A legeltetésnek köszönhetően az állatok nemcsak füvet, hanem olyan gyógy- és fűszernövényeket (pl. kakukkfüvet, kamillát, rozmaringot, mentát) is fogyasztanak, amelyek egészségesek és amelyeket konyhánkban is rendszeresen használunk. Ezek mind a zsírokban raktározódnak el, majd főzéskor-sütéskor felszabadulnak. Ennek köszönheti a szürkemarhahús különleges, vegetális ízét. Korábban a magyar szürke húsával csak elvétve lehetett találkozni az éttermek kínálatában. Manapság egyre több helyen bukkan fel, de még lenne mit tanulnunk róla. Ehhez az egyik legelső lépés, hogy elfogadjuk: a szürkemarhával máshogy kell bánnunk, mint általában a marhahússal...

A szürkemarhát mindenki ismeri, legalábbis, ha az impozáns külsejű állatról, a magyar táj egyik szimbólumáról van szó. Húsáról azonban sokkal kevesebbet tudunk és ritkán használjuk. Kerekes Sándor séf arra vállalkozott, hogy bemutassa e húsféle sokszínűségét. Könyve mindenképpen hiánypótló mű: hatvanhat receptjével – amelyek között éppúgy megtaláljuk a tradicionális magyar ételeket, mint a modern, világkonyha ihlette fogásokat – bebizonyítja, hogy a szürkemarhahús izgalmas, finom és sokféleképpen elkészíthető alapanyag. Legyen szó akár előételről (bélszín carpaccio), levesről (bableves, skót ököruszályleves), főételről (Wellington-bélszín, hagymás rostélyos) vagy divatos hamburgerről (hunburger), a változatos fogások között mindenki talál kedvére valót.
Mivel egy szakácskönyvből még akkor sem maradhatnak ki a desszertek, ha húsról szól, a kötet az édesszájúaknak is tartogat néhány meglepetést.

a GoodFood VILÁGKONYHA ajánlásával

KOSSUTH KIADÓ
www.kossuth.hu
e-mail: kiado@kossuth.hu

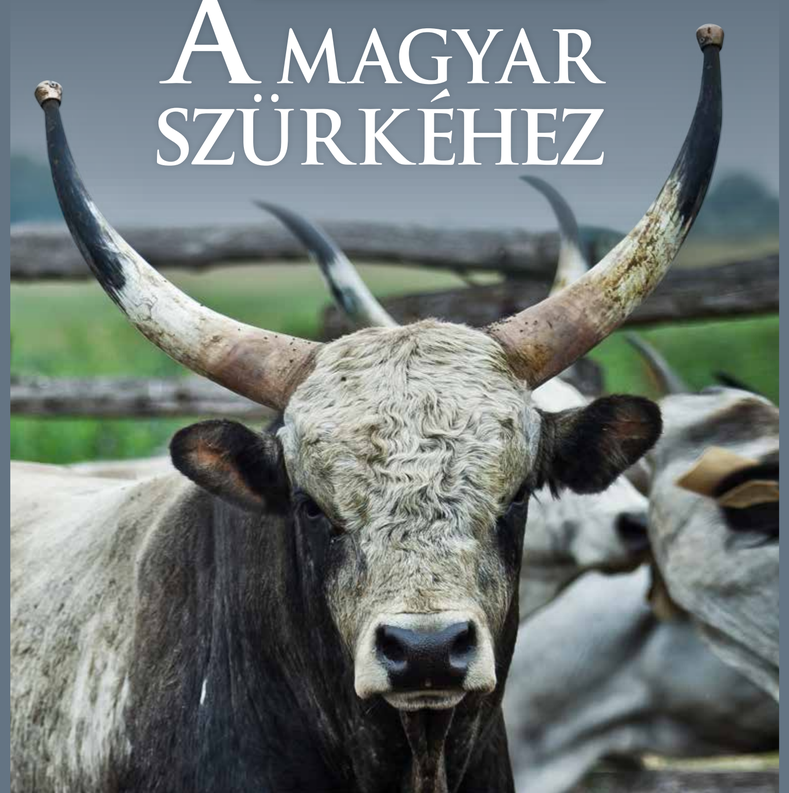
4500 Ft
9 789630 976541

KEREKES SÁNDOR SZAKÁCSKÖNYV A MAGYAR SZÜRKÉHEZ

KEREKES SÁNDOR

SZAKÁCSKÖNYV

A MAGYAR SZÜRKÉHEZ



„A jó magyar (és még véletlenül sem magyaros) gasztronómia híve vagyok. Hiszem, hogy lehet jó hazai alapanyagokból a hagyományokat tisztelve, de az újításokat is befogadva kreatív módon főzni. Nekünk, gasztronómiával foglalkozóknak az is feladatunk, hogy észrevegyük és használjuk a jó minőségű magyar alapanyagokat – ilyen a szürkemarhahús is."

Kerekes Sándor

Szakácskönyv A magyar szürkéhez

Kossuth Kiadó

A kötetet támogatta:
A Magyar Szürke Szarvasmarhát Tenyésztők Egyesülete
(www.szurkemarha.hu)

Darányi Ignác Terv
(NVS 2012–2020)

Európai Unió

Új Magyarország
Vidékfejlesztési Program

17/2012. (II. 29.) VM rendelet alapján

Európai Mezőgazdasági Vidékfejlesztési Alap: a vidéki területekbe beruházó Európa

Előszó

A magyar szürke szarvasmarha vagy magyar szürkemarha a Magyarországon őshonos, törvényileg védett háziállatok egyike. Valódi hungarikum, amely szépségével, szilajságával, őserőt sugalló impozáns megjelenésével Magyarország világszerte ismert jellegzetességeihez tartozik.

Pontos eredetéről a mai napig vitatkoznak a régészek, a történészek és az állattenyésztők. Elképzelhető, hogy honfoglaló eleink hozták magukkal a mai szürkemarha ősét, de van olyan vélemény is, hogy a népvándorlás egy későbbi hullámával, a kunok és a besenyők közvetítésével telepedett meg errefelé. Létezik egy olyan feltételezés is, hogy maga a fajta őshonos a Kárpát-medencében, és az évszázadok során itt nyerte el ma ismert küllemét. Bárhogy is honosodott meg, az biztos, hogy a 14–15. században már rohamosan terjedt. Múltja, történelme évszázadokat ölel fel, értéke pedig felbecsülhetetlen.

Számos történelmi emlék bizonyítja, hogy a mohácsi vész előtt és után is több mint 150 évig voltunk Európa hússzállítói. Legfőbb exportcikkünk a szürkemarha volt, a nyugati városok mészárosai csak ezt a kiváló minőségű húst vásárolták. A német városokban például törvény mondta ki, hogy amikor megérkeznek a magyar gulyák, akkor a mészárszékeken más fajtájú húst kimérni tilos, nehogy a kiváló minőségű és drága szürkemarhahús közé más is keveredjék. A friss vágóáru saját lábán, olykor többezres gulyában érkezett Európa számos pontjára: Bécsbe, Nürnbergbe, Münchenbe, Strasbourgba, Velencébe. Nürnbergben az egykori vágóhíd bejáratánál még ma is áll a magyar szürke szobra, emlékeztetvén a város lakóit arra, hogy ez a fajta mentette meg őket az éhínségtől. Az élénk kereskedelem a 15. századtól a 18. századig tartott. A 17. században éves szinten mintegy 100 ezer marhát szállítottunk Európa-szerte. A szürkemarha-kereskedők, a tőzsérek harmincadvámot fizettek, ami jelentős kincstári bevételnek számított.

A szürkemarha tartása az évszázadok során szorosan összefonódott a vele foglalkozó emberek mindennapjaival, életvitelével, és idővel neki köszönhetően alakult ki a gulyáskultúra, ami sokkal gazdagabb, mint amilyennek manapság ismerjük. A viseletek, a néptánc, a népdalok, a szokások, az ételek, a használati tárgyak ma már mind népművészeti értékek, a magyar kultúra kincsei. Az istállót hírből sem ismerő, szilaj magyar szürkemarhákat „lábon hajtották", terelték legelőről legelőre a gulyások, olykor hatalmas területeket bejárva a pusztában. Itt meg kellett őket védeni a ragadozóktól, s olykor a betyárok támadásaitól is. Akárki nem értett hozzájuk, akárkiből nem lehetett jó gulyás. A marhapásztorok bátor, erős legények voltak, akik jól tudtak bánni a karikás ostorral, és ha kellett, a fokossal is. Máskor több száz vagy akár ezer kilométerre is el kellett őket

hajtani a külföldi vásárokra – ez volt a hajdúk feladata. Ilyenkor bizony a vadállatok, rablók, feudális magáncsapatok és a portyázó labancok támadásaira is fel kellett készülniük a hajtóknak. Nem véletlen, hogy a hajdúk idővel önálló katonai renddé alakultak.

A szürkemarha, ez a nagyszerű állat minden korban megtalálta helyét a mezőgazdaságban. Kezdetben a húsáért tartották, idővel az erejét használták ki igavonóként. A gépesítés korszakában, a 20. század derekán már nem illeszkedett bele a teljesítményorientált mezőgazdasági termelésbe, előtérbe kerültek a jól tejelő szarvasmarhafajták és megkezdődött a fajta keresztezése, emiatt a genetikai állomány veszélybe került. Az 1960-as évek közepére a fajta csaknem kihalt, mindössze kétszáz tehén maradt belőle. Néhány tenyésztő bátorságának és gondos munkájának köszönhetően – a kilátástalannak tűnő helyzet ellenére – sikerült megmenteni a magyar szürkemarhát. Az azóta eltelt időben a fajta erőteljes szaporodásnak indult, egyre több gazda tenyészti hobbiból, látványosságként, de főként húsáért tartják, melynek különlegessége éppen a ridegtartásban rejlik.

A külterjes tartás egyszerűnek tűnő, de valójában nagyon összetett feladat. A gyepek karbantartása fontos része ennek a folyamatnak. Biztosítani kell a szakaszos legeltetést, hogy az állatok mindig friss táplálékhoz jussanak, valamint, hogy a növényzet is meg tudjon újulni. A szürkemarha nemcsak a természettel, de az emberrel is kölcsönhatásban él. Az igazi gulyás egész nyáron kint hál a gulya mellett, és nem csupán az állatok számát, hanem rokonságát is ismeri. A szürkemarha kis igényű fajta, de a szakmai tudáson túl, a törődés, az odafigyelés és a jószág szeretete mind-mind elengedhetetlen része a gulyásmesterségnek.

A magyar szürkemarhát nagyjából az év háromnegyedében legeltetik, emiatt a húsa stabilan jó minőségű, egészséges alapanyag. Egész nyáron a szabadban legel, télen pedig a nyáron lekaszált réti szénát fogyasztja. A Védjegyezett termék-előállításban tilos bármilyen ipari táppal, terméktakarmánnyal etetni, és olyan növényeket sem legelhet, amelyeket műtrágyáztak vagy növényvédő szerrel kezeltek. Az itatást jobb helyeken még ma is gémeskutakból oldják meg, de általában már szivattyúval.

A szürkemarha húsának fogyasztása nem véletlenül éli ma reneszánszát. Amikor elárasztanak bennünket a silány minőségű és olcsó import húsipari termékek, igenis szükség van jó alapanyagra. Legtöbbször követhetetlen úton jutnak el hozzánk az élelmiszereink. Mi, akik figyelünk arra, hogy mit eszünk, szeretnénk tudni, honnan, milyen úton-módon kerül a kosarunkba a hús. Korábban lenézték, manapság már egyre többen jönnek rá a szürkemarhahús valódi értékeire, amelyek közül nem elhanyagolhatóak az egészségtudatos szempontok. Számtalan pozitívuma mellett az első legfontosabb tény, hogy ez a húsfajta teljesen organikus.

A magyar szürke húsa már első pillantásra jól megkülönböztethető a többi marhahústól, hiszen lényegesen sötétebb, állaga pedig szárazabb, rostosabb. Ha kezünkbe veszünk például egy szelet szürkemarha feketepecsenyét, jól látszik a finom márványozottsága. A rostok között kevesebb zsírt (faggyút) tartalmaz, de nagyobb arányban vannak jelen benne a többszörösen telítetlen zsírsavak (omega-3 és omega-6). Ezek fontos szerepet játszanak a szív- és érrendszeri megbetegedések elkerülésében. A szürkemarha húsa jóval kevesebb vizet tartalmaz a többi húsmarha fajtáénál, igazán „sűrű" alapanyag. Főzéskor nagyon kevés vizet ad le, ezért kevésbé esik össze. Jó tudni, hogy vastartalma még a vörös húsok között is kiemelkedően magas.

A legeltetésnek köszönhetően az állatok nemcsak füvet, hanem olyan gyógy- és fűszernövényeket (pl. kakukkfüvet, kamillát, rozmaringot, mentát) is fogyasztanak, amelyek egészségesek, és amelyeket konyhánkban is rendszeresen használunk. Ezen aromák mind a zsírokban raktározódnak el, majd főzéskor-sütéskor felszabadulnak. Ennek köszönheti a szürkemarhahús különleges, vegetális ízét.

Korábban a magyar szürke húsával csak elvétve lehetett találkozni az éttermek kínálatában. Manapság egyre több helyen bukkan fel, de még lenne mit tanulnunk róla. Ehhez az egyik legelső lépés, hogy elfogadjuk: a szürkemarhával máshogy kell bánnunk, mint általában a marhahússal. Bár a belőle készült szalámik, kolbászok, sonkák, kenőmájasok népszerűségéhez kétség sem fér, a nyers hús alapanyaggal egészen más a helyzet. Sokan azért kritizálják, mert túl száraz, túl szikár. Mások egyszerűen nem ismerik, nem tudják, melyik húsrészből milyen ételt lehet igazán finoman elkészíteni. A harmadik akadály pedig talán az, hogy nehezen lépünk túl a gulyás-pörkölt-ragu szentháromságon, nehezen hisszük el, hogy a szürkemarha húsa másra is jó, nemcsak ezekhez a hagyományos és méltán közkedvelt ételekhez. De higgyék el, értő kezekben, a megfelelő konyhatechnológiai eljárásokat alkalmazva ez a hús is megmutatja pompás arcait.

Könyvünkkel az a célunk, hogy egy profi séf és hatvanhat recept segítségével megmutassuk a magyar szürkemarhahúsban rejlő lehetőségeket. Kerekes Sándor nemcsak izgalmas fogásokat mutat be – amelyek között éppúgy megtaláljuk a tradicionális magyar marhahúsos ételeket, mint a mexikói, az olasz, a thai konyha ihlette fogásokat –, hanem számos tippel is segíti azokat, akik még nem elég magabiztosak ezzel a kitűnő húsfajtával.

Jó főzést, jó étvágyat kívánunk!

A szerző:

Kerekes Sándor, séf

Az én családomban szinte mindenki kötődött valamilyen módon az élelmiszeriparhoz, illetve a vendéglátózáshoz. Nagypapám Fleischer Rezső legendás „sertésnagyvágó" hentesáru- és kolbászüzletében volt hentes. Édesanyám szállodai konyhán dolgozott, édesapámnak pedig saját cukrászdája volt a körúton. Az államosítás után keménycukrászattal foglalkozott: többek között nyalókákat, cukorkákat, kókuszcsemegét, nápolyit és téli fagyit készített. Mellette tanultam és szerettem meg ezt a mesterséget, és nem volt kérdés, hogy a nyomdokaiba lépjek.

Miután befejeztem az iskolát, fiatalon megnyertem egy nemzetközi cukrászversenyt. Választhattam: kanadai tanulmányút vagy egy egyéves szerződés egy spanyolországi étterembe. Utóbbi mellett döntöttem. Huszonegy évesen kerültem ki az Ibériai-félszigetre, ahol egy igen befolyásos ember éttermében dolgoztam. A főnököm, akit csak „El Cura" (A pap) néven emlegettek, a királyi család tanácsadója volt, szerte az országban öt éttermet üzemeltetett. A Madridban töltött időszakban reggel hattól délután kettőig a desszertpályán dolgoztam, a műszak végén pedig beálltam sztázsolni a séf mellé. Így szép lassan megtanultam bánni a húsokkal, halakkal, megismertem a tradicionális tengerparti és hegyvidéki spanyol konyhát. A tervezett egy évből majdnem kétszer annyi idő lett, de idővel – bár nagyon jól éreztem magam kint – hazahúzott a szívem.

Visszatérésem után előbb a Flamenco Szállóban, majd a Várkert Casinóban dolgoztam. Érdekes módon a szakmámban jellemző ranglétrát nem jártam végig, nem voltam szakács, azonnal séf lettem. Aztán amikor lehetőségem adódott, megnyitottam saját éttermemet. Pizzéria és salátabár volt, ahol egy személyben voltam üzletvezető és séf. Egyszer beült az étterembe egy csapat ejtőernyős, akikkel szóba elegyedtem. Mindig is tetszett ez az extrém sport, de ekkor határoztam el, hogy kipróbálom. Hamar kiderült, az ejtőernyőzés nemcsak hobbit, de sportot és életformát is jelent számomra. Franciaország nemcsak a gasztronómia hazája, hanem az ejtőernyőzésé is: előbbiért csak egyszer, az utóbbi élmény kedvéért viszont háromszor is jártam ott. Több mint ezer ugrással a hátam mögött, egy súlyos baleset után egy időre felhagytam a veszélyes sporttal. Kilenc hónapig lábadoztam, gyakorlatilag újra meg kellett tanulnom járni. Az újabb fordulópont visszaterelt eredeti hivatásomhoz.

A Várkert Casino séfhelyettese lettem, a Vénhajó nevű étteremben üzletvezető voltam, mellette pedig vittem a saját üzletemet. Időnként érdekes játékot játszottam, hogy kitörjek a pizzéria egyhangúságából. Fellapoztam az álláshirdetéseket és jelentkeztem oda, ahol éppen séfet kerestek. Kíváncsi voltam, bírnám-e még azt a pörgést, benne van-e még a fejemben, a kezemben a tudás, és tudnám-e követni az aktuális trendeket a gasztronómiában. Mindenhol végigcsináltam a próbanapot, de többször már nem mentem be, akkor sem, ha felvettek.

Később az idővel kultikussá vált Gold Bisztróban dolgoztam. Meghatározó helye lett pályámnak, nagyon szerettem, mert főnökömtől, Szentesi Józseftől rengeteget tanulhattam a borokról, sok borvacsora menüjét állítottam össze, miközben kiélhettem a kreativitásomat és szabad kezet kaptam. Ezután következett az Almárium Bisztró, szintén fontos állomás a karrieremben. Jelenleg szabadúszóként dolgozom, amibe belefér, hogy közreműködjek egy új, magyar étterem elindításánál Albániában, vagy szakmai tanácsadó legyek egy hazai étteremnél.

A jó magyar (és még véletlenül sem magyaros) gasztronómia híve vagyok. Hiszem, hogy lehet jó hazai alapanyagokból a hagyományokat tisztelve, de az újításokat is befogadva kreatív módon főzni. A magyar konyhának a maga útját kell járnia, mert – bár jönnek-mennek a hatások, amelyek alól nem vonhatjuk ki magunkat, és nem is kell – van olyan karakteres és érdekes, mint bármely más nemzet konyhája.

A szürkemarha
magyar bontása

1. marhapofa és nyak

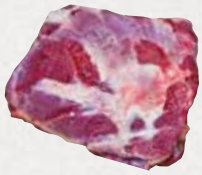
marhapofa

csontos nyak

gulyáshús

csontozott nyak

2. tarja



tarja

3. lapocka

stefánia

spitz

lapocka

4. szegy

vastagszegy

vékonyszegy

5. lábszár

lábszár csont nélkül

osso bucco

gulyáshús

velős csont

6. ROSTÉLYOS

rostélyos
csont nélkül

rostélyos
csonttal

húsos csont

7. OLDALAS

csontos oldalas

göngyölt
oldalas

csont nélküli
oldalas

8. HÁTSZÍN

csontos hátszín,
vesepecsenye
(T-bone)

csontozott
hátszín

9. VESEPECSENYE

marha bélszín vagy
vesepecsenye más néven

marha bélszín
szeletekben és darálva

10. PUHAHÁTSZÍN

puhahátszín

11. MARHAFAROK

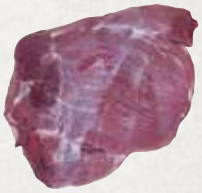
farok

12. COMB

keresztfartő

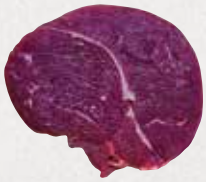
fartőhegy

hosszú fartő
vagy feketepecsenye

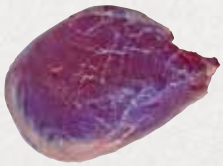


hosszú felsál

fehérpecsenye



gömbölyű
felsálszelet



gömbölyű felsál

gömbölyű felsálrész

Eredetvédelem

Ahhoz, hogy biztosak legyünk a hús kiváló minőségében, ismernünk kell annak eredetét. A Magyar Szürke Szarvasmarhát Tenyésztők Egyesülete által működtetett eredetvédelmi rendszer végigkíséri az összes, szürkemarha megnevezésű terméket a tenyésztőtől egészen a fogyasztó asztaláig.

Kiemelt szempont, hogy a szürkemarha húsát mind a mai napig előszeretettel hamisítják. Egy pörkölt elfogyasztása után az asztaltól felállva, könnyedén csalódhatunk, ha az ígért íz vagy élmény azért marad el, mert valójában nem a szürkemarha húsából ismertük meg a magyar szürkemarhahúst. Fontos, hogy vásárláskor keressük a tanúsító védjegyeket! A szürkemarha tanúsítása minden esetben a hitelesített törzskönyvre alapozott. Ebből következik, hogy a tanúsítvány már a vásárlás helyszínén tájékoztat a hús fontosabb adatairól. Ráadásul a tanúsítvány a jogos használatot is szavatolja, nyomon követi a hús teljes útját a tenyésztéstől a fogyasztó asztaláig. A tanúsítvány kivonata, mely lekérhető a helyszínen egy SMS-sel, segít a hús korának és az állat ivarának ismeretében, a megfelelő recept kiválasztásában is.

Fogalomtár

Korábban marhahúsból főleg tokányt, pörköltet vagy levest főztek. A hosszú ideig tartó főzéssel-párolással biztosra mentek, hiszen a hús valóban puha lett. A baj csak az volt, hogy az ízek elvesztek belőle. Ahhoz, hogy a szürkemarhából valóban változatos és finom ételeket tegyünk az asztalra, fontos, hogy a megfelelő technológiát alkalmazzuk. Nemcsak azt kell tudnunk, melyik húsrész melyik ételhez a legjobb, de azt is, melyik húsból hogyan tudjuk kihozni a legjobbat. Rövid fogalomtárunk azokat a sütés-főzés során használt eljárásokat ismerteti, amelyekre szükségünk lehet, ha szürkemarhahússal dolgozunk.
(Az egyes módszerek leírását az egyszerűség kedvéért a receptek mellett is megadjuk.)

Abálás

Az abálás tulajdonképpen vízben puhítás. A víz hőmérséklete nem lehet 80–85 foknál magasabb (tehát végig forráspont alatt marad). Általában a vörös húsokat, a hurkákhoz és a disznósajthoz használt húsféléket szoktuk abálni, de így készítjük el a belsőségeket is. Az abálólébe rendszerint babérlevelet, sót és egész borsot és vöröshagymát teszünk.

Blansírozás

A blansírozás főleg zöldség- és gyümölcsfélék előfőzésénél vagy tartósításánál használt eljárás: az alapanyagot néhány percre bő, forró vízbe tesszük, majd jéghideg víz alatt azonnal kihűtjük. Blansírozással megőrződnek a zöldségek és gyümölcsök igazi ízei, ropogósak lesznek, és a színük is szép élénk marad. (Ha néhány csepp citromlevet is facsarunk a vízbe, akkor még jobban megtartja a színét.)

Demi glace (dömiglász)

Eredetileg csontból, húsdarabokból, lepirított zöldségekből fűszerekkel készült alapmártás, amit a végén madeiraborral ízesítettek. Később az alapmártásból különböző barnamártásokat készítettek.

Glasszírozás (fényezés)

A tálalás előtt a sülteket a saját pecsenyelevükkel vagy demi glace-szal átkenjük (vagy ahogy a szakzsargon mondja „behúzzuk"), amitől fényesebb lesz a felületük. Ez a koncentrált íz- és kollagénbevonat visszaadja a hús karakterét és a sütés során elveszített nedvességtartalmát.

Jus (zsü)

Úgy kapjuk, hogy a hús sütésekor vagy a konfitáláskor keletkezett zsiradékot leszedjük és az alján megmaradt kollagénes sűrű anyagot forraljuk be. Nemcsak mártásként használhatjuk, de a fényezéshez (glasszírozás) is.

