
150 g	ranskankermaa tai kaurafraichea
1	sitruuna
1 mm	suolaa
1 pkt (250 g)	härkäpapusuikaletta, valkosipuli-yrtit (Beanit)
4 rkl	pinjansiemeniä

Lisäksi

1 ruukku	rucolaa
10 tuoretta	basilikan lehteä



1. Kuumenna vesi 42-asteiseksi ja liuota siihen hiiva. Jos pizzajauhot eivät sisällä suolaa, lisää sitä ripaus. Lisää jauhoja vähitellen koko ajan vaivaten, kunnes saat kiinteän taikinan. Kumoa taikina jauhotetulle työtasolle ja vaivaa sitä muutama minuutti. Siirrä taikina kulhoon ja anna kohota peitettynä lämpimässä paikassa 30 minuuttia.
2. Valmistele sillä aikaa täytettä. Huuhdo broccoliinit ja leikkaa kannasta pieni pala pois. Pese sitruuna ja raasta kuori ranskankerman joukkoon. Mausta seos suolaripauksella.
3. Jaa taikina kahteen osaan ja kauli ne leivinpaperin päällä ohuiksi pizzoiksi. Levitä pohjien päälle ranskankerma ja jaa broccoliinit pizzoille. Lisää härkäpapusuikaleet.
4. Paista pizzoja yksi kerrallaan 225 asteessa 10 – 13 minuuttia. Ota pizza uunista 9 minuutin kohdalla ja lisää puolet pinjansiemenistä. Jatka paistamista, kunnes pohja on kypsä. Paista toinen pizza samoin.
5. Viimeistele pizzat rucolalla ja basilikan lehdillä juuri ennen tarjoilua.

Vinkki

Jos haluat pohjasta erityisen rapean, kuumenna pelti uunissa ennen pizzan lisäämistä. Jos uunissa on kiertoilmatoiminto, voit paistaa molemmat pizzat yhtä aikaa 200 asteessa.

Porokakku 16 annosta

Hyydytetty voileipäkakku on juhlava herkku kahvipöytään. Porokakussa yhdistyy herkullisesti suomalaisen ruokakulttuurin raaka-aineet: ruisleipä, poro ja lakka.

Pohja:

100 g	ruisleipää
½ dl	pullomargariinia
Täyte	
2	liivatelehteä
3 dl	kuohukermaa
100 g	kylmäsavuronpaistia
400 g	maustamatonta tuorejuustoa
2 rkl	piparjuuritahnaa
½ tl	jauhettua mustapippuria
1 dl	tuoretta persiljaa
2 tl	hunajaa
2 rkl	sitruunamehua

Koristeluun

50 g	kylmäsavuronpaistia viipaleina
1 dl	lakkoja
	vesikranssinlehtiä tai herneenversoja



1. Vuoraa pyöreä irtopohjavuoka kelmulla (halkaisija 22–24 cm). Jauha leipä tai pilko pieneksi. Sekoita rasvan kanssa ja painele leipäseos vuoan pohjalle ja pane vuoka jääkaappiin.
2. Valmista täyte. Liota liivateita kylmässä vedessä 7 minuuttia. Vaahdota kerma. Sekoita monitoimikoneella kylmäsavuro, tuorejuusto, piparjuuritahna, mausteet, persilja ja hunaja tasaiseksi seokseksi.
3. Kuumenna sitruunamehu kuumaksi. Purista liivateista vesi ja lisää kuumaan mehuun. Anna hetki jäähtyä ja lisää juustoseokseen ohuena nauhana hyvin sekoittaen. Lisää vaahdotettu kerma ja sekoita tasaiseksi.
4. Kaada täyte vuokaan leipäpohjan päälle. Peitä vuoka kelmulla ja anna maustua jääkaapissa noin kuusi tuntia tai seuraavaan päivään.
5. Nosta kakku vuoasta kelmun avulla tarjoiluvadille. Leikkaa kelmun reunat saksilla pois. Koristele kakku kylmäsavurolla, lakoilla ja versoilla.

Helpot jogurtti-ruisrieskat 6 kpl

2 dl	maustamatonta jogurttia
1 rkl	öljyä
2 dl	ruisjauhoja
½ tl	suolaa
½ rkl	sokeria
½ tl	ruokasoodaa



1. Sekoita öljy jogurtin joukkoon. Sekoita kuivat aineet keskenään ja lisää ne jogurtin joukkoon. Sekoita tasaiseksi. Peitä kulho kelmulla ja jätä huoneenlämpöön noin 20 minuutiksi.
2. Noste leiväpaperin päälle pellille. Taputtele jauhotetuilla käsillä tasaisiksi rieskoiksi. Paista 225-asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen lohigalette 12 annosta

Lohipiiras on näyttävä, herkullinen ja helppo valmistaa. Tarjoa herkku kahvipöydässä tai pieninä cocktail-paloina.

Kuori:

2 dl	vettä
½ tl	suolaa
1½ dl	vehnäjauhoja
1½ dl	ruisjauhoja
1 dl	ruisleseitä
Täyte	
600 g	lohta tai kirjolohta
1 dl	tuoretta tilliä
½ tl	suolaa
2 rkl	rasiamargariinia (rasvaa vähintään 60 %)

Voiteluun

2 rkl	rasiamargariinia tai pullomargariinia
-------	---------------------------------------



1. Mittaa vesi ja suola kulhoon. Lisää jauhot ja alusta kiinteä taikina. Kauli taikina leivinpaperin päällä noin puolen sentin vahvuiseksi pyöreäksi levyksi ja vedä levy paperin avulla uunipellille.
2. Viipaloi kala ohuiksi viipaleiksi graavilohen tapaan eli ilman nahkaa. Lado viipaleet ja taikinakuorelle niin, että reunaan jää kolme senttiä tyhjää. Ripottele kalakerrosten väliin tilliä silputtuna ja hieman suolaa. Käännä taikinaliepeet täytteen päälle ja painele hieman. Lisää pinnalle rasvaa nokareina.
3. Paista 225-asteisessa uunissa noin 30–40 minuuttia kunnes taikina on kypsää. Voitele kypsän piiraan reunat rasvasulalla.

