

MAKUJA MAAILMALTA



FALAFELIT

4-6:lle. Alkuperäinen ohje [Jane Baxter](#)

- 3 dl puolikkaita, liotettuja härkäpapuja
- 3 valkosipulin kynttä
- 1/2 purjo hienonnettuna
- 5 kevätsipulia hienonnettuna
- 1/2 tl ruokasoodaa
- 1 tl hernejauhoa (tai vehnäjäuhoa)
- 1 rkl hienonnettua korianteria
- 1 rkl hienonnettua persiljaa
- 1 tl kuminaa
- suolaa, ripaus cayennepippuria ja mustapippuria

Seesaminsiemeniä leivittämiseen, öljyä paistamiseen

1. Huuhtelee ja valuta huolella yön yli liotetut härkäpavut. Hienonna ne sauvasekoittimella karkeaksi tahnaksi muiden aineiden kanssa.
2. Muotoile taikinasta 12-16 pihviä. Laita seesaminsiemenet lautaselle ja pyörittele pihvit seesaminsiemenissä.
3. Laita öljyä pannulle noin 3 cm ja kuumenna öljy. Kypsennä pihvit vaaleanruskeiksi, 2-3 min molemmin puolin.

Tarjoile falafelit jogurttikastikkeen, flatbreadin ja maustetun kasvislisäkkeen kera.

Jogurttikastike

- 2,5 dl maustamatonta jogurttia
- 3 rkl tahinia
- 1 valkosipulin kynsi
- 1/2 sitruunan mehu
- suolaa ja mustapippuria
- 2 rkl hienonnettua minttua

Sekoita kaikki ainekset tasaiseksi seokseksi, lisää tarvittaessa hiukan kylmää vettä, niin että kastike on sakeudeltaan sopivaa.

Maustettu munakoiso-tomaattilisäke

- 3 rkl oliiviöljyä
- 1 munakoiso, 1 cm viipaleiksi paloitetuna
- 3 valkosipulin kynttä ohueiksi viipaloituna
- 400 g tomaattimurskaa
- 1/tl sokeria
- hiven cayennepippuria
- loraus balsamiviinietikkaa
- suolaa ja mustapippuria
- hienonnettua korianteria, minttua tai persilja

1. Kuumenna oliiviöljy pannulla ja kypsennä munakoisoviipaleet kullanuskeiksi. Nosta viipaleet pannulta ja valuta talouspaperin päällä.
2. Lisää vuorostaan valkosipuliviipaleet pannulle ja anna kypsyä muutaman minuutin matalalla lämmöllä, älä anna palaa. Lisää joukkoon tomaattimurska, hiven sokeria ja cayennepippuria.
3. Lisää lämpöä ja anna seoksen kypsyä noin 10 min, kunnes se on sakeaa. Lisää munakoiso takaisin pannulle. Kuumenna vielä varovasti, lisää joukkoon loraus balsamiviinietikkaa. Mausta hyvin suolalla ja pippurilla. Lisää lopuksi tuoreet, hienonnetut yrtit.

ITALIALAINEN

HÄRKÄPAPUMAKARONIKEITTO

4:lle

- 5 dl puolikkaita härkäpapuja liotettuna, huuhdeltuna ja valutettuna
- 3,5 dl pieniä makaroneja

- 2 tl oliivi- tai rypsiöljyä
 - 2 valkosipulinkynttä hienonnettuna
 - 3 tl persiljaa
 - 1 pkt tomaattimurskaa
 - 1 l lihalientä
 - 2,5 dl pakasteherneitä
 - merisuolaa
 - päälle raastettua pecorino romano -juustoa
1. Kuumenna liotetut ja huuhdellut härkäpavut vedessä kiehuvaaksi ja keitä kannella peitettynä 15 min.
 2. Lisää makaronit ja keitä peittämättä noin 10 min. Valuta.
 3. Makaronien kypsyyessä kuullota toisessa kattilassa valkosipulit öljyssä koko ajan sekoittaen. Lisää joukkoon tomaattimurska, persilja ja lihaliemi.
 4. Kiehauta ja keitä hetki.
 5. Lisää suola sekä härkäpapu-makaroniseos. Lisää lopuksi keittoon pakasteherneet ja keitä vielä 5 min. Kaada valmis keitto kulhoon ja koristele juustoraasteella.

