

## Pieni luento pula-ajan puutarhanhoidosta

”Kun ihmiset elävät sovussa ja tekevät hyödyllistä työtä, on kaikilla turvaa ja leipää. Mutta kun kyntäjät joutuvat juoksuhautoja kaivamaan ja kun hävittämiseen uhrataan enemmän rahaa kuin konsanaan rakentamiseen, silloin leipä loppuu ja turvallisuus häipyy. On pula-aika. Mutta korkoinensa takaisin maksaa maa sun vaivasi.”

Olette lämpimästi tervetulleita kuuntelemaan pientä luentoa pula-ajan puutarhanhoidosta tänne Laurinmäelle, vuonna 1913 rakennetun vanhan rukoushuoneen, nykyisin Keltaisen talon idylliseen saliin. Tämän luennon opit juontavat juurensa neljäkymmenluvun alkuvuosille, aikaan, jolloin säästäväisyys oli välttämätöntä. Aikaan, jolloin jokaiseen vähänkin maata omistavaan kotiin oli saatava oma, rikkaita satoja tuottava kasvitarha ja jolloin puutarhatyöt kuuluivat erityisesti lasten askareisiin. Aikaan, jolloin kenenkään voimat eivät olleet liian pienet.

Luennon takana on Ajan patina –hanke, tuoden terveiset Linnaseutu-yhdistyksestä ja vieden teidät nyt vajaaksi puolituntiseksi hetkeen, jolloin aamiaisella totuimme kyllä syömään kuorineen keitetyjä perunoita, mutta päivälliselle makuelimistömme vaati jo hieman vaihtelua, vaikkapa kaalipunajuurilaatikkoa sellerillä höystettynä.

Lämpimästi tervetuloa!

*On selvää, että nykyisenlaisissa olosuhteissa on suurta huomiota kohdistettava myös keittiökasvien ja marjojen viljelyyn. Jokaisen perheen pitäisi viljellä näitä miellyttäviä ruokamme täydentäjiä. Riittävä määrä vihannuksia saadaan, jos niitä viljellään puolen aarin alalla kuluttajayksikköä kohden. Ainakin seuraavia kasveja pitäisi kasvitarihassa viljellä: porkkanaa, punajuurta, naurista, lanttua (jos ei sitä ole pellolla kasvamassa), sikurijuurta, sokerijuurikasta, sipulia, silpo- ja sokerihernettä, papua ja paria kaalilaatua. Myös kurkku, tomaatti ja palsternakka ovat suositeltavia. Tietysti on olemassa monia muita vielä, mutta edellä mainitut ovat tärkeimmät. Raparperia pitäisi samoin viljellä jokaisessa kasvitarihassa muutamia kappaleita.*

*Näin kirjoitettiin Suomen sotilaskotiliiton rajaseutujulkaisussa huhtikuussa vuonna 1943.*

Tänään tutustumme hieman toisella kymmenellä olevaan, puutarhanhoidosta innostuneeseen mäkitupalaisperheen lapsivaljakkoon, Mattiin ja Maijaan, jotka asuivat pienessä punaiseksi maalatussa tuvassa Kernaalanjärven rannalla. Isällään pieni maapalanen, josta ei ollut juuri kuin perunamaaksi. Pihamaa oli muutoinkin vallan yksinkertainen. Ei ainoatakaan puuta, pensasta tai kukkasta – hyötykasveista puhumattakaan, sijainnut lähimailla.

Nämä lapsukaiset, opittuaan suvena vuositakaperin kaikki arvokkaimmat opit kunnollisen ja hyödykkään puutarhan alkuunsaattamisesta ja hoitotöistä pitäjän vanhalta puutarhurilta, ovat täksi kesäksi ansainneet kokemuksellaan itselleen taksvärkin perheen maapläntin isäntätilalta, helpottaakseen vanhempien työsarkaa. Isäntätilalla asusteli edelleen pitäjän vanhimmaksi tituleerattu Elviira, muori, joka kaipasi jo kihtinsä ja kolotuksensa avuksi vetreämpiä käsipareja kitkemään ja kuokkimaan. Olihan koko tilan puutarhanhoito ruukattu tapahtuvan hänen oppiensa kautta.

