



2009. december 06. Miklós

kereső

Karácsony Fogyókúra Utazás Szex Recept Sztár Egészség Baba Szé

Főoldal » Recept » 4 ízes, szaftos pörkölt

## 4 ízes, szaftos pörkölt

Nemcsak húsimádóknak!

**Szeretnél igazán jóllakni? Vedd elő az egyik nagy lábosodat, és főzz egy isteni pörköltet! Lehet húsos, gombás vagy zöldséges, itt most kedvedre válogathatsz!**

Címkék: **cukkini, hagyma, paprika, pörkölt, szalonna**

Nyomtatás

Cikk küldése



## Erdei csiperkepörkölt

Hozzávalók:

- 80 dkg malachús – csont nélkül
- 10 dkg füstölt szalonna
- 15 dkg csiperkegomba
- 15 dkg zöldborsó
- 1 fej vöröshagyma
- 1 paradicsom
- 1 paprika
- 1 csokor petrezselyem
- 2 ágacska rozsmaring
- só
- bors
- pirospaprika



Az apróra vágott szalonnát pirítsd meg, add hozzá a fölaprított vöröshagymát, és dinszteld üvegesre. Dobd bele a kockára vágott malachúst, és pirítsd fehéredésig. Sózd, borsozd, ízesítsd pirospaprikával és rozsmaringgal. Tedd bele a kicsumázott, feldarabolt paprikát és paradicsomot. Lassú tűzön néha megkeverve párold puhára. Ha a hús már majdnem teljesen puha, add hozzá a kockára vágott gombát és a zöldborsót. Együtt főzd készre.

## Zöldbabos sertéspörkölt

Hozzávalók:

- 1 kg sertéscomb
- 50 dkg zöldbab



Miklós

Küldj te is képeslapot »

## TOP cikkek



Fotó! Váratlanul kibuggyantak a sztár keblei - Csak nevetett rajta »

Bálnatestű nő lett a Kés/Alatt szóke bombázójából - Hájtömeget pakolt magára »

Nézd meg a világ legritkább természeti csodáját! - Gyönyörű képek »

Az 5 legjobb tisztítószer, hogy ragyogjon a lakás - Szerintünk »

4 meglepő tévhit a hajról - Te is elhitted! »

Visszazárom a dobozt »

**Kattints, és nézd meg, mit nyerhetsz ma!**

H	K	Sz	Cs	P	Sz	V	
Nov.	23	24	25	26	27	28	29
Dec.	30	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	

A játék szabályzata »

- 25 dkg paradicsom
- 2 dl tejföl
- 1 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál olaj
- 1 késhegynyi pirospaprika
- 1 csomó kapor
- 1 evőkanál liszt
- só



A sovány combot vágd nagyobb kockákra. A vöröshagymát darabold apróra, és olajon párold üvegesre. Tedd bele a pirospaprikát, a húskockákat, a meghámozott és felkockázott paradicsomot. Sózd meg, és fedő alatt párold félkészre. Közben kevés sós vízben félig főzd meg a megtisztított és feldarabolt zöldbabot. Ebbe keverd bele az apróra vágott kaprot is. A zöldbabot ezután a levével együtt öntsd a pörköltre, és főzd készre. Ha kész, sűrítsd be a liszttel elkevert tejjel, és még egyet forralj rajta. Tálald sós burgonyával.

## Virslipörkölt

Hozzávalók:

- 80 dkg virsli
- 10 dkg szalonna
- 4 evőkanál olaj
- 1 fej vöröshagyma
- 1-2 gerezd fokhagyma
- 1 paradicsom
- 1 paprika
- 1 csapott evőkanál pirospaprika
- 1 mokkáskanál őrölt kömény
- fél kávéskanál majoránna
- só
- bors

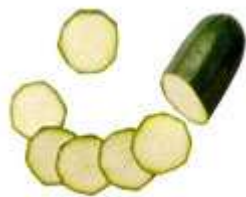


A kis kockákra vágott szalonnát süsd ki az olajon, dobd rá a reszelt vagy finomra aprított vöröshagymát. Kevergetve 2-3 perc alatt fonnyaszd meg, szórd meg pirospaprikával, és jól keverd el. Sózd, borsozd, add hozzá a zúzott fokhagymát, majd fűszerezd a köménnyel és a majoránnával. Dobb bele az apróra vágott paprikát és paradicsomot, és lefedve, kis lángon főzd 10 percig. Ezalatt karikázd fel a virslit, szórd a pörköltalapba, és főzd még körülbelül 10 percig.

## Vegetáriánus pörkölt

Hozzávalók:

- 50 dkg cukkini
- 1 kisebb spárgatök
- 1 fej vöröshagyma
- 1 dl olaj
- 2 darab paradicsom
- 2 darab zöldpaprika
- 1 darab paradicsompaprika
- 1 evőkanál pirospaprika
- só
- fokhagyma
- piros arany



A meghámozott cukkinit vágd ketté, és szeleteld fel. A spárgatök magvas belét szedd darabokra. Az apróra vágott hagymát pirítsd meg az olajon. Tedd bele a felszeletelt zöldpaprikát és paradicsompaprikát, majd szórd meg pirospaprikával. A tök belsejét tedd a cukkínival együtt ebbe a pörköltalapba. Ízesítsd sóval, fokhagymával, piros arannyal. Körülbelül húsz perc alatt párold puhára, és ha majdnem kész, add hozzá a cikkekre vágott paradicsomot.