Vinkki

Voit ison piirakan sijaan tehdä 12 pientä piirasta: kauli taikina ja ota siitä muotilla 12 pyörylää

Mehevä porkkanaleipä 3 kpl

8 dl	vettä
50 g	hiivaa
3 rkl	siirappia
2 tl	suolaa
4 dl	hienoksi raastettua porkkanaa
2 dl	auringonkukansiemeniä
3 dl	ruisjauhoja
3 dl	hiutaleita
12 - 15 dl	hiivaleipävehnäjauhoja



1. Kuumenna vesi kädenlämpöiseksi. Lisää hiiva ja sekoita tasaiseksi. Lisää suola, siirappi, porkkana-raaste, siemenet, ruisjauhot ja hiutaleet.
2. Lisää hiivaleipäjauhoja vähitellen niin paljon, että saat pehmeän ja kimmoisan taikinan. Kohota lämpimässä paikassa ainakin puoli tuntia.
3. Jaa taikina kolmeen osaan. Leivo leiviksi ja kohota pellillä. Paista 200-asteisessa uunissa 25-30 minuuttia. Voit leipoa taikinasta myös sämpylöitä (n. 25 kpl). Paista porkkanasämpylöitä 225 asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen punajuuri-sinihomejuustopiirakka pyöreä uunivuoka, halkaisija 25–30 cm

1 pkt Myllyn Paras Pyöreä Ruis-Kaura Piirakkataikinaa (380 g)

Täyte

4–5 isohkoa punajuurtta (500 g)
175 g sinihomejuustoa
2 rkl juoksevaa hunajaa
½ dl kurpitsansiemeniä
½ dl tuoretta oreganoa tai rakuunaa
2½ dl kermavalmistetta
1 tl rouhittua mustapippuria
2 kananmunaa



1. Ota pakastetaikina sulamaan, taputtele se voidellun vuoan pohjalle ja reunoille.
2. Kuori punajuuret ja leikkaa ne hyvin ohuiksi viipaleiksi terävällä veitsellä. Asettele viipaleet piirakkapohjalle limittäin.
3. Murusta päälle sinihomejuusto. Valuta päälle vielä hunajaa, ripottele kurpitsansiemeniä ja silppua valitsemaasi tuoretta yrttiä.
4. Sekoita kerma, mustapippurirouhe ja munat. Kaada seos punajuurien päälle.
5. Paista 200-asteisen uunin alimmalla tasolla noin 45 minuuttia.

Lanttusupikkaat 12 kpl

1 dl vettä
½ tl suolaa
2 ½ dl ruisjauhoja

lanttutäyte

400 g lanttua
1 rkl rosmariinia hienonnettuna
½ tl suolaa
¼ tl maustepippuria
1 rkl vaahterasiirappia
1 rkl kasvipohjaista rasvaa

voiteluun:

50 g kasvipohjaista rasvaa



1. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita ne kattilaan ja kaada päälle vettä sen verran, että lantut peittyvät. Keitä lanttuja 20–30 minuuttia, kunnes ne ovat haarukalla kokeiltaessa pehmeitä. Valuta keitinvesi ja soseuta lantut survimella. Mausta rosmariinilla, suolalla ja maustepippurilla. Lisää siirappi ja rasva. Sekoita, kunnes rasva on sulanut täyteen joukkoon.
2. Valmista taikina. Sekoita kulhossa vesi, suola ja jauhot tasaiseksi taikinaksi. Vaivaa taikina jauhotetulla pöydällä sileäksi. Muotoile taikinasta tanko ja jaa 12 osaan. Pyöritä palat palloiksi ja ripottele päälle jauhoja. Kaulitse pallot yksitellen ja peitä muut kelmulla, niin ne eivät kuivu. Kauli taikinanpalat pyöreiksi kuoriksi (halk. 9–10 cm). Pinoa kuoret, ripottele väliin jauhoja ja peitä kelmulla.

3. Laita lanttua kuoren toiseen reunaan ja käännä toinen puoli päälle kanneksi. Nipistele taikinareunat kiinni haarukalla. Laita supikkaat puhtaalle uunipellille ilman leivinpaperia, niin saat rapean kuoren. Paista 250 asteessa 10 – 15 minuuttia.
4. Sulata rasva ja voitele kypsät supikkaat rasvalla. Peitä leivinpaperilla ja leivinliinalla. Anna vetäytyä noin 15 min.

Gluteenittomat lanttusupikkaat

Kuoritaikina

2 dl	vettä
2 tl	psylliumia
½ tl	suolaa
2 rkl	sulatettua voita
2-2½ dl	tattarijauhoja

Täyte

500 g	lanttua
½ tl	suolaa
2 tl	hunajaa
1 rkl	voita

Kaulintaan

½ dl	tattarijauhoja
------	----------------

Voiteluun

15 g	voita
------	-------



1. Lanttutäytteen valmistus. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita lanttukuutiot kattilaan ja kaada vettä päälle sen verran, että lantut juuri ja juuri peittyvät. Keitä lantut pehmeiksi (noin 30 minuuttia). Kaada keitinvesi pois ja soseuta lantut haarukalla. Sekoita lanttuseen joukkoon hunaja, voi sekä suola.
2. Kuorien valmistus. Sekoita kylmään veteen psyllium ja anna seoksen turvota 5 minuuttia. Lisää suola, ja tattarijauhot pienissä erissä. Lisää lopuksi jäähtynyt voisula. Vaivaa taikina tasaiseksi. Laita se jääkaappiin tekeytymään 15 minuutiksi.
3. Taputtele taikina litteäksi tattarijauhoilla jauhotetulla työpöydällä. Kauli se ohueksi levyksi. Irrota taikinasta muotin tai juomalasin avulla pyöreitä taikinapaloja. Kauli palat pyöreiksi kuoriksi. Nosta lanttutäytettä kuoren toiseen reunaan, kostuta vedellä kevyesti lanttupuolen kuoren reuna ja taita toinen puoli päälle kanneksi. Painele reunat yhteen etusormella.
4. Laita uuni lämpenemään 250-275 asteeseen. Paista supikkaita uunissa noin 15 minuuttia tai kunnes pinta on saanut hieman väriä. Voitele lanttusupikkaat lämpiminä voisulalla.

Lohipalat

400 g lohta fileenä
suolaa
mustapippuria

mausteseos:

2 rkl sitruunamehua
suolaa
2 tl hunajaa
2 tl sinappia
0,5 dl hienonnettua tilliä

lisäksi:

200 g valmista ruistaikinaa
1 kananmuna voiteluun
1 rkl ruiskorppujauhoja pinnalle



1. Poista lohesta ruodot ja nahka. Leikkaa lohifilee pituussuunnassa noin viiden sentin levyisiksi suikaleiksi. Mausta suolalla ja pippurilla. Sekoita mausteseoksen aineet keskenään ja pyöritä lohisuikaleet seoksessa.
2. Kauli ruistaikina noin 15 cm leveäksi ja 30 cm pitkäksi levyksi. Aseta maustetut lohipalat taikinan päälle pitkittäin noin kaksi senttiä reunasta. Voitele taikinan reunat kananmunalla ja kääri lohi taikinaan. Muotoile taikinasta pitkä pötkö ja sulje reunat tiiviisti.
3. Voitele taikinan pinta kananmunalla ja pistele siihen reikiä haarukalla. Ripottele ruiskorppujauhot pinnalle. Kypsennä nytyttä 220 asteisessa uunissa noin 10-15 minuuttia. Anna paistoksen hetken levähtää ja leikkaa viipaleiksi.

