

# LIIVIMAA TOIDU AJALOOLINE ÜLEVAADE

Koostajad: Anu Kannike, Ester Bardone, Inna Põltsam

## SISUKORD

### I ÜLEVAADE

### II TOIDUAINED

1. Rukkileib
2. Pirukad
3. Õlu
4. Kali
5. Sealiha
6. Mageveekalad
7. Räim
8. Juust
9. Köögiviljad
10. Kapsas
11. Kartul
12. Õun
13. Metsamarjad

### III KASUTATUD KIRJANDUSE NIMEKIRI

## ÜLEVAADE

13. sajandil moodustus uus ladina Euroopa osa, mis laias laastus vastas tänapäeva Eesti ja Läti territooriumile - Liivimaa. Uusajal kandus see nimi üle Lõuna-Eestit ja Põhja-Lätit hõlmanud Liivimaa kubermangule. Oma nime sai Liivimaa algselt liivlaste järgi. Territooriumi poliitiline ja halduslik seotus soodustas teatud kultuurilisi ühisjooni.

Liivimaa toidu näo on kujundanud looduskeskkond ja kliima, samuti rahva peamised tegevusalad – põllundus ja karjakasvatus. Siinsed elanikud on läbi ajaloo pannud rõhku metsiku looduse ja kultiveerimata maastiku kasutamisele. Jaht, kalastus, korilus, aga ka loomade vabapidamine metsamassiivides on olnud nende identiteedi ja eluviisi alusteks.

Läbi aegade on Liivimaa köök olnud avatud kultuurimõjudele: keskajast peale on siin kõige tuntavam saksa ja vene, Eesti saartel ka rootsi mõju. Euroopa kokakunsti areng ja innovatsioon jõudis Liivimaale

valdavalt baltisakslaste kaudu. Lisaks talupojaköögile eksisteeris keskajast peale ka linna- ja mõisaköök, samuti on toidukultuuris tuntavad piirkondlikud eripärad. Just nende eripalgeliste tegurite mõjuväljas on kujunenud siinne toidulaud, haarates endasse ja tehes enda omaks muuhulgas kaugeid ja vahendatud mõjusid, samas säilitades ja arendades kohaliku eripära. Traditsiooniline talupojaköök on muutusi ettevaatlikult omaks võtnud. Pikka aega olid selle tuumaks teraviljatoidud, iseäranis rukkileib, seejärel kartul. Leivakõrvaseks tarvitati piimatoite, sealiha ja kala, pidupäevadel rüübati õlut.

Liivimaa talupoja toiduvalikut kujundas aastaegade vaheldumine. Kevadeti, kui talvevarud hakkasid lõppema, püüti lisa leida tärkavast loodusest. Kalapüük tõi menüüsse värske kala: räime, ahvena, säina, särje, vimma, haugi. Kevadel, kui lehmad uuesti lüpsma tulid, algas piimasaaduste ja -toitude hooaeg. Suvisel soojal ajal eelistati kergeid, kiiresti ja vähese vaevaga valminud roogi. Heinateole või viljalõikusele võeti vanasti kaasa hapupiima, tükk leiba ja suutäis soolast. Palavuses pakkusid kosutust piimasupp, kama, kohupiim ja sõir. Hea suvine janukustataja on olnud kali. Sügisel on Liivimaa metsad pakkunud rikkalikult valikus söögiseeni. Tähtsaim sügisene põllutöö on kartulivõtt, oma perele on ikka soetatud talvekartulit. Umbes paarisaja aasta jooksul on esialgu umbusuga vastu võetud põllukultuur muutunud pea sama asendamatuks kui leib. Traditsiooniliselt oli sel aastaajal toidulaul ka külluslikult valikus liha, sest sel ajal tapeti loomi, keda ületalve ei peetud. Taludes pakuti liha alati sügiseti peetud pulmadeks ning pühadeks: näiteks mihkkipäeval söödi lamba- ja mardipäeval hanepraadi. Vaid väike osa kohalikust toorainest püsis värske kevadeni, üldjuhul tuli seda talveks kas soolata, suitsutada, marineerida, hapendada, kuivatada või külmutada. Talvekuudel valitsesid toidulaul lihapraed, veretoidud, sült. Pikal külmal ajal, kui ruumid vajasis pidevalt kütmist, on olnud eriti sobiv aeg mitmesuguste ahjuroogade ja küpsetiste tegemiseks.

### **Tagasisaade Liivimaa vanemasse toidukultuuri**

Esiaja lõpul olid eestlased üks põhjapoolsemaid põllumajandusest elatuvaid rahvaid. Esialgu viljeleti rohkem otra, alates 11. sajandist levis talirukis. Keskajal omandas rukkikasvatus Liivimaal suure majandusliku tähtsuse, rukkist kujunes maa peamine eksporditav. Teraviljakasvatuse olulisust rõhutavad muu hulgas ka kesk- ja varase uusaja kroonikud, kes kiidavad ja imetlevad üksmeelset Liivimaa põldude viljakust. Rukis oli keskaja Liivimaal peamine leivavili, odrakasvatus seevastu oli tähtis eelkõige õllepruulimise seisukohalt. Nisu kasvatati rukki ja odraga võrreldes vähe ning mitte igal pool. Pärast Saksa-Skandinaavia vallutust tekkis Liivimaal varasemast suurem nõudlus nisu järele. Nisuleiba vajab ristiusu kirik armualaualeivaks, veelgi arvestatavam oli aga ühiskonna uue eliidi nõudmine. Nimelt oli keskaja Euroopas valge leib isandate toit, luksus, seepärast vajab ka kohalik ühiskonna ladvik oma

toidulauale nisuleiba kui olulist sotsiaalsest tunnusemärgi. Peale juba nimetatud põhiliste toiduteraviljade kasvatati Liivimaal tatart, ent veel harvemini kui nisu. 16. sajandil on Põhja-Eestis tatrakümnist võetud vaid Padisel, seevastu Lõuna-Eestis polnud tatrakümnist haruldane. Suur tähtsus oli ka karjakasvatusel. Juba esiajal oli tähtsaim koduloom veis, kuid kasvatati ka lambaid, kitsi, sigu ja hobuseid. Alates keskajast jõudsid hansakaubanduse vahendusel Liivimaale idamaised vürtsid, maitsepuuviljad ja puuviljad, mis kujundasid peamiselt eliidi kööki. Suurima tähtsusega oli soola sissevedu, arvestades tema rolli nii toidu valmistamisel kui ka säilitamisel.

Olulisel kohal oli metsmesindus. Nii nagu terves Põhja-Euroopas on meest ja veest valmistatud mõdu ka Liivimaal üks vanimaid rüüpeid. Juba muinasajal oli sellel kergel alkohoolsel joogil kindel koht nii toidulaual kui ka riitustes. 13. sajandi kroonikas on juttu sellest, kuidas liivlased keetsid "kombe kohaselt" mõdu. Et mõdu on peetud ihaldusväärseks joogiks, seda peegeldab ka vana kohapärimus: isegi mõnes Lõuna-Eesti allikas leidunud mõdu. Keskaja Liivimaa linnades valmistati ja müüdi õuna- ja kirsiveini.

### **Mõisa ja linna toidukultuur**

Liivimaa mõisate toidukultuuri on läbi sajandite iseloomustanud külalislahkus koos armastusega hea ja rikkaliku toidulaua vastu. Kolmekümneaastase sõja järel laastatud Saksamaalt Liivimaale tulnud Hans Moritz Ayrmann kirjutas 1666. aastal: "Kokkuvõttes on Liivimaa tõeliselt õgardi maa ja mõnigi lepiks pigem paljajalu käimisega kui oma kõhu kõrvalt kokku hoidmisega." Aadli elulaadis süvenev luksus tõi 18. sajandi lõpul päevakorra mõisakokkade parema väljaõpetamise vajaduse. 1781 avaldati sel otstarbel esimene eestikeelne kokaraamat, rootsi keelest tõlgitud Christina Wargi "Köki ja Kokka Ramat". 1795 ilmus esimene lätikeelne kokaraamat "Ta pirma Pawaru Grahmata, no Wahzes Grahmatahmpahrtulkota". Kohaliku autori Katharina Fehre Liivimaa sakslastele mõeldud kokaraamat avaldati 1816 Riias, 1825 eesti keeles ("Uus Kögi- ja Kokka-Ramat") ja 1851 läti keeles.

Uuest maailmast jõudsid Euroopasse maadevastuste tulemusena uued toiduained: mais, kartul, kalkun, kõrvits, tomat, paprika, kakaouba. Siiski võttis nende kodunemine Liivimaa toidukultuuris mõnel juhul mitu sajandit aega. Esimest ilmusid need kõrgklassi menüüsse.

Balti aiandustraditsiooni üheks alusepanijaks võib pidada aednikku Georg Holykit, kes avaldas 1684. aastal raamatu "Liivi- ja väljamaa ühine aiandus", kust saab esimest korda lugeda artišoki, kõrvitsa, lillkapsa ja roheline spargli kasvatuse kohta. 1796 kirjutas raehärra, nõunik ning Riia linnapea Samuel von Holst aianduskalendri, mis tõlgiti ka eesti ja läti keelde. Kalendris leidub lisaks sparglit, kõikvõimalikke kapsaid, lehtpeete ja salateid puudutavale osale üksikasjalikke juhtnööre virsikupuude, viinamarjade ja

ananasside kasvatamiseks Baltikumi karmis põhjamaises kliimas. Balti provintssidesse levisid klaasiga kaetud kasvulavad ja esimesed klaaskasvuhooned 18. sajandi lõpus. Edumeelsemates mõisates kasvatati mandlipuid, ananasse, apelsine ja artišokke.

17.-18. sajandil tehti mõisates marjaveine mustadest ja punastest sõstratest, pohladest, metsmaasikatest, pihlakatest, veini valmistati isegi nurmenukkudest ja kasemahlast. 19. sajandil serveeriti koduveini enne õhtusööki aperitiivina. Baltisaksa kultuuris oli veinitegu oluline veel 20. sajandi algul. Viinapõletamine sai Liivimaal alguse linnades juba keskaja lõpul. Linnast levis see maale, kuid veel 17. sajandil müüdi maakõrtsides tulivett harva. Varauusajal toimus kogu Euroopas kangete alkoholsete jookide võidukäik. Eestis tõusis viina tootmine ja tarbimine järsult 18. sajandil, kui kohalikku piiritust hakati vedama Peterburi. "Pitsikesest" kangemast kujunes ühtlasi baltisaksa joogikultuuri tähtis alussammas. See aitas ergutada söögiisu, aga oli hea ka söögikõrvaseks ja söömaaga lõpetavaks napsiks. Viina peeti kohalikku kliimasse hästi sobivaks joogiks. Literaat August W. Hupeli sõnul jõid viinaköökidest saadud nn talupojaviina ainult pööbel ja maitsmismeeleta joodikud, korralikes saksa majades lasti viina köömnete või muude maitseainete peal üks-kaks korda tõmmata ning segati vee ja suhkruga.

### **Liivimaa talurahva söök ja jook**

Duisburgi ülikooli professor Johann Arnold vonBrand kirjutas 17. sajandi lõpul, et Kura- ja Liivimaa talurahva söögilaualt võib leida toiduaineid nagu või, pekk, sink, hapukapsad ja -kurgid, nelipühade ajal juustu ja pirukateks kutsutud kooke, samuti joovad nad õlut ja taariks kutsutud jahujooki. Kohalikud sakslased kritiseerisid talupoegade prassimist pidude ajal, majandamisoskuste ja mõõdutunde puudumist, aga ka liigset leivatarbimist võrreldes teiste toiduainetega. Šoti kirjanik LeitchRitchie, kes külastas 1830. aastal Liivi- ja Kuramaad, märkis, et sealsete talupoegade põhitoiduks on must rukkileib ja odrakört, millele lisatakse juurvilja ja parematel aegadel ka sealiha.

Liivimaa talurahva peamine toit oli teraviljast. Pärast talirukki levikut teise aastatuhande algul kujunes kõige tähtsamaks rukkileib. Leivavilja nappus oli kuni 19. sajandi keskpaigani sagedane, seetõttu lisati leivajahule peeneks tambitud aganaid. Puhast rukkileiba tehti vaid pühadeks. Maarahvale avaldas Saaremaa kirjamees J.W.L. Luce raamatukese "Nou ja abbi, kui vaesus ja nälg käe on" (1818), kus soovitati kasutada looduslikke toidutaimi, nagu nõgeseid, samblikku, naati jne. Nimelt leidsid saksa literaadid, et näljaajal ei kasuta talupojad enam sedalaadi toidutaimi, mis aidanuks häda korral paremini toime tulla.

Vanimad road olid odratangudest ja -jahust keedetud puder ja leem ning odrajahust kähkid. Igapäevasele tanguleemele lisati suviti piima, samuti naereid või kaalikaid. Kaunvilja- ja hapukapsasupi sisse pandi omakorda tangu. Pidulikamal puhul valmistati tanguvorste ja odrajahukähke, mida söödi soolakas vees või lihaleemes keedetult. Liivimaal söödi ka kama, mida segati hapu- või röösa piimaga, valmistati ka kamakähke. Vee ja kaerajahu segust keedeti kaerakilet. Aedviljadest tarvitati ube ja herneid, naerist, kaalikat ja kapsast. Kapsast säilitati hapendatult, seda ka hautati tangude või kruupidega pudruks.

Argine leivakõrvane oli soolasilk, mida söödi enamasti otse tünnist võetuna, samuti piimasupi ja kõrdi juurde. Toiduks tarvitati ka vinnutatud kala. Liha söödi vähe, peamiselt sügistalvisel hooajal. Peamine lihaloom oli siga, kogu lihatagavara soolati. Seapekki ja rasva lisati oa- ja hernesupile, putrudele, kapsastele, vorstidesse ja teistesse toitudesse. Pühadeks ja pidudeks küpsetati liha ahjus või kerisel. Valmistati veretoite - verikähke, verileiba, verivorsti.

Piim oli toidulaual kevadest sügiseni, peamiselt tarvitati hapupiimatoite. Soolaga maitsestatud hapupiim oli tavaline pudrukaste. Kooritud hapupiima ahjus kuumutades saadi kohupiim, Mulgimaal tehti kohupiimakorpe. Kagu-Eestis valmistati kohupiimajuustu ehk sõira, mille sarnast jaanijuustu tehti ka Põhja-Lätis.

Tavalisteks leivakõrvasteks jookideks olid teraviljast hapendatud rüüped taar ja kali ning hapupiim. Põline peorüübe oli õlu, õllest valmistati ka tavanditoitu soeõlut ehk sojendatud õlle ja leiva pudi, millele lisati piima, vett, mett või suhkrut, samuti magekahja - sojendatud õlut sõiratükikestega. Liivimaa talupoegadele oli mesi kuni 19. sajandi lõpuni peamine magusaine. Viin oli nii argi- kui peojook, viinaga käidi kosjas ning seda kasutati koduse arstirohuna. Talupojad tundsid nähtavasti juba ammu ajast kasemahla kääritamist, sel kombel saadud jooki - mahlakalja, hapumahla - võib mööndustega pidada koduveini eelkäijaks.

Talurahva toidus olid välja kujunenud kindlad nädalased toidukorrad: esmaspäeval, teisipäeval ja reedel supid (reeglina kaunviljadest ja tangudest), kesknädalal ja laupäeval puder, neljapäeval ja pühapäeval lihasupp. Mandril keedeti rohkem lihaga hapukapsasuppi, Lõuna-Eestis rohkem pakse kapsaid. 19. sajandi lõpul lisandusid pudrupäevadel ka kartulipuder ning segapuder kartulitest ja tangudest. Viimase nimetused "läti puder" ja "mulgipuder" asendusid põhja pool uute nimetustega, näiteks "poolvillane puder". Taludes lepiti kibedal suvisel tööajal külma toiduga ja päevane peatoit oli 19. sajandil valdavalt õhtul. Paremateks paladeks, millega vanasti külalisi võõrustati, olid puhas värske rukkileib, või, mesi ja pekk.

## Toidulaua uuenemine 19. sajandi Liivimaal

18.-19. sajand tõid toidukultuuris kaasa mitmeid muutusi ja arenguid, mis puudutasid nii eliidi kui ka lihtrahva kööki. Uued toidud levisid maale mõisa ja linna kaudu. Tähtis uuendus oli kartuli kodunemine Liivimaal, aidates omalt poolt kaasa näljahädade taandumisele. Kartuli edu tunnistuseks on 1893 ilmunud esimene eestikeelne spetsiaalne kartulile pühendatud kokaraamat "Kartowli kokk ehk õpetus kudakartowlitest 125 rooga valmistada võib". Leiva kõrval sai kartulist tähtsaim toiduaine, vähenes kaalikate, herneste ja ubade tarvitamine ning toidulaualt kadusid naerid ja läätsed. Igapäevaseks argitoiduks said keedetud kartulid paksu nisujahukastmega, milles olid rasvakõrned või pekitükid. Kartulit hakati lisama putrudele ja suppidel.

Oluliselt kujundasid toidulauda ümber 19. sajandi teisel poolel alanud maamajanduse moderniseerumine ja toitumisteaduse areng. Kasvav toiduainetetööstus tõi lauale üha enam tehastes ja vabrikutes toodetud toidukaupu. 19. sajandi lõpukümnendel hakati toiduvalmistamisõpetusi jagama ajakirjanduses ja algupärastes kokaraamatutes. Mitmes trükis (1864-1901) ilmus baltisaksa majapidamistele mõeldud LidaPancki "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", millel oli oluline mõju linlaste toiduharjumuste kujunemisele. Nii Eestis kui Lätis kasutati palju Riia kodumajandusõpetaja MarraKorthi "Praktilist kokaraamatut" (1903). Aiapidamise ja köögiviljakasvatuse edendamist seostati samuti moodsate toitumisharjumustega. Alates 19. sajandi keskpaigast hakati välja andma eestlastest ja lätlastest kärneritele, sajandi lõpul juba ka talupoegadele mõeldud aiandusalaseid käsiraamatuid, vajalikke nõuandeid jagati ka ajalehtedes, ajakirjades ning kalendrites.

Elatustaseme tõusuga sai taludes senise aganaleiva asemel igapäevaseks toiduks puhas rukkileib. 19. sajandi lõpus hakati pühadetoiduks küpsetama nisujahust saia. Lihatoite jätkus aastaringi ka argipäevasele lauale. Soolasilgule lisaks osteti rohkem heeringat. Kui talumajadesse ehitati pliidid, levisid praetud toidud, külalistele hakati pakkuma praemuna singiga ning pannkooke. Piimakarjanduse arenedes söödi rohkem piimatooteid, sealhulgas juustu, ja joodi toidu kõrvale ka rõõska piima. Lisaks jahu- ja tanguputrudele keedeti manna- ja riisiputru. Uute jookidena võitsid poolehoiu tee ja kohv, viimast valmistati enamasti teraviljast ja siguritest. Taludes hakati kasvatama enam aed- ja puuvilju ning nendest valmistati mitmesuguseid roogasid, sealhulgas marjaveini. Sellele aitas kaasa suhkru odavnemine ja esmatarbekaubaks saamine. Kõigi marjaveinide krooniks siinmail peeti sõstraveine, mis õigesti valmistatuna maitsevat väidetavalt sama hästi kui Prantsusmaa punaveinid. 20. sajandil tõusis veinitegu mõnes peres võrdselt ausse koduõlle valmistamisega.

Tihenenud suhted Venemaaga ja vene elanikkonna kasvuga suurendasid Vene köögi mõju Liivimaa toidukultuurile. Venelased olid tegevad restoraniäris ja toiduainete tööstuslikus tootmises. Näiteks kali muutus 19. sajandi keskel populaarseks tänu just venelastest kaljakodade pidajatele.

## **20. sajandi algupoole moodsad toidud**

20. sajandi sõdadevahelistel kümnenditel kasvas toidukaupluste arv ja toidukaupade valik mitmekesisus. Varem ühetaolisele toidulauale ilmus kokaraamatute ja ajakirjanduse mõjul uusi roogi. Rohkem hakati sööma aedvilja, piimasaadusi ning mune, vähenes teraviljatoitude tähtsus. Endiselt soolati talveks liha ja kala, hapendati kapsaid ja varuti kartuleid, kuid linnas tehti seda varasemast märksa vähem ja toitu osteti pigem poest. Traditsiooniline rukkileib oli eestlaste ja lätlaste toidus ikka kesksel kohal, alles 1920.-1930. aastatel tõrjus sai talude peolaual peenleiva välja. Maal olid tavalised toidud praetud soolaliha koos keedukartulite ja soustiga, sageli oli laual traditsiooniline soolasilk. Road jäid talupoeglikult vähevürtsikaks. Suuremate perepidude puhul kutsuti söögitegemist juhtima väljaõppinud perenaised. Külmlaual olid tavaliselt sült, lihalõigud, pirukad, täidetud munad, heeringas hapukoorega. Soojade roogadena pakuti seapraadi ja vasikaliha, ahjukartuleid ning hapukapsast, uudistoiduna viinereid. Toidulauda täiendasid makaronid, mida toodeti kohalikes vabrikutes. Magustoiduks olid tavaliselt kissellid ja kompotid, samuti koogid. Kodudes tegid keedukursustel ja kodumajanduskoolides õppinud perenaised nii oma tarbeks kui tellimise peale suuri võikreemiga kaunistatud biskviittorte. Linnaprouad ostsid koogid arvukatest kohvikutest ja kondiitriäridest.

20. sajandi algusest kuni II maailmasõjanikorra lõpuni Eestis ja Lätis nii linna- kui ka maaperenaistele mõeldud toiduvalmistamise kursusi ning tegevust alustasid esimesed kodumajanduskoolid. Moodsa majapidamisõpetuse asjatundjad ja kodumajandusspetsialistid avaldasid kokaraamatuid ja perenaiste käsiraamatuid, propageerides tervislikku ja tasakaalustatud toitumist. Uudistoiduna tutvustati ajakirjanduses ja kokanduskursustel võileibu, mitmesuguseid salateid ja vitamiinirikkeid toortoite. Aianduskursuste mõjul laienes marjakasvatuse ja perenaiste kursustel õpitu kaudu sai populaarseks hoidiste valmistamine. Pühadeks ja pidudeks tehti marjamagustoite. Pohlamoosi hakati sööma verivorstide kõrvale. Puuviljadest imporditi peamiselt apelsine ja sidruneid, kuid kõrge hind takistas nende laialdast tarbimist. Veel 1930. aastate algul olid eksootilised viljad rahva hulgas vähe tuntud. Laiemale tarbijaskonnale oli uudisajaks ka tomat, mille tervislikkust ja häid maitseomadusi ning ning kulinaarseid kasutusvõimalusi ajakirjanduses usinalt tutvustati.

Rahva toitumist püüti mõjutada riiklike kampaaniatega. Nii loodi näiteks 1930. aastatel Eestis Piimapropaganda toimikond. Piima kasulikkusest räägiti teadusele tuginedes, rõhutades selle

vitamiinisaldust. Ka karskustegelased soovitasid peolaudadele piima- või mahlakokteile. Kohupiimast hakati valmistama mitmeid küpsetisi ja magustoite, mida pakuti nii kisselli, kompoti kui värskete marjadega. 1930. aastate teisel poolel tuli suvise magusroana müügile jäätis. Eestis propageeris Riiklik Kalanduskoda mitmekesisemate kodumaiste kalatoitude, eriti räime ja tursa söömist, kuna toidulaua domineeris importheringas. Kõige kallimad kalad olid sõjaeelsel ajal koha ja lõhe, samuti angerjas ja silm, mida söödi harvem.

Alkoholitarvitamine kasvas, kuid samas oli üsna lai kandepind karskusliikumisel. Juba 1840 avaldas Friedrich R. Kreuzwald esimese karskusteemalise raamatu "Viina katk". Soome eeskujul asutati 19. sajandi lõpul karskusselts. Veini tarbimine oli Eestis veel 1930. aastatel vähene - alla liitri täisealise elaniku kohta aastas. Viin oli kättesaadavam ning rahva veinimaitse tagasihoidlikult arenenud. Üldine poolehoid kuulus magusatele veinisortidele. Likööri ja napse tehti ka kodus, peamiselt viinast ja marjadest-puuviljadest või nende siirupist, lisades loodusandide ekstrakte, maitseõlisid ja -essentsi. Levinud oli koduõlle ja -veini valmistamine. Kohvijoomine sai üldiseks, paremates kohvikutes võis valida mitme kohvisordi vahel.

