

Seidl Ambrus

Nagy születésnap szakácskönyv

A legjobb receptek

Melléklet: Ajándékreceptek!

Ambrus receptjei a barátainak



KÁPOSZTÁS RÁNTOTTA

A káposztát apróra vágjuk. Füstölt szalonnából olvasztunk zsírt, rátesszük a káposztát, megsózzuk, megborsozzuk, adunk hozzá apróra vágott hagymát és mindezt rózsaszínűre pároljuk. Végül felvert tojást öntünk hozzá és megsütjük rántottának.



SPANYOL TORTILLA

Spanyol "tortilla" (ejtsd: tortillya)



Néhány szem krumplit héjában megfőzünk, meghámozunk és felszeletelünk. Pár tojást felverünk (mintha rántottát csinálnánk), teszünk bele egy kevés sót. A szeletelt főtt krumplit beleúsztatjuk és nem túl sok forró olajra, zsírra öntjük egy serpenyőbe, és nem

kavargatjuk. Amikor a serpenyőben már csúszkál, ügyesen kicsúsztatjuk egy elegendően nagy fődőre, majd a már üres serpenyőt ráborítjuk, és egy lendületes mozdulattal belefördítjük a tortillát a serpenyőbe. Megsütjük a másik oldalát is. A kész "lepényt" cikkekre vágva tálaljuk pl. zöldsalátával vagy más savanyúsággal.

SZARDÍNIAFELFÚJT

2 doboz olajos szardíniát levével együtt villával péppé törjük. 4 tojás sárgáját 4 evőkanál liszttel simára keverünk, hozzáadunk 2 dl tejet, egy fél citrom levét és kevés sót (mert a szardínia is sós), majd hozzákeverjük a 4 tojás fehérjéjéből felvert kemény habot és az összetört szardíniát.

Kivajazott, mély tűzálló tálba öntjük és előmelegített sütőben közepes lángon sütjük addig, míg a próbaképpen beleszúrt tű már nem ragadós. Kiborítjuk egy előmelegített tálra, cikkekre vágjuk, és frissen fogyasztjuk, pl. pirítós kenyérrel. Adhatunk mellé paradicsomlevet, ketchupot.

TOJÁSOS BURGONYA

A megtisztított burgonyát apró kockákra vágjuk, és forró olajban világosra pirítjuk. Felferünk tojásokat (mintha rántottának vernénk fel), ízesítjük, esetleg egy kis liszttel dúsíthatjuk, majd a megsütött burgonyával összekeverjük, és tepsibe vagy tűzálló tálba öntjük. Tetejét meghinthetjük reszelt sajttal. Néhány percre betesszük a forró sütőbe. Apróra vágott petrezselyemmel vagy snidlinggel díszíthetjük. Tálaláskor valamilyen salátát vagy savanyúságot adunk mellé.



SOPRONI PECSENYEZSÍR

Egy kiló zsírban kisütünk fél kiló darabokra vágott hagymát. Mielőtt a barnára sült hagyma odaégne, leszűrjük a forró zsírról, húsdarálóban ledaráljuk, majd visszateszük a forró zsírba. Ezután hozzákeverünk kb. 1 deka (édesnemes) piros paprikát, egy zacskó "pörkölt alapot" és kb. fél mokkáskanálnyi sót. Még egyet forralunk rajta, majd megfelelő méretű tálba átöntjük és hagyjuk kihűlni. Ezután fakanállal felkeverjük, hogy a hűlés közben leülepedett hagyma egyenletesen oszoljon el a zsírban. Az így elkészült pecsenyезsír - amit hűtőszekrényben hosszabb ideig is tárolhatunk -, sötétbarna színű lesz, s az íze olyan lesz, mintha valóban húst sütöttünk volna benne.

ZAKUSZKA

Híres Erdélyi vegetáriánus étel a ZAKUSZKA receptje.

Előre elmondom, hogy csakis az fogjon hozzá, akinek van legalább egy napja arra, hogy télen igen finom - májkrémhez hasonló - de teljesen növényi ételle legyen. Ám ha valaki könnyen hozzájut piritaminpaprikához, annak igencsak megkönnyíti a téli reggelizést, az így eltett zakuszka.

ALAP ZAKUSZKA

Hozzávalók:

Bab (nagy szemű vagy fejtett bab), Piritamin paprika, fehér paprika, paradicsom, étolaj, és fűszer tetszés szerint.

Tetszés szerinti mennyiségű babot egy külön edénybe tegyünk fel főni. A piritaminpaprikát, és a fehér paprikát húsdarálóval daráljuk össze, majd egy kevés paradicsommal egy igen nagy lábosban tegyük fel főni. A kellemetlen az, hogy az étel készítése szinte állandó keverést igényel. Lassú tűzön főzzük.

Amikor a paradicsomos levét elfőtte, akkor utána már csak olajjal engedjük fel, hogy mindig egy kicsi olaj legyen a tetején. Amikor már kezd krémszerűvé válni, akkor daráljuk meg a főtt babot, és azt is keverjük bele. Olajjal felöntve, amikor az elpárolog, mindig utána kell önteni.



Amikor jó alaposan krémszerűvé válik, akkor lesz kész kb. 5-6 óra. Ha ügyes vagy, akkor közben egyszer-kétszer áthajthatod a masszát paradicsom-passzírozón, és így gyorsabban fő.

A fűszerezése tetszőleges, de fontos a babérlevél megléte, 10-15 levél az egész lábosban, ám a mi gyakorlatunk szerint érdemes egy-két gulyásleves kockával és vegetával is megbolondítani.

Készítsünk elő zárfedeles, de kicsi üvegeket. Ehhez a legjobb a Nescafé üveg. Elegendő is egy adaghoz. Merjük bele a masszát, de mindig úgy, hogy egy kis olaj a tetejét ellepje. A lezárás után az üvegeket dunsztolni kell, de nem kell hozzá semmilyen tartósító szer. Körülbelül egy hónap múlva fogyasztható, általában kenyérre kenve.

DÚSÍTOTT ZAKUSZKA

Az előző masszát ki lehet egészíteni padlizsánnal is. Ám a padlizsánt nem egyszerű elkészíteni, ugyanis sütni kell. Egy vaslapon gáztűzhelyen ezt meg lehet tenni, ám legjobb, ha a kertben nyílt tüzet csinálunk, és arra teszünk egy vaslapot. A padlizsánt a vaslapra tesszük, majd minden oldalán addig sütjük, míg szenessé nem válik a héja. Az sem baj, ha a leve kifröccsen. Minden oldalon meg kell sütni. Ezután az összeégett növényt tegyük vízbe,



majd az égett részét kézzel hámozzuk le. Ha jól süttöttük meg, akkor nem lesz nehéz. A magját nem kell eltávolítani. Ezt a padlizsánt kell beledarálni a masszába. Ezt esetleg napokkal hamarabb is el lehet készíteni. Hűtőben tárolandó.

A legfinomabb zakuszkát asztalra szoktuk készíteni. Ez annyiban egészül ki, hogy apró szemű babot is főzünk, de ezt nem daráljuk meg, valamint hosszú csíkokra vágott laskagombával (vagy aki teli van manival, vargányával) dúsítjuk, és ezt sem daráljuk össze. Ezeket nagyobb üvegekbe tesszük, de összefőzzük az alapmasszával.

A zakuszkát minden Erdélyi család más-más módszerrel készíti.

Igencsak megéri a pancsolás, hiszen télire, a gyermekeknek igen finom húsmentes, és nagyon egészséges, és ha jól vásárolunk, olcsó ételt készíthetünk.

Bármennyire is furcsa, a zakuszka nem román vagy magyar, hanem örmény étel.

Éppen ezért, ha tehetitek, sohase felejtsetek ki a tárkonyt belőle.

BARNALEVES BAROMFIBÓL

Hozzávalók:

- 1 tyúk vagy kappan,
- 3 db sárgarépa,
- 1 petrezselyemgyökér,
- 1 zeller,
- 1 vöröshagyma,
- 2 evőkanál cukor,
- 2 tojásos metélt tészta,
- kevés (liba- vagy tyúk-) zsír,
- pár szem bors,
- Só.

A megtisztított, egészben hagyott tyúkot vagy kappant annyi vízzel, hogy ellepje, lassú tűzön főni hagyjuk. Lábasban kevés zsíron a cukrot barnára pirítjuk, majd karikára vágott sárgarépát, petrezselyemgyökert, zellert, vöröshagymát, szemes borsot megforgatunk benne, kevéske húslével felöntjük és lefedve, gyakran felkavarva pároljuk. Ha félig puha, a tyúkhhoz adjuk. Mikor a tyúk megfőtt, a levest leszűrjük, egy kevés levesben metélt tésztát főzünk. A tyúkot feldaraboljuk, és a levesben tálaljuk.

Megjegyzés: a leves a barna színét (és speciális ízét) a megpörkölődött cukortól kapja.

BORLEVES

Egy tojást jól elkeverünk egy kávéskanál liszttel, majd felhígítjuk 3 dl vízzel.

Felforralunk fél liter fehér bort 5 dkg cukorral, szegfűszeggel és citromhéjjal ízesítjük. Amikor már nem lobogóan forró, hozzáöntjük a hígított tojásos liszthez és kézi habverővel állandóan keverve addig főzzük, amíg kicsit sűrűsödni kezd. Forrón tálaljuk.



