

Punakaali



Valkokaali



Parsakaali



Kukkakaali



Valkokaali eli keräkaali

Sopii hyvin keittoihin, kaalikääryleisiin, pata- ja vuokaruokiin, salaatteihin ja hapankaalin valmistukseen

Myydään kaupoissa ympärivuotisesti. Varsinainen sesonki alkaa touko-kesäkuussa varhaiskaalilla ja jatkuu pitkälle syksyyn talvikaalina.

Säilyy parhaiten +2 – +5 asteen lämpötilassa. Säilyvyyden lisäämiseksi poista nuhjaantuneet päällimmäiset lehdet. Paloiteltu kaali kannattaa säilyttää muovin sisässä.

Punakaali

Väritys kauniin violetti, lehtiruodit valkoiset.
Maultaan makeahko.

Sopii samoihin ruokalajeihin kuin valkokaalikin, kuten keittoihin tai raastettuna salaatteihin. Kypsennetyn punakaalin värin saa pysymään paremmin kirkkaana lisäämällä joukkoon hieman etikkaa tai sitruunanmehua.

Myydään kaupoissa ympärivuotisesti. Suomalaisen punakaalin paras sesonki on syksyllä sadonkorjuun jälkeen.

Säilyy parhaiten +2 – +5 asteen lämpötilassa. Säilyvyyden lisäämiseksi poista nuhjaantuneet päällimmäiset lehdet. Paloiteltu kaali kannattaa säilyttää muovin sisässä.

Kukkakaali

Perinteiseltä väriltään valkoinen, mutta saatavilla myös vihreänä, liilana, oranssina ja kartiomaisena romanescona.

Syötäviä osia ovat kukinnot, kukintoihin liittyvät varret sekä kukkakaalia suojaavat lehdet. Sopii esim. vihannestarjottimelle, salaatteihin, patoihin, keittoihin, muhennoksiin ja vuokaruokiin.

Saatavilla kotimaisena juhannuksesta marraskuun puoliväliin saakka. Parhaimmillaan sato on elokuussa. Satokauden ulkopuolella kukkakaalia on saatavilla tuontituotteena.

Kuivuu helposti, jonka vuoksi säilytetään muovin sisässä. Säilyy paremmin jos kukkakaaliin on jätetty hieman suojalehtiä ja vartta.

Parsakaali

Parasta kypsennettynä. Parsakaalissa syötävää myös varsi. Voidaan kypsentää esim. uunissa pannulla, höyryttämällä tai keittämällä. Nopea kypsennys säilyttää parsakaalin rakenteen napakkana ja värit kirkkaana.

Saatavilla kotimaisena juhannuksesta marraskuun puoliväliin saakka. Parhaimmillaan sato on elokuussa. Satokauden ulkopuolella parsakaalia on saatavilla tuontituotteena. Saatavilla perinteisen parsakaalin lisäksi ohuena varsiparsakaalina.

Kuivuu helposti, jonka vuoksi säilytetään muovin sisässä. Säilyy paremmin jos parsakaaliin on jätetty hieman suojalehtiä ja vartt

Mustakaali



Lehtikaali



Ruusukaali



Kiinankaali



Lehtikaali

Ei muodosta kaalinkerää. Lehtikaalista käytetään tummanvihreät, kiharareunaiset ja lehdet.

Raakana syödessä lehtiruodit poistetaan, mutta jos lehtikaali kypsennetään voidaan myös ruodit pilkkoa, kypsentää ja syödä. Lehtiruodit vaativat hieman pidemmän kypsennysajan kuin vihreä lehtiosa. Sopii salaatteihin, keittoihin, muhennoksiin, uunissa paahdettavaksi sekä esimerkiksi lehtikaalipestoon.

Satokausi alkaa kesäkuussa ja jatkuu Suomessa aina joulukuuhun saakka. Kestää hyvin kylmää ja sen maku jopa muuttuu miedommaksi ja makeammaksi, jos sen annetaan jäätyä ennen sadonkorjaamista.

Säilytetään +2-5 asteen lämpötilassa muovipussissa

Mustakaali eli palmukaali

Lehtikaalista jalostettu tummempi lajike. Mustakaalia kutsutaan myös palmukaaliksi, mustalehtikaaliksi ja cavolo negroksi.

Mustakaalin lehtiruoti kannattaa poistaa tai hienontaa ennen ruuanvalmistusta. Raakana mustakaalin lehdet ovat kovia, jonka vuoksi mustakaali kannattaa ryöpätä, paistaa tai marinoida, jotta mustakaali pehmenee. Mustakaali sopii esimerkiksi keittoihin, patoihin, muhennoksiin, vokkeihin ja lämpimiin salaatteihin.

