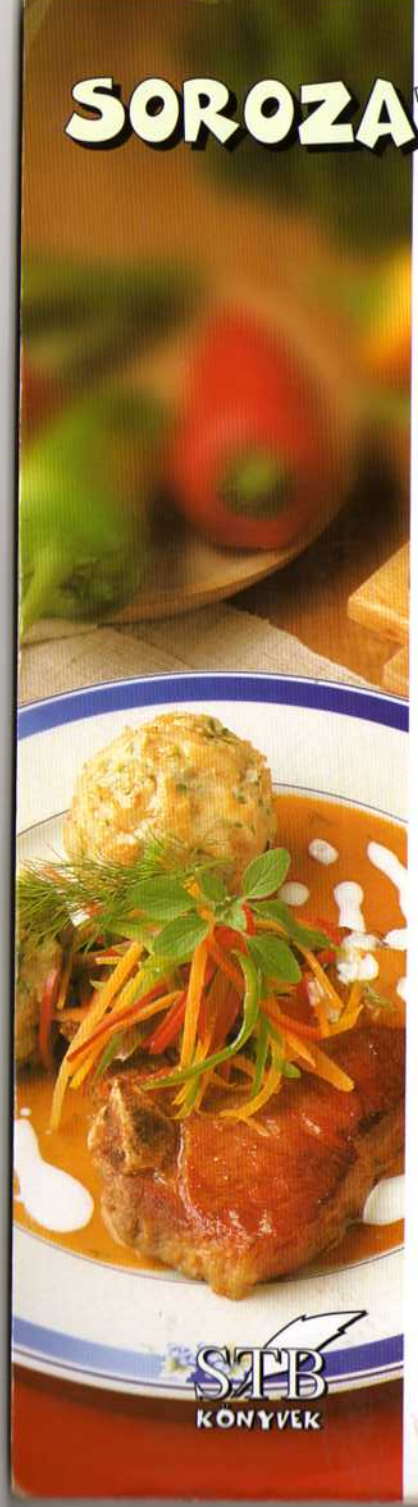


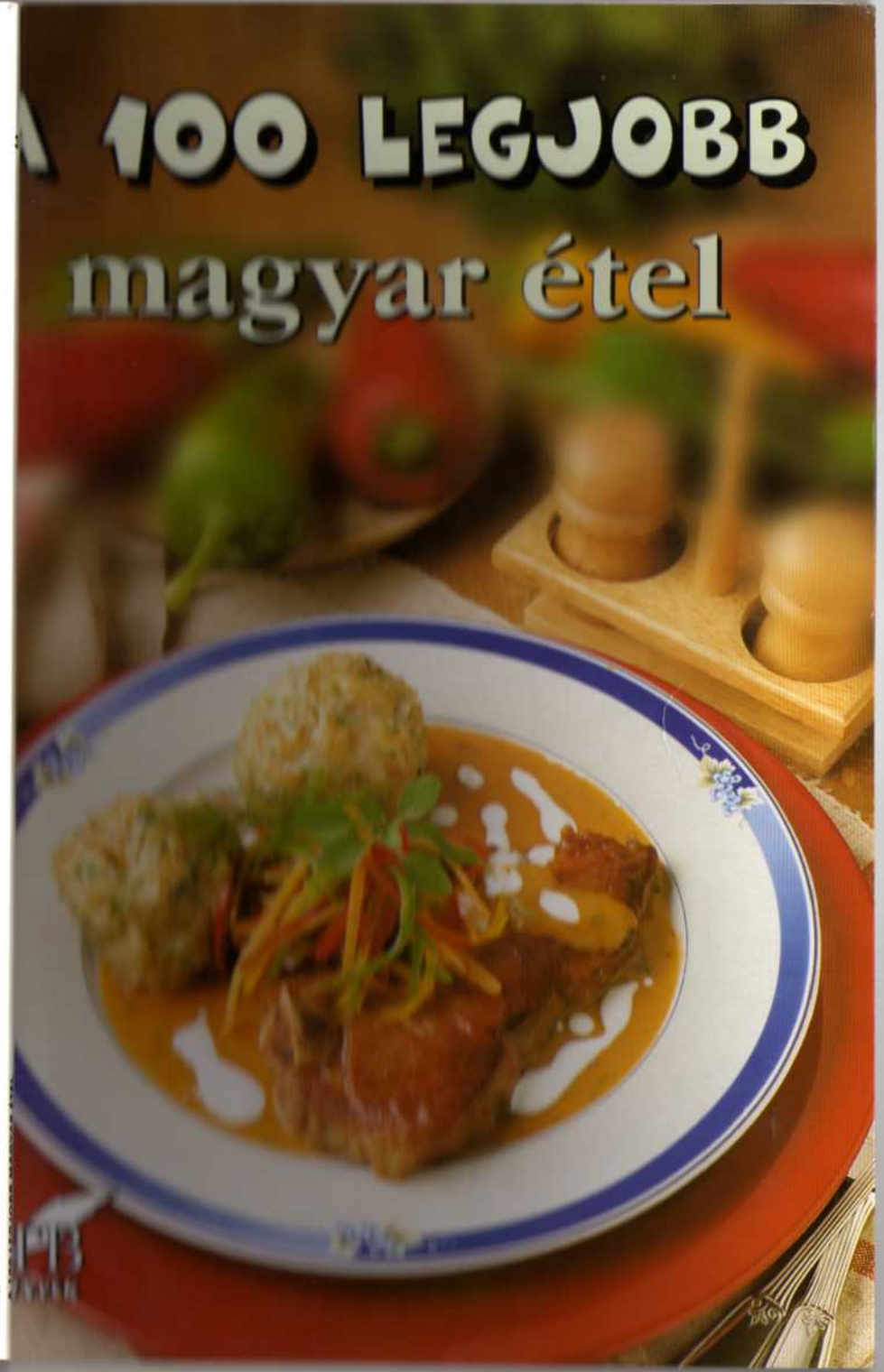
SOROZATUNK KÖTETEI:

A 100 LEGJOBB

- aprósütemény
- bajor fogás
- befőtt és lekvár
- csülkös recept
- disznótoros finomság
- étel bográcsban
- étel marhahúsból
- étel sertéshúsból
- falusi étel
- fokhagymás recept
- francia recept
- görög recept
- gyors étel
- gyümölcsös recept
- hagymaétel
- karácsonyi recept
- karácsonyi sütemény
- kenyérféle
- kínai étel
- mártás
- mediterrán recept
- mézes finomság
- német recept
- olcsó étel
- paprikás étel
- paradicsomos recept
- pikáns étel
- pizza és lepény
- recept borjúhúsból
- recept darált húsból
- recept erdei gyümölcsökből
- recept ínyenceknek
- recept kirándulóknak
- recept sörrel és borral
- recept szárnyasol
- recept tejfélékbő
- reformdesszert
- skandináv recep
- távol-keleti rece
- tojásétel

298 Ft.

STB KÖNYVEK


A 100 LEGJOBB
magyar étel

A 100 LEGJOBB

Sorozatszerkesztő

Toró Elza

32. kötet

A 100 LEGJOBB magyar étel

STB Könyvek Könyvkiadó
Kistarcsa, 2004

A 100 LEGJOBB

magyar étel

Sorozatszerkesztő: Toró Elza
Szerkesztette: Mózes István Miklós
A borítón lévő ételt elkészítette: Korpádi Péter
© Fényképezte: Patyi Árpád

ISBN 963 9266 34 5

© STB Könyvek Könyvkiadó Kft.
Felelős kiadó: Sajgó Miklós és Váradi Ferenc
Telefon: 06-30-9214-669
E-mail: kiado@stbkonyvek.hu
Honlap: www.stbkonyvek.hu

Megrendelhető postán:
STB Könyvek Könyvkiadó Kft.
2143 Kistarcsa, Pf. 27

Előszó

Ha egy nemzetről el lehet mondani, hogy szereti a hasát, hát a magyarról bizonyosan. De nemcsak a magáét, hanem másokét is!

Mert hiszen a magyar köztudottan kiváló vendéglátó, éppen ezért szívesen járnak hozzánk más nemzetek, népek fiai – étkezni! Határ menti településeink és fővárosunk, valamint más városok, sőt egyes tájegységek idegenforgalmának jelentős részét teszi ki az úgynevezett vendéglátó turizmus. És jöjjön a vendég a környező országokból vagy akár a messzi Amerikából, Ausztráliából, sőt Japánból, egy biztos: nálunk a vendég nemcsak hogy nem marad éhen, de az itteni konyha ízei később is visszavonzzák. S amikor éppen nem tudnak hozzánk utazni, a világ számos városában találnak kifejezetten magyar éttermeket, melyek közül a jelentősebbek egyenest tőlünk szerzik be az alapanyagokat. Ha külhonban járunk, nézzünk csak be egy magyar étterembe, és látni fogjuk, hogy az ott étkezők többsége bizony nem kivándorolt honfink.

De mitől is olyan vonzó a magyar konyha?

A fent elmondottakon túl (mármint hogy bőséges és szíves vendéglátás) elsősorban változatossága, ízgazdagsága teszi vonzóvá. Mert nemzetünk háziasszonyai, konyhamesterei mindig is kiváló érzékkel sajátították el más népek, nemzetek konyhaművészetét, ráadásul nem egyszerű átvétellel, hanem az itteni ízekkel gazdagítva, itteni eljárásokkal kombinálva.

