



SIENIMATKAILUSTA ELINVOIMAA - RUOKASIENTEN POIMINTA JA SÄILYTYS

Kirsi Sahrman-Hauhia
ruoka- ja luonnontuoteasiantuntija
MKN Itä-Suomi / ProAgria Itä-Suomi

p. 050 570 3039
kirsi.sahrman-hauhia@maajakotitalousnaiset.fi



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



RUOKASIENTEN POIMINTA JA SÄILYTYS



- Sienien käytön perusteita, poiminta ja käsittely, laatu
- Jokaisenoikeudet, muu lainsäädäntö
- Sienten käsittely, pakkausmerkinnät
- Sienisatoon vaikuttavat tekijät, satokausi, mistä ja miten kerätään
- Tutustuminen poimittaviin sieniin (herkkutatti, keltavahvero, lampaankääpä, suppilovahvero, mustatorvisieni)

SIENIEN KÄYTÖN PERUSTEITA



- **Ravintoarvo:** runsaasti proteiineja, vitamiineja (kuten D-vitamiinia), mineraaleja ja kuituja.
- **Maku ja aromit:** monia erilaisia makuja ja tekstuureja, jotka voivat rikastuttaa ruoan makukokemusta sekä antavat syvyyttä ja umamia.
- **Gastronominen matkailu:** Esimerkiksi Italia, Ranska ja Espanja ovat tunnettuja sieniruuistaan. Matkailijat voivat osallistua sieniruokakurssille tai nauttia paikallisten ravintoloiden sienipohjaisista ruokalajeista, mikä lisää alueen gastronomista vetovoimaa.
- **Kulttuurinen merkitys:** Sienet ovat monille kulttuureille tärkeä osa ruokaperinnettä. Sienestys voi olla osa matkailijan kokemusta tutustua paikallisiin tapoihin ja elämänmenoon.
- **Sienestys ja luontoyhteys:** rauhoittavaa ja mieltä virkistävää toimintaa, joka yhdistää ihmisen luontoon.
- **Vaihtuvat satokauden tuotteet**
- **Sienten kaupallinen keräily ja myynti, lisätienesti**
- **Kasvivärjäys**

SIENIEN KÄYTÖN PERUSTEITA

- Suomessa on vähintään 2000 suursienilajia
 - Ruokasieniksi kelpollisia ainakin yli 200
 - Suurin osa on sellaisia, että niiden syötävyydestä ei ole mitään tietoa
 - Myrkyllisiä lajeja tunnetaan noin 50, joista ainakin 5 lajia on tappavan myrkyllisiä
- Syötävien sienien kokonaissadoksi arvioidaan n. 1500 - 2000 milj. kg
 - Suositeltavien ruokasienien sato 350 – 1000 milj. kg vuodessa
- Ruokasieniä kerätään talteen jopa yli 16 miljoonaa kiloa
 - heikoimpina sienivuosina vain hiukan yli 3 miljoonaa kiloa.
 - Lähes koko poimittu sato menee poimijoiden omaan kotitalouskäyttöön
 - Myyntiin päätyy arviolta miljoona kiloa sieniä eri kanavien kautta
 - Luonnonsienistä kertyi vuonna 2023 poimintatuloja yhteensä 1,0 milj. euroa (0,49 milj. euroa v. 2022). Herkkutatin osuus oli tästä vajaat 0,28 milj. euroa, keltavahveron 0,45 milj. euroa. Itä-Suomen osuus sienien poimintatuloista oli 83,4 %.
- Sieniä syödään km. 1,5 kg/hlö/vuosi = 4 g/päivä
 - Ravitsemussuosituksissa sienet kuuluvat kasviksiin, suositus 500 – 800 g monipuolisesti kasviksia päivässä



SIENIEN KÄYTÖN PERUSTEITA

- Sienen talteenoton vähäisyyteen vaikuttavat
 - Heikko lajituntemus
 - Myrkkysienipelko
 - Sienisatojen vuotuinen epätasaisuus
 - Ruoanvalmistus ja säilöntätaitojen puute
 - Sienipaikkojen huono tuntemus



SIENIEN POIMINTA



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



ProAgria
MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



Mushroom Boost
SIENIEN POIMINTA
POIMINTA-ALUEITA UUTTA SIENIENOMAA
JA SIENIENOMAA

SIENIEN POIMINTA



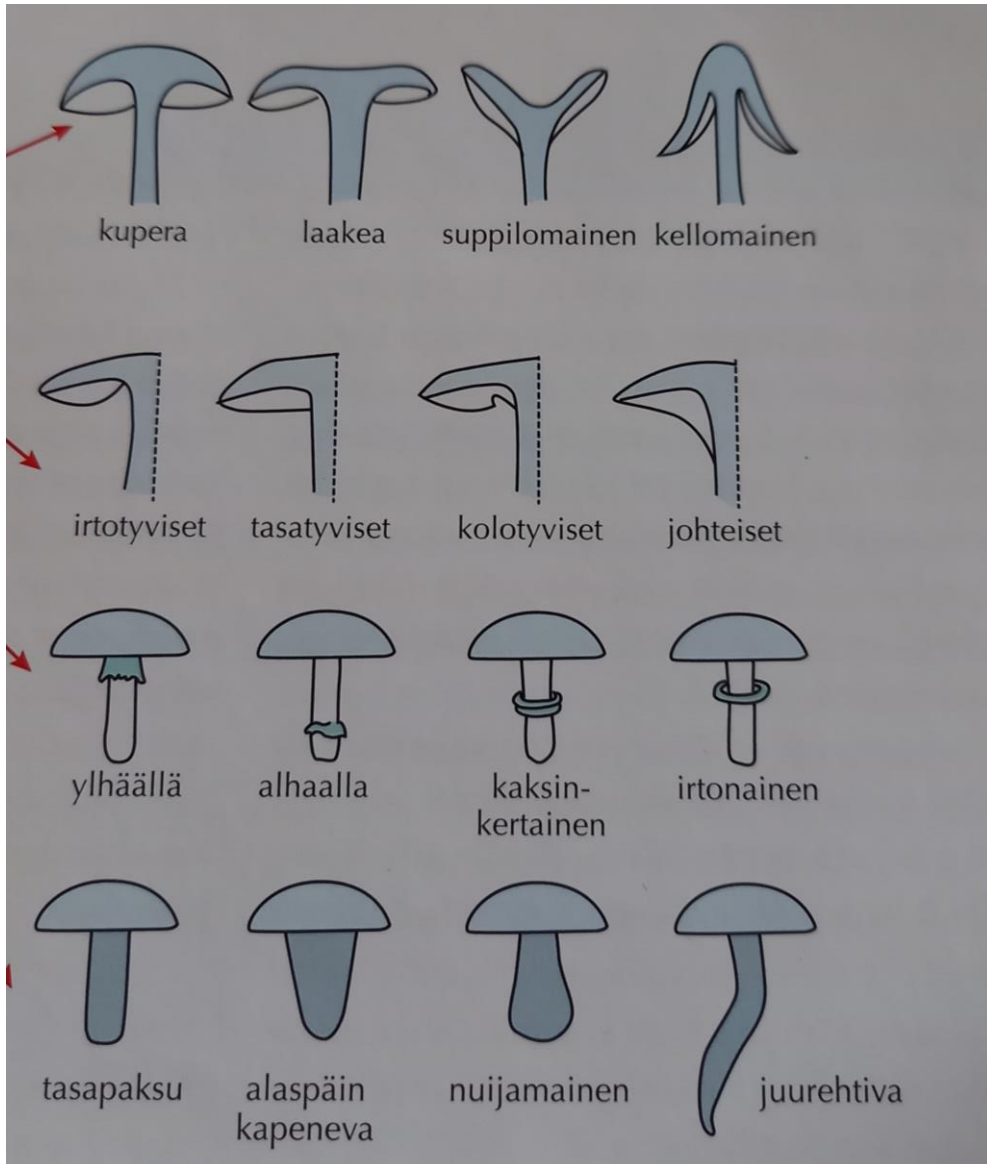
- Kerää ruoaksi vain lajeja jotka tunnistat varmasti syötäväiksi
- Älä kerää valkoisia sieniä ruoaksi lainkaan, jos et tunne hyvin Suomen sienilajeja, sillä tappavan myrkyllinen valkokärpässieni on yleinen ja runsassatoinen sieni
- Myrkytystietokeskus p. 0800 147 111 (maksuton)
- Käytä ajantasaisia opaskirjoja. Tieto on voinut päivittyä esim. myrkyllisyystietojen osalta.
- Ensimmäisille sienestysretkille kannattaa lähteä kokeneen sienestäjän mukana
- Osallistu sienikursseille
- Riskeihin varautuminen
 - Esim. eksyminen, kyykäärmeen purema
 - Puhelimen akku täyteen ladattuna
 - Maastokarttasovelluksen lataus (esim. Retkikartta, toimii myös selaimessa)
 - 112-sovellus

