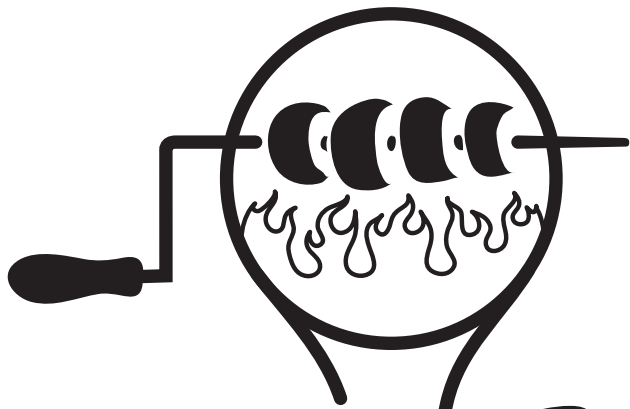




# Jazz & Symphony

---

Paslepa 2015



## Ajakava

|                    |                                                                                              |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>11:30–11:55</b> | Kogunemine ja hommikukohv                                                                    |
| <b>12:00–12:10</b> | Tervitussõnad                                                                                |
| <b>12:10–12:55</b> | Priit Kuusk ehk Wend jutustab teemal<br>„Toidujutte meilt ja mujalt”.                        |
| <b>12:55–13:10</b> | Kohvipaus                                                                                    |
| <b>13:10–14:00</b> | Professor Raivo Vokk esineb loenguga<br>„Mis toimub lihaga? / Mis lihas toimub?”             |
| <b>14:00–14:15</b> | Kohvipaus                                                                                    |
| <b>14:15–15:15</b> | Bocuse d’Or 2015 ülevaade Dmitri Haljukovi,<br>Emmanuel Wille ja Dimitri Demjnaovi esituses. |
| <b>15:15–15:45</b> | Seminari kokkuvõtte                                                                          |
| <b>15:45–17:00</b> | Toetajate toodetega tutvumine,<br>degusteerimine ja esitlused.                               |
| <b>17:00–20:00</b> | Suhtlus ja maitsev õhtusöök.                                                                 |

Päeva hoiab koos Emil Rutiku

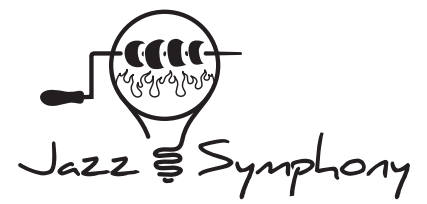
Esitlejad

qemoss



**SAAREMAA**  
**LIHATÖÖSTUS**





# RESERV

Peo inventari rent

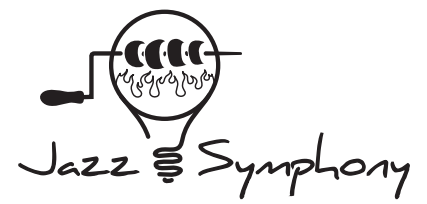
[www.reserv.ee](http://www.reserv.ee)

# Oilio®

# Sõbrad

---







## Wend

WEND - saatuse tahtel teleajakirjanik.  
Ajapikku kujunenud inimeseks, kes  
hindab köögis sündivaid kunstiteoseid.



Nagu ta ise kunagi kirjutas:

Ma ei kogu marke ega münte. Ei surfa, hüppa langevarjuga, osale hobikorras auto- ega rattarallil. Ei käi jahil, kalal ega kasvata tulpe.

Ma teen süüa.

Nautides toidu valmistamist sama kõrgelt, kui valminud roogade söömist. Märkamatult ja hiilivalt on mu hobiks kujunenud kokkamine. Märkamatult, sest ma ei suuda kuidagi meenutada mingit pöördepunkti, millest alates toit kaotas igaveseks oma esmase tähtsuse energiaallikana ja muutus millekski palju enamaks. Kartul soustiga täiskõhu naudingu tõukas esikohalt maitse. Üksik, puhas maitse, nagu puhta värvi triip lõuendil. Maitsete segu. Harmoonia ja ebakõlad. Kulinaarne sotsrealism asendus köögiklassika, rahvusromantismi, eksootika, impressionismiga keele ja suulae vahel. Naivistlikud üritused oma liigutavas siiruses. Primitivism oma puhtuse ja algupäraga. Sajad tuhanded võimalused luua ja avastada.

