

KUIDAS KEETA PUTRU

○ See on müsteerium, millega noored pudruhuvilised on läbi aegade päid vaevanud ja potte põhja kõrvetanud ning milles orienteerumist valdavad täiesti vabalt kõik vanaemad. Jah, nii ongi – pudru keetmise vilumus tuleb katsetades ja proovides.

Lollikindlat ja ainuõiget juhendit ei olegi võimalik anda, sest muutujaid ja valikuid on palju. Ka inimeste maitset ja eelistused erinevad. Leotada või mitte leotada? Helbed külma või keevasse vette? Segada või mitte? Kas piim lisada kohe või lõpus või üldse mitte? Miks mul on pudru asemel potis piimasupp? Miks mu puder on nii paks, et lusikas seisab sees püsti? Kõik need küsimused ja rohkemgi veel võivad algajal pudrukeetjal pliidi ees üles kerkida. Isegi siis, kui täpselt retsepti järgida, ei pruugi tulla puder selline, nagu soovitud. Ideaalset oma maitse järgi putru õpetab keetma ainult kogemus! Nii näiteks võib kahel pudrukeetjal üht ja sama retsepti järgides valmida kaks erinevat kaerahelbeputru, kuna nad kasutasid erinevate tootjate helbeid. Või siis keetis üks putru kuumemal pliidil kui teine. Või alustas üks söömist kohe, teine aga tegi veel muid toimetusi ja puder ootas pliidiserval 15 minutit. Nagu kogenumad teavad, läheb puder soojas seistes oluliselt paksemaks.

Õpetused ja retseptid on samas igati vajalikud, sest annavad üldised juhtnöörid, millele toetuda. Toon välja mõned põhitõed. Terade ja helveste eelnev leotamine aitab kiirendada pudru valmimist. Leotatud teravilja keetmisel võib võtta ka veidi vähem vedelikku, kuna leotatuna imavad nad seda vähem. Eriti mõjus on leotamine tervete terade ja kruupide puhul, helbed valmivad niigi kiiresti. Kiudainerikkaid terveid teri ja kruupe on hea leotada ka nende välispinnal leiduva fütiinhappe lõhustamiseks. Leotamisega valmistad terad ette ja omastad toitaineid mitu korda paremini. Peale leotamist pese terad. Ka siis, kui teri enne valmistamist ei leotata, tuleb kruubid, riis, tatar, hirss ja kinoa enne kasutamist pesta.

Pudru keetmisel võid helbed valada kas külma või keevasse vette, keetmisaeg läheb käima nii või teisiti alates keema hakkamise hetkest. Külma veega alustatud puder on ehk veidi venivam ja kleepjam. Jälgi putru keemise ajal: kui kogu vedelik on helvestesse imbunud, kuid puder ei ole veel küps, siis lisa keemise lõpuosas vedelikku juurde. Kui aga puder on pehme ja küps, ent liiga vedel, siis keera kuumus kinni ja lase pudrul kaane all 5-10 minutit seista. Selle ajaga imavad terad või helbed endasse veel vedelikku, paisuvad seeläbi ning puder muutub paksemaks.

Pudru põhjakõrbemise peamine patuoinas on piim. Kui keedad putru algusest peale piimaga, loputa pott enne tulele asetamist veega, nii et põhi jääb seestpoolt märjaks ja piim ei nakku. Kõige parem on lisada piim pudrule keetmise lõpuosas. Põhjakõrbemist aitavad vältida ka pudru keetmine madalal kuumusel ja selle segamine valmistamise ajal (viimane juhul, kui tegu pole sõmera pudrugaga).

Järgmised kolm on klassikalised, ajaproovile vastu pidanud ja eestlaste poolt armastatud pudruretseptid, mis võiksid olla iga pudrusõbra varasalves.