Miként a kultúrára is érvényes, hogy nem igazán az egyes kultúrák, hanem azok kereszteződései, egymásra hatásai a jelentősek, úgy a konyhaművészetről is elmondható ez. Magyarhon pedig, fennállásának ezeregyszáz esztendeje alatt mindig is számos más kultúrával került kapcsolatba, és (többek között) azok gasztronómiai jellegzetességeit is befogadta, sőt továbbfejlesztette.

Szép hazánk földrajzi fekvéséből adódóan fontos összekö-

tő Kelet- és Nyugat-, valamint Észak- és Dél-Európa országai között.

Viharokkal teli történelmünk során tagadhatatlanul átjáróházzá váltunk, de ugyanakkor a térség legerősebb államaként, és később a Monarchia részeként, a mi kultúránk is erőteljesen hatott más népekre.

De térjünk vissza a konyhaművészethez.

Talán meglepően hangzik, de igaz, hogy a magyar konyha egyik jellegzetessége, a paprikás fűszerezés, meglehetősen új keletű.

Egyáltalán, a paprikát mint fűszernövényt szakácskönyveink a 19. században említik először. Bár igaz, a török hódoltság idején már termesztették hazánkban, de ahhoz „gyaur" hozzá nem férhetett, a paprika a hódítók kiváltsága volt.

Aztán a török ment (kiűzettetett), a paprika maradt. A paprika annak köszönheti sikerét, hogy nemcsak kiváltotta a méregdrága, Keletről beszerzett borsot, de az ételeket gusztusosan színezi is. (A húsos, közvetlen fogyasztásra is alkalmas zöldpaprika későbbi nemesítés eredménye, akkoriban csak fűszerpaprika volt.)

Ha paprika nem volt, korábban mi jellemezte fűszerként a magyar konyhát? Nos, az igazság az, hogy a paprika előtti időkben a magyar konyha sokkal változatosabb volt! Csombor, tárkony, turbolya, kapor, rozmaring, kömény, torma és még sok más fűszer volt használatos – ezek helyben megtermettek. A nép körében természetesen szóba sem kerülhetett a bors, mivel annak ára az aranyéval vetekedett.

Eddig csupán a fűszerekről szóltunk, pedig ezek csak járulékos elemei a konyhának, és nem beszéltünk arról, hogy *mit* fűszereztek.

Honfoglaló őseink elsősorban a birkát és a szürke rideg marhát hozták magukkal a Kárpát-medencébe (no meg a lovat, melynek húsát, tejét, tejtermékeit is fogyasztották). A sertéshúsra és a baromfira már csak a letelepedés után szoktunk rá – az addigi nomád életmód mellett a sertéstenyésztés, baromfinevelés szóba sem jöhetett.

A feudális Magyarországon vadhús leginkább csak a nemesek és a király asztalára kerülhetett: a többnyire királyi és nemesi tulajdonban levő erdőkben (akkoriban még jócskán volt belőlük) nemcsak vadászni, de még fát vágni is tilos volt.

A népnek maradt tehát a háztáji baromfi, és a legeltetett jószág. No meg a halak! Elképzelni sem tudjuk ma akkori vizeink halbőségét! Akkoriban a Dunából nem „olajos" halat fogtak ám! A Maros, Kőrös, Dráva, Száva stb. folyók mentén a lakosság szinte kizárólag halból élt. Végezetül említjük szerencsétlen folyónkat, a Tiszát: ez a 19. században megvalósított szabályozásig (valójában tönkretételéig) nemcsak Európa, de a világ (!) egyik leggazdagabb élővilágú folyója volt. Rendszeres évenkénti áradásaival jelentős területeket öntött el, termékenyítő iszapját lerakta, s mikor visszavonult az áradás, a lefűződő ágakban a halak milliói nevelkedtek fel, várva, hogy a következő áradásnál a folyóba visszatérhessenek.

Bőven volt hát eleinknek mit halászniuk, s így válhatott egyik legkedveltebb ételünkké a halászlé, a sült hal és a halpaprikás.

Az állóvízi halászat is jelentős volt, nagyobb tavaink (Balaton, Fertő-tó, Velencei-tó) mentén a nép halászatból élt.

A reneszánsz konyha új ízekkel gyarapította hazánk konyhaművészetét. Aragóniai Beatrix, Mátyás király második felesége Itáliából behozatta és elterjesztette a fokhagymát és a vöröshagymát. Ez mindenképpen javára írható ennek az asszonynak, aki később megpróbálta kitúrni a hatalomból urát, s ellene lázított…

Antonio Bonfini, aki maga is Beatrixszal érkezett hazánkba, több művében is beszámolt a királyi udvar lakomáiról: a marha-, ürü- és vadhús mellett kappant, kacsát, fürjet és fácánt szolgáltak fel ottan, mégpedig igen dúsan és választékosan fűszerezve, merthogy akkoriban még nem volt hűtőszekrény, és a forró magyar nyárban a reggel lőtt vad vagy a levágott házi barom délre már bizony „illatozott"…

A gabonafélék közül jellemző volt a búza, rozs, árpa. Az előző kettőből rendszerint kenyér, míg az utóbbiból sör készült. A szegények eledeléül bizony csak kukorica (törökbúza), köles, cirok és a folyó menti vidékeken a vízigesztenye

vagy sulyom szolgált. Mára már a magyar konyha jellemzően krumplis, rizses lett.

A 19. század második felében írott szakácskönyvekben már magától értetődő természetességgel írnak le olyan recepteket, melyekhez banán, narancs, mandarin, sőt ananász szükségeltetik. (Akkoriban nemhogy hűtőgép nem volt, de jégszekrény is csak a tehetősebb polgári háztartásokban akadt!) Persze, volt nekünk akkoriban dél-európai tengeri kikötőnk: Fiume, s onnan a déligyümölcsök folyami vagy vasúti szállítással pár nap alatt az ország minden részébe eljutottak.

Az utóbbi években végre megjelentek hazai boltjainkban régi fűszereink, és könyvkiadóink áldásos tevékenysége nyomán rendre-másra előkerülnek régi receptjeink is.

Kis könyvünkben tallózva olvasóink gyarapíthatják, illetve felfrissíthetik az igazi magyar konyhára vonatkozó ismereteiket.

Fontos tudnivaló, hogy az igazi magyar konyha zsírral főzsüt. Vegyük ennek mennyiségét a szükséges minimumra, vagy helyettesítsük vajjal, olajjal. Ám néhány ételnél ez meghamisítja az eredeti ízeket.

Magyaros jó étvágyat kíván

A SZERKESZTŐ

Alföldi krumpli

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg krumpli • 2 zöldpaprika • 1 paradicsom
- 1-1 szál sárga- és fehérrépa • fél zellergumó • só
- 1 fej vöröshagyma • 3 evőkanál olaj • pirospaprika.

A megtisztított, apróra vágott hagymát és a kockákra vágott zöldséget olajon megpirítjuk. Megszórjuk pirospaprikával, hozzátesszük a feldarabolt zöldpaprikát és paradicsomot, megsózzuk, majd fedő alatt puhára pároljuk.

Közben a krumplit megtisztítjuk, apró kockákra vágjuk, és olajon megsütjük. Végül hozzátesszük a párolt zöldséget, és óvatosan összekeverjük.

Babgulyás

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg szárazbab • 25 dkg füstölt csülök
- 10 dkg füstölt szalonna • 1 fej vöröshagyma • liszt
- pirospaprika • őrölt bors • só.

A szalonnát apró kockákra vágjuk, és kisütjük a zsírját. Hozzáadjuk a megtisztított, finomra vágott hagymát, és világosra pirítjuk. Egy-két evőkanál liszttel meghintjük, kicsit még pirítjuk, majd pirospaprikát adunk hozzá, jól elkeverjük, és hozzáadjuk az előző este beáztatott babot. Felöntjük 2,5 l vízzel, beletesszük a darabokra vágott csülköt, borsozzuk, és óvatosan sózzuk (a füstölt hús eleve sós), majd fedő alatt, lassú tűzön puhára főzzük.

Bácskai gombás rizs

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg rizs • 15 dkg gomba
- 4 zöldpaprika • 2 paradicsom
- 1 fej vöröshagyma
- zsír vagy vaj • pirospaprika
- majoránna • őrölt bors • só.

A megtisztított hagymát finomra vágjuk, és forró zsiradékon szép sárgára pirítjuk. Megszórjuk pirospaprikával, hozzáadjuk az apróra vágott gombát, a meghámozott, kockákra vágott paradicsomot, a karikára szelt zöldpaprikát, és néhány percig együtt pároljuk. Hozzátesszük a kiválogatott és megmosott rizst, sóval, borssal, majoránnával fűszerezzük, felöntjük 6 dl vízzel, és az egészet puhára pároljuk.

Bableves

Elkészítési idő: 120 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg tarkabab • 1 füstölt sertéscsülök
- 1 nagy fej vöröshagyma • 1 szál sárgarépa
- 1 szál petrezselyemgyökér • 1 evőkanál zsír
- 1 evőkanál liszt • 1 kiskanál pirospaprika
- 1 dl tejföl • 5 dkg zellergumó
- 2 cikk fokhagyma
- 1-2 babérlevél • só.