See algas märkamatult ja süvenes, nagu varjatud haigus, nii et nüüdseks olen lootusetult oma kiindumuse sõltlane. Aga ma ei kurda, sest toiduga määramisest on alanud lõpu ja piirideta seiklus. Täis uusi kogemusi ja avastusi. Ja mis seal salata- vaatamata maha löigatud näpuotsadele, veretilkadele lõike- laual, põletusvillide valule- on kokkamine väärt, et minna edasi. Avastada ja õppida. Isegi täieliku amatööri ees, kes ma vaieldamatult olen, on valla am- mendamatu võimaluste maa luua ja kogeda uusi maitseid. Saada kunstni- kuks või alkeemikuks, kelle taiesed ei määra maailma saatust (või siiski), aga rõõmustavad inimesi, kes mulle meeldivad. Tööd, mis kaovad jättes endast positiivsed emotsioonid maitsemeeli hellitanud kogemuse läbi. Head rooga nautinud inimesed on rõõmsad ja rahulikud. Nad ei kipu teisi hammustama. Aga tulemusest tähtsam on teekond täis pühendunud keskendumist. Kao- vad ise, maailm ja aeg. On materjal. Idee. Hetk. Loomingupalavik.



## Raivo Vokk

Raivo on pärit Muhust, sealt ka armastus kala vastu.

1966.a. lõpetas Orissaare Keskkooli ja 1971.a. lõpetas Leningradi Ülikooli biokeemik-füsioloogina.

Kraadi kaitsnud Moskva Ülikooli juures ja nüüd üle 30 aasta tööl Tallinna Tehnikaülikoolis. Peamisteks uurimisvaldkondadeks on toitumine ja taimsed bioaktiivsed ühendid.



## Liha tarbimine töödeldult

Raivo Vokk  
Tallinna Tehnikaülikool  
toiduainete instituut

---

---

---

---

---

---

---

### Liha tarbimine kasvab fenomenaalse kiirusega

- ▶ Viimase 40 a. jooksul on:
  - ▶ Euroopas liha tarbimine tõusnud 56 kg-lt 89 kg-ni ja
  - ▶ USA-s 89 kg-lt 124 kg-ni
- ▶ 40 a. tagasi sõid hiinlased 4 kg, nüüd aga 54 kg liha aastas
- ▶ Kõige rohkem tarbitakse liha elaniku kohta aastas:
  - ▶ Taani - 146 kg
  - ▶ Uus-Meremaa – 142 kg
- ▶ Kõige vähem aga:
  - ▶ Bangladeš – 3 kg
  - ▶ India ja Gambia – 5 kg

---

---

---

---

---

---

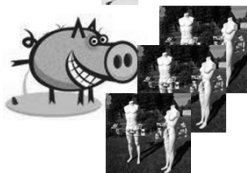
---

### Mõnda statistikast

Taanis oli veel hiljuti  
1 elaniku kohta 5 siga



Eestis on  
1 sea kohta ca 6 inimest!



---

---

---

---

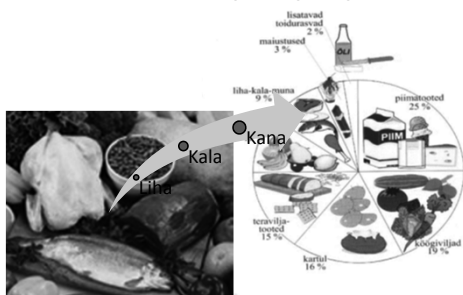
---

---

---

## Soovitused liha tarbimiseks Eestis

Toiduring (energiaring)