CUKORBORSÓ LEVES

Régebbi receptet közlök, hogy az is bekerüljön a köztudatba



Elegendő mennyiségű vízben főzni kezdjük a kb. fél kilónyi zöldborsót (akár fagyasztottat is). Rakunk bele petrezselyem zöldet (nem túl apróra vágva), kevés sót. Amikor már jó zöldborsó illata van, de még nem főtt meg teljesen, lehúzzuk a tűzről, hogy ne legyen lobogó

forró. Egy fél doboz tejfölt két-három teáskanál liszttel elkavarunk simára, és a borsó levével felhígítva habarjuk be a levest. Visszatesszük főni.

Ízlés szerint további sót rakunk bele, valamint cukrot. Egy tojást sűrűre kavarrunk 3-4 teáskanál liszttel, és a forrásban lévő levest, kiskanál segítségével begaluskázzuk. Amikor megfőtt, állni hagyjuk a levest, és étkezés előtt újra melegítjük. Melegen ajánljuk, jó étvágygal fogyasztjuk.

GYÖTÖRT LEVES

Egy tojással, pici sóval és annyi liszttel, amennyit a tojás felvesz, kemény tésztát gyúrunk. Reszelő nagy fogain lereszeljük a tésztát, és fél órát száradni hagyjuk. Zsíron vagy olajon hagymát piritunk, melyhez hozzáadjuk a lereszelt tésztát, és pirosra piritjük. Lehúzzuk a tűzről, megpaprikázzuk és felöntjük másfél liter vízzel. Sóval ízesítjük, és addig főzzük, amíg a tészta meg nem puhul benne.

Megjegyzés: Kövi Pál: Erdélyi lakoma c. könyvéből való recept. Az elnevezés valószínűleg onnan ered, hogy "a semmiből kigyötört leves".

SAJTOS BURGONYALEVES

15 dkg burgonyát megfőzünk, majd áttörjük. Hozzáadunk 5 dkg margarint és 5 dkg reszelt sajtot (jó, ha füstölt), egy kevéske sót és annyi lisztet, hogy sűrű péppé tudjuk főzni. Folytonos kavarrás közben felöntjük húsleves lével (pl. húsleves kockából készített). Piritott kenyérkockával tálaljuk.

SÓSKALEVES VAGY SZÓSZ

Friss tavaszi sóskaleveleket megtisztítunk (jól megmossuk, hogy ne legyen közte homok, és a levelek fő erét kiszakítjuk). Olajon megpirítjuk, míg pépes nem lesz (érdemes teflon edényben, hogy kevesebbet kelljen kavargatni, és hosszasabban párolódhasson fedő alatt). Ezután kézi mixerrel sima pépet készítünk belőle, vékony tejfeles habarást adunk hozzá, s ha kell kis sót és cukrot. (Ha vékony habarás helyett bőségesebb liszttel habarjuk, vagy rántást készítünk alája, sűrűbb lesz, tehát szósz készül, pl. párolt marhaszelethez stb.) A sóskalevesbe csorgathatunk nyers tojást (rongyos leves), piríthatunk kenyérkockát, tehetünk eperlevél tésztát, de befőzés nélkül is tálalhatjuk, pl. tejfellel.



SZOMBATOS GOMBALEVES



A megtisztított, darabolt gombát 1-2 percig főzzük, majd leszűrjük. Petrezselyem zölddel pároljuk, majd lisztet teszünk rá és összekeverjük. Ekkor visszateszük a főzőlébe, sóval, borssal és szerecsendió-virággal ízesítjük és felforraljuk.

Lehúzzuk a tűzről, 2 dl tejfölbe egy tojássárgáját keverünk, beletesszük a levesbe, és újból felforraljuk.

SZŐLŐLEVES CSIRKÉVEL



Egy 80 dkg-s csirkét megtisztítunk, apróra feldaraboljuk. Vajon (Rámán) jól átpirítjuk, majd 1 liter vizet és 2 dl száraz fehér bort töltünk rá, teszünk bele 2 evőkanál vegetát, két teáskanál reszelt citromhajat és puhára főzzük. 2 dl tejszínnel és 2 kanál liszttel behabarjuk,

25-30 dkg szemezett szőlőt teszünk bele, ízlés szerint cukorral, sóval, citromlével ízesítjük és jól kiforralva tálaljuk. (A vegeta miatt óvatosan bánjunk a sóval, ízesítéskor kóstolgassuk.)

ZÖLDBORSÓ- VAGY KARALÁBÉ-LEVES

Fiatal zöldborsót (vagy felkockázott zsenge karalábét) elegendő vízben kevés sóval és cukorral, sok, apróra vágott petrezselyemmel addig főzünk, amíg puha nem lesz, ekkor lehúzzuk a tűzről. Közben tejfölt kevés liszttel jól összekeverünk, és a kissé meghűlt levesbe keverjük. Szükség szerint további sót, cukrot teszünk bele és felforraljuk. Egy tojást kikeverünk liszttel sűrű-folyós állagúra, s amikor a leves jól lobog, belesorgatjuk (esetleg mokaáskanállal beledagoljuk) a "simagaluskát". Érdemes egy napig hűvös helyen állni hagyni, újra melegíteni, és úgy tálalni, de frissen is nagyon jó, intenzív zöldborsó (karalábé) ízű leves.



BOGRÁCSOS PÖRKÖLT

(CIGÁNYOSAN)

A húst megtisztítjuk, csontosan feldaraboljuk. Lehet birka (alaposan leszedve a húsról a faggyút), marha (leszedve a hínýárt), disznó stb. A bográcsot disznózsírral kikenjük, majd az aljába és a falához a csontos részt rakjuk. Ezután kezdjük rétegezni a húst, rá örlt kömény, örlt bors, só, kevés szemes bors és hagyma bőségesen, majd újból hús stb.



Egy órai főzés után, ha kell adunk hozzá kevés vizet, hogy jól tudjon rotyogni. Teszünk (tehetünk) bele babérlevelet, zöldpaprikát, majoránnát. Amikor már puhára főtt, adhatunk hozzá vörösbort, és ekkor tesszük bele a pirospaprikát. Hagyjuk megrottyanni és már kész is. Főtt krumplival, vagy puha kenyérral tálaljuk.

Fontos: soha nem keverjük, hanem a bogrács forgatásával, riszálásával mozgatjuk csupán (hogy a csontos rész a bogrács falánál maradjon).

Megjegyzés: azért cigányos, mert a hagymát nem piritjuk, hanem nyersen rétegezzük bele. Így a leve a pörköltnek sűrű lesz.

HARGITAI SERTÉSBORDA

(a cím csalóka, mert valójában egy ünnepien feltupirozott töltött káposztáról van benne szó)



1 kg sertéskarajt 10 szeletre vágunk, besózzuk, borsozzuk, lisztbe forgatva kevés forró zsírban mindkét oldalát elősütjük, majd félretesszük. 30 dkg füstölt szalonnát 20 dkg hagymával aranysárgára pirítunk, majd 60 dkg darált sertéscombot adunk hozzá,

sóval, majoránnával, borssal, kakukkfűvel készre piritjuk. 10 savanyú káposzta levelet veszünk, mindegyikbe teszünk egy-egy szelet karajt, rá a darált húst és egy-egy karika füstölt kolbászt. A butyrokot összecsomagoljuk és összekötjük. Hagymát piritunk,

majd a kimosott savanyú káposztát rátesszük, kaporral, csomborral ízesítjük. Felengedjük csontlevesrel. Miután felforrt, beletesszük a 10 csomagot, és közepes tűzön másfél óráig főzzük. Ekkor kiszedjük a csomagokat és a maradék levet, káposztát tejföllel, kevés liszttel behabarjuk, felforraljuk.

A csomagokról eltávolítjuk a kötést, tányérra tesszük, melléje tálaljuk a behabart káposztát. Tejfellet, pirospaprikával díszítjük.

LECSÓ TUPÍROZVA

(Ősszel a lecsó idényét éljük. Élünk hát vele...)

Vegyünk sok hagymát, apróra darabolva dinszteljük, majd tegyünk bele darabolt paprikát, paradicsomot kedvünk szerinti mennyiséget, és főzzük össze őket.

Tupírozási lehetőségek: (vagy-vagy és is-is működik!)

- tegyünk bele darabolt krumplit (krumplis lecsó)
- tegyünk bele felvert tojást (tojásos lecsó)
- szaggassunk bele galuskát (galuskás lecsó)
- karikázzunk bele főzőkolbászt (lecsó kolbással)
- karikázzunk bele virslit (virslis lecsó)
- főzzünk bele Juliska-babot (babos lecsó)
- főzzünk bele húskockákat
- főzzünk bele füstölt szalonnát (sóherek csak a бүrkét főzik bele...)
- tegyünk bele erős paprikát (csípős lecsó)
- tegyünk bele akármit, és adjunk neki nevet...



PÖRKÖLTÖS LEBBENC

Zsíron lebbencstésztát pirítunk. Rövid időn belül hozzáadunk apróra vágott vöröshagymát, és a kettőt együtt rózsaszínűre pirítjuk. Felöntjük annyi vízzel, hogy rendesen ellepje. Kevés sót adunk hozzá és folyamatosan kavarjuk, hogy oda ne tapadjon. Ha nagyon besűrűsödik, adunk még hozzá vizet. Amikor már majdnem

megfőtt, hozzáöntünk pörköltet (a szokásosnál apróbbra kockázott húsból készítjük) és tovább főzzük. Hagyjuk most már besűrűsödni. Tálaláskor kis sajtot reszelhetünk rá.

