



VEGAANIN

ELINA INNANEN

JOULUKIRJA



VEGAANIN

ELINA INNANEN

JOULUKIRJA

*KOSMOS



© Elina Innanen ja Kosmos 2025

Graafinen suunnittelu: Satu Kontinen

ISBN 978-952-352-363-0

Kosmos on osa Werner Söderström Osakeyhtiötä

Lönnrotinkatu 18 A, 00120 Helsinki

Tuoteturvallisuuteen liittyvät tiedustelut: tuotevastuu@kosmoskirjat.fi

Uudistetun laitoksen 1. painos

Teos ilmestyi ensimmäisen kerran vuonna 2018 Readme.fin julkaisemana.

Painettu EU:ssa



Sisällys

Lukijalle 9 | Joulun muistilista 13 | Tietoa raaka-aineista 14

Kylmät alkupalat

Viikunasuupalat 21 | Marinoidut jättipavut 22 | Jouluhummus 25 | Sinappinen munakoisosilli 27 | Lasimestarin sienet 28 | Porkkala eli porkkanalohi 31 | Porkkalaleivät 32 | Balsamicoherkkusienet 35 | Sienisalaatti 36 | Tofuskagenjoulutortut 38 | Appelsiini-punasikurisalaatti sinappivinegretilä 41

Puurot ja suolaiset leivonnaiset

Riisipuuro 47 | Hasselpähkinäinen uuniohrapuuro 48 | Saaristolaisleipä 51 | Sipuligalette 53 | Pestojouluksi 54

Pääruoat

Seitankinkku 61 | Punaviinikastike seitankinkulle 62 | Sinappiglaseerattu tofu 65 | Nyhtökaura-sieniwellington 67 | Tofukinkku 71 | Karjaton paisti 72 | Punajuuri-mustapapupyörykät 75 | Linsseillä täytetyt munakoisot 77

Laatikat

Perinteinen porkkanalaatikko 83 | Imelletty perunalaatikko 85 | Maa-artistokkalaatikko 86 | Punajuurilaatikko 89 | Bataattilaatikko 90 | Lanttulaatikko karamellisoiduilla pekaanipähkinöillä 93 | Paahdettu palsternakkalaatikko 95

Lisukkeet

Linssejä & granaattiomenaa 101 | Paahdetut porkkanat tahinilla ja pähkinägremolatalla 103 | Paahdettua kukkakaalia ja papuja 104 | Miso-sinappiruusukaalit 106 | Kokonaisena paahdettu kukkakaali 109 | Rakuunaporkkanat ja manteliricotta 110 | Uuniviikunat 112 | Paahdettu rosollikranssi 115 | Lämmin punajuuri-savutofusalaatti 116 | Marinoitu punakaali 118 | Vegaaninen joulusinappi 120

Vegaaniset juustot

Näin kokoat vegaanisen juustolautasen 127 | Manteliricotta 129 | Paistettu ruohosipulijuusto 131 | Juustokäpy 133 | Pippurijuusto 134

Makeiset ja muut herkut

Karkkitarjotin 138 | Kookostryffelit 141 | Taatelitryffelit 142 | Glögimarmeladit 144 | Hasselpähkinäfudge 147 | Minttusuklaafudge 148 | Joulusuklaa 151 | Suklaan temperointi 152 | Lakritsi-suklaataatelit 155 | Biscoff-toffee 156 | Täytetyt piparkakut 158 | Pretzel-namut 161 | Inkivääri-rosmariinipähkinät 163 | Snickers-taatelit 164

Makeat leivonnaiset ja jälkiruoat

Piparkakut 171 | Jouluihin juustokakku 172 | Joulupavlova 175 | Viski-taatelikakku 177 | Vegaaninen hasselpähkinä-bostonkakku 178 | Joulupullat 181 | Biscoff-taatelikakku 183 | Karpalokakku 184 | Aprikoosimantelitortut 187 | Luumu-rahkatortut 188 | Luumukierteet 190 | Piparkakkubrowniet 193 | Piparkakkujäätelö 194 | Puolukkamousse Biscoff-kastikkeella 197 | Jääkarpalot ja kinuskikastike 199

Juomat

Glögikuuhuva 205 | Siideriglögi 207 | Punaviiniglögi 208 | Inkivääritoti 211 | Vaahtokarkkikaakao 212 | Kookoskermalikööri 214

