SAVONIA

OPINNÄYTETYÖ - **AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO**
MATKAILU-, RAVITSEMIS- JA TALOUSALA

KIERTÄVÄN PÄIVÄLLISLISTAN SUUNNITTELU

Case: Hotelli Jahtihovi

TEKIJÄ: Linda Kilpilinna

SAVONIA-AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ
Tiivistelmä

Koulutusala Matkailu-, ravitsemis- ja talousala	
Koulutusohjelma Hotelli- ja ravintola-alan koulutusohjelma	
Työn tekijä Linda Kilpilinna	
Työn nimi Kiertävän päivällislistan suunnittelu, Case: Hotelli Jahtihovi	
Päiväys 4.6.2015	Sivumäärä/Liitteet 55/57
Ohjaaja Seija Mäki	
Toimeksiantaja / Yhteistyökumppani Hotelli Jahtihovi / Raili Pekkanen	

Tiivistelmä

Ruokalista on ruokatuotannon toteutuksen suunnittelun ja samalla koko keittiön työn lähtökohta. Ruokalistasuunnittelulla tarkoitetaan asiakkaille tarjottavan ruokatuotevalikoiman kokoamista ja sen lähtökohtana on ravitsemisyrityksen liikeidea ja asiakkaat. Jos ruokalistasuunnittelua ei ole toteutettu kunnolla, asiakkaiden toiveista, katteista tai muista ruokalistasuunnittelun tekijöistä ei välttämättä ole tietoa, eikä täten ruokalista ja yrityksen liikeidea kohtaa.

Hotelli Jahtihovi on Kuopion keskustassa sijaitseva rauhallinen perhehotelli. Hotelli on tunnelmallinen ja siisti, henkilökunta asiantuntevaa ja ystävällistä, sekä yöpyminen hinta-laatusuhteeltaan erinomainen. Vaikka hotellipuolen asiat ovat kunnossa, ravintolatoiminnassa on parantamisen varaa. Tämän vuoksi kehittämiskohteeksi nousi hotellin ravintolatoiminta – kiertävän päivällislistan suunnittelu.

Tässä opinnäytetyössä otan selvää mitä ruokatuotantoprosessi ja ruokalistasuunnittelu tarkoittavat, ja mitä tekijöitä tulee ottaa huomioon uutta ruokalistaa suunnitellessa. Lisäksi kerron mitä tuotekehitys, asiakaskeskeinen tuotesuunnittelu ja tuotekokeilut tarkoittavat ja miten ne käytännössä tapahtuvat. Käytännönosuus muodostuu asiakastyytyväisyyskyselystä sekä neljän viikon kiertävän päivällislistan suunnittelusta.

Avainsanat
ruokatuotantoprosessi, ruokalistasuunnittelu, tuotekehitys

SAVONIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

THESIS
Abstract

Field of Study Tourism, Catering and Domestic Services			
Degree Programme Degree Programme in Hotel and Restaurant Management			
Author Linda Kilpilinna			
Title of Thesis Planning of changing dinner menu, Case: Hotel Jahtihovi			
Date	4.6.2015	Pages/Appendices	55/57
Supervisor Seija Mäki			
Client Organisation / Partners Hotel Jahtihovi / Raili Pekkanen			

Abstract

A menu is the basis for food production planning and the whole work in the kitchen. Menu planning means constitution of food product assortment for customers, and the basis is the business idea and customers of the company. If menu planning isn't fulfilled properly, there isn't necessarily information about customers' wishes, funds of the company or other factors of menu planning, and as a result the menu will not correspond to the business idea.

Hotel Jahtihovi is a peaceful family hotel in the center of Kuopio. The hotel is atmospheric and clean, the staff is competent and friendly and accommodation has excellent quality-price ratio. Even if the accommodation operations of the hotel are in order, there is room for improvement in restaurant operations. Therefore the restaurant operations are the most essential object of developing of the hotel – that's why the object of this thesis is the planning of dinner menu.

In this thesis I determine what food production process and menu planning means and what kind of factors must be taken into account while planning a new menu. In addition I tell what product development, customer-oriented product design and product tests means and how they occur in practise. The practical part consists of customer satisfaction inquiry and planning of changing dinner menu for four weeks.

Keywords
food production process, menu planning, product development

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO 6
1.1 Opinnäytetyön tavoitteet 7
1.2 Hotelli Jahtihovi 8
2 RUOKATUOTANTOPROSESSI JA RUOKALISTASUUNNITTELU 9
2.1 Ruokalistasuunnittelu 10
2.1.1 Gastronomiset tekijät 11
2.1.2 Suomalaiset ravitsemussuositukset 13
2.1.3 Erityisruokavaliot 14
2.1.4 Tilat, koneet ja laitteet 15
2.1.5 Henkilöstön määrä ja ammattitaito, työajat ja työvuorolista 16
2.1.6 Kustannustekijät ja raaka-aineet 16
2.2 Kiertävä ruokalista 17
3 TUOTEKEHITYS 18
3.1 Asiakkastyytyväisyyskysely 19
3.2 Tuotekokeilut 24
3.2.1 Valkosipulimarinoitu kalkkunanfilee 25
3.2.2 Metsästäjänmureke 26
3.2.3 Pestokuorrutettu uunilohi 28
3.2.4 Makkaralajitelma 29
3.2.5 Kermainen currykana 30
3.2.6 Riistakäristys 32
3.2.7 Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla 33
3.2.8 Yrttimarinoitu naudan paahtopaisti 35
3.2.9 Pekonibroileri 36
3.2.10 Karjalanpaisti 38
3.2.11 Lohi Sweet Chili 39
3.2.12 Ylikypsä BBQ-porsas 40
3.2.13 Yrttibroileri 42
3.2.14 Naudanjauhelihapihvit 43
3.2.15 Paistetut muikut 44
3.2.16 Sinappimarinoitu porsaan ulkofilee 46

3.2.17 Ruokalistan kokoaminen ... 47
4 POHDINTA ... 49
4.1 Peilaus teoriaan ... 49
4.2 Ruokalistan markkinointi ... 51
4.3 Lopuksi ... 51
LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT ... 53
LIITE 1: HOTELLI JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISKYSELY ... 55
LIITE 2: VALKOSIPULIMARINOITU KALKKUNANFILEE ... 56
LIITE 3: METSÄSTÄJÄNMUREKE ... 59
LIITE 4: PESTOKUORRUTETTU UUNILOHI ... 62
LIITE 5: MAKKARALAJITELMA ... 65
LIITE 6: KERMAINEN CURRYKANA ... 68
LIITE 7: RIISTAKÄRISTYS ... 71
LIITE 8: PINAATTI-JUUSTOTÄYTTEINEN KALARULLA ... 74
LIITE 9: YRTTIMARINOITU NAUDAN PAAHTOPAISTI ... 77
LIITE 10: PEKONIBROILERI ... 80
LIITE 11: KARJALANPAISTI ... 83
LIITE 12: LOHI SWEET CHILI ... 86
LIITE 13: YLIKYPSÄ BBQ-POSSU ... 89
LIITE 14: YRTTIBROILERI ... 92
LIITE 15: NAUDANJAUHELIHAPIHVIT ... 95
LIITE 16: PAISTETUT MUIKUT ... 98
LIITE 17: SINAPPIMARINOITU PORSAAN ULKOFILEE ... 101
LIITE 18: JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISLISTA ... 104
LIITE 19: JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISLISTA ENGLANNIKSI ... 108

1 JOHDANTO

Kiertävän päivällislistan suunnittelu - Case: Hotelli Jahtihovi on puolentoista vuoden työprosessin aikaansaama opinnäytetyö. Nimensä mukaisesti opinnäytetyön tavoitteena oli luoda kiertävä päivällislista. Toimeksiantajana toimi Hotelli Jahtihovi, ja ohjaajana Savonia-ammattikorkeakoulun ruokatuotannon lehtori Seija Mäki. Opinnäytetyöprosessin aikana opiskelin hotelli- ja ravintola-alan koulutusohjelmaa Savonia-ammattikorkeakoulussa – olin kolmannen ja neljännen vuoden restonomiopiskelija.

Ennen opinnäytetyöni aloittamista olin työskennellyt Hotelli Jahtihovissa noin puolen vuoden ajan, keväästä 2013 lähtien. Työskentelyni yrityksessä oli ollut epäsäännöllistä opiskelujeni sekä hotellin satunnaisen työvoimatarpeen takia, mutta silti ravintolan tavat olivat tulleet minulle tutuiksi. Minulla oli myös aikaa havainnoida asioita, joissa mielestäni olisi kehitettävää.

Opinnäytetyön aihe oli lähtöisin minun aloitteestani. Kerroin hotelli Jahtihovin omistajalle, että yrityksen ravintolatoimintaa voisi kehittää monipuolisemmaksi. Ehdotin, että voisin opinnäytetyönä suunnitella yritykselle täysin uuden, kiertävän päivällislistan. Tähän saakka hotellin ruokatarjonta iltaisin oli ollut satunnaista ja yksipuolista – samoja ruokia tarjottiin noutopöydästä joka viikko. Lisäksi asiakkaita kävi ruokailemassa vain harvakseltaan, eikä kysymyksiin ruokailun järjestämisestä hotellilla välttämättä osattu vastata. Jos asiakas tuli kysymään ruokailumahdollisuutta, hänet saatettiin ohjata syömään kadun toisella puolella sijaitsevaan ravintolaan. Myöskään päivällisen katteista ei ollut tietoa. Tämän vuoksi opinnäytetyöni kehittämiskohteeksi nousi hotellin päivällinen.

Rajasin opinnäytetyöni ruokalistan suunnitteluun ja toteutukseen. Prosessi piti sisällään palautekeskusteluita asiakkaiden ja henkilökunnan kanssa, asiakastyytyväisyyskyselyn, ruokalistan suunnittelun ja testauksen, annoskorttien ja katelaskelmien teon, markkinoinnin suunnittelun sekä palautekeskustelun hotellin omistajan ja opinnäytetyön ohjaajan kanssa. Opinnäytetyössä keskityin vain yrityksen päivälliseen, en muuhun ravintolatoimintaan. Markkinointia käsittelin vain pintapuolisesti, sillä tarkoituksena oli pitää pääpaino itse ruokalistassa. Kuitenkin pyrin ottamaan huomioon kaikki ruokalistasuunnittelun osat.

Opinnäytetyöprosessin ja työskentelyn aikana suoritin myös syventävän harjoitteluni kyseisessä yrityksessä. Opinnäytetyön ja harjoittelun yhdistäminen mahdollisti sen, että pystyin työtuntieni lomassa suunnittelemaan, mittaamaan ja valokuvaamaan annoksia rauhassa ilman lisäkustannuksia. Samalla yritys hyötyi työpanoksestani, sillä onnistuneet ruoat tarjoiltiin asiakkaille. Opinnäytetyöni ja harjoitteluni täydensivät toinen toisiaan. Opinnäytetyö syvensi harjoitteluani ja mahdollisti kehittymisen esimiestehtävissä myös ruokalistasuunnittelun ja ravintolatoiminnan kehittämisen osalta. Harjoittelu sen sijaan antoi puitteet opinnäytetyön tekemiselle.

1.1 Opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyön päätavoitteena oli luoda Hotelli Jahtihoville laadukas ja monipuolinen päivällislista. Päivällislistan tuli olla vähintään kolmelle viikolle suunniteltu kiertävä ruokalista, johon voisi tulevaisuudessa tehdä helposti muutoksia. Toivottiin, että lista olisi maanantaista torstaihin kestävä, sillä loppuviikosta oli monesti muita tapahtumia, eikä täten päivällislistaa tarvittaisi.

Yksi tärkeistä tavoitteista oli päivällisen katteiden laskeminen. Hotellin omistajilla ei ollut ennestään mitään tietoa päivällisen katteista, joten tärkeäksi tavoitteeksi muodostui myyntikatteiden laskeminen sekä raaka-aineiden hintojen ja muiden kulujen selvittäminen. Annoskorttien avulla katteet ja kulut saataisiin helposti laskettua. Samalla tuotteiden tilaus helpottuisi, koska annoskorteista näkee helposti, mitä tuotteita kullekin päivälle tulee tilata ja kuinka paljon.

Hotellin omistajat painottivat kotiruoan tärkeyttä ruokalistasuunnittelussa. Ruoan tuli olla ”ronskia kotiruokaa” ilman ”kikkailuja” ja ilman ”pientä piperrystä”. Päivällisellä kävi asiakkaita laidasta laitaan; bonusasiakkaita, joille päivällinen oli ilmainen sekä kokousporukkaa, työmiehiä ja muita asiakkaita, jotka maksoivat päivällisestä täyden hinnan. Kompromissi täytyi löytää asiakasryhmien väliltä, kuitenkin niin, ettei ruoan laadusta saanut karsia. Myös erityisruokavalioiden huomiointi oli omistajien mielestä tärkeää ruokalistasuunnittelussa. Ruoat hotellilla oli aina valmistettu laktoosiintolerantikoille ja keliaakikoille sopiviksi, ja tätä linjaa tuli noudattaa myös jatkossa. Erityisruokavaliot täytyi olla näkyvillä myös ruokalistoissa.

Henkilökunta halusi muutosta erityisesti päivällisen ruokalajeihin ja raaka-aineisiin. Jokaisen viikon päivälliseen oli tähän asti kuulunut broilerin paistileikettä, naudan jauhelihaa ja porsaan ulkofileetä, ja näitä raaka-aineita haluttiin karsia. Henkilökunta toivoi, etteivät samat ruokalajit ja raaka-aineet toistuisi jatkossa. Lisäksi heiltä tuli toiveita kala- ja makkararuokien suhteen. Henkilökunnan mielestä oli tärkeää, että ruokalistasuunnittelun myötä käyttöön tulisi valmiit ruokalistat, joista näkisi kunkin päivän ruokalajit lisukkeineen. Ruokalistojen ja annoskorttien avulla asiakkaiden kysymyksiin ruokalajeista, raaka-aineista ja erityisruokavalioista olisi helpompi vastata. Etukäteen suunnitellut, jatkuvat ruokalistat takaisivat myös sen, että ruokaa olisi saatavilla jokaisena luvattuna päivänä. Ennen asiakkaat - tai edes työntekijät - eivät välttämättä tienneet, oliko ruokaa saatavilla illan aikana. Työntekijöiden mielestä oli tärkeää, että asiakkaat tottuisivat siihen, että päivällistä on jokaisena määrättynä päivänä saatavilla.

Asetin opinnäytetyöprosessille myös henkilökohtaisia tavoitteita. Suurin tavoitteeni oli ruokalistasuunnittelussa kehittyminen. Olin aiemmin ammattikoulussa opiskellessani tehnyt opinnäytetyön liittyen ruokalistasuunnitteluun; suunnittelin kahden muun opiskelijan kanssa koulun ravintolaan kahden viikon lounaslistan. Tämän opinnäytetyön kohdalla syvensin oppimistani ja otin suunnittelusta täyden vastuun itselleni.

1.2 Hotelli Jahtihovi

Hotelli Jahtihovi on Kuopion keskustassa sijaitseva rauhallinen perhehotelli. Hotellin palvelut koostuvat majoituspalveluista, tilausravintolatoiminnasta sekä kokoustoiminnasta. Tällä hetkellä hotellin omistaa yrittäjäpariskunta Raili ja Sakari Pekkanen. Hotelli Jahtihovi kuuluu Finlandia Hotels -ketjuun.

Hotellin majoituspalvelut ovat monipuoliset, ja hotellista löytyy monia erityyppisiä huoneita; yhdenhengen huoneista neljän huoneistoihin, edullisista standard-huoneista lähes tuliteriin superior-huoneisiin. Lisäksi hotellilla on käytössä vieressä sijaitseva 1950-luvun leipuri Wiikin idyllinen puutalo, joka on saneerattu viiden huoneiston huoneistohotelliksi. Huoneita hotellissa on kaikkiaan 47 ja vuodepaikkoja noin 100. (Hotelli Jahtihovi.)

Hotelli Jahtihovin ravintolapuoli painottuu tilausravintolatoimintaan. Yritys järjestää asiakkaiden pyynnöstä ristiäiset, syntymäpäivät, häät, pikkujoulut sekä muut juhlat. Hotelli Jahtihovilla on viisi juhlamenua, joista asiakas voi valita mieleisensä tai tehdä oman ehdotuksensa. Tilaisuus voidaan pitää joko ravintolasalissa tai kabinetissa. Kabinetissa voidaan järjestää lisäksi kokouksia, joita varten hotellilla on tarjota erilaisia kokouspaketteja ruokailuineen. Myös lounas tarjoillaan noutopöydästä tilauksesta. (Hotelli Jahtihovi.) Päivällinen tarjoillaan ravintolan noutopöydästä silloin tällöin. Se on ensisijaisesti suunnattu hotellin vakioasiakkaille, joilla on Finlandia Hotels -ketjun bonuskortti. Bonuskortilla saa ilmaisen päivällisen yöpymisen yhteydessä. Muille asiakkaille päivällisen hinta on 15 euroa. Päivällinen sisältää salaattipöydän, lämpimän ruoan, leipävalikoiman, ruokajuoman sekä kahvin tai teen jälkiruoaksi.

Asiakaskunta hotellissa on hyvin vaihtelevaa. Palveluja käyttävät sekä lapsiperheet että kokousporukat. Hotellissa yöpyy paljon myös ulkomaalaisia sekä työmiehiä.

Hotelli Jahtihovin henkilöstö koostuu kaikkiaan seitsemästä työntekijästä. Hotellin toinen omistaja, Raili Pekkanen, vastaa tavarantilauksesta, työvuorolistojen suunnittelusta, rekrytoinnista sekä muista esimiestehtävistä. Vastaanottohenkilöstöön kuuluu kolme työntekijää: Anne Piippo, Reetta Pirinen ja Heidi Sahlberg. Heidän työtehtäviinsä kuuluu hotellivirkailijan työtehtävät, kokouspalveluihin ja tarjoiluun liittyvät tehtävät sekä yleiset puhtaanapidon tehtävät. Hotellin kokkina toimii Markku Istermaa, ja hänen tehtävänsä on kaikki ruoanlaittoon liittyvät tehtävät. Minä itse olen työskennellyt kyseisessä yrityksessä pääasiassa ruoanvalmistuksen ja muiden keittiöpuolen tehtävien parissa. Olen työskennellyt myös vastaanoton ja tarjoilun tehtävissä.

2 RUOKATUOTANTOPROSESSI JA RUOKALISTASUUNNITTELU

Ruokapalvelujen tuottaminen ammattikeittiöissä on monitasoinen prosessi, jossa asiakkaalle tarjotaan tuote ja siihen liittyvä palvelu (Lampi, Laurila ja Pekkala 2009, 17). Ruokatuotanto sisältää ammattikeittiön ruoanvalmistuksen suunnitteluun, toteutukseen ja seurantaan liittyvät prosessit. Ruokapalveluja tuottavat erilaiset ravintolat sekä julkiset keittiöt. Päätavoitteena on tuottaa asiakkaille heidän tarpeensa huomioon ottaen laadukkaita ravitsemispalveluja taloudellisesti, ja kaupallisissa yrityksissä myös voittoa tuottaen. (Saarela, Hyvönen ja Määttälä 2010, 344.)

Ruokapalvelutuotanto koostuu lisäksi asiakaspalveluun liittyvien prosessien suunnittelusta, toteutuksesta ja seurannasta. Asiakaspalveluprosessien avulla annokset tai ateriat tarjotaan asiakkaille. Ruokapalvelutoimintaan kuuluvat myös tukiprosessit, joita ovat esimerkiksi taloushallinta-, henkilöstöhallinta- ja kiinteistöhallintaprosessit. Ruokatuotantoprosessi on ruokapalvelutoiminnan ydinprosessi, jolla tarkoitetaan prosessia, jolla on yhteys asiakkaaseen ja jossa tuotetta jalostetaan. Ydinprosessi jakautuu edelleen toiminnoiksi, joita kutsutaan pääprosesseiksi, ja ne jakautuvat edelleen osaprosesseiksi. (Lampi ym. 2009, 17–19.)

Kehittäminen kohdistuu koko ruokatuotantoprosessiin ja sen osaprosesseihin. Ruokatuotantoprosessin laadukas ja taloudellinen toteuttaminen vaatii ammattitaitoa, monenlaista tiedonhallintaa, joustavuutta ja muutosalttiutta. (Saarela ym. 2010, 344.)

Ydinprosessi	Pääprosessit	Osaprosessit
Ruokatuotantoprosessi	Toiminnan suunnittelu	Suunnittelutyö
	Ruokatuotevalikoiman hallinta	Tuotekehitys Ruokalistasuunnittelu Raaka-aineiden hankinta
	Ruokatuotannon toteutuksen suunnittelu	Raaka-aineiden tilaaminen Resurssien käytön suunnittelu Valmistusmäärien arviointi
	Ruokatuotannon toteutus, valmistus, jakelu	Valmistus Raaka-ainevarastojen hallinta Jakelu, tarjoilu
	Seuranta	Toiminnan arviointi Palautteen analysointi

TAULUKKO 1. Ruokatuotantoprosessin vaiheet (Lampi ym. 2009, 18–19.)

Tämän opinnäytetyön pääpainona on ruokalistasuunnittelu, joka on ruokatuotevalikoiman hallintaan sisältyvä osaprosessi. Sille rinnakkaisia osaprosesseja ovat tuotekehitys ja raaka-aineiden hankinta. Raaka-aineiden hankinta perustuu ruokalistaan, ja tuotekehitys kohdistuu ruokalistaan sisältyviin ruokiin ja niiden ohjeisiin. (Lampi ym. 2009, 22.)

2.1 Ruokalistasuunnittelu

Ruokalistasuunnittelulla tarkoitetaan asiakkaille tarjottavan ruokatuotevalikoiman kokoamista (Taskinen, 24). Ruokalistan suunnittelun lähtökohtana on ravitsemisyrityksen liikeidea ja asiakkaat. Ruokalistan tuotekehityksessä tuotevaatimusten pohjalta ideoidaan, koevalmistetaan ja valitaan tavoitteiden mukaiset ruoat asiakkaiden mielipiteet huomioon ottaen. (Saarela ym. 2010, 347.)

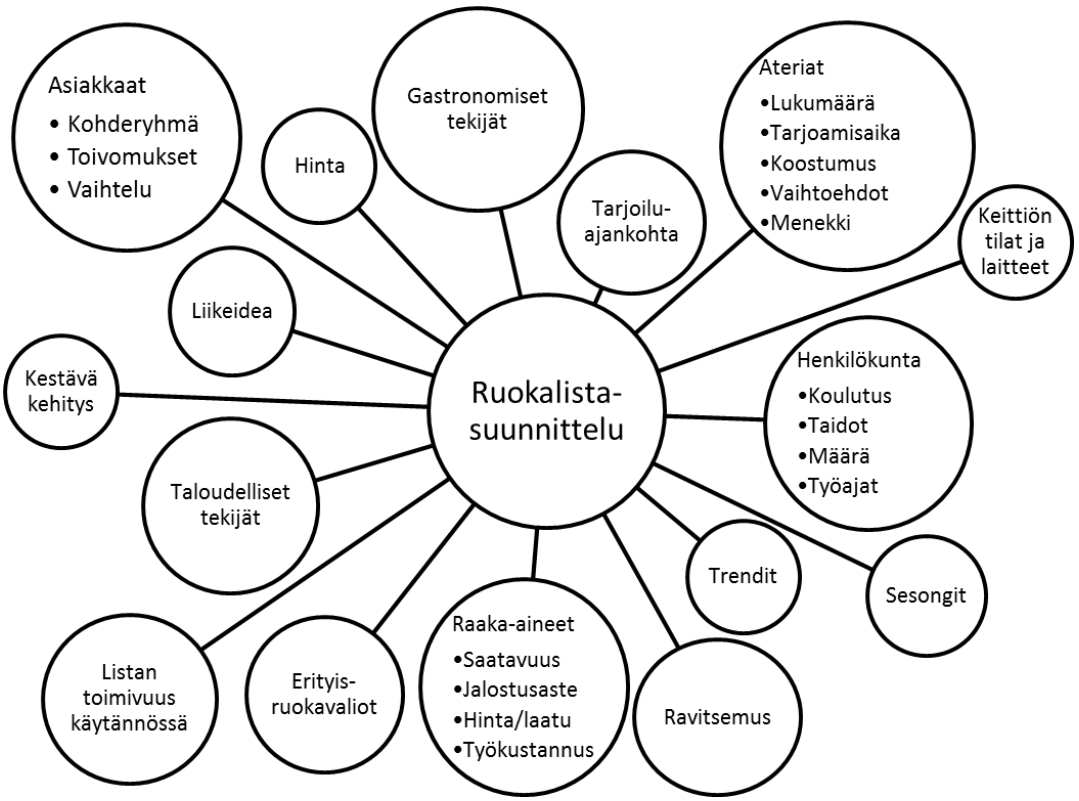
Ruokalistasuunnittelussa voidaan erottaa seuraavat vaiheet:

- Runkoruokalistan suunnittelu pääraaka-aineiden ja ruokalajityypin mukaan
- Ateriakokonaisuuksien suunnittelu pääruokalajin ympärille, lisäkkeiden sekä mahdollisten alku- ja jälkiruoan valinta
- Mahdollisten muutosten teko. (Lampi ym. 2009, 22.)

Ensimmäisen vaiheen ruokalista voi esimerkiksi olla karkealla tasolla oleva lista käytettävistä pääraaka-aineista ja niistä valmistettavista ruokalajityypeistä. Seuraavassa vaiheessa päätetään ruokalistan kokonaisuus, mitkä ovat pääruokavaihtoehdot, lisäkkeet ja jälkiruoat. Viimeisessä vaiheessa tarkistetaan voidaanko ruokalista toteuttaa sellaisenaan, vai onko tarpeen tehdä muutoksia. (Taskinen 2007, 28.)

Ammattikeittiöissä voi olla yhtä aikaa käytössä erilaisia ruokalistoja, kuten à la carte -listat, lounaslistat, tilaustarjoilun ruokalistat ja erityisruokavaliolistat. Silloin joudutaan yhä tarkemmin miettimään koko ruokapalvelutuotannon kokonaisuutta. Miten olemassa olevia resursseja käytetään mahdollisimman tehokkaasti? Miten ruoanvalmistuksen prosessi saadaan sujuvasti toteutettua niihin varatuilla resursseilla? (Taskinen 2007, 28; Lampi ym. 2009, 23.)

Ruokalista on ruokatuotannon toteutuksen suunnittelun ja samalla koko keittiön työn lähtökohta. Ruokalistasuunnittelu perustuu ammattikeittiöissä toiminta-ajatukseen, liikeideaan ja asiakkaiden toiveisiin ja tarpeisiin. Suunnittelu on palapeliä, jossa on otettava huomioon monia tarjottavaan ruokaan ja keittiön toimintaan vaikuttavia asioita. Kaikissa ammattikeittiöissä otetaan huomioon samat tekijät, mutta niitä painotetaan eri tavoin toiminta-ajatukseltaan ja liikeidealtaan erilaisissa keittiöissä. (Lampi ym. 2009, 22–24.)



