



Pärnavas Apmeklētāju centrs
Uus 4, Pärnu
+372 447 3000
info@visitparnu.com
www.visitparnu.com

Karksi-Nuijas Tūrisma informācijas punkts
Viljandi mnt 1, Karksi-Nuia, Viljandimaa
+372 435 5527
turism@karksi.ee
www.karksi.ee/kulalisele

Viljandi Tūrisma informācijas centrs
Vabaduse plats 6, Viljandi
+372 433 0442
viljandi@visitestonia.com
www.visitviljandi.ee

Tervas Tūrisma informācijas punkts
Valga mnt 1, Tõrava, Valgamaa
+372 766 3300
info@torva.ee

Mulgimaa Arenduskooda
www.mulgimaaarenduskooda.ee

LEADER
www.leader.ee

Rannatee
www.rannatee.ee

Uus 4
www.uus4.ee

Vene talu
www.venetalu.ee
+372 517 0517, +372 5595 8038

Kihnu Sala
www.kihnu.ee

Pärnu Keskuse Taluturg
www.taluturg.ee

Pärnu Keskuse Taluturg
www.taluturg.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

ROMANTISKAIS PĒKRĀSTES CEĻŠ www.rannatee.ee

Romantiskais piekrastes ceļš ir tūristu iecienīts apvidus, kas aptver 250 km garu piekrastes joslgu Pērnavas līci, no Varblas kadiķu audzēm līdz Igaunijas-Latvijas robežai lkā. Apvidus garšas veidojušās piekrastes zvejnieku tradicionālā dzīvessīla un vietējās vides iespaidi. Līdz ar to svarīga vieta uz piekrastes iedzīvotāju galda ir zivīm, galvenokārt renģēm — tieši šajās piekrastēs tiek nozvejota lielākā daļa Igaunijas renģu. Smilšainā piejūras augsne ir ideāli piemērota gurķu audzēšanai, kas piekrastes ciematos ieguva īpašu popularitāti padomju laikā. Sīs puses gurķi un to konservu ražotāji ir pazīstami un novērtēti visā Igaunijā. Piekrastes apvidum specifisks ir arī pa daļai dabiski izveidojušās krasmaļas plavas, kurās no laika gala ganijušies lopī. Attiecīgi savu vietu uz vietējā galda ienēm arī aitas un liellopa gaļa. Nevar nepieminēt arī piekrastes ceļa ogām un sēnēm bagātus mežus un purvus, kas jau izsenis gādājuši par vietējo iedzīvotāju pārtikas krājumiem. Sīspuses ēdienu daudzveidību un tradīcijas godā un uztur festivāli: renģu festivāli piekrastē un Kihnu salā, kā arī Pienuņu, Gurķu, Sēņu un Aitkopju festivāli. Romantiskais piekrastes ceļš var lepoties arī ar savu mazo un ekoloģisko ražotāju daudzveidību — to pietiek kā Ziemeļu, tā Dienvidu krastam.

Saimniecības un sīkražotāji, kas uzņem apmeklētājus (Iepriekš piesakot)

1) Panga saimniecība • Panga saimniecības dārza kolekcijā savu vietu ir atradušas senas rozes no aizmirstām lauku mājām, laukmalīem, parkiem un sēņu dārzīem. Šeit vienkopus savāktas arī Igaunijas rožu audzētāju selekcionētās rozes. Papildus ekskursijām rožu dārzā saimnieki piedāvā arī iespēju degustēt pašmāju ziedu vīnu un medu.

+372 5347 8379 **📍** Panga Talu Roosid • 58.603889, 24.189722

2) Sēpa bioloģiskā saimniecība • Sēpa bioloģiskajā saimniecībā tiek audzētas slaucamās govīs un dējējvistas. Mājražojumu klāstā ir bioloģisks piens un olas, siers, griļējamais siers, ķimeņu siers, mājas siers, sviests, biežpiens, krējums un saldiejums. Apmeklētājiem kopā ar ekskursiju tiek piedāvāta vietējo ražojumu nobaudīšana, kā arī piknika groziņš. Mazajā pienotavā notiek arī meistardarbnīcas, kurās iespējams kopā gatavot piena izstrādājumus.

+372 5665 9135 • sepa.mahetalu.wordpress.com
📍 ŪP Sēpa mahetalu • 58.580433, 24.179943

3) Metiku piensaimniecība • Bioloģiskajā saimniecībā tiek audzētas slaucamās govīs, aitas un dējējvistas. Saimniecībā darbojas arī maza pienotava, kurā tiek gatavots sviests, biežpiens, jogurts un citi garšīgi piena produkti. Saimniecība piedāvā apmeklētājiem nogaršot un iegādāties šos mājražojumus.

+372 5656 9491 **📍** Mātiku talumeierei • 58.602881, 23.924774

4) Maizes cepšanas meistarklase Pādremā ciema centra virtuvē • Pādremā ciema maiznieks īsumā iepazīstina ar maizes cepšanas procesu – kopā tiek izpildīti visi etapi, no ierauga raudzēšanas līdz maizes cepšanai krāsnī. Maizes cepšanas meistarklase noslēdzas ar svaigi ceptas siltas maizes nogaršošanu, kļāt tiek piedāvāts sviests ar sezonas vai kalērtiem garšaugiem. Katrs maizes cepšanas dalībnieks līdzi ņem Pādremā maizes recepti un ieraugu, lai turpmāk varētu cept maizi patst!

