

*Suomi
Finland*
100

RUOKA- *Syödään* JUHLIEN *yhdessä!* ABC



Ideoita yhteisen
ruokajuhlan järjestämiseen



RUOKAJUHLIEN ABC

YHTEISTYÖSSÄ



Suomen Kylätoiminta ry
Byavérksamhet i Finland rf



Tekijätiedot

Toimituskunta

Sini Garam, Vaula Hacklin, Kirsti Mustakallio,
Tuomas Perheentupa, Anni-Mari Syväniemi,
Silja Varjonen, Helena Velin, Paula Yliselä

© Maaseudun Sivistysliitto, ELO-säätiö

Kuvituskuvat

Mari Huhtanen

Taitto & graafinen suunnittelu

Jarmo Wideman

Painopaikka

Aksidenssi Oy, Helsinki 2017

Kustantaja

Maahenki Oy

ISBN 978-952-301-095-6

Syödään yhdessä -julkaisusarja



HEI!

Halusimme tehdä teille kirjasen, josta olisi hyötyä ruokajuhlien järjestämisessä. Kokosimme näille sivuille vinkkejä, inspiraatiota ja ohjeita helpottamaan juhlan järjestäjien työtä.

*Jokainen porukka
ansaitsee
omannäköisensä
juhlat.*



www.syodaanyhdessa.fi



www.facebook.com/syodaanyhdessa



twitter.com/SyodaanYhdessa



www.instagram.com/syodaanyhdessa



SISÄLTÖ

Johdanto:
KUN SUOMI TÄYTTÄÄ 100 VUOTTA,
SYÖDÄÄN YHDESSÄ 6

1. SYÖDÄÄN YHDESSÄ OSANA
SUOMI 100 -JUHLAVUOTTA 8
Yhdessä syömisen tärkeys 11

2. SUOMALAINEN RUOKAKULTTUURI
JA PERINNERUOAT 12
Lisätietolinkkejä 16

3. NYT JUHLITAAN! Ideoita juhliin..... 18
Kuukausiteemat 20
Maailman suurimmat kyläjuhlat 22
Kuudennen päivän bileet 23
Vanhan ajan kekrimenu 24
Uuden ajan kekrimenu 26
Meidän kekrijuhlan menu* 28

4. RUOKAJUHLAN JÄRJESTÄMINEN 30
Työnjako 31
Ruokamääriä 32
Koristelu • Kaikki mukaan • Rahoitus 33
Ruokajuhlien järjestämisen tarkistuslista* 34

TERVETULOA MUKAAN! 35

*Pohja omille muistiinpanoille.

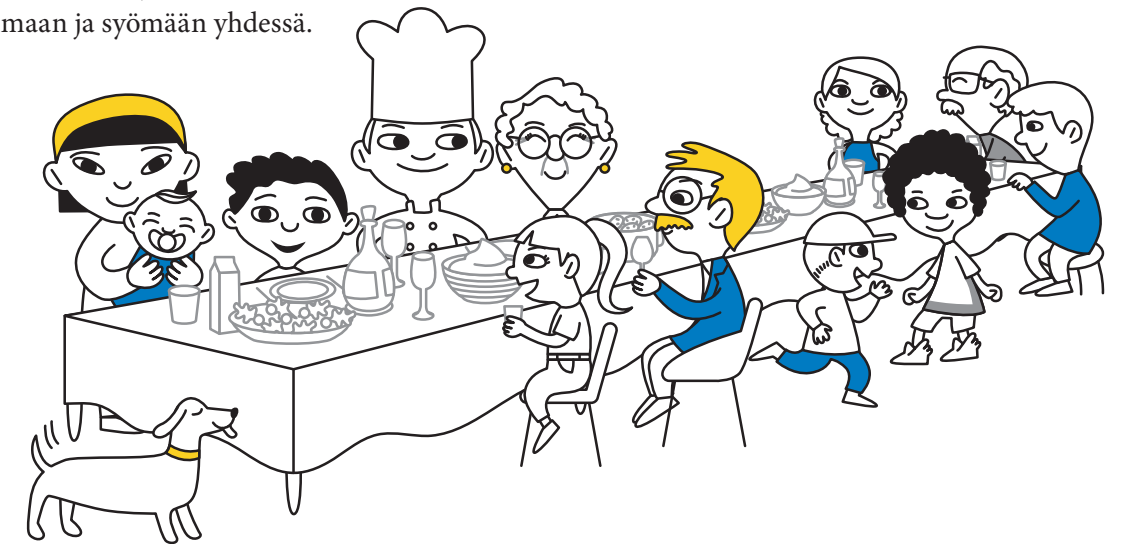
KUN SUOMI TÄYTTÄÄ 100 VUOTTA, *syödään yhdessä!*

Kutsuisitko ystävän kylään herkuttelemaan vastaleivotulla mustikkapiirakalla? Miltä kuulostaisi perinteiset kekrijuhlat naapureiden kesken? Vai keräisittekö kaverit kasaan kuudennen päivän bileisiin? Juhlavasti vai rennosti? Ulkona vai sisällä?

Suomessa syödään yhdessä harvemmin kuin missään muussa OECD-maassa. Kuitenkin 85 % suomalaisista toivoo, että yhdessä syöminen kulttuuri kukoistaisi Suomessakin. Eikä suotta, sillä yhteisellä aterialla ylläpidämme ja uudistamme sosiaalisia suhteita läheistemme kanssa ja luomme uusia tuttavuuksia. Yhdessä syöminen edistää myös terveellisten ruokavalintojen tekemistä.

Suomen itsenäisyyden juhluvuoden teema on ”yhdessä”. Kun Suomi täyttää sata vuotta, on meidät kaikki kutsuttu mukaan juhlimaan ja syömään yhdessä.

*Tehkää tekin
ruokajuhla!*



Tämä Syödään yhdessä -aineisto on tarkoitettu meille jokaiselle apuvälineeksi ja ideoinnin lähteeksi yhteisen ruokajuhlan järjestämisessä. Aineiston on tuottanut Maaseudun Sivistysliitto yhteistyössä ELO-säätiön, Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto MTK:n, Eläkeliiton, Suomen Kylätoiminta ry:n sekä Maa- ja kotitalousnaisten kanssa.

Löydät aineistosta tietoa, ajatuksia, ideoita, linkkejä ja vinkkejä Syödään yhdessä -teeman toteuttamiseksi. Poimi sinulle sopivat vinkit ja kutsu ystävät kylään kokkaamaan ja syömään yhdessä!



1. SYÖDÄÄN YHDESSÄ OSANA SUOMI 100 -JUHLAVUOTTA

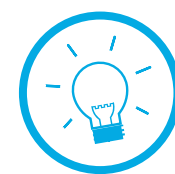
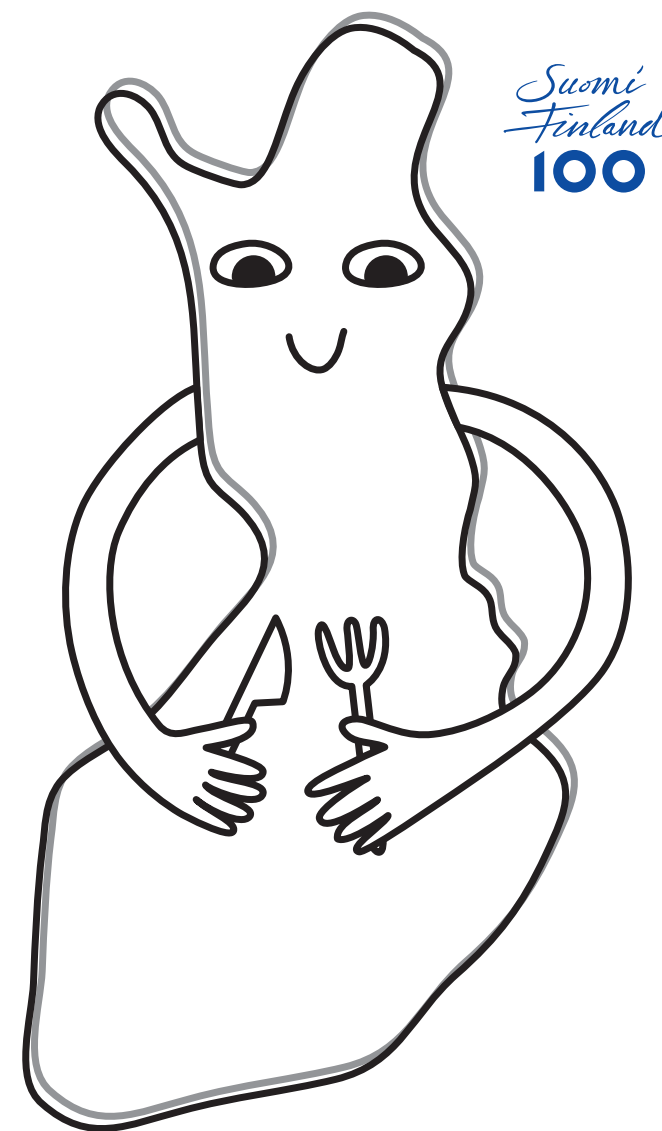
Syödään yhdessä -ilmiö sai alkunsa, kun Maa- ja metsätaloustuottajain Keskusliitto MTK ja suomalaisen ruokakulttuurin edistämissäätiö ELO kutsuivat vuoden 2015 alussa ruoka-alan toimijoita suunnittelemaan yhdessä juhlavuoden 2017 ohjelmaa.