KUVIO 1. Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavat tekijät (Taskinen 2007, 26–28; Lampi ym. 2009, 26; Saarela ym. 2010, 347.)

Yllä olevassa kaaviossa on esitetty 16 tärkeää ruokalistan suunnitteluun vaikuttavaa tekijää. Seuraavissa kappaleissa perehdyn kyseisiin tekijöihin tarkemmin kiertävän ruokalistasuunnittelun näkökulmasta. Valitsin tärkeimmiksi ruokalistasuunnitteluun vaikuttaviksi tekijöiksi gastronomiset tekijät; ravitsemussuositukset; erityisruokavaliot; tilat, koneet ja laitteet; henkilöstön määrän ja ammattitaidon; työajat ja työvuorolistan sekä kustannustekijät ja raaka-aineet.

2.1.1 Gastronomiset tekijät

Gastronomiset tekijät tarkoittavat ruoan aistinvaraisia ominaisuuksia. Onnistuneen ruokalajin valmistaminen edellyttää esteettisten tekijöiden huomioon ottamista. Houkutteleva ruokalaji tuoksuu herkulliselta ja näyttää viimeistellyltä. Annoksen värien yhteensopivuus, tarjolle panon tekniikka ja siisteys herättävät ruokahalun jo ennen maistamista. (Lampi, Luola ja Seppänen 2008, 73.) Ruoan aistinvaraiset ominaisuudet tarkoittavat ruoan makua, ulkonäköä, väriä, tuoksua, rakennetta, lämpötilaa sekä tarjolle asettelua (Suominen 2000, 15).

Ruoan maku on yleensä asiakkaille tärkein ruokaan liittyvä ominaisuus (Suominen 2000, 15). SHR:n tutkimuksen mukaan noin 97 % vastaajista arvostaa paljon ruoan makua arvioidessaan ravitsemisyritysten tarjoamaan ruokaa Suomessa (Mäki 2010, 12).

Värien käytön suunnittelussa lähdetään liikkeelle ruoan pääraaka-aineen väristä tai ruoan perusväristä. Yhdessä täydentävien eriväristen elintarvikkeiden kanssa pyritään luomaan harmoninen,

silmää miellyttävä yhdistelmä, jolloin ruokalajista tai annoksesta muodostuu houkutteleva kokonaisuus. (Lampi ym. 2008, 74.) Samalla aterialla ei pidä käyttää liian samanlaisia värejä tai sekoittaa salaateissa kaikkia värejä yhteen. Kasvikset voi järjestää ryhmiin tarjoiluvadilla siten, että värit korostavat toisiaan ja houkuttelevat syömään. Värikkäillä kasviksilla saadaan houkuttelevuutta ruoan ulkonäköön. Houkuttelevia värejä ruoassa ovat punainen, oranssi, ruskea, vaaleanpunainen, keltainen ja vaaleanvihreä. Sen sijaan violetti, harmaa sekä tumman- ja oliivinvihreä eivät ole hyviä värejä asiakkaiden kannalta. (Suominen 2000, 16.)

Väriympyrä helpottaa värien valintaa ja yhdistämistä. Väriympyröistä löytyy vähintään kolme pääväriä: punainen, sininen ja keltainen sekä näille vastaväriparit: punaiselle vihreä, siniselle oranssi ja keltaiselle violetti. Vastavärisiä elintarvikkeita yhdistelemällä saadaan onnistuneita kokonaisuuksia, sillä vastavärit yhdessä tuottavat silmälle sopusointuisen yhdistelmän. Saman värin eri valoisuusasteiden käyttö, esimerkiksi vihreässä salaatissa vaaleanvihreän salaatin ja tummanvihreän persiljan yhdistäminen, antaa vaikutelmalle syvyyttä ja nostaa vaaleampia sävyjä esiin. Sammuneen värin, kuten oliivin vihreän sävyn saa kirkastettua kirkkaalla vihreällä, esimerkiksi salaatilla tai paprikalla. (Lampi ym. 2008, 74.)

Ruoan rakenne ja muoto vaikuttavat ensivaikutelmaan yleensä jo ennen kuin ruokaa maistetaan. Ruoan rakennetta voidaan kuvata muun muassa sanoilla pehmeä, kova, rapea ja sitkeä. Suutuntuma voi olla pehmeä, karkea tai rakeinen. (Mäki 2010, 12.) Eri rakenteiden sopiva yhdisteleminen ruoassa on tärkeää. Jotkut ruokayhdistelmät sopivat rakenteeltaan hyvin yhteen tai niitä on totuttu käyttämään yhdessä. Keittojen kanssa sopii rapea leipä ja pehmeiden perunalisäkkeiden kanssa kokoliha. Vihanneksia voi myös muotoilla ja paloitella siten, että niiden houkuttelevuus lisääntyy. Retiisistä ja kurkusta voi tehdä kukkasia, ja porkkanoista ja perunoista erimuotoisia paloja. Asiakkaiden kiinnostus vihanneksia kohtaan lisääntyy ja lisäksi erilaisilla muodoilla saadaan vaihtelua ruokaan. (Suominen 2000, 17.)

Myös tuotteiden kypsentäminen niille sopivissa lämpötiloissa ja oikeat kypsyysasteet ovat tärkeitä ruoan hyvän aistittavan laadun saavuttamiseksi. Ruoan kypsyysaste määräytyy raaka-aineen mukaan. Esimerkiksi keitetyt pastat ja riisit ovat sopivan kypsiä, kun ne tuntuvat hampaissa. Monet liharuoat jätetään puoliraa'aksi eikä liha saa koskaan olla kuivaa. Kalan tulee olla maukasta ja mehukasta, ja leipien rapeakuorisia ja sisältä kuohkeita. (Mäki 2010, 12.)

Koostumuksen ja sakeuden suhteen kastikkeita ja liemiä kuvataan sanoilla juokseva, ohut, sakea tai hyytelömäinen. Sopiva vaihtelu näiden ominaisuuksien suhteen on suositeltavaa. Lautasella ei ole hyvä olla samanaikaisesti useita juoksevassa muodossa olevia ruokia, koska niiden erotteleminen on silloin vaikeaa. Esimerkiksi kokolihan kanssa sopii ohut kastike. (Suominen 2000, 17.)

Aistittavaan laatuun kuuluvat ruoan lisäksi kattaus, ruokailutilan sisustus, mahdollinen musiikki, koko ruokailuympäristön esteettisyys ja tunnelma sekä palveluhenkilöstön vaikutus (Mäki 2010, 12).

2.1.2 Suomalaiset ravitsemussuositukset

Ravitsemussuositukset kuvaavat väestöjen ja ihmisryhmien energian ja ravintoaineiden suositeltavaa saantia. Suomalaiset ravitsemussuositukset on laadittu terveille, kohtalaisesti liikkuvilla ihmisille. Niiden keskeinen tavoite on parantaa suomalaisten ruokavaliota ja edistää hyvää terveyttä. (Kotimaiset Kasvikset Ry.) Väestön terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi suositellaan seuraavia muutoksia ruokavalioon:

- Vähennetään ruoan energiatiheyttä, lisätään ravintoainetiheyttä ja parannetaan hiilihydraattien laatua
- Parannetaan ruoan rasvan laatua lisäämällä tyydyttymättömän rasvan ja vähentämällä tyydyttyneen rasvan saantia ruokavaliossa
- Vähennetään lihavalmisteiden ja punaisen lihan käyttöä
- Vähennetään suolan käyttöä elintarvikkeissa ja ruoan valmistuksessa. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 17–18.)

Ravitsemussuositukset kannustavat ihmisiä valitsemaan kuitu- ja kasvispitoisia elintarvikkeita, sillä ne sisältävät vähemmän energiaa kuin eläinkunnan tuotteet. Täysviljavalmisteita suositellaan niiden korkean ravintoainetiheyden vuoksi, ja myös marjoja ja hedelmiä kannattaa suosia. Sen sijaan paljon energiaa sisältäviä elintarvikkeita, kuten runsaasti rasvaa ja lisättyä sokeria sisältäviä tuotteita, pyritään vähentämään. Välttämättömiä rasvahappoja sen sijaan suositaan nautittavan syömällä esimerkiksi kasviöljyjä ja kasviöljypohjaisia levitteitä, pähkinöitä, siemeniä sekä rasvaista kalaa. Sen sijaan runsasrasvaisia eläinkunnan tuotteita pyritään vähentämään niiden sisältämän kovan eli tyydyttyneen rasvan vuoksi. Punaisen lihan sijasta kannattaa suosia vaaleaa lihaa, kuten siipikarjaa, ja rasvaiset maitovalmisteet kannattaa vaihtaa rasvattomiin ja vähärasvaisiin vaihtoehtoihin. Suolan saannin vähentäminen on myös tärkeää, ja se onnistuu valitsemalla vähemmän suolaa sisältäviä vaihtoehtoja ja rajoittamalla suolan käyttöä ruoan valmistuksessa. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 17–18.)

Energiansaannista ei ole laadittu varsinaisia suosituksia. Niiden sijaan on laadittu energiansaannin viitearvot, jotka kuvastavat sukupuoleen ja ikään sidottua saantitasoa, joka pitää yllä normaalipainon. Alla olevasta taulukosta näkee energiaravintoaineiden, vitamiinien ja kivennäisaineiden suositellut saantimäärät sekä raaka-aineet, mistä niitä saa.

	Suositeltu saantimäärä	Mistä saa?
Hiilihydraatit	45–60 E %	Täysjyväviljavalmisteet, kasvikset, palkokasvit, marjat, hedelmät
Rasvat	25–40 E %	Kasviöljyt, kasviöljypohjaiset levitteet, pähkinät, siemenet, rasvainen kala
Proteiinit	10–20 E %	Rasvattomat ja vähärasvaiset maitotuotteet, vaalea liha, merenelävät, kananmuna
D-vitamiini	10–20 µg / vrk	D-vitaminoidut maitovalmisteet, rasvalevitteet, kalat, aurinko
Folaatti	300 µg / vrk	Vihreät kasvikset, palkokasvit, maksa, täysjyväviljavalmisteet, marjat
Seleeni	50–60 µg / vrk	Liha, lihavalmisteet, maitovalmisteet, täysjyvävilja
Rauta	9–15 mg / vrk	Maksa, liha, lihavalmisteet, täysjyväviljavalmisteet
Natrium	max 4–5 g /vrk	Suola
Jodi	150 µg / vrk	Jodia sisältävä suola, merilevätuotteet

TAULUKKO 2. Energiaravintoaineet, vitamiinit ja kivennäisaineet (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 25–30.)

Suomalaiset ravitsemussuositukset eivät eroa oleellisesti kansainvälisistä tai pohjoismaisista ravitsemussuosituksista. Ne korostavat, että energian saantia tulisi nostaa hyvien rasvojen osalta, mutta vähentää hiilihydraattien osalta. Hiilihydraatit tulisi saada pääasiassa kuitupitoisista elintarvikkeista. Vihannesten, palkokasvien, täysjyväviljatuotteiden, pähkinöiden, siementen, rasvattomien maitotuotteiden sekä kala- ja kasvisöljyjen käyttöä suositaan, kun taas punaisen lihan, suolan ja sokerin käyttöä pyritään vähentämään. Myös ruokakolmio ja lautasmalli ovat hyvin samantapaisia suomalaisten ravitsemussuositusten kanssa. (National Nutrition Council of Finland 2014.)

2.1.3 Erityisruokavaliot

Erityisruokavaliot ovat myös olennainen osa ruokalistasuunnittelua ja asiakaspalvelua. Yleisimmät huomioon otettavat erityisruokavaliot ovat gluteeniton ja laktoositon ruokavalio. (Elintarviketurvallisuusvirasto 2010.)

Gluteeniton ruokavalio liittyy monesti keliakiaan, joka on perinnöllinen sairaus, jota sairastavilla tiettyjen viljojen proteiini, gluteeni, vaurioittaa ohutsuolen limakalvoa. Näitä viljoja ovat vehnä, ruis ja ohra. Keliakian hoitona on elinikäinen gluteeniton ruokavalio, eli keliaakikko voi syödä kaikkia ruokia, joiden valmistuksessa ei ole käytetty kyseisiä viljoja. Keliaakikolle sopivia viljoja ovat esimerkiksi riisi, maissi, hirssi, tattari sekä puhdas kaura. Koska monien ruokien valmistukseen käytetään erilaisia viljatuotteita, täytyy keliaakikon lukea valmistusaineluettelo tarkasti. Kiellettyjen viljojen lisäksi ruoka ei saa sisältää esimerkiksi mannaryynejä, korppujauhoja, makaronia tai spagettia. Esimerkiksi lihapullissa saattaa olla korppujauhoja ja suklaassa vohvelia. (Ruokatieto.)

Laktoositon ruokavalio liittyy monesti laktoosi-intoleranssiin, jolla tarkoitetaan maitosokerin eli laktoosin imeytymishäiriötä. Tämän vuoksi laktoosi-intoleranttien tulee välttää laktoosia, mutta heidän laktoosin sietokyky on vaihtelevaa. Jotkut saavat vatsavaivoja pienestäkin laktoosimääräs-tä, kun taas toiset voivat juoda jopa lasillisen maitoa. Laktoosia on luonnostaan ainoastaan maidossa, joten ruoat, joiden valmistuksessa on käytetty maitoa, sisältävät laktoosia. Kypsytetyissä juustoissa ja useimmissa sulatejuustoissa ei kuitenkaan ole laktoosia, koska maitohappokäymisen johdosta laktoosi on kadonnut. Myös monet margariinit ovat täysin laktoosittomia, mutta myös voi ja tavalliset margariinit käy monille. On kuitenkin tärkeää tarkistaa pakkausmerkinnät huolella, sillä jo pieni määrä laktoosia saattaa aiheuttaa joillekin vatsavaivoja. (Ruokatieto.)

Muita allergioita aiheuttavia ruoka-aineita ovat muun muassa maito, vilja, kananmuna, kala, äyriäiset ja nilviäiset, hedelmät ja vihannekset, mausteet sekä pähkinät, siemenet ja palkokasvit (Elintarviketurvallisuusvirasto). Allergia tarkoittaa yliherkkyyttä jotakin ruoan sisältämää ainetta kohtaan. Elimistö ei tunnista tätä ainetta, vaan käsittää sen eräänlaisena vieraana aineena. Ruoka-aineiden aiheuttamat ongelmat ilmenevät esimerkiksi ihottumina, tulehduksina, vatsakipuina tai päänsärkynä. Ruoka-aineallergian voimakkuus saattaa vaihdella vuodenaikojen mukaan. (Ruokatieto.)

Hyvässä ravintolassa henkilökunta tietää, miten allergista asiakasta palvellaan asiantuntevasti. Joskus allergiset reaktiot ovat jopa hengenvaarallisia, joten ravintolassa koko henkilökunnan pitäisi tuntea olennaiset ruoka-allergiaan liittyvät asiat. (Vuorenmaa.)

2.1.4 Tilat, koneet ja laitteet

Tilat, koneet ja laitteet joko mahdollistavat tai rajoittavat monipuolisen ja vaihtelevan ruokalistan suunnittelua. Tämän takia ruokalistasuunnittelu on keittiösuunnittelusta riippuvainen asia. (Lampi ym. 2009, 27.)

Keittiölaitteiden erilaisten käyttömahdollisuuksien tunteminen ja osaaminen ovat haaste keittiön työntekijöille. Monitoimiset uunit ja padat lisäävät mahdollisuuksia valita erilaisin menetelmin

valmistettuja ruokia ruokalistalle. Saman laitteen eri kypsennysmenetelmien käytön osaava kokki kykenee uudistamaan ja monipuolistamaan aterioita ja ruokalistaa. (Lampi ym. 2009, 27.)

Ateriasuunnittelussa on otettava huomioon myös laitekuormitus. Aterian eri ruokalajien valmistus on ajoitettava niin, että laitteiden kuormitus jakautuu työaikana tasaisesti. Kaikki kypsennettävä ei voi olla samanaikaisesti uuneissa patojen ollessa käyttämättöminä tai päinvastoin. Periaate, että samalla aterialla ruoat ovat eri tavoin valmistettuja, on hyvä myös laitekuormituksen kannalta. Etenkin kun aterialla on tarjolla useita vaihtoehtoja, on ajoituksen suunnittelussa otettava huomioon eri laitteiden käyttö, jotta ruoat saadaan ajoissa valmiiksi. (Lampi ym. 2009, 27.)

Suunnittelutyötä helpottaa vakiruokaohjeissa ja annoskorteissa annettu tieto valmistuksessa tarvittavista laitteista ja ruoan valmistamisen vaatimasta ruoanvalmistusastioiden täyttömäärästä eli mitoituksesta. Aterialle on silloin helppo valita ruokalajeja, joiden valmistamiseen ei keittiön laitevarustus aseta mitään esteitä. (Lampi ym. 2009, 27–28.)

2.1.5 Henkilöstön määrä ja ammattitaito, työajat ja työvuorolista

Ateriasuunnittelussa huomioidaan keittiöhenkilökunnan määrä ja ammattitaito. Henkilökunnan määrä vaihtelee erilaisissa ammattikeittiöissä. Esimerkiksi oppilaitoksen keittiössä, jossa tarjotaan yksi ateria päivittäin, tarvitaan keittiöhenkilökuntaa vähemmän kuin vanhainkodin keittiössä, jossa valmistetaan ja tarjotaan kaikki ateriat viikon jokaisena päivänä. Keittiöhenkilökunnan määrään vaikuttaa myös ruoanvalmistuksessa käytettävien raaka-aineiden jalostusaste. Puolivalmiita tai valmiita aterian osia käyttävä keittiö tarvitsee vähemmän henkilökuntaa. Toisaalta näiden tuotteiden käyttö voi olla välttämätöntä myös siksi, ettei ammattitaitoista henkilökuntaa ole riittävästi käytettävissä. (Lampi ym. 2009, 28.)

Myös työvuorolistan ja ruokalistan suunnittelu sitoutuvat yhteen. Ruokalistasuunnittelussa otetaan huomioon mahdollisuudet esivalmistella ja valmistaa ruoat mahdollisimman pitkälle etukäteen. Ruoan tuottaminen erilaisissa keittiöissä ei ole pelkästään ruoanvalmistusta. Keittiössä on työntekijöiden hoidettavana esimerkiksi asiakaspalvelua, siivoustyötä, tavaroiden vastaanottamista ja varastonhoitoa. Ruokalistasuunnittelussa on otettava huomioon myös näiden töiden vaatima työaika. (Lampi ym. 2009, 28.)

2.1.6 Kustannustekijät ja raaka-aineet

Keittiön kokonaiskustannukset koostuvat useista tekijöistä

- Raaka-ainekustannukset
- Työkustannukset
- Kuljetuskustannukset
- Energia-, vesi- ja jätehuoltokustannukset

- Koneiden ja laitteiden hoito- ja huoltokustannukset
- Pääomakustannukset. (Lampi ym. 2009, 29.)

Kustannukset on pidettävä mahdollisimman alhaisina, joten ruokalajeja valitessa ruokalistalle tulee pitää mielessä eri kustannustekijöiden vaikutus kokonaiskustannuksiin. Tällöin kiinnitetään huomiota lähinnä raaka-ainekustannuksiin ja työkustannuksiin. Energia-, jätehuolto- ja logistiikkakustannuksetkin saavat aikaisempaa enemmän huomiota, kun raaka-aineet ovat puolivalmisteita tai valmisruokia. (Lampi ym. 2009, 29.)

Se, miten keittiön kustannukset jakautuvat kustannustekijöiden välille, vaihtelee. Ruokalajin, joka tehdään alusta loppuun asti itse, raaka-ainekustannukset ovat alhaiset, mutta työkustannukset huomattavasti kalliimmat. Toisaalta puolivalmisteita käyttämällä työkustannukset ovat pienemmät, mutta raaka-ainekustannukset nousevat. Kustannuslaskenta kertoo, millä tavoin teollisuuden esikäsittelemän raaka-aineen käyttö vaikuttaa kokonaiskustannuksiin verrattuna omaan valmistukseen. (Lampi ym. 2009, 29.)

Raaka-aineen saatavuus, laatu ja jalostusaste ovat kustannustekijöiden rinnalla huomioon otettavia seikkoja. Ruokalistassa tulee olla jouston varaa esimerkiksi tarjousten ja ennalta arvaamattomien tilanteiden varalta. Raaka-ainetoimitukset saattavat aiheuttaa yllätyksiä, ja saattaa käydä niin, ettei ruokalistaa voi jonkin aterian kohdalla toteuttaa. Tällaisia poikkeustilanteita varten on varastossa pidettävä puolivalmisteita, jolloin ateria syntyy tarvittaessa nopeasti raaka-aineen saatavuusongelmista huolimatta. (Lampi ym. 2009, 29–30.)

2.2 Kiertävä ruokalista

Kiertävä ruokalista on tietylle ajanjaksolle suunniteltava ruokalista. Kun ruokalistan ruoat on valmistettu kertaalleen läpi, kierros aloitetaan alusta. Kiertävä ruokalistan voi suunnitella esimerkiksi kolmelle, neljälle, viidelle tai kuudelle viikolle. Ruokalistan kierron pituus riippuu asiakkaista. Palvelutaloissa ja työpaikkaruokaloissa, missä asiakkaat syövät päivittäin, kierron on oltava riittävän pitkä. Sen sijaan lounas- tai päivällisravintolassa kierto voi olla lyhyempi, sillä asiakkaat vaihtuvat päivittäin. (Suominen 2000, 25.)

Kiertävän ruokalistan merkittävä etu on suunnitelmallisuus, jolloin keittiöhenkilökunnan taitoja voidaan käyttää parhaiten hyödyksi. Raaka-aineiden tilaus on helppoa valmiiden listojen avulla ja annoskorteilla varmistetaan ruoan tasainen laatu. Ongelmana voi olla se, että ruokalistan suunnittelussa ei voida hyödyntää kauppiaiden erikoistarjouksia ja näin raaka-aineet ovat kalliimpia. Ruokalistaan kannattaakin sisällyttää jouston mahdollisuus. (Suominen 2000, 25.)

Kiertävää ruokalistaa on hyvä arvioida aina, kun kierto on kertaalleen menty läpi. Tällöin on syytä käydä läpi mahdollinen asiakkailta saatu palaute. Kokonaisuutta kannattaa arvioida myös silloin, kun joku ruokalaji poistetaan tai uusi lisätään. (Suominen 2000, 25.)

3 TUOTEKEHITYS

Tuotekehitystyön tarkoituksena on luoda yritykselle uusia, parantaa vanhoja ja karsia pois elinkaarensa loppuun eläneitä tuotteita. Uusien tuotteiden tai tuotekonseptien kehittäminen on ennakkoluulotonta ja luovaa, mutta samalla järjestelmällistä ja päämäärähakuista toimintaa. Tuotekehityksen suuntaa määräävät muun muassa markkinatilanne, taloudelliset resurssit ja esimerkiksi lainsäädännön vaatimukset. Tuotekehityksessä olennaisia asioita ovat raaka-aineiden tuntemus, tuotantoteknisten mahdollisuuksien arviointi ja kustannusten hallinta. Tuotekehityksen periaatteet muistuttavat toisiaan yrityksen koosta tai toimintatavasta riippumatta. (Tuorila, Parkkinen ja Tolonen 2008, 120.)

Elintarvikkeiden ja ruokien tuotekehityksessä aistinvarainen arviointi on olennainen työkalu. Se kuuluu olennaisesti ruokien kehittämiseen, mutta arvioinnin toteuttamistapa riippuu tuotekehityksen vaiheesta ja yrityksen voimavaroista. Tuotekehitystyön keittiövaiheessa verrataan saatavilla olevia raaka-aineita ja kokeillaan pienessä mittakaavassa uusien raaka-aineiden käyttöä. Lisäksi voidaan kokeilla uusia valmistusmenetelmiä ja yhdistellä vanhoja raaka-aineita ja valmistusmenetelmiä uudella tavalla. (Tuorila ym. 2008, 120–123.)

Aistinvarainen arviointi liittyy useisiin koekeittiövaiheisiin. Arvioitavana voivat olla sekä raaka-aineet että kokeiltavan tuotteen eri variaatiot. Koekeittiövaiheessa selvitetään tuotteiden laatuun liittyviä ominaisuuksia. Tilanteen mukaan käytetään vapaamuotoisia arviointeja, kuvailevia menetelmiä tai erotustestejä tai mitataan erojen suuruutta luokka-asteikoilla. Huolellisen koekeittiötyön avulla saadaan mahdollisimman hyvä ja valmis tuote. (Tuorila ym. 2008, 123.)

Myös asiakkaiden tarpeiden ja mieltymysten tuntemus on tuotekehityksen kulmakivi elintarvike- ja juomateollisuudessa sekä ammattikeittiöissä. Mieltymykset ja käyttäjätottumukset vaihtelevat paitsi ryhmittäin ja yksilöittäin myös tilanteen ja ajankohdan mukaan. Kun tuotekehitystoiminta käynnistetään, tarvitaan mahdollisten käyttäjäryhmien mielipiteitä. Mitä poikkeuksellisempi tuote on, sitä hyödyllisempää on etukäteen selvittää, kuinka kuluttajat sen hyväksyisivät ja kuinka halukkaita he ovat käyttämään sitä. Teknisessä kehittämisvaiheessa tuotteen kehittäjät ja yrityksen omat raadit arvioivat tuotetta. Ennen kuin tuote viedään markkinoille, tarvitaan jälleen tietoa kuluttajilta. (Tuorila ym. 2008, 120.) Kun koekappale tuotteesta on kehitetty, on tärkeää saada mielipiteitä ja palautetta ulkopuolisilta kuten asiakkailta, sillä he ovat syy, miksi tuote on kehitetty. Palautteen perusteella tuotteen aistinvaraiset ominaisuudet muutetaan vastaamaan asiakkaiden tapeisiin. (Pyne 2000, 264–165.)

Asiakas- ja kuluttajakeskeisyys merkitsee sitä, että tuotteita kehitetään jatkuvassa vuorovaikutuksessa asiakkaiden ja tuotteiden käyttäjien kanssa. Asiakaskeskeisyyteen liittyy erityisesti asiakkaiden tarpeiden ja niissä tapahtuvien muutosten laaja-alainen ymmärtäminen; kuluttaja on ketjun alkupiste ja kehittämisen lähtökohta. Asiakaskeskeisyyttä lisäämällä päästään lähemmäksi toivottuja tavoitteita sekä tuotteiden käyttäjien että yrityksen näkökulmista. Mitä erilaistetumpi

tuote tai palvelu on, sitä välttämättömämpi on katsoa sitä asiakkaan silmin. (Raijas ja Harmoinen 2008, 54.)