HÄRKÄPAPUJA SISILIALAISEEN TAPAAN

4:lle

- 1 rkl oliiviöljyä
- 1/2 pieni sipuli hienonnettuna
- 2 valkosipulin kynttä hienonnettuna
- 1 sellerin varsi hienonnettuna
- 2 tl kuivattua oreganoa
- 2 tl kuivattua basilikaa
- 1/4 fenkolin siemeniä
- 2 tl mustapippuria rouhittuna
- ripaus rouhittua rosepippuria
- laakerinlehti
- 2,5 dl puolikkaita härkäpapuja
- 1/2 prk tomaattimurskaa

- 1,5 dl punaviiniä
- 1 tl sokeria
- 2,5 dl lihalientä
- 2,5 dl vettä
- suolaa maun mukaan

Liota härkäpapuja yön yli, huuhtele ja valuta.

Kuumenna iso paistinpannu, lisää oliiviöljy ja kuullota siinä sipulia 1-2 min. Sekoita joukkoon hienonnetut valkosipuli ja selleri ja anna kypsyä muutama minuutti.

Lisää joukkoon muut ainekset: mausteet, liotetut pavut, tomaattimurska, punaviini, sokeri, lihaliemi ja vesi, sekoita ainekset hyvin keskenään. Kiehauta seos, alenna lämpöä ja anna ruoan hautua miedolla lämmöllä 2 h välillä sekoittaen. Lisää vettä tarvittaessa.

Tarjoile pavut lisäksi pastan tai riisin kera.

INTIALAINEN PERUNAHERNECURRENCY

4:lle [Alkuperäinen ohje](#)

- 4 keskikokoista perunaa
- 2,5 dl kuivattuja puolikkaita herneitä huuhdeltuna ja valutettuna
- 1 iso sipuli
- 4 valkosipulinkynttä hienonnettuna
- 1 inkivääri hienonnettuna
- 2 kuivattua chiliä
- 2 tomaattia hienonnettuna
- hiven sinappijauhoa tai sinappia
- 3 kaffirlimen lehteä
- 1 kanelitanko tai 1 tl jauhattua kanelia
- 1 tl kokonaisia korianterin siemeniä
- 1 rkl kokonaisia kuminoita (juustokumina?)
- 2 tl garam masala -mausteseosta
- 1 tl kurkumaa
- 1 rkl kasviöljyä
- 1 l kasvislientä / vettä

Kuumenna öljy, kuullota siinä sipuli. Lisää inkivääri, valkosipuli ja mausteet, varo etteivät pala.

Lisää huuhdellut herneet, paloitellut perunat, tomaatit, ja kasvisliemi/vesi, sekoita hyvin. Kypsennä currya noin 40 minuuttia kunnes herneet ja peruna ovat pehmeitä. Tarkista maku. Nauti keitetyn riisin tai keitettyjen viljanjyvien kera.

KIINALAISET UUDEN VUODEN KEKSIT

Alkuperäinen ohje [Messy Witchen](#)

- 2 dl vihreää hernejauhoa
- 2 dl vehnä jauhoa
- 1 dl pölysokeria
- 1/2 tl leivinjauhetta
- 1/2 tl hienorakeista suolaa
- 6-8 rkl maapähkinä- tai muuta öljyä
- 1 munanvalkuainen voiteluun

Laita uuni lämpiämään 180 asteeseen.

Yhdistä kuivat ainekset keskenään ja sekoita hyvin käsin. Lisää öljy vähitellen, käsin vaivaten kunnes taikina tuntuu sopivan kiinteältä. Muodosta taikinasta pieniä palloja. Nosta pallot leivinpaperilla vuoratulle pellille ja paina piparin keskelle kolo esimerkiksi sormella. Voitele keksit.

Paista keksejä noin 12-15 min uunin kesitasolla. Anna kypsien pipareiden jäähtyä pellillä.

