

By Aniko Lehtinen

Oluesta ja ruuasta

Anikó Lehtinen
Olutsommelier



Olut



- Olut on maailman vanhimpia alkoholijuomia
- Olut syntyy pääosin paikallisista luonnontuotteista.
- VESI, MALLAS, HUMALA, HIIVA
 - Suomalaisista raaka-aineista suomalaisella työllä valmistettu kotimainen olut on lähiruokaa.
- Oluen makuun vaikuttavat:
 - sokerin lähde, maltaan käsittely, hiiva, vesi, humalalajike, mausteet



By Aniko Lehtinen

Miksi olut on loistava ruokajuoma?

Hiilidioksidi

– Puhdistaa makumuistin ja keventää ruokakokemusta

Humalan aromit

- Leikkaa vahvat maut ja keventää rasvaisuutta

Mallas pohja

- Oluessa ei ole hapokkuutta (paitsi hapanoluet), sen hieman makea pohja tasapainottaa

Maut ja aromit

- Tukevat ja täydentävät ruoan makuja ja aromeja



By Aniko Lehtinen



By Aniko Lehtinen

Miten olutta yhdistetään ruokaan?

Vastamakujen avulla

Vastakkaiset maut täydentävät toisiaan

- suolainen – makea: Belgi ale- suolaiset juustot

Harmoniamakujen avulla

Samat maut korostavat toisiaan,

- ruoan hapokkuus – oluen happamuus –
Hapokas vehnäolut – hapan vuohenjuusto

Paikallisuus

- Sama alue juoma ja ruoka

Maun ja aromien voimakkuuden mukaan



Oikea tarjoilu

•Lasit

- Hyvään olutlasiin mahtuu annos olutta ja vaahtokukka, joka suojelee oluen aromeja.
- Korkea, kapea tai pyöreähkö olutlasi säilyttää parhaiten oluen aromit.
- Ruokapöydässä voi tarjoilla pullo-oluet viinilaseista.
- Jälkiruokien kanssa kannattaa tarjota olut jälkiruokaviini- tai konjakkilasista.



By Aniko Lehtinen



Miten olutta yhdistetään ruokaan?

Makujen voimakkuuden mukaan

Perusohjeena:

Ruoan perusluonne	Oluen perusluonne	Oluttyyppi
Kevyt (esim. kanasalaatti)	Kevyt	Amerikkalaistyylinen lager, Kotimainen lager, Mannermainen lager, Belgialaistyylinen vehnäol., saison, happamat oluet, pale ale,
Keskivahva (esim. lohta, kanttarellikastike)	Keskivahva	Täyteläiset lagerit, Pils, Tummat lagerit, Ale, Saksalaistyylinen vehnäolut, pale ale, kevyt IPA, brown ale, red ale, vaalea belgian ale
Voimakas (esim. riistapata)	Voimakas	Bock, Lager-erikoisuudet, Tumma lager, Vahvat alet, portterit ja stoutit, IPA, luostarityyliset tummat alet
Tulinen (esim. tex mex)	Kevyt	Amerikkalaistyylinen lager, kotimainen lager, meksikolainen olut, Belgialaistyylinen vehnäol., saison, happamat oluet, pale ale, makea omenasiideri



Oluen tarjoilulämpötila

- Vaaleat oluet ovat parhaimmillaan jäähdytettynä noin +4-8 asteeseen.
- Tummat oluet tarjoillaan +4-12-asteisina, alkoholipitoisuuden mukaan, keskiolutvahvuiset viileänä.
- Erikoisvahvat nautiskeluolutet tarjoillaan +10-16-asteisina.
- **KÄYTÄNNÖSSÄ KAIKKI OLUET VOIVAT OLLA SAMASSA KYLMÄKAAPISSA**
 - Parempi liian kylmä kuin liian kuuma.
 - Olut lämpenee lasiin kaadettaessa pari astetta.



By Aniko Lehtinen





OLUT RUOANVALMISTUKSESSA

- Oluen ainesosilla on ruoanvalmistuksessa erilaisia ominaisuuksia:
 - HUMALA antaa ruoalle katkeruutta
 - HIIVA antaa ruoalle kirpeyttä, hedelmäisyyttä ja happamuutta
 - MALTAAT antavat ruoalle makeutta/ paahteisuutta sekä väriä
 - HIILIDIOKSIDI antaa taikinoille kuohkeutta



OLUT RUOANVALMISTUKSESSA aloittelijan vinkit

- Perussääntö: Mitä vahvempi olut, sitä enemmän siitä tulee ruokaan makua
- **HUOMIOI AINA: oluen katkeroainepitoisuus (humalan määrä) - IPA tai bitter ei ole ruuanvalmistusolut**
- Vaaleita vehnäoluita voit käyttää kuten valkoviiniä kaikissa resepteissä
- Hedelmillä tai marjoilla maustetut hapanoluet ovat oivia jälkkärikastikepohjia
- Marinoi punaista lihaa tummalla, vaaleaa lihaa vaalealla oluella

By Aniko Lehtinen



By Aniko Lehtinen

Olut ja ruoka - Tärkeimmät vinkit!

Juo mitä haluat, syö
mitä haluat!

Maistele, niin opit!



By Aniko Lehtinen



Kiitos!

Lisää:

Instagram

@anikomaria

@olutreissu

Facebook

@punavuorigourmet

@olutreissu