Opinnäytetyössäni otin asiakas- ja kuluttajakeskeisyyden olennaiseksi osaksi tuotesuunnitteluprosessia. Ennen kuin varsinainen suunnittelutyö sekä tuotekokeilut aloitettiin, otin selvää asiakkaiden toiveista ja odotuksista päivälliseen liittyen. Laadin asiakastyytyväisyyskyselyn jonka avulla saatiin asiakkaiden mielipiteet selvitettyä.

3.1 Asiakkastyytyväisyyskysely

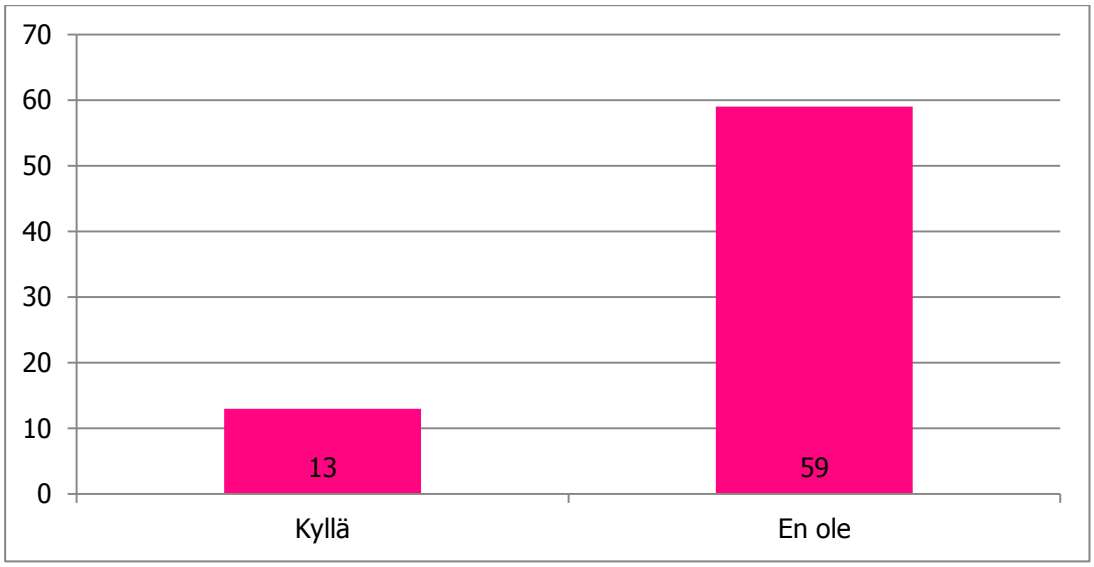
Asiakkaiden mielipiteet ja odotukset päivällislistasta selvitettiin asiakastyytyväisyyskyselyn avulla. Asiakastyytyväisyyskyselyä varten käytin pääasiallisesti kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta. Määrällinen tutkimus on menetelmä, joka antaa yleisen kuvan muuttujien välisistä suhteista ja eroista. Tutkimustapaa tarkastellaan numeerisesti, eli tutkittavia asioita ja niiden ominaisuuksia käsitellään yleisesti kuvaillen numeroiden avulla. Määrällinen tutkimusmenetelmä vastaa kysymyksiin kuinka moni, kuinka paljon ja kuinka usein. Tutkimustieto saadaan numeroina ja ne esitetään numeroina, esimerkiksi tunnuslukuina, sitten olennainen numerotieto selitetään sanallisesti. (Vilkka 2007, 13–14.)

Määrällisen tutkimuksen tutkimusaineiston keräämisen tapoja ovat postikysely, internetkysely, lomakehaastattelu ja systemaattinen havainnointi. Tämän opinnäytetyön kohdalla aineiston keräämisen tapana käytettiin kyselyä. Kyselyssä kysymysten muoto on aina vakioitu. Vakiointi tarkoittaa, että kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään samat asiat, samassa järjestyksessä ja samalla tavalla. Kyselyssä vastaaja itse lukee kysymyksen ja vastaa siihen. (Vilkka 2007, 27–18.)

Asiakastyytyväisyyskysely toteutettiin kyselylomakkeen avulla. Kyselylomake teki vastaamisen helpoksi asiakkaille sekä helpotti omaa työtäni käsitellessä vastauksia. Kyselyn tarkoituksena oli antaa viitteitä siitä, mitä mieltä asiakkaat olivat päivällisen tämänhetkisestä tilanteesta sekä mitkä olisivat kehitettävät alueet päivällisellä. Kyselylomakkeita jaettiin kaikille hotellin asiakkaille aamupalan aikana. Keräsin vastauksia kahden viikon ajan, aikavälillä 13.–26.1.2014. Kyselyyn tuli vastauksia yhteensä 72 kappaletta.

Kyselylomake (Liite 1) piti sisällään kaksi kysymysryhmää. Asiakkaan tuli vastata toiseen ryhmistä riippuen siitä, oliko hän syönyt koskaan Hotelli Jahtihovissa päivällistä. Ensimmäinen kysymys otti selvää, onko asiakas ylipäätään syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa. Jos asiakas oli syönyt aikaisemmin päivällistä, hänen tuli vastata neljään kysymykseen liittyen päivällisen hintaa, laatuun, monipuolisuuteen, terveellisyyteen, ajankohtaan ja mainontaan, ruokalajitoiveisiin sekä muihin kehittämisideoihin. Jos asiakas ei ollut aikaisemmin syönyt Hotelli Jahtihovissa päivällistä, hänen tuli vastata kahteen kysymykseen: miksei asiakas ollut aikaisemmin syönyt päivällistä ja aikooko hän jatkossa syödä sitä.

Laadin jokaisen kysymyksen vastauksista erillisen taulukon, josta käy ilmi vastauksien jakautuminen. Lisäksi kerron sanallisesti jokaisen kysymyksen vastauksista sekä johtopäätöksistä.



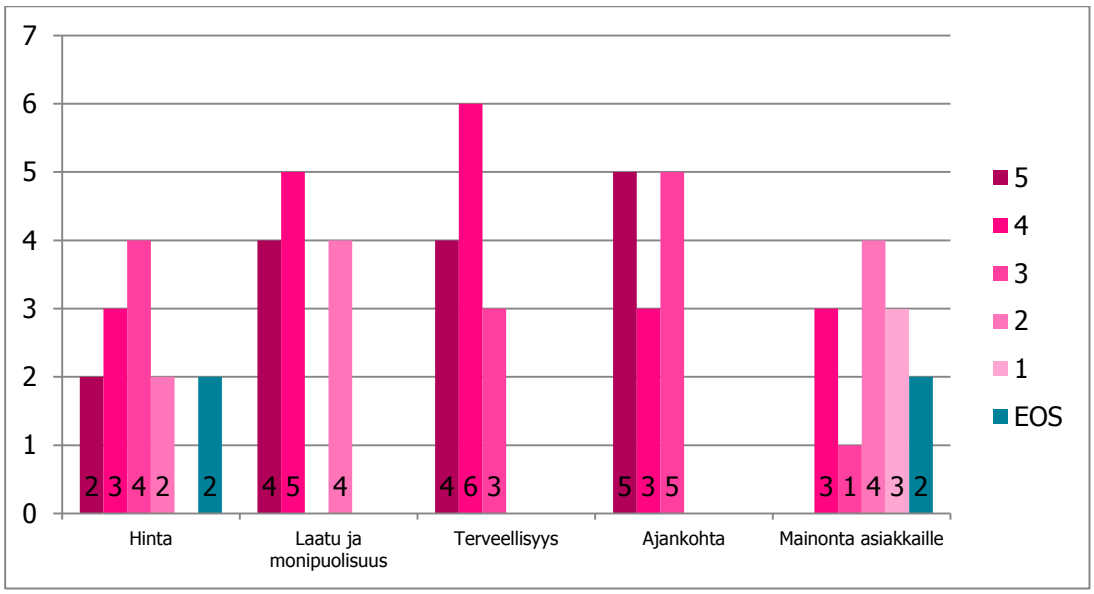
KUVIO 2. Oletko syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa? (n=72)

Oletko syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa?

13 vastanneista oli syönyt Hotelli Jahtihovissa päivällistä aikaisemmin, ja 59 ei ollut. Vastauksista huomasi, että valitettavan harva asiakas oli syönyt päivällistä hotellilla. Prosentuaalisesti vastaukset jakautuivat seuraavanlaisesti: ”Kyllä”-vastauksia antoi 18 % ja ”Ei”-vastauksia puolestaan 82 %.

Kuinka usein?

Kysymys esitettiin asiakkaille, jotka olivat aikaisemmin nauttineet päivällistä Hotelli Jahtihovissa. Asiakkaat, jotka olivat syöneet päivällistä Hotelli Jahtihovissa, olivat syöneet sitä silloin tällöin. 7 asiakkaista vastasi kysymykseen ”harvoin” tai ”1-2 kertaa”. Muita vastauksia oli ”muutamia kertoja” sekä ”silloin tällöin”. Vain yksi asiakas kertoi syöneensä päivällistä hotellilla useammin kuin kymmenen kertaa. Vastauksista huomasi, että yleisesti ottaen asiakkaat olivat syöneet päivällistä Hotelli Jahtihovissa hyvin harvoin.



KUVIO 3. Arvostele seuraavat asiat liittyen Hotelli Jahtihovin päivälliseen (n=13)

Arvostele seuraavat asiat liittyen Hotelli Jahtihovin päivälliseen asteikolla: 5 = oikein hyvä, 1 = kehno.

Kysymys esitettiin asiakkaille, jotka olivat aikaisemmin nauttineet päivällistä Hotelli Jahtihovissa. Yllä oleva taulukko esittää asiakkaiden mielipiteet päivällisen hinnasta, laadusta ja monipuolisuudesta, terveellisyydestä, ajankohdasta sekä mainonnasta asiakkaille. Mitä enemmän vastauksen kohta sisältää tummaa väriä, sitä tyytyväisempiä asiakkaat olivat kyseiseen kohtaan. Vaalea väri puolestaan kertoo, ettei alue ollut asiakkaiden mielestä onnistunut. Sininen väri näyttää kohdat, joihin asiakas ei osannut vastata.

Keskiarvot alueiden välillä ovat seuraavanlaiset:

- Hinta: 3,5
- Laatu ja monipuolisuus: 3,7
- Terveellisyys: 4,1
- Ajankohta: 4,0
- Mainonta asiakkaille: 2,4

Taulukon värityksestä ja keskiarvoista huomaa, että asiakkaat olivat tyytyväisimpiä päivällisen terveellisyyteen sekä ajankohtaan. Päivällisen terveellisyys oli saanut keskiarvokseen 4,1. Neljä asiakkaista oli antanut terveellisyydelle arvosanan 5 eli oikein hyvä, ja jopa kuusi asiakkaista oli antanut arvosanan 4. Kolme asiakasta oli antanut arvosanan 3. Päivällisen ajankohta oli saanut keskiarvokseen 4,0. Viisi asiakasta antoi ajankohdalle arvosanan 5, kolme asiakasta arvosanan 4 ja viisi asiakasta arvosanan 3.

Tyytymättömimpiä asiakkaat olivat olleet päivällisen mainontaan, joka oli saanut arvosanakseen vain 2,4. Kukaan asiakkaista ei ollut antanut mainonnalle parasta arvosanaa. Kolme asiakasta oli antanut arvosanan 4, yksi asiakas oli antanut arvosanan 3, neljä asiakas oli antanut arvosanan 2

ja jopa kolme asiakasta oli antanut arvosanan 1. Kaksi asiakasta ei ollut osannut vastata kysymykseen.

Päivällisen hinta sekä laatu ja monipuolisuus sijoittuvat keskivaiheille. Päivällisen hinta oli saanut keskiarvoksi 3,5. Kaksi asiakkaista oli antanut hinnalle arvosanan 5, kolme asiakasta oli antanut arvosanan 4, neljä asiakasta oli antanut arvosanan 3 ja kaksi asiakasta oli antanut arvosanan 2. Kaksi asiakasta ei ollut osannut vastata kysymykseen. Päivällisen laatu ja monipuolisuus sai keskiarvoksi 3,7. Neljä asiakasta oli antanut arvosanaksi 5, viisi asiakasta oli antanut arvosanaksi 4 ja neljä asiakasta oli antanut arvosanaksi 2.

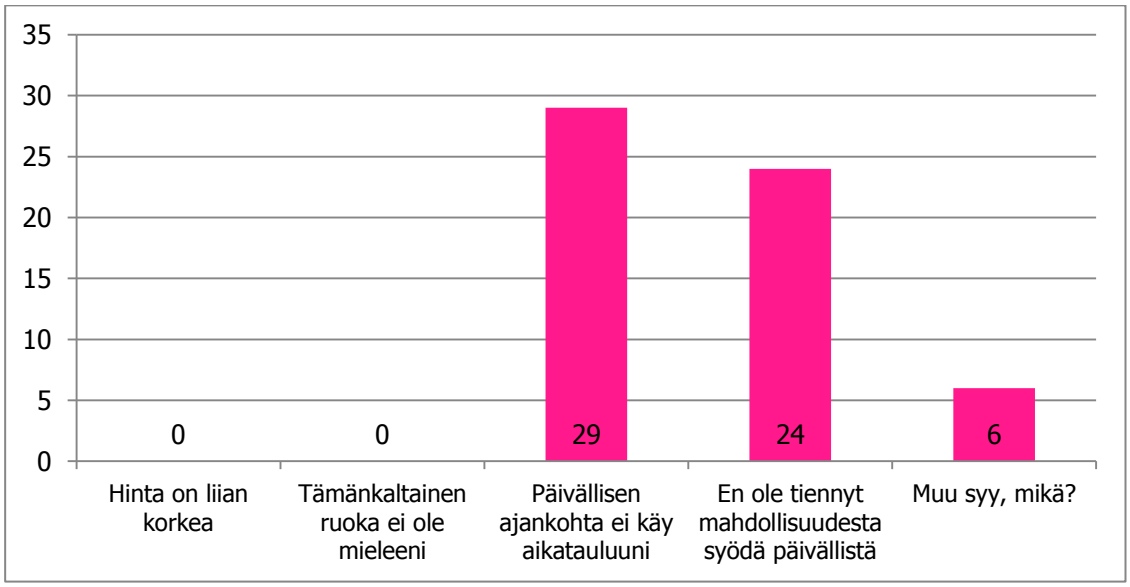
Vastauksista huomasi, että etenkin päivällisen mainonnassa on paljon kehitettävää. En ajatellut markkinoinnin kuuluvan oleellisena osana opinnäytetyötäni, joten käsittelen päivällisen mainontaa opinnäytetyön pohdintaosiossa. Jotta laatu ja hinta saataisiin tasapainoon, voitaisiin päivällislistaa kehittää monipuolisemmaksi ja laajemmaksi.

Ruokalajitoiveita?

Kysymys esitettiin asiakkaille, jotka olivat aikaisemmin nauttineet päivällistä Hotelli Jahtihovissa. Vastauksia ruokalajitoiveisiin oli tullut vain viisi: ”ylipäätään valikoimaa lisää”, ”kaikki käy”, ”monipuolisuutta lisää”, ”kalaa” sekä ”hyvää ruokaa”.

Kehittämisideoita?

Kysymys esitettiin asiakkaille, jotka olivat aikaisemmin nauttineet päivällistä Hotelli Jahtihovissa. Kehittämisideoihin oli tullut kolme vastausta: ”Vitriinissä seisova ruoka ei nappaa, jossain määrin ympäristö ei myöskään houkuttele jäämään”, ”Hinta ja laatu kohdilleen!” sekä ”Jatkakaa samaan malliin”.



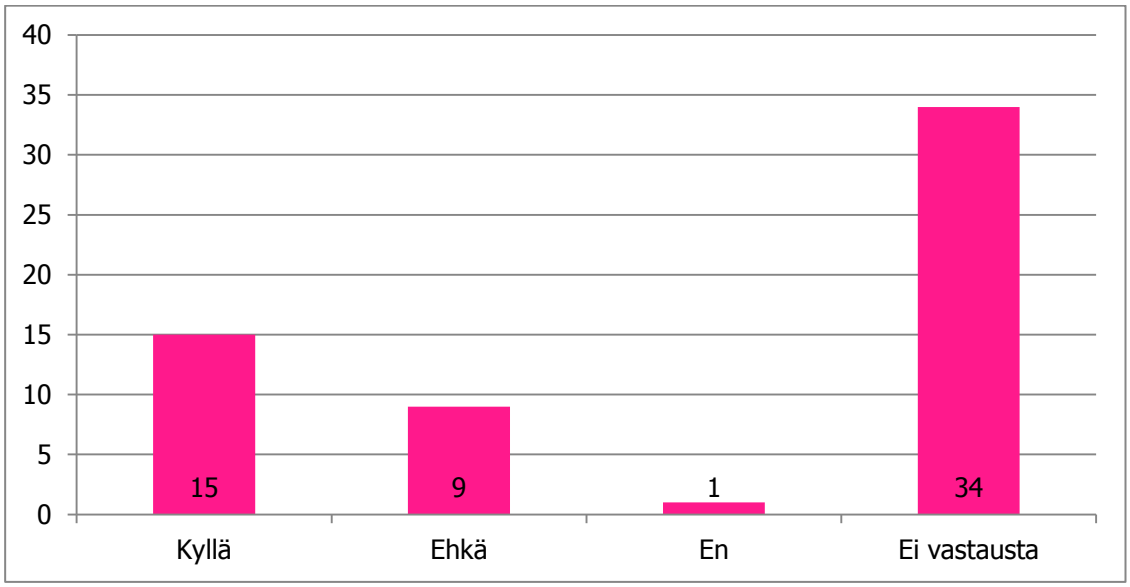
KUVIO 4. Miksi et ole syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa? (n=59)

Miksi et ole syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa?

Asiakkaat, jotka eivät olleet koskaan syöneet päivällistä Hotelli Jahtihovissa, vastasivat kyseiseen kysymykseen. Vastausvaihtoehtoina kysymykseen oli: hinta on liian korkea, tämänkaltainen ruoka ei ole mieleeni, päivällisen ajankohta ei käy aikatauluuni, en ole tiennyt mahdollisuudesta syödä päivällistä sekä muu syy, mikä?

29 vastaajaa kertoi syyksi sen, ettei päivällisen ajankohta sopinut heidän aikatauluunsa. 24 vastaajaa ilmoitti, etteivät tienneet mahdollisuudesta syödä päivällistä. Kuusi asiakasta vastasi syyksi muun syyn, mutta vastauksia ei ollut tarkennettu. Prosentuaalisesti vastaukset jakautuivat seuraavanlaisesti: 49 % vastasi, ettei päivällisen ajankohta käy aikatauluun, 41 % vastasi, ettei ole tiennyt mahdollisuudesta syödä päivällistä ja 10 % vastasi syyksi muun syyn.

Asiakkaat antoivat selkeät syyt sille, mikseivät olleet käyneet syömässä. Vastauksista huomattiin, että muutoksia tuli tehdä etenkin markkinointiin, mahdollisesti myös päivällisen aikatauluun. Myös päivällisen laatua ja monipuolisuutta parantamalla päivällispöytä houkuttelisi helpommin asiakkaita luokseen.



KUVIO 5. Aiotko syödä päivällistä Hotelli Jahtihovissa jatkossa? (n=59)

Aiotko syödä päivällistä Hotelli Jahtihovissa jatkossa?

Tämä kysymys oli suunnattu asiakkaille, jotka eivät olleet aikaisemmin syöneet päivällistä Hotelli Jahtihovissa. 15 asiakasta vastasi, että aikoo syödä päivällistä jatkossa, yhdeksän asiakasta piti ruokailua mahdollisena, yksi asiakas ei aio syödä päivällistä tulevaisuudessa ja 34 ei vastannut kysymykseen. Prosentuaalisesti vastaukset jakautuivat seuraavanlaisesti: kyllä-ääniä antoi 25 %, ehkä-ääniä 15 %, ei-ääniä 2 % ja ei vastausta 58 %.

Suurin osa asiakkaista ei ollut vastannut kysymykseen lainkaan. He eivät luultavasti olleet varmoja siitä, tulevatko syömään päivällistä jatkossa vai ei. Kyllä-ääniä tuli yllättävän paljon ja myös ei-

äänien vähäinen määrä oli positiivista. Vastauksista päätellen Hotelli Jahtihovilla on todella monta potentiaalista asiakasta, jotka voisivat jatkossa käyttää hotellin päivällispalveluita.

3.2 Tuotekokeilut

Uutta tuotetta ryhdytään kehittämään, jos on oivallettu hyvä idea tai on osoitettavissa, että asiakaskunnassa on kysyntää kyseisen kaltaiselle tuotteelle. Uuden tuotteen tai ruokalajin kehittäminen voi saada alkuunsa esimerkiksi yksittäisestä ideasta, asiakkaan palautteesta tai uuden raaka-aineen tulosta markkinoille. Tuotekehitys on jatkuva prosessi, jossa jokainen tuote luo pohjaa seuraavien tuotekehitykselle. Tuotekehitys on usein myös tuoteparannusta, jonka tavanomaisia keinoja ovat raaka-aineen vaihto tai menetelmän muuttaminen. Tuotteen valmistustapoja ja raaka-aineita voidaan myös yhdistää uudella tavalla asiakkaiden muuttuvien tarpeiden mukaan. (Tuorila 2008, 121.)

Hotelli Jahtihovi tilaa kaikki raaka-aineet Kespron tukusta, joten aloitin ruokalajien pohtimisen selaamalla Kespron tuoteluetteloa. Vertailin raaka-aineiden hintoja ja mietin niiden tulevaa valmistustapaa. Pohdin, miten raaka-aineita voitaisiin yhdistellä ja miten saataisiin aikaiseksi mahdollisimman herkullisia kokonaisuuksia. Kun sain ensimmäisen version ruokalistasta valmiiksi, aloitin käytännön toteutuksen.

Ruokalistan suunnittelun käytännön toteutus tapahtui Hotelli Jahtihovin keittiössä muun työn ohella. Testasin ruokia päivällisen aikaan ja onnistuneet ruoat tarjottiin asiakkaille. Tein jokaiselle testausviikolle ruokalistan, jonka mukaan valmistin ruokia. Näin raaka-aineiden tilaus oli helppoa ja myös asiakkaat tiesivät, mitä ruokaa oli tarjolla kyseisellä viikolla.

Kun olin testannut kaikki ruokalistan ensimmäisessä versiossa olevat ruoat, karsin niistä osan pois. Osaa ruoista muokkasin hieman ja osan pidin listalla sellaisenaan. Muun muassa savujuusto-jauhelihamureke jäi listalta kokonaan pois, sillä juusto ei pysynyt murekkeen sisällä. Vaikka mureke oli herkullista, ei sitä voinut esteettisyyden vuoksi pitää listalla. Myös maustevoilla täytetty broilerin rintafilee poistui listalta, sillä lopputulos ei ollut sellainen kuin haluaisin, vaan maustevoi levisi pois broilerin sisältä. Lisäksi broilerista ei tullut yhtä mehevä kuin muista listalla olevista ruoista. Sen sijaan metsästäjänmureke, riistakäristys, pekonibroileri ja karjalanpaisti olivat hyviä sellaisenaan.

Seuraavaksi suunnittelin ruokalistaa hieman pidemmälle. Yhdistelin ruokia uudestaan ja kehittelin uusia kokonaisuuksia. Testasin uusia ruokia hotellin keittiössä, ja pian minulla oli koossa neljän viikon kiertävä päivällislista. Lopullisen ruokalistan ruokalajit on esitetty seuraavissa kappaleissa. Tuotekehitysprojekti muotoutui jokaisen tuotteen kohdalla seuraavanlaiseksi:

Pääraaka-aineen valinta -> Lisukkeiden valinta -> Reseptiikan suunnittelu -> Tuotekokeilu -> Muutosten teko -> Reseptiikan vakiointi

3.2.1 Valkosipulimarinoitu kalkkunanfilee

Pääraaka-aineen valinta: Ajatus kyseiselle ruokalajille lähti Kespro-tukun tuotelehteä selaamalla. Tuotelehdestä löytyi miedosti suolattu kalkkunanfileepihvi, jonka halusin kokeiluun. Kalkkunaa ei ollut aikaisemmin tarjoiltu päivällisellä lainkaan, joten tämänkaltaisen raaka-aineen valinta toi vaihtelua ruokalistaan. Kalkkunanfileepihvit maustettaisiin yksinkertaisesti suolalla, pippurilla sekä valkosipulijauheella.

Lisukkeiden valinta: Koska kalkkuna on kevyt ja vähärasvainen raaka-aine, valitsin sen kumppaniksi skånenperunat, jotka sisälsivät kermaa. Skånenperunoiden valmistus oli minulle tuttua edellisestä työpaikastani, ja sovelsin reseptiikkaa mieleiseeni muotoon. Hunajaiset uunijuurekset olivat tulleet minulle hyvin tutuiksi edellisistä työpaikoistani, joten kasvislisäkkeen valinta oli helppo. Koska muut lisukkeet olivat minulle entuudestaan tuttuja, ajattelin kehitellä aterialle kastikkeen aivan itse. Valkosipulin makua saataisiin myös valkosipulikastikkeesta, johon tulisi valkosipulin lisäksi sipulia, ruohosipulia, demi-glace -kastikepohjaa, kermaa sekä mausteita.

Tuotekokeilu: Maustoin kalkkunanfileepihvit suunnitelmien mukaan suolalla, mustapippurilla sekä valkosipulijauheella ja kypsensin ne uunissa 160-asteessa noin 15 minuutin ajan. Valkosipulikastiketta varten kuullotin silputut sipulit ja valkosipulit rypsiöljyssä kattilassa. Lisäsin joukkoon muut ainekset; kuivatun ruohosipulin, demi-glace kastikepohjan, kerman, suolan, mustapippurin sekä hunajan. Keitin kastiketta hetken ja lopuksi suurustin Maizena-pikasuurusteella. Skånenperunat valmistin kypsistä kuutioperunoista, joiden joukkoon lisäsin vispikermaa, kuohukermaa, suolaa, kuivattua rakuunaa sekä mustapippurirouhetta. Paistoin perunoita 160-asteisessa uunissa noin puolen tunnin ajan. Uunijuureksia varten kuorin ja pilkoin porkkanat, palsternakat ja sipulit, jotka maustoin hunajalla, suolalla sekä punaviinietikalla. Paistovaiheessa laitoin juureksien päälle muutamia pieniä voinokareita. Kypsensin juureksia 160-asteisessa uunissa noin 15 minuutin ajan.

Ruokalajit olivat yksinkertaisia valmistaa, sillä ne olivat minulle pääasiassa entuudestaan tuttuja. Tämän vuoksi mitään epäselvyyksiä tai suurempia ongelmia ei ilmennyt, ei edes kastikkeen suhteen, jonka suunnittelin itse. Ainut epäkohta liittyi kalkkunanfileiden vaaleaan väriin, sillä minun mielestäni väri olisi voinut olla houkuttelevampikin. Ruoka oli kuitenkin myös asiakkaiden mieleen. Kuulemma

kalkkuna ja kermaiset perunat toivat mukavaa vaihtelua päivällisellе.