+372 526 0894 • www.paadrema.ee
📍 Paaadrema Kūlaselts • 58.510340, 23.842767

5) Krievu saimniecības apmeklējums ar tradicionālo ēdienu nogaršošanu un pelmeņu meistarklasi • Krievu saimniecībā var iepazīties ar krievu tradicionālās mājas virtuves garšām, ēdiens pamatā tiek gatavots no pašmāju dārzā izaudzētā. Krievu saimniecības apmeklējumā ietilpst arī tējas dzēršana no ista patvāra kopā ar tradicionālajām uzkodām pie tējas. Papildus var apmeklēt muzeja māju un aplūkot saimnieces izveidoto ekspozīciju, kas iepazīstina ar krievu tautas kultūru un tradīcijām, rokdarbiem un tautastērpiem. Saimniece Lūba pēc iepriekšēja pasūtījuma organizē pelmeņu gatavošanas darbnīcu.

+372 517 0517, +372 5595 8038
www.venetalu.ee
📍 Vene talu
58.375957, 24.149333

Kihnu Sala
www.kihnu.ee

Pärnu Keskuse Taluturg
www.taluturg.ee

Pärnu Keskuse Taluturg
www.taluturg.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

Hea Maa
www.heamaa.ee

6) Rummus saimniecība • Rummu saimniecībā audzē mājputnus un iegūst olas. Šai lauku sētā mit dažādu šķirņu vistas, zosis, pīles un paipalas. Iecienītas ir saimnieces marmētās paipalu olas, kuras līdz ar citiem mājražojumiem var iegādāties saimniecības veiklīnā. Turpat var iegādāties arī saimnieces gatavotos keramikas izstrādājumus un rokdarbus.

+372 5332 2909 **📍** Rummu Talu • 58.320264, 24.182968

7) Kapteiņa saimniecība • Kapteiņa saimniecība gatavo Pērnavas aprīņa īpašos Zivju izstrādājumus, ko piedāvā apmeklētājiem gan nobaudīt uz vietas, gan iegādāties līdzņemšanai. Pie pirmajām saulainajām dienām apmeklētājiem durvis ver jūras velšu mājas kafējnicā, kas tur cienā vietējos piekrastes ciema zivju ēdienus.

+372 513 4683 **📍** Kapteni talu • 58.317022, 24.283958

8) Tīdo-Tiū saimniecība / Romantiskā piekrastes ceļa "garšu māja" • Tīdo-Tiū atpūtas vieta piedāvā vietējās garšas no vietējiem lauku, mežu un jūras labumiem, kā arī iespēju iemēģināt roku Lindi rokdarbu kļētī. Ceļotājiem ir iespēja arī pašiem pagatavot maltīti no saimnieces piedāvātajiem vietējiem produktiem. Papildus tiek rīkotas vietējo ēdienu gatavošanas un rokdarbu meistardarbnīcas, kā arī tiek piedāvāti dažādi mājas gatavoti konservi. Cieņā vietējais ēdiens, rokdarbi un garšas!

+372 508 9266 **📍** Maitsete Koda • 58.326752, 24.277736

9) Tamme saimniecības kolekcions • Tamme sētas saimnieces kolekcijā garšaugu, aromātisko un ārstniecisko augu dārzā ir interesanti augi no dažādām pasaulē malām. Dārzā var atrast aizmirstas dārzeņu šķirnes un ēdamus krāšņumaugus. Sezonas laikā ir atvērta mājīga kafējnicā un garšām bagāts mājražojumu veikaliņš. Papildus tiek plašā klāstā piedāvāti garšaugu, aromātisko un ārstniecisko augu stādi.

+372 5625 3075 • www.tammeetalu.ee **📍** Tamme talu ūrdiaed **📍** Tamme Talu
58.446848, 24.317108

10) Lēsilma saimniecība • Lēsilma saimniecībā tiek audzēti un gatavoti dažādi lauku labumi, top roku darinājumi. Saimniecība ir aizsākusi arī vienu no lielākajām austersēņu audzētavām Igaunijā. Lēsilma saimnieces skaisti izkoptais dārzs priecē ar ziediem visu vasaru.

+372 5662 4122 **📍** Lēsilma Talu
58.425004, 24.361624

11) Metste saimniecība • Metste saimniecībā tiek audzēti dārzeņi, kurus iespējams iegādāties gan tieši no lauka/siltumnīcas, gan dažādos tirdzīnos. Metste saimniecības dārzeņiem ir vietējās garšas un kvalitātes zīme "Audzēti Igaunijā". Piparu audzētavā ik sezonu aug ap simt dažādu čili piparu šķirņu. Var iepazīties arī ar klajā laukā audzētajām kultūriņām. Ar iepriekšēju pasūtījumu apmeklētājiem tiek piedāvāti viegli cienasti, kā arī ir atvērta mājražojumu veikaliņš, kurā var iegādāties sezonas dārzeņus, garšaugus, čili pulveri, pašceptu maizi un pašmāju konditorejas izstrādājumus.

+372 512 4698 • www.metsetaluu.ee **📍** Metste Talu • 58.185516, 25.06746

12) Cotze virtuve • Vecā kroga ēkā iekārtota mājīga kafējnicā ik dienas piedāvā siltu mājas ēdienu. Iespēja vienkārši jaukā noskaņās pie kamīna iemalkot tēju vai kafiju un nobaudīt kādu našķi.

