

E E S T I • L Ä T I

LIIVIMAA MAITSED

R O A D



13. – 16. sajandil ühendas Eestit ja Lätit nii geograafiliselt kui ka majanduslikult Vana-Liivimaa nii, et tekkisid sarnane elustiil ja traditsioonid. Kohalike rahvaste köögis kasutati ise kasvatatud, metsast korjatud ja kütitud ning merest ja sis-eveekogudest püütud toorainet, samuti looduslikke toidutaimi. Mitmed tollased toidutöötlemis- ja -säilitamisviisid - kuivatamine, soolamine, hapendamine - on sajanditeks püsima jäänud. Vastavalt võimalustele ja ühiskondlikule seisundile söödi tera- ja kaunvilju, piimatooteid, köögivilju ja maitserohelist, kala, looma-, linnu- ja ulukiliha.

Tutvustame selles kogumikus toite, mida ajaloolise Liivimaa territooriumil söödi nii minevikus kui süüakse ka tänapäeval: juust, kohupiim, piim marjadega, kanepiseemned, kama-jahu, herned ja oad, oblikad, seemned, odratangupuder, rukkleib, hapukapsas, soola- ja hapukurgid, silmud, suitsukala, -vorstid ja -liha, tulet küpsetatud liha, soolaheeringas. See on vaid väike valik.

Enne 16. sajandit, mil suhkur laiemalt kättesaadavaks sai, oli mesi ainus magusaine. Mesipuid oli Liivimaal väga palju. Sellest ajast on säilinud ka tugev õlle ja mõdu pruulimise traditsioon. Pühade ajal küpsetati porgandi- ja teisi täidisega pirukaid, saiu ja meekooki. Liivimaa aegadel hakati Euroopasse meritsi ja maitsti tooma ka eksootilisi maitseaineid. Need olid väga kallid ning esialgu kättesaadavad vaid rikkamale rahvale. Moodi läks näiteks ürtide ja maitseainete lisamine veinidele. Paljudes meie toitutes ja põlvest põlve edasi antavates retseptides on talle kõik Eestile ja Lätile iseloomulikud ja omanäolised sajandeid arendatud võtted ja väljatöötatud maitseed.



Piim

Liivimaal peeti lehma nii maal kui ka linnas. Piimast valmistati hapupiima, kohupiima, rööska ja hapukoort, juustu ja võid. Värske piim kuulus pigem laste toidulauale, täiskasvanud jõid aga tihedamini hapupiima, sest värske piima säilitamine oli keeruline. Moodsa piimakarjanduse kujunemiseni 19. sajandi lõpul talulehmad talviti piima ei andnud.

Lehmad sügisesel karjamaal



Jaanijuust (sõir)



23. juunil tähistatakse Lätis ja Eestis suvist pööripäeva (*Jāņi / Jaanipäev*). Üks pühaderoog on kindlasti ümmargune ja kollane jaanijuust ehk sõir, mis sümboliseerib päikest ja viljakust. Tänapäeval saab seda osta aasta ringi, kuid paljud perenaised teevad sõira enne pühi ka ise. Jaanijuustu valmistamiseks kuumutatakse suures potis maapiim koos kohupiimaga. Kurnatud juustumassi kuumutatakse edasi koos või, munade, soola ja köömnetega. Edasi, seotakse see kangasse ja asetatakse raskuse alla tahenema. Juustu süüakse jahutatult ja viilutatult, peale juuakse jaaniõlut.

Originaalnimetus:  sõir /  Jāņu siers



Kohupiim

Kohupiim valmistatakse hapupiima aeglasel tulel kuumutades. Traditsiooniliselt süüakse kohupiima hapukoore ja soolaga. Lätis määratakse rukkileivaviilule kohupiima ja puistatakse peale röstitud peeneks jahvatatud kanepiseemneid. Tänapäeval aga süüakse kohupiima sageli heeringa ja kartuliga, see levis laiemalt 19. sajandil. Kuigi heeringas oli importkaup, kujunes see nii baltisaksa kui eesti ja läti köögis väga armastatud toiduaineks.

Originaalnimetus:  kohupiim /  biezpiens



Marjad piimaga

Suvel valmistatakse metsamarjadest tervislikke magustoite. Metsmaasikad, -vaarikad või -mustikad puistatakse kaussi, valatakse peale piim või jogurt, lisatakse veidi suhkrut või mett ning maius ongi valmis!