Muutosten teko: Jotta kalkkunanfileisiin saataisiin parempi väri ja enemmän paistopintaa, ruskistettaisiin ne nopeasti parilalla ennen uunissa kypsennystä. Lisäksi mustapippurin määrää vähennettäisiin, jotta kalkkunan oma hento maku saataisiin paremmin esille.

Reseptiikan vakiointi: **Valkosipulimarinoitu kalkkunanfilee; paistettua kalkkunanfileetä, valkosipulikastiketta, skånenperunoita, hunajaisia uunijuureksia** (Liite 2)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 1. Valkosipulimarinoitu kalkkunanfilee lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-21.)

3.2.2 Metsästäjänmureke

Pääraaka-aineen valinta: Jauheliha oli tuttu raaka-aine päivällisellä, mutta murekkeen muodossa sitä tarjottiin vain harvoin. Myöskään sieniä ei ollut päivällisellä tarjottu juuri koskaan. Metsästäjänmureke sisältää jauhelihamureketta sekä sienikastiketta, ja oli siksi hyvä valinta yhdeksi päivällisen ruokakokonaisuudeksi. Jauheliharuoat päivällisellä ovat aina tehty naudanjauhelihasta, koska naudanjauheliha on sekä laadultaan että maultaan parempaa kuin sekoitejauheliha. Tämän vuoksi pääraaka-aineeksi muodostui naudanjauheliha, jossa on rasvaa 15–17 %.

Lisukkeiden valinta: Metsästäjänmurekkeen kanssa on aina perinteisesti tarjottu perunamuusia, eikä perinteistä tarvinnut nytkään poiketa. Maitoon ja voihin tehty muusi sopisi siis oikein hyvin lihamurekkeen ja sienikastikkeen kaveriksi. Metsästäjänmurekkeen kanssa sopii hyvin yhteen myös pekoni, joten valitsin lisukkeeksi papu-pekonipaistoksen, johon tulisi pekonin ja vihreiden papujen lisäksi sipulia sekä rouhit-

tua mustapippuria. Sienikastikkeeseen tulisi säilykemetsäsienikuutioita, sipulia, demi-glace -kastikepohjaa, kermaa sekä mausteita.

Tuotekokeilu: Valmistin murekkeen perinteistä jauhelihamurekkeen ohjetta käyttäen: naudanjauhelihaa, gluteenitonta korppujauhoa, laktoositonta vispikermaa, vettä, kananmunia, hienonnettua sipulia, suolaa, mustapippuria sekä kuivattua basilikaa ja oreganoa. Muotoilin murekemetaikinasta kaksi pötköä ja kypsensin ne 150-asteisessa uunissa 65-asteiseksi. Annoin murekkeen vetäytyä hieman ennen leikkaamista. Kastikkeen valmistin kuullottamalla silputun sipulin rypsiöljyssä ja lisäämällä joukkoon säilykemetsäsienikuutiot. Kun ylimääräinen neste oli haihtunut, lisäsin kattilaan demi-glace -kastikepohjaa, laktoositonta vispikermaa, suolaa, mustapippuria, Dijon sinappia sekä sokeria. Annoin kastikkeen kiehua hetken, ja koska se oli hieman liian löysää, suurustin sen Maizena-pikasuurusteella. Perunamuusin valmistin liedellä kattilassa pakasteperunamuusista, kevytmaidosta, suolasta ja voista. Sekoitin aineksia, kunnes muusi oli kiehuvan kuumaa. Tein papu-pekonipaistoksen uunissa: höyrytin vihreät pavut ja paistoin pekoniviipaleet ja silputut sipulit kypsiksi. Yhdistin raaka-aineet ja maustoin kokonaisuuden mustapippurirouheella.

Metsästäjänmureke lisukkeineen oli moniosainen ruokalaji valmistaa, mutta silti riittävän yksinkertainen. Valmistuksen aikana ei ilmennyt mitään vaikeuksia, ja aika riitti hyvin kaikkien neljän komponentin valmistukseen. Komponentit sopivat suunnitelmien mukaisesti hyvin yhteen, ja myös asiakkailta tuli positiivista palautetta. Mureketta kului yllättävän paljon, vaikka asiakkaita oli vain pieni määrä syömässä. Mureke kastikkeineen oli myös henkilökunnan mieleen.

Muutosten teko: Jo tuotekokeiluvaiheessa metsäsienikastikkeeseen lisättiin hieman enemmän mausteita – sinappia sekä hieman sokeria. Lisäksi kastike saatiin kiinteämmäksi maizena pikasuurusteella. Lihamureke ei ehtinyt vetäytyä tarpeeksi kauan, joten jatkossa vetäytymisaika olisi noin 15 minuuttia.

Reseptiikan vakiointi: **Metsästäjänmureke; naudanjauhelihamureketta, metsäsienikastiketta, perunamuusia, papu-pekonipaistosta** (Liite 3)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 2. Metsästäjänmureke lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-04.)

3.2.3 Pestokuorrutettu uunilohi

Pääraaka-aineen valinta: Kalaruoille tuli toivetta niin asiakkaiden kuin henkilökunnankin keskuudesta. Aikaisemmin päivällisellä kalaruokia valmistettiin hyvin harvoin, ja lohta tarjottiin vain erityisissä tilaisuuksissa. Tämän vuoksi valitsin lohen pääraaka-aineeksi. Pestolla olisi helppo saada lohesta maukasta ja mehevää. Pääraaka-aineeksi valitsin C-leikatun kirjolohifileen.

Lisukkeiden valinta: Perinteinen suomalainen tapa on tarjota lohta tilliperunoiden kera. Tilliperunat ovat keitettyjä perunoita, joiden päälle on tarjoiluvaiheessa ripoteltu tuoretta silputtua tilliä. Kasvislisäkkeeksi suunnittelin gratinoidut kasvikset, johon tulee kukkakaalia, parsakalia sekä paprikaa. Kasvikset maustettaisiin suolalla ja pippurilla, ja päälle lisättäisiin ruokakermaa ja juustoraastetta. Kastikkeena toimisi valmis pestokastike.

Tuotekokeilu: Maustoin kirjolohifileet suolalla, sitruunamehulla ja valmiilla pestolla. Paistoin lohen 150-asteisessa uunissa 60-asteiseksi ja tarjoiluvaiheessa koristelin hienonnetulla tillillä. Tilliperunoita varten keitin kuoritut perunat kypsiksi kattilassa suolalla maustetussa vedessä. Tarjoiluvaiheessa lisäsin perunoiden päälle silputtua tilliä. Kasvislisäkettä varten pilkoin kukkakaalin, parsakaalin ja paprikat paloiksi ja maustoin ne suolalla ja mustapippurilla. Päälle lisäsin ruokakermaa sekä juustoraastetta. Paistoin kasviksia 140-asteisessa uunissa höyrypaistolla, kunnes olivat ”al dente” eli melkein kypsiä. Kalan kanssa tarjosin pestokastiketta.

Pestokuorrutettua uunilohta oli helppo mutta silti mielenkiintoista valmistaa. Lisukkeet sopivat hyvin yhteen pääruoan kanssa, ja kermaiset kasvikset sekä pestokastike toivat mehevyyttä ruokaan. Asiakkailta tuli positiivista kommenttia, ja lohi sekä lisukkeet olivat

myös heidän mielestään herkullisia. Omasta mielestäni lohi oli hieman liian kuivaa, mutta muuten olin tyytyväinen kokonaisuuteen.

Muutosten teko: Jotta lohi saadaan mehukkaammaksi, jatkossa sisälämpötila mitataan mittarilla 55-asteiseksi. Lohen kanssa tarjottava pestokastike muutettaisiin kermaviilipohjaiseksi; kermaviiliä, pestoa, suolaa ja sitruunamehua.

Reseptin vakiointi: **Pestokuorrutettu uunilohi; uunilohta, pestokastiketta, keitettyjä tilliperunoita, gratinoituja kasviksia** (Liite 4)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 3. Pestokuorrutettu uunilohi lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-10.)

3.2.4 Makkaralajitelma

Pääraaka-aineen valinta: Valitsin makkaran yhdeksi päivällislistan raaka-aineeksi, koska asiakkaat ja henkilökunta olivat toivoneet päivällislistalle makkararuokia. Löysin Kespron tuoteluettelosta kolme potentiaalista pakasteraakamakkaraa, joiden hinta oli kohdillaan: bratwurstia, riistamakkaraa ja välimeren makkaraa. Kokeilun vuoksi halusin testata, miltä kyseiset tuotteet maistuvat ja miten ne sopisivat listallemme.

Lisäkkeiden valinta: Valitsin perunalisäkkeeksi lohkoperunat, sillä ne sopisivat rennon grillaustyylisen raaka-aineen kanssa hyvin yhteen. Lohkoperunat tehtäisiin esikypsennetystä palaperunasta ja maustettaisiin monin eri maustein. Kasvislisäkkeenä toimivat grillikasvikset, jotka sopisivat hyvin teemaan. Paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit paistettaisiin parilalla kypsiksi ja maustettaisiin suolalla, pippurilla, punaviinietikalla ja hunajalla. Puolukkasurvos sopii myös makkaroiden kanssa hyvin, joten valitsin sen kastikkeeksi kokonaisuudelle.

Tuotekokeilu: Paistoin jäiset raakamakkarat 170-asteisessa uunissa noin 15 minuutin ajan, jolloin olivat kypsiä ja kuumia. Laitoin makkarat tarjolle

omiin astioihinsa. Lohkoperunat valmistin esikypsennetyistä palaperunoista, jotka maustoin suolalla, rouhitulla mustapippurilla, valkosipulijauheella, jauhetulla paprikalla, kuivatulla basilikalla sekä rypsiöljyllä. Paistoin perunoita öljyssä parilalla noin 10 minuutin ajan, kunnes ne olivat kuumia. Grillikasviksia varten paloittelin paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit, jotka maustoin suolalla, rouhitulla mustapippurilla, punaviinietikalla sekä hunajalla. Paistoin kasviksia öljyssä parilalla noin 10 minuutin ajan, kunnes olivat kypsiä. Tarjosin kokonaisuuden kanssa puolukkahilloa.

Yllätyin, että jokainen testaamastani valmismakkaroista oli maultaan erinomaisia, ja päätin heti, että makkarat pidettäisiin mukana päivällislistalla. Ne saivat myös asiakkailta positiivista palautetta. Peruna- ja kasvislisäkkeet sopivat pääruoan kanssa hyvin yhteen, ja puolukkahillo sopi erinomaisesti etenkin riistamakkaran kanssa. Tämä ruokalaji oli nopea valmistaa, joten salaattipöydän valmisteluun jäi paljon aikaa.

Muutosten teko: Mitään muutoksia ei tarvinnut tehdä.

Reseptin vakiointi: **Makkaralajitelma; bratwurstia, riistamakkaraa ja välimeren makkaraa, puolukkasurvosta, lohkoperunoita, grillikasviksia** (Liite 5)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 4. Makkaralajitelma lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-30.)

3.2.5 Kermainen currykana

Pääraaka-aineen valinta: Broilerin sisäfileetä oli käytetty myös aikaisemmin Hotelli Jahtihovin päivällisellä. Olin aikaisemmin valmistanut broilerin sisäfileetä ja kermaista currykastiketta, jotka olivat saaneet asiakkailta kehuja. Ajattelin, että kyseinen annos voitaisiin pitää listalla, sillä itsekin olen ollut siihen tyytyväinen. Broilerin sisäfileet on kypsennetty uu-

nissa kypsiksi, ja liedellä kattilassa on tehty kermainen currykastike. Tarjoiluvaiheessa broileri ja kastike on yhdistetty keskenään.

Lisäkkeiden valinta: Valitsin perunalisäkkeeksi paistetut perunat, eli esikypsennettyjä palaperunoita valmistetut perunat, jotka paistetaan parilalla ja maustetaan suolalla, mustapippurilla ja kuivatulla rakuunalla. Kasvislisäkkeeksi tulisi värikäs kasvispaistos, johon tulisi monipuolisesti eri kasviksia: paprikaa, kesäkurpitsaa, sipulia, ananasta ja vihreitä papuja. Kasvikset maustettaisiin suolalla, hunajalla ja valkosipulilla.

Tuotekokeilu: Maustoin broilerin sisäfileet hennolla suolalla, hunajalla, jauhetulla valkosipulilla sekä kuivatulla ruohosipulilla. Kypsensin fileet 160-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia, kunnes olivat kypsiä. Kermaisen currykastikkeen tein liedellä kattilassa. Kiehautin ruokakerman, curryn sekä kasvis- ja kanaliemijauheet. Lisäsin joukkoon Maizena-pikasuurusteen ja kiehautin kastikkeen uudelleen. Perunalisäkettä varten paistoin esikypsennetyt palaperunat parilalla voin ja rypsiöljyn seoksessa. Maustoin perunat suolalla, mustapippurilla ja kuivatulla rakuunalla. Kasvispaistosta varten pilkoin paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit kuutioiksi. Kasviskuutiot, säilykeananaspalat ja vihreät pakastepavut maustoin suolalla, hunajalla ja valkosipulilla. Kypsensin kasvispaistosta 150-asteisessa uunissa noin 10 minuuttia.

Myös tämä kokonaisuus oli onnistunut niin minun, asiakkaiden kuin henkilökunnankin mielestä. Ainut huomaamani epäkohta liittyi kasvislisäkkeen papuihin, jotka olivat uunissa menneet tummiksi ja ruttuisiksi. Muuten ruoka oli herkullista. Lisukkeena voisi tarjota myös riisiä.

Muutosten teko: Vaihdoin broilerin sisäfileiden maustamisessa käytetyn kuivatun ruohosipulin tuoreeseen ruohosipuliin. Jatkossa kasvispaistoksessa olevat vihreät pavut höyrytettäisiin, sillä näin ne pysyvät houkuttelevamman näköisinä.

Reseptin vakiointi: **Kermainen currykana; broilerin sisäfileetä, kermaista currykastiketta, paistettuja perunoita, värikäs kasvispaistos** (Liite 6)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 5. Kermainen currykana lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-25.)

3.2.6 Riistakäristys

Pääraaka-aineen valinta: Riistakäristys on perinteinen suomalainen ruoka, jota ei ole tarjottu Jahtihovin päivällisellä aikaisemmin. Riistakäristys on monelle suomalaiselle mieluisa ruoka, minkä vuoksi valitsin sen yhdeksi ruokalajiksi listalle. Kespron tuoteluettelosta löytämäni lastuina pakastettu riistakäristys sopi raaka-aineeksi hyvin. Lihasta 85 % on tarhattua saksanhirvenlihaa ja 15 % hirvenlihaa. Riistakäristyksen valmistaminen oli minulle tuttua edellisestä työpaikastani, ja ajattelin maustaa sen tuttuun tapaan sipulilla, laakerinlehdillä, kokonaisilla mustapippureilla, suolalla ja lihaliemijauheella.

Lisäkkeiden valinta: Perunamuusi on hyvin perinteinen riistakäristyksen kanssa tarjottava perunalisäke. Tämän vuoksi valitsin perunalisäkkeeksi maitoon ja voihin tehdyn perunamuusin. Kasvislisäkkeeksi valitsin paahdetut uunijuurekset, koska ne sopivat mielestäni hyvin mukaan aterian suomalaiseen kokonaisuuteen. Porkkanat, palsternakat ja juuriselleri maustettaisiin suolalla, mustapippurilla, hunajalla ja valkosipulilla. Lisäksi riistakäristyksen kanssa tarjottaisiin perinteitä noudattaen puolukkahilloa.

Tuotekokeilu: Aloitin riistakäristyksen valmistamisen ruskistamalla jäiset riistakäristyslastut silputun sipulin kanssa 200-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia. Lisäsin joukkoon veden, laakerinlehdet, kokonaiset mustapippurit, suolan sekä lihaliemijauheen. Pidin käristystä liemineen uunissa vielä noin 15 minuutin ajan, kunnes seos oli kiehuvan kuumaa. Tarjoiluvaiheessa ripottelin käristyksen päälle tuoretta persiljaa. Perunamuusin valmistin liedellä kattilassa pakasteperunamuusista, kevytmaidosta, suolasta ja voista. Kun seos oli kiehuvan kuumaa, se oli valmista. Paahdetut uunijuurekset valmistin porkkanoista, palsternakoista ja juuriselleristä, jotka maustoin suolalla, rouhitulla mustapippurilla, hunajalla ja jauhetulla valkosipulilla. Lisäksi lisäsin joukkoon hiukan rypsiöljyä ja päälle voita. Annoin juu-

reksien kypsyä 160-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia, kunnes olivat kypsiä. Lisäksi tarjosin ohessa puolukkahilloa.

Riistakäristyksen valmistus oli minulle ennestään tuttua, joten sen valmistus ei tuottanut ongelmia. Siitä tuli ihan hyvää, ehkä hieman sitkeää, mutta oli siitä huolimatta asiakkaiden mieleen. Kaikki lisäkkeet sopivat hyvin yhteen.

Muutosten teko: Jatkossa riistakäristyksen joukkoon lisättävä liemi valmistettaisiin etukäteen kattilassa. Kun valmiiksi kuuma liemi lisätään lihalastujen joukkoon, ne pysyvät mehevämpinä ja kypsyvät nopeammin.

Reseptin vakiointi: **Riistakäristys; hirvenlihakäristystä, puolukkasurvosta, perunamuusia, paahdettuja uunijuureksia** (Liite 7)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 6. Riistakäristys lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-28.)

3.2.7 Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla

Pääraaka-aineen valinta: Löysin Kespron tuoteluettelosta pinaatti-juustotäytteisen kalarullan, joka oli pakastetuote. Olen aina suhtautunut hieman varauksella pakastetuotteisiin, mutta halusin ottaa tämän tuotteen kokeiluun, sillä se vaikutti mielenkiintoiselta. Kun kalarullien päälle laittaisi paistovaiheessa pienet nokareet voita, toisi se lisää maukkautta ruokaan.

Lisäkkeiden valinta: Kastikkeeksi kalalle suunnittelin perinteisen kylmän kermaviilikastikkeen, johon tuli tuoretta tilliä, suolaa, rouhittua mustapippuria, hunajaa, tuoretta persiljaa sekä sitruunamehua. Perunalisäkkeeksi valitsin lintuperunat, jotka paistettaisiin uunissa ruskeapintaisiksi ja rapeiksi. Kasvislisäkkeenä toimi pekoni-kasvispaistos, joka muodostui pekoniviipaleista, paprikasta, kesäkurpitsasta, sipulista, valkosipulista sekä mustapippurirouheesta.

Tuotekokeilu: Valmistin kalarullat pakkauksen ohjeiden mukaisesti. Otin kalat sulamaan jo edellisenä päivänä. Paistovaiheessa laitoin pienen voinokareen jokaisen kalarullan päälle ja paistoin ne 160-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 20 minuutin ajan, kunnes ne olivat kypsiä. Lopputuloksen koristelin tuoreella tillillä. Kermaviilikastike oli helppo valmistaa; kermaviiliä, tuoretta tilliä ja persiljaa, suolaa, hunajaa, sitruunamehua sekä hieman rouhittua mustapippuria. Annoin kastikkeen tekeytyä jääkaapissa hetken ennen tarjoilua. Perunalisäkkeen valmistin esikypsennetyistä lintuperunoista, jotka maustoin suolalla ja pienellä määrällä hunajaa. Laitoin perunoiden päälle muutaman ohuen suikaleen voita, jotta ne saisivat kauniin ruskean pinnan paistovaiheessa. Paistoin perunoita 160-asteisessa uunissa 20 minuutin ajan. Myös perunat koristelin tarjoiluvaiheessa silputulla tuoreella tillillä. Kasvislisäkettä varten kypsensin pekonin rapeaksi parilalla, ja siirsin sen sivuun sillä aikaa kun kypsensin vihannekset. Jotta kaikki vihannekset olisivat kypsyysasteeltaan tasalaatuisia, paistoin ensin sipulit, jonka jälkeen laitoin joukkoon paprikat ja viimeisenä kesäkurpitsat. Kun kasvikset olivat ”al dente” eli ne olivat kypsiä, mutta purupintaa yhä oli, lisäsin joukkoon pekonit, silputun valkosipulin sekä mustapippurirouheen.

Olin yllättynyt siitä, kuinka herkullinen kyseisestä kokonaisuudesta tuli. Kalarullat olivat herkullisia ja sopivat hyvin yhteen muiden lisäkkeiden kanssa, joten pidin ne ehdottomasti mukana listalla. Lintuperunat ovat sopivan rapeita ja kasvislisäke toi väriä ja raikkautta kokonaisuuteen. Asiakkaat olivat hieman epäluuloisia, sillä kala oli alaskanseitiä, mutta olivat tyytyväisiä kalan makuun.

Muutosten teko: Muutoksia ei tarvinnut tehdä.

Reseptin vakiointi: **Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla; pinaatilla ja juustolla täytettyä alaskanseitiä, kermaviilikastiketta, lintuperunoita, pekoni-kasvispaistos** (Liite 8)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 7. Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-23.)

3.2.8 Yrttimarinoitu naudan paahtopaisti

Pääraaka-aineen valinta: Naudan paahtopaisti oli uusi raaka-aine Jahtihovin päivällislistalla. Valitsin sen yhdeksi päivällislistan pääraaka-aineeksi, sillä siitä saa helposti herkullista ja laadukasta ruokaa ja yleensä raaka-aineen hinta on edullinen. Yrtit sopivat hyvin yhteen lihan kanssa, joten päätin marinoida lihan mausteilla, joissa korostuu valkosipuli ja tuoreet yrtit.

Lisäkkeiden valinta: Kastikkeeksi valitsin punaviinikastikkeen, joka tehdään Puljonki punaviinikastike -kastikepohjasta, kermasta sekä tuoreesta timjamista. Perunalisäkkeeksi valitsin perinteiset kermaperunat, jotka tehdään esikypsennetyistä viipaleperunasta, kermasta sekä mausteista. Kasvislisäkkeeksi suunnittelin ratatouillen, joka on ranskalaisen kasvislisäke. Kyseiseen kasvislisäkkeeseen tulee tomaattia, kesäkurpitsaa, munakoisoa, paprikaa, sipulia ja valkosipulia sekä mausteita.

Tuotekokeilu: Maustoin naudan paahtopaistin jo edellisenä päivänä suolalla, mustapippurirouheella, silputulla valkosipulilla sekä tuoreella timjamilla. Seuraavana päivänä otin lihan jo tuntia ennen paistamista huoneenlämpöön. Ruskistin lihan kuumalla parilalla nopeasti, ja laitoin sen uuniin 150-asteeseen. Kun lihan sisälämpötila oli 55 astetta, se oli valmista. Annoin lihan vetäytyä vartin verran ennen leikkaamista. Leikkasin lihan ohuiksi viipaleiksi ja koristelin tuoreella timjamilla. Laitoin lihan tarjolle punaviinikastikkeen kanssa, jonka valmistin Puljongin punaviinikastikepohjasta, ruokakermasta sekä tuoreesta timjamista. Laitoin kaikki ainekset kattilaan ja kiehautin, jolloin kastike oli valmista. Kermaperunoita varten sekoitin kypsät viipaleperunat, vispi- ja ruokakerman, suolan, rouhitun mustapippurin sekä pilkotun valkosipulin keskenään. Paistoin perunalisäkettä 160-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Ratatouillea varten pilkoin sipulit, paprikat, kesäkurpitsat, munakoisot ja tomaatit kuutioiksi. Maustoin kasvikset hienonnetulla valkosipulilla, suolalla sekä mus-

tapippurilla ja lisäsin joukkoon öljyä. Kypsensin kasvislisäkettä 140-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuutin ajan.

Olin oikein tyytyväinen myös tähän ruokalajiin. Lihassa oli juuri oikea kypsyysaste ja se oli todella mehevää. Aluksi minua epäilytti punaviinikastike, jonka valmistin kastikepohjasta, mutta kun siihen lisäsi kermaa ja yrttejä, se oli todella hyvää. Myös muut lisäkkeet sopivat hyvin yhteen lihan kanssa, ja ratatouille kasvislisäkkeenä toi hieman uutta sävyä ruokalistaan. Asiakkaat olivat mielissään, sillä nyt oli tarjolla heidän mielestään hieman ”hienompaa” ruokaa. Liha ja kastike olivat heidän mieleensä.

Muutosten teko: Mitään muutoksia ei tarvinnut tehdä.

Reseptin vakiointi: **Yrttimarinoitu naudan paahtopaisti; paistettua naudan paahtopaistia, punaviinikastiketta, kermaperunoita, ratatouille** (Liite 9)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

3.2.9 Pekonibroileri

Pääraaka-aineen valinta: Broilerin rintafilee on hyvin suosittu raaka-aine Suomessa, mutta Hotelli Jahtihovin päivällisellä sitä tarjottiin vain harvoin. Valitsin maustamattoman broilerin rintafileen pääraaka-aineeksi, koska se on minulle ennestään tuttu raaka-aine ja lisäksi siitä saa helposti herkullista ja terveellistä ruokaa. Jotta kevyt broileri olisi myös työmiesten mieleen, ajattelin, että rintafileet voisi kääriä pekoniin. Pekoni antaa raaka-aineelle mehevyyttä sekä hieman rasvaisuutta.

Lisäkkeiden valinta: Kastikkeeksi broilerille suunnittelin pippurikastikkeen, joka koostuu demi-glace -kastikepohjasta, kermasta, sinapista sekä erilaisista pippureista. Pippurinen kastike sopisi myös pekonin kanssa hyvin yhteen. Koska pekoni ja kastike tuovat ruokaan rasvaisuutta, ajattelin pitää peruna- ja kasvislisukkeen kevyempinä. Perunalisäkkeeksi valitsin rosmariiniperunat, jotka maustettaisiin tuoreella rosmariinilla ja paistettaisiin parilalla rapeapintaisiksi. Kasvislisäkkeeksi valitsin hunajamarinoidut uunijuurekset, jotka muodostuvat porkkanasta, palsternakasta, paprikasta, sipulista, valkosipulista, hunajasta sekä mausteista.

Tuotekokeilu: Maustoin broilerin rintafileet suolalla ja pienellä määrällä mustapippuria. Käärin jokaisen rintafileen ympärille kolme pekoniviipaletta ja laitoin fileet uunivuokaan vierekkäin. Paistoin rintafileitä 150-asteisessa uunissa noin 20 minuuttia, kunnes olivat kypsiä. Pippurikastiketta varten hienonsin mustapippurit, viherpippurit ja rosépippurit morttelissa pieneksi silpuksi. Freesasin sipulisilpun öljyssä kattilassa ja lisäsin joukkoon pippurit, demi-glace -kastikepohjan, ruokakerman, suolan sekä Dijon-sinapin. Keitin kastiketta hetken, kunnes se oli valmis. Rosmariiniperunoita varten paistoin esikypsennetyt palaperunat parilalla rapeapintaisiksi ja maustoin tuoreella rosmariinilla, suolalla sekä pienellä määrällä sokeria ja mustapippurirouhetta. Kasvislisäkkeeseen kuorin ja paloittelin porkkanat, palsternakat, paprikat ja sipulit, jotka maustoin suolalla, hunajalla, mustapippurilla ja silputulla valkosipulilla. Paistoin juureksia 150-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuutin ajan, kunnes ne olivat kypsiä.

