

Muikkufenkoli



Neljälle:

n. 600 g perattuja muikkuja tai silakkafileitä

$\frac{3}{4}$ tl suolaa

riippaus mustapippuria

2 sipulia

1 fenkoli (Tai vastaava määrä (n. 200 g) purjoa.)

3 porkkanaa

1-2 valkosipulinkynttä

$\frac{1}{2}$ rkl voita

$\frac{1}{2}$ rkl öljyä

1 tl suolaa

$\frac{1}{2}$ tl kurkumaa

riippaus mustapippuria

n. 4 dl vettä

2 rkl sitruunamehua

1 dl hienonnettua tilliä

Pinnalle tilliä

Poista muikuista päät tai silakoista tarvittaessa selkävät. Mausta kalat suolalla ja mustapippurilla. Voit laittaa myös kalojen päälle hieman sitruunamehua. Suikaloi sipulit ja fenkoli. Viipaloi kuoritut porkkanat ja hienonna valkosipulinkyntset. Kuullota sipulia, fenkolia, porkkanoita ja valkosipulia voi-öljyseoksessa isossa kattilassa tai paistokasarissa noin

5 minuuttia. Mausta suolalla, kurkumalla ja pippurilla. Ethän laita kurkumaa liikaa, ettei se peitä muiden ainesosien makuja. Sekoittele hetki. Kaada joukkoon vesi ja keitä kannen alla

n. 15 min, kunnes kasvikset ovat lähes kypsiä. Lisää sitruunamehu ja tilli. Asettele kalat kasvisten päälle, silakat pitkittäin kalan muotoon taitettuina. Keitä kannen alla vielä

n. 5 minuuttia, kunnes kalat ovat kypsiä. Koristele tillillä. Tarjoa lisäksi perunoita tai perunasosetta ja ruisleipää.

Sitruunamarinoidut pikkumuikut



Kuudelle:

300 g pieniä neulamuikkuja
vehnä jauhoja
voi-öljyseosta paistamiseen

Marinadi:

2 rkl oliiviöljyä
4 rkl sitruunamehua
1 sitruunan raastettu kuori
2 rkl salviaa
2 rkl kapriksia
1 tl merisuolaa
riippaus mustapippuria
2 valkosipulin kynttä

Neulamuikkuja ei tarvitse perata. Pyöritä kalat vehnä jauhoissa ja paista voi-öljyseoksessa kullan-ruskeiksi. Levitä kalat laakealle tarjoiluvadille.

Sekoita öljy, sitruunanmehu, kuoriraaste, hienonnettu salvia ja kaprikset. Valele muikulle marinadia. Ripottele pinnalle suolaa ja mustapippuria sekä kuoritut ja viipaloidut valkosipulin kynnet. Anna maustua yön yli kylmässä. Tarjoa kylmänä alkuruokana leivän kanssa.

Makoisa kalaräppi



1 annos:

1 ohut isohko rieska ja rullautuva revitty ruisleipä
margariinia

n. 1 dl kypsää kalaa pieneksi silputtuna (esim. valutettua purkkikalaa kuten muikkua,
särkeä tai tonnikalaa tai kylmä- tai lämminsavukalaa)

3-4 salaatinlehteä

pala kurkkua ja/tai 1 porkkana raastettuna

½-1 dl raejuustoa

Mausteeksi: yrttejä, paprikaa tai chiliä

Sipaise leipä rasvalla ja levitä päälle salaatinlehdet sekä niiden päälle valitsemasi
kala. Ripottele pinnalle kurkku- tai porkkanaraaste, raejuusto ja mausteet. Käännä
leipä varovasti rullalle ja kietaise toiseen päähän lautasliina syömisen
helpottamiseksi.

Vinkki:

Jos teet ruuan neljälle, osta pussillinen marinoituja kirjolohisuikaleita ja paista ne
pakkauksen ohjeen mukaan kypsiksi. Anna jäähtyä hetki ennen leiville levittämistä.
Voit käyttää margariinin ja raejuuston asemesta esim. maustettua kevyttuorejuustoa.