Suunnittelun tuloksena syntyi Syödään yhdessä -hanke, joka haluaa tehdä yhdessä syömisestä pysyvän ilmiön sekä innostaa meitä luomaan uusia mahdollisuuksia ja tapoja syödä yhdessä.

Valtioneuvoston kanslian alaisuudessa toimiva Suomi 100 -organisaatio hyväksyi Syödään yhdessä -hankkeen osaksi valtakunnallista juhlaohjelmaa. Mukana on yli 100 toimijaa yrityksistä järjestöihin. Tästä on kyse: <https://www.youtube.com/watch?v=bRxPN4uNLBQ>

Tutustu myös kesäkuussa julkistettuun Ruoan arvostus -tutkimukseen (Leppänen 2016). Sen mukaan suomalaiset toivovat lisää yhdessä syömistä, arvostavat laatua ja Suomen omavaraisuutta ruuantuotannossa. <http://mmm.fi/documents/1410837/2191243/Ruuan+arvostus+raportti.pdf/c3bd2da8-cdd0-4212-b614-ca5e0c48cd19>

SKANNAA
QR-KOODI



POHDITTAVAKSI

- Kenen kanssa sinä syöt usein yhdessä?
- Miksi teistä on tärkeää syödä yhdessä?
- Paras ruokaelämyksesi? Missä ja miksi?
- Millaista on terveellinen ja maukas ruoka?
- Mitä ruoan alkuperä sinulle merkitsee?



Yhdessä syömisen tärkeys

Hei ystäväni!

Olen tässä pohtinut, miltä Suomi maistuu. Suomalaisen ruoka-
kulttuurin aineksissa on ripaus menneisyyttä, annos nykyisyyttä ja
hyppysellinen tulevaisuutta, sillä ruokakulttuuri muuttuu jatkuvas-
ti. Se on ikiliikkuja, joka syntyy ja muovautuu suomalaisen ruoka-
perinteen ja globaalien vaikutteiden luovasta kohtaamisesta. Siinä
maistuvat Suomen luonnosta saatavat raaka-aineet, kuten marjat,
mutta usein uusilla tavoilla valmistettuina ja maustettuina.

Suomalainen ruokakulttuuri elää ja uudistuu Suomessa asuvien ih-
misten arjessa ja juhlassa. Syömämme ruoka ja juomamme juoma
ovat meille merkityksellisiä. Ne kertovat, missä ja keitä me olemme.
Ne ovat tärkeä osa kulttuuriamme ja elämäämme. Teemme omat
tulkintamme suomalaisesta ruokakulttuurista osana sukupolvien
ketjua. Ruoan raaka-aineet, valmistustavat ja maut muuttuvat
koko ajan, mutta yhdessä nautitun aterian voima ei katoa. Ruoka
ja juoma yhdistävät meitä ihmisinä, perheinä ja kansakuntana.

Syömisessämme vuorottelevat yksilöllisyys ja yhteisöllisyys. Mo-
ninaiset ruokavaliot ovat eriyttäneet syömistämme. Silti yhdessä
syömisen merkitys ja kaipuu vievät meidät aina uudestaan yhteisten
ruokapöytien ääreen. Yhteisellä aterialla ylläpidämme ja uudistam-
me sosiaalisia suhteita läheistemme kanssa. Aikaisemmin saman
pöydän äärellä ovat olleet perhe, suku ja ystävät. Maailman muut-
tuessa kohtaamme aterioilla kuitenkin myös uusia tuttavuuksia.
Yhteiset ateriat ovat olennainen osa ihmisyyttämme. Me haluamme
kaikki olla jonkin syömisyhteisön jäseniä.

Terveisin Johanna

Johanna Mäkelä, ruokakulttuurin professori, Helsingin yliopisto



2.

SUOMALAINEN RUOKAKULTTUURI & PERINNERUOAT

Suomalainen ruokakulttuuri on monimuotoinen ja elävä.

Ruokakulttuuri on kotien kulttuuria. Se on jotakin sellaista, mitä jokainen meistä luo omilla päivittäisillä valinnoillaan. Suomalainen ruokakulttuuri on laaja-alainen, omaleimainen ja elävä kokonaisuus, josta riittää monenlaista kerrottavaa. Se, mitä ja miten Suomessa syödään, kertoo suomalaisesta luonnosta, yhteiskunnasta, historiasta, identiteetistä ja kulttuurista.

Pohdi alla olevia kysymyksiä ja puhu ihmisille juuri sellaisista asioista, jotka ovat sinulle tärkeitä.



KYSYMYKSIÄ

- Mitä on suomalainen ruokakulttuuri?
- Millainen on oma ruokakulttuurisi?
- Mitä toivoisit suomalaisen ruokakulttuurin olevan?
- Mitä haluat kertoa muille suomalaisesta ruokakulttuurista?
- Mitkä ovat sinulle rakkaita ruoan raaka-aineita?
- Mitkä ovat suosikkiruokalajesi?

”Suomalainen ruokakulttuuri on ihana, se on osa meitä! Minulle se on arkea ja juhlaa. Leivät ja makkarat, pataruoat ja keitot, kastikkeet perunoineen, marjat monessa muodossa, pullakahvit töissä tai metsäretkellä. Minusta ruokakulttuuri on kotien kulttuuria, jota jokainen meistä luo omilla päivittäisillä valinnoillaan.

Suomalainen ruokakulttuuri on laaja-alainen, omaleimainen ja elävä kokonaisuus, joka kehittyy koko ajan. Se on saanut vaikutteita niin idästä kuin lännestä. Se, mitä ja miten Suomessa syödään, kertoo suomalaisesta luonnosta, yhteiskunnasta, historiasta, identiteetistä ja kulttuurista.

Ruokakulttuurimme perustuu ympärillä olevaan luontoon ja sen olosuhteisiin. Arktisissa oloissamme kasvaa upeita puhtaita ruoan raaka-aineita. Maatilan antimista pöytäämme päätyy runsaasti viljaa eri muodoissa, maitoa monella tavalla ja laadukasta possun ja naudan lihaa sekä nykyisin kovin suosittua broileria.

Metsän antimissa on paljon ruokakulttuurillemme tyypillisiä raaka-aineita: upeat marjat ja ihanat sienet sekä riista. Rakkaat puutarhamarjat ja uudenlainen kasvintuotanto laajentavat entisestään valikoimaa.

Suomalaista ruokaa ei ole ilman kalaa ja niinpä lautasillamme näkyy meren ja tuhansien järviemme runsas kalatarjonta. Nyt olemme hurahtaneet villiruokaan: riista, metsämarjat, sienet sekä erilaiset villiyrtit. Villiruokaraaka-aineista kovassa huudossa ovat mm. katajanmarjat ja kuusenkerkät.

Minulle suomalaisuus on erityisesti ruisleipä ja voi, lohisoppa, lihapullat perunoilla sekä kahvi, pulla ja mustikkapiirakka. Mitä se on Sinulle?

”

Anni-Mari Syväniemi
ruokakulttuuriasiamies, MTK

Upeat kotimaiset raaka-aineet!

Ruokakulttuurimme ja ruokalajimme perustuvat niihin raaka-aineisiin, jotka kasvavat meillä hyvin. Upeita perusraaka-aineitamme ovat edelleen mm. peruna, juurekset (porkkana, punajuuri, lanttu, nauris), viljat (ruis, ohra, kaura, vehnä), herne ja härkäpapu sekä erilaiset kaalit. Suomalainen ruoantuotanto pohjautuu maitotalouteen ja niinpä sekä maito että liha ovat merkittäviä raaka-aineita ruokakulttuurissamme.