Konfitálás

A konfitálás a húsok bő zsiradékban, alacsony hőfokon történő lassú sütését jelenti. Ez a régi konyhai eljárás eredetileg tartósításra szolgált (a francia 'confire' szó erre utal). A konfitálás során a húsokat ellepő zsíradék „elzárja" a külső levegőt, ezért nem száradnak ki. Megőrzik szaftosságukat, omlósak és puhák maradnak, és az ízük is gazdagabb lesz. A konfitáláshoz használt zsiradék lehet kacsa, liba vagy sertészsír, vagy akár olívaolaj is. A magasabb rosttartalmú, erősebb textúrájú húsokhoz jó ez a konyhatechnológiai eljárás.

Marhaalaplé

Marhaalaplevet csak nagy mennyiségben érdemes készíteni. Lefagyasztható, és rengeteg ételhez felhasználható, akár sültekről, levesekről vagy rizottóról van szó. Jó, húsos csontból az igazi (pl. bordacsont, combcsont és más magas kollagéntartalmú csontok). A csontot először érdemes sütőben lepirítani, és csak ezután elkezdeni a főzést. Egy kiló csonthoz 3 liter hideg vizet adjunk. Fontos, hogy nagyon lassan, gyöngyözve főzzük. Ha egyszer felforrt, adjuk hozzá a zöldségeket: hagymát, sárgarépát, fehérrépát, zellert, karalábét, édesköményt, petrezselymet, kakukkfüvet, egész borsot és sót. Főzzük tovább gyöngyözve, nagyon lassan, legalább öt órán át. Ha megfőtt, szűrjük át nedves, tiszta konyharuhán. Hűtőben 3-4 napig eláll, lefagyasztva kis adagokban pedig több hónapig is felhasználható.

Tartalom

1. marhapofa és nyak

16 Marhahúsos bagett
18 Olajbogyós ragu szárított paradicsommal és kecskecamembert-rel
20 Konfitált marhanyak zöldborsós gnocchival
22 Marhapofa zöldséges krémmártással, szalvétással
24 Glasszírozott marhapofa kelkáposzta-főzelékkel

2. tarja

32 Gulyásreggeli
34 Kolbászos-cukkinis muffin
36 Darált húsos rakott padlizsán
38 Töltött káposzta

3. lapocka

40 Sonkás burgonyatortilla
42 Bükki rakottas almával, kakukkfüves sajttal
44 Lasagne
46 Göngyölt lapocka finomfőzelékkel

4. szegy

50 Tárkonyos raguleves
52 Bableves füstölt nyelvvel és marhahússal
54 Húsgolyók pirított mandulával (al bondigas)
56 Pásztorpite

5. lábszár

58 Zöldséges gulyás
60 Marhapörkölt pásztortűzzel
62 Osso bucco fokhagymás-tejszínes vajbabfőzelékkel

6. rostélyos

66 Konfitált marharostélyos tejfölös meggymártással, vajas burgonyával
68 Hirtelen sült rostélyos vajban sült zöldségekkel
70 Hagymás rostélyos

7. oldalas

72 Pörgelepény
74 Lucskos káposzta csomborral, kaporral, nyelvvel
76 Baconnel göngyölt oldalas kovászolt spárgás gerslirizottóval
78 Körtecideres oldalas kakukkfüves mézes céklával

8. hátszín

82 Hátszínsonka epres bodzasalátával
84 Langallo csípős szalámival és hátszínsonkával
86 Hideg sült kecskegomolyás salátával
88 Marhahúsos pirított zöldséges thai tészta
90 Hentesragu kecskesajtos puliszkával

92 Lapos hátszínszelet rizses lecsóval
94 Lassan sült hátszín grillezett zöldségekkel

9. VESEPECSENYE

98 Bélszín carpaccio bébispenót-salátával, fenyőmaggal
100 Kakukkfüves tatár balzsamecetes lila hagymával
102 Meleg bélszínsaláta mézes-mustáros dresszinggel
104 Bélszínfasírt kapros újtökfőzelékkel
106 Fűszeres morzsában sült bélszín petrezselymes újburgonyával és dijoni majonézzel
108 Bélszínérme baconszalonnával, zöldspárgarizottóval, spárgapárlattal
110 Mézes borskéregben sült bélszín Cumberland-mártással, burgonyakrokettel
112 Steak kakukkfüves sajtmártással, vargányával és knédlivel
114 Wellington-bélszín grillezett zöldségekkel

10. PUHAHÁTSZÍN

120 Hortobágyi „kilenclyukú" palacsinta sültpaprika-mártással
122 Paradicsomos hagymás bab (Chili con carne)
124 Hunburger
126 Töltött paprika gyömbéres-joghurtos rizspiláffal

11. MARHAFAROK

128 Skót ököruszályleves aszalt szilvával

12. COMB

132 Combsonka áfonyás-kecskesajtos rukkolával
134 Sonkás-kecskesajtos bundás kenyér
136 Tányérhús (Tafelspitz)
138 Gyömbéres kocsonya
140 Csomboros cika káposzta
142 Lassan sült felsál szárított vargányás fordított burgonyával
144 Marhafartő sáfrányos-vaníliás körtével, parázsburgonyával

13. BELSŐSÉG

148 Májpástétom
150 Serpenyős marhamáj spenótos forgatott tésztával
152 Paradicsomos pacalleves
154 Rántott pacal remulád mártással
156 Rebarbarás szalontüdő krumpligombóccal

14. DESSZERT

160 Citromposset
162 Csokoládés-kókuszos linzerszarvacskák
164 Marhaszarv málnás tejszínnel
166 Borjúkötél
170 Ökörszem (köttes lapótya)
172 Téli fagyi

Marhahúsos bagett

Kiváló módja annak, hogy a hátszínsültet vagy a konfitált marhasültet hidegen is felhasználjuk. Akár egy teljes ebédnek is megfelel: tartalmas, ízletes, férfias. A legjobb, ha mi magunk sütjük hozzá a bagettet, de lustábbak a boltban is megvehetik.

Hozzávalók
4 személyre

A bagetthez:

50 dkg liszt
3 dl tej
1 dkg élesztő
1 dkg só
0,5 dl olívaolaj

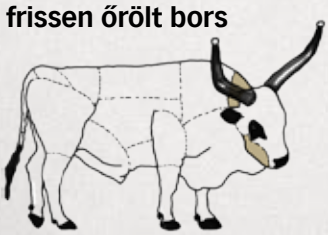
A töltelékhez szendvicsenként:

30 dkg konfitált szürkemarhanyak (lásd 18. oldal)
fél fej vöröshagyma
6 szem egész bors
zsír (amennyi ellepi)
1 babérlevél
1 paradicsom karikára vágva
1 lila hagyma karikára vágva
3-4 salátalevél
5 vízitormacsíra
chiliszósz ízlés szerint
csípős zöldpaprika ízlés szerint

A dijoni majonézhez:

méz
dijoni mustár (magos és sima)
majonéz

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

Keverjük ki a dijoni majonézt: 2 ek. majonézhez adjunk 1-1 tk. magos és sima dijoni mustárt és ízlés szerint mézet. A frissen sütött bagettet vágjuk ketté, kenjük meg dijoni majonézzel, pakoljuk meg salátalevelekkel, paradicsommal, lila hagymával és csípős paprikával. Vágjuk vékony csíkokra a marhasültet és bőven pakoljuk meg vele a szendvicset. A végén locsoljuk meg chiliszósszal.

Tipp:

A bagett készítése

1. A tejet futtassuk fel az élesztővel.
2. Az átszitált liszthez adjuk hozzá a langyos élesztős tejet, és sóval, valamint fél dl olíva-olajjal gyúrjuk össze.
3. Kelesszük egy órán át, közben egyszer mozgassuk át a tésztát.
4. Felezzük el a mennyiséget, 2 darab bagettet formázzunk belőle, a tetejüket ferdén vágjuk be 3-4 centiméterenként.
5. Kelesszük további 10–15 percig.
6. Kezdjük a sütést 230 fokon, úgy, hogy egy pohárban tegyünk vizet a sütőbe (az így keletkező pára miatt ugyanis magasabb és könnyebb lesz a tészta). 12 perc után vegyük le 180 fokra a sütő hőmérsékletét és süssük további 10 percig.

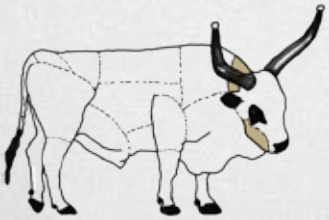
Olajbogyós ragu
szárított paradicsommal és kecskecamembert-rel

Villámgyorsan elkészíthető egyszerű fogás, amellyel egy kis szicíliai hangulatot csempészhetünk a konyhába.

Hozzávalók
4 személyre

60 dkg marhanyak
fél fej vöröshagyma
6 szem egész bors
1 babérlevél
annyi zsiradék, amennyi a húst a tepsiben ellepi
10 dkg füstölt szalonna
40 dkg újburgonya (vagy 60 dkg régi burgonya)
10 dkg szárított paradicsom
10 dkg fekete vagy zöld olajbogyó
10 dkg kecskecamembert
1 csomó újhagyma
2 rozmaringág letépkedett levelei

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. ***Konfitáljuk*** a marhanyakat: tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi zsírral, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük".
2. Egy serpenyőben pirítsuk le a füstölt szalonnát, dobjuk rá a megmosott újburgonyát, a karikára vágott újhagymát és az apróra vágott szárított paradicsomot.
3. Néhány perc elteltével tegyük bele a fekete olajbogyót, a rozmaringleveleket és a kockára vágott konfitált marhahúst. Sózzuk, borsozzuk.
4. Forgassuk össze alaposan, majd tegyük bele a kockára vágott kecskecamembert-t. Addig süssük, amíg a sajt elolvad benne.

Tipp:
Camembert helyett akár 5 dkg parmezánnal is elkészíthetjük.

Konfitált marhanyak
zöldborsós gnocchival

Ez az étel az első tavaszi cukorborsóból a legfinomabb. Ha öregebb fejtett borsóból főzzük meg, akkor ízesíthetjük egy csipetnyi barna cukorral.

Hozzávalók
4 személyre

A konfitált marhanyakhoz:

60 dkg marhanyak
annyi zsiradék, amennyi a húst a tepsiben ellepi
1 babérlevél
fél fej vöröshagyma
5-6 szem egész bors

A zöldborsópüréhez:

50 dkg zöldborsó
5 dkg vaj
1 fej vöröshagyma
marhaalaplé
1 dl fehérbor
1 csokor petrezselyem

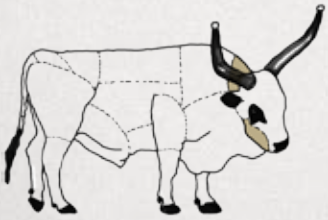
A gnocchihoz:

1 kg burgonya
30 dkg liszt
1 tojás
kevés vaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. ***Konfitáljuk*** a marhanyakat: tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi kacsa- vagy libazsírral, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük".
2. Sós vízben főzzük meg a megtisztított, kockára vágott burgonyát, szűrjük le. Ha kihűlt, krumplinyomón törjük át. Keverjük hozzá a lisztet, a tojást és egy csipet sót. Olyan tésztát kapunk, mint a nudli. Bő, lobogó sós vízben főzzük meg. Serpenyőben, kevés olvasztott vajon pirítsuk le.
3. Kevés vajon dinszteljük meg a finomra vágott hagymát, adjuk hozzá a zöldborsót. Öntsük fel 1-1 dl alaplével és fehérborral és várjuk meg, amíg elfő. Ennyi idő alatt megpuhul a zsenge zöldborsó. Szórjuk meg friss petrezselyemzölddel. Botmixerrel pürésítsük, ha kell, passzírozzuk át. Egy kis alaplével hígíthatjuk, hogy tökéletes tejfölsűrűségű legyen.



Tipp:
A konfitálás nem bonyolult eljárás, de kétségkívül időigényes. Legjobb, ha rászánunk egy teljes éjszakát.

Marhapofa
zöldséges krémmártással, szalvétással

A szalvétás onnan kapta a nevét, hogy régen ezt a köretet konyharuhába tekerve, jó szorosan megkötve főzték ki.

Hozzávalók 4 személyre

A marhapofához:

marhapofa
fél fej vöröshagyma
6 szem egész bors
annyi zsiradék, amennyi a húst a tepsiben ellepi
1 babérlevél

A zöldséges mártáshoz:

2 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
fél zellergumó
2 ek. cukor
1 fej vöröshagyma
fél csokor zellerzöld
fél csokor petrezselyem
4 kakukkfűág
3 gerezd fokhagyma
1 dl *marhaalaplé*
fél citrom leve
2 dl víz
2 ek. dijoni mustár
fél csomborág (vagy egy kk. szárított borsikafű)

A szalvétáshoz:

25 dkg kenyérkocka
tej
2 tojás
5 ek. sertés- vagy libazsír
1 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
2 majoránnaág
fél csokor petrezselyem
frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. ***Konfitáljuk*** a marhapofát: tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi zsiradékkal, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük".
2. Kevés olajon karamellizáljuk a cukrot, majd adjuk hozzá a hagymát. Amikor a hagyma már üveges, tegyük bele a karikára vágott zöldségeket, a fokhagymát, a zellerzöldet, a petrezselymet, a kakukkfű leveleit és a csombort. Öntsük fel alaplével, sózzuk, borsozzuk, tegyük bele a babérlevelet, ízesítsük mustárral. Kezdjük el főzni, közben – amikor a víz elfőtt róla – mindig pótoljuk a folyadékot kevés alaplével vagy vízzel. Főzzük jó sűrűre. Ha kész, botmixerrel pürésítsük.
3. A szalvétáshoz pirítsuk meg sütőben a kenyérkockát, majd vegyük ki és tegyük félre. A nagyon apróra vágott hagymát pirítsuk le kevés olajon, adjuk a zsírral együtt a kenyérkockához. Keverjük össze a tojásokkal, sóval, borssal, zúzott fokhagymával, apróra vágott petrezselyemmel, majoránnával és annyi meleg tejjel, hogy formázni tudjuk.
4. Készítsünk belőle rudakat, tekerjük folpackba, majd jó szorosan alufóliába. Gyöngyöző vízben főzzük ki, és ha kész, vágjunk belőle szeleteket.

Glasszírozott marhapofa
kelkáposzta-főzelékkel

Sokak nagy kedvence a marhapofa, mert porhanyós, ízletes húsrész. Mellesleg különleges is, hiszen egy jól megtermett szürkemarhából összesen mintegy 2 × 40 dekás pofahúst kaphatunk.

Hozzávalók
4 személyre

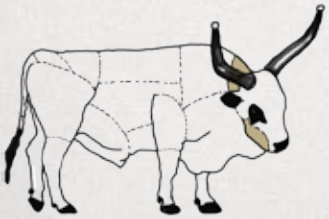
A glasszírozott marhapofához:

2 db marhapofa
2 dl vörösbor
2 rozmaringág
annyi olvasztott kacsa- vagy libazsír, hogy a húst a tepsiben ellepje
1 babérlevél
fél fej vöröshagyma
5-6 szem egész bors

A kelkáposzta-főzelékhez:

egy nagyobb kelkáposzta fele
3 ek. olaj
3-4 dl *marhaalaplé*
1 kk. őrölt köménymag
1 gerezd fokhagyma
20 dkg kockára vágott burgonya
2 dl tejszín

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A marhapofát serpenyőben, kevés olajon, minden oldalon süssük körbe. ***Konfitáljuk:*** tegyük egy kisebb tepsibe, rakjuk mellé az egész borsot, a babérlevelet, a vöröshagymát, a rozmaringágat és öntsük le az olvasztott zsírral. Tegyük 80 fokos sütőbe egy éjszakára (kb. 10-12 órára).
2. A ***glasszírozáshoz*** készítsük el a ***demi glace-t:*** a konfitálásból visszamaradt zsírt szűrjük le. Az alján összegyűlő kollagénes ízanyagot a vörösborral, sóval, borssal, egy rozmaringággal forraljuk be.
3. Tegyük bele a marhapofát és forralás közben locsolgatva addig készítsük, amíg üvegszerűen fényes bevonatot kap a hús.
4. Sós vízben főzzük meg a kockára vágott burgonyát. Szűrjük le és tegyük félre.
5. Vágjuk csíkokra a megmosott kelkáposztát, és kevés olajon pirítsuk le (figyeljünk rá, hogy tényleg kapjon egy kis színt). Szórjunk hozzá fél fej finomra vágott hagymát, pirítsuk tovább együtt, öntsük fel annyi alaplével, amennyi éppen csak ellepi. Sózzuk, borsozzuk, adjunk hozzá 1 gerezd zúzott fokhagymát, szórjuk meg őrölt köménymaggal és végül adjuk hozzá a kockára vágott főtt burgonyát. Végül tejszínnel forraljuk addig, amíg sűrű főzelék állaga lesz.

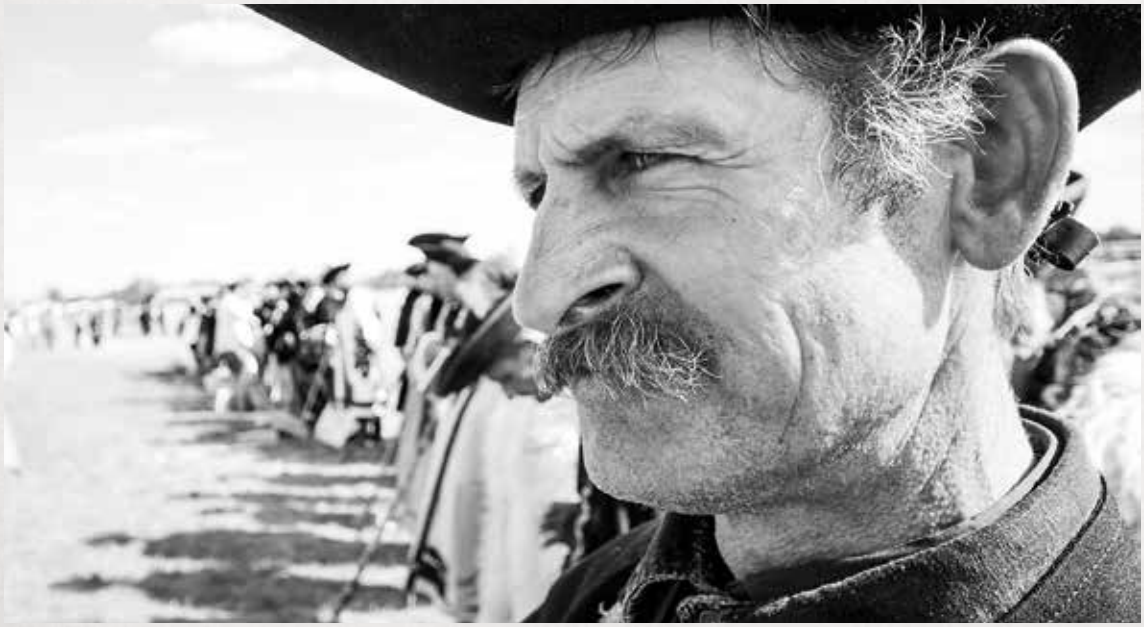
Tipp:

Ha a konfitáláshoz használt zsiradékot hűtőbe tesszük, sokáig eláll. Erre a célra máskor is használhatjuk.

Gulyásverseny és Pásztortalálkozó 2013

Gulyásverseny és Pásztortalálkozó 2013

Gulyásverseny és Pásztortalálkozó 2013



Gulyásreggeli

Amolyan férfiasan tökéletes villásreggeli. Ha biztosra akarunk menni, süssük meg: azonnal elűzi a másnaposságot.

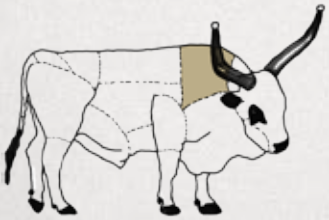
Hozzávalók
4 személyre

10 dkg szürkemarha-szalámi
5 dkg füstölt szalonna
5 dkg szürkemarhasonka
12 db tojás
20 dkg főtt újburgonya
1 kápia paprika
4 szál újhagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

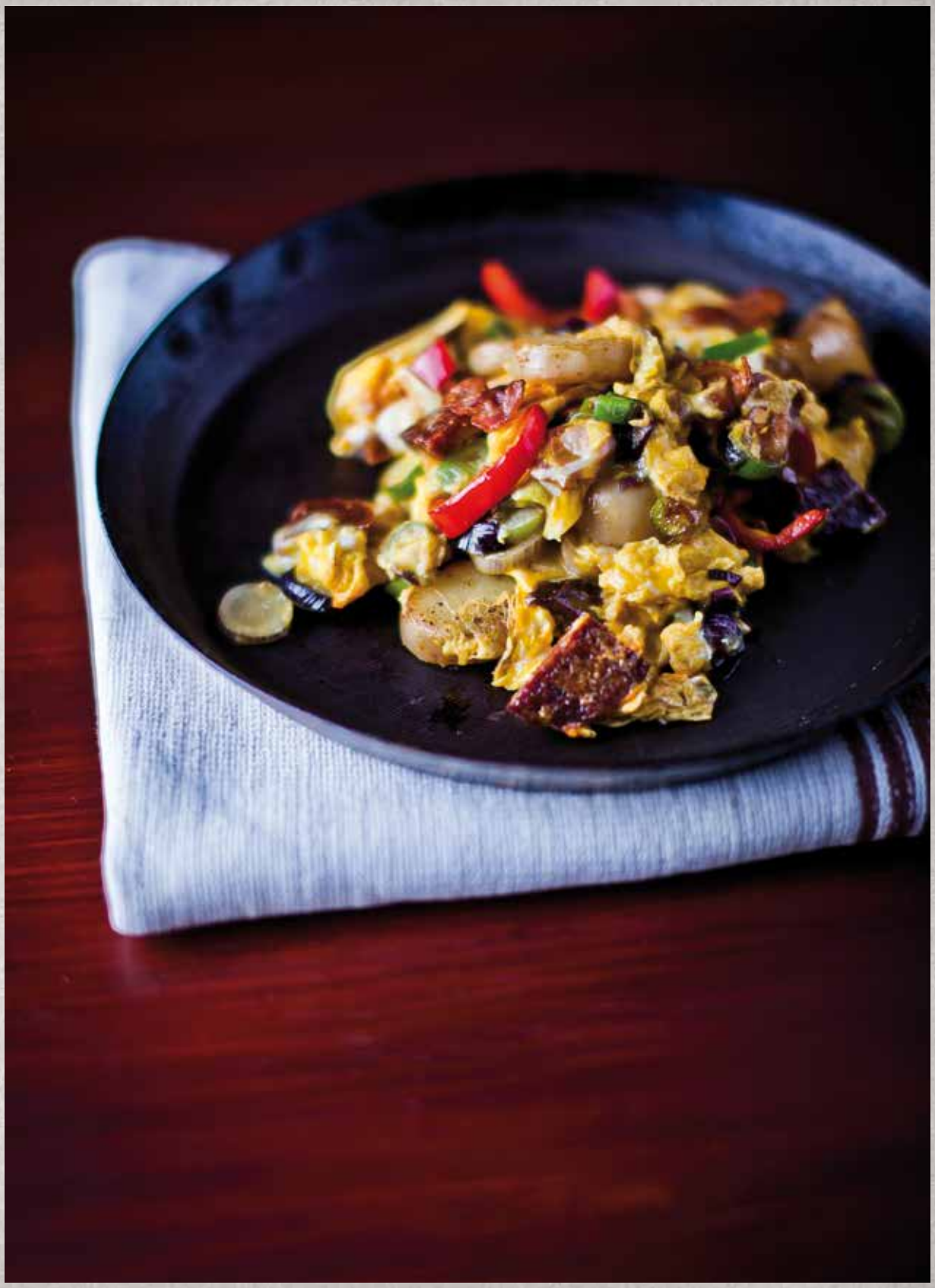
Elkészítés

1. Serpenyőben olvasszuk ki a szalonna zsírját, pirítsuk meg rajta az újhagymát. Dobjuk rá a csíkokra vágott kápiát, a karikára vágott főtt újburgonyát és a felszeletelt sonkát és szalámit.
2. Egy tálban verjük fel a 12 db tojást, sózzuk, borsozzuk.
3. Öntsük a serpenyőbe és süssük készre.



Tipp:

Ha azt akarjuk, hogy a rántottánk ne legyen túl száraz, akkor húzzuk le a tűzről, amikor még a tojásban itt-ott látszanak nyers részek. A serpenyő melege majd „befejezi" a sütést.



Kolbászos-cukkinis muffin

Könnyű reggelinek, salátával egy egyszerű ebédnek, vagy vendégváró sós falatoknak, jéghideg sör vagy fröccs mellé egyaránt kiváló. Az elkészítése tényleg annyira egyszerű, ahogy az a leírásból látszik. Tíz perc alatt összedobhatjuk, de vigyázzunk, legalább ilyen gyorsan el is fogyhat!