SIENIEN TUNNISTAMINEN



- Itiöemä, sienen maanpäällinen osa:
 - Suomut
 - Pintakerros
 - Lakki
 - Heltat/pillit/poimut/piikit
 - Rengas
 - Jalka
 - Tyvi, jossa voi olla tuppi
- Rihmasto, sienen maanalainen osa

SIENIEN TUNNISTAMINEN



- Lakki
- Lakin alaosa
- Jalka
- Malto
- Tuoksu
- **Maku!**
- Maitiaisneste
- Itiöpölyn väri
- Ajankohta (vuodenaika)
- Kasvupaikka
- Kasvutapa
- Juurisienen isäntäpuu
- Poikkeuksellisen värinen
- Sienen ikä, elinkaari
- Toukkaisuus tai muut pikkueläimet ja jäljet

SIENIEN TUNNISTAMINEN



TATIT



HELTTASIENET



ORAKKAAT



VAHVEROT



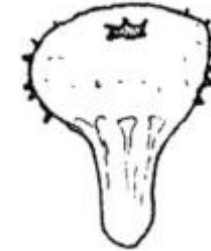
KÄÄVÄT



TORVISIENET



KOTELOSIENET



KUPUSIENET

SIENIEN POIMINTA: SIENESTÄJÄN VÄLINEET



- Sienikori
- Sieniveitsi ja puhdistusharja
- Puhelin
- Kartta ja kompassi
- GPS-laite
- Juomapullo, eväät
- Karkeapohjaiset jalkineet
- Hyvä suojavaatetus
- Käsidesi, kumihanskat
- Kantorinkka
- Kuljetuslaatikot
- Kyypakkaus

SIENIEN POIMINTA



- Poimi sienet kokonaisina
 - irrota ne maasta varovaisesti kiertämällä ja vetämällä.
- Poimi sienet nuorina ja mahdollisimman hyväkuntoisina, niin ne säilyvät hyvin ja maistuvat parhailta.
 - Kerätään toukattomia sieniä.
 - Kerättävissä sienissä ei saa olla hometta, pilaantuneita sienen osia, eläinten ulosteita
- Kerää sienet kuivaan aikaan (ei märkiä sieniä).
- Perkaa ja käsittele sienet heti poimimisen jälkeen jo metsässä.
 - Jalan roskainen tyvi leikataan pois ja roskat puhdistetaan harjaamalla.
 - Vältä turhaa käsittelyä, sillä leikkauspinnat nopeuttavat sienten pilaantumista.
 - Ostajalla voi olla erillisiä laatuvaatimuksia, tarkista ne ennen keräämistä.
- Samaan astiaan vain yhtä sienilajia!
 - Kerättävien sienten sekaan ei saa tulla vääriä sienilajeja tai niiden paloja.

SIENIEN POIMINTA



- Sienten poimintavälineiden tulee soveltua elintarvikekäyttöön.
 - Sienimetsään mukaan puhdas sieniveitsi, puhdistusharja, ilmava kori.
 - Lisäksi kuljetusta varten matalia elintarvikekäyttöön sopivia laatikoita tai ilmavia muovisia vihannekselaatikoita.
- Tarkista keruuvälineiden ja säilöntäastioiden kunto: ehjät, puhtaat ja kuivat.
 - Välineistä ei saa tarttua vieraita hajuja tai makuja
 - Välineistä ei saa irrota pinnoitetta sienten joukkoon.

SIENIEN POIMINTA

- Kädet puhdistetaan (pesu vedellä ja saippualla, kuivaus) ennen keräämistä, käytä käsidesiä tai muuta desinfiointiainetta, jos ei ole käsienpesumahdollisuutta.
- Käytä kertakäyttökäsineitä, jos käsissä on haavoja tai laastareita. Vaihda käsineet tarpeeksi usein.
- Hiusten suojana lippalakki tai huivi, puhtaat vaatteet ja jalkineet.
- Älä käytä hyttyskarkotteita!
- **Kaupallista keruuta tehdään vain terveenä!**

SIENIEN POIMINTA



- Sieniä voi poimia sieltä missä liikkuminen on sallittu jokaisenoikeuksilla
 - Sieneen voi suunnata vaikkapa kansallispuiston upeisiin maisemiin. Luonnonsuojelualueilla saa poimia vain hyötysieniä. Niissä luonnonpuistoissa, joissa liikkuminen on luvallista esimerkiksi tietyillä poluilla, kaikki sienestys on kiellettyä. Tutustu retkikohteesi ohjeisiin ja sääntöihin, jotta saat selville mahdolliset sienestysrajoitukset.
- Ei poimita
 - saastuttavien teollisuuslaitosten ympäristöstä
 - kaupunkien keskustoista
 - vilkasliikenteisten teiden varsilta

Minne sienestämään? Suomen sieniseura:

<https://www.funga.fi/teema-aiheet/minne-sienestamaan/>

JOKAISENOIKEUDET

SAAT:

- liikkua jalan, hiihtäen tai pyörällä luonnossa, onkia, pilkkiä
- oleskella tilapäisesti esim. telttailla riittävän kaukana asumuksesta
- **poimia luonnonmarjoja, sieniä ja kukkia**
 - Marjojen ja sienien poimimisoikeutta ei ole rajoitettu kansalaisuuden tai asuinpaikan perusteella.
 - Marjoja ja sieniä saa kerätä tulonhankkimistarkoituksessa.
 - Laissa ei ole määritelty, kuinka läheltä pihapiirejä luonnontuotteita saa kerätä. Välimatkaa ei voida määritellä myöskään näköetäisyydellä tai muulla vastaavalla määreellä maaston muotojen, metsäisyyden ja muuten vaihtelevien olosuhteiden vuoksi.
 - Kotirauhansuoja suojaa piha-alueita myös poimijoilta

ET SAA:

- aiheuttaa häiriötä tai haittaa
- vahingoittaa tai kaataa puita
- kerätä sammalta, jäkälää tai varpuja
- tehdä luvatta avotulta
- roskata
- ajaa moottoriajoneuvolla
- häiritä eläimiä
- kalastaa ja metsästää ilman tarvittavia lupia

Jokaisenoikeudella ei voi harjoittaa pysyvää toimintaa toisen maalla, eikä jokaisenoikeudella toimiminen saa aiheuttaa vähäistä suurempaa haittaa maanomistajalle, maankäytölle tai luonnolle.

Jokamiehenoikeudet ja toimiminen toisen alueella, Ympäristöministeriö, 2012:

<https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstream/s/acebaf9b-cb8b-4c11-9f30-d432483f69cd/content>

Kysy maanomistajalta lupa, jos haluat viedä metsään suuren poimijaryhmän.

LAATU, KULJETUS JA POIMIJAN VASTUUT



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIEN POIMINTA: LAATU



Sienten pilaantumiseen vaikuttavia tekijöitä

- Soluhengitys
- Lämpötila
- Entsyymitoiminta
- Mikrobit
- Toukat

SIENIEN POIMINTA: LAATU



- Sienten säilyvyys on verrattavissa tuoreeseen lihaan tai kalaan.
 - Käytä kuljetuksessa esim. kylmäkuljetuslaatikkoa ja kylmägeelimattoa.
- **Toimita sienet mahdollisimman tuoreena ostajalle tai käsittele sienet mahdollisimman pian** keräämisen jälkeen.
 - Yleisohje on sienten toimitus saman päivän aikana.
- Jos sieniä varastoidaan tuoreena, pidetään ne viileässä (0-6 astetta) ohueksi kerrokseksi (5-10 cm) levitettynä.
- Huonoimmin säilyvät tatit ja haperot, parhaiten keltavahvero, suppilovahvero ja lampaankääpä.
 - Herkkutatti voi siirtyä ykkösluokasta kakkosluokkaan tunnissa.