Mausteinen pataleipä

4 dl piimää
15 g hiivaa
1 dl siirappia
1 tl fenkolin siemeniä
1 tl pomeranssinkuorta
1 tl suolaa
1 dl rusinoita
3 dl ruisjauhoja
3 dl vehnäjauhoja



1. Lämmitä piimä kädenlämpöiseksi. Lisää murennettu hiiva, siirappi, morttelissa jauhettu fenkoli ja muut mausteet sekä rusinat ja jauhot. Sekoita puuhaarukalla pehmeäksi taikinaksi, taikinaa ei tarvitse vaivata. Peitä kulho kelmulla ja anna kohota huoneenlämmössä ainakin 12 tuntia.
2. Kumoa taikina jauhotetulle pöydälle ja kääntele muutaman kerran. Anna kohota vielä kulhossaan puoli tuntia.

3. Leikkaa leivinpaperista (valurauta)padan pohjan (Ø n. 20 cm) kokoinen pala. Nosta pata kylmään uuniin ja kuumenna uuni 225 asteeseen. Kun taikina on kohonnut puolisen tuntia, ota kuuma pata uunista ja laita pohjalle leivinpaperipala. Kaada taikina pataan, laita kansi päälle ja paista uunissa 30 min. Ota kansi pois ja jatka paistamista vielä 15-20 minuuttia eli kunnes leipä on kauniin ruskea. Anna leivän jäähtyä haaleaksi ennen kumoamista.

Vinkki

Voit käyttää pataleivän paistoastiana myös uunivuokaa ja kantena esimerkiksi piirakkavuokaa. Rusinoiden ohella leipään sopii kuutiodut kuivatut aprikoosit tai viikunat. Voit maustaa taikinaa myös ½ appelsiinin raastetulla kuorella. Jos käytät mausteisen pataleivän nesteenä vettä piimän sijaan, lisää silloin vehnä jauhoja 2 dl.

Puolukka-ruismurujälkkäri 4 annosta

75 g (noin 6 kpl) ruisnäkkipää

3 rkl voisulaa

2 tl sokeria

1 tl kanelia

täyte

2 dl kuohukermaa

100 g maustamatonta tuorejuustoa

¾ dl puolukkahilloa

päälle

1 dl (pakaste)puolukoita



1. Murskaa näkkileivät monitoimikoneessa tai laita ne tukevaan muovipussiin ja nuiji murusiksi esimerkiksi kaulimella.
2. Sekoita voi, sokeri ja kaneli näkkärimuruihin. Jaa 2/3 seoksesta annosmaljojen pohjalle.
3. Vatkaa täytteen kerma vaahdoksi, notkista ja kääntelee tuorejuusto joukkoon, sekoita myös hillo varovasti mukaan. Jaa täyte maljoihin. Nosta pinnalle puolukoita ja loput näkkärimurusta.

Ruis-puolukkaherkku 4 annosta

100 g voita

2 dl ruisjauhoja

½ tl leivinjauhetta

½ dl sokeria

2 dl puolukoita

½ prk (à 2 dl) vaahdotuvaa vaniljakastiketta



1. Sulata voi ja anna hetki jäähtyä.
2. Mittaa kuivat aineet kulhoon ja sekoita joukkoon voi. Nypi taikina murusiksi leivinpaperin päälle pellille. Kypsennä 200-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia tai kunnes taikina on saanut hiukan väriä. Anna jäähtyä.
3. Leikkaa jäähtynyt ruistaikina veitsellä muruiksi. Jaa murut lasiisiin ja mittaa päälle tuoreet puolukat. Viimeistele vaahdoksi vatkatulla vaniljakastikkeella. Tarjoa heti.

Vinkki: Voit käyttää myös pakastepuolukoita tai muita tuoreita tai pakastettuja kotimaisia marjoja. Halutessasi voit vaihtaa vaniljakastikkeen vaniljajäätelöön.

Mustikkakupit 12 kpl

Ruispohja

1 ½ dl	ruisjauhoja
1 dl	vehnäjauhoja
2 rkl	sokeria
1 tl	kardemummaa
¼ tl	suolaa
1	kananmuna
3 rkl	pullomargariinia tai rypsiöljyä

Mustikkamousse

4	liivatelehteä
2 ½ dl	vaahdotuvaa vispiä (20 %)
300 g	maustamatonta jogurttia
3 dl	mustikoita
½ dl	sokeria
3-4 rkl	sitruunamehua

Koristeeksi

2 dl	(pensas)mustikoita
------	--------------------



1. Aloita valmistamalla mustikkamousse, jotta se ehtii hyytyä. Laita liivatelehdet likoamaan kylmään veteen.
2. Vaahdota vispi ja lisää siihen jogurtti, soseutetut mustikat sekä sokeri. Maista ja lisää halutessasi sokeria.
3. Kiehauta kattilassa sitruunamehu ja liuota siihen hyvin puristetut liivatelehdet. Kaada seos mustikka-vaahtoon ja kääntelee tasaiseksi. Laita mustikkamousse jääkaappiin hyytymään.
4. Valmista pohja sekoittamalla kaikki kuivat ainekset keskenään. Lisää kananmuna ja rasva. Vaivaa taikinaa hetki jotta siitä tulee kimmoisa. Jos seos on liian kuivaa, lisää vettä tilkka kerrallaan.
5. Kaulitse pohja noin 1mm paksuiseksi levyksi ruisjauhoja apuna käyttäen. Leikkaa levystä noin 10cm halkaisijaltaan olevia ympyröitä.
6. Käännä muffinipelti tai metalliset leivosvuokat ylösalaisin ja asettele pohjat kuppien päälle ja painele reunoja hieman alaspäin. Paista pohjia 225 asteessa noin 5 minuutin ajan. Anna kuppien jäähtyä ja irrota vuoista.
7. Lusikoi tai pursota täytettä ruiskuppeihin. Koristele tuoreilla mustikoilla.

