



Keski-Savon LÄHIRUOKAOPAS



LÄHIRUOKAA – TOTTA KAI!

Ruoan alkuperä kiinnostaa yhä useampaa meistä ja lähiruokaa halutaan lisää niin ruokakauppoihin, ravintoloihin kuin julkisiin ammattikeittiöihinkin. Suomessa syödään joka päivä noin kaksi miljoonaa ateriaa julkisissa ruokapalveluissa. Keittiöt ostavat elintarvikkeita vuosittain yli 350 miljoonalla eurolla.

Vähittäiskaupassa ja ravintoloissa juuri sinä vaikutat ostopäätöksilläsi lähiruoan saatavuuden lisäämiseksi. Julkisten ruokapalvelujen osalta tärkein vastuu on päättäjillä ja viranhaltijoilla, jotka vastaavat kunnan verovarojen käytöstä ja kuntalaisten hyvinvoinnista.

Lähiruoka määritellään hallituksen lähiruokaohjelmassa paikallisruoaksi, joka edistää alueen paikallistaloutta, työllisyyttä ja ruokakulttuuria, on tuotettu ja jalostettu omalla alueen raaka-aineista, ja joka markkinoidaan ja kulutetaan omalla alueella.

Lähiruokaa kannattaa syödä, koska

- lähiruoan alkuperä on tiedossa – tiedät mitä ostat ja missä se on valmistettu. Halutessasi saat helposti yhteyden tuottajaan ja saat lisätietoa esim. siitä, kuinka tuote on valmistettu.
- lähiruoassa maistuvat vahvasti oman alueen maut, raaka-aineet ja ruokaperinne.
- lähellä tuotettu ruoka on myös usein tuoreempaa kuin pitkän matkan kuluttajan lautaselle matkannut ruoka

On tärkeää muistaa myös lähiruoan aluetaloudelliset vaikutukset. Kun veroeurot jäävät omalle alueelle, vahvistaa se myös taloutta ja hyvinvointia. Paikallisten tuottajien raaka-aineiden laajempi käyttäminen ja julkisten elintarvikehankintojen suuntaaminen omalle alueelle on tärkeää myös ruoantuotannon ja jatkojalostuksen turvaamisen kannalta. Näin vahvistetaan myös ruokaturvallisuutta ja huoltovarmuutta.

Keski-Savosta löytyy paljon maukasta lähiruokaa! Navitas Kehityksen lähiruokahanke on yhdessä alueen yrittäjien kanssa koonnut Sinulle runsaan kattauksen mm. erilaisia liha-, kala-, vilja- ja marjatuotteita. Tästä lähiruokaoppaasta löydät yli 50 seutukuntasi lähiruokayrittäjää ja heidän tuotteitaan.

Jokainen meistä voi vaikuttaa lähiruoan käytön lisäämiseen! Asiakkaana kysy ruokasi alkuperää ja esitä toive lähiruoan käytön lisäämiseksi. Yrittäjänä tuo rohkeasti tuotteitasi ja osaamistasi esille. Maukkaita lähiruokaelämyksiä!

Hanne Husso

EkoCentria,
www.ekocentria.fi ,
Savon ammatti- ja aikuisopisto

Armi Nissinen

Navitas Kehitys Oy,
www.navitaskehitys.fi,
Lähiruoasta bisnekseksi
toimijaverkoston kehittämishanke

VARKAUDESSA:



AitoMaku-salaattikastikkeet kruunaa arjen ja juhlan

Cafeteria- ja juhlapalvelu Diogenes

Kiertotie 27, 78300 Varkaus. 040 586 5909

Omia tuotteita lähiaineksista, gluteenittomat luomutuotteet

Carelian Caviar Oy

caviar@careliancaviar.com | www.careliancaviar.com

Sammen kasvatus ja kaviaarin tuotanto

Kalarannan vihannes

Satakunnankatu 10, 78300 Varkaus. 040 705 5882

katja.kosunen@kalarannan.fi

Kalat ja kalajalosteet



Kaks Ruusua

Ahlströminkatu 25
78250 VARKAUS
040 350 8420
www.kaksruusua.fi

HYVÄÄ LÄHELTÄ!
LÄHIRUOKAA
PAIKALLISELTA
KAUPPIAALTA!