KRUUBIPUDER

neljale

2 dl odrakruupe
6 dl kuuma vett
50 g võid
soola

Pese kruubid sõelal kuuma voolava vee all. Sulata pannil 25 g võid ja kuumuta selles kruupe 2-3 minutit. Pane kruubid ahjupotti, vala üle kuuma veega ja lisa soola. Sega kergelt läbi ja hoia kruupidega potti ahjus 180 kraadi juures umbes 45 minutit või kuni kogu vesi on imendunud ja kruubid pehmed. Võta pott ahjust ja lülita ahi välja. Sega kruupide sisse ülejäänud 25 g võid. Putru võid keeta ka pliidil madalal kuumusel. Vahepeal segada pole vaja. Piilu poole küpsemise ajal potti ja kui on tunne, et vesi hakkab lõppema, lisa veidi kuuma vett.

Pikemalt haudunud kruubipudru tarvis võta 2 dl kruupe, liiter vett ja hauta ahjus 180 kraadi juures 2 tundi. Muus osas on valmistamine sama.

KAERAHARBEPUDER

ühele

1 dl kaerahelbeid
3 dl vett
soola
soovi korral lisaks
1 dl piima ja/või 1 sl võid

Puista kaerahelbed vähese soolaga maitsestatud vette. Sega läbi ja lase madalal kuumusel kaane all umbes 10 minutit podiseda. Kui soovid, lisa nüüd piima, lase pudrul uuesti keema tõusta ja hauta veel paar minutit. Lõpuks sega sisse või. Või lisa see hoopis serveerimisel kuumale pudrule võisilmana. Kui soovid, söö putru moosiga.

SÖMER TATRAPUDER

neljale

2 dl röstitud tatart
4 dl vett
1 sl õli
soola

Pese tatar sõelal. Kuumuta pannil õli ja prae loputatud tatar selles läbi. Vala soolaga maitsestatud keevasse vette. Kõige parem on kasutada paksuseinalist ja -põhjalist ahjupotti. Keeda putru madalal kuumusel kaane all 20 minutit. Ära sega vahepeal!

HIRSIPUDER MEE, KITSEJUUSTU JA AHJUPIRNIDEGA

neljale

Hirsipuder:

2 dl hirssi

4 dl vett

4 dl mandlipiima
soola

Ahjupirnid:

2 pirni

1 sl võid

3 sl mett

näpuotsaga soola

KITSEJUUSTU
VÕID ASENDADA
SINIHALITUS-
JUUSTUGA

Lisaks:

75 g pehmet kitsejuustu, 2 sl pekanipähkleid või

Kreeka pähkleid

Alusta sellest, et paned pirnid ahju küpsema. Selle tarvis löika pirnid pooleks ning tõsta ahjuvormi lõikepool ülal. Hea oleks kasutada sellist vormi, kuhu pirnid mahuksid kenasti sisse, kuid ruumi ei jääks liialt üle. Sulata potis või, lisa mesi ja sool, sega läbi ja kuumuta hetk. Vala pirnidele. Küpseta ahjus 180 kraadi juures umbes 30 minutit, kuni pirnid on pehmed. Keera neid küpsetamise ajal paar korda ettevaatlikult ümber ja pintselda meekastmega. Kui pirnid on pehmed, tõsta need ahjust välja.

Sel ajal, kui pirnid küpsevad, valmista puder. Pese hirss läbi. Kuumuta soolaga maitsestatud vesi keema. Nõrista hirss keevasse vette ja keeda tasasel kuumusel kaane all umbes 20 minutit, kuni kogu vesi on sisse imunud. Lisa mandlipiim ja keeda veel 5 minutit. Kui puder tundub liiga paks, lisa veidi vett, sega hoolikalt läbi ning kuumuta veel minuti jagu.

Rõsti pähkleid kuumal kuival pannil umbes 3 minutit, seejärel haki. Jaga puder kaussidesse, tõsta igale pudruportsule pirnipoolik, pudista peale kitsejuustutükid ja hakitud pähklid. Nirista kõige peale pirnide küpsetamisel tekkinud magusat meekastet.