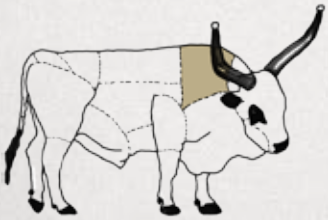
Hozzávalók
12 darabhoz

10 dkg szürkemarhakolbász vagy -szalámi (csípős vagy csemege)
10 dkg cukkini, apróra vágva
25 dkg liszt
1 zacskó sütőpor
5 dkg lila hagyma, finomra vágva
vaj a kenéshez
1 dl olívaolaj
1,8 dl tej
½ kápia paprika, apróra vágva
2 egész tojás
egy-egy ¼ szelet baconszalonna a muffinok tetejére

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Mérjük ki a hozzávalókat és egy tálban keverjünk össze mindent.
2. Kenjük ki a muffinformát vajjal és a kész tésztát öntsük bele.
3. Előmelegített sütőben 180 fokon 30–35 percig süssük.



Tipp:
Felesleges papírt használnunk, ha jól kikenjük vajjal a muffinformát, tökéletesen megsül benne a tészta.

Darált húsos rakott padlizsán

Íme a bizonyíték, hogy a legegyszerűbb rakott étel is lehet fantáziadús, ízletes fogás. A görög muszaka ihlette egytálétellel egy nagy vendégsereget is jóllakathatunk.

Hozzávalók

4 személyre

2 darab nagyobb padlizsán
4 egész burgonya

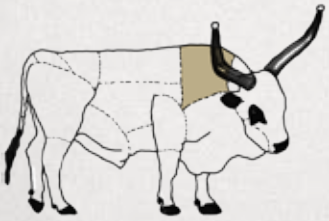
A raguhoz:

50 dkg darált hús (tarja)
1 fej vöröshagyma
4 nagy paradicsom (vagy egy konzerv darabolt paradicsom)
3 gerezd fokhagyma
olívaolaj
3 dl vörösbor
őrölt római kömény és koriander
őrölt fahéj
2-3 babérlevél
2 kakukkfűág
egy 2 cm-es gyömbérdarab

A besamelhez:

10 dkg vaj
7 dl tej
3 ek. liszt
reszelt sajt a tetejére

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. Vágjuk 1 cm vastag karikákra a padlizsánt, fektessük tepsire, sózzuk, borsozzuk és 180 fokos sütőben 8 percig süssük. Vegyük ki, tegyük félre.
2. Főzzük meg a burgonyát sós vízben, hűtsük le és vágjuk karikára.
3. Olívaolajon dinszteljük meg a hagymát, adjuk hozzá a darált húst, a kockára vágott paradicsomot, sózzuk, borsozzuk. Ha a hús kifehéredett, öntsük fel vörösborral, fűszerezzük római köménnyel, őrölt korianderrel, fahéjjal, babérlevéllel, kakukkfűvel és reszelt gyömbérrel. Addig rotyogtassuk (kb. 40 perc), amíg jó sűrűre fő.
4. Olvasszuk meg a vajat, szórjuk rá a lisztet, pirítsuk egy percig, majd öntsük fel 3 dl tejjel és várjuk meg, hogy elforrjon. Utána adjuk hozzá a maradék tejet, sózzuk, borsozzuk, ízesítsük zúzott fokhagymával és főzzük tejfölsűrűségűre.
5. Rétegezzük a muszakát az alábbi sorrendben: a tepsi aljába egy réteg besamel, rá padlizsán – majd krumpliréteg, utána a darált húsos ragu és újabb réteg besamel következik. Folytassuk így egészen addig, amíg a tetejére az utolsó réteg padlizsán és besamel kerül, végül szórjuk meg reszelt sajttal. 180 fokos sütőben süssük készre 25 perc alatt.

Tipp:

Bármilyen tökfélével (tök, patisszon, cukkini) megsüthetjük, de ezeket nem szükséges úgy előkészíteni, mint a padlizsánt.

Töltött káposzta

Van amin nem érdemes változtatni: a klasszikus töltött káposzta ilyen fogás. Szürkemarhahúsból a legfinomabb.

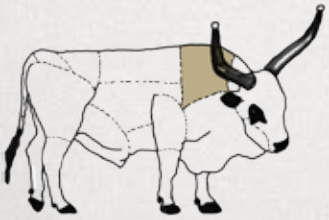
Hozzávalók
4 személyre

40 dkg darált hús (tarja)
15 dkg főtt rizs
4 db zsályalevél, aprítva
1 db zöldpaprika
1 db paradicsom
8 db savanyúkáposzta-levél
50 dkg savanyú káposzta
1 tk. szárított majoránna
1 tk. szárított borsikafű
10 dkg füstölt szalonna
2 db babérlevél
1 gerezd fokhagyma
1 csapott ek. pirospaprika
csípős paprika (ízlés szerint)

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Főzzük meg a rizst. Serpenyőben kevés olajon pirítsuk le a hagymát, tegyük félre, hogy kihűljön.
2. Dolgozzuk össze a darált húst a főtt rizzsel, az apró kockára vágott szalonnával, a lepirított hagymával, zsályával, sóval, borssal, majoránnával, borsikafűvel, majd a keveréket töltsük be a káposztalevelekbe.
3. Egy nagy lábosban süssük zsírjára a füstölt szalonnát, pirítsuk meg rajta a hagymát, adjuk hozzá a kockára vágott paprikát és paradicsomot, szórjuk meg pirospaprikával. Öntsük fel vízzel, tegyük bele a babérlevelet, a zúzott fokhagymát és a csípős paprikát.
4. Tegyünk bele egy réteg savanyú káposztát, majd rakjuk rá a betöltött káposztaleveleket és egy újabb adag savanyú káposztával zárjuk le.
5. Fedő alatt, lassú tűzön másfél órán át főzzük, amíg a káposzta megpuhul.



Tipp:
Ízletesebb és különlegesebb lesz az étel, ha kerámiaedényben készítjük el.
Ha tehetjük, vegyünk olyat, amely a sütőt és a tűzhely melegét is jól bírja.

Sonkás burgonyatortilla

Önmagában is megállja a helyét, de köret is lehet. Igazán jó fogás, mert reggelire, ebédre, vacsorára hidegen, melegen egyaránt fogyaszthatjuk.

Hozzávalók

4 személyre

10 dkg szürkemarha lapockasonka
10 dkg bacon
1 fej hagyma
1 gerezd fokhagyma
1 db kápia paprika, kockázva
4 zsályalevél
8 tojás
50 dkg újkrumpli (vagy 70 dkg régi krumpli)

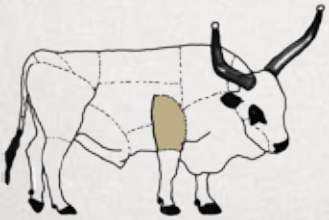
A díszítéshez:

retekcsíra
póréhagymacsíra
rukkolacsíra

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Az újkrumplit alaposan mossuk meg és vágjuk nagyobb karikákra. Egy serpenyőben bő olajban süssük meg.
2. Az újhagymát a darabokra vágott baconszalonnán pirítsuk meg, adjuk hozzá a szürkemarhasonkát is.
3. Egy tálban verjük fel a tojásokat, sózzuk, borsozzuk. A sonkás-hagymás alapot tapadásmentes serpenyőben keverjük össze az újkrumplival, öntsük fel a tojásokkal és keverjük össze alaposan, hogy a tojásból mindenhová egyenletesen jusson.
4. 7-8 perc alatt süssük meg az egyik oldalát. Óvatosan mozgassuk meg, egy lapos tányér segítségével fordítsuk meg, csúsztassuk vissza és további 8-10 perc alatt süssük készre. Tálaláskor csírákkal díszítsük.



Tipp:

Mindenképpen tapadásmentes serpenyőt használjunk, és ügyeljünk rá, hogy már a sütés legelején forró legyen. Így amikor beleöntjük a nyers tojásos keveréket, azonnal elkezd sülni az alja. Egy perc után viszont vegyük takarékra a lángot, hogy a belseje is egyenletesen átsüljön.

Bükki rakottas
almával, kakukkfüves sajttal

A svájci eredetű sajtfondü a szegények étele volt. Azért találták ki, hogy a száraz kenyerüket az olvasztott sajttal és fehérborral fogyaszthatóvá tegyék. Ez adta az ötletet ahhoz, hogy a rozskenyeret fehérborral és a különleges hegyi sajttal, valamint szürkemarhahússal süssük össze. Az összhatásról annyit, hogy ez a fogás néhány perc alatt el is fogyott.

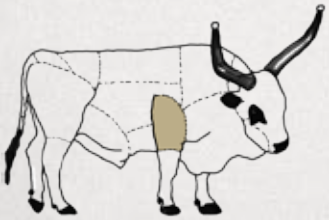
Hozzávalók
4 személyre

30 dkg sült marhahús (stefánia)
10 dkg szürkemarhasonka
50 dkg rozskenyér
5 dkg vaj
2 dl fehérbor
2 dl *marhaalaplé*
3 db zsályalevél
2 db zöld alma
20 dkg kakukkfüves sajt

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Pirítsuk meg a rozskenyeret. Vajazzunk ki egy tűzálló tálat és rétegezzük bele a kenyérszeleteket. Locsoljuk meg fehérborral és egy kevés alaplével.
2. Tegyük rá a vékonyra szeletelt marhasültet, sózzuk, borsozzuk, tépkedjük rá a zsályaleveleket. Most következik a szürkemarhasonka-réteg, majd egy sor vékonyra vágott almacikk, végül a szeletelt sajt.
3. 180 fokos sütőben 15–20 percig süssük, amíg szépen megpirul a tetején a sajt.



Tipp:

Használhatunk karakteres ízű sajtokat, érlelt tehénsajtot vagy más fűszerezésű kecskesajtot is. Ha nincs rozskenyerünk, fehér kenyérrel is helyettesíthetjük.

Lasagne

Minél tovább fő a paradicsomszósz (akár két órán át), annál teltebb lesz az íze. Érdemes elkészíteni hozzá a frissen gyúrt tésztát, egészen más lesz, mint a bolti változattal.

Hozzávalók
4 személyre

A mártáshoz:

60 dkg darált hús (lapocka)
1 fej hagyma
3 ek. olívaolaj
5 kakukkfűág
1 kg paradicsom (vagy 2 konzerv hámozott paradicsom)
2 gerezd fokhagyma
3 dl vörösbor

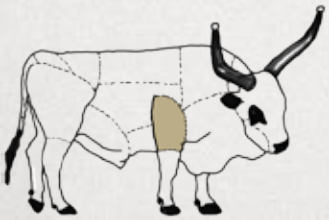
A tésztához:

50 dkg liszt
4 tojássárgája
3 egész tojás

A besamelhez:

10 dkg vaj
2 ek. liszt
4 dl tej
1 gerezd fokhagyma
parmezán vagy érlelt hegyi sajt a tetejére és a rétegek közé

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A hagymát olívaolajon pirítsuk meg, dobjuk rá a darált marhahúst és fehéredésig süssük. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg kevés friss kakukkfűlevéllel.
2. Adjuk hozzá a hámozott, darabolt paradicsomot. Ízesítsük zúzott fokhagymával és egy kevés vörösborral.
3. Készítsük el a besamelmártást: olvasszuk meg a vajat, adjuk hozzá a lisztet és a zúzott fokhagymát, öntsük fel 4 dl tejjel, sózzuk, borsozzuk és keverjük csomómentesre.
4. A tésztához az átszitált lisztet tojásokkal, sóval gyúrjuk össze és egy órára tegyük a hűtőbe pihenni.
5. Nyújtsuk ki a tésztát és egy réteget terítsünk a besamellel megkent tepsi aljába. Ezt kenjük meg besamellel, kanalazzunk rá egy adag paradicsomos mártást és szórjuk meg sajttal. Folytassuk a rétegezést egészen addig, amíg a tetejét be nem tudjuk fedni a kinyújtott tésztával. Legvégül egy utolsó adag besamel-paradicsommártás, illetve sajtréteg kerüljön rá. 180 fokos sütőben süssük 45 percig.

Tipp:

Szezonban friss paradicsomból készítsük úgy, hogy leforrázzuk a paradicsomokat, így könnyen meg tudjuk őket hámozni, és már darabolhatjuk is. Amikor nincs igazi paradicsom, akkor inkább használjunk saját levében eltett, kockázott konzerv paradicsomot.

LUGAS

Göngyölt lapocka
finomfőzelékkel

A finomfőzelék sokakban idéz rossz emlékeket. A sűrű, vakolatszerű habarásban úszó zöldborsó- és sárgarépa-darabkák fenyegetően pislogtak ki a tányérokból az iskolai menzán. De ha megfőzik ezt a változatot, megtudják, milyen az igazi finom főzelék: a zsenge tavaszi zöldségek tiszta íze érződik ki belőle.

Hozzávalók
4 személyre

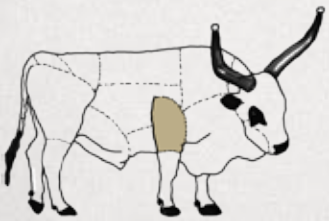
A lapockához:

60 dkg csontozott marhalapocka
5 dkg szürkemarhasonka
1 csokor friss medvehagyma
annyi zsiradék, amennyi a húst a tepsiben ellepi
1 babérlevél
fél fej vöröshagyma
5-6 szem egész bors

A finomfőzelékhez:

3 szál sárgarépa
2 szál fehérrépa
1 kis zellergumó
5 dkg vaj
4 dl *marhaalaplé*
10 dkg kifejtett zöldborsó
2 szál újhagyma, finomra vágva
1 csokor friss petrezselyem
2 dl tejszín

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A lapockát terítsük ki, sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg a friss, aprított medvehagymával és végül pakoljuk meg sonkaszeletekkel. Tekerjük fel, kötözzük körbe, süssük meg minden oldalát serpenyőben, majd bő zsírban ***konfitáljuk:*** tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi kacsa- vagy libazsírral, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük".
2. Pároljuk meg vajon a sárgarépát, a fehérrépát és a zellert, sózzuk, borsozzuk és öntsük fel alaplével. Adjuk hozzá a zöldborsót, a finomra vágott újhagymát és az aprított petrezselymet.
3. Öntsük hozzá a tejszínt és ezzel forraljuk sűrűre. Más sűrítőanyagot nem használunk, hogy a főzelék könnyű legyen.

Tipp:

1. **Medvehagymapesto készítése**
   A friss medvehagymát helyettesíthetjük medvehagymapestóval. Ehhez egy csokor medvehagymát fonnyasszunk meg olívaolajon, adjunk hozzá 1 gerezd zúzott fokhagymát, 10 dkg pirított magot (pl. napraforgómag, fenyőmag, tökmag) és 5 dkg érlelt hegyi sajtot vagy parmezánt. Sózzuk, borsozzuk, botmixerrel pépesítsük, és ha szükséges, olívaolajjal hígítsuk.
2. Szezonon kívül a zöldborsó édes ízét egy kiskanál mézzel vagy barna cukorral adhatjuk vissza.

Tárkonyos raguleves

Kellemesen savanykás, könnyednek tűnő, de mégis igazán tartalmas leves.

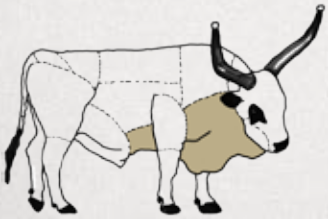
Hozzávalók
4 személyre

50 dkg marhaszegy
2 fej vöröshagyma
0,5 dl olaj
1 gerezd fokhagyma
1 tk. szárított tárkonylevél
2 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
1 kis zellergumó
10 dkg gomba
20 dkg burgonya
10 dkg kifejtett zöldborsó
1,5 l *marhaalaplé*
2 dl tejföl
1 citrom leve

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Kevés olajon pirítsuk le az apróra vágott vöröshagymát, majd adjuk hozzá a kockára vágott húst.
2. Amikor a hús már majdnem teljesen megpuhult, öntsük fel az alaplé felével.
3. Tegyük bele a tárkonyleveleket és a zúzott fokhagymát, majd a kockára vágott zöldségeket. Öntsük fel a maradék alaplével, és főzzük az egészet addig, amíg a zöldségek megpuhulnak.
4. Készítsünk tejfölös habarást. Először tegyünk a tejfölhöz egy merőkanálnyit a ragu levéből (hőkiegyenlítést végzünk) és az így elkevert habarást öntsük a levesbe. Néhány csepp citromlével savanyítsuk.



Tipp:

Amikor a leves kész, a kifacsart fél citromokat tegyük bele. Forraljuk néhány percig együtt, mert így a citromhéj aromája is intenzíven érezhető lesz benne.

Bableves
füstölt nyelvvel és marhahússal

Ez a leves annyira tartalmas, hogy főételnek is tökéletes. Utána már csak egy könnyű desszertre, például a citromposset-ra (160. oldal) vágyunk.

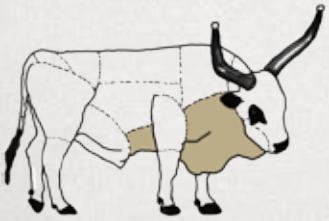
Hozzávalók
4 személyre

40 dkg marhaszegy
30 dkg füstölt szürkemarhanyelv
10 dkg füstölt szalonna
2 fej vöröshagyma
2 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
1 szál zellerzöld
30 dkg tarkabab
2 gerezd fokhagyma
1 db zöldpaprika
2 db paradicsom
2 dl tejföl
fél citrom leve

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A füstölt marhanyelvet egy lábosban tegyük fel főni. Amikor megpuhult, vegyük ki, rögtön tegyük hideg vízbe (így a nyelv hártyáját kívülről könnyen lehúzhatjuk, ha már kihűlt). A főzőlevét tegyük félre.
2. Vágjuk kockára a marhahúst. Füstölt szalonna zsírján pirítsuk meg a hagymát, adjuk hozzá a kockára vágott paradicsomot és paprikát. Tegyük rá a marhahúst, majd az egészet öntsük fel a füstölt nyelv főzőlevével.
3. Az előre beáztatott tarkababot adjuk a leveshez, sózzuk, borsozzuk.
4. Amikor a bab és a hús is puha, adjuk hozzá a félkarikára vágott zöldségeket is, és addig főzzük az egészet, amíg megpuhulnak.
5. Készítsünk tejfölös habarást. Először tegyünk a tejfölhöz egy merőkanálnyit a léből (hőkiegyenlítést végzünk) és az így elkevert habarást öntsük a levesbe. Dobjuk bele a fél citromot is, miután a levét kinyomtuk, és főzzük együtt 5 percig (de ne hagyjuk benne tovább), mert így a héja is ízesíti a levest.
6. A legvégén tegyük bele a főtt, kockára vágott marhanyelvet is.



Tipp:

A hőkiegyenlítésre azért van szükség, mert ha a hideg tejfölt azonnal hozzáadnánk, a levesünk „szeplős" lenne. Így viszont szép sima levest kapunk.

Húsgolyók pirított mandulával
(al bondigas)

Mint minden tapas jellegű étel, ez is ideális vendégváró. Egyszerűen elkészíthető, és érdemes belőle nagy mennyiséget főzni.

Hozzávalók
4 személyre

A húsgolyókhoz:

1 kg darált hús (szegy)
1 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
kis csokor koriander
1 ek. őrölt római kömény
1 tojás
2 kakukkfűág
2 csipet őrölt szerecsendió

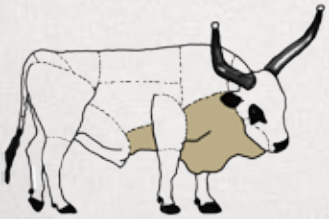
Az alapléhez:

6 ek. olívaolaj
fél fej vöröshagyma
3,5 dl *marhaalaplé*
1 kk. sáfrány (vagy sáfrányos szeklice)
1 dl száraz fehérbor
a tetejére 2 dkg pirított mandula

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Serpenyőben, kevés olajon pirítsuk le az apróra vágott vöröshagymát. Gyúrjuk össze a húsgombócok hozzávalóit, tegyük bele a pirított hagymát is és a masszából gyúrjunk 2-3 cm-es golyókat.
2. Egy lábosban forrósítsuk fel az olívaolajat, dinszteljük meg benne az apróra vágott vöröshagymát. Öntsük fel az alaplével, a borral, ízesítsük sóval, borssal, sáfránnyal és a korianderlevéllel.
3. Ebbe az alaplébe tegyük a húsgolyókat és főzzük őket puhára.
4. Szedjük tálkára, szórjuk meg pirított mandulával és korianderlevelekkel.



Tipp:

Még intenzívebb lesz a gombócok íze, ha a befűszerezett darált húst legalább két órán át pihentetjük. Ilyenkor a tojást csak közvetlenül a főzés előtt keverjük hozzá.

Pásztorpite

Angol klasszikus, de a világon sok helyen sokféleképpen készül ehhez hasonló egytálétel.

Hozzávalók

4 személyre

40 dkg darált hús (szegy)
5 dkg füstölt szalonna
1 fej vöröshagyma
2 szál sárgarépa
1 db kápia paprika
2 dl vörösbor
50 dkg paradicsom vagy
1 konzerv darabolt paradicsom
5 kakukkfűág
2 gerezd fokhagyma
1 csokor friss petrezselyem

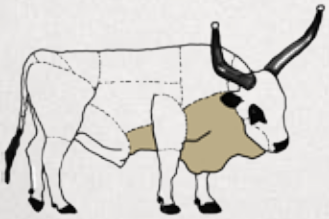
A burgonyapüréhez:

50 dkg burgonya
1,5 dl tej
5 dkg vaj
csipet szerecsendió

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

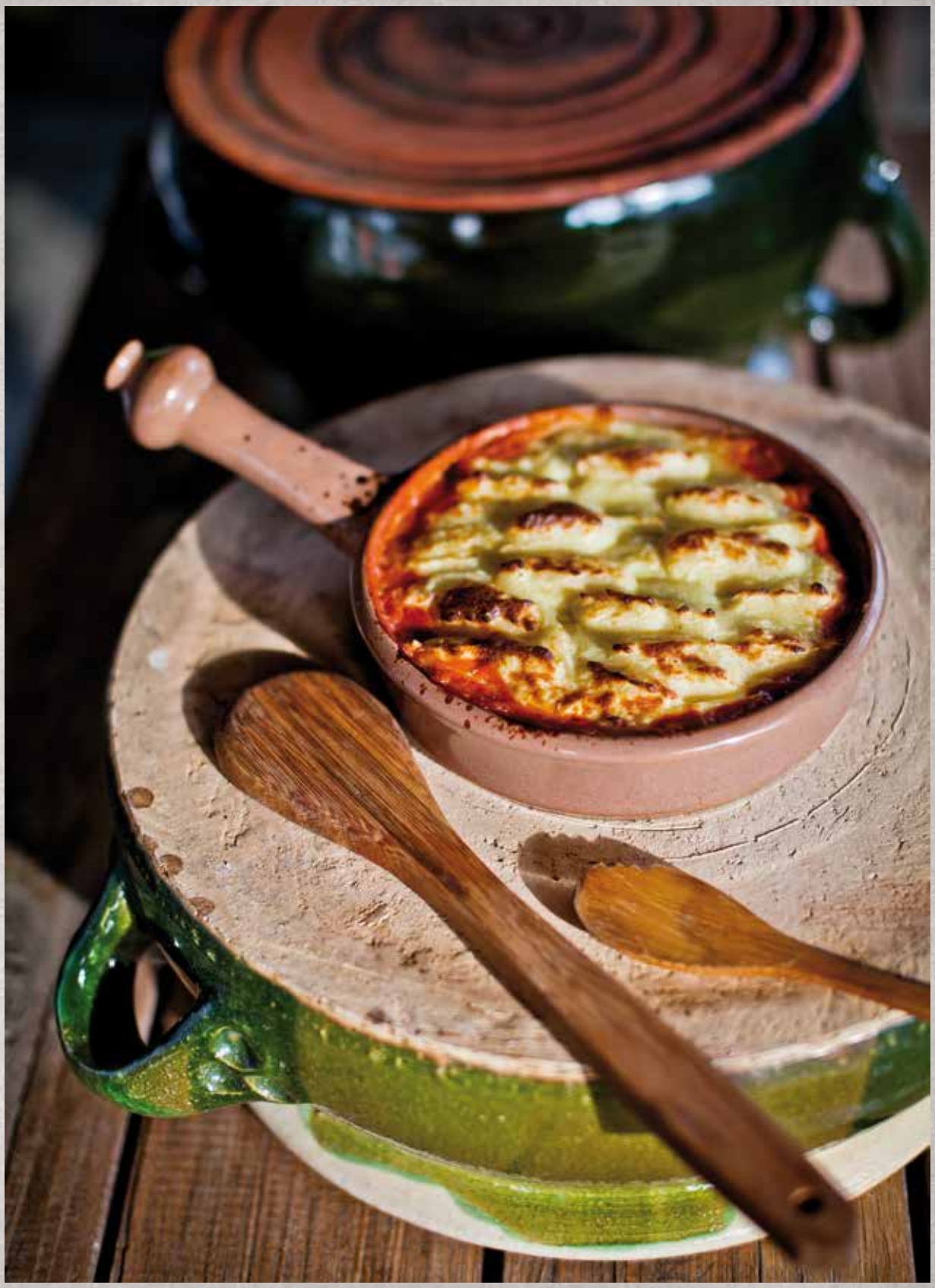
Elkészítés

1. Szalonnán pirítsuk le a hagymát, adjuk hozzá a darált húst, a fél karikákra vágott sárgarépát, kockára vágott kápia paprikát, és az apróra vágott fokhagymát. Öntsük fel vörösborral, majd adjuk hozzá a paradicsomot, ízesítsük kakukkfűvel. Forraljuk sűrűre. Tegyük tűzálló tálba, szórjuk meg petrezselyemmel.
2. A burgonyapüréhez pépesítsük a főtt krumplit, keverjük habosra tejjel, vajjal, sóval és kevés szerecsendióval.
3. A burgonyapürét szedjük a húsos ragu tetejére, kis halmokat formázva úgy, hogy teljesen befedje. Tegyük sütőbe és 180 fokon, 10–15 perc alatt süssük ropogósra a tetejét.