Näin pula-aikana kaikki omavaraisuus katsottiin eduksi ja olihan muori salaa huolissaan myös lasten ravinteidensaannista, kuten Kansanhuoltoministeriökin kehotti – ja ravinteet hän voisi täyttämän satoainesten runsaudella ja pienillä kotiinviemisillä. Muori tapasikin aina muistaa sanoa, että pelto kyllä voimaa antaa, mutta puutarha myös terveyttä! Ja olihan hän iltasella vaivihkaa ennen nukkumaanmenoa lukenut Kotilieden toteamuksen siitä, että työtä tekevällä naisella kuuluu olla vanterra vyötärö ja lihaksikas ruumis! Eihän hän itseään toki ajatellut toki, vaan pikku-Maijaa. Sitten vanhempana.

Ensimmäisenä työpäivänä lapset olivat liikkeellä jo anivarhain. Pienet eväsnyssäkät olallaan ja vaihtovaatekerta kainalossaan he hyppelivät pientä oikopolkua alas kohti tilaa ja hymyt loistivat kilpaa aamuauringon kanssa. Muori oli luvannut odottaa heitä savusaunan nurkalla, jonne lapset saivat jättää tarvikkeensa päivän päättymistä ja peseytymistä odottamaan. Onneksi lasten tukat oli äiti leikannut aika lyhyiksi näin kesää vasten – vähä saippua kun piti käyttää muihin tarkoituksiin.

Kasvitarha siinsi jo näkösellä ja pian Matti ja Maija olivat perillä. Muori istutti heidät pihakiven päälle ja kehotti kuuntelemaan tarkasti ohjeita – toistaminen kun oli vain silkkaa ajanhukkaa. Ja kuunnelkaahan sitten!

”Peruna ja viljakasvithan ovat meille täällä maaseudulla ensiarvoisen tärkeitä. Niiden viljelyä meidän on lisättävä niin paljon kuin voimat vain antavat

myöden. Mutta ne eivät yksinomaan riitä toivottuun tulokseen.

Täydennyksenä, kuunnelkaa nyt, on tämä suuri kasvitarhaviljelys ehdottoman tarpeellinen.” Kukkasia emme näinä aikoina istuttele tilaa viemään, koska ”Estetiikka elättele eipä; taattava on ensin talven leipä”.

Matin ajatukset harhailivat hiljalleen lähistöllä surisevan kimalaisen askareisiin. Pian Maija kuitenkin nykäisi veljeään henkselinmutkasta ja pienen pojan silmät keskittyivät takaisin muorin vakuutteleviin oppeihin.

”Meille jokaiselle riittää päivässä jokunen porkkana tai yksi lanttu kullekin. Ja muistamme, että näitä kutakin tuotetta voimme sitten valmistaa ruokapöytään lukuisin eri tavoin, jonka perusteella meidän tuleekin kasvimme puutarhaan valita. Mutta kun laskemme esimerkiksi nelipäisen ruokakunnan vuosikulutuksen olevan lähimain kuusisataa kiloa, ei meillä tänäkään kesänä työ kesken lopu. Vaikkakin, muori jatkoi, emme tuollaista määrää tuottamaan tarvitse kuin pari-kolme aarillista hyvää vihannesmaata.

Kasvitarhan runsaudesta kertoo lukuisien lajikkeiden määrä. Muori sanoi muistavansa, että ainakin hernettä ja pensaspapua, lanttua ja naurista, porkkanaa ja punajuurikasta, avomaankurkkua ja punakaalia on istutettu tilan maille. Lisäksi vierasmökin taakse hän kehui laittaneensa myös sipulia, sikuria, pinaattia ja tomaattiakin, kun tilaa sen verran löytyi ja siementä saatiin. – Punajuurikasta on kuulemma hyvä laittaa himpun verran runsaasti jos vain mahdollista, siitä saa sitä kahvinkorvikettakin.

Sipuli on näinä köyhinä aikoina, jolloin lihaa ja voita ei kovinkaan saatu höysteeksi, mitä mainioin ruoan makua piristävä kasvi. Siitäkin oli vain huutava pula. Lantun ja porkkanan siemenetkin olivat erityisesti kortilla. Muorikin oli vähistään jakanut niitä naapurikylänkin emännille.

Varhaista perunaa oli myös viljeltävä entistä runsaammin. Tästä saataisiin ruoka kesäajalle sekä hätävara jos siemenperunasta uhkasi pula tulla. Lapset voisivat alkutekijöikseen kylvää vielä lisäksi salaattia, retiisiä ja tilliäkin – ne kun joutuvat miltei kuukaudessa käyttökelpoisiksi.

