

# Makuja

arjen taitoja nuorille turvapaikanhakijoille

## Menu 2

Mozzarella uunilohi  
Perunasose  
Paahdetut kasvikset  
Marjakiisseli

## Mozzarella-uunilohi

700 g lohifileetä  
2 rkl öljyä  
1 rkl vaaleaa balsamicoa  
1 tl suolaa  
½ tl mustapippurirouhetta  
125 g mozzarellajuustoa



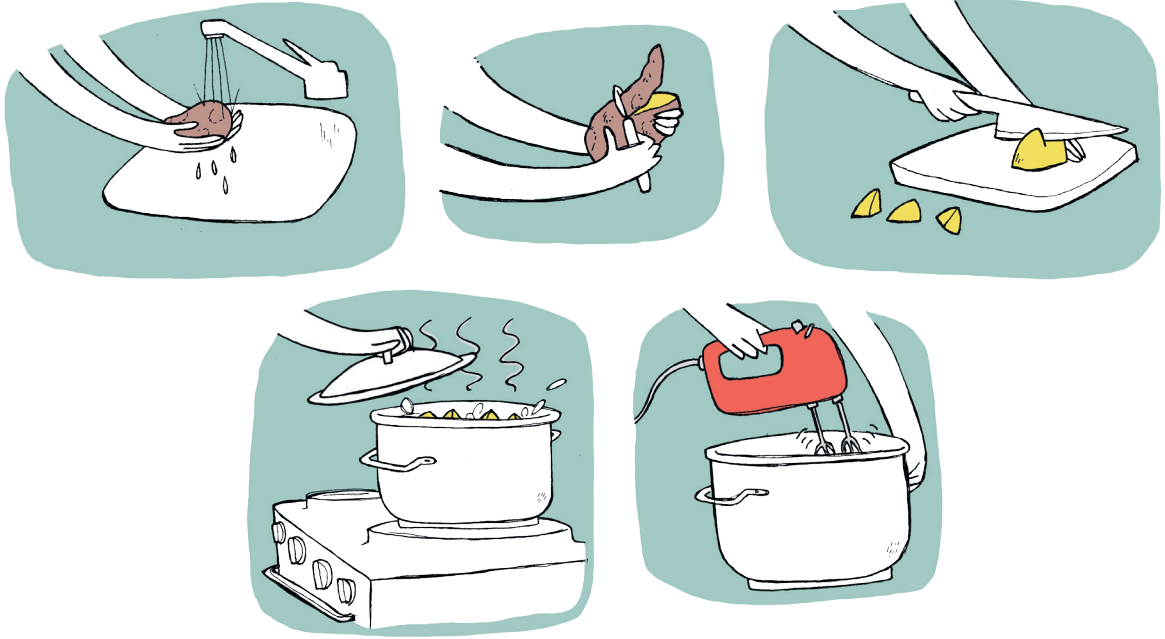
1. Nosta kala leivinpaperilla vuorattuun uunivuokaan.
2. Sekoita öljyyn balsamico ja sivele seos lohifileen pintaan. Mausta pinta suolalla ja mustapippurilla.
3. Leikkaa loheen 2–3 sentin välein viiltoja lähes nahkaan asti.
4. Viipaloi juusto ja asettele viipaleet viiltoihin.
5. Lisää suola ja mustapippurirouhe.
6. Paista 200-asteisessa uunissa noin 30 minuuttia kunnes lohi on kypsää.

## Uunikasvikset

juureksia (esim. porkkanaa, palsternakkaa, lanttua, maa-artisokkaa, mustajuurta...erilaisia sipuleita)  
muita kasviksia, (esim. kesäkurpitsaa, munakoisoa, paprikaa, kukkakaalia...)  
reilusti öljyä  
suolaa  
mustapippuria  
hunajaa  
tuoreita tai kuivattuja yrttejä



1. Pese, kuori ja pilko kasvikset. Juurekset kannattaa jättää pienemmiksi tai laittaa ne ensin uuniin hetkeksi yksinään, koska ne vaativat pidemmän kypsyamisajan.
2. Levitä kasvikset uunipellille leivinpaperin päälle ohueksi kerrokseksi.
3. Lisää joukkoon öljy ja mausteet.
4. Paahda kasviksia 225–250 asteisessa uunissa 15–20 minuuttia kasvisten koosta riippuen.
5. Sekoita välillä, maista ja lisää mausteita tarpeen mukaan.



## Perunasose

**7–8** keskikokoista jauhoista perunaa  
vettä

**1 tl** suolaa

**2 dl** kuumaa maitoa

1. Pese, kuori ja paloittele perunat.
2. Keitä perunoita vähässä, suolalla maustetussa vedessä 20 – 25 minuuttia.
3. Kaada vesi pois.
4. Soseuta perunat hyvin sähkövatkaimella tai perunasurvimella.
5. Lisää joukkoon kuumaa maitoa pienissä erissä hyvin sekoittaen, kunnes seos on sopivan notkeaa.
6. Vatkaa sose kuohkeaksi.

## Marjakiisseli

**1 l** laimennettua sokeroitua mehua

**4 rkl** perunajauhoja

**n. 3 dl** pakastettuja mansikoita, mustikoita,  
herukoita, vadelmia tai lakkoja

1. Mittaa mehu ja perunajauhot kattilaan.
2. Kuumenna koko ajan sekoittaen kunnes liemi sakenee ja alkaa kuplia.
3. Lisää jäiset pakastemarjat, sekoita ja kaada kiisseli tarjoilukulhoon.
4. Ripottele pintaan sokeria, jotta ei muodostu kuorta.