Tipp:

Ne használjunk a burgonyapüréhez újkrumplit. Fontos, hogy a tejet is melegen adjuk hozzá, a vajat pedig ne sajnáljuk belőle.



Zöldséges gulyás

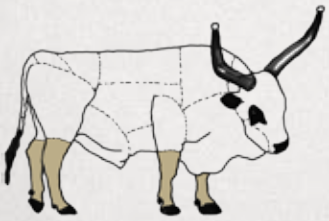
A világhírű gulyás (nem a gulyásleves) elődje valószínűleg egy nagyon egyszerű húsétel volt, amelyet bográcsban főztek szárítással tartósított szürkemarhahúsból.

Hozzávalók
4 személyre

60 dkg marhalábszár
2 fej vöröshagyma
1 db zöldpaprika
1 db paradicsom
1 kk. őrölt kömény
3 szál sárgarépa
2 szál fehérrépa
2 szál zellerzöld
fél zellergumó
1 szál lestyán
1 gerezd fokhagyma
40 dkg burgonya
2 l *marhaalaplé*
1 csapott ek. őrölt pirospaprika

A csipetkéhez:
liszt
tojás

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



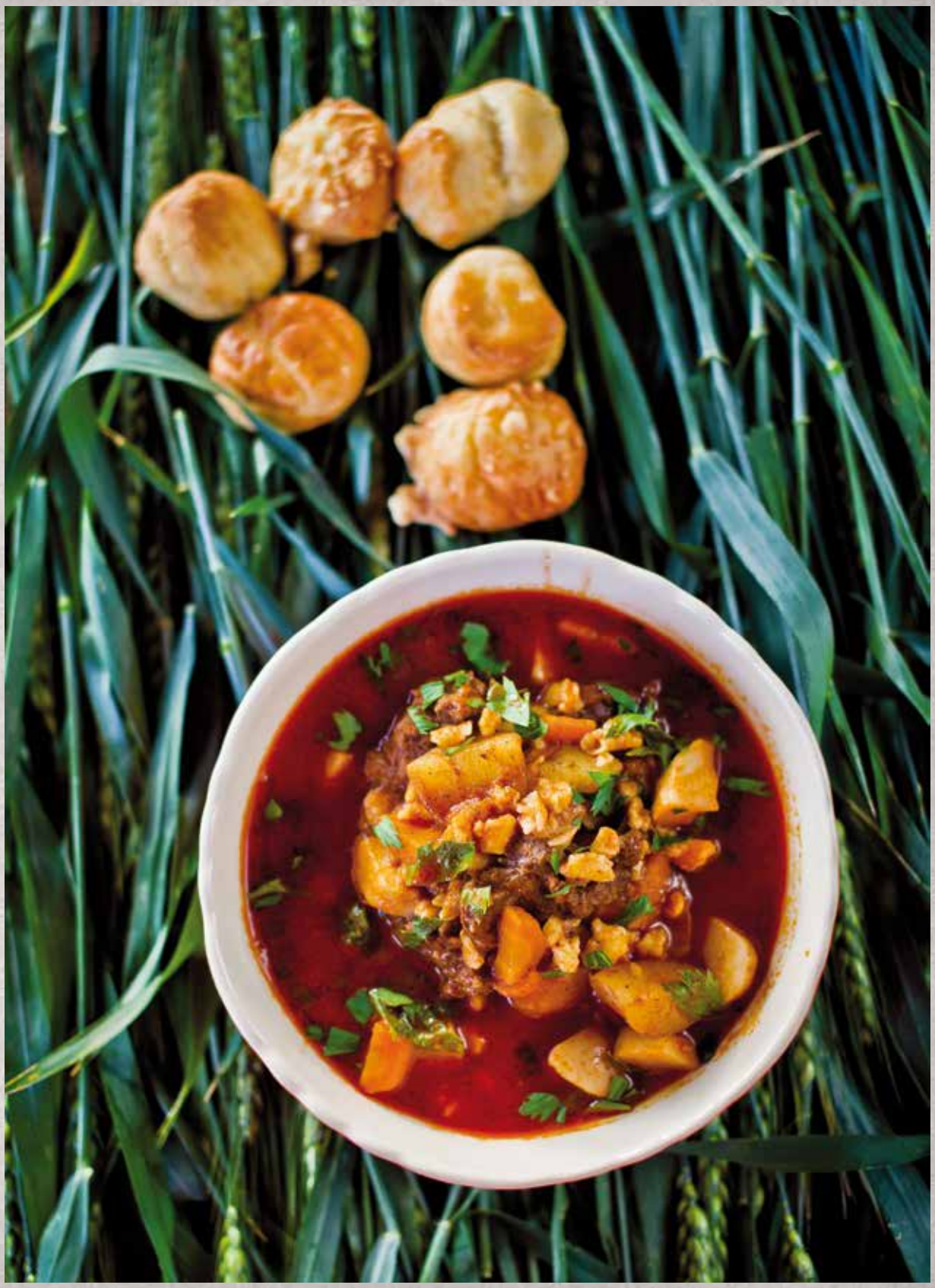
Elkészítés

1. A hagymát pirítsuk meg kevés zsíron, adjuk hozzá a kockára vágott marhahúst, majd, ha kifehéredett, az apróra vágott paprikát és a kockázott paradicsomot. Sóval, köménymaggal és borssal ízesítsük, szórjuk meg pirospaprikával, öntsük fel marhaalaplével, és főzzük addig, amíg a hús kb. ¾-éig puhul.
2. Ekkor tegyük bele a kockára vágott zöldségeket és az egészet együtt főzzük puhára.
3. A lisztből és a tojásból gyúrjunk csipetkét, és a főzés utolsó perceiben adjuk a leveshez.

Tipp:

Krumplis pogácsa készítése

Kertben, bográcsban is megfőzhetjük a gulyást. Ha igazán laktató fogást szeretnénk, süssünk hozzá krumplis pogácsát. Ehhez 2 dkg élesztőt egy kis cukorral futtassunk fel kevés tejben. Minden mást tegyünk egy tálba: 50 dkg lisztet, 20 dkg főtt, áttört burgonyát, 10 dkg vajat, sót, borsot és 2,5 dl tejfölt, valamint 2 tojássárgáját, és adjuk hozzá a felfuttatott élesztőt. Gyúrjuk össze. Legalább 30 percig pihentessük, majd nyújtsuk ki és szaggassunk belőle 2-3 cm átmérőjű pogácsákat, kenjük meg a tetejüket tojással. 180 fokon 8–10 perc alatt süssük meg őket.



Marhapörkölt
pásztortűzzel

Van egyfajta kézzel készített, reszelt tarhonya, amit a pásztorok maguknál tarthattak és a bográcsban elkészített ételeikhez adták. Előfordult, hogy egyszerűen csak szalonna zsírján megpirították, fűszerezték és megpaprikázták, majd kevés vízzel felöntve megfőzték és kolbászt karikáztak hozzá. Innen a pásztortűz elnevezés.

Hozzávalók
4 személyre

A marhapörkölthöz:

60 dkg marhalábszár
2 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
1 db zöldpaprika
1 db paradicsom
1 kk. köménymag
3 dl vörösbor
***marhaalaplé* (ha szükséges)**

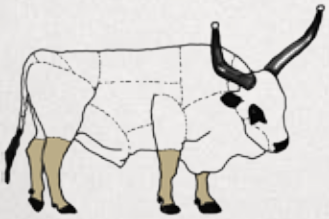
A tarhonyához:

10 dkg kolbász
5 dkg füstölt szalonna
25 dkg tarhonya (kézi)
20 dkg burgonya
1 kk. őrölt piros paprika
1 fej vöröshagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A szalonnán pirítsuk meg a tarhonyát, hogy barnás színt kapjon. Öntsük fel vízzel, adjuk hozzá a karikára vágott kolbászt és a kockára vágott krumplit. Sózzuk, borsozzuk és szórjuk meg pirospaprikával.
2. A hagymát és a fokhagymát futtassuk meg olajon és adjuk hozzá a kockára vágott marhahúst. Tegyük bele a paradicsomkockákat, a zöldpaprikát, ízesítsük köménymaggal, ha kell, sóval és borssal. Öntsük fel vörösborral és alaplével. Főzzük készre 1–1,5 óra alatt.



Tipp:

A pörköltféléknek jót tesz, ha nagyon sok hagymával készülnek, hogy igazán sűrű legyen a szaftjuk. Fontos, hogy a folyadékot (alaplé, bor) jól forraljuk vissza.

Osso bucco
fokhagymás-tejszínes vajbabfőzelékkel

A csontos húsokból, például az osso buccóból készült fogások, mindig sokkal ízletesebbek, mert a velő tartalmasabbá teszi az egész ételt.

Hozzávalók
4 személyre

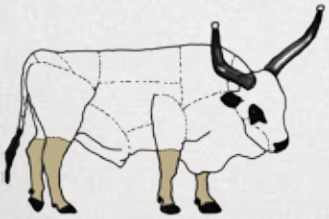
Az osso buccóhoz:

osso bucco
olaj a sütéshez
3 kakukkfűág
1 fej vöröshagyma
1 rozmaringág
4-5 gerezd fokhagyma
1 paradicsom
1 zöldpaprika
1 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
2 dl vörösbor

A körethez:

2 szál újhagyma
1 gerezd fokhagyma
40 dkg vajbab
0,5 dl fehérbor
5 dkg vaj
2 dl tejszín
1 ek. fehér balzsamecet
1 csokor petrezselyem

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. Serpenyőben kevés olajon süssünk kérget az osso bucco minden oldalára. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg kakukkfűlevelekkel, tegyük tepsibe vagy olyan serpenyőbe, amelyet sütőben is használhatunk. Adjuk hozzá a zöldségeket: egy-egy szál fehér- és sárgarépát, paprikát, paradicsomot, vöröshagymát nagyobb darabokra vágva és a fokhagymagerezdeket, dobjuk rá a rozmaringágat. Locsoljuk meg vörösborral, fedjük vagy fóliázzuk le és 180 fokon két-két és fél órán keresztül pároljuk.
2. Blansírozzuk a vajbabot: dobjuk forrásban lévő sós vízbe 2-3 percre, majd szűrjük le.
3. Egy serpenyőben olvasszuk meg a vajat, dinszteljük meg rajta a vékonyan felszeletelt újhagymát, adjuk hozzá a zúzott fokhagymát. Tegyük bele a blansírozott zöldbabot, sózzuk, borsozzuk, adjunk hozzá fél dl fehérbort.
4. Amikor elforrt a fehérbor, öntsük a zöldbabra a tejszínt, várjuk meg, amíg kissé besűrűsödik. Locsoljuk meg kevés fehér balzsamecettel, végül szórjuk meg apróra vágott petrezselyemmel.

Tipp:

Ha az osso buccóval sült zöldségeket és a pecsenyelevet botmixerrel pürésítjük, sózzuk, borsozzuk, egy igazán finom zöldséges mártást tálalhatunk a hús mellé.

Konfitált marharostélyos
tejfölös meggymártással, vajas burgonyával

A rossz emlékű napközis menzák sokak kedvét elvették ettől az ételtől. Pedig jól elkészítve egyszerű, de annál nagyszerűbb fogás.

Hozzávalók
4 személyre

80 dkg konfitált rostélyos
fél fej vöröshagyma
6 szem egész bors
zsír (amennyi ellepi)
1 babérlevél
1 l *marhaalaplé*
40 dkg újburgonya
5 dkg vaj

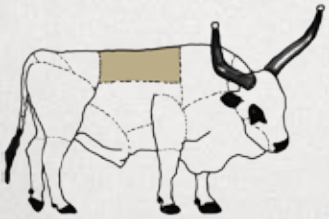
A meggymártáshoz:

30 dkg magozott meggy
1 dl vörösbor
3 ek. cukor
1 narancs leve és héja
1 kk. őrölt fahéj
1 dl tejföl

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. ***Konfitáljuk*** a rostélyost: tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi zsírral, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük”.
2. Főzzük meg és tisztítsuk meg az újburgonyát. Serpenyőben, olvasztott vajon pirítsuk át, sózzuk, borsozzuk.
3. A mártáshoz először karamellizáljuk a cukrot, adjuk hozzá a magozott meggyet, öntsük fel vörösborral, narancslével, ízesítsük narancshéjjal, fahéjjal és forraljuk be szószsűrűségűre. A legvégén 1 dl tejföllel behabarhatjuk.



Tipp:

A marhahúslevesben főtt, már kész húst is nyugodtan felhasználhatjuk ehhez az ételhez. Ilyenkor elég csak átmelegíteni és már tálalhatjuk is.

Hirtelen sült rostélyos
vajban sült zöldségekkel

A friss idényzöldségek igazi íze és roppanóssága akkor is tökéletesen érződik majd, ha csak néhány pillanat alatt átforgatjuk őket vajon.

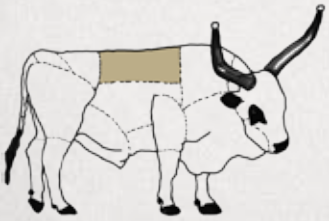
Hozzávalók
4 személyre

4 × 20 dkg rostélyos
5 dkg vaj
20 dkg rókagomba
4 cső zsenge kukorica
20 dkg zöldborsó

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A rostélyost serpenyőben kevés olajon minden oldalon süssük körbe, majd tegyük tepsibe és 180 fokon 6–8 percig süssük tovább. Vegyük ki, sózzuk, borsozzuk, tegyük félre és pihentessük további 5 percig.
2. Blansírozzuk a zöldborsót: dobjuk forró sós vízbe és 2-3 percig főzzük, majd rögtön tartsuk jéghideg víz alá. Szűrjük le, tegyük félre.
3. A grillezett zöldségekhez egy serpenyőben olvasszuk fel a vajat, süssük meg benne a zsenge kukoricát, a rókagombát, végül tegyük bele a blansírozott zöldborsót. Sóval és borssal ízesítsük.



Tipp:

A rókagomba visszaadja a fenyőerdők illatát. Érdemes figyelni a gombaszezont, és a piacon mindig a friss, bevizsgált fajtákból válogatni.

Hagymás rostélyos

Régi idők, régi vendéglők nagy klasszikusa, de sajnos nagyon kevés helyen találunk igazán jót. A legfontosabb, hogy csak jó minőségű húsból készülhet.

Hozzávalók

4 személyre

A rostélyoshoz:

4 db 20 dkg-os szelet rostélyos

A hagymakarikákhoz:

4 fej vöröshagyma, vékony karikákra vágva

10 dkg liszt

A mustármártáshoz:

1 ek. dijoni magos mustár

1 ek. mustár

2 dl tejszín

1 gerezd fokhagyma

1 dkg mustárcsíra

A parázsburgonyához:

50 dkg újkrumpli

8 dkg vaj

2 rozmaringág

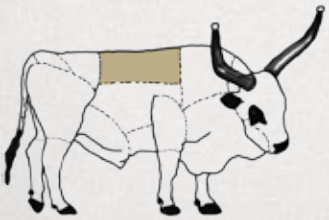
2 kakukkfűág

frissen őrölt só

frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A rostélyost serpenyőben kevés olajon mindkét oldalán süssük meg (kb. 2-2 perc elég), majd 120 fokos sütőben 5 percig pihentessük. Sózzuk és borsozzuk.
2. A hagymát vágjuk vékony karikákra, forgassuk meg lisztben és forró olajban süssük aranybarnára és ropogósra.
3. A mustármártáshoz keverjük össze a kétféle mustárt a tejszínnel, a zúzott fokhagymával, sóval, borssal és mustárcsírával.
4. Ha újkrumpliból készítjük a parázsburgonyát, akkor alapos mosás után vágjuk ketté őket, sózzuk, borsozzuk, tegyük tepsibe, tegyünk rá vajat, szórjuk meg kakukkfűvel és rozmaringgal. Sütőben 180 fokon 15 perc alatt süssük meg. Ha sima burgonyából sütjük, akkor főzzük elő és utána tegyük a tepsibe.



Tipp:

A hentestől kérjük úgy a rostélyost, hogy a faggyú maradjon rajta, így a saját zsiradékán sül, az íze teltebb lesz, az állaga pedig szaftosabb. Ha mégis száraz lenne a hús sütés után, akkor 30–45 percig pároljuk marhaalaplében.

Pörgelepény

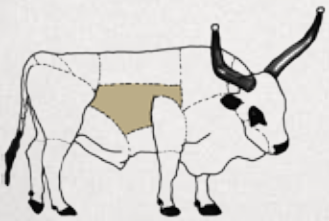
A mexikói tortillalapokból készülő fajitas ihlette étel a legjobb vendégváró egy baráti, sörözős estéhez.

Hozzávalók

4 személyre

40 dkg oldalas
5 dl *marhaalaplé*
fél-fél piros, zöld és sárga kaliforniai paprika, csíkokra vágva
fél sárga cukkini, csíkokra vágva
fél zöld cukkini, csíkokra vágva
3 szál újhagyma (a zöldje is), hosszú csíkokra vágva
1 szál sárgarépa
1 zöldpaprika
1 gerezd fokhagyma, vékony karikára vágva
friss chili ízlés szerint
1-2 kk. őrölt római kömény
friss korianderzöld
tortillalapok
3 dl tejföl + 2 ek. a tálaláshoz
3 gerezd fokhagyma
10 dkg sajt
a tálaláshoz chiliszósz

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A sült oldalashoz vágjuk az oldalast nagyobb darabokra. Sózzuk, borsozzuk, tegyük tepsibe, locsoljuk meg kevés olívaolajjal. Locsoljuk meg alaplével, fóliázzuk le és 180 fokon 2-2,5 órán át pároljuk. Közben folyamatosan locsolgassuk.
2. Serpenyőben kevés olajon pirítsuk meg a hagymát, a fokhagymát, a csíkokra vágott sült marhahúst, és az összes, csíkokra vágott zöldséget. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg őrölt római köménnyel, ízlés szerint friss chilivel. Keverjünk hozzá 2 ek. tejfölt és tegyük félre.
3. Kenjük meg a tortillalapokat a húsos-zöldséges keverékkel, tekerjük fel és rendezzük el egymás mellett szorosan egy kiolajozott tepsiben. A tetejüket kenjük meg 3 dl fokhagymás tejföllel, szórjuk meg reszelt sajttal. Süssük sütőben 180 fokon addig, amíg a sajt szépen ráolvad a tortillatekercsekre.
4. Félbevágva, melegen chiliszósszal és tejföllel tálaljuk.

Tipp:

Csípős paprikakrém készítése

A chiliszósz magyar változatát, a mézes-csípős paprikakrémet pillanatok alatt elkészíthetjük. 2 ek. édes és 1 ek. csípős paprikakrémet keverjünk össze 1 fej apróra vágott, olajon lepirított hagymával. Adjunk hozzá 1 ek. mézet, öntsük fel 1 dl alaplével, sózzuk, borsozzuk és forraljuk sűrűre.

Lucskos káposzta
csomborral, kaporral, nyelvvel

Régen a szegények étele volt, káposzta ugyanis minden háznál akadt.
Jó esetben tudtak hozzátenni egy kis füstölt szalonnát is.

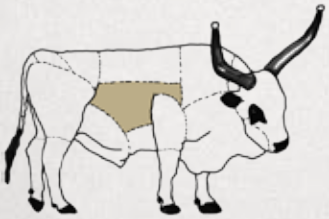
Hozzávalók
4 személyre

40 dkg oldalas (csontos vagy csontozott)
20 dkg marhanyelv
10 dkg füstölt szalonna
2 fej vöröshagyma
1 kis fej édes káposzta
1 csokor csombor (1 kk. szárított)
1 csokor kapor
1,5 l *marhaalaplé*
3 dl tejföl

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Pirítsuk meg a szalonnát, dobjuk rá a finomra vágott hagymát és pároljuk üvegesre, majd adjuk hozzá a kockára vágott oldalast és a marhanyelvet, sózzuk, borsozzuk és pároljuk míg a hús nagyjából megpuhul.
2. Adjuk hozzá a kockára vágott édes káposztát, ízesítsük csomborral, kaporral és öntsük fel alaplével.
3. Ha a hús teljesen megpuhult, az egészet habarjuk be tejföllel. Friss kaporral megszórva tálaljuk.



Tipp:
Hús nélküli változata kiváló köret lehet sült húsok mellé.

Baconnel göngyölt oldalas
kovászolt spárgás gerslirizottóval

A göngyölt hús elkészítése bonyolultnak tűnhet, pedig igazán egyszerű. Ha nem sikerül szépre, nem gond, a lényeg, hogy ne essen szét!

Hozzávalók
4 személyre

A göngyölt oldalashoz:

1 kg csontozott szürkemarha-oldalas
8 szelet bacon
4 kakukkfűág
2 rozmaringág
zsiradék
1-2 babérlevél
fél fej vöröshagyma
5-6 szem egész bors

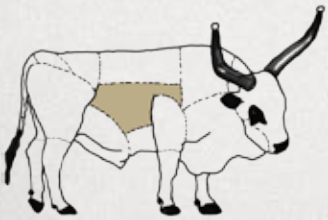
A gerslirizottóhoz:

kovászolt spárga (lásd alul)
50 dkg gersli
2 dl fehérbor
1-1,5 l *marhaalaplé*
5 dkg vaj

A kovászolt spárgához:

1 köteg zöldspárga
2 gerezd fokhagyma
1 szál kapor
1 szelet kenyér
1 l víz

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A kicsontozott oldalast terítsük ki, sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg friss, finomra vágott kakukkfűvel és rozmaringgal. Tekerjük körbe baconnel és kötözzük meg.
2. ***Konfitáljuk:*** tegyük egy tepsibe, öntsük fel annyi zsiradékkal, amennyi ellepi, tegyünk mellé fél fej vöröshagymát, egész borsot, babérlevelet és 80 fokon 10–12 órán át „süssük". A konfitáláskor megmaradt zsiradékot szűrjük át, és az alját (a demi glace-t) tegyük félre.
3. A gerslirizottóhoz a finomra vágott hagymát futtassuk meg kevés olajon, adjuk hozzá a gerslit. Öntsük fel fehérborral, sózzuk és borsozzuk, forraljuk egy percig.
4. Ha elfőtt a bor, öntsük fel alaplével, és mindig várjuk meg, hogy elfőjön, mielőtt a következő adagot ráöntenénk. Ízesítsük zúzott fokhagymával.
5. Blansírozzuk a spárgasípokat: dobjuk 1-2 percre forrásban lévő sós vízbe, majd rögtön jéghideg vízbe. Szűrjük le, adjuk a már majdnem kész rizottóhoz. A legvégén adjunk vajat hozzá, ezzel „behúzzuk", hogy ne maradjon leveses.
6. Tálaláskor szedjük a rizottóra a göngyölt oldalast, és locsoljuk meg demi glace-szal. Kínáljunk mellé kovászolt spárgát.

Tipp:

Kovászolt spárga készítése

Blansírozzuk a spárgát, a forrázólevéből tegyünk félre egy litert. Ebbe tegyünk 1 ek. sót, 2 gerezd fokhagymát, egy szál kaprot és egy szelet kenyeret, valamint a spárgasípokat. 2-3 nap alatt napos helyre téve kovászoljuk.

Körtecideres oldalas
kakukkfüves mézes céklával

Bár az oldalasnak hosszú idő kell hogy megpuhuljon, megéri rászánni két-három órát. A körtés vagy almás cider nagyon jól illik minden ilyen módon elkészített húshoz.

