

# Lammasherkkuja

moneen makuun



Koivuniemen tila, Kangasniemi

p. 0500 544084

[koivuniementila@gmail.com](mailto:koivuniementila@gmail.com)

fb Koivuniemen lammas tila

[www.koivuniemenlammas tila.fi](http://www.koivuniemenlammas tila.fi)

## Vinkkejä ruuanlaittoon

Lammas on pieni eläin, jonka teuraspaino on keskimäärin n. 19 kg. Reisi eli paisti eli VIULU painaa n. 2-3 kg. Lampaanlihan sesonki on perinteisesti syksyllä sekä pääsiäisenä. Lampaanlihan menekki on ilahduttavasti alkanut kasvaa myös muina aikoina. Samat ruokalajit onnistuvat lampaanlihasta kuin muistakin lihoista, erilainen maku antaa vaan uutta potkua vanhaan reseptiin!

Keskiverto suomalainen kuluttaa lampaanlihaa ainoastaan 0.7 kg/henkeä kohti vuodessa. Kotimaisen karitsan määrä kulutuksesta on saatu nostettua 50 %, loput tuodaan ulkomailta, josta siitkin suurin osa on lampaanlihaa (yli 1v).

Oikean ruhonosan valitseminen oikeaan ruokalajiin on tärkeää, jotta saadaan onnistunut ja maittävä lopputulos. Huomion arvoista on myös, että lampaanliha vaatii pidemmän kypsytysajan kuin karitsan liha (alle 12kk).

Tässä muutamia perusasioita valintaasi helpottamaan.

### Kaula

- keitot, padat ja muhennokset vaatii pitkän kypsennysajan

### Etuselkä

- etuselän kyljykset paistettavaksi tai grilliin
- paloiteltuna kastikkeisiin, keittoihin, patoihin ja muhennoksiin...

### Lapa

- soveltuu hyvin uunissa tai padassa kypsennettäväksi, luuttomana myös täytettäväksi

### Rinta

- luuttomana käärepaistiksi
- grillattavaksi joko kokonaisena tai kylkiluiden mukaan leikattuna
- pataruokiin, keittoihin, kastikkeisiin

### Kylki

- kastikkeisiin, keittoihin ja muhennoksiin...

### Selkä l. satula

- paistin ohella parasta osaa lampaasta!
- kokonaisena kypsennettäväksi esim. uunissa, usein myös leikataan parikyljyksiksi
- filee voidaan irrottaa ja kypsentää sellaisenaan tai kypsentää pihveinä sekä grillivartaassa

### Paisti l. viulu

- kokonaisena paistiksi tai palvattavaksi
- luuttomana esim. täytettynä paistina
- viipaleina paistin tyyliin

### Maksa ja muut sisäelimet

- käyttö kuten muutkin vastaavat sisäelimet

Lampaanliha on hienosyistä ja pehmeää, lihaskudosten sisällä ei ole rasvaa (erityisesti suomenlammas). lampaan rasva sijoittuu lihaskudosten päälle ja väleihin, joten se on tarvittaessa helppo

poistaa. Mikäli haluat poistaa rasvaa, tee se vasta valmiista ruuasta sillä rasva suojaa lihaa kuivumiselta ja antaa lihalle sen ominaisen maun.

Marinointi lisää hieman lihan säilyvyyttä sekä mureuttaa ja maustaa lihan kypsennystä varten. Suositeltavin marinointiaika on 6 tunnista pariin vuorokauteen. Perusmarinadiin käytetään öljyä, happamia mureuttavia esim. sitruunaa, punaviiniä, etikkaa, jogurttia yms., mausteita ja muita makua antavia aineita. Suola lisätään usein vasta kypsennysvaiheessa tai valmiiseen ruokaan.

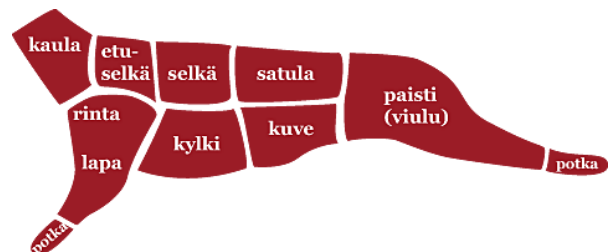
Pakasteessa raaka lampaanliha säilyy hyvin 12 kk. Jauhettu liha olisi hyvä käyttää jo 6kk kuluessa. Sulata pakastettu liha aina hitaasti viileässä. Tavallisen lampaanpaistin sulattaminen jääkaapissa vie aikaa kaksi vuorokautta.

Mausteeksi lampaalle voi suositella yrttimausteita sekä erilaisia kasviksia ja sipuleita. Varsinkin valkosipuli ja lammas kuuluvat erottamattomasti yhteen. Välttämättä lampaanliha ei kaipaa muita mausteita kuin suolan, tällöin lihan oma maku pääsee kunnolla oikeuksiinsa. Kannattaa kokeilla rohkeasti erilaisia vaihtoehtoja maustamisessa, olla luova ja rohkea ruokaseikkailija. Yleensä parhaat yhdistelmät löytyvät ikään kuin vahingossa! Kokeile vaikkapa rosmariinia, minttua, basilikaa, persiljaa, kynteliä, salviaa tai jotain muuta lempiyrttiäsi. laakerinlehti ja kotoinen katajanmarjakin antavat makunsa lampaalle.

Tarjoa lampaanlihan lisäksi perunoita eri muodoissa, riisiä, suurimoita sekä erilaisia kasviksia sellaisenaan tai paistoksina. Erilaiset kirpeät hillot ja hyytelöt korostavat lihan makua: kokeile vaikka mustaherukka-, marja-aronia, pihlajanmarja tai minttuhyttelöä.