Friss vízben feltesszük főni a csülköt. Amikor félig megpuhult, hozzátesszük az előző este beáztatott babot és a feldarabolt zöldséget. Mikor a hús már könnyen leválik a csontról, a csülköt kivesszük, és kockákra vágjuk.

A zsírból a liszttel, a finomra metélt hagymával és a zúzott fokhagymával rántást készítünk, megszórjuk pirospaprikával, felengedjük egy kevés vízzel, és hozzáadjuk a leveshez. Beletesszük a húsdarabokat is, és ha kell, megsózzuk. Beletesszük a babérlevelet, átforraljuk a levest, majd hozzákeverjük a tejfölt.

Csipetkét szokás a bablevesbe főzni (a csipetkét lásd a *Gulyásleves* receptjénél).

A bab szélhajtó hatását elkerülhetjük, ha először tiszta vízben előfőzzük, a levét kiöntjük, és így főzzük a levesbe.

Bácskai rizseshús

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg sertéspörkölt
- 20 dkg rizs
- 30 dkg zöldpaprika
- 15 dkg paradicsom
- petrezselyemzöld • só.

A megmosott, leszűrt rizst a majdnem puhára főzött pörkölttel együtt tűzálló tálba tesszük. Hozzáadjuk a feldarabolt paradicsomot és a kicsumázott, felaprított zöldpaprikát. Megsózzuk, összekeverjük, felöntjük annyi vízzel, hogy ujjnyira ellepje, és forró sütőbe tolva, fedő alatt puhára pároljuk.

Zöldpetrezselyemmel, paradicsom- és paprikaszeletekkel díszítve tálaljuk.

Megjegyzés: a pörkölthöz való húst a szokásosnál kisebbre kockázzuk.

Barátfüle (lekváros derelye)

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg liszt • 1 tojás • 50 dkg szilvalekvár
- 10 dkg darált dió • 1 evőkanál vaj
- 4 evőkanál zsemlemorzsa • cukor • só.

A lisztből, tojásból kevés víz és egy csipet só hozzáadásával tésztát gyúrunk. Egy órát pihentetjük, majd 2-3 mm vékonyra kinyújtjuk. A tészta egyik felére egyenlő távolságban kis lekvárhalmokat rakunk, majd ráhajtjuk a tészta másik felét, és a halmocskák közét ujjunkkal összenyomjuk. Ezután derelyevágóval kockákra vágjuk a tésztát, úgy, hogy az összenyomott részen vágjuk, és minden kockába jusson egy-egy lekvárhalom. A derelyéket forrásban levő sós vízben kifőzzük. Közben a morzsát megpirítjuk a vajon. A kifőtt lekváros tésztákat olvasztott vajban megforgatjuk, majd összekeverjük a pirított morzsával.

Készíthetjük úgy is, hogy pirított morzsa helyett cukros darált dióba forgatjuk a barátfüléket.

Batthyány-rizs

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg rizs • 2 evőkanál zsír • 1 evőkanál vaj
- 5 dl húsleves • 1 csokor petrezselyemzöld
- 1 közepes fej vöröshagyma • fehér bors • só.

A megtisztított, finomra vágott hagymát forró zsíron üvegesre pároljuk, majd hozzáadjuk a rizst, és aranyszínűre pirítjuk. Megszórjuk finomra vágott petrezselyemzölddel, ízesítjük fehér borssal és sóval. Felöntjük forró húslevessel, és fedő alatt az egészet puhára pároljuk. Amikor a rizs már puha, vajdarabkákat adunk hozzá, és egyenletesen elkeverjük.

Sültekhez adjuk köretként.

Bevert tojás Hadik módra

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 20 dkg darált borjúhús • 12 dkg gomba
- 20 dkg zsemlemorzsa • 9 tojás • 8 dkg vaj
- 4 dkg liszt • 1 zsemle • 2 dl tejszín • 1 dl tej • ecet
- ½ csokor petrezselyemzöld • fehér bors • só.

A darált húst egy tojással, a tejben megáztatott, kinyomkodott zsemlével, a forró vajon megfuttatott petrezselyemzölddel, ízlés szerint sóval, fehér borssal jól összedolgozzuk. Az így nyert masszát nyolc egyenlő részre osztjuk, pogácsákat formálunk belőlük, közepükbe mélyedést nyomunk. A pogácsákat morzsában megforgatjuk, és vajban ropogósra sütjük.

A megtisztított, szeletekre vágott gombát vajon megpirítjuk, fehér borssal ízesítjük, sózzuk, belisztezzük, és lepirítjuk. Ráöntjük a tejszínt, és jól kiforraljuk.

A megmaradt nyolc tojást sós, ecetes vízbe beverjük, és három percig főzzük. Kivesszük, leöblítjük, rongyos széleit levágjuk.

Előmelegített tálra rakjuk a melegen tartott húspogácsákat, és mélyedésükbe egy-egy tojást teszünk.

Tejszínes gombamártással leöntve, vágott petrezselyemzölddel meghintve adjuk asztalra.

Borleves

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 5 dl fehérbor • 5 dkg cukor • 1 tojás
- 1 kiskanál liszt • ½ citrom héja • szegfűszeg.

A tojást felverjük, hozzáadjuk a lisztet, felhígítjuk 3 dl vízzel, majd hozzáöntjük a szegfűszeggel és citromhéjjal felforralt bort, valamint a cukrot. Tűz fölött, habverővel addig keverjük, amíg sűrűsödni kezd. Ekkor csészékbe szűrjük, és forrón, pirított zsemlekockával tálaljuk.

Blaha Lujza tortája

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg liszt • 10 dkg vaj • 10 dkg porcukor
- 8 dkg dió • 3 tojás • 30 dkg málnadzsem
- 5 dkg édes morzsa (édes teasüteményből)
- 20 dkg málnás fondant.

A lisztet a vajjal és a cukorral elmorzsoljuk, hozzáadjuk a darált diót, a tojássárgákat, és sima tésztává gyúrjuk. Tíz percig pihentetjük, majd vékonyra nyújtjuk, és három egyforma, kerek tortalapot formálunk belőle. A tortalapokat előmelegített sütőben megsütjük. Ha kihűltek, a lekvárral megtöltjük, tetejét forró lekvárral bekenjük, majd a fondanttal bevonjuk.

A torta oldalát édes morzsával bepanírozzuk.

A fondant készítése: egy torta bevonásához 25-30 dkg kristálycukrot zománcozott lábasba teszünk, és hozzáöntünk 1 dl vizet meg pár csepp ecetet. Igen gyenge tűzön állandóan keverve, a lábast a tűzről gyakran félrevonva, a cukrot megolvasztjuk. Amikor forr, már nem szabad keverni. Néhány perc után kanállal kiveszünk egy cseppet a szirupból, és próbaképpen hideg vízbe cseppentjük. Ha a szirup kis golyóban együtt marad, az edényt levesszük a tűzről, és a szirup tetejét pár csepp málnalével meglocsoljuk. A szirupot márványlapra öntjük, és addig hűtjük, míg a teteje bőrösödni kezd. Ekkor egy széles tortakéssel addig dolgozzuk, míg a massza kifeheredik, és már nem nyúlik. Most már fel lehet kenni a tortára.

Borjúdió Krúdy módra

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg borjúhús (diója) • 2 fej vöröshagyma
- 3 evőkanál liszt • 2 dkg vaj • 1 paradicsom
- 1 zöldpaprika • 2 dl tejszín • 1 dl olaj • 2 dl húsleves
- petrezselyemzöld • pirospaprika • só.

A húst 8 szeletre vágjuk, kiklopfoljuk, megsózzuk, és forró olajban mindkét oldalukat aranyszínűre sütjük. A szeleteket kivesszük, és az olajba tesszük a megtisztított, felaprított hagymát. Pirospaprikával megszórjuk, ráöntjük a húslevest, és addig főzzük, míg sűrűsödni kezd. Ekkor visszatesszük a hússzeleteket, hozzáadjuk a felszelt paprikát és paradicsomot, és lassú tűzön addig főzzük, míg a hús teljesen megpuhul. Ekkor a hússzeleteket kivesszük, és a mártást a tejszínből és lisztből készült habarékkal besűrítjük. Felforraljuk, majd leszűrjük. Tálaláskor a mártásba helyezzük a hússzeleteket, vajdarabkákat morzsolunk rájuk, és vágott petrezselyemzölddel díszítjük.

Szárnyasmájas rizottóval körítve tálaljuk.

Brassói aprópecsenye

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg apróhús
- 5 evőkanál olaj
- 3 fej vöröshagyma
- 4 cikk fokhagyma
- őrölt fekete bors • só.

A húst 1,5-2 cm-es kis kockákra vágjuk. A megtisztított, finomra vágott hagymát olajon megfuttatjuk, majd kevés vízzel megpároljuk. Hozzáadjuk a húst, megsózzuk, zúzott fokhagymával és borssal ízesítjük. Amikor a hús kifehéredik, kevés vizet öntünk alá, és fedő alatt puhára pároljuk. Ha kell, a vizet pótoljuk. Végül levesszük a fedőt, és zsírjára sütjük. Közben gyakran megkeverjük, nehogy leégjen.