Pekoni sopi broilerin kanssa yhteen todella hyvin, ja yhdessä pippurikastikkeen kanssa kokonaisuus oli herkullinen. Rosmariiniperunat olivat houkuttelevia niin tuoksullaan kuin maullaan ja myös uunijuurekset olivat onnistuneita. Ainoa epäkohta liittyi broileriin, joka oli hieman liian sitkeää. Kokonaisuus oli myös asiakkaiden mieleen.

Muutosten teko: Jatkossa kypsentäisin broilerin rintafileet paistomittarilla mitaten + 75-asteisiksi, jotta broileri pysyisi mahdollisimman mureana.

Reseptin vakiointi: **Pekonibroileri; pekoniin käärittyä broilerin rintafileetä, pippurikastiketta, rosmariiniperunoita, hunajamarinoituja uunijuureksia** (Liite 10)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 8. Pekonibroileri lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-27.)

3.2.10 Karjalanpaisti

Pääraaka-aineen valinta: Karjalanpaisti on perinteinen suomalainen ruoka, mutta Hotelli Jahtihovin päivällisellä sitä oli tarjottu vain harvoin. Karjalanpaistilihat ovat edullisia ja pitkällä kypsennysajalla niistä saadaan helposti herkullista ruokaa. Ajattelin tehdä karjalanpaistin perinteisellä ohjeella: perinteisiä mausteita ja pitkä kypsennysaika uunissa. Valitsin pääraaka-aineeksi Menu karjalanpaistilihan, jossa 60 % on suomalaista sianlihaa ja 40 % suomalaista naudanlihaa.

Lisäkkeiden valinta: Keitetyt perunat ovat tuttu lisäke karjalanpaistille, minkä vuoksi valitsin perunalisäkkeeksi keitetyt tilliperunat. Perunat keitettäisiin kattilassa kypsiksi ja joukkoon lisättäisiin tuoretta silputtua tilliä. Punajuurta on käytetty päivällisellä raaka-aineena vain harvoin, ja löysin mielenkiintoisen kasvislisäkkeen, joka on tehty punajuuresta. Aura-punajuuripaistokseen tulisi punajuurta, omenaa, sipulia, omenamehua, aurajuustoa, ruokakermaa sekä mausteita. Kastiketta ruoalle ei tarvittaisi, sillä karjalanpaistin liemi antaa kosteutta myös lisukkeille. Lisänä tarjottaisiin puolukkahilloa.

Tuotekokeilu: Valmistin karjalanpaistilihat pakkauksen ohjeen mukaisesti. Otin lihapalat huoneenlämpöön noin puoli tuntia ennen paistamista. Ruskistin lihat uunissa 250-asteessa noin 10 minuutin ajan, jonka jälkeen lisäsin joukkoon vettä, laakerinlehtiä, kokonaisia mustapippureita, suolaa ja kuutioitua sipulia. Haudutin karjalanpaistia 200-asteisessa uunissa noin kahden tunnin ajan, kunnes liha oli mureaa. Perunalisäkettä varten keitin perunat kypsiksi ja koristelin ne tarjoiluvaiheessa tuoreella silputulla tillillä. Aura-punajuuripaistosta varten kuorin ja hienonsin sipulin. Lisäsin joukkoon punajuurisuikaleet, omenakuutiot, omenatäysmehun, ruokakerman, murennetun aurajuuston, rouhitun mustapippurin sekä suolan. Sekoitin ainekset keskenään ja paistoin niitä 150-asteisessa uunissa noin puolen tunnin ajan.

Kaikki ruokalajit oli yksinkertaisia valmistaa, vaikka osa niistä olikin minulle täysin uusia. Karjalanpaistilihat olivat onnistuneita ja mureita, ja aura-punajuuripaistos oli täysin uudenlainen lisä päivällislistalle. Perinteiset tilliperunat sopivat myös hyvin kokonaisuuteen, ja puolukkasurvos sopi lihan kanssa nautittavaksi myös hyvin. Asiakkaat pitivät siitä, että tarjolla oli jotain näinkin perinteistä ruokaa.

Muutosten teko: Karjalanpaistilihoja voisi jatkossa kypsentää pitempäänkin kuin kaksi tuntia, jos aika riittää.

Reseptin vakiointi: **Karjalanpaisti; naudan- ja sianlihapaistia, puolukkasurvosta, keitettyjä tilliperunoita, aura-punajuuripaistosta** (Liite 11)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 9. Karjalanpaisti lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-22.)

3.2.11 Lohi Sweet Chili

Pääraaka-aineen valinta: Vaikka ruokalistalla oli jo yksi lohiruoka, päätin testata myös toista ruokaa lohesta. Lohi on herkullinen, terveellinen ja edullinen raaka-aine, joka on asiakkaiden mieleen, joten päivällislistalla voisi hyvinkin olla kaksi kirjolohesta valmistettua ruokalajia. Olin joskus aikaisemmin valmistanut makealla chilikastikkeella maustettua lohta, joten päätin ottaa sen uudelleen kokeiluun Hotelli Jahtihovissa. Kirjolohifileet maustettaisiin sweet chili -kastikkeella, sitruunamehulla ja suolalla.

Lisäkkeiden valinta: Sitruuna sopii lohen kanssa yhteen hyvin, joten suunnittelin perunalisäkkeeksi sitruunaperunat. Perunat valmistettaisiin esikypsennetyistä palaperunoista, jotka maustettaisiin perinteisillä mausteilla sekä sitruunamehulla ja -kuorella. Kasvislisäkkeenä ajattelin tarjota yrttimarinoituja juureksia, jotka muodostuisivat porkkanasta, palsternakasta, sipulista sekä erilaisista yrttimausteista. Kastikkeeksi suunnittelin chili-kermaviilikastikkeen, johon tulee kermaviiliä, sweet chili -kastiketta sekä suolaa.

Tuotekokeilu: Maustoin kirjolohifileet suolalla, sitruunamehulla ja sweet chili -kastikkeella, ja paistoin niitä 150-asteisessa uunissa, kunnes lohen

sisälämpötila oli 55 astetta. Koristelin lohifileet tarjoiluvaiheessa tuoreella tillillä ja sitruunalohkoilla. Sitruunaperunoita varten maustoin kypsät palaperunat sitruunamehulla ja -kuorella, hunajalla, suolalla sekä mustapippurirouheella. Paistoin perunoita parilalla oliiviöljyssä, kunnes perunat olivat kuumia ja niissä oli kaunis ruskea pinta. Koristelin tarjoiluvaiheessa perunat tuoreilla yrteillä. Kasvislisäkettä varten kuorin ja pilkoin porkkanat, palsternakat ja sipulit kuutioiksi ja maustoin ne suolalla, tuoreella timjamilla, kuivatulla basilikalla ja mustapippurilla. Pyörittelin juurekset öljyssä ja paistovaiheessa asettelin niiden päälle pieniä voinokareita. Paistoin juureksia 140-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuuttia. Koristelin kasvislisäkkeen tarjoiluvaiheessa persiljalla.

Asiakkaat olivat jälleen kerran tyytyväisiä siitä, että tarjolla oli lohta ja he söivät sitä paljon. Lohi ja muut lisäkkeet olivat helppoja valmistaa. Sitruunaperunat olivat minulle täysin uusi tuttavuus, ja maultaan ne olivat mielenkiintoisia ja sopivat hyvin lohen kanssa yhteen. Chilin maku ei maistunut lohesta niin paljoa, kuin olin alunperin ajatellut.

Muutosten teko: Makea chilikastike maistui lohesta vain hieman, joten jatkossa kala maustettaisiin hieman reilummin sweet chili -kastikkeella, jotta chilin maku olisi hieman voimakkaampi.

Reseptin vakiointi: **Lohi Sweet Chili; makealla chilikastikkeella kuorrutettua lohta, sitruunaperunoita, yrttimarinoituja kasviksia** (Liite 12)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

3.2.12 Ylikypsä BBQ-porsas

Pääraaka-aineen valinta: Koska pulled pork eli revitty porsas on suuri trendi ruoanvalmistuksessa tällä hetkellä, valitsin porsaankasslerin pääraaka-aineeksi. Rasvaista, jänteistä ja kuivaa porsaankassleria vierastetaan joskus, mutta tavoitteenani oli tehdä mureaa, revittyä porsasta sivuten edellä mainittua trendiruokalajia. Porsaankassler on lisäksi hyvin edullinen raaka-aine, joten se sopi listallemme hyvin.

Lisäkkeiden valinta: Kastikkeeksi revitylle porsaalle suunnittelin barbequekastikkeen, jolle löysin monenlaisia eri variaatioita. Yhdistelin eri reseptejä ja lopputulos oli kastike, johon tuli rypsiöljyä, sipulia, valkosipulia, Coca

Colaa, ketsuppia, punaviinietikkaa sekä soijakastiketta. Lisäkkeiksi lihalle ja kastikkeelle tulisivat lohkoperunat sekä grillikasvikset, sillä ne sopivat samaan barbeque- ja grillityyliin Lohkoperunat paistettaisiin parilalla ja maustettaisiin suolalla, mustapippurilla, jauhetulla valkosipulilla sekä kuivatulla timjamilla. Grillikasviksiin tulisi sipulia, paprikaa, kesäkurpitsaa, miniluumutomaatteja ja valkosipulia, jotka maustettaisiin suolalla, mustapippurilla ja grillimausteella.

Tuotekokeilu: Aloitin porsaankasslerin valmistuksen jo edellisenä päivänä marinoimalla sen ja paistamalla kypsäksi. Marinadiin tuli suolaa, jauhettua korianteria, inkivääriä, mustapippuria sekä runsaasti ruokosokeria. Annoin lihan kypsyä noin 100-asteisessa uunissa 5-6 tuntia, kunnes lihan sisälämpötila oli 90 astetta. Siivosin rasvat ja jänteet pois, ja revin lihan pieniksi suikaleiksi. Tarjoilin lihan barbequekastikkeen kanssa, jota varten kuullotin silputun sipulin ja valkosipulin öljyssä, ja lisäsin joukkoon Coca Colaa, ketsuppia, punaviinietikkaa ja soijakastiketta. Keitin kastiketta kokoon noin puoli tuntia, kunnes seos oli sopivan paksuista. Esikypsennetyt lohkoperunat kuumensin parilalla voin ja öljyn sekoituksessa ja maustoin suolalla, mustapippurilla, hienonnetulla valkosipulilla ja timjamilla. Kasvislisäkettä varten kuutioin sipulit, punaiset ja keltaiset paprikat sekä kesäkurpitsat. Kuutioidut kasvikset, valkosipulinkynnet ja miniluumutomaatit maustoin suolalla, mustapippurilla ja grillimausteella.

Tämä ruokalaji oli minulle täysin uusi, ja olin yllättynyt siitä, kuinka herkullinen kokonaisuus tästä tuli. Porsaasta tuli hyvin mureaa, kastike oli herkullista, perunat sopivan rapeita ja kasvikset kokonaisuuteen sopivia. Asiakkaatkin olivat mielissään kyseisestä ruoasta, vaikka joidenkin mielestä barbequekastike oli hieman liian makeaa. Muuten ruokalaji oli oikein onnistunut.

Muutosten teko: Muutin barbequekastikkeen erilaiseksi, sillä edellinen versio oli epäterveellinen. Korvasin Coca Colan fariinisokerilla ja omenamehulla, ja lisäsin mausteeksi hp-kastiketta. Kokeilin uutta kastiketta myös käytännössä, ja mielestäni se oli myös maultaan parempi kuin edeltäjänsä.

Reseptin vakiointi: **Ylikypsä BBQ-porsas; revittyä porsasta, barbequekastiketta, lohkoperunoita, grillikasviksia** (Liite 13)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, saatavana myös gluteenittomana

3.2.13 Yrttibroileri

Pääraaka-aineen valinta: Broilerinsisäfilee on erinomainen raaka-aine, joten päätin käyttää sitä myös toiseen ruokalajiin. Pesto sopii hyvin broileriruokien kanssa, joten päätin kokeilla miten yrttiöljyllä kuorrutettu broilerinsisäfilee sopisi päivällislistalle.

Lisäkkeiden valinta: Valitsin perunalisäkkeeksi lintuperunat, eli esikypsennetyistä pienistä palloperunoista valmistetut paistetut perunat. Perunat kypsyvät nopeasti ja niihin tulee paistettaessa herkullinen rapea pinta. Kasvislisäkkeeksi valitsin juuresgratiinin, joka tuo hieman rasvaisuutta muuten niin kevyeen kokonaisuuteen. Juuresgratiiniin tulee porkkanaa, palsternakkaa, juuriselleriä ja sipulia, jotka maustetaan suolalla, valkosipulijauheella ja kuivatuilla yrteillä, ja päälle tulee kermaa ja juustoraastetta. Juuresgratiini paistetaan uunissa kypsäksi ja pinta jää juustoraasteen ansiosta rapeaksi. Ohessa tarjotaan pestokastiketta, jota saa halutessaan lisätä broilerin päälle.

Tuotekokeilu: Maustoin broilerinsisäfileet suolalla, laitoin ne uunivuokaan ja päälle levitin ohuen kerroksen pestokastiketta. Laitoin vuoan 160-asteiseen uuniin noin 10 minuutin ajaksi, kunnes broilerinsisäfileet olivat kypsiä. Perunalisäkettä varten maustoin esikypsennetyt lintuperunat suolalla ja valkosipulijauheella. Paistoin lintuperunoita parilalla noin kymmenen minuutin ajan, kunnes ne olivat kuumia ja rapeapintaisia. Juureslisäkkeeseen kuorin ja kuutioin porkkanat, palsternakat ja juurisellerin pieniksi kuutioiksi ja maustoin juurekset suolalla, kuivatulla timjamilla, valkosipulijauheella sekä hunajalla. Kaadoin juureksien joukkoon kerman ja päälle ripottelin juustoraastetta. Kypsensin juuresgratiinia uunissa 160 asteessa noin tunnin ajan, kunnes juurekset olivat kypsiä ja pinta rapea.

Tämä ruoka oli hyvin tavallinen, mutta silti oikein hyvän makuinen. Pestokastike toi mehevyyttä broileriin ja lintuperunat olivat sopivan rapeita. Juuresgratiini toi rasvaisuutta kokonaisuuteen. Minä ja henkilökunta olimme tyytyväisiä kokonaisuuteen, mutta asiakkailta ei tullut palautetta.

Muutosten teko: Broilerin sisäfileen vierellä tarjottaisiin pestokastiketta, jotta sitä voisi lisätä broilerin päälle halutessaan.

Reseptin vakiointi: **Yrttibroileri; broilerin sisäfileetä, pestokastiketta, lintuperunoita, juuresgratiini** (Liite 14)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 10. Yrttibroileri lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-03.)

3.2.14 Naudanjauhelihapihvit

Pääraaka-aineen valinta: Jauhelihapihvit ovat tuttu ruokalaji Jahtihovin päivällisellä. Suosionsa vuoksi päätin pitää ne listalla. Jauhelihapihvit ovat perinteisesti valmistettu naudanjauhelihasta, korppujauhosta, kermasta, vedestä, kananmunista ja mausteista. Pääraaka-aineena päätin käyttää naudanjauhelihaa, jossa on rasvaa 15–17 %.

Lisäkkeiden valinta: Ennen jauhelihapihvien kastikkeena on ollut demi-glace -kastikepohjasta, kermasta ja sinapista tehty kastike. Tomaattiseen pohjaan tehtyä kastiketta ei ollut koskaan käytetty, joten suunnittelin pihveille tomaattimurskasta, valkosipulista, sipulista, tuoreista yrteistä ja mausteista tehdyn maukkaan kastikkeen. Perunoiksi valitsin kermaperunat, eli viipaleperunoista ja kermasta tehdyt, uunissa kypsennetyt perunat. Kasvislisäkkeenä toimii värikäs kasvispaistos, joka on tehty paprikoista, sipuleista, kesäkurpitsoista sekä mausteista.

Tuotekokeilu: Valmistin jauhelihapihvit perinteistä jauhelihamurekkeen ohjetta käyttäen: sekoitin gluteenittomat korppujauhot ja laktoosittoman vispikerman ja veden keskenään, lisäsin joukkoon kananmunat, hienonnetun sipulin, suolaa, mustapippuria, kuivattua basilikaa ja oreganoa sekä naudanjauhelihan. Muotoilin mureketaikinasta jauhelihapihvejä ja kypsensin ne 150-asteisessa uunissa 65-asteisiksi. Yrtti-tomaattikastiketta varten freesasin silputun sipulin ja valkosipulin öljyssä kattilassa ja lisäsin joukkoon tomaattimurskan, suolan, sokerin, kuivatun oreganon, mustapippurin, punaviinietikan sekä tuoreen basilikan. Keitin kastiketta hetken, kunnes se oli val-

mista. Kermaperunoita varten sekoitin kypsät viipaleperunat, kermat, suolan, mustapippurin ja pilkotun valkosipulin keskenään. Paistoin perunalisäkettä 160-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Kasvispaistosta varten paloittelin paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit, jotka maustoin suolalla, hunajalla sekä tuoreella valkosipulilla. Paistoin kasviksia 160-asteisessa uunissa noin 10 minuutin ajan. Paiston loppupuolella lisäsin joukkoon säilykeananaspalat. Vihreät pavut kypsensin 100-asteisessa uunissa höyryssä noin 10 minuutin ajan. Lopuksi sekoitin kaikki kasvikset yhteen.

Tämä ruokalaji oli minulle oikein tuttu ja helppo valmistaa, sillä olin valmistanut sitä aiemminkin Hotelli Jahtihovissa. Sovelsin kuitenkin yrtti-tomaattikastikkeesta omanlaiseni, ja siitä tuli erittäin herkullinen – aina ei tarvitse olla kastikkeen pohjana kermaa. Rasvaisuutta ruokaan tuli kermaperunoista ja kasvikset toivat raikkautta. Myös asiakkaat olivat tyytyväisiä tähän ruokalajiin, vaikka se olikin jo ennestään tuttu.

Muutosten teko: Ei muutoksia.

Reseptin vakiointi: **Naudanjauhelihapihvit; paistettuja naudanjauhelihapihvejä, yrtti-tomaattikastiketta, kermaperunoita, värikäs kasvispaistos** (Liite 15)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 11. Naudanjauhelihapihvit lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-11.)

3.2.15 Paistetut muikut

Pääraaka-aineen valinta: Muikkuja ei ollut tarjoiltu Hotelli Jahtihovin päivällisellä aikaisemmin. Muikku on edullinen kala, josta saa paistettuna erinomaista ruokaa, minkä vuoksi valitsin kyseisen raaka-aineen mukaan listalle. Muikkujen tulee olla valmiiksi perattuja, sillä perkaus veisi keittiössä turhaa aikaa. Perinteisesti muikut pyöritellään ruisjauhoissa, maus-

tetaan suolalla ja paistetaan paistinpannulla rapeiksi. Otin muikut tuotekokeiluun kyseistä ohjetta noudattaen.

Lisäkkeiden valinta: Paistettujen muikkujen kanssa on aina perinteisesti tarjottu maitoon ja voihin tehtyä perunamuusia, enkä poikennut tälläkään kertaa perinteistä. Ajattelin pitää myös kasvislisäkkeen helppona ja suomalaisena: paahdettuja juureksia. Valitsin juureksiksi porkkanaa, palsternakkaa ja juuriselleriä, jotka maustan suolalla, hunajalla, valkosipulijauheella sekä kuivatuilla yrteillä. Paistovaiheessa laitan juureksien päälle voinokareita ja paistan uunissa kypsiksi. Kokonaisuuden kanssa tarjoilen perinteisesti puolukkahilloa.

Tuotekokeilu: Huuhtelin tuoreet muikut kylmässä vedessä ja laitoin valumaan. Juuri ennen tarjoilua pyörittelin muikkuja ruisjauhoissa ja paistoin ne kuumalla parilalla voin ja öljyn seoksessa kypsiksi. Maustoin muikut paistovaiheessa suolalla, lisäsin joukkoon tuoretta silputtua tilliä ja tarjoilin ne välittömästi. Perunamuusin valmistin kattilassa pakasteperunamuusista. Lisäsin joukkoon kevytmaitoa, voita ja suolaa. Kun muusi oli kiehuvan kuumaa, se oli valmista. Koristelin muusin tarjoiluvaiheessa silputulla tillillä. Kasvislisäkettä varten kuorin ja pilkoin porkkanat, palsternakat sekä juurisellerin kuutioiksi. Maustoin juurekset suolalla, hunajalla, valkosipulijauheella sekä kuivatuilla yrteillä, ja lisäsin juureksien päälle pieniä voinokareita. Paistoin kasviksia 160-asteisessa uunissa noin 20 minuutin ajan, kunnes olivat sopivan kypsiä. Kokonaisuuden kanssa tarjoilin puolukkahilloa.

Asiakkaat olivat erityisen tyytyväisiä tämän päivän ruokaan. Muikut olivat heidän mielestään herkullisia ja myös lisukkeet olivat onnistuneita. Myös minun ja henkilökunnan mielestä ruoka oli onnistunutta ja se pidettäisiin ehdottomasti listalla mukana. Ainoa negatiivinen asia oli, että muikut eivät säilyneet rapeina noutopöydässä.

Muutosten teko: Noutopöydässä seistessään rapeat muikut muuttuivat pehmeämmiksi, eivätkä olleet enää ulkonäöllisestikään niin houkuttelevia kuin vastapaistetut. Jatkossa muikkuja tulisi paistaa pienissä erissä niin, että asiakkailla olisi kokoajan saatavilla rapeita muikkuja. Osa muikuista tulisi jättää ilman ruisjauhoa ja paistaa erikseen paistinpannulla, jotta ne olisivat myös keliaakikoille sopivia.

Reseptin vakiointi: **Paistetut muikut; voissa paistettuja muikkuja, puolukkasurvosta, perunamuusia, paahdettuja uunijuureksia** (Liite 16)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, saatavana gluteenittomana

KUVA 12. Paistetut muikut lisukkeineen (Kilpilinna 2014-01-29.)

3.2.16 Sinappimarinoitu porsaan ulkofilee

Pääraaka-aineen valinta: Porsaan ulkofilee oli tuttu raaka-aine Hotelli Jahtihovin päivällisellä. Asiakkailta oli tullut positiivista palautetta kyseisestä raaka-aineesta, minkä vuoksi päätin pitää raaka-aineen listalla. Edullisen hinnan vuoksi raaka-aine sopisi listalle myös jatkossa. Porsaan ulkofilee maustettaisiin suolalla, pippurilla, sinapilla sekä tuoreilla yrteillä.

Lisäkkeiden valinta: Jotta sinapin maku korostuisi, suunnittelin lihan ohelle sinappikastikkeen, johon tulee demi-glace -kastikepohjaa, kermaa, Dijon-sinappia sekä mausteita. Kastikepohja ja kerma pehmentävät sinapin terävää makua, jolloin kokonaisuudesta tulee porsaan ulkofileelle sopiva, pehmeä kastike. Perunalisäkkeeksi valitsin valkosipulikermaperunat, jotka tehtäisiin viipaleperunoista, kermasta, valkosipulista sekä mausteista. Kasvislisäkkeeksi tulisi yrttimarinoituja kasviksia, jotka sopivat hyvin yhteen muiden lisäkkeiden kanssa. Paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit maustettaisiin suolalla, hunajalla sekä yrteillä ja paistettaisiin uunissa kypsiksi.

Tuotekokeilu: Laitoin porsaan ulkofileen marinoitumaan jo edellisenä päivänä. Tein marinadin öljystä, suolasta, rouhitusta mustapippurista, tuoreesta timjamista sekä Dijon-sinapista. Seuraavana päivänä ruskistin lihan parilalla ja kypsensin sitä 150-asteisessa uunissa, kunnes sisälämpötila oli 68 astetta. Annoin lihan vetäytyä folion alla noin 10 minuutin ajan ennen leikkausta. Leikkasin lihan ohuiksi viipaleiksi ja tarjoilin sinappikastikkeen kanssa. Sinappikastikkeen valmistin liedellä kattilassa. Sekoitin demi-glace -kastikepohjan, vispikerman,

Dijon-sinapin, suolan ja mustapippurin keskenään ja kiehautin. Lopuksi lisäsin Maizena-pikasuurusteen ja kiehautin uudelleen. Valkosipulikermaperunat tein esikypsennetyistä viipaleperunoista. Lisäsin joukkoon ruokakerman, vispikerman, hienonnetun valkosipulin, suolan ja mustapippurin, ja kypsensin 150-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Kasvislisäkettä varten paloittelin paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit, jotka maustoin suolalla, hunajalla sekä tuoreella timjamilla. Kypsensin kasviksia parilalla noin 10 minuutin ajan, kunnes olivat kypsiä.

Porsaan marinadi oli onnistunut, ja yrtit ja sinappi maistuivat juuri sopivasti. Vaikka lihan leikkausvaiheessa osa lihasnesteistä valui pois, liha pysyi murena. Valkosipulikermaperunoissa oli miellyttävä valkosipulin maku ja kasvikset toivat lisää yrttisyyttä kokonaisuuteen. Asiakkaille kyseinen ruokalaji oli tuttu, mutta myös he olivat tyytyväisiä.

Muutosten teko: Liha ei ehtinyt vetäytyä tarpeeksi, eli 10 minuutin vetäytymisajalla ei saatu parasta mahdollista mureusastetta. Jatkossa jos lihan kypsentäisi aikaisemmin, vetäytymisaika voisi olla lähempänä puolta tuntia. Tällöin lihasnesteet eivät irtoaisi niin helposti, ja lihasta tulisi mureampaa.

Reseptin vakiointi: **Sinappimarinoitu porsaan ulkofilee; paistettua porsaan ulkofileetä, sinappikastiketta, valkosipuliperunoita, yrttimarinoituja kasviksia** (Liite 17)

Erityisruokavaliot: Laktoositon, gluteeniton

KUVA 13. Sinappimarinoitu porsaan ulkofilee lisukkeineen (Kilpilinna 2014-02-05.)