+372 5688 7299 **📍** Cotze Maja • 58.335832, 23.990884

13) Kihnu Gurmeei gardēži • Kihnu Gurmeei piedāvā izjust garšas baudījumu, ko rada elegantā, ar īpašu rūpīgumu un interesantā stilā pasniegta maltīte. To var izbaudīt uz vietas Kihnu salā, Kastani viensētā, vai pasūtīt kā svētku maltīti sev vēlamā vietā. Apciemojot Kihnu Gurmeei, uzdāvināsi sev dzīves baudas mirkļus.

+372 5662 8785 • www.kihnugurmee.ee **📍** Kihnu Gurmeei • 58.143630, 23.969960

Tirgi, vietējo labumu veikali

14) Kihnu ostas tirgus • Kad baltais kuģis, kura nosaukums ir Kihnu Virve, nogādā ceļotājus uz Kihnu salu, visi atbraucēji vispirms nonāk Suaru ostā, kurā atrodas jauna un labiekārtota ostas teritorija ar tirgus ēku, bērnu rotaļlaukumu un atpūtas zonu. Tirgū var iegādāties vietējo pārtiku, rokdarbus un saldiejumus. Turpat atrodas āra kafējnicā, kur var sarīkot pikniku vai vienkārši jauki pavadīt laiku, izbaudot ostas dzīvus un skatus. Lai kurā virzienā tu skātos, baudi katrs skats, kas pavērs uz jūru!

+372 446 9910 • www.visitkihnu.ee
📍 Kihnu Sadamaturg
58.129790, 24.002780

15) Pärnu Kālamajaka kohviks
📍 kohvikkalamajaka
58.382086, 24.510299

16) Kafejnīca Mahedik • Vēlamies piedāvāt viesiem veselīgu un iespējami sezonālu Igaunijas pārtiku, dodot priekšroku vietējām izejvielām, īpaši tām, kuras nākušas no mūsu tuvumā esošajām mazajām saimniecībām. Vēlamies pierādīt, ka veselīgs var būt garšīgs, un tam arī ir jābūt garšīgam!

+372 5333 8958 • www.mahedik.ee **📍** Mahedik-kohvik okogurmaanile **📍** mahedik • 58.384347, 24.501508

17) Kafejnīca Piccadilly • Piccadilly ir omulīga, gādīga un ar laimes sajūtu pildīta kafējnicā pašā Pērnavas sirdī. Mūsu pārliecība ir tīra pārtika un lielās pārmaiņas, ko rada maza darītājs. Piedāvājam estētisku veģetāro ēdienu, lieliskas kūkas un cepumus, rokām gatavotu bioloģisko šokolādi un dabīgus tīrus vīnus. Mēs izmantojam tīras un veselīgas izejvielas un sadarbojamies ar vietējiem sīkzemiekiem un ražotājiem.

+372 442 0085 • www.kohvila.com **📍** Piccadilly kohvik **📍** kohvikpiccadilly • 58.384450, 24.501180

18) Kafejnīca-restorāns Hea Maa • Hea Maa ir radīts ar mīlestību pret labu, Igaunijā ražotu pārtiku. Mūsu šefpavārs ir garšu meklētājs Virko Vendla, kurš audzis Somā reģionā. Tieši no tuienes purvēm un mežiem viņš paņēmis līdzi to īsto un tīro, ko šodien uzskata par pašu svarīgāko virtuvē.

+372 5343 5858 • www.heamaa.ee
📍 Hea Maa **📍** heamaa_restoran
58.385516, 24.498942

19) Hēdemēstes minerālūdens • Hēdemēstes minerālūdens ražotnes vēsture aizsākās 1967. gadā. Minerālūdens, kas tiek smēlts no 600 m dziļuma, izeļas ar savu augsto minerālvielu koncentrāciju, kas tam piedod gan savu specifisko garšu, gan ārstnieciskas īpašības. Ražotnē ir iespēja minerālūdeni nobaudīt, kā arī uzziņāt vairāk par tā iegūšanu un specifiskajām īpašībām.

+372 5697 3777 • www.haademeestevesi.ee
📍 Hāademeeste mineraalvesi • 58.075168, 24.504025

20) Kabli konditoreja • Piedāvā uz vietas ceptas smalkmaizītes, pīrādziņus, kleņģerus un cepumus.

+372 5650 0581 **📍** Hoidisid Rinalt
58.206400, 24.486380

21) Hēdemēstes minerālūdens • Hēdemēstes minerālūdens ražotnes vēsture aizsākās 1967. gadā. Minerālūdens, kas tiek smēlts no 600 m dziļuma, izeļas ar savu augsto minerālvielu koncentrāciju, kas tam piedod gan savu specifisko garšu, gan ārstnieciskas īpašības. Ražotnē ir iespēja minerālūdeni nobaudīt, kā arī uzziņāt vairāk par tā iegūšanu un specifiskajām īpašībām.

+372 5697 3777 • www.haademeestevesi.ee
📍 Hāademeeste mineraalvesi • 58.075168, 24.504025

22) Kabi konditoreja • Piedāvā uz vietas ceptas smalkmaizītes, pīrādziņus, kleņģerus un cepumus.

+372 5650 0581 **📍** Hoidisid Rinalt
58.206400, 24.486380

23) Rinas konservi • No vietējiem produktiem gatavoti konservi un kuļinārijas izstrādājumi, kas tiek piedāvāti svētku galdam un pirkšanai. Apmeklētāji tiek pieremti ar iepriekšēju pieteikšanos.