Originaalnimetus:  marjad piimaga /  ogas ar pienu

Köögiviljad

Tänapäeval nii levinud kartulit ja tomateid Vana-Liivimaal veel ei tuntud. Peakapsast söödi nii toorelt kui ka hapendatult, seda lisati supile ja hautisele. Samuti kasvatati naerist, pastinaaki, herneid, ube, hilisemal ajal ka porgandit ja peeti, aga ka sinepit, mädarõigast, sibulat ja küüslauku. Üle talve säilitamiseks köögivilju kuivatati, hapendati või soolati.

.....
Kapsas põllul





Hapukapsas

Esimesed värsked kapsad pandi koos lambalihaga patta juulis anne- või jaagupipäeva paiku. Pika talve jooksul säilisid vitamiinid aga kõige paremini just hapukapsas. Varasemal ajal lõigati kapsas pea hapendamiseks lihtsalt neljaks. Tänapäeval riivatakse kapsas peeneks, lisatakse köömneid, soola ja veidi suhkrut, pressitakse, kuni eraldub mahl, lastakse hapneda ning seejärel säilitatakse kapsast jahedas. Külmal aja sobib hapukapsast keeta suppi või hautada praelisandiks karbonaadi, kotlettide või vorstikeste juurde.

Originaalnimetus:  hapukapsas /  skåbėti kåposti



Hapukurgid

Krõmpsud vähesoolased kurgid on suvine delikatess. Klaasnõusse pandud kurgid valatakse üle soolveega, millele on lisatud tilli koos varte ja õitega, samuti muid maitseaineid, näiteks mustasõstra-, mädarõika- või kirsilehti, küüslauku ja pipart. Järgmise päevani hoitakse kurke raskuse all, seejärel on need juba söömisvalmis, kuid maitse muutub natuke iga järgmise päevaga. Talveks kurgid hapendatakse ja pastöriseeritakse ning pannakse jahedasse säilima.

Originaalnimetus:  hapukurgid /  sāliti gurķi



Herned ja oad

Põldoad ja hallid herned olid kartulieelsel ajal Liivimaa lihtrahva põhitoidus. Herned ja oad on väga toitvad, neid on lihtne kuivatatult säilitada, aga ka valmistada – piisab lihtsalt keetmisest. Herne- ja oasupp oli taluperes tähtis tavanditoit. Traditsiooniliselt söödi keedetud ube või herneid praetud suitsulihakõrnete ja sibulaga, kõrvale joodi hapupiima. See toit kuulub Lätis ka jõulu- ja aastavahetuse lauale, tänapäevalgi usutakse, et kui aastalõpu pidulaualt süüa ära kõik herned, ei pea uuel aastal pisaraid valama.

Originaalnimetus:  herned ja oad /  pelēkie zirņi



Supid ja pudrud



Liivimaal keedeti lihtsa igapäevase toiduna suures pajas suppe ja putrusid. Neid valmistati sõltuvalt hooajast ja võimalustest odratangudest, hernekest, ubadest, köögiviljadest, seentest, maitsejuurviljadest ja looduslikest toidutaimedest, lisati piima, liha, kala või rasva. Supp muudeti tummisemaks murendatud leivatükkide lisamisega. Liivimaa härraste peente kõhtude jaoks hõõrutu mõnikord supid läbi sõela.

.....
Lõkkel keedetud supp



Odratangupuder



Oder on Liivimaa vanim ja kaua aega ka levinuim teravili. Sageli söödi lõunaks kruubiputru, millele hakati 19. sajandil lisama piima ja kartulit. Tänapäeval tunneme Eestis seda mulgi pudruna, Lätis bukstiņputra nime all. Pudru lisandiks serveeritakse sibulaga praetud läbikasvanud sealiha. Lisaks odrapudrule keedeti vahel ka kaeratanguputru.

Originaalnimetus:  odrapuder /  miežu putra



Hernesupp

Hernesuppi keedetakse juba ammustest aegadest enne paastu, eriti aga enne lihavõtteid ja jõule. Et paastu ajal ei tohi liha süüa, annab toitev supp jõudu. Koos tangudega olid herned ka üldtuntud vastlatoit. Hernesuppi keedetakse seajalgade või muu supiliha, kartulite, porgandite ja tangudega.