Lihtrahvas käis kõrtsides, keskklass võis endale aga vähemalt nädalalõppudel lubada restoranis käimist. Eriti hinnati tollal restoranides Prantsuse ja Vene kööki. Säilis juba Esimese maailmasõja eelne komme pakkuda eri aastaegade seotud toite: nii serveeriti jaanuaris-veebruari venepäraseid pliine kalamarja, hapukoore ja võiga, vastlapäeval seajalgu, hernesuppi ja vastlakukleid, suvel vähki, mardipäeval hane, aasta lõpus veri- ja tanguvorste. Kallimateks roogadeks olid restoranides linnupraed: kana, part, teder, aga ka värsked salatid ja köögiviljad.

### **Liivimaa toidupärand tänapäeval**

Liivimaa toidupärand elab edasi tänapäeva Eestis ja Lätis, kandes endas nii kohaliku talupojaköögi kui ka baltisaksa kokakunstile iseloomulikke maitseid. Paljud endisaja toiduained ja road on jätkuvalt tavapärased siinsete inimeste toidulaua, olgu selleks siis hapukapsad ja -kurgid, tatrapuder, kohupiimajuustud või rüübetena õlu ja kali. Omamaiste mesinike toodetud mesi on hinnatud maius nagu ka kodumaised marjad ja puuviljad. Eestimaal armastatakse endiselt kama ja seda lisatakse paljudele moodsatele magustoitidele. Mõned toidud, näiteks kanep ja looduslikud toidutaimed, on 20. sajandil olnud pikka aega unustusehõlma vajunud ning alles viimastel aastakümnetel taasavastatud. Mitmeid baltisaksa köögi ja kokaraamatute vahendusel eestlaste ja lätlaste poolt omaks võetud roogasid peetakse täna suisa rahvustoitideks nagu näiteks sülti, rosoljet, vorste, kringlit ja piparkooke.



## II TOIDUAINED

### RUKKILEIB

Rukkileib on eesti toidukultuuri üks tähtsamaid tugisambaid. Seoses talirukki võidukäiguga hakati 11.-12. sajandil igapäevaseks toiduks tarvitama hapendatud rukkileiba, mida küpsetati kobedast taignast suurte ümmarguste pätsidena. Rukkileival oli mitmeid eeliseid, muu hulgas püsis see kauem pehme ega muutunud seistes kõvaks ja rabedaks nagu palju varasemast tuntud odrakakk.

Leib oli vanal ajal raskelt käes, seda ei saanud raisata, seepärast söödi ka kõvaks läinud leiba või siis kasutati seda ära toidutegemisel. Just vedelad toidud (supid, soustid), aga ka joogid (õlu, vein jm.) andsid võimaluse kõva leiba pehmedada ja paremini söödavaks muuta. Väga vana ja algeline toiduliik, on see, mille tegemiseks võetakse valmis toiduvarud, tükeldatakse need ja värskendatakse mugavamaks söömiseks. Kõvaks läinud leib murtakse peeneteks tükkideks, hautatakse võis või rasvas, keedetakse või leotatakse vee, piima, õlle, kalja või taariga. Pudiks tehtud toit oli eriti sobilik lastele ja vanadele ning koos lisanditega pakuti seda isegi eesti pidulauas. Juba ammu ajast valmistati Eestis roogi, kus said kokku „kuiv” ja „vedel” leib, s.o. leib ja õlu. 18.–19. sajandil valmistasid eestlased leivast ja õllest õllesuppi, mida nimetati olenevalt piirkonnast kas *soeõlu* või *peergas*(sks. *Bierkäse*). Selle tegemiseks lisati soojaks aetud õlles piima ja leivatükke ning maitsestati. Niisuguse supi valmistamise traditsioon ulatub ajas tõenäoliselt palju sajandeid tagasi.

Eestlased kergitasid leivatainast peamiselt juuretiseiga, samas tunti ammu aegadest ka õllepärmiga kergitamist. 18.–19. sajandil tehti taluperes õllepärmiga taignast küpsetisi tähtpäevadeks, sest siis oli õlut rohkem. Pärmiga valmistati leiba ka sel juhul, kui leib sai otsa enne uut tegu. Seda nimetati *hädaleivaks*. Leivapätsid tehti suured ja ümmargused, kaaluga 6–12 kg. Uuemal ajal olid pätsid väiksemad ja ovaalsed ning kaalusid 3–6 kg. Eesti talupojad küpsetasid oma argipäevase leiva veel 19. sajandil sõelumata, purustatud keedega jahust. Nimelt ei sõelutud sel ajal mitte kõigis maaveskites jahu ning seda tuli teha kodus. Püüli valtsid tulid maaveskitesse üldisemalt alles 19.-20. sajandi vahetusel. Et jahu oleks rohkem, jahvatati vilja koos aganatega. August Wilhelm Hupel kirjutab 18. sajandi lõpul et eestlased söövad äärmiselt viletsat leiba, mida võib tulega süüdata ja vaid peopuhkudeks küpsetatakse leiba nisust või puhtamast rukkist, kuid mitte kunagi püülijahust. Saksa kirjamees Johann Christoph Petri leiab 1802, et eestlaste hambad on valged jämedast rukkijahust aganaleiva söömisest.

Linnas ja mõisates sõi ülemkiht rohkem saia kui leiba. Siiski leidub rukkileiva retsepte juba varastes baltisaksa kokaraamatuis. Tuntud olid rukkijahust näkileib ja kuivikud. 19. sajandi jooksul leivaretseptide hulk vähenes, alles jäid ainult üksikud õpetused – kuidas küpsetada magushaput peenleiba, haput

rukkileiba ja Saksamaal tuntud musta magushaput pumperniklit. Lihtsamatel söögikordadel sõid baltisakslasedki eestipärast leiba. Pärast Baltimaadest lahkumist sai rukkileivast ka baltisakslaste hulgas sümboolse tähendusega toit, mille järele igatseti, mida imporditi või püüti ise küpsetada.

Peo- ja pühadeleivana hakkas Eestis 19. sajandi keskel mõisate eeskujul levima rukkipüülist peenleib, sajandi lõpul Lääne-Eestis tuntud lihtjahust magushapu leib. Vene vanausulised tegid kroovitud rukkijahust pehme koorikuga "kloostrileiba", mida küpsetati ahjus savikausis. Puhast rukkijahuleiba hakkas talurahvas üldisemalt sööma alles 19. sajandi lõpupoole, ehkki ka siis lisati vajadusel aganaid või odrajahu. Et leib püsiks pehme hakati sellesse panema kartulit. Rannarahvas võttis kalapüügile kaasa soome kuivik- ehk näkileibu, mille keskel oli auk vardas kuivatamiseks. Ida-Eestis tehti silgu- ja hapukapsa-, Mulgimaal liha- ja saartel kalaleiba, setud hapukapsa-kruubi- ja peipsivenelased seeneleiba. Peamiselt Põhja- ja Lääne-Eestis küpsetati pühadeks rukkilinnasejahust kakkusid ja mähka (linnaseleiba), mis võis olla odra- või rukkijahust koorikuga ja linnasejahust täidisega. Rannarootslastelt pärineb komme teha jõuluks seakujulist leiba ehk jõuluorikat.

Eesti Vabariigis küpsetati kodus traditsioonilisi leibu. Maaperedes 1920.-1930. aastatel tehtud leivad kaalusid kaalusid 2-4 kg. Moodsatel perenaistel soovitati ahjust võetud leibu määrada kohviga.

## **RETSEPTID**

*Stackelbergide perekonna käsikirjaline retseptiraamat, 18. saj. keskpaik*

### **Hapuleivakook**

Lõika rukkileib viiludeks, et seda saaks peeneks hõõruda. Peeneks hõõrutud leivast kaalu ära 11 loodi (143 grammi), võta 12 muna ja 12 loodi (156 g) suhkrut, vahusta muna ja suhkur. Määri vorm, milles kook ahju pannakse võiga. Peenestatud leib sega vahustatud suhkruga ja muna sisse, vala segu vormi ning pane ahju, mis peab olema nii kuum, et kui sinna panna paber, siis tõmbub see tumepruuniks.

*Katharina Fehre "Uus köögi-ja kokaraamat", 1824*

### **Leivapuding**

Liiguta pool naela (200 g) võid kortli (ca 0,3 l) rõõsa koorega tule peal tummiks ja lase külmaks jahtuda. Löö siis 8 muna sisse ja natuke kaneeli, peeneks lõigatud sidrunikoort, pool naela (200 g) rosinaid, kust seemneterad välja võetud, neli prantssaia koorukest, mis maha riivid ja ka seda tüma, mis vürhvlisid lõikad ja mis sa toobi (1,2 l) rõõsa piima sees ära leotad, sõela peal kuivaks lased tõmmata ja siis juurde

liigutad; ja seda kõik pane ühe võiga ära määratud vormi sisse ja küpseta see valmis. Seda süüakse ühe kirsi- ehk mustikasoustiga.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Puding jämedast leivast**

Kaheksast munast võetakse kollane ja hõõrutakse seda  $\frac{1}{4}$  naela (100 g) suhkrut, natuke tõugatud kardemoni, peeneks lõigatud koorega ühest sidrunist  $\frac{1}{4}$  tundi ühele poole. Siis pannakse  $\frac{1}{2}$  toopi (0,6 l) hapukoort ja 5-6 pihutäit jämedat hõõrutud leiba ja viimaks vahtu 8 munast sinna juurde ja segatakse kõik hästi üksteisega läbi. See puding võib  $\frac{3}{4}$  tunni sees küpseks keedetud saada. Joodava viina vahtu antakse sinna kõrvale.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Koorekreem jämeda leivaga**

Lüüakse toop (ca 1,2 l) hääd vahukoort puuvispliga kangeks vahuks, segatakse sinna juurde pool toopi (600 ml) riivitud jämedat leiba, üks riivitud sidrunikoor, mao järel peenikest suhkrut ja süüakse kohe. Kui tahetakse kõvaks teha, siis sulatatakse 12 lehte valget želatiini poole tassi kuuma veega ja segatakse sinna juurde ja pannakse želeevormidega külma kohta tarduma.

*Signe Donner "Daani kokaraamat", 1923*

### **Leivasupp**

1  $\frac{1}{2}$  naela (600 grammi) jämedat leiba ehk koorukesi, 6 loodi (u. 80 grammi) võid,  $\frac{1}{2}$  kortlit (0,15 l) haput koort,  $\frac{1}{2}$  sidruni koort,  $\frac{1}{2}$  naela (300 g) suhkrut,  $\frac{1}{2}$  naela (300g) pohlamoosi, 3 toopi (3 liitrit) vett  
Leib või koorukesed keedetakse vees pehmeks, lastakse läbi sõela, kallatakse katlasse tagasi ja keedetakse veel kord läbi kui või, hapukoort,  $\frac{1}{2}$  sidruni koor ja moos on juurde lisatud. Lauale antakse kas soojalt või külmalt.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Õunavorm rukkileivaga**

Ained: 1  $\frac{1}{2}$  supitaldrikutäit õunaviilusid, väike taldrikutäis riivitud leiba (400-600 g), 8 muna, 1  $\frac{1}{2}$  klaasi suhkrut

Koorimata õunad lõigatakse viiludeks, keedetakse 1  $\frac{1}{2}$  taldrikutäit õunu  $\frac{3}{4}$ -1 klaasi suhkruga ilma veeta pehmeks, pannakse määrimata vormi põhja. Munarebud hõõrutakse suhkruga vahuks. Juurde lisatakse

niipalju riivitud rukkileiba, et sel segul on lusikakoogi paksus. Üle õunaviilude valatakse munasegu ja sellele segamata, suhkruga peksetud munavalgevaht. Küpsetatakse ahjus 5-6 minutit. Kolme inimese kohta arvestatakse 2 muna ja 1 ½-2 lusikatäit suhkrut.

---

## PIRUKAD

Pirukataigen on ammu ajast olnud liha või kala õhukindlaks küpsetusvormiks, mis ei lase neist mahladel välja valguda. Keskaja Euroopa peenes köögis oli levinud mitmesuguse täidisega vormipirukate valmistamine. Kuivõrd neid tunti tolle aja Eesti eliidi toidulaul, pole teada.

Baltisaksa köögis tunti mitmesuguseid pirukaid, mille retseptid tulid Euroopa, hiljem ka Vene köögist. Varauusajal valmistati endiselt suuri vormipirukaid, peamiselt liha- või kalatäidisega. Näiteks 1725 serveeriti Tallinna raehärrade toomalaupäeva pidusöögil ühte sellist hinnalt kallist küpsetist. Mõisates kasutati vormipirukate tegemiseks rukkijahutainast, millesse pandi ragu-laadset täidist. 18. sajandil levinud väikseid venepäraseid pirukaid nimetati *pirrogideks*. Baltisaksa köögis olid tuntud pekpirukad rosinatega või korintidega. Prantsusepäraseid väikesi lehttaignast vormipirukaid täideti vähiliha ja -või, vasikaaju, lõhe või porgandiseguga. 19. sajandil kasutati uhkeid pirukavorme ja küpsetisi kaunistati taignaribadest ornamentidega. Valikus olid nii suured kui väikesed liha-, kala-, kapsa- ja seenetäidisega pärmitaigna- ning muretaignast juustupirukad.

19. sajandil on eesti talurahvas küpsetanud rukkileivataignast suuri pätsipirukaid, väikeseid pirukaid siis veel ei tehtud. Värskest soolamata kalast valmistati Peipsi- ja Setumaal kalapirukat, millesse pandi terved kalad, nagu kiisad, latikad või särjed, koos peade ja sabadega. Pärnu- ja Mulgimaal tehti ka räimeleiba või silgupätsi. Samamoodi pandi rukkileivataigna vahele soolast sealiha, siis saadi *lihapiirakas* või *lihaleib*. Tehtud on ka liha-räime pätsi, eriti peremehe leivakotti. Laupäeviti valmistati ka *kapsapiirakaid*, milles täidisena kasutati ka hapendatud kapsast ja juurde segati pekitükke ning liharaasukesti. Kapsapirukal lasti mitu tundi leivaahjus haududa. Karjas käivatele lastele ja karjale õnneks küpsetati väikesed leivakakud, mille keskele suruti poolest saadik terve muna. Põhja-Läti aladel olid levinud pekpirukad. Läti eripäraks on rukkijahutaignast progandi- ja kartulitäidisega väikesed pirukad (*sklandrausis*).

19.-20. sajandi vahetuse nii saksa- kui eestikeelsetes kokaraamatutes liigitati pirukaid supi- või puljongikõrvaseks toiduks. Pirukataigen oli neis retseptides sepiku- või saiajahust. Eesti retseptides on enamasti tegu suurte soolaste pätsipirukatega. "Pisukestesse pirukatesse" pandi vasikaprae tükke, härja- või talleliha või praetud kala ning neid pakuti supi kõrvale või küpsetati võis. Siberimaa pirukaid

(pelmeenid) keedeti vees ja anti lauale sulavõi või äädikaga. Samuti võis neid praadida rasvas ning pakkuda puljongi kõrvale. Tunti ka venepäraseid keedupirukad, kohupiima-, kirsi- või vaarikatäidisega varenikuid, mida söödi sulavõi, hapukoore või kaneelisuhkruga.

Vene pirukakultuuri hinnati ka Eesti Vabariigis. 1920. aastatel pakkusid paljud söögimajad ja pagariärid Moskva pirukaid ja kulebjaakat - peenest köögist pärit uhkete taignakaunistustega kalapirukat, mille pannkoogitaignaga eraldatud kihtides peitusid lõhe, forelli või kohatükid seente, riisi, muna, porgandi ja maitseainetega. Kohvik Feischneris Tallinnas armastasid härrasmehed tellida keedetud lihapiirukaid. Tollastest kokaraamatutest leiab pirukaid nii pärmi-, või-, mure-, keedu- kui lehttaignast. Lisaks tavapärasele täidistele on sisuna mainitud loomaaju, vähiliha ja kanepiseemnesegu. Riisipirukaid soovitati maitsestada peenekshakitud heeringaga. Pärimitaignast veiseliha- või kapsapirukaid õpetati küpsetama rasvas. Leidub huvitavaid näiteid magusatest pirukatest köögiviljadega, näiteks kaalika, porgandi, kõrvitsa ja tomatiga.

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Pisikesed pasteedid (petits patées)**

Keeda üks värske härja keel hästi pehmeks, hari puhtaks ja haki seda ühtlasi ühe terve sidruniga, mille seest kõik seemned on välja võetud, hästi peenikeseks ja keeda seda pärast natukese lihasupiga, et see saab õige pehmeks. Saab see supp sissekeenud, siis võta tule pealt ära, lase külmaks jääda ja sega seda ära 3 muna, riivleiva, 3 lusikatäie konjaki, 4 lusikatäie sulatatud või ning natukese suhkruga ja liiguta seda hästi segi. Pane pärast välja rullitud pirukatainast pisikeste vormide sisse ja pane seda täidist sinna sisse ja kata need sellesama taignaga kinni ning lase neid ahju sees küpseda. Kes rosinaid nende pasteetide sisse tahab saada, peab neid koos keelega keetma, kui see on hakitud. Sedasama viisi võib ka vasikapraest pasteetisid teha, aga siis peab kõik, mis pruun on, prae pealt ära võtma ja kui üdi on ka, siis hakitakse seda katki ja keedetakse koos lihaga, kui ei ole üdi, siis saab neerurasva ja võid võetud.

*Henriette von Wahli retseptikogu, 1801-1810*

### **Pirukate tegemine**

Võta praetud vasikalih, haki see õige peeneks, lisa sinna tubi jagu korinte, nelki, kooritud sidrunit, mis on hästi peeneks lõigatud; ka pane sinna peensuhkrut ja peeneks hakitud sibulat. Sega kõik läbi, lase pehmeks keeda, nii et segu muutub paksuks. Taignasse kuuluvad: 2 ½ veerandikku (0,75 l) vett, soovi

järgi 1 pits viina, roosivett, 8 muna, 1 suur muskaat(pähkel), 4 naela (1600 g) võid ja 8 naela tainast, raputa sinna pisut suhkrut. Pane täidis taignale ja tee pirukad nii suured, kui soovid; löika need kenasti välja; määri pealt munaga ja küpseta ahjus valmis.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1824*

### **Pisikesed pasteedid peene raguuga**

Kui sa oma võitaigna õige ühetasaseks ja kööginoa selja paksuseks saad välja rullitud, siis löika iga pasteedi tarvis ühe kohvitassi järel kaks tükki sest välja, aga ühe seest pista jälle üks pisike kaas välja. Põhjatükk määri ümberringi munaga, pane kaanetükk siis peale ja määri ka seda munaga, aga hoia, et munast midagi ääre peale ei saa ja küpseta need pisikesed karbikesed ühe paraja ahju sees ilusaks kuldseks. Siis tee üks ragu poolest naelast vasika südamelihast, mis sa pisikesteks vürhvliteks löikad, natukesest sibulast ja heast peotäiest lehmanisadest, mis sa peeneks hakid ja natukese või sees läbi hautad ja siis selle vasikaliha juurde paned ja anna selle juurde veel natuke valget kastet, poole sidruni mahla, pipart, soola, muskaatpätklit ja keeda see kõik hästi tihedaks. Täida need pasteedikesed selle raguuga ja pane igaühele oma kaas peale. Kui sul ei ole valget kastet, siis võta natuke koort ja või sees hautatud jahu selle täidise tarvis.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Pirok, vene moodi**

Õhtul enne tegemist valmistatakse tainas selle piroki tarvis  $\frac{1}{4}$  toobist (0,3 l) leigest veest, tarvilikust jaost nisujahust ja pärmist ja lastakse teda üle öö seista. Hommikul pannakse paar muna ja  $\frac{1}{2}$  naela (200g) võid juurde, sõtkutakse tainas hästi läbi ja lastakse teda veel üks kord sooja käes kerkida. Siis rullitakse tainas sõrmepaksuselt välja, pannakse ühe võiga määratud küpsepanni peale, kaetakse üks pool sõrmepaksuselt külma vee ja natukese võiga keedetud paksu riisiga, pannakse sinna peale viilud toorest suitsetatud või soolatud kalast ja puistatakse natuke pipart, inglise vürtsi, muskaatõisi ja mõni kõvaks keedetud ja peeneks hakitud muna ta üle. Nüüd lüüakse teine pool taignast selle üle, litsutakse ääred sõrmedega õige kõvasti kokku ja tehakse terve pirok üheks piklikuks ruuduks. Siis võitakse seda löödud munaga, puistatakse riivleiba peale ja küpsetatakse ahjus küpseks ja pruuniks, Teda antakse pruukostiks.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Pekipirukad**

Pekk piruki tarvis. – Kaks naela (ca 800 g) suitsutatud seapekki, kus küljes ka tailiha on, kaabitakse mustast puhtaks, pestakse ära ja lõigatakse hernetera suurusteks tükkideks. Keedetakse siis kaks suuret peenikeseks lõigatud sibulat paari lusika täie võiga pehmeks, lisatakse pekk juurde, raputatakse peenikest pipart ja kui tarvis soola peale ja hautatakse läbi. Soovi järele võib ka veerand naela (ca 100 g) puhastatud, pestud ja kuuma veega kupatatud rosinaid lisada.

Pirukate valmistamine. - Võetakse tarviline jagu pärmitainast ja rullitakse jahuse laua peal õige õhukeselt välja. Nüüd pannakse taigna äre pääle teelusikaga pikk kitsas rida pekitäidist, lüüakse tiana äär üle peki ja lõigatakse terava noaga väikesed neljakandilised pirukad. Pannakse need plaadi peale, määratakse klopitud toore munaga pealt ära ja küpsetatakse keskmise kuumusega praadi- ehk leivaahjus pruuniks ja küpseks. Kui ahjust välja võetakse, siis määratakse pealt sulavõiga. Neid süüakse kuumalt pruukostiks.

### **Pirukad tule-homme-jälle (*Komm morgen wieder*)**

Pirukaliha valmistamine. – Nael (400 g) supiliha ehk nael (400 g) sea- ehk vasikapraadi raiutakse õige peenikeseks. Nüüd praetakse kaks peenikeseks lõigatud sibulat veerand naela (100 g) võiga kastruli sees pehmeks, lisatakse sinna juurde: kolm söögilusika täit haput ehk rööska koort, siis see liha, maitse järele soola ja peenikest pipart, segades hautada ja siis lisada veel 3 kõvaks keedetud, kooritud ja peenikeseks lõigatud mina. Nüüd kallatakse kausi sisse jahtuma.

Pirukate valmistamine. – Kolm toorest muna, pool naela (200 g) nisupüüli jahu ja natukene soola pannakse kaussi ja segatakse niipalju rööska piima juurde, et vedel pannkoogi tainas saab. Siis tehakse väikene sabaga pann pliidi pääl kuumaks, määratakse sularasvaga, kallatakse siis õhukene kord tainast üle ja küpsetatakse niiviisi õhukesed pannkoogid. Pannakse siis iga koogi pääle pikk tükk pirukaliha, rullitakse kui vorstid kokku, veeretatakse esiteks nisupüüli jahu ja siis toore muna ja riivleiva sees. Praetakse panni pääl kuuma sularasva või siis või sees pruuniks. Neid võib pruuni võiga või suppide juure süüa.

