

H2

Hämeen Sanomat Keskiviikkona 26.4.2023

Punaista teetä pinaattipiiraalle ja matchaa makeisille

Sivut 22-23



Ajastin

”Hyvä tee sopii ruokajuomaksi vähintään yhtä hyvin kuin viinikin”

Hämeenlinnan teeseuran puheenjohtaja Risto Laakkonen nauttii viisi kupillista teetä päivässä, myös ruoan kanssa. Hän jakaa vinkkinsä teen ja ruokien yhteensovittamisesta.

Riikka Happonen

Siitä on nyt 35 vuotta, kun hämeenlinnalainen **Risto Laakkonen** vaihtoi kahvin teehen.

Hän oli kärsinyt vatsavaivoista ja etsi vatsaystävällisempää vaihtoehtoa. Samalla hän ryhtyi kasvissyöjäksi.

– Olin ensin hukassa, sillä pusitee ei maistunut. Olin maistanut sitä ensimmäisen kerran pienenä, ja sylkäisin mustan mönjän takaisin kuppiin.

Laakkonen tutustui ensin kauppojen yrttijuomiin ja joi monta vuotta kofeiinitonta rooibos-teeä. Se ei ole lähtöisin varsinaisesta teekasvista, vaan kapinroibospensaasta.

– Sitten eräs ystäväni maistatti minulla englannin suosituinta teelaatua, Yorkshire-sekoitusta. Olin ihan ihmeissäni: miten tee voikin olla näin hyvää! Laakkonen kertoo.

Hän tilasi teetä Englannista ja alkoi tutustua muihinkin teelaatuuihin. Pian edessä oli jo ensimmäinen teenhankintareissu Helsinkiin, jossa hän hämmästytti teekaupan valikoimaa.

Tänä päivänä teen ystäville riittää vaihtoehtoja. Yksistään Forsmanilla on valikoimissaan 500 eri teelaatua, helsinkiläisellä The-huoneella noin 400.

2

miljardia ihmistä nauttii päivittäin teetä. Kahvia juo noin miljardi. Teeviljelmää on noin 144 maassa, joissa on kaikkiaan 30 000 teetarhaa. Suomeen tee tuli 1700-luvulla Ruotsin kautta.

Laakkonen hankkii teensä helsinkiläiseltä Teemaalta ja käyttää teehen kuukaudessa noin 60–80 euroa.

– Eräs tuttavani ihmetteli summaa, mutta ei se minusta paljon ole. Ei tuolla rahalla montaa päivää viiniä tai kaljaa kittaisi, Laakkonen muistuttaa.

Hänen mukaansa laadusta kannattaa maksaa.

Moni teen ystävä, kuten esimerkiksi teestä kirjoja kirjoittanut **Helena Petäistö**, on kertonut legendaan siitä, kuinka pusitee on käytännössä teetehtaiden lattiolta lakaisuina nöyhtä.

– Ei se täysin pidä paikkaansa, mutta on totta, että isot teeyhtiöt haluavat halvinta materiaalia, eivätkä välitä laadusta. Niiden tehtaissa teeledet menevät julmetun koneiston läpi ja jauhetaan möhnäksi. Ihan pahaa tekee ajatella, Laakkonen toteaa.

Hänen mukaansa parhaat teelaadut ovat aina irtoteetä, sillä pusiteen maku on hyvin kaukana todellisen teen mausta.

Hän ei arvosta myöskään markeettien hyllyt täyttäviä marja- ja hedelmäteepakkauksia, joita hän kutsuu hajuvesiteeksi.

– Selluloosajätteistä tislattut tuotteet tuoksuvatkin esanssille. Jos katsoo tuoteselostetta, näkee, ettei niissä ole käytetty aitoja marjoja ja hedelmiä.

Laakkonen juo teetä noin viisi kupillista päivässä, usein myös ruokajuomana. Hän onkin innostunut kokeilemaan eri teelaatuja eri ruokalajien kanssa.

Teelaaduissa on valtava maku-maailma: on valkoista, keltaista, vihreää, mustaa sekä oolong- ja puer-teeä.

– Makuvahteita näissä on valtavasti, erityisesti oolong-teessä. Aivan tarkkaa suositusta on mahdoton antaa, koska ruokalajeja on valtava määrä.

Laakkoselta löytyy kuitenkin erityyppisiin kasvis- ja liharuokiin suuntaa antavia teevinkkejä.

– Jos maku- ja hajuaisti on hyvä, niin se helpottaa valintaa. Mutta kuten viinienkin, niin myös teen valintaan useimmiten riittää ”lähelle” valittu tee. Aina ei tarvitse etsiä sitä täydellistä valintaa.

Hän suosittelee testaamaan hyvissä ajoin ennen usean ruokalajin päivällistä, mikä tee sopii mil-lekin aterialle.

– Useissa teekaupoissa on teepakkausten kyljessä lappu, missä kerrotaan, minkä tyyppistä kyseinen tee on. Netissäkin kannattaa lukea kuvaus teen ominaisuuksista, onko se hedelmäinen, kukkainen tai esimerkiksi mausteinen.