---

---

---

---

---

---

---

---

## USA uue toidupüramiid 1994-1996

Harvardi Ülikooli  
Rahvatervise Kooli  
toidupüramiid




---

---

---

---

---

---

---

---

## USA toidupüramiidi head ja vead

### • Eelised

- Sarnasus üldise arusaamaga
- Põhineb toitumisharjumustel
- Uuendused toiduvalikus



### • Puudused

- Erinevad toitumisharjumused meil ja USAs
- Kirjeldamata võib eksitada




---

---

---

---

---

---

---

---

## Liha – milleks?

- Valgurikas ... 17-23% valku
- Rasva sisaldus sõltub liha valikust
- Süsivesikuid vähe

Päevasoovitus kuni 175 g liha???

Päevasoovitus 3 untsi punast liha (ca 85 g) on riskifaktor!



---

---

---

---

---

---

---

## Liha töötlemisel

- Olenevalt temperatuurist
  - Liha kvaliteedi muutused (niiskuse ärastamine)
  - Liha akrüülamiidi sisaldus (kas ainult grillimisel?)
  - Liha koostisainete muutused (kollageeni kovalentsete sidemete katkemine)

---

---

---

---

---

---

---

## Liha ja lihatoodete tarbimine

- Kui Eestis keskmiselt 200 g liha päevas, siis kellelgi on see sisefilee tükk, kellelgi aga verivorst, kus enamikul juhtudest ka kamar ja pekk sees! Kas pekki ei oleks soovitatav süüa ... jah, pole soovitatav, väidavad toiduteadlased!
- Aga tegelikult ...



---

---

---

---

---

---

---

## Toiduenergia ja toitainete sisaldus

| Liha/toit-<br>aine | Sea-<br>liha,<br>filee | Sealiha,<br>abatükk | Veiseliha,<br>välisfilee | Veiseliha,<br>rinnatükk | Lambaliha,<br>rinnatükk | Lambaliha<br>praetükk | Kanaliha,<br>rinnatükk |
|--------------------|------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| Energia            | 144                    | 251                 | 131                      | 145                     | 225                     | 134                   | 142                    |
| Valgud             | 22                     | 17                  | 21                       | 20                      | 17                      | 20                    | 22                     |
| Rasvad             | 6                      | 20                  | 5                        | 7                       | 17                      | 6                     | 6                      |
| Kolesterool        | 60                     | 72                  | 59                       | 64                      | 78                      | 78                    | 59                     |

---

---

---

---

---

---

---

## Toiduenergia ja toitainete sisaldus

| Liha/toit-<br>aine        | Sea-<br>liha,<br>filee | Sealiha,<br>abatükk | Veiseliha,<br>välisfilee | Veiseliha,<br>rinnatükk | Lambaliha,<br>rinnatükk | Lambaliha<br>praetükk | Kanaliha |
|---------------------------|------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------|
| Küllastatud<br>rasvhapped | 2                      | 7,2                 | 2                        | 3,2                     | 8,6                     | 3                     | 1,9      |
| Monoküllasta<br>mata RH   | 2,6                    | 9                   | 2                        | 2,9                     | 6,4                     | 2,2                   | 2,8      |
| Polüküllasta<br>mata RH   | 1,1                    | 2,8                 | 0,5                      | 0,6                     | 1,3                     | 0,5                   | 0,9      |
| Suhe                      | 0,55                   | 0,39                | 0,25                     | 0,19                    | 0,15                    | 0,17                  | 0,47     |

---

---

---

---

---

---

---

## Toiduenergia ja toitainete sisaldus

| Liha/toit-<br>aine | Sealiha,<br>filee | Sealiha,<br>abatükk | Veiseliha,<br>välisfilee | Veiseliha,<br>rinnatükk | Lambaliha,<br>rinnatükk | Lambaliha<br>praetükk | Kanaliha |
|--------------------|-------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------|
| Vitamiin D         | 0,6               | 0,6                 | 0,4                      | 0,4                     | 0,4                     | 0,4                   | 0        |
| Naatrium           | 61                | 69                  | 44                       | 71                      | 65                      | 64                    | 51       |
| Kaalium            | 340               | 320                 | 340                      | 320                     | 220                     | 320                   | 190      |
| Raud               | 1                 | 1,1                 | 1,5                      | 1,6                     | 1,8                     | 2,4                   | 0,7      |
| Kaltsium           | 6,7               | 8,5                 | 5,4                      | 7,6                     | 7,5                     | 7,6                   | 14       |

