

# Suomalainen rapu on monikäyttöistä lähiruokaa

**Ravustus alkaa huomenna 21.7. klo 12. Tänä vuonna ravustajien mertoihin ja kauppaan päättyy 6–8 miljoonaa rapua, joista täplärapuja on 4–6 miljoonaa ja loppu jokirapuja. Perinteisesti ravusta syödään lihat, keittiömestari Heikki Ahopelto käyttää ravuista mieluummin kuoret.**

Helteet ovat lämmittäneet vedet ja vauhdittaneet rapujen kuorenvaihtoa, joten ravut ovat todennäköisesti liikkeellä hyvin heti ravustuskauden alkaessa. Saaliit voivat olla mainioita, jos ravustaja onnistuu löytämään jo liaksi lämmennyt vettä syvälle paenneet ravut.

Rapakantojen vahvistuminen on lisännyt pyydettyjen rapujen määrää ja loppukesän rapujuhlat ovat entistä useamman ulottuvilla. Yrittäjä **Ilkka Raukola** toivoisi ihmisten löytävän ravut ja niiden käytön osana ruokakulttuuria myös muina aikoina.

- Ravustus jatkuu pitkälle syksyyn ja viljeltyä kotimaista rapua on saatavilla ympäri vuoden. Rapu on näyttävää tarjottavaa juhlassa kuin juhlassa, toteaa Raukola. Hänen mukaansa myös pienikokoiselle ravulle olisi löydettävä Suomessa käyttöä ulkomaiden tapaan.

## Rapukeitto on herkku vailla vertaa

Ravun monipuolisen käytön puolesta puhuu myös suomalaisen lähiruokaan erikoistunut keittiömestari **Heikki Ahopelto**. Hänen filosofiaan kuuluu, että ruuaksi valitusta eläimestä tulisi käyttää hyväksi kaikki mahdollinen. Perinteisissä rapujuhliissa syödään vain ravun lihat ja loput heitetään roskiin. Se on Ahopellon mukaan virhe.

- Ravun kuorista saa keitettyä mitä herkullisimman keiton. Keitto on mielestäni jopa parempaa kuin itse ravun liha. Myös vaimoni rakastaa ravun kuorista tehtyä rapukeittoa, vakuuttaa Ahopelto.

*Ohje Heikin rapuliemeen ja mainioon rapukeittoon viestin lopussa.*

Ravustuskausi alkaa keskiviikkona 21.7. klo 12 ja päättyy 31.10. klo 24.

Ravustusluvat: 18–64-vuotialta valtion kalastuksenhoitomaksu (22 €/vuosi tai 7 €/7 vuorokautta) ja kaikilta vesialueen omistajan tai esim. kalastusalueen lupa. Luvan hinta vaihtelee.

## Lisää ravusta, ravustuksesta ja ravusta lähiruokana:

Yrittäjä Ilkka Raukola, Ruokosen Rapu, Orivesi, puh. 050 3083 255

Keittiömestari Heikki Ahopelto, hah-hah ravintolapalvelut ja Armas-perhe, puh. 044 296 4429, 0400 834 044

Tiedottaja Tapio Gustafsson, Kalatalouden Keskusliitto, puh. (09) 6844 5914, 044 2866 701

## Rapuliemi

30 ravun kuoret

1 dl rypsiöljyä

1-2 kpl sipuli

½ kpl selleri

2 kpl porkkana

2 kynttä valkosipulia

1 runsas oksa timjamia

1 dl tomaattipyreettä

1 plo valkoviiniä  
3 l kalalientä  
tillin varsia

Tarvitset ison kattilan tai valmista pienemmissä erissä. Kuori ja pilko juurekset. Huuhtelee ja kuivaa ravunkuoret ja murskaa ne huolellisesti esim. kattilassa. Paahda kuoria öljyssä yhdessä juuresten kanssa kunnes saa hieman väriä. Lisää tomaattipyree, valkosipuli ja timjami ja jatka paahtamista hetki, koko ajan sekoittaen. Lisää viini, kalaliemi ja tillin varret. Keitä reilu tunti ja siivilöi. Käytä heti tai pakasta.

### **Vaniljalla maustettu rapu-fenkolikeitto**

1 rkl fenkolinsiemeniä  
1 tl korianterinsiemeniä  
50 g voita  
2 kpl fenkolia suikaloituna  
1 kpl sipuli suikaloituna  
2 kpl valkosipulin kynttä  
1 iso oksa tuoretta timjama  
5 kpl luumutomaattia (ilman siemeniä)  
3 dl kuivaa valkoviiniä  
5 kpl valkopippuria  
1 kpl halkaistu vaniljatanko  
1 kpl tähtianis (murskattu)  
2 rkl suolaa  
tillinvarsia  
1 sitruunan raastettu kuori  
2 litraa rapulientä  
1 litra Hyla-kuohukermaa  
100g voita  
½ dl sokeria  
(1/2-1 dl pastisviinaa)

Tätä keittoa kannattaa valmistaa kerralla iso määrä ja pakastaa osa myöhempää käyttöä varten.

Murskaa siemenet huhmareessa ja paahda niitä kuiviltaan hetki kattilassa. Lisää kattilaan voi ja hienonnetut juurekset ja timjami ja kuullota hetki kohtalaisen kuumalla lämmöllä koko ajan sekoittaen. Seos saa paistua kevyesti mutta ei varsinaisesti ruskistua. Lisää tomaatit, valkoviini ja mausteet ja keitä hetki kokoon.

Lisää sen jälkeen rapuliemi ja kerma ja keitä noin puoli tuntia, kunnes kasvikset ovat pehmenneet.

Poista yrtit ja tähtianis ja soseuta keitto sauvasekoittimella tai tehosekoittimessa.

Siivilöi tiheän kastikesiivilän läpi. Kaada keitto takaisin kattilaan ja nosta liedelle. Lisää halutessasi pastis ja sokeria maun mukaan. Lisää vielä voi kuutioina samalla kun soseutat keiton sauvasekoittimella kuohkeaksi. Lisää tarvittaessa suolaa ja muita mausteita. Tarjoile tuoreen kuoritun tomaatin kanssa.

*Ohjeet löytyvät Heikki Ahopellon kirjasta "lähellä - hyvän maun ruokia" (Otava 2010)*