Metsän antimissa on paljon ruokakulttuurillemme tyypillisiä raaka-aineita: upeat marjat (puolukka, mustikka, tyrni, karpalo) ja ihanat sienet. Puutarhamarjat ja monipuolistunut kasvintuotanto ovat entistään laajentaneet valikoimaa. Lisäksi lautasillamme näkyy meren ja tuhansien järviemme runsas kalatarjonta. Mausteita meillä on perinteisesti käytetty melko niukasti, joskin suolaa aika paljon.

Nykyisin suomalaiset osaavat käyttää ruoanlaitossaan monipuolisesti erilaisia yrttejä. Erittäin trendikästä on villiruoka: riista, metsämarjat, sienet sekä erilaiset villiyrtit. Villiruokaraaka-aineista kovassa huudossa ovat mm. katajanmarjat ja kuusenkerkät.



PERINNERUOKAA SUOMALAISITTAIN

- Listaa suomalaisia perinneruokia.
- Mitkä ovat oman alueenne perinneruokia?
- Mikä on oman alueenne pitäjänruoka/pitäjänruoat?

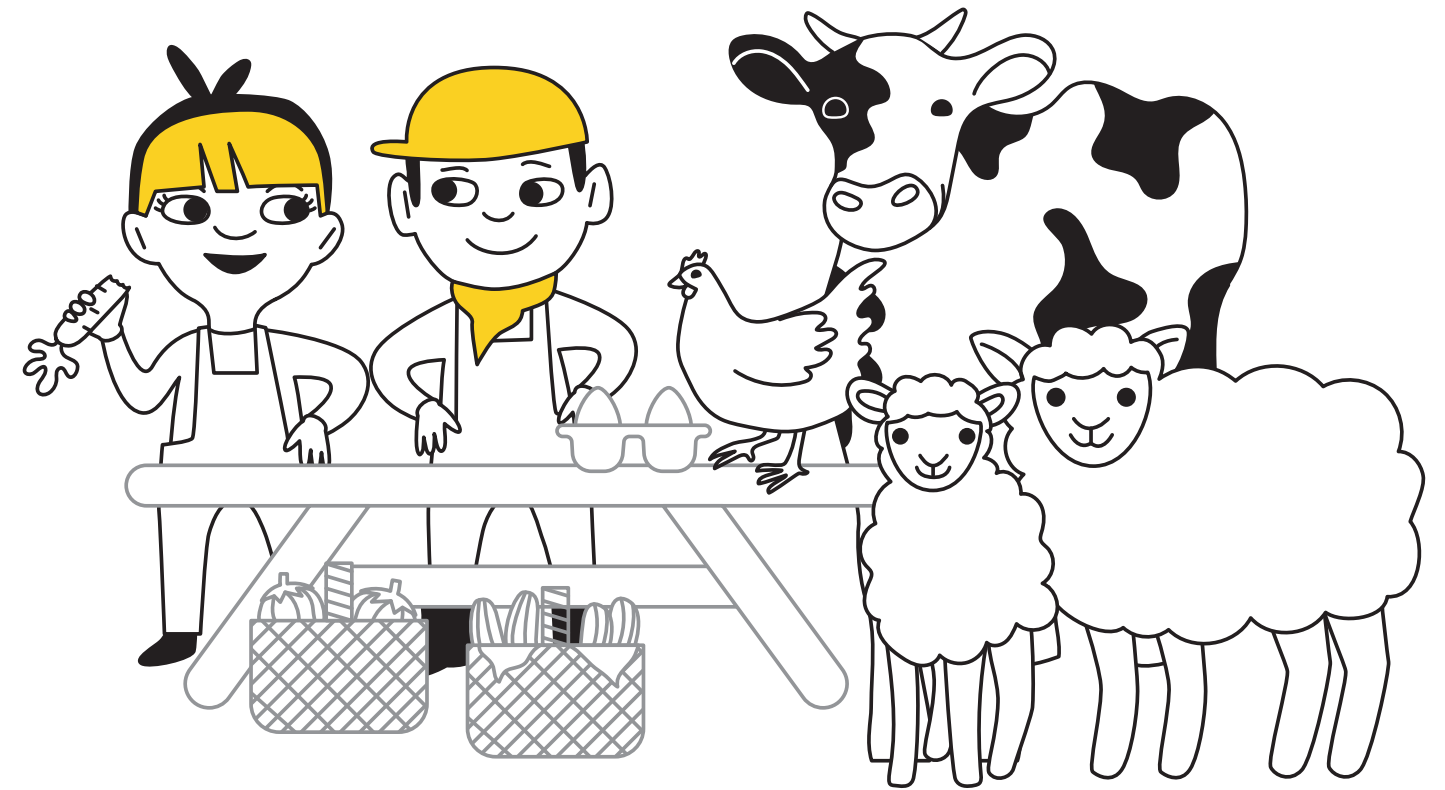
Suomalainen ruokaperinne jakaantuu läntiseen ja itäiseen ruokaperinteeseen, joiden vaikutus on vahvaa edelleen. Länsi-Suomessa oli tyypillistä, että ruoka kypsennettiin usein keittämällä ja arkileipä oli kuivaa hapanleipää ja sitä leivottiin vain kaksi kertaa vuodessa suuret määrät. Leivät säilytettiin vartaissa katon rajassa tai erillisessä leipäaitassa. Kalat suolattiin.

Perinteinen joulupöytä Suomessa heijastaa läntistä keskiaikaista pitopöytää. Ja läntisen naapurimme Ruotsin kanssa meillä on yhteisiä ruokalajeja runsaasti: hernekeitto, pannukakku, lihapullat, laskiaispullat jne.

Itä-Suomessa uuni oli keskeinen ruoanvalmistuksessa. Leipä oli tuoretta, koska sitä leivottiin viikoittain. Samalla uuneissa kypsyivät itäiselle kulttuurille tyypilliset laadit, padat, piirakat ja kukot. Hapattaminen on ollut aina suosittu itäinen ruoanvalmistustapa ja sitä hyödynnettiin myös leivän teossa.

Idän ulottuvuutta suomalaisessa ruokakulttuurissa ovat muun muassa sienet ja koko perinteinen pääsiäistarjoilu, karjalanpaistista, -piirakoista ja muikuista puhumattakaan. Juuri nämä itäiset vaikutteet erottavat ruokakulttuurimme muista Pohjoismaista.

Kansallisista ruokaerikoisuuksistamme usein juuri ulkomaisille vieraillemme tarjottavia ruokia ovat riista ja poro, leipäjuusto, lakat ja muut marjat, karjalanpaisti ja kalakukot sekä karjalanpiirakat. Letut kuuluvat suomalaiseseen kesään ja metsäretkille marjahillojen kanssa tarjottuna. Makkarakulttuuri on ollut nousussa.



Suomalainen ruokaperinne elää ja uudistuu. Kansainvälistyminen, matkustaminen, maahanmuuttajat ja valtavat tuontiruokavalikoimat muuttavat kulttuuriamme koko ajan monipuolisempaan suuntaan. On hyvä välillä pysähtyä pohtimaan suomalaista ruokaperinnettä ja -kulttuuria. Ruokahistoriamme ja ruokaperinteet vaikuttavat edelleen ja näkyvät myös nykyisissä ruokailmiöissä.

Neljä vuodenaikaa ovat aina vaikuttaneet siihen, että kausivaihtelu sekä raaka-aineiden tarjonnassa että ruokalajeissamme on melkoinen. Kansainvälistyminen ja kaupan vapautuminen laajensivat valikoimaa, ja kaikkea on saatavilla ympäri vuoden. On erinomaista, että kausiruoka on noussut suureen suosioon.

Samalla ruoan yhteiskunnalliset ja poliittiset ulottuvuudet ovat vahvistuneet. Nyt halutaan valmistaa suomalaista ruokaa kotimaisista raaka-aineista.

Suomalaisessa makumaailmassa raaka-aineiden alkuperä on muuttunut hyvin tärkeäksi. Ihmiset ovat kiinnostuneita siitä, mistä ruoka tulee. Näin on sekä kuluttajien että ruoka-alan ammattilaisten keskuudessa. Ruoan alkuperä on kiinnostuksen kohde ja siitä keskustellaan paljon. Samalla keskusteluun ovat nousseet ruoan vastuullisuus ja ympäristökysymykset.

Ruokaketjun molemmissa päissä tapahtuu jotain: tuottajilla ja kuluttajilla on yhteinen pyrkimys lyhyisiin ketjuihin. Ruokapöydän äärestä on nähtävä maataloille pellon reunaan ja navetoihin – ja maatilalta on nähtävä kotien ruokapöytään ja kuunneltava kuluttajien toiveita ruoan suhteen. Tähän tarvitaan paljon vuorovaikutusta ja kohtaamisia. #syödään yhdessä-tilaisuudet ja tapahtumat ovat mainio tilaisuus järjestää näitä kohtaamisia runsaasti ja elämyksellisesti.