---

---

---

---

---

---

---

## Sealiha

- Üle poole Eestis söödavast lihast on sealiha:

- roogade valik
- maitse-eelistus
- tootevalik



---

---

---

---

---

---

---

## Liha ja lihatoodete tarbimine

- Sealiha on ja jääb ilmselt jõulutradsioonide hulka ... kui põhitoidus pidulaua! Siia pisike soovitus ... ka sinep peaks alati selle juurde kuuluma!
- Miks?



---

---

---

---

---

---

---

## Veiseliha



- Tsink – 1 portsjon veiseliha = 11 portsjonit tuunikala
- B<sub>12</sub> - 1 portsjon veiseliha = 7 portsjonit kana rinnafileed
- Raud - 1 portsjon veiseliha = 3 portsjonit spinatit
- B<sub>2</sub> - 1 portsjon veiseliha = üle kahe portsjoni kana rinnafileed
- B<sub>1</sub> - 1 portsjon veiseliha = pea kaks portsjonit kana rinnafileed

---

---

---

---

---

---

---



### Linnuliha

- Valiku küllus
- Tervisetooted
- Toidusoovitused



---

---

---

---

---

---

---



### Lambaliha



Nutrients in  
Lamb Loin, Roasted

4.00 oz-ut (113.40 grams) % Daily Value

|                         |        |
|-------------------------|--------|
| tryptophan              | 109.4% |
| protein                 | 68.2%  |
| selenium                |        |
| vitamin B12 (cobalamin) |        |
| vitamin B3 (niacin)     |        |
| zinc                    |        |
| phosphorus              |        |
| Calories (229)          |        |



---

---

---

---

---

---

---

### HEAD ISU



JA JÄTKUVAT LIHAHIMU!

Tänan kuulamast!

---

---

---

---

---

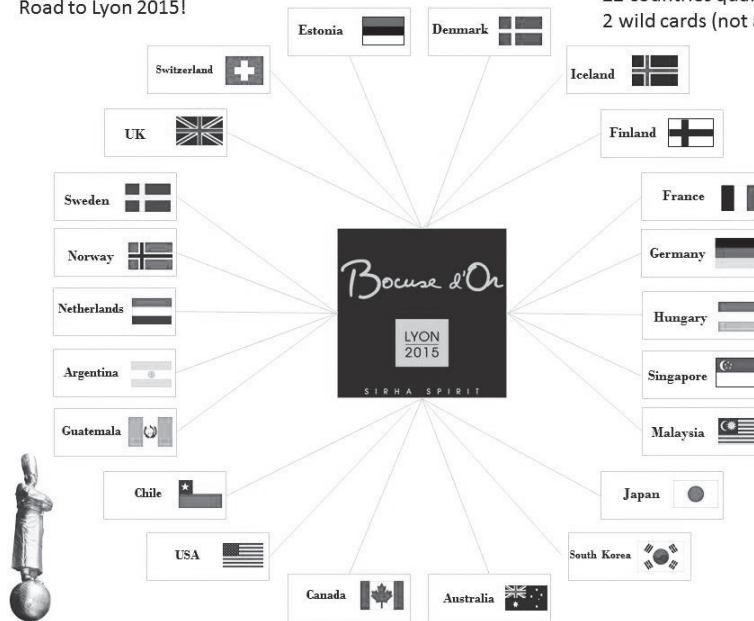
---

---



Road to Lyon 2015!