Muori piti pienen tauon, kuin huomatakseen jotakin unohtaneensa. Näihin ensitöihin se liittyi... niin! Ensitöihinpä hyvinkin. Kasvitarha alkaa olla jo siinä vaiheessa kasvussa, että yksi tärkeimmistä hyvän sadon tuottavista tekijöistä olisi suoritettava. Nimittäin harvennus. Koskaan ei harventamattomasta juurikasvimaasta tule kunnollista satoa, tiesi muori.

Ensimmäisen harvennuksen voimme tehdä taimien ollessa vielä näin pieniä, toisen sitten kun niistä saadaan jo pötyäkin pöytään.

Toinen tärkeä asia on multaus. Sipulia ei missään tapauksessa, muori huudahtaa, mutta varsinkin kaali ja porkkana. Lapset ihmettelivät miksi kasvit pitäisi mullata kun ne kerran on istutettu sinne multa. Muori valisti, jotta kaali on kova kehittämään uusia juuria mullan alle jäävään varren osaan. Porkkana taas multauksen puutteessa muuttuu juuren yläosasta helposti vihreäksi.

Ja koska alkukesä on ollut kovin kuiva, piti lasten muistaa myös hyvin kastella kasvitarhaa. Mutta ei liian vähän ja eikä liian usein, koska siitä on vain haittaa. Juuret ne nousevat pintamultaan vähäisen veden perässä ja sitten meillä on ongelmat edessä, muistuttaa muori topakasti.

Pian kuitenkin muori palaa takaisin alkuperäiseen tarinaansa ja kertoi keväällä kuokkineensa kaiken multavan maansa - nekin kaitaleet, jotka ennen kasvoivat juolavehnää ja voikukkaa läpeensä. Kaikki alat piti nyt ottaa hyötykäyttöön. Happamille maille kehui laittaneensa tuhkaa kalkin sijaan, olihan se huomattavasti huokeampaa. Paitsi perunalle, joka saa rupia tuhkasta.

Eikä työ loppunut siihen, muistuttaa muori ja saa taas lapset kiinnittämään huomion entistä tiukemmin itseensä, huolimatta pellolla kirmaavasta naapurin pässistä, joka karkureissulla taas kuului olevan. Maata tulee lannoittaa edelleen kun kasvit kasvavat, vakuutti muori. Sitä meillä on ihan omasta takaa, sieltä naveton takaa. Tunkiomultaan kun sotkemme hyvän määrän palanutta lantaa, jaksavat kasvit kasvaa yhtä nopeasti kuin lapset, yllytti muori kaino virne poskillaan. Kaali, lanttu ja peruna vaativat erityisen hyvän lannoituksen.

Lapset olivat kuulleet puutarhurilta tomaatin olevan kovin pakkasarka ja ihmettelivät miten muori oli saanut noin komeat taimet jo kasvuun. Muori kehui nukkuneensa niiden kanssa, ei samoissa vällyissä mutta melkein pä kuitenkin. Asuinhuoneistoissa niitä pitää aluksi kasvattaman, kodin lämmössä. Ruukkujen pohjille pitää vain muistaa asettaa esimerkiksi pieniä hiilenkappaleita, jottei kaikki multa kastuttuaan valu puulattioita pilaamaan. Samoin tulee toimia sellerin kanssa. Jo maaliskuussa nämä pitää sisälle istuttaa, jotta sato ehtii sitten ajoissa tulla.

Pussiperunoita muori kehui myös laittaneensa ja kehotti lapsiakin vaikka vielä ehtoolla niitä kotona istuttamaan. Äidillä varmasti oli tallessa vanhoja voimapaperipusseja, jonka lapset täyttävät sitten noin neljäsosaltaan mullalla. Peruna asetetaan mullan päälle ja ympärille solutetaan vielä sen verran maata, että mukula peittyy. Sitten vain kastellaan ja asetellaan pussit kukiksi ikkunalaudalle.