Näiltä netti-
sivuilta löydät
lisätietoja:



MAKUPALAT

Kirjastojen linkit
tiedonhakuun

<http://www.makupalat.fi/>



SUOMI SYÖ JA JUO
13 museon suomalaisen
ruoka- ja juomakulttuurin
historiaa kuvaava hanke

<https://suomisyojajuo.fi/>



SUOMEN
KANSALLISRUOKA
ON RUISLEIPÄ!

<http://www.elo-saatio.fi/kansallisruoka>



SKANNAA
QR-KOODI



MITÄ ON
SUOMALAINEN
RUOKA?

<http://www.hyvaasuomesta.fi/hyvaa-suomesta-merkki/miksi-valita-suomalaista/mita-suomalainen-ruoka>



SUOMALAINEN
RUOKA JA JUOMA
(2011)

<http://docplayer.fi/700221-Suomalainen-ruoka-ja-juoma-suomen-puheenjohtajuus-pohjoismaiden-ministerineuvostossa-2011.html>



MAKUPALOJA
SUOMESTA
Artikkelit neljällä
eri kielellä

<http://www.hyvaasuomesta.fi/ajankohtaista/hyvaa-suomesta-tiedotteet>



SUOMALAINEN
RUOKAVALIO SOPII
TERVEYDELLE

<http://www.hyvaasuomesta.fi/hyvaa-suomesta-merkki/miksi-valita-suomalaista/kunnon-suomalainen-ruokavalio-hellii-terveytta>



Maa- ja kotitalousnaiset

<https://www.maajakotitalousnaiset.fi/ruoka>



Martat

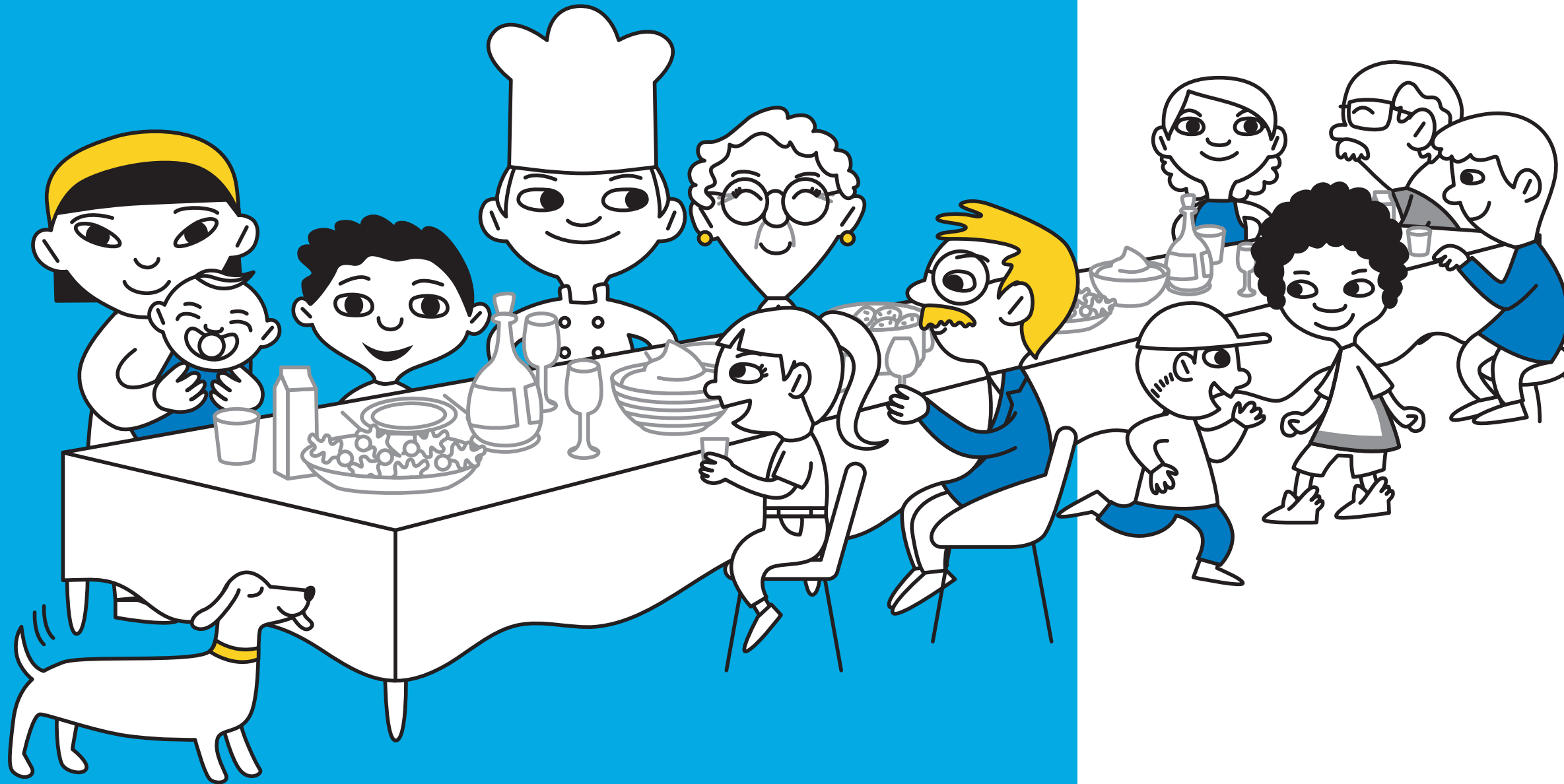
<http://www.martat.fi/ruoka/>



PERINNERUOKA-
LAJEJA

Wikipedian luettelo

https://fi.wikipedia.org/wiki/Luettelo_suomalaisista_perinneruokalajeista



3.

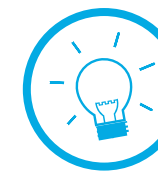
NYT JUHLITAAN! *Ideota juhliin*

Kun Suomi täyttää 100 vuotta, on joka päivä aihetta juhlaan!

Maailman suurimmat kyläjuhlat pidetään sata päivää ennen Suomen vuoden 2017 itsenäisyyspäivää. Samalla juhlitaan Suomen luonnon päiviä. Joka kuukauden kuudes päivä voit järjestää juhlat suomalaisia herkkuja hyödyntäen. Mitä jos loihtisit valoa pimenevään syksyyn kekrijuhlissa tunnelmoiden? Vai järjestäisitkö kesällä mansikkakarnevaalit, leipoisitko laskiaisena maittavat laskiaispullat?

Poimi aineistosta parhaat ideat, järjestä iso tai pieni juhla. Kutsu työkaverit, ystävät, naapurit, kummit tai mummit, paikalliset tai muualta muuttaneet syömään yhdessä. Yhdistystoimijat, yhteiskunnalliset vaikuttajat ja paikallisyhteisöt voivat mainiosti hyödyntää Syödään yhdessä -teemaa tekemällä tärkeille sidosryhmilleen ruokajuhlan.

Helpoiten seuraat juhluvuoden tapahtumia tilaamalla uutiskirjeen Syödään yhdessä -verkkosivuilta www.syodaanyhdessa.fi sekä seuraamalla hankkeen toimintaa ja tiedotusta myös sosiaalisessa mediassa (Facebook, Twitter ja Instagram).



TAPAHTUMAKALENTERI

Syödään yhdessä -hankkeessa on jokaiselle kuukaudelle oma teemaehdotuksensa ja yhteinen tapahtumakalenteri, johon kaikki voivat merkitä oman tapahtumansa. Näin saamme tietää miten naapurit ja koko Suomi juhlii. Laittakaa haaste kiertämään!

www.syodaanyhdessa.fi/kalenteri

KUUKAUSITEEMAT

Syödään yhdessä

TAMMIKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ -KUTSU

- **6.1. Kutsu #syödään yhdessä #suomi100**
- 19.1. Kansallisruoan julkistus
- 21.1. Perheet safkaa

Kumppanit: kaikki kumppanit, puhemiehet & lupauksen antajat



HELMIKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ KOTONA

- **6.2. Aamu- ja iltapala**
- 4.2. Eväs: Sukella talveen*

Kumppanit: Valio, Fazer, Luonnonpäivät*, Eskimo*

MAALISKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ TÖISSÄ

- **6.3. Lounas työ-, koulu- ja armeijakavereiden kanssa**

Kumppanit: THL, Fazer, Leijona Catering, Kanresta, Palvelukeskus Helsinki, UniCafe, Eskimo

HUHTIKUU: SYÖDÄÄN JA JUODAAN YHDESSÄ – ENNEN, NYT & TULEVAISUUDESSA

- **6.4. Mämmien yö***
- **6.4. Kids & Food @Logomo****

Kumppanit*: Alko, Laihian Mallas, Valio, Pernod Ricard, Sinebrychoff
Kumppanit**: Finnair, Food & Fun, Valio, Eskimo, OPH ym.

TOUKOKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ PIHALLA

- **6.5. Grillikauden avajaiset**
- 20.5. Eväs: Villiinny kevästä*
- Koko kuu: Safkasynttärät**

Kumppanit: Atria, Suomen Keittiömestarit, Altia, Luonnonpäivät*, 4H**

KESÄKUU: KAHVITELLAAN YHDESSÄ

- **6.6. Suomen yhteinen kahvihetki**
- 9.6. MTK 100 vuotta, Helsinki
- 16.–17.6. Neitsytperunafestivaali, Turku
- 14.–17.6. Farmari 2017 maatalousnäyttely, Seinäjoki
- 17.6. Eväs: Rakastu kesäyöhön & Hossan avajaiset*

Kumppanit: Paulig, Arabia, MTK, Pro Agria, Fazer, Luonnonpäivät*



HEINÄKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ TURUILLA JA TOREILLA

- **6.7. Oodi yhdessä syömiselle**
- 10.–14.7. SuomiAreena

Kumppanit: kaikki kumppanit

ELOKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ KAIKKIALLA

- **6.8. Mustikkapiirakkapäivä**
- **25.–27.8. Maailman suurimmat kyläjuhlat / 100 ennen satasta***
- 3.–5.8. Herkkujen Suomi**

Kumppanit: Myllyn paras, kaikki kumppanit*, Lammin sahti**, MTK**

SYYSKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ MAATILOILLA

- **6.9. Luomupuuron ME***
- 15.–16.9. Päivä maalla- ja Osta tilalta -päivä**
- 18.–24.9. Hävikkiviikko

Kumppanit*: Pro Luomu, Valio, UniCafe, Kanresta, 4H ym.
Kumppanit**: ProAgria, MTK, Helsingin kaupunki

LOKAKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ - TILLSAMMANS - TOGETHER

- **6.10. Ruoka tuo yhteen**
- 6.10. Den finlandsvenska matkulturdagen
- 6.10. Makumuistoja mummoille ja papoille
- 6.10. Fiskars goes Wild

Kumppanit: Fazer, Maa- ja kotitalousnaiset, Fiskars, Marthaförbund ym.



MARRASKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ RAVINTOLASSA

- **6.11. Yllätys**
- 4.–5.11. Peijaiset

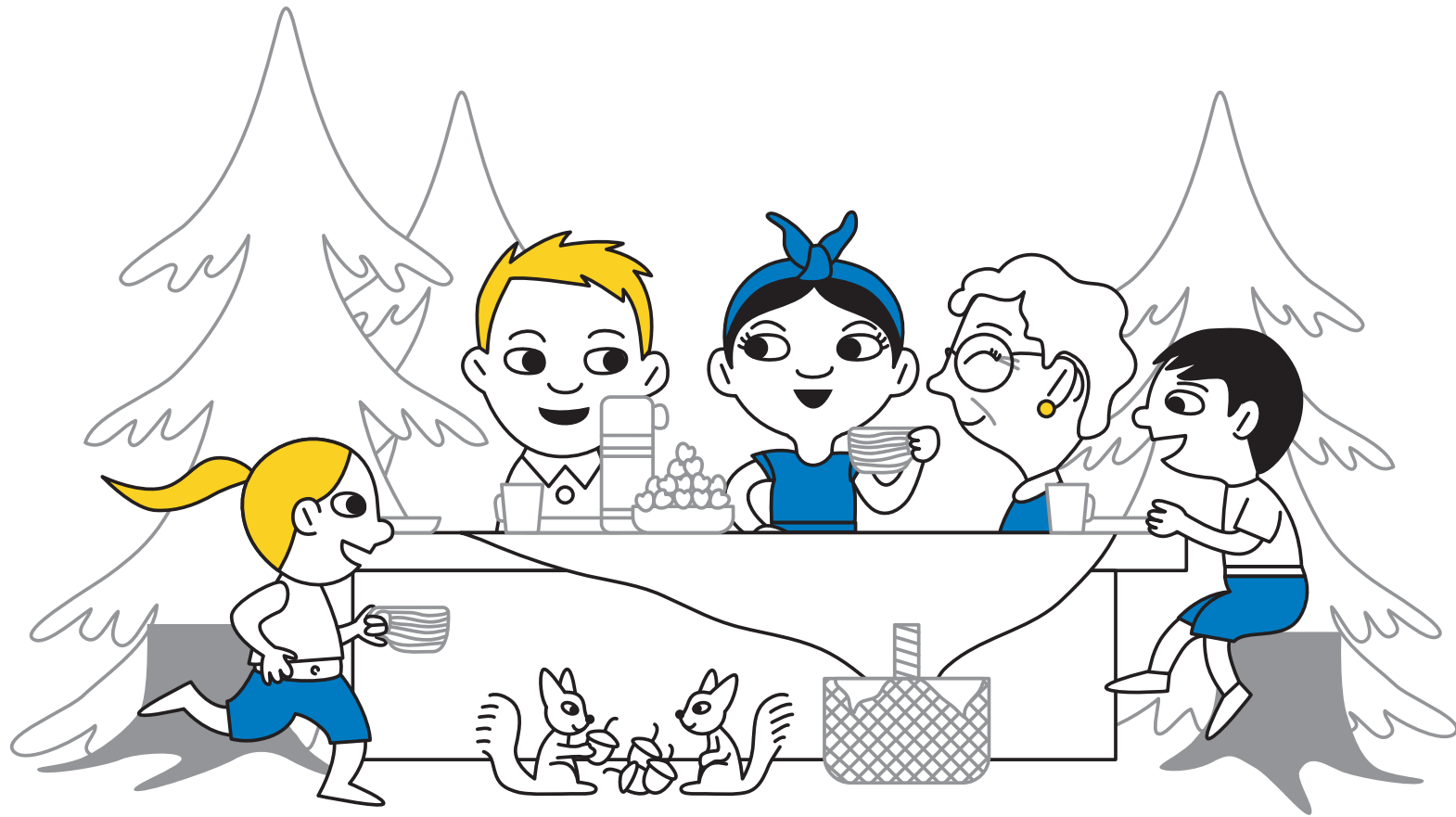
Kumppanit: Ravintolaketjut ja ravintolat, Suomen Metsästäjäliitto

JOULUKUU: SYÖDÄÄN YHDESSÄ JUHLIEN

- **6.12. Suomi täyttää 100 vuotta!**

Kumppanit: Arabia, Hyvää Suomesta, Martat, Valio, Alko, Pernod Ricard, Sinebrychoff, 4H ym.





MAAILMAN SUURIMMAT KYLÄJUHLAT

Sata päivää ennen vuoden 2017 itsenäisyyspäivää, 25.–27.8.2017, järjestetään maailman suurimmat kyläjuhlat. Silloin Syödään yhdessä -kumppanit järjestävät erilaisia kaikille avoimia tapahtumia ja juhlia ympäri Suomen.

Luvassa on juhlia kansallispuistoissa, taivaan alla, varuskunnissa, kouluissa ja ravintoloissa. Liittykää mukaan näihin tapahtumiin tai järjestäkää omanne kotona, ladossa, ravintolassa, metsässä, kylän raitilla, kaupungin puistossa tai missä tahansa se on mahdollista.



Muistakaa ilmoittaa juhlastanne:
<http://syodaanyhdessa.fi/kalenteri/>

Suomen luonnon päivät

Maailman suurimmat kyläjuhlat kytkeytyvät myös vuoden 2017 Suomen luonnon päiviin. Luvassa on yhdessä syömistä kansallispuistoissa ja leirintäalueilla, kuorolaulun siivittämänä ja yhteisten eväiden maustamana.



Luonnon päivien nettisivut:
www.luonnonpaivat.fi



Katso lisää:
<http://syodaanyhdessa.fi/luonnon-paivien-tarina>

KUUDENNEN PÄIVÄN BILEET

Keskeinen osa Syödään yhdessä -viestintää on kuukausittain vaihtuva teema: suomalaiset erikoisuudet, sadonkorjuu ja niin edelleen. Suomi ansaitsee enemmän kuin yhden syntymäpäivät. Siksi joka kuukauden kuudes päivä on teemapäivä, jolloin voidaan järjestää “kuudennen päivän bileitä”.

Valtakunnan tasolla kaikilla bileillä on oma kuukausiteemaan kytkeytyvä teemansa sekä pääyhteistyökumppaninsa. Hyödynnä vinkit ja järjestä omat kuudennen päivän bileet!