### **Õunapirukad**

Kakskümmend suurt haput õuna kooritakse ära ja lõigatakse niiviisi õhukesteks viiludeks, et südamed järele jäävad. Siis segatakse sinna juurde peenikest suhkrut, peenikeseks tõugatud kaneeli ja nelgipulbrit ja vähe sulavõid. Nüüd võetakse naelased tükid pärmitainast ja rullitakse laua peal õhukeseks, pannakse iga tüki peale hea jagu neid õunu, lüüakse siis see tainas üle nende õunte, määratakse pealt toore

munaga ja küpsetatakse prae- või leivaahjus pikkamisi pruuniks ja küpseks. Ahjust välja võttes tehakse pealt sulavõiga ja raputatakse peenikest suhkrut peale.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Porgandipirukad (pärmitaignast)**

Ained: 1 kg porgandeid, 2 muna, pipart, soola, 1-2 spl võid või margariini, 2 ½ kl piima, 900-950 g segajahu, 25 g pärm, 1 muna

Porgandid kaabitakse puhtaks ja keedetakse vähesoolatud vees pehmeks. Porgandid võetakse veest, hakitakse peeneks, juurde lisatakse 2 toorest muna, noatsatäis pipart, maitse järgi soola ja 2 lusikatäit sulatatud võid. Piim soojendatakse, selle sees leotatakse, kui piimal on ihusoojus, pärm, lisatakse 1 tl soola juurde ja kastetakse jahu ühe käega hulka, kuni käsi on taignast puhas. Taigen kaetakse kinni ja pannakse sooja kohta kerkima. Või hõõrutakse vahuks ja kastetakse kerkinud taigna hulka. Taigen kerkib teist korda, jaotatakse kolmeks. Iga taignatükk tõmmatakse saialauale laiali, pannakse täidise kolmas osa iga tüki peale, taigen vajutatakse üle täidise kinni ja tõstetakse määratud pannile. Kui pirukad on kerkinud, määratakse nad munaga ja küpsetatakse 20 minutit kuumas ahjus. Porgandipirukad süüakse õhtusöögiks või tee juurde.

*Aari Rõuk "100 toitu õunast", 1938*

### **Õuna-, peki- ja hapuleivapirukas**

Umbes 1 kg hapuleivatainast, 300-400 g õunu (5-6 õuna) (või 100 g kuivatatud õunu), 100-200 g pekki, sealih

Hapuleivatainas rullitakse või surutakse piklikuks nelinurgaks. Õunad pestakse, tükeldatakse, pannakse taina keskele. Pekk tükeldatakse, praetakse kergelt, pannakse õuntele. Taina ääred pööratakse üles ja pigistatakse kokku, pirukas tehakse märja käega siledaks ja küpsetatakse. Süüa piima, kohvi või teega.

---

## **ÕLU**

Õlu on Eestis põline jook, mida tehti ilmselt juba esimesel aastatuhandel pKr. Eestlaste traditsioonilisi õllepruulimisvõtteid kirjeldab ühena esimestest Dionysius Fabricius 17. sajandi alguse kroonikas: „Õlut pruulivad nad oma maal peaasjalikult odralinnastest ja kivide abi. Teised, tehes segu külma vette valatud odrajahust, küpsetavad seda seejärel leivaahjus, ja kui see on hästi läbi küpsenud, saavutavad pärast keeva veega ülevalamist hea maitse ja magususe, nii et nad oskavad teha mitte sugugi halba õlut”.



Linnas pruuliti keskajal õlut, keetes linnaseid koos humalatega suures katlas. Nii maal kui linnas eelistati odraõlut. Joogi säilivust parandava humalaga hakati õlut maitsestama ilmselt alles 13. sajandist alates, saksa sisserändajate eeskujul. Õllele lisati ka ürte ja maitsetaimi, eriti porssa, samuti salveid, raudrohtu, ristikkeina, koirohtu, sookailu jms. Linnas pruuliti mitut sorti õlut, mida eristati peamiselt kanguse järgi (kange õlu oli kallim). Õlu oli nii argi- kui pidupäevajook, päevanormiks oli ca 3 liitrit mehe kohta. Vaheldust kohalikule õllele pakkusid sissetoodud sordid, näiteks Hamburgist ja Danzigist.

Valgustusaja literaadi A. W. Hupeli andmeil olid sel ajal tähtsamad õllesordid jääkeldri-, kannu- (või kõrtsi-), pudeli- ja lauaõlu, sorte eristati seejuures kanguse järgi. Kannu- või kõrtsiõlu oli kõige tavalisem, mida iga talupoeg enda jaoks pruulis, 120-toobise vaadi kohta arvestati seejuures umbes 1 Riia vakk linnaseid, 1-2 naela humalaid. Hupeli järgi oli Liivimaa talupoegadel tavaline õlletegu kuumade kividega, nii saadud sogasevõitu õlu. Teist õlle valmistamise moodust nimetab ta rootsi viisiks, põhimõtteliselt seisnes see linnaste ja humalate ühes katlas keetmises.

Enne kohvikultuuri levikut tavatsesid baltisakslased juua hommikuti sooja õlut vürtsidega, millest eelistatuimad olid ingver, kaneel, nelk. Head maitset andis õllele pomerantsi koorte lisamine humalat asemel. 18. sajandil pruuliti mõisates õlut nii isandate kui teenijapere tarbeks. Õlut imporditi Saksa- ja Inglismaalt, 18. sajandil võitis rohkelt populaarsust inglise õlu, mida püüti Liivimaalgi eeskujuks võtta. Hupeli väitel võis Liivimaa õlu küll vaevata inglise õlle värvi saavutada, aga vahe maitstes püsis siiski suur. 1861. aastast lubati Eesti väikestel pruulikodadel pruulida õlut aktsiisivabalt, seetõttu asutati uusi õllekodasid ja õlle joomine kasvas. Ka üliõpilaskorporatsioonide joogikultuur hoidis õlut au sees.

Taludes tehti õlut tavaliselt pulmadeks, varrudeks, samuti jõuluks, jaani- ja mihklipäevaks. Õlut ohverdati esivanemate hingedele, kodu- ja loodusvaimudele. Ka kaugemale teelemineku, tööde alguse ja lõpul puhul pruulisid ja jõid mehed ühiselt õlut. Põhja-Eestis on õlletegemine olnud levinum kui Lõuna-Eestis. 19. sajandi teisel poolel müüsid Lõuna-Eesti suuremad talud odrad mõisate õllevabrikutesse ja ostsid peo puhul õlut, raha läks talu ostuvõla katteks. Kodune õlletegu hakkas vähenema seoses õllekookide ja -vabrikute tekkega. Pärast Esimest maailmasõda pruuliti kodus taas rohkem õlut, eriti saartel. Paljudes taludes jäi koduõlu peojoogina kuni Teise maailmasõjani esikohale.

19. sajandi lõpul rajati linnades suured õlletööstused. 1800 alustas Tartus tegevust Hesse õllevabrik (praegune A Le Coq). 1820 Saku mõisas asutatud õllekoda oli Saku õlletehase eelkäija. 1879 rajas J. E. Blibernicht Pärnusse õllevabriku, kus toodetud baieri õlut hinnati kõrgelt. 1926-1933 valitsesid õlleturul peamiselt kaks suurtootjat: Saku õlletehase müügipiirkond oli Põhja-Eesti, A Le Coq'il Lõuna-Eesti.

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Munaõlu (Eiersuppe)**

Keeda poolteist toopi lahjemat õlut üles, võta vaht pealt ära ja pane peenikeseks lõigatud pomerantsikoort ja suhkrut ehk siirupit maitse järele sisse. Tee seda 6 munakollasega tummiks, vispelda natuke nisujahu sinna sekka, liiguta ja vispelda ühtepuhku, sest muidu läheb tema korralt kokku ja kui see siis saab üles keenud, siis on ta valmis. Pane siis pisikesed neljakandilised saiatükid vaagna sisse, vala suppi peale ja riputa suhkrut ja tõugatud kaneeli peale.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1824*

### **Õllesupp**

Kolm kortlit (0,9 l) õlut, kortel (0,3 l) vett, keeda nii palju köömnega kui sa näpu vahele võid võtta ja mis sa puhtaks pesed ja peeneks tõukad, üles ja tee seda mee ehk suhkruga nii magusaks kui tahad. Siis pane pool lusikatäit võid sisse ja klopi kuus muna hästi, vala natuke sest keevast õllest sisse, liiguta seda hästi ja vala õlle sisse ja klopi seda vispliga nii kaua kui veel kangesti suitseb. Seda suppi pane prantssaia peale, mis neljanurgelisiks tükikesiks saab lõigatud ja võiga praadinud, supivaagnasse.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Piimasupp õllega**

Pannakse 1 ½ toopi (2,8 l) õige head rõõska piima tulele ja niipea kui tema tahab üles keema hakata, kallatakse 1 kortel (0,3 l) head lahjat õlut piima juurde. Niipea kui kokkuläinud jagu piimast lahkunud on, võetakse supp tulelt ja kallatakse ühte vaagnasse. See piim antakse soojalt õlleklaasidega laiali ja tema juurde saab tükiks lõõdud pruun suhkur antud.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Külm õllesupp (Kaltschale)**

Murtakse 5 kopika eest suhkruküpsiseid väikesteks tükideks, pannakse suure tirina sisse, lisatakse sinna juurde pool naela puhastatud, pestud ja veega pehmeks keedetud korinte ehk väikseid rosinaid, 1 koorega viiludeks lõigatud ning seemnetest puhastatud sidrun ja viis pudelit head valget ehk musta õlut. Nüüd lisatakse veel nii palju peenikeseks tõugatud suhkrut hulka, et paras magus, segatakse tasakesi segi, pannakse väike tükike hästi selget, pestud jääd juurde ning antakse lauale.

*Signe Donner "Daani kokaraamat", 1923*

### **Lihtne õllesupp**

1 ½ naela (600 g) jämedat leiba, 4 pudelit õlut, ½ toopi (0,5 l) vett, suhkrut, rõõska piima

Leib lõigatakse kuupideks, pannakse õlle ja veega keema. Keedetakse kuni leib pehme, lisatakse maitse järele suhkrut. Antakse lauale rõõsa piimaga.

---

### **KALI**

Kali ja taar on Eestis vanimad joogid igapäevasel toidualaual. Vanemal ajal valmistati kalja õllepäras, lisades sellele vett ja lastes hapneda. 17. sajandi kroonik Thomas Hiärne nimetab sääraselt valmistatud jooki taariks (*tahra*). Etnograafilises kirjanduses käsitletakse kalja ja taari nii samatähenduslikena kui ka erinevate jookidena. Taari on peetud n-õ omaette valmistatud joogiks: leivale, rukki- või kaerajahule valati peale kuum vesi ja lasti mõned päevad hapneda. Valgustusaja tuntud literaadi A. W. Hupeli sõnul näiteks jõid talupojad igapäevaselt vett, mida nad rukki- või linnasejahu peal mõnda aega seista lasksid. Põhimõtteliselt võib seda jooki pidada taariks. Nimetused *taar* ja *kali* on laenatud baltisaksa keelde, mis osutab, et tegu oli vanade kohaliku päritolu jookidega. Linnas oli keskajal levinud joogiks *dunnenber* (sks *Dünnbier*) ehk kali. Erinevalt õllest võis kalja valmistada ja müüa linnavalitsuse seatud piiranguteta, võrreldes õllega oli kali ligi kümme korda odavam.

Vähese või olematu alkoholisisalduse tõttu ei olnud kali prestiižne jook, seda jõi rohkem lihtrahvas. Eestlased on nimetanud pilkavalt *kaljapeaks* inimest, kes kanget alkoholi ei talunud. Linnas ja mõisas valmistati kalja palgatöölise ja teenijaspere vajadusteks. Peenem rahvas püüdis kaljale lisaväärtust anda mitmesuguste lisanditega. Kalja maitsestamiseks kasutasid baltisakslased nii kannikesejuuri kui piparmünti.

Linnas pruuliti kalja müügiks juba keskajast peale, õllega võrreldes, oli see aga vähem tulus. Siiski läbi sajandite kalja valmistati ja müüdi. Näiteks Tartu mittesaksa, s.o eesti soost pruulijate 1752. aasta skraa sätestas, et nood pidi lisaks õllele hooldama lahja õlle (*Sahperri*; sks *Schwachbier*) ja kalja (*Dünbier*) pruulimise eest. Põgusa tagasilöögi sai kalja tarbimine seoses kooleraepideemia puhkemisega, kui Liivimaa kuberner Magnus von Essen andis 1847 välja juhise koolera ennetamise kohta. Nimelt arvati tol ajal, et haigust soodustavad kääritatud toidud ja joogid, mistõttu loeti kahjulikuks: "hapu kali ja niisugused road, misjuurde haput kalja pandud".

Eriti populaarseks muutus kali 19. sajandi keskpaigas tänu venelastest kaljakodade pidajatele, nende kaudu tuli eesti ja baltisaksa keelde ka sõna *kvass* (Kwass). Tallinas oli 1880. aastatel üheks tuntumaks

kaljameistriks Dimitri Savinov, kes maitsestas jooki inglise pipra, kaneeli, nelgi, kardemoni ja muskaatpähkliga. Linnade kaljakodades kujunesid välja kindlad kaljasordid: rukkileivast ja -linnastest vene kali, odralinnastest, nisujahust ja siirupist baieri kali ning odra- ja rukkilinnastest ja nisujahust hapukali, lisaks valmistati mahladest ja siirupitest puuvilja- ja marjakalju. 19. sajandi lõpul hakkasid seda jooki valmistama ka mõned kunstliku mineraalvee tehased, limonaaditöökodad, samuti apteegid. Esimese maailmasõja suhkrupuuduse ajal oli hapukali pea ainus karastusjook.

Taludes tehti kalja ja taari enamasti linnasejahust, spetsiaalsest kaljaleivast või õllerabast. Linnasejahust keedeti meski - kaljanõusse pandi kuumad kivid, millele raputati pruunikat värvust andnud rukkijahu. 20. sajandil hakati tumeda tooni saamiseks kaljale lisama pannil kõrvetatud rukkijahu või suhkrut. Joogi maitsestamiseks kasutati mõnel pool humalaid ja kadakamarju. Saaremaal valmistati kalja koguni kartulist, leivast ning jahust. Rabale kallati aeg-ajalt värsket vett peale, nii saadi kalja ligi kuu aega. Kalja valmistati koolis õpilastele, kellele see oli 20. sajandini peamine toidukõrvane jook.

Eestlased on kasutanud kalja ka toiduvalmistamisel. 19. sajandi lõpust pärineb üks levinumaid talurahva magustoite - kaljapudi, mida tehti leivast, kaljast, rõõsast piimast, munast ja suhkrust. Vahel lisati sellesse ka võid. Kuuma kalja meega peeti arstirohuks külmetuse ja kõha vastu. Kaljast saab valmistada suviseid suppe, supikali peab olema aga karge ja hapu maitsega.

19. sajandi lõpul-20. sajandi algul propageerisid karskustegelased kalja joomist alkoholsete jookide asemel. Kalja tarbimine vähenes Eestis 1920.-1930. aastatel, kui piim oli aastaringi laual ning argipäeviti joodi kohvi, teed või karastusjooke. Tollases karskuspropagandas tutvustati moodsamaid kaljaretsepte, milles kasutati puuvilju ja mahlu ning kääritamiseks pärimi ja suhkrut. Ühes retseptiraamatus pakuti üle 20 kaljavalmistamise õpetuse: lisaks tavapärasele linnase- ja leivakaljale, millele soovitatakse huvitavamalt mekki anda maitseesiirupitega, esinevad venepärased kaljad; tatrajahuga mardikali; pirni-, õuna-, jõhvika-, pohla-, sidrunikali. Kalja soovitati lisada nt veripannkookidele, samuti kasutada kalade marineerimisel. Kalja valmistasid väiksed joogitööstused, kes vahendasid ka Soome vaadi- ja pudelikalja. Ajakirjanduses soovitati valmistada kalja värsketest õuntest. 1930. aastatel hakati kalja nii Eestis kui ka välismaal (nt San Francisco maailmanäitusel 1939) koos kama, verivorstide ja mulgi korpidega tutvustama kui eesti rahvustoitu. 1937 kehtestati seadus, mille kohaselt võis alkoholita karastusjookide valmistamiseks kasutada ainult põllumajandussaadusi, mitte sünteetilisi ekstrakte. Kali pidi sisaldama vähemalt 8 protsenti linnaseekstrakti.

Tänapäeval toodavad paljud suurtootjad kalja peamiselt kontsentraatidest, osad õlletehased teevad siiski ka naturaalselt kalja. Kali on hea janukustutaja ning sel arvatakse olevat soodne mõju

seedetegevusele. Taas jagatakse õpetusi koduseks kaljateoks, tutvustades kõikvõimalike marja- ja puuviljakaljade retsepte. Traditsioonilist kalja saab maitsta laatadel ja suvistel rahvaüritustel.

## **RETSEPTID**

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

### **Vene kalja teha**

Võta 6 toopi (7, 2 l) odralinnaste jahu, pane seda ühe riista sisse ja hauta seda keeva veega, et üheks taignaks saab, kust ka üks madal kook võtad teha, mis ka ühe panni sees ehk ühe plaadi peal välja pakid. Ahi ei pea mitte väga palav olema, vaid niisugune, et kook hästi küpseks saab ja läbi ööd ahju sees võib seista. Siis murra kook tükkideks katki, pane tükid ühe riista sisse, mis ehk 30 toopi (36 l) suur, pane tükikese kannikesejuurt sisse, mis sa haamriga hästi saad kloppinud, vala riista siis veega täis ja lase seista kuni hakkab hapnema. Siis villi seda ühe ankru ja kolme päeva pärast pudelite sisse.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Leivakali**

10 naela (ca 4 kg) hästi haput rukkileiba lõigatakse õhukesteks viiludeks ja röstitakse paraja kuumusega levaahjus nii kaua, et helepruuniks lähevad ja läbi kõvaks kuivavad, siis pannakse need hästi puhtaks pestud ja hautatud puust tõrrekese sisse. Siis keedetakse 20 toopi (ca 24 l) puhast vett üles, kallatakse selle leiva pääle ning lastakse 24 tundi kinnikaetult seista. Kurnatakse nüüd vedelik tasakesi, et leib ühes ei lähe, läbi tihke jõhvsõela või valge linase riide. Siis pannakse kausikese sisse: 8 loodi (100 g) pärm ja 8 loodi (100 g) nisujahu, segatakse nüüd niipalju seda leiva vett sinna juurde, et vedelapoolne tainas saab, ning lastakse soojas kohas kerkida. Keedetakse peotäis piparmündvarsi veega hästi läbi, lisatakse selle keeva tee hulka 4 naela (1,6 kg) suhkrut, sulatatakse ära ning kurnatakse läbi riide selle leivavee juurde, niisama segatakse ka pärm sinna hulka ja lastakse soojas kohas niikaua käärida, et vaht pääle tuleb, mis hoolega ära tuleb riisuda, muidu käärib pudelites väga kõvasti ja lööb need lõhki. Kurnatakse siis see vedelik ettevaatlikult, et paks põhja seisma jääb, läbi tihke puhta riide, kallatakse paksudesse puhastesse pudelitesse, nii et kaelani täis on, lüüakse kindlad korgid pääle ja lastakse jahedas kohas mõned päevad seista ning siis võib juua.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Sidrunikali (kvass)**

Aineid: 16 l vett, 50 g pärm, 1 kg suhkrut, 6 sidrunit, 8 tilka pirnieetrit, 24 pudelit, uusi korke, lakki või vaiku

Keev vesi jahutatakse. 8 l leige vee sisse pannakse sooja vee ja vähese jahuga kergitatud pärm, suhkur ja sidruni pealt õrnalt riivitud kollane koor. 12 tunni järel lisatakse 8 l külma vett, sidrunimahl, 8 tilka pirnieetrit juurde ja lastakse läbi riidekoti joosta; kui veel vahtu peale korjub, riisutakse ära, täidetakse pudelid, kindlad uued korgid lüüakse masinaga peale ja lakitakse pudelid. Kvass seisab keldris ja kõlbab nädala pärast juua.

---

### **SEALIHA**

Läbi aegade on sealihal olnud eestlase toidulaual sedavõrd tähtis koht, et seda võib õigusega pidada üheks Eesti toidukultuuri alustalaks. Seast on tarvitatud toiduks peaaegu kõike: liha, rasva, verd, sisikonda, pead ja jäsemeid. Eriti hinnatud on olnud seapekk. Vanal ajal ei hoitud sigu pidevalt nuumal, vaid need jooksid vabalt ringi ja otsisid endale ise toitu. Keskajast säilinud teateil nuumati sigu vahetult enne tapmist, võimalusel odraga. Söödi erineva kvaliteediga liha: lisaks rasvastele nuumloomadele ka õrna lihaga noorloomi, eeskätt piimapõrsaid. Viimaseid on samuti nuumatud. Sealiha, eeskätt seasinki ja -pekki hinnati keskajal kõrgelt just rasvasuse pärast. Sealiha oli kvaliteetsem ja kallim kui veiseliha, ligikaudsel hinnangul oli 16. sajandi algul Eestis seasink töötlemata veiselihast u. 3-4 korda kallim. Värskest sealihast toite oli menüüs pigem harva, peamiselt söödi seda ikka töödeldud kujul. Pikaajaliseks säilitamiseks ja/või kauplemiseks mõeldud tooted olid sink, suitsuvorst, suitsutatud ja soolatud seakülg, kuivatatud liha, soolaliha, pekk, praeliha, sült. Seasink oli tähtis kaubaartikkel, aga oma pere vajaduseks tavatseti seda ise kodus valmistada, olenevalt majapidamises leidunud keedu- ja küttekolde iseloomust riputati sinke suitsutamiseks kas mantelkorstenahju, ahjukerise kohale vm. Eesti keskaja allikad näitavad samuti seasingi ja -peekoni laialdast kasutamist, neid söödi eeskätt pidulauas niisama suupisteks, aga päris kindlasti kasutati ka roogade valmistamisel. Lihavorstide tegemise kunst on Saksa köögi mõju Eesti toidukultuuris. Kõige rasvasem on sea ribiliha ehk keskaja aja mõistes peki- või seakülg, mida saadi seast samuti kaks tükki, pikaajaliseks säilitamiseks seda soolati ja suitsutati. Just sea pekikülg oli armastatuim proviant. Keskajal armastati süüa ka keedetud seajalgu, neid pakuti isegi peentel pidusöömingutel. Sülditegu levis Eestis Saksa kultuuri mõjul. Keskajast pärit arheoloogiline leiuaines osutab, et sült kuulus siinsete linnaelanike toidusedelisse ning süldiks tarvitati väheväärtuslikke kerepiirkondi, nagu pea ja

koodid-jalad. Samuti kasutati sülditeoks pörsaid. Hilisematel sajanditel on baltisaksa köögis lisatud seasüldile ingverit, peterselli ja nelki. Sülti söödi estragoniäädika, sidrunimahla või brändiga. Sültide kaunistamiseks ja garneerimiseks kasutati 19. sajandi lõpul keedumune, anšooviseid, kappareid, salatilehti, rediseid ja olenevalt aastaajast vähke või mürkleid. Samast ajast pärit retseptikogude järgi valmistati baltisaksa köögis seakarbonaadi, taigas küpsetatud seapraadi, ürtide ja vürtsidega maitsestatud pörsalihatäidisega vormipirukat.

Taludes söödiliha sügisest kevadeni 1-2 korda nädalas, kevadsuvel liha nappis. 18. sajandil kritiseerisid baltisaksa kirjamehed, et talupojad söid enamuse lihast sügisel peetud pulmades ära. 19. sajandil olnud rikka talu pulmalaual nii suured lihapütid, et lauataguna rida sööjaid pole välja paistnudki. Seapea söömise komme kuulub ilmselt pulmatavade vanimatesse kihistustesse.

Eesti lihtrahva sealiha valmistamise vanad traditsioonid peegelduvad muuhulgas talupoegade andamites, nad on maaisandatele toonud sinki, pekikülgi, pekki, sealiha ja -jalgu. Kristlikul ajal kujunes Püha Antoniuse mälestuspäev 17. jaanuaril, mida eesti rahvakalender tunneb kui tönisepäeva, n-ö sigade pühaks. Kagu-Eestis näidati sel päeval sigadele päikest ja söödi seapead. Seasaba oli mõnel pool rituaalne toit esimesel külvipäeval. Kartulite levik tõhustas sigade pidamist, sajandi viimasel veerandil tapeti juba mitu siga ja liha jätkus pidevalt söömiseks. Siga tapeti noore kuu ajal, sest usuti, et siis sealiha "kasvab". Lihatagavara soolati, vanemal ajal ka kuivatati kas aidas või toas kerise kohal, Lõuna-Eestis suitsutati seasinke saunas. Rikkalikumalt söödi liha pühade, pidude või talgute ajal. Kõige üldisem ja tavalisem toit oli soolase sealihaga supp. Pühadeks ja pidudeks küpsetati liha ahjus või kerisel. Liha praadimine levis 1860. aastatest koos pliitide ehitamise ja sabaga pannide ostmisega.