Lapset ajattelivat oppitunnin olevan jo loppuhuipennustaan vailla. Mitä vielä, muori kävi hörppäämässä kulauksen pitäjänkuulua mustaherukanlehtijuomaansa, ja palasi takaisin niille sijoilleen. Lapset, hän aloitti uudelleen - nyt kun minä jälleen muistan, vielä tänään teidän on menevä tuonne hyyskän taakse katsastamaan raparperia. Nokkoset siellä viihtyvät kovasti sen ympärillä ja kun emme pinaattia vielä maastamme saa, toimii tuo polttava kasvi mainiona korvikkeena. Kunhan vain katkomme sen tarpeeksi nuorena. Ja samalla, katkokaahan raparperista kaikki kukkavarret, niitä se ei saa alkaa kehittää.

Lapset ihmettelivät muorin ihastusta tuohon kitkerän happamaan kasviin. Hyvää siitä tulee kun hilloaa, mehustaa tai kuivattaakin. Lehdet taas kelpaavat syksyn tullen pinaatin tavoin ruuaksi.

Tässä välissä lapset saivat itsekin vähän jaloitella. Jossakin lähellä leikattiin heinää, niin raikas tuoreen ruohon tuoksu kantautui nenään. Tauko jäi lopulta lyhyeksi, kun muori keksi tuoksun myötä kertoa sen oppitunnin tärkeimmän osuuden, kesänaikaiset hoitotyöt parhaan sadon varmistamiseksi.

Näin alkukesällä, on harauksella tärkeä osuutensa. Kasvimaan pinta ei koskaan saa kuorettua. Lapset pohtivat hetken ennen kuin uskaltautuivat kysymään mitä muori tällä tarkoittaa. Kovapintaista maata, kovapintaista. Siksi se ei saa tulla. Varsinkin jos sataa tai maata joudutaan kastelemaan paljon, pinta tiivistyy. Ja varsinkin savimailla. Taimet eivät saa kunnolla ilmaa kasvaakseen ja siksi pitää harata. Perkkareita pitää käyttää. Tai pieniä käsiharoja.

Toinen tärkeä seikka on kitkeä kaikki rikkaruohot. Ne vievät voimat taimilta. Ja juurineen ne pitää poistaman, muistutti muori.

Matti ja Maija pohtivat toistamiseen ääneen. Pitikö heidän jatkuvasti vahtia kasvitarhaa maan tiivistymiseltä ja rikkaruohojen varalta, koska muori niin tämän asian takana seiso. Muori naurahti, korjasi asentoaan ja lupasi harausten ja kitkemisten vähenevän sitä mukaa kun taimet kasvavat.

Kun taimet ovat tarpeeksi isoja, estävät ne varjostuksellaan rikkaruohojen kasvun. Harvakseltaan rikkaruohoja esiintyy kyllä myöhäiskesälläkin ja niistäkin pitää koittaa päästä eroon, jotteivat niiden siemenet jää multaan ja kasvata uusia riesoja ensi suveksi.

Sadosta pääsee nauttimaan kyllä jo näin kesälläkin, muori vihjaa lapsille. Se käy siitä harventamisesta, eikä vähennä syksyn satoa juuri nimeksikään. Meille on erittäin terveellistä nauttia tuoreista nuorista vihanneksista tähänkin vuodenaikaan, jotta jaksamme tätä puutarhaa hoitaa kyltymättä ja taidolla, tokaisee muori ja korottaa leukaansa. Mitenkäs nuoriväki kuvittelee että minäkin näin vanhaksi ja vahvaksi olen muuten kehittynyt.

Nyt alkoi lapsilla jo keskittyminen rakoilla. Nälkäkin jo kurni vatsassa, olihan opit sisältäneet oivia haaveita runsaasta sadosta lautasella. Muori huomasi lasten liikehtivän jo ahkerasti, mutta päätti vielä jatkaa hetken. Ennen varsinaista syyssadon korjuuaikaa saamme me siis nauttia jo lukuisten kasvien tuotoksista. Joten kuunnelkaahan vielä hetki. Kurkut, tomaatit, varhaiskaalit, sipulit ja herneetkin. Niitä me korjaamme sitä mukaa kuin ne kypsyvät.

Mitä me sitten näistä kaikista puutarhan emmeistä voimme ruuaksemme valmistaa? Lapset saivat uudelleen kiinni juonen kulusta, vaikka kovalla nälällä varmasti oli osuutta asiaan.