Yhden muikun kukko



10 kpl:

1 pkt valmista ruistaikinaa

tai tee taikina itse:

2 dl kylmää vettä

1 tl suolaa

3 ½ dl ruisjauhoja

1 ½ dl vehnä jauhoja

Täyte:

10 keskikokoista muikkua

suolaa

1 pkt pekonia

Voiteluun voita ja vettä

Sekoita taikinan ainekset tasaiseksi massaksi. Perkaa muikut ja poista selkäruoto.

Kauli ruistaikina puolen sentin paksuiseksi levyksi. Ota lasilla tai muotilla levystä 20 pyörylää.

Ripota peratulle muikulle varovasti suolaa ja kääri pekoniin. Pane muikku taikinapyörylälle ja aseta toinen kanneksi, painele reunat yhteen. Nosta kukot leivinpaperilla päällystetylle pellille ja paista kukkoja 200 asteisessa uunissa noin 30 minuuttia.

Sulata voita ja sekoita joukkoon vettä. Voitele kypsät kukot voi-vesiseoksella ja pane voipaperiin liinan alle pehmenemään. Kukot voi pakastaa ja ne maistuvat myös kylminä.

Kalakukko



Taikina:

6 dl vettä

4 tl suolaa

1 ½ dl voisulaa

8 dl vehnä jauhoja

n. 6 ½ dl ruisjauhoja

1 ½ dl riisiruisjauhoja

Täyte:

700 g perattuja muikkuja

300 g sian sivua viipaloituna (kastikelihaa)

2 tl suolaa

½ tl mustapippuria rouhittuna

Leipomiseen ruisjauhoja, voiteluun n. 150 g voisulaa

Tee taikina. Sekoita veteen suola, voisula ja jauhot. Puristele taikina tasaiseksi, lisää tarvittaessa ruisjauhoja. Taikina saa olla reilusti tanakkaa. Jauhota leivinpöytä ruisjauhoilla ja kumoa taikina pöydälle. Pyöritä taikinasta pallo, painele se litteäksi ja kauli pyöreähköksi, keskeltä 1 – 1 ½ cm paksuksi, reunoiltaan ohenevaksi kiekoksi. Kuumenna uuni 225 asteeseen.

Kuivaa muikut talouspaperiin. Ripottele taikinalevyn keskelle

2 rkl ruisjauhoja ja asettele päälle kerros muikkuja. Ripottele muikuille suolaa ja pippuria ja asettele päälle kerros sian sivuviipaleita. Jatka aineiden asettelua kerroksittain kunnes kaikki muikut, lihat ja mausteet on käytetty, päällimmäiseksi lihakerros.

Kostuta taikinalevyn reunat vedellä. Nosta reunat ylös ja yhdistä ne kukon päältä.

Leikkaa päädyistä ylimääräinen taikina pois, mutta säästä se mahdollista paikkaamista varten. Tiivistä ja silota kukko tasaiseksi veteen kastetun ruokaveitsen avulla. Sivele kukon pinta lopuksi kauttaaltaan vedellä ja ripottele pinnalle ruisjauhoja. Nosta kukko uunipellille folion päälle. Paista kukkoa 225 asteessa noin tunti. Laske uunin lämpö

150 asteeseen, voitele kukon pinta voisulalla, kääri kukko nyt huolella folion sisään ja jatka paistamista noin neljän tunnin ajan. Voitele kukon pintaa voisulalla noin tunnin välein. Jos kukko repeää uunissa, paikkaa vuotokohta veden, veitsen ja taikinapalan avulla.

Patakukko

1½ kg muikkuja
300 g sian sivua
2 tl suolaa
(lanttuviipaleita)

Kuoritaikina:

1 dl vettä
2 dl ruisjauhoja
½ tl suolaa

Perkaa muikut, poista päät ja sisälmykset sekä pyrstöevä. Leikkaa siansivu viipaleiksi. Voitele valurautapata tai muu uuninkestävä vuoka. Levitä kerros lihaviipaleita vuoon tai padan pohjalle. Lado päälle kalat kerroksittain suolan kanssa. Peitä kalat lihaviipaleilla. Jos haluat vaihtelua, lisää lanttu-viipaleita kalojen joukkoon.

