

PATUN LOUNAS- VINKIT



"Lounaskokin on juuri nyt oltava melko luova. Kun hinnat nousevat, joutuu jatkuvasti miettimään, miten kulut pysyisivät kurissa. Raaka-aineiden valinta on tietysti tärkeää, mutta innovaatiotakin tarvitaan, sillä perinteisen nakkiruoan on oltava asiakkaankin mielestä kiinnostava ja monipuolinen."

Hyvä idea on annosten luova nimeäminen. Tutuille annoksille voi löytää innostavammat nimet.

– Kun perinteisiä nakkveja nimitään uudelleen, yksi hyvä lähtökohta on hakea makuja maailmalta. Valitse sopiva maa tai sen alue, jossa olet ehkä käynyt tai pienellä taustatyöllä löydät tietoja ja kehitä reseptiäsi sen mukaan. Italialainen kokkimme kertoi taannoin, että Bologna on Italian makkaramekka. Tästä tiedosta syntyi reseptini bolognalaiseen nakkignocchiin. Tomaatilla, basilikalla, juustokuorrutuksella ja rucolalla nakkivuoka saa ihan uutta ilmettä ja sen voi helposti nimitä uudestaan. Paroksen saarelta napatun vinkin kautta nakkivuoka muuttuu kreikkalaiseksi fetan, oliivien ja tsatsikin avulla. Meksikolainen siitä tulee chilillä, sipuli-paprikalla ja quagamolella, Sami Garam ideoi.

Kaukoidässä mahdollisuuksien makumaailma

Lounasklubin toinen makumaailma ja idea on Kaukoidästä. – Paistettu riisi toimii aina ja sen voi maustaa melkein miten vain ja höystää kanalla, kalalla, vegeproteiinilla. Jos nimeät ruuan vaikkapa thaimaalaiseksi, muista kuitenkin valita muutama nimeen sopiva mauste. Seesamiöljy antaa erinomaisen maun paistamisessa, chilistä, inkivääristä ja valkosipulista saa Thaimaalle ominaista makua ja korianteri kruunaa kaiken.

Makuliemen peruselementit ovat perusmauissa.

– Etsi aina happoa (limemehu), suolaa (soijakastike), makeutta (sokeri tai siirappi), karvautta (mausteet ja lime) ja umamia (soijakastike). Hyvä tulee ja makumaailma on täydellisen herkullinen.

Perinteisiin nimiin herkullisuutta

Lounaslistan nimet luovat asiakkaalle mielikuvaa ravintolasta.

– Aina ei tarvitse etsiä nimiä maailmalta tai keksiä uutta. Joskus täysin perinteinen nimistö toimii, kunhan asiat on kirjoitettu herkullisella tavalla. Vanha kunnon suomalainen, isoäidin nakki-perunapannu toimii aina. Jos tarjoat Karjalanpaistia ja listallasi lukee "Karjalanpaisti" tai vaihtoehtoisesti "Perinteinen, yön yli haudutettu Karjalanpaisti, tuppiperunat ja lähimetsän puolukkasurvos", on helppoa päätellä kumpaan buffaasi tullaan maistelemaan.

Hävikin välttäminen on vastuullisuutta

On tärkeää, että listalle kirjattuja asioita tarjotaan oikeasti, mutta jos joku tuote loppuu lounaan aikana kesken, se on ihan sallittua. Tätä ei tarvitse pelätä, vaan pikemminkin voi olla iloinen, kun ruoka on maistunut, eikä hävikiä synny. Tämänkin asian voi viestittää asiakkaalle niin, että hän oikeastaan on iloinen saadessaan korvaavaa tuotetta. Ehkäpä listalla lukee jotenkin näin: "Hävikin minimoimiseksi teemme ruokaa vain sen verran kuin arvioimme sitä kuluvan. Tästä johtuen listamme saattaa elää jopa lounaan aikana", Sami Garam toteaa.

Bolognalainen nakkignocchi, Patu valkosipuli- ja chilikastike

perunagnoccheja
Patun parempia nakkeja
pakastejuuressuikaleita
tomaattimurskaa- tai kastiketta
Patu juustoraastetta
rucolaa
basilikaa
Patu valkosipuli- ja chilikastike

1. Höyrytä tai keitä gnoccheja kaksi minuuttia. Öljyä ne kevyesti, ettei tärkkelys liimaa niitä toisiinsa.
2. Pilko nakit kolmeen osaan ja paista pinnoille kaunis väri. Sekoita ne silputun basilikan ja gnocchen kanssa.
3. Kumoa juuressuikalepussi pakin poh-

jalle, kaada gnocchi-nakkiseos juuresten päälle ja levitä pinnalle tomaattimurskaa- tai kastiketta niin, että ainekset peittyvät.

4. Kuorruta pinta juustoraasteella ja paista uunissa 160-asteessa puolisen tuntia.

5. Viimeistele annos rucolalla sekä valkosipuli- ja chilikastikkeilla.

ESIVALMISTEET EDELLISENÄ PÄIVÄNÄ:
Kaiken voi esivalmistella edellisenä päivänä. Lounaspäivälle jää vain uunipais-to ja koristelu.



"Bologna on Italian makkaramekka. Sen mukaan syntyi idea ja nimi herkulliseen nakkignocchiin. Tomaattia, basilikaa, rucolaa ja juustokuorrutus."

Thaimaalainen paistettu riisi, kanan paistileikettä ja currykastiketta

kanan paistileikettä

Patu pitkää riisiä (tai basmatiriisiä)

porkkanaa

kiinankaalia

paprikaa

sipulia

zuccinia

sesamöljyä

soijakastiketta

limemehua

valkosipulia

chiliä

korianteria

Patu ananasrenkaita

1. Keitä riisi uunissa tai kattilassa. Basmati antaa enemmän makua, mutta haloo helposti.

2. Mausta kananpalat valkosipulilla ja chilillä ja kypsennä ne uunissa.

3. Suikaloi kasvikset.

4. Sekoita makuliemi kanan paistolie-mestä, ananaksen mehusta, soijakastik-keesta ja limemehusta.

5. Viipaloi valkosipuli ja chili ja silppua reilusti korianteria.

6. Kuumenna parila ja paista kasviksia ja riisiä seesamöljyn ja rypsiöljyn seok-sessa. Lisää mukaan chiliä ja valkosipu-lia ja mausta ja kostuta makuliemellä. Sekoita mukaan aivan lopuksi reilusti tuoretta korianteria.

7. Kuumenna kananpaloja ja ananas-ta pannulla tai uunissa ja nostele riisin päälle. Riisistä saa tehtyä helposti myös kasvisversion, esimerkiksi korvaamalla kanan tofulla tai kasvispihveillä.

ESIVALMISTEET EDELLISENÄ PÄIVÄNÄ:

- Riisin keitto ja kanan paisto uunissa. Tee samaan aikaan energian säästämi-seksi.

- Kasvisten suikalointi

- Makuliemen sekoitus