Kekri

Kekrijuhla on perinteinen suomalainen syksyn ja sadonkorjuun juhla, joka sopii hyvin moderniinkin aikaan. Kekriä juhlietaan Mikkelinpäivästä Pyhäinpäivään eli lokakuun ajan. Kekrin aikaan suomalainen ruoka on parhaimmillaan, illat pimenevät eikä juhlapyyhiä ole ennen joulua. Kekrin juuret ovat vuosituhansia vanhassa eurooppalaisessa maatalouskulttuurissa. Entisaikaan kekriä juhliittiin sadonkorjuuta ja vuoden vaihtumista.

SKANNAA
QR-KOODI



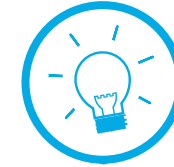
Lue lisää Kekristä:
<http://www.kekri.fi/>



Talonpoikaismuseon sivut:
<http://www.talonpoikaismuseo.fi/>



Talonpoikaismuseon ideat ja vinkit kekrijuhlan järjestämiseen löydät täältä:
<http://www.kekri.fi/kylalle/kylalle-kekrijuhla>



IDEOITA KUUDENNEN PÄIVÄN BILEISIIN

Keväällä

- Juurekset ja kaalit säilyvät hyvin, hyödynnä niitä ruokailussa.
- Syödään yhdessä kotona, töissä, koulussa.

Kesällä

- Koko Suomen yhteistä kahvihetkeä vietetään 6.6. Ilahduta ikäihmistä ja juo perinteisenä Kustaan päivänä kahvit naapurin seniorin kanssa!
- Mansikoita, perunoita! Järjestä mansikkakarnevaalit tai nauti varhaisperunoista yhdessä ystävien kanssa.

Syksyllä

- Supisuomalainen mustikkapiirakka saa oman juhlapäivänsä 6.8. Poimitaan marjasato talteen ja leivotaan yhdessä!
- Toteuta yhden ruokalajin helppo kekrijuhla. Kokeile punajuuri-ohralaatikkoa tai kurpitsakeittoa, ohjeet löydät seuraavilta sivuilta!

Talvella

- Suomi täyttää 100 vuotta – juhlietaan itsenäisyyspäivää!

Vanhan ajan kekrimenu

Alatootia ja rosollin kastiketta, etikkaa
Perunasalaattia

Veripalttua ja puolukkahilloa
Ylikypsää possun kassleria
Hernetuuvinkia
Punajuuri-ohralaatikkoa
Leipää ja kotikaljaa

Marjakiisseliä ja kermavaahtoa
Sokerikakkua
Kahvia, teetä ja kaneliässiä

Maa- ja kotitalousnaiset

YLIKYPÄ POSSUN KASSLER

n. 10 annosta

2 kg possun kassleria (niskaa)
3 tl suolaa
0,5 dl rypsiöljyä
3 valkosipulin kynttä
1 tl mustapippuria
1 tl inkivääriä
0,5 tl chilijauhetta
tai 1 tl paprikajauhetta
4–5 laakerinlehteä

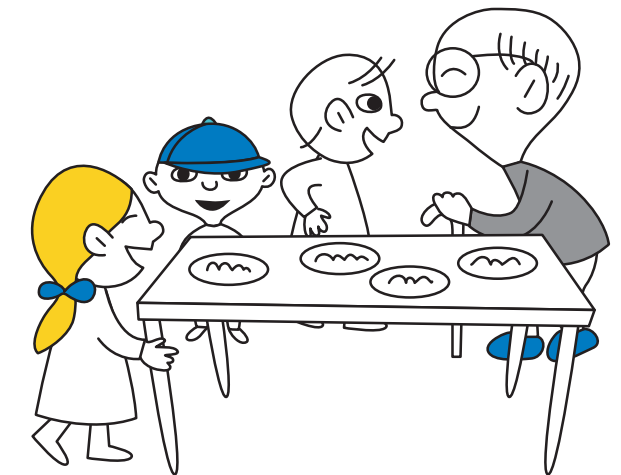
Valelukastike

1 dl fariinisokeria
1 prk (70 g) tomaattisosetta
2 dl appelsiinin mehua
1 appelsiinin raastettu kuori
0,5 tl suolaa
0,5 tl mustapippuria
0,5 tl inkivääriä

Kastike

Yhteensä 5–6 dl valelukastikkeen tähdettä, paiston aikana irronnutta nestettä ja tarvittaessa mietoa lihalientä. 4–5 rkl maizenasuurstetta tummille kastikkeille.

- Kuivaa liha talouspaperilla. Hiero suola ja öljyyn sekoitetut hienonnettu valkosipuli ja jauhetut mausteet pintaan. Lisää pintaan laakerinlehdet. Laita liha maustumaan muovipussiin muutamaksi tunniksi tai yön yli jääkaapissa.
- Voit ottaa lihan pari tuntia ennen paistamista huoneenlämpöön. Laita se uunivuokaan. Sekoita kastikkeen ainekset ja sivele lihan pintaan kastiketta.
- Paista lihaa 120 asteessa 4–5 tuntia. Sivele paiston aikana kastiketta lihan pintaan 2–4 kertaa.
- Mittaa kastiketta varten nesteet kattilaan. Kiehauta ja ripota suuruste sekoittaen joukkoon. Tarkista maku.
- Tarjoa liha esimerkiksi punajuuri-ohralaatikon kanssa.



PUNAJUURI-OHRALAAHIKKO

10–15 annosta

1,5 dl ohrasuurimoita, rikottuja tai kokonaisia
6 dl vettä
0,5 tl suolaa
800 g punajuuria
2 kpl (100 g) sipulia
2 dl kermaa
3 dl kevytmaitoa
2 tl suolaa
2 tl basilikaa
0,25 tl valkopippuria

- Keitä ohrasuurimot suolalla maustetussa vedessä puolikypsiksi n. 20 min. Tarkista keittoaika pakkauksesta.
- Kuori ja raasta punajuuret tai suikaloi mandoliinilla tulitikkumaisiksi suikaleiksi. Kuori ja hienonna sipulit.
- Sekoita punajuuriraaste tai -suikaleet, ohrasuurimot ja hienonnettu sipuli ja kaada seos voideltuun uunivuokaan.
- Sekoita kerma, maito ja mausteet keskenään ja kaada seos vuokaan muiden aineiden päälle.
- Paista laatikkoa miedossa uuninlämmössä 150 °C:ssa noin 1,5–2 tuntia.

Uuden ajan kekrimenu

Kanelinen kurpitsakeitto
ja/tai
Maa-artisokkakeitto

Haudutettu lampaanpotka ja sitruunainen perunasose
ja/tai
Paahtopaistia paahtajuuresten kera

Vihreä salaatti
ja/tai
Härkäpapu-sipulisalaatti

Vaniljainen leipäjuusto lakkahillolla
ja/tai
Marjasalaattihyytelö kermavaahtopilvellä