HÚSÉTELEK

BORZAS SERTÉSSZELET

Olyan jó, ünnepi és egyszerű elkészítésű, hogy még búcsús ebédre is jó.

Hozzávalók:

0,5 kg sertéskaraj, 3 db tojás, 30 dkg liszt, só, 30 dkg burgonya, 15 dkg sajt, tejföl, olaj.

Sűrű palacsintatésztát készítünk, amelybe reszelt nyers burgonyát teszünk. A sertéskarajt felszeleteljük, a szeleteket kiklopfoljuk, sóval ízesítjük. A hússzeleteket lisztbe, majd a burgonyás masszába mártjuk, és forró olajban kisütjük. Tálaláskor reszelt sajtval megszórnjuk, és tejfőllel nyakon öntjük. Friss zöld körettel tálaljuk. Inni hozzá pl. Badacsonyi Olaszrizlinget adunk.



CSIRKEMÁJ-RAGU

50 dkg csirkemájat apró darabkákra vágok, ha van benne szív, akkor azokat vékonyra karikázom. 5 dkg füstölt szalonnát is felkockázok, kiolvasztom a zsíráját, és egy nagy fej vöröshagymát apróra vágva sárgára fonnyasztok benne. 10 dkg gombát vékony szeletekre vágok, és a fonnyasztott hagymára teszem, majd egy jókora paradicsompaprikát darabolok bele (akár marináltat). 5 percnyi pirítás után hozzáadom a májat, szívet, megborsozom, és fedő alatt néhány percig sajt levében párolom. (Sót nem szabad tenni a májra, mert szívós lesz tőle. Elkészítés után, a tányéron sózzuk igény szerint.) Zsírára sütöm, majd zúzott fokhagymával, finomra vágott petrezselyemmel fűszerezem.

Köretnek pirított burgonya javasolt, vagy petrezselymes rizs.

CSIRKE TEJBEN-VAJBAN FÜRÖSZTVE



Csirkemellet lefejtünk a csontjáról, enyhén kiklopfoljuk, majd két napra fokhagymás tejbe áztatjuk (pácoljuk), hűvös helyen tartva (kamra, hűtőszekrény). Utána a tejből kivesszük, hagyjuk lecsepegni, majd lisztbe, tojásba és reszelt sajtba forgatjuk. Egy tepsit kikenünk vajjal, öntünk bele egy kevés tejet, és a bepanírozott szeleteket beletesszük és sütőben világos pirosra sütjük. Köretnek rizibizit vagy zöldségköretet ajánlok.

MUSTÁROS SERTÉSSZELET

(Egy bármilyen főzési antitalentum pap által is elkészíthető jó recept)

A sertéscombot vékony szeletekre vágjuk. A szeleteket mustárral jól bedörzsöljük, majd egy kanál zsírra teflon lábasba tesszük. Öntünk alája egy kis fehérbort, és fődő alatt lassú tűzön puhára pároljuk. A végén egy kicsit meg lehet fődő nélkül pirítani, hogy szebb színe legyen. Sült krumplival fejedelmi ebéd.



"NEM LEHET ABBAHAGYNI" CSIRKE

Azonos csirkealkatrészekből készítjük (pl. szárnyak vagy felső ill. alsó combok, nyolc darab). 8 dkg lisztbe belekeverünk egy kiskanál majoránát, fehérborsot, őrölt köménymagot, sót, piros paprikát, csipet chilit, és őrölt zöldborsot. A fűszeres lisztbe beleforgatjuk a csirkealkatrészeket, és kivajazott jénaiba vagy tepsibe helyezzük. A maradék lisztet rászórjuk. Tetejére karikázunk lilahagymát (két nagy fej), megszórkjuk 10 dkg füstölt sajttal és 10 dkg nem füstölt sajttal. 4 dl tejfölbe 4 evőkanál olíva olajat keverünk, és 4 nagy cikkely fokhagymát törünk bele. Ezt ráöntjük az egész tetejére, és lefedjük vagy lefóliázzuk.

Előmelegített sütőben 250 fokon 50 percig sütjük. Tálalás: rizzsel, (pl. kukoricás, fodros-petrezselymes rizzsel). És ne lepődjünk meg, ha nem tudjuk abbahagyni...

RAKOTT KUKORICÁS CSIRKEMELL

2 csirkemellet szeletekre vágunk, és a szeleteket vajon hirtelen megsütjük, majd a szeleteket kivajazott tűzálló tálba tesszük, reszelünk rá 10 dkg füstölt sajtot. Egy kis lábosban elkészítjük az öntetet: 7 dkg vajon megfuttatunk 2 evőkanál lisztet, amikor kicsit meghűlt 3 dl tejszínt teszünk belé, 1 evőkanál gulyáskrémet, petrezselymet, snidlinget, sót, fehérborsot és egy doboz főtt kukoricát. Összefőzzük sűrű-folyós állagúra. Ezt ráöntjük a tűzálló tálba készített sajtos mellszeletekre, és 30 percre sütőbe tesszük. Egytálételként is tálalhatjuk.

RÉSZEGES CSIRKE

Kb. hat személyre való csirkét (1,8 kg) lisztben megforgatunk, és lassú tűzön megpirítjuk vajon. Adunk hozzá kakukkfűvet, paprikát, sót, 1,5 pohár száraz vörösbort és 1,5 pohár erős csirkehúslevest. Befedve

addig rotyogtatjuk lassú forralással, míg a csirkehús puha nem lesz (kb. 40 perc). Egy másik serpenyőben 4 szelet szalonnát, egy marék gyöngyhagymát és egy marék apró gombát pirítunk. Leöntjük a zsíráját, és a majdnem kész csirkéhez hozzáadjuk, összerottyantjuk.



SZOMBATOS RAKOTT BIRKA

Hozzávalók:

- 50 dkg birkahús,
- 2-3 evőkanál olaj,
- 2-3 evőkanál libazsír,
- 1 fej vöröshagyma,
- 10 szál petrezselyem zöldje,

- 2 tojásból laska (lásd alább),
- 20 dkg juhsajt,
- 2-3 evőkanál morzsa,
- 2 dl tejfől,
- só, borsmenta, majoránna.

Az apróra vagdalt birkahúst kevés olajban, aprított zöldpetrezse-lyemmel és vöröshagymával megpároljuk. A kifőtt laskát forró libazsírban megforgatjuk, összekeverjük a reszelt juhsajttal, majd a zsírral kikent, morzsával meghintett lábasba egy sort lerakunk. Tetejére rakjuk a hús egy részét, meghintjük kevés majoránnával



és finomra vágott borsmentával, majd ismét tészta rétege-zünk és így tovább. Végül rá-öntjük a tejfölt, és sütőben át-pírítjuk.

Megjegyzés: Igen népszerű és elterjedt erdélyi étel lévén természetesen sok variációja alakult ki. Van, aki olaj helyett

vajat, vagy kisült szalonnazsírt használ, és a hússal együtt forgatja a szalonnabőrt is. Morzsa helyett félig megfőtt kukoricadara is kerülhet bele, nem is szólva arról, hogy hallani gyömbérrel és kaporral, vagy akár babérlevéllel készült birkarakotról is.

Laska: Lisztet, tojást langyos tejjel gyúrunk össze, nyújtjuk ki vékonyra és vágjuk fel vékonyra. Kevés levesben főzzük ki.

VASI PECSENYE

Sertésszeleteket kiklopfolunk, besózzunk. Tejbe fokhagymát törünk, borsot szórunk, és ebbe fél napra beáztatjuk a szeleteket. Sütés előtt paprikás lisztbe forgatjuk a szeleteket, és bő olajban sütjük. Krumplipüré illik hozzá.

RÁNTOTT ÚJHAGYMA

Kellő mennyiségű zsenge újhagymát megtisztítunk, de hagyunk rajta a zöldjéből is. Jól megmossuk, hagyjuk leszáradni. Utána szokásos módon bepanírozzuk: először lisztbe forgatjuk, majd tojásban megmártjuk, és zsemlemorzsába forgatjuk. Érdeemes ez utóbbi két lépést még egyszer megismételni (duplabundájúra csinálni). Forró olajban kisütjük. Tartármártással, majonézzel tálaljuk. Köretnek ajánlatos mellé pl. a krump-
lipüré, de lehet csak kenyérral is enni.



Érdekessége, hogy a hagyma "búze" szinte teljesen elszáll a sütés által.

BRASSÓI BÖJTÖSEN

Burgonyát sütünk olajban (a brassóihoz szükséges méretnél kisebbre, kb. felére aprítva a burgonyát). Kibontunk két paradicsomos szardíniát, kiszedjük a halak gerincét, villával darabosra aprítjuk, esetleg paradicsompürével vagy ketchuppal megbővítjük és összekeverjük puhán a megsült burgonyával. Pénteki vacsoraételnek igen kiváló.

NAGYBÖJTI RECEPT

Vegyünk tizenkét hónapot, tisztítsuk meg szépen a keserűség, a gőg, a kishitűség és félelem minden szennyétől. Osszuk fel mindegyiket kb. 30 részre úgy, hogy a készletből jusson az egész évre. Állítsunk össze minden egyes napot egy adag munkából, 2 adag életörömből és humorból. Tegyük hozzá 3 tejes kanál optimizmust, egy kávéskanál toleranciát, egy szem iróniát és egy csipetnyi tapintatot. Keverjük az egészbe bőségesen sok szeretetet. Az egészet díszítsük fel a kis figyelmességek csokraival és tálaljuk naponta tiszta derűvel.