Hozzávalók
4 személyre

Az oldalashoz:

1 kg csontos szürkemarha-oldalas
0,5 l körtés cider
olívaolaj
1 fej vöröshagyma
4-5 gerezd fokhagyma
1 paradicsom
1 zöldpaprika
1 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
1 rozmaringág
3 kakukkfűág

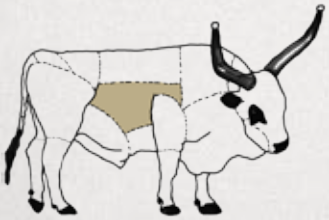
A céklához:

4 db szép cékla
8 kakukkfűág
sötét balzsamecet
2 ek. méz

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

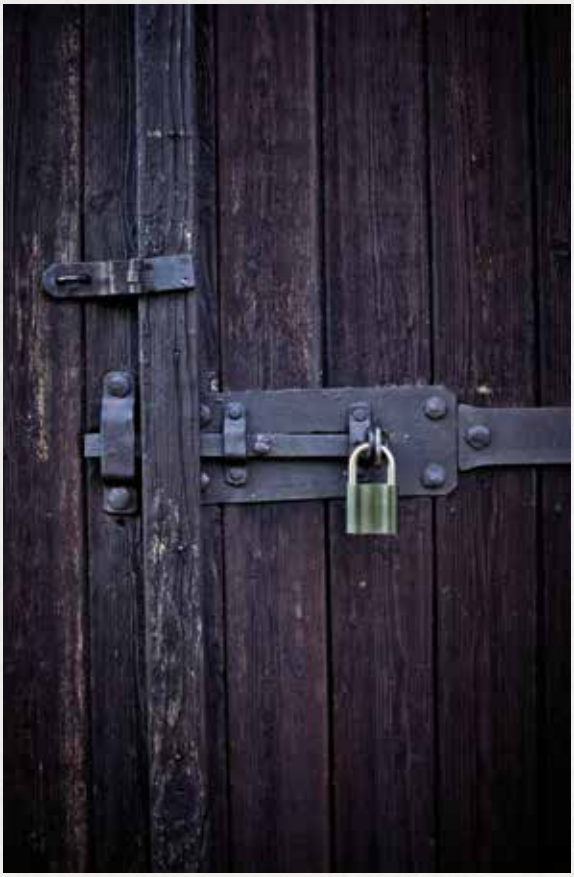
1. Vágjuk az oldalast nagyobb darabokra. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg kakukkfűlevelekkel, tegyük tepsibe, locsoljuk meg kevés olívaolajjal. Adjunk hozzá egy-egy szál fehér- és sárgarépát, paprikát, paradicsomot, vöröshagymát nagyobb darabokra vágva és a fokhagymagerezdeket. Dobjuk rá a rozmaringágat. Locsoljuk meg a ciderrel, fóliázzuk le és 180 fokon két-két és fél órán keresztül pároljuk. Közben folyamatosan locsolgassuk a ciderrel.
2. Csomagoljuk alufóliába a céklát és 180 fokon egy órán keresztül süssük. Vegyük ki, pucoljuk meg, vágjuk negyedekre.
3. Egy serpenyőben karamellizáljuk a mézet, adjuk hozzá a kakukkfűleveleket, a balzsamecetet és várjuk meg, hogy kissé elforrjon.
4. Tálaláskor tegyük tányérra a céklát, locsoljuk meg a mézzel és tegyük mellé az oldalast.



Tipp:

Az oldalast és a céklát külön-külön tepsiben egyszerre is betehetjük a sütőbe. A céklát akár sóágyon is elkészíthetjük, ez esetben forgassuk meg 15 percenként, hogy minden oldala megpuhuljon.

Szőlőskislak és Tállya



Hátszínsonka
epres bodzasalátával

Ez a recept akkor született, amikor Mád felé autózva az út mellett mindenütt virágzó bodzabokrokat láttam. Izgalmas, elegáns salátát készíthetünk ebből az ehető virágból.

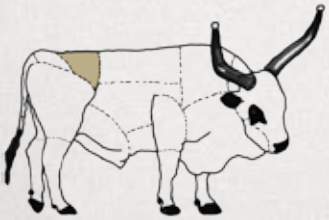
Hozzávalók
4 személyre

10 dkg szürkemarha hátszínsonka
fél fej jégsaláta
10 dkg bébispenót
20 dkg friss eper, karikára vágva
2 nagy bodzavirág vagy bodzaszörp
3 ek. őrségi dióolaj
2 ek. méz
2 ek. balzsamecet
fél citrom leve

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A megmosott jégsalátát vágjuk kockára (vagy csíkokra), a megmosott bébispenótleveleket adjuk hozzá, porciózzuk tálkákba és tegyünk mindegyikbe eperkarikákat is.
2. Vágjuk bele a bodzavirágról az apró virágokat, és locsoljuk meg a mézzel, balzsamecettel, dióolajjal és citromlével kikevert dresszinggel. Alaposan forgassuk össze, ha szükséges, sózzuk, borsozzuk.
3. Mindegyik tálba tegyünk 1-1 vékony szelet sonkát, végül bodzavirággal és eperrel díszítsük.



Tipp:

Friss bodzavirág helyett jó minőségű házi bodzaszörppel is visszaadhatjuk ennek a tavaszi virágnak az ízét és illatát, de akkor a mézet hagyjuk el a hozzávalók közül.

Langallo
csípős szalámival és hátszínsonkával

Tipikus fesztiválétel, de higgyék el, nemcsak kemencében sülhet, hanem otthoni sütőben is. Bátran vágjunk bele, biztosan sikert aratunk vele!

Hozzávalók
2 darabhoz

A feltétekhez:

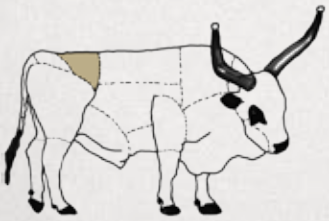
5 dkg szürkemarha-szalámi (csemege vagy csípős)
5 dkg szürkemarha hátszínsonka
3 dl tejföl
2 gerezd fokhagyma
2 darab zöldpaprika
3 darab paradicsom
1 nagy vöröshagyma, karikára vágva

A tésztához:

50 dkg liszt
2,8 dl víz
0,5 dkg élesztő
1 dkg só
0,5 dl olívaolaj

Elkészítés

1. A lisztet dolgozzuk össze a vízzel, az élesztővel, a sóval és az olívaolajjal. Formázzunk belőle cipót, és letakarva kelesszük kb. 40 percig. Gyúrjuk át, készítsünk belőle két cipót és kelesszük tovább.
2. Nyújtsuk ki a cipókat, mindkettőt kenjük meg fokhagymás tejföllel, tegyünk rájuk paprikát, paradicsomot és hagymakarikákat. Az egyiket szalámival, a másikat pedig hátszínsonkával terítsük be.
3. 250 fokon 8–10 perc alatt süssük készre.



Tipp:

1. Variálhatjuk az alaptésztát, hogy a receptben megadott mennyiséghez kb. 15 dkg főtt, krumplinyomón áttört burgonyát gyúrunk. Ez a fajta tészta sütés után is lágy marad.
2. Ha nem csak fokhagymás tejföllel szeretnénk megkenni, próbáljuk ki sültpaprika-krémmel is. A sültpaprika-krém receptjét megtalálja a Hunburger leírásánál a 124. oldalon.

Hideg sült
kecskegomolyás salátával

Ha nincs kedvünk az előző napi marhasültet felmelegíteni, készíthetünk belőle egy ilyen könnyű salátát.

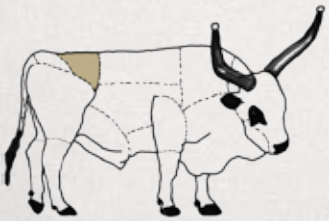
Hozzávalók
4 személyre

30 dkg marhasült (hátszínből, lásd 94. oldal**)**
1 fej fodros saláta
1 fej lila hagyma
20 dkg koktélparadicsom
1 db kápia paprika
1 db kígyóuborka
2 fej retek
20 dkg kecskegomolya
3 ek. őrségi tökmagolaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

Állítsuk össze a salátát: a megmosott salátaleveleket tépkedjük kisebb darabokra, keverjük össze a karikára vágott lila hagymával, kígyóuborkával, retekkel és a csíkokra vágott kápia paprikával, valamint a félbevágott koktélparadicsomokkal. Sózzuk, borsozzuk. Morzsoljuk rá a gomolyát és locsoljuk meg tökmagolajjal. Tegyük a tetejére a vékony szeletekre vágott marhasültet.



Tipp:

Ha a piacon vásárolunk, mindenképpen nézzünk körül a házi sajtkészítmények között. Jó ha találunk olyan termelőt, akitől mindenféle tejterméket be tudunk szerezni. Így minőségibb, változatosabb ételeket főzhetünk.

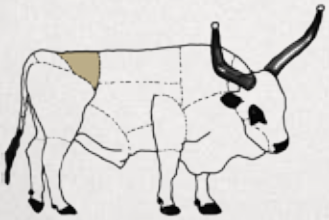
Marhahúsos
pirított zöldséges thai tészta

A keleti konyhák mintájára használjuk bátran a marhahúst. Pillanatok alatt összedobható, egészséges fogásokat készíthetünk belőle, sok-sok zöldséggel.

Hozzávalók
4 személyre

40 dkg hátszín
fél-fél piros, zöld és sárga kaliforniai paprika, csíkokra vágva
fél sárga cukkini, csíkokra vágva
fél zöld cukkini, csíkokra vágva
3 szál újhagyma (a zöldje is), hosszú csíkokra vágva
1 szál sárgarépa
1 pok choi, negyedekre vágva, lepirítva
1 gerezd fokhagyma, vékony karikára vágva
2 ek. szójaszósz
1 ek. szezámolaj
friss chili ízlés szerint
1 ek. méz
1 zacskó (250 g) thai üvegtészta, szélesmetélt
olaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. Wokban vagy serpenyőben forrósítsuk fel az olajat. Pirítsuk meg rajta a csíkokra vágott hagymát, zöldségeket, adjuk hozzá a hátszín-csíkokat és a fokhagymát. Ízesítsük sóval, borssal, mézzel, szójaszósszal, szezámolajjal és dobva-rázva süssük addig, amíg a zöldségek kissé megpirulnak.
2. Készítsük el az üvegtésztát: tegyük langyos vízbe fél órára (vagy előző nap hideg vízbe), majd szűrjük le. Keverjük össze a zöldséges-marhahúsos alappal, és két percig forgassuk össze a wokban. Ennyi idő alatt a tészta teljesen megpuhul.

Tipp:

Minden serpenyőben dobva-rázva sütött ételnél fontos, hogy a lehető legvékonyabbra szeleteljük a marhahúst. Gyorsan dolgozzunk, ilyenkor tényleg elég átpirítani, nem szabad sokáig sütni.

Hentesragu
kecskesajtos puliszkával

Méltatlanul elfeledett köret a puliszka, pedig ezerféleképpen variálható és könnyen elkészíthető.

Hozzávalók
4 személyre

A raguhoz:

40 dkg hátszín
10 dkg szalonna
10 dkg szürkemarhasonka
5-6 db savanyú uborka
1 tk. mustár
1 gerezd fokhagyma
2 nagy fej vöröshagyma
3 dl tejszín
3 dl *marhaalaplé*

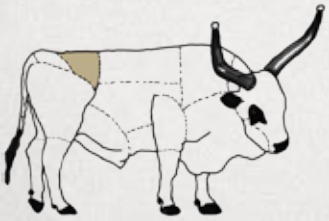
A puliszkához:

25 dkg kukoricadara
1 gerezd fokhagyma
2,5 dl tej
0,5 l víz
10 dkg kecskesajt
5 dkg vaj
a díszítéshez póréhagymacsíra

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Főzzük meg a puliszkát háromszoros mennyiségű folyadékban (ebből ⅔ rész víz, ⅓ rész tej), sóval, borssal és a zúzott fokhagymával. 10–15 perc után adjuk hozzá a kockára vágott kecskesajtot és jól keverjük össze. Dobjunk bele 5 dkg vajat, keverjük el, majd öntsük üvegtányérba és hagyjuk, hogy kihűljön benne, így szép formában tudjuk majd tálalni.
2. A csíkokra vágott hátszínt pirítsuk meg a csíkokra vágott szalonnán, és ha szükséges, öntsük fel egy kis alaplével. Pároljuk puhára. Adjuk hozzá a csíkokra vágott uborkát és a sonkát is, sózzuk, borsozzuk. Ízesítsük mustárral, fokhagymával és hagymával, majd öntsük fel tejszínnel és főzzük sűrűre.



Tipp:

Bélszínből is pillanatok alatt elkészíthetjük, csak körbepirítjuk a csíkokra vágott bélszínt és összefőzzük a többi alapanyaggal.

Lapos hátszínszelet
rizses lecsóval

Nyáron a hátszínszeletet megsüthetjük grillen, a lecsót pedig megfőzhetjük bográcsban.

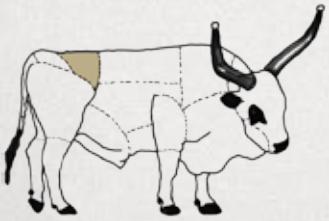
Hozzávalók
4 személyre

60 dkg szürkemarha laposhátszín (2 cm vastag szeletekre vágva)
4 szelet mangalicacsászár vagy húsos bacon
5 dkg füstölt szalonna
1 fej vöröshagyma
2 db paradicsom
4 db zöldpaprika
1 gerezd fokhagyma
1 tk. őrölt pirospaprika
10 dkg rizs

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Füstölt szalonnán pirítsuk meg a fél karikára vágott hagymát, tegyük hozzá a kockára vágott paradicsomot és a karikára vágott paprikát. Sózzuk, borsozzuk, ízesítsük fokhagymával és szórjuk meg fűszerpaprikával.
2. Szórjuk bele a rizst és főzzük puhára.
3. Fűszerezzük a hátszínt sóval és borssal, és mangalicacsászár zsírján süssük 1-1 percig mindkét oldalán. Tálaláskor még sózzuk és borsozzuk.



Tipp:
A hátszínt azért sütjük ilyen rövid ideig, mert ha túlsül, megkeményedik. Ha nem szeretjük a médium hátszínt, akkor sütés után pároljuk egy kevés alaplében 30–40 percig.

Lassan sült hátszín
grillezett zöldségekkel

Családi összejövetelek kedvenc étele lehet. Lehetőség szerint szép márványos hátszínből készítsük el.

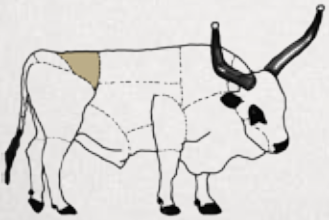
Hozzávalók
4 személyre

80 dkg hátszín egyben
20 dkg újburgonya
20 dkg gomba
1 csokor újhagyma
2 db kápia paprika
1 db cukkini
1 db padlizsán
1 db újtök
20 dkg koktélparadicsom
5 zsályalevél
2 rozmaringág
olívaolaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Kevés olajon, serpenyőben a hátszín minden oldalára süssünk kérget. Sózzuk, borsozzuk és tegyük rá a friss rozmaringágakat.
2. Tegyük sütőbe (nem tepsibe, hanem rácsra) és 70–80 fokon legalább 4-5 órán keresztül süssük. Ne fedjük le.
3. 30 perccel a sütési idő vége előtt készítsük el a grillezett zöldségeket: kevés olívaolajon pirítsuk át a feldarabolt zöldségeket, sózzuk, szórjuk meg zsályalevelekkel és frissen őrölt borssal.



Tipp:
Ez a fogás hagymás tört burgonyával vagy petrezselymes krumplival is nagyon finom.

Bélszín carpaccio
bébispenót-salátával, fenyőmaggal

Talán ez az előétel mutatja meg legjobban a szürkemarhahús sajátos karakterét: a tavaszi gyógynövényes legelőt idéző illatot és zamatot.

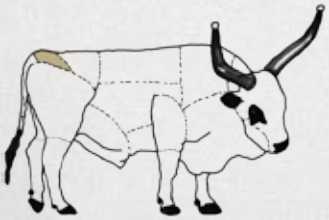
Hozzávalók
4 személyre

30 dkg bélszín
2 ek. olívaolaj
6-8 kakukkfűág
20 dkg bébispenót
10 dkg magkeverék:
fenyőmag, tökmag, napraforgómag
0,5 dl barackmagolaj
0,5 dl balzsamecet
(vagy tokaji fehérborecet)

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A bélszínt serpenyőben kevés olajon süssük körbe. Ha kész, dörzsöljük be sóval, borssal és apróra vágott kakukkfűlevelekkel. Fóliázzuk be jó szorosan és legalább 2 órára tegyük a mélyhűtőbe, hogy megfagyjon.
2. Vegyük ki, vágjunk belőle vékony szeleteket és rendezzük el egy tányéron.
3. Készítsük el a salátát: a bébispenótleveleket tegyük egy tálra, szórjuk meg a megpirított fenyőmag-tökmag-napraforgómag keverékkel és végül locsoljuk meg a barackmagolajas-balzsamecetes dresszinggel.



Tipp:
A barackmagolaj enyhe mandulás ízt ad a salátának, ami remekül harmonizál a pirított magvakkal és a bébispenóttal.

Kakukkfüves tatár
balzsamecetes lila hagymával

Egy igazán férfias vendégváró. Jó tudni, hogy a tatárreceptekben a hozzávalók között szerepel vaj, de ezt soha nem a húshoz keverjük, hanem a pirítósra kenjük.

Hozzávalók
4 személyre

A tatárhoz:

60 dkg kétszer átdarált bélszín
1 szál újhagyma, finomra vágva
1-1 tk. sima és magos dijoni mustár
1 gerezd fokhagyma
4 kakukkfűág letépkedett levelei
1 ek. ketchup
1 ek. Worchestershire-szósz
2 tojás sárgája

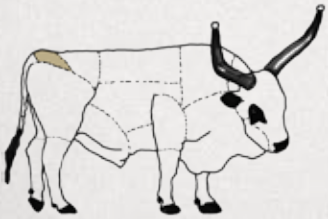
A balzsamecetes lila hagymához:

3 fej lila hagyma
0,5 dl balzsamecet

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A hozzávalókat keverjük össze és néhány órára tegyük hűtőbe.
2. Tálaláskor a közepébe üssünk egy nyers tojássárgáját (ezt közvetlenül fogyasztás előtt keverjük el benne, hogy krémes állagú legyen), és zöldségeket, pirítóst, vajat, balzsamecetes lila hagymát tegyünk mellé.



Tipp:

Vágjuk a lila hagymát félkarikákra, sózzuk be, keverjük össze balzsamecettel, és dobozban lezárva legalább egy órára tegyük hűtőbe.

Meleg bélszínsaláta
mézes-mustáros dresszinggel

Nem véletlenül a vesepecsenye az egyik legértékesebb és legkedveltebb húsrész: még egy ilyen egyszerű salátát is megkoronázhatunk egy jól elkészített bélszínnel.

Hozzávalók
4 személyre

A bélszínhez:

40 dkg bélszíncsík
2-3 ek. olívaolaj

A dresszinghez:

2 ek. dijoni magosmustár
1 tk. méz
1,5 dl őrségi szőlőmagolaj
1 ek. fehér balzsamecet

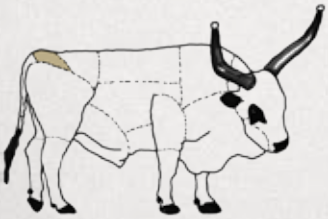
A salátához:

50 dkg salátakeverék: bébispenót, rukkola, római saláta
1 csomó retek
1 csomó újhagyma
20 dkg koktélparadicsom
a díszítéshez póréhagymacsíra

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A bélszíncsíkokat serpenyőben kevés olajon 2-3 perc alatt süssük meg. Tartsuk melegen.
2. Keverjük ki a dresszinghez a mustárt a mézzel, majd lassan csurgassuk hozzá a szőlőmagolajat, hogy sűrű folyós öntetet kapjunk. Végül ízesítsük balzsamecettel, sóval, borssal.
3. A saláta hozzávalóit tegyük egy tálba, helyezzük rá a meleg bélszíncsíkokat, és végül az egészet locsoljuk meg a dresszinggel.



Tipp:

A salátához használt retket szeleteljük vékonyra és tegyük jéghideg vízbe kb. 5 percre. Így a retek kissé kifeszül, ropogósabb lesz, és tálaláskor szebben el lehet helyezni a salátában.

Bélszínfasírt
kapros újtökfőzelékkel

Könnyed, tavaszi étel, 15 perc alatt elkészíthető, ebédre ízletes, kímélő fogás.

Hozzávalók
4 személyre

A fasírthoz:

40 dkg bélszín, darálva
fél fej finomra vágott vöröshagyma
1 gerezd fokhagyma
1 tk. mustár
1 rozmaringág levelei, aprítva

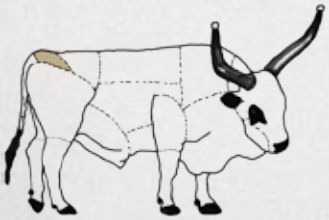
A főzelékhez:

2 dl *marhaalaplé*
5 dkg vaj
1 kisebb zsenge tök
2 szál újhagyma
2 dl tejszín
1 ek. balzsamecet
1 csokor friss kapor

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

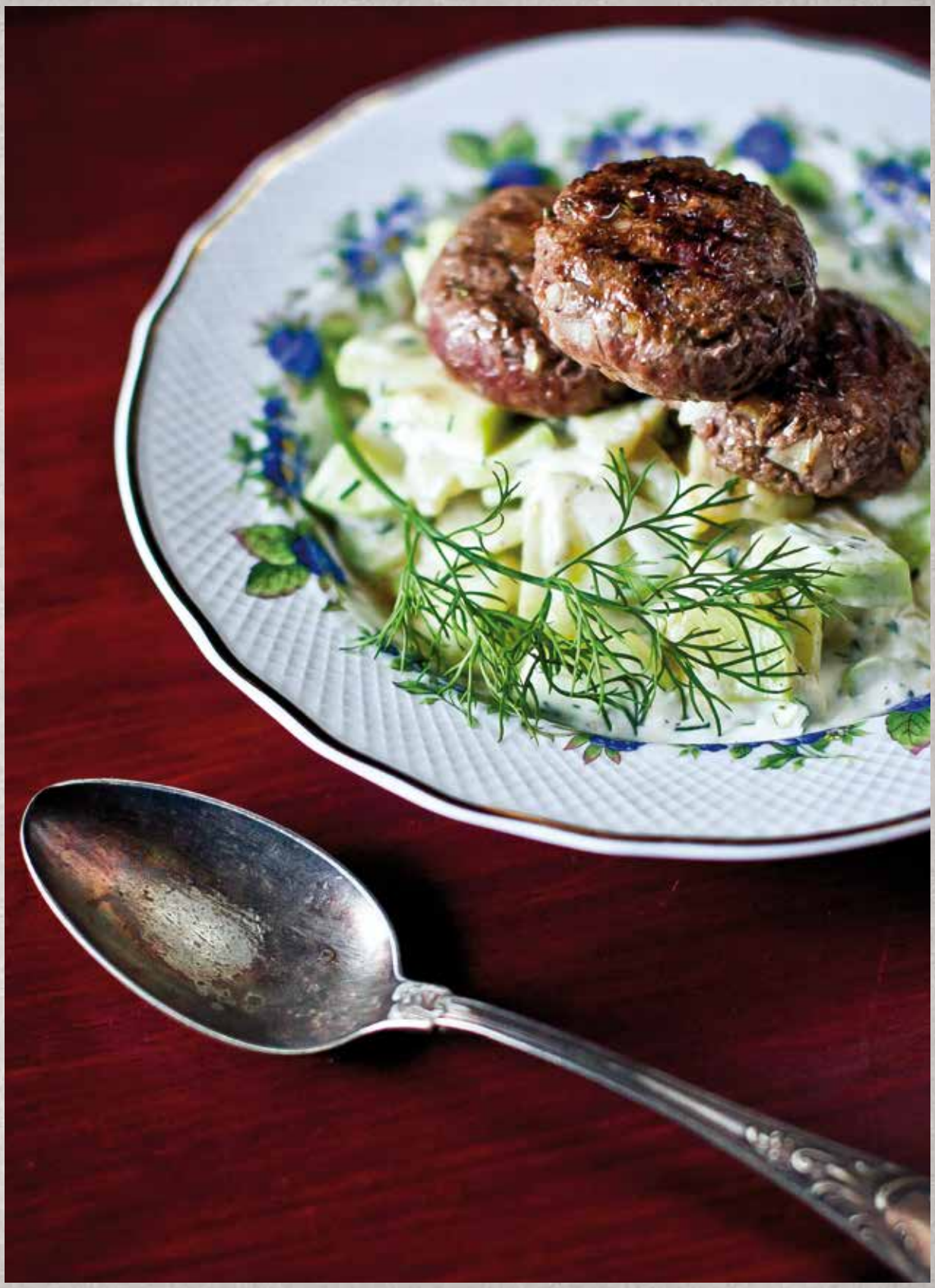
Elkészítés

1. Keverjük össze a darált húst a finomra vágott hagymával, fokhagymával, sóval, borssal, mustárral és friss rozmaringgal, tegyük félre.
2. Készítsük el a főzeléket: vajon futtassuk meg a karikára vágott újhagymát, és a vékony cikkekre vágott tököt, amíg üveges lesz. Öntsük fel alaplével, ízesítsük sóval, borssal és forraljuk 5 percig, amíg roppanós lesz a tök. Öntsük fel a tejszínnel és adjunk hozzá 1 ek. balzsamecetet és az apróra vágott friss kaprot. Addig forraljuk tovább, amíg a tejszín besűrűsödik. Legvégül kevés olajon süssük meg a fasírtot és tálaljuk a tökfőzelék mellé.