Pirított sós burgonyát adunk hozzá köretnek.

Brassói káposzta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg fejes káposzta
- 40 dkg sertéshús
- 15 dkg füstölt szalonna
- 2 dl tejföl
- 1 evőkanál liszt
- köménymag • só.

A káposztát legyaluljuk, lábasba tesszük, és hozzáadjuk a nagyobb darabokra vágott húst. Megsózzuk, ménymaggal fűszerezzük, és annyi vízzel, amennyi ellepi, feltesszük főni.

Közben a szalonnát felszeleteljük, és kisütjük. A tejfölt elkeverjük a liszttel és a szalonnazsírral. Ha a hús már puha, a káposztából kivesszük, és melegen tartjuk. A káposztához hozzákeverjük a tejfölös mártást, jól átforrósítjuk, majd a tetejére tesszük a húst és a sült szalonnát. Forrón tálaljuk.

Csáky rostélyos

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 szelet rostélyos
- 4 zöldpaprika
- 4 paradicsom • 4 tojás
- 2 fej vöröshagyma
- 1,5 dl tejföl • 1 dl csontlé
- 1 kiskanál liszt
- pirospaprika • só.

A hagymából, tojásból, paprikából és paradicsomból lecsót készítünk. A húst kicsontozzuk, lehártyázzuk, és gyengén megklopfoljuk, majd megsózzuk, rákenjük a lecsót, széleit behajtjuk, feltekerjük, és összetűzzük. Forró zsírban minden oldalát megpirítjuk, majd hozzáadjuk a finomra vágott hagymát, pirospaprikával megszórjuk, csontlevet öntünk alá, és fedő alatt pároljuk. Mikor a hús már puha, zsírjára lesütjük, liszttel meghintjük, hozzáadjuk a tejfölt, és még pár percig forraljuk. A mártás közepes sűrűségű legyen.

A hústűket kivesszük, a rostélyosokat felszeleteljük, tálra tesszük, ráöntjük a mártást, és galuskával vagy párolt rizzsel tálaljuk.

Csángógulyás

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg marhahús • 30 dkg rizs • 5 dkg zsír
- 1 paradicsom • 1-2 zöldpaprika
- 1 fej vöröshagyma • pirospaprika • só.

A húsból hagymával, zöldpaprikával pörköltet készítünk, de amikor félig puhult, felengedjük vízzel, és hozzáadjuk a megtisztított, megmosott rizst. Lassú tűzön főzzük tovább. Mielőtt teljesen megfő, hozzáadjuk a feldarabolt paradicsomot és csipetkét (lásd a *Gulyásleves*nél) teszünk bele.

Csülök pékné módra

Elkészítési idő: 120 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 70 dkg csülök • 1 kg burgonya • ½ dl olaj
- 15–20 dkg apró hagyma • petrezselyemzöld • só.

A megtisztított, megmosott csülök bőrét ujjnyi közökkel hálósan bevagdaljuk. Besózzuk, fél órát állni hagyjuk, majd szárazra töröljük, és forró zsiradékban megforgatjuk. Kevés vizet öntünk alá, és így pároljuk. Mikor már majdnem teljesen puha, a levével együtt tűzálló tálba tesszük. Mellérakjuk a cikkekre vágott krumplit, sózzuk, és előmelegített sütőben, időnként átforgatva, mérsékelt tűznél sütjük. Amikor a krumpli félig átsült, hozzátesszük a hagymákat, és az egészet szép pirosra sütjük. Finomra vágott zöldpetrezselyemmel megszórva tálaljuk.

Bundás kenyér

Elkészítési idő: 15 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 szelet kenyér • 2 tojás • 1 evőkanál tejszín • só
- 5 dkg reszelt füstölt sajt • 1 dl tejföl • a sütéshez olaj.

A megsózott tojásokat a tejszínnel felverjük, és jól beleforgatjuk a kenyérszeleteket. Forró olajban mindkét oldalukat kisütjük, lecsöpögtetjük, majd tejföllel bekenjük, és a reszelt sajttal meghintjük.

Reggelire, uzsonnára kínáljuk, forró citromos teával.

Csúsztatott palacsinta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 10 személyre:

- 20 dkg liszt • 10 dkg vaj • 10 tojás
- 5 dl tej • 15 dkg vaníliás porcukor
- a sütéshez olaj.

Habosra keverjük a vajat, és állandó keverés közben egyenként hozzáadjuk a tojássárgákat. Hozzátesszük a lisztet, és annyi tejet, hogy palacsintatésztát kapjunk. Végül beleforgatjuk a tojások felvert habját is.

Olajjal kikent palacsintasütőben megsütjük a palacsintákat, úgy, hogy csak az egyik oldalukat sütjük rózsásra. Tortatálra csúsztatjuk, megszórjuk porcukorral, és így tovább, amíg az összes palacsintatésztát kisütjük. Az utolsó palacsintának már mindkét felét rózsásra sütjük. Ezzel befedjük a palacsintahalmot, porcukrot szórunk rá, és forrón kínáljuk.

Töltelékkel is készíthetjük.

Debreceni aprópecsenye

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg szűzpecsenye • 10 dkg füstölt kolbász
- 10 dkg füstölt szalonna • 10 dkg zsír nélküli lecsó
- 10 dkg zsír • 2 fej vöröshagyma • 1 cikk fokhagyma
- pirospaprika • só.

A lehártyázott húst kis szeletekre vágjuk, megsózzuk, és gyengén megklopfoljuk, majd forró zsírban a szeletek mindkét oldalát megsütjük. A felkockázott szalonna zsírját kisütjük, és ebben megpirítjuk a finomra vágott hagymát, majd hozzáadjuk a lecsót, beletesszük az elősütött hússzeleteket, a felkarikázott kolbászt, és a zúzott fokhagymát. Sózzuk, borsozzuk, és az egészet jól összesütjük. Főtt krumplival tálaljuk.

Dióval töltött csuka

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg-os csuka • 2 dl tej • 20 dkg vaj
- 10 dkg darált dió • 2 tojás • 1 zsemle
- 1 dl tejföl • majoránna • őrölt bors • só.

A tejben megáztatott, majd kinyomkodott zsemlét összedolgozzuk a tojássárgákkal, a dióval, majoránnával, kevés sóval és borssal. Habbá verjük a tojásfehérjéket, és óvatosan a masszához keverjük.

A megtisztított halat megtöltjük a töltelékkel, összetűzzük, és kivajazott tepsiben, sütőben szép pirosra sütjük. Végül felszeleteljük, tálra tesszük, és a tejföllel besűrített levével meglocsolva tálaljuk.

Debreceni mézes

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg liszt • 40 dkg méz • 10 dkg cukor • 4 tojás
- 1 evőkanál őrölt fahéj • 3-4 tört szegfűszeg
- 1 csomag sütőpor • mandula.

A tojásokat cukorral habosra keverjük, majd hozzáadjuk a lisztet, sütőport, mézet, fahéjat, szegfűszeget, és jól kikeverjük. Zsírral kikent tepsibe terítjük, aprított mandulával beszórjuk, és negyedórát pihentetjük. Ekkor előmelegített sütőbe toljuk, és szép barnára sütjük.

Disznótoros kóstoló

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 2–2 szál májas és véres hurka • 2 szál sütni való kolbász
- 20 dkg sertésnyesedék • 40 dkg főtt krumpli
- 40 dkg párolt káposzta.

A nyesedék húst a hurkákkal és a kolbásszal együtt, tepsiben megsütjük, szaftjával gyakran locsolgatva. Sós vízben főtt krumplival (a hurkával, kolbásszal együtt meg is piríthatjuk kissé) és párolt káposztával együtt tálaljuk.

A párolt káposzta készítése: a reszelt vagy gyalult káposztát zsírban megfonnyasztott hagymához adjuk, megsózzuk, kevés cukrot és egy kanál ecetet adunk hozzá, és fedő alatt puhára pároljuk. Látványban és ízben is gazdagabb, ha külön-külön, fele részben fehér és piros káposztából készítjük, és tálaláskor egymás mellé szedjük.

Erdélyi padlizsánsaláta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg padlizsán
- 2 fej vöröshagyma
- 1 paradicsom • 1 citrom leve • 1,2 dl olaj
- 1 kiskanál fehér bors • só.

A szép, érett padlizsánokat sütőlemezen jól megsütjük, majd meghámozzuk, és vágódeszkán egészen pépesre összevágjuk. Tálba tesszük, sózzuk, borsozzuk, és cseppenként adagolva hozzákeverjük az olajat. Addig keverjük, míg egészen kifeheredik. Ekkor citromlével megsavanyítjuk. Végül hozzákeverjük a megtisztított, lereszelt hagymát.

Cikkekre vágott paradicsommal díszítve tálaljuk.

Esterházy-rostélyos

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 szelet rostélyos
- 15 dkg vegyes zöldség
- 5 dkg zsír • 3 dkg liszt
- 0,5 dl száraz fehérbor
- 1 kis fej vöröshagyma • 1 csésze tejföl
- 1 babérlevél • 1 kiskanál pirospaprika • cukor
- petrezselyemzöld • mustár • só.