Böjtös étel még a FÜSTÖLT SAJTOS BURGONYASALÁTA a salátareceptek között!

SPENÓT TÖBBFÉLE MÓDON



1. A megmosott, erezetétől megtisztított spenótot apróra vagdaljuk. Áttört fokhagymát olajon kicsit megpörkölünk, majd egy kevés lisztet teszünk bele, és világos rántást csinálunk belőle. A feldarabolt spenótot rátesszük, és egy kevés vízzel felöntjük, cukorral, sóval ízesítjük. Esetleg egy kevés ecetet is teszünk bele. Kavargatjuk, amíg fel nem rottyog, majd tejet vagy tejfölt teszünk bele és újból felrottyantjuk.

2. A megmosott spenótleveleket kuktafazékban kis vízzel, sóval megfőzzük. A felesleges levet leöntjük róla, majd fokhagyma gerezdet, kis cukrot teszünk bele, valamint egy tejben megáztatott zsemlet. Az egészet mixerrel simára dolgozzuk. Tehetünk bele tejfölös habarást, és meg egyszer felrottyantjuk.

3. Az előző recept, de fokhagyma helyett szerecsendiót reszelünk bele.

4. Amíg a spenót igen zsenge, érdemes az előző receptek egyikét egyszer úgy is csinálni, hogy éppen csak egyszer megrottyantjuk: így szép élénk zöld színe marad.

5. Aki a "vastag" főzeléket szereti, az habarás helyett komolyabb rántást tehet bele. (Pl. 1. receptnél)

A spenót mellé jól illik a

- tükörtojás
- zsebes tojás (mindkét oldalán megsütött tükörtojás)
- bundás kenyér
- pofézni (vékony zsemle szeletekből készült "bundás kenyér")
- fasírt
- natúr sertés-szelet



TÚRÓKRÉMES FŐTT BURGONYA

Hozzávalók:

1 kg héjában főtt burgonya, 25 dkg félzsíros tehéntúró, 10 dkg vaj, 2 gerezd fokhagyma, 1 csokor snidling (vagy helyette lilahagyma), esetleg kapor, fehérbors, só.



Amíg a burgonya fő, a tehéntúrót áttöröm és az olvasztott, de már lehűlt vajjal habos krémmé keverem. A túrós masszát két részre osztom: az egyik részbe beledolgozom a megtisztított és összezúzott fokhagymát, kevés sóval és az aprított hagymával ízesítem. A

másik részt kaporral, sóval ízesítem. A burgonyákat meghámozom, és hosszába kettévágom, tepsibe helyezem a lapos felével felfelé. A burgonyákat felváltva vastagon bekenem a két krémmel, majd annyi időre (tálalás előtt) beteszem a sütőbe, hogy a krém megolvadjon, és színesedni kezdjen.

Önálló vacsora-ételnek is jó, de pl. oldalas mellé garnírunak is.

ZELLERES BURGONYAPÜRÉ



1/2 kg burgonyát felkockázva felteszünk főni, valamint 1/2 kg zellert is felkockázva külön edényben megfőzünk. A megfőtt zellerről leöntjük a levet, amikor kicsit meghűlt, hozzákeverünk 1 dl tejszínt, 2 evőkanál citromlevet, 1 kiskanál fehérborsot és pépesre turmixoljuk.

Az elkészített burgonyapürébe (összedolgozva kézimixerral a főtt burgonya, 5 dkg vaj, só esetleg egy tojást egészben) belekeverjük a zellerkrémet, és simára kavарjuk. A végén apróra vágott zeller zöldjével meghintjük.

Kiváló garnírunk bármiféle rántott húshoz.

CSIRKEMELL SALÁTA

25 dkg csirkemellet főzünk meg húslevesnek 25-30 dkg zöldséggel. Miután meghűlt a főtt zöldség és a hús, felkockázzuk. 2 dl majonézhez adunk 2 dl kefirt, sóval, borssal ízesítjük, és 3 almát belekockázzuk. Rakunk bele 2 ecetes uborkát, majd a zöldséget és a húst. Jó, ha pár órát állni hagyjuk.



FÜSTÖLT SAJTOS BURGONYASALÁTA

Újabb böjti ételt ajánlok, garantáltan bármely plébános el tudja készíteni, és még finom is!

Hozzávalók:

2 pohár kockára vágott füstölt sajt (Karaván, Parenycica),
3 pohár kockára vágott főtt burgonya,
apróra vágott zeller zöldje,
3 újhagyma apróra vágva,
2 lereszelt kemény tojás,
lehet bele rakni apróra vágott sonkát 1 pohárral, de böjtben ez ki is maradhat.

Ezeket egyberakjuk és összekeverjük. 1 pohár majonézbe 2 evőkanál citromlét, kevés só és borsot keverünk, majd ráöntjük a salátára, és jól összeforgatjuk. Egy órára betesszük a hűtőbe, majd retekszeletekkel, petrezselyem zölddel díszítve tálaljuk.

(Megjegyzés: 1 pohár = 3 dl, így 6-8 főre készül a saláta)

KARFIOLSALÁTA

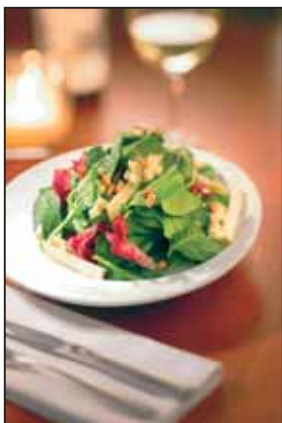
A megmosott, megtisztított karfiolt egyben megfőzzük vegetás vízben. Amikor kész, egyenletes darabokra bontjuk. Virslit karikázunk rá, és almajonézzal leöntjük. Hidegen tálaljuk. (Álmajonéz: tejföl, mustár, só, bors, cukor, kevés pirospaprika).

KÓBORLÓ SALÁTA

500 g fehércáposzta nagyfogú reszelőn lereszelve, 250 g sárgarépa ugyanúgy lereszelve, 1 fej hagyma karikákra vágva, fokhagymaszár (zöld), 4 evőkanál salátaolaj, 2 evőkanál (tárkony- vagy bor-)ecet, őrölt köménymag, só, bors. Tálalás előtt legalább egy órával hűtőbe kell tenni.



SPENÓTSALÁTA TOJÁSSAL



250 g friss spenótot két-három lében megmosunk, megtisztítunk, kézzel apróra tépegetjük. 4 tojást keményre főzünk, kihűlés után lereszeljük (vagy apró kockákra vágjuk) és a spenóra hintjük. Egy kis fej lilahagymát apróra vágva szintén ráhintjük, majd enyhén összekeverjük, és hűlni hűtőbe tesszük.

Öntetet készítünk borecettel, salátaolajjal, két evőkanál mustárral, egy gerezd fokhagymával, sóval, borszal és egy csipet porcukorral. Tálalás előtt öntjük rá az öntetet, puhán összekeverjük.

Aki még nem próbálta a nyers spenótot, szó szerint itt az ideje, hogy kipróbálja...

TÉLVÉGI VITAMINSTÓSZ

Szép vékonyra vágott savanyú káposztát átöblítünk párszor, hogy ne legyen vad savanyú. Lilahagymát teszünk bele apróra vágva, valamint darabosra tört dióbelet. Olajjal és mézzel meglocsoljuk, jól összeforgatjuk, és egy napot állni hagyjuk.

Ízesítés: kívánság szerint kis sóval, belecsavart citrommal. Bárminemű húsétel mellé igen finom saláta.



ZÖLDBORSÓ SALÁTA



Fiatal, frissen fejtett zöldborsót és kevés reszelt sárgarépat olajon saját levében megdinsztelünk. Amikor meghűlt, sóval, majonézzel mustárral ízesítjük. Hidegen tálaljuk.

TÉSZTÁK

CSÁSZÁRMORZSA – SÓSAN

Ha valaki kevésbé szereti az édes ételeket, de szereti a pirított hagymát, ajánlom neki a következőt:

Búzadarát elkeverünk tejjel közepes sűrűségű péppé. Ütünk bele egy tojást, teszünk bele sőt ízlés szerint és apróra vágott hagymát (lehetőleg lilahagymát) kellő mennyiségben. Hagyjuk állni egy fél órát, majd bő zsiradékban (zsír, olaj vagy olvasztott ráma) elkezdjük sütni és villával folyamatosan összehuzigáljuk. Addig sütjük, míg morzsálódni nem kezd. Ekkorra már a hagyma is megpirul benne. Ízletes, tápláló étel. (Egy főre két-három leveseskanál búzadarát számoljunk.)

GOMBÁS PALACSINTA

Apróra vágott hagymát pirítunk olajon, majd hozzáadjuk a gombát, amit szintén apróra felvagdaltunk, valamint kevés pirospaprikát, sőt. Lefedve hagyjuk saját levében rotyogni, míg meg nem fő a gomba. Ha kell, kevés vizet még töltünk hozzá, hogy megfőjön, de a végére elpárologtassa a levét.

Ekkor levesszük a tűzről, s ha már kicsit meghűlt, tejfölbe kevert liszttel behabarjuk, és krém sűrűségűre főz-



zük. A korábban megsütött palacsintákat megtöltjük vele, és tűzálló tálba tesszük. Ráöntünk tejfelt, és sütőben sütjük tálalás előtt. Fejenként 2-3 darabot számoljunk, mert laktató étel: ennél lényegesen többet nem lehet belőle megenni. Ezért főétkezésnek is ajánlható, de vendégváró ételnek is.