Karpalo-ruisruudut 35 kpl

3 dl	ruishiutaleita
1 ¼ dl	ruokosokeria
½ tl	ruokasoodaa
2 dl	jäisiä karpaloita tai puolukoita (100g)
1 kpl	muna

Pinnalle

1 ½ dl	vehnäjauhoja
1 dl	pullomargariinia
1 rkl	ruokosokeria



1. Laita uuni kuumenemaan 200 asteeseen. Levitä leivinpaperi metallivuokaan (20x26 cm).
2. Sekoita ruishiutaleet, sokeri ja vehnäjauhot, joihin sooda on hyvin sekoitettu. Lisää jäiset marjat, vähän vatkattu muna ja pullomargariini.
3. Levitä taikina leivinpaperin päälle vuokaan ja tasoita pinta. Ripottele pinnalle vähän ruokosokeria, joka antaa ruuduille makean rapeuden karamellisoituessaan.
4. Paista uunin keskitasolla noin 15 minuuttia. Jäähdytä vuoassa ja leikkaa pieniksi paloiksi.

Rukiinen tyrnikääretorttu annoksia 15

Pohja

4 kpl	kananmunaa
3/4 dl	hedelmäsokeria
1,5 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Täyte

200 g	tuorejuustoa
2 dl	kermaa
2 dl	tyrnihilloa



Koristeluun: tomusokeria, tyrnijauhetta, tyrnimarjoja, sitruunamelissaa

1. Vatkaa munat ja sokeri vaaleaksi vaahdoksi. Yhdistä leivinjauhe ruisjauhoihin. Sekoita jauhot muna-sokerivaahtoon varovasti nostellen.
2. Kaada taikina leivinpaperilla päällystetylle uunipellille. Paista uunin keskitasolla 225 asteessa 6–7 minuuttia.
3. Kumoa kypsä torttu toiselle leivinpaperille, jolle on ripoteltu hieman sokeria ja tyrnijauhetta. Irrota leivinpaperi pois ja anna pohjan jäähtyä.
4. Vatkaa kerma vaahdoksi ja lisää tuorejuuston joukkoon. Levitä tyrnihilloa ohuelti pohjan päälle ja lopuksi tuorejuusto-kermavaahto. Jätä reunoilta vajaaksi.
5. Rullaa kääretortuksi ja jätä sauma alaspäin. Laita hetkeksi kylmään vetäytymään.
6. Koristele juuri ennen tarjolle panoa tomusokerilla ja tyrnijauheella. Lisää lopuksi tyrnimarjoja ja sitruunamelissaa.

Ruis-suklaakakku

Kakku

200 g	suklaata (taloussuklaa)
200 g	voita
4 kpl	kananmunaa
2 dl	sokeria
4 rkl	kaakaojauhetta
2 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Kuorrutus

150 g	suklaata (taloussuklaata)
1 dl	kermaa
1 rkl	voita
1 tl	kanelia



1. Sulata voi kattilassa ja lisää joukkoon rouhittu suklaa. Anna jäähtyä hetki.
2. Sekoita kaakaojauhe, ruisjauhot ja leivinjauhe keskenään.
3. Vatkaa munat ja sokeri kuohkeaksi vaahdoksi. Sekoita voi-suklaaseos vaahtoon. Siivilöi mukaan kuivat aineet ja sekoita kevyesti nostellen.
4. Voitele ja ruisjauhota vuoka. Levitä taikina tasaisesti vuokaan.
5. Paista 175-asteisessa uunissa 45 minuuttia. Kokeile kypsyyttä tikulla. Anna jäähtyä ennen kuorruttamista.
6. Valmista kuorrute sulattamalla voi ja lisäämällä kaneli sekaan. Lisää kerma ja kuumenna (älä keitä). Sekoita joukkoon rouhittu suklaa, anna suklaan sulaa. Kuorruta jäähtynyt kakku suklaaseoksella. Anna tekeytyä seuraavaan päivään.

RAKASTU RUKIISEEN



Lounais-Suomen Martat ry



Yhteistyössä:  Opintokeskus **Siviis**

Rukiinen sveitsinleike jauhelihasta 4 annosta

taikina

400 g	naudan jauhelihaa (rasvaa 17 %)
1 kpl	munaa
1 tl	suolaa

täyte

100 g	saunapalvikinkkua
100 g	emmentaalijuustoa (rasvaa 27-30 %)

paneeraus

3/4 dl	vehnäjauhoja
1/2 tl	suolaa
1/4 tl	mustapippuria
1 kpl	munaa
1 1/2 kpl	ruisleipäviipaleita (raastettuna)

paistamiseen

voita



Lisäkkeeksi: perunasosetta ja herneitä

1. Sekoita jauheliha, muna ja suola keskenään ja vaivaa tasaiseksi. Taputtele taikinasta vedellä kostutetuin käsin neljä kämmenenkokoista pihviä.
2. Viipaloi kinkku ja juusto ja lado kerroksittain pihvien toisille puoliskoille. Ummista pihvit ja tarkista, että jauheliha peittää täytteet kunnolla.
3. Ota leivitystä varten esiin kolme syvää lautasta. Sekoita ensimmäiselle lautaselle jauhot, suola ja mustapippuri. Riko toiselle lautaselle muna ja vatkaa rakenne rikki kevyesti. Kaada kolmannelle lautaselle ruisleipämurut.
4. Kuumenna rasva pannulla. Pyörittele leikkeet ensin vehnäjauhoissa, kasta sitten munaan ja lopuksi pyöräytä ruisleipämuruissa.
5. Paista miedolla lämmöllä molemmiin puolin kypsiksi. Tarjoa rukiiset sveitsinleikkeet perunasoseen ja herneiden kanssa.

Ruispasta-lohikeitto 4 annosta

2 isoa	kiinteää perunaa
2	porkkanaa
1	sipuli
1 rkl	öljyä
1 l	vettä
1	kasvisliemikuutio
2 dl	ruispastaa
100 g	sulatejuustoa
300 g	kylmäsavulohta
1 ruukku	tilliä



1. Kuori ja pilko perunat, porkkanat ja sipuli.
2. Kuullota kattilassa öljyssä porkkanoita ja sipulia muutaman minuutin ajan. Lisää vesi, perunat ja liemikuutio. Keitä 5 minuuttia.
3. Lisää pasta ja jatka keittämistä 5 minuuttia. Lisää sulatejuusto paloina ja siivutettu kala.
4. Kun sulatejuusto on sulanut, lisää silputtu tilli ja nauti heti.