Kui eesti taluperes tapeti loom pühadeks või peoks, keedeti peast, jalgadest ja muudest rupskitest *jaheliha* ehk sülti. Vanemal ajal valmistati peamiselt lamba- ja vasikasülti. Seasülti hakati tegema 19. sajandi lõpupoole, eeskätt pulmadeks. Sülti keedeti suurtest lihatükkidest koos väiksemate kontidega, lisades maksa ja kopsu. 19.-20. sajandi vahetusel levis saksa köögi eeskujul kontidest puhastatud sült, millesse siseelundeid ei pandud. Samal ajal jäi harvemaks seapea keetmine tähtpäevadeks.

Iseseisvusaja alguseni pandi rõhku sigade nuumamisele peki saamiseks. 1920. aastatel hakati tegelema sigade tõuaretusega, rasvasigade asemel tapeti peamiselt kesikuid. Kümnendi teisel poolel hakati peekonsigu kasvatama ekspordiks Suurbritannia turule, kus osteti ka eesti lihakonserve. Lihatööstustes toodeti singikonserve, sülte, pasteete, mitmesuguseid lihalõike ja seakoote jne. Tollane nõuandekirjandus soovitas kergema töö tegijatel sealiha söömist piirata ja tarvitada selle kõrvale rohkem aedvilja. Klassikaline seapraad on ka tänapäeval armastatud roog, kuid selle kõrvale valmistatakse erinevates marinaadides ja maitseainetega prae- ning grill-lihasid. Traditsiooniliste eesti

maatõugu sea ja eesti suure valget tõugu sea kõrval on sealiha maitseomadusi vääristanud uued tõud, kokkade hulgas on eriti hinnatud marmorliha.

## **RETSEPTID**

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

### **Kallert sealihast**

Pese ühe noore sea koot, mis sa viisakateks tükkideks oled lõiganud, leige veega mõned korrad ära ja lõik kõik maha, mis ei kõlba. Pane see siis nii suure veega tulele, et liha saaks kaetud. Kui oled vahu pealt hästi ära koorinud, siis pane 6 tervet sibulat, natuke tervet valget pipart, soola ja üks loorberileht juurde ja keeda seda kuni hoopis tühjaks läheb. Siis sulata natuke soola külma vee sees, õta see tüma liha kahvliga välja ja pane sinna soolvee sisse, koori kõik rasv liha supi pealt ära, lase sõelast läbi, keeda see korteri kange äädikaga lühemaks ja klaari munavalge ehk kapitud toore vasikalihaga hästi ära ja aja see siis läbi ühe flanelli. Liha võta nüüd vee seest välja, puhasta seda veel üks kord hästi ja pane see siis ühe kausti ehk ühegi muu vormi sisse, nõnda et nahapool vormi ligi saab. Nõndaviisi pane kõik liha sisse ja vala siis see keedetud supp peale. Kui saab hästi ärajahtunud, siis keera see ümber ühe vaagna peale. Võid vormi põhja ka keedetud punased peedid, porgandid, petersellihele ja sidroniviilud panna, oma tahtmise järele.

*Stackelbergi suguvõsa käsikirjaline retseptikogu, 18. sajandi keskpaik*

### **Kuidas kodusea pead nii valmistada, et see näeb välja ja maitseb nagu metssea oma**

Tapetud seal võtta pea maha abaluu juurest, nii et kogu kael jääks selle külge. Eemalda kõri koos keelega, aja pea tubli varda otsa ja hoia seda hõõguvatel sütel, määri seda käega sageli üle vere ning vähese tahma või nõega, kuni see tule kohal mustaks kuivab. Seejärel keeda seda korraliku koguse äädikaga, millele on lisatud peotäis soola, terved pipra(terad), natuke ingverit ja paar peotäit kadakamarju, loorberilehti, värskaid või kuivatatud healõhnalisi ürte, nagu majoraan, basiilik jne. Keetmisel peab pea olemaveega üleni kaetud. Seda tuleb aeglaselt 2-3 tundi keeta, kuni on tunda, et see on hästi pehme. Samas marinaadis, milles pead keedeti, tõstetakse see kõrvale, suvel jääkeldrisse, ning lastakse seista. Kui see on juba järgmisel päeval külm, võtta see marinaadist välja. Kui see söögilaualt tagasi tuuakse, siis tuleb see asetada tagasi leemesse, kust see võeti. Laual ei ole see mitte ainult vaatamiseks mõeldud roog, kui ta on õite ja loorberi või muude lehtedega kaunistatud, vaid ka väga maitsev toit. Soust, millega seda koos nauditakse ja koos laual serveeritakse, koosneb kahest lusikast



sinepist, mida valmistatakse päev varem, kahest lusikast peenestatud suhkrust, natukesest soolast ja poole või terve sidruni mahlast, kõik tugevasti läbi segatud.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Pörsapraad**

Raiutakse pool pörsast neljaks tükiks, leotatakse külma vee sees läbi, pannakse kamar allapoole panni pääle, raputatakse soola pääle ja pistetakse, kui vett alla on kallatud, ahju. Kūpsetatakse pruuniks ja kūpseks. Nūūd pann, kus praad pāäl oli, pliidi pāäle panna ja paar lusikatāit nisupūūli jahu, paar toopi rammuleent ja mao jārele soola juurde lisada, ūleskeeta ja läbi jōhvsōela kaussi kallata. Magushapud kapsad ja praetud kartulid juurde anda.

---

### **MAGEVEEKALAD**

Liivimaal on läbi aegade hinnatud rohketest jõgedest ja järvedest pūūtud haugi, koha, ahvenat, latikat, sāinast, lõhet, forelli, rāābist, lutsu, Peipsi siiga, samuti tinti ja paljusid teisi kalu. Sage pūūgikala oli angerjas, mida leidus nii siseveekogudes kui ka rannikuvetes. Keskaja Euroopa kokaraamatutes on haug ūks enim esinevatest kaladest. Liivimaal sōōdi tol ajal samuti palju haugi, peamiselt vārskelt ja kuivatatult. Igapäevane kala rahva toidulaual oli ahven. Haugi ja ahvenat kasvatati keskajal ka kalatiikides. Juba keskaja kirjalikes allikates mainitakse tinti, samuti lutsu, mis oli Peipsi kalasaagis tähtsal kohal. Hinnatud kaladeks siinse rahva toidulaual on olnud lõhelased – lõhe, forell, siig, rāābis. Kirjalike teadete järgi oli lõhe keskajal ūks enim sōōdud kalu. Lōherooga pakuti luksuslikel pidusōōminguil, lõhet varuti sōduritele moonaks ning jagati vaestele. Toiduks tarvitati nii vārsket kui ka kuivatatud ja soolatud lõhet. 17. sajandi kroonik DionysiusFabriciusvahendab loo, kuidas Kārkna tsistertslaste kloostri mungad olevat paavstile kurtnud oma ūhekūlgse toidu ūle, nimelt pidid nad kogu aeg sōōma ihest, s.o kunagi Emajōes tavalist Peipsi siiga. Viimase kohta mainib Fabricius, et kala on valge, piklik, ūsna ōrn, praetult parem kui keedetult, sest on rasvane. Lābi aegade on Liivimaal palju pūūtud ja toiduks tarvitatud mitmesuguseid karpkalalasi - latikat, sāinast, vimmakala, kokre, sāрге jm. Latikas oli keskajal ūks tähtsaimaid kalu, mida varuti nii pikaajaliseks sāilitamiseks kui ka pakuti peolaual. Tollest ajast on teateid karpkalaliste (kokrede, latikate, vimmakalade) tiigis kasvatamisest. Keskajal oli sāinapūūk Pārnū jōe suudmes ja Reiu jōes nii tähtis, et Liivimaa rūūtliordu tegi sellest oma privileegi.

17.-18. sajandil kuulusid ahven, haug, tint igapäevaste sōōgikalade hulka. Mōīsates valmistati toitu nii vārsketest kui ka soolatud ja kuivatatud kaladest. Paremaste kalade hulka loeti koha, soolakoha mūūk

andis mõisatele sissetulekut. Baltisaksa kokaraamatuis leidub eriti palju haugiroogi: haugisupp šampinjonide või frikadellidega, haug tarrendis ja haugiklimbid. Praetud haugitükke küpsetati ahjus kihiti riivleiva ja hapukoorega segatud hapukapsaga. Lõhet ja forelli hinnati varauusajal baltisaksa köögis kui väärt kalu. Lõhet ja silmu püüti paljudest jõgedest, kuid parimad olid need Narva ja Riia all. Lõhet põhiliselt soolati, kuid müüdi ka suitsutatult, silmu röstiti ja tehti äädikaga sisse, mõningatel andmetel isegi suitsutati. Lõhet ka eksporditi Euroopasse. Ülepüüdmise tõttu oli lõhe juba valgustusajastul harvaks jäänud ning seda peeti koos tursaga ülemkihi maiuspalaks. 17. sajandil kasvatati mõnel pool mõisatiikides jõeforelle. 1896. toodi Venemaalt Eestisse vikerforell. Baltisaksa köögis tunti lõhe hautamist erinevates kastmetes (vein, austrid, seened, köögiviljad), võis praadimist ja röstimist, samuti lõhepirukat. Vürtside ja seentega maitsestatud lõhet soovitati kasutada ka teiste kalade täidiseks. Suurte kammkarpide sees sobis küpsetada ka lõhe hakkrooga ehk hašeed. Lõheroogade juurde sobis vähi-, tomati-, šampinjoni-, sidruni-, hapukoore-, majoneesi- ja anšoovisesoust, samuti külm oliiviõlikaste. Rääbist söödi värskelt, kuid rohkem veel soolatult, kõige rasvasemad olid need augustis, kuid suitsutamiseks A. W. Hupeli hinnangul mõneti lahjad. Meelsasti sõid baltisakslased tollal karpkalalasi. 18. sajandi literaat A. W. Hupel nimetab latikat üldse parimaks kohalikuks kalaks. Tema andmeil olid kõige rasvasemad latikad Peipsi järves. Latikate keeli tavatseti Hupeli kaasajal valmistada äädika ja vürtsidega ning süüa nagu sissetehtud austreid. 1764 Vene keisrinna Katariina II ringreisi ajal Eesti- ja Liivimaaal nõuti, et tema ja ta saatkonna kostitamiseks oleks muude eluskalade hulgas varutud suuri ja väikeseid latikaid ja kokri. Kokre leidus paljudes veekogudes, kuid suurimad olid väidetavalt Tartu lähedal Kärkna mõisa all. Mõisatiikides kasvatatud karpkalalasi transporditi elusalt, suvel soojema ilmaga märja sambla sisse mähituna, suus tükk viinas ligunenud saia. A. W. Hupeli väitel leidus karpkala ainult Riia kalatiikides, kuhu neid toodi Kuramaalt. Kindlalt dateeritud andmed karpkala toomisest Kuramaalt Eestisse pärinevad 1893. aastast, kui Kuremaa järve lasti sisse esimesed 200 kg poolekiloseid karpe. Karpkala söödi eelkõige hautatuna, lisades veele punast veini või õlut ning erinevaid maitseaineid. 19. sajandi lõpust alates söödi seda eelkõige aastavahetusel. Baltisaksa kokaraamatues õpetatakse vürtisegus hoitud angerjat hautama veinis või marineerima äädikas, peeneks roaks olid täidetud angerjarullid tarrendis.

19.-20. sajandi vahetuse eestikeelsetest peenema köögi kokaraamatutest leiabretsepte kümnekonnast liigist mageveekalast, enim kohast, haugist, ahvenast, latikast. Levinuimad valmistusviisid olid hautamine, paneeritult praadimine ja taignakaane all küpsetamine. Levinud oli ka kala äädikavees siniseks keetmine. Pidulikul puhul serveeriti ahjus küpsetatud või riisiga täidetud haugi, koha või pekiga

pikituna ahjus küpsetada. Angerjasuppi keedeti kartuli ja maitseainete, samuti õunte, pirnide, maitsepuuviljade ja klimpidega. Lutsu soovitati parima maitse saavutamiseks keeta koos teiste kaladega. Talurahvas sõi värsket või kuivatatud kala sagedamini supi sisse panduna. Randlased on lõhet tünni soolanud ja seda kartulite peal keetnud. Lõhet söödi leiva kõrvale, üldiselt hoiti suuremateks pühadeks, aga kui jätkus, anti ka pühapäevahommikute lauale. A. W. Hupel kirjutab 18. sajandil, et haugi, samuti räabise marjast tehti kaaviari, mis maitseks jäi vene omale kõvasti alla, aga nägi meeldiv välja. Rannatalupojad kuivatasiid marja ja sõid seda nagu leiba; rasva ta keetis ja siis kasutas või asemel. Peipsimaal keetis talurahvas kuivatatud kalapeadest koos maksaga suppi. Tangude ja pekitükkidega hautatud lutsumaksa, -niiska ja -marja kasutati rukkileivataignast piruka täidiseks. Suurimad tindid püüti Läänemerest, iseäranis Pärnu alt, need olid rasvased ja poole küünra pikkused, maitseks kõige paremini suitsutatult või ahjus kuivatatult. Peipsi tintikuivatati ja küpsetati, sellest keedeti kapsaga suppi, millele setu perenaised lisasiid tangu. Kalarasvaga praeti kartuleid ja seda pandi supirammuks, selles hautati leiba ja seenepiruka täidist. Paremaks palaks peeti enamasti ahvenast ja haugist tehtud kalapirukat. Eesti Vabariigi ajal oli mageveekaladest turul kõige kallim lõhe ja koha, keskmises hinnaklassis haug ja luts, tint oli odav. Eestist eksporditi enim haugi. Restoranides hakati pakkuma sisseveetud kala, eriti reklaamiti Väinajõe lõhet. Toidulal domineeris importheeringas, seetõttu propageeriti ajakirjanduses kohalike kalade tarvitamist, näiteks soolatud latikat. Sõjaeelsetel kümnenditel hakati karpkala kasvatama nii looduslikes järvedes kui kunstlikes tiikides, kuid müügil oli seda üsna vähe ja kalli hinnaga. Kokaraamatute kalavalik oli varasemast piiratum, sageli nimetatakse retseptides üldiselt "kala". Piduroaks sobisid haugirullid tarrendis, samuti ahjus küpsetatud pekitud või täidetud haug või terve haug ja koha taignaümbrises. Kalarulle võis maitsestada suitsusearibi, kilu või heeringaga. Uudsed olid vormiroad (nt soolakala-sealihavorm), kalakäkid ehk kotletid, samuti kala- ning sea- või veisehakkliha segust toidud ja kalapasteedid. Võrreldes vanema ajaga on mageveekalade toiduks tarvitamine nii sortimendi kui koguse poolest täna märksa tagasihoidlikum, ka valmistusviisid on vähem mitmekesised. Kalakasvandustes on levinuim kala vikerforell. Angerjapüük on piiratud, seda kasvatatakse peamiselt rannikumeres ja Võrtsjärves, kus asub Euroopa suurim angerjakasvatus. Väikeettevõtjate tegevus aitab toidulauale tagasi tuua mitmeid erinevaid kalatooteid, endiselt on au sees traditsioonilised valmistusviisid. Suitsukala võib sageli leida nii pidulaualt kui igapäevasest menüüst.

## RETSEPTID

*Henriette von Wahli retseptikogu, 1801-1810*

### **Kogred**

Pane vesi paari sibulaga keema, kui see hakkab keema, lisa sinna kalad ja keeda pooleldi valmis. Siis võta nn magus leem pealt ära ja pane kaladele peale soolane. Magusa leeme sisse pane sibulat, šalottsibulat, anšoovist, peenestatud sidrunikoort ja lase nii kaua keeda, kuni sibulad on pehmed. Seejärel vala kaladelt ära soolane vesi ja vala neile uuesti peale magus leem, lisa sinna suhkrut, prantsuse veini, võid, kardemoni muskaatõit ja riivitud saia. Keeda roog valmis.

### **Haugiklimbid**

Võta ½ naela (ca 200g) kala, millel on luud ära võetud, see tuleb hästi ära hakkida. Võta 4 lusikat koort, 4 munakollast ja 4 lusikat sulatatud võid, 4 šalottsibulat, 3 anšoovist, suhkrut, 2 lusikat veini, 4 lusikat riivitud saia, peenestatud sidrunikoort, kappareid, muskaatõit, ingverit ja pipart. Tee sellest klimbid ja keeda valmis.

*Katharina Fehre "Uus köögi-ja kokaraamat", 1825*

### **Haug želees**

Selle tarvis on väga hea, kui haug õige suur on. Kui kala seest saab puhtaks tehtud ja ära pestud, pane see hea korra külma vee ja mõne sibulaga tulele. Kui vesi hakkab keema, pane kohe nii palju soola juurde, kui tarvis. Kui kala küpseks saab, pane see ühe laua peale ja lase seda külmaks jahtuda. Võta siis nahk pealt ära ja kõik luud välja, aga hoia, et sa teda mitte väga kangesti läbi ei sega ja eralda see kalaliha kihtide kaupa ära. Tee siis õige kange puljong sest veest, kus kala sees kees, pane kahe sidruni mahl juurde, lisa pool kortlit (0, 15 l) veini ja mõni pipratera, klaari see munavalgega hästi ära ja lase seda mõne korra läbi flanelli joosta. Seda puljongit lase ühe vormi sees sõrmepaksuselt külmaks jahtuda, pane pestud ja tükeldatud anšoovised sinna peale, samuti kõvakskeedetud munarebud, sidruniviilud ja natuke rohelist peterselli ja katsu õige viisakaks kõik panna. Tilguta mõni puljongitilk sinna peale, et kõik tasaseks jääb, pane haugi natuke peale ja siis jälle puljong ja tee nõnda kuni vorm täis saab. Lase seda siis hästi külmaks ja kangeks saada. Kui tahad lauale anda, hoia vormi silmapilk külma vee sees ja aeta želees haug ühe vaagna peale.

### **Latikat õllega keeta**

Kui saad latika seest puhtaks haritud, ära loputa seda siis mitte enam ära, et veri ei kaoks, vaid vala selle katkilõigatud kala peale mõni lusikatäis õlut ja loputa kala veri sellega maha ja pane see ära. Kala pane ühe paraja kastruli sisse, lisa 6 õhukesteks viiludeks lõigatud sibulat, natuke tervet pipart, ingverit ja vürtsi juurde, ka hea tükk võid, kahe sõrmepaksuse magushapu leiva sisu, mis vee sees saab ära leotatud ja ühe vaagna peal ära hõõrutud, kortel (0,3 l) õlut, kortel vett või ka rohkem, et kala sellega just saab kaetud ja soola. Kõige sellega keeda oma kala kaane all ja lisa viimaks kalaverd õllega, millega sa seda pesid, aga sa ei pea tegema muud kui läbi hautama, sest muidu läheb see kokku. Kala juurde anna külma mädarõigast. Kes tahab, võib ka paar loorberilehte kalaga keeta.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Vormiroog purikast ehk/või kohakalast 8 inimesele**

Puhastatakse 5 sibulat ja lõigatakse tükkideks ja hautatakse need 6 loodi (70 g) võiga väiksel tulel pehmeks. Sinna juurde segatakse 4 lusikatäit jahu ja tehakse see kogu vedelaks nõnda, et 1 toop (1, 2 l) üleskeedetud külma koort aeg- ajalt juurde valatakse. See kogu hõõrutakse läbi sõela ja lastakse ära jahtuda. Nüüd segatakse aeg-ajalt 8 munarebu, ¼ naela (100 g) riivitud parmesanijuustu ja 8 tera peenestatud valget pipart juurde. Seni on 3 naela (1, 2 kg) purika- ehk kohakala keeva veega, soola, 10 tera pipart ja 10 tera inglise vürtsi, samuti 2 loorberilehte pehmeks keedetud. See hästi puhastatud ja luudest puhtaks tehtud kala jaotatakse väikesteks tükkideks ja pannakse sousti sisse, segatakse munavalgevaht juurde, segatakse kõik hästi läbi, pannakse kõik see segu ühe võitunud vormi sisse ja lastakse seda keskmises kuumuses ½-¾ tundi küpseda. Juurde antakse pruuni võid.

### **Lõhekala hautada**

Saab lõigatud tükk lõhekala 3 naelast (1, 2 kg) 2 sõrmelaiuseks tükiks, pannakse nemad ühte vaagnasse soola, vürtsi, loorberilehtede ja sibulaga ja peavad 1 tund seisma. Pannakse kala keema, siis kallatakse nii palju külma vett peale, et tema sest kaetud saab, pannakse siis kohe paar pihutäit õige peent ja ½ sõrmepikkusteks tükkideks lõigatud petersellijuurt ja 1 lusikatäis võid juurde ja lastakse ruttu küpseks keeda. Keetmise ajal lisatakse soola maitse järele juurde ja kõige viimaks segatakse tumm 1 lusikatäiest jahust ja ½ kortlist (0,15 l) rõõsast koorest, 1 tassitäiest veinist (ehk ka heast õllest) kalasoustiga ühte, lastakse need siis aga veel paar silmapilku tulel olla, et see toores maitse tummist ära kaoks. Nüüd pannakse kala vaagna peale, petersellijuured ümber ja kallatakse sousti peale. See roog ehitakse sidruniviiludega.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Latika kala praetud, pruuni võiga**

Suurel latikal lõigatakse soomus terava noaga maha, võetakse sisikond välja, tõmmatakse lõpuste alt pehmed narmad välja, pestakse ilusasti puhtaks, raputatakse peenikest soola pääle ja lastakse paar tundi seista. Nüüd esiteks nisupüüli jahu, siis klopitud toore muna ja peenikese riivsaiaaga kokku teha ning praetakse sügava kuumas rasvas sees ümber käänates helepruuniks, valatakse siis rasv ära ja lisatakse sinna juurde natukene võid ja pistetakse nüüd ahju, kui küps on, tõstetakse liua pääle, valatakse pruun või üle ja ehitakse praetud kartulite, sidruniviilude ja roheline peterselli lehtedega ära.

### **Ihes (Peipsi siig) sidrunisoustiga**

Suur ihese kala saab hoolega puhastatud, pestud ja kala katlasse pandud, nüüd lisatakse sinna juurde nii palju külma vett, et kala kaetud on, aru järel soola, näputäis tera-pipart, mõni loorberileht, paar kooritud sibulat, pool puhastatud sellerit ja üks porru ja keedetakse pikkamisi valmis. Nüüd pannakse kala liua pääle ja ehitakse ümmarguste keedetud kartulite, sidruniviilude, mõne keedetud vähi ja roheline petersellilehtedega ära. Peale seda keedetakse veerand naela (100 g) hääd võid nelja söögilusikatäie nisupüülijahuga tulel kastruli sees üles ja kallatakse pool toopi (0,6 l) kuumas kalaleent läbi jõhvsõela segades sinna juurde. Nüüd lisatakse veel sinna juurde kortel (0,3 l) rööska koort nelja munakollasega segatult, mahl ühest sidrunist, 2 kooritud ja viiludeks lõigatud sidrunit ja aru järele soola, kui nüüd tulel hästi kuumaks on ümbersegades läinud, siis kallatakse soust kannu ja antakse kala juurde. Ka võib kala tükkideks lõigata ja siis keeta.

### **Supp angerjast**

Kolmel angerjal tõmmatakse nahk maha, võetakse sisikond välja, et sapp katki ei lähe, lõigatakse väikesteks tükkideks, pestakse puhtaks ja pannakse kuue toopi (ca 7,2 l) vee, soola, pipra, paari loorberilehe ja kooritud sibulaga keema ja võetakse keedes hoolega päält ära. Nüüd kurnatakse see vedelik läbi sõela ehk valge rätiku läbi teise kastruli sisse. Lisatakse siis sinna juurde: 1 toop (1,2 l) kooritud ja õhukesteks viiludeks lõigatud kartuleid ja paar peenikeseks lõigatud sibulat. Kui nüüd neenud on, siis kallatakse supitirinasse, raputatakse peenikeseks lõigatud lauku ehk roheline sibula pealseid peal ja pannakse ilusad kalaliha tükid sisse.

---

## RÄIM

Räimel on eestlaste toidulaual väarikas koht juba mitu tuhat aastat. Siinsete rannikuvete arvukaim kala valiti 2007. aastal koguni Eesti rahvuskalaks. Merekalana pole räim kuulunud sugugi ainult rannikuala elanike menüüsse, vaid seda on söödud üle kogu Eesti.