Kahvi ja punajuuri-suklaakakku

MTK

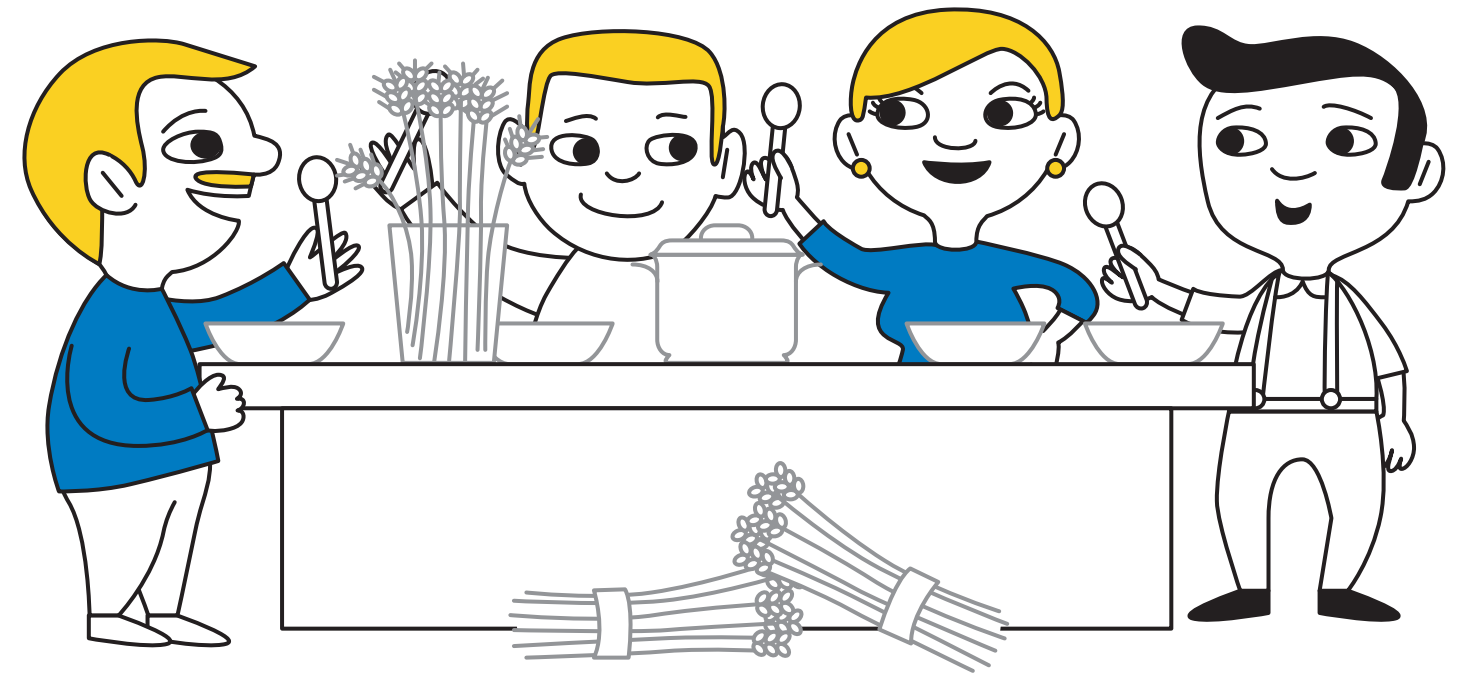
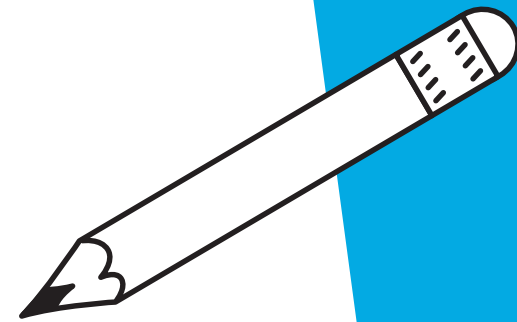


KANELINEN KURPITSAKEITTO

800 g keltaista kurpitsaa
2 porkkanaa
1 hapahko omena
1 sipuli
1 rkl voita tai öljyä
5-6 dl kasvislientä
1 pieni kanelitanko
2 dl ruoka- tai kuohukermaa
Tilkka sitruunamehua
Suolaa, pippuria
Pinnalle: persijasilppua

1. Kuori ja paloittele kasvikset sekä omena. Kuumenna niitä öljyssä/voissa jonkin aikaa sekoitellen kattilassa.
2. Lisää kasvisliemi ja kanelitanko. Keitä hissuksiin pehmeiksi, poista kanelitanko. Soseuta kasvikset liemineen sauvasekoittimella.
3. Lisää keittoon kerma, sitruunamehu. Tarpeen mukaan voit lisätä kasvislientä. Kuumenna ja mausta. Lisää pinnalle reilusti persiljaa.

Meidän kekrijuhlan
~menu~



Omia reseptejä



4.

RUOKAJUHLAN JÄRJESTÄMINEN

*Yhdessä suunnittelu
ja järjestäminen
on hauskaa!*

Isolle joukolle järjestettävä juhla vaatii etukäteissuunnittelua, pienemmät kekkerit on helppo toteuttaa ex tempore. Kun kahvitellaan naapureiden kesken, voi jokainen vieras tuoda kotoa jotakin yhteiseen pöytään. Suurempia juhlia varten kannattaa lyödä viisaat päät yhteen jo suunnitteluvaiheessa, jakaa vastuuta ja perustaa vaikka suunnitteluryhmä.

SKANNAA
QR-KOODI



Vinkkejä juhlan järjestämiseen:
<http://juhlat.fi/>

KUKA KEITTÄÄ SOPAN, KUKA KATTAA PÖYDÄN? Mitä kannattaa huomioida juhlaa suunnitellessa?

Yhdessä suunnittelu ja järjestäminen on hauskaa! Kun tiedätte millaiset juhlat haluatte järjestää, miettikää porukalla ainakin seuraavia seikkoja:

Tarjoilu

Mitä ruokaa tarjotaan? Kuka vastaa ruoasta, juomasta ja tarjoilusta? Miten huomioidaan erityisruokavaliot?

Ohjelma

Millainen ohjelma juhlassa on? Kuka vastaa ohjelmasta ja sen sujuvuudesta?

Tiedotus

Miten juhlasta tiedotetaan? Kuka vastaa kutsuista (aika, paikka, pukukoodi, ruokarajoitteet, viimeinen ilmoittautumispäivä)? Millä tavoilla tiedotus hoidetaan, entä yhteydenotto paikallislehteen ja -radioon? Kuka vastaanottaa ilmoittautumiset ja kirjaa ruokarajoitteet?

Turvallisuus & luvat

Kuka hankkii tarvittavat luvat? Tarvitaanko teidän juhliksenne järjestyksenvalvontaa? Miten järjestyksenvalvonta hoidetaan? Järjestyksenvalvontaan mieluiten järjestyksenvalvontakortin omaavia henkilöitä, mutta yksittäisissä tilaisuuksissa kortittomillakin on mahdollisuus toimia valvojina. Muista selvittää lupa-asioiden yhteydessä!



Tietoa lupa- ja ilmoitusasioista löydät:
<https://poliisi.fi/luvat/>
[muut_lupa_ja_ilmoitusasiat](#)

Apukädet

Mistä saadaan talkooväkeä? Kuka vastaa koristeluista ja loppusiivouksesta? Tarvitaanko vaatesäilytystä?

KAHVIKUTSUJEN RUOKAMÄÄRIÄ/HENKIÖ

Kahvipöytään:

- kahvi/tee 2–3 kkp
- vehnänen, kääretorttu, kuivakakku tms. 1 viipale tai kpl
- pikkuleipä 1 kpl/laji (jos paljon lapsia, kannattaa pikkuleipiä varata reilummin)
- kahvipöydän voileipiä 3 kpl
- voileipäkakku 1–2 cm viipale / kakku

Varaa kahvipöytään myös:

- maitoa (vähälaktoosinen/ laktoositon) 5 dl / 10 hlöä, 1 l / 20 hlöä, 2,5 l / 50 hlöä
- sokeria ja makeutusainetta

*Kuinka paljon ruokaa
tarvitaan sadalle juhlijalle?*

*Miten monta lasillista
saadaan yhdestä
kuohuviinipullostasta?*

*Montako kupillista kahvia
pitää varata 50 vieraalle?*

Huomaathan!

Pitopöydän määrät ovat ohjeellisia. Varattavan ruoan määrään/henkilö vaikuttaa ruokalajien määrä sekä ruokailijoiden ikä ja sukupuoli. Suurelle joukolle riittää suhteessa pienempi ruokamäärä. Määrät ovat valmiita ruokia, ota huomioon raaka-aineita varatessa kuoriin menevä osa ja kypsennyshävikki!

PITOPÖYDÄN RUOKAMÄÄRIÄ/HENKIÖ

Alkuruoat

- suola- tai maustekala 25–40 g
- tuoresuolattu kala 75 g
- savustettu kala 75–100 g
- leikkeleet 30–50 g
- kotijuusto 50–75 g
- salaattit 50–80 g

Pääruoat

- fileoitu kala 150 g
- savustettu kala 150–200 g
- lihakastike 150–250 g
- luuton liha ja paisti 100–150 g
- lihapyörökät 5–6 pyörökkaa
- broilerin rintafilee 100 g

Keitot

- alkuruokakeitto 1,5–2 dl
- pääruokakeitto 3–5 dl

Lisäkkeet

- keitetty peruna 150 g
- keitetyt kasvikset 50–75 g
- ohra tms. 60–75 g
- laatikot 75–150 g
- kastike 0,5 dl
- muhennos 1 dl

Jälkiruoat

- kiisseli tai puuro 150 g
- pannukakku 150 g
- marjat 100–150 g
- juustotarjotin 75–100 g
- jälkiruokakastike 50 g

Juomat

- maito/kotikalja/kivennäisvesi 2 lasia, varaa vähän myös piimää
- mieto viini 2 annosta (1 annos = 12 cl)
- jälkiruokakahvi tai -tee 1 kkp

KATA KAUNIISTI Miten koristelen juhlapöydän?