Hillot ja makeat tahnat

Aprikoosimarmeladi 219 | Luumuhillo 220 | Glögillä maustettu taatelihillo 223 | Piparkakkubiscoff 225

Välipäivien ja uuden vuoden herkut

Porkkanalaatikkipihvit 231 | Bataattirieskat 233 | Seitanpitaleivät 234 | Vietnamilaiset patongit 236 | Uuden vuoden paras perunasalaatti 239 | Blinit 241 | Vegaaniset mätisipsit 242



Lukijalle

Vegaanin joulukirjan ensimmäinen painos ilmestyi vuonna 2018. Olin tuolloin haaveillut vegaanisen jouluruokakirjan kirjoittamisesta jo monta vuotta. Chocochili-ruokablogini kävijämäärien perusteella lukijoita näyttää kiinnostavan joka vuosi entistä enemmän, kuinka valmistaa perinteiset jouluherkut vegaanisina versioina. Onkin ollut ihanaa huomata, miten yhä useammissa perheissä perinteiset jouluruoat vaihtuvat kasvisversioihin!

Käsissäsi on nyt uudistettu laitos *Vegaanin joulukirjasta*. Joulukuukauden tärkein ruokajuhla, ja olenkin koonnut tämän kirjan sivuille monipuolisen kattauksen juhla-kauden parhaita reseptejä. Löydät *Vegaanin joulukirjasta* perinteisiä suomalaisia jouluruokia vegaaniversioina sekä liudan uusia ideoita joulupöytäsi. Kirjan loppupuolelle olen koonnut lisäksi vinkkejä joulusta yli jääneiden ruokien hyödyntämiseen.

Toivottavasti tämä kirja auttaa sinua kokoamaan herkullisen ja eläinystävällisen joulupöydän.

Elina Innanen

Helsingissä syyskuussa 2025

Lisää reseptejäni löydät osoitteesta chocochili.net.







Joulun muistilista

1. ÄLÄ STRESSAA

Joulu tulee, vaikka et siivoa komeroita, valmista kaikkea alusta asti itse ja osta lahjoja koko suvulle. Paras joulufiilis syntyy, kun syö hyvää ruokaa ja tekee juuri niitä asioita, joista nauttii.

2. MONET JOULUKLASSIKOT OVAT JO VALMIIKSI VEGAANISIA

Tiesitkö, että monet joulun klassikkonamut, kuten Wiener Nougat, Vihreät kuulat, Tonttu-marmeladit ja lähes kaikki torttutaikinat ovat vegaanisia? Kaupoista löytyy valmiina myös vegaanista piparkakkutaikinaa, seitankinkkua, vegaanisia laatikoita ja monia muita jouluruokia, jos haluaa hieman oikaista. Vegaanituotteet.net-sivustolle on listattu tavallisissa ruokakaupoissa myytävät vegaaniset valmistuotteet. Kannattaa ottaa se avuksi jouluruokaostoksille!

3. TEE RUOKIA ETUKÄTEEN

Joululaatikat ja monet leivonnaiset voi valmistaa pakastimeen jo hyvissä ajoin ennen joulua. Kaikkea ei kannata tehdä vasta jouluviikolla!

4. ÄLÄ HANKI KRÄÄSÄÄ

Ruokalahjat ovat lahjoista parhaita, sillä ne tulevat aina hyötykäyttöön, eikä niistä synny turhaa jätettä. Itse tehdyt tryffelit, kakut ja marmeladit tai kauniiseen purkkiin pakattu joulusinappi ovat aina hyviä lahjaideoita. Lahjojen tekemisen ja ostamisen sijaan hyvä idea on myös lahjoittaa joululahjarahat hyväntekeväisyyteen.

5. LOIHDI YLI JÄÄNEET JOULURUOAT UUSIKSI RUOKALAJEIKSI

Jos joulusta jäi ruokia yli, voit hyödyntää ne välipäivinä uusien ruokalajien valmistamiseen. Kurkkaa Välipäivien herkut -osiosta (s. 229) muutamia esimerkkejä, kuinka ylijääneistä jouluruoista voi loihdita uusia ruokalajeja.

Tietoa raaka-aineista

AGAR AGAR

Merilevästä valmistettua agar agaria voi käyttää liivattteen tapaan hyhydykeaineena. Agar agaria löytyy sekä jauheena että hiutaleina, mutta jauhe on nopeampi ja helpompi käyttää, sillä se ei vaadi pitkää keittoaikaa. Huomaathan, että jauheen ja hiutaleiden annostelu on erilainen – hiutaleita annostellaan resepteihin noin tuplasti jauheeseen verrattuna.