Suosittelavia ovat lempeät, alhaiset lämpötilat, pitkät kypsennysajat. Esim. paistille suositellaan uunilämpötilaksi 125-150 astetta ja haudutettaville ruuille 175-180 astetta. Kannattaa varata hieman enemmän aikaa ruoan kypsennykselle ja nauttia herkullisesta lopputuloksesta. Paistien, kyljysten ja fileiden suositeltavia sisälämpötiloja on 65-70 astetta, jolloin liha on mehevää ja vaaleanpunertavaa. Täysin kypsää lampaanliha on 75-80 asteisena.

Miellyttäviä kokkaushetkiä ja herkullisia makuelämyksiä!



### Karitsan paloittelu

### Karitsan murea entrecote

karitsan entrecotea

porkkana

selleri

sipuli

valkosipulin kynsiä

rosmariinin oksia

timjamia tai muita yrtejä

laakerinlehtiä

maustepippuria

punaviiniä

lihalientä

### Lampaan filee medium

300 g lampaan ulkofileetä

suolaa

Ruskista lihat ja paloitetut juurekset voissa. Laita lihat ja juurekset uunivuokaan tai pataan. Lisää mausteet sekä 1-1,5 dl punaviiniä ja lihalientä niin, että lihat peittyvät. Laita 200-asteeseen uuniin 30 minuutiksi ja jatka kypsentämistä 100-asteisessa uunissa neljästä kuuteen tuntiin. Lihan voi laittaa myös padassa yöksi leivinuuniin, jossa se saa muhia miedossa lämmössä (n. 100-120 astetta) 10-12 tuntia. Liha on kypsää, kun se on aivan murean pehmeää. Lisää vielä makusi mukaan suolaa ja pippuria ennen tarjoilua.

### Yrttikuorutettua karitsan ulkofilettä

karitsan ulkofileettä

#### Yrttikuorutus:

1 tuoreruukku basilikaa

1 tuoreruukku persiljaa

öljyä

juustoraastetta (maun mukaan)

valkosipulia (maun mukaan)

Puhdista fileestä kalvot ja leikkaa liha neljäksi tasakokoiseksi palaksi. Paras annos tulee, jos liha on valmiiksi huoneenlämpöistä. Kuumenna paistinpannu erittäin kuumaksi ja ripottele pannulle ohuelti suolaa. Paahda fileitä noin minuutti per puoli ja pakkaa folioon tekeytymään. Huuhtaise pannu vedellä ja kaada huuhteluvesi liemen joukkoon.

Laita file sulamaan edellisenä päivänä jääkaappiin, jos ei ole tuoreena ja huoneen lämpöön 1h ennen valmistusta. Kuivaa file tarvittaessa talouspaperilla ja poista siitä kalvo. Paista fileen pinta kuumalla pannulla, jossa voita ja öljyä. Nosta file uunivuokaan, mausta pinta pippurilla ja suolalla. Valmista yrttikuorutus tehosekoittimessa. Levitä seos fileen päälle vuokaan ja uuniin 200 asteeseen n. 8-15 minuutiksi (halutun kypsyyssasteen mukaan). Kääri file folioon n. 5 min tekeytymään vielä ennen tarjoilua.

Nautitaan valkosipuliperunoiden ja hyvän salaatin (tässä tapauksessa mozzarellajuustoa, avokadoa, tomaattia, oliiveja, kurkkua ja salaatin lehtiä) tai kypsennettyjen juuresten kanssa

### Sashimitartar

100 g karitsan ulkofileetä

2 rlk soijakastiketta

1 rlk limen mehua

1 tl paahdettua sesamöljyä

1 valkosipulinkynsi

½ tuoretta chiliä

2 oksaa tuoretta korianteria

½ punasipulia

4 lastua sushi-inkivääriä

paahdettu vaalea leipä, viipaleina

Leikkaa kalvoton liha aivan pieneksi hakkeeksi. Mausta hake soijalla, limen mehulla ja sesamöljyllä. Anna maustua 10 minuuttia ja kaada ylimääräinen neste pois. Silppua valkosipuli, chili, korianteri ja punasipuli ja sekoita lihan joukkoon. Muotoile seoksesta annoksia ja aseta rapeaksi paahdetun leivän päälle. Koristele sushi-inkiväärillä ja korianterin lehdellä.

## Riimisuolattu paahtopaisti/ ulkofile

1 karitsan paahtopaisti (tai 200 g muuta paistinosaa)

suolaa

timjamia

mustapippuria

Puhdista paahtopaistista/ fileestä ylimääräiset kalvot ja rasvat mahdollisimman hyvin. Mausta lihan pinta hieromalla suolaa, timjamia ja mustapippuria lihan pintaan. Pakkaa tiiviisti kelmuun ja anna maustua pari tuntia jääkaapissa. Nosta liha pakastimeen ja, kun se on kohmeessa, leikkaa siitä ohuita viipaleita.

## Ylikypsä lampaan niska

400 g lampaan niskaa tai potkaa

1 tl suolaa

3 laakerinlehteä

100g selleriä

1 sipuli

4 valkosipulinkynttä

1 porkkana

1 rosmariinin oksa

Pilko niskapala parin tuuman kokoisiksi paloiksi. Kiehauta kattilassa vettä ja lisää liha, mausteet ja paloittelut juurekset kuumaan veteen. Keitä kannen alla hauduttaen ainakin kaksi tuntia, kunnes liha on aivan hajoavan pehmeää. Vettä tarvitaan sen verran, että kaikki ainekset peittyvät. Pidä huoli myös, ettei vesi haihdu kattilasta, vaan lisää siltä aika-ajoin. Siivilöi liemi lopuksi toiseen kattilaan ja käytä sitä myöhemmin. Nosta lihanpalat varovasti erilleen ja kuumenna ne myöhemmin annokseen paistamalla. Keitä liemi voimakkaaksi.