Originaalnimetus:  hernesupp /  zirņu zupa



Oblikasupp

Oblikas on kevadel üks esimesi rohelisi taimi. Neid söödi värskelt ja neist keedeti suppi kartulite, porgandite ja tangudega, tänapäeval ka lihaga. Supile võib vitamiinidega rikastamiseks lisada noori spinati- või nõgeselehti. Seda rooga serveeritakse keedetud muna, hapukoore ja rukkileivaga.

Originaalnimetus: 🇳🇵 oblikasupp / 🇷🇺 skābeņu zupa



Seenesupp

Seenesupile annab iseloomuliku maitse seeneliik – olgu siis tegu pilvikute, kuuseriiskate, külmaseente, puravike või kukeseentega. Eriti hinnatakse kivipuravikusuppi. Supile lisatakse röõska või hapukoort.

Originaalnimetus: 🇳🇵 seenesupp / 🇷🇺 sēņu zupa



Juurviljasupp

Sügisel ja talvel keetis eesti ja läti talurahvas toitvaid suppe kapsast, kaalikast, naerist, sibulast ja peedist, hiljem ka kartulist. Sea- või veiselihatüki lisamisel peab selles olema ka konte. Suppi serveeritakse hapukoore, korralku peotäie hakitud maitserohelise ja rukkileivaviiluga.

Originaalnimetus:  juurviljasupp /  sakņu zupa



Liharoad


Vana-Liivimaa jõukate elanike söögikorrad koosnesid peamiselt liharoogadest, mida valmistati koduloomade ja -lindude ning ka ulukite lihast. Liha söömist piirasid paljud paastupäevad. Talurahvas sõi värsket liha pühade ajal, ülejäänud enamasti soolati. Liha tarvitati säästlikult, igapäevaselt lisati teravilja- ning köögiviljatoitude juurde vaid väike liha-, peki- või rasvakogus.

.....
Ahjus küpsetatud seakoot kapsaga



Küpsetatud liha

Jõukate liivimaalaste toiduks valmistati liha elaval tulel. Vardas küpsetati nii suuri loomi kui ka linde – neid võis üksteise kõrval vardas olla mitu. Varrast pöörati, et liha ühtlaselt läbi küpseks. Taisemat liha pikiti rasvaste sealihatükkidega. Tänapäeval pakutakse sellist liha vabaõhuturgudel ja toidufestivalidel. Üsna sageli küpsetatakse rohkem nõukogude ajal moes olnud vardašašlõkki - süte kohal küpsetatud marineeritud lihatükke.

Originaalnimetus:  liha vardas /  uz iesma cepta gaļa



Mardipäeva hani ja kukk

Tervet kana või kukke küpsetatakse traditsiooniliselt 10. või 11. novembril, mil palju sajandeid on tähistatud mardipäeva. Liivimaal oli jõukate linnaelanike seas levinud õunte või ploomidega täidetud mardihane küpsetamine. Keskajsed härrad lisasid oma ühiskondliku seisundi rõhutamiseks lihale rikkalikult maitseaineid, lisaks soolale ja piprale näiteks ka kaneeli, nelki või mandleid.

Originaalnimetus:  mardipäeva kukk /  Mārtiņu gailis



Vorstid

Liivimaal suhtuti tapetud looma väga säästlikult – rümp kasutati ära ninast sabani. Mitmesugused rupsid hakiti peeneks, segati maitseainetega ja tehti vorstideks, mida seejärel suitsutati korstnas või pühade ajal küpsetati ahjus. Verest ja tangust tehti jõulude eel verivorsti, mis küpses leivaahjus õlgede peal. Mõnel pool valmistati ka valgeid ehk ilma vereta tanguvorste. Tänapäeval armastatakse verivorsti süüa pohlamoosi ja marineeritud kõrvitsaga.

Originaalnimetus:  verivorst /  asinsdesas



Kala

Merest püüti kilu, räime, lesta ja turska, siseveekogudest haugi, ahvenat, latikat ja teisi kalu. Peipsi järvest püüti ka tinti. Et kala säiliks kauem värskelt ja maitsvana, suitsutati, soolati või kuivatati seda. Jõukad inimesed maiustasid säga, koha, tuura või lõhega, samuti kalamarjaga. Lihtsate inimeste toidulaul oli aga kõige olulisem toit soolasilk (räim), hiljem ka sissetoodud soolaheeringas.

