

Puurumaa on ihmismielen rauhan valtakunta

Kurssin alussa käytiin keskustelua siitä, kuinka tiukkoja omavaraisuuden suhteen haluamme ruokavaliossamme olla. Aiemmilla kursseilla on ollut henkilöitä, jotka ovat halunneet noudattaa mahdollisimman omavaraista ruokavaliota. He ovat pyrkineet syömään enimmäkseen sellaista ruokaa, jota voisi realistisesti tuottaa itse. Me emme halunneet olla kovin jyrkkiä ruokavalion suhteen, eikä kukaan ole täysin kieltäytynyt vaikkapa öljystä tai suolasta. Halusimme kuitenkin kokeilla "todellista" omavaraistelijan ruokavaliota vaikkapa viikon ajan. "Köyhyysviikko" alkoi esiintyä puheissa säännöllisin väliajoin. Mutta jäisikö se vain puheen tasolle, niin kuin monet muutkin asiat hyvien ideoiden listalla?

Kesän kuluessa oli aika nostaa kissa pöydälle ja lähteä tosissaan suunnittelemaan köyhyysviikkoa. Ajankohdaksi valikoitui heinäkuinen viikko sopivasti Erakkolan munkkikahvilaviikon ja Kainuun opiston viikon välissä. Rasimäessä asuu ortodoksinen erakkomunkki Stefanos, joka pitää Valtimon kesäpäivien aikaan munkkikahvilaa. Kainuun opistolla Paltamossa kurssilaiset viettävät yhden viikon valmiiden ruokapöytien ääressä ilman vastuuvuoroja. Vatsat täynnä munkkia ja pullaa on hyvä laskeutua köyhyyteen ja lähteä sitten hotellilomalle! Köyhyysviikon pituudeksi valikoitui viisi päivää, maanantaista perjantaihin.

Tärkein kysymys kuuluu, mitä omavarainen syö aamulla jos ei puuroa? Kauran tuottaminen omavaraisesti on aika haastavaa, varsinkin kun meillä ei ole riittä jyvien kuivaamiseen. Lasse Nordlund on jo vuosikymmenten ajan aloittanut päivänsä lanttuaamiaisella. Monet kerrat uudelleen keitetty muhennos makeutuu joka keittämisen jälkeen. Ravinnon energiapitoisuutta voi nostaa kuivatulla lantulla ja mukaan voi heittää sokerijuurikasta tuomaan lisää makeutta. Lassen mukaan lantun sokeri virkistää kuin kahvi ja korkea nestepitoisuus vähentää juomisen tarvetta myös hellepäivinä. Niinpä köyhyysviikkoa edeltävänä sunnuntaina kokoonnuttiin sekä Peltolassa että Rumolassa lanttutalkoisiin. Lanttua viipaloitiin, kuutioitiin ja siivutettiin mandoliinilla kymmeniä litroja. Lanttua kun pitää syödä monta lautasellista kylläisyyden saavuttamiseksi. 100 g keitettyä lanttua sisältää 35 kcal!

Totuuden hetki koitti maanantaina, kun lusikoimme ensimmäisen kerran lanttupuuroa suihin. Lanttu oli vaikea saada tarpeeksi pehmeäksi, vaikka sitä keitettiin sekä ilta- että aamuhellalla. Maku tuskin oli samaa luokkaa kuin monta kertaa keitetyssä lantussa. Yhdellä jos toisella oli vaikeuksia saada alas yhtäkään lautasellisesta. Varsinkin kun suola oli kielletty! Auringonkukan siemenet toivat ruokaan vaihtelua ja lisää energiaa. Silti monelle jäi nälkä. Kurssilla on muutama kahvinjuoja, joista suurin osa ei ollut valmis luopumaan kahvista edes viideksi päiväksi.