HAGYMÁS-SONKÁS BUTYOR



Hagyományos palacsintatésztát keverünk. Néhány fej lila hagymát apróra vágunk, belekeverjük a tésztába és így sütjük meg a palacsintákat. Vékonyra szeletelt gépsonkát (sonkaszalámit vagy egyszerűen párizsit) fektetünk a palacsintákba egy sorban. Az üresen

maradó széleket ráhajtjuk a sonkaszeletekre és felcsavarjuk a palacsintát. (Így kis, tömzsi henger formájú butyrokot kapunk) Tepsibe vagy tűzálló tálba tesszük, reszelhetünk rá sajtot, önthetünk rá tejfelt. Tálalás előtt sütőben melegítjük, hogy ráolvadjon a sajt, megszíneződjék a tejfel. Petrezselyemmel vagy aprított snidlinggel szórjuk meg. - Alkalmos előételnek (1-2 db/fő) vagy meleg vacsoraételnek (4-5 db/fő).

PIZZA TÉSZTA ÉS MÁRTÁS

(egy gáz-tepsibe való)

Cukrozott langyos tejben felfuttatunk 3 dkg élesztőt, közben egy nagy vagy két kicsi burgonyát megfőzünk, meghámozunk. 50 dkg lisztet összemorzsoljuk az áttört burgonyával, majd beledolgozunk egy tojás sárgáját, 20 dkg olvasztott Ráma margarint és a felfuttatott élesztőt és egy kevés sót. Mindezekből a közepesnél kicsit keményebb kelt tésztát gyúrunk, alaposan kidolgozzuk, majd duplájára kelesztjük. Félujjnyira nyújtjuk és belehelyezzük a langyos gáz-tepsibe. Meleg, de nem forró sütőben félig készre sütjük. Megkenjük pizzamártással, majd töltelék teszünk rá, reszelt sajtjal meghintjük, és készre sütjük.



Megjegyzés: a pizza tésztát töltelék nélkül készre sütve, tejföllel megkenve: igen finom.

PIZZAMÁRTÁS:

Hozzávalók: 2 evőkanál olaj, 1 kiskanálnyi reszelt vöröshagyma, 1 doboz paradicsompüré, só, őrölt bors, 1-1 késhegynyi babérlevélpor, szárított rozsmaring, oregano.

A reszelt hagymát olajon aranysárgára sütjük, hozzáadjuk a paradicsompürét, felöntjük kétszerannyi vízzel (a dobozt kétszer kiöblítjük). Ízesítjük a fűszerekkel, és öt percig forraljuk. A félig sült pizza tésztát bekenjük és jöhet rá a töltelék.

SÓSKÁS PALACSINTA

Friss sóskaleveleket megtisztítunk (az erezetet kitépjük belőle) és apró kockákra szeljük. Sűrű palacsinta tésztába keverjük (jó bőségesen), és a szokásosnál több sót teszünk bele. Rögtön sütés után kevés sajttal megszórjuk és összetekerjük, így tálaljuk.



BEJGLI

Karácsonyi recept

Hozzávalók:

1 kg liszt, 1/2 kg margarin, 1 egész tojás, 4 púpozott evőkanál porcukor, 3 dkg élesztő cukros tejben megfuttatva, só, 1-2 dl tejjel, hogy kellemesen puha tésztát kapjunk.

A töltelékhez: 1/2 kg dió, 3/4 kg mák, velük egyenlő súlyú cukor. A cukrot kicsi vízzel (kb. 1/2-1 dl) felolvasztom, bele a dió ill. a mák. Ha sűrű, mehet bele még egy kis víz, de nem baj, ha kemény a töltelék. **Ízesítésül:** a dióhoz vaníliás cukor, mazsola, fahéj, kakaó. A mákhoz mazsola, citromhéj, fahéj, őrölt szegfűszeg, narancshéjlekvár.

A tésztát 5 részre osztjuk (kb. 33 dkg egy-egy gombóc). Nem hagyjuk kelni, azonnal kinyújtjuk tepszi hosszúságú téglalap-formára (kb. 3-4 mm vastagra). Kb. 45 dkg töltelékkel teszünk bele, a töltelékkel, ha kemény, vizes kézzel simítjuk ki a téglalapon úgy, hogy egy sáv tészta maradjon üresen és úgy tekerjük fel, hogy az üres rész legyen a bejgli talpa. Enyhén vajazott tepsibe tesszük, tojással megkenjük, kötőtűvel koppanásig átszurkáljuk. Előmelegített, közepes forráságú sütőben sütjük világosra.

BIRSALMASAJT



Megmossuk, megtisztítjuk a birsalmát. A csumáját kivágjuk, valamint a hibás részeket. A héját nem kell lehámozni. Utána megmérjük a megtisztított mennyiséget. Bő vízben feltesszük főni. Egy másik lábosba előkészítjük a cukrot és a vizet a következők szerint:

amennyi kg a megtisztított birsalma, annyiszor 80 dkg cukor kell. A lábosba minden kg cukorhoz 2 dl víz kell. Ezt jól felfőzzük, úgy, hogy a lábos szélén már kristályosodjon. Közben a megfőtt birsalmát szűrővel kihalásszuk, lecsepegtetjük és mixerrel simára mixeljük. A jól kifőtt cukorszirupba beletesszük és felforrástól számítva 17 percen át főzzük kavargatva. Ne tovább, mert a zselésedési hajlama romolni fog. Az elkészült pépet formákba öntjük. Érdemes üveg, jénai illetve porcelán edényekbe, tányérokba, lehetőleg 1,5-2 cm vastagon. Az edényeket előtte vizes kézzel megnedvesítjük. Amikor kihűlt és megszilárdult, kiborítjuk és deszkára kiterített konyharuhán tovább száradni

hagyjuk, időnként megfordítjuk (érdemes szobában szárítani, hogy hamarabb szikkadjon). Amikor már elég száraznak találjuk, fogyasztható. Ha később akarjuk fogyasztani (pl. karácsonykor), érdemes celofánba vagy folpakkba csomagolni, hogy túl ne száradjon. Igen alkalmas desszert tálakra darabolni, vagy pl. püspökkenyérbe kis kockákban belesütni.

BIRSALMASAJT SZELET

Hozzávalók:

birsalma

víz

cukor ízlés szerint (max. fel kiló 1 kilo gyümölcsre) vagy 2 kanál citromlé

A birsalmát pucolás után csíkokra vágjuk, majd egy elég nagy fazékban a vízzel felforraljuk. A puha csíkokat szétdaráljuk és a masszát a cukorral kis lángon, állandó keverés mellett alaposan befőzzük, a vége felé a citromlevet hozzáadjuk. Vigyázz, hamar odaég. Papírt tegyünk egy nagy, lapos sütőtepsire, rákenjük a masszát és néhány napon át egy meleg helyen szárítjuk. (Én a sütőpapír helyett enyhén beolajoztam a tepsit és két téglát állítottam a tűzhelyre) Négyzetekre vágjuk, zárt tárolóban tartjuk. Folyamatosan kell szárítani, ne hogy bepenészesedjen - kár lenne a munkáért.

BÖGRÉS SÜTEMÉNY



Végy egy-egy bögre cukrot, lisztet, darált diót és tejet, valamint egy tojást és egy sütőport. Mindezeket összekeverve önts kivajazott, kilisztezett tepsibe és süsd meg. Az így elkészült süteményt adhatod így is, de pl. baracklekvárral vagy kakaókrémmel töltve is.

CSOKOLÁDÉKRÉM — BÁRMI CÉLRA

Végy fél liter tejet, tegyél bele két kanál lisztet, egy tojást, kakaót kellő mértékben. Kezdd el főzni (lehetőleg teflon láboskában, hogy ne égjen le) kavargatva, ha nagyon tapad, vedd le a tűzről.

Amikor összefőtt, kavard jól össze simára (segíthet ebben egy mixerstab), és hígítsd fel tejjel krém állagúra. Ekkor adj hozzá cukrot kellő mennyiségben.

Evvel a csoki krémmel a következőket tálalhatod:



- piskótát darabokra törve, tálba rakva leöntöd (így készül a Somlói Galuska)
- tányérba téve, tejszínhabbal díszítve
- pörkölt darabos diót keverve bele
- gyümölcsdarabokat téve pohárba, ezzel leöntve
- sűrűre főzve megkenhető vele tortalap is
- végül mindenképp adj neki valami jó nevet...

KEKSZ

Karácsonyra egy jófajta keksz recept, melyből még karácsonyfára akasztható figurák is készíthetők



1 kg liszt, 0,5 kg margarin, pici só, 3 tojás, 0,5 kg cukor mokkáskanálnyi sütőporral jól összedolgozva. Kinyújtjuk 4-5 mm vastagra, különböző formákat szaggatunk belőle, és zsemleszínűre sütjük. Ha a formákba gyűszűvel lyukat is szaggatunk, cérnával a karácsonyfára is felakasztható dísznek is jó. A gyűszűvel kiszaggatott pici korongok is kisütendők: kávé mellé aprósüteménynek kiváló.