Värsket kala



Suitsukala

Külma või kuuma suitsuga suitsutamine on kohalik traditsioon, mis levis laiemalt 20. sajandil. Suitsutada võib igasugust kala, aga kõige hinnatumad on suitsutatud räim, tursk, lõhe, lest, räabis ja latikas. Näiteks lestad roogitakse, aetakse vardasse ja riputatakse suitsuahju. Kala maitse sõltub küttepuid liigist, sageli suitsutatakse tooreste leppapuude või männikäbidega.

Originaalnimetus:  suitsutatud lest /  kùpinåtas butes



Räim ja kilu

Soolamine on kala pikaajalise säilitamise vana traditsiooniline meetod. Läänemere räimi ja kilusid, aga ka siseveekogudest püütud räabist söödigi tavaliselt soolatult, kala pidi kindlasti jätkuma suviseks heinaajaks. 19. sajandil levis Eestis laiemalt mitmesuguste vürtsidega kilude soolamine. Soolatud kilud puhastatakse, neilt eemaldatakse pea ja saba ning süüakse võileival koos keedumuna või keedetud kartulite ja hapukoorega. Lätit tuntakse aga maitsvaate sprottide ehk õlis säilitatud suitsuräimede poolest.

Originaalnimetus:  räim ja kilu /  kùlavas



Silmud

Silmu püütakse Läti ja Eesti jõgedest spetsiaalsete kalatõketega. Silmu küpsetatakse restil kuumade süte kohal. Valmis silmud pannakse väikestesse püttidesse ja valatakse üle marinaadiga. Sellest tekib maitsev tarrend. Silmud on väga maheda ja iseloomuliku maitsega. Neid serveeritakse värskle leiva ja võiga, maitsebuketti võib täiendada sidruniviilude ja maitserohelisega.

Originaalnimetus:  silm /  nēģi



Leib ja pirukad

Odra kõrval kasvas keskajal rukki osatähtsus niipalju, et seda isegi eksporditi. Rukkijahust küpsetati juuretisega kergitatud lõhnavat ja toitvat leiba. Sageli küpsetati ka odrast kärke ning karaskit. Nisujahust saia hakkas lihtrahvas küpsetama alles 19. sajandi lõpupoole, esialgu vaid pühadeks, linnades oli see levinud juba keskajal. Naturaalse juuretisega saia küpsetati pigem jämedalt jahvatatud täistera nisujahust. Pühade ajal küpsetati ka mitmesuguseid täidisega pirukaid.



Leivapätsid laadal



Rukkileib

Rukkileib on üks Liivimaa olulisemaid toiduaineid, rasketel aegadel lisati koguse suurendamiseks teisi jahusid või koguni aganaid. Rukkileiba küpsetati vanal ajal suurte ümmarguste või piklike pätsidena.

Jahu segati sooja või kuuma vee ja juuretiseiga, tihtipeale lisati köömneid, tänapäeval ka linnaseid. Hapendatud taignast vormitud leibu küpsetatakse puudega kõetud ahjus kõrgel temperatuuril. Kokku kestab leiva valmistamise protsess kaks päeva. Pehmemast tainast küpsetatakse ka vormileiba, mida võib valmistada ka moodsas ahjus.

Originaalnimetus:  rukkileib /  rupjmaize



Pekpirukad

Pekpirukate isuäratav lõhn täidab maju enne talvist ja suvist pööripäeva, Läti pagariärides võib neid aga nautida iga päev. Pirukaid küpsetatakse nisu- või rukkijahust valmistatud pärmitainast.



Need täidetakse peeneks hakitud ja sibulaga praetud lübisvanud sealihaga. Maitseks võib lisada ka köömneid. Eestis levinud lihapirukad valmistatakse tavaliselt läbi masina aetud keedetud lihast või suitsusingist.