Lounaaseen asti kärvisteltiin enemmän tai vähemmän nälässä. Erityisen raskasta oli katonkorjausryhmällä, jota myös helle rasitti. Lounaaksi syötiin tuttuun tapaan juureskeittoa ja papuja. Hapatteet olivat pannassa niiden sisältämän öljyn ja suolan vuoksi. Tavallisesti kukin lisää omaan keittolautaselliseen haluamansa määrän suolaa ja öljyä. Ilman niitä keitto olikin varsin mautonta. Osa tosin käytti hellettä tekosyynä olla luopumatta suolasta. Normaalisti meillä on leipäkiintiönä neljä viipaletta leipää päivässä. Köyhyysviikolla määrä tiputettiin kahteen viipaleeseen, sillä Lasse ja Maria ovat joskus olleet omavaraisia rukiin suhteen ja silloin heillä oli leipäkiintiönä kaksi viipaletta päivässä. Tietysti myös margariini oli kielletty, ja leivän päälle laitettiin ylähuulen lisäksi oman maan salaattia.

Yleensä teemme illalla vielä toisen ruuan, joka on muuta kuin keittoa. Helteen vuoksi halusimme kuitenkin välttää turhaa lämmittämistä, ja niinpä samaa keittoa syötiin myös illalla. Mutta entä iltapala? Kaikkien herkkuiltapala on aamulta jäänyt kylmä puuro eli vanukas. Mutta sitä ei nyt tietenkään ollut, eikä kukaan halunnut syödä kylmää lanttua. Osa

oli säästänyt leipäviipaleensa iltaan ja kostutti niitä puolukkamehulla. Lisäksi syötiin raakaa porkkanaa. Osa meni nukkumaan tyhjin vatsoin.

Lanttuaamiaiseen alkoi tottua päivä päivältä, mutta kukaan ei erityisemmin nauttinut siitä. Alettiin puhua lantun korvaamisesta perunalla, mutta lanttua oli pilkottu niin reilusti, ettei loppua näkynyt. Eräänä aamuna lanttuun yritettiin tuoda makua raparperikiisselillä, ja ne sopivatkin yhteen yllättävän hyvin! Lisäksi päälle ripoteltiin auringonkukansiemeniä, joita muutenkin napsittiin välipalaksi. Iloa toivat myös vastaharvennetut pikkunauriit ja loppuviikosta kypsyneet mansikat sekä omavaraisen karkki eli saksankirvelin siemenet!

Kokeilu vaikutti paitsi fyysiseen, myös henkiseen jaksamiseen, ja tunnelma olikin ajoittain normaalia kireämpi ja väsyneempi. Korjausrakentajilla oli vaikeuksia jaksaa, tosin tähän vaikutti myös helle, flunssaepidemia ja nyrjähtänyt nilkka. Toinen ryhmä ahersi tuohitöiden parissa, ja osalla oli pinna kireällä ja kärsivällisyys vähissä. Olimme suorastaan vihaisia dyykkiherkkuja tuoville naapureille.

Puuroa kaivattiin kaikkein eniten. Jo alkuvuikosta alettiin suunnitella suurta puurojuhlaa kun vuorokausi vaihtuu perjantaista lauantaiaksi. Päästäisiin tekemään yöhella!

Vihdoin koitti perjantai-ilta ja tunnelma alkoi kohota keskiyön lähestyessä. Keksittiin puuroaiheisia lauluja ja suunniteltiin millä herkuilla puuroannoksen koristaisi. Viittä vaille kaksitoista puuroannokset odottivat lautasella monenlaisilla marjoilla ja siemenillä peitettynä. Viisi, neljä, kolme, kaksi, yksi! Ensimmäinen puurolusikallinen suuhun kaikki yhtä aikaa. Ja onhan se herkkua!

Kun jostain itsestään selvästä luopuu, oppii todella arvostamaan sitä. Palasimme mielellämme tavanomaiseen ruokavalioon, mutta kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että kokemus oli silmiäavaava. Jäljelle jäänyt lanttupuuro lahjoitettiin Lasselle.