MARKET

HERTTU

Kotileipomo Kaivonurmi

Tinurinkatu 6, 78870 Varkaus. 0400 284 315
Raakapakastepiirakkaa

Palvaamo Ensio Hyvönen Tmi

Nurkanniementie 44, 78710 Varkaus. 0400 375 161
Riistan rahtipalvaus, mansikkaa

Sepon Lihatori Oy

Ahlströminkatu 16, 78250 Varkaus. 017 552 3118
www.seponlihatori.fi
Liha-, kala- sekä herkkukauppa

Virtasen Pulla-Puoti

Ahlströminkatu 25, 78250 Varkaus. 044 744 4664
pullapuotimaarit@gmail.com
Kahvila, leipomotuotteet



Puh. 0400 957 570
www.oivatalo.fi

LEPPÄVIRRALLA:

Leppävirtalainen
à la carte
ravintola bistro
-makuja meiltä ja maailmalta



Vesileppis

BREAK BY SOKOS HOTELS

Annelin Kotileipä

Savonkatu 35, 79100 Leppävirta. 017 554 1684
www.annelinkotileipa.com
Kahvila, leipomotuotteet

Etelätalon Marja

Mustinmäentie 7, 79100 Leppävirta. 0500 933 040
a_turunen@luukku.com
Mansikka, vadelma, punaherukka, tyrni, itsepoiminta ja suoramyynti

Kaunismaan tila

Varkaudentie 274, 79130 Sorsakoski. 045 632 5165
Lampaanlihaa, -taljoja, hunaja, kananmunia

HEIKKILÄN TILA

MYYNTITUOTTEET:
ruisjauhot, ohraryynit,
kananmunat sekä kausituotteet

Lähiruokaa Leppävirran Saijanlahdesta
Jaakko Nissinen
0400 286 114

Kivimäen Luomu

Päivi ja Tuomo Räisänen 040 840 8863 / 040 548 7054
praisanen@netti.fi
Pihvinaudanliha, omena

Kukkaromäen tila

Kukkarosalmentie 85, 79100 Leppävirta. 040 821 2168
ullamaarit.kauhanen@pp.inet.fi | www.farminetti.fi/kukkaromaentila
Luomu emolehmätila, tilauksesta luomunaudan pihvilihaa

Kupiainen Mirja ja Seppo

Niinimäentie 299, 79410 Niinimäki. 040 526 5736
Lampaanlihat, -taljat ja makkaraa tilauksesta

Laitinen Jarmo

Limingantie 24 B, 79265 Puponmäki. 050 465 1125
Mansikkaa

Leppävirran Marja osuuskunta

Teollisuustie 18, 79100 Leppävirta. 017 554 2644 / 040 556 0931

www.leppavirranmarja.fi

Juures-, vihannes-, marja- ja hedelmätukkukauppa

Maataloustuottajain Leppävirran Yhdistys ry

Savonkatu 32 A 9, 79100 Leppävirta

040 840 8863 / Päivi Räisänen pj.

Miettinen Rauno

Marjatie 71, 79100 Leppävirta. 040 572 3805

rauno.miettinen@elisanet.fi

Mansikka, vadelma

Mönkkösen marjatila

Uitukanharjuntie 35, 79100 Leppävirta. 045 120 6053

<http://personal.inet.fi/koti/monkkosenmarjatila/>

Mansikka, luomuhunaja

Nyssönen Seija

Opintie 1, 79100 Leppävirta

seija.nyyssonen2@luukku.com | www.kotileipomonyyssonen.fi

Leipomotuotteet, torimyynti

Kukkaromäen tila

Kukkarosalmentie 85, 79100 Leppävirta. 040 821 2168

ullamaarit.kauhanen@pp.inet.fi | www.farminetti.fi/kukkaromaentila

Luomu emolehmitila, tilauksesta luomunaudan pihvilihaa

Pajaharjun Muatila

Rautalahdentie 150, 79150 Konnuslahti. 040 573 5885

Lammasta, ruista, kauraa, tilalla museo ja lomamökkejä

PUUTARHA NYYSSÖNEN

.....

Riihirannantie 945
79100 LEPPÄVIRTA
0400-142960
puutarhanyyssonen@suomi24.fi



Michael Strohecker
+358 41 444 1966

Katri Strohecker
+358 40 703 3423

Kalliomäentie 184
79150 Konnuslahti

michael@rauhala-angus.fi • katri@rauhala-angus.fi
www.rauhala-angus.fi

Riiminlohi & liha



UUTTA!
Liikkuva
kala & lihatiski

www.riiminlohi.fi
puh. 0400-885 597, 0400-555 306

Rantalan tila

Laakkolanniementie 65 A, 79130 Sorsakoski. 040 578 1303
rantala@rantalahighland.fi | www.rantalahighland.fi
Ylämaankarjaa, tilamyyntiä, lihasäilykkeitä

Saarela Marja-Liisa

Vihantamäentie 61, 79350 Itä-Soisalo. 0400 310 489
maija-liisa.saarela@pp2.inet.fi
Hunajaa, valkosipulia, Highlandcattle-lihatuotteita tilauksesta,
mansikkaa