ÖTPERCES POGÁCSA

3 dl tejet 8 dkg Rámával forrásig hevítünk. Folytonos kavarással belekeverünk 16 dkg lisztet és addig kavargatjuk, amíg a kanálról le nem válik. Ha kicsit meghűlt, belekeverünk 3 tojást egészben, 12 dkg füstölt sajtot és egy kávéskanál sót. A kész masszából vajazott tepsibe kiskanál segítségével diónyi halmokat rakunk és közepes tűzön sütjük, előmelegített sütőben előbb alsó, majd felső lángon. Melegen tálaljuk, melegen ajánljuk...



SZEMFÉNYVESZTŐ SÜTI



Készítünk egy 10-20-30 tésztát (10 dkg margarin, 20 dkg cukor, 30 dkg liszt, 1 tojás, 1 sütőpor, 1 vaníliás cukor és annyi tej, hogy sűrű folyós massa legyen). Kivajazott, lisztezett tepsibe öntjük és megsütjük: kb. 2 cm magas piskóta lap lesz belőle. Kihűlés

után daraboljuk fel). Öt cm széles csíkokat vágunk, majd azokat fél cm-s szeletkékre vágjuk. Így igen sok 5x2x0,5 cm-s kis tészta-lapocskákat kapunk. Vékonyan megkenjük baracklekvárral, majd készítünk egy sűrű vaníliakrémet (egy tojást simára keverünk két teáskanál liszttel, majd felhígítjuk 2 dl tejjel és felfőzzük. Amikor már jó sűrű, teszünk bele egy vaníliás cukrot, esetleg még egy kis cukrot, és újból felrottyantjuk.) Ebből a hűlő vaníliakrémből teszünk a lekvározott sütikre, majd déligyümölcs darabkákat teszünk rá (banán szelet, mandarin, kivi, dió esetleg szőlőszemek, mandula, mogyoró stb.). Napokig változatlan állapotban megmarad, igen üdítő és mutatós süti.

VANÍLIÁS KIFLI

28 dkg liszt, 21 dkg margarin, 10 dkg dió vagy mandula, 7 dkg cukor. A meggyúrt tésztából kifliket alkotunk, vajazott tepsibe téve világosra sütjük, és vaníliás cukorba forgatjuk.

A barátok receptjei

Ambrusnak



SAJTTORTA

Hozzávalók:

16 dkg liszt
8 dkg margarin
1 db tojás
1 evőkanál víz
1 csipet só

Ez a tészta alapja. A készítés menete: összegyúrni, 20-30 percet pihenni hagyni, majd ki

nyújtani, sütő formába tenni. A sütő formát javasolt kivajazni és lisztezni.

2 dl tejszín
2 db tojás
8 dkg reszelt sajt
1 csipet só

Ízlés szerint: sonka, gomba, paradicsom, uborka stb.

A tejszínt felverjük, majd a tojásokkal együtt folytatjuk felverést, belekeverjük a reszelt sajtot és akockára vágott sonkát. A masszát beleöntjük a sütőformába, a tetejére ízlés szerint paradicsomot, gombát, uborkát karikázhatunk.

A sütési idő kb. 45 perc

SONKÁS-TORMÁS CSIRKE-COMB

Hozzávalók:

4 csirkecomb
1 szelet kalács
15 dkg füstölt sonka
1 tojás
1 evőkanál ecetes tormá
1 evőkanál reszelt alma
4 evőkanál tej
1 evőkanál tejföl
1 késhegynyi tört fehér bors
ízlés szerint csipetnyi só



Elkészítés:

A kalácsot apróra vágjuk, a tejjel és a felvert tojással leöntjük. Hozzáadjuk a tormát, tejfölt, reszelt almát, az apróra vágott sonkát, és jól összekeverjük. Ezt a masszát a combok bőre alá töltjük. kb. 50 perc alatt van kész.

DÁN HAGYMALEVES

4 személyre

Hozzávalók:

fél kiló vöröshagyma
1 dl olaj
3 evőkanál liszt
1,5 liter víz
(ízlés szerint) kb. 2 kávéskanál só
2 kávéskanál vegeta
3 kávéskanál 10%-os ecet (ha töményebb, kevesebb elég)
2 evőkanál cukor
ízlés szerint frissen őrölt bors
fél kávéskanál reszelt szerecsendió
2 dl tejföl
6 tojás
6 szelet szeletelt kenyér (rozs vagy tönköly), pirítva
20 deka reszelt sajt (Pannónia)

Elkészítés:

Összevágom a hagymát 1-2 centis kockákra, és egy fazékban az olajon megdinsztelem: 5 percig nagy lángon kevergetve, utána fedő alatt kislángon még kb. 5 percig sütöm. Ekkor meghintem 3 púpos evőkanál liszttel, gyorsan elkeverem, és 2-3 adagban, közben kever-



getve, felöntöm a vízzel. Megfűszerezem sóval és vegetával. Nagy lángon hagyom felforrni; ha már bugyog, kis lángra teszem, és fél óráig fedő alatt főzöm. Ekkor leveszem a tűzről, és botmixerrel azon mód a fazékban elturmixolom simára. Beleteszem a többi fűszert: ecet, cukor, bors, szerecsendió, tejföl. Újra összeturmixolom, majd nagylángon felforralom. Ha forr, kislángra teszem, és belebuggyantom a tojásokat egészben. Ezután lefedem, és nagyon kis lángon tíz percig hagyom, hogy a tojások megfőjenek. Közben nem szabad kevergetni! ezalatt megteríték, lereszelem a sajtot, és kenyeret pirítok.

Tálalás:

Mély tányérban (ld. kép) tálalom, tálanként 1 tojást kimerve. A leves tetejére frissen pirított szelet kenyeret teszek, melyet meghintek reszelt sajttal.

Háttér:



Ezt egy nagyon egyszerűen elkészíthető és olcsó, ugyanakkor finom leves; nagy családi kedvenc. Lehet kis adagban csinálni, 1-2 főre, de akár 15 fős vendégségre is jó. a fenti "családi" adag 4 főre szól: 2 kisétkűnek 1-1 tojással, 2 nagyobb étvágyúnak 2-2 tojás-

sal. A recept eredete homályba vész, halványan dereng, hogy anyukám (vera mama) hallotta a rádióban jó tizenöt éve. Érdemes sokszor megcsinálni (hiszen nagyon finom), és közben kikísérletezni a cukor-ecet-só arányt, a tejföl mennyiségét: Van, aki pikánsabban, van, aki lágyabban szereti.

BRUSCHETTA

4 személyre

Hozzávalók:

1 szép padlizsán

1 kisebb cukkini (salátának, nem főzeléknek való)

3-4 szem paradicsom, vagy (amikor nincs szezon) 1 olasz paradicsomkonzerv - fóliás paradicsom nem jó!

1 nagy fej vöröshagyma

kb. 1/2 dl olívaolaj

friss fűszerek: bazsalikom, oregano, rozmaring, bors, stb. lehet variálni (pl. pár csepp Worcestershire szósz, petrezselyem)

só

ami muszáj: 4-5 "duci gerezd fokhagyma" (Stahl Judit szakkifejezése)

Elkészítés:

Meghámozom a hagymát, cukkinit, padlizsánt. A hagymát finomra szelem, a padlizsánt és a cukkinit apró (max. 1 cm) kockákra vagdalom. Az olívaolajon megdinsztelem a hagymát, mikor pirulni kezd, rádobom a zöldségeket. Kavargatva nagy lángon pirítom. Hajlamos leragadni! A paradicsomot meghámozom és összeszelem, vagy a konzerv parikat összeszelem (a konzerv leve is kell). 5-6 perc sülés után a zöldségekre öntöm a paradicsomot, és befűszerezem: kevés só, törött bors, oregano stb. zöldfűszerek, végül rápasszírozom a bazi sok fokhagymát. Egyet rottyan, és már zárom is el. Langyostól a hűtőhidegig ehető, pirítóásra kenve ujjnyi vastagon. Legjobb hozzá a barna kenyér, pl. rozs, vagy baguette, vagy bármi. Hűtőben a massa 4-5 napig is eláll (elvi- leg... nekünk sosem tartott ki addig!)

A bruschettához nincs fotó, mert csúnya étel - de annál finomabb!

Háttér:

A bruschetta tulajdonképpen olasz pirítós, finom zöldségekből, fűszerszámokból készült raguval megkenve. Főleg előételnek adják, de könnyű vacsorának is bármikor kiváló. Egyszer ettünk valahol, és akkora sikert aratott, hogy otthon "reprodukáltuk". Azóta is nagy kedvenc, még Ádám is falja! Egészséges, húsnélküli, finom - szóval tuti recept!

Jó étvágyat kíván a Csonka család: Pali (a recept közreadója), Kati, Bori és Ádám

Nagypall, 2006. május 1.

HÚSOS-PARADICSOMOS RAKOTT PADLIZSÁN

Ez volt az első közös étel, még 2001. májusában készült először. Találkozási, könnyű étel.

Hozzávalók:

30 dkg darált hús

2 padlizsán

5 nagyobb paradicsom

olaj (sütéshez)

vaj

fokhagyma (5-6 gerezd, de ízlés szerint több is lehet)

só

petrezselyem.



A darált húst serpenyőben kicsit előfőzzük. A padlizsánt felszeleteljük, besózzuk és állni hagyjuk fél órán át. Ez után a padlizsánszeleteket (nedvességmentesítés után) olajban kisütjük (mindkét oldalán). A paradicsomot vékony szeletekre vágjuk.

A kisült padlizsánszeleteket, a paradicsomszeleteket és a darált húst jénai tálban egymásra rétegezzük, ha elfogyott minden, a tetejére finomra vágott fokhagymát és petrezselymet szórunk. A végén vajdarabkákat teszünk a tetejére.