+372 5650 0581 **📍** Hoidisid Rinalt
58.206400, 24.486380

24) Mētste saimniecība • Mētste saimniecībā tiek audzēti dārzeņi, kurus iespējams iegādāties gan tieši no lauka/siltumnīcas, gan dažādos tirdzīnos. Mētste saimniecības dārzeņiem ir vietējās garšas un kvalitātes zīme "Audzēti Igaunijā". Piparu audzētavā ik sezonu aug ap simt dažādu čili piparu šķirņu. Var iepazīties arī ar klajā laukā audzētajām kultūriņām. Ar iepriekšēju pasūtījumu apmeklētājiem tiek piedāvāti viegli cienasti, kā arī ir atvērta mājražojumu veikaliņš, kurā var iegādāties sezonas dārzeņus, garšaugus, čili pulveri, pašceptu maizi un pašmāju konditorejas izstrādājumus.

+372 512 4698 • www.metsetaluu.ee **📍** Metste Talu • 58.185516, 25.06746

25) Cotze virtuve • Vecā kroga ēkā iekārtota mājīga kafējnicā ik dienas piedāvā siltu mājas ēdienu. Iespēja vienkārši jaukā noskaņās pie kamīna iemalkot tēju vai kafiju un nobaudīt kādu našķi.

+372 5688 7299 **📍** Cotze Maja • 58.335832, 23.990884

26) Pārnavas kafējnicā Kalamajaka • Mūsu piekēršanās svaigām zivīm pirmie pamanīja mūsu draugi un pazīnas. Mūsu lielā vēlme apgādāt ikdienā arī viņus ar labāko, ko jūra var sniegt, klūva par pamatu Kalamajakas darībai – vietai ar labāko zivju izevli. Mūsu aizraušāns ir palikusi tā pati, tikai draugi ir kļuvis daudz vairāk. Lai kur tu mūs pamanī, vari būt drošs, ka maltīte būs garša. Lāipni sagaidīsim, uzklaušīm vēlmes, un labprāt dalīsimies ar savu pieredzi labāko zivju izevli, tāpat kā pašī saviem draugiem.

+372 447 3888 • www.ammende.ee **📍** Villa Ammende **📍** villammende
58.380678, 24.491926

27) Kafejnīca Kroon • Piedāvājam Igauniju gaurēi ierastus ēdienus mūsdienīgā interpretācijā! Kafējnicās ēdienkartē var atrast gan kūkas cepeti un skābus kāpostus, auksto gaļu un kartupeļu salātu, kas bija pagājušā gadsimta 20. gadu sviņu galda rota, gan arī plašu vietējo un populārāko veģetāro ēdienu izevli. Skan Igauniju mūzika, un tiek piedāvāta īsti Igauniska māju sajūta!

+372 5331 0331 kroonkohvik.wixsite.com/koduleht **📍** Kohvik Kroon **📍** kohvikkroon • 58.381430, 24.522043

28) Pārnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

+372 5384 2228 • www.parnuturg.ee
📍 Pärnu Turg • 58.382282, 24.509243

29) Tirdzniecības centra Pärnu Keskus lauku tirgus • Lauku tirgus veikalā un kafējnicā tiek pārdoti Igaunijā audzēti vietējo lauku saimniecību un uzņēmēju produkti. Kafējnicā var izevēties gan saldus, gan sāļus mīklas izstrādājumus: pīrāgus, cepumus, kūkas, maizi un daudz ko citu.

+372 5817 1504 • www.taluturg.ee
📍 Pärnu Keskuse Taluturg • 58.386883, 24.501090

30) Tirdzniecības centra Pärnu Keskus lauku tirgus • Lauku tirgus veikalā un kafējnicā tiek pārdoti Igaunijā audzēti vietējo lauku saimniecību un uzņēmēju produkti. Kafējnicā var izevēties gan saldus, gan sāļus mīklas izstrādājumus: pīrāgus, cepumus, kūkas, maizi un daudz ko citu.

31) Pērnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

+372 5384 2228 • www.parnuturg.ee
📍 Pärnu Turg • 58.382282, 24.509243

32) Pārnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

+372 5384 2228 • www.parnuturg.ee
📍 Pärnu Turg • 58.382282, 24.509243

33) Pārnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

+372 5384 2228 • www.parnuturg.ee
📍 Pärnu Turg • 58.382282, 24.509243

34) Pārnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

+372 5384 2228 • www.parnuturg.ee
📍 Pärnu Turg • 58.382282, 24.509243

35) Pārnavas tirgus • Pērnavas pilsētas tirgū atradīsi labu un veselīgu pārtiku, kas ir gan Igaunijas izeļsmes, gan arī eksotiskāka. Ja vēlies pamēloties, vari iegādāties dažādos sezonālās augļus, vai arī visu nepieciešamo kārtīgām vakariņām.

36) Jāneli mājas virtuve • Jāneli mājas virtuvē piedāvā no tīras vietējās produkcijas gatavotus ēdienus. Jāneli piedāvā šos ēdienus var nobaudīt Testamā atrodošās Sillametsas saimniecības garšaugu dārza vasaras kafējnicā, kā arī pēc iepriekšēja pasūtījuma sviņbān, dārza sveļkiem, piknikiem un tml.