Algselt räime peamiselt küpsetati või vinnutati tuule ja päikese käes, alles regulaarse soolakaubanduse sisseadmine tõi eestlaste menüüsse soolatud räime ehk silgu. Keskajal söödi ja müüdi nii värskeid, soolatud kui ka kuivatatud räimi. Räim oli üks odavamaid kalu, mida arvestati tuhande kaupa. Näiteks oli 1451 Maasilinna ordulinnusse varutud 30 000 räime. Eesti talupojad pidid räimi toomavakulauaandamiseks, seda küll rohkem rannakülades. Räimi nõuti peamiselt kuivatatult, osa ka soolatult, samuti toodi vakupeo tarbeks värskeid kalu. Kauplemisel ja tagavarade soetamisel arvestati silku enamasti tünni ja kuivatatud räimi tuhande kaupa. Pole välistatud, et kuivatatud räim oli keskajal isegi tavalisem kui soolaräim. Räime ja silku jagati keskajal palgatööliste ja sõduritele toidumoonaks. Nii kesk- kui varauusajal oli räimel tähtis koht vaeste toitlustamises. Näiteks 17. sajandil pakuti Tallinna Jaani seegis neljal nädalapäeval räimerooigi: värsket või soolaräime, räimeleent- või -sousti. Sellegipoolest ei söönud vähemasti keskajal räime ainult vaesem osa elanikkonnast. Kohati pakuti räime isegi eliidi pidusööminguil. Keskajal hoidsid nõudlust räime järele üleval arvukad paastupäevad, mil liha söömine oli keelatud. Kuna räime leidus Eesti vetes rikkalikult ja ta oli odav kala, siis oli räimel ka hilisematel sajanditel just lihtsa inimese menüüs tähtis koht, kuid ka jõukad hindasid räime tema õrna liha ja meeldiva maitse pärast.

Veel uusajal püüti Eesti külas räimi ühiselt, peamiselt kevadisel kudemisajal. Randlased vahetasid kala vilja ja õlle vastu, sisemaa talumehed pakkusid vahetuskaubaks ka viina. Vana tava kohaselt käsid talunikud ise eriti kevadisel püügihooajal rannast kala toomas. Ühe mõõdunõutäie räimede eest anti sama nõu täis rukist või 1½ nõutäit otra. Tavaliselt osteti korraga 4-5 vakka kala ja soolati see kodus sisse. Kuid kalurid käisid ka ise mööda maad soolakala müütamas. Hiiumaal oli kujunenud tavaks tellida oma soolasilku tündriviisi kalureilt, kes käisid kevadeti püügil Pärnu, Uulu jm rannal. Mihklipäeva eel peeti paar nädalat kestnud silgulaata Viru rannas - Purtses, Mahus, Kundas, Toolses jm -, kuhu tuli rohkesti talupoegi ka sisemaalt. 1920.-1930. aastatel oli räim Eestis peamine püügikala, mida müüdi siseturul. Nõukogude ajal hakati räimepüüki tööstuslikult arendama: tekkisid traalpüügiga tegelevad kalurikolhoosid, kus kalu ka töödeldi. Intensiivse püügi tagajärjel ei suudetud kogu kalasaaki müüa ja töödelda ning osa läks raisku, lisaks hakkasid kalavarud kahanema. Tänapäeval on räim endiselt oluline püügikala, andes poole Läänemere kalasaagist.

Silk oli eesti talurahva tähtsaim igapäevane leivakõrvane. 19. sajandi alguse reisikirjas peab saksa literaat Carl Schlegel silku ja eesti talupoega sedavõrd lahutamatuks, et juba saja sammu kaugusele olnud tunda silgu lõhna. Ka sajandi teisel poolel Balti raudtee ehitusel töötanud meeste põhitoid oli rukkileib ja silk, niisamuti sai mõisas teotööl käinud talusulane nädalamoonaks rukkileiba ja silku, lisaks lähkriga hapupiima. Suur osa püütud räimest soolati, kala söödi otse soolveest võetuna, vahel eelnevalt keedeti või küpsetati. Silgud olid laual piimasuppide kõrval, aga neid söödi ka kartuli, juurviljade ja leivaga, peale joodi hapupiima. Kui silku nappis, kasteti leivatükk silgusoolvette. Silk oli tähtis heinaaja toit, maiuspalaks küpsetati seda sütel. Rannarahva traditsiooniline küpsetis oli nii kala kui sealihaviile sisaldanud räimeleib. Taludes söödi igapäevaselt piimaga keedetud räimesuppi, enamasti soola- või kuivatatud kalast. Kohati lisati supile jahutummi, kartulilõike. Vinnutatud kala peeti soolvees seisnust "magusamaks", seda söödi keedukartulitega - sageli pandi kala kartulite peale patta.

18. sajandi baltisaksa literaadi A. W. Hupeli sõnul olid räimed suurimad Pärnu juures ja kõige rasvasemad Tallinna all ning seal osati neid ka hästi suitsutada. Eestlaste seas levis kodune räimede suitsutamine laiemalt väidetavasti 20. sajandi algul. Juba enne I Maailmasõda tegeles Eestis mitu kalatööstust räimede soolamise ja suitsutamisega. Räum sai tooraineks ka konservitööstusele. Samas 1920. aastate lõpul veeti silku Eestisse Soomest ja Lätist isegi sisse, sest kohapealne toodang polnud nii kvaliteetne, et turul täielikult valitseda.

1920.-1930. aastatel soovitasid toitumisspetsialistid süüa rohkem kodumaist räime ja valmistada seda mitmekesisel viisil. Rõhutati räime voorusi: see on odav, lihtne ja kiire valmistada, kergesti seeditav, tähtis valgu- ja vitamiiniallikas. Kokaraamatuis tutvustati uudsemate toitadena räimeahjuroogi kartuli, riivsaia, odratangu- või riisipudruga, pannkoogivormi suitsuräimedega, samuti hapuoblikamarinaadis räimi, värskel- või soolaräime sülti, räimevorsti ja -pasteeti ning räime-kohupiimasalatit. Omapärane roog oli äädikas leotatud saiaga ja sibulatükkidega segatud peenestatud räimefilee, mis vormiti heeringakujuliseks (nn juudi heeringas).

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Räimed nagu puding**

Võta värsked räimed, lõika pead ja sabad otsast ära, lõika nad seljast lõhki, võta neil luud seest välja ja hari nad hästi puhtaks. Määri pannkoogipann võiga kaunis paksult, pane need räimed kordamisi sinna sisse, pööra aga nahaküljed alaspidi, riputa iga korra vahele natuke riivleiba (mille peale algul aga natuke



joodavat viina pritsitakse) ning muskaatpähklit, peenikest soola, peenikeseks lõigatud sidrunikoort ja mõned õhukesed võiviilakad. Saavad need räimed sedaviisi sisse pandud, siis pane üks hea tihe kaas panni peale, lase neid tasa tulega alt ja pealt praadida ja kui sa lauale annad, siis võta see puding ühe laia koogilabidaga seest välja, et see katki ei läheks. Pane siis riivleiba selle või sisse, mis panni sisse üle jääb ja kaks peenikeseks hakitud anšoovist, lase seda hea tule peal äkitselt üles keeta, vala kulbitäis vett sinna juurde, lase natuke keeda ja liiguta hästi segi, et see soust läheb segi. Vala siis seda sousti pudingile ja pigista natuke sidrunimahla peale ja anna lauale.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Silgud marineeritud**

Hästi puhastatud ja pestud silkude peale riputatakse soola, pööratakse neid jämeda leivajahu sees ja praetakse need väikse tule peal võiga küpseks. Siis kui nad külmaks saanud, pannakse nad ühte anumasse ja keedetakse 1 toop (ca 1,2 l) äädikat soolaga, 8 tera inglise vürtsi, 8 tera pipra, 1 sibula, 1 loorberilehe ja 1 teelusika suhkruga üles. See lastakse ära jahtuda, valatakse silkud peale, köidetakse anum kinni ja pannakse jaheda koha peale. Lauale viiakse silgud äädikasoustiga ja pannakse vaagna äärde ümberringi hapukurkide õhukesi viile. Neid silkusi võib 4 tunni järele süüa, nad on aga maitsvamad, kui neid 1 päev aega lastakse seista. Arvatakse 3- 5 silku iga sööja kohta.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Räimed (silgud) piima sees keedetult**

Nii palju räimi kui tarvis on, lõigatakse pead maha, tõmmatakse sisikond välja ja pestakse mitme vee läbi puhtaks. Lõigatakse väikesteks tükkideks, pannakse kaussi ja kallatakse kuuma vett üle. Kui paar minutit on seisnud, siis võetakse välja, pannakse kastruli sisse ja lisatakse sinna nii palju rõõska piima, et kala on kaetud, siis soola, värsket võid, paar loorberilehte ja mõni tera pipart. Kui keema läheb, siis natukene nisupüülijahust tummi peale teha. Soovi järel võib keedetud kartuleid juurde võtta.

*Signe Donner "Daani kokaraamat", 1923*

### **Räimekook tervete munadega**

30 suitsutatud räime, 6 muna, 6 loodi (78 grammi) võid, 2 lusikat hapukoort

Määritud vormi laotakse puhastatud räimed, lisatakse hapukoor ja tükikestena või, lüüakse munad peale, maitsestatakse vähese soola ja pipraga ning küpsetatakse ahjus, kuni munavalge kokku tõmbub. Antakse vormiga lauale.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Räimed tarretises**

Ained: 50 värsket räime, 10 tera pipart, 1-2 sibulat, soola, 2 loorberilehte, želatiini 28 g, äädikat, 5 tera vürtsi, 3 nelki

50 räimel tõmmatakse kaela alt sisikond välja, pestakse külma veega ja keedetakse laia nõu ja keeva vee sees 10 tera pipra, 1-2 sibula, 2 loorberilehe, 5 tera inglise vürtsi, 3 nelgi ja maitse järgi soolaga vähesel tulel, kuni silm paistab. Kalakesed korjatakse tervelt välja liuale, et nad ei laguneks, võetakse pärast jahtumist ettevaatlikult kalapoolte seest luud välja ja seatakse pooled kokku. Liitritäies kalakeeduvees leotatakse loputatud kalaliim, segatakse hästi läbi, lisatakse maitse järgi sidrunihapet juurde ja valatakse läbi peene sõela jahtuma. Vaagnasse või klaaskaussi seatakse hoolega kokkuseatud kalad ja valatakse lõpuks kõik tarretis veel vedelalt, aga täitsa külmalt peale, antakse lauale vaagnas või klaaskaasis peale tardumise. Süüakse mädarõikakastmega. Vaagen kaunistatakse soovi korral aedviljaga, munadega või kaabitud mädarõikaga.

---

## **JUUST**

Sõna "juust" võeti eesti keeles vanagermaani laenuna kasutusele juba meie ajaarvamise eelsel ajal. Pole päris kindel, millist piimasaadust sellega algselt märgistati, näiteks vadja ja isuri keeles on "juust" tähistanud ahjus küpsetatud ternespiima. Tõenäoliselt kasutati eesti keeles seda sõna hapupiimajuustu, s.o piimhappebakterite abil valmistatud juustu kohta. Seevastu laabijuust valmib rõõsast piimast laabi ehk juustujuuretise lisamise teel.

Juustu on Eestis juba ammusel ajal tehtud nii lehma-, lamba- kui ka kitsepiimast. Hapupiima valmistamise kõrval on hapupiimajuustu, st kohupiima- või hapukoorejuustu tegemine siinamail üks vanimaid piima töötlemise ja säilitamise viise. Kui piima oli rohkem või kui see tilgastama läks, tehti majapidamises kohupiima, mida kasutati nii juustu kui ka teiste toitude valmistamiseks. Ületalve säilitati kohupiima puutünnides võiga kaetult külma vee all.

Tuntuim kohupiimajuust Eestis on sõir, mida on valmistatud eelkõige ajaloolisel Võru- ja Setomaal. Siit levis see 19. sajandil ka mujale Eestisse. Sõira põhikoostisained on piim või lõss, kohupiim, munad, või, köömned, sool. Rõõsas piimas või lõssis kohupiim kuumutatakse segades, segu maitsestatakse munade, koore, soola ja köömnetega. Saadud segu kurnatakse vedelikust kuivaks ja pannakse rõiva sees vajutuse alla ööpäevaks tihenema. Taludes oli sõir peamiselt kevadine ja suvine söök. Sõira tehti ja tehakse tänapäevani suurte pühade või pidude puhul ning kindlasti jaanipäeval. Lätis on sõira vasteks jaanijuust

(*Jāņusiers*), mis on traditsiooniline jaanipäeva söök. Sõira süüakse kas kuumalt, kui ta on veel vedel, või külmalt. Lisandiks võib sõiraviilule peale määrada kas mett või võid. Pikemaks säilitamiseks kuivatati vanasti sõira ahjus või väljas päikse käes. Läbikuivatatud sõir püsis isegi jõuludeni. Kuivanud sõir oli hea kaasa võtta voorides käijatel teemoonaks.

Laabijuustu valmistamise traditsioon Eestis ulatub tagasi keskaega, kuid esialgu oli see omane vaid rannarootslastele. Viimastelt võeti juustu ka koormiseks. Juba keskajal hakati Eestisse juustu importima, teiste sissetoodud sortide hulgas tõusis esile hollandi juust. Peenetel pidusöökidel serveeriti pea alati eraldi roana juustu, sageli koos võiga. Samas kuulus juust ka argimenüüsse, nagu näiteks Tallinna dominiiklaste puhul, samuti leidis juustu sõdurite toidumoonas hulgas.

17. sajandi mõisates tehti piimast lisaks võile veel kohupiima- (*resp.* hapupiima)- ja laabijuustu, üldiselt arvestati ühe lehma kohta sama norm juustu kui võid. Nii võid kui ka juustu valmistasid mõisad muuhulgas müügiks. Veel 18. sajandil peeti Liivimaal kohalikuks juustuks just kohupiimajuustu (*Knappkäse*), millesse suhtuti erinevalt. Oli neid, kes pidasid seda maitsvaks ja tervislikuks, kuid leidis neidki, kelle arvates oli see lahja ja vintske ning kes eelistasid pigem importjuustu. Viimaste hulgas olid eriti hinnatud hollandi juustud, kuid sisse toodid ka inglise juustu, samuti väheses koguses parmesani juustu. 18. sajandi lõpul kasutati baltisaksa köögis kohupiimast ja hapupiimast segatud juustusid ning sellest ajast on teada retsepte, milles esineb kohutatud ehk "kokku läinud piim" (*Geronnenmilch*). Juustu- ja kohupiimaretsepte leidub Baltisaksa kokaraamatutes alates 19. sajandist. Juustu pakuti eraldi käiguna, vähem kasutati seda toiduvalmistamisel. Retseptikogudes esinevad näiteks karbonaad juustuga, juustufrikadellid, juustuklimbid, munad juustuga. Talurahvas suhtus laagerdunud juustusse ettevaatusega: seda peeti riknenud toiduks, mis lõhnas imelikult.

Esimesed juustukojad, milles tegutsesid Hollandi päritolu meistrid, rajati mõistate juurde ja linna lähistele 18. sajandi teisel poolel. 19. sajandi viimastel kümnenditel hakati aktiivselt tegelema lehmade tõuparandusega, suurenes piimatoodang. Rajati meiereisid, kus asus tööle üha rohkem juustumeistreid, viimastest tulid paljud Sveitsist ja Hollandist. Kujunes isegi välja mõiste *hollender* - mõisa piimarentnik. Piimatööstuse peaartiklikas oli sel ajal emmentali juust ja hiljem ka edaming baksteini juustud. Üksikud tööstused, nagu Viljandimaal Lahmuse mõisas T. Schloff'i juhatusel, valmistasid prantsuse pehmeid juuste. Juustu turustati peamiselt Riia, Tallinna ja Peterburi turul.

Eesti Vabariigi ajal jäi juustutootmine ja eksport eduka ja suuremahulise piima- ja võitootmise kõrval tagasihoidlikuks. Juustu soovitati serveerida külmal laual klaaskupliga kaetult, et takistada kuivamist ja aroomi haihtumist, samuti eeltoiduna ja maitseainena. Kokaraamatutest leiab mõningaid juusturoogi nagu soe juustu-muna-vormiroog, rasvas või taimevõis küpsetatud juustukangid ja lehttaigna-

juustutorud eelroana või puljongi juurde, juustusuflee ehk *kohr*, soojad juustuvõileivad. Juustust sai levinud argitoit alles 20. sajandi lõpupoole.

Lehmapiimajuustude kõrval on tänapäeval menukad kohalike väiketootjate kitsejuustud. Viimastel aastatel on kasvanud sõira tähtsus piirkondliku identiteedi märgina, samuti esindustoiduna pidulikel sündmustel.

## **RETSEPTID**

### *Henriette von Wahli retseptikogu, 1801-1810*

#### **Hapukoorejuust**

Võta ½ toopi (0,5 l) hapukoort, mis on korralikult paks ning klopi hästi, lisa sinna 10 muna, nendest pooltel ainult munakollased. Pane kann piima tulele, lisa sinna suhkrut ja roosivett, kui see on hästi läbi keenud, siis kalla sinna juurde koor, lase keeda, kuni see kokku hakkab. Pane see niisugusesse vormi nagu soovid. Kui vesi on välja voolanud, pane juustud vaagnale ning vala nendele magusat koort, roosivett ja suhkrut.

#### **Magusroog**

Võta 12 muna, 1 kann piima, pane piim keema, kui see keema hakkab, klopi munad sellesse, munad peavad olema enne lahti klopid, lase sellel kokku minna nagu juustul, seejärel võta tulelt, pane sõelale, et vesi ära voolaks, ½ naela (200 g) magusaid ja 2 loodi (25 g) mõrumandleid, peenesta need hästi roosiveega, sega juustusse, 6 muna, pooltel nendest ainult kollased, teine pool nii valged kui ka kollased, maitse järgi suhkrut, 6 sidruni kollane koor, ½ toopi (0,5 l) õige paksu koort, 4 lusikat sulavõid, sega kõik hästi segamini ja tee võitaigen, pane vormidesse, vala segu sinna ja lase ahjus küpseda.

### *Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

#### **Koorejuust**

Keeda 3 kortelit (0,9 l) rööska koort suhkruga, kaneeli ja sidrunikoortega natuke läbi ja kui on hästi ära jahtunud, siis hõõru see peotäie kuivatatud kanapugu nahkadega läbi ühe jõhvsõela. Pane see sooja kohta seisma, et kokku vajuks, siis villi see ühe plekkvormi sisse, mus augud all on, et vesi ära jookseks. Seda juustu süüakse röösa koorega.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Knappjuustu valmistamine**

Võetakse niimoodi hapendatud kohupiim, kui eestükis õpetatud ja lastakse sõela peal hästi kuivaks nõrguda. Pannakse siis kaussi ja lisatakse sinna: soola, köömneid ja natuke hapukoort, kastetakse kätega nii kaua, et hästi sitke tainas saab. Nüüd vormitakse nelja tolli pikkused ja paari tolli (ca 5 cm) jämedused vorstimoodi juustud, seatakse siis lepapuust lauaga sooja, kuiva kohta, kaetakse valge rätikuga kinni ja lastakse nii kaua seista kuni kaunis paks pehme sile nahk peale tekib. Neid süüakse jämeda leiva ja värskes võiga.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine" 1937*

### **Juustukohr (Auflauf)**

6-8 inimesele

Ained: ½ l rõõska koort või piima, 200 g sõredat jahu, 200 g juustu, 125 g võid või Bonat, 4 muna

Rõõsk koor aetakse keema, veel tulel puistatakse jahu ruttu segades juurde; kui segu paks on ja kastruli küljest lahti lööb, võetakse kastrul tulelt ära ja taigen pannakse kaussi. Pooljahtunud taigna sisse lisatakse 200 g riivitud juustu, võid või Bonat ja üksikult 4 munarebu. Kui kõik hästi läbi on klopitud, lisatakse munavalgevaht juurde ja küpsetatakse toit määritud vormi sees ¾ tundi. Konnakarpide sees küpseb kohr 20 min. Võib lauale anda eeltoiduks või rammuleeme juurde.

---

### **KÖÖGIVILJAD (PORGAND, PEET, KAALIKAS JA NAERIS, SIBUL)**

Köögiviljadest on **naeris** Liivimaal üks põlisemaid juurvilju, seda kasvatati siin juba tuhandeid aastaid tagasi. Tegu oli igapäevase, kuid peamiselt lihtrahva toidulauale kuulunud juurviljaga. Naereid hoiti ületalve ja söödi kevade lõpuni. Baltisakslased maitsestasid naerist paremate maitseainetega. Naerist lisati ka suppide ja pakuti hautatult, röstitult või püreena lihatoitude kõrvale. Naereid täideti ning praeti, muskaadi ja suhkruga keedeti naerimoosi. Liivimaa talupojad küpsetasid naereid tuhas, aga ka ahjus, kui oli, siis koos lihaga. Naerilõike lisati suppidesse ja leentesse, peenestatud naereid pandi pirukatesse täidiseks. Naeri tõrjus 19. sajandi lõpul välja kartul, samas võeti selle valmistamisel üle naeri säilitamise ja küpsetamise viisid. I maailmasõja suhkrunapil ajal levisid õpetused naerist siirupi valmistamiseks. Esimesed kirjalikud teated kaalikast pärinevad alles keskaja lõpust. Tänapäeval on sööginaeris ja sellest valmistatud road taasavastatud.

Naerile on maitseomadustelt lähedane **kaalikas**, mida hakati kasvatama oluliselt hiljem. Hansakaupmehed varustasid mõisaid kaalikaseemnetega. Võimalik, et linnas ja mõisates eelistati naerile kaalikat. 19. sajandil olid taludel suured kaalikaaiad, kaalikat viidi ka linna müügiks. Teadaolevalt hinnati sajandi lõpul eriti lillaka koorega kaalikat, mis kasvas väga suureks. Kitsikuse- ja näljaaegadel on kaalikas etendanud toidulaual olulist osa. Kartuli tulekuga tema tähtsus taandus, kuid siiski jäi kaalikas tuntud ja levinud köögiviljaks. Sajandialguse kokaraamatutes on keedetud ja hautatud kaalikate ja kaalikapudru retsepte. Õpetati valmistama ka lihatäidisega ning ahjus küpsetatud kaalikat, mida serveeriti pruunistatud võiga. 1920.-1930. aastatel lisanduvad moodsamad retseptid, näiteks taigas küpsetatud kaalikaviilud tomati- või hollandi kastmega ja kaalika-petersellikotletid. Kaalikat väärtustatakse kui tervislikku kodumaist köögivilja, milles säilib kevadeni peaaegu kogu vitamiinikogus. Kaalika kasuks räägivad ka täna mitmekesised toiduks tarvitamise võimalused.

**Porgandit** hakati Eestis kasvatama keskajal. Esialgu oli selle levik üsna piiratud, arvestades et seemneid veeti sisse ja need polnud kõigile kättesaadavad või taskukohased. 16. sajandi lõpu revisjoni andmeil kasvatati Tartumaa mõisates nii porgandit kui ka selle sugulast pastinaaki (e. aed-moorputke). Mõisa, samuti linna vahendusel jõudis porgand vähesel määral ka talupoja köögiviljaaeda. Euroopas hakati varasemate kollaste, valgete ja punaste porgandite kõrval 17. sajandil aretama ka oranže porgandisorte. Eesti mõisates oli porgand, kohalikus pruugis *Burkane*, üks enim kasvatatud köögiviljadest. Maiuspalana hinnati väikeseid ja magusaid porgandeid. Suuremaid porgandeid kasutati suppide ja puljongite keetmisel, liha- ja kalarooogades. Porgandeid täideti mandlite ja munaga, nendest tehti pudinguid, salateid, klimpe ning lõigati välja kauneid roosiõisi külmade lihatoitude kaunistamiseks. Kuivatatud porgandeid lisati suppidele ja hautistele. 19. sajandil tehti kardemoni, kaneeli, pomerantsi ja mandlitega porgandikooke ja -pannkooke. Porgandimahlast valmistati siirupit. Talurahvas hakkas porgandit kasvatama mõisa eeskujul. 20. sajandi alguse kirjanduses leiti, et porgandit peaks kasvatama igas majapidamises. Liivimaal kasvatati tollal kõige enam sügisporgandeid, vähem lühikesi ja magusaid, suve alguses valmivaid karotte. Porgandit nimetatakse kokaraamatutes ka supijuureks (koos peterselli, selleri ja porruga), näiteks mainitakse seda härjalihasuppide koostisosana. Samuti leidub keedetud ja hautatud porgandite, porgandipüreesupi ja -piruka retsepte. Porgandiputru soovitati pakkuda kotlettide või ahjujänese lisandiks. 1920.-1930. aastate ajakirjanduses soovitati tervise huvides süüa porgandit enam toorelt, sealhulgas toorsalatites - näiteks "porknasalat" õuntega või jõhvikatega. Uudse retseptina õpetati tegema järeleaimatud apelsinimarmelaadi, lisades peenestatud porganditele apelsini- ja sidrunikoort.