A hússzeleteket kissé megklopfoljuk, majd sózzuk, borsozzuk, és a zsíron megfuttatott hagymához adjuk. Hirtelen átsütjük, majd kevés vízzel, fedő alatt pároljuk.

Mikor a hús félig megpuhult, hozzáadjuk a vékony csíkokra vágott zöldségeket, a babérlevelet, és a pirospaprikát. Mikor a zöldség teljesen megpuhult, hozzáöntjük a bort, és a húst a zsírjára sütjük. Liszttel elkevert tejfölt adunk hozzá, mustárral, csipetnyi cukorral ízesítjük, és ha kell, adunk még hozzá vizet. A mártás szép aranyszínű kell hogy legyen.

A mártással leöntve, vágott petrezselyemzölddel megszórva, melegen tálaljuk. Köretként sós burgonyát adunk mellé.

Felvidéki túrós

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 30 dkg liszt • 10 dkg zsír
- 15 dkg cukor • 1 tojás
- 1 csomag sütőpor • kevés tej.

Töltelékhez: 50 dkg túró • 5 tojás

- 10 dkg porcukor • 6 dkg mazsola
- 1 kanál zsemlemorzsa vagy gríz
- 1 tojás a kenéshez • fél csomag vaníliás cukor.

A sütőporral elkevert lisztet összegyúrjuk a zsírral, tojással, cukorral, és annyi tejjel, hogy lágy, nyújtható tésztát kapjunk. A tészta felét tepsibe tesszük, és beborítjuk a töltelékkel. A tészta másik felével lefedjük, tojással megkenjük, és villával megszurkáljuk. Közepes tűznél sütjük, felszolgáláskor vaníliás porcukorral meghintjük, és felszeleteljük.

A túrós töltelék készítése: a tojássárgákat habosra keverjük a porcukorral és a vaníliás cukorral, majd hozzákeverjük az áttört, lecsöpögtetett túrót, a mazsolát, a morzsát, s végül a kemény habbá vert tojásfehérjét.

Feszty-bifsztek

Elkészítési idő: 30 perc + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 90 dkg bélszín • 12 dkg füstölt szalonna
- 2 fej vöröshagyma • 8 dkg zsír • 2 zsemle
- pirospaprika • őrölt bors • mustár • só.

Négy egyforma szeletre vágjuk a bélszínt, megkenjük mustárral, olajban megforgatjuk, megborsozzuk, majd a szeleteket egymásra helyezve, zsírpapírba csomagoljuk, és 3-4 napig a hűtőben érleljük. Sütés előtt a szeleteket mindkét oldalukon pirospaprikával és sóval beszórjuk, majd mindegyiket 4 helyen bevágjuk, és szalonnával meg hagymával megtűzdeljük. Zsírral kenegetve, rostélyon angolosra sütjük.

Közben a félbevágott zsemléket zsírban kissé megpirítjuk.

A húsokat forrón a fél zsemlékre helyezve kínáljuk, ízlés szerint főtt burgonyával vagy párolt rizzsel körítve.

Fokhagymás tésztaleves kolbásszal

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 20 dkg liszt • 5 dkg füstölt kolbász • 4 dkg zsír
- 2 tojás • 1 dl tejföl • 2 cikk fokhagyma
- 1 evőkanál pirospaprika • só.

Tizenöt deka lisztből és a tojásokból tésztát gyúrunk. Vékonyra kinyújtjuk, és széles metéltre vágjuk.

A felkarikázott kolbászt forró vízbe tesszük, és kb. 15 percig főzzük. Közben a zsírból és a maradék lisztből világos rántást készítünk, hozzáadjuk a finomra metélt fokhagymát, és megpaprikázzuk. Belekeverjük a tejfölt, és kevés hideg vízzel jól elkeverjük. Ezt a rántásos mártást belekeverjük a levesbe, és pár percig főzzük. Végül beletesszük a tésztát, és puhára főzzük.

Forralt bor I.

Elkészítési idő: 25 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1,2 l száraz vörösbor (nem túl testes, lehet gyengébb minőségű is) • 5–6 evőkanál kristálycukor
- 0,5 dl rum • 4–5 szegfűszeg • kb. 5 cm egész fahéj.

A bort zománcozott lábasban, fedő alatt hevítjük. Mikor erősen gyöngyözik, de még nem forr (!), a tűzről levesszük, hozzáöntjük a rumot, beletesszük a fűszereket, megkeverjük, és lefedve 10 percig állni hagyjuk. Végül jól elkeverve feloldjuk benne a cukrot, és azonnal bögrékbe szűrve, forrón kínáljuk.

Forralt bor II.

Elkészítési idő: 25 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1,2 l száraz fehérbor • 5-6 evőkanál kristálycukor
- fél citrom héja • 2-3 szegfűszeg
- kb. 3 cm egész fahéj • 4-5 szemes bors.

A bort fedő alatt, zománcozott lábasban erős gyöngyözésig (de nem forrásig!) hevítjük. A tűzről levesszük, beletesszük a citromhéjat és a fűszereket, és lefedve 10 percig állni hagyjuk. Végül jól elkeverve feloldjuk benne a cukrot, és forrón bögrékbe szűrjük.

Grassalkovich-palacsinta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 8 db sós palacsinta
- 8 dkg csirkemáj • 15 dkg gomba
- 8 dkg sonka • 8 dkg zöldborsó
- 15 dkg lecsó • 3 evőkanál zsír
- 15 dkg liszt • 15 dkg zsemlemorzsa
- 1,5 dl tejföl • pirospaprika • só.

A gombát megtisztítjuk, apróra vágjuk, és a kifejtett zöldborsóval együtt zsíron megfonnyasztjuk. Hozzáadjuk a darabolt sonkát és csirkemájat, rövid ideig pirítjuk, majd rátesszük a lecsót, és az egészet összedolgozzuk. A palacsintákat megtöltjük az így elkészített raguval, beleforgatjuk a morzsába, és bő, forró olajban kisütjük.

Paprikás–tejfölös mártással kínáljuk.

Gulyásleves

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg marhahús
- 50 dkg krumpli
- 15 dkg paradicsom
- 15 dkg zöldpaprika
- 10 dkg zsír • 4 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma
- 1 evőkanál pirospaprika
- köménymag • só.

A zsíron megfuttatjuk a finomra vágott hagymát, hozzáadjuk a kis kockákra felvágott húst, és átpirítjuk. Megszórjuk pirospaprikával, hozzáadjuk a fokhagymát, és köménnyel, sóval ízesítjük. Megkeverjük, kevés vizet öntünk rá, és fedő alatt pároljuk, közben gyakran megkeverjük. Amikor a hús már puha, hozzátesszük a cikkekre vágott paradicsomot, a csíkokra vágott paprikát és a héjától megtisztított, durva kockákra vágott krumplit. Annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje, és készre főzzük. Levesbetétnek csipetkét főzünk bele. (A csipetke kemény galuskatészta, amit kézzel igen apróra szaggatunk.)

Hagymás krumplisaláta

Elkészítési idő: 35 perc + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg krumpli
- 2–3 fej vöröshagyma • borecet
- cukor • őrölt bors • só.

A krumplit megmossuk, héjában megfőzzük. Meghámozzuk, majd ha kissé kihűlt, karikára vágjuk. Salátástálba rétegezzük a megtisztított, karikára vágott és leforrázott hagymával felváltva.

A borecetből sóval, borssal, kevés cukorral ízesített salátalevet készítünk, és ráöntjük a hagymás krumplira, hogy éppen ellepje. Néhány óráig hűtőben érleljük.

Tálalás előtt a levet leöntjük róla.

jó tudni!

A tokánynak való húst apró, vékony csíkokra vágjuk, a pörköltnek valót kisebb kockákra, viszont a gulyásba, bográcsételbe nagyobbakra daraboljuk, hogy ne főjjön szét az erős tűzön.

Hájas tészta

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 70 dkg liszt • 50 dkg háj
- 2 tojássárgája
- 2 evőkanál száraz fehérbor
- 20 dkg sárgabaracklekvár • zsír.

A ledarált fehér hájat összedolgozzuk 25 dkg liszttel. A többi lisztet alaposan eldolgozzuk a tojássárgákkal és 2 dl vízzel. Az így kapott tésztát kinyújtjuk, közepére tesszük a hájas masszát, és összehajtogatjuk. Fél órát pihentetjük, majd ismét kinyújtjuk és hajtogatjuk, legalább háromszor egymás után. Legvégül vékonyra kinyújtjuk, forró késsel kockákra vágjuk, megkenjük lekvárral, és háromszögre hajtjuk. Zsírral kikent tepsiben, forró sütőben megsütjük.

Halászlé

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg vegyes hal (ponty, harcsa, apróhal)
- 4 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál csípős pirospaprika • só.

A megtisztított halakat szeletekre vágjuk, a hagymát felaprítjuk. A bográcsba rétegesen rakjuk a hal- és hagymadarabokat, úgy, hogy alulra a fej- és farokdarabok, felülre pedig a szép halszeletek kerüljenek. Felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje, megsózzuk, és a bográcsot a tűz fölé akasztjuk. Amikor a lé felforr, hozzáadjuk a paprika felét, a másik felét pedig akkor, amikor a halászlé majdnem teljesen megfőtt. A halak tisztításakor kivett ikrát is a főzés vége felé tesszük bele.

