

Laitumelta
lautaselle

Samettinen, maukas ja murea Tavë Kosi

Albanialainen lammaspata – Tavë Kosi, on mielenkiintoinen ja ehdottomasti tutustumisen arvoinen kansallisruoka. Siinä murea lampaanliha pääsee pehmeän jogurtin syleilyyn. Erilaista tekstuuria tuo myös riisi, jota lisätään pataan vain aika vähän.

Teksti ja kuvat
Sanna Lehtonen
Sillanpään lammastila



Tutustuin albanialaiseen lammaspataan yllättäen erään saippuasarjan kautta. Siinä järjestettiin perheillallista, jonka pääruokana tämä Albanian kansallisruoka oli. Sarjaa en enää muista, mutta Tavë kosin laitoin korvan taakse.

Reseptistä en löytänyt suomenkielistä versiota. Englanninkielisessä versiossa hitusen tuotti tuskaa muuntaa uunin fahrenheitit meidän celsiusasteille. Pakko tunnustaa, että ensin laskin väärin ja uuni taisi pöhöttää täysillä hetken aikaa. Ruoka onnistui kuitenkin ja tästä tuli kyllä erinomaisen herkullinen makuelämys!

Jos haluat kokeilla vähän erilaista lammastreseptiä, niin tässä sinulle sellainen.

Tavë kosi

reilu kilo luullista lampaanlapaa, liha pilkottuna paloiksi

- 70 g voita
- 1 rkl oliiviöljyä
- 4 valkosipulinkynttä murskattuna
- 1 tl kuivattua oreganoa
- 60 g pitkäjyvistä riisiä
- 50 g vehnäjauhoa (gluteenittoman saat käyttämällä maisijauhoa)
- 6 dl kreikkalaista jogurttia
- 4 kananmuna
- muskottipähkinää
- suolaa, pippuria

Kuumenna 20 g voita ja oliiviöljy pannulla ja paista lampaanlihanpalojen pinta. Paista liha erissä. Laita kaikki lihanpalat pannulle ja lisää murskattut valkosipulinkyntset, oregano ja 2 dl vettä. Anna hautua kannen alla 45–60 min, kunnes liha on mureaa. Lisää joukkoon riisi, mausta suolalla

KÄÄNNÄ



ja pippurilla. Siirrä pannun sisältö uunikestäväseen vuokaan.

Sulata loppu voi (50 g) kattilassa ja lisää siihen vehnäjauhot. Sekoita tahnaksi ja paista noin kahden minuutin ajan. Ota kattila pois levyltä ja lisää kreikkalainen jogurtti. Sekoita hyvin. Laita kattila takaisin levyille ja keitele parin minuutin ajan. Ota kattila taas pois levyltä ja lisää vatkatut munat. Mausta suolalla ja pippurilla.

Lisää jogurtti-seos uunivuokaan lihan ja riisin päälle. Lisää muskottipähkinä. Paista uunissa 160 asteessa 40–45 min. Anna vetäytyä viitisen minuuttia ennen tarjoilua.

Uunitomaatit sopivat mainiosti Tavë Kosin rinnalle. Yksinkertainen ja maukas lisuke.

Uunitomaatit

tomaatteja
suolaa
pippuria
oreganoa
basilikaa
silputtua valkosipulia

Puolita tomaatit. Laita uuninpellille halkaistu pinta ylöspäin. Ripottele pintaan mausteet ja paista uunissa 200 asteessa noin 20 minuuttia.



Uusi jäsenetu suoramynttilöille:
Yhteystiedot suoramynttikarttaan

Lampurin sähköiset kanavat

SLY:n verkkosivut lammasyhdistys.fi
Eläinvälityskanava lammasnetti.fi
Tietopankki lammawiki.fi
Lammassuunnittelu proagria.fi/lammas



Lammasyhdistys Facebookissa



Tiedustelut: Marjo Simpanen
marjo.simpanen@lammasyhdistys.fi puh. 044 973 7000



LAMPURIEN RESEPTIKIRJA VERKOSSA

LAMPURIN KEITTIÖSSÄ -blogi syntyi noin vuosi sitten pähkäillessäni jälleen kerran, kuinka parhaiten vastaisin asiakkaiden kysymyksiin, mitä lampaanlihasta voisi tehdä. Kaikennäköistä ratkaisuyritystä oli tullut kokeiltua jo aiemmin. Pohdiskellessani tajusin, että oma reseptikirjani on nykyään internet. Hakusana vain googleen ja reseptejä selaamaan. Sattumoisin olin aloittanut blogi-markkinointi-kurssin samoihin aikoihin ja siitähän Lampurin Keittiössä -blogin idea syntyi.