Rukiinen broileri-pähkinäsalaatti 4 annosta

kastike

4 kpl	anjovista
1,25 dl	rypsiöljyä
2	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
0,5 dl	sitruunamehua
1,5 rkl	sinappia
2 tl	sokeria
1 tl	suolaa
1 tl	mustapippuria

salaatti

4 kpl	rooman- eli sidesalaattia ruukussa
0,5 dl	rypsiöljyä
600 g	maustamattomia broilerinfileitä
	ruokaöljyä
8 kpl	ruisleipäviipaleita (kuutioituna)
2 dl	pekaanipähkinöitä
4 kpl	valkosipulinkynttä (hienonnettuna)
2 dl	parmesaanijuustoa (lastuina)



1. Valmista ensin kastike. Hienonna anjovisfilee haarukalla ja sekoita joukkoon kastikkeen muut ainekset.
2. Asettele salaatti lautaselle. Kuumenna pannulla rasva. Paista broilerinfilee täysin kypsäksi ja mausta se suolalla ja pippurilla. Nosta filee pannulta ja leikkaa haarukkapaloiksi.
3. Huuhtaise pannu tarvittaessa ja lisää nokare voita tai öljyä. Kumoa pannulle ruisleipäkuutiot ja pähkinät. Kääntelee aineksia muutaman minuutin ajan ja lisää valkosipuli edelleen paahtaan.
4. Kokoa salaatti, broileri ja ruisleipä-pähkinäseos lautaselle. Vuole rukiisen broileri-pähkinäsalaatin päälle parmesaaninlastuja ja lusikoi päälle kastiketta.

•Ruisleivän sijasta salaattiin sopii erinomaisesti myös makea limppu tai muut leivät. Pekaanipähkinät voit halutessasi vaihtaa esim. mantelirouheeseen.

Perunat Pähkinämäen tapaan (4–5 annosta)

1 kg	jauhoisia perunoita
½ dl	oliiviöljyä (tai kirkastettua voita)
1 tl	suolaa myllystä
	mustapippuria myllystä
	timjamia ja/tai rosmariinia

Kuorrute

4	ruishapankorppua (hienonnettuina 1 dl)
2	isoa valkosipulinkynttä
1 dl	hienoksi raastettua parmesaania (kuivattuja sieniä jauheena)



1. Pese perunat huolellisesti harjaten, mutta älä kuori niitä. Leikkaa muutaman millimetrin viipaleiksi kylmään veteen.
2. Hienonna hapankorput esim. huhmareessa, hienonna valkosipuli ja raasta parmesaani.
3. Valmista kuorrute yhdistämällä keskenään hienonnetut hapankorput, hienonnetut valkosipulinkyntet sekä parmesaaniraaste ja mahdollisesti sienijauhe.
4. Valuta perunaviipaleet tarkasti lävikössä ja siirrä leivinpaperin päälle pellille. Valuta viipaleille öljyä tai kirkastettua voita. Kääntelee öljy perunoihin käsin niin, että jokainen viipale saa molemmille puolilleen rasvaa.

5. Mausta perunat suolalla, pippurilla sekä yrteillä. Ripottele kuorrutuseos tasaisesti kauttaaltaan perunoiden päälle.
6. Kypsennä perunat 200-asteisessa uunissa 30–40 minuutin ajan niin, että pinta on saanut kauniin värin ja rapeuden ja perunat ovat aivan täysin kypsiä.
7. Nämä perunat ovat parhaimmillaan heti uunista otettuina, rapeina, joten niillä kannattaa herkutella heti, koska säilytys vie helposti rapeuden.

Broccoliinipizza 4 annosta

Taikina

2 dl	vettä
2 tl	kuivahiivaa
(½ tl	suolaa)
2 ½ dl	durum- tai pizzajauhoja
2 dl	ruisjauhoja

Täyte

150 g	broccoliinia (varsiparsakaalia)
150 g	ranskankermaa tai kaurafraichea
1	sitruuna
1 mm	suolaa
1 pkt (250 g)	härkäpapusuikaletta, valkosipuli-yrtit (Beanit)
4 rkl	pinjansiemeniä

Lisäksi

1 ruukku	rucolaa
10 tuoretta	basilikan lehteä



1. Kuumenna vesi 42-asteiseksi ja liuota siihen hiiva. Jos pizzajauhot eivät sisällä suolaa, lisää sitä ripaus. Lisää jauhoja vähitellen koko ajan vaivaten, kunnes saat kiinteän taikinan. Kumoa taikina jauhotetulle työtasolle ja vaivaa sitä muutama minuutti. Siirrä taikina kulhoon ja anna kohota peitettynä lämpimässä paikassa 30 minuuttia.
2. Valmistele sillä aikaa täytettä. Huuhdo broccoliinit ja leikkaa kannasta pieni pala pois. Pese sitruuna ja raasta kuori ranskankerman joukkoon. Mausta seos suolaripauksella.
3. Jaa taikina kahteen osaan ja kauli ne leivinpaperin päällä ohuiksi pizzoiksi. Levitä pohjien päälle ranskankerma ja jaa broccoliinit pizzoille. Lisää härkäpapusuikaleet.
4. Paista pizzoja yksi kerrallaan 225 asteessa 10 – 13 minuuttia. Ota pizza uunista 9 minuutin kohdalla ja lisää puolet pinjansiemenistä. Jatka paistamista, kunnes pohja on kypsä. Paista toinen pizza samoin.
5. Viimeistele pizzat rucolalla ja basilikan lehdillä juuri ennen tarjoilua.

Vinkki

Jos haluat pohjasta erityisen rapean, kuumenna pelti uunissa ennen pizzan lisäämistä. Jos uunissa on kiertoilmatoiminto, voit paistaa molemmat pizzat yhtä aikaa 200 asteessa.

Porokakku 16 annosta

Hyydytetty voileipäkakku on juhlava herkku kahvipöytään. Porokakussa yhdistyy herkullisesti suomalaisen ruokakulttuurin raaka-aineet: ruisleipä, poro ja lakka.

Pohja:

100 g	ruisleipää
½ dl	pullomargariinia
Täyte	
2	liivatelehteä
3 dl	kuohukermaa
100 g	kylmäsavuporonpaistia
400 g	maustamatonta tuorejuustoa
2 rkl	piparjuuritahnaa
½ tl	jauhettua mustapippuria
1 dl	tuoretta persiljaa
2 tl	hunajaa
2 rkl	sitruunamehua

Koristeluun

50 g	kylmäsavuporonpaistia viipaleina
1 dl	lakkoja
	vesikranssinlehtiä tai herneenversoja



1. Vuoraa pyöreä irtopohjavuoka kelmulla (halkaisija 22–24 cm). Jauha leipä tai pilko pieneksi. Sekoita rasvan kanssa ja painele leipäseos vuoan pohjalle ja pane vuoka jääkaappiin.
2. Valmista täyte. Liota liivateita kylmässä vedessä 7 minuuttia. Vaahdota kerma. Sekoita monitoimikoneella kylmäsavuporo, tuorejuusto, piparjuuritahna, mausteet, persilja ja hunaja tasaiseksi seokseksi.
3. Kuumenna sitruunamehu kuumaksi. Purista liivateista vesi ja lisää kuumaan mehuun. Anna hetki jäähtyä ja lisää juustoseokseen ohuena nauhana hyvin sekoittaen. Lisää vaahdotettu kerma ja sekoita tasaiseksi.
4. Kaada täyte vuokaan leipäpohjan päälle. Peitä vuoka kelmulla ja anna maustua jääkaapissa noin kuusi tuntia tai seuraavaan päivään.
5. Nosta kakku vuoasta kelmun avulla tarjoiluvadille. Leikkaa kelmun reunat saksilla pois. Koristele kakku kylmäsavuporolla, lakoilla ja versoilla.

