

SISSEJUHATUS

Eesti toidu näo on kujundanud siinne looduskeskkond ja kliima, samuti elanike peamised tegevusalad - põllundus ja karjakasvatus. Metsad ja rabad, Läänemeri, järved ja jõed on samuti pakkunud mitmekesist toidulisa. Nelja aastaaja vaheldumine on vorminud siinsete söökide iseloomu ja maitseid.

Läbi aegade on Eesti köök olnud avatud mitmetele kultuurimõjudele - keskajast peale on kõige tuntavam saksa, Lääne-Eestis ja saartel rootsi, põhjarannikul soome, Kagu- ja Ida-Eesti õigeusklikes piirkondades vene mõju.

Eesti traditsiooniline talupojaköök on muutusi ettevaatlikult omaks võtnud. Pikka aega olid selle tuumaks teraviljatoidud, eriti rukkileib, seejärel kartul. Leivakõrvaseks tarvitati piimatoite, sealihaga ja kala, pidupäevadel rüübiti õlut. Seevastu linnade ja mõisate peenes köögis – kohaliku gastronoomia oasides - kajastusid küllaltki täpselt Euroopa kokakunsti arengud.

Tänapäeval on eestlase toidulauale jõudnud maailmaköögi mitmekesisus, kuid kulinaarselt on meile kõige lähemal siiski Põhjamaad. Nii restoranides kui ka teadlike toidutarbijate seas on uuesti ausse tõusnud kohalik hooajaline tooraine ning loomulikud puhtad maitseid.