SIENIEN POIMINTA: LAATU JA KULJETUS



- Sienten kuljetuksessa puhdas tila
 - Pakkaa ja käsittele niin ettei ne vaurioidu kuljetuksen aikana.
 - Pölyltä suojassa peitettynä
 - Ei öljy- tai bensakanistereita samassa tilassa
 - Ei lemmikkieläimiä samassa tilassa
- Älä tupakoi tai käytä voimakkaan tuoksuisia hajusteita sienten kanssa samassa tilassa (esim. hyönteiskarkotteet, hajuvedet).

POIMIJAN VASTUUT KAUPALLISESSA POIMINNASSA



- kerättävän sienilajin oikeasta tunnistamisesta
- puhtaasta poiminta-alueesta
- puhtaista poimintavälineistä
- hyvästä käsi- ja vaatehygieniasta
- ostajan ohjeen mukaisesti raaka-aineen laadusta
 - oikea keruutapa
 - käsittely
 - kuljetus
 - mahdollinen varastointi
- sienten nopeasta toimittamisesta ostajalle
- sienten kylmäketjun katkeamattomuudesta
- Jäljitettävyydestä
- Suositellaan hygieniosaamiskoulutuksen suorittamista – hygieniapassi.
- Poimijakorttikoulutus

SIENIEN MYYNTI JA LAINSÄÄDÄNTÖ



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



Mushroom Boost
SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAAN

MINNE MYYDÄ SIENET?

- Yksityisasiakkaat
- Alihankintapörssi: <http://www.aitoluonto.fi/myy--osta/>
- <https://www.keraaja.fi/>
- <https://www.arktisetaromit.fi/fi/sos/>
- Useita facebook-ryhmiä
 - mm. *Myydään /ostetaan sieniä ja marjoja*
 - *Emarjakartta.fi*
- Tukkuostajalle, ammattikeittiöille, ravintoloille tai vähittäis- ja lähikauppiaille:
 - Ostaja kysyy poimijan nimen, osoitteen ja kunnan nimen, mistä sienet on poimittu.
 - Poimija allekirjoittaa ostolomakkeen.
 - Tiedot ovat tärkeitä sienten jäljitettävyyden osoittamiseksi.

SIENTEN ULKOMYYNTI



- myynti toreilla, kauppojen edustoilla, kauppakeskuksissa ja muissa vastaavissa paikoissa.
- Yleensä kasvien torimyynnistä pitää tehdä elintarviketoiminnan rekisteröinti-ilmoitus.
 - itse kerättyjen luonnonmarjojen ja sienten myynnistä ei tarvitse tehdä elintarviketoiminnan tai alkutuotannon rekisteröintiä.
 - Huom! Käsiteltyjen korvasienten myynnistä pitää kuitenkin aina tehdä elintarviketoiminnan rekisteröinti-ilmoitus.
 - Tuoreiden ja kuivattujen korvasienten myyntipaikalla on oltava näkyvillä määräysten mukaisesti varoitusmerkintä sienten myrkyllisyydestä sekä korvasienten käsittelyohjeet.
 - Ruokavirasto suosittelee lisäksi, että tuoreita korvasieniä myytäisiin kuluttajille ainoastaan palvelumyyntinä, jolloin voidaan paremmin varmistaa sienten käyttöturvallisuus.

https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/tietoa-meista/asiointi/oppaat-ja-lomakkeet/yritykset/elintarvikeala/myynti/ulkomyynti_kasvikset_marjat_sienet_fi.pdf

LAINSÄÄDÄNTÖ



Tärkeimmät sienikauppaa määrittävät säädökset ovat:

- Elintarvikelaki (lisätiedot: Ruokavirasto)
- Asetus elintarvikkeiden alkutuotannon elintarvikehygieniasta (lisätiedot: Ruokavirasto)
- Yleinen elintarvikehygieniasetus (lisätiedot: Ruokavirasto)
- Poimijan **ei tarvitse tehdä alkutuotanto- tai elintarvikehuoneistoilmoitusta** luonnonvaraisten tuotteiden keräilystä, jos keruutuotteet myydään sellaisenaan mukaan lukien luonnonvaraisten marjojen, sienten ja yrttien seuraavat toimenpiteet:
 - poiminta
 - puhdistus
 - kauppakunnostus (eli raaka-aineen käsittely myyntikuntoon)
 - kuljetus poimintapaikalta ostoyritykseen/kuluttajalle
 - lyhytaikainen säilytys (esim. yön yli).
- Nämä ovat **alkutuotantoon liittyviä toimintoja**.
- Ilmoitusta ei myöskään tarvitse tehdä, mikäli poimija itse käärii tai pakkaa luonnonvaraiset tuotteet kuluttajapakkauksiin.

SIENIEN KÄSITTELY JA PAKKAUSMERKINNÄT



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus

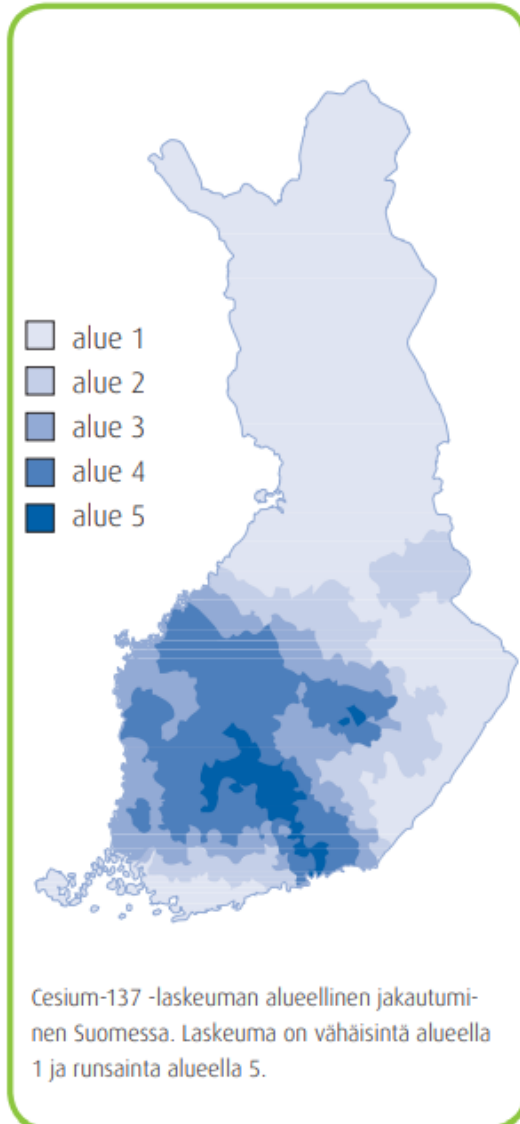


MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA Satakuntaan

SIENIEN RADIOAKTIIVISUUS



- Luonnontuotteissa esiintyy vuoden 1986 Tshernobylin ydinvoimalaonnettomuuden jälkeen radioaktiivista cesiumia.
- Ohjeet korkean laskeuman alueille: sienten keittäminen, pannulla hauduttaessa sienistä irtoava vesi kaadetaan pois (ei haihduteta), kuivattujen sienten liotusvesi kaadetaan pois.
- Eri sienilajeissa esiintyy cesiumia eri määrin
vähän: kantarelli, herkkutatit, punikkitatit, lampaankääpä
runsaasti: rouskut, orakkaat, kehnäsieni ja kangastatti

https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/tietoa-meista/julkaisut/esitteet/elintarvikkeet/sienten_kasittelyohjeet_esite.pdf

SIENTEN KÄSITTELY

Sienillä on erilaiset käsittelytavat

- **Keitettävät**, mm. haapa-, karva-, kangasrousku
- **Suolattavat**, mm. haapa-, karva-, kangasrousku, herkkutatti
- **Kuivatettavat**, mm. suppilovahvero, mustatorvisieni, tatit
- **Pannulla omassa liemessä haudutettavat (vain omaan kotikäyttöön)**: mm. tatit, kantareellit, haperot, lampaankääpä

Säästä voimia käsittelyyn keräämisen jälkeen!