Cérnametéltet vagy kockatésztát is főzhetünk a halászlébe. Igen jó lesz a halászlevünk, ha a halfejek húsát átpasszírozzuk, és úgy keverjük bele. Teljesebb lesz az élvezet, ha kenyér sarkából készített „kanállal" meregetjük a halászlevet. Bár a szabadban, tábortűzön készített halászlé az igazi, otthon, fazékban is főzhetjük (de akkor más a hangulata, és a szúnyogdöngicsélést sem élvezhetjük).

Hortobágyi rostélyos

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg rostélyos (esetleg hátszín)
- 10 dkg füstölt szalonna
- 10 dkg lecsó • 2 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa • 2 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 evőkanál liszt
- pirospaprika • köménymag
- ízlés szerint só.

A felszeletelt húst kiklopfoljuk, megsózzuk, majd lisztbe forgatjuk. Kevés zsiradékban mindkét oldalon enyhén megpirítjuk, majd kivesszük. A zsírba most az apróra vágott hagymát tesszük, aranyszínűre pirítjuk, majd hozzáadjuk a lecsót, a felkockázott szalonnát, a karikára vágott gyökereket, a zúzott fokhagymát és a köménymagot. Sózzuk, paprikázzuk, és együtt átpirítjuk. Ha már jól átsült, hozzáadjuk az elősütött húst, kis vizet öntünk alá, és fedő alatt, közepes lángon puhára pároljuk.

Daragaluskával adjuk asztalra.

Hortobágyi palacsinta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 12 palacsinta
- 60 dkg pörkölt (borjú-, sertés- vagy csirkehúsból)
- 2 dl tejföl • pirospaprika • köménymag
- őrölt bors.

A pörkölthúst ledaráljuk, és megtöltjük vele a palacsintákat. Tűzálló tálba rakjuk, szorosan egymás mellé.

A pörkölt szaftjából a tejföllel mártást készítünk. Megfűszerezzük, és a palacsintákra öntjük, majd a tálat előmelegített sütőbe tesszük. Csak annyira sütjük meg, hogy a mártás besűrűsödjék.

Húsos metélt

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg szélesmetélt
- pörkölt 50 dkg húsból
- 1 dl tejföl.

A tésztát sós vízben feltesszük főni. Közben a pörköltet ledaráljuk, a szaftját pedig elkeverjük a tejföllel.

A kifőtt tésztát leszűrjük, beletesszük a tejfölös mártásba, hozzáadjuk a darált pörköltet, és jól átforgatjuk.

Forrón tálaljuk.

Jókai-bableves

Elkészítési idő: 90 perc + áztatás

Hozzávalók 4 személyre:

- 12 dkg szárazbab
- 12 dkg debreceni kolbász
- 1 füstölt sertéscsülök
- 2 evőkanál zsír
- 2 evőkanál liszt
- 1,5 dl tejföl • 1 szál sárgarépa
- 1 kis petrezselyemgyökér
- 1 kis darab zeller
- 1 kis fej vöröshagyma
- 2 zöldpaprika • 1 paradicsom
- 1 gerezd fokhagyma
- ½ csokor petrezselyemzöld
- pirospaprika • só.

A babot előző este beáztatjuk. A csülköt puhára főzzük. A megtisztított vöröshagymát finomra vágjuk, és kevés zsíron megpirítjuk. Hozzáadjuk a karikára vágott zöldséget, és együtt megpároljuk. Ha kész, áztatólevével együtt hozzáöntjük a babot, felöntjük a füstölthúslével, hozzáadjuk a feldarabolt zöldpaprikát és paradicsomot, valamint a zúzott fokhagymát. Ha kell, még utánasózzuk.

Közben a kolbászt megsütjük, és vékony karikákra vágjuk. A kolbász zsírjából a liszttel világos rántást készítünk, megpaprikázzuk, zöldpetrezselyemmel megszórjuk, és ha a bab puhára főtt, a levest berántjuk. Tejföllel behabarjuk, hozzáadjuk a kolbászkarikákat, és csipetkét (lásd a *Gulyáslevesnél*) főzünk bele.

Tányérokba rakjuk a feldarabolt csülökhúst, és rámerjük a forró levest.

Káposztás bableves

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg savanyú káposzta • 25 dkg fejtett bab
- 20 dkg füstölt csülök • 10 dkg füstölt kolbász
- zsír • liszt • pirospaprika • bors • ecet • só.

A káposztát másfél liter hideg vízben feltesszük főni. Hozzáadjuk a babot és a darabokra vágott füstölt húst, borsozzuk, ha kell, sózzuk, kevés ecettel ízesítjük. Lassú tűzön, fedő alatt főzzük, majd ha a bab már majdnem puha, beletesszük a karikára vágott kolbászt is. A kész levest paprikás rántással besűrítjük, és forrón tálaljuk.

Káposztás kocka

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg nagykocka-tészta
- 1 kg fehér káposzta • 0,5 dl olaj
- 2 dkg kristálycukor • őrölt bors • só.

A káposzta külső leveleit eltávolítjuk, és a káposztafejet nagy lyukú reszelőn lereszeljük (a torzsáját nem!).

A tésztát sós vízben feltesszük főni. Közben egy nagy lábasban az olajon barnára pirítjuk a cukrot, hozzáadjuk a káposztát, kissé megsózzuk, majd mérsékelt tűzön, gyakran megkeverve, fedő nélkül aranybarnára megpirítjuk. Ízlés szerint megborsozzuk, hozzákeverjük a leszűrt főtt tésztát, és forrón tálaljuk.

(A gyerekek bors helyett porcukorral meghintve szeretik.)

Kolbásszal és tojással töltött fasírt

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 8 személyre:

- 70 dkg darált sertéshús
- 4 tojás • 30 dkg kolbász
- 2 zsemle • 2 dl tej
- 70 dkg krumpli • 2 dl sör
- 1 fej vöröshagyma
- 1 gerezd fokhagyma
- pirospaprika
- őrölt bors • só.

A szikkadt zsemléket tejben megáztatjuk, majd kinyomkodjuk.

A darált húst összegyúrjuk a finomra vágott vöröshagymával, az elkapart fokhagymával, kevés paprikával, sóval, borssal és 1 felvert tojással. A masszából hosszúkás cipót formálunk, közepébe nyomjuk a kolbászt és a 3 főtt, héjától megtisztított tojást.

A cipót kizsírozott tepsi közepére tesszük, és körülrakjuk a meghámozott és cikkekre vágott krumplival.

Forró sütőbe toljuk, és időnként sörrel meglocsolva, szép piros kérget sütünk a fasírtra. Addigra a krumpli is finomra megsül.

jó tudni!

Az erős bors és paprika helyett használjunk bátran zöldfűszereket. A régi magyar konyha előszeretettel ízesített csomborral, kaporral, bazsalikommal, tárkonnyal, kakukkfűvel. Téves az a felfogás, hogy minél pirosabb és csípősebb egy étel, annál magyarosabb.

Kolbászleves

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg füstölt kolbász • 15 dkg savanyú káposzta
- 0,5 dl tejföl • 2 evőkanál liszt • 1 evőkanál zsír
- 1 fej vöröshagyma • káposztalé • pirospaprika • só.

A zsírból a liszttel rántást készítünk. Megpaprikázzuk, felengedjük 1 liter hígított káposztalével, hozzáadjuk a káposztát és a karikára vágott kolbászt, és addig főzzük, míg a káposzta megpuhul.

A levesestálba öntjük a tejfölt, rámerjük a levest, és megkeverjük. Pirított zsemlekockával tálaljuk.

Kolozsvári rakott káposzta

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg darált sertéshús • 1 kg savanyú káposzta
- 10 dkg rizs • 3 fej vöröshagyma
- 10 dkg füstölt szalonna • 10 dkg zsír
- 1,5 pohár tejföl • 1 csomó kapor
- csombor • pirospaprika • őrölt bors
- ízlés szerint só.

A szalonnát kis kockákra vágjuk, és a fele zsírban üvegesre sütjük. Beletesszük a finomra metélt hagymát, és aranyszínűre pirítjuk, majd hozzátesszük a darált húst, és addig sütjük, amíg megfeheredik. Ekkor rámorzsoljuk a csombor felét, és sózzuk, borsozzuk, paprikázzuk, megpirítjuk. Egy pohár vizet öntünk alá, és negyedórát pároljuk.

A savanyú káposztát kicsit kimossuk vízben (káposztája válogatja, melyiket mennyire kell – kóstoljuk meg), kinyomkodjuk a vizet belőle, majd összekeverjük a vágott kaporral és a maradék csomborral.

Közben megpároljuk a rizst. A káposzta felét egy nagy lábasba vagy tűzálló tálba rakjuk, egyenletes rétegben. Ráterítjük a párolt rizs felét, erre húst rakunk, majd befedjük a maradék rizzsel. Rátesszük a megmaradt káposztát, és sós, paprikás tejföllel meglocsoljuk. Villával kicsit meglazítjuk a masszát, hogy a tejföl lefolyjon az aljáig, majd ráöntjük a megmaradt zsírt, és sütőben, közepes tűznél az egészet jól átsütjük.