Ideaalne hommikusöök kohvisõpradele, sest selles kausitäies on ühendatud mõlemad ilusa päevaalguse tähistajad – puder ja kohv! Mul on selle pudruga veel oma isiklik kiiks, sest mingil põhjusel on mulle kogu aeg hirmsasti meele järele olnud kohvi ja banaani kombinatsioon. Võimalik, et see on pärit ammudest aegadest, kui alles hakkasime välismaal käima ja sealsetes hommikusöögibuffeetes pakuti Eestis ülimalt defitsiitset (jah, olid ajad!) banaani, mis maitstes koos kohviga lihtsalt taevalikult. Vähemalt minu meelest. See maitsekooslus on jäänud mälusoppidesse kummitama ja tekitab uuesti mekkides alati hea tunde.

CAFFÈ LATTE-BANAANIPUDER HIRSIHELVESTEST

ühele

1 dl hirsihelbeid
2 dl piima
1 sl suhkrut
0,5-0,75 dl värsket espressot
1 banaan

Lisaks:

1 sl hakitud mandleid, 1 tl purustatud kakaoube (*cocoa nibs*) või hakitud šokolaadi, veidi kaneeli
soovi korral soolahelbeid

Kuumuta piim ja värskelt valmistatud kange kohv keema. Sõrista sisse hirsihelbed, sega läbi ning keeda madalal kuumusel ja aeg-ajalt segades umbes 5 minutit. Tükelda banaan soovikohasteks tükkideks ja lisa pudrule. Kuumuta segades veel minuti jagu.

Tõsta puder kaussi, puista peale hakitud mandlid, purustatud kakao-oad või hakitud šokolaad ja raputa maitseks veel veidi kaneeli. Kui soovid, võid lisada ka vahukoort, piimavahtu või kohvisortsu. Eriti põnev maitselisand sellele pudrule on vähesed pealeraputatud soolahelbed.



VÜRTSIKAS KAERAHSELBE- KÕRVITSAPUDER

ühele-kahele

2 dl vett
1 dl piima (lehma-, kaera-, või pähklipiima)
soola
1 dl kaerahelbeid
1,5 dl kõrvitsapüreed
1 tl kaneeli
0,5 tl ingverit
0,5 tl jahvatatud kardemoni

Lisaks:
0,5 dl pekanipähkleid või
Kreeka pähkleid,
1 sl vahtra/agaavisiirupit või mett

SÜGIS-TALVESSE SOBIVA PUDRU
TEGEMISEKS SOBIVAD KÕIGE
PAREMINI TIHKE VILJALIHAGA
NING MAITSERIKAS MUSKAAT-
KÕRVITS VÕI PÄHKELKÕRVITS

Kuumuta vesi ja piim koos sutsukese soolaga keema. Puista sisse kaerahelbed. Keeda 5 minutit. Lisa kõrvitsapüree ja maitseained. Keeda veel mõni minut, kuni helbed on pehmenenud ja puder parajalt paksu konsistentsiga.

Haki pähklid ja puista pudrule. Nirista peale siirupit või mett. Kui soovid, lisa enne söömist pudrule veel piima.

Kõrvitsapüree

1,5 dl tegemiseks läheb tarvis u 500-grammist kõrvitsatükki (kaalutud koos koore ja seemnetega).

Loomulikult võid korraga teha ka rohkem püreed, kasvõi ühest või mitmest tervest kõrvitsast. Siis on püreed sügavkülmast terve aasta läbi hea võtta.

Tükelda kõrvits ja laota tükid küpsetuspaberiga kaetud ahjuplaadile. Küpseta 190-kraadises ahjus umbes 20 minutit. Kõrvits on küps, kui kahvel läheb suuremat vastupanu osutamata viljalihasse. Püreesta kõrvits saumikseriga ühtlaseks pehmeks püreeks.