Reseptientarve on kaikkien lampurien yhteinen. Kaikki asiakkaathan niitä kysyvät. Niinpä ajatuksissa siinä yhteinen reseptiarkisto, jota kaikki halukkaat voisivat kätevästi hyödyntää asiakkaitaan ilahduttaakseen. Innokkaimmat lampurit voivat tulla myös mukaan kirjaamaan reseptejä. Porukalla kun tehdään, saadaan enemmän aikaa.

Koska harvempi meistä on ammattikokki, ja maailma on jo herkullisia reseptejä täynnä, ajatuksena on testata reseptejä ja kirjata erityisen herkulliset reseptit blogiin. Yksinkertaista ja kätevää! Meille lampureille lampaanliha raaka-aineena on kuitenkin hyvin tuttu ja se on iso etu.

Mukana Lampurin Keittiössä on kymmenen lampuria. Tällä hetkellä blogista löytyy reseptejä Peurapellon Lammastilan, Seikun Lammastilan, Sillanpään Lammastilan ja Tolvilan Kartanon testaamina. Mukana ovat myös Kurikan Lammastila, Kurjen Tila, Lammastila Haukivilla, Sipilän Lammastila, Syrjälän Lammastila ja Wiljakan Tila.

Blogille on kerääntynyt jo mukavasti reseptien tilaajia ja hakuanalyysien mukaan blogissa vierailtaan noin 500 kertaa kuukauden aikana. Kävijämäärien trendi on selkeässä kasvussa. Pääsiäinen toi ainakin vuosi sitten melkoisen piikin kävijämääriin.

Tähän keittiöön mahtuu monta kokkia. Mukaan kokkien joukkoon pääsee lähettämällä sähköpostia osoitteeseen kokki@lampurinkeittiössä.com

Terveisin,

Sanna Lehtonen

Sillanpään Lammastilalta

LAMPURIN KEITTIÖSSÄ -blogi on tehty ilahduttamaan niin lampaanlihan suurkuluttajia uusilla ideoilla, kuin auttamaan ensikertalaisia löytämään tie tämän herkullisen lihan makujen maailmaan. Ideana on testata erilaisia reseptejä useiden lampureiden keittiöissä. Parhaat reseptit päätyvät blogiin.

Suomen vuohiyhdistys ry

Perustettu

23.04.1979

Postiosoite

Poikojantie 331, 31400 SOMERO

Pankkiyhteys

Kiikalan Rekijoen OP 514408-210870

Jäsenmaksu

20 € (ilmoita tietosi jäsenrekisteriin)

www.suomenvuohiyhdistys.fi

HALLITUS

Puheenjohtaja

Riitta Saloniemi, Laitila

040 557 3544, rj.saloniemi@lailanet.fi

Varapuheenjohtaja

Marita Ollila, Ilmajoki

050 339 0401, marita.ollila@netikka.fi

Sihteeri ja rahastonhoitaja

Susanna Kujala, Panielia

050 3391834

susanna.kujala1@gmail.com

Jäsensihteeri, tuotteet ja netti

Marita Ollila, Ilmajoki

050 339 0401, marita.ollila@netikka.fi

Muut hallituksen jäsenet

Markus Koivisto, Kihniö

050 463 5354, koiviston.tila@hotmail.com

Milla Alanco, ProAgria Etelä-Pohjanmaa

040 706 0558, milla.alanco@proagria.fi

Miina Huittinen, Punkalaidun

050 554 1110, miina_huittinen.yahoo.co.uk

Jaakko Niemi, Kurikka

044 564 8522, jaska@vatajanranta.net

Erkki Väisänen, Keikyä, MTK:n edustaja

0400 722 027, ervaisan@gmail.com

Varajäsenet

Nils Grotenfelt

Jani Sivunen

Mirva Hakamaa

Anna-Kaisa Niemi

Jonna Ukkola

Jäsenmaksu vuodelle 2018: 20 €

FI77 5144 0820 0108 70

Laitakaa viestikenttään:

"jäsenmaksu 2018 ja omat tietosi"

(nimi, osoite, s.posti, puhnr) muista

laittaa sähköpostia jäsensihteerille jossa

ilmoitat jäsenyytesi ja omat tietosi;

marita.ollila@netikka.fi

Suomen Vuohiyhdistys toimii yhdysiteenä vuohenkasvattajien välillä. Lisäksi sen tehtävänä on edistää vuohitaloutta ja jalostusta sekä vuohien ja vuohitaloustuotteiden käyttöä ja tunnettuutta.

Yhdistyksen jäseneksi ovat tervetulleita kaikki vuohenkasvattajat sekä vuohista ja vuohitaloustuotteista kiinnostuneet harastajat ja ammattilaiset.