Ei esikäsittelyä	
Herkkutatit	<i>Boletus edulis</i> , <i>B. pinophilus</i> ja <i>B. reticulatus</i>
Huhtasienet	<i>Morchella</i> spp.
Isohapero	<i>Russula paludosa</i>
Kangashapero	<i>Russula decolorans</i> ja <i>R. pubescens</i>
Kangastatti	<i>Suillus variegatus</i>
Kehnäsieni	<i>Cortinarius caperatus</i>
Keltahapero	<i>Russula claroflava</i>
Keltavahvero I. kantarelli	<i>Cantharellus cibarius</i>
Lampaankääpä	<i>Albatrellus ovinus</i>
Leppärouskut	<i>Lactarius deliciosus</i> , <i>L. deterrimus</i> ja <i>L. fennoscandicus</i>
Mustatorvisieni	<i>Craterellus cornucopioides</i>
Mustavahakas	<i>Hygrophorus camarophyllus</i>
Suppilovahvero	<i>Cantharellus tubaeformis</i> , mukana saa olla kosteikkovahveroa <i>C. lutescens</i>
Tuoksuvalmuska	<i>Tricholoma matsutake</i>
Viinihapero	<i>Russula vinosa</i>
Voitatti	<i>Suillus luteus</i>
Viljeltyt ruokasienet	
Keitettävä ennen käyttöä väljässä vedessä	
Haaparouskut	<i>Lactarius trivialis</i> ja <i>L. utilis</i>
Kangasrousku	<i>Lactarius rufus</i>
Karvarousku	<i>Lactarius torminosus</i>
Kypsennettävä huolella	
Punikkitatit	<i>Leccinum aurantiacum</i> , <i>L. populinum</i> , <i>Leccinum versipelle</i> , ja <i>L. vulpinum</i>
Vaaleaorakas	<i>Hydnum repandum</i> , mukana saa olla rusko-orakasta <i>H. rufescens</i>
Myrkyllinen, keitettävä vähintään 2 x 5 min	
Korvasieni	<i>Gyromitra esculenta</i>

SIENTEN KÄSITTELY: KEITTÄMINEN (TARKISTA OSTAJAN OHJEET)

- Rouskuja ja herkkutattia ostetaan sellaisenaan tai keitettynä ja suolattuna.
- **Keittäminen – perusohje rouskujen keittämiseen:**
 - Sienet huuhdellaan ja laitetaan kylmään veteen; keitetään 5-10 min. väljässä vedessä (4-5 l vettä/kilo sieniä).
 - Keittämisen jälkeen sienet kaadetaan esim. lävikköön, huuhdellaan kylmällä vedellä ja valutetaan. Haaparouskuihin ilmaantuvat vihertävät väriläiskät ovat normaali ilmiö.
 - Sienet jäähdytetään ennen suolaamista.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAAN

SIENTEN KÄSITTELY: SUOLAAMINEN (TARKISTA OSTAJAN OHJEET)

Suolaaminen / perinteinen ohje esikäsitellyille eli keitetyille rouskuille

- Keitetyt sienet suolataan karkealla merisuolalla kerroksittain. Suolaus on 15% (=10 kg sientä ja 1,5 kg merisuolaa (eli 1 kg sientä ja 150 g suolaa):
 - Paina sienet tiiviisti kerroksittain karkean suolan kanssa puhtaaseen lasi- tai muoviasiaan, alimmaiseksi ja päällimmäiseksi suolakerros.
- Peitä sienet muovikelmulla. Etsi päälle paino, esim. hyvin pesty kivi muovipussissa. Sienten on oltava aina suolaliuoksen sisällä.
- Säilytä astia kylmässä jääkaapissa, kylmiössä tai kellarissa. Tarkista, että sienet ovat kokonaan suolaveden peitossa. Ellei näin ole, lisää keitettyä, jäähdytettyä suolavettä (100 g suolaa/1 l vettä).
- Ennen ostopisteeseen tuontia vesi valutetaan pois.
- Kotikäyttöön otettaessa liika suola poistetaan liottamalla sienet kylmässä vedessä, välillä vettä vaihtaen tai keittämällä niitä muutamia minutteja ja huuhtelemalla hyvin kylmällä vedellä.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA Satakuntaan

SIENTEN KÄSITTELY: SUOLAAMINEN (TARKISTA OSTAJAN OHJEET)

Herkkutatin suolaaminen / Ohje Tuote ja vihannes

- Herkkutatti suolataan suolaveteen
- Sienet keitetään väljässä vedessä vähintään 10 min. Tämän jälkeen sienet huuhdellaan ja jäähdytetään kylmässä vedessä. Sienet suolataan suolaliuoksella (=suolavesi).
- 10 l vettä keitetään ja siihen lisätään 1,5 kg karkeaa merisuolaa, sekoitetaan ja jäähdytetään.
- Sienet laitetaan jäähtyneeseen suolaliuokseen, jossa niiden annetaan olla vähintään 3 vrk. Ennen kauppaan tuontia liika neste valutetaan pois.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAAN

SIENTEN KÄSITTELY: SUOLAAMINEN (TARKISTA OSTAJAN OHJEET)

Herkkutatin suolaaminen / Ohje Dalla Valle

- Suolatun keitinveden valmistus:
 - 1 kg suolaa / 10 litraa vettä
 - 2 kg suolaa / 20 litraa vettä
 - 3 kg suolaa / 30 litraa vettä
- Kuumenna seos kiehuvaaksi ja lisää 1 kilo sieniä jokaista 2 keitinvesilitraa kohden.
Keitä 12 - 15 min ajan (kiehumisen alkamisesta).
Valuta vesi pois ja laita sienet kylmään veteen (lopettaa kypsyttämisen ja kiinteyttää sienet) 1/2 tunniksi.
Säilytä suolatut herkkutatit 15%:n suolavedessä viileässä paikassa.
- Samaa keitinveettä voi käyttää toisen ja kolmannenkin kerran lisäämällä kullakin kerralla 0.3 kg suolaa /10 ltr keitinveettä.
- Kolmannen kerran jälkeen on tehtävä täysin uusi keitinliuos.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAAN

SIENTEN KÄSITTELY: PAKASTAMINEN

- Mahdollisimman pian poimimisen jälkeen
- Pakasteen laadulle on tärkeää, että jäätyminen tapahtuu mahdollisimman nopeasti. Hidas pakastaminen muodostaa suuria jääkiteitä ja rikkoo sienen solurakenteen.
- Pakastettavien sienien esivalmistelussa ei kannata käyttää rasvaa, sillä se lyhentää säilyvyysaikaa 3-4 kuukauteen.
- Ennen pakastusta sienet on syytä kiehauttaa omassa liemessään
 - lopettaa sienien entsyymitoiminnan.
- Säilyvyys paranee ja käsittely myös pienentää tilavuutta.
- Keitetyt rouskut tai omassa liemessään kiehautetut sienet jäähdytetään kunnolla ennen pakastusta ja varastoidaan -18 asteessa.
- Kovamaltoisia lajeja voidaan pakastaa myös raakana (pienet tatit, kantarelli, lampaankääpä), mutta raakapakastuksessa esim. polyfenolioksidaasi-entsyymi säilyy, joten sienet saattavat tummua sulatettaessa.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENTEN KÄSITTELY: KUIVAAMINEN (TARKISTA OSTAJAN OHJEET)

Onnistuu parhaiten tarkoitukseen kehitetyissä kuivureissa, joiden lämpötilaa voidaan säätää helposti ja pitää lämpötila tasaisena. Sieniä voi kuivata myös esimerkiksi leivinuunin jälkilämmössä tai sähköuunissa uunin luukku hivenen raollaan.

- Puhdista sienet huolellisesti. Älä huuhtelee, sillä kosteat sienet kuivuvat hitaammin.
- Isot sienet viipaloidaan ja pienet ohutmaltoiset sienet voidaan jättää kokonaisiksi.
- Kuivauslämpötila ei saa nousta yli 40 °C.
- Sienet ovat riittävän kuivia, kun ne murenevat käsin puristettaessa.
- Kuivatut sienet säilytetään ilmatiiviissä, kannellisissa lasi- tai muovitölkeissä valolta suojattuna.



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENTEN KÄSITTELY: PAKKAUSMERKINNÄT

- Lajin nimi (esim. kuivattu mustatorvisieni)
- Määrä g/kg
- Keruupäivämäärä
 - Kuivattaessa kuivauspäivämäärä
- Keruupaikkakunta (tai vähintään maa)
- Poimija/käsittelijä, osoite ja puhelinnumero
- Eränumero (voi olla myös päiväys)
- Jos myydään kuluttajille: parasta ennen –päiväys (eli vähimmäissäilyvyysaika)

Kuivattu mustatorvisieni, 50 g
Kerätty: 15.8.2024, Suomi (Joensuu)
Poimija: Mikko Metsä, Metsäkatu 5
00000 Metsäkylä
Erä 3/15.8.2024
Parasta ennen : 15.8.2025



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA Satakuntaan



SIENTEN SATOKAUSI JA SIENISATOON VAIKUTTAVAT TEKIJÄT



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus

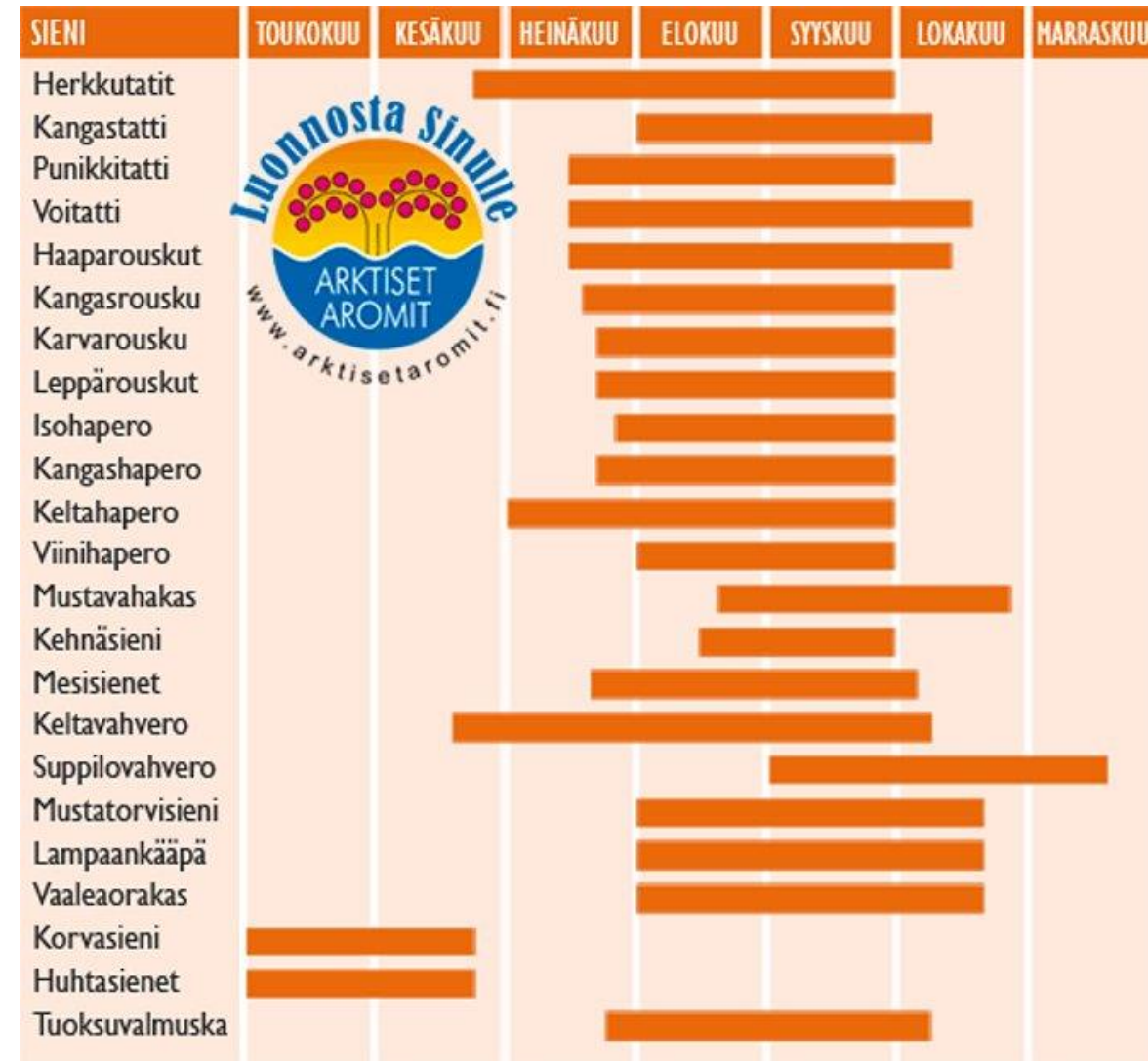


MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENTEN SATOKAUSI

- **Kevätsato: touko-kesäkuu**
 - Korvasieniä, huhtasieniä
- **Kesäsato: kesä-heinäkuu**
 - Tatteja, haperoita
 - Keltavahvero
- **Syyssato: elo-syyskuu**
 - Tatteja, haperoita, rouskuja, vahakkaita, kantarelleja
- **Myöhäissyksyn sato: loka-marraskuu**
 - Suppilovahveroita, kantarelleja



Euroopan unionin
osarahoittama



Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



Mushroom Boost
SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAMUNTAIN

SIENISATOON VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ



- Kasvupaikka ja ympäristön kasvillisuus
- Metsänhoitotoimet
- Edellisen syksyn ja kuukausien sääolot
- Maaperän koostumus
- Ilmasto- eli kasvillisuus vyöhykkeet



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



TUTUSTUMINEN POIMITTAVIIN SIENIIN JA NIIDEN NÄKÖISLAJEIHIN

- Herkkutatti
- Keltavahvero
- Suppilovahvero
- Mustatorvisieni
- Lampaankääpä



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAAN

SIENTEN KÄYTETTÄVYYSMERKIT

***	erinomainen
**	hyvä
*	syötävä
O	arvoton
☒	myrkyllinen
☠	vaarallisen myrkyllinen
☠☠	tappavan myrkyllinen
☐*	esikäsiteltynä syötävä
☐**	esikäsiteltynä hyvä
☐***	esikäsiteltynä erinomainen
☐	esikäsiteltävä
■	värjäyssieni

HERKKUTATTI (*Boletus edulis*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelu.
- **Tuntomerkit**
 - Lakki on 5-30 cm leveä, kupera vaaleanruskea.
 - Pillit ovat aluksi valkoiset mutta kellertyvät nopeasti ja muuttuvat lopulta selvästi vihertäviksi. Pillistö ei muutu väriltään koskiessa.
 - Jalka on 5-18 cm pitkä, vaaleanruskea. Sen yläosassa erottuu hento valkoinen verkkokuvio.
 - Malto valkoista, nuorena kiinteää
 - Maku mieto, pähkinäinen
- **Lajit**
 - Herkkutatti (kuusen), männynherkkutatti (pillistö muuttuu painettaessa punertavaksi), ruskea jalka), koivunherkkutatti ja tammenherkkutatti.
- **Näköislajit**
 - Sappitatti
 - Männynherkkutatti, koivunherkkutatti, tammenherkkutatti

HERKKUTATTI (*Boletus edulis*)



- **Kasvupaikka**

- Viihtyy monenlaisissa metsissä, varsinkin kuusen seuralaisena tuoreissa metsissä.
- Männynherkkutatti kasvaa männyn seuralaisena mäntykankailla.