Ezután 20 perc sütés, és kész.

Könnyű, behűtött, száraz fehérborral javasolt.

Kapás Béla és Juda

TÁRKONYOS PITYÓKA- LEVES "JUDA MÓDRA"

Hozzávalók:



0,5 kg. pityóka (nyers kockára vágva)
vegeta vagy leveskocka
1 kis fej vöröshagyma v. lilahagyma
néhány gerezd fokhagyma
3 tojás
1-2 evőkanálnyi ecetes-sós tárkony
tejföl, bors

A pityókát feltesszük főni vegetával vagy leveskockával és annyi vízzel, hogy kétujjnyira ellepje. Egészben beledobjuk a pucolt fokhagymát, vöröshagymát. Amikor kész, behabarjuk a felvert tojásokkal és hozzáadjuk az apróra metélt tárkonyt. Tálaláskor tejfölt kínálunk hozzá és frissen őrölt borsot.

TEJFÖLBEN SÜLT TÖRPE KAKASMELL

Hozzávalók:

5 db egész kakasmell
1/2 liter házi tejföl
4 fej közepes vörös-, vagy lilahagyma
10 dkg sajt
só, bors, friss rozmaring, kakukkfű
olaj



Végü a szomszédból (tanyán)

5 darab törpe kakast (mielőtt a róka elvinné).

Végü a másik szomszédtól 1/2 liter házi tejfölt.

Az egészben hagyott melleket befűszerezzük, tűzálló tálba tesszük, köré rakjuk a félbe vágott hagymákat és meglocsoljuk olajjal. A tejfölt 1 dl vízzel elkeverjük és ráöntjük a húsrá. Lefóliázva puhára sütjük. Amikor elkészült, reszelt sajtot szórunk rá és még annyi időre visszatesszük a sütőbe, hogy a sajt ráolvadjon, és enyhén megpiruljon.

Rizibizi jól talál hozzá.

GYOPÁROSI HARCSAFILÉ "BARÁT MÓDRA"

Hozzávalók:

1. Harcsafilé személyenként két tenyérnyi szelet
2. Szeletenként egy gerezd fokhagyma
3. Füstölt szalonna
4. Só
5. 1dl száraz fehér bor
6. Zománcos körtepsi
7. Egy stampedli jó minőségű házi pálinka
8. Egy nagy adag jókedv



Elkészítés:

Vedd a jó minőségű stampedli házi pálinkát és jóízűen fogyasztsd el. S ha már a jókedved is megfelelő, a füstölt szalonnát vékony szeletekre vágva irdald be. A halszeleteket szintén be kell irdalni, sózd, majd az apróra vágott fokhagymával dörzsöld be. Eközben



rakjál tüzet és közepes erősségnél, mikor már parázs is izzik, akaszd a zománcos körtepsit föléje. A szalonnát süsd át közepesen, húzd az edény közepére, majd helyezd el köré a halszeleteket és locsold le a borral. Mutass arcoddal nagy-nagy szakértelmet és vidáman mosolyogva,

fütyörészve a halszeleteket óvatosan forgatva sütögesd. Mikor az teljesen kifehéredett, és a szalonna piros ropogós lett, a halszeleteket bőrével az edény alja felé, kicsit pirítsd le, közben a szalonnát egyenletesen oszd szét rajta. Sütési idő kb. tizenöt-húsz perc. Tálalhatod a tűzről levéve közvetlenül a sütőedényben is. Ellenkezőleg, szedd ki óvatosan, hogy a halszeletek ne törjenek össze, bármilyen tálaló edénybe. Megszórhatod tálalás előtt egy csipetnyi piros paprikával. S ha még ez sem volna elég, és időd is engedi, a sült szaftjából, tejföllel, kis tejszínnel és kaporral mártást is készíthetsz hozzá. A köret szabadon választott, de nem feltétlen fontos. Ha nem lennél biztos a sikerben a maradék bor, sőt némi további stampedlik elfogyasztásával, esetleg égi segítségkérés mormolásával javíthatod a helyzeteden.

SZÍVESEN SÜTÖM "BARÁTNÉ MÓDRA"

Hozzávalók:

1. 3 db tojás
2. 15 dkg cukor
3. 12 dkg liszt
4. 1 csomag sütőpor
5. sok-sok ünnep, mint karácsony, húsvét, stb., alkalmából kapott, soha el nem fogyasztott, felgyülemlett csokoládé.
6. tejszín kb. 1 dl
7. keserű kakaópor ízlés szerint (míg étcsokoládéra nem emlékeztet az íz)
8. lekvár
9. színes drazsécukor
10. színes tortareszelék

Elkészítés:

A három tojássárgáját a cukorral, a liszttel elkeverem és ötpercenként egy forró evőkanál vizet, összesen három alkalommal hozzákeverek. A tojásfehérjét kemény habbá verem, beleszórom a sütőport, majd ezt hozzákeverem az előbbieken a 15 percnyi kavarási végeredményéhez. A szív alakú tepsit kivajazom, kilisztezem. A sütit 180 fokra (celsius) hevitem, és benne készre sütöm a tésztát. Közben gőz fölött felolvasztom a csokoládékat,



beleteszem a tejszínt és a kakaóport. Mikor egyenletes folyós mázat kapunk, levesszük a gőzről, s hűlni hagyjuk. A kisült tésztát félbe vágjuk, de nem keresztbe. Beletöltjük a lekvárt, mely jobb esetben saját készítésű (de ez nem feltétel). Mielőtt a csokoládémáz megdermedne, ráöntjük a tésztára. Színes drazsécukorral és színes tortareszeléssel díszítjük. Végül ráhelyezzük a megfelelő számú gyertyát, melynek hölgyek esetében nem feltétlen kell koregyezőséget mutatnia.

ŐZSÜLT, AHOGY NÉMETHÉK SZERETIK...

mindketten vadászok vagyunk

Hozzávalók a pácoláshoz:

- száraz vörösbor
 - sárgarépa
 - fehérrépa
 - vöröshagyma
 - babérlevél
 - szemes bors
 - koriander
 - vadak fűszerkeverék
- „Kotányi”



Elkészítése:

A húst ujjnyi vastag szeletekre vágjuk, fűszerkeverékkel megszórjuk, és a páclébe rétegezzük a következő módon: vörösbor, sárgarépa, fehérrépa, hús, babérlevél, karikára vágott vöröshagyma, és így tovább, amíg a hozzávalók el nem fogynak. (Kb 1 tepsi húshoz 5 dl bor kell a pácléhez, és persze némi víz). A legfelső réteg zöldség legyen. Fóliával letakarva hűtőszekrényben 2-3 napig érleljük.

Sütéskor a tepsi alját bezsírozzuk, rá füstölt szalonnát szeletelünk gazdagon, erre tesszük a húst, rá a zöldségeket, amit a pácoláshoz használtunk, és a tetejét is füstölt szalonna szeletekkel borítjuk be, ráöntjük a páclé egy részét is, hogy ellepje a húst. Fóliával letakarjuk, és kb. 180 C-n puhulásig pároljuk, ez kb. 3 óráig is tarthat. Ezután a fóliát levéve pirosra sütjük, vigyázva, nehogy kiszáradjon.

Áfonyadzemmel és burgonyakrokettel tálaljuk.

SOMLÓI GALUSKA, AHOGY ZSUZSI EGYSZERŰSÍTETTE

Hozzávalók:

- 5 tojásból piskóta
- vaníliakrémhez főzős (!) „Oetker” vaníliapuding
- a csoki öntethez: 200 g étcsokoládé (Szerencsi),
- 6 EK cukor, 2 dl víz, 0,5 dl rum,
- mazsola, durvára darált: dió, mandula, mogyoró
- valódi tejszínhab

Elkészítése:

A mazsolát kevés rumba áztatom, a piskótalapot felkockázom, összekeve-rem a dióval, mandulával, mogyoróval, mazsolával, és ráöntöm az elkészített vaníliapudingot.

A csoki öntetet lassú tűzön vagy gőz fölött úgy készítem el, hogy a csokoládét apróra tördelem, és a cukorral, vízzel, rummal forrásig hevítem állandó keverés mellett.

Tálaláskor a vaníliakrémes piskótát tányérra szedem, megöntözöm a csoki öntettel és tejszínhabot teszek a tetejére.



Lászik Andrásék

VÖRÖSBOROS MARHAPÖRKÖLT "LÁSZIK MÓDRA"

Végy 5 kg szép marhahúst, melynek fele fartő, fele pedig lábszár legyen.

Vágj minél több vöröshagymát, de legalább 5 nagy fejet, és darabold apróra.

A hagymát alapos keverés mellett 2-2,5 dl jó minőségű olajban pirítsd meg lehetőleg bográcsban, majd add hozzá az alaposan megmosott húst, egy nem csípős zöldpaprikát és néhány felvágott paradicsomot vagy két evőkanál paradicsom sűrítményt.



5 dl vízzel öntsd fel, és keverés mellett párold fél óráig.

Ezt követően jöhet az 5 evőkanál paprika, egy evőkanál só, 1-2 kiskanál őrölt bors, egy evőkanál vegeta, egy fej apróra vágott fokhagyma. Mindezt félédes Nagyburgundival öntsd fel, hogy az egészet ellepje.