Helpot jogurtti-ruisrieskat 6 kpl

2 dl	maustamatonta jogurtia
1 rkl	öljyä
2 dl	ruisjauhoja
½ tl	suolaa
½ rkl	sokeria
½ tl	ruokasoodaa



1. Sekoita öljy jogurtin joukkoon. Sekoita kuivat aineet keskenään ja lisää ne jogurtin joukkoon. Sekoita tasaiseksi. Peitä kulho kelmulla ja jätä huoneenlämpöön noin 20 minuutiksi.
2. Nostelee taikinasta 6 kekoa leivinpaperin päälle pellille. Taputtele jauhotetuilla käsillä tasaisiksi rieskoiksi. Paista 225-asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen lohigalette 12 annosta

Lohipiiras on näyttävä, herkullinen ja helppo valmistaa. Tarjoa herkku kahvipöydässä tai pieninä cocktail-paloina.

Kuori:

2 dl	vettä
½ tl	suolaa
1½ dl	vehnäjauhoja
1½ dl	ruisjauhoja
1 dl	ruisleseitä
Täyte	
600 g	lohta tai kirjolohta
1 dl	tuoretta tilliä
½ tl	suolaa
2 rkl	rasiamargariinia (rasvaa vähintään 60 %)

Voiteluun

2 rkl	rasiamargariinia tai pullomargariinia
-------	---------------------------------------



1. Mittaa vesi ja suola kulhoon. Lisää jauhot ja alusta kiinteä taikina. Kauli taikina leivinpaperin päällä noin puolen sentin vahvuiseksi pyöreäksi levyksi ja vedä levy paperin avulla uunipellille.
2. Viipaloi kala ohuiksi viipaleiksi graavilohen tapaan eli ilman nahkaa. Lado viipaleet ja taikinakuorelle niin, että reunaan jää kolme senttiä tyhjää. Ripottele kalakerrosten väliin tilliä silputtuna ja hieman suolaa. Käännä taikinaliepeet täytteen päälle ja painele hieman. Lisää pinnalle rasvaa nokareina.
3. Paista 225-asteisessa uunissa noin 30–40 minuuttia kunnes taikina on kypsää. Voitele kypsän piiraan reunat rasvasulalla.

Vinkki

Voit ison piirakan sijaan tehdä 12 pientä piirasta: kauli taikina ja ota siitä muotilla 12 pyörylää

Mehevä porkkanaleipä 3 kpl

8 dl	vettä
50 g	hiivaa
3 rkl	siirappia
2 tl	suolaa
4 dl	hienoksi raastettua porkkanaa
2 dl	auringonkukansiemeniä
3 dl	ruisjauhoja
3 dl	hiutaleita
12 - 15 dl	hiivaleipävehnäjauhoja



1. Kuumenna vesi kädenlämpöiseksi. Lisää hiiva ja sekoita tasaiseksi. Lisää suola, siirappi, porkkana-raaste, siemenet, ruisjauhot ja hiutaleet.
2. Lisää hiivaleipäjauhoja vähitellen niin paljon, että saat pehmeän ja kimmoisan taikinan. Kohota lämpimässä paikassa ainakin puoli tuntia.
3. Jaa taikina kolmeen osaan. Leivo leiviksi ja kohota pellillä. Paista 200-asteisessa uunissa 25-30 minuuttia. Voit leipoa taikinasta myös sämpylöitä (n. 25 kpl). Paista porkkanasämpylöitä 225 asteessa noin 15 minuuttia.

Rukiinen punajuuri-sinihomejuustopiirakka pyöreä uunivuoka, halkaisija 25–30 cm

1 pkt Myllyn Paras Pyöreä Ruis-Kaura Piirakkataikinaa (380 g)

Täyte

4–5 isohkoa punajuurtta (500 g)
175 g sinihomejuustoa
2 rkl juoksevaa hunajaa
½ dl kurpitsansiemeniä
½ dl tuoretta oreganoa tai rakuunaa
2½ dl kermavalmistetta
1 tl rouhittua mustapippuria
2 kananmunaa



1. Ota pakastetaikina sulamaan, taputtele se voidellun vuoan pohjalle ja reunoille.
2. Kuori punajuuret ja leikkaa ne hyvin ohuiksi viipaleiksi terävällä veitsellä. Asettele viipaleet piirakkapohjalle limittäin.
3. Murusta päälle sinihomejuusto. Valuta päälle vielä hunajaa, ripottele kurpitsansiemeniä ja silppua valitsemaasi tuoretta yrttiä.
4. Sekoita kerma, mustapippurirouhe ja munat. Kaada seos punajuurien päälle.
5. Paista 200-asteisen uunin alimmalla tasolla noin 45 minuuttia.

Lanttusupikkaat 12 kpl

1 dl vettä
½ tl suolaa
2 ½ dl ruisjauhoja

lanttutäyte

400 g lanttua
1 rkl rosmariinia hienonnettuna
½ tl suolaa
¼ tl maustepippuria
1 rkl vaahterasiirappia
1 rkl kasvipohjaista rasvaa

voiteluun:

50 g kasvipohjaista rasvaa



1. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita ne kattilaan ja kaada päälle vettä sen verran, että lantut peittyvät. Keitä lanttuja 20–30 minuuttia, kunnes ne ovat haarukalla kokeiltaessa pehmeitä. Valuta keitinvesi ja soseuta lantut survimella. Mausta rosmariinilla, suolalla ja maustepippurilla. Lisää siirappi ja rasva. Sekoita, kunnes rasva on sulanut täyteen joukkoon.
2. Valmista taikina. Sekoita kulhossa vesi, suola ja jauhot tasaiseksi taikinaksi. Vaivaa taikina jauhotetulla pöydällä sileäksi. Muotoile taikinasta tanko ja jaa 12 osaan. Pyöritä palat palloiksi ja ripottele päälle jauhoja. Kaulitse pallot yksitellen ja peitä muut kelmulla, niin ne eivät kuivu. Kauli taikinapalat pyöreiksi kuoriksi (halk. 9–10 cm). Pinoa kuoret, ripottele väliin jauhoja ja peitä kelmulla.