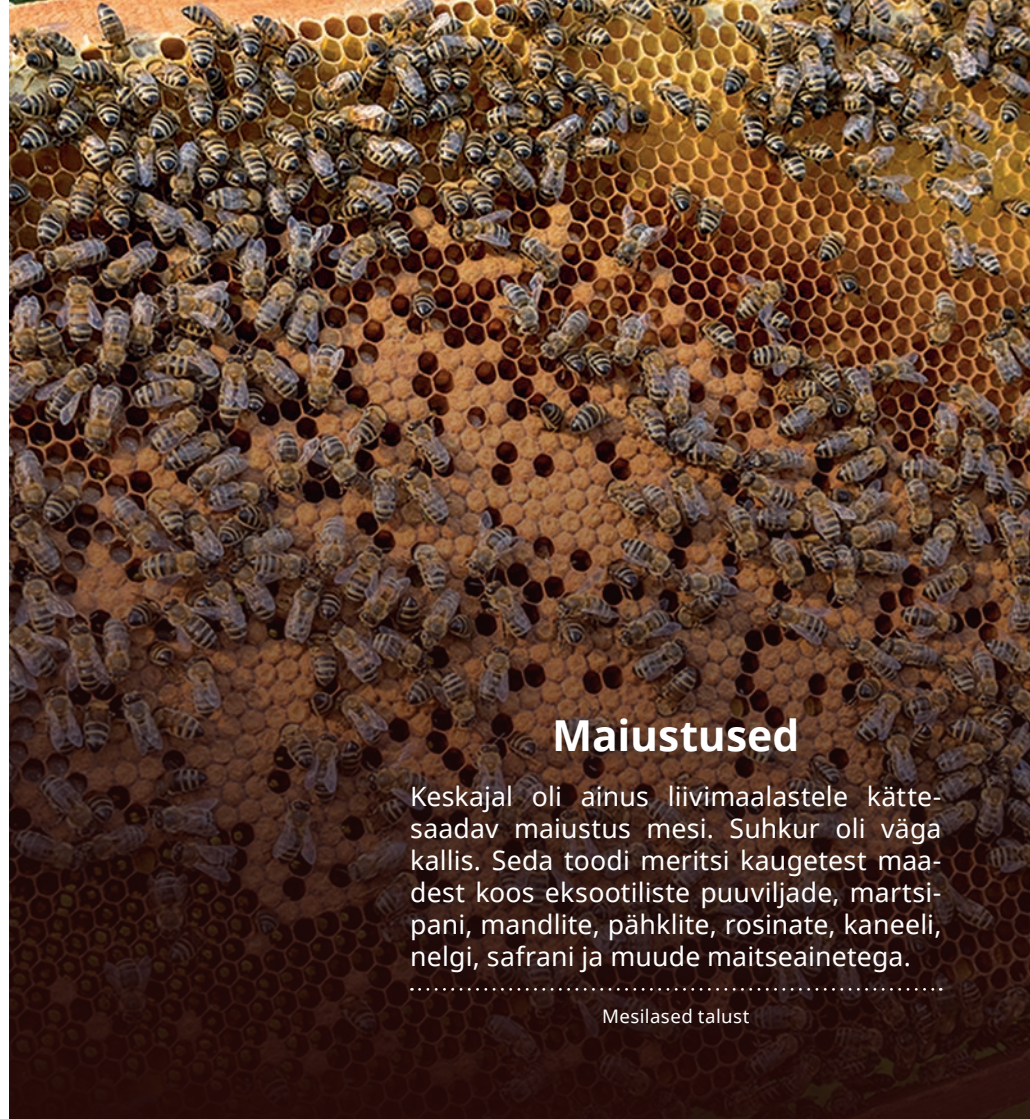
Originaalnimetus:  pekpirukad /  speķa pīrāgi



Moonisaiad

Liivimaal küpsetati pühade ajal moonikaraskeid jämedast täisterajahust, magusa maitse saavutamiseks lisati mett. Tänapäeval küpsetatakse moonisaiu peenest nisujahust valmistatud kergitatud tainast. Neile puistatakse peale mooniseemneid ja suhkrut. Valmis saiad kaetakse paksu šokolaadiglaseeriga.

Originaalnimetus:  moonisaiad /  magoņmaizītes



Maiustused

Keskajal oli ainus liivimaalastele kättesaadav maiustus mesi. Suhkur oli väga kallis. Seda toodi meritsi kaugetest maadest koos eksootiliste puuviljade, martsipani, mandlite, pähklite, rosinatega, kaneeli, nelgi, safrani ja muude maitseainetega.