Tipp:

Az újtök annyira zsenge, hogy ezt a főzeléket rántás-habarás nélkül készítjük el. A fasírthoz sem használunk semmilyen kötőanyagot, hogy megőrizzük a bélszín nemes, karakteres ízét.



Fűszeres morzsában sült bélszín

petrezselymes újburgonyával és dijoni majonézzel

A fűszeres morzsával teljessé tehetjük a szürkemarhahús vegetális ízét. Ízlés szerint süthetjük néhány perccel hosszabb ideig a bélszínt, de úgy a legjobb, ha kívül ropog, belül pedig szaftos marad.

Hozzávalók
4 személyre

A bélszínhez:

80 dkg bélszínszelet
4 zsályalevél és 3 kakukkfűág
pankómorzsa
3 ek. olívaolaj a sütéshez

A dijoni majonézhez:

10 dkg majonéz
1 ek. magos mustár
1 tk. méz
1 gerezd fokhagyma

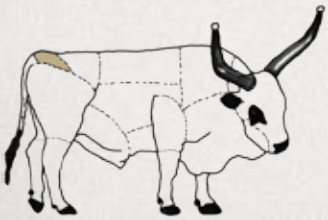
A petrezselymes újburgonyához:

60 dkg újburgonya
1 csokor friss petrezselyem

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Készítsük el a panírmorzsát: a pankómorzsába szórjunk sót, frissen őrölt borsot, apróra vágott zsálya- és kakukkfűleveleket.
2. A hússzeleteket jól nyomjuk bele a morzsába, annyi panír éppen elég, amennyit így felvesz.
3. Egy serpenyőben forrósítsunk 3-4 ek. olívaolajat, tegyük bele a bélszínszeleteket és süssük addig, amíg szép aranybarna színük lesz (oldalanként 2-2 perc a médium állagig).
4. Az újkrumplit mossuk meg, főzzük puhára. Olvasszunk vajat egy serpenyőben, tegyük bele a leszűrt újkrumplit, forgassuk át benne, végül szórjuk meg frissen aprított petrezselyemmel, sóval és borssal.
5. A majonézt keverjük össze a dijoni mustárral, egy kevés mézzel és egy gerezd zúzott fokhagymával. Kínáljuk a hússzeletek mellé hideg mártásként.



Tipp:

Ha nem kapunk pankómorzsát, helyettesíthetjük durvára őrölt házi kenyérmorzsával.

Bélszínérme
baconszalonnával, zöldspárgarizottóval, spárgapárlattal

A spárgaszezon csak hat hétig tart, használjuk ki. A hazai kifőzdében készülő, alkoholtartalmú zöldségpárlatból néhány csepp is elég, hogy még hangsúlyosabbá tegyük az ízeket.

Hozzávalók
4 személyre

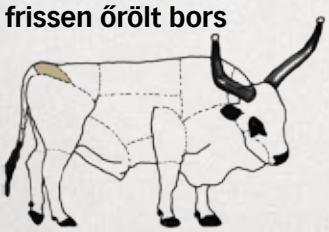
A bélszínérmékhez:

50 dkg bélszín
annyi baconcsík, ahány bélszínérménk van
olívaolaj a sütéshez

A rizottóhoz:

40 dkg rizottórizs
20 dkg zöldspárga
1 kis fej vöröshagyma
1 szál újhagyma
***marhaalaplé* (ha karakteresebb ízre vágyunk, vagy a spárga blansírozó leve, ha könnyedebb ételt szeretnénk)**
10 dkg vaj
3 ek. olívaolaj
2 dl fehérbor
5 dkg parmezán
2-3 kocka vaj
3-4 cl spárgapárlat

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. Vágjuk a bélszínt 4-5 dkg-os érmékre, és tekerjük körbe baconnel. Ha szükséges, tűzzük meg fogpiszkálóval, így biztosan egyben marad.
2. ***Blansírozzuk*** a spárgákat: a megmosott spárgasípokat 1-2 percre dobjuk forrásban lévő vízbe, majd azonnal tegyük át jéghideg vízbe. Így megőrzi szép zöld színét.
3. Olívaolajon futtassuk meg a hagymát és az újhagymát, adjuk hozzá a rizst és öntsük fel a fehérborral. Sózzuk, borsozzuk.
4. Amikor elpárolgott a bor, öntsünk rá egy keveset az alapléből és várjuk meg, hogy ez is elforrjon. Csak ezután öntsük rá a következő adag alaplevet. Addig folytassuk így a főzést, amíg a rizs megpuhul, de roppanós marad, a rizottó pedig még egy kicsit „leveses".
5. Adjuk hozzá a spárgát, majd reszeljük bele a parmezánt és a vajjal sűrítsük be.
6. Serpenyőben kevés olajon süssük 3-4 percig a bélszínérmék mindkét oldalát.
7. Tálaláskor locsoljuk meg spárgapárlattal.

Tipp:

Ha nincs spárgaszezon, akkor ezt a rizottót gombával vagy cukkinivel is elkészíthetjük.

Mézes borskéregben sült bélszín

Cumberland-mártással, burgonyakrokettel

Édesanyám szívesen készítette ezt a mártást a karácsonyi menühöz. A gyümölcsös fanyar szósz remekül illik vadhúsok mellé is.

Hozzávalók
4 személyre

80 dkg bélszín
2 ek. méz
őrölt színes bors

A Cumberland-mártáshoz:

10 dkg cukor
40 dkg ribizli
1 narancs héja és leve
½ kk. őrölt szegfűszeg
½ kk. őrölt fahéj
2 dl vörösbor
0,5 dl konyak

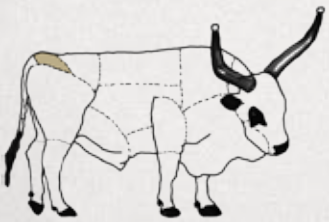
A burgonyakroketthez:

50 dkg főtt, áttört burgonya
20-25 dkg liszt (attól függően, mennyit vesz fel a burgonya)
1 tojás
pankómorzsa
½ kk. szerecsendió

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A steaket süssük körbe minden oldalán serpenyőben. Forgassuk a széleit mézbe, majd őrölt színes borsba. 180 fokon 5 percre tegyük sütőbe.
2. Karamellizáljuk a cukrot, adjuk hozzá a ribizlit (kb. 5 dkg-ot tegyünk félre), a vörösbort, a konyakot, a fűszereket, valamint a narancs levét és a héját is. Forraljuk be. Botmixerrel pépesítsük és szűrjük át. Keverjük hozzá a félretett egész ribizliszemeket.
3. A burgonyakroketthez keverjük össze a krumplit a liszttel és a tojással. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk bele a szerecsendiót. Formázzunk a masszából kis kroketteket, forgassuk bele a pankómorzsába és süssük ki bő olajban.



Tipp:

Ribizliből érdemes sokat lefagyasztani vagy lekvárnak eltenni. Ha lekvárból főzzük a Cumberland-mártást, akkor hagyjuk ki a hozzávalók közül a cukrot és fűszerezzük a leírt módon.

Steak
kakukkfüves sajtmártással, vargányával és knédlivel

Elegáns, finom étel, bár az elkészítése időigényes. A gőzgombóc nem a legegyszerűbb köret, de megéri fáradozni vele, mert tökéletes kísérője ennek a steaknek.

Hozzávalók
4 személyre

A steakhez:

4 × 20 dkg bélszínsteak
20 dkg vargánya

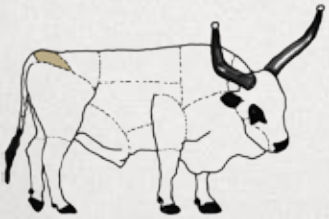
A knédlihez:

20 dkg rétesliszt
40 dkg búzaliszt
1 tojássárgája
20-20 g só és cukor
2 tk. pálinka vagy barna rum
2 tk. olaj
20 g friss élesztő
3 dl víz

A sajtmártáshoz:

15 dkg kakukkfüves kecskesajt
fél fej vöröshagyma
2 dl *marhaalaplé*
5 dkg vaj
1 dl tejszín
1 gerezd fokhagyma
póréhagymacsíra a díszítéshez

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A knédlihez gyúrjuk össze a hozzávalókat, kelesszük a tésztát, majd formázzunk belőle gombócokat.
2. Egy nagy lábosban forraljunk vizet, tegyünk rá egy egyenes szűrőt vagy szitát. A szűrőre tegyünk egy nedves konyharuhát úgy, hogy a fele lelógjon. Erre pakoljuk rá az olajjal megkent gombócokat, majd hajtsuk rá a konyharuha másik felét és 30 percig gőzöljük őket gyöngyöző víz fölött.
3. Nagy lyukú reszelőn reszeljük le a kakukkfüves sajtot. Egy serpenyőben olvasszuk meg a vajat, dinszteljük meg rajta a finomra vágott hagymát, öntsük fel alaplével, ízesítsük fokhagymával. Szórjuk bele a reszelt sajtot és ha megolvadt, öntsünk hozzá 1 dl tejszínt. Forraljuk sűrűre és botmixerrel keverjük simára.
4. A negyedekre vágott vargányát kevés olajon pirítsuk le, sózzuk, borsozzuk és tegyük félre.
5. A bélszínsteakeket kevés olajon, minden oldalon süssük körbe, majd tegyük sütőbe és 180 fokon 5 perc alatt süssük médium állagúra.

Tipp:

Kakukkfüves kecskesajt helyett márványsajtot is használhatunk, de a kakukkfüvet ne hagyjuk el a sajtmártásból.

Wellington-bélszín
grillezett zöldségekkel

A köztudatban úgy él ez az étel, mint egy bonyolult és előkelő fogás. Valójában egy egyszerű, töltött vajas-leveles tészta.

Hozzávalók
4 személyre

A töltelékhez:

60 dkg bélszín
4 fej vöröshagyma
20 dkg gomba, lereszelve
4 zsályalevél, apróra vágva
1 csokor petrezselyem
1 tojás
olívaolaj

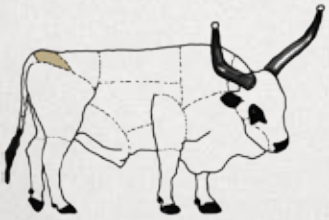
A tésztához:

1 csomag vajas-leveles tészta
1 tojás a kenéshez

A grillezett zöldségekhez:

20 dkg újburgonya
20 dkg gomba
1 csokor újhagyma
2 db tápia paprika
1-1 db cukkini, padlizsán és újtök
20 dkg koktélparadicsom
5 zsályalevél
2 rozmaringág
olívaolaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A bélszínt forró serpenyőben kevés olajon minden oldalán süssük körbe. Tegyük félre, várjuk meg, hogy kihűljön.
2. A finomra vágott hagymát kevés olajon pirítsuk meg, adjuk hozzá a nagy lyukú reszelőn lereszelt gombát és pároljuk együtt. Sózzuk és borsozzuk, szórjuk meg friss aprított zsályával.
3. Húzzuk le a tűzről, adjunk hozzá egy egész tojást és gyorsan keverjük el benne. A gomba így szép krémes állagú lesz.
4. Nyújtsuk ki a kész vajas tésztát. Az ⅓-át kenjük meg a gombás alappal, szórjuk meg a finomra vágott petrezselyem felével, tegyük rá a bélszínt, a tetejét terítsük be a gombakrém maradékával, majd szórjuk meg petrezselyemmel.
5. A tészta széleit kenjük meg tojással, és így tekerjük fel, nyomjuk össze és derelyevágóval dolgozzuk el. A maradék tésztából csíkokat vághatunk, és ezzel díszíthetjük a tetejét. Kenjük meg tojással, és előmelegített sütőben, 180 fokon 20 perc alatt süssük meg. (A bélszín így médium állagú lesz.)
6. Kevés olívaolajon pirítsuk meg a feldarabolt zöldségeket, sózzuk, szórjuk meg friss zsályával, apróra vágott rozmaringgal és frissen őrölt borssal.

Tipp:

A kész tésztát kenjük meg tojással, pihentessük 10 percig. Mielőtt betennénk a sütőbe, kenjük meg másodszor, így szép fényes lesz a teteje.

Lépésről lépésre: Wellington-bélszín

1. A bélszín minden oldalára süssünk kérget.
2. Tegyük a gombakrémmel megkent tésztára, szórjuk meg petrezselyemmel.
3. Tekerjük fel a tésztát, a széleit dolgozzuk el derelyevágóval.
4. Kenjük meg tojással.
5. Süssük szép aranybarnára.

A sokszínű szürkemarhahús

Hortobágyi „kilenclyukú” palacsinta
sültpaprika-mártással

Úgy éreztem, a szürkemarha-szakácskönyvből nem hiányozhat a hortobágyi palacsinta. Bár ez az előétel hagyományosan csirkehúsból készül, elkészítettem a marhahúsos változatot. Óriási sikere volt.

Hozzávalók
4 személyre

A töltelékhez:

50 dkg darált hús (puhahátszín)
1 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
1 zöldpaprika
1 paradicsom
1 babérlevél
1 tk. őrölt kömény
olaj
fél csokor petrezselyem

A palacsintához:

30 dkg liszt
3 dl tej
3 egész tojás
cukor
szódavíz (amennyi a palacsinta-sűrűségű tésztához szükséges)

A paprikamártáshoz:

10 dkg füstölt szalonna
4 db kápia paprika
1 fej vöröshagyma
1 gerezd fokhagyma
2 dl tejföl

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Pirítsuk le a hagymát kevés olajon. Tegyük bele a darált húst, süssük fehéredésig, majd adjuk hozzá az apróra felkockázott paradicsomot és a paprikát. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg őrölt köménnyel, adjuk hozzá a zúzott fokhagymát. Amikor a hús megpuhult és a paradicsom is szétfőtt benne, vegyük le, keverjük bele a tejfölt és szórjuk meg petrezselyemmel.
2. Keverjük ki a palacsintatésztát, süssünk ki kilenc palacsintát. Töltsük meg a töltelékkel és tekerjük fel mindegyiket.
3. A sültpaprika-krémhez a grillen vagy gáztűzhely lángja fölött süssük feketére a paprikákat, tegyük egy tálba őket és fóliázzuk le. Ha kihűltek, húzzuk le a héjukat, vágjuk fel őket csíkokra. Egy serpenyőben pirítsuk a kockára vágott füstölt szalonnát zsírjára, ezen futtassuk meg a hagymát, sózzuk, borsozzuk, ízesítsük zúzott fokhagymával, majd adjuk hozzá a sült kápia paprikát. Botmixerrel pürésítsük, legvégül keverjük össze tejföllel.

Tipp:

Egy egyszerűbb elkészítési mód: a megtöltött, feltekert palacsintákat azonnal tegyük egy tepsibe, öntsük le a szósszal és 10–15 perc alatt süssük készre.

Paradicsomos hagymás bab
(Chili con carne)

Amikor az igazán férfias dolgok találkoznak: a merészen csípős mexikói étel és a karakteres szürkemarhahús. Tökéletes kombináció.

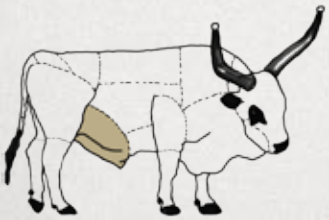
Hozzávalók
4 személyre

50 dkg darált hús (puhahátszín)
10 dkg füstölt szalonna
2 fej vöröshagyma
3 gerezd fokhagyma
50 dkg tarkabab (beáztatva vagy 2 konzerv bab)
3 dl vörösbor
50 dkg hámozott paradicsom (vagy 1 konzerv)
1 kk. őrölt római kömény
1 kk. őrölt koriander
1 db chili
1 kápia paprika, kockára vágva
1 zöldpaprika, kockára vágva

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A kockára vágott füstölt szalonna zsírján futtassuk meg a hagymát és a fokhagymát, adjuk hozzá a darált húst. Sózzuk, borsozzuk. Tegyük hozzá az előre beáztatott, lecsöpögtetett babot, és a kockára vágott paradicsomot.
2. Süssük a húst addig, amíg kifehéredik, öntsük hozzá a vörösbort, szórjuk meg római köménnyel és őrölt korianderrel, majd adjuk hozzá az apróra vágott chilit. Szakaszosan öntsük hozzá az alaplevet, mindig várjuk meg, hogy elfőjön. Mindezt addig folytassuk, amíg a bab megpuhul.
3. A vége felé adjuk hozzá a kétféle paprikát és még nagyjából 20 percig főzzük.



Tipp:
Ha kevés az időnk, akkor 30 percig pároljuk a húst minden hozzávalóval együtt és csak a legvégén adjuk hozzá a konzerv babot.

Hunburger

Ha a szürkemarha hungarikumnak számít, akkor a belőle készült húspogácsa íze is egyedi és megismételhetetlen. Legyünk egy kicsit mások, mint a többiek!

Hozzávalók
4 személyre

A húspogácsához:
80 dkg darált hús (puhahátszín)
2 rozmaringág levelei

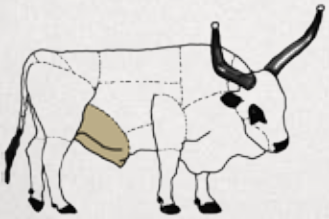
A bucikhoz:
50 dkg liszt
2,8 dl víz
0,5 dkg élesztő
1 dkg só
0,5 dl olívaolaj

A sültpaprika-krémhez:
1 gerezd fokhagyma
2-3 kápia paprika
1 ek. vörösborecet
0,5 dl olívaolaj
chili ízlés szerint

A fokhagymás tejfölhöz:
2 dl tejföl
1 gerezd fokhagyma

A díszítéshez:
4-5 levél római saláta
2 db paradicsom
2 db zöldpaprika
2 fej vöröshagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors



Elkészítés

1. A lisztet dolgozzuk össze a vízzel, az élesztővel, a sóval és az olívaolajjal. Kelesszük, majd gyúrjuk át és kelesszük tovább.
2. A megkelt tésztából formázzunk 15 dkg-os bucikat, lisztezett felületen tenyérrel jól lapítsuk le mindegyiket, hogy ne legyenek túl magasak és 250 fokon 10–12 perc alatt süssük meg őket.
3. A darált húst keverjük össze sóval, borssal, apróra vágott rozmaringlevelekkel. Serpenyőben, kevés olajon mindkét oldalát süssük szép barnára.
4. Vágjuk karikára a zöldségeket, és serpenyőben, kevés olívaolajon grillezzük őket.
5. Pakoljuk meg a bucit: először kenjük meg sültpaprika-krémmel, tegyünk bele friss salátaleveleket, grillezett paradicsomkarikákat, hagymakarikákat és paprikát, majd locsoljuk rá a fokhagymás tejfölt.

Tipp:

1. Ha nem használjuk fel egyszerre az összes bucit, nyugodtan fagyasszuk le, miután kisütöttük. Legközelebb egy éjszakával a fogyasztás előtt vegyük ki őket, hagyjuk, hogy kiolvadjanak, majd vágjuk félbe és pirítsuk meg mindkét oldalukat.
2. A sültpaprika-krémhez a kápia paprikát sütőben vagy gáztűzhely lángja fölött süssük feketedésig. Tegyük egy edénybe, fóliázzuk le és várjuk meg, hogy lehűljön. Ezután húzzuk le a héját, pürésítsük olívaolajjal, ízesítsük sóval és borssal, egy csepp borecettel, fokhagymával és chilipaprikával.

Töltött paprika
gyömbéres-joghurtos rizspiláffal

A szürkemarhahúsnak nagyon jól áll a keleties fűszerezés. Íme, a töltött paprika egy kicsit másképp.

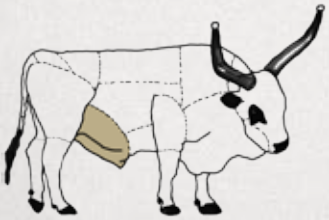
Hozzávalók
4 személyre

40 dkg darált hús (puhahátszín)
4 db kaliforniai paprika
1 fej vöröshagyma
20 dkg főtt rizs
egy 2 cm-es gyömbérdarab, lereszelve
4 dl joghurt
2 ek. olívaolaj
2 gerezd fokhagyma
1 kk. őrölt római kömény
1 kk. őrölt koriander
1 kis csokor friss koriander
1 csokor friss petrezselyem
fél kk. currypor

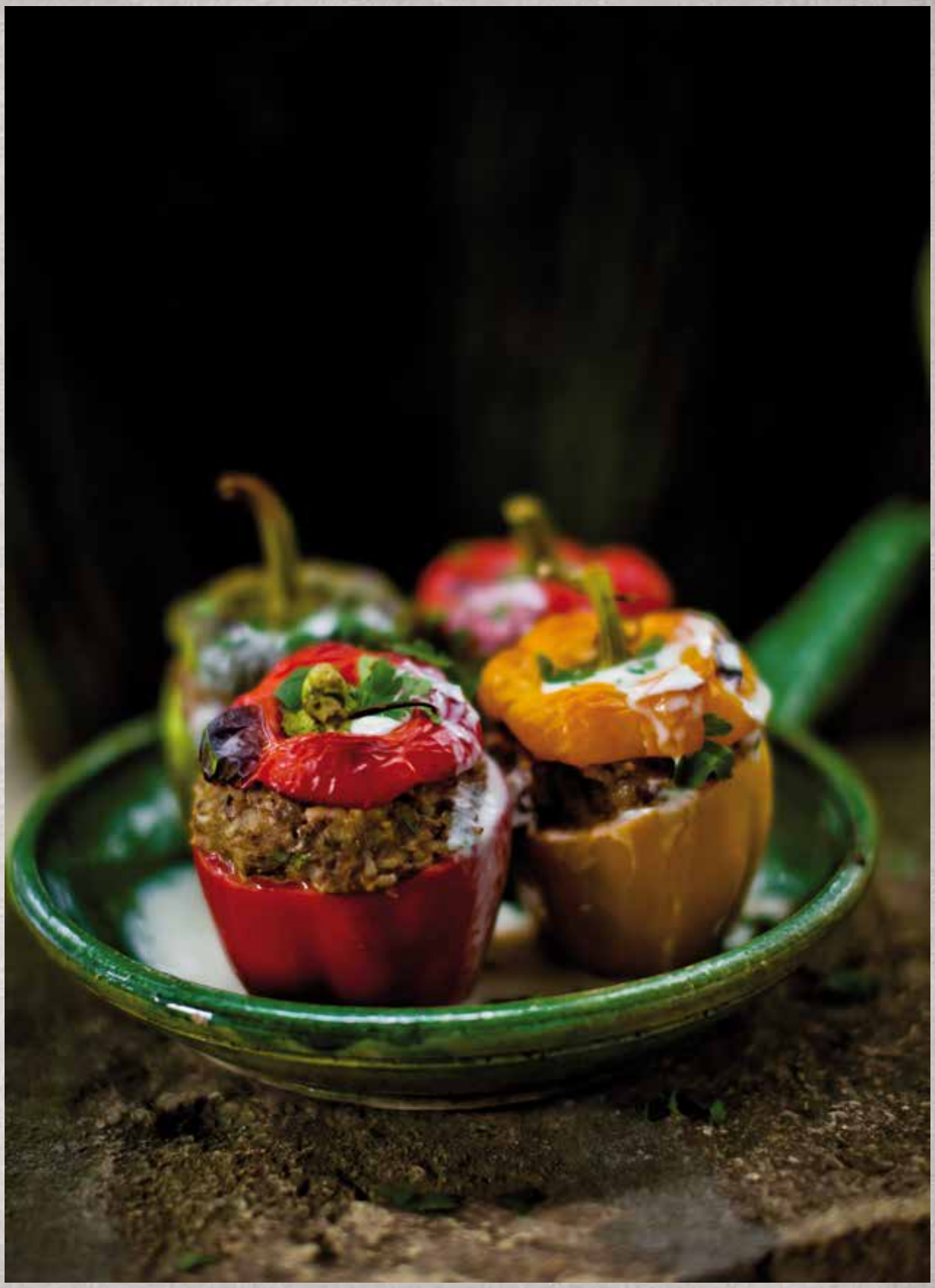
frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A finomra vágott hagymát pirítsuk le kevés olívaolajon, keverjük a darált húshoz, adjuk hozzá a főtt rizst, a gyömbért, a zúzott fokhagymát, az őrölt és a friss koriandert, a római köményt, a curryt, a finomra vágott petrezselymet. Sózzuk, borsozzuk és keverjünk hozzá 2 dl joghurtot.
2. Vágjuk le a kaliforniai paprikák kalapját, távolítsuk el a magházukat és töltsük meg a húsos alappal. Tegyük tűzálló tálba és 180 fokon 40 perc alatt süssük készre. Még forrón öntsük le 2 dl zúzott fokhagymával kikevert joghurttal. Azonnal tálaljuk.



