

# Kallistusi tulvil kooliköök

Ühel ilusal talvekuu päeval käis Pere ja Kodu koos **Evelin Ilvesega** Väana mõisakoolis parima koolikoka tiitli võitnud **Jaanika Risti** õnnitlemas ja tema hääd suppi maitsmas.

Tekst: EVELIN ILVES

Fotod: HELE-MAI ALAMAA



**Ü**hel kristallselgel hommikul Väana poole vurades murrann omaette pead koka ameti paradokside üle: miks on peente restoranide tippkokad, kes teevad süüa vaid vähestele, ühiskonnas vaat et staari seisuses ning need, kes tuhandeid toidavad, täiesti tagaplaanil?

Ent mis juhtuks, kui üks hea käe ja kuldse südamega koolikokk tervitaks õpilasi sööklas elegantse kokamütsi ja pika *chef* põllega, sooviks head isu ja pärast uuriks laste käest, kuidas toit maitses? Väana lasteaiad-põhikooli õpetajate toas tervitab meid just selline toidumeister – möödunud aasta parim koolikokk Jaanika Rist.

Kuigi Väana mõisakoolis on lapsed alati head ja tervislikku toitu saanud, ei seisnud sealse pliidi taga veel kaks aastat tagasi sugugi Jaanika. Masu-aastad olid temagi töötuks jätnud ning sundinud päevi täitma CVde läkitamise ja enda pakkumisega tööle restoranidesse. “Ma ei proovinud neisse kõige peenematesse, ent prooviti koge-  
mus õpetas, et lubaduse taga pakkuda värskest valmistatud lõunapraadi seisab kuritihti küsimus: hetk tagasi küll pan-

nilt tulnud, ent kui värskest toorainest? Nad ju kunagi ei tea, palju sööjaid tuleb, ja seetõttu on tooraine ette ostetud. Enne pannile minekut pole haruldane, et koka ülesanne on oma ninaga ära tunda, ega tükk sinu käes juba ohtlikult lõhna või ole sootuks libedaks läinud...” Seltskond mõisakooli õpetajatetoa kohvilaua ümber jääb mõtlikult vaht.

## Kus on limonaad ja pihvid?

Väana kooli köögis kasutatav tooraine on värskemast värskem. Selle hankimine pole aga nii lihtne, nagu ühest pealinna külje all asuvast asutusest arvata võiks. “Oleme linnalähedane kolgas,” naerab Jaanika, kes õhtuti pärast tööd lastele ka jalgrattatreeninguid annab.

Võib-olla just seepärast valitseb õpetajate toas nii sundimatu ja vaba õhustik, et siin ei peeta kehalist kasvatus vähemtähtsaks matemaatikast või inglise keelest ega ka koolikokka pelgaks köögikataks, kelle arvamus on tähtis ainult talle endale. Alles läinud aasta algusest kooli juhiks saanud **Piret Jürna** on sellesama kooli endine kehalise kasvatus õpetaja, kes pole peast

visanud mõtet ühel päeval taas dressid selga panna – siis, kui uues ametis juba sisse elatud. Päevatööst vabal ajal juhib temagi spordiringi – on lastele ujumistreener. Nii on nad Jaanikaga väljaspool tööaegagi kolleegid.

End koka abina tutvustav **Katrin Noodapera** (kelle ametinimetuse kooli koduleheküljel on siiski majandusjuhataja) kutsus meid kõiki kööki kaema, kuidas riigi poolt lapse kohta antava 78sendise lõunarahaga maitsvat ja tervislikku toitu tegelikult valmistatakse. “Meile vald midagi juurde ei anna, aga kokk ja abi on kooli palgal ning riigi toetus läheb tervenisti toorainele, nagu seaduse mõte ette näebki,” ütles koolijuht.

Muidugi on lapsed ka Jaanika käest küsinud, miks limonaadi ja pihve ei saa. “Pihve võid sa ise kodus soojendada, kui emal-isal koke kiire on,” vastab siis Jaanika. “Selleks, et makarone ja viinereid keeta, pole koka pabereid tarvis. Toit on tervis.”

Jaanika tõstab oma kaks pihku meie ette: iga laps peab saama viis peotäit puu- ja köögivilju iga päev. Tema püüab oma kooli lastele neist vähemalt kolm kätte anda.