**Peedi** viljelemisest Liivimaal on teateid alles suhteliselt hilisest ajast. Tõenäoliselt leidis seda mõnedes aedades juba keskaja lõpul, kuid laiaulatuslikuks muutus söögipeedi kasvatus alles 17.-18. sajandil. Ümara kujuga söögipeedi vormid kujunesid lõplikult välja alles 19.-20. sajandil. Peedi kasutamisel baltisaksa köögis võib täheldada palju vene kultuuri mõjusid. Keedetud ja riivitud peedist tehti salateid, maitsestades neid mädarõika, köömnete ja äädika-õli kastmega. 19. sajandil baltisakslaste seas populaarseks saanud rosoljet tehti tollal vastavalt soovile kas peediga või ilma. Samuti hakati sel ajal valmistama punapeedisuppe. Tollastest kokaraamatutest võib leida nii vene kui poolapärase borši retsepte, kus keskseks koostisaineks oli punapeet, teised köögiviljad, õunad, ja rammu andmiseks härja- või pardiliha, mõnikord vorstikesi. Boršile lisati hapu maitse saamiseks äädikat ja seda serveeriti hapukoorega. Suppe keedeti ka hapendatud peedist, samuti olid tuntud peedi-külmsupid hapupiima või kaljaga. Hautatud peete pakuti pardi-, põdra- ja jäneseprae lisandiks. Peedilehtedest tehti äädika, suhkru ja oliivõliga salatit. Vene- ja ukrainapäraseid peedisuppe pakuti 20. sajandi alguses ka restoranides. Seoses tervislike köögiviljatoitude propageerimisega tutvustati tollastes kokaraamatutes uudseid peediroogi. Näiteks soovitati hautatud peete või peediputru süüa riisi või makaronivormiga, õpetati tegema peedist ja tatratangudest "võltsitud lihaküpsist" (ehk praadi) ning "juubelitoitu", mille koostisaineteks olid keedetud peedid, suitsuangerjas, heeringas, praeliha, seened, tomat. Tänapäeval kasutatakse peeti toiduks mitmekesiselt. Peedimahl ja peedismuutid on olulised terviseturgutajad. Peet on nii toorelt kui keedetult hinnatud komponent salatites, samuti tehakse mitmesuguseid peedihautisi ja erinevate lisanditega röstitud peete. Taimetoidu austajad valmistavad peedikotlette, lisades kitsejuustu ja maitsestades neid teravate vürtsidega. Uustulnukateks on magusad hoidised (peet magusas marinaadis, musta sõstraga marineeritud peet, vürtsikad peedimoosid) ja kuivatatud peedikrõpsud.

Varaseimad kirjalikud teated **sibulast** Liivimaal pärinevad 13. sajandist, kui Saksa Ordu vennad müüsid neid koos teiste köögiviljadega kohalikele "paganatele". Sibulat hakati Eestis kasvatama keskajal, tähtis osa selles oli hansakaupmeestel, sest peamiselt nende vahendusel jõudsid Liivimaale sibulaseemned. Sibul toiduainena võitis kohapeal kiiresti populaarsust, muutudes üheks levinumaks köögiviljaks. Seda hakkasid kasvatama isegi talupojad. Linnas leidis keskajal spetsiaalseid sibulakauplejaid. Tartus müüsid lotjadelt sibulaid ka venelased. Sibulat sõi nii peenem kui ka lihtsam rahvas. Keskajast säilinud peoarved näitavad, et ei peetud ühtegi pidusöömaaga, kus poleks pakutud sibulaga maitsestatud roogi. Varauusajal kasutati sibulat liha- ja kalatoitudes, seda soovitati talupoegadel talveks kuivatada, samuti sobis see tervisliku ja hästisäiliva toiduainena sõduritele ja meremeestele. Samal ajal levisid mõisa- ja linnaaedades ka šarlottsibulad ning teised haruldasemad sibulad nagu Egiptuse sibul. Valgustusajastul

hakkasid sibulaid kasvatama eelkõige vene aednikud suuremate linnade ümbruses. Siiski imporditi sibulat veel 19. sajandi lõpul suuremal hulgal Peterburist, kus hinnad olid märksa odavamad ja valik laiem. 20. sajandil on tähtsaimaks sibulakasvatuse piirkonnaks olnud eelkõige Peipsi vanausuliste külad, nende köögis on sibul tänini aukohal. Sibul ja till on olnud koduaedades ühed enam levinud maitsetaimed. Sibula mugulaid on lisatud peenestatult salatitesse, rasvas või õlis hautatuna kastmetesse, suppidesse, äädikaga tehtud marinaadidesse. Suvisel ajal on laialt levinud roheliste sibulapealsete kasutamine soolastes toitutes, eeskätt hapukoorega valmistatud salatites. Traditsioonilistes eesti toitutes jääb sibula roll iseseisva põhitoiduainena võrreldes teiste köögiviljadega tagasihoidlikuks. Tänapäeval on populaarsust võitnud mitmesugused sibulapirukad ja prantsusepärased sibulasupid, samuti sibulamoosid.

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Täidetud naerid (naerid vüllida)**

Pese naerid õieti puhtaks ja keeda neid vee sees kuni nad pehmeks saavad, lase neid jahtuda, võta koor õhukeselt pealt ära ja lõika üks pisike kaas iga naeri sisse. Uurista siis naerite seest nii palju välja kui saad, tõuka seda, mis sa välja kaevasid, puunuiaga hästi peenikeseks ja sega seda või, riivleiva ehk 3 lusikatäie rõõsa koore ja 2 ehk 3 munarebuga ära. Kui need naerid ei ole magusad, siis pane pool lusikatäit suhkrut juurde. Täida pärast naerid selle segatud roaga, pane kaaned peale, kasta naerid klopitud munade sisse, pööra neid riivleiva sees ümber ja küpseta neid ahjus ja siis võib neid soojalt süüa.

### **Hautatud porgandid (porgandid tuuvida)**

Kaabi ja pese porgandid, lõika need ümmargusteks viiludeks või kaunis peenikesteks ribadeks katki ja pane nii palju vett juurde, et see parajasti sousti annab ja lase neid sellega keeda kuni nad pehmeks saavad. Seni hari mürklid puhtaks, lõika ribadeks, kupata vee sees hästi läbi ja lase neid või sees natuke keeda. Saavad porgandid keenud, siis kalla need panni seest välja, pane tükk võid ja nisujahu panni sisse, kui see on natuke läbi keenud, pane porgandid oma soustiga sinna juurde, liiguta hästi segi ja pane soola maitse järele sisse. Kui sa tahad lauale anda, siis pane need mürklid ka sinna sisse ja tee see soust 2 või 3 munarebuga paksuks. Kes tahab, võib needsinatsed porgandid kotlettide ehk lihakookidega täiendada. Neid sünnib ka praetud talle ehk vasikarinna juurde pruukida.



*Henriette von Wahli retseptikogu, 1801-1810*

### **Porganditort**

Võta üks toop (1 l) piima, riivsaia, 8 muna, 12 lusikat sulatatud võid, ¼ naela (100 g) peenestatud magusaid mandleid, veidi mõrumandleid, 2 peotäit peenestatud porgandeid, suhkrut, roosivett, 1 muskaat(pähkel); sega koostisainetest koogitainas ja küpseta ahjus valmis.

*Anette von Maydelli käsikirjaline retseptikogu, 19. saj*

**Kaalikapuder** Kaalikas keedetakse, aetakse läbi sõela, segatakse sisse kolm muna, pannakse küpsetusvormiga ahju küpsema.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

### **Makaronisupp naeristega**

Võta 10 head valget naerist, pese need puhtaks ja koori ära, lõika need peenteks sõrmepikkusteks tükkideks, keeda need puljongi sees pehmeks. Murra siis nael (410g) õhukesi ümmargusi makarone sõrmepikkusteks tükkideks, pane sõelale ja loputa külma veega üle. Pane need naeriste sekka ja pane nii palju head puljongit peale kui tarvis, lõika pool naela (200 g) suitsutatud servelaatvorsti õhukesteks viiludeks ja keeda seda puljongi ja pipra ja soolaga läbi ja kui kõik hea on, siis vii supp lauale ja anna riivitud Saksamaa juustu salatitaldrikul sinna kõrvale.

### **Porgandid lihakookidega**

Kui porgandid puhtad on, siis lõika nad pikergusteks poole sõrme pikkusteks tükkideks, kupata need hästi ja keeda hea puljongi sees pehmeks. Siis pane natuke jahu lusikatäie või sisse, hõõru see selgeks, pane natuke pipart ja soola sisse ja keeda kõik ühtlaselt läbi. On sul järele jäänud tükk vasika-, lamba- ehk härjapraadi, siis lõika see noaga õige peeneks, haki veerand naela (100 g) neerurasva õige peeneks ja hõõru seda ja 4 muna selle lihaga hästi läbi ja pane soola, pipart, muskaatpähklit, pool kortlit (0,15 l) rööska koort ja nii palju riivleiba sisse, et võid sellest õhukesed koogikesed teha. Riputa mõlemale poole peent riivleiba peale, küpseta need panni peal ilusaks helepruuniks ja garneeri need porgandid nendega.

### **Peedid**

Keeda mõningad ilusad punased peedid peaaegu pehmeks, lõika need poole sõrme paksusteks viiludeks, pane need paja sisse, vala kortel (0,3 l) äädikat ja kortel vett peale ja lase neid 24 tundi seista. Vala siis

pool sellest äädikast pealt ära, võta peedid välja, haki need hästi peeneks ja pane need teise poole äädikaga ja paar kulbitäie rasvase rammusa puljongiga tulele ja keeda need hästi pehmeks. Hõõru siis paar sõrmeotsatäit jahu selgeks ja pane see poole kortli (0,15 l) hapukoore, natukese pipra ja soolaga peetide hulka ja lase neid sellega läbi keeta. Anna neid siis vaagna peale ja garneeri seasingi viilukatega.

### **Pisikesed sibulad äädika sees**

Selle tarvis võta need kõige pisemad, mis sa võid saada. Koori need ilusasti ära ja viska külma vette, sest muidu saavad halliks ja ei ole ilusad. Pane need siis kaheks päevaks kaunis kangesse soolvette, sea nad inglise vürtsi ja pipraga pottide sisse, vala kanget keeva äädikat peale, kata need kinni ja lase neil seista. Teisel päeval vala see äädikas jälle pealt ära, keeda see üks kord veel läbi ja vala jälle palavalt nende sibulate peale. Seda antakse salatiks oina-, sea-, hane- ja pardiprae juurde.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Peedid pardilihaga tuuvida**

Üks part saab nõnda kui frikassée juures pisikesteks tükkideks hakitud, hästi ärauhatud ja nõnda palju külma veega, et liha temast sõrme kõrguselt kaetud on, tulele pandud. Üleskeemise juures saab hästi vahtu võetud, pannakse soola, mõned pipra- ja inglise vürtsi terad ja terve sibul juurde. On liha hästi pehme ja soust väheseks keedetud, siis pannakse 1 supitaldrikutäis peete juurde, mida algul ühes iseäralises katlas veega pehmeks keedetud on, ärakooritud ja ümmargusteks viiludeks lõigatud. Peetidega ühes pannakse 2 lusikatäit hapukoort, 2 peotäit riivleiba ja äädikat ning suhkrut maitse järele juurde

### **Pudipadi, prantsuse viisi, 10 inimesele**

Pannakse ühe õige kõva savipoti sisse õige palju mitmesugust puhastatud ja pestud köögiaia vilja, nii kui savoikapsaid tükkideks lõigatult, lillkapsast, kaalikaid, puhastatud ja tükkideks lõigatud mustjuurt jne. Vahele pannakse ka mõned kartuliviilud ja õhukesed viilud kooritud õuntest, 1 tass puljongit ja natuke soola. Siis segatakse ½ naelast (200g) jämedast rukkijahust ja 1 tassist veest kõva taigen, rullitakse välja ja pannakse potti kogu peale, mis nüüd 2 ½ tundi praeahjus peab kuumama. Siis võetakse leivakoorik ära, pannakse roog vaagna peale ja viiakse lauale pruuni võiga.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Valge sibula soust**

5 suurt sibulat kooritakse, lõigatakse õige õhukesteks libledeks, pannakse veerand naela (100 g) võiga kastruli sisse ja lastakse väheldase tule pääl hästi pehmeks keeda. Nüüd lisatakse sinna juurde 2 söögilusikatäit jahu ja kui vähe läbi keeb, siis segatakse veel sinna hulka pool toopi (0,6 l) keeva rammuleent, ehk kui kalaroogade juurde, siis kala keeduleent läbi jõhvsõela, paar lusikatäit hapukoort, maitse järele soola ja lastakse veelkord üles keeda. Kui ehk liiga paks, siis võib veel leent ehk rõõska koort juurde lisada. Pruugitakse keedetud liha ehk kala juurde.

### **Pruunid naerid**

50 õige tillukest naerist kooritakse nii ära, et nad kui ploomimarjad välja näevad; keedetakse soolveega pehmeks ja kurnatakse sõela peal välja, nüüd röstitakse pool naela peenikest suhkrut panniga tulel pruuniks, lisatakse siis sinna juurde kortel (0,3 l) vett, veerand naela sulavõid ja need naerid, siis keedetakse ümberliigutades küpseks, et naerid hästi pruunid ja läikivad on. Neid pruugitakse pardi- ja lambaprae, kotlettide ja teiste lihasöökide juurde.

### **Peedisupp (borš)**

Kooritakse 2 suurt sellerit, 3 suurt peterselli, 4 suurt porgandit, 1 nuikapsas ära, pestakse puhtaks ja lõigatakse esitaks nii õhukesteks viiludeks kui võimalik ja tehakse need viilud noaga peenikesteks narmasteks; niisama lõigatakse ilus valge ja kõva kapsapea kaheksaks pikuti lõhki ja tehakse samuti narmasteks. Nüüd pannakse need suure kastruli sisse, kallatakse läbi tiheda sõela 3 toopi (3,6 l) rammuleent juurde ja lastakse pehmeks keeda. Nüüd pannakse veerand naela (100g) võid, 3 söögilusikatäit jahu teise kastruli sisse, lastakse segades kuumaks minna, aga mitte pruuniks, kallatakse 3 toopi (3,6 l) rammuleent läbi sõela kloppides juurde, samuti pehmeks keedetud juured koos leemega, paar lusikatäit hapukoort ja toop (1,2 l) pehmeks keedetud, kooritud ja narmasteks lõigatud punaseid peete. Kui nüüd vähe üles keeb, siis lisatakse nii palju äädikat ja suhkrut juurde, et magushapu on, tehakse soolaga parajaks, kallatakse supitirinasse, lisatakse, kui soovitakse, 1 nael (400g) keedetud ja tükideks lõigatud viinereid, mõni ilus supiliha tükk ja paar lusikatäit hapukoort juurde ning antakse lauale. Kui soovitakse, et see supp hästi punane on, siis riivatakse hästi punane toores peet ära, lisatakse mõni lusikatäis rammuleent hulka ja pigistatakse see vedelik läbi sõela selle supi juurde, aga pärast keetmist. Ka võib suitsutatud sea- või lambalihast rammuleent selle supi jaoks keeta.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Porgandivorm**

Ained: 1 kg porgandeid, 1 väheldane seller, nootsatäis riivitud muskaatpähklit, 100 g võid või margariini,  $\frac{3}{4}$  klaasi riivsaia, 2 muna, soola ja 1 sibul.

Porgandid ja seller puhastatakse ja hakitakse peeneks, juurde pannakse riivitud muskaat, sulatatud või, hakitud sibul, riivsaia, 2 munarebu (segiklopitult). Kui toit on hästi segatud, lisatakse juurde kergesti tõstes munavalgevaht. Võitud vormi sees küpseb roog praeahjus või küpsetusaparaadis 25-30 min. Süüakse õhtusöögiks või praega.

### **Peeditoortoit**

2 peeti ja väike seller riivatakse libledeks, siis võetakse 1 spl riivitud rõigast, 1 väike hakitud sibul ja lisatakse neile juurde 1 spl hapukoort, 1 spl mett (veega siledaks hõõrutud) ja soola, misjärel täidetakse kooritud ja pikuti lõhki lõigatud hapukurgi poolte sisse. Süüakse päikesekastmega: 2 apelsini ja 1 sidruni mahl ning  $\frac{1}{2}$  klaasi suhkrut aetakse veeaurus kuumaks. 2 tervet muna hõõrutakse vähe soolaga, ülalnimetatud mahl lisatakse segades munade hulka kuni segu lusika külge hakkab. Jahtunult segatakse 1 klaas vahukslöödud koort juurde.

---

## **KAPSAS**

Valge peakapsas oli 20. sajandi keskpaigani kogu Euroopas üks tähtsamaid köögivilju. Kapsast on lihtne kasvatada, ta on saagikas, säilib hästi, teda saab mitmel viisil söögiks tarvitada. Köögiviljaia sünonüüm on eesti keeles olnud kapsaaed või kapsamaa. See osutab, et algselt oli seal ülekaalus kapsas. Eestis hakati kapsast kasvatama hiljemalt 13. sajandi paiku. Hiliskeskajast pärinevad teated linnaelanike kapsaaedadest, oma kapsamaa oli tavaliselt rajatud ka maaisandate linnuste juurde. Kapsast nõuti talupoegadelt ka koormiseks. Sageli tuleb kapsast ette 15.–16. sajandi toidumoonas loeteludes. 16. sajandi raemääruse järgi lubati Tartus venelastel lotjadelt müüa sibula, mädarõika ja küüslaugu kõrval ka kapsast. 1553 on Saare-Lääne piiskopi kirjavahetuses mainitud soolatud valget peakapsast. Järelikult oli juba keskajal Eestis vähemalt mõningates elanikkonnakihtides levinud raiekapsaste soolamine, seda saksa või ka vene toidukultuuri mõjul.

Varauusajal oli valge peakapsas kõige levinum kapsaliik. Mõisate köögiviljaaias oli see üks tähtsamaid vilju, mida kasvatati nii enda tarbeks kui ka müügiks. Näiteks saadi 1635 De la Gardie Hiiumaa mõisatest saagiks 1600 värsket kapsapead ja 5 tunni sissetehtud kapsast. A. W. Hupeli andmeil kasvatasid

kohalikud sakslased 18. sajandil juba mitut liik kapsast, kuid talupojad eelistasid ainult valget peakapsast. Baltisaksa köögis valmistati toite nii värskest kui ka hapukapsast. Näiteks söödi kapsast söödi kas hautatuna hapukoorega, täidetuna või salatina. 18. sajandi lõpust pärit kirjelduse järgi pakuti jõukas baltisaksa perekonnas lõunasöögiks raiekapsast hapukapsasuppi ning selle juurde vürtsikilu. 19. sajandi baltisaksa kokaraamatutes on kapsasuppide ja -hautiste kõrval kapsaklimpide ja -rullide ning muna, sibula ja riivsaia täidetud kapsapea valmistamise retsepte. Praejääkide ja kapsa segust võis teha pudingut.

Eesti talurahvas tarvitas kapsast toiduks nii värskelt kui hapendatult. Kapsaid on pandud koolilaste moonakotti. Laupäeviti küpsetati kapsa ja kaalikaga täidetud leiba ja pirukaid. Köögiviljatäidisele lisati tangu ja liha- või pekitükke. Peeneks raiutud või riivitud kapsaste hapendamine Eesti külas on aga alles 19. sajandi nähtus. Vanemal ajal tunti hoopis kupatatud kapsaste hapendamist ja külmunult säilitamist. Valgustusaja literaat A. W. Hupeli sõnul keetsid talupojad kapsast natuke ning tampisid siis selle ilma soola ja igasuguste muude maitseaineteta nõusse ning lasid sel külmuda. Kapsas oli talupegadel talvel hädatarvilik toiduaine. Neljapäeviti ja pühapäeviti keedeti hapukapsasuppi sealiha (eriti seapea) ja odrakruupidega. Mandril tehti enamasti hapukapsasuppi, Lõuna-Eestis rohkem pakse kapsaid (mulgi kapsad). Tartu- ja Võrumaal valmistati kapsaid rasva või ubadega hommikusöögiks. Värskekapsasuppi keedeti tavaliselt lambalihaga. 19. sajandil oli Eesti mandriosas üheks pulma lõputoiduks hapukapsasupp. Lätis keedeti ubadega hapukapsasuppi

19.-20.sajandi vahetuse eestikeelsetes retseptikogumikes leidub lisaks varasemast tuntud roogadele mitmeid venepäraseid kapsasuppe, mida soovitati keeta härjalihaga, serveerida rõõsa koore ja riivleivaga ning pakkuda kõrvale tatraputru. Uudseteks roogadeks on rosinatega hapukapsasalat ja magus kapsapuding.

20. sajandi alguskümnenditel hakati propageerima kapsa tarvitamist õli, rõõsa või hapukoore ning sidrunimahla toorsalatites, kuna seda osati nüüd väärtustada kui C-vitamiini allikat. Salateid soovitati valmistada ka hapukapsast, lisades õunu, korinte, sibulat, porgandit või mädarõigast. Soojadest toitudest lisandusid hautistele-rullidele näiteks kapsakotletid, hapukapsa-kartulipudru vormiroog ja piimaga kapsasupp.

## RETSEPTID

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Rulaad kapsast (*Roullade vom Kohl*)**

Võta üks ehk kaks kapsapead, hari need rohelised lehed pealt ära, keeda neid kaanega natukese vee ja või sees. Kui need kapsad saavad pehmeks, siis võta pealmised lehed pealt ära nii tervelt, kui võimalik. Haki siis kapsapead hästi peenikeseks, võta pool toopi (0,6 l) seda hakitud kapsast ja sega see poole naela (200g) peenikeseks hakitud neerurasva, 8 loodi (100 g) riivleiva 8 (mis aga enne poole kortli (150 ml) piima sees on leotatud), 6 muna, natukese muskaatpähkli, poole lusikatäie peensuhkru ja soolaga. Kui sa kõik selle oled hästi ära seganud, siis võta need terved kapsalehed, lõika jämedamad varred seest ära ja pane kaks lusikatäit segu iga lehe sisse. Rulli need kokku ja seo rullid lõngaga hästi kinni nõnda et sisse pandud roog välja ei pääse. Vala see supp, mille sees kapsaid keedeti, ja niipalju lihasuppi või vett ühe laia kastruli sisse, et see rullid katab. Pane natuke soola sisse ja kui üles keeb, siis pane need rullid sinna sisse, lase tasa keeda, kuni kapsad on hästi läbi keedetud ja muredaks saanud. Kui sa lauale annad, siis pane esiteks see rulaad sõela peale, et kõik vesi pealt ära jookseb, hoia aga, et need külmaks ei läheks, kuni sa sellist sousti teed: pane natuke võid ühe soustipanni sisse ja lase seda kahe näputäie nisujahuga keema minna, vala siis üks hea kulbitäis seda suppi, mille sees see rulaad keedeti, sinna juurde, pane tükk suhkrut sisse, liiguta hästi segi ja lase keeda. Tee see nelja munarebu ja poole kortli (150 ml) koorega paksemaks. Pane see rulaad vaagna peale, võta lõngad ümbert ära ja vala sousti peale, aga ära unusta, et sa sousti sisse vajaduse järgi soola pead panema.

*Henriette von Wahli retseptikogu, 1801-1810*

### **Hautatud haug hapukapsaga**

Võta teravalt haput kapsast, keeda seda vees, kui see hakkab pehmeks saama, siis vala keeduvesi ära. Kalla kapsale peale "magus" haugisupp, lisa sinna veini, suhkrut, võid, kardemoni, muskaatõisi, korinte, kappareid, riivsaia. Kui roog valmis, eralda kalad vaagnale ja kalla kapsas nende peale.