Tipp:
Egy kevés kockára vágott, lepirított füstölt szalonnával vagy baconnel a füstölt ízvilágot is belecsempészhetjük.



Skót ököruszályleves
aszalt szilvával

A név megtévesztő, hiszen ez a fogás inkább egytálétel. A lényeges részei a hús és a zöldségek, a leves inkább csak melegen tartja ezeket. Az aszalt szilvától telt, édeskés íze lesz, ami tökéletesen harmonizál a karakteres hússal.

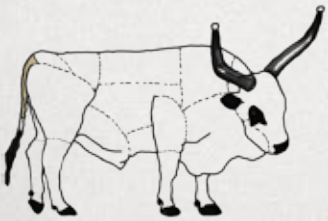
Hozzávalók
4 személyre

1 kg marhafarok
marhaalaplé
3 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
1 újzeller
20 dkg aszalt szilva
4 szál lepirított újhagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Kevés olajon pirítsuk le a félbevágott újhagymát. Tegyük félre.
2. Az alaplében tegyük fel főni a zöldségeket és a húst. Sózzuk, borsozzuk. A zöldségeket 30 perc elteltével kivehetjük, a húst főzzük tovább, amíg teljesen megpuhul.
3. Ha kész, adjuk a leveshez az újhagymát, és az aszalt szilvát, főzzük együtt kb. 10 percig.
4. Tálaláskor szedjük le a csontról a húst, majd tegyük a zöldségeket, a húst, az aszalt szilvát és az újhagymát egy-egy tálba és merjünk rá egy keveset a levesből.



Tipp:
Eredetileg póréhagymával készül: a hosszában félbevágott hagymát pirítsuk le olajon és ugyanúgy az aszalt szilvával együtt tegyük a levesbe.

Szürkemarha-szalámi és -kolbász – aki megkóstolja, a rajongója lesz

Combsonka
áfonyás-kecskesajtos rukkolával

A markáns ízű szárított sonkát könnyed, friss saláta és gyümölcs kíséri. Jó magos kenyérrel bármilyen összejövetelen tökéletes előétel lehet.

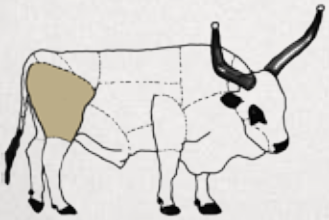
Hozzávalók
4 személyre

20 dkg sonka
1 doboz (kb. 125 g) rukkola
10 dkg áfonya
10 dkg kecskesajt (lágy)
2 ek. balzsamecet
3 ek. őrségi szőlőmagolaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

Vágjuk hajszálvékony szeletekre a sonkát. Mossuk meg és csepegtessük le a rukkolát, morzsoljuk hozzá a kecskesajtot és tegyük bele a megtisztított, megmosott áfonyát. Szőlőmagolajjal és balzsamecettel, sóval és borssal ízesítsük. Tálaljuk a sonka mellé.



Tipp:

Ez a saláta bármilyen bogyós gyümölccsel (piros és fekete ribizli, szeder, málna) finom. Lágy kecskesajt helyett juhsajtot is használhatunk hozzá.

Sonkás-kecskesajtos bundás kenyér

Íme, a bizonyíték, hogy egy egyébként végtelenül egyszerű bundás kenyeret is elegánssá és különlegessé tehetünk.

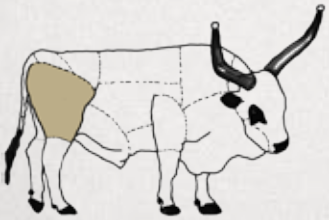
Hozzávalók
4 személyre

10 dkg szürkemarha combsonka
20 dkg kecskegomolya
8 szelet fehér kenyér
olaj a sütéshez
4-5 egész tojás

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Vágjuk le a kenyérhéjat, tegyük két kenyér közé a sajtot, a sonkát és még egy réteg sajtot. A szeleteket összefogva forgassuk a szendvicset tojásba, majd így egyben süssük ki bő olajban. Ha elég ügyesek vagyunk, biztosan nem fog szétesni és az olvadt sajt sem folyik ki belőle!
2. Könnyű reggelinek vagy vacsorára, friss salátával, retek-, torma- vagy rukkolacsírával, de akár mártogatósokkal is tálalhatjuk.



Tipp:

1. **Paradicsomos mártogatós**
   Egy konzerv darabolt paradicsomot, 4-5 friss, finomra vágott bazsalikomlevelet, 1 gerezd zúzott fokhagymát botmixerrel pürésítsünk, sózzuk, borsozzuk.
2. **Fokhagymás-tejfölös mártogatós**
   Keverjünk össze egy nagy doboz tejfölt 2 gerezd zúzott fokhagymával, frissen őrölt borssal, finomra vágott petrezselyemlevelekkel és sóval.

Tányérhús
(Tafelspitz)

Családi ebédeken a tányérhús mellé legalább 2-3-féle meleg mártást is kínáltak, ezek közül a Sárika néni titkos receptje alapján készülő kapros uborkamártás volt a kedvencem.

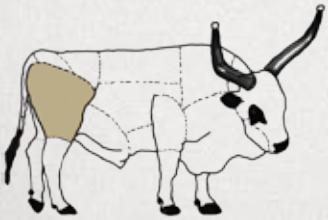
Hozzávalók
4 személyre

80 dkg marhafartő
4 szál sárgarépa
4 szál fehérrépa
1 zellergumó
20 dkg zöldborsó
1 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
40 dkg burgonya
friss lestyán

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Hideg vízben tegyük fel a húst, ha fölforrt, szedjük le a habját, sózzuk és szórjunk bele egész borsot. Tegyük bele a megtisztított zöldségeket egészben. Amikor a zöldségek megpuhultak (kb. fél óra elteltével), szedjük ki őket. A főzőléből valamennyit merjünk át egy külön lábosba és ebben főzzük meg a burgonyát. A hús főzőlevébe tegyük bele héjastul a vöröshagymát és héjastul keresztben félbevágva a fokhagymát, valamint a lestyánt. Lassan, gyöngyözve főzzük 2 órán át, amíg a hús teljesen megpuhul.
2. Vegyük ki és tegyük félre a húst, a levest pedig főzzük tovább még 30 percig, hogy eszenciát kapjunk. Ha szükséges, sózzuk meg. Amikor kész, szűrjük át. Tegyük a zöldségeket a tányérba és merjük rá a levest. A hús mellé kínáljunk tormamártást és kapros uborkamártást.



Tipp:

Kapros uborkamártás készítése
Vágjunk kockára 20 dkg csemegeuborkát. Pirítsunk le vajon fél fej apróra vágott vöröshagymát, dobjuk rá az uborkát, sózzuk, borsozzuk és öntsük fel uborkalével. Ha elforrt, vágjunk rá fél csokor friss kaprot, majd az egészet sűrítsük be 2 dl tejföllel.

Gyömbéres kocsonya

Ez egy igazán kímélő kocsonyaváltozat, mert nem tartalmaz zsiradékot.
A gyömbér egy kis könnyedséget ad a testes húslevesnek.

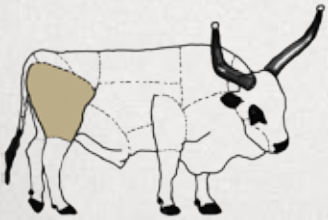
Hozzávalók
4 személyre

50 dkg szürkemarhacomb, csontok, lábszár
2 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
fél zellergumó
10 szem egész bors
egy 3 centiméteres gyömbérdarab, karikára vágva
1 fej fokhagyma, keresztben félbevágva
1 fej vöröshagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

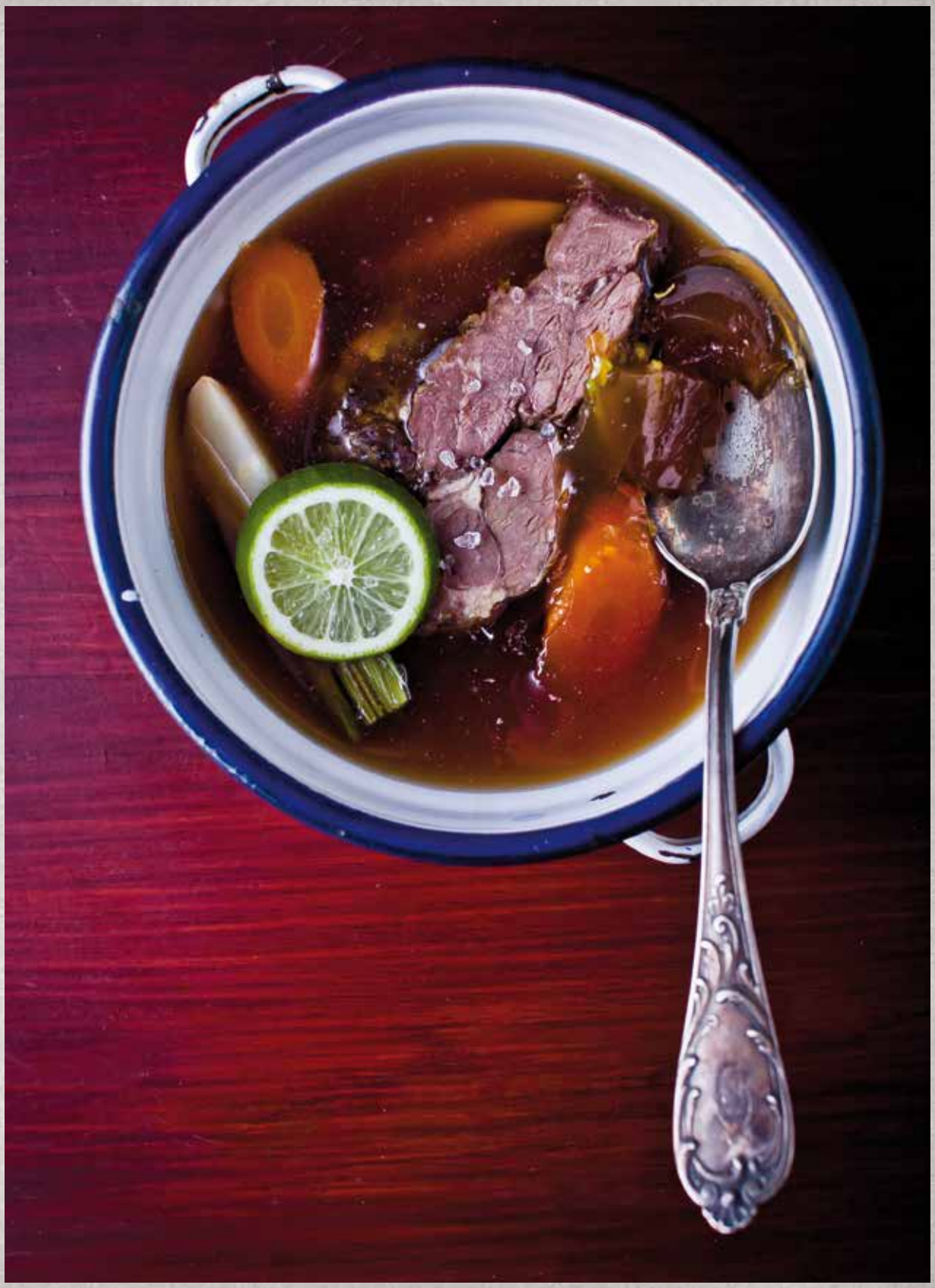
Elkészítés

1. A húst és a zöldségeket egy lábosban, hideg vízben kezdjük el főzni. Szórjuk bele az egész borsot, sózzuk, majd tegyük bele a fokhagymát, az egész fej vöröshagymát és a karikára vágott gyömbért.
2. Amikor a zöldségek már puhák, vegyük ki és a húst főzzük tovább gyöngyözve még 3 órán át.
3. Ha megfőtt a hús, vegyük ki és szűrjük át a levest.
4. A húst vágjuk nagyobb szeletekre, rendezzük el a tányéron, majd tegyük hozzá a karikára vágott zöldségeket is.
5. Kanalazzuk rá a levet és legalább 2-3 órára tegyük hűtőbe, hogy kidermedjen.



Tipp:

1. Ha az egész fej fokhagymát alaposan megmossuk, és keresztben kettévágjuk, nem kell megpucolnunk és gerezdekre szednünk.
2. Mint minden levesnek, ennek is gyönyörű színt ad, ha a vöröshagymát héjával együtt főzzük bele.



Csomboros cika káposzta

Erdélyi eredetű étel, ahol a káposztát nem aprítva savanyítják, hanem egész fejekben. Ezekből vágnak később cikkeket, erre utal a cika (cikk) elnevezés.

Hozzávalók

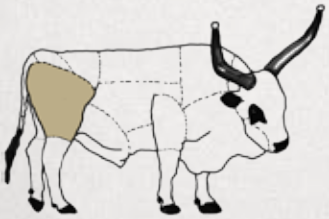
4 személyre

30 dkg darált hús (comb)
20 dkg szürkemarhakolbász
10 dkg füstölt szalonna
2 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
1 kis fej savanyú káposzta
1 l *marhaalaplé*
3 dl tejföl
2 szál friss csombor
más néven borsikafű
(ha nem kapunk frisset,
használjunk szárítottat)
2 darab babérlevél
1 csokor friss petrezselyem

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. A kockára vágott füstölt szalonna zsírján pirítsuk meg a hagymát és a fokhagymát, dobjuk rá a cikkekre vágott savanyú káposztát. Öntsük fel marhaalaplével, ízesítsük babérlevéllel, sóval, borssal és csomborral.
2. A darált húst sózzuk, borsozzuk, gyúrjunk a masszából gombócokat. A karikára vágott kolbásszal együtt tegyük a leveses alaphoz és főzzük puhára.
3. A végén az egészet tejföllel habarjuk be és szórjuk meg friss petrezselyemlevéllel.



Tipp:

Az erdélyi egytálételekre jellemző módon ez a leves is annyira sűrű, hogy önálló fogásként is megállja a helyét. Friss, ropogós héjú burgonyás kenyérrel az igazi.

Lassan sült felsál
szárított vargányás fordított burgonyával

Szárított vargánya és csiperke egész évben kapható, így ez a fogás bármely évszakban része lehet egy ünnepi menüsornak.

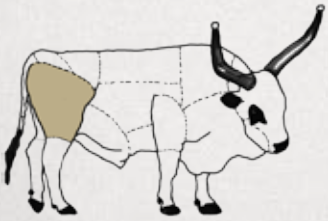
Hozzávalók
4 személyre

1 kg szürkemarhafelsál
5 dkg szárított vargánya
3 ek. olaj
2 kakukkfűág
2 rozmaringág
2 dl vörösbor
1 csomag újhagyma
40 dkg újburgonya
20 dkg csiperke
a díszítéshez mustárcsíra

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Serpenyőben kevés olajon a felsál minden oldalára süssünk kérget. Sózzuk, borsozzuk, dörzsöljük be aprított rozmaringlevelekkel, majd 3-3,5 órára tegyük 70 fokos sütőbe (rácsra, ne tepsibe).
2. Főzzük meg a burgonyát, szedjük le a héját és tegyük félre.
3. A csiperkegombacikkeket kevés olajon, újhagymán pirítsuk meg, sózzuk, borsozzuk és szórjuk meg kakukkfűlevelekkel. Öntsük fel a vörösborral és várjuk meg, hogy elforrjon kb. 10–15 perc alatt.
4. A szárított vargányát forraljuk össze az alaplével (legalább 30 percig), majd ezt a levet öntsük rá a vörösboros pirított gombára. Ha kell, sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg kakukkfűvel.
5. A főtt burgonyát vágjuk karikákra, kevés olajon süssük ropogósra és forgassuk össze a gombás mártással.
6. Ha elkészült a marhafelsál, nagyobb szeletekre vágva tálaljuk, mustárcsírával díszítsük.



Tipp:
Tegyünk a rács alá egy tepsit, mert a húslé csöpöghet.

Marhafartő
sáfrányos-vaníliás körtével, parázsburgonyával

„Sáfrányold, eceteld, nádmézeld be" – áll a Mátyás-korabeli feljegyzésekben, amelyek azt bizonyítják, hogy ez a különleges ízkombináció már akkoriban is kedvelt volt.

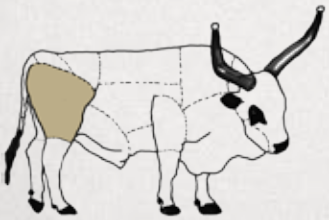
Hozzávalók
4 személyre

4 × 15 dkg marhafartőszeletek
40 dkg újburgonya
2 db körte
fél vaníliarúd
2 dl fehérbor
egy 2 cm-es gyömbérdarab, apró kockákra vágva
sáfrányos szeklice
1 ek. méz
2 dl tejszín

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

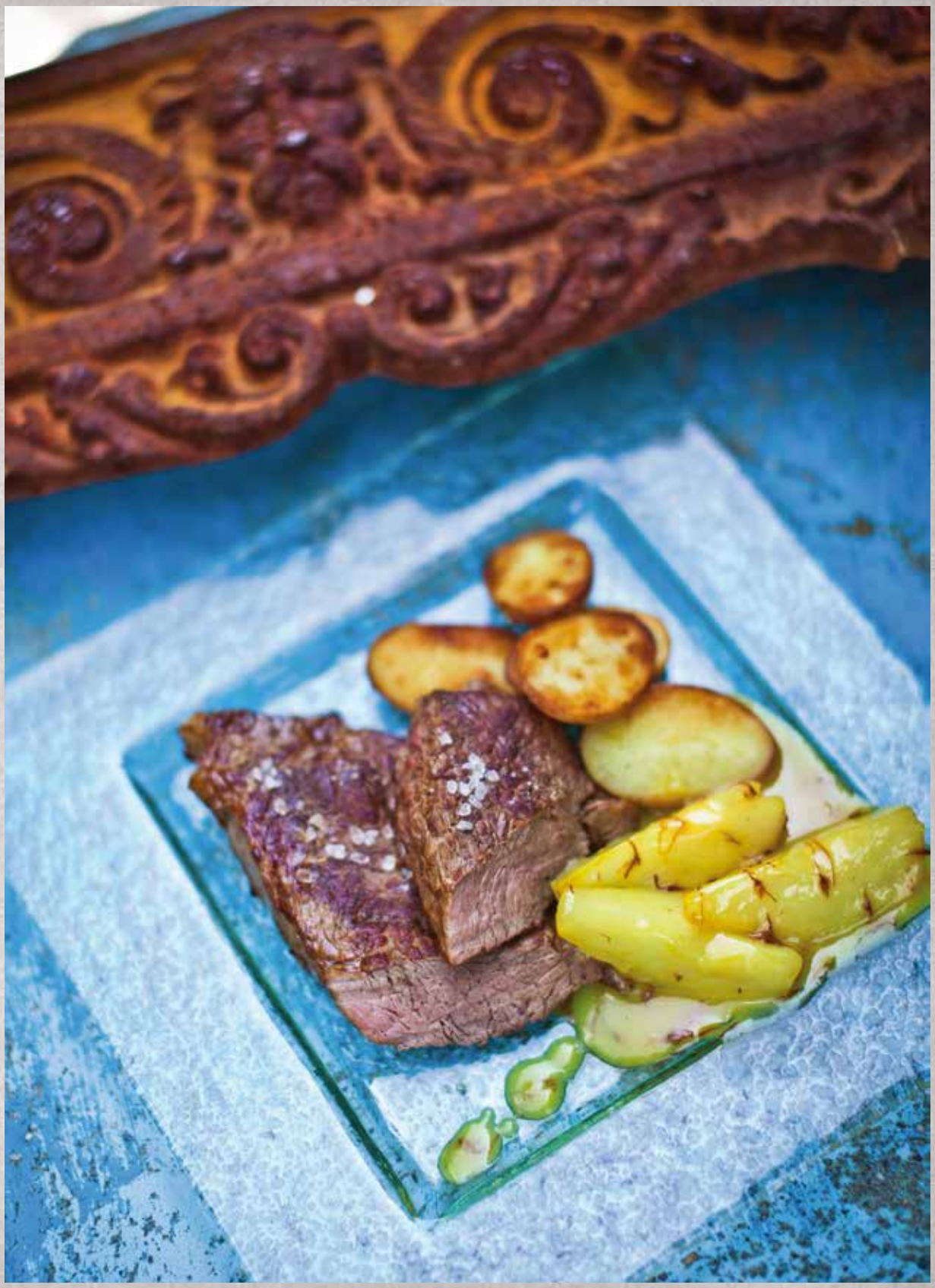
Elkészítés

1. A marhafartőszeleteket sózzuk be, serpenyőben mindkét oldalon süssünk rá kérget, majd tegyük sütőbe és 180 fokon 8 percig süssük. Szórjuk meg frissen őrölt sóval, borssal.
2. Az alaposan megmosott újburgonyát főzzük puhára, szűrjük le, vágjuk félbe és tegyük kiolajozott tepsibe. 180 fokon 12–15 perc alatt süssük ropogósra.
3. Egy lábosban karamellizáljuk a mézet, adjuk hozzá a körtecikkeket, sózzuk, öntsük fel fehérborral és fedő alatt pároljuk. Tegyük bele a vaníliarudat, a gyömbért és egy csipet sáfrányos szeklicét. Adjuk hozzá a tejszínt és főzzük mártássűrűségűre.



Tipp:

1. Fontos, hogy a szószhoz adott fehérbort legalább 5 percig forraljuk, hogy elillanjon az alkoholtartalma. Ha ez a lépés elmarad, összeránthatja a tejszínt.
2. Ha savanykásabban szeretjük a mártást, akkor néhány csepp citromlével vagy fehérborecettel ízesítsük.



Szőlőskislak és Apajpuszta

Májpástétom

Mivel az alapanyag már kész májkrém, ennél az előételnél a formázással mutathatjuk meg a kreativitásunkat.

Hozzávalók
4 személyre

A májpástétomhoz:

30 dkg kenőmájas
20 dkg vaj + 10 dkg a kenéshez
4 kakukkfűág
0,5 dl Tokaji aszú vagy Szamorodni

A salátához:

1 csomag retek
3 dkg vízitormacsíra
1 kis fej frizée saláta
3 ek. szőlőmagolaj
1 csomag újhagyma
2 ek. Tokaji borecet

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Egy formát fóliázzunk ki (a peremét is).
2. A májkrémet habosítsuk ki a vajjal, ízesítsük kakukkfűvel, sózzuk, borsozzuk és adjuk hozzá a bort. Keverjük jól össze.
3. Tegyük a formába a májkrémet és legalább egy órára tegyük hűtőbe, hogy kidermedjen.
4. A 10 dkg vajat habosítsuk ki egy másik tálban.
5. Vegyük ki a hűtőből a fűszeres májkrémet, borítsuk ki a formából és a tetején osszuk el a kihabosított vajat. A végén egy sütőpapírt végighúzva a tetején simítsuk teljesen egyenletesre.

Tipp:

Lilahagyma-csatni készítése

A májpástétomok (és általában a májas ételek) mellé jól illik az édes íz. Készíthetünk hozzá lilahagyma-csatnit is. Ehhez karamellizáljunk 2 ek. cukrot, dobjunk rá 2 fej vékony szeletekre vágott lila hagymát. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg őrölt korianderrel, római köménnyel, friss chilipaprikával. Öntsük fel 0,5 dl vörösborral és forraljuk sűrűre. Ha kihűlt, tálalhatjuk a májpástétom mellé.

Serpenyős marhamáj
spenótos forgatott tésztával

Ha nagyon kényelmesek vagyunk, ennek az ételnek az elkészítési ideje akkor sem több 20 percnél. Érdemes kipróbálni, ha egy gyors ebédet szeretnénk, amivel az egész család jóllakhat.

Hozzávalók
4 személyre

máj
5 dkg füstölt szalonna
5 dkg vaj
kevés kacsazsír (a sütéshez)
30 dkg csavart tészta
1 csokor újhagyma
1 kápia paprika, kockára vágva
20 dkg spenótlevél
2 gerezd fokhagyma

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. Egy serpenyőben olvasszuk ki a kockára vágott szalonna zsírját. Szedjük ki a szalonnát és tegyük félre. Ugyanebbe a zsiradékba tegyük az 1 cm vastagra szeletelt májat, és mindkét oldalát süssük 1-1 percig. Pihentessük további 5 percig.
2. Sós lobogó vízben főzzük ki a tésztát, szűrjük le és forgassuk össze a párolt zöldségekkel.
3. Közben készítsük el a tésztát: az olvasztott vajra dobjuk rá a felaprított újhagymát a zöldjével együtt, a kockára vágott kápia paprikát, a felkarikázott fokhagymagerezdeket és a megmosott spenótleveleket. Keverjük bele a félretett szalonnadarabkákat, sózzuk, borsozzuk és jól forgassuk össze.