+372 5340 6600 • www.janelykoduokoo.ee
58.342105, 23.997972

37) "Kumoss un malks" • Vasaras kafējnicā "Kumoss un malks" celīnīki var nobaudīt neticami garšīgas un brangas pīcas. Šajā vasarā papildus pīcām tiek piedāvātas arī vietējās bioloģiskās liellopu gaļas zupas un pamatēdieni. Iespējams iegādāties vietējo mājražotāju saldētumu, sieru, mājas alu un medu.

+372 5354 6644 **📍** Pootsi Jahmajaja pitsa-kohvik Amps & Lonks • 58.276144, 24.126236

38) Marijas saimniecība • Marijas saimniecība piedāvā rījas istabā izbaudīt lauku labumus un mājas garšas. Lauku ēdienkarte veidota vietējās tradīcijas, iespaidpodiem no gadu gaitā saimniecībā un vietējā apkārtnē gatavotajiem ēdieniem.

+372 523 6066 **📍** Maria Talu
58.297606, 24.159863

39) Kapteiņa saimniecības vasaras kafējnicā • Pie pirmajām saulainajām dienām apmeklētājiem durvis ver jūras velšu mājas kafējnicā, kas tur cienā vietējos piekrastes ciema zivju ēdienus. Zivis tiek vai pašas iepeld kafējnicā un ēdieni ir īpaši svaigi! Ir padomāti arī par veģetāriešiem un saldummlīiem. Svaigos produktus mīlošie kafējnicās saimnieki piedāvā sezonas ogu kokteiļus un citus vasaras labumus.

+372 513 4683 **📍** Kapteni talu • 58.317668, 24.282868

40) Fishing Village ostas kafējnicā • Šeit tiek piedāvātas pašas svaigākās zivis Pērnavas apkārtnē – uz vietas tiek žāvētas un grīlētas vietējo zvejnieku nozvejotās zivis. Foreļu zvejojā nokertās naviksnes foreļes tiek gatavotas uz vietas atbilstoši vēlmēm. Notiek arī zvejas izbraukumi ar gidu, pēc kuri

ZALĀ UPJU ZEME

www.joemaa.ee



Zaļās upju zemes kopiena (Rohelise Jõemaa Koostöökoogu) aptver reģionu, kura centrā ir Somā Nacionālais parks. Somā lielākā bagātība ir bezgalīgās dabas veltes — meža ogas, sēnes, zivis, meža zvēri un ēdāmie augi. Reģions ir pazīstams ar saviem garšīgiem dabas velšu konserviem, dzīvnieku gaļu un ābolu dzērieniem. Labi pazīstamās, ļaudkiem tuvas izejvielas tiek pasniegta modernā gastronomijā. Kur citur Jūs varētu nogaršot "draugus katlā", purva rozes, ābolu sirupu, vītīnājumus vai plīkskīnātas ribiņas? Nerunājot nemaz par Igaunijā labāko ekoloģisko sidru, Somā aitu, zirņu pastētī, rabarberu kečupu, grieķu salātiem, ābolu un piādžu etiķi, un upēnu sinepēm.

Saimniecības un sikražotāji, kas uzņem apmeklētājus

(iepriekš piesakot)



+372 5623 2270 • www.ponkaland.com
I Põnka puhketalul/Põnka guesthouse
58.479354, 24.922313



+372 508 9589 • www.kuusikaru.ee
I piesta kuusikaru
G piestakuusikaru
58.537310, 24.997113



+372 5663 5669
I Mahlametsa OÜ
58.724916, 24.803352

MULGIMĀ

www.mulgimaa.ee

Mulgimā reģiona iedzīvotāji ir pazīstami kā cilvēki, kas 19. gadsimta beigās plaši izpīrka saimniecības, kas savukārt veicināja arī Mulgimā ēdienu izplatību visā Igaunijā. Laudis no Mulgimā atveda sev līdz kartupeļu-puļrami biežputru, biezos kāpostus, bieziņmaizes un kamu. Tieši Mulgimā iedzīvotāji bija tie, kas kamaz mēdes ieaucā dažādus graudaugus. Šo ēdienu nosaukumiem vēl arvien mēdz pievienot vārda sastāvdaļu — mulgi, kas paskaidro ēdiena izcelsmi. Igaunie Marie Sapasa uzskā ēdiena gatavošanas kurisu Līplapu saimniecības mājsaimniecības skolā, kur līdz ar jauninājumiem godā tika turētās arī senās receptes. Ne mazāk svarīga bija arī ēdiena pagatavošanas vienkāršība un tā cena.

Saimniecības un sikražotāji, kas uzņem apmeklētājus

(iepriekš piesakot)

11 **Āviku ogu saimniecība** • Āviku ogu saimniecība nodarbojas ar smiltseršķuku audzēšanu un ogu ievārijumu, sulu un sulas dzērienu gatavošanu. Preces ir roku darbs un ir apzīmētas ar ekoloģisku marķējumu.

+372 5689 7287 • www.aavikutalu.ee
I Aaviku Marjatalu • 58.224870, 25.921640



+372 5664 1298 • www.pajumaa.ee
I Pajumāe talu • 58.098151, 25.301910



12 **Mulgi muižas medus** • Ģimenes uzņēmums, kas vada saimniecību un rosās kopā ar čāklajām bītēm Mulgimā sirdī, kur ir ļoti daudzveidīga augu valsts. Apmeklējuma mērķis ir piedāvāt interesentiem kvalitatīvu Mulgimā ievāktu medu un medus produktus.