## Selleks, et makarone ja viinereid keeta, pole koka pabereid tarvis.

### Koolile oma juurikapeenar või õunaaed?

Jaanika üritab hiigelkõrvitsat laua alt välja tirida, et meile näidata, kuidas vahel ka vanemad laste toidulauda täiendada aitavad. Too päikesekarva hiiglane ongi ühe pere kingitus.

Jaanika räägib säravate silmadega, kuidas mitu tema kööki küllastanud teiste koolide kokka ei suutnud uskuda, et kõrvitsast saab imehea mannavahu seda vaid tibakese sidrunhappe või -mahlaga ergutades ja et lapsed lihtsalt armastavad kerahelbe-kõrvitsaputru.

Tõsi ta on, nädalamenüüst võib igaüks lugeda, et ka puder pole siin majas lihtsalt vesi ja helbed, vaid rukkipuder käib näiteks õuntega ning mannapuder šokolaadiga. Kõigi laste lemmik – kartulipuder – tehakse loomulikult oma kooritud kartuleist ehtsa või ja piimaga. Nagu vanasti vanaema juures.

Kui palju te eestimaist toorainet kasutate? viin ääriveeri jutu üsnagi tundlikule teemale. Nii palju kui võimalik, vastatakse, aga esimesena peab ikka hinda vaatama, nendib toidumeister, keda lapsed tihti omatehtud kaartide, lil-

lede ja kallidega köögis tänamas käivad.

“Üksvahe oli nii, et kõik välismaine tundus parem. Nii unustati oma, ehe ja kõige tervislikum,” ütleb Jaanika kurvalt ja leiab, et vanad taluretseptid on tänapäeva toidumeistrile tore ja uus väljakutse. Ta teab, et Tabasalu koolil on sõbralik talunik, kes kasvatab kõik vajaminevad juurikad. Talust tuuakse veel marju-õunu, maitserohelist. Ka tema igatseks oma koolile koostööd kohalike põllupidajatega. “Vanasti nad käisid pakkumas, aga siis öeldi, et ei tohi. Nüüd tohib, aga pakkuma keegi enam ei tule,” on kokk siiralt kurb. Ammusel ajal oli peaaegu iga kooli juures oma peenramaa, see traditsioon vääricks taastamist, usub Jaanika.

Nendel juurikatel, mis siinsamas kasvanud, munadest ja lihast rääkimata, on ikka hoopis teine maitse. Suures lihakombinaadis toodetud hakkliha kvaliteet käib tasapisi alla (seda saab mõõta klimpide järgi: mida rohkem neid praadides pannile tekib, seda rohkem on seal kondijahu ja vähem liha, avaldab Jaanika lihtsa nipi). Ka avastas kokk, et kohupiim ei olegi enam kohupiim, vaid koosneb suures osas transrasvu sisaldavast taimsest rasvast ja hulgast lisaainetest. Tervise arvelt siin järele ei anta, need toiduaained jäetakse menüüst



Lõunasöögil saab igaüks ise endale paraja portsu tõsta. Supikulpi liigutatakse usinasti.

### Vääna mõisakooli menüü 28.11–2.12.2011

#### Mõisaproua esmaspäev

Hakklihakaste, tatar, salat, leib, keefir ja puuvili

#### Mõisahärra teisipäev

Hapukapsaborš, leib, kissell jogurtiga, piim, köögivilj

#### Mõisa noorhärja kolmapäev

Guljašš, kartul, salat, leib, piim, puuvili

#### Mõisapreili neljapäev

Kana-klimbisupp, leib, banaani-kohupiimavaht, värske kapsas

#### Mõisagubernandi reede

Praetud kala, kartul, kurgi-jogurtikaste, leib, piim, puuvili





välja. Jah, näiteks kohupiimatoite saavad Vääna lapsed nüüd harvem.

## Kalapannkook kaalika ja porgandiga

Aga ikkagi – mida te teete, et lapsed siin kala ja köögivilju armastavad? esitan küsimuse, mis ühtegi vanemat külmaks ei jäta. “Lapsele on oluline, mida ta näeb, mitte see, mis kuskil sees on.”