3. Laita lanttua kuoren toiseen reunaan ja käännä toinen puoli päälle kanneksi. Nipistele taikinareunat kiinni haarukalla. Laita supikkaat puhtaalle uunipellille ilman leivinpaperia, niin saat rapean kuoren. Paista 250 asteessa 10 – 15 minuuttia.
4. Sulata rasva ja voitele kypsät supikkaat rasvalla. Peitä leivinpaperilla ja leivinliinalla. Anna vetäytyä noin 15 min.

Gluteenittomat lanttusupikkaat

Kuoritaikina

2 dl	vettä
2 tl	psylliumia
½ tl	suolaa
2 rkl	sulatettua voita
2-2½ dl	tattarijauhoja

Täyte

500 g	lanttua
½ tl	suolaa
2 tl	hunajaa
1 rkl	voita

Kaulintaan

½ dl	tattarijauhoja
------	----------------

Voiteluun

15 g	voita
------	-------



1. Lanttutäytteen valmistus. Kuori ja leikkaa lantut pieniksi kuutioiksi. Laita lanttukuutiot kattilaan ja kaada vettä päälle sen verran, että lantut juuri ja juuri peittyvät. Keitä lantut pehmeiksi (noin 30 minuuttia). Kaada keitinvesi pois ja soseuta lantut haarukalla. Sekoita lanttusoseen joukkoon hunaja, voi sekä suola.
2. Kuorien valmistus. Sekoita kylmään veteen psyllium ja anna seoksen turvota 5 minuuttia. Lisää suola, ja tattarijauhot pienissä erissä. Lisää lopuksi jäähtynyt voisula. Vaivaa taikina tasaiseksi. Laita se jääkaappiin tekeytymään 15 minuutiksi.
3. Taputtele taikina litteäksi tattarijauhoilla jauhotetulla työpöydällä. Kauli se ohueksi levyksi. Irrota taikinasta muotin tai juomalasin avulla pyöreitä taikinapaloja. Kauli palat pyöreiksi kuoriksi. Nosta lanttutäytettä kuoren toiseen reunaan, kostuta vedellä kevyesti lanttupuolen kuoren reuna ja taita toinen puoli päälle kanneksi. Painele reunat yhteen etusormella.
4. Laita uuni lämpenemään 250-275 asteeseen. Paista supikkaita uunissa noin 15 minuuttia tai kunnes pinta on saanut hieman väriä. Voitele lanttusupikkaat lämpiminä voisulalla.

Lohipalat

400 g lohta fileenä
suolaa
mustapippuria

mausteseos:

2 rkl sitruunamehua
suolaa
2 tl hunajaa
2 tl sinappia
0,5 dl hienonnettua tilliä

lisäksi:

200 g valmista ruistaikinaa
1 kananmuna voiteluun
1 rkl ruiskorppujauhoja pinnalle



1. Poista lohesta ruodot ja nahka. Leikkaa lohifilee pituussuunnassa noin viiden sentin levyisiksi suikaleiksi. Mausta suolalla ja pippurilla. Sekoita mausteseoksen aineet keskenään ja pyöritä lohisuikaleet seoksessa.
2. Kauli ruistaikina noin 15 cm leveäksi ja 30 cm pitkäksi levyksi. Aseta maustetut lohipalat taikinan päälle pitkittäin noin kaksi senttiä reunasta. Voitele taikinan reunat kananmunalla ja kääri lohi taikinaan. Muotoile taikinasta pitkä pötkö ja sulje reunat tiiviisti.
3. Voitele taikinan pinta kananmunalla ja pistele siihen reikiä haarukalla. Ripottele ruiskorppujauhot pinnalle. Kypsennä nytyttä 220 asteisessa uunissa noin 10-15 minuuttia. Anna paistoksen hetken levähtää ja leikkaa viipaleiksi.

Mausteinen pataleipä

4 dl piimää
15 g hiivaa
1 dl siirappia
1 tl fenkolin siemeniä
1 tl pomeranssinkuorta
1 tl suolaa
1 dl rusinoita
3 dl ruisjauhoja
3 dl vehnäjäuhoja



1. Lämmitä piimä kädenlämpöiseksi. Lisää murennettu hiiva, siirappi, morttelissa jauhettu fenkoli ja muut mausteet sekä rusinat ja jauhot. Sekoita puuhaarukalla pehmeäksi taikinaksi, taikinaa ei tarvitse vaivata. Peitä kulho kelmulla ja anna kohota huoneenlämmössä ainakin 12 tuntia.
2. Kumoa taikina jauhotetulle pöydälle ja kääntele muutaman kerran. Anna kohota vielä kulhossaan puoli tuntia.

3. Leikkaa leivinpaperista (valurauta)padan pohjan (Ø n. 20 cm) kokoinen pala. Nosta pata kylmään uuniin ja kuumenna uuni 225 asteeseen. Kun taikina on kohonnut puolisen tuntia, ota kuuma pata uunista ja laita pohjalle leivinpaperipala. Kaada taikina pataan, laita kansi päälle ja paista uunissa 30 min. Ota kansi pois ja jatka paistamista vielä 15-20 minuuttia eli kunnes leipä on kauniin ruskea. Anna leivän jäähtyä haaleaksi ennen kumoamista.

Vinkki

Voit käyttää pataleivän paistoastiana myös uunivuokaa ja kantena esimerkiksi piirakkavuokaa. Rusinoiden ohella leipään sopii kuutoidut kuivatut aprikoosit tai viikunat. Voit maustaa taikinaa myös ½ appelsiinin raastetulla kuorella. Jos käytät mausteisen pataleivän nesteenä vettä piimän sijaan, lisää silloin vehnä jauhoja 2 dl.

Puolukka-ruismurujälkkäri 4 annosta

75 g (noin 6 kpl) ruisnäkkipää

3 rkl voisulaa

2 tl sokeria

1 tl kanelia

täyte

2 dl kuohukermaa

100 g maustamatonta tuorejuustoa

¾ dl puolukkahilloa

päälle

1 dl (pakaste)puolukoita



1. Murskaa näkkileivät monitoimikoneessa tai laita ne tukevaan muovipussiin ja nuiji murusiksi esimerkiksi kaulimella.
2. Sekoita voi, sokeri ja kaneli näkkärimuruihin. Jaa 2/3 seoksesta annosmaljojen pohjalle.
3. Vatkaa täytteen kerma vaahdoksi, notkista ja kääntelee tuorejuusto joukkoon, sekoita myös hillo varovasti mukaan. Jaa täyte maljoihin. Nosta pinnalle puolukoita ja loput näkkärimurusta.