Asiantuntevassa teekaupassa osataan antaa vinkkejä, mutta Laakkonen suosittelee myös hyödyntämään Alkon nettisivuilta löytyviä viinisuosituksia eri ruoille.

– Etsi sieltä samantyyppinen ruoka, jota olet valmistamassa

ja sen viinisuositus. Valitse sitten tee, jossa on samoja ominaisuuksia kuin ruuallesi suositellussa viinissä, niin yleensä valinta onnistuu. Onnistunut teevalinta huomataan.

– Olen itse kokenut sen maku-maailman, kun ruoka ja tee ovat harmoniassa keskenään. Silloin ruokailu on todellinen nautinto, Laakkonen sanoo.

Teen voi valita esimerkiksi maku sovitettuna makuun tai vastakaisina makupareina.

Hän suosii ruoan kanssa yleensä maustamatonta teetä, jolloin mikään vieras maku ei häiritse ruokailun harmoniaa.

– Poikkeuksia ovat kuitenkin Earl Gray -tee ja Lapsang Souchong -savutee. Earl Gray sopii mainiosti kasvis- ja liharuokiin sekä jälkiruokiin, Lapsang taas erityisesti grillattuihin liharuokiin, Laakkonen sanoo.

Suomen teekauppojen lista löytyy Hyvän teen seuran Facebook-sivuilta sekä seuran kotisivuilta hyvanteenseura.net

Hämeenlinnan teeseura kokoontuu seuraavan kerran 27.5. kello 14 Taidekasarmin kahviossa, jolloin Jarkko Myllykangas järjestää teemeditaation. Ilmoittautumiset 25.5. mennessä hyvatee@gmail.com. Hintaa 5 euroa, ota mukaan oma jumppa-alusta ja tyyny.



Risto Laakkonen on Hämeenlinnan teeseuran puheenjohtaja. Hän siirtyi kahvista teehen 35 vuotta sitten.

RISTO LAAKKOSEN VINKIT

Valkoinen tee

- Maultaan niin hentoinen, että sille on vaikea löytää ruokaparia. Pullat ja maustamattomat kekset voisivat sopia seuraksi.

Vihreä tee

- Sopivia ruokapareja esimerkiksi kasvisruoka, kana, linnut, kala sekä uppoaistettu ruoka, myös vihreät salaattit.

Japanilainen vihreä tee

- Tuore, raikas, hiukan ruuhoinen ja merellinen tee sopii hyvin kalaluoan pariksi, samoin sushin ja monien kasvisruokien.
- **Matcha-tee** on hienoa jauhetta, joka vispataan 80 asteisen veteen. Se sopii todella makeille kekseille, valkosuklaalle ja muille makeille jälkiruville.

Intian ja Ceylonin vihreä tee

- Maultaan hedelmäiset teet sopivat kanan, voileipien ja kasvis-ten seuraksi.

Oolong-tee

- Makumaailmastaan rikas tee. Vaaleimmat ovat vähän hape-tettuja, lähellä vihreää ja tummimmat lähellä mustaa teetä.
- Vaaleat oolongit sopivat mieto-jen kasvisruokien ja kevyen liha-ruoan kera.
- Voimakkaasti maustettujen kasvisruokien pariksi sopivat paah-detut, keskitummat oolongit. Tummat ja raskaammat liha-ruoat vaativat tumman oolongin.

Musta tee

- Vahvan makumaailman tee sopii parhaiten liharuokiin. Grilla-tun lihan seuraksi sopii mainios-ti savutee Lapsang Souchong, jota voi kokeilla myös makeiden ja sitruunaisten ruokien kanssa.
- Tumman suklaan ja tummasuk-laa-leivosten ja -kakkujen seu-rana musta tee on hyvä kump-pani.
- Jopa mämmille löytyy sopiva tee: Teemaan Ruby 18.
- **Intialainen Darjeeling** sopii kala- ja munaruokiin sekä ker-maisiin jälkiruokiin.
- **Assam-tee** on vahvan makui-nen, sen kanssa sopii maustei-nen raskas ruoka, samoin sit-ruunaiset maust. Assam toimii myös vaniljajäätelön parina.

Puer-tee

- Maultaan maanläheinen puer on sopiva pari jauhelihipihville, paistetulle sipulille, sieniruville. Erityisesti raskaat ruoat sopi-vat hyvin puerin kanssa, sillä sen maku neutraloi ruoan rasvaista makua ja edesauttaa ruoan su-lamista.

Earl Grey

- Sopii moniin ruokiin, liharuoas-ta kasviksiin ja makeisiin leivon-naisiin. Erityisen hyvin se sopii esimerkiksi sitruunapiirakkaan.

PEKKA RAUTAINEN

”

Valitse tee, jossa on samoja ominaisuuksia kuin ruuallesi suositellussa viinissä, niin yleensä valinta onnistuu.

Risto Laakkonen



Kiinalaiset kutsuvat mustaa teetä värinsä mukaisesti punaiseksi. Kolmen minuuttin ajan haudutettu Chicken Farm Chick -tee sopii pinaattipiirakan pariin. Raikkaan vihreä japanilainen matcha-tee maistuu puolestaan makeiden keksien kera.