3.2.17 Ruokalistan kokoaminen

Päivällislistasta (Liite 18) tuli maanantaista torstaihin kestävä neljän viikon kiertävä lista. Jokaiselle päivälle tuli täysin erilaiset ruoat, joiden hinta-laatusuhde on hyvä. Jokaisen päivän päivälliseen kuuluu runsas salaattipöytä, maukas pääruoka peruna- ja kasvislisukkeineen, ruokajuomat, leipä-

valikoima sekä jälkiruoaksi kahvi tai tee. Ruoan tyyli on kotiruokaa, joka käy jokaisen suomalaisen makuun ja on myös ulkomaalaisille helposti lähestyttävää. Päivällinen sopii niin kokousasiakkaille, työmiehille kuin lapsiperheillekin. Kokin näkökulmasta ruoat on yksinkertaisia valmistaa ja annoskorttien avulla myös uusi kokki oppii ruokien valmistuksen helposti. Ruokalistapohjat ja annoskorit on luotu niin, että niihin on tulevaisuudessa helppo tehdä muutoksia. Loin päivällislistan myös englanniksi (Liite 19), joten nyt päivällisen myynti myös ulkomaalaisille asiakkaille on helppoa.

Jokaiselle viikon listalle tuli yksi linturuoka, yksi kalaruoka ja kaksi liharuokaa. Linturuoista kaksi oli broilerin rintafileetä, yksi broilerin sisäfileetä ja yksi kalkkunanfileepihvi. Kalaruoista kaksi oli kirjolohifileetä, yksi muikkua ja yksi alaskanseitiä. Liharuoan pääraaka-aineina käytettiin naudanjauhelihaa, makkaroita, hirvenlihaa, naudan paahtopaistia, naudan- ja sianlihasekoitusta, porsaankassleria sekä porsaan ulkofileetä. Maanantaista tuli linturuokapäivä, keskiviikosta kalaruokapäivä, ja tiistaina ja torstaina tarjottaisiin liharuokia. Ruokalistan ruoat pyrittiin järjestämään niin, että myös lisukkeiden raaka-aineet olisivat monipuolisia kullakin viikolla. Esimerkiksi perunamuusia tarjottiin jokaisena viikkona vain kerran, ja muutenkin pyrin siihen, että kasvislisäkkeet olisivat vaihtelevia. Otin kunkin ruokalajin kohdalla huomioon myös ruokien valmistustavat, ja jokaisena päivänä käytettiin uunin lisäksi myös liettä tai parilaa.

Melkein jokainen ruokalaji on erityisruokavaliomerkinnöiltään laktoositon ja gluteeniton. Jokainen ruokalaji on kuitenkin saatavana laktoosittomana ja gluteenittomana. Erityisruokavaliomerkinnät on nähtävissä ruokalistoista ja annoskorteista on helppo tarkistaa kunkin ruokalajin sisältämät raaka-aineet. Lisäksi annoskorteista näkee raaka-aineiden määrät, hinnat sekä katteet ja muut kulut.

Annoskorteista käy ilmi lisäksi ruokalajien kypsennyshävikit, annoskoot, annosmäärät sekä annoshinnat kullekin lisukkeelle. Lisäksi näkyvillä on koko ruokalajin annoskoko, annoshinta sekä ruoan valmistukseen käytettävä työaika ja siitä laskettava palkka. Laskin työntekijän tuntipalkaksi sosiaaliturvamaksuineen 16 euroa, joka on peruspalkka hotelli- ja ravintola-alalla. Verolliseksi myyntihinnaksi kullekin ruokalajille olen asettanut 15 euroa ja arvonlisäveroksi 14 %. Luomani taulukko on antamani tietojen pohjalta laskenut kunkin ruokalajin annokselle ainekulut, myyntikatteen, työkustannukset, palkkakatteen, muut kulut sekä käyttökatteen. Ainekulut muodostuvat ruokalajiin käytettävistä raaka-aineista ja muut kulut salaattipöydästä ja muista lisukkeista sekä energiasta ja muista maksuista.

Annoskorttien myötä raaka-aineiden tilaus on helppoa, sillä raaka-aineet ja niiden määrät ovat selkeästi näkyvillä. Jokainen annoskortti on laskettu kymmentä ruokailijaa kohti, joten annoskortin avulla on helppo laskea määrät myös isommille ryhmille. Jatkossa ruokalajeja on helppo kehittää annoskorttien pohjalta ja annoskorttipohjalle on helppo laskea uuden ruokalajin kulut ja katteet.

4 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda Hotelli Jahtihoville kiertävä päivällislista, ottaen huomioon asiakkaiden sekä hotellin omistajien ja henkilökunnan mielipiteet. Lisäksi tavoitteena oli kehittää omaa ammattitaitoani ruokalistasuunnittelussa. Tavoitteet saavutettiin, ja nyt päivällislista on valmiina otettavaksi käyttöön.

4.1 Peilaus teoriaan

Opinnäytetyön alussa esitetty teoriatieto otettiin huomioon koko ruokalistasuunnitteluprosessin ajan. Teoriatietoa sovellettiin käytäntöön monipuolisesti mahdollisimman moni yksityiskohta huomioon ottaen. Ruokalistasuunnittelun vaiheet toteutuivat seuraavanlaisesti:

- Runkoruokalistan suunnittelu; suunnittelu lähti liikeelle pääraaka-aineen valinnasta sekä valmistustavasta – ruokalaji nimettiin pääraaka-aineen mukaan
- Ateriakokonaisuuksien suunnittelu; lisäkkeiden valinta – lisäkkeet suunniteltiin pääraaka-aineelle sopiviksi ja tekivät kokonaisuudesta toimivan
- Mahdollisten muutosten teko; mahdolliset muutokset tehtiin tuotekokeilujen jälkeen

Valitsin opinnäytetyöni kannalta tärkeimmiksi ruokalistan suunnitteluun vaikuttaviksi tekijöiksi gastronomiset tekijät, ravitsemussuositukset, erityisruokavaliot, tilat, koneet ja laitteet, henkilöstön määrän ja ammattitaidon, työajat ja työvuorolistan sekä kustannustekijät ja raaka-aineet.

Gastronomiset tekijät eli ruoan aistinvaraiset ominaisuudet pyrittiin ottamaan mahdollisimman laajasti huomioon listaa suunnitellessa. Tuotekokeiluja tehdessä ruoan maku, tuoksu, ulkonäkö, rakenteet ja värit huomioitiin ja niihin tehtiin tarvittaessa muutoksia. Ruoan värit pyrittiin pitämään mahdollisimman monipuolisina, ja varsinkin kasviksilla saatiin helposti monipuolisuutta väreihin. Väriympyrää ei otettu huomioon ruokia suunnitellessa, vaan valitsin omaa silmää miellyttäviä väriyhdistelmiä. Värikkäitä yhdistelmiä suosittiin, sen sijaan harmaata ja oliivin vihreää pyrittiin välttämään. Muotoilulla sai myös vaihtelevuutta ruokalajeihin. Etenkin kasviksia oli helppo muotoilla erilaisiksi, mikä toi vaihtelua salaattipöytään sekä kasvislisukkeeseen. Esimerkiksi porkkanasta sai täysin erinäköisen riippuen sen muotoilusta; viipaleita, suikaleita, palkkeja, pieniä kuutioita ja isompia kuutioita. Erilaisia koostumuksia pyrittiin yhdistelemään. Esimerkiksi kiinteämmälle pääraaka-aineelle, kuten broilerille, suunniteltiin kastike, kun taas nestemäiselle pääraaka-ainelle, kuten karjalanpaistille ja sen liemelle, ei tarvinnut kastiketta lainkaan.

Ravitsemussuositusten pohjalla käytettiin suomalaisia ravitsemussuosituksia. Asiakkaat eivät nauti Hotelli Jahtihovin päivällistä päivittäin, joten ravitsemussuositusten täsmällinen noudattaminen ei ollut tarpeen. Halusin kuitenkin varmistaa, että asiakas saa päivällisellä tasapainoista ja monipuolista ruokaa. Ravitsemussuositusten mukainen suunnittelu näkyy päivällisellä seuraavanlaisesti:

- Leipävalikoima sisältää leipiä, joissa on täysviljaa ja joiden kuitupitoisuus on korkea

- Hyviä hiilihydraatteja saa myös salaateista sekä kasvislisukkeista
- Ruokajuomavaihtoehtona vähärasvainen tai rasvaton maito
- Levitevaihtoehtona kasviöljypohjainen levite
- Piilorasvoja ei ole, sillä päivällisellä ei käytetä valmisruokia
- Salaattipöydässä on aina saatavilla jokin proteiinia sisältävä salaatti
- Ruoanvalmistuksessa sokerin tilalla käytetään monesti hunajaa
- Suolan määrä pidetään kohtuullisena
- Puolet päivällisellä tarjotuista pääruoista on vaaleaa lihaa
- Joka päivä on saatavilla kasvislisuke
- Kasvispääruokavaihtoehto on aina saatavilla kysyttäessä

Päivällislista suunniteltiin niin, että kaikkia ruoat valmistetaan gluteenittomina ja laktoosittomina muutamaa poikkeusta lukuunottamatta. Kuitenkin aina on saatavilla myös gluteeniton ja laktoositon vaihtoehto. Ruokalistoissa lukee gluteenitonta ja laktoositonta ruokavaliota koskevat merkinnät. Muita ruoka-aineallergioita ei oteta ruoanvalmistuksessa huomioon. Asiakkaita pyydetään ilmoittamaan mahdolliset muut ruoka-aineallergiat hotellin henkilökunnalle hyvissä ajoin ennen ruokailuun saapumista. Henkilökunta ottaa tarvittaessa selvää, jos ilmenee ruoka-aineisiin liittyviä epäselvyyksiä. Epäselvyydet on helppo tarkastaa annoskorteista.

Hotelli Jahtihovissa on käytössään yleisimmät keittiölaitteet: monitoimiuuni, parila, liesi sekä lämpökaappi. Vaikka hotellin keittiössä valmistettavat määrät ovat usein pieniä, otin laitekuormituksen huomioo ruokalistasuunnittelussa. Suunnittelin ruoat niin, että keittiölaitteita käytettiin mahdollisimman monipuolisesti - jokaisella päivällisellä käytettiin monitoimiuunin lisäksi parilaa tai liettä. Lämpökaappi varmistaa sen, että ruoat pysyvät lämpiminä esillepanoon saakka.

Hotelli Jahtihovissa ruoanvamistus on melko vähäistä, joten keittiötyöntekijöitä on vain yksi. Lisäksi hotellissa työskentelevät harjoittelijat saattavat ottaa osaa ruoanvalmistukseen. Otin keittiötyöntekijöiden pienen määrän huomioon ruokalistasuunnittelussa – ruokalajit olivat yksinkertaisia ja nopeita valmistaa.

Kustannustekijät ruokalistasuunnittelussa jakautuivat tasaisesti eri tekijöiden välillä ja ne pyrittiin pitämään mahdollisimman alhaisina. Raaka-ainekustannuksien ja työkustannuksien välillä pyrittiin pitämään tasapaino; suurin osa ruokalajeista on kokonaan itse valmistettuja, mutta välillä myös puolivalmisteita. Esimerkiksi jauhelihamurekkeet ja -pihvit sekä muut liharuoat ovat itsetehtyjä, sillä näin varmistetaan niiden herkullinen maku ja hyvä laatu. Sen sijaan osa perunalisäkkeistä on puolivalmisteita, sillä niiden kuoriminen ja kypsentäminen vie paljon työntekijälkustannuksia ja aikaa. Tavoitteena on käyttää vain puolivalmisteita, jotka ovat laadukkaita.

Asiakaskeskeisyys oli mukana koko ruokalistasuunnittelu- ja tuotekehitysprosessin ajan. Asiakastyytyväisyyskyselyllä varmistettiin, että ruokalistaa lähdettiin suunnittelemaan asiakkaiden näkökulmasta, ja että ruokalistasta tulisi asiakkaiden näköinen. Myös tuotekokeiluvaiheessa kuuntelin asiakkaiden mielipiteitä ja muokkasin ruokia palautteiden mukaisesti.

4.2 Ruokalistan markkinointi

Asiakaspalautteiden perusteella päivällisen yksi heikoimmista kohdista oli puutteellinen markkinointi. Asiakkaat, jotka eivät olleet syöneet aikaisemmin päivällistä Hotelli Jahtihovissa, kertoivat, etteivät olleet tienneet mahdollisuudesta syödä päivällistä - jopa 40 % heistä vastasi syyksi tämän. Lisäksi olin itse huomannut, että markkinoinnin vähyys oli suurin tekijä sille, että päivällisen ruokailijamäärät olivat vähäiset. Tämän vuoksi käsittelen ruokalistan markkinointi pohdinnassa ja annan pieniä vinkkejä, miten markkinointia voitaisiin lisätä ja parantaa.

Ruokalistan markkinoinnissa asetin tärkeimmäksi tekijäksi markkinoinnin helppouden ja edullisen hinnan. Nykyaikana on monia eri kanavia, joita käyttämällä markkinointi on helppoa ja edullista, jopa ilmaista. Markkinoinnissa pääpainona minulla oli markkinoinnin suunnittelu hotellin asiakkaille, ja päivällisen olemassaolon tiedottaminen heille lisäisi ruokailijamääriä merkittävästi. Päivällisen markkinointia voitaisiin kohdistaa myös muille, mutta pääpainona olisivat hotellin asiakkaat.

Jos päivällislista otetaan Hotelli Jahtihovissa käyttöön, päivällistä tarjotaan hotellilla säännöllisesti, jolloin markkinointikin on helpompaa. Kun ruokalistat olisivat esillä hotellin tiskillä ja ilmoitustaululla, ne tavoittaisivat jo huomattavan osan hotellin asiakkaista. Hotelli Jahtihovilla on internetsivut, joille voidaan laittaa mainos päivällisestä sekä kunkin viikon päivällislista. Hotellilla on lisäksi omat sivut Facebookissa, ja siellä voitaisiin mainita päivittäin kyseisen päivän ruokalaji. Näin sosiaalisen median kautta tavoitettaisiin asiakkaat päivittäin. Myös vastaanottohenkilökunta saisi markkinoitua päivällistä helposti asiakkaille. He voisivat asiakkaan sisäänkirjauksen yhteydessä mainita päivällisen olemassaolosta ja kertoa, mitä sinä päivänä olisi tarjolla. Ruokalistojen avulla henkilökunnan on helppo kertoa jokaisen viikon ruokalajeista.

Jos markkinoinnilla haluttaisiin tavoittaa myös hotellin ulkopuoliset potentiaaliset asiakkaat, voisi hotellin kulmalle asettaa pienen katumainoksen, jossa olisi maininta päivällisestä sekä kyseisen päivän ruokalaji. Koska hotelli sijaitsee lähellä keskustaa, katumainos tavoittaisi monet ohikulkijat. Lisäksi, jos päivällistä haluttaisiin markkinoida vieläkin enemmän, voisi Savon Sanomiin laittaa pienen lehtimainoksen. Tällöin markkinointi tavoittaisi entistä suuremman määrän potentiaalisia asiakkaita.

4.3 Lopuksi

Olen tyytyväinen suunnittelemaani päivällislistaan sekä opinnäytetyöhöni kokonaisuudessaan. Päivällislistasta tuli sekä Hotelli Jahtihovin että minun itseni tyylinen, ja mielestäni kaikki suunnittelemani ruokalajit ovat onnistuneita. Lisäksi opinnäytetyö itsessään, teoria- ja käytännönosuudet mukaan luettuina, on onnistunut. Työllä on selkeä runko, se on sisällöltään erittäin kattava ja sen kautta tuon ilmi opintojeni aikana oppimiani asioita. Myös opinnäytetyön ohjaaja sekä toimeksiantaja ovat tyytyväisiä aikaansaannoksiini.

Opinnäytetyöprosessi oli mielenkiintoinen 1,5 vuoden kokemus. Opinnäytetyöstä tuli sen tyylinen, mitä oli alun perin ajatellut, mutta prosessin aikana se ehti muuttua moneen otteesen. Vei aikaa ennen kuin tajusin, mikä sen oikea muoto tulisi olemaan ja miten päivällislistasta muodostuisi sellainen kuin siitä tuli. Prosessissa olisi varmasti ollut tekemistä myös kahdelle, mutta yksin siitä sai täysin omannäköisensä. Jos työtä haluttaisiin jatkaa pidemmälle, voisi markkinointiin painottua enemmän. Sekä päivällislistan että koko hotellitoiminnan markkinoinnissa löytyisi varmasti lisää kehitettävää ja siitä voisi saada oman aiheensa tutkimukselle.

Jotain olisi kuitenkin voinut tehdä vielä paremmin. Teoriaosio on onnistunut, mutta siinä olisi voinut käsitellä asioita vieläkin yksityiskohtaisemmin. Ruokalistasuunniteluun vaikuttavia tekijöitä olisi voinut käsitellä laajemmin. Esimerkiksi kestävän kehityksen huomioiminen on ajankohtaista, ja trendien ja sesonkien huomioonottaminen olisi tuonut uusia näkökulmia listan suunnitteluun. Jokin raja oli kuitenkin asetettava, ettei teoriaosuudesta tulisi liian laaja. Niinpä ruokalistasuunnittelusta tuli opinnäytetön ydin, ja tuotekehitys tuki sitä sivussa. Käytännön osuuskin olisi voinut olla laajempi. Jos minulla olisi ollut aikaa, olisin voinut testata ruokia useampaan otteeseen ja näin hioa ruokalistaa ja annoskortteja vieläkin täydellisemmiksi. Näin olisin saanut myös tuotekokeilujen osioon lisää asiaa. Minua jäi harmittamaan, etten saanut otettua jokaisesta ruokalajista valokuvia, ja näin opinnäytetyö jäi niiden kohdalta puutteelliseksi.

Olen tehnyt opinnäytetyöstäni mahdollisimman eettisen ja luotettavan. Vaikkei tutkimus ollutkaan opinnäytetyöni varsinainen aihe, olen pitänyt huolen siitä, että työ olisi kaikella tapaa eettinen ja luotetava. Asiakastyytyväisyyskyselyn kautta saadut tulokset ovat luotettavia ja ne on esitetty selkeällä tavalla mahdollisimman tarkasti. Tutkimukseen osallistuminen oli kaikille vapaaehtoista ja sen tarkoitus on ollut vastaajille selkeä. Lisäksi yksittäisen henkilön tunnistaminen vastausten perusteella on mahdotonta. Tekstit, jotka eivät ole omaa käsialaani, on merkattu lähteisiin ja lähteet ovat merkattu selkeästi. Suoria lainauksia on käytetty, mutta kriittisesti ja niin, että plagiointia ei ole käytetty. Olen pyrkinyt ottamaan eettisyyden ja luotettavuuden huomioon koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Opinnäytetyöprosessin aikana tunnen kehittyneeni ruokalistasuunnittelussa. Minulle tuli lisää varmuutta kokeilla itsekehittämiäni reseptejä sekä yhdistellä vanhoja tuttuja reseptejä keskenään. Sain matkan varrella lisää uusia ideoita, jotka ovat käytettävissä jatkossa. Saavutin prosessin aikana henkilökohtaiset tavoitteeni, otin kokonaisuudesta täyden vastuun itselleni ja syvensin oppimistani. Erityisen tyytyväinen olen luomiini annoskortteihin, jotka olivat haastavia ja työläitä tehdä ja jotka loin alusta loppuun itse. 1,5 vuoden opinnäytetyöprosessi on tullut nyt päätökseensä. Prosessi vei paljon aikaa ja vaivaa, mutta lopputulos on palkitseva.

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

ELINTARVIKETURVALLISUUSVIRASTO 2010. Ruoka-allergeenit [viitattu 2014-10-13]. Saatavissa: http://www.evira.fi/portal/fi/elintarvikkeet/tietoa+elintarvikkeista/ruoka-allergeenit/

HOTELLI JAHTIHOVI. Hotelli Jahtihovi – Mukavasti Kuopion keskustassa. [viitattu 2014-02-27]. Saatavissa: http://www.jahtihovi.fi/

KOTIMAISET KASVIKSET RY. Ravitsemussuositukset. [viitattu 2015-05-05]. Saatavissa: http://www.kasvikset.fi/Suomeksi/Asiakkaille/Ravitsemus/Ravitsemussuositukset

LAMPI, Raija; LAURILA, Anelma; PEKKALA, Marja-Leena 2009. Ruokapalvelut työnä. Helsinki: WSOY.

LAMPI, Raija; LUOLA, Markku; SEPPÄNEN, Hilkka 2008. Elintarvikkeet ja ruoanvalmistus. Helsinki: WSOY.

MÄKI, Seija 2010. Ruokatuotannon kehittäminen. Ravitsemispalvelujen ohjaus ja kehitys – moodlekurssi. Savonia-ammattikorkeakoulu.

NATIONAL NUTRITION COUNCIL OF FINLAND 2014. New nutrition recommendations take a comprehensive view of diet. [viitattu 2015-06-04]. Saatavissa: https://www.thl.fi/fi/web/thlfi-en/main-page/-/asset_publisher/Hqr7tiX0hzzV/content/id/390483

PYNE, A.W. 2000. Innovative New Food Products: Technical Development in The Laboratory. U.S.A.: CRC Press.

RAIJAS, Sara; HARMOINEN, Taina 2008. Elintarvikeyrityksen brändin rakentaminen. WS Bookwell Oy: Porvoo.

RUOKATIETO. Keliakia. [viitattu 2014-10-15]. Saatavissa: http://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matka-pellolta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/erityisruokavaliot/keliakia

RUOKATIETO. Laktoosi-intoleranssi. [viitattu 2014-10-15]. Saatavissa: http://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matka-pellolta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/erityisruokavaliot/laktoosi-intoleranssi

RUOKATIETO. Ruoka-aineallergiat ja yliherkkyys. [viitattu 2014-10-15]. Saatavissa: http://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matka-pellolta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/erityisruokavaliot/ruoka-aineallergiat-ja-yliherkkyys

SAARELA, Anna-Maria, HYVÖNEN, Paula, MÄÄTTÄLÄ, Sinikka, VON WRIGHT, Atte. 2010. Elintarvikeprosessit. Savonia-ammattikorkeakoulu: Kuopio.

SUOMINEN, Merja 2000. Ruokalistasuunittelun opas. Vanhustyön keskusliitto: Helsinki.

TASKINEN, Teija 2007. Ammattikeittiöiden ruokatuotantoprosessit. Mikkelin ammattikorkeakoulu: Mikkeli.

TUORILA, Hely; PARKKINEN, Kirsti; TOLONEN, Katri 2008. Aistit ammattikäyttöön. WSOY: Helsinki.

VALTION RAVITSEMUSNEUVOTTELUKUNTA 2014. Suomalaiset ravitsemussuositukset. Valtion ravitsemusneuvottelukunta: Tampere.

VILKKA, Hanna 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Gummerus Kirjapaino Oy: Jyväskylä.

VUORENMAA, Anne 2011. Allergia- ja astmaliitto kouluttaa: Hyvä ravintola palvelee mutkattomasti myös allergista. [viitattu 2014-10-15]. Saatavissa: http://www.allergia.fi/ajankohtaista/?x24557=179427

LIITE 1: HOTELLI JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISKYSELY

Hotelli Jahtihovin päivälliskysely

Kysely koskee Hotelli Jahtihovin noutopöydässä tarjottavaa päivällistä.
Päivällinen tarjotaan joka arkipäivä klo 17–20.

Oletko syönyt päivällistä Hotelli Jahtihovissa? Valitse "Kyllä" tai "En ole".

☐ **Kyllä**

Kuinka usein? _____

Arvostellaan asteikolla	5 = oikein hyvä			1 = kehno	
Päivällisen hinta (15 €)	5	4	3	2	1
Päivällisen laatu ja monipuolisuus	5	4	3	2	1
Päivällisen terveellisyys	5	4	3	2	1
Päivällisen ajankohta	5	4	3	2	1
Päivällisen mainonta asiakkaille	5	4	3	2	1

Ruokalajitoiveita?

Kehittämisideoita?

☐ **En ole**

Miksi et ole syönyt päivällistä hotelli Jahtihovissa?

☐ Hinta on liian korkea
☐ Tämänkaltainen ruoka ei ole mieleeni
☐ Päivällisen ajankohta ei käy aikatauluuni
☐ En ole tiennyt mahdollisuudesta syödä päivällistä
☐ Muu syy, mikä? _____

Näetkö mahdollisena syödä päivällistä jatkossa?

Kiitos vastauksistanne!

LIITE 2: VALKOSIPULIMARINOITU KALKKUNANFILEE

Paistettu kalkkunanfilee

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Kalkkunan fileepihvi	1,700		1,700	12,15	20,66
Suola, hieno	0,017		0,017	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
Valkosipuli, jauhettu	0,002		0,002	10,63	0,02
	1,75		1,75		20,76
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,52		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	2,05				

Sekoita kalkkunan fileepihvien joukkoon rypsiöljy, suola, mustapippuri ja jauhettu valkosipuli. Paista parilalla fileepihveihin nopeasti ruskehtava pinta. Kypsennä fileepihvejä 160-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia, kunnes ne ovat kypsiä. Koristele yrteillä. Laita tarjolle valkosipulikastikkeen kanssa.

Valkosipulikastike

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Rypsiöljy	0,020		0,020	1,35	0,03
Sipuli	0,115	15	0,100	0,86	0,10
Valkosipuli	0,039	30	0,030	6,70	0,26
Ruohosipuli, kuivattu	0,001		0,001	212,67	0,21
Kastikepohja demi-glace	0,250		0,250	6,09	1,52
Vispikerma, laktoositon	0,120		0,120	3,99	0,48
Suola, hieno	0,002		0,002	1,18	0,00
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Hunaja	0,010		0,010	7,80	0,08
Maizena pikasuuruste	0,020		0,020	8,65	0,17
	0,58		0,55		2,87
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,29				

Silppua sipuli ja valkosipuli, ja kuullota ne rypsiöljyssä kattilassa. Lisää kuivattu ruohosipuli, demi-glace kastikepohja, kerma, suola, mustapippuri sekä hunaja. Keitä hetki. Suurusta maizena pikasuurusteella. Kaada kuuma kastike kalkkunan fileepihvien kanssa tarjolle.

Skånenperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Kuutioperuna, kypsä	1,900		1,900	1,35	2,57
Kerma, vispi	0,180		0,180	3,99	0,72
Ruokakerma, laktoositon	0,300		0,300	2,95	0,89
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Rakuuna, kuivattu	0,002		0,002	58,78	0,12
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
	2,40		2,40		4,32
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,09		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,41				

Sekoita kypsien kuutioperunoiden joukkoon kermat, suola, rakuuna ja mustapippurirouhe. Paista 160-asteisessa uunissa 30 minuutin ajan. Lisää tuoreita yrttejä perunoiden päälle tarjoiluvaiheessa.

