ISIN KOTIRUOKAA

HELPOT OHJEET

Est. 2022

Jan Koskenmäki



ISIN KOTIRUOKAA

Jan Koskenmäki

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämän teoksen tekstin ja kuvien jäljentäminen ilman tekijän kirjallista lupaa painamalla, monistamalla, skannaamalla tai muilla tavoin kielletään tekijänoikeuslain mukaisesti

Kirja ja siihen mahdollisesti liittyvä oheistuotanto- ja tuotteet ovat käyneet läpi tarkan laadunvalvontaprosessin ja virheet on pyritty poistamaan. Tästä huolimatta, virheiden mahdollisuus on aina olemassa. Kirjoittaja tai kustantaja ei vastaa näiden virheiden mahdollisesti aiheuttamista vahingoista.

Tämä kirja ei ole lääketieteellinen ohjekirja tai opas mahdollisimman terveelliseen elämään. Tarvittaessa kysy lääkärisi mielipidettä ennen kirjan käyttöönottoa.

© 2022 Jan Koskenmäki
Kirjan suunnittelu: Jan Koskenmäki
Kannen suunnittelu: Jan Koskenmäki
Sisuksen taitto: Jan Koskenmäki
Kokki: Jan Koskenmäki
Annoksien Design: Jan Koskenmäki
Valokuvat: Jan Koskenmäki
Kustantaja: BoD · Books on Demand, Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi
Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hampuri, Saksa
V_P1.2
ISBN: 978-952-80-1125-5

Kuvat:

Kannen kuva: Kaunissaari, Pyhtää 1.7.2010. Kuvaaja Jan Koskenmäki
Kuva: Jan Koskenmäki itsenäisyyspäivän vietossa 6.12.2019. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kuva: Emma ja Jan Koskenmäki marjapiirakkaa tekemässä 20.8.2016. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kuva: Jan ja Emma Koskenmäki tekemässä lihapullia ja pihvejä 17.12.2016. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kuva: Tehdään pizzaa Emman kanssa 7.11.2017. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kuva: Apukokin palkkio. Kuvassa Emma Koskenmäki 1.4.2017. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kuva: Emma on kattanut pehmoleluillekin 18.12.2016. Kuvaaja Jan Koskenmäki.
Kaikki muutkin kuvat: Kuvaaja Jan Koskenmäki



Kuva: Itsenäisyyspäivä 6.12.2019. Kuvassa Jan Koskenmäki.

Kirjan taustaa

Tämän keittokirjan kokoaminen lähti liikkeelle oikeastaan käytännön tarpeesta avioeron myötä vuonna 2015, kun minulle tuli tarve valmistaa itselleni ja pienelle tyttärelleni terveellistä ja laadukasta ruokaa. Ruuanlaittoa olin toki harjoitellut lapsuudenkodissani, mummolassa, koulussa, opiskellessa ja ensimmäisessä omassa asunnossa asuessanikin, mutta sitten ruokahuollon rutiinit jäivät pois pitkäksi aikaa omasta päivittäisestä tekemisestäni. Eron jälkeen ruuanlaitto muuttui nopeasti arkisesta pakosta jonkinlaiseksi harrastukseksi ja ajanvietteeksi. Laitoimme monet kerrat myös tyttäreni kanssa ruokaa yhdessä. Jossain vaiheessa mieleen juolahti, että voisihan nämä omat keittiössä vietetyt ja siellä kumuloituneet ajatukset sitten vaikka julkaista kirjaksi asti, sitten kun ne laadullisesti sille tasolle yltävät. Resepteistä osa on täysin itsekehittelemiäni, osa itse varioimiani, mutta mukana on muutamia suoraan internetistä lainattujakin reseptejä. Ne ovat otsikoitu ”perinteinen” sanalla ja ovat lähinnä Suomalaisen ja pohjoismaisen ruokakulttuurin perinneikoneja, joista itsekin pidän. Reseptiikassa on ohjannut yksinkertaisuus ja käytännönläheisyys. Koko keittokirjan sisältö on pyritty luomaan siten, että esimerkiksi samoja mausteita käytetään mahdollisimman monessa reseptissä ja harvinaisemmat vain harvoissa resepteissä käytettävät mausteet on jätetty pois. Reseptien perusrakenteen suunnittelussa on ollut vahva insinöörillinen ”Lean” ajattelumaailma ja useat reseptit on rakennettu helposti varioitaviksi. Reseptit on rakennettu siten, että tulkinnanvaraisuutta ja arviointia ei valmistuksessa tarvita. Ajatusmalli on ”mittaa & valmista ”. Tämän tarkoitus on helpottaa ruuan valmistusta arjen kiireiden ja väsymyksen keskellä.