Kossuth-kifli

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 35 dkg liszt • 20 dkg vaj • 6 dkg porcukor
- 3 tojássárgája • 1 citrom • 1 csomag sütőpor.

Töltelékhez: 20 dkg darált dió • 25 dkg porcukor
- 3 tojásfehérje.

A lisztet összekeverjük a porcukorral és a sütőporral, hozzáadjuk a vajat, a citrom levét, a tojássárgákat, jól eldolgozzuk, és egy ideig pihentetjük.

Közben elkészítjük a *töltelék*et: a tojásfehérjéket a porcukorral habosra verjük, majd hozzáadjuk a diót.

A tésztát félujjnyi vastagra nyújtjuk, s a lapot háromszög alakúra vágjuk. Kisebb, egyforma méretű háromszögeket vágunk a tésztából, a töltelékből kis halmot rakunk rájuk, kiflikké sodorjuk, tojással megkenjük, aprított diót hintünk rá, és előmelegített sütőbe toljuk. Szép pirosra sütjük.

Kovászos uborka

Elkészítési idő: 15 perc + érlelés

Hozzávalók 10 személyre:

- 3 kg szép, egyforma méretű (kb. 10 cm-es) uborka
- 1 nagy csokor friss kapor • 2-3 cikk fokhagyma
- 1 szelet kenyér • só.

Az uborkákat megmossuk, végeiket levágjuk. (Ha közepesnél nagyobbak az uborkák, akkor hosszában félbevágjuk – nem kell teljesen, a szár felőli részük maradjon egyben.)

Egy ötliteres, széles szájú üveg aljára tesszük a kaprot (szárastól) és a fokhagymát. Függőlegesen, párhuzamosan belerakjuk az uborkákat, és langyos, sós vízzel felöntjük. (Legalább kétujjnyi helyet hagyunk az üveg szájáig, mert erjedéskor a lé felhabzik.) A tetejére tesszük a kenyérszeletet*, és belenyomjuk a lébe.

Az üveget olyan helyre tesszük, ahol egész nap éri napsütés. Kis fedőt vagy alufóliát teszünk az üveg szájára.

Két-három nap múlva a kenyeret kivesszük.

Ha napos, meleg az idő, egy-két nap múlva megérik, de borús időben 3-5 nap is kell. Kóstoljuk meg, s ha jó, akkor frissen fogyaszthatjuk, de hűtőben egy hétig is friss, ropogós marad.

A zavaros, tejszerű lé behűtve kiváló üdítő ital (vitaminokban és ásványi sókban különösen gazdag), de salátákhoz, savanyú mártásokhoz is felhasználhatjuk.

* Célszerű a kenyeret tüllzacskóba vagy két vékony gézlap közé tenni, így könnyen ki tudjuk venni.

Körömpörkölt

Elkészítési idő: 3 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg sertéskörröm
- 2 evőkanál olaj
- 1 fej vöröshagyma
- pirospaprika • só.

A körmöket alaposan megmossuk, majd az ízületeknél több darabra vágjuk. A megtisztított hagymát olajon világossárgára pirítjuk, majd hozzáadjuk a körmöket, megpaprikázzuk, sózzuk, vízzel bőven felöntjük, és lassú tűzön addig főzzük, míg a hús a csontról leválik (kb. 3 óra!). Ha kell, főzés közben a vizet pótoljuk, hogy mikor elkészül, bő leve maradjon.

Főtt krumplival, szafttal bőven megöntözve tálaljuk.

Krumplis pogácsa

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg főtt krumpli
- 25 dkg margarin
- 25 dkg liszt • 1 csomag sütőpor
- 1 tojás a kenéshez • só.

A főtt krumplit áttörjük, hozzáadjuk a margarint és a sütőporral elkevert lisztet. Ízlés szerint sózzuk, és tésztává gyúrjuk. Lisztezett deszkán ujjnyi vastagra nyújtjuk, majd pogácsavágóval kiszúrjuk. A pogácsák tetejét tojással megkenjük. Közepes tűznél szép pirosassárgára megsütjük.

Lebbencsleves

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg krumpli
- 10 dkg lebbencstészta
- 5 dkg füstölt szalonna
- 1 közepes vöröshagyma
- babérlevél • pirospaprika
- őrölt bors • só.

Az apróra vágott szalonnát zsírjára pirítjuk, majd kiszedjük és félretesszük. A szalonnazsírban megfonnyasztjuk a finomra vágott hagymát, a tűzről levéve megpaprikázzuk, hozzáadjuk a kis kockákra felvágott krumplit, majd visszatesszük a tűzre, és üvegesre pirítjuk. Sózzuk, borsozzuk, beletesszük a babérlevelet, hideg vízzel felöntjük, és lassú tűzön főzzük. Hozzáadjuk a megpirított lebbencstésztát, a szalonnadarabkákat, és együtt készre főzzük.

Lecsó kolbásszal

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg paprika • ½ kg paradicsom
- 20 dkg lecsókolbász
- 15 dkg füstölt szalonna
- 2 tojás • 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 púpozott evőkanál pirospaprika • só.

Az apróra vágott szalonnát lassú tűzön üvegesre pirítjuk, majd hozzáadjuk a vékony karikákra szelt hagymát,

és megpirítjuk. Megszórjuk pirospaprikával, hozzáadjuk a feldarabolt paradicsomot és a felkarikázott zöldpaprikát. Ízlés szerint sózzuk, és fedő alatt puhára pároljuk. Akkor beletesszük a karikára vágott kolbászt, és kb. 5 percig együtt pároljuk még. Végül belekeverjük a felvert tojásokat, és fedő alatt néhány percig sütjük, hogy a tojás megdermedjen. Forrón tálaljuk.

Ha csípősen szeretjük a lecsót, akkor a paprikák között legyen egy-két bogyiszlói paprika is.

Lencseleves

Elkészítési idő: 50 perc + áztatás

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg lencse
- 40 dkg füstölt oldalas
- 2 dl tejföl • 2 evőkanál liszt
- 1 cikk fokhagyma
- 1-2 babérlevél
- őrölt bors • ecet • só.

A lencsét és a kis darabokra felvágott húst előző este, külön-külön beáztatjuk. Másnap az oldalast annyi vízben, amennyi ellepi, feltesszük főni. Mikor félig megfőtt, hozzáadjuk a lencsét, beletesszük a fokhagymát és a babérlevelet. Addig főzzük, amíg az egész jól átpuhul.

Közben a tejfölt jól elkeverjük a liszttel, hozzáadjuk a leveshez, és negyedóráig együtt forraljuk, majd kivesszük a babérlevelet és a fokhagymát. Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, és ecettel savanyítjuk a levest.

Leveles tepertős pogácsa

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg liszt • 25 dkg tepertő
- 2 tojássárgája • 1 tojás a kenéshez
- 2 dl tejföl • 1 csomag sütőpor
- 2 evőkanál rum • őrölt bors • só.

A sütőporral elkevert lisztet könnyen gyúrható tésztává dolgozzuk a tojássárgájával, rummal, csipetnyi őrölt borssal és annyi tejföllel, amennyit kíván. Félujjnyi vastagra kinyújtjuk, langyos zsírral megkenjük, darált tepertőt szórunk rá, összehajtjuk, és újból kinyújtjuk. Ezt még négyszer kell megismételni. Minden alkalommal zsírral megkenjük, s tepertővel megszórjuk. Az utolsó nyújtás előtt az összehajtogatott tésztát fél órára a hűtőbe tesszük. Utána ujjnyi vastagra nyújtjuk, és közepes pogácsavágóval kiszúrjuk. Tojással megkenjük, és forró sütőben kisütjük. Kiváló borkorcsolya, de kínálhatjuk teához is.

Ludaskása

Elkészítési idő: 2 óra 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 frissen vágott liba • 25 dkg leveszöldség
- 30 dkg rizs • 3 dkg zsír • vöröshagyma
- szemes bors • köménymag
- petrezselyemzöld • só.

Vágáskor a liba vérét egy edényben felfogjuk. A megtisztított liba szárnyait, a nyakát, fejét, a szívét és a zúzáját 1,5 l sós vízben a leveszöldséggel, sóval, borssal,

köménymaggal, fedő alatt, lassú tűzön majdnem puhára főzzük. A rizst zsíron megfuttatjuk, húslével felöntjük, majd fedő alatt lassú tűznél puhára pároljuk. Ekkor hozzáadjuk a húsokat (a szívet és a zúzát szeletekre vágva), a finomra vágott petrezselyemzöldjét, és készre pároljuk.

Libatepertővel megszórva, sült vérrel körítve tálaljuk.

A sült libavér elkészítése: egy száraz zsemle héját lereszeljük, belsejét apró kockákra vágjuk, mély tálba tesszük, majd rácsorgatjuk a vért. Félretesszük, hogy a vér megalvadjon.

Egy nagyobb fej hagymát megtisztítunk, vékony szeletekre vágjuk, és 5 dkg zsírban sárgára fonnyasztjuk. A megalvadt véres masszát 1 centis kockákra vágjuk, és a hagymás zsírban 5 percig sütjük. Sóval, borssal ízesítjük.