- **Esiintymisaika**

- Satokausi alkaa usein jo heinäkuussa ja on parhaimmillaan elokuussa, joskus uusi sato saadaan vielä syyskuussa.

HERKKUTATTI (*Boletus edulis*)

Herkkutatin poimintaohje (Dalla Valle ja Tuote ja vihannes)

- Irrota tatti aina kasvualustasta käsin ja kokonaisena, myös kantaosa.
- Puhdista jalan kantaosa veitsellä niin ettei multa varise lakkiosan päälle tai pillistöön.
- Vuole pyöreän viillon jalan kanta puhtaaksi mullasta tatin jalan muotoa mukaillen.
- Puhdista tatti heti löytämisen yhteydessä. Voit viimeistellä puhdistuksen harjalla.
- Myytäviä sieniä ei saa huuhdella.
- Myytävät sienet vietävä ostoyritykseen keräyspäivänä.
- Ostoyritykset jakavat sienet I, II ja III luokkaan.
- Kannattaa laittaa I-luokka erikseen laatikkoon



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



HERKKUTATTI *(Boletus edulis)*

Herkkutatin laatuluokitus (Arktiset Aromit)

I-luokka

- Tähän luokkaan luokiteltujen herkkutattien on oltava hyvälaatuisia. Niiden on oltava lajikkeelle ominaisia.
- Niissä voi olla seuraavia vähäisiä virheitä, jos virheet eivät vaikuta tuotteen ulkonäköön, laatuun, säilyvyyteen tai pakkauksen ulkonäköön:
 - vähäisiä tuholaiden aiheuttamia virheitä
 - vähäisiä vikoja lakissa
 - vähäisiä jälkiä maa-ainesjäämistä jalassa
 - lievästi kellertävä pillikerros

II-luokka

- Tähän luokkaan kuuluvat herkkutatit, joita ei voida luokitella ylempiin luokkiin mutta jotka vastaavat edellä määriteltyjä vähimmäisvaatimuksia. Niiden on oltava lajikkeelle ominaisia.
- Niissä voi olla seuraavia virheitä edellyttäen, että herkkutattien laatuun, säilyvyyteen tai ulkoasuun liittyvät olennaiset ominaispiirteet säilyvät muuttumattomina:
 - tuholaiden aiheuttamia virheitä
 - vikoja lakissa
 - jälkiä maa-aineksesta jalassa
 - ruskehtava pillikerros
- Vioittuneet osat ja pehmeä pillikerros voidaan poistaa edellyttäen, että kunkin herkkutatin olennaiset ominaispiirteet säilyvät muuttumattomina.

III KOKOLAJITTELUA KOSKEVAT SÄÄNNÖKSET

- Koko määritetään lakin suurimman halkaisijan mukaan.
- Jos herkkutatit on lajiteltu koon mukaan, ero pienimmän ja suurimman lakin halkaisijoiden välillä kussakin pakkauksessa on oltava alle 5 cm.

Ekstra-luokka

- Tähän luokkaan luokiteltujen herkkutattien on oltava erittäin hyvälaatuisia. Niiden on oltava muodoltaan, kooltaan ja väriltään lajikkeelle ominaisia. Pillikerroksen on oltava valkoinen.
- Niiden on oltava täysin virheettömiä, lukuun ottamatta hyvin vähäisiä pintavirheitä, jos virheet eivät vaikuta tuotteen ulkonäköön, laatuun, säilyvyyteen tai pakkauksen ulkonäköön. Herkkutattien on oltava lähes vailla maa-ainesjäämiä.



Euroopan unionin
osarahoittama



Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



HERKKUTATTI (*Boletus edulis*)

Käsittelysuositus

- Suurin osa Suomen herkkutattisadosta pakastetaan kokonaisina vientiä varten.
- Hyvä säilöntätapa on myös kuivaaminen, jota varten lakki viipaloidaan pystysuunnassa tai poikittain 5 mm:n viipaleiksi.
- Liuotussuolaus sopii myös hyvin ja kotipakastus esikäsiteltynä.

Muuta

- Herkkutatista on tullut tärkein kauppasienemme. Kasvaa nopeasti ja pilaantuu herkästi. Sen talteenotto vaatii tehokasta satoseurantaa ja hyvää keräilyorganisaatiota.

MÄNNYNHERKKUTATTI (*Boletus pinophilus*)

TAMMENHERKKUTATTI (*Boletus reticulatus*)

Syötävyys *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelema



SAPPITATTI (*Tylopilus felleus*)



- **Syötävyys X** – syötäväksi kelpaamaton
 - Karvaan makuinen sieni, pilaa sieniriuuan.
Varo keräämästä ruokasienien sekaan!
- Kasvaa yksittäin kuusikoiden neulaskarikkeessa tai lahokannoilla, muurahaispesien lähellä.
- Maasta noustessaan muistuttaa herkkutattia.
- Vanhempana sen tunnistaa vaaleanpunertavasta, pullistuvasta pillikerroksesta sekä jalan tummasta verkkokuvioista.

SAPPITATTI (*Tylopilus felleus*)

<https://www.instagram.com/reel/C-AoZhml9i7/?igsh=ZG1qcjhvdDBxdmN0>

KELTAVAHVERO ELI KANTARELLI (*Cantharellus cibarius*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelu
- **Tuntemerkit**
 - Sienet ovat helppo tunnistaa yksivärisestä, kirkkaan keltaisesta väristä.
 - Lakki on tukevamaltonen, nuorena kupera, sitten suppilomainen. Alapinnalla on mutkaisia helttamaisia poimuja.
 - Jalka alaspäin kapeneva, täyteinen.
 - Malto vaaleaa, valkeaa tai kellansävyistä.
 - Maku mieto.
 - Tuoksu miellyttävä hedelmäinen
- **Näköislajit**
 - Valevahvero, niittyvahakas

KELTAVAHVERO ELI KANTARELLI (*Cantharellus cibarius*)



- **Kasvupaikka**

- Kasvavat lehti- ja sekametsissä. Yleinen koivun, kuusen ja männyn seurassa, suosii erityisesti koivuvaltaisia ja koivusekametsiä.
- Kasvupaikan valoisuus ja jonkinlainen kulutus eduksi.

- **Esiintymisaika**

- Hyvin pitkä satokausi heinäkuusta jopa lokakuulle (jopa marras- joulukuulle).

KELTAVAHVERO ELI KANTARELLI (*Cantharellus cibarius*)

• Käsittelysuositus

- Myydään ensisijaisesti tuoreena. Myydään myös säilykkeenä miedossa suolaliemessä.
- Keltavahvero on toukaton sekä kiinteämaltoinen. Säilyvyys muita lajeja parempi.
- Kotitalouskäyttöön soveltuu pakastaminen, kun sienet on ensin haudutettu omassa nesteessään (liika vesi haihdutetaan sienistä pois).
- Kantarellit sopivat erittäin hyvin marinadeihin.

Poimintaohjeet (Dalla Valle)

- Kantarelli tulee poimia kokonaisena ja sen puhdistaminen mullasta, hiekasta ja roskista kannattaa suorittaa heti maasta poimimisen yhteydessä.
- Veitsen ohella harja tai suti on hyvä apuväline puhdistamiseen.
- Vesipesu on ehdottomasti kiellettyä.
- Kantarelleissa ei ole erillistä luokitusta.

NIITTYVAHAKAS (*Cuphophyllus pratensis*)



- **Syötävyys ***** – erinomainen ruokasieni
- Niittyvahakas on keskikokoinen, oranssinkeltainen sieni, joka voi ensi näkemältä muistuttaa kantarellia, mutta on selvästi heltallinen ja kasvaa niityillä, ym. lyhytruohoisilla paikoilla.

VALEVAHVERO (*Hygrophoropsis aurantiaca*)



- **Syötävyys** * – kelvollinen ruokasieni
- **Tuntomerkit**
 - Lakki on ohutmaltoinen ja alapinnaltaan tiheään ohuthelttainen.
 - Selvin ero keltavahveroon on heltaston oranssi tai oranssinkeltainen väri. Heltat tiheät, oranssit
 - Jalka lyhyt ja solakka
 - Malto kellanpunaista sitkeää.
 - Maku mieto
 - Haju heikko
 - Kasvaa lahoavassa puuaineksessa
- **Muuta**
 - Värjäyssieni, ruskeankeltaisia ja oransseja sävyjä.



Euroopan unionin
osarahoittama



samk | Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi



SIENIMATKAILUSTA UUTTA ELINVOIMAA
POHJOIS-KARJALAN
JA SATAMUNTAA

SUPPILOVAHVERO (*Craterellus tubaeformis*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelema
- **Tuntomerkit**
 - Ruskealakkiset sienet kasvavat sammaleeseen syvään uponneina.
 - Lakki on ohutmaltoinen, keskeltä selvänapainen ja –reikäinen. Lakin läpimitta on muutama sentti. Pinta on kuiva ja miltei sileä tai pikkusuomuinen. Alapinnalla on harvakseltaan harmaita tai kellertäviä, helttamaisia poimuja. Poimut jatkuvat johteisesti jalkaan.
 - Jalka on solakka, ontto ja hieman litistynyt. Jalan väri vaihtelee kirkkaankeltaisesta kellanruskeaan.
 - Maku on mieto. Tuoksu heikko, miellyttävä.
- **Näköislajeja**
 - Kosteikkovahvero (voi myydä sekaisin suppilovahveron kanssa).
 - Kultahelppä
 - Rustonupikka

SUPPILOVAHVERO (*Craterellus tubaeformis*)



- **Kasvupaikka**
 - Yleinen ja runsassatoinen Etelä- ja Keski-Suomessa. Kasvaa runsaina ryhminä sammaleisissa, tuoreissa havumetsissä.
- **Esiintymisaika**
 - Paras satokausi alkaa varsin myöhään, syyslokakuussa, ilmojen jo kylmettyä.
 - Satoa voi kerätä pakkastenkin jälkeen.

SUPPILOVAHVERO (*Craterellus tubaeformis*)

- **Käsittely**

- Suppilovahvero on erinomainen ruokasieni kaikin tavoin käytettynä.
- Paras säilöntätapa on kuivaus.
- Kotitalouskäyttöön sopii myös pakastaminen, kun sienet on ensin haudutettu pannulla omassa nesteessään.

- **Kauppakunnostus**

- Poimintavaiheessa on kätevää katkaista roskainen tyviosa pois.
- Sieni on hyvä halkaista riipimällä ne osiin.
- Puhdistamisen ja perkaamisen jälkeen on hyvä tarkistaa sienet, ettei ylimääräisiä sieniä ole mukana.

- **Muuta**

- Suppilovahvero on usein syvällä sammaleeseen uponneina ja niistä erottuu vain lakkien ruskea yläpinta.
- Laji on helppo oppia tuntemaan ja se on usein hyvin satoisa ja toukaton.
- Kerätyt sienet säilyvät ilmastossa ja viileässä muita sieniä paremmin.

KOSTEIKKOVAHVERO (*Craterellus lutescens*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston ohjeen mukaan sitä saa olla myytävän suppilovahveron seassa.
- **Tuntomerkit**
 - Kellanruskea, oranssi torvimainen sieni
- **Muuta**
 - Kosteikkovahvero on harvinaisempi ja huonommin tunnettu, kuin sukunsa tunnetummat jäsenet, kelta- ja suppilovahvero.
 - Kosteikkovahvero on kalkinsuosija ja siksi meillä suhteellisen harvinainen ja paikallinen laji. Paikallisesti se voi kuitenkin tuottaa suuriakin satoja. Se on runsaampi etelässä kuin pohjoisessa.

KULTAHELTTA (*Chrysomphalina chrysophylla*)



- **Syötävyys** o – arvoton
 - Kultaheltta ei ole myrkyllinen, mutta ei läheskään vahveroiden arvoinen.
- Varsinkin päältäpäin kultaheltta suppilomaisine lakkeineen muistuttaa suppilo- ja kosteikkovahveroa. Keltaiset heltat kuitenkin paljastavat, että kyseessä ei ole vahvero. (Vahveroilla on lakin alpinnalla on haaroittuvat poimut.)
- Toinen selkeä ero on se, että kultaheltta kasvaa lahoppuilla ja kannoilla.
- Kultaheltta on melko harvinainen, varmimmin sitä tapaa Lounais-Suomessa.

RUSTONUPIKKA (*Leotia lubrica*)



- **Syötävyys** † – lievästi myrkyllinen
- **Tuntomerkit**
 - Lakki kupera
 - Noin 5 cm korkuinen
 - Ruskean sävyinen
 - Tahmean hyytelömäinen, eikä sen lakin alapinnalla ole helttamaisia poimuja, kuten jo nuorellakin suppilovahverolla, jonka lakin reuna on vielä rustonupikan tapaan alaskiertynyt. Lisäksi suppilovahveron jalka on sileä ja lakki ruskeampi.
- **Kasvupaikka**
 - Rehevänpuoleisissa kangasmetsissä, myös lehdoissa ja korpisoistumissa, usein samankaltaisilla paikoilla kuin suppilovahvero. Lahottaja.
- **Muuta**
 - Rustonupikka kuuluu kotelosieniin, joka on sieniryhmä, jolla ei ole helttoja tai pillejä, vaan lajista riippuen sienien ulkopinta tai pistemäiset kotelopullot tuottavat itiöitä herneenpalkoja muistuttavissa itiökoteloissa.



Euroopan unionin
osarahioittama

samk  | Matkailun kehittämiskeskus

 ProAgria
MKN Itä-Suomi Itä-Suomi

 Mushroom Boost
SIENIHATKAALISTA UUTTA ILIIVOMAA
POHJOIS-KARJALAAN
JA SATAKUNTAA

MUSTATORVISIENI (*Craterellus cornucopioides*)

<https://www.instagram.com/reel/C-amRIVovRA/?igsh=MTRqMG13NnlvYzEzbg==>

MUSTATORVISIENI (*Craterellus cornucopioides*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelu
- **Tuntomerkit**
 - Syvään suppilomaiset sienet muistuttavat mustia torvia tai haavanlehtiä.
 - Lakki on kosteana musta, mutta vaalenee kuivuessaan. Yläpinta on pienisuomuinen.
 - Jalka ei erotu lakista, vaan koko sieni kapenee alaspäin tötteröksi.
 - Ulkopinta on mustaa tyviosaa lukuunottamatta harmaa ja joko sileä tai matalasti poimuinen.
 - Maku mieto
 - Haju omenainen
- **Näköislajit**
 - Ruskotorvisieni

MUSTATORVISIENI (*Craterellus cornucopioides*)



- **Kasvupaikka**
 - Kasvaa ryhminä, yleensä samoilla kasvupaikoilla vuodesta toiseen.
 - Kasvaa kuusen ja koivun seurassa, usein valoisissa pienissä aukkopaikoissa, kuten polkujen varsilla ja paikoissa, joissa puu on kaatunut maahan.
- **Esiintymisaika**
 - Satokausi ajoittuu elokuulta lokakuuhun.

MUSTATORVISIENI (*Craterellus cornucopioides*)

- **Käsittely kotitalouksissa**

- Tuoreet sienet säilyvät ilmastossa ja viileässä paikassa, melko pitkään hyväkuntoisena.
- Paras säilöntätapa on kuivaus. Sienistä on syytä poistaa tummat, karvaat tyviosat.
- Periaatteessa sienet on hyvä halkaista riipimällä ne osiin.
- Kuivaus voimistaa niiden makua.

- **Muuta**

- Vuosittaiset satovaihtelut ovat suuria.
- Tuoreiden sienten ulkoasu voi vaihdella kosteusaste-erojen vuoksi.
- Joskus voi olla vaikeaa erottaa pilaantuneet sienet, mutta vetisyys ja velttous on hyviä viitteitä yli-ikäisyydestä tai pilaantumisesta.

- **Poimintaohjeet** (Dalla Valle)

- Mustatorvisieni tulee poimia kokonaisena ja sen puhdistaminen mullasta, hiekasta ja roskista kannattaa suorittaa heti maasta poimimisen yhteydessä.
- Veitsen ohella harja tai suti on hyvä apuväline puhdistamiseen.
- Mustatorvisienillä ei ole erillistä luokitusta.
- Vesipesu on ehdottomasti kiellettyä.