Vielä tovin kun jaksatte, sitten pääsette katettuun pöytään. Valmistin meille oikein maukkaan aterian pelkästään tämän puutarhan antimista, niin tiedätte sitten mitä odottaa kun oikein ahkerasti jaksatte työskennellä, muori iloitsi! Sanontahan katsokaas kuuluu niin, että ”Joka ei työtä tee, sen ei syömänkään pidä”.

Ei pöytään nyt näinä aikoina mitään niin erikoista tavattu kattaa, mutta maukasta kuitenkin. Muori oli vuosi takaperin osallistunut Marttojen järjestämälle ruokakurssille, joka ohjeisti erikoisen maistuvien tarjottavien tekemiseen niistä vähistä tarvikkeista, joita luoja meille on tänä päivänä suonut.

Muori oli jo tarraamassa kiinni viereisen koivun oksanhantaakiin, kunnes lysähtikin takaisin aloilleen. Mutta kuulkaapas, minähän en ole kertonut teille vielä ollenkaan siitä mitä kaikkea tämän puutarhan ympäriltä löytyykään. Katsokaas, ei ainoastaan itse alkuun laittamamme kasvit meille satoa tuota,

vaan tämä kaikki kaunis luonto ympärillämme, jos me sitä vain muistamme kunnolla vaalia.

Näiden luonnon antimien kanssa vain saa olla hyvin tarkka. Hyvin tarkka, muori korosti toistamiseen. Lapset höristivät korviaan ja Mattikin oikaisi selkensä oikein ryhdikkääksi, jotta ainakin näyttäisi olevan auliina kuuntelemaan vielä nämäkin opit. Tärkeää on, että luonnosta keräämme käyttöömmekä vain niitä kasveja, jotta käytettäväksi suositellaan. Ja mikä vielä tärkeämpää, vain niitä kasveja, jotka me tunnistamme. Muori lupasi, että huomisaamun sarastaessa lähdemme pienelle retkelle tilan ympäristöön ja keräämme sieltä lapsille muistiksi omaan kasvistoon niitä lajikkeita, joita muori toivoo ruuaksi kannettavan.

Juurakoita ei tähän aikaan kesästä kasveista kannata kerätä, se on joko aikaisen kevään tai myöhäisen syksyn työtä, jolloin ne ovat kaikkein ravintorikkaimpia. Lehdet ja versot taas ovat parhaimpia nuorina, ihan näihin aikoihin! Ja niistä luonnonkasveista, niistä saamme myös erityisen hyviä korvikkeita niille tuotteille, jotka ovat kortilla. Ja erityisen hyviä mausteita saadaksemme aromirikkaan ja maistuvan ruuan vähistä aineksista huolimatta.

Muori osoittaa viereistä hakamaata, jonka takana kertoo olevan pienen suopläntin. Sieltä huomenna käymme katsomassa suovehkoja, joilla saadaan leivän jatketta. Kasvi on myrkyllinen, mutta kuivuttuaan tai keitettyinä oikein hyvä. Jauhoa sitten sekoitetaan muiden parempien sekaan ja ihan hyvä rievä siitä tulee. Toinen hyvä leivänjatke on järviruoko ja järvikaisla, josta tehdyllä jauholla saadaan jopa yksinomaan oikea leipä aikaiseksi.

Juolavehnää ei muori kehunut ihan kaikkialta kitkeneensä. Maltaisen makunsa vuoksi siitä jauhettu jauho tekisi joulunaikaan leipään hyvää makua, kun muistaa käyttää sitä vain maksimissaan kolmasosan.

Lapset innostuivat pohtimaan itsekin sitä mitä silmäkantamattomiin avautuvassa maisemassa näkivät. Kirkkaan keltaisina hohtavat tienpientareet herättivät Maijan kiinnostuksen ja hän muisti, että seppeleitä niistä kukista äiti oli opettanut tekemään. Mutta saa niistä ihan ruokaakin, opasti muori. Voikukka sisältää oikein paljon hyviä ravintoaineita, joten se sopii mainiosti leipäjauhoiksi. Juuret on kuitenkin muistettava keittää ennen käyttöä, koska ne sisältävät eräitä karvasaineita. Lehdet taas sopivat mitä mainioimmin salaatiksi, jos niitä muistaa kasvattaa pimeässä vaikka tuossa talon vieressä.

