

# SARA PARIKKA

*Mutkatonta  maukasta*



# SARA PARIKKA

*Mutkatonta maukasta*

# Sisällys

Esipuhe **7**

## Pannulla **9**

Täytetyt pitaleivät & tsatsiki **10** Intialainen juustokastike **14** Quesadillat **17**  
Sinihomejuusto-kanakastike **18** Katkarapupasta **21** Halloumi-ruishampparit **22**  
Lohilastut & The kermaviilikastike **25** Nakkikastike **27**  
Scampipasta aikuiseseen makuun **28** Kylmäsavulohispagetti **30**

## Sopat & salaattit **33**

Linssikeitto ja ruistikut **35** Kesäkurpitsa-aurajuustokeitto **38**  
Couscoussalaatti **41** Puolen tunnin lohikeitto **42** Nachosalaatti **45**  
Kasvissosekeitto **46** Feta-pastasalaatti **48** Tonnikalasalaatti & kermaviilikastike **51**  
Sunnuntain stroganoff **52**

## Uunissa **55**

Parmesan-perunapelti & tonnikalatahna **56** Uunikana **58** Kaalilaatikko **61**  
Tortillalasangne **62** Valkoinen grillipizza **64** Lohilaatikko **67** Äidin pizza **68**  
Makaronilaatikko **71** Suolaiset muffinit **72** Tonnikala-fetapiirakka **75**  
Focaccia **76** Granola **79**

## *Herkut 81*

Mehevä omenapiirakka **83** Banaanileipä **84** Mutakakku **86**  
 Ranskalainen pannari **89** Tuulihatut **90** Puolukkainen rahkapiirakka **93**  
 Paistettu juustokakku **94** Maailman paras mustikkapiirakka **97**  
 Unelmien britakakku **98** Porkkanakakku **100** Vadelma-suklaapallot **103**  
 Puolukkasemifreddo **105** Toscapiiirakka **106** Kuivakakku **109**  
 Suklaamousse **110** Rpeat vohvelit **112**  
 Saran juustokakku **114**

## *Nopeat 117*

Täytetyt croissantit **118** Helpot crêpet **121**  
 Viiden minuutin mansikkakakku **122**  
 Nektariini-banaanijäde **125**  
 Vadelmarahka **126** Herkkuvartaat **129**  
 Pullavati **130** Pororullat **133**  
 Hedelmäsalaatti **134**







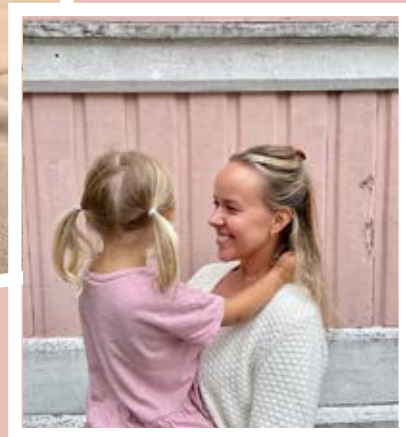
## Esipuhe

Kasvoin isossa perheessä kolmen sisaruksen kanssa, ja olen pienestä pitäen ollut äitini mukana keittiössä. Sain vastuuta sekä pääsin kokeilemaan ja tekemään paljon itse. Koulun jälkeen oli hauskaa tehdä välipalaa ja leikkiä samalla, että valmistin syötävää myös muille. Muistan vieläkin kuinka onnellinen olin, kun opin käyttämään uunია! Saatoin päivittäin tehdä teeleipiä, mokkapaloja tai sämpylöitä.

Ruoka ei ole koskaan ollut minulle pelkästään polttoainetta, vaan yksi elämän suurimmista nautinnoista. Silti en ole koskaan vaatinut itseltäni liikaa, mitä ruuanlaittoon tulee. Koen, että kaikki itse tehty on plussaa ja välillä on myös erittäin jees mennä sieltä, mistä aita on matalin.

Ruokapöytäamme ääreen kokoontuu perheen lisäksi usein läheisiä ja ystäviä. Tähän kirjaan on koottu niin oman perheemme arjen vakkarireseptit ja juhlapäivien suosikit kuin lukuisilta rakkailta ihmisiltä vuosikymmenten aikana saadut hyväksi havaitut ja lapsiperheen stressitestin läpäisseet ohjeet.

Kiitos äiti, anoppi, Mikko & lapset, Saana, Susa, Aku, Juho, Aino ja kaikki te läheiset, jotka olette jakaneet kanssani rakkauden ruokaan.



*Pannulla*



# TÄYTETYT PITALEIVÄT & TSATSIKI

Kreikkalaiset pitaleivät täytetään paistetulla fetalla, tsatsikilla ja kasviksilla. Tsatsiki sopii loistavasti myös dipiksi.