Ruis-puolukkaherkku 4 annosta

100 g voita

2 dl ruisjauhoja

½ tl leivinjauhetta

½ dl sokeria

2 dl puolukoita

½ prk (à 2 dl) vaahdotuvaa vaniljakastiketta



1. Sulata voi ja anna hetki jäähtyä.
2. Mittaa kuivat aineet kulhoon ja sekoita joukkoon voi. Nypi taikina murusiksi leivinpaperin päälle pellille. Kypsennä 200-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia tai kunnes taikina on saanut hiukan väriä. Anna jäähtyä.
3. Leikkaa jäähtynyt ruistaikina veitsellä muruiksi. Jaa murut lasiisiin ja mittaa päälle tuoreet puolukat. Viimeistele vaahdoksi vatkatulla vaniljakastikkeella. Tarjoa heti.

Vinkki: Voit käyttää myös pakastepuolukoita tai muita tuoreita tai pakastettuja kotimaisia marjoja. Halutessasi voit vaihtaa vaniljakastikkeen vaniljajäätelöön.

Mustikkakupit 12 kpl

Ruispohja

1 ½ dl	ruisjauhoja
1 dl	vehnäjauhoja
2 rkl	sokeria
1 tl	kardemummaa
¼ tl	suolaa
1	kananmuna
3 rkl	pullomargariinia tai rypsiöljyä

Mustikkamousse

4	liivatelehteä
2 ½ dl	vaahdotuvaa vispiä (20 %)
300 g	maustamatonta jogurttia
3 dl	mustikoita
½ dl	sokeria
3-4 rkl	sitruunamehua

Koristeeksi

2 dl	(pensas)mustikoita
------	--------------------



1. Aloita valmistamalla mustikkamousse, jotta se ehtii hyytyä. Laita liivatelehdet likoamaan kylmään veteen.
2. Vaahdota vispi ja lisää siihen jogurtti, soseutetut mustikat sekä sokeri. Maista ja lisää halutessasi sokeria.
3. Kiehauta kattilassa sitruunamehua ja liuota siihen hyvin puristetut liivatelehdet. Kaada seos mustikka-vaahtoon ja kääntelee tasaiseksi. Laita mustikkamousse jääkaappiin hyytymään.
4. Valmista pohja sekoittamalla kaikki kuivat ainekset keskenään. Lisää kananmuna ja rasva. Vaivaa taikinaa hetki jotta siitä tulee kimmoisa. Jos seos on liian kuivaa, lisää vettä tilkka kerrallaan.
5. Kaulitse pohja noin 1mm paksuiseksi levyksi ruisjauhoja apuna käyttäen. Leikkaa levystä noin 10cm halkaisijaltaan olevia ympyröitä.
6. Käännä muffinipelti tai metalliset leivosvuokat ylösalaisin ja asettele pohjat kuppien päälle ja painele reunoja hieman alaspäin. Paista pohjia 225 asteessa noin 5 minuutin ajan. Anna kuppien jäähtyä ja irrota vuoista.
7. Lusikoi tai pursota täytettä ruiskuppeihin. Koristele tuoreilla mustikoilla.

Karpalo-ruisruudut 35 kpl

3 dl	ruishiutaleita
1 ¼ dl	ruokosokeria
½ tl	ruokasoodaa
2 dl	jäisiä karpaloita tai puolukoita (100g)
1 kpl	muna

Pinnalle

1 ½ dl	vehnäjauhoja
1 dl	pullomargariinia
1 rkl	ruokosokeria



1. Laita uuni kuumenemaan 200 asteeseen. Levitä leivinpaperi metallivuokaan (20x26 cm).
2. Sekoita ruishiutaleet, sokeri ja vehnäjauhot, joihin sooda on hyvin sekoitettu. Lisää jäiset marjat, vähän vatkattu muna ja pullomargariini.
3. Levitä taikina leivinpaperin päälle vuokaan ja tasoita pinta. Ripottele pinnalle vähän ruokosokeria, joka antaa ruuduille makean rapeuden karamellisoituessaan.
4. Paista uunin keskitasolla noin 15 minuuttia. Jäähdytä vuoassa ja leikkaa pieniksi paloiksi.

Rukiinen tyrnikääretorttu annoksia 15

Pohja

4 kpl	kananmunaa
3/4 dl	hedelmäsokeria
1,5 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Täyte

200 g	tuorejuustoa
2 dl	kermaa
2 dl	tyrnihilloa



Koristeluun: tomusokeria, tyrnijuustoa, tyrnimarjoja, sitruunamelissaa

1. Vatkaa munat ja sokeri vaaleaksi vaahdoksi. Yhdistä leivinjauhe ruisjauhoihin. Sekoita jauhot muna-sokerivaahtoon varovasti nostellen.
2. Kaada taikina leivinpaperilla päällystetylle uunipellille. Paista uunin keskitasolla 225 asteessa 6–7 minuuttia.
3. Kumoa kypsä torttu toiselle leivinpaperille, jolle on ripoteltu hieman sokeria ja tyrnijuustoa. Irrota leivinpaperi pois ja anna pohjan jäähtyä.
4. Vatkaa kerma vaahdoksi ja lisää tuorejuuston joukkoon. Levitä tyrnihilloa ohuelti pohjan päälle ja lopuksi tuorejuusto-kermaavahto. Jätä reunoilta vajaaksi.
5. Rullaa kääretortuksi ja jätä sauma alaspäin. Laita hetkeksi kylmään vetäytymään.
6. Koristele juuri ennen tarjolle panoa tomusokerilla ja tyrnijuustolla. Lisää lopuksi tyrnimarjoja ja sitruunamelissaa.

Ruis-suklaakakku

Kakku

200 g	suklaata (taloussuklaa)
200 g	voita
4 kpl	kananmunaa
2 dl	sokeria
4 rkl	kaakaojauhetta
2 dl	ruisjauhoja
1 tl	leivinjauhetta

Kuorrutus

150 g	suklaata (taloussuklaata)
1 dl	kermaa
1 rkl	voita
1 tl	kanelia



1. Sulata voi kattilassa ja lisää joukkoon rouhittu suklaa. Anna jäähtyä hetki.
2. Sekoita kaakaojauhe, ruisjauhot ja leivinjauhe keskenään.
3. Vatkaa munat ja sokeri kuohkeaksi vaahdoksi. Sekoita voi-suklaaseos vaahtoon. Siivilöi mukaan kuivat aineet ja sekoita kevyesti nostellen.
4. Voitele ja ruisjauhotta vuoka. Levitä taikina tasaisesti vuokaan.
5. Paista 175-asteisessa uunissa 45 minuuttia. Kokeile kypsyyttä tikulla. Anna jäähtyä ennen kuorruttamista.
6. Valmista kuorrute sulattamalla voi ja lisäämällä kaneli sekaan. Lisää kerma ja kuumenna (älä keitä). Sekoita joukkoon rouhittu suklaa, anna suklaan sulaa. Kuorruta jäähtynyt kakku suklaaseoksella. Anna tekeytyä seuraavaan päivään.