Miten niitä nyt pimeässä kasvattaa, huomautti Maija. Muori nousi hetkeksi seisovilteen ja osoitti Maijalle savusaunan kupeessa olevaa maa-aluetta, joka oli peitetty valoa läpäisemättömällä laatikolla. Keväällä hän kehui laatikon siihen asettaneensa ja nyt hakevansa päivittäin alta vaaleita mureita lehtiä, niitä parhaita.

Nokkosistahan muori jo aiemmin mainitsi. Lisäten nyt vielä, että niiden sanotaan sisältävän jopa kaksi kertaa suuremman ravintoarvon mitä porkkana. Toinen, mitä pinaatin korvikkeena voidaan käyttää esimerkiksi keitoissa, muhennoksissa tai ohukaisissa, on jauhosavikka.

Matti jo huokaisi ääneen ja kuiskasi uskaliaasti kuinka kova nälkä hänellä onkaan. Muori ei tuntunut ottavan asiaa kuuleviin korviinsa, jotka nimenomaan olivat kuulevat – sitä ominaisuutta muorissa ihmeteltiin naapuripitäjiä myöten – niin paljon kolotuksia ja ikääkin, mutta kuulo tallella kuin nuorella tytöntylleröllä.

Kahvista vielä piti puhuman, jotta lapset voisivat sitten äidilleenkin tarjota kunnan korviketta itse keräämistään aineksista. Samaan hengenvetoon muori lupasi, että vaikka lapset ovatkin täällä tilan töissä, saavat he samalla kerätä kotiin joitakin välttämättömiä kasveja – niin puutarhasta kuin luonnosta. Kunhan vain eivät eksy retkillään väärälle polulle, sille mikä vinttikaivon kupeesta lähtee rannan suuntaan. Siellä laiduntaa tilan suurin sonni, joka ei aidoissaan hyvin pysy, jos vieraita tiluksillaan äkkää.

Mutta siihen kahviin palatakseni, muori jatkoi sukien hiuksenhaiveniaan, nuo voikukat sopivat siihenkin käyttötarkoitukseen. Voikukkaa suositellaan erityisesti käytettävän kahvinkorvikkeena, jotta sikuri viljakasvina säästyy ihmisten ravinnoksi. Muori oli huomannut, että voikukan juurissa oli kaiken lisäksi vielä enemmän sellaista paahtoaromia, joka teki siitä arvokkaan korvikkeen. Jos ne kerätään keväällä tai syksyllä. Niitä ei kuitenkaan parane liottaa vaan kuivattaa suoraan matalassa uunin lämmössä.

Nyt muori singahti vihdoon jaloilleen ja sanoi oppitunnin olevan ohi. Lasten tuli nyt tietää kaikki tarpeellinen tilan puutarhanhoidosta ja kasvikunnan tuotteista. Lajikkeet opeteltaisiin sitten huomenna ja kohta, kun lapset pääsevät ruokapöydän ääreen ennen päivän varsinaista työsarkaa, oppivat he maistelemaan erilaisia puutarhasta saatavia makuja.



Ja vielä muistin virkistykseksi ennen kuin toivotamme hyvää kotimatkaa ja sulaisen suven jatkoa:

*Taas ensi vuonna, kylmän sään vaihtuessa lämpimäksi, talven vaihtuessa kesäksi, on luonnollinen vaihto tapahtunut myös ruokavaliossammekin. Näinä kuluneina viime vuosina on ollut erikoisen odotettua siirtyminen yksitoikkoisesta, vitamiiniköyhästä talviruoasta ravitsevaan kesäruokaan. Kevättalvella on turvaututtava ei vain säilöttyihin juurikasveihin vaan myöskin kuivattuina ja suolattuina säilytettyihin monenlaisiin maan antimisiin. Ne ovat olleet jo jotakuinkin mauttomia, ravinto- ja vitamiiniköyhiä.*

*Näin sulan veden aikaan saamme kalaa riittävästi, ainakin aika ajoittain, oikeata veden riistaa. Sille saamme tuoretta lisää kasvimaiden tuotteista: on tuoretta salaattia, kurkkua, rediisiä, pinaattia ja nokkosta. Kesän herkkuja saamme metsämansikoista ja mustikoista, suomuuraimista, kuten omankin puutarhan marjoista.*

*Nämä mainitut ruoka-aineet, kuten yleensä kesäisin ja syksyisin ruokaamme kuuluvat uutuudet, puolustavat paikkaansa arvokkaina ravintoaineina.*

Kiitos ja kumarrus!