Valmista ruistaikina, sekoita vesi, jauhot ja suola tasaiseksi taikinaksi. Taputtele taikinasta sentin paksuinen levy ja painele se kukon täytteen peitoksi reunoja myöten. Hauduta patakukkoa 150 asteisessa uunissa 3-4 tuntia.

Paistetut muikut



1 kg muikkuja
1 ½ dl ruisjauhoja
1 tl suolaa
voita paistamiseen

Perkaa muikut, katkaise pää ja vedä sisälmykset ulos. Pyörittele muikut suolalla maustetuissa ruisjauhoissa ja paista voissa pannulla. Tarjoa uusien perunoiden ja salaatin kera tai syö suoraan pannulta.

Syksyinen muikkukeitto

500 g tuoreita perattuja muikkuja
1 litra kalalientä
1 iso sipuli
100 g porkkana- ja lanttukuutioita
10 maustepippuria
6 perunaa lohkoina
2 rkl ohrajauhoja
1 litra maitoa
(suolaa)
voinokare
tillisiilppua

Kuumenna kalaliemi kiehuvaaksi ja lisää sipuli, porkkana- ja lanttukuutiot, perunat ja maustepippurit. Keitä noin 15 minuuttia. Sekoita ohrajauhot kylmään maitoon ja lisää keittoon sekoittaen. Keitä miedolla lämmöllä kunnes juurekset ovat lähes kypsiä. Maista keiton suolaisuus ja lisää tarvittaessa hieman suolaa. Lisää keittoon muikut ja keitä vielä 15 minuuttia, kunnes kalat ovat valkoihaisia kypsiä herkkuja. Lisää kypsän keiton päälle voinokare ja tillisiilppua mausteeksi ja koristeeksi.

Savumuikkusalaatti

½ kg savustettuja muikkuja tai 1 prk muikkusäilykettä
4 munaa
1 ruukkusalaatti
2 isoa hapanta omenaa
n. 10 cm:n pala purjoa
1 pieni kurkku

Kastike:

1 prk kermaviiliä
½ tl suolaa
½ tl rouhittua mustapippuria

Lisäksi silputtua tilliä tai ruohosipulia

Poista savustetuista muikuista selkäruoto ja pilko kalan liha paloiksi tai tarjoa kalat kokonaisina salaatin päällä. Keitä munat koviksi (n. 10 min), jäähdytä ja kuori ne. Suikaloi pestyt omenat, purjo ja kurkku. Asettele huuhdotut salaatinlehdet tarjoiluastiaan ja asettele päälle vihannessuikaleet. Lohko munat. Mausta kermaviili suolalla ja mustapippurilla, sekoita ja kaada seos salaatin päälle. Koristele salaatti munalohkoilla, kalapaloilla tai kokonaisilla muikuilla sekä yrttisiilpulla.

Muikkurullat savustuspussissa

Neljälle:

500 g muikkufileitä

1 tl kuivattua basilikaa tai oreganoa

tai 1 rkl tuoreita silputtuja yrttejä

1 tl suolaa

¼ tl rouhittua mustapippuria

n. 100 g fetajuustoa kuutioina

1 dl ruokakermaa

1-2 dl kuivaa valkoviiniä

Pinnalle tuoretta basilikaa tai oreganoa silputtuna

Levitä muikkufileet työlaudalle nahkapuoli alaspäin. Sekoita basilika, suola ja mustapippuri keskenään ja ripottele lähes kaikki mausteet kalafileille. Murskaa noin puolet fetakuutioista pienemmiksi ja ripottele murska muikkufileille. Kääri muikut rullalle ja laita ne uunivuokaan. Jos kypsennät rullat savustuspussissa, varmista, että valitsemasi vuoka mahtuu savustuspussiin. Ripottele loput mausteista ja fetakuutioista muikkurullien päälle. Kaada valkoviiniä ja ruokakermaa vuokaan sen verran, että muikkurullat peittyvät puoliksi. Kypsennä savustuspussin ohjeen mukaan tai ilman pussia 200 asteessa noin 30 minuuttia, kunnes muikut ovat pehmenneet.