Tipp:

A szabad tartás miatt a szürkemarha virágos, gyógynövényes mezőkön legel, mesterséges tápot nem kap. Többek között ennek is köszönhető, hogy a szürkemarhamáj az egyik legtisztább májfajta.

Paradicsomos pacalleves

Minden országnak megvan a tipikus pacalétele. A spanyol konyhára a callos, a paradicsomos pacal jellemző, ami ezt a fogást is ihlette.

Hozzávalók

4 személyre

40 dkg pacal
10 dkg szürkemarhakolbász
2-3 babérlevél
6 gerezd fokhagyma
3 fej vöröshagyma
5-6 szem egész bors
4 paradicsom
1 zöldpaprika
1 kápia paprika
1 kk. őrölt chili
1 kk. őrölt koriander
marhaalaplé
olaj
friss koriander
2 babérlevél
40 dkg újburgonya

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. ***Abáljuk*** le a pacalt: 1 liter sós vízhez tegyünk néhány szem egész borsot, babérlevelet, fokhagymát, hagymát, sót. Melegítsük fel és ebbe tegyük bele a kisebb darabokra vágott pacalt. Főzzük így legalább másfél óráig. Vegyük ki, szűrjük le.
2. Vágjuk csíkokra a pacalt, pirítsuk le 1 fej apróra vágott hagymán. Öntsük fel a vörösborral, adjuk hozzá az apróra vágott paprikát, paradicsomot és a kolbászkarikákat. Fűszerezzük chilivel, korianderrel, babérlevéllel, sóval, borssal, fokhagymával. Addig főzzük, amíg a pacal megpuhul.
3. Az utolsó 20 percben adjuk hozzá a karikára vágott újburgonyát és főzzük puhára.

Tipp:

Ha inkább az erdélyi csorbapacalra emlékeztető levest szeretnénk, akkor csak 1 paradicsomot tegyünk hozzá, a fűszerek helyett pedig csak majoránnát és csombort használjunk. Főzzük a fent leírt módon, a legvégén pedig tejföllel habarjuk be és fél citrom levével savanyítsuk.

Rántott pacal
remulád mártással

Ne féljünk a pacaltól, mert ha jó minőségű alapanyagot használunk, igazán könnyű vele bánni. És nagyon finom!

Hozzávalók
4 személyre

A rántott pacalhoz:

60 dkg pacal
2-3 babérlevél
3-4 gerezd fokhagyma
1 fej vöröshagyma
liszt
tojás
pankómorzsa
5-6 szem egész bors

A remulád mártáshoz:

3 ek. majonéz
10 szem kapribogyó
1 csemegeuborka, apró kockára vágva
1 tk. currypor
1 szál újhagyma, felaprítva
1 dl fehérbor

A petrezselymes burgonyához:

60 dkg újburgonya
5 dkg vaj
fél csokor petrezselyem

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

Elkészítés

1. ***Abáljuk*** le a pacalt: 1 liter sós vízhez tegyünk néhány szem egész borsot, babérlevelet, fokhagymát, hagymát, sót. Melegítsük fel és ebbe tegyük bele a kisebb darabokra vágott pacalt. Főzzük így legalább másfél óráig. Vegyük ki, szűrjük le.
2. Panírozzuk a pacalt a szokott módon, majd bő olajban süssük ropogósra.
3. Készítsük el a remulád mártást: keverjük össze a majonézt az apróra vágott kapribogyóval, uborkával, hagymával. Adjuk hozzá a fehérbort, a curryport, sózzuk és borsozzuk. Alaposan keverjük össze.
4. Az alaposan megmosott újkrumplit főzzük meg. Egy serpenyőben olvasszunk vajat, tegyük bele a lecsöpögtetett újkrumplit, sózzuk, borsozzuk, és végül szórjuk meg friss petrezselyemmel.

Tipp:

Az abált pacal széle kissé felpöndörödik. Ha azt szeretnénk, hogy a képen látott módon egyenesen álljon, akkor – melegen, egy nehezékkel lapítsuk le (pl. tepsivel, fazékkal), majd hűtsük ki.

Rebarbarás szalontüdő
krumpligombóccal

A nem túl elegáns alapanyagként számon tartott belsőségekből is főzhetünk remek, kifinomult fogásokat. Íme egy tökéletes példa.

Hozzávalók
4 személyre

A szalontüdőhöz:

1 kb. 60 dkg-os szürkemarhatüdő
30 dkg szürkemarhavese
30 dkg szürkemarhalép
2 fej vöröshagyma
4-5 babérlevél
3 gerezd fokhagyma
1 zöldpaprika

A rebarbarás mártáshoz:

4 szál rebarbara, megtisztítva
vaj
1 fej vöröshagyma
1 dl fehérbor
fél citrom héja
marhaalaplé
2 dl tejszín
1 ek. mustár
2 ek. fehér balzsamecet
3-4 levél bazsalikom
egy 2 cm-es gyömbérdarab

A krumpligombóchoz:

1 kg burgonya
30 dkg liszt
1 tojás
kevés vaj

frissen őrölt só
frissen őrölt bors

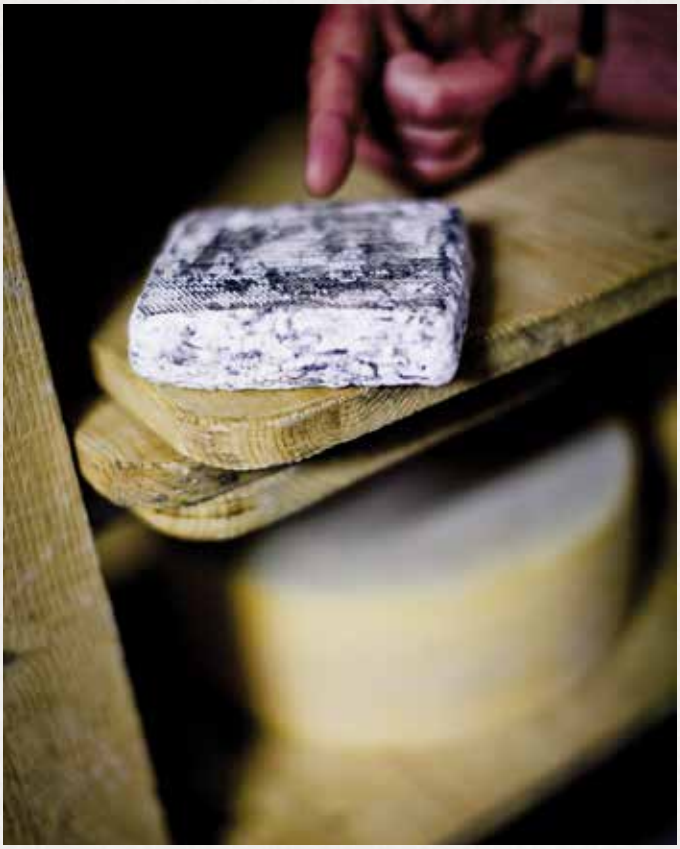
Elkészítés

1. ***Abáljuk le*** a marhatüdőt, a lépet és a vesét hideg vízben kezdjük el főzni az egészben hagyott vöröshagymával, babérlevelekkel, fokhagymagerezdekkel, zöldpaprikával, sóval és borssal. Legalább 2-2½ órán keresztül főzzük lassú tűzön. Akkor jó, amikor a tüdő puha és magától elmerül a vízben.
2. Serpenyőben olvasszuk meg a vajat, dinszteljük meg rajta az apróra vágott vöröshagymát. Öntsük fel fehérborral és alaplével, ízesítsük citromhéjjal. Forraljuk sűrűre, majd öntsük fel a tejszínnel, sózzuk, borsozzuk, keverjük bele a mustárt és a fehér balzsamecetet. A legvégén dobjuk bele a 2-3 cm-es rebarbaradarabokat.
3. A kész szalontüdőt, vesét és lépet vágjuk csíkokra, adjuk a rebarbarás alaphoz, szórjuk meg friss bazsalikomlevelekkel és reszeljünk bele egy kevés gyömbért. Várjuk meg, hogy még egyet rottyanjon.
4. Sós vízben főzzük meg a megtisztított, kockára vágott burgonyát, majd szűrjük le. Ha kihűlt, krumplinyomón törjük át. Keverjük hozzá a lisztet, a tojást és egy csipet sót. Olyan tésztát kapunk, mint a nudli. Bő, lobogó sós vízben főzzük meg. Serpenyőben, kevés olvasztott vajon pirítsuk le.

Tipp:

A bazsalikom tökéletesen passzol a rebarbara citrusos, gyümölcsös ízvilágához. A gyömbértől még illatosabb lesz a mártásunk.

Encs és Mónosbél



Citromposset

Mádon, a Barta Pincében megrendezett borvacsora zárófogása volt ez a desszert. A szürkemarha menüsor után jól jött egy ilyen könnyed édesség. Forró nyári estékre ajánlom.

Hozzávalók
4 személyre

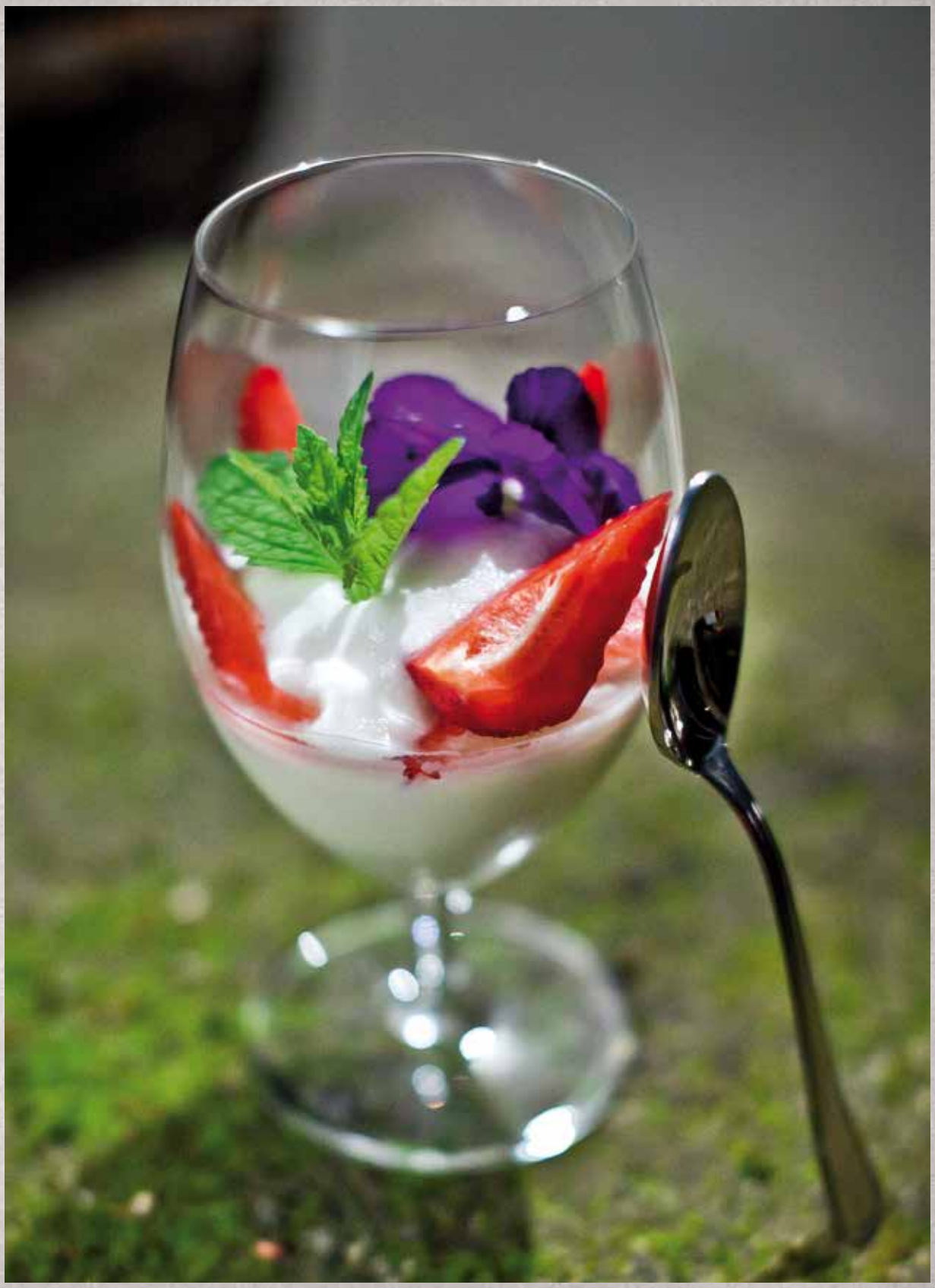
½ l tejszín (legalább 30%-os)
14 dkg cukor
3 citrom leve
1 citrom héja

Elkészítés

1. A tejszínt a cukorral kezdjük el 80 fokig melegíteni (de nem szabad, hogy forrjon). Folyamatosan kevergetve adjuk hozzá a citromlevet. Végül egy sima, sűrű krémes anyagot kapunk majd.
2. Még melegen szedjük tálkákba és legalább 3 órára (vagy egy teljes éjszakára) tegyük hűtőszekrénybe.
3. Friss eperrel, tejszínhabbal és citromfűvel tálaljuk, ehető virággal, mentalevéllel díszítsük.

Tipp:

A citromposset-t eper helyett bármilyen más idénygyümölcs is kísérheti: rebarbara, nektarin, szőlő, sárgadinnye...



Csokoládés-kókuszos linzerszarvacskák

Az egyszerű linzertésztából készült aprósütemény formáját a szürkemarha elvékonyodó szarvai ihlették. A készítésébe nyugodtan bevonhatjuk a gyerekeket is.

Hozzávalók
4 személyre

30 dkg liszt
20 dkg hideg vaj
10 dkg porcukor
1 tojás
1 citrom reszelt héja
1 csomag vaníliás cukor
10 dkg étcsokoládé
10 dkg kókuszreszelék

Elkészítés

1. A hozzávalókat gyúrjuk össze, a tésztát pihentessük a hűtőben legalább egy órán át.
2. Vegyük ki, lisztezett felületen nyújtsunk belőle egy hosszúkás rudat. Ezt vágjuk egyforma darabokra, formázzunk belőle előbb kis golyókat, majd ezekből kifliket. Húzzuk el ujjunkkal a kiflivégeket úgy, hogy a szürkemarha elvékonyodó szarvaira emlékeztessenek.
3. Tepsire téve, 180 fokos sütőben 8–10 perc alatt süssük ki. Várjuk meg, hogy kihűljön.
4. Egy lábosban gőz fölött olvasszuk meg a csokoládét, egy másik tálban pedig készítsük elő a kókuszreszeléket. A kihűlt linzereket először mártsuk bele a csokiba, majd rögtön a kókuszreszelékbe. Végül hűvös helyen dermesszük ki.

Tipp:

Kókuszreszelék helyett darált diót vagy mandulát is használhatunk.

Marhaszarv
málnás tejszínnel

Ennek a desszertnek az elkészítése kissé időigényes, de mindenképpen megéri a fáradságot. Látványos és nagyon finom.

Hozzávalók
4 személyre

1 csomag leveles tészta
vaj

Az égetett tésztához:

1 dl olaj
10 dkg liszt
1 dl víz
cukor
3 tojás

A málnahabhoz:

25 dkg málna
10 cukor
fél vaníliarúd
0,5 l tejszín
porcukor

frissen őrölt só

Elkészítés

1. Nyújtsuk ki a leveles tésztát egészen vékonyra (1 mm-esre). Kenjük meg az olvasztott, de már hideg vajjal és tekerjük fel jó szorosan. Pihentessük hűtőben 30 percig.
2. Közben készítsük el az égetett tésztát: keverjük csomómentesre az olajat, a vizet, a lisztet, a sót és a cukrot, és takaréklángon melegítsük 1 percig. Vegyük le és üssük bele egyenként a tojásokat, közben folyamatosan keverjük.
3. A föltekert vajas tésztából vágjunk 1 cm-es darabokat, és a közepüket az ujjunkkal kinyomva formáljunk kúpot belőlük.
4. Az így kapott kis tölcsérek belsejébe töltsük bele az égetett tésztát. Tegyük 160 fokos sütőbe és süssük 30–35 percig. Az égetett tészta elkezd nőni és kitolja a kúposra formált vajas tésztát, így kapjuk meg a sütemény szarv alakját.
5. Ha megsült a tészta és már hozzá tudunk nyúlni, akkor üssük át finoman a szarvacskák belsejét.
6. Tegyük egy edénybe a málnát és a cukrot, adjuk hozzá a vaníliarúd kikapargatott magját, forraljuk össze, majd pürésítsük és ha kell, passzírozzuk át. Várjuk meg, amíg lehűl.
7. A 0,5 liter hideg tejszínt verjük kemény habbá, egyharmad részét keverjük össze a málnabázissal, majd a krémet lazítsuk a maradék tejszínnel. Ezt a habot töltsük a szarvacskák belsejébe.

Tipp:

A krémhez nem használunk kötőanyagot, mert a málna magas sav- és pektintartalmának köszönhetően a hab tökéletes állagú lesz.

Borjúkötél

Egy hagyományos módon elkészített desszert, ami azonban minden újításra nyitott. Megszórhatjuk mogyoróval, mákkal, mandulával és akár aszalt gyümölcsökkel is.

Hozzávalók
12–15 darabhoz

A tésztához:

1 kg liszt
12 dkg vaj
10 dkg porcukor
2 tojás
5 dkg élesztő
1 csomag vaníliás cukor
1 citrom reszelt héja
4 dl tej
1 dkg frissen őrölt só

A diós töltelékhez:

20 dkg darált dió
10 dkg porcukor + a szóráshoz
vaj a tepsi kikenéséhez
5 dkg olvasztott vaj

Elkészítés

1. Az élesztőt kevés tejben egy kis cukorral futtassuk fel.
2. A lisztet szitáljuk egy tálba, keverjük hozzá a cukrot és a sót, majd az élesztős tejet.
3. Adjuk hozzá a vajat, a tojást, a citromhéjat, a vaníliás cukrot és a maradék tejet. Gyúrjunk belőle egynemű tésztát. Tegyük félre, letakarva kelesszük meleg helyen.
4. Vágjunk ki csíkokat a kelt tésztából és kenjük meg olvasztott vajjal. Szórjuk meg cukrozott dióval és 2-2 csíkot fonjunk egymásba.
5. Kivajazott tepsibe jó szorosan tekerjük egymás mellé a „köteleket". Szórjuk rá a maradék cukrozott diót, végül locsoljuk meg olvasztott vajjal. 180 fokos sütőben 20 alatt süssük készre. Még forrón szórjuk meg porcukorral.

Tipp:

Sütés után könnyen kiszárad a teteje, ezért takarjuk le konyharuhával. A megmaradt tésztát így akár egy hétig is eltarthatjuk.

Lépésről lépésre: borjúkötél

1. A tésztát hagyjuk szalagosra kelni.
2. Vágjunk belőle 8 egyforma csíkot, fektessük őket egymás mellé, kenjük meg vajjal és szórjuk meg dióval.
3. A tésztacsíkokat kettesével fonjuk össze.
4. Tekerjük kivajazott tepsibe a tésztaköteleleket, sütés előtt még hagyjuk jól megkelni.

4.

Ökörszem
(köttes lapótya)

Erdélyi eredetű finomság, a köttes annyit jelent, hogy kelt tészta, a lapótya pedig arra utal, hogy lapos. Köszönet ezért a süteményért a parajdi születésű Magdi néninek, mindenki nagymamájának.

Hozzávalók
12–15 darabhoz

A tésztához:

1 kg liszt
12 dkg vaj
10 dkg porcukor
2 tojás
5 dkg élesztő
1 csomag vaníliás cukor
1 citrom reszelt héja
4 dl tej
1 dkg frissen őrölt só

A túrós töltelékhez:

25 dkg túró vagy orda
1 csomag vaníliás cukor
1 ek. cukor
1 ek. tejföl
fél csokor kapor

Elkészítés

1. Az élesztőt kevés tejben egy kis cukorral futtassuk fel.
2. A lisztet szitáljuk egy tálba, keverjük hozzá a cukrot és a sót, majd az élesztős tejet.
3. Adjuk hozzá a vajat, a tojást, a citromhéjat, a vaníliás cukrot és a maradék tejet. Gyúrjunk belőle egynemű tésztát. Tegyük félre, letakarva kelesszük meleg helyen.
4. A villával összetört túrót alaposan keverjük ki a vaníliás cukorral, a cukorral, a tejföllel, végül ízesítsük kaporral.
5. A megkelt tésztából mérjünk ki 5 dkg-os adagokat, formázzunk belőle kis bucikat és tegyük őket egymás mellé szorosan vajjal kikent tepsibe. A kezünkkel lapítsuk le a közepüket, hogy egy kisebb mélyedés keletkezzen, kenjük meg tojással és töltsük meg a túrós krémmel, majd még egyszer kenjük meg mindegyiket tojással. Tegyük félre és kelesszük tovább.
6. 180 fokon 8–10 perc alatt süssük ki a süteményt.

Tipp:

Ez a sütemény eredetileg ordával készül (a sajtkészítés egyik melléktermége, túrósszerű, krémes alapanyag). Ma már sok helyen kapható, ha tehetjük, próbáljuk ki vele.

Téli fagyi

Ezt a mindenki számára kedves pillanatokat idéző desszertet édesapám, Kerekes Sándor cukrász emlékének ajánlom, aki a klasszikus csemegét még eredeti formájában, tisztított marhafaggyúból (ún. keményzsírból) készítette, jó kakaóval és olvasztott csokoládéval.

Hozzávalók
4 személyre

A krémhez:

25 dkg margarin
15 dkg porcukor
10 dkg olvasztott csokoládé
2-3 ek. kakaópor

A tetejére:

30 dkg étcsokoládé
1 ek. étolaj
fagyitölcsérek

Elkészítés

1. Keverjük habosra (világosra) a margarint a porcukorral, a kakaóporral és az olvasztott csokoládéval.
2. Töltsük fagyitölcsérekbe és húzzuk simára a tetejét.
3. Melegítsük fel a csokoládét annyira, hogyha megkóstoljuk, még ne égesse a szánkat. Adjuk hozzá az olajat, így egy jól kenhető, fényes csokimázat kapunk.
4. Egy határozott mozdulattal, fölülről mártsuk a fagylaltok tetejét a csokimázba, majd állítva tegyük hűvös helyre és dermesszük ki (fontos, hogy ne rakjuk hűtőbe, mert a tölcsér megnedvesedhet).

Tipp:

A margarin – bár a konyhán nem közkedvelt alapanyag – ebben az esetben jól jön, mert jobban habosodik, mint a vaj, leginkább ez emlékeztet a marhafaggyú állagára.

Köszönöm

az alábbi személyeknek és cégeknek a könyv elkészítésében nyújtott segítséget, és azt, hogy elhivatottságukkal, munkájukkal és az általuk forgalmazott termékekkel elősegítik a magyar gasztronómia sikerét.

Kerekes Sándor

Megyaszó Mag Kft., Megyaszó

Szomor Húsüzem, Dömsöd-Apajpuszta

Bükki Sajt – Hegyvidéki sajtmanufaktúra, Mónosbél

Barta Pince, Mád

Batha Porta – Őrségi magolaj, Szalafő

Brill Pálinkaház, Harc

Légli Attila / Légli Kerámia Manufaktúra, Balatonboglár-Szőlőskislak

Ökovital Kft. – Bio Csiri csírák, Budapest

Horváth Nikoletta / Blanchir Főzőiskola, Budapest

Barátaimnak és kollégáimnak: Dudás Szabolcsnak (Anyukám Mondta, Encs) valamint Szigeti Márton és Bacsa Gábor „séfuraknak”

Receptek
Kerekes Sándor

Fotó
Pixeltaster
Babay Máté (Gulyásverseny és Pásztortalálkozó)

Szerkesztő
Nimila Ági

Grafikai tervező, képszerkesztő
Csermák Annamária

Produkciós vezető
Ördögh Bálint

Könyvkiadási igazgató
Szuba Jolanta

Minden jog fenntartva

ISBN 978-963-09-7654-1

© Kossuth Kiadó 2013

Felelős kiadó
Kocsis András Sándor
a Kossuth Kiadó Zrt. elnök-vezérigazgatója
A kiadó az 1795-ben alapított Magyar Könyvkiadók és Könyvterjesztők
Egyesülésének a tagja

Tördelőszerkesztő
Csermák Katalin

Nyomta és kötötte
Reálszisztéma Dabasi Nyomda Zrt.
Felelős vezető Vágó Magdolna vezérigazgató