*Katharina Fehre, "Uus köögi- ja kokaraamat", 1824*

### **Hapukapsad haugikalaga**

Selle tarvis võid sa pruukida, mis sul hapukapsaroast järele on jäänud. Võta üks kolmenaelane haugikala, võta soomused pealt ära ja luud välja ja ka seljaluu. Siis lõika kala parajateks tükkideks, riputa õige peent soola peale, liiguta tükid muna ja riivleiva sees ja küpseta need panni peal kärmesti pruuniks. Siis määri

ühe vaagna külma võiga ära, pane kapsakiht sisse ja riputa natuke peent juustu peale. Siis pane kiht sest kúpsetatud haugikalast ja selle peale natuke hapukoort, siis jälle kapsakiht ja nõnda tee, kuni vaagen täis. Kõigeviimaks pane mõned võitükid peale, tõsta pool kortlit (150 ml) õige paksu jussi (kastet) peale, riputa siis riivitud juustu ja riivleiba hea kord peale ja kúpseta seda pool tundi ahjus.

*Lida Panck, "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Kapsas, valge, täidetud (villitud)**

Üks suur kapsapea saab vee sees natuke soolaga poolpehmeks keedetud, siis võetakse tema välja ja lastakse ta ära jahtuda. Nüüd tehakse tema pealtpoolt seest õõnsaks, nõnda et üks sõrme paksune jagu lehti üle jääb ja et need ära ei lagune. Üks lusikatäis võid hõõrutakse vahuks, hakitakse pool neist väljalõigatud lehtedest õige peeneks, pannakse juurde või ja veel 3 muna, ½ kortlit (150 ml) rõõska koort, 2-3 pihutäit riivleiba, natuke muskaatõisi, soola ja suhkrut. On nüüd kõik hästi läbisegatud, siis täidetakse selle seguga see õõnes kapsapea, kaetakse pealt lehtedega kinni, võitakse klopitud munaga, puistatakse riivleiba üle ja seatakse panni peale, mille sees esiteks 1 lusikatäis võid on sulatatud ja mõned puupilpad kapsale ruuduliseks põhjaks pandud. Nõnda valmistatud, lükatakse kapsapea ahju ja praetakse teda sagedase võiülevaalamisega 1 tunni sees kúpseks. See valmis saanud kapsapea pannakse ühe sooja vaagna peale, ehitatakse teda praetud lihavorstide ehk kotlettidega ja antakse soust sinna kõrvale.

*Jaan Koor, "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Magushapud kapsad**

Puhastatakse õige suur valge ja kõva kapsapää ära ja lõigatakse terava noaga õige peenikesteks ja pikkadeks narmasteks, pannakse nüüd tinutatud kastruli sisse ja lisatakse sinna juurde pool toopi (0,6 l) keeva vett, kortel (0,3 l) sea- ehk haneprae rasva, soola ja veerand naela (100 g) suhkrut, pääle seda, kui need kapsad pehmed on, segatakse pool kortlit (150 ml) äädikat kolme teelusikatäie kartulijahuga ja lisatakse sinna juurde. Soovi järele võib keemise ajal mõne kooritud ja peenikeseks lõigatud hapu õuna sinna sisse segada. Neid kapsaid pruugitakse seaprae, haneprae ja muude pannipraadide juurde.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine", 1937*

### **Hapukapsa-toortoit**

½ kl hapukapsast pestakse, pigistatakse kuivaks, segatakse juurde peotäis korinte, maitseks suhkrut, sidrunimahla ja riivitud sibulat. Toit seatakse vaagnale kuhja, äärde asetatakse kirjus reas kaunistuseks

riivitud mädarõigast ja porgandit, mis maitse järgi segatud riivitud sibulaga, sidrunimahlaga, suhkruga ja soolaga.

---

## KARTUL

Kartul jõudis Euroopasse 16. sajandi esimesel poolel, kuid alles alates 18. sajandist sai sellest üks tähtsamaid toiduaineid. Baltimaades hakati kartulit kasvatama 18. sajandi keskpaiku, esmalt mõisaaedades. Sajandi lõpul oli kartul Eestis veel nii haruldane, et seda veeti delikatessina Inglismaalt sisse. Mõisnikud innustasid ka talupoegi *maaõuna* kasvatama, jagades neile seemnekartulit, kui kaasaegsete sõnul ei tahtnud talupojad sellega tegeleda, nad ei arvanud kartulist kui toidust suuremat, ainult praetud kartulil leidsid mingi maitse olevat. Kiiremini levis kartul Lätis, osalt agara propaganda tõttu: avaldati kartulijutlusi, -luuletusi ja -teatmikke. Eesti keeles hakkas sarnane kirjandus ilmuma alles 19. sajandi algul. Talupõllul muutus kartul üldisemaks sajandi keskel ja tänu sellele kadusid näljahäädad. Igapäevaseks toiduks sai see siiski alles aastasaja lõpul.

Baltisaksa köögis kasutati kartulit kookide ja leiva küpsetamisel. 19. sajandil tehti saksapäraseid kartulikäkke ja inglise eeskujul pudinguid, levisid ka esimesed kartulisalatite retseptid, milles lisanditena kasutati anšooivist, kappareid ja õli-äädikakastet. 19. sajandil hakati mõisates kartulist viina põletama. Koos kartulitega levis juba 18. sajandi teisel poolel ka kartulitärklis, mida hakati kasutama toitude, eelkõige kisselli paksendajana.

Uudse toiduainena oli kartul eestlaste laual esialgu parem toit, mida peremees jagas sööjatele jaokaupa. 19. sajandi lõpul said peotoiduks lihaleemes keedetud terved kooritud kartulid. Hapendatud kaerakile eeskujul hakati Läänemaal tegema kartulikilet. Muhus on kartulitest ja rukkijahust valmistatud *hapurokka*, mida söödi rõõsa piimaga. Pudrupäevadel, kolmapäeval ja laupäeval hakati sööma kartuli- või kartuli-tanguputru (*mulgipuder*), supipäevadel kartulisuppi. Märjamaal, aga ka Läti aladel tehti kartulivorste. Talupojaroogadest võib nimetada veel lihaga tembitud *tuhlinotti* ja *killatuhleid*. Põhja-Lätis valmistati riivitud kartulitest kartuliklimpe, mida keedeti soolvees ja millele võidi maitseks lisada praetud sibulat. Uuemal ajal on seal tehtud kartulipannkooke, mida söödi hapukoore või jõhvikamoosiga.

1893 ilmus eesti keeles esimene spetsiaalne kokaraamat "Kartowli kokk ehk õpetuskudakartowlitist 125 rooga valmistada võib", milles tutvustati kartulisuppide, erinevate lisandite ja kastmetega keedu-, praaja küpsekartulite, kartuli-munaroogade, -putrude ja -klimpide, pudingute ja salatite valmistamist. Soovitati kartuli-rukki- või nisujahu segust pirukaid ja kooke ning isegi torte. Põnevamatest roogadest



esinevad käsiraamatus ploomi-kartuli puder, keedetud kartulilõigud sidrunimahlas ja kartuli-õunapasteet.

Esimese maailmasõja eel oli kartul oluline ekspordiaartikkel, mis läks peamiselt Peterburi turule, 1920. aastatel Soome ja Rootsi. Pärast sõda tõusis Eesti kartulikasvatuses ühe elaniku kohta maailmas esikohale. Jõgeva Sordiaretuse Instituudist pärineb 40 ametlikult registreeritud sorti, millest on kõige kauem kultiveeritud 'Jõgeva kollast', 'Olevit' ja 'Sulevit'. Kartuleid kasvatati rohkem Põhja-Eestis ja saartel, kus see sai tähtsaks tuluallikaks nii otsese müügi kui ka seakasvatuse kaudu (kartul oli peamine seasööt). Mitmetes vabrikutes toodeti kartulitärklis ja -siirupit.

20. sajandil hakati kartulit selle tähtsuse tõttu toidulaual kutsuma teiseks leivaks. 1920.-1930. aastatel soovitati kartulit süüa rohke C- ja B-vitamiini sisalduse tõttu ning väärtuslike ainete säilitamiseks mitte koorida ja keeta väheses vees. Süsivesikuterohket kartulit peeti õigeks kombineerida valgu- ja rasvarikaste toiduainetega. Tutvustati mitmekesisemaid kartulitoite, nagu vormiroogi, salateid ja küpsetisi. Kartulitärklise levik võimaldas teha uusi roogi, nt paksendatud marja- ja puuviljakissellid.

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Praetud maa-õunad petersellilehtedega**

Kupata maa-õunad üles ja koori. Kasta need siis klopitud munade sisse ja pööra need nisujahu sees ümber. Siis peab sul sulatatud võid ühe pannkoogipanni sees olema, pane õunad sinna sisse ja lase neid pruun-kuldseks saada. Võta nad seest välja ja pane petersellilehti, millest jämedamad varred on ära võetud, jälle panni sisse ja prae neid kuni need natuke kangeks tõmbuvad. Pane need maa-õunad vaagna peale ja ehi neid petersellilehtedega. Seda rooga sünnib kõige paremini soojalt süüa.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

### **Kartuhvlid heeringaga.**

Kui kartuhvlid on keedetud ja ära kooritud, haki siis 2 äraleotatud heeringat, kust sa kõik luud välja pead võtma, õige peeneks ja pane neid kartuhvlite hulka kastruli sisse, lisa kortel (0,3 l) rõõska koort, 2 riivitud sibulat ja pipart peale ja keeda neid kaunis lühikeseks, aga läheb sul seda rooga enam tarvis, siis võta ka rohkem heeringaid. Vaagen garneeri lambalihakarbonaadiga.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Kartuhvlid õuntega**

Kooritakse 2 toopi (2,4 l) kartuhvleid ära, keedetakse need soolvee sees peaaegu pehmeks, valatakse vesi ära, pannakse 8 kooritud ja siivideks lõigatud õuna, ½ lusikat võid, soola ja 1 tass puljongit sinna juurde ja lastakse nüüd väikse tule peal, kord korralt puulusikaga ümber segades, keeda, kuni kartuhvlid ja õunad pehmed on. Siis praetakse 2 vürhvliteks lõigatud sibulat ½ lusika võiga ilusti kollakaspruuniks ja valatakse kartuhvlite peale.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Kartulipirnid**

Toop (1,2 l) kooritud ja soolaveega pehmeks keedetud kartuleid kurnatakse suure jõhvsõela peale ja hõõrutakse sealt läbi ühe kausi sisse. Nüüd segatakse sinna juurde: paar lusikatäit sulavõid, paar toorest muna ja niipalju Moskva jahu, et kui kuuma rasva sees keedetakse, mitte ära ei lagune. Nüüd veeretatakse peo vahel pirni moodi kuulid ja iga jämedama otsa sisse pistetakse üks nelk, veeretatakse siis Moskva jahuga kokku ja keedetakse sügava hästi kuuma rasva sees pruuniks ja küpseks.

*Signe Donner "Daani kokaraamat", 1923*

### **Kartulitort**

1 nael (400 g) riivkartuleid, 14 muna, ¼ naela (100 g) suhkrut, 4 loodi (u. 50 g) mandleid, 3 sidrunit  
Munarebu hõõrutakse suhkruga, juurde lisatakse puhastatud peenestatud mandlid, 2 sidruni koor ja 3 sidruni mahl, eelmisel päeval keedetud riivkartulid ja lõpuks vahtu löödud munavalge. Nüüd pannakse see segu määratud vormi ja küpsetatakse 1 tund kuumas ahjus. Kui kook veel kerkinud ei ole, ei tohi ahi mitte liiga kuum olla.

*Adeline Tannbaum "Moodne perenaine" 1937*

### **Täidetud kartulid**

Ained: 20 kartulit, 100 g võid või rasva, pipart, soola, peotäis puravikke, petersellilehti ja 1 sibul.

20 keskmise suurusega kartulit kooritakse, riputatakse soola peale ja küpsetatakse ahjus pannil. Kui kartulid on küpsed, lõigatakse kaas pealt ära, sisu võetakse iga kartuli seest välja ja hõõrutakse peeneks, selle sisu juurde segatakse 50g sulavõid, pipart, soola, küpsetatud ja peenekshakitud puravikke, sibulaid ja petersellilehti. See täidis pannakse iga kartuli ümbruse sisse, kaas pannakse peale, kartulid tehakse praeahjus soojaks ja süüakse eeltoiduks või lihaküpse juurde.

## ÕUN

Õun on Eestis kasvavatest puuviljadest kahtluseta üks vanimaid, mida tunti juba muinasajal. Tõsi, tegu oli veel metsõunapuudega, mille teravhapusid vilju sai mingil määral toiduks tarvitada. Tänu keskajal linnadesse, kloostrite ja mõisate juurde rajatud viljapuuaedadele rikastus kultuurõunte sortiment. Kohapeal kasvatatud õuntele pakkusid täiendust hansakaubanduse vahendusel Saksamaalt sissetoodud. Alates keskajast on aiaõun järjepidevalt kuulunud kohalikule toidulauale, esialgu küll delikatessina. Näiteks pakuti õunu pidusööminguil desserdiks. Hiliskeskajal saksa keeleruumis levinud kokaraamatud jagavad soovitusi õuna kasutamise kohta nii lihatoitudes, kookides, vormipirukates kui ka muudes roogades. Kohaliku õunaveiniga kaubeldi edukalt linnades ja see jõudis ka lihtrahva lauale. Värske puuvili oli kättesaadav hooajaliselt, pikemaks säilitamiseks on õunu peamiselt kuivatatud.

Sõjad ja varauusaja karm kliima laastasid õunapuuaeda, kohalike õunte puudujääki korvati impordiga, eeskätt Saksamaalt. Mõisates tehti õuntest mahla, veini ja äädikat. 18.-19. sajandi baltisaksa kokaraamatutes tutvustatakse palju magusroogi, näiteks külm õuna-veini püreesupp, vaarikamahlas keedetud õunad, kohev õunavorm, õunajäätis. Leht- või muretaignas küpsetatud "õunad öökuue sees" ja "õunapommid" saavad hiljem tuntuks ka eestlaste seas. Rikkalikult leiab nii kuumade kui külmade pudingute retsepte, isegi üdi ja juustuga õunapudingud. Lihatoitude juurde soovitatakse õuna-kartuli või õuna-kastani hautisi. Saksamaalt imporditi luksuslikke õunasorte nagu šampus- ja ananassrenetid. August Wilhelm Hupel kirjutab 18. sajandi lõpul, et renetid ja sibulõunad on siinsetes aedades haruldaseks nähtuseks, aga see-eest on ilusad klaarõunad, mis küpsena on suurepärase maitsega, täis mahla ja peaaegu läbipaistvad.

1869. aasta põllumajandusnäituse ajal oli teada 158 Eestis kasvavat õunasorti. Viljapuuaeda hakati taludes aktiivselt rajama 1870. aastatel, taludes kasvatati eeskätt vastupidavamaid sorte, mis on tuntud siiani (nt "Antoonovka", "Liivimaa sibulõun", "Valge klaar", "Sügisjoonik", "Suislepp"). Istikud osteti kunstärneritelt, puukoolidest ja puuviljaaedadest. Sügis- ja talveõunu hoiti keldris õlgede sees või rehetoa villakirstus. Puuviljakasvatuse ja kulinaarne oskusteave levis ajakirjanduse, käsiraamatute ja aiandusseltside kaudu. Mitmed 19. sajandil hästi tuntud õunasordid olid aretatud spetsiaalselt Liivimaa olusid arvestades. Vormsi saarel tegutsenud pomoloog Jaan Spuhl-Rotalia loetleb "Kodumaa marjades" (1898) teiste hulgas selliseid nagu "Liivimaa kardinal", "Kuramaa maasikaõun", "Liivimaa šampanjaõun", "Riia sidrunõun". Värskeid õunu soovitatakse müüki viia, kuna see annab väiksema vaevaga kõige enam rahalist kasu. Kui õunu üle jääb, siis võiks neid kuivatada või moosideks keeta, sest linnas on need nõutud kaubad. Õpetati tegema ka kauasäilivat "õunapasteeti" ehk kuivatatud õunamoosi ja paksu kypsetistesse sobivat marmelaadi. Kel aga suuremad õunatagavarad või kehvema maitsega sordid, võib

kaaluda veini valmistamist. Eriti hästi sobivad selleks magushapud sügis- ja taliõunad. Õunaveinile suhkrut ja viinakivi lisades saab kodust šampanjat.

Eesti Vabariigis olid õunad toidulaual tavalised. Kohalikku õunakasvatust propageeriti ja omamaiseid õunu soovitati eelistada importkaubale. 1939. aastal eksporditi Eestist Euroopasse 50 õunasorti. Taludes hakati õunapressidega mahla valmistama. Rõhutati õuna tähtsust maitsva, tervisliku ja odava toiduainena. Eriti kasulikeks peeti õuna-tangu putrusid. Kokaraamatutes ja ajakirjanduses õpetati tegema magusat õunasuppi või -kisselli, täidetud ahjuõunu, õunavahtu ja -tarretist, -vorme, maiustustest õunapastilaad ja -marmelaadi. Küpsetistest tutvustati muretaigna-õuna plaadikooki, õunapannkooke ja -pirukaid. Küpsetatud õunu või paradiisiõuntest kompotti soovitati ahjuhane või -kalkuni, seaprae ja viini vorstide lisandina. Õunad sobisid tervislikesse toortoitudesse ja -salatitesse. Karmil 1939./1940. aasta talvel hävis Eestis kahjuks 69% õunapuudest, sealhulgas paljud vanad sordid, mis asendati nõukogude ajal uutega.

Tänapäeval väärtustatakse kodumaiseid õunu. Kontsentreeritud mahlade kõrval valmistavad väiketootjad naturaalseid suhkruta õunamahlu, -veini, -siidrit ja -limonaadi.

## **RETSEPTID**

*Kajsa Warg "Köögi- ja kokaraamat", 1781*

### **Glasuuritud õunad**

Koori 18 õuna ja lõika need sedaviisi välja, et alla ja peale üks viilukas ja keskele nende vahele üks peenike vars jääb. Võta äralõigatud õunaliha seest seemnesüdamed ära ja mis üle jääb, keeda moosiks rohke suhkruga, et see hästi kõvaks saab. Võta kaks peotäit magusaid ja 5 tükki mõrumandleid, koori ja haki peeneks, sega see moos ja need mandlid ära ja pane seda segatud rooga nende viilukate vahele, et see näeks välja kui terve õun. Aga seda pane tähele, et varred peavad õunte küljes olema. Vispelda 5 munavalget hea nisujahu ja rohke suhkruga hästi ja võia seda sulega õunte ümber ning pane need ahju, mis parajasti köetud on. Kui need tükk aega seal sees on seisnud, siis võta välja ja peki neid katkilõigatud sukaadi ja mandliviiludega, võia neid munavalgega ning pane neid ahju. Tee seda kolm korda järjest ja lase neil õuntel iga korra vahel küpseda ning serveeri neid pärast.

*Henriette vonWahli retseptikogu, 1801-1810*

### **Õunatort ilma taignata**

Võta nii palju õunu, kui soovid, lõika viiludeks, ja võta südamik välja, vala sellele veini ja suhkrut, tükk võid, ja keeda seda, kuni sellest on saanud moos, hõõru see hästi puruks, löö sinna 8 muna. Võta küpsetusvorm, määri see hästi võiga, siis puista võile riivitud saia, vala keedetud õunad nõusse ja pane see ahju.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1825*

### **Õunasupp**

Riivi 12 sibulõuna jämeda riivi peal ja pane lusikatäis prantsviina, natuke peenekstõugatud kaneeli, riivitud sidrunikoori, natuke suhkrut, 3 muna ja nii palju peent riivsaia sisse, et käega võid pisikesed klimbid teha. Siis lõika 8 suurt pehmet kooritud õuna õhukesteks viiludeks, võta süda välja ja keeda neid poole kortli (0,15 l) vee, sidrunikoorte, kaneeli ja ühe prantssaia sisuga moosiks, kurna seda jõhvsõelast läbi, pane 2 kortlit (0,6 l) punast veini, ühe sidruni mahla ja niipalju suhkrut sisse, kui arvad tarvis olevat, ka kulbitäie sõstramahla. Need valmistatud õunaklimbikesed prae või sees pruuniks, pane need supivaagnasse ja seda palavat suppi peale.

*Lida Panck "Kasuline köögi- ja majapidamisraamat", 1896*

### **Suflee õuntest (ülespuhutud õunakook)**

Kümme küpsetatud haput õuna hõõrutakse läbi ühe sõela, pannakse 1 tassitäis tuhksuhkrut sinna juurde ja klopitakse seda ½ tundi ühe lusikaga. Seejärel segatakse vaht 12 munavalgest kergelt teiste hulka ja seatakse seda pikliku kuuli moodi ühe võiga määratud küpsetamisevaagna peale, tõmmatakse siis ühe hõbelusikaga see segu ühteviisi alt üles, nõnda et tema ümberringi kui härmatanud jääb, ja peal nii kui üks suur nõöp välja näitab. Seejärel puistatakse segu peale õige paksult peent suhkrut ja lükatakse see kohe ahju, mis aga siis sündida võib, kui kohe lauale viiakse, sest väga kaua ei tohi kook ahjus olla, muidu kukub tema kokku. Suhkrut ja rõõska koort antakse sinna juurde.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Õunad öökuue sees (Äpfel imSchlafrock)**

Rullitakse võitainas jahuga üleraputatud laual pirukarulliga õige õhukeselt laiaks, lõigatakse siis nelja tolli (1,6 cm) laiused ja pikkused kandilised tükid, pannakse nüüd iga tüki pääle üks keskmine kooritud hapu õun, millel plekktorukesega süda on välja pistetud, raputatakse peenikest suhkrut ja kaneelipulbrit igale

õunale, pintseldatakse taigna nurgad toore munaga ja ühendatakse üle õuna. Pannakse nüüd laiale pirukaplaadile, määritakse pealt toore segatud munaga, raputatakse natuke peenikest suhkrut üle ja küpsetatakse praeahjus pikkamisi pruuniks, et õunad pehmed on. Tõstetakse liuale ja raputatakse kaneelipulbriga segatud peenikest suhkrut üle. Soovi järele võib ka need väljatorgatud õunasüdame augud kupatatud rosinaid või koortest puhastatud ja peenestatud magusaid mandleid täis toppida.

### **Kuivatatud õunapuder (*Pastillat*)**

20 ilusat suurt haput õuna küpsetatakse ahjus pehmeks ja hõõrutakse läbi jõhvsõela kaussi, tehakse suhkruga õige magusaks ja hõõrutakse puulusikaga hästi vahule. Lisatakse nüüd siis veel sinna 6 vahule löödud munavalget ja segatakse läbi. Võetakse siis 10 tolli (25 cm) pikkused, nelja tolli (10 cm) laiused ja tolli (2,5 cm) kõrgused hõõveldatud puukastikesed, pannakse veerand tolli paksuselt seda õunaputru sinna sisse ja kuivatatakse paar tundi soojas ahjus. Pannakse nüüd jälle kord seda putru sinna päälle ja kuivatatakse ahjus ära ja niiviisi edasi, kuni kastid täis on. Võetakse nüüd kastidest välja, lõigatakse neljakandilised pikad tükid, kuivatatakse veelkord läbi ja hoitakse kuivas kohas paberi või kasti sees.

---

## **METSAMARJAD JA SEENED**

lidsetest aegadest peale korjasid eestlased loodusest söögiks mitmesuguseid marju, nagu metsmaasikaid, vaarikaid, mustikaid, murakaid, sinikaid, jõhvikaid, pohli jm. Kuidas täpsemalt neid toiduks tarvitati ja säilitati, selle kohta vanemast ajast teated puuduvad. Ka keskaja kirjalikest allikatest ei selgu metsamarjade kohta midagi, nende toiduks tarvitamise kajastub ainult arheoloogilises leiuaineses. 16. sajandi lõpust pärit andmeil anti haigetele pohlavett ja -viina ning keedeti paksu moosi, mida kasutati kookide, veresuppide ja ulukiliha maitsestamiseks ning mis säilis pika keeduaja tõttu kaua. Seente söögiks tarvitamisest Eestis pole vanemast ajast samuti mingeid andmeid. Ühes keskaja Tallinnast pärit käsikirjas on mainitud kukeseeni, mida soovitati süüa katku ajal. Seega vähemalt mõned elanikkonnakihid siinamail kukeseeni tundsid ning neid ka toiduks tarvitasid.