Käytä koristeluihin luonnonmateriaaleja: kukkia, viljaa, lehtiä, kiviä, klapeja, oksia, käpyjä, sammalta, jäkälää. Pöytäliinoina voit käyttää vanhoja pitsilakanoita, säkkikankaita tai vaikka voimapaperia, johon voi piirtää tai liimata kuvia.

Ota vanhat ruokailu- ja tarjoiluastiat käyttöön, kaikkien astioiden ei tarvitse olla samaa astiastoa. Eriparit ovat trendikästä! Voit myös pyytää jokaista vierasta tuomaan oman lautasen, lasin ja kahvikupin.

Keksi luovia ratkaisuja, kuten Ilves-lasitölkkit ”juomakannuina” tai tarjoiluastioina!

Valaise pimeää syksyä erilaisin kynttilöin, kokoin ja tulin.

MITEN SAADAAN KAIKKI MUKAAN? Juhlamieli jokaiselle

Suomen 100-vuotisjuhlavuonna yhdistykset voivat tarttua Syödään yhdessä -teemaan ja järjestää ja tarjota ruokajuhlan esimerkiksi vanhuksille, liikuntarajoitteisille, lapsille, työttömille tai muille ryhmille.

Ole rohkea yhdistystoimija ja lähde järjestösi kanssa mukaan toteuttamaan yhteistä juhlaa kaikille.

KUKA MAKSA VIULUT? Ruokajuhlan rahoittaminen

Juhlien järjestämiseen kuluu rahaa vaikka suurin osa valmisteluista tehtäisiin talkootöinä. Tukea juhlan järjestämiseen voi kysyä paikallisilta yrittäjiltä tai periä kohtuullisen pääsymaksun osallistujilta. Jos järjestätte isot juhlat, yritykset voivat tukea taloudellisesti esimerkiksi mainospaikkaa tai puheenvuoroa vastaan tai tarjoamalla edullisesti omia tuotteitaan.

*Yhdessä tehden on
juhlan koristelukin
mukavampaa.*



VINKKEJÄ JUHLA- PUKEUTUMISEEN JA JUHLAETIKETTIIN



Kotilieden artikkeli

<http://kotiliesi.fi/kategoria/juhlat/juhlien-jarjestaminen/>

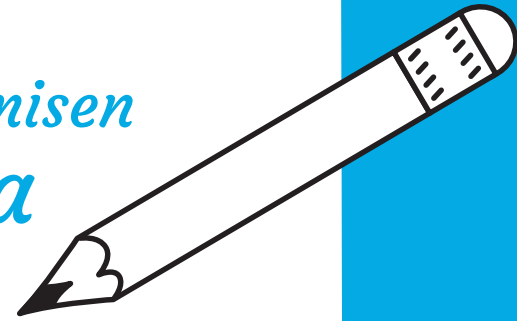


Vaatturiliitto

<http://www.vaatturiliitto.fi/pukeutumisetiketti/6>

ETIKETTI – Käytösopas arkeen ja juhlaan. Saukkola, Mirva (2014). WSOY.

Ruokajuhlan järjestämisen tarkistuslista



TARJOILU

- ☐ Mitä ruokaa tarjotaan, teema? _____
- ☐ Ruokien, juomien ja tarjoilun vastuuhenkilöt? _____
- ☐ Erityisruokavaliot? _____

OHJELMA

- ☐ Millainen ohjelma juhlassa on? _____
- ☐ Kuka vastaa ohjelmanumeroista? _____
- ☐ Kuka juontaa? _____

TIEDOTUS

- ☐ Ketä kutsutaan? _____
- ☐ Miten: kirje, tekstari, sähköposti, some, paikallislehti? _____
- ☐ Ilmoittautuminen? Kenelle ja miten? Ruokarajoitteiden kirjaaminen? _____

TURVALLISUUS & LUVAT

- ☐ Jos tarvitaan lupia, kuka hankkii ne? _____
- ☐ Tarvitaanko järjestyksenvalvontaa? _____
- ☐ Miten järjestyksenvalvonta hoidetaan? _____

APUKÄDET

- ☐ Mistä saadaan talkooväkeä? _____
- ☐ Kuka vastaa koristeluista ja loppusiivouksesta? _____
- ☐ Vaatesäilytys? _____

TULE MUKAAN!

Syödään yhdessä -ilmiöön voi tulla mukaan kuka tahansa. Ideoita, tekoja ja tapahtumia yhdessä syömisen edistämiseksi kerätään hankkeen verkkosivuille.

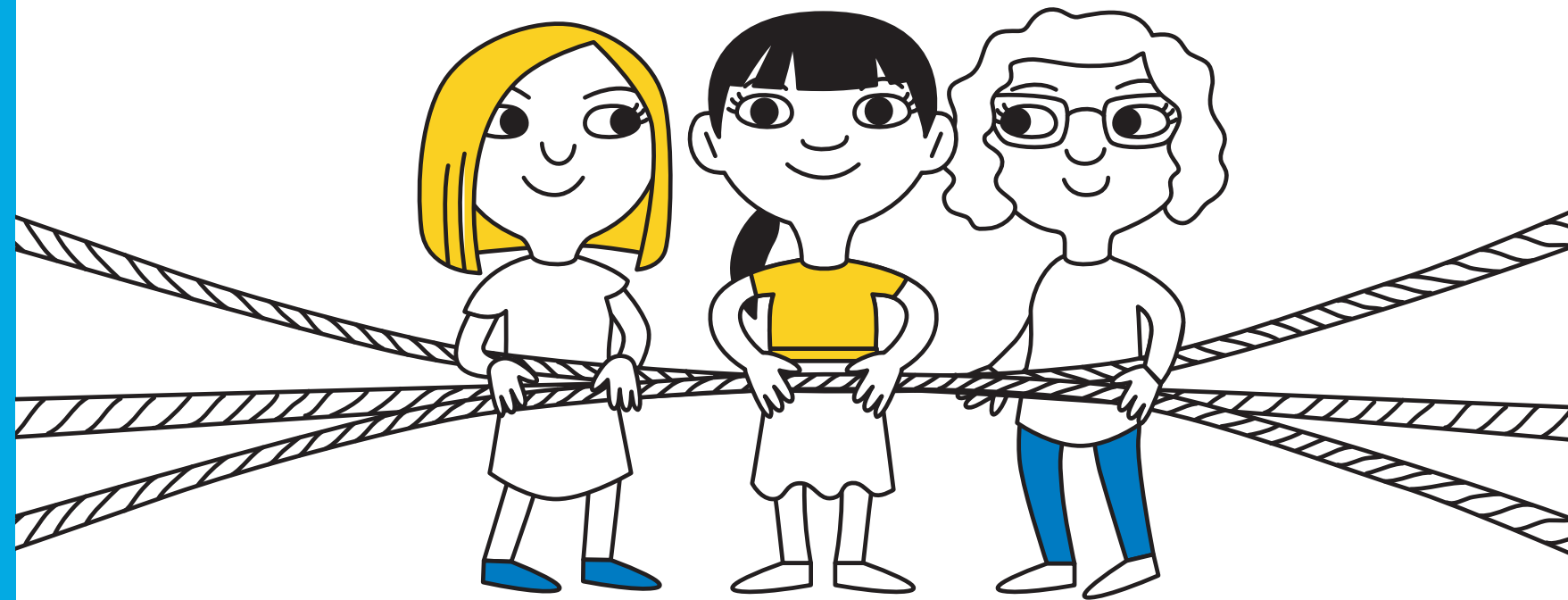
SKANNAA
QR-KOODI



Kaikki on kutsuttu,
ilmoittaudu mukaan:

<http://syodaanyhdessa.fi/tule-mukaan/>

*Kiitos kaikille
osallistujille,
te teette juhlan.*



www.syodaanyhdessa.fi

RUOKAJUHLIEN ABC



Ideoita yhteisen ruokajuhlan järjestämiseen

Tämä Syödään yhdessä -aineisto on tarkoitettu apuvälineeksi ja ideoinnin lähteeksi yhteisen ruokajuhlan järjestämisessä.

Aineiston on tuottanut Maaseudun Sivistysliitto yhteistyössä ELO-säätiön, Maa- ja metsätalous-tuottajain Keskusliitto MTK:n, Eläkeliiton, Suomen Kylätoiminta ry:n sekä Maa- ja kotitalousnaisten kanssa.

Löydät aineistosta tietoa, ajatuksia, ideoita, linkkejä ja vinkkejä Syödään yhdessä -teeman toteuttamiseksi. Poimi sinulle sopivat vinkit ja kutsu ystävät kylään kokkaamaan ja syömään yhdessä!

Syödään yhdessä -julkaisusarja



Suomen Kylätoiminta ry
Byavertsamhet i Finland rf



100 VUOTTA KASVUA