Tekijästä sen verran, että olen nyt 45 vuotias Espoolainen eronnut mies. Minulla ei ole taustaa ruuanlaitosta ammatillisessa mielessä, vaan olen harrastajakokki. Ammatiltani ja koulutukseltani olen veneensuunnitteluun ja johtamiseen erikoistunut insinööri. Siten asian voisi nähdä myös niin, että tämä kirja on ennen kaikkea noin 7 vuoden ruuan laiton harrastamisen tulos. Ruuanlaitossa, kuin myös kaikessa muussakin tekemisessä on monenlaisia tapoja ja variaatioita tehdä asioita. Tämä kirja ei pyri kertomaan miten ruokaa tulisi laittaa, vaan se kertoo miten minä olen sitä laittanut viimeisen seitsemän vuoden aikana.

Kirjaan on koottu arkisia ruokia, juhlaruokia, hieman juhliin liittyvää oheistietoa sekä joitakin drinkkejä. Siten käsissäsi on varsinainen perusteos ja selviytymisopas jokaiselle, josta löytyy ohjeet niin normaaliin arkeen, kuin myös hienompiin juhliin. Tämä kirja auttaa sinua päivittäisessä arjessasi ja saapahan siitä ohjeet myös viikonlopun rentoutumiseen drinkkejä nauttien. Kaikki ohjeet on pyritty yksinkertaistamaan mahdollisimman helposti ymmärrettävään muotoon. Kirjasta löytyy ohjeet makkaraperunoihin baari-illan päätteeksi tai vastapainoksi ohjeet rapujuhlien viettoon. Toivon että tämä kirja on Suomalaisten kotikeittiöiden perusteoksia.

Toivon, että tämä kirja palvelee sinua tehden elämästäsi helpompaa, maistuvampaa ja terveellisempää. Itse käytän sitä päivittäin arjessani ja juhlassani.

Espoossa 20.6.2022

Kirjoittaja,



Jan Koskenmäki
Insinööri(ylempiAMK)

Tämä kirja ei tee sinusta huippukokkia. Tämä kirja ei ole huippukokin kirjoittama. Tämä kirja on syntynyt alun perin eronneen insinöörin tarpeesta valmistaa helppoa, maittavaa ja terveellistä ruokaa itselle ja tyttärelleen. Siitä se lähti ja loppu on alun käytännön tarpeesta kehittyneen keittiöharrastuksen tuotosta. Olen itse käyttänyt kirjaani päivittäisessä arjessa ja juhlassa koko sen syntyprosessin ajan. Noin seitsemän vuotta. Kirjasta löytyy Suomalaiseen arkeen ja juhlaan toimivat yksinkertaiset reseptit.

Kirjaan on koottu arkisia ruokia, juhlaruokia, hieman juhliin liittyvää oheistietoa sekä joitakin drinkkejä. Siten kyseessä on varsinainen perusteos ja selviytymisopas jokaiselle itsenäistyvälle nuorelle, miehelle, naiselle ja perheelle. Kirjasta löytyy ohjeet niin normaaliin arkeen, kuin myös hienompiin juhliin. Juhlakausi on helmikuusta joulukuuhun ja joka kuukaudelle on ainakin yhdet juhlat. Tammikuu on palautumiskuukausi. Tämä kirja auttaa sinua päivittäisessä arjessasi ja saat siitä ohjeet myös viikonlopun fiilistelyyn drinkkejä nauttien.

Kaikki ohjeet on pyritty yksinkertaistamaan mahdollisimman tiiviiseen ja yksinkertaiseen muotoon. Kirjasta löytyy ohjeet niin makkaraperuna annokseen baari-illan päätteeksi kuin myös vastapainoksi ohjeet rapujuhlien, pääsiäisen tai jouluaaton viettoon. Tämä kirja sopii siten erinomaisesti vaikka aloittelevan perheen kodin perusteokseksi, josta löytyy ohjeet arkeen ja juhlaan.

Mitä tulee kirjan hankintahintaan, niin jos ostat kirjan esimerkiksi parikymppisenä ja käytät sitä 60 vuotta, niin hinta ei montaa euroa vuodessa ole. Se maksaa itsensä varmasti moninkertaisesti takaisin!



9 789528 011255