



## MTÜ Kodukant Järvamaa ja MTÜ EUREKA ühisprojekt „Järvamaa Külaüliskool“

---

### 7. Koolitus: „Toiduainete säilitamine“

**Laupäeval, 04.augustil 2018 Kirna Seltsimajas**

- Tutvustatakse Olustvere Hoidistemessi ning läbi aegade parimaid hoidiseid. M. Vesingi, K. Pirs ja M. Peterson andsid välja raamatu „Kodused hoidised. Olustvere Hoidistemessi parimad palad“. 2012 Hea Lugu
- Ideed hoidiste kasutamise kohta toitude valmistamisel.
- Kuivatamine.
- Hapendamine.
- Moosid, marmelaadid, siirupid, supipõhjad, kastmed, salatid ...
- Funktsionaalsed hoidised. Tervislikumad võimalused mooside magustamiseks.
- Parima soolase ja magusa hoidise valmistamine.
- Osalejate kaasavõetud kahe lemmik hoidise (soolane ja magus) degusteerimine (mini konkurss).

Lektor: Maire Vesingi, Olustvere TMK koka eriala õpetaja, funktsionaalse toitumise nõustaja.

#### PÄEVAKAVA:

09:30 Saabumine

10:00 Koolitus

11:30 Ergutus ja suupiste paus

12:00 Koolituse praktiline osa

14:00 Lõpetamine, tagasiside osalejatelt

Osalustasu 5 EUR kohapeal (hommikukohvi ja ergutuspausi suupistete katteks).

#### Eelregistreerimine:

Annely Meerbach, kontaktid: e-post: [annely.meerbach@gmail.com](mailto:annely.meerbach@gmail.com) või tel. 5698 0886

\*\*\*\*\*

Projekti eesmärgiks on Järvamaa külaelanike teadlikkuse ja informeerituse suurendamine, kriitilises ja ebaharilikes olukordades toimetuleku parendamine, koostöö ja suhtlemise soodustamine, osalejate võrgustamine, kohalike külakeskuste tegevuste mitmekesistamine.