Soininen Kirsi

Hiismäentie 236, 79265 Puponmäki. 050 556 3053
Mansikkaa

Torvinen Pekka

Kotalahdentie 446, 79140 Kotalahti. 040 556 0916

pekka.torvinen@pp.inet.fi | www.pekanpiha.fi

Kaalit, vihannekset, marjat, mansikka

Tuppurinmäen mylly

Vehmersalmentie 1657, 79180 Tuppurinmäki. 044 097 8556

Myllytoimintaa



JOROISSA:

Arvo-Kala Oy

Ruukintie 55, 79620 Huutokoski. 0207 299 910

www.huutokosken.com

Kalankasvatus mm. järvitaimen

E. Aholainen Oy

Harkkasaarentie 36, 79630 Kolma. 040 513 8860

Tukkutoimittaja

Kiinankaali, keräkaali, jäävuorisalaatti

Koikkalan tila

Leotniemi 39, 79630 Kolma. 050 530 6995

Vadelmaa, viherherukkaa, marja-aroniaa

**HYTÖNEN
MARKUS**

040 591 7100



Mansikkaa
Vadelmaa
Herukat
Karviaiset
Herne
Peruna
Porkkana
Punajuuria
Kaalaa
Tilliä
Persilja

Hietarannantie 18, 77460 MAAVESI

RUOKAA
OMASTA
MAASTA



Tuoreena Järvikylän Kartanosta

Raikkaat, maistuvat salaattit ja yrtit Joroisista.
Viimeisimmät kuulumiset Järvikylästä näet
Facebook –sivullamme **Makuja Järvikylästä**.





JOROISTEN LEIPOMO KY

Joroistentie 5, 79600 Joroinen

puh. 017 5600400

Kotileipomo Björn

Jokikuja 2, 78880 Kuvansi. 010 322 2210

Leipomo - Myymälä - Kahvila

Possakka Oy

Koskentie 15, 79600 Joroinen. 050 500 4708

anna-maija.hintikka@pp.inet.fi

Ruis- ja spelttileipää

Raasu Timo

Pasalandie 48, 79620 Huutokoski. 040 032 1010

Peruna, sipuli, porkkana, kukka- ja parsakaali, jäävuorisalaatti

Tmi Pirkko Häyrinen

Kirjurintie 6, 79600 Joroinen. 040 512 3943

mikko.hayrinen@pp2.inet.fi

Maalaisleipää

PUHTAASTI LUONNOSTA



lähiruokaa Maavedeltä

Puh. 0400 186 400 - Joentaustantie 40 - 77460 Maavesi

www.lahiruokasuhoenen.fi

TUOTTEITAMME LÄHIALUEEN KAUPOISTA

perunaa - sipulia - porkkanaa

Tmi Tulia

Petäjärinteentie 5, 79620 Huutokoski. 040 565 3943

anderssontuula@gmail.com

Yrtit, sienet, marjat ja neuvonta

Vanamola

Kerisalonsaarentie 838, 79600 Joroinen. 050 533 2787

www.vanamola.fi

Lampaanlihaa, varhaisvihanneksia, lähiruoka- ja villiruokakoulutusta

Veljekset Aholainen

Järvikyläntie 310, 79630 Kolma. 050 308 2787/ Esa Aholainen

Tukkutoimittaja

Jäävuorisalaatti, keräkaali, palsternakka

MUITA LÄHISEUDULLA:

Hersi Juva

Kotitie 9 A 20, 51900 Juva. 040 733 5659
Sipulisalsa, tyrnituotteet



Puh. 040 5531 272
www.omamaku.fi



Makutupa

**Kermanrannantie 6
Heinävesi**

Avoinna LAUANTAISIN klo 9-15
KESÄ- ja SESONKIAIKAAN myös ark. klo 10-16

GLUTEENITON lähileipomo Heinävedellä

- PIKKULEIVÄT • KAKUT
- TÄYTEKAKUT • PULLAT
- RIISIPIIRAKAT
- PASTEIJAT ym. ym.

Lähiruokamyymälä

- KAHVIO
- TUOREET LEIVONNAISET
- RUISLEIVÄT
- KARJALANPIIRAKAT
- GLUTEENITTOMAT TUOTTEET
- LÄHIRUOKATUOTTEET
- LAHJATAVARAT ym. ym.