Mesilased talust



Meekook



Liivimaa eksportis suurtes kogustes vaha ja mett. Tänu Põhja-maade lühikesele suvele on sinne mesi eriti hea kvaliteediga. Tänapäeval on meekook Lätis üks hinnatumaid kooke, mida müüakse sageli ka kondiitriärides. Lõhnavate meebiskviidi kihtide vahele pannakse hapukoorekreemi. Kook kaunistatakse pealt puru, pähklite või marjadega.

Originaalnimetus:  meekook /  medus torte



Porgandikook



Liivimaal oli suhkur luksuskaup, mistõttu kasutati kookide küpsetamisel magusaid juurikaid, näiteks porgandit. Kui lisati veel mett, kaneeli, pähkleid ja rosinaid, siis tuli kook mahlane ning maitsev. Tänapäeval täiendatakse porgandikooki kreemjuustu-kihtide, kreeka või sarapuupähklitega, kuid maiustamiseks sobib kook hästi ka ilma nendeta.

Originaalnimetus:  porgandikook /  burkänkūka



Kama

Kama on röstitud rukkist, odrast, nisust ja kuivatatud rohelistest hernestest, mõnikord ka kaerast valmistatud jahusegu. Talurahvas sõi enamasti suvisel heinaajal hapupiimaga segatud kama. Tänapäeval segatakse kamajahu keefiri, jogurti, vahukoore või toorjuustu hulka, lisatakse veidi soola või suhkrut. Seda rooga süüakse hommikusöögiks või kergeks magusroaks. Kamakreemile võib maitset anda ka värskete marjade või keedisega.

Originaalnimetus:  Kamamagustoit /  kamas deserts



Joogid



Õlut valmistati Eesti ja Läti aladel juba paartuhat aastat tagasi. Talurahvas nimetas seda vedelaks leivaks, sest õlu sisaldab rikkalikult kaloreid. Kuna vesi oli keskaegsetes linnades viletsa kvaliteediga, oli ohutum õlut või mõdu tarbida. Kergem jook on kali, janu kustutamiseks on aga kõige parem juua puhast ja maitsvat allikavett.

.....
Õlu voolab vaadist savikruusi



Õlu

Õllepruulimise traditsioonid on Baltimaades väga vanad. On olnud aegu, kui õlut joodi igapäevaselt rohkem kui paljast vett. Eristatakse tumedat ja heledat ning filtreeritud ja filtreerimata õlut. Õlle maitse sõltub lisatud koostisosadest ja nende vahekorrast – õlut kääratakse odrast, linnastest ja humalast, harvem nisust. Et õlu maitseks hästi, on selle valmistamisel väga oluline kasutada head joogivett.

Originaalnimetus:  õlu /  alus



Hõõgvein

Keskaja Euroopas oli hinnatud vürtsivein klarett. Toona võisid jõukad linnakodanikud tellida vürtsiveini apteegist, kus seda valmistas apteeker. Tänapäeval heljub söögikohtades, turgudel ja kodudes külmal sügisel ning talvisel ajal, eriti aga jõulude paiku, punase veini, kaneeli, nelgi ja apelsinikoore soe aroomibukett.

Originaalnimetus:  hõõgvein /  karstvīns



Infobrošüür „Liivimaa maitseed. Road“ on kaarditrükise "Liivimaa maitseed" lisa. Sellesse valikusse on koondatud nende toitude kirjeldused, mille valmistamise ajalugu langeb kokku Liivimaa ajaloolise perioodiga.

www.flavoursoflivonia.com

www.celotajs.lv/livonia www.maaturism.ee www.viahanseatica.info

Projekt "Liivimaa kulinaarne marsruut" on ellu viidud programmi „Interreg Estonia-Latvia“ raames Euroopa Regionaalarengu Fondi toel.

See trükis kajastab autori isiklikke seisukohti. Programmi juhtiv asutus ei vastuta selles sisalduva teabe võimaliku kasutamise eest.

Foto: © Valdis Ošiņš, © Katrin Press (lk. 13), © Mariann Roos (lk. 32), © Lauku Ceļotājs (lk. 33)

1. kaanel – "Hansa Gold AM" maitseainetega võrtsitatud mandlid laadal.