



MARTTOJEN RUISHAPANJUURI

Monelta innokkaalta kotileipurilta puuttuu taikinajuuri. Suvun juuri on hävinnyt tai lähipiirissä ei ole ketään, keneltä saisi raikkaan, happamelta tuoksuvan ruisleivän juuren.

Kädessäsi olevan ja toivottavasti myös lähipiirille jakoon menevän juuren alkuperä on Pyhäselässä. Juurella on leivottu ensimmäisen kerran noin 120 vuotta sitten. Marttapiiriin olemme saaneet juuren kunniamartan kautta vuonna 2017, kun ruisleipä valittiin yleisöäänestyksellä 100-vuotiaan Suomen kansallisruuaksi.

Ruisjuuri on rakkaudella hoidettu, pelkästään ruisjauhoista ja vedestä tehty. Se on mielestämme sopivan hapan ja aromikas. Ole hyvä!

PERINTEINEN RUISLEIPÄ

Tarvikkeet yhteensä:

150 g taikinajuurta

1,25 l kädenlämpöistä vettä

1½ tl suolaa

noin 1,5 kg ruisjauhoja

Leipomispäivää edeltävänä iltapäivänä

noin 150 g taikinajuurta eli hapatinta

1,25 l kädenlämpöistä vettä

noin 500 g ruisjauhoja

Taikinatiinuun eli -korvoon, jossa on hapatinta edelliseltä leivontakerralta, lisätään vettä ja annetaan hapattimen liota. Taikina-astiana käytetään nykyisin puisen korvon tilalla vaikkapa kannellista muovisankoa tai reilun kokoista taikinakulhoa. Monet eivät käytä astiaa muuhun leivontaan, vaan jättävät taikina-astiaan ohuen kerroksen taikinaa ja antavat sen kuivua odottamaan seuraavaa leivontakertaa.

Sekoita vesi, juuri ja ruisjauhot tasaiseksi vellimäiseksi seokseksi. Vatkaa seosta muutaman kerran illan mittaan. Vispilällä tai puuhaarukalla sekoitettaessa taikinaan saadaan ilmaa ja se vaahtoa.

Taikin juuri saa hapantua ja käydä yön yli lämpimässä ja vedottomassa paikassa kevyesti peitettynä. Hyviä paikkoja ovat liedon läheisyys, leivinuunin päällys, jääkaapin yläpuolella oleva kaappi, sauna, kylpyhuone tai joku muu lämmin ja vedoton paikka (ei yli 30-35 astetta). Voit laittaa taikinakulhon myös lämpölaukkuun, jossa lämpimänä pysymisen takaa vaikkapa pullollinen lämmintä vettä. Jos sinulla ei ole lämmintä paikkaa, voit laittaa hapattimen pienempään määrään vettä ja lisätä pikkuhiljaa kädenlämpöistä vettä ja samalla ruisjauhoja. Muutenkin saat juuren hyvin käyntiin, kun lisäilet jauhoja pikkuhiljaa illan aikana. Tämä vaihe on valmis, kun seos kuplii ja siitä leviää mieto, hapan tuoksu.

Leipomispäivän aamuna

noin 1½ tl suolaa
(½-2 tl tuorehiivaa)
noin 500 g ruisjauhoja

Taikinaan lisätään suola (ja haluttaessa pieneen nestemäärään sekoitettu hiiva) ja ruisjauhoja niin, että taikinasta tulee puuromainen seos. Tässä vaiheessa lisättyjä ruisjauhoja kutsutaan vastuu-, nostatus- tai nousujauhoiksi. Marttojen juuressa ei ole käytetty hiivaa ja monelle leipurille on tärkeää, että leipä nousee luonnollisesti ilman hiivalisäystä. Jos haluat kokeilla leipomista hiivan kanssa, niin suosittelemme leipomaan ensimmäisen kerran ilman hiivaa ja ottamaan talteen hiivattoman juuren.