Enamasti korjasid mõisnikele marju talupojad, aga 18. sajandi lõpust peale noppisid kõrgest soost sakslased mõnikord hea meelega isegi metsas marju ing ka mõisalapsi saadeti marjule. Vaestele maa- ja linnaelanikele pakkus marjakorjamine suvest sügiseni arvestatavat lisateenistust. Marju müüdi mõisatele, samuti linnaturul ning ülesostjatele.

18. sajandist leidub juba arvukalt teateid metsamarjade toiduks tarvitamise kohta, samas ei võimalda tollaegsed kirjeldused ja rahvapärased nimetused neid alati identifitseerida. A. W. Hupeli andmetel

tunti 30 sorti marju, millest paljusid kasutati baltisaksa köögis. Neid tarvitati kas värskelt, kuivatatult, jahvatatult, limonaadi, veini, moosi, marmelaadi, jäätise või kastmena. Näiteks valmistati jooke kukerpuu- ja kibuvitsamarjadest. Mustikatest keedeti mahla. Jõhvikaid peeti heaks sidruni asendajaks ja palaviku alandajaks, murakaid aga sobivaks ravimiks skorbuudi vastu. Marju säilitati siirupis või suhkrus. Pohli hautati üleöö leivaahjus, suuremas potis, hoiti purkides ja glaseeriti suhkruga üle ning serveeriti prae kõrvale. Kadakamarju tarvitati liharoogade maitseainena.

Mõisapere söögilaual olid seened 18. sajandil olulisel kohal. Talupojad pidid mõisale metsast korjama mürkleid, kukeseeni, riisikaid, puravikke ja šampinjone, mida kasutati nii kuivatatult, keedetult, stoovitult kui ka praetult, samuti soolatult või marineeritult erinevate roogade lisandina ning salatites. Kevadisi mürkleid lisati raguudesse, frikasseedesse ja nendega kaunistati roogasid. Palju kasutati seeni linnu- või vasikalihatoitudes. Mõisates kasvatati hobusesõnnikul šampinjone. Nendest tehti vürtsikaid kastmeid, sealhulgas järeletehtud sojakastet, mis oli importtootest odavam ja sajandi lõpul laialt levinud nii baltisaksa köögis kui mujal Euroopas.

Talupojatoidus olid marjad 20. sajandi alguseni hooajaliseks vahelduseks, mida peeti rohkem laste ja naiste toiduks. Marju, mis säilivad ilma suhkruta – mustikad, pohlad, jõhvikad – hoiti kuivalt või vee sees. Suhkur oli kallis, tõenäoliselt kasutati konserveerimisel ka mett, aga selle kohta on vähe teada. Marju kuivatati, ehkki pigem raviteeks, mitte toidule lisamiseks. Talulaste maiuseks olid mustikad või metsmaasikad rõõsa piimaga, kuhu võimalusel lisati ka suhkrut või mett. Jõhvikatega värviti viina, mida naised jõid paastumaarjapäeval. Jõhvikaid ja pohli lisati ka kapsastele, et kiirendada hapendamist. Kadakamarju kasutati õlle ja teiste kääritatud või hapendatud jookide valmistamisel.

Seente vähest tähtsust talupojatoidus peegeldab nende rahvakeelsete nimetuste nappus, palju on laensõnu (nt puravik vene keelest; riisikas, mürkel ja sirmik saksa keelest). Eestlased pidasid seeni mürgiseks või väheväärtuslikuks toiduks. Seente korjamine ja söömine oli enam tuntud Ida- ja Kagu-Eestis, ilmselt idanaabrite mõjul – vene köögis on seenetoitudel oluline koht. Peipsi vanausuliste ja setude jaoks olid seened traditsiooniliselt tähtis paastutoit. Levinud olid soolatud seened, mida Peipsi ääres kutsuti ka 'seenesilguks'. Neid tarvitati leiva- ja hiljem kartulikõrvasena. Seente, eeskätt puravike, kuivatamine oli tuntud Peipsiveeres ja Setumaal. Mujal Eestis on seened 20. sajandini olnud eeskätt hädatoit nälja- ja sõja-aegadel või pole neid üldse tarvitatud (nt saartel). Talurahvas eelistas korjata seeni, millel "piima välja tuleb". Seeni peeti liha või kala aseaineks. Seentest keedeti suppi, neid lisati kartuli- ja tangupudrule, mõnel pool tehti seenepirukaid.

Ulatuslikumalt hakkasid eestlased metsamarjadest toite valmistama 20. sajandi esimestel kümnenditel, kui kursustel ja majapidamiskoolides õpiti keetma hoidiseid ja tekkis rohkem võimalusi marjade

säilitamiseks. Marjadest tehti kisselle, magusaid suppe, roosamannat ning teisi magustoite, eeskätt küll pühadeks ja pidudeks. Pohlamoosi hakati sööma verivorstide kõrvale. Pohlamoosi leivale määrades öeldi, et see on “või jätk”. Kokaraamatuist leiab munavalge-tuhksuhkrusegus veeretatud jõhvikate retsepti - maiuse, mida tehakse tänapäevalgi.

19. sajandi lõpu ja 20. sajandi alguse eestikeelseis kokaraamatuis on seeneroogade retsepte vähe, enamasti tutvustati seeni liharoogade lisandina. Laiemalt hakkas seente toiduks tarvitamine eestlaste hulgas levima alles möödunud sajandil, osalt ka ajakirjanduse ning keedukursuste mõjul. 1930. aastate Tallinna ja Tartu turgudel oli saada paarkümmend seeneliiki, suur osa seentest ja seenehoidistest tuli Petserimaalt. Veel 1938. aastal kurdetakse ajakirjanduses, et eestlased teavad nimepidi vaid riisikat, kärbseseent ja puravikku, kõik ülejäänud kannavad ühisnimetajat ‘tatikad’. Mittesöödavaid seeni nimetati rahvasuus halvustavalt ‘sitaseenteks’. Tollastest kokaraamatutest ja ajakirjandusest võib leida mitmeid uudseid retsepte - seenesalateid ja -hautisi, sooje võileibu seentega jm. Lisaks soolaseentele hakati valmistama marineeritud seenehoidiseid.

## **RETSEPTID**

*Katharina Fehre „Uus köögi- ja kokaraamat“, 1824*

### **Pohlamoos õuntega**

Kõige paremad on need pohlad, kui nemad juba külma käes on olnud, sest siis on nemad õige sahvtised. Tee need puhtaks ja loputa need ärra ja pane need siis kuivalt tulele. Saavad nemad hästi läbikäänud, siis pane suhkrut ehk äraselletud mett juurde, aga ära jäta ühtepuhku vahtu pealt ära võtmata nii kaua kui seda aga peale annab. Siis võta ilusaid viinhapusid õunu, mis ei ole ussitand, löika need neljaks tükiks, aga ära koori neid mitte ära. Võta seemnepesad seest välja ja pane need õunad selle sahvti sisse ja paar peotäit äraleotatud ja peeneks lõigatud pomerantsikoori ja natoke peenekstõugatud inglisevürtsi. Need õunad ei pea mitte kaua keema, aga seda sahvti pead ühtepuhku liigutama, kui need õunad sees, sest et muidu põhja hakkab ja siis mõlemist – värvist ja maust ilma jääb. Seda sahvti pead, nenda kui kõik teised, ühe valge vask katla sees keetma, sest et temma ühe tinnatud kastruli sees mitte nii ilusaks punaseks ei saa.



*Jaan Spuhl-Rotalia "Kodumaa marjad", 1897*

### **Pihelgamarja naps**

9 kortlit (2,7 l) pihelgamarja-sahvti, 1 kortel (0,3 l) kirsi-sahvti ja 15 kortelt (4,5 l) puhastatud 40 % tuli viina segatakse kokku, sulatatakse 7 ½ naela (3 kg) suhkurt 5 kortli (1,5 l) vee sees üles, valatakse segi hulka, loksutatakse hästi segamini ja täidetakse pudelite sisse.

### **Marmelaad pihlakatest**

Need küpsed marjad keedetakse natuke veega, litsutakse neid ühe sõõla läbi, segatakse neid suhkruga maitsemise järel, lastakse neid paksuks keeda, kallatakse teda lameda karpide sisse ja kuivatatakse neid ahjus. See maitseb väga hea ja armastatakse Venemaal väga.

### **Vabarna (vaarik) marja kobe leib**

Kolm kortelit (0,9 l) vabarna marju keedetakse korteli (0,3 l) suhkruga kastruli sees paksuks pudruks. Löödakse nüüd 15 muna valget hästi kangeks vahuks, segatakse see vabarna puder külmalt lusikatäie kaupa sinna juurde. Määritakse siis ümmargune portselan ehk nikeldatud liud ehk õhukeste äärtega vorm võiga, pandakse tainas sinna sisse, tehakse pääl ümmarguseks siledaks ja küpsetatakse veerand tunniga ahjus hele pruuniks ja küpseks. Kui ahjust välja võetakse, antakse silmapilk lauale, muidu kukub kokku. Sinna juurde antakse kannuga üles keedetud ja külmaks tehtud rõõska koort.

*Henriette von Wahli retseptikogu (1801-1810)*

### **Šampinjonide sissetegemine**

Lase vesi vähese soolaga keema ja pane šampinjonid sinna sisse, kui see hakkab keema, koori vaht ära ning võta tulelt. Pane šampinjonid ühte klaasnõusse, puista nende vahele inglisevürtsi, pipart, muskaatõisi, loorberilehti ning vala sinna külma veiniäädikat.

*Katharina Fehre "Uus köögi- ja kokaraamat", 1824*

### **Soja tegemine**

Selle tarvis võid kõik šampinjonid, suured ja pisokesed võtta, tee aga varred korralikult puhtaks nii kaugelt, kui nemad mulla sees on olnud ja pühi need ühe rätikuga hästi puhtaks. Siis pane need ühe kivipoti sisse, riputa natuke soola vahele, hõõru need ühe puulusikaga nii peeneks kui aga saad ja lase neid ühe sooja koha peal mõned päevad siesta, et kohevile läheb. Siis keeda neid üles, aja riidest läbi ja keeda neid siis veel õige pisokese tule peal, kuni sahvt õige paksuks saab. Kui ära jahtub, siis pane see

pisokeste pudelite sisse, pane korkidega kinni ja vaiku peale, ning pane ära kuniks sul neid tarvis on. Kui see soja on hoolega tehtud, siis ta jääb 4-6 aastaks väga heaks ja kui paar teelusikat sellest ühe pasteedi ehk raguu sisse panna, siis tunneb maitse juba täiesti ära.

*Jaan Koor "Kokaraamat 1331 söögivalmistamise õpetusega", 1900*

### **Mürklite (*Morcheln*) valmistamine**

Need on meil kevade kõige esimesed seened. Nad armastavad kõrget maad, on ka ise sealjuures konarlised ja auklikud, sellepärast on nad alati liiva, puru ja mutukaid täis ja nõuavad enne kui neid süüa võib, palju vaeva puhastamise juures. Neid puhastatakse hoolega purust ja pestakse mitme suure veega liiv maha. Nüüd keedetakse mürklid kuuma vett pääle valades poole tunniga ära, kallatakse siis suure sõela pääle ja lastakse kuivaks nõrguda ning lõigatakse peenikeseks. Pääle seda pannakse iga poole toobi (0,6 l) seente pääle veerand naela (100 g) võid ja paar peenikeseks lõigatud sibulat kastruliga tulele, kui läbi keeb, siis lisatakse seened, soola, peenikest pipart, kortel (300 g) hapukoort ja teelusika täis nisupüüli jahu sinna hulka. Kui nüüd hoolega segades läbi on keenud, siis pruugitakse neid vasikakotleti, keedetud singi, ahjujänese, soolakeele ja muude lihasöökide juurde.

### III KIRJANDUSE NIMEKIRI

#### I Valik kokaraamatuid (kronoloogiline nimekiri)

- 1) (Warg, C.) (1781) Köki ja Kokka Ramat, mis Rootsi kelest Eesti-maale üles pandud on. Tõlk. Johann Lithander, Tallinn. <https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:102286>
- 2) [Katharina Fehre, tlk. Carl Matthias Henning] (1825) Uus Kögi- ja Kokka Ramat, mis õppetabkeiget arwisse mad road pissokesse ja sure maia-piddamise kohta teggema : ja keik mis senna jure tarwis, ja seddamöda, kui Lihwlandi kokka ja maiapiddamisseramatust on luggeda, mis Saksele on wäljaantud. G. Eggers, Tallinn. <http://dSPACE.ut.ee/handle/10062/14667>
- 3) Treufeldt, K. (1881) Lühikene õpetus söögide tegemisest ehk taluperenaese köögi-raamat. Schnakeburg, Tartu. <https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:102110>
- 4) Reivelt, M. (1883) Söökide valmistamise õpetus kõikidele eesti perenaestele ja neile, kes nendeks tahavad saada. F. Feldt, Viljandi
- 5) Tõnisson, M. (1889) Talurahva köögi raamat. Õpetus, kudas perenaised ja söögitegijad tarvilikka toitused ja jookisid võivad valmistada. Trükitud M. Tõnissoni kuluga, Tartu  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:101305>
- 6) Helena (1893). Kartowli kokk ehk õpetus kudakartowlitest 125 rooga valmistada võib, Rakvere.  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:68244>
- 7) Panck, L. (1896) Kasuline köögi- ja majapidamiseraamat. Uuendatud ja täiendatud väljaanne. Schnakenburgi trükk ja kulu, Tartu
- 8) Spuhl-Rotalia, J. (1898) Kodumaa marjad: Täielik õpetus kodumaal kaswawaid marjasid ja puuwiljasid kaswatada, sisse korjata, müügile wiia ja alal hoida, neist weini, likööri, limonaadi, moosi, sahwiti, marjasülti, siirupit, marmelaadi, kompoti, salatid, suppi, kookisi, teed, kohwi, äädikat jne. walmistada, nende tervisekasulisi ja tervisekahjulisi omadusi tunda ning neid arstliselt tarwitada. A. Peeti trükikoda, Viljandi <https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:102090>
- 9) Koor, J. (1900) Koka-raamat 1331 söögi-valmistamise õpetusega. Hermann, Tartu  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:319967>
- 10) Koor, J. (1903) Magusad söögid, moosid ja sahwitid. G. Pihlaka raamatukaupluse kirjastus, Tallinn
- 11) Korth, M. (1907) Praktisches Kochbuch. Sichmann, Riga
- 12) Sapas, M. (1911) Taimetoidud ja nende walmistamine. Postimees, Tartu  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:102067>

- 13) Leesment-Mälberg, Emma (1913) Perenaeste käsiraamat. Eesti Põllutöö Kirjanduse Ühendus, Tartu  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:101940>
- 14) Donner, S. (1923) Daani kokaraamat. Noor-Eesti, Tartu
- 15) Ottenson, H. (1930) Aiasaaduste alalhoid. Akadeemiline Põllumajanduslik Selts, Tartu
- 16) Vitismann, T. (1931) 100 räimetoitu. Väljaandja Therese Vitismann, Rakvere
- 17) Sild, E. (1932) Keedu- ja majapidamisraamat. Mattiesen, Tartu
- 18) Vitismann, T. (1933) Sooje ja külmi kalatoite. Autori kirjastus, Tallinn
- 19) Tannbaum, A. (1937) Moodne perenaine. "Postimehe" kirjastus, Tartu
- 20) Kesk, O. (1938) Toit on tervis. I-VII vihk. Loodus, Tartu; Tallinn
- 21) Rõuk, A. (1938) 100 toitu õunast. Tallinn
- 22) Purres, E. (1939) 100 räimetoitu. Kalanduskoja väljaanne nr. 6, Tallinn
- 23) Padernik, K. (1940) Köögiviljatoidud. Agronoom, Tallinn
- 24) Rabadik, E. (1947) Kokaraamat eesti perenaisele. Välis-Eesti, Stockholm
- 25) Raamat maitsvast ja tervislikust toidust (1955) Eesti Riiklik Kirjastus, Tallinn
- 26) Eesmaa, M., Küüsvek, A., Masso, S. Valik toiduretsepte (1965) Valgus, Tallinn
- 27) Masso, S., Relve, O. (1971) Võileivad. Valgus, Tallinn
- 28) Masso, S. (1971) Salatid ja mahlajoogid. Valgus, Tallinn
- 29) Masso, S. (1972) Seenetoidud. Valgus, Tallinn
- 30) Relve, O. (1976) Tass kohvi. Valgus, Tallinn
- 31) Masso, S., Relve, O. (1976) Lihatoitud. Valgus, Tallinn
- 32) Ottenson, H. (1977) Hoidised. Punane Täht, Tallinn
- 33) Piirisild, V. (1977) Eesti Kokaraamat. Estonian Cookbook. Los Angelese Eesti Naisklubi, Los Angeles
- 34) Petti, L. (1978) Juust. Valgus, Tallinn
- 35) Relve, O. (1979) Tassike teed. Valgus, Tallinn
- 36) Savi, I. (1979) Saiad, pirukad, koogid. Valgus, Tallinn
- 37) Masso, S., Relve, O. (1981) Supid ja ühepajatoidud. Valgus, Tallinn
- 38) Petti, L. (1987) Munatoite. Valgus, Tallinn
- 39) Petti, L. (1989) Kartulitoite - kartul, meie teine leib. Valgus, Tallinn
- 40) Petti, L. (1993) Tomat ja tema sugulased. Varrak, Tallinn
- 41) Petti, L., Pihu, E. (1993) Meie kalad meie laual. Valgus, Tallinn
- 42) Petti, L. (1998) Lihatoitud. Maalehe Raamat, Tallinn
- 43) Kärner Annus, K. (2005) Estonian Tastes and Traditions. HippocreneBooks, New York

- 44) Niiberg, T. (2005) Kodused rüüped ja napsud. Maalehe Raamat, Tallinn
- 45) Virkus, L. (toim.) (2005) Kalaraamat. AS Ajakirjade Kirjastus, Tallinn
- 46) Kirikal, S. (2006) Eesti gourmet kokaraamat. Eesti Ekspressi Kirjastuse AS, Tallinn
- 47) Arro, A. (2008) Haapsalu kohvikuid ja retsepte. Eesti Keele Sihtasutus, Tallinn
- 48) Lebane, T. (2009) Rahvuskala räim ja tema rammus sugulane heeringas. AS Ajakirjade Kirjastus, Tallinn
- 49) Ariko, S.-M., Knorring, M. (2009) Virtina kokaraamat. Toidud Eesti mõisate köökidest. Tänapäev, Tallinn
- 50) Mätas, M. (2009) Kihnu kokaraamat. Kihnu Kultuuriruum, Kihnu
- 51) Ladõnskaja, V. (2011) Peipsi veerel: vanausulised paluvad lauda. Ajakirjade Kirjastus, Tallinn
- 52) Demjanov, D., Kodres, M. (2011) Sööme ära! Raamat eesti köögist, söögist ja sööjatest. Eesti Kulinaaria Instituut. Menu Kirjastus, Tallinn
- 53) Mesikäpp, L. (2012) Seto köök: põlvest põlve. Setomaa Tulevik, Tallinn
- 54) Saar, T., Mikk, R. (2014) Kilulinna kokaraamat. AS Ajakirjade Kirjastus, Tallinn
- 55) Guerrin, T., Karu, K. (2014) Võrokõisi köögi- ja söögiraamat. Võro Instituut, Võru  
<http://piirikook.ee/wp-content/uploads/2015/01/kokaraamat.pdf>
- 56) Pärnumaa romantilise rannatee retseptiraamat (2014) Pärnu Lahe Partnerluskoogu, Pärnu  
<https://www.digar.ee/arhiiv/nlib-digar:212347>
- 57) Kuvaitseva, M. (2017) Katame laua! Vanausuliste toidud. Eesti Vanausuliste Kultuuri- ja Arendusühing, Tartu
- 58) Tänapäevane Eesti köök (2018). Varrak, Tallinn

## **II Teatmeteosed, uurimused, käsiraamatud, mälestused**

- 1) Bardone, E., Kannike, A., Plath, U., Põltsam-Jürjo, I. (2016) 101 Eesti toitu ja toiduainet. Varrak, Tallinn
- 2) Eesti põllumajandus XX sajandil (2006). I köide. Ülevaade Eesti põllumajanduse ajaloost omariikluse eel ja ajal. Aastad 1900-1940. Põllumajandusministeerium, Tallinn.
- 3) Eesti põllumajandus XX sajandil (2007) II köide. Ülevaade Eesti põllumajanduse loost okupatsioonide ajal. Aastad 1940-1990. II osa Taim. III osa Loom. Põllumajandusministeerium, Tallinn
- 4) Gustavson, H. (1985) Karastusjoogid. Allikaveest limonaadini. Valgus, Tallinn
- 5) Gustavson, H. (1982) Pajatusi pruulikojast. Valgus, Tallinn
- 6) Hovi, K. (2003) Kuld Löwi ja Kultase ajal. Tallinna restoranikultuuri ajalugu 1918-1940. Varrak, Tallinn

- 7) Ibius, O. (1977) Ühe tööstusharu ajaloo. Eesti Raamat, Tallinn
- 8) Jürgenson, A. (2005) Seened kultuuriloos. Argo, Tallinn
- 9) Kahk, J., Tarvel, E. (toim.) (1992) Eesti talurahva ajalugu I. Olion, Tallinn
- 10) Kalevi šokolaadiraamat (2004) Ajakirjade Kirjastus, Tallinn.
- 11) Kalle, R., Sõukand, R. (2013) Eesti looduslikud toidutaimed: kasutamine 18. sajandist kuni tänapäevani. Varrak, Tallinn
- 12) Koržets, V. (2006) Koržetsi kalaraamat. Forma Media, Tallinn
- 13) Kurrik, H. (1934) Vorstid. Postimees, Tartu
- 14) Linnus, F. (1939) Eesti vanem mesindus. I kd, Eesti Rahva Muuseum, Tartu
- 15) Luigela, A. (2007-2009) Targalt toitudes terveks, I-II. Varrak, Tallinn
- 16) Moora, A. (2007) Eesti talurahva vanem toit. Ilmamaa, Tartu
- 17) Mänd, A. (2004) Pidustused keskaegse Liivimaa linnades. 1350–1550. Tallinna Linnaarhiivi toimetised nr. 7, Tallinn
- 18) Põltsam-Jürjo, I. (2013) Pidosöögist näljahädani. Söömine-joomine keskaja Tallinnas. Hea Lugu, Tallinn
- 19) Ränk, G. (1934) Peipsi kalastusest. Õpetatud Eesti Seltsi Kirjad 11. Õpetatud Eesti Selts, Tartu
- 20) Soom, A. (1954) DerHerrenhof in Estlandim 17. Jahrhundert, Lund
- 21) Soom, A. (1996) Mälestusi ja artikleid. Koost. Enn Küng. Eesti Ajalooarhiiv, Tartu
- 22) Suitsu, M. (2017) Eks elati ju ennegi. Sotsialismiaja söögimälestusi. Hea Lugu, Tallinn
- 23) Tiivel, T. (2009) Viinad & peenemad napsid. Hermes, Tallinn
- 24) Vende, V. (1996) Tallinna kohvikud. Akadeemia Trükk, Tallinn
- 25) Viires, A., Vunder, E. (2008) (koost. ja toim.) Eesti rahvakultuur. 2. täiendatud trükk. Eesti Entsüklopeediakirjastus, Tallinn

### III Võrguväljaanded jms.

- 1) Eesti vaimse kultuuripärandi nimistu. Toit ja toitumine. Eesti Rahvakultuuri Keskus.  
[http://www.rahvakultuur.ee/vkpnimistu/index.php?page=Public.KnowledgeList&area\\_id=75&PHPSESSID=4atj3b60edmqnrrn0g7o406gmi4&PHPSESSID=4atj3b60edmqnrrn0g7o406gmi4](http://www.rahvakultuur.ee/vkpnimistu/index.php?page=Public.KnowledgeList&area_id=75&PHPSESSID=4atj3b60edmqnrrn0g7o406gmi4&PHPSESSID=4atj3b60edmqnrrn0g7o406gmi4).
- 2) Eesti toit. <http://eestitoit.ee/>
- 3) Eesti toidutee. <http://www.toidutee.ee/>
- 4) Digiteeritud raamatud. <https://www.digar.ee/arhiiv/et/raamatud>