+372 5667 6234 • www.mulgimesi.eu
I Mulgi-Moisa MESI • 58.093379, 25.181366

+372 5345 4102 • www.seedripuukoole.e • 58.115413, 25.551416



13 **K. R. Jakobsona lauku mājas-muzejs Kurgjā** • Kurgjas lauku mājas-muzejā var iepazīties ar Igaunijas 19. gadsimta atmosfodas laika dižgara Karla Roberta Jakobsona dzīvi un darbu, un viņa radītās lauku sētas sadzīvi. Pie lauku muzeja, kas līdz mūsdienām nodarbojas ar lopkopību un lauksaimniecību, var aplūkot liellopus, aitas un zirgus, kā arī atjaunotās senas saimniecības ēkas – lopu kūti, klētī, dzirnavas un riju. Ciemiņi var paši izmēģināt lauku darbus un iepazīt senās paražas. Par tradicionāliem pasākumiem muzejā ir kļuvušas lauku darbu dienas, rokdarbu dienas utt.

+372 5860 0025 • www.kurgja.ee
I C.R. Jakobsoni Talumuseum Kurgjal • 58.663566, 25.256163



14 **Enerģijas saimniecība** • Enerģijas saimniecība ir Igaunijā lielākais uzņēmums, kurš nodarbojas ar ekoloģisko ārstniecisko augu audzēšanu un pārstrādi.

+372 510 6193 • www.energiatalu.ee
I Energia Talu-Ravimtaimekeskus ja Ūko-Spa • 58.584350, 25.379408

15 **Olustveres muiža** • Olustveres muiža ir viena no Igaunijā vispiņņīgāk saglabājušām senajām muižām! Muižā atvērtais rokdarbu un vilnas istabas, smēde, māla darbnīca, vīna fabrika un maiznīca. Maiznīcā atrodas pastāvīga ekspozīcija, kas iepazīstina ar muižas lauku ikdienu, sākot ar zemkopību un beidzot ar maizes cepšanu. Tiek piedāvāta svaigā maize, baltmaize un konditorejas izstrādājumi. Maiznīcā paš var izcept maizes plācni un apmeklēt maizes cepšanas apmācības.

+372 437 4280
www.olustveremois.ee
I Olustvere mõis
58.554465, 25.562271

16 **Altpoe lauku saimniecība** • Vietējā bioloģiskā dārzkopība. Vietējie ražojumi, kas tiek izmantoti galvenokārt ēdienu gatavošanā Klāras-Manni atpūtas un semināru centra apmeklētājiem.

+372 564 1516 • 58.469797, 24.789182

17 **Mesila lauku saimniecība** • Vietējā biškopības saimniecība. Dažādu medus maisījumu un bišu produktu ražošana. Tiek piedāvāta vaska sveču izgatavošana.

+372 526 8643 • 58.532949, 24.823153

18 **Mennituka lauku saimniecība** • Reģionālā piena ražotne, fermā 2 slaukšanas roboti, paaugstināta piena vērtība, dējējvistu turēšana.

+372 5348 9965 • 58.349812, 24.669278



Kafejnīcas, restorāni, vietējās virtuves piedāvātāji

19 **Mulgi krogs** • Mulgi krogā vietējiem iedzīvotājiem un viesiem tiek piedāvāta omulīga gaisotne un patikama apkalpošana. Ēdienkartē tādi Mulgimā ēdieni kā skābu kāpostu zupa, kāposti Mulgi gaumē, biežputra ar bekonu Mulgi gaumē, siltie grūbu salāti un grūbu biežputra.

+372 502 2121 • www.mulgikorts.ee
I Mulgi Kõrts • 58.126549, 25.353530



+372 527 7742 • www.jpk.ee
I Järveveere Puhkeskus • 58.363466, 25.964825

20 **Meža veltu kafejnīca** • Meža veltu kafejnīca ziemas periodā ietilpina 50 sēd-vietas, vasarā – vēl tikpat daudz arī pagalmā. Piemērota vieta dzimšanas dienu un saietu organizēšanai.

+372 5664 4990 **I** Metsarõomu Kohvik • 58.237450, 25.598356



+372 518 6428 • www.karjamoisa.ee
I Ū Karjamoisa • 58.533878, 24.703061

Vietējās pārtikas piedāvātāji



+372 525 6652 • www.kuuvarjutus.ee
I Kohvik Kuuvarjutus • 58.516700, 24.817527

21 **Krodziņš Kodukõrts** • Kodukõrts atrodas Somā Nacionālā parka un Tori elles alas tuvumā, starp divām upēm. Aiz mājas atrodas āra terase, kā arī iekārtais tilts. Nāciet ciemos, izbudiet skaisto dabu un iūtieties labi! Piedāvājam ēdienus, dažādus siltus un aukstus dzērienus nostalģiskajā 1990. gadu stilā.

+372 509 3161 • www.kodukorts.ee
I Kodukõrts • 58.495041, 24.902006

22 **Kafejnīca Arturi Juures**• Firmas ēdieni nosaukti slavenāko Sūrē-Jāni novadnieku vārdos.

+372 5341 3595 **I** Arturi juures • 58.534829, 25.465970



23 **Kafejnīca Mõisa Kõök** • Omulīga ēstuve galsimtu večai Pernu-Jāgupi baznīcas muižas ēkā.