Tarjoja lisänä perunalunta:

Keitä jauhoiset perunat kypsiksi, kuori ne kuumina ja puserra siivilän läpi puukauhalla painellen tarjoilukulhoon. Älä sekoita puserrettua perunaa, ettei ilmava rakenne muutu tahmeaksi perunamassaksi.

Vinkki:

Jos muikut ovat kovin pieniä, lado peratut muikut suoraan uunivuokaan, ripottele päälle mausteet ja fetakuutiot, ja kaada päälle lientä. Pienissä muikuissa ruodot hautuvat pehmeiksi, joten niitä ei tarvitse poistaa.

Muikkuja ja haudutettua purjoa

1 kg tuoreita muikkuja

1 dl ruisjauhoja

1 tl suolaa

30 g voita tai margariinia

Purjokastike:

1 purjo

1 nippu persiljaa

30 g voita tai margariinia

1 dl kermaa

ripaus suolaa ja pippuria

Valmista purjokastike. Halkaise ja huuhtelee purjo huolellisesti. Leikkaa purjo pitkittäin

n. 4 sentin palasiksi ja ne edelleen suikaleiksi. Silppua persilja. Sulata rasva kattilassa ja lisää purjosuikaleet. Hauduta pari minuuttia, lisää persilja ja kerma. Hauduta vielä n. 5 minuuttia ja mausta suolalla ja pippurilla.

Perkaa muikut, poista pää ja sisälmykset. Huuhtelee ja valuta kalat huolellisesti. Sekoita jauhoihin suola. Kääntelee kaloja jauhoissa. Sulata rasva pannussa, anna sen saada hieman väriä ja lisää kaloja pannulle vierä viereen. Paista kalat kohtalaisella lämmöllä kullankeltaisiksi noin 3-5 minuuttia molemmilta puolilta. Tarjoa purjokastikkeen ja perunasoseen kera.

Muikkupaisti

600 g muikkuja
1 pkt (150 g) pekonia
2 sipulia
1-2 dl vettä
riippaus suolaa
10 maustepippuria

Perkaa muikut ja mausta ripauksella suolaa. Suikaloi pekoni ja ruskista kevyesti pannulla. Lisää joukkoon viipaleiksi leikatut sipulit ja anna niiden hautua hetki. Lisää vesi ja pippurit. Hauduta hiljaa kannen alla 10–15 minuuttia. Lado muikut pannuun pekonin ja sipulien päälle. Hauduta kypsäksi kannen alla 10–15 minuuttia. Kypsennysaika uunissa 175 asteessa on noin tunti.

Murumuikut

600 g keskikokoisia muikkuja
1 pienen sitruunan mehu
suolaa
valkopippuria

Muruseos:

4 viipaletta hapanteipää
30 g voita tai margariinia
2 valkosipulin kynttä
raastettua sitruunan kuorta

Aseta peratut muikut uunipellille leivinpaperin päälle. Mausta kalat suolalla, pippurilla ja sitruuna-mehulla. Jätä maustumaan joksikin aikaa.

Valmista kalojen maustuessa muruseos. Leikkaa leipäviipaleista kuoret pois, murena leivät moni-toimikoneessa. Sulata rasva pannulla, lisää leipämuruset, valkosipulinkyntset ja halutessasi hieman sitruunan raastettua kuorta. Kuumenna ja sekoita. Jaa muruseos muikkujen päälle tasaisesti ja kypsennä ruokaa 200 asteisessa uunissa n. 20 minuuttia.