Noin tunnin kuluttua

noin 500 g ruisjauhoja

Taikinaan lisätään ruisjauhoja pikkuhiljaa ja sitä alustetaan eli vaivataan noin 10-15 minuuttia, jolloin taikina alkaa napsaa kättä nostettaessa ja irtoaa jonkin verran kädestä. Valmis taikina on melko napakka, muttei liian kova. Taikinan pinta tasoitellaan, taikina-astian reunat puhdistetaan ja pinnalle ripotellaan vähän jauhoja. Taikinan pinnalle painetaan kämmensyrjällä risti – tällä toivotaan taikinalle siunausta. Siitä voidaan päätellä myös taikinan kohoaminen. Taikina kohotetaan liinalla peitettynä noin 3-5 tuntia sen mukaan, kuinka lämmin paikka on.

Noin 1-5 tunnin kuluttua

Riittävästi kohonneen taikinan pinta on rosainen ja risti kohonnut vähän umpeen. Taikina kumotaan jauhotetulle leivinpöydälle ja juurta jätetään tässä vaiheessa seuraavaa leipomiskertaa varten. Leivät leivotaan leivinpöydällä kaksin käsin. Taikinasta tulee 3-4 leipää, jotka mahtuvat yhdelle sähköuunin pellille. Leipoessa syntynyt huippu mataloitetaan kädellä. Leipiä kohotetaan noin 1 tunti tai jopa 2-3 tuntia eli niin kauan, kun leivän pinnassa olleet sormien jäljet ovat kadonneet ja leivän pinta on tasaisilla halkeamilla. Leivät kohotetaan lämpimässä paikassa kuten taikinakin. Ruisleivät pistellään haarukalla tai tikulla. Leipiä paistetaan 225 asteessa noin 20 minuuttia ja sitten alennetaan lämpöä 180-200 asteeseen. Paistamista jatketaan 25-40 minuuttia leivän koosta riippuen.

Leivinuunin lämpötilaa voidaan testata heittämällä uuniin karkeaa suolaa. Jos suola alkaa rätistä, uuni on vielä liian kuuma. Luuditun leivinuunin arinalle heitetään karkeaa suolaa, jotta leipien pohjat eivät pala. Leivät pannaan paistumaan arinalle leipälapiolla. Kypsymisen puolivälissä leipien paikkaa voidaan vaihtaa (edestä taakse ja takaa eteen), jotta ne paistuvat tasaisesti.

Ruisleipä on kypsä, kun koputettaessa leivän pohjaa kuuluu kumiseva ääni. Leivät jäähdytetään pöydällä liinan alla, jolloin kuori pehmenee. Hapanleipä on parhaimmillaan muutaman päivän vanhana. Se säilyy viileähkössä ja ilmastossa useita viikkoja. Leivän voi myös pakastaa.

Lähteet: Makkonen, Rauha: "Ruotsit ruuvulla", P-K:n Martat ry:n kotitalousasiantuntijat. katso myös: <https://www.martat.fi/reseptit/ruisleipa-ruislimppu-hapanleipa/>

RUISJUUREN SÄILYTYS

Muista ottaa juurta talteen noin 150 g joka kerran leipoessasi! Leivänjuuri säilyy jääkaapissa noin kaksi viikkoa ja pakastimessa pidempään. Jos juuri on ollut pakastimessa vuoden verran, joudut herättelemään sitä vähän kauemmin. Perinteisesti juuri on kuivattu ohuena kerroksena taikinatiinin reunoille. Juuren voi antaa kuivua muunkin taikinakulhon reunoille tai vaikkapa kuivattaa ohueksi kerrokseksi leivinpaperille nuolijalla levitettynä esim. uunissa, jossa on päällä pelkkä valo.

LISÄTIETOJA

Tiina Anola-Pukkila | kotitalousasiantuntija | 050 448 3321 |
tiina.anola-pukkila@martat.fi

Pohjois-Karjalan Martat ry | Koskikatu 5-7 | 80100 Joensuu |
[martat.fi/pohjois-karjala](https://www.martat.fi/pohjois-karjala)



Pohjois-Karjalan Martat osallistuu HYVÄ TYÖ – HYVÄ MYÖ Pohjois-Karjala 300 vuotta -haastekampanjaan jakamalla 300 ruisleivän juurta ohjeineen. Näitä tempauksia on kymmenen kertaa juhluvuoden 2021 aikana ja jokaisella kerralla annetaan 30 juurta. Juuria jaetaan myös maakunnassa.



Joensuun seutu