## Napue-ginkastike

½ litraa vahvaksi keitettyä lammaslientä

3 dl punaviiniä

2 rkl siirappia

1 rkl balsamiviinietikkaa

4 cl Napue-giniä (tai katajanmarjoja)

(maizena)

Keitä vahvaa lientä, viiniä, siirappia ja balsamicoa kunnes niitä on jäljellä noin 3 dl. Kaada gin kastikkeen mausteeksi ja keitä vielä sen verran, että alkoholi haihtuu. Suurusta halutessasi kevyesti maizenalla.

## Uuniribsit

Lampaan tai karitsan kylkiluupaloja eli ribsejä

### Marinadi:

soijakastiketta

sitruunamehua

(valkosipulia)

pippuria

ruokaöljyä

minttua, rosmariinia tai salviaa

(suolaa)

Valmista marinadi. Soijakastiketta saa olla vajaa puolet koko marinadin määrästä. Eri yrttejä käyttämällä saadaan hieman erimakuiset marinadit. Halutessa voi lisätä myös valkosipulia ja suolaa. Tarkista maku ja laita lihat marinoitumaan (älä poista luita). Parhaan maun saa, kun ribsit laittaa marinoitumaan jo edellisenä päivänä.

Laita marinoidut ribsit paistopussiin ja pussi uunivuokaan (voit kaataa pussiin mukaan myös marinadin). Leikkaa pussista yksi kulma auki ilma-aukoksi. Paista uunissa 200 asteessa noin puoli tuntia. Vähennä sitten lämpöä 150 asteeseen ja anna paistua vielä 1½ tuntia.

## Lampaanpotkaa portviinissä

- 4 lampaan- tai karitsanpotkaa
- suolaa ja pippuria
- 2 rkl oliiviöljyä
- 2 valkosipulinkynttä
- 1 sipuli
- 1 pienehkö selleri
- 1 porkkana
- 3 rkl vehnäjauhoja (gluteenittoman saat korvaamalla jauhot maissijauholla)
- 5 dl lihalientä (valmista kuutiosta etukäteen)
- 1 plo portviiniä (0,75 l)
- 4 dl punaviiniä
- 3 rkl tomaattipyrettä
- 2 tl kuivattua timjamia
- 3 laakerinlehteä
- ½ nippu tuoretta persiljaa (lopun nippusta voi käyttää koristeluun)

Mausta potkat suolalla ja pippurilla (itse käytin suolaa n. 0,5 tl/potka ja pippuria myllystä niin, että joka puolelle potkaa riittää). Kuumenna 1 rkl oliiviöljyä pannulla ja paista potkista pinnat kiinni, eli aika nopeasti niin, että pinta hivenen ruskistuu. Varsinainen kypsennys tapahtuu uunissa. Siirrä potkat syrjään odottamaan.

Pilko valkosipulinkyntset, sipuli, selleri ja porkkana pieniksi kuutioiksi. Lisää loppu oliiviöljy (1 rkl) ja lisää pilkotut juurekset ja sipulit. Paista keskilämmöllä, kunnes sipulit vähän pehmenevät (n. 5 min). Sekoita joukkoon jauhot. (Jos käytät maissijauhoa, ne lisätään vasta liemen redusoimisvaiheessa, eli älä laita tässä vaiheessa.) Lisää loput ainekset. Lisää potkat pataan. Niiden pitäisi lähes peittyä nesteeseen. Hauduta uunissa 170 asteessa 2 tuntia. Poista kansi ja hauduta vielä 30 minuuttia.

Ota potkat varovasti uunipadasta toiseen astiaan. Siivilöi padan liemi (painele lusikalla juureksia siivilässä, että kaikki maku saadaan liemeen) ja laita takaisin pataan. (Jos käytät maissijauhoa, lisää tässä vaiheessa.) Keitä lientä liedellä, kunnes se on redusoitunut noin puoleen. Lisää potkat takaisin liemeen. Potkien kanssa sopii perunamuusi. Laita lautaselle reilusti kastiketta ja koristele persiljalla.

## Paahdettu ylikypsä lampaan- tai karitsanlapa pita-leivässä

- 1 lampaan- tai karitsanlapa
- 2 sitruunaa
- 2 dl oliiviöljyä
- 2 tl dijon sinappia
- 2 tl kuivattua oreganoa
- 2 vartta tuoretta timjamia
- 2 vartta tuoretta rosmariinia
- 5 valkosipulinkynttä

Raasta sitruunoista kuori ja purista mehu kulhoon, lisää oliiviöljy, dijon sinappi, yrtit ja hienoksi pilkotut valkosipulinkyntset. Sekoita ja kuorruta lapa seoksella. Peitä kelvulla ja laita maustumaan jääkaappiin mielellään yön yli.

Kuumenna uuni 150 asteeseen. Öljyä uunivuoka ja laita lapa siihen. Kaada kaikki marinadi mukaan. Paista 4 tuntia. Valele n. 15 minuutin välein paistoliemellä. Lihaa ei peitetä paiston ajaksi. Kypsä liha irtoaa luusta todella helposti. Revi liha heti paiston jälkeen kahdella haarukalla nyhtölihaksi.

## Jugurttikastike

- 2 dl paksua kreikkalaista jugurttia
- 1 valkosipulin kynsi
- 1 nippu korianteria
- (jos et pidä korianterista, korvaa lehtipersiljalla)
- 1 tl valkoviinietikkaa
  
- 1 pkt pitaleipiä
- rucolaa
- punasipuli viipaleina

Kuori, murskaa ja pilko valkosipulin kynsi. Pilko korianteri. Sekoita kaikki aineet kulhossa ja laita jääkaappiin tarjoiluun asti.