4 ANNOSTA

## TSATSIKI

1 kurkku  
1 sitruunan kuori  
2 valkosipulinkynttä  
500 g turkkilaista jogurttia  
suolaa  
mustapippuria  
loraus oliiviöljyä

## KREIKKALAINEN SALAATTI

½ kurkku  
2 tomaattia  
1 pieni sipuli  
1 punainen paprika  
15–20 kalamata-oliivia  
loraus oliiviöljyä  
2 tl yrttisekoitusta  
ripaus suolaa

## PAISTETTU FETA

400 g fetajuustoa  
2 rkl vehnä jauhoja  
1 kananmuna  
2–3 rkl korppujauhoja  
2–3 rkl oliiviöljyä  
4 valmista pitaleipää

Valmista tsatsiki. Raasta kurkku raastimen isolla terällä ja painele liika neste pois lävikön tai harson avulla. Raasta sitruunan kuori hienolla terällä ja kuori ja murskaa valkosipuli. Sekoita kaikki ainekset keskenään ja nosta tsatsiki hetkeksi jääkaappiin maustumaan.

Valmista salaatti. Pese kasvikset ja pilko ne isohkoiksi paloiksi. Lisää joukkoon öljy ja mausteet ja sekoita.

Leikkaa feta isoiksi paloiksi. Riko kananmuna lautaselle ja sekoita tasaiseksi. Leivitä fetapalat ensin vehnä jauhossa, kasta ne sitten kananmunaan ja pyörittele palat vielä korppujauhoissa. Kuumenna oliiviöljy pannulla ja paista juustopalat rapeiksi.

Leikkaa pitaleipiin taskut ja lämmitä leivät leivänpaahtimessa tai uunissa 200 asteessa noin 3–5 minuuttia. Täytä leivät kreikkalaisella salaatilla ja paistetulla fetalla ja lusikoi päälle tsatsikikastiketta fiiliksen mukaan.











# SUKLAAMOUSSE

Tarjoan suklaamoussea usein vieraille, koska annokset on helppo tehdä etukäteen valmiiksi. Varaudu rakastumaan!

6 ANNOSTA

**200 g taloussuklaata**

**3 kananmunaa**

**3 dl kuohukermaa**

**1 tl vaniljasokeria**

TARJOILUUN

**keksimuruja**

**mansikoita**

Paloittele suklaa ja sulata se kulhossa vesihauteessa tai mikrossa. Anna jäähtyä.

Erottele kahden kananmunan keltuaiset ja valkuaiset toisistaan.

Sekoita sähkövatkaimella suklaan joukkoon ensin yksi kokonainen kananmuna ja sitten erotellut keltuaiset yksitellen.

Vaahdota kuohukerma ja makeuta vaniljasokerilla. Pese ja kuivaa vatkaimet ja vaahdota munanvalkuaiset vielä erikseen puhtaassa kulhossa.

Kääntelevat kermavaahto varovaisesti suklaa-munaseokseen. Lisää valkuaisvaahto seokseen varovaisesti nostellen.

Lusikoi mousse jälkiruokakuppeihin tai pieniin juomalaseihin ja nosta ne jääkaappiin viilenemään vähintään tunniksi ennen tarjoilua.





# Arjen pelastava keittokirja, jonka reseptit ovat läpäisseet lapsiperheen stressitestin.

**S**ara Parikka on ollut innokas kotikokki lapsesta alkaen. Hänestä ruoan täytyy olla maistuvaa, mutta sen pitää myös valmistua sukkelaasti. Saran ruokaohjeet sopivatkin niihin hetkiin, kun oma mielikuvitus ei säkenöi, kun haluaa syödä hyvin mutta oikoa mutkia tai kun vieraille pitää keksiä jotain tarjottavaa ilman hermoromahdusta. Saran reseptit pitävät niin aikuiset kuin lapsetkin tyytyväisinä, oli sitten kyse kiireiseen, hyvään arkeen sopivista ruuista tai vaivattomasta viikonloppuherkuttelusta.

**SARA PARIKKA** on vaikuttaja, yrittäjä ja juontaja, joka siirtyi pitkän näyttelijäuran jälkeen median moniosajaksi. Saran somekanavia seuraavat nykyään jo sadat tuhannet suomalaiset. Kolmen lapsen äitinä Saralla on vankka kokemus perheen ja uran tasapainottamisesta ja arjen sujuvoittamisesta.



[www.wsoy.fi](http://www.wsoy.fi)



9 789510 496886

68.2

ISBN 978-951-0-49688-6