



Sininen
Jättiläinen

Keskiyön auringon kasvattamat

TARINOITA LAPIN LUONNONANTIMISTA

Tuija Kauppinen
Kuvitus: Tytti Muurinen

**Keskiyön
auringon
kasvattamat**

TARINOITA LAPIN LUONNONANTIMISTA



Suomen Kulttuurirahasto
Lappi

WSOY:n
kirjallisuussäätiö

Written in Lapland

Based in Rovaniemi, Finland,
the book publishing company

**Sininen
Jättiläinen**

has one ambition: to augment
the traveller's experience of the
North with the Art of Arctic Stories.

Keskiyön auringon kasvattamat

TARINOITA LAPIN LUONNONANTIMISTA

Tuija Kauppinen

Kuvitus: Tytti Muurinen

© Tuija Kauppinen ja Tytti Muurinen

Teksti: Tuija Kauppinen

Kuvitus: Tytti Muurinen

Kansi ja taitto: Tytti Muurinen

Tuija Kauppinen on saanut tukea Suomen Kulttuurirahastolta.

Tytti Muurinen on saanut tukea WSOY:n kirjallisuussäätiöltä.

Kaikki oikeudet pidätetään.

Kustannusosakeyhtiö

Sininen Jättiläinen

www.sininenjattilainen.fi

ISBN: 978-952-7532-29-4

Paino: Nord Print Oy, Helsinki, Suomi, 2025

ALUKSI

- Ääriolosuhteiden armoilla 16
Pula-ajan korvikkeesta moderniksi superfoodiksi 18
Voiko perimätietoa tutkia? 19
Kasvilääkintä ei ole kiireisille 20



VILLIYRTIT

- Väinönputki 24
Ruusujuuri 32
Nokkonen 40
Kuusenkerkkä 46
Koivunlehti 52

MARJAT

- Hilla 60
Mustikka 68
Puolukka 74
Kaarnikka 80
Karpalo 86

ERIKOISLUONNONTUOTTEET

- Pihka 94
Pakurikäpä 100
Mahla 106
Taulakäpä 112
Jäkälät 118



HAASTATELTAVAT

KIITOKSET

LÄHTEET

TEKIJÄT





ALUKSI

Olen Lapin metsien ja soiden kulta, helmi ja jalokivi. Villinä syntynyt, vapaana kasvanut. Arktisen ahavan vahvistama, keskiyön auringon kypsyttämä. Puhtaudessa pyöritelty.

Olen joentörmän jättiläinen, tunturin tuoksuva kukkapehko, vihollisista vapaa vihulainen, kuusenoksan vaaleanvihreä keimailija, saunatuoksun tuoja.

Köllöttelen kultaisena jänkällä, sukellan rahkasammaleeseen. Paistattelen päivää kuusikon reunassa, sinnittelen tunturin kyljessä, ahmin aurinkoa kangasmetsän katveessa.

Valun tahmeana pitkin kuusen kylkeä, virtaan koivun suonissa, patsastelen rungolla.

Olen se, joka sietää ja sinnittelee. Olen tukenasi, kuljen rinnallasi. Olethan sinäkin minun?



Kädessäni on kaljapissankeltainen drinkki. Se ei ole oluen aiheuttamaa luonnollista nestepoistumaa, vaan mietoa, vaaleankeltaista, voikukista uutettua juomaa. Juoman valmistanut Irja Mäkitalo on kerännyt kotinsa pihapiiristä voikukan äskettäin avautuneita keltaisia kukkia, laittanut ne kattilaan ja kaatanut päälle kiehuvaa vettä. Voikukkavesi on jäähtynyt ja uuttunut vuorokauden verran jääkaapissa. Tämän jälkeen Irja on siivilöinyt voikukat, puristanut niistä nesteen ja annostellut vahvan uutoksen jääpalapusseihin. Minun lasissani on kaksi voikukkauutetta sisältävää jääpalaa sekoitettuna veteen. Uutos olisi yksinään aivan liian vahvaa. Veden seassa voikukka laimenee muotoon, jossa elimistö pystyy sen parhaiten hyödyntämään. Viikon kuuri kaljapissaa puhdistaa länsimaisen elämäntyylin kuormittamaa maksaa. Sivuoireena ajattelu kirkastuu.

“Hilla oli minulle lakka ja kaarnikka variksenmarja” Irja Mäkitalo kasvoi kodissa, jossa hoidettiin kasveilla useimpia lasten vaivoja. Agrologiksi opiskellut Irja teki vuosikymmenten työuran luonnontuotealan neuvonta- ja hanketehtävissä Lapissa. Kaljapissan tarjoilija on luonnontuotealan uranuurtaja. Eläkkeelläkin hän on ahkera luennoitsija ja seuraa alaa tiiviisti. ”Lusin luonnontuotealan elinkautistani ilolla”, Irja nauraa.

Ennen Lappiin muuttoani olin tehnyt voikukasta vain kukkaseppeleitä, enkä ollut kuullutkaan väinönputkesta tai ruusujuuresta. Hilla oli minulle lakka ja kaarnikka variksenmarja. Luonnontuotealan yrittäjänä tutustuin alan tutkimustuloksiin. Samaan aikaan kuulin kiehtovia tarinoita siitä, kuinka Lapin yrtejä ja marjoja käytettiin ennen vanhaan. Aloin ymmärtää, että nykytutkimus tuki vanhan kansan perinnetietoa – silloin Lapin kasvien ylivoimaisuus valkeni minulle.

Lähdin Irjan ja monien muiden lappilaisten luonnontuotekonkareiden ja uuden polven tekijöiden mukaan ottamaan selvää arktisten superkasvien saloista. Heidän kertomuksensa kuvasivat Lapin villiyrttien, marjojen ja muiden luonnonantimien käyttöä ennen vanhaan niin kansanlääkinnässä kuin keittiössä. Nykytutkimuksella on todennettu kuinka Lapin arktiset kasvuolosuhteet lataavat luonnonantimiin aromeja ja tehoaineita, joita me nykyajan kuluttajat saamme nauttia helpossa muodossa superfoodeina, funktionaalisina elintarvikkeina, lisäravinteina, luksusravintoloiden annoksina ja luonnonkosmetiikkana.

Kirjaa ei tarvitse lukea sivujärjestyksessä kannesta kanteen. Voit avata sen miltä sivulta hyvänsä ja lukea tarinan tai