Halkaise pitaleipä, että saat siitä taskun ja kuumenna se mikrossa. Laita tasainen kerros jugurttikastiketta, sen päälle kerros paahdettua lapa, rucolaa ja punasipuliviipaleita.

## Grillivartaat

Lampaan tai karitsan paistikiekoja (viulu eli takajalka)/ ulkofilettä

### Marinadi:

rypsiöljyä

soijaa

sitruunamehua

valkosipulia

pippuria

yrttejä

Valmiiksi viipaleiksi leikattu liha paloitellaan mahdollisimman tasakokoisiksi paloiksi ->tasainen kypsyminen. Laita lihakuutiot maustumaan pariiksi tunniksi tai jo edellisenä päivänä.

Laita lihat vartaaseen, huom! muista liottaa puiset vartaat ennen lihanlaittoa, etteivät pala grillatessa ja muista myös ottaa liha lämpenemään hyvissä ajoin ennen grillaamista. Grillaa vartaat mahdollisimman tasaisesti kunnan hiilloksella. Vartaita voi sivellä marinadilla vielä grillatessakin, niin pysyvät mehevimpinä. Kypsyyssaste oman mieltymyksen mukaan.

HUOM! viulussa on paljon eri lihaksia, joissa on isompia ja pienempiä kalvoja välissä. Leikatessa kannattaa mukailia lihaksia ja poistaa ainakin suurimmat kalvot, niin lopputulos on mureampi ja mukavampi syödä. Suolaa ja muitakin mausteita voi lisäillä vielä grillaamisen jälkeenkin tarvittaessa. Grillissä valmistuvat samalla kertaa muutkin lisukkeet esim. kasvisnyttit tai kasvisvartaat.

## Karitsanviulu kaalipedillä

1 karitsanviulu (tuore tai hitaasti sulatettu pakaste)

valkosipulin kynsiä

rypsi- tai rapsiöljyä

sitruunamehua

valkopippuria

suolaa

timjamia

persiljaa

kaalinlehtiä

Tee lihaan pieniä viiltoja ja laita niihin valkosipulin kynsiä. Sekoita öljy, sitruunamehu, suola ja pippuri sekä yrtit ja hiero lihan pintaan. Kääri viulu kauttaaltaan kaalinlehtiin ja sen jälkeen tiiviisti folioon.

Laita muhimaan miettoon lämpöön uuniin n. 100 asteeseen (max. 120 astetta), kunnes sisälämpö on 75 astetta (mittari paksuimpaan lihakseen, ei luuhun kiinni!). (Tämä voi viedä useita tunteja.) Yrttejä voi lisätä tai muuttaa oman maun mukaan.

## Marinoitu ja paistettu karitsankare

Karitsan- tai lampaankareta

### Marinadi:

rypsiöljyä

sitruunan mehua (myös punaviini tai balsamico käy)

valkosipulia

suolaa

pippuria

yrttejä (esim. rosmariini, timjami, persilja, basilika) oman maun mukaan (voi jättää myös pois)

Alkuvalmisteluna poista kareesta hivenen ylimääräistä rasvaa ja näkyviä kalvoja. Kaikkea rasvaa ei kannata missään nimessä poistaa, sillä se estää lihaa kuivumasta ja antaa sille makua ja mehevyyttä. Kylkiluita voi halutessaan myös puhdistaa.

Tee kareelle marinadi, jossa se saa maustua useita tunteja. Suola ja pippuri toimivat myös pelkiltään mausteena jo valmiiksi maukkaan lihan kanssa.

Paista huoneenlämpöiset kareet kuumalla paistinpannalla voi-öljyseoksessa. Pannulle voi myös laittaa vähän rosmariinia, timjamia sekä valkosipulia sekaan. Paista pinnat hyvin kiinni ja laita kareet sitten folioon ja uuniin 200 asteeseen n. 15 min. Uunit ovat hyvin erilaisia, joten tarkimman paistotuloksen saat laittamalla fileeseen paistomittarin ( huom. ei luuhun kiinni), jolloin mediumin lämpö on n. 57 astetta ja 62-asteinen filee on jo kypsä. Fileettä ei kannata kypsentää ihan kypsäksi vaan jättää roseeksi, sillä se kuivuu ja sitkistyy herkästi liian kypsänä. Uunin jälkeen jätä kare lepäämään vielä n. 10 min folioon ennen leikkaamista ja herkuttelua.

Lisukkeeksi sopivat esim. lohkoporonat sekä tuoresalaatti tai juurespaistos porkkanoista, lantuista, punajuurista ja sipulista yrteillä, suolalla, pippurilla ja fariinisokerilla maustaen.

## **Paahtopaisti**

Lampaan tai karitsan paisti takajalan (viulun) yläosasta

valkosipulia

yrttejä (esim. rosmariini, timjami)

suolaa ja pippuria

Ota paahtopaisti huoneen lämpöön jääkaapista n. tunti ennen valmistusta. Paista pinnat kiinni kuumalla paistinpannalla voi-öljyseoksessa murskattujen yrttien ja valkosipulin kera. Hiero pintaan suolaa ja pippuria, laita vuokaan 200-asteeseen uuniin paistoliemineen n. 10 minuutiksi. Kääri sitten alumiinifolioon ja anna vetäytyä n. 10 min. Lopputuloksena sisältä sopivan roseinen, mehevä ja tosi herkullinen paisti. Lisukkeena esim. uunijuureksia.