Magyaros krumplileves

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg krumpli • 5 dkg lecsó • 2 evőkanál liszt
- 3 evőkanál olaj • 2 fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma • petrezselyemzöld
- fűszerpaprika • őrölt köménymag • só.

A megtisztított, megmosott krumplit kockákra vágjuk, és másfél liter hideg vízben, az egészben hagyott hagymákkal együtt feltesszük főni.

Közben zsemleszínű rántást készítünk a lisztből és olajból, paprikával meghintjük, hozzáadjuk a köményt, a zúzott fokhagymát és a finomra vágott petrezselyemzöldet. Felengedjük vízzel, hozzáadjuk a lecsót, és jól elkeverjük. Beletesszük a főtt krumplit, összeforraljuk, és forrón tálaljuk.

Májas hurka

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 10 személyre:

- 1 kg sertésmáj • 50 dkg tokaszalonna
- 1 kg rizs • 1 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál zsír • 1 evőkanál őrölt bors
- 1 kiskanál őrölt szegfűbors
- 1 kiskanál morzsolt majoránna • só.

A májat gyöngyöző forró vízben fehéredésig abáljuk, majd leszűrjük. Az abálólében megfőzzük a szalonnát, majd kivesszük, és lecsöpögtetjük. Közben a rizst megfőzzük, a kihűlt májat és szalonnát ledaráljuk. A megtisztított, lereszelt hagymát a zsíron üvegesre pirítjuk, majd hozzákeverjük a darált májat és szalonnát, valamint a főtt rizst és a fűszereket.

Lazán hurkabélbe töltjük, úgy, hogy 15 centinként csavarunk egyet rajta. Hideg zsírral megkenjük, és sütőben kisütjük. Sütés közben villával megszurkáljuk, hogy ne hasadjon ki.

Mákos nudli (pöcsmácsik)

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 20 dkg krumpli • 20 dkg liszt
- 1 tojás • 5 dkg darált mák
- porcukor • só.

A krumplit héjában, sós vízben megfőzzük. Mikor kész, meghámozzuk, áttörjük, és a liszttel, tojással, kevés vízzel tésztává gyúrjuk. Lisztezett deszkán ujjnyi vastagra sodorjuk, és késsel 3-4 centis darabokra vágjuk. Forrásban levő vízbe tesszük, kifőzzük, kevés zsírra szedjük, és átforgatjuk.

Darált mákkal megszórjuk, porcukorral meghintjük, és forrón tálaljuk.

A gyerekek kakaósan is szeretik – ekkor természetesen a mákot elhagyjuk.

Mazsolás csirkeleves

Elkészítési idő: 120 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg csirke • 5 dkg mazsola
- 2 szál sárgarépa • 1 szál fehérrépa
- egy-egy darabka karalábé és zeller
- 1,5 dl tejszín • 6 dkg vaj
- 1 citrom • 1 evőkanál cukor.

A megtisztított, feldarabolt csirkét közepes méretű fazékba tesszük. Hozzáadjuk a felkockázott, megsózott és vajban megdinsztelt zöldséget, vízzel felengedjük, és feltesszük főni. Lassú forralással főzzük, és amikor félig megfőtt, hozzáadjuk a megmosott mazsolát, és együtt tovább főzzük.

Ha kész, a levest világos rántással berántjuk. Hozzáadjuk a tejszínt, a cukrot, a citrom levét és reszelt héját.

jó tudni!

A habart főzelék magyar specialitás. Igen egészséges, rostokban gazdag, és a diétás étrendbe is könnyen beilleszthető. Készítsünk hetente kétszer-háromszor is különböző zöldségekből vagy mirelit hüvelyesekből főzeléket, főételnek vagy köretnek egyaránt.

Paradicsomos paprikasaláta

Elkészítési idő: 10 perc + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 15 dkg kemény paradicsom
- 20 dkg zöldpaprika
- 1 cikk fokhagyma • olaj
- őrölt bors • só • ecet • cukor.

A megmosott paradicsomot és paprikát vékony karikákra vágjuk, megborsozzuk, sózzuk, és egy evőkanál olajjal elkeverjük (vigyázva, hogy a paradicsom ne törjön meg). Néhány óráig hűtőben érleljük, majd ecetes, cukros vízzel felöntjük, hogy éppen ellepje. Tálalásig behűtjük.

Frissen sült húsokhoz, tojásos galuskához kínáljuk.

Öhöm

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg krumpli
- 20 dkg szárított lebbencstészta
- 20 dkg füstölt szalonna
- tenyérnyi szalonnabőr
- 1 nagy fej vöröshagyma
- pirospaprika • só.

Az apró kockákra vágott szalonnát zsírjára kisütjük, a tepertőt kivesszük és félretesszük. A forró szalonnazsírban megfonnyasztjuk a finomra vágott hagymát, majd hozzátesszük a tésztát, és néha megkeverve, aranybarnára pirítjuk. Hozzáadjuk a hámozott, megmosott és karikára vágott krumplit, megszórjuk pirospaprikával, jól átforgatjuk, és azonnal felöntjük annyi vízzel, hogy éppen ellepje. Beletesszük a szalonnabőrt, kissé megsózzuk, s miután felforrt, lassú tűzön addig főzzük, míg a tészta és a krumpli megpuhul, és a levét felissza. Ekkor rászórjuk a félretett szalonnatepertőt, és azonnal tálaljuk.

Az öhöm íze akkor az igazi, ha szabad tűzön, bográcsban készül, de otthon, lábasban készítve is igen finom.

Parasztreggeli

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg krumpli
- 15 dkg füstölt kolbász
- 10 dkg szalonna • 6 tojás
- 1 nagy fej vöröshagyma • 2-3 kovászos uborka
- pirospaprika • só.

A hámozott, megmosott krumplit vékony karikákra szeljük és a szintén karikára vágott hagymával együtt kevés zsiradékon egy serpenyőben félig megsütjük. Ekkor megsózzuk, hozzátesszük a felaprított szalonnát és a karikára szelt kolbászt, valamint a kisebb darabokra vágott uborkát. Lapos fakanállal óvatosan átforgatjuk, és együtt tovább sütjük. Mikor majdnem kész, ráöntjük a felvert, kevés sóval ízesített tojásokat, óvatosan átforgatjuk, és fedő alatt addig forrósítjuk, míg a tojás kellően megdermed. Pirospaprikával gyengén megszórjuk, és forrón tálaljuk.

Bőséges, laktató reggeli étek, friss fehér kenyeret és forró citromos teát kínálunk hozzá.

Paprikás krumpli

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg krumpli
- 2 evőkanál zsír
- 50 dkg kolbász
- 3 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál pirospaprika • 1 paradicsom
- 1 zöldpaprika • őrölt bors • só.

A hámozott, megmosott krumplit cikkekre vágjuk. Egy nagyobb lábasban a zsíron megpirítjuk az apróra vágott hagymát, hozzáadjuk a pirospaprikát, megkeverjük, beletesszük a krumplit, a felvágott paradicsomot és paprikát, a karikára szelt kolbászt. Felengedjük vízzel, megkeverjük, és fedő alatt addig főzzük, míg csak kevés lé marad alatta. Közben többször megkeverjük.

Petrezselymes újkrumpli

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 70 dkg újkrumpli • zsiradék
- 1 nagy csokor petrezselyemzöld • só.

Az apró újkrumplit megmossuk, héját nagyjából ledörzsöljük. Sós vízben félig megfőzzük, majd leszűrjük, és forró zsiradékra szedjük. Meghintjük apróra vágott petrezselyemmel, és néhányszor átforgatva, kissé megpirítjuk.

Szokás még igen kevés (csipetnyi) pirospaprikával meghinteni, és úgy pirítani.

Rántott és sült húsokhoz adjuk köretnek.

Ha az újkrumpli kis diónál nagyobb, akkor szemenként 2-3 darabra vágjuk.

Pisztráng Gárdonyi módra

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg pisztráng • 6 dkg vaj
- 1,5 l tej • 2 tojássárgája
- 1 csésze tejszín
- 1 evőkanál liszt
- 0,5 dl fehérbor • 1 citrom
- szerecsendió • fehér bors • só.

A halakat megtisztítjuk, besózzuk, vajjal kikent tűzálló tálba rakjuk, és a bor kétharmadát aláöntjük. Fóliával majdnem teljesen befedjük, és így pároljuk kb. 15 percig.

Közben elkészítjük a *mártást:* a vajon megpirítjuk a lisztet, majd felengedjük tejjel, majd sóval, valamint a fűszerekkel ízesítjük. Végül felforraljuk, és kihűtjük. Hozzáadjuk a tojássárgákat, tejszínnel sűrítjük, és a maradék borral ízesítjük.

Vajas krumplival körítve, a halat a mártással leöntve tálaljuk.

Citromkarikákkal díszítjük.

jó tudni!

A pirított hagymát nehezen emésztjük meg. Kevés víz és olaj keverékén pároljuk, pirítsuk meg a felkockázott hagymát, utána szórjuk meg pirospaprikával. Így egészségesebb és sűrűbb szaftot kapunk.

Pörkölt hús

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg sertés-, borjú- vagy marhahús
- 2 paradicsom • 3 paprika
- 8 dkg zsír • 1 fej vöröshagyma
- 5 dkg pirospaprika • őrