

Resepin Katille kehitti
mikkeliläinen kotitalousopettaja
ja MasterChef 2023 -finalisti
Niklas Kurvinen



Nam! Järvikalakeitto aasialaisella twistillä

4 annosta • Valmistusaika noin 30 min.

½ dl riisiä • 1 arkki merilevää • pala inkivääriä •
½ punainen chili • valkosipulin kynsi • 6 dl vettä •
¾ dl kalakastiketta • ½ dl osterikastiketta • 2 rkl soijaa •
1 porkkana • ¼ kesäkurpitsaa • ½ sipulia •
300 g nahatonta kalafilettä vaaleasta kotimaisesta
järvikalasta (esim. kuha tai ahven) • ½ punttia korianteria

1. Paahda riisiä kuivalla paistinpannalla niin kauan,
että se muuttuu kullanuskeaksi. Anna jäähtyä. Murskaa
riisit korkeareunaisessa kulhossa jauheeksi sauvasekoit-
timella. 2. Kastele merileväärkki kauttaaltaan ja pilko sui-
kaleiksi. 3. Hienonna inkivääri, chili ja valkosipuli hienoksi
hakkeeksi. 4. Laita kattilaan vesi, kalakastike, osterikastike,
soija, inkivääri, valkosipuli ja chili. Kuumenna kiehuvaaksi
5. Paloittele porkkana, kesäkurpitsa ja sipuli pieniksi
kuutioiksi. 6. Lisää kattilaan porkkana, kesäkurpitsa, sipuli
ja merilevä. Keitä 5 minuuttia. 7. Lisää kalafileet kuumaan
liemeen ja keitä hiljalleen noin 5 minuuttia. Lisää keittoon
paahdettu riisijauhe. 8. Pilko korianteri hienoksi leikkukulau-
dalla. Koristele keitto korianterisilpulla ja tuoreella chilillä.
9. Nauti suomalaisen ruisleivän ja raikkaan veden kera!

PS. Toteutuksessa mukana Heinäsen Kalaherkku, Mikkelä

KOTIMAINEN
KALA ON
MAAILMAN
PARASTA!

Miksi äänestäisit Katiä?

Siksi, että meidän itäsuomalaisten
ääni pitää saada paremmin
kuuluville EU:n päätöksenteossa!

Siksi, että EU:kin uudistuu ja
kehittyy muuttuvassa maailmassa
emmeä tarvitse peräpeiliin
tujottajia päätöksenteossa.

Siksi, että Eurooppa tarvitsee
vahvan tasa-arvon ja
suvaitsevaisuuden puolustajan!



Katin maalaisjärkevät juuret ja arvot

- Yritteliäisyys • Suvaitsevaisuus • Tasa-arvo •
- Kulttuurinen rikkaus • Puhdas luonto • Puhdas ruoka •
- Ihmisten ja eläinten hyvinvointi • Kansainvälinen Suomi •



107

Kati
Annika
Häkkinen

#katieurooppaan

EU-vaalit 9.6.2024
Ennakoäänestys
29.5.–4.6.2024



Keskusta



Vastinetta äänellesi!

katihakkinen.fi

Rohkeutta ja Kyllä!-asennetta

Positiivisen asenteen ja yhteistyön kautta voimme vaikuttaa meille tärkeisiin asioihin. Erityisesti näitä asioita edistän Euroopan Unionissa:

Oui! elinvoimaiselle Itä-Suomelle

Itä-Suomeen on luotava kestävää liiketoimintaa, työpaikkoja, asiantuntijuutta ja kansainvälistä koulutusta. Suomen erityisyys maantieteellisesti ja hyökkäyssodasta johtuen tulee huomioida EU-rahoituksessa ja päätöksenteossa.

Tak! puhtaalle ja eettiselle lähiruoan tuotannolle

Suurin ilmastoteko on syödä mahdollisimman lähellä eettisesti tuotettua ruokaa. Turvaamalla kotimaisen tuotannon luomme ruokavarmuutta sekä Suomelle että muille maille. Puhdas suomalainen ruoka on myös vientivaltti!

Sí! suomalaiselle yrittäjyydelle

Luodaan suomalaisille yrityksille paremmat edellytykset lisäämällä EU:n sisämarkkinoiden toimivuutta ymmärtämällä pk-yritysten merkitys, vastustamalla valtiontukipolitiikkaa sekä edistämällä työperäistä, hallittua maahanmuuttoa ja EU:n turvallisuusyhteistyötä.



Kuka on Kati Annika Häkkinen?

Ja! suomalaiselle metsä- ja luonnonvarapolitiikalle

Metsiä on hyödynnettävä luonnon monimuotoisuutta kunnioittaen, mutta pidetään päätävältä metsätaloudesta ja luonnonvaroista omissa käsissämme.

Igen! pohjoisen Euroopan saavutettavuudelle

Suomen tulee saada nykyistä paremmin EU-rahoitusta liikenneinfrahankeisiin. Tällä hetkellä EU-rahoitus kohdistuu vahvasti raideinfraan ja on tärkeää, että rahoitusta saisi myös tiehankeisiin.

Jah! kasvulle työperäisen maahanmuuton kautta

Yrityksemme tarvitsevat työvoimaa kasvaakseen ja menestyäkseen. Ei anneta suvaitsemattomuuden olla esteenä yhteiskunnan ja talouden kehittymiselle ja sotketa pakolaispolitiikkaa työperäiseen maahanmuuttopolitiikkaan.

Olen kansainvälisesti kouliintunut pitkän linjan matkailu- ja hotellialan yrittäjä Mikkelistä, jonka juuret ovat vahvasti maalla ja mieli maailmalla. Arvoni kumpuavat työstä, yrittäjyydestä ja yhteisöllisyydestä. Olen suurella sydämellä äiti ja yrittäjä, vahva kansainvälinen osaaja sekä Mikkelin kaupunginvaltuutettu ja kaupunginhallituksen varajäsen.



107

Kati Annika Häkkinen

#katieurooppaan

EU-vaalit 9.6.2024
Ennakoäänestys
29.5.–4.6.2024

Vastinetta äänellesi!



Keskusta



katihakkinen.fi