Főzés három órán át időnkénti gondos keverés mellett forrásig, majd kis lángon, a maradék bort iszogatva. Az elpárologtolt levét csermelypatak vizével pótolod, de csak óvatosan, hogy szép sűrű szaftja legyen. Közben kóstoljuk, izesítjük, gyönyörködünk benne és várjuk, hogy a hús megpuhuljon.

Barátok társaságában savanyúsággal, puha fehérkenyérrel tálaljuk, fogyasztjuk.

ALMÁS PITE "ÁGI MÓDRA"

Először elkészítem az omlós alapot, majd utána a tölteléket.

Hozzávalók:

30dkg liszt

15 dkg margarin (hidegen elmorzsolva)
utána 1,5 dl tejföl,

1 egész tojás

3 evőkanál cukor

pici só

kiskanálnyi sütőpor.



Ezeket jól összedolgozom, épp, hogy összeálljon és ne ragadjon. Ezután lereszelem az almát, és lecukrozva negyed órát pihentetem. A tésztát két részre osztom és kinyújtom. Sütőpapírral bélelt tepsire teszem az első felét, majd kicsit

begrízezem (hogy ne ázzon át), majd ráteszem a kinyomkodott reszelt almát. Őrölt fahéjjal meghintem, és lefedem a másik kinyújtott tésztalappal. A végén megszurkálom villával és közép meleg sütőben világosbarnára sütöm. Ha kihűlt, akkor

felkockázom, és porcukorral meghintem.

PULKAMELL FÜSTÖLT SAJTOS, GOMBÁS BESAMELMÁRTÁSBAN "TAMÁS MÓDRA"

Hozzávalók:

1 kg pulykamell

1 nagy fej hagyma

50 dkg gomba

20 dkg füstölt sajt (reszelve)

0,8 l tej

liszt, olaj, vaj

fűszerek ízlés szerint (só, szerecsendió)



A pulykát apró darabokra vágjuk, és forró olajban kisütjük, majd félre tesszük. Dinsztelt hagymán megpirítjuk a gombát, félre tesszük. Megcsináljuk a besamelt, ízlés szerint szerecsendióval fűszerezve, beletesszük a lereszelt füstölt sajtot, és addig kavargatjuk, amíg szépen el nem oszlik. Hozzáadjuk a már elkészített gombát és pulykát, 10-15 percet együtt rotyogtatjuk őket.



Köretnek krokettet és/vagy rizst ajánlok.

A fenti mennyiség négy nagyon éhes, vagy hat „normál” felnőttnek elegendő.

SAJTOS STANGLI VAGY POGÁCSA

Ennek a receptnek az elkészítése nagyon könnyű, gyors, a gyerekek hathatós közreműködésével sem lehet elrontani, viszont jó móka együtt gyúrni-gyötörni a tésztát. És még nem volt vendég, akinek ne ízlett volna...

Hozzávalók:

25 dkg liszt

25 dkg margarin (egy kocka)

25 dkg túró, juhtúró vagy is-is (nálunk a sok juhtúró, kevés tehéntúró arány jött be leginkább)

só

1 tojássárgája

1 kanál tejföl (ez utóbbi kettő nem is muszáj, de ezekkel azért finomabb)

a tetejére ízlés szerint reszelt sajt vagy köménymag és pirospaprika

A hozzávalókat alaposan összegyúrjuk, úgy, hogy ha már összeállt, még hajtogatjuk kicsit, hogy „réteges” legyen (könnyebb, ha a margarint jóval előtte kivesszük a hűtőből). A végeredmény meglehetősen ragacsos, de így lesz finom, nem szabad „hozzálisztezni”!

Ezután kb. egy órára (de egy egész napig is eláll) betesszük a hűtőbe vagy más hideg helyre, hogy ne legyen olyan ragacsos. (Közben a türelmetlen kuk-tasereg kezét mos és rajzol néhány királylányt.)

Ha letelt az idő, lisztes deszkán ujjnyi vastagra nyújtjuk (ha pogácsa lesz belőle, lehet hüvelykujjnyi, ha stangli, kisujjnyi is elég), pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk, vagy éles késsel rudacskákra szabjuk. Az igényesek, (illetve a gyerekekkel együtt sütők esetében a kötélidegzetűek) egy felvert tojással megkenhetik a tetejét. A végén megszórjuk sajttal vagy köménymaggal és egy kis őrölt pirospaprikával, sütőpapíros (vagy kizsirozott-lisztezett) tepsibe rakjuk, és nagyon forró sütőbe dugjuk. Miután betettük, a hőmérsékletet lejjebb állítjuk (kb. 180 C – 5-ös fokozat), és addig sütjük, amíg szép pogácsaszínű lesz (kb. 15-20 perc).



Ha jó minőségű lisztet és túrókat kapunk, akár két-háromszorosára is megemelkedik!

Ambrus receptjei a barátainak 2

SERPENYŐS/TEPSIS ÉTELEK REGGELIRE, EBÉDRE,
VACSORÁRA. 3

KÁPOSZTÁS RÁNTOTTA 3

SPANYOL TORTILLA 3

SZARDÍNIAFELFÚJT 4

TOJÁSOS BURGONYA 4

KENHETŐ FINOMSÁGOK 5

SOPRONI PECSENYEZSÍR 5

ZAKUSZKA 5

LEVESEK 7

BARNALEVES BAROMFIBÓL 7

BORLEVES 7

CUKORBORSÓ LEVES 8

GYÖTÖRT LEVES 8

SAJTOS BURGONYALEVES 8

SÓSKALEVES VAGY SZÓSZ 9

SZOMBATOS GOMBA-LEVES 9

SZŐLŐLEVES CSIRKÉVEL 9

ZÖLDBORSÓ- VAGY KARALÁBÉ-LEVES 10

EGYTÁLÉTELEK, BOGRÁCSOS ÉTELEK 11

BOGRÁCSOS PÖRKÖLT (CIGÁNYOSAN) 11

HARGITAI SERTÉSBORDA 11

LECSÓ TUPÍROZVA 12

PÖRKÖLTÖS LEBBENC 12

HÚSÉTELEK 13

BORZAS SERTÉSSZELET 13

CSIRKEMÁJ-RAGU 13

CSIRKE TEJBEN-VAJBAN FÜRÖSZTVE 14

MUSTÁROS SERTÉSSZELET 14

”NEM LEHET ABBAHAGYNI” CSIRKE	14
RAKOTT KUKORICÁS CSIRKEMELL	15
RÉSZEGES CSIRKE	15
SZOMBATOS RAKOTT BIRKA	15
VASI PECSENYE	16
<u>KÜLÖNLEGESSÉG</u>	<u>17</u>
RÁNTOTT ÚJHAGYMA	17
<u>BÖJTÖS ÉTELEK</u>	<u>18</u>
BRASSÓI BÖJTÖSEN	18
NAGYBÖJTI RECEPT	18
<u>KÖRETEK</u>	<u>19</u>
SPENÓT TÖBBFÉLE MÓDON	19
TÚRÓKRÉMES FŐTT BURGONYA	20
ZELLERES BURGONYAPÜRÉ	20
<u>SALÁTÁK</u>	<u>21</u>
CSIRKEMELL SALÁTA	21
FÜSTÖLT SAJTOS BURGONYASALÁTA	21
KARFIOLSALÁTA	21
KÓBORLÓ SALÁTA	22
SPENÓTSALÁTA TOJÁSSAL	22
TÉLVÉGI VITAMINSTÓSZ	22
ZÖLDBORSÓ SALÁTA	23
<u>TÉSZTÁK</u>	<u>23</u>
CSÁSZÁRMORZSA – SÓSAN	23
GOMBÁS PALACSINTA	23
HAGYMÁS-SONKÁS BUTYOR	24
PIZZA TÉSZTA ÉS MÁRTÁS	24
SÓSKÁS PALACSINTA	25
<u>DESSZERTEK, VENDÉGVÁRÓ FINOMSÁGOK</u>	<u>26</u>
BEJGLI	26
BIRSALMASAJT	26

BIRSALMASAJT SZELET	27
BÖGRÉS SÜTEMÉNY	27
CSOKOLÁDÉKRÉM – BÁRMI CÉLRA	27
KEKSZ.	28
ÖTPERCES POGÁCSA	28
SZEMFÉNYVESZTŐ SÜTI.	29
VANÍLIÁS KIFLI	29
A barátok receptjei Ambrusnak	30
SAJTTORTA	31
SONKÁS-TORMÁS CSIRKECOMB	32
DÁN HAGYMALEVES.	33
BRUSCHETTA.	34
HÚSOS-PARADICSOMOS RAKOTT PADLIZSÁN	36
TÁRKONYOS PITYÓKA-LEVES "JUDA MÓDRA".	37
TEJFÖLBEN SÜLT TÖRPE KAKASMELL	37
GYOPÁROSI HARCSAFILÉ "BARÁT MÓDRA"	38
SZÍVESEN SÜTÖM "BARÁTNÉ MÓDRA"	39
ÖZSÜLT, AHOGY NÉMETHÉK SZERETIK.	40
SOMLÓI GALUSKA, AHOGY ZSUZSI EGYSZERŰSÍTETTE	41
VÖRÖSBOROS MARHAPÖRKÖLT "LÁSZIK MÓDRA"	42
ALMÁS PITE "ÁGI MÓDRA"	42
PULYKAMELL FÜSTÖLT SAJTOS, GOMBÁS BESAMELMÁRTÁSBAN "TAMÁS MÓDRA"	44
SAJTOS STANGLI VAGY POGÁCSA.	44