Satokausi alkaa kesäkuussa ja jatkuu Suomessa joulukuuhun saakka. Lehtikaalin tavoin kestää hyvin kylmää ja sen maku jopa muuttuu miedommaksi ja makeammaksi, jos sen annetaan jäätyä ennen sadonkorjaamista

Säilytetään +2-5 asteen lämpötilassa muovipussissa

Kiinankaali

Maultaan keräkaalia pehmeämpi ja miedompi.

Maku tulee parhaiten esiin lämpimissä ruoissa, mutta kiinankaalia voi syödä myös raakana esim. salaateissa. Kuumennettuna kiinankaali sopii esimerkiksi patoihin, vuokaruokiin, kääryleisiin sekä erityisesti wokkeihin ja muihin itämaisiin ruokiin. Kiinankaali on helppokäyttöinen ja lämpimissä ruuissa kypsyy valkokaalia nopeammin.

Suomessa kasvatetun kiinankaalin sesonki alkaa kesäkuussa ja jatkuu lokakuuhun. Kotimaisen varasto kiinankaalin myynti jatkuu usein helmikuulle asti, jonka jälkeen kiinankaali saa tuontivihanneksena.

Säilyy parhaiten +2-+5 asteen lämpötilassa muovin sisässä.

Ruusukaali

Pieni, halkaisijaltaan 2-4 cm, kokoinen kaali, jota kutsutaan myös brysselinkaaliksi.

Voi esim. viipaloida sellaisenaan raakana salaattiin, mutta parhaimmillaan on kypsennetyissä ruuissa. Sopii keittoihin, patoihin, vuokaruokiin sekä sellaisenaan lisukkeeksi. Vältä ruusukaalin ylikypsentämisestä, sillä sen väri muuttuu rusehtavaksi.

Suomessa kasvavien ruusukaalien satokausi alkaa elokuussa ja jatkuu aina joulukuulle saakka. Pakkanen parantaa ruusukaalin makua, jonka vuoksi sen satokausi on pitkä ja sitä voidaan kerätä vielä pakkasten aikaan.

Säilyy parhaiten +2-+5 asteen lämpötilassa muovipussin sisässä.

Savoijinkaali



 **Martat**

Suippokaali



 **Martat**

Kyssäkaali



 **Martat**

 **Martat**

Suippokaali

Löyhäkeräinen, suipon muotoinen kaali. Väriltään suippokaali on joko vihreä tai violetti.

Maultaan mieto ja makeahko. Maku vaihtelee satokauden mukaan. Kauden ensimmäiset kaalit ovat maultaan miedoimpia, jopa hieman hernemäisiä. Myöhemmän syksyn sato muistuttaa maultaan valkokaalia.

Miedon makunsa vuoksi suippokaali sopii erinomaisesti salaatteihin esimerkiksi raasteena, hapankaalin valmistukseen tai nopeasti kypsennettäviin ruokiin, kuten grillattavaksi tai vokattavaksi.

Kotimaisen suippokaalin ensimmäiset varhaiset lajikkeet ilmestyvät kauppoihin jo kesäkuussa, mutta suippokaalin paras sesonki on syksyllä. Suippokaalia saa kaupasta tuontitavarana ympäri vuoden.

Säilyy parhaiten +2 – +5 asteen lämpötilassa. Säilyvyyden lisäämiseksi poista nuhjaantuneet päällimmäiset lehdet. Paloiteltu kaali kannattaa säilyttää muovin sisässä.



Savoijinkaali eli kurttukaali

Tummanvihreä löyhäkeräinen kaali, jonka lehdet ovat ryppyiset ja napakat.

Käytetään valkokaalin tapaan salaatteihin, keittoihin, kääryleisiin tai patoihin, ja kiinankaalin tapaan wokeihin.

Suomalaisen kurttukaalin sesonki alkaa elokuussa ja jatkuu marraskuuhun. Kotimaisen varastokurttukaalin myynti jatkuu joulutammikuun ajan.

Kuivuu helposti, jonka vuoksi se kannattaa säilyttää muovin sisässä, +2-+5 asteen lämpötilassa.



Kyssäkaali

Juuresta muistuttava kaalilajike, jonka kuori on vaaleanvihreä tai sinipunertava, mutta malto on aina vaalea. Toiselta nimeltään kaalirapi. Maultaan mieto.

Sopii esimerkiksi sosekeittoihin, kasvispihveihin, uunijuureksiin tai raastettuna salaatteihin.

Suomalaisen kyssäkaalin sesonki alkaa kesäkuussa ja jatkuu syyskuuhun. Loka-tammikuussa myynnissä on varastoitua kyssäkaalia.

Säilyy parhaiten +2-+5 asteen lämpötilassa.