Hunajaiset uunijuurekset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porkkana	0,600	20	0,500	0,89	0,53
Palsternakka	0,480	20	0,400	2,73	1,31
Sipuli	0,230	15	0,200	0,86	0,20
Hunaja	0,015		0,015	7,80	0,12
Suola, hieno	0,007		0,007	1,18	0,01
Punaviinietikka	0,015		0,015	1,55	0,02
Voi, laktoositon	0,050		0,050	8,90	0,45
	1,40		1,19		2,64
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,03		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,26				

Kuori ja paloittele porkkana, palsternakka ja sipuli. Mausta hunajalla, suolalla ja punaviinietikalla. Laita paistovaiheessa juureksien päälle muutama voinokare. Kypsennä 160-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia. Koristele tuoreilla yrteillä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	3,00	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työ aika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,80	29
Myyntikate	9,36	71
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,16	47
- Muut kulut	0,30	2
Käyttökate	5,86	45

LIITE 3: METSÄSTÄJÄNMUREKE

Naudanjauhelihamureke

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Naudan jauheliha, 15-17 %	1,200		1,200	7,20	8,64
Korppujauho, gluteeniton	0,080		0,080	6,65	0,53
Vispikerma, laktoositon	0,120		0,120	3,99	0,48
Vesi	0,200		0,200	0,00	0,00
Kananmuna	0,143	10	0,130	2,29	0,33
Sipuli	0,150	15	0,130	0,86	0,13
Merisuola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Basilika, kuivattu	0,002		0,002	17,55	0,04
Oregano, kuivattu	0,001		0,001	12,63	0,01
	1,91		1,88		10,19
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	20		1,57		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,98				

Yhdistä korppujauhot, vesi ja kerma. Anna turvota hetki. Lisää kananmunat, silputtu sipuli sekä suola, pippuri, basilika ja oregano. Lisää joukkoon jauheliha ja sekoita. Muotoile massa pötköiksi uunipellille (kolmesta kilosta jauhelihaa tulee kaksi pötköä). Kypsennä 160-asteisessa uunissa kunnes murekkeen sisälämpötila on 65 astetta. Anna vetäytyä folion noin 15 minuuttia. Leikkaa mureke noin 2 cm paksuisiksi viipaleiksi. Tarjoa metsäsienikastikkeen kanssa ja koristele yrteillä.

Metsäsienikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Rypsiöljy	0,020		0,020	1,35	0,03
Sipuli	0,092	15	0,080	0,86	0,08
Metsäsienikuutio, säilyke	0,290	45	0,200	3,74	1,08
Kastikepohja demi-glace	0,350		0,350	6,09	2,13
Vispikerma, laktoositon	0,100		0,100	3,99	0,40
Merisuola, hieno	0,001		0,001	1,18	0,00
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Dijon-sinappi	0,010		0,010	4,51	0,05
Maizena pikasuuruste	0,020		0,020	8,65	0,17
Sokeri	0,010		0,010	1,13	0,01
	0,89		0,79		3,97
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,72		
Annoskoko	0,07				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,39				

Silppua sipuli ja kuullota öljyssä kattilassa. Valuta metsäsienikuutiot ja lisää sekaan. Kun neste on haihtunut, lisää joukkoon demi-glace kastikepohja, kerma, suola, mustapippuri, sokeri sekä Dijon-sinappi. Keitä hetki. Suurusta maizena pikasuurusteella. Laita tarjolle lihamurekkeen kanssa.

Perunamusi

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Perunasoseaines, lakt.	1,250		1,250	2,83	3,54
Kevytmaito, laktoositon	0,900		0,900	1,32	1,19
Suola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Voi, laktoositon	0,100		0,100	8,90	0,89
	2,26		2,26		5,62
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,05		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,55				

Sekoita pakasteperunasoseaines, maito, suola ja voi isossa kattilassa. Anna perunamuusin lämmetä sekoittaen välillä. Kun muusi on kiehuvan kuumaa, se on valmis. Koristele silputulla tillillä.

Papu-pekonipaistos

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Vihreä papu, pakaste	0,540		0,540	2,08	1,12
Pekoniviipale, tuore	0,280		0,280	8,25	2,31
Sipuli	0,115	15	0,100	0,86	0,10
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
	0,94		0,92		3,55
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		0,80		
Annoskoko	0,08				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,35				

Silppua pekoni ja sipuli, ja paista uunissa 160 asteessa noin 20 minuuttia. Kypsennä pavut uunissa, höyryssä 100 asteessa noin 10 minuuttia. Sekoita pavut sekä pekoni-sipulisekoitus keskenään. Mausta mustapippurirouheella.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,27	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työ aika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,07	23
Myyntikate	10,09	77
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,89	52
- Muut kulut	0,40	3
Käyttökate	6,49	49

LIITE 4: PESTOKUORRUTETTU UUNILOHI

Uunilohi

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Kirjolohifilee, C-leikattu	1,700		1,700	12,68	21,56
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Sitruuna	0,080	60	0,050	1,87	0,15
Pesto, pähkinätön	0,150		0,150	10,56	1,58
	1,95		1,92		23,31
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		1,53		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	2,28				

Mausta lohifileet suolalla, sitruunamehulla ja levitä päälle ohut kerros pestoa. Kypsennä uunissa 150 asteessa noin puolituntia, kunnes lohen sisälämpötila on 55 astetta. Koristele tillillä ja sitruunaviipaleilla.

Pestokastike

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Pesto, pähkinätön	0,15		0,150	10,56	1,58
Kermaviili, laktoositon	0,35		0,350	3,00	1,05
Merisuola, hieno	0,00		0,002	1,18	0,00
Sitruuna	0,03	60	0,020	1,87	0,06
	0,53		0,52		2,6962
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,52		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,26				

Sekoita pesto, kermaviili, suola ja sitruunanmehu keskenään.

Keitetyt tilliperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Peruna, kuorittu	2,20		2,200	0,85	1,87
Suola, hieno	0,02		0,020	1,18	0,02
Tilli	0,02		0,020	19,50	0,39
	2,24		2,24		2,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,04		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,22				

Laita vettä kattilaan kiehumaan ja mausta se suolalla. Lisää perunat kiehuvaan veteen ja anna kiehua noin puoli tuntia kunnes ne ovat kypsiä. Lisää perunoiden joukkoon tuoretta tilliä tarjoilu-vaiheessa.

Gratinoidut kasvikset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Kukkakaali	0,36	20	0,300	3,26	1,17
Parsakaali	0,36	20	0,300	2,38	0,86
Paprika, punainen	0,06	20	0,050	4,94	0,30
Suola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Kerma, ruoka 15 %	0,30		0,300	2,95	0,89
Juustoraasteseos, lak-toositon	0,20		0,200	4,58	0,92
	1,29		1,16		4,16
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,01		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,41				

Leikkaa kukkakaali, parsakaali ja paprika noin 2 cm kokoisiksi paloiksi. Mausta suolalla ja musta-pippurilla. Lisää joukkoon ruokakerma ja kuorruta juustoraasteella. Paista 140-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuuttia, kunnes kasvikset ovat al dente.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,92	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	1,5	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,72	28
Myyntikate	9,44	72
- Työkustannukset	2,40	18
Palkkakate	7,04	54
- Muut kulut	0,40	3
Käyttökate	6,64	50

LIITE 5: MAKKARALAJITELMA

Makkaralajitelma

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Bratwursti raakamakkara	0,58		0,580	9,90	5,74
Riista-raakamakkara	0,58		0,580	11,90	6,90
Välimeren raakamakkara	0,58		0,580	10,90	6,32
Rypsiöljy	0,02		0,020		0,00
	1,76		1,76		18,97
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,53		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,86				

Laita makkarat erilliseen uunivuokiin ja kaada päälle hieman rypsiöljyä. Paista X-asteisessa uunissa X minuuttia, kunnes makkarat ovat kypsiä. Laita makkarat tarjoille jokainen omaan astiaansa.

Puolukkahillo

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Puolukkahillo	0,30		0,300	4,33	1,30
	0,30		0,30		1,299
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,30		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	6				
Annoshinta	0,22				

Laita puolukkahillo tarjolle makkaroitten viereen.

Lohkoperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Palaperuna, kypsä	2,20		2,200	1,35	2,97
Suola, hieno	0,02		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Valkosipuli, jauhettu	0,00		0,002	10,63	0,02
Paprika, jauhettu	0,00		0,002	10,23	0,02
Basilika, kuivattu	0,00		0,002	17,55	0,04
Rypsiöljy	0,02		0,020	1,35	0,03
	2,24		2,242		3,1111
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,04		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,31				

Sekoita kypsien palaperunoiden joukkoon suola, mustapippurirouhe, valkosipulijauhe, paprika-jauhe sekä kuivattu basilika. Paista kuumalla parilalla noin 10 minuutin ajan, kunnes perunat ovat kuumia ja rapeapintaisia. Tarjoiluvaiheessa koristele tuoreilla yrteillä.

Grillikasvikset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Paprika, punainen	0,40		0,400	4,94	1,98
Kesäkurpitsa	0,40		0,400	3,47	1,39
Sipuli	0,30		0,300	0,86	0,26
Suola, hieno	0,01		0,005	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Punaviinietikka	0,02		0,020	1,55	0,03
Hunaja	0,02		0,020	7,80	0,16
	1,15		1,15		3,83448
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,00		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,38				

Pilko paprikat, kesäkurpitsat ja sipulit noin 2 cm kokoisiksi kuutioiksi. Paista kasvikset parilalla ja mausta suolalla, mustapippurilla, punaviinietikalla ja hunajalla. Kun kasvikset ovat al dente, ne ovat valmiita.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,77	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,57	27
Myyntikate	9,59	73
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,39	49
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	5,89	45

LIITE 6: KERMAINEN CURRYKANA

Broilerin sisäfilee

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Broilerin sisäfilee, suol.	1,700		1,700	9,99	16,98
Rypsiöljy	0,040		0,040	1,35	0,05
Merisuola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Hunaja	0,030		0,030	7,80	0,23
Valkosipuli, jauhettu	0,002		0,002	10,63	0,02
Ruohosipuli, tuore	0,005		0,005	39,80	0,20
	1,78		1,78		17,50
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,55		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,69				

Sekoita broilerin sisäfileiden joukkoon rypsiöljy, suola, hunaja, jauhettu valkosipuli sekä kuivattu ruohosipuli. Paista fileitä uunissa 160 asteessa noin 10 minuuttia, kunnes broileri on kypsää. Tarjoile kermaisen currykastikkeen kanssa. Koristele tuoreilla yrteillä.

Kermainen currykastike

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Kerma, ruoka 15 %	0,500		0,500	2,95	1,48
Curry	0,010		0,010	9,27	0,09
Kasvisliemijauhe	0,010		0,010	8,60	0,09
Kanaliemijauhe	0,010		0,010	10,20	0,10
Maizena pikasuuruste	0,020		0,020	8,65	0,17
	0,55		0,55		1,93
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,19				

Sekoita kattilassa kerma, curry, kasvisliemijauhe sekä kanaliemijauhe. Lisää pikasuuruste ja kiehauta. Tarjoile broilerin sisäfileiden kanssa.

Paistetut perunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Palaperuna, kypsä	2,300		2,300	1,35	3,11
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
Voi, laktoositon	0,030		0,030	8,90	0,27
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Rakuuna, kuivattu	0,002		0,002	58,78	0,12
	2,38		2,38		3,57
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,07		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,35				

Paista kypsiä palaperunoita parilalla voi-öljyseoksessa noin 10 minuuttia, kunnes ovat kuumia ja ruskeapintaisia. Mausta suolalla, mustapippurilla ja kuivatulla rakuunalla. Koristele tarjoiluvaiheessa tuoreilla yrteillä.

Kasvispaistos

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Paprika, punainen	0,360	20	0,300	4,94	1,78
Kesäkurpitsa	0,315	5	0,300	3,47	1,09
Sipuli	0,220	10	0,200	0,86	0,19
Ananaspala, säilyke	0,100		0,100	2,83	0,28
Vihreä papu, pakaste	0,200		0,200	2,08	0,42
Suola, hieno	0,010		0,010	1,18	0,01
Hunaja	0,030		0,030	7,80	0,23
Valkosipuli	0,003	30	0,002	6,70	0,02
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
	1,27		1,17		4,06337
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,02		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,40				

Paloittele paprika, kesäkurpitsa, sipuli ja valkosipuli. Sekoita suolan, hunajan ja rypsiöljyn kanssa. Paista uunissa 160 asteessa noin 10 minuuttia. Lisää paiston loppupuolella ananaspalat. Kypsennä pavut uunissa, höyryssä 100 asteessa noin 10 minuuttia. Sekoita kasvispaistos valmiiksi tarjoiluvaiheessa.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,63	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,43	26
Myyntikate	9,73	74
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,53	50
- Muut kulut	0,40	3
Käyttökate	6,13	47

LIITE 7: RIISTAKÄRISTYS

Riistakäristys

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Riistakäristys, pakaste	1,70		1,700	9,18	15,61
Sipuli	0,22	10	0,200	0,86	0,19
Vesi	0,00		0,000	0,00	0,00
Laakerinlehti	0,00		0,002	54,67	0,11
Mustapippuri, kokonainen	0,00		0,001	16,26	0,02
Suola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Lihaliemijauhe	0,01		0,010	8,60	0,09
	1,94		1,92		16,02
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		1,54		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,56				

Ruskista riistakäristysliha ja sipuli korkeassa vuoassa uunissa 200 asteessa noin 15 minuuttia. Keitä kattilassa vedestä, laakerinlehdistä, mustapippurista, suolasta ja lihaliemijauheesta liemi ja lisää kuuma liemi lihan joukkoon. Anna maustua uunissa vielä noin 10 minuuttia. Koristele tuoreella persilialla.

Puolukkahillo

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Puolukkahillo	0,50		0,500	5,06	2,53
	0,50		0,50		2,53
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,25				

Laita valmis puolukkahillo astiaan ja laita tarjolle riistakäristyksen viereen.

Perunamuusi

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Perunasoseaines, lakt.	1,25		1,250	2,83	3,54
Kevytmaito, laktoositon	0,90		0,900	1,32	1,19
Suola, hieno	0,01		0,005	1,18	0,01
Voi, laktoositon	0,10		0,100	8,90	0,89
	2,26		2,26		5,62
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,05		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,55				

Sekoita pakasteperunasoseaines, maito, suola ja voi isossa kattilassa. Anna perunamuusin lämmetä sekoittaen välillä. Kun muusi on kiehuvan kuumaa, se on valmis. Koristele silputulla tillillä.

Paahdetut uunijuurekset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porkkana	0,62	20	0,520	0,89	0,56
Palsternakka	0,42	20	0,350	2,73	1,15
Juuriselleri	0,25	25	0,200	2,35	0,59
Suola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Hunaja	0,01		0,010	7,80	0,08
Valkosipuli, jauhettu	0,00		0,002	10,63	0,02
Voi, laktoositon	0,04		0,040	8,90	0,36
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
	0,00				0,00
	1,39		1,16		2,82
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,01		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10,1				
Annoshinta	0,28				

Kuori ja leikkaa porkkana, palsternakka ja juuriselleri paloiksi. Mausta suolalla, mustapippurilla, hunajalla, jauhetulla valkosipulilla ja rypsiöljyllä. Paistovaiheessa asettele juureksien päälle pieniä voinokareita. Paista 160-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia kunnes juurekset ovat kypsiä ja hieman ruskistuneita. Koristele tuoreilla yrteillä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,64	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2,0	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,44	26
Myyntikate	9,72	74
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,52	50
- Muut kulut	0,30	2
Käyttökate	6,22	47

LIITE 8: PINAATTI-JUUSTOTÄYTTEINEN KALARULLA

Pinaatilla ja juustolla täytettyä alaskanseitiä

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla	1,600		1,600	10,30	16,48
Tilli, tuore	0,030	50	0,020	19,50	0,59
Voi, laktoositon	0,100		0,100	8,90	0,89
	1,73		1,72		17,96
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,50		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,80				

Ota kalarullat sulamaan jo edellisenä päivänä. Laita pieni voinokare jokaisen rullan päälle ennen paistamista. Paista 160-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 20 minuuttia, kunnes ovat kypsiä. Koristele tuoreella tillillä.

Kermaviilikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Kermaviili, laktoositon	0,470		0,470	3,00	1,41
Tilli, tuore	0,015	50	0,010	19,50	0,29
Suola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,85	0,02
Hunaja	0,005		0,005	7,80	0,04
Persilja, tuore	0,015	50	0,010	16,50	0,25
Sitruuna	0,032	60	0,020	1,87	0,06
	0,54		0,52		2,07
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,52		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,20				

Mausta kermaviili tuoreella tillillä, suolalla, mustapippurilla, hunajalla, tuoreella persilialla ja sitruunamehulla. Laita tarjolle kalarullien viereen.

Lintuperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Lintuperuna, kypsä	2,100		2,100	2,55	5,36
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Hunaja	0,010		0,010	7,80	0,08
Tilli, tuore	0,030	50	0,020	19,50	0,59
Voi, laktoositon	0,070		0,070	8,90	0,62
	2,23		2,22		6,66
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,01		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,66				

Mausta lintuperunat suolalla ja hunajalla. Laita perunoiden päälle muutama ohut suikale voita ja paista 160-asteisessa uunissa noin 20 minuuttia. Koristele tuoreella tillillä.

Pekoni-kasvispaistos

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Pekoniviipale, tuore	0,250		0,250	8,25	2,06
Paprika, punainen	0,360	20	0,300	4,94	1,78
Kesäkurpitsa	0,315	5	0,300	3,47	1,09
Sipuli	0,330	10	0,300	0,86	0,28
Valkosipuli	0,020	30	0,015	6,70	0,13
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
	1,28		1,17		5,37
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,01		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,53				

Kypsennä pekoni rapeaksi parilalla. Siirrä sivuun ja kypsennä pilkotut vihannekset järjestyksessä: sipuli, paprika, kesäkurpitsa. Mausta valkosipulilla ja mustapippurilla. Yhdistä al dente -kasvikset ja pekonit.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	3,19	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,99	30
Myyntikate	9,17	70
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	5,97	45
- Muut kulut	0,30	2
Käyttökate	5,67	43

LIITE 9: YRTTIMARINOITU NAUDAN PAAHTOPAISTI

Naudan paahtopaisti

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Naudan paahtopaisti	1,700		1,700	8,30	14,11
Merisuola, hieno	0,020		0,020	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,002		0,002	19,58	0,04
Valkosipuli	0,013	30	0,010	6,70	0,09
Timjami, tuore	0,030		0,030	38,00	1,14
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
	1,80		1,79		15,44
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,56		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,49				

Mausta naudan paahtopaisti jo edellisenä päivänä suolalla, mustapippurilla, valkosipulilla ja tuoreella timjamilla. Ota liha huoneenlämpöön noin tunti ennen paistamista. Ruskista liha nopeasti kuumalla parilalla. Paista uunissa 150-asteessa, kunnes sisälämpötila on 55 astetta. Anna vetäytyä 15 minuuttia ennen leikkaamista. Tarjoa punaviinikastikkeen kanssa. Koristele tuoreella timjamilla.

Punaviinikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Punaviinikastike, puljonki	0,45		0,450	8,62	3,88
Kerma, ruoka 15 %	0,10		0,100	2,95	0,30
Timjami, tuore	0,01		0,010	38,00	0,38
	0,56		0,56		4,55
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,51		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,45				

Lisää kattilaan punaviinikastike, kerma ja tuore timjami. Kiehauta. Tarjoa paahtopaistin kanssa.

Kermaperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Viipaleperuna, kypsä	1,600		1,600	1,35	2,16
Kerma, vispi	0,200		0,200	3,99	0,80
Kerma, ruoka 15 %	0,500		0,500	2,95	1,48
Merisuola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,002		0,002	19,58	0,04
Valkosipuli	0,013	30	0,010	6,70	0,09
	2,33		2,33		4,58
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,02		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,45				

Sekoita kypsät viipaleperunat, kermat, suola, mustapippuri ja pilkottu valkosipuli keskenään. Paista 160-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Tarjoiluvaiheessa koristele yrteillä.

Ratatouille

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Sipuli	0,275	10	0,250	0,86	0,24
Paprika, punainen	0,300	20	0,250	4,94	1,48
Kesäkurpitsa	0,263	5	0,250	3,47	0,91
Munakoiso	0,263	5	0,250	2,77	0,73
Tomaatti	0,150		0,150	4,67	0,70
Valkosipuli	0,026	30	0,020	6,70	0,17
Suola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Rypsiöljy	0,020		0,020	1,35	0,03
	1,30		1,20		4,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,04		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,41				

Pilko sipuli, paprika, kesäkurpitsa, munakoiso ja tomaatti 1-2 cm kuutioiksi. Mausta murskatulla valkosipulilla, suolalla ja mustapippurilla. Kypsennä 140-asteiseisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuuttia. Koristele yrteillä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,80	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,60	27
Myyntikate	9,56	73
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,36	48
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	5,86	45

LIITE 10: PEKONIBROILERI

Pekoniin kääritty broilerin rintafilee

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Broilerin rintafilee	1,40		1,400	8,95	12,53
Pekoniviipale	0,35		0,350	8,25	2,89
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,002	19,58	0,04
Suola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Timjami	0,01		0,010	38,00	0,38
	1,77		1,77		15,85
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,54		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,54				

Mausta broilerin rintafileet suolalla ja mustapippurilla. Kääri jokaisen rintafileen ympärille kolme pekoniviipaletta. Paista 150-asteisessa uunissa noin 20 minuuttia, kunnes rintafileet ovat kypsiä. Korsitele tarjoiluvaiheessa tuoreella timjamilla. Tarjoa pippurikastikkeen kanssa.

Pippurikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Sipuli	0,11	10	0,100	0,86	0,09
Mustapippuri, kokonainen	0,00		0,002	16,26	0,03
Viherpippuri, kokonainen	0,00		0,002	45,56	0,09
Rosepippuri, kokonainen	0,00		0,002	43,05	0,09
Kastikepohja demi-glace	0,35		0,350	6,09	2,13
Vispikerma, laktoositon	0,10		0,100	3,99	0,40
Suola, hieno	0,00		0,002	1,18	0,00
Dijon-sinappi	0,01		0,010	4,51	0,05
	0,58		0,57		2,88
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,52		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,28				

Freesaa silputtu sipuli kattilassa öljyssä pehmeäksi. Jauha kokonaiset mustapippurit, viherpippurit ja rosepippurit morttelissa hienoksi. Lisää kattilaan pipprit demi-glace kastikepohja, kerma, suola ja dijon sinappi. Kiehauta. Tarjoile broilerin rintafileiden kanssa.

Rosmariiniperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Palaperuna, kypsä	2,30		2,300	1,35	3,11
Rosmariini, tuore	0,03		0,030	38,00	1,14
Suola, hieno	0,02		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,01		0,010	19,58	0,20
Sokeri	0,01		0,010	1,13	0,01
Rypsiöljy	0,02		0,020	1,35	0,03
	2,39		2,385		4,50
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,07		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,43				

Paista palaperunat parilalla rypsiöljyssä rapeapintaisiksi. Mausta tuoreella rosmariinilla, suolalla, mustapippurilla ja sokerilla. Tarjoiluvaiheessa koristele tuoreella rosmariinilla.

Hunajamarinoidut juurekset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porkkana	0,36	20	0,300	0,89	0,32
Palsternakka	0,36	20	0,300	2,73	0,98
Paprika, punainen	0,36	20	0,300	4,94	1,78
Sipuli	0,23	15	0,200	0,86	0,20
Valkosipuli	0,07	30	0,050	6,70	0,44
Hunaja	0,02		0,020	7,80	0,16
Suola, hieno	0,01		0,005	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
	1,40		1,18		3,90
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,02		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,38				

Kuori ja paloittele porkkana, palsternakka, paprika, sipuli ja valkosipuli. Mausta hunajalla, suolalla ja mustapippurilla. Paista 150-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuuttia, kunnes kasvikset ovat al dente. Koristele tuoreilla yrteillä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,64	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,44	26
Myyntikate	9,72	74
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,52	50
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	6,02	46

LIITE 11: KARJALANPAISTI

Karjalanpaisti

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Karjalanpaistiliha	1,700		1,700	7,95	13,52
Vesi	0,000		0,000	0,00	0,00
Laakerinlehti	0,002		0,002	54,67	0,11
Mustapippuri, kokonainen	0,002		0,002	16,26	0,03
Suola, hieno	0,017		0,017	1,18	0,02
Sipuli	0,200		0,200	0,86	0,17
	0,000				0,00
	0,000				0,00
	0,000				0,00
	0,000				0,00
	1,92		1,92		13,85
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		1,54		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,35				

Ota karjalanpaistilihat huoneenlämpöön noin puoli tuntia ennen paistamista. Ruskista lihat 250-asteisessa uunissa noin 10 minuutin ajan. Lisää joukkoon vesi, laakerinehdet, mustapippurit, suola ja kuutioitu sipuli. Hauduta karjalanpaistia 200-asteisessa uunissa noin kahden tunnin ajan, kunnes liha on mureaa. Koristele tarjoiluvaiheessa tuoreella persiljalla.

Puolukkasurvos

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Puolukka	0,420		0,420	7,14	3,00
Sokeri	0,090		0,090	1,13	0,10
	0,51		0,51		3,10
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,51		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,30				

Murskaa kohmeiset puolukat ja sokeri survokseksi. Tarjoa karjalanpaistin vierellä.

Perunamuusi

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Peruna, kuorittu	2,200		2,200	0,85	1,87
Suola, hieno	0,020		0,020	1,18	0,02
Tilli	0,020		0,020	19,50	0,39
	2,24		2,24		2,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,04		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,22				

Sekoita pakasteperunasoseaines, maito, suola ja voi isossa kattilassa. Anna perunamuusin lämmetä sekoittaen välillä. Kun muusi on kiehuvan kuumaa, se on valmis. Koristele silputulla tillillä.

Aura-punajuuripaistos

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Punajuuri, suikale	0,500		0,500	2,07	1,04
Sipuli	0,143	10	0,130	0,86	0,12
Omena kuutio	0,150		0,150	2,30	0,35
Omenatäysmehu	0,050		0,050	1,21	0,06
Ruokakerma, laktoositon	0,200		0,200	2,95	0,59
Aurajuusto, murennettu	0,150		0,150	17,93	2,69
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Suola, hieno	0,003		0,003	1,18	0,00
	0,000				0,00
	0,000				0,00
	1,20		1,18		4,87
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,03		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,47				

Kuori ja hienonna sipuli. Yhdistä kaikki ainekset. Paista 150-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Tarjoiluvaiheessa koristele tuoreella persiljalla.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,35	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,15	24
Myyntikate	10,01	76
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,81	52
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	6,31	48

LIITE 12: LOHI SWEET CHILI

Makealla chilikastikkeella kuorrutettu lohi

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Kirjolohifilee, C-leikattu	2,300		2,300	12,68	29,16
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Sitruuna	0,080	60	0,050	1,87	0,15
Sweet chili -kastike	0,200		0,200	3,43	0,69
	2,60		2,57		30,02
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		2,05		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	13,7				
Annoshinta	2,19				

Mausta kirjolohifileet suolalla, sitruunamehulla ja sweet chili -kastikkeella. Paista 150-asteisessa uunissa, kunnes lohen sisälämpötila on 55 astetta. Tarjoiluvaiheessa koristele lohi tuoreella tillillä.

Chilikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Sweet chili -kastike	0,20		0,200	3,43	0,69
Kermaviili, laktoositon	0,30		0,300	3,00	0,90
Suola	0,00		0,001	1,18	0,00
	0,50		0,50		1,58718
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10,0				
Annoshinta	0,16				

Yhdistä sweet chili -kastike, kermaviili ja suola keskenään. Tarjoa uunilohen vierellä.

Sitruunaperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Palaperuna, kypsä	2,200		2,200	1,35	2,97
Oliiviöljy	0,030		0,030	7,32	0,22
Sitruuna	0,075	50	0,050	1,87	0,14
Hunaja	0,015		0,015	7,80	0,12
Suola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,002		0,002	19,58	0,04
	2,34		2,31		3,50
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,01		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,35				

Pese sitruuna ja purista siitä mehu ja raasta kuoresta keltainen osa. Yhdistä palaperunat, sitruunan mehu ja kuori, oliiviöljy, hunaja, suola ja mustapippuri. Paista perunoita parilalla noin 10 minuutin ajan, kunnes perunoissa on rusehtava pinta. Koristele tuoreilla yrteillä.

Yrttimarinoidut juurekset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porkkana	0,600	20	0,500	0,89	0,53
Palsternakka	0,480	20	0,400	2,73	1,31
Sipuli	0,220	10	0,200	0,86	0,19
Suola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Timjami, tuore	0,002		0,002	38,00	0,08
Basilika, kuivattu	0,001		0,001	17,55	0,02
Persilja, tuore	0,008	50	0,005	16,50	0,12
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Voi, laktoositon	0,050		0,050	8,90	0,45
	1,40		1,19		2,76
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,04		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,27				

Kuori ja pilko porkkana, palsternakka ja sipuli kuutioiksi. Mausta kasvikset suolalla, tuoreella timjamilla, kuivatulla basilikalla, rypsiöljyllä ja mustapippurilla. Paistovaiheessa asettele kasvisten päälle pieniä voinokareita. Paista 140-asteisessa uunissa höyrypaistolla noin 15 minuuttia, kunnes kasvikset ovat al dente. Koristele tarjoiluvaiheessa tuoreella persiljalla.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,97	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2,0	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,77	29
Myyntikate	9,39	71
- Työkustannukset	3,00	23
Palkkakate	6,39	49
- Muut kulut	0,40	3
Käyttökate	5,99	46

LIITE 13: YLIKYPSÄ BBQ-POSSU

Revitty possu

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porsaankassler	1,75		1,750	4,50	7,88
Suola, hieno	0,03		0,030	1,18	0,04
Ruokosokeri	0,10		0,100	5,00	0,50
Korianteri, jauhettu	0,01		0,010	16,03	0,16
Inkivääri, jauhettu	0,01		0,010	17,55	0,18
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,003	19,58	0,06
	1,90		1,90		8,80
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		1,52		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,87				

Ota porsaankassler huoneen lämpöön jo edellisenä päivänä, noin tuntia ennen paistamista. Mausta liha suolalla, ruokosokerilla, jauhetulla korianterilla ja inkiväärillä sekä rouhitulla mustapipprilla. Kypsennä porsasta foliolla peitettynä noin 100-asteisessa uunissa 5-7 tuntia, kunnes liha on mureaa. Anna lihan vetäytyä kunnolla paistamisen jälkeen, jäähdytä se ja laita yöksi jääkaappiin. Seuraavana päivänä nyhdä liha pienemmiksi paloiksi ja kuumenna barbequekastikkeen kanssa. Koristele tuoreilla yrteillä.

BBQ-kastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Rypsiöljy	0,02		0,015	1,35	0,02
Sipuli	0,12	15	0,100	0,86	0,10
Valkosipuli	0,03	30	0,020	6,70	0,17
Fariinisokeri	0,05		0,050	2,76	0,14
Ketsuppi	0,10		0,100	1,72	0,17
Punaviinietikka	0,04		0,040	1,55	0,06
Soijakastike	0,02		0,020	4,80	0,10
Omenatäysmehu	0,25		0,250	1,21	0,30
HP-kastike	0,03		0,030	10,75	0,32
	0,65		0,63		1,39
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,14				

Laita kaikki ainekset kattilaan ja keitä noin puolen tunnin ajan, kunnes kastike on keittynyt hieman kasaan ja on sopivan paksuista. Maista. Tarjoa kastike revityn possun kanssa.

Lohkoperunat

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Palaperuna, kypsä	2,00		2,000	1,35	2,70
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
Voi, laktoositon	0,03		0,030	8,90	0,27
Merisuola, hieno	0,02		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Valkosipuli, jauhettu	0,00		0,002	10,63	0,02
	2,08		2,08		3,07
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,81		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	9,0				
Annoshinta	0,34				

Paista palaperunat parilalla rypsiöljyn ja voin seoksessa. Mausta perunat suolalla, mustapippurilla ja jauhetullavalkosipulilla. Kun perunat ovat kuumia ja niissä on rapsakka pinta, ne ovat valmiit.

Grillikasvikset

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Sipuli	0,23	15	0,200	0,86	0,20
Paprika, punainen	0,20		0,200	4,94	0,99
Paprika, keltainen	0,20		0,200	4,74	0,95
Kesäkurpitsa	0,30		0,300	3,47	1,04
Miniluumutomaatti	0,20		0,200	8,77	1,75
Valkosipuli	0,04	30	0,030	6,70	0,26
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
Suola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Grillimauste	0,00		0,002	7,93	0,02
	1,21		1,17		5,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,02		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,52				

Pilko sipuli, paprikat ja kesäkurpitsa lohkoiksi. Hienonna valkosipuli. Paista kasvikset parilalla järjestyksessä: sipulit, paprikat, kesäkurpitsat, miniluumutomaatit. Mausta kasvikset suolalla, mustapippurilla ja grillimausteella.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	1,86	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työ aika	2,5	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	2,66	20
Myyntikate	10,49	80
- Työkustannukset	4,00	30
Palkkakate	6,49	49
- Muut kulut	0,60	5
Käyttökate	5,89	45

LIITE 14: YRTTIBROILERI

Paistettu broilerin sisäfilee

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Broilerin sisäfilee, suol.	1,75		1,750	9,99	17,48
Merisuola, hieno	0,01		0,005	1,18	0,01
Valkosipuli, jauhettu	0,00		0,002	10,63	0,02
	1,76		1,76		17,51
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,53		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,72				

Mausta broilerin sisäfileet suolalla sekä valkosipulijauheella. Paista fileitä uunissa 160 asteessa noin 10 minuuttia, kunnes broileri on kypsää. Lisää sekaan valmis pestokastike paiston loppupuolella. Koristele tuoreilla yrteillä.

Pestokastike

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Pesto, pähkinätön	0,50		0,500	10,56	5,28
	0,50		0,50		5,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,53				

Lisää valmis pestokastike broilerin sisäfileiden loppuun paiston loppupuolella. Tarjoa broilerin kanssa.

Lintuperunat

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Lintuperuna, esikypsennetty	2,10		2,100	2,55	5,36
Merisuola, hieno	0,02		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Voi, laktoositon	0,10		0,100	8,90	0,89
	2,22		2,22		6,28
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,01		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,62				

Paista lintuperunat voissa pannulla kuumiksi ja ruskeiksi. Mausta suolalla sekä mustapippuri-rouheella. Tarjoiluvaiheessa koristele tuoreilla yrteillä.

Juuresgratiini

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Porkkana	0,26	20	0,220	0,89	0,23
Palsternakka	0,26	20	0,220	2,73	0,72
Bataatti	0,26	20	0,220	2,94	0,78
Sipuli	0,17	10	0,150	0,86	0,14
Valkosipuli	0,01	30	0,005	6,70	0,04
Merisuola, hieno	0,01		0,005	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Rakuuna, kuivattu	0,00		0,001	58,78	0,06
Ruokakerma, laktoositon	0,25		0,250	2,95	0,74
Juustoraasteseos, lakt.	0,10		0,100	4,58	0,46
	1,32		1,17		3,20
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,02		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10,2				
Annoshinta	0,31				

Kuori ja kuutioi vihannekset pieniksi kuutioiksi. Mausta tuoreella valkosipulilla, solalla, rouhitulla mustapippurilla sekä kuivatulla rakuunalla. Lisää joukkoon ruokakerma sekä juustoraaste. Paista 160-asteisessa uunissa noin tunti, kunnes vihannekset ovat kypsiä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	3,18	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,98	30
Myyntikate	9,17	70
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	5,97	45
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	5,47	42

LIITE 15: NAUDANJAUHELIHAPIHVIT

Naudanjauhelihapihvit

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Naudan jauheliha, 15-17 %	1,200		1,200	7,20	8,64
Korppujauho, gluteeniton	0,080		0,080	6,65	0,53
Vispikerma, laktoositon	0,120		0,120	3,99	0,48
Vesi	0,200		0,200	0,00	0,00
Kananmuna	0,143	10	0,130	2,29	0,33
Sipuli	0,150	15	0,130	0,86	0,13
Merisuola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Basilika, kuivattu	0,002		0,002	17,55	0,04
Oregano, kuivattu	0,001		0,001	12,63	0,01
	1,91		1,88		10,19
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	20		1,57		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,98				

Yhdistä korppujauhot, vesi ja kerma. Anna turvota hetki. Lisää kananmunat, silputtu sipuli sekä suola, pippuri, basilika ja oregano. Lisää joukkoon jauheliha ja sekoita. Muotoile sopivan kokoisiksi pihveiksi. Paista pihveille ruskea pinta parilalla ja laita ne lopuksi uuniin. Kypsennä pihvejä 160-asteisessa uunissa kunnes niiden sisälämpötila on 65 astetta. Anna vetäytyä hetki.

Yrtti-tomaattikastike

Raaka-aine	Ostopaino (veroton)	Painohäviö %	Käyttöpaino	Kilohinta	Hinta
	kg	%	kg	€	€
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
Sipuli	0,02	10	0,020	0,86	0,02
Valkosipuli	0,13	30	0,100	6,70	0,87
Tomaattimurska	0,35		0,350	1,75	0,61
Merisuola, hieno	0,00		0,002	1,18	0,00
Sokeri	0,00		0,002	1,13	0,00
Oregano, kuivattu	0,00		0,002	12,63	0,03
Mustapippuri, rouhit.	0,00		0,002	19,58	0,04
Punaviinietikka	0,01		0,005	1,55	0,01
Basilika, tuore	0,05		0,050	33,00	1,65
	0,60		0,56		3,27
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,51		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,32				

Freesaa silputtu sipuli ja valkosipuli öljyssä. Lisää joukkoon tomaattimurska, suola, sokeri, kuivattu oregano, mustapippuri, punaviinietikka sekä tuore basilika. Keitä kastiketta hetki. Tarjoa jauhelihapihvien kanssa.

Kermaperunat

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Viipaleperuna, kypsä	1,600		1,600	1,35	2,16
Kerma, vispi	0,200		0,200	3,99	0,80
Kerma, ruoka 15 %	0,500		0,500	2,95	1,48
Merisuola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,002		0,002	19,58	0,04
Valkosipuli	0,013	30	0,010	6,70	0,09
	2,33		2,33		4,58
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,02		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,45				

Sekoita kypsät viipaleperunat, kermat, suola, mustapippuri ja pilkottu valkosipuli keskenään. Paista 160-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Tarjoiluvaiheessa koristele yrteillä.

Värikäs kasvispaistos

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Paprika, punainen	0,360	20	0,300	4,94	1,78
Kesäkurpitsa	0,315	5	0,300	3,47	1,09
Sipuli	0,220	10	0,200	0,86	0,19
Ananaspala, säilyke	0,100		0,100	2,83	0,28
Vihreä papu, pakaste	0,200		0,200	2,08	0,42
Suola, hieno	0,010		0,010	1,18	0,01
Hunaja	0,030		0,030	7,80	0,23
Valkosipuli	0,003	30	0,002	6,70	0,02
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
	1,27		1,17		4,06
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,02		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,40				

Paloittele paprika, kesäkurpitsa ja sipuli. Sekoita kasvikset suolan, hunajan, silputun valkosipulin ja rypsiöljyn kanssa. Paista uunissa 160 asteessa noin 10 minuuttia. Lisää paiston loppupuolella

ananaspalat. Kypsennä pavut uunissa, höyryssä 100 asteessa noin 10 minuuttia. Sekoita kasvispaistos valmiiksi tarjoiluvaiheessa.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,15	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h
	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	2,95	22
Myyntikate	10,21	78
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	7,01	53
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	6,51	49

LIITE 16: PAISTETUT MUIKUT

Paistetut muikut

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Muikku, perattu	2,30		2,300	9,00	20,70
Ruisjauho	0,30		0,300		0,00
Suola, hieno	0,02		0,020	1,09	0,02
	2,62		2,62		20,72
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	25		2,10		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	14				
Annoshinta	1,48				

Huuhtele muikut ja pyörittele ne ruisjauhossa ennen paistamista. Paista muikkuja voin ja rypsiöljyn seoksessa, välillä kääntäen, kunnes ovat rapeita. Mausta muikut suolalla. Laita tarjolle tuoreina ja koristele silputulla tillillä.

Puolukkahillo

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Puolukkahillo	0,30		0,300	5,06	1,52
	0,30		0,30		1,52
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	0		0,30		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	6,0				
Annoshinta	0,25				

Tarjoa puolukkahillo paistettujen muikkujen vierellä.

Perunamuusi

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Pakasteperunamuusi	1,25		1,250	2,60	3,25
Kevyt maito, laktoositon	0,90		0,900	1,96	1,77
Suola, hieno	0,01		0,005	1,09	0,01
Voi, laktoositon	0,10		0,100	7,76	0,78
	2,26		2,255		5,79
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		2,05		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,57				

Sekoita pakasteperunasoseaines, maito, suola ja voi isossa kattilassa. Anna perunamuusin lämmetä sekoittaen välillä. Kun muusi on kiehuvan kuumaa, se on valmis. Koristele silputulla tillillä.

Paahdetut uunijuurekset

Raaka-aine	Ostopaino (veroton) kg	Painohäviö % %	Käyttöpaino kg	Kilohinta €	Hinta €
Porkkana	0,62	20	0,520	0,89	0,56
Palsternakka	0,42	20	0,350	2,73	1,15
Juuriselleri	0,25	25	0,200	2,35	0,59
Meriuola, hieno	0,01		0,010	1,18	0,01
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Hunaja	0,01		0,010	7,80	0,08
Valkosipuli, jauhettu	0,00		0,002	10,63	0,02
Voi, laktoositon	0,04		0,040	8,90	0,36
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
	0,00				0,00
	1,39		1,16		2,82
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,01		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,28				

Kuori ja leikkaa porkkana, palsternakka ja juuriselleri paloiksi. Mausta suolalla, mustapippurilla, hunajalla, jauhetulla valkosipulilla ja rypsiöljyllä. Paistovaiheessa asettele juureksien päälle pieniä voinokareita. Paista 160-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia kunnes juurekset ovat kypsiä ja hieman ruskistuneita. Koristele tuoreilla yrteillä.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,58	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h

	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,38	26
Myyntikate	9,78	74
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,58	50
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	6,08	46

LIITE 17: SINAPPIMARINOITU PORSAAN ULKOFILEE

Porsaan ulkofilee

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Porsaan ulkofilee	1,75		1,750	6,95	12,16
Rypsiöljy	0,03		0,030	1,35	0,04
Merisuola, hieno	0,02		0,020	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,002	19,58	0,04
Timjami, tuore	0,03		0,030	38,00	1,14
Dijon-sinappi	0,02		0,020	4,51	0,09
	1,85		1,85		13,50
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	20		1,54		
Annoskoko	0,15				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	1,31				

Mausta porsaan ulkofile jo edellisenä päivänä suolalla, mustapippurirouheella, tuoreella timjamilla sekä Dijon-sinapilla. Ota seuraavana päivänä liha huoneenlämpöön noin tuntia ennen paistamista. Paista parilalla lihaan ruskea pinta ja kypsennä sitä 150-asteisessa uunissa, kunnes sisälämpötila on 68 astetta. Anna lihan vetäytyä folion alla noin 15 minuuttia ennen leikkaamista. Leikkaa liha ohuiksi viipaleiksi ja tarjoa sinappikastikkeen kanssa. Koristele tuoreella timjamilla.

Sinappikastike

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Rypsiöljy	0,02		0,020	1,35	0,03
Sipuli	0,05		0,050	0,86	0,04
Valkosipuli	0,02		0,020	6,70	0,13
Demi-glace -kastikepohja	0,25		0,250	6,09	1,52
Ruokakerma, laktoositon	0,15		0,150	2,95	0,44
Merisuola, hieno	0,00		0,002	1,18	0,00
Mustapippuri, rouhittu	0,00		0,001	19,58	0,02
Dijon-sinappi	0,03		0,030	4,51	0,14
Sokeri	0,01		0,010	1,13	0,01
Maizena-pikasuuruste	0,02		0,020	8,65	0,17
	0,55		0,55		2,51
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	10		0,50		
Annoskoko	0,05				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,25				

Freesaa silputtu sipuli ja valkosipuli rypsiöljyssä. Lisää kattilaan demi-glace kastikepohja, ruoka-kerma, suola, mustapippurisouhe, Dijon-sinappi sekä sokeri. Keitä kastiketta hetki ja suurusta Maizena-pikasuurusteella. Tarjoa porsaan ulkofileen kanssa.

Valkosipuliperunat

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Viipaleperuna, kypsä	1,600		1,600	1,35	2,16
Kerma, vispi	0,200		0,200	3,99	0,80
Kerma, ruoka 15 %	0,500		0,500	2,95	1,48
Merisuola, hieno	0,015		0,015	1,18	0,02
Mustapippuri, rouhittu	0,002		0,002	19,58	0,04
Valkosipuli	0,026	30	0,020	6,70	0,17
	2,34		2,34		4,66
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		2,03		
Annoskoko	0,20				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,46				

Sekoita kypsät viipaleperunat, kermat, suola, mustapippuri ja pilkottu valkosipuli keskenään. Paista 160-asteisessa uunissa noin puoli tuntia. Tarjoiluvaiheessa koristele yrteillä.

Yrttimarinoidut kasvikset

	kg	%	kg	€	€
Raaka-aine	**Ostopaino (veroton)**	**Painohäviö %**	**Käyttöpaino**	**Kilohinta**	**Hinta**
Porkkana	0,600	20	0,500	0,89	0,53
Palsternakka	0,480	20	0,400	2,73	1,31
Sipuli	0,220	10	0,200	0,86	0,19
Suola, hieno	0,005		0,005	1,18	0,01
Timjami, tuore	0,002		0,002	38,00	0,08
Basilika, kuivattu	0,001		0,001	17,55	0,02
Persilja, tuore	0,008	50	0,005	16,50	0,12
Rypsiöljy	0,030		0,030	1,35	0,04
Mustapippuri, rouhittu	0,001		0,001	19,58	0,02
Voi, laktoositon	0,050		0,050	8,90	0,45
	1,40		1,19		2,76
			Kyps.häviö		
Kypsennyshäviö %	15		1,04		
Annoskoko	0,10				
Annosmäärä	10				
Annoshinta	0,27				

Viipaloi porkkana ja palsternakka viipaleiksi ja pilko sipuli kuutioiksi. Mausta kasvikset suolalla, tuoreella timjamilla, kuivatulla basilikalla, rypsiöljyllä sekä mustapippurirouheella. Paistovaiheessa

laita kasviksien päälle ohuita voinokareita. Paista kasviksia höyrypaistolla 140-asteisessa uunissa noin 15 minuuttia, kunnes kasvikset ovat kypsiä. Koristele tarjoiluvaiheessa tuoreella persiljalla.

Annoskoko	0,50	kg
Annosmäärä	10	kpl
Ainehinta / annos	2,29	€
Työ € / tunti	16,00	€
Työaika	2	h
	€	%
Myyntihinta (verollinen)	15,00	114
- Alv	1,84	14
Myyntihinta (veroton)	13,16	100
- Ainekulut (veroton)	3,09	23
Myyntikate	10,07	77
- Työkustannukset	3,20	24
Palkkakate	6,87	52
- Muut kulut	0,50	4
Käyttökate	6,37	48

LIITE 18: JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISLISTA

Jahtihovin päivällislista

X.X–X.X.20XX

Päivällinen tarjotaan klo 17–20 noutopöydästä.

Päivällisen hinta on 15 €.

Maanantai

Valkosipulimarinoitu kalkkunanfilee

Paistettua kalkkunanfileetä, valkosipulikastiketta
skånenperunoita, hunajaisia uunijuureksia

Tiistai

Metsästäjänmureke

Naudanjauhelihamureketta, metsäsienikastiketta,
perunamuusia, papu-pekonipaistosta

Keskiviikko

Pestokuorrutettu uunilohi

Uunilohta, pestokastiketta,
keitettyjä tilliperunoita, gratinoituja kasviksia

Torstai

Makkaralajitelma

Bratwurstia, riistamakkaraa ja välimeren makkaraa,
puolukkahilloa, lohkoperunoita, grillikasviksia

Hinta sisältää pääruoan, salaattipöydän, leipävalikoiman,
ruokajuoman sekä kahvin/teen.

Jahtihovin päivällislista

X.X–X.X.20XX

Päivällinen tarjotaan klo 17–20 noutopöydästä.
Päivällisen hinta on 15 €.

Maanantai

Kermainen currykana

Broilerin sisäfileetä, kermaista currykastiketta,
paistettuja perunoita, värikäs kasvispaistos

Tiistai

Riistakäristys

Hirvenlihakäristystä, puolukkahilloa,
perunamuusia, paahdettuja uunijuureksia

Keskiviikko

Pinaatti-juustotäytteinen kalarulla

Pinaatilla ja juustolla täytettyä alaskanseitiä,
kermaviilikastiketta, lintuperunoita, pekoni-kasvispaistos

Torstai

Yrttimarinoitu naudan paahtopaisti

Paistettua naudan paahtopaistia, punaviinikastiketta,
kermaperunoita, ratatouille

Hinta sisältää pääruoan, salaattipöydän, leipävalikoiman,
ruokajuoman sekä kahvin/teen.

Jahtihovin päivällislista

X.X–X.X.20XX

Päivällinen tarjotaan klo 17–20 noutopöydästä.

Päivällisen hinta on 15 €.

Maanantai

Pekonibroileri

Pekoniin käärittyä broilerin rintafileetä, pippurikastiketta, rosmariiniperunoita, hunajamarinoituja uunijuureksia

Tiistai

Karjalanpaisti

Naudan- ja sianlihapaistia, puolukkahilloa, keitettyjä tilliperunoita, aura-punajuuripaistosta

Keskiviikko

Lohi Sweet Chili

Makealla chilikastikkeella kuorrutettua lohta, sitruunaperunoita, yrttimarinoituja juureksia

Torstai

Ylikypsä BBQ-porsas

Revittyä porsasta, barbequekastiketta, lohkoperunoita, grillikasviksia

Hinta sisältää pääruoan, salaattipöydän, leipävalikoiman, ruokajuoman sekä kahvin/teen.

Jahtihovin päivällislista

X.X–X.X.20XX

Päivällinen tarjotaan klo 17–20 noutopöydästä.

Päivällisen hinta on 15 €.

Maanantai

Yrttibroileri

Paistettua broilerin sisäfileetä, pestokastiketta,
lintuperunoita, juuresgratiini

Tiistai

Naudanjauhelihapihvit

Paistettuja naudanjauhelihapihvejä, yrtti-tomaattikastiketta,
kermaperunoita, värikäs kasvispaistos

Keskiviikko

Paistetut muikut

Voissa paistettuja muikkuja, puolukkahilloa,
perunamuusia, paahdettuja uunijuureksia

Torstai

Sinappimarinoitu porsaan ulkofilee

Paistettua porsaan ulkofileetä, sinappikastiketta,
valkosipuliperunoita, yrttimarinoituja kasviksia

Hinta sisältää pääruoan, salaattipöydän, leipävalikoiman,
ruokajuoman sekä kahvin/teen.

LIITE 19: JAHTIHOVIN PÄIVÄLLISLISTA ENGLANNIKSI

Jahtihovi´s Dinner

X.X–X.X.20XX

Dinner is served at the buffet from 17–20 p.m.

The price is 15 €.

Monday

Garlic marinated turkey fillet

Baked turkey fillet, garlic sauce, creamed potatoes,
honey marinated vegetables

Tuesday

Hunter's meatloaf

Beef meatloaf, forest mushroom sauce,
mashed potatoes, baked green beans and bacon

Wednesday

Pesto gratinated salmon

Oven baked salmon with pesto,
boiled dill potatoes, vegetable gratin

Thursday

Sausage assortment

Bratwurst, game sausage and Mediterranean sausage,
mashed lingonberries, potato wedges, grilled vegetables

The price includes the main course, salad bar,
bread assortment, drinks and coffee/tea.

Jahtihovi´s Dinner

X.X–X.X.20XX

Dinner is served at the buffet from 17–20 p.m.

The price is 15 €.

Monday

Creamy curry chicken

Chicken tenderloin, creamy curry sauce,
fried potatoes, colourful vegetables

Tuesday

Sautéed venison

Sautéed venison with mashed lingonberries,
mashed potatoes, roasted oven vegetables

Wednesday

Spinach and cheese filled fish

Alaska pollock filled with spinach and cheese,
sour cream sauce, potato balls, bacon and vegetable bake

Thursday

Herb marinated roast beef

Baked roast beef, red wine sauce,
creamed potatoes, ratatouille

The price includes the main course, salad bar,
bread assortment, drinks and coffee/tea.

Jahtihovi´s Dinner

X.X–X.X.20XX

Dinner is served at the buffet from 17–20 p.m.

The price is 15 €.

Monday

Chicken with bacon

Chicken breast wrapped with bacon, pepper sauce,
rosemary potatoes, honey marinated vegetables

Tuesday

Karelian Stew

Beef and pork stew, mashed lingonberries,
boiled dill potatoes, baked beetroot with bluecheese

Wednesday

Salmon Sweet Chili

Sweet chili gratinated salmon, roasted lemon potatoes,
herb marinated vegetables

Thursday

Pulled pork BBQ

Slow-cooked pork, barbeque sauce,
potato wedges, grilled vegetables

The price includes the main course, salad bar,
bread assortment, drinks and coffee/tea.

Jahtihovi´s Dinner

X.X–X.X.20XX

Dinner is served at the buffet from 17–20 p.m.

The price is 15 €.

Monday

Herb chicken

Chicken tenderloin with pesto,
potato balls, gratinated vegetables

Tuesday

Minced meat steaks

Fried minced beef steaks, herb tomato sauce,
creamed potatoes, colourful vegetables

Wednesday

Fried vendace

Vendace fried with butter, mashed lingonberries,
mashed potatoes, roast oven vegetables

Thursday

Mustard marinated pork sirloin

Fried pork sirloin, mustard sauce,
garlic potatoes, herb marinated vegetables

The price includes the main course, salad bar,
bread assortment, drinks and coffee/tea.