## **Marsalkka Mannerheimin Vorschmack**

1/2 kg lampaan jauhelihaa

1/2 kg naudan jauhelihaa

3 rkl voita

2 isoa sipulia hienonnettuna

8 valkosipulin kynttä hienonnettuna

80g sillifileetä ja/tai anjovista viipaleina

3 rkl tomaattipyreetä

suolaa (varovasti)

1-2 rkl vettä

Lisäkkeeksi esim. Punajuurikuutioita, suolakurkkua, smetanaa, kermaviiliä, perunamuusia, uuniperunoita, jne.

Sulata voi valurautapadassa tai laakeassa kattilassa. Lisää jauheliha ja ruskista kevyesti. Lisää sipulit, sillifileet ja tomaattipyree. Mausta suolalla (huom. sillien suola). Lisää vesi ja hauduta miedolla lämmöllä n. 30 min.

Hienonna sauvasekoittimella tasaiseksi, tarkista suola.

Hauduta Vorschmackia uunissa ilman kantta 160 asteessa n. 3 h välillä sekoittaen, kunnes se on kiinteää ja kauniin ruskeaa. Huom. ei saa olla kuivaa eikä liian vetistä!

Vorschmackin voi tehdä myös liedellä hauduttaen pienellä lämmöllä.

## **Karitsakäristys**

1 ulkopaisti (n. 400 g, mikä tahansa muukin paistinosa käy)

3 valkosipulinkynttä

1 tl suolaa

1 rkl sitruunamehua

2 tl kuivattua korianteria

pippuria myllystä

öljyä paistamiseen

Anna jäisen paistin sulaa n. 15 minuuttia. Vuole paistin kyljestä lastuja. Tämä vaatii hieman näppivoimaa, mutta on sen arvoista. Lastuista tulee ohuita. Mitä enemmän liha sulaa, sitä paksumpia lastuista tulee.

Kuumenna öljy paistinpannalla. Kuori, murskaa ja pilko valkosipulinkyntset. Kuullota, kunnes hieman pehmenyvät. Laita lihalastut pannulle. Pannu jäähtyy hetkeksi lihojen ollessa niin kylmiä. Paista lihoja, kunnes ne ovat kauniin ruskeita. Mausta suolalla, sitruunamehulla, pippurilla ja korianterilla.

persiljaa

### **Herkkukebakot**

1kg lammasjauhelihaa  
3-4 kananmunaa  
1 pkt pekonia tai savukylkeä n. 200-300g  
1 iso sipuli  
4-6 valkosipulin kynttä  
0, 5-1 dl juustoraastetta (parmesan, emmental, savujuusto tms.)  
reilusti tuoretta basilikaa (n. 1 pikkuruukku)  
tuoretta rosmariinia (vahvaa, käytä varoen, mutta riittävästi)  
2 rkl juustokuminaa (jauhe)  
suolaa  
mustapippuria  
vähän ketsuppia ja sinappia  
korppujauhoa tai soijarouhetta tarvittaessa

### **Lammaskebakot kreikkalaisittain**

500g lammasjauhelihaa  
100 g fetaa  
50g aurinkokuivattuja tomaatteja  
1 sipuli  
2 valkosipulin kynttä  
(1-2 punaista chiliä)  
1/2 tl savustettua paprikaa  
3/4 tl suolaa  
1/2 tl mustapippuria  
(sitruunan mehua)  
Yrttejä oman maun mukaan (timjamia, rosmariinia, basilikaa, oreganoa jne.)

### **Lampaanviulua perhosleikkeenä**

lampaanviulu  
suolaa  
pippuria  
valkosipulia

Hienonna kaikki ainekset ja sekoita. Maista raakana maut tai paista koekappaleet. Jos tulee liian kuivakkaa, lisää kananmunaa, ketsuppia, sinappia, loraus olutta tms.

Jos liian löysää, niin korppujauholla tai soijarouheella saa kiinni. Oman maun mukaan voi soveltaa ja säätää.

Parasta tulee kunnon hiilillä grillatessa, voi toki valmistaa pannulla tai uunissakin.

Kebakkojen teko: muotoile taikinasta öljytyin käsin paksun grillimakkaran kokoisia tankoja ja työnnä vedessä liotettu puinen varrastikku läpi. Kypsennys uunissa öljytyllä pellillä 225-asteisessa uunissa n. 15-20 min., kunnes liha on täysin kypsää.

Massasta voi tehdä myös lihapullia, pihvejä esim. hampurilaiseen yms.

### **Täydellistä makunautintoa voit vielä lisätä jogurttikastikkeella:**

2dl kreikkalaista jogurttia tai kermaviiliä

n. 1dl hienonnettua etikkakurkkua

n. 1 dl tuoretta minttua/ruohosipulia hienonnettuna

riipaus suolaa

riipaus mustapippuria

riipaus savustettua paprikaa

Hienonna ainekset ja sekoita keskenään. Massa soveltuu parhaiten uunissa paistettaviksi kebakoiksi. Grillissä valmistaessa, jos ei pysy koossa sovelta ed. Ohje.



Grillaa liha molemmilta puolilta ja tarkista väliillä kypsyy, valele lihaa tarvittaessa öljyllä, jos alkaa kuivumaan pinnasta liikaa. Kääri liha folioon vielä tekeytymään joksikin aikaa ennen tarjoilua. (Vinkkinä: nosta liha lämpenemään hyvissä ajoin ennen grillausta ja grillaa riittävän kuumalla, ettei lihasnesteet valu pois, älä kuitenkaan polta!)

### Palapaisti

600-800 g karitsanpaistia

3 sipulia

pala selleriä

1-2 porkkanaa

2 rkl rasvaa

4 dl vettä

1 tl suolaa

¼ tl valko- tai mustapippuria

2 laakerinlehteä

(2 valkosipulinkynttä)

(1-2 rkl tomaattisosetta)

noin 100 g herkkusieniä (tai esim. kelta- tai suppilovahveroita)

(½ -1 tl basilikaa)

#### Suuruste:

1 dl vettä tai kermaa

3 rkl vehnä jauhoja

### Karitsanviulu öljymarinadissa

n. 2,5 kg putkiluullista karitsanpaistia

1 rkl suolaa

2-5 valkosipulinkynttä

2 paistopussia

#### Öljymarinadi:

öljyä

2 rkl sitruunamehua

tuoreita yrttejä (persilja, rosmariini, timjami)

rouhittua mustapippuria

### Karitsainen lihakeitto

400 g karitsanpaistia tai palalihaa

200 g kaalia suikaleina

400 g lohkottua perunaa

400 g porkkanaa, palsternakkaa ja purjoo

suolaa, lammaslialientä ja yrttimausteita maun mukaan

Leikkaa paisti kuutioiksi. Kuutioi selleri ja porkkana sekä hienonna sipuli. Ruskista lihakuutiot rasvassa pienissä erissä. Ruskista lopuksi kevyesti myös paloiteltuja kasviksia. Pane lihat ja kasvikset pataan. Kiehauta vesi paistinpannulla ja lisää pataan. Mausta. Anna palapaistin kypsyä hiljalleen noin tunnin ajan, kunnes liha on kypsää. Suurusta kastike veteen tai kermaan sekoitetuilla vehnä jauhoilla ja hauduta vielä noin 5 minuuttia. Tarjoa perunoiden tai riisin kera.

Voit lisätä haudutusvaiheessa mausteeksi tomaattisosetta ja hienonnettua valkosipulia sekä lopuksi herkkusieniä ja basilikaa.

Kuori ja viipalo valkosipulinkyntset. Tee paistiin viiltoja ja työnnä valkosipuliviipaleet lihan sisään. Sekoita marinadin aineet (tehosekoittimella) ja lisää öljy viimeiseksi. Marinadi saa jäädä tahnamaiseksi eli yrttejä saa olla runsaasti. Levitä marinadi tasaisesti paistin pintaan ja nosta paisti paistopussiin. Anna marinoitua 1-2 vrk jääkaapissa.

Ota paisti huoneenlämpöön ennen paistamista ja avaa marinointipussi. Aseta paistomittari paistin paksuimpaan kohtaan ja nosta paisti paistopussiin. Sulje pussi ja leikkaa yhteen kulmaan pieni ilma-aukko. Paista uunissa ensin 200 asteessa 15-20 minuuttia. Laske lämpö 120 asteeseen ja anna paistua noin 2,5 tuntia. Kun paistomittari näyttää 65 astetta, paisti on punertava ja mehukas, 70-75 astetta, paisti on kypsä.

Ota paisti uunista ja paistoliemi talteen, jos haluat valmistaa siitä kastikkeen. Peitä paisti folioon ja anna sen vetäytyä puoli tuntia ennen tarjoilua. Valmista kastike paistoliemestä ja kermasta ja suurusta vehnä jauhoilla tai suurusteella.

Paloittele paisti pieniksi kuutioiksi ja pane uunivuokaan. Lisää vuokaan vettä sen verran ettei liha pala kiinni ja mausta suolalla.

Paista aluksi 200 asteessa ja kääntelee lihakuutioita ruskistuksen aikana. Pienennä lämpötilaa ja kypsennä 1-2 tuntia uunin lämmöstä, veden määrästä ja kuutioiden koosta riippuen.

Siivilöi kypsistä kuutioista liemi ja ota se talteen keitinlientä varten. Kiehauta kaali ja lisää peruna- ja porkkanalohkot. Lisää lihakuutiot ja keitä keitto valmiiksi. Mausta suolalla sekä yrteillä (esim. rakuuna sopii mainiosti keittoon). Voit halutessasi käyttää liemessä myös lihan lientä.

### **Karitsan pata**

n. 1 kg karitsan palalihaa

3 sipulia lohkoina

3 porkkanaa

1 palsternakka

pala selleriä

3-4 valkosipulinkynttä

2 timjaminoksaa

murskattua mustapippuria

1 laakerinlehti

suolaa

vettä tai valkoviiniä

(perunoita)

### **Karitsan kyljykset**

2-3 kyljystä/ruokailija

suolaa

pippuria

#### **Öljymarinadi:**

½ dl öljyä

½ sitruunan mehu

2-3 valkosipulinkynttä murskattuna

silputtuja yrtejä (esim. persilja, timjami, rosmariini)

### **Persikkaiset kyljykset**

8-10 kyljystä

1 tlk säilöttyjä persikoita (tai päärynöitä) omassa liemessä

1 pussi (150 g) aurajuustoa

timjamia

valkosipulia

mustapippuria

### **Maustevoi**

125 g voita

2 valkosipulinkynttä

1 rkl sitruunamehua

silputtua persiljaa

suolaa

mustapippuria

Lado kaikki ainekset uunivuokaan ja paista 175 asteessa 20-30 minuuttia ajoittain käänellen. Alenna lämpö 150 asteeseen, peitä uunivuoka kannella tai foliolla ja anna hautua 1,5-2 tuntia. sammuta uuni ja anna padan muhia uunissa vielä noin puoli tuntia.

Lado kyljykset vuokaan. Sekoita marinadi ja kaada se kyljysten päälle. Kääntelee, jotta marinadi peittää kaikki kyljykset. Anna maustua pari tuntia tai vaikka seuraavaan päivään. Kääntelee kyljyksiä, jotta ne marinoituvat tasaisesti.

Paista huoneenlämpöisiä kyljyksiä pannulla tai grillissä 2-3 minuuttia molemmin puolin, mikäli haluat punertavia kyljyksiä. Täysin kypsiä kyljyksiä saat, kun paistat niitä molemmin puolin 5 minuuttia.