AGAVESIIRAPPI

Agave-suvun mehikasvista valmistettua siirappia voi käyttää hunajan tavoin makeutukseen. Kaupoissa myydään vaaleaa ja tummaa agavesiirappia, joista jälkimmäinen on hieman voimakkaamman makuista. Agavesiirapin voit korvata resepteissä millä tahansa muulla miedon makuisella siirapilla.

AQUAFABA

Säilykekikherneiden liemestä käytetään myös nimitystä aquafaba. Aquafaba vaahdottuu kananmunanvalkuaisen tavoin ja sopii esimerkiksi leivonnaisten kuohkeuttajaksi ja vegaanisen marengin valmistamiseen. Voit käyttää myös valkoisten papujen lientä, mutta värikkäiden papujen lientä en suosittele, sillä se värjää ruoan ja leivonnaiset.

BELUGALINSSIT

Pienet mustat belugalinssit ovat aromattisia ja rakenteeltaan kiinteitä. Ne

sopivat täydellisesti esimerkiksi salaateihin! Belugalinssejä löydät varminmin isoista marketeista.

GLUTEENIJAUHO

Nimensä mukaisesti gluteenijauho on lähes pelkkää gluteenia, eli vehnän proteiinia. Gluteenijauhossa on voimakas sitko ja se on seitanin pääraaka-aine. Gluteenijauhoja voi ostaa ekokaupoista ja joistakin hyvinvarustetuista ruoka-kaupoista.

KAURAKERMA

Kaurakermalla tarkoitetaan tämän kirjan resepteissä kaurapohjaista ruokakerman tapaan käytettävää valmistetta. Vispautuvaa kaurakermaa puolestaan voi käyttää vispikerman tavoin. Halutessasi voit käyttää kirjan resepteissä kaurakerman tilalla myös soijapohjaisia tuotteita.

KIKHERNEJAUHO

Kuivatuista kikherneistä jauhettu jauho sopii esimerkiksi seitanin valmistamiseen tuomaan mureampaa rakennetta. Kikhernejauhoja löydät ekokaupoista ja hyvinvarustetuista isoista ruokakaupoista.

KSANTAANI

Sokerista valmistettu ksantaani on sakeuttamisaine, jota löytyy tavallisten ruokakauppojen leivontaosastoilta tai gluteenittomien tuotteiden hyllystä. Se tekee vegaanisesta marenkimassasta

jämäkämmän ja ehkäisee sen vetistymistä uunissa.

LEHTITAIKINA

Kaikki kaupan lehti- ja torttutaikinat ovat vegaanisia, mutta huomaathan, että voitaikina sisältää nimensä mukaisesti voita, eikä siksi käy vegaaneille.

PANKO-KORPPUJAUHOT

Japanilaiset panko-korppujauhot on valmistettu vehnäjauhoista, ja niiden avulla saa esimerkiksi tofuun erityisen rapean paistopinnan. Panko-korppujauhoja löytyy ruokakaupoista yleensä aasialaisten elintarvikkeiden hyllystä.

RAS EL HANOUT

Pohjoisafrikkalainen ras el hanout -mausteseos sisältää muun muassa korianteria, paprikaa, mustapippuria, inkivääriä, neilikkaa ja kardemummaa. Mausteseosta löydät valmiina hyvinvarustetuista ruokakaupoista.

SOIJARAHKA

Kirjan resepteissä soijarahkalla tarkoitetaan runsaasti proteiinia sisältävää, koostumukseltaan paksua ja lohkeavaa soijavalmistetta. Kirjan kirjoitushetkellä suosikkituotteeni on Alpron Greek Style.

SUMAKKI

Sumakki-kasvista jauhettu mauste, jossa on sitruunaisen hapan maku.

TAMARI

Japanilainen tamari-soijakastike on maultaan täyteläisempää kuin tavallinen kiinalainen soijakastike. Suosin tamaria erityisesti marinadeissa. Tamaria löytyy hyvinvarustetuista ruokakaupoista.

TORTTUTAIKINA Ks. lehtitaikina

TUOREJUUSTO

Vegaanisia tuorejuustoja löytyy kaupasta montaa eri sorttia. Leivontaan ja erilaisiin kuorrutuksiin suosittelen esimerkiksi Oatlyn maustamatonta kauratuorejuustoa ja Violifen maustamatonta kasvipohjaista tuorejuustoa.