+372 5355 5888 • moisakook.weebly.com
I Mõisa Kõök • 58.610776, 24.503863



+372 5860 0025 • www.kurgja.ee
I C.R. Jakobsoni Talumuseum Kurgjal • 58.663566, 25.256163

24 **Mustlas kafejnīca** • Kafejnīca atrodas uz Mustlas galvenās ielas. Gaidām klientus, kuri no rītiem vēlas iegādāties siltas bulciņas un citrus konditorejas izstrādājumus, kā arī tos, kuri pusdienlaikā vēlas ieturēt garšas pusdienas. Konditora gatavotie izstrādājumi izejās ar to, ka tie atgādāta tū saukto padomju lauku garšu un to gatavošanā tiek izmantotas dabīgas vietējās izecsmes izejvielas. Pavāru gatavotajos pamatēdienos un zupās pēc iespējas tiek izmantoti vietējie pārtikas produkti vai vismaz Igaunijā ražotas izejvielas.

+372 505 1628 • kadri1970@hotmail.e • 58.236624, 25.859817

+372 435 8080 • www.raudnael.com
I Raudnaela kõrts • 58.338302, 25.478868

25 **Melnā runča krogs** • Tervas pilsētas centra vēsturiskajā krogā ēkā darbojas Melnā runča krogs, kas katru dienu piedāvā jaunu ēdienkarti – svaigus salātus, siltu ēdienu, zupu, kūkas, desertus un, protams, pankūkas!

+372 520 5588 **I** Musta Kõutsi Kõrts • 58.002648, 25.922517

26 **Kafejnīca Latvijas vēstniecība** • Šī kafejnīca ir vienīgā, kas šajā apkaimē piedāvā plašu picu klāstu, kā arī a la Carte ēdienkarti un gardus kokteiļus. Kafejnīcas mērķis ir piedāvāt mazpilsētas iedzīvotājiem un viesiem profesionālu apkalpošanu, patikamu gaisotni un kvalitatīvu ēdienu.

+372 764 0050 **I** Lāti Saatkond • 58.001913, 25.922324

27 **Centra kafejnīca** • Tervas pilsētas centrā uz galvenās ielas esošā kafejnīca piedāvā uz vietas svaigi ceptus konditorejas izstrādājumus un kafiju.

laidi.laas@gmail.com • +372 53473780 • 58.003038, 25.922139

Brūvētavas, vīna un sidra sētas



+372 513 3395 • www.mulgipruul.ee
I Mulgi Pruulikoda **G** mulgipruulikoda
58.092086, 25.575692

Brūvētavas, vīna un sidra sētas



+372 5669 1744 • www.sidritalu.ee
I Tori Sidritalu • 58.491139, 24.909656



+372 512 0874 • www.jaanihanso.ee
I Jaanihanso **G** jaanihanso
58.695504, 24.521321



28 **Ennes sēta** • Aicinām uz vīna sētu Dienvidigaunijā! Ja apmeklēsiet mūsu apmācības kursus, prezentāciju, semināru vai koncertu, tad kādreizējā ābolu glabātavā varēsiet izbudīt dažādas nodarbības un šeit gatavoto produkciju – piemēram, iesaistīties darbā vīna kalnā un izgaršot lielsku ēdienu un mājas vīnus.

+372 5660 4287 • www.mornamaa.ee
I Mornamaa • 58.149930, 25.602855

Tirgi, vietējo labumu veikali

29 **Tervas Mulgi tirgus** • Tirgū var iegādāties Mulgi novada sikražotāju un lauku saimniecību produkciju.

+372 5567 5019 **I** Tārva Mulgi Turg • 58.001739, 25.920108

Īpaši piedzvojumi



+372 5343 2884 • info@metsatalu.ee • 58.298351, 25.589267

30 **Kalmes dzirnavu foreļu diķi** • Kalmes dzirnavu zivju diķus bagātina cauri plūstošie Jeku upes aukstie ūdeņi. Zivi no diķa varat izmakšķerēt pats vai ļaut, lai to kāds izdara Jūsu vietā. Bet noķertā zivs uz grila vai kūpinātavā atbilstoši Jūsu vēlmēm pārtaps gardā maltītē.

+372 516 4450 **I** Kalme Veski OÜ • 57.980734, 26.001600



31 **Igaunijas Lauksaimniecības Universitātes Polli dārzniecības centrs** • Šeit viesus gaida vietējās ogas un augļi un radošās darbnīcas, kas ir ne vien aizraujošas, bet arī paplašinās Jūsu redzesloku.

Darbnīca I: Augu izcelsmes izmantošana ēdienā un citur (ievāriņumi, sulas, kaltēti produkti, funkcionālie produkti, dabīgās krāsvielas un konservanti, saldējuma gatavošana, kosmētikas izstrādājumi).

Tirgi, vietējie pārtikas veikali

32 **Seljas pienotavas veikals** • Vietējais pārtikas veikals, kas tirgo pašmāju ražotāju preces un uz vietas ceptas maizes un bulciņas.

+372 447 7412 • 58.517074, 24.818693

Īpaši piedzvojumi



+372 5623 2270 • www.ponkaland.com
I Põnka puhketalul/Põnka guesthouse
58.479343, 24.922206

33 **Spēcinošas garšas Enerģijas saimniecībā** • Radošā darbnīca, kurā interesenti mēcās atpazīt dažādas spēcinošas garšas un ārstniecības augus. No pavasara līdz rudenim darbnīcā tiek izmantoti no dārza ievākti svaigi augi un ogas, bet ziemas periodā apmācības notiek, izmantojot žāvētus augus.