Suolaa kyljykset ja rouhi mustapippuria myllystä. Anna kyljysten levähtää paistamisen jälkeen muutama minuutti ennen tarjoilua esim. foliolla tai kannella peitettynä.

Lado puhdistetut kyljykset uunivuokaan ja mausta. Ripottele kuutioitu persikka sekä auramurut kyljysten pintaan ja kaada persikan liemi kyljyksille. (Voit käyttää liemen asemasta myös kermaa.) Paista 200 asteessa noin tunnin ajan tai hauduta 2-3 tuntia miedossa lämmössä.

Vaahdota pehmeä voi kulhossa. Lisää mausteet, sekoita huolellisesti ja kääri kelmuun. Pakasta tai laita jääkaappiin ja viipaloi maustevoitangosta tarpeen mukaan.

### Murekemassa karitsan jauhelihasta

500 g karitsan jauhelihaa

1 dl korppujauhoja (tai tehosekoittimella hienonnettua ruisleipää)

n. 3 dl kuohukermaa

suolaa

mustapippuria myllystä

1 muna

1 rkl hienoksi hakattua sipulia

riipaus rouhittua mustapippuria

3 valkosipulinkynttä

5 dl lihalientä

1 prk smetanaa

½ dl sinihomejuustomuruja

1 tl paprikajauhetta

Turvota ensin korppujauhot tai leipä ja neste kulhossa. Kuullota sipulisilppu voin kera pannulla. Yhdistä kaikki ainekset ja vaivaa notkeaksi.

Massasta voi pyöritellä uunipellille lihapullia, muotoilla pihvejä tai levittää uunivuokaan murekkeen. Paista uunissa 175 asteessa.

Murekkeen voi myös täyttää esim. feta- tai aurajuustolla tai kuivatuilla luumuilla.

### Karitsainen juustopiiras

#### Pohja:

100 g rasvaa

2 dl vehnä jauhoja

(¼ tl suolaa)

3 rkl vettä

(½ dl juustoraastetta)

#### Täyte:

150 g karitsan jauhelihaa tai lammassäilykettä

(paprikaa)

3 muna

2 dl kermamaitoa

(n. 150 g (1 ½-3 dl) juustoraastetta)

valkopippuria

(rosmariinia, valkosipulinkynttä tai tuoreita yrttejä)

Sekoita rasva ja jauhot murumaiseksi seokseksi. Lisää vesi ja juustoraaste. Sekoita taikina nopeasti tasaiseksi, älä vaivaa. Painele taikina matalan uunivuolan pohjalle tai pieniin annosvuokiin. Paista pohjaa 225 asteen lämmössä noin 10 minuuttia.

Ruskista jauheliha kevyesti pannulla. (Kuutioi paprika.) Riko munien rakenne ja sekoita täytteen aineet keskenään. Kaada täyte puolikypsän pohjan päälle. Paista 200 asteessa vielä noin 15 minuuttia, kunnes täyte on saanut kauniin värin.

### Lammaspata slaavilaisittain

500 g karitsaa kuutioina

2 sipulia

4 rkl öljyä

1 paprika

riipaus suolaa

Kuutioi paprika ja sipuli. Ruskista ne kevyesti padassa lihan kanssa. Lisää mausteet ja lihaliemi. Hauduta miedolla lämmöllä 40 minuuttia. Sekoita keskenään sinihomejuusto, smetana ja paprikajauhe. Lisää seos pataan ja hauduta vielä 5 minuuttia. Tarkista maku ja tarjoa esim. perunoiden tai riisin kera.

250 g voita  
valkopippuria  
suolaa  
nippu ruohosipulia  
nippu kirveliä

### **Herkuttelijan karitsanmaksaa (annos neljälle)**

600 g karitsanmaksaa  
1 sipuli  
120 g herkkusieniä  
4 valkosipulinkynttä  
1 tl basilikaa  
1 tl suolaa  
pippuria  
12 cl valkoviiniä  
80 g voita

Paista ensin sipuli. Jätä kypsä sipulisilppu odottamaan. Sulata voita pannulle ja paista maksakuutiot ja herkkusienet. Lisää mausteet, sipuli ja viini, kiehauta ja sekoita. Kaada seos lämmitetyille tarjoiluvadille.

### **Karitsamurekkeella täytetyt kesäkurpitsat (annos neljälle)**

2 kesäkurpitsaa

#### **Täyte:**

500 g karitsanjauhelihaa (tai 300 g karitsan- ja 200 g porsaanjauhelihaa)  
1-2 rkl ruokaöljyä  
1 sipuli  
3-5 valkosipulinkynttä  
2-3 dl esikäsiteltyjä sieniä (esim tatteja)  
kesäkurpitsan sisusta  
1½ tl suolaa  
½ tl valkopippuria  
1-2 tl basilikaa tai kirveliä

Halkaise kesäkurpitsat pituussuunnassa kahtia. Koverra sisusta. Jätä noin ½ sentin seinät.

Hienonna sipuli, valkosipulinkyntset, sienet ja kesäkurpitsan sisus. Paista seos pannulla ruskistamatta 3-4 minuuttia väliillä sekoittaen.

Mausta seos ja yhdistä jauhelihan kanssa massaksi. Painele murekemassa kesäkurpitsoihin. Paista uunissa 175 asteessa noin 45 minuuttia. Kypsymisen loppuvaiheessa voi pinnalle lisätä juustoraastetta.