VAAHTOKARKIT

Perinteisesti vaahtokarkit sisältävät liivatetta, mutta vegaanisiakin vaihtoehtoja on tarjolla! Vegaanisia vaahtokarkkeja löytyy jo joistakin hyvinvarustetuista isoista ruokakaupoista, mutta varmemmin niitä saat tilaamalla esimerkiksi Vegekaupasta tai ekokaupoista.

VEGAANINEN VOI

Margariinihyllystä löytyy nykyään myös kasvipohjaisia voinkaltaisia valmisteita. Niiden maku ja käyttöominaisuudet muistuttavat enemmän voita kuin perinteisiä margariineja. Vegaanista voita voi ruskistaa eläinperäisen voin tapaan ja siinä on monia margariineja täyteläisempi maku. Oma suosikkini kirjan kirjoitushetkellä on Eleplant.





Kylmät alkupalat



Pienet makeansuolaiset tarjottavat toimivat niin pikkujouluissa glögin kera kuin joulun alkupalapöydässäkin. Tuoreet viikunat täytetään hämmästyttävän autenttisen makuisella vegaanisella vuohenjuustolevitteellä ja suolakaramellisaksanpähkinöillä sekä maustetaan rosmariinilla. Täydellistä!

Viikunasuupalat

12 KPL

12 viikunaa
noin 10 saksanpähkinän puolikasta
1 ½ rkl vaahterasiirappia
merisuola hiutaleita
1 prk / 150 g Chavre-levitettä
(Pirkka parhaat x Mö)
muutama oksa tuoretta
rosmariinia

Leikkaa viikunoista kannat pois ja tee niihin ristiviilto niin, että palat pysyvät vielä pohjasta tukevasti yhdessä. Levitä leikkauskohtaa puristamalla pohjasta, jotta saat täytteet mahtumaan hedelmän sisälle.

Rouhi saksanpähkinät. Kuumenna paistinpannu ja lisää sille pähkinät ja siirappi. Kuumenna pari minuuttia sekoitellen, tai kunnes neste on haihtunut ja sokeri alkaa karamellisoitua. Mausta ripauksella suolaa ja nosta pähkinät esimerkiksi lautaselle jäähtymään.

Pursota Chavre-levite pursotinpuussilla viikunoiden sisälle. Lisää pähkinät ja koristele tuoreella rosmariinilla.

Vinkki!

Kypsän viikunan tunnistaa kosketukselle hieman pehmeästä pinnasta ja hedelmäisestä tuoksusta. Useimmiten viikuna on kypsänä väriltään kauniin violetti, mutta lajikkeesta riippuen vihreyttäkin voi olla näkyvissä.

Sitruunaisessa marinadissa maustuneet jättipavut ovat raikas lisuke joulupöytään.

Marinoidut jättipavut

6 ANNOSTA

2 tlk (ä 240 g) isoja valkoisia papuja

½ dl oliiviöljyä

1 sitruunan raastettu kuori

½ sitruunan mehu

1 rkl vaahterasiirappia

½ tl suolaa

15 oksaa tuoretta timjamia

Huuhtelee ja valuta pavut. Yhdistä öljy, sitruunankuori ja -mehu, vaahterasiirappi ja suola. Pane pavut purkkiin ja sekoita joukkoon öljykastike ja timjaminoksat. Anna marinoitua vähintään yön yli välillä sekoitellen.

JOULUN HERKULLISIMMAT VEGAANISET RESEPTIT YKSISSÄ KANSISSA!

Vegaanin joulukirjan ohjeilla loihdit onnistuneesti vuoden tärkeimmän ruokajuhlan herkut. Kauniisti kuvitettu teos virittää joulun tunnelmaan ja tarjoaa inspiraatiota myös vuodenvaihteen juhlien tarjoiluihin. Teos kokoaa yhteen juhlassesongin rakastetuimmat reseptit munakoisosillistä wellingtoniin ja vegaanisista juustoista kookoskermalikööriin – osin päivitettyinä versioina.

Elina Innanen on keittokirjailija ja suomalaisen kasvissyönnin edelläkävijä.

Hänen reseptejään on julkaistu muun muassa kirjoissa *Chochilin arkiruokaa*, *Chochilin kesäruokaa* ja *Lapsiperheen vegaanikeittokirja*.



ISBN 978-952-352-363-0 | KL 68.221