22 countries qualified  
2 wild cards (not attributed)





## Emmanuel Wille

Emmanuel Wille on sündinud Belgias, kus ta omandas ka kulinaarsed teadmised. Töötas erinevates kohalikes restoranides millest ühes – „Hovenke Lauwe-s“ koos endise Belgia kuningapalee peakokaga. Edasi suundus Manu tööle juba kahe Michelin'i tärniga pärjatud restorani Het Laurieblad. Restoran töötas vanade kui mitte öelda iidsete retseptidega, mille parimaid osasid combineerib Emmanuel tänini enda valmistatud toitudesse.

Emmanuel Wille esimene töökoht Eestis oli Roosikrantsi restoran, kus koolitas välja kohalikud kokad, hoidis silma peal menüül ning hoolitses EU delegatsioonide toitlustamise eest.

Järgnesid restoranid Charital, Café Belle-Vue, Gloria, Clazz, Estlander ja nüüd Olde Hansa.

Edasi tulid kokasaated televisioonis ja retseptid ning artiklid toiduajakirjades

Manu deviis on lihtne: „Respekt tooraine vastu ja armastus toidutegemise suhtes“.



## Dimitri Demjanov

Dimitri Demjanov on Eesti restoranikultuuri grand old man. Lühemalt ja täpsemalt kirjeldada on keeruline.

Tosin aastat tagasi rääkis Dima, et ei leia kuidagi piisavalt head kokka, kahju, et ise kokk pole. Aga ei võtnudki kaua aega, kui ta õppiski koka ameti ära. Käis välismaal parimates koolides ja ei pidanud paljuks Prantsuse legendaarseima chef'i Paul Bocuse'i köögis hommikul kella kuuest saadik hakkida ja lõikuda.

Dimitrit erutavad kõige rohkem kaks asja: toiduained ja Eesti restoranikultuuri ajalugu.

„Ma tahan teada, kas ma teen ikka kõike õigesti,“ selektab ta oma õppimiskirge.

# Dmitri Haljukov

Pärit Pärnust kus alustas kokatööga Villa Ammendes.

Järgnes Carmen Grupp ja nüüd on Dima Peakokk ning osanik restoranis Cru.

Osalenud mitmetel mainekatel kulinaarvõistlustel, millest tähelepanuväärsemad tulemused:

2010 Baltic Culinary Cup I koht

2014-2015 Bocuse d'Or võistlustel edukas osalemine Stockholmis ja Lyonis.

Kireks kohalikud toorained nagu lammas, koha, siig. Erinevad kalamarjad ja kindlasti varajased köögiviljad ning ürdid.

Inspiratsiooniks Põhjala kulinaarsed traditsioonid ja Skandinaavia uus ja modernne köök.

Unistab väikesest ning hea köögiga mõisast.





Emmanuel Wille  
Bocuse d'Or reeglid ja tingimused

---

---

---

---

---

---

---

## Enne võistlust

- Reeglitega tutvumine
- Kõõgiplaan
- Treeningkava
- Töövahendid
- Abijõud
- Ettevalmistus ja pakkimine

---

---

---

---

---

---

---

## Enne võistlust

- Sõit ja vastuvõtt
- Olemetingimused
- Võistlustingimused
- Kõõgiplaani vastavus tegelikkusele
- Kohapealne treening
  - Tingimused ja mida tehti

---

---

---

---

---

---

---

## Võistluse ajal

- Ajakava ja tööde jaotus
- Treeneri roll võistluse ajal
- Juhendamise võimalused võistluse hetkel
- Kaasaelajad - toeks või tüliks

---

---

---

---

---

---

---

## Võistluse ajal

- Mida tegid teised tiimid
- Kuidas Dimal läks
- Suurimad üllatajad
- Suurimad kaotajad
- Tähelepanekud

---

---

---

---

---

---

---

## Peale võistlust

- Žürii töö
- Kohtunike pädevus
- Autasustamine
- Mida teha järgmine kord teistmoodi

---

---

---

---

---

---

---



Dmitri Haljukov

Kohustuslik tooraine ja Eesti tooraine kasutamine

---

---

---

---

---

---

---

## Stockholm

- Ettevalmistusperiood ja kohad
- Kohustuslik tooraine ja selle saadavus
  - Must saida
  - Kammkarbid
  - Sea tagakoot
  - Veri
  - Soolikad