### **Yrttikastike karitsanlihalle**

2 salottisipulia  
2 dl valkoviiniä  
1 dl ranskankermaa

Keitä silputtua salottisipulia valkoviinissä, kunnes viini on haihtunut tilkaksi. Lisää ranskankerma ja kuumenna kiehumispisteeseen. Lisää vähitellen kuutioitu voi kastikkeeseen. Kiehauta ja mausta pippurilla ja suolalla. Siivilöi kastike ja säilytä vesihauteessa. Lisää ennen tarjoilua hienoksi silputut ruohosipuli ja kirveli kastikkeeseen.

½ l lihaliemiä

3 rkl tomaattisosetta

3 valkosipulinkynttä

½ tl rosmariinia

1 laakerinlehti

5 pientä porkkanaa

1 pieni lanttu

10 pikkusipulia

2 dl pakasteherneitä (tai pieni pakastepussillinen)

suolaa, pippuria

### **Bulgarialainen karitsanlihakeitto (annos noin kuudelle)**

300 g linssipapuja

800 g luutonta karitsanlapaa

200 g sipulia

valkosipulinkyntsi

40 g voita

(paprikajauhetta)

820 g säilöttyjä kuoretomia tomaatteja

50 g tomaattipyrettä

1,5 l valmistettua lihaliemiä

laakerinlehti, meiramia

200 g tuoretta paprikaa

suolaa, valkopippuria

50 g persiljasilppua (keiton päälle tai eri astiaan)

Erota liha luista ja leikkaa pieniksi paloiksi. Keitä lihaliemi luista. Freesaa silputtu sipuli ja valkosipuli rasvassa. (Ei ruskisteta). Ota sipulit pois rasvasta. Ruskista liha, (sirottele päälle paprikajauhe) ja lisää sipulit, tomaattipyree ja paloiksi leikatut tomaatit. Lisää lihaliemi, laakerinlehti ja meirami.

Anna keiton hautua kannen alla noin 30 minuuttia. Huuhtelee linssit kylmällä vedellä ja lisää keittoon. Anna kiehua noin 20 minuuttia. Lisää viipaloitu paprika ja anna hautua vielä noin 5 minuuttia. Tarkista maku.

### **Karitsa-Ossobucco (annos kolmelle)**

1 kg karitsan potkia

suolaa, valkopippuria

1 dl ruisjauhoja

100 g voita tai

1 dl ruokaöljyä

vettä

kermaa

Mausta potkat suolalla ja valkopippurilla. Ruisjauhota ja ruskista potkat pannulla. Pane potkat hautumaan pataan. Lisää vettä sen verran, että potkat peittyvät. Hauduta noin 1½ tuntia. Nosta potkat pois ja saosta kastike kermalla (ja tarvittaessa vielä ruisjauholla), tarkista maku.

### **Karitsanavarin (annos kuudelle)**

1 kg karitsanrintaa (luutonta)

3 rkl öljyä

1 rkl vehnäjäuhoja

Luista voi keittää lihaliemen. Luut voi ruskistaa uunissa sipulin ja juuresten kanssa.

Leikkaa liha noin 2 cm kokoisiksi paloiksi. Ruskista lihapalat öljyssä kahdessa erässä, että kaikki lihapalat ruskistuvat. Laita lihapalat paksupohjaiseen pannuun ja sirottele 1 tl suolaa, pippuria myllystä ja vehnä jauhot. Sekoita. Laita lihojen joukkoon valkosipulinkynnet, laakerinlehti ja lihalientä juuri sen verran, että lihat peittyvät. Hauduta kannen alla miedolla lämmöllä hellalla tai uunissa noin 40 minuuttia.

Leikkaa kuoritut porkkanat ohuiksi viipaleiksi. Kuori ja kuutioi lanttu. Sipulit kuoritaan ja ruskistetaan voissa tai öljyssä. Jos haudutuksen aikana on pinnalle kerääntynyt rasvaa, kuori siitä suurin osa pois. Lisää kasvikset ja hauduta vielä noin 50 minuuttia. Lisää pakasteherneet ja jatka hauduttamista vielä noin 10 minuuttia. Tarkista maku.

### Lammas-Saslikit

600 g lampaan paistia  
3 dl puolikuivaa valkoviiniä  
1 dl vettä  
8 valkosipulinkynttä  
2 keskikokoista sipulia  
15 mustapippuria  
2 tl merisuolaa  
3 sitruunaa  
7 laakerinlehteä

### Karitsanmaksapatee

1 lampaan- tai karitsanmaksaa (n. 500 – 600 g)  
2 pkt pekonia  
3 dl kuohukermaa  
3 munaa  
1 prk kapriksia  
1 tl kuivattua rosmariinia  
1 tl mustapippuria  
4 rkl makeaa chilikastiketta  
3 valkosipulinkynttä  
1/2 dl konjakkia  
vettä

Paloittele lampaanpaisti 3x4 cm paloiksi. Pese sitruunat ja paloittele kulhoon. Kuori sipulit ja valkosipulit sekä paloittele sekaan. Lisää mausteet ja nesteet.

Hiero ja puristele lihoja liemessä maustumisen nopeuttamiseksi. Anna levätä noin 3 tuntia. Pujottele tikkuihin ja paista hiilillä tai vastuksien kanssa.

Tarjoile vahvan tomaattikastikkeen ja ruisleivän kera.

Paloittele maksa pienemmäksi, että se mahtuu tehosekoittimeen. Kuori valkosipulinkynnet. Laita kaikki ainekset tehosekoittimeen ja sekoita tasaiseksi.

Kaada seos pitkulaiseen vuokaan siten, että vuoka täyttyy noin puoleen väliin asti. Tästä riittää kahteen 1 l vetoiseen vuokaan. Laita vuokat syvälle uuninpellille ja kun pellit ovat uunissa, kaada pellille vettä lähes reunoja myöten.

Paista 175 asteessa 50 minuuttia.