### Kapcsolódó cikkek:

[4 szaftos, magyaros recept - Finom és laktató »](#)

[4 laktató, szaftos, húsos egytálétel »](#)

[A 4 legfinomabb borral készült pörkölt - Pikánsak és szaftosak »](#)

### Legfrissebb fórum témák

[Oriflame regisztráció »](#)

[Yes Szőr ! No Szőr ? »](#)

[Így néznek ki most a Spic... »](#)

[Még több téma »](#)

### Nyereményjáték



[Nyerj Zespresso kávékészüléket! »](#)

[Nyerj hévízi kényeztető hétvégét! »](#)

[Nyerj Collistar bronzosító szettet! »](#)

[Nyerj különleges, fogyasztó hétvégét! »](#)

[Nyerj három napos pihenést az ötcsillagos Spirit Hotelbe! »](#)

[Nyerj különleges, színes bőrkesztyűt! »](#)

[Nyerj páros jegyet Jamie Winchester koncertjére! »](#)

[Nyerj Toni&Guy hajápolási termékeket! »](#)

[Nyerj vacsorát és koktélozást az Oscarba! »](#)

[Nyerj bérletet, és legyen szexi alakod! »](#)

[Visszazárom a dobozt »](#)



### Receptek és praktikák

[Ínycsiklandó képgalériák](#)

[Süss, főzz, karcsúsodj!](#)

[Piskótatitkok »](#)

[Krumplis ételek \(új\) »](#)

[Karcsúsító turmixok »](#)

[14 konyhai praktika »](#)

[Zsírégető zöldségek »](#)

[Különleges desszertek »](#)

[A legfinomabb fűszerek »](#)

[Természetes vágykeltők »](#)

[Csodás, gondúzó koktélok »](#)

[Visszazárom a dobozt »](#)

### A rovat szakértői



**Gantner Klára**  
gasztronómia



**Szulágyi-Oó Gábor**  
gasztronómia



### Hot Pan INGYENES szállítás 12.13-ig!

Most vásároljon Hot Pan elektromos serpenyőt, és a szállítási díj 0 Ft! A Hot Panben süthet, főzhet, párolhat, grillezhet és melegen tarthatja ételeit! Készítsen ínycsiklandó ünnepi vacsorát!

[www.topshop.hu](http://www.topshop.hu) »

### Az ajándék legyen Hímes!

Csinos pendrive és hasznos fülbevaló egyben – ez a Hímes. Frappáns ajándék, igazi színes meglepetés mindenkinek. Magadnak is szeretnél? Válassz a különböző színek közül!

[Képek és lelőhelyek itt!](#) »



### Egy tuti tipp Karácsonyra, Neked és a párodnak!



9.990 Ft-ért egy speciális borotva, ami akár víz alatt is működik, és egy hatékony epilátor, mely hosszú ideig selymessé varázsolja bőröd!

[Siess, mert csak az első 50 vásárlónak vállaljuk át a postaköltséget!](#) »

Szerző	Forrás	Dátum
Gönczi Tamara	femina.hu	2008. október 4.

Még nincs hozzászólás

### Feldobox élmény ajándék

Eredeti ajándékutalvány koncepció, amellyel feledhetetlen élményt adhat [www.feldobox.hu](http://www.feldobox.hu)

### Extra ajándék férfiaknak

Válasszon egy palack különleges bort webáruházunkból most! [zwackborok.hu](http://zwackborok.hu)

### Karácsonyi ajándékot keres?

Vásároljon Garmin GPS-t, így segítheti a Menhely Alapítványt is! [garmin.hu](http://garmin.hu)

### ETARGET HIRDETÉS



**Bíró Tivadar**  
körtélcészítés

[Visszazárom a dobozt »](#)



### Állások nőknek (x)

Senior Kontroller  
BDO Recruitment »

Számlázási munkatárs  
Medicover Zrt. »

Értékesítési manager  
Jánossy Kiadó Bt. »

HR Asszisztens  
DONGJIN SEBES Kft. »

Senior belső ellenőr  
Next-Consulting Kft. »

Közúti fuvarszervező  
Gebrüder Weiss Kft. »

Termékmenedzser  
K&H Biztosító Zrt. »

Könyvelő  
Hi-Lex Hungary Kft. »

Asszisztens  
HÖÖK »

Compliance szakértő  
OTP Bank Nyrt. »

### Szavazz!

Te hogy szereted a forró csokit?

- Magában**
- Egy csepp konyakkal**
- Chilivel**
- Tejszínhabbal**



### Tészta receptek

Egyszerű, gyors és finom. A tésztát mindenki szereti.

[Válassz](#)



### Így készül a tökéletes...

Néha az alapreceptek tűnnek a legbonyolultabbnak.

[Pizza »](#)  
[Kuglóf »](#)  
[Rizottó »](#)  
[Piskóta »](#)  
[Omlett »](#)  
[Gnocchi »](#)  
[Tiramisu »](#)  
[Húsleves »](#)  
[Grillcsirke »](#)  
[Chilis bab »](#)  
[Palacsinta »](#)  
[Rántott hús »](#)  
[Mákos guba »](#)  
[Gulyásleves »](#)  
[Rakott krumpli »](#)  
[Csirkepaprikás »](#)  
[Császármorzsa »](#)  
[Tojásos nokedli »](#)  
[Amerikai palacsinta »](#)  
  
[Visszazárom a dobozt »](#)