---

---

---

---

---

---

---

## Stockholm

- Võistluse kulg
- Toorme kvaliteet
- Hinnang Euroopa finaalvõistlusele

---

---

---

---

---

---

---

## Lyon

- Kohustuslik tooraine
- Eesti toorained, mis kaasa võeti
- Seadmed ja tehnika
- Ajastus
- Roogade väljastus
- Telgitagused lood

---

---

---

---

---

---

---

## Lyon

- Tagantjärele tarkus
- Võistlustele kulunud aja jagunemine
  - Kreatiivsus, tootearendus 50%
  - Praktiline töö toorainetega 40%
  - Võistlus 10%

---

---

---

---

---

---

---

## Lyon

- Inspiratsiooniks uutele kandidaatidele
- Minu roll 2016 Bocuse d'Or'il

---

---

---

---

---

---

---



Dimitri Demjanov

Miks ja kuidas me osaleme Bocuse d'Or kokkade MM il  
Videoülevaade

---

---

---

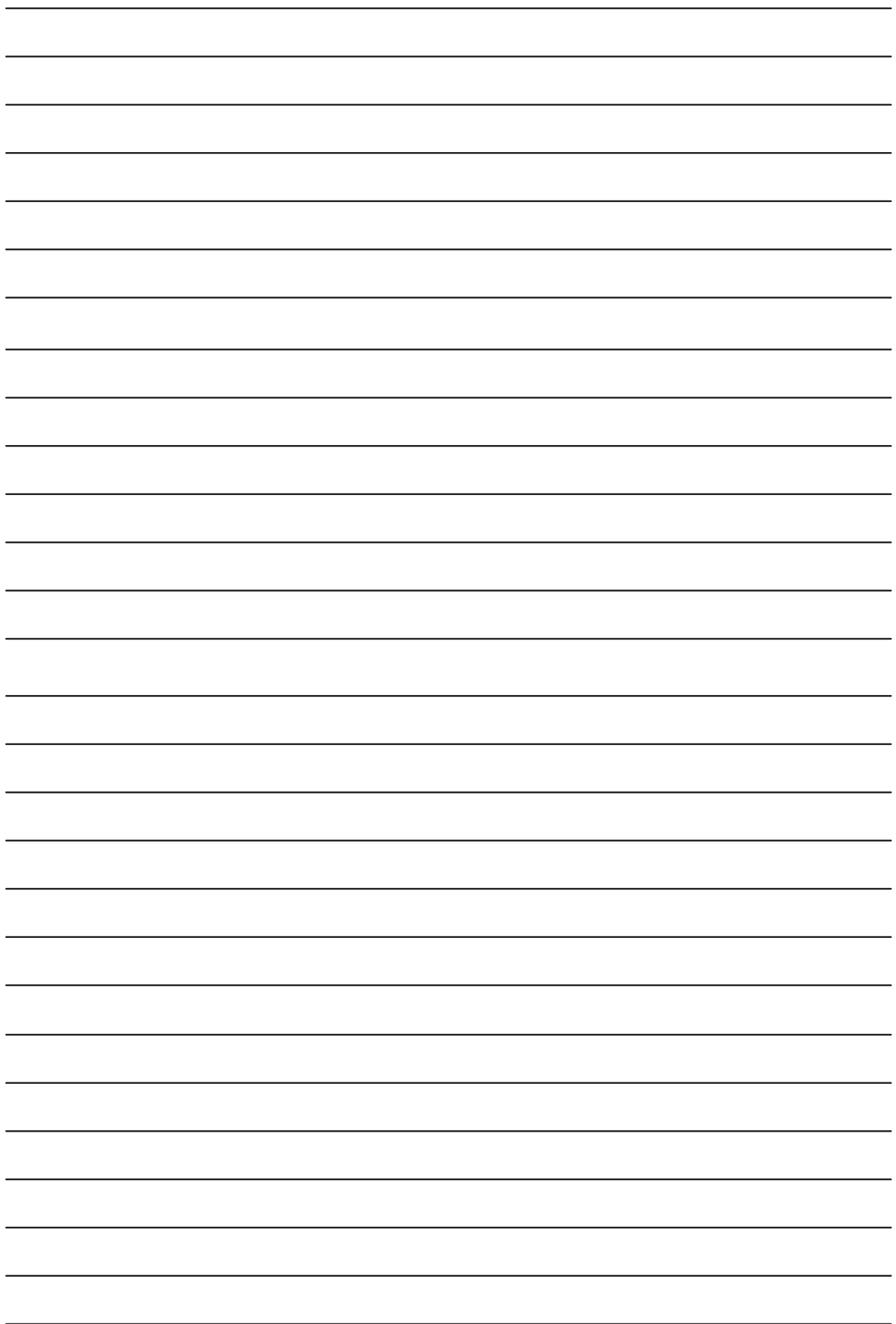
---

---

---

---







# MENÜÜ

## **ALUSTUSEKS SALATID, EELROAD JA MUUD KÜLMAD JUTUD**

KOLME VILJA "PÄRLID" MÜNDIVINEGRETIGA  
KARTULISALAT SOJA UBADE JA PORRULAUGUGA  
PASTA-KÖÖGIVILJASALAT  
RÖSTITUD RIIMPART  
KREEMJAS LÖHETERRIIN  
SOOLAPEKI CHARLOTTE A LA JAZZ  
MUSKETÄRIDE KOMBEL HÄRJARIIM  
ÜRDIMAZARELLA -TOMATI TIKUD

## **PEAROAD TULEVAD BBQ AHJUST**

ÜLIKÜPS WAGYU VEISE (GRADE 3-5) RINNATÜKK BBQ AHJUST,  
LISANDIKS HANEMAKSA VÕI  
LÖHEFILEE KREEMJA ÜRDIKASTMEGA  
KARTULITERRIIN TOMATI JA PROVANCE ÜRTIDEGA

## **IGAKS JUHUKS KA NATUKENE MAGUSAT EHK**

VALIK MINIKOOKE JA ŠOKOLAAD

## **JA ET TOIT ALLA LOPUTADA SIIS PAKUME KA**

JACOBS CREEK RIESLING 2014A  
JACOBS CREEK MERLOT 2013A  
COGNAC MARTELL VSOP  
SAKU KULD

ÕHTUSÖÖGILAU AITASID KATTA:  
RESTORAN LE CHATEAU, LUNDEN CATERING ,  
RAIN STUUDIO CATERING, MV WOOL, EESTI PAGAR - CRISTELLA,  
SAKU ÕLLETEHAS, PERNOD RICARD ESTONIA- GPR



## MIS SÜNDMUS SEE ON?

Heategevusseminar Jazz Symphony on krapsaka koolituse ja vahetu suhtlemise sümbioos. Kutsutud külalised saavad asjalikke näpunäiteid oma ala proffidelt ja võimaluse tutvuda uute trendidega.

## KUST SEE MÕTE TULI?

Mõte tekkis soovist mälestada lahkunud sõpra ja aidata tema peret. 2014. aasta seminar läks väga hästi korda ja andis julguse 2015. aastal uue programmiga korrata.

## MIKS SELLINE NIMI?

Eesnime sai üritus grillmeister Jazzi järgi, kes kuulus võistkonda BBQ Symphony. Symphony tähendab meie jaoks koos tegemist, koos olemist ja koos kõlamist ehk sümfooniat. Just selline saab olema ka Jazz Symphony seminar.

## KES SEDA KORRALDAB?

Korraldajad on Jazzi sõbrad Rain Käärst, Allan Kuning, Vambola Moores, Tarvo Kullama ja Rene Kiis. Juriidiline asjaajamine toimub MTÜ Food & Service Clubi kaudu.

Kohtumiseni seminaril Jazz Symphony 2016!