+372 510 6193 • www.energiatalu.ee
I Energia Talu-Ravimtaimekeskus ja Ūko-Spa • 58.584350, 25.379408



+372 437 4280 • www.olustveremois.ee
I Olustvere mõis • 58.554501, 25.562229

34 **Klāras-Manni augļu darbnīca** • Limonādes vai smūtiju pagatavošanas darbnīca, kurā izmantosim no ekoloģiska dārza ievāktus ārstniecības un meža produktus, atklāsim slēpenus virtuves trikus no nezaļu valstiņas. Papildus piedāvāsim arī no vietējiem izejvielām gatavotas uzkokdas.

Klāras-Manni Paši radām, paši baudām, paši traukus novācam! • Gatavošana kopā ar Klāras-Manni atpūtas un semināra centra saimniecēm. Paši no dobes varēsiet ievākt nepieciešamās izejvielas un pagatavot gardu ēdienu.

+372 5645 7745 • www.klaaramanni.ee
I Klaara-Manni Puhke- ja Seminarikeskus • 58.469797, 24.789182



35 **Igaunijas ēdienu gada cikls K. R. Jakobsona saimniecības muzejā** • Apmeklējuma mērķis ir iepazīstināt ierētas ar igauņu ēšanas tradīcijām, ar izmaiņām, kas gadu gaitā ieviekušās uz saimniecību ēdamgaldiem, kā arī ar pašu saimniecību un tās iemītņniekiem, K. R. Jakobsona principiem saistībā ar saimniecību un uzturu, un ēdiena ceļu no lauka un dārza līdz virtuvei – mūsu galdam.

+372 5860 0025 • www.kurgja.ee
I C.R. Jakobsoni Talumuseum Kurgjal
58.663566, 25.2561630

Ekskursijas gida pavadībā

36 **Pārgājiens pa Enerģijas saimniecības ārstniecības augu takām** • Enerģijas saimniecībā ir izveidota ārstniecības augu izziņas un veselības taka, kurā var iepazīties ar ārstniecības augiem, iegremdēties to lieliskajā aromātā, pataustīt un nogaršot, kā arī apbrīnot to skaistumu. Pārgājiens beidzas ar ekoloģiskas tējas baudīšanu un gardumu ēšanu.

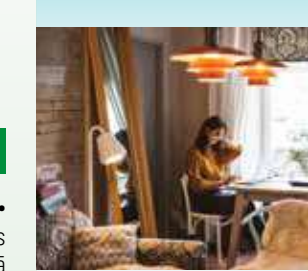
+372 510 6193 • www.energiatalu.ee
I Energia Talu-Ravimtaimekeskus ja Ūko-Spa • 58.584350, 25.379408

37 **Soomaa.com ogošanas un sēpošanas pārgājieni** • SAR Somā Nacionālā parka vietējo gidu dosimies uz viņam zināmiem purviem un mežiem, lai nogaršotu un salasītu dažādas ogas un sēnes, kā arī lai iemācītos atpazīt tās sugas, kuras nedrīkst lietot uzturā. Dienas beigās no savāktajām ogām vai sēnēm gatavosim gardu maltīti.

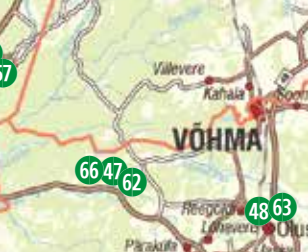
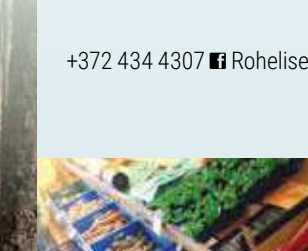
+372 506 1896 • www.soomaa.com
I Soomaa.com



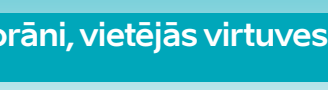
VILJANDI



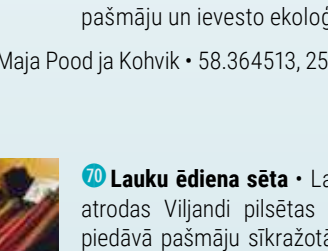
+372 435 9795 • www.kohvikfellin.ee
I Fellin **G** kohvik_fellin
58.363641, 25.596392



VILJANDI



+372 435 9795 • www.kohvikfellin.ee
I Fellin **G** kohvik_fellin
58.363641, 25.596392



Mulgimā ēdienu festivāli 2018

2.06. Tervas Mājas kafejnīcu diena, Tervas pilsēta

Ilggadējā Tervas Mājas kafejnīcu dienā augstā vērtē tiek celta vietējā mazpilsētas kultūra un ēdiens. Vairāku sētu pagalmos tiek atvērta kafejnīcas, kuras var iegādāties pašu labāko gan nobaudīšanai uz vietas, gan līdzņemšanai uz mājām.

I Tārva kodukohvikute pāvē

7.-8.09. XI Karksi Medus festivāls, Karksi-Nuijas pilsēta

Medus festivāls visiem apmeklētājiem piedāvā muzikālu un garšas baudījumu. Norisinās arī gadatirgus un interesentiem tiek piedāvātas vairākas radošās darbnīcas.