Lapsed armastavad puhtaid maitseid, näiteks kapsa- ja porgandisalatid lähevad alati paremini eraldi kui kokkusegatuna. Kui aga suppi teha, meeldib hästi värviline supp – seega vähemalt kolm erinevat köögivilja, näpuga rohelist ka kindlasti. Mannaputru süüakse alati meelsasti, aga valget nisu Vääna koolis niisama naljalt ei pakuta. Ka meile tuuakse siin lõunasöögi juurde musta leiba ning makarone valmistas Jaanika koolile esimest korda alles aasta pärast tööle asumist. “Lihtsalt ei tulnud selle peale, et makarone teha.”

Laste poolt üheks lemmikmagustoiduks hinnatud kuldkollane mannavaht valmib aga nii: mannaga võrdne kogus kõrvitsat hautatakse väheses vees pehmeks, lisatakse natuke suhkrut ja näpuotsaga sidrunhapet, seejärel manna – lastakse keema ja vahustatakse. Ülihea, pomisen endamisi ja mõtlen, et seda võiks isegi külalistele pakkuda.

Üks koolisööklate konkursil võidu toonud toitdest – hakkliha-värskekapsasupp – aga valmis sootuks kogemata. Tol päeval oli liha ununud tellimata, aga külmikus leidis tagavaraks hakkliha. Nii sellest supp saigi ja laste soovil sellisena ka menüüsse jäi.

Kui tagasi Tallinna poole sõidan, sosistab kusagilt umbusklik ahjualune, et ikkagi tundub uskumatu, et lapsed jumaldavad porgandite ja kaalikatega valmistatud räimepannirooga, et nii väikse rahaga saab süüa teha ainult värsket toorainet kasutades (ei ühtki sügavkülmutatud asja – isegi kala mitte, ei poolfabrikaate, ei kuubikuid) ja et isegi kodune kook koolimenüüs on võimalik. Uskumatu, aga siiski tõsi. Ilus ja innustav ka. ☺

◀ Kooli 3. klassi lapsed aitasid Evelinil joonistada vahva toidupüramiidi. Lapsed teadsid täpselt, et kalast saab valku ja kartul koosneb põhiliselt tärklisest.



Aasta parimaks koolikokaks valitud Jaanika Rist koos uhke kõrvitsaga, mis on kingitus lapsevanematelt ja millest saab peagi mannavaht.

### Mis motiveerib head koolikokka?

#### Jaanika Rist:

- Lapsed on vahetud, nende tänu on ehtne ja siiras.
- Kolleegide ja lapsevanemate tunnustus.
- Võimalus kasutada värsket toorainet. Unistuseks on oma koolitalu!
- Koolitused – neid võiks koolikokkadele rohkem olla.
- Hubane söökla ja ilusti kaetud laudad.



### Hea toit sünnib ikka koostöös lastega

Väänas küsitakse tihti, kuidas maitseid ja mida soovitakse. Lapsed on hakanud küsimatagi oma arvamust avaldama. Väike kool võimaldab pidulikel puhkedel kogu kooliperega koos lõunatada. Nii said ka jõululaua menüüs kõik lapsed oma soovidega kaasa lüüa. Jõulupitsa jäi küll seekord tegemata, aga näiteks üheksa-aastase Maria Tõnisbergi pakutud karamellõunad oli just see uus idee, mis läinud pühade ajal Vääna koolis magustoidu kuju võttis.

## Konkursivõidu toonud laste lemmik

### Räimepannikook (neljale)

Vaja läheb:

80 g porgandit  
80 g kaalikat  
80 g paprikat  
80 g mugulsibulat  
40 g porrut  
200 g räime  
1 muna  
40 g nisujahu  
60 g piima  
toiduõli  
soola-suhkrut  
pisut ingverit ja tilli  
pealeraputamiseks juustu

Puhasta kaalikas, porgand, mugulsibul ja paprika, lõika väikesteks kuubikuteks. Ribasta porru. Riivi ingver. Prae köögiviljad õlis, alustades kaalikast-porgandist ning lisades siis sibula, paprika, porru ja ingveri. Räimefilee prae eraldi ja lisa siis köögiviljasegule. Maitsesta soolaga.

Valmista piimast, munast ja jahust pannkoogitainas. Maitsesta soola ja suhkruga. Vala tainas ahjuplaadile ja kata kala-köögiviljaseguga. Küpseta 200 kraadi juures 12–15 minutit. Puista valmis koogile peale riivjuustu ja tilli. Serveeri soojalt.