Muikkufritti

Kolmelle:

1 dl öljyä
2 dl vehnä jauhoja
3 dl maitoa
1 muna
2 tl suolaa
valkopippuria
300 g perattuja muikkuja

Paistamiseen öljyä

Sekoita öljy, jauhot ja maito tasaiseksi taikinaksi. Lisää lopuksi muna sekä suola ja valkopippuri, sekoita. Kasta kalat taikinaan ja friteeraa kuumassa öljyssä kypsiksi. Valuta talouspaperin päällä ja tarjoa lämpimänä.

Kahden nälkäisen pelastus

1 iso tai 4 pientä palaa revittyä ruisleipää
1 prk muikkusäilykettä
edellisen päivän rippeitä (esim. 2-4 keitettyä perunaa tai kypsiä kasviksia, 1-2 dl sienisalaattia tai –kastiketta)
tuoreita tai kuivattuja yrttejä tai yrttisekoitusta
mustapippuria
2-4 tomaattia
n. 1 dl juustoraastetta

Nosta leivät uunipellille foliopalan päälle. Valuta avattu muikkupurkki ja levitä muikut leipien päälle. Jaa edellisen päivän rippeitä leipien päälle ja mausta yrteillä. Levitä päälle tomaattiviipaleet. Rouhaise pinnalle vähän mustapippuria ja peitä pinta juustoraasteella.

Kuorruta kuumassa uunissa tai grillivastuksen alla tai lämmitä grillissä folioon kietaistuna.

Muikku-perunapiirakat

n. 10–15 kpl
2 dl vettä
½ dl vehnä jauhoja
n. 5 dl ruissihtijauhoja
½ tl suolaa

Täyte:

50 pientä muikkua
30 rkl perunasosetta
(suolaa)

Voiteluun voisulaa

Sekoita vesi, suola ja vehnä jauhot. Lisää sen verran ruisjauhoja, että saat alustettua kovan, käsiin tarttumattoman taikinan. Pyöritä taikina ohueksi tangoksi ja jaa noin 15 samankokoiseen osaan. Taputtele taikinan palat käsissä ohuiksi pyörylöiksi ja kaaviloi tai pyöritä pastakoneen kanssa ohuiksi soikeiksi levyiksi. Ripottele ohuiden levyjen päälle ruisjauhoja ja lada ne päällekkäin odottamaan täyttämistä.

Laita levyn päälle 3-4 pientä, perattua ja päätöntä muikkua. Levitä muikkujen päälle ohut kerros perunasosetta, ripottele tarvittaessa muikkujen päälle hieman suolaa. Rypytä piirakan reunat. Paista n. 300 asteen lämmössä uunipellillä kunnes piirakat ovat vaaleanruskeita eli noin 5-10 minuuttia. Voitele kypsät piirakat kummaltakin puolelta voisulalla ja anna hautua hetki liinan alla. Tarjoa piirakat kuumina.

Muikkurullat mikrossa

Neljälle:

350–400 g muikkufileetä
riipaus suolaa ja valkopippuria
1 punainen paprika
1 pieni purjo
hienonnettua tilliä tai persiljaa

Liemi:

2 ½ dl vettä
½ dl etikkaa
1 rkl juoksevaa hunajaa
riipaus suolaa
5 kokonaista maustepippuria
5 kokonaista valkopippuria
½-1 tl timjamia

Levitä muikkufileet nahkapuoli alaspäin voipaperin päälle. Ripottele fileille suolaa, valkopippuria ja runsaasti tilliä tai persiljaa. Kääri fileet rullalle ja asettele ne mikroaaltouuniin soveltuvan vuolan pohjalle.

Leikkaa purjo ja paprika suikaleiksi ja levitä suikaleet vuokaan muikkujen päälle. Sekoita liemen aineet keskenään ja kaada vuokaan. Peitä kannella. Kypsennä täydellä teholla (800 W) 10 minuuttia. Tarjoa keitettyjen perunoiden, ruisleivän ja raastesalaatin kera.

Reseptit on koonnut:

Katri Koppanen ja
Katri Pitkänen
Pohjois-Savon maa- ja kotitalousnaiset
www.maajakotitalousnaiset.fi/pohjois-savo

Heta Nykänen
Pohjois-Savon Martat
www.martat.fi/pohjois-savo