**Ylämaankarjan luomulihaat,
makkarat ja säilykkeet.
Käsityöt.**



Hyvätuuli Highland

Jäppiläntie 1383, Jäppilä

p. 015 430 1690

Avoimna pe 14-17, la 11-14

www.hyvatuuli.fi

TUORETTA JÄRVIKALAA

**Taulumäen torilta
perjantaisin ja lauantaisin klo 7-12**

TMI MARKKU KETTUNEN

Rantasalmi

Ammattikalastaja

Puh. 040-554 3402



*Haluatko tulevaisuudessa kestävästi tuotettua ruokaa?
Siitä on päätettävä tänään!*



EkoCentria on

Savon koulutuskuntayhtymän yhteydessä toimiva
valtakunnallinen asiantuntijayksikkö, jonka tavoitteena on
lähi- ja luomuruoan käytön edistäminen ammattikeittiöissä.

Ota yhteyttä!

Asiantuntemuksemme on käytettävissäsi.

www.ekocentria.fi



**SAVON AMMATTI-
JA AIKUISOPISTO**



mmm.fi

LÄHIRUOKAA JOROISTEN RUOKAPALVELUISSA

Joroisten ruokapalveluissa kaikki toiminta, aivan ruokalistojen suunnittelusta, raaka-aineiden valinnasta itse toteutukseen tähtää siihen, että ruoka on ravitsevaa ja monipuolista, ruokahalua herättävää ja hyvän makuista.

Palveluiden tavoitteena on edistää asukkaiden hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä maukkaan, kotimaisen ruoan avulla. Raaka-aineet valitaan huolella ja kaikessa toiminnassa ajatellaan ekologisuutta. Lähellä tuotetut raaka-aineet ja hiilijalanjäljen pienentäminen raaka-ainevalinnoin ovat arkipäivää palveluissamme.

Lähellä tuotettu ruoka on tuoretta. Jäljitettävyyys on lähiruoan valtti. Kun tuotteen alkuperä tiedetään, tunnetaan myös valmistusolosuhteet. Jos kuljetus- ja säilytysaika on lyhyt, ei tarvita lisäaineita. Siksi ruoan laatu on korkea. Alueellinen ruokaperinne on meille kaikille mahdollisuus, joka kannattaa hyödyntää sesongin tuoreita raaka-aineita myöten.

Joroisten ruokapalvelun elintarvikehankinnat ovat kilpailutettu ja kuulumme Savonlinnan seudun hankintarenkaaseen. Joroisten koulukeskuksen ja Kuvansin koulun elintarvikehankinnat tapahtuvat

pääosin tukkuliikkeiden kautta, mutta käytämme myös paikallisia ruoka-aineita aina kun se on mahdollista. Kyläkoulut käyttävät ostopaikkana Joroisten S-markettia, jossa myynnissä on paljonkin lähialueen tuotteita.

Lähiseudulta suoraan tuottajilta ja jatkojalostajilta hankimme mm. kuorittavaa sekä kuorittua, pestyä perunaa, porkkanaa, salaatteja ja leipomotuotteita. Marjoja, kuten mansikkaa ostamme pieniä määriä keittiöihin paikallisilta marjailoilta. Toimintaamme kuuluvat myös teemapäivät eri vuodenaikoina, ja mm. syksyllä sadonkorjuunaikaan tuomme esille kotimaisen, lähialueen viljan käyttömahdollisuuksia ruokalistallamme.

Kunnan ruokapalveluissa pyrimme siis hankkimaan talousarvionne puitteissa lähiruokaa. Hankintasopimukset sekä elintarvikkeiden oston määräraha (n. 0,80 – 1 €/ateria) rajoittavat meillä laajempaa käyttöä, mutta Lähiruokahankkeen kautta olemme saaneet tietoa alueen lähiruokatuottajista. Tästä on hyvä jatkaa!

Pia Mäkeläinen
Puhtaus- ja ruokapalvelupäällikkö
Joroisten kunta



VARKAUDEN KOLTTOSET

0,5 dl	vettä
2 dl	ruisjauhoja
0,5 dl	vehnäjäuhoja
0,5 tl	suolaa
0,5 tl	leivinjauhetta
2 rkl	hunajaa
2 rkl	soseutettua sokeroitua puolukkaa
25 g	kasvismargariinia sulana

Sekoita kaikki ainekset keskenään.

Kaulitse taikinal Levy ruisjauhon kera.

Ota haluamallasi muotilla taikinapaloja ja paista uunissa 200°C noin 8-10 min.

Anna vetäytyä hetki.

Nauti esim. juustojen tai kaviaarin kera.

*”Kiertele kahtelee ympärj savvoo,
oppiikses savolaissanoja tavvoo.
Varkauven herkut maestuvat kielellä,
meillä kolttosettii tehhää hilipeellä mielellä.”*