RUSKOTORVISIENI (*Craterellus caeruleofuscus*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittalema
- Se on väriltään ruskea tai harmaanruskea, tyvestä vaalea.
- Lakin yläpinta on suomuton tai niukalti suomuinen ja lakin alapinnalla on hienoja ruskeanharmaita poimuja.
- Ruskotorvisieni kasvaa harvinaisena Etelä-Suomessa.

LAMPAANKÄÄPÄ (*Albatrellus ovinus*)



- **Syötävyys** *** – erinomainen ruokasieni, Ruokaviraston suosittelu
- **Tuntomerkit**
 - Keskikokoinen, vaalea, jalallinen.
 - Lakki on 5-20 cm vaalean tai kerman värinen leveä, mutkalaitainen, epäsäännöllisen muotoinen.
 - Lakin alapinta on valkoinen, josta vaivoin erottuvat pillien suuaukot. Pillikerros on tiukasti kiinni mallossa. Vanhemmiten pillistö kellastuu.
 - Jalka on tanakka, muhkurainen ja lakin värinen.
 - Malto paksua, valkoista ja kiinteää. Vahingoittuneista kohdista hitaasti vihertävänkeltaiseksi muuttuva.
 - Maku mieto, vanhana karvas
 - Tuoksu heikko, miellyttävän hedelmäinen
- **Näköislajit**
 - Typäskääpä, vaaleaorakas

LAMPAANKÄÄPÄ (*Albatrellus ovinus*)



- **Kasvupaikka**

- Lampaankääpä kasvaa miltei koko maassa tuoreissa kangasmetsissä ja sammaleisissa kuusikoissa, kuusen juurisieni, usein mäenrinteissä.
- Etelässä laji on yleinen, pohjoisempaan paikoittainen.

- **Esiintyminen**

- Elokuussa alkava satokausi jatkuu loppusyksyyn (lokakuulle).

LAMPAANKÄÄPÄ (*Albatrellus ovinus*)

- **Käsittely**

- Kotitalouskäytössä hyvä ruokasieni kaikin tavoin käsiteltynä.
- Säilöntä esim. suolaamalla tai pakastamalla. Kuivausta ei suositella, koska sienistä tulee kovia ja niiden liotusaika on pitkä.
- Sieni on kookas ja tiivismaltainen, joten siitä voi valmistaa helposti lampaankääpäpihvejä.

- **Muuta**

- Lampaankäävän erottaa typäskäävästä myös ruuaksi valmistettaessa, sillä se muuttuu keltaiseksi. Typäskäävän säilyttäessä alkuperäisen sävynsä.
- Usein lajin toukkaisuus rajoittuu vain lakin yläpintaan.

TYPÄSKÄÄPÄ (*Hydnum repandum*)



- **Syötävyys** O* – nuorena keittämisen jälkeen kelpollinen ruokasieni, vanhempana karvas
- **Tuntemerkit**
 - Yleisväritykseltään punertavan ruskea
 - Kasvaa usein kimppumaisesti samoilla paikoilla kuin lampaankääpä
 - Typäskäävän mallon väri ei muutu vahingoittuneista kohdista vihertävänkeltaiseksi, ei myöskään kypsennettynä
 - Tuoksu imelän hedelmäinen
 - Typäskääpä on syötävä, mutta sen maku on katkera ja karvas, joten sitä ei käytetä ruokasienenä (nuorena syötävä)
- **Muuta**
 - Ostetaan kosmetiikka- ja lääketeollisuuteen.

VAALEAORAKAS (*Hydnum repandum*)



- **Syötävyys** ** – hyvä ruokasieni, Ruokaviraston suositteloima
- **Tuntomerkit**
 - Vaaleita tai oransseja
 - Muistuttaa päältä katsottaessa lampaankääpää, mutta lakin alapinnalla on pillien sijasta piikkejä eli orat
 - Lakki 5 – 15 cm leveä
 - Jalka tanakka ja lakin värinen
 - Malto paksua, valkoista, juustomaista ja helposti lohkeavaa
- **Käsittely**
 - Orakkaat poimitaan nuorena, jolloin ne ovat miedonmakuisia ja vähemmän toukkaisia. Vanhemmiten maku muuttuu karvaaksi.
 - Orakkaat voi pilkkoa suoraan pannulle kypsymään, piikkejä ei tarvitse poistaa.
 - Sieni kypsennetään perusteellisesti. Näin mahdollinen kirpeys häviää ja ruoka sopii paremmin myös herkemmin vatsaoireita saavilla.
 - Orakkaat voi kuivata viipaleina, marinoida tai pakastaa.
- **Muuta**
 - Orakkaat on helppo tunnistaa, eikä niillä ole myrkyllisiä näköislajeja
 - Metsissä kasvaa myös useita syömäkeltottomia orakkaita, jotka ovat nahkamaisen sitkeitä, eikä niitä voi sekoittaa helposti murtuviin, syötäviin orakkaisiin (vaalea- ja rusko-orakas).
 - Kääväkkäisiin kuuluva vaaleaorakas on lähes kantarellin veroinen ruokasieni, jota kasvaa eniten maan eteläosissa. Sieni kasvaa tuoreissa lehtomaisissa kuusi- ja sekametsissä.

VAALEAORAKAS (*Hydnum repandum*)

<https://www.instagram.com/reel/CwFpkpDlis3/?igsh=ZmVyODd6YzdhdzAy>

SIENICAPPUCCINO

Ainekset

5 dl hienonnettuja, tuoreita mustatorvisieniä, suppilovahveroita tai tatteja. Voit käyttää myös 2 dl paistettuna pakastettuja sieniä tai 20 grammaa kuivattuja sieniä.

1 sipuli hienonnettuna

2 rkl voita

100 g palsternakkaa

4 keskikokoista, jauhoista perunaa

5 dl vettä

2 kasvisliemikuutiota

4 dl kevytmaitoa

2 dl kuohukermaa

mustapippuria

Päälle

1 dl kuohukermaa

0,5–1 rkl vaaleaa sinappia esim. keltaista dijon-sinappia

Valmistus

Paista hienonnettuja tuoreita tai pakastettuja sieniä ja sipulia pannulla voissa, kunnes sienten neste on haihtunut. Jos käytät kuivattuja sieniä, laita ne kiehumaan kasvisten kanssa. Kuori ja paloittele palsternakka sekä perunat. Laita ainekset kattilaan ja lisää vesi. Kuumenna ja lisää liemikuutiot. Anna kiehua, kunnes kasvikset ovat kypsiä.

Lisää kattilaan sieni-sipuliseos ja soseuta. Lisää maito ja kerma. Kuumenna ja tarkista maku. Lisää tarvittaessa pippuria ja suolaa. Vatkaa kerma löysäksi vaahdoksi, mausta sinapilla ja lisää keiton päälle.



Lisää reseptejä:

<https://www.maajakotitalousnaiset.fi/reseptit?searchTerm=SIENI>

TÄNÄÄN LÄPIKÄYTY



- Sienien käytön perusteita, poiminta ja käsittely, laatu
- Jokaisenoikeudet, muu lainsäädäntö
- Sienten pakkausmerkinnät
- Sienisatoon vaikuttavat tekijät, satokausi, mistä ja miten kerätään
- Tutustuminen poimittaviin sieniin (herkkutatti, keltavahvero, lampaankääpä, suppilovahvero, mustatorvisieni)

TESTAA SIENITIETOSI

Arktiset aromit, sienivisa:

- <https://www.arktisetaromit.fi/app/quiz/start/-/quiz/39>



Euroopan unionin
osarahoittama



| Matkailun kehittämiskeskus



MKN Itä-Suomi Itä-Suomi





MKN Maa- ja kotitalousnaiset



@maajakotitalousnaiset



Maa- ja kotitalousnaiset



Maa- ja kotitalousnaiset

www.maajakotitalousnaiset.fi

Kiitos!

OLLAAN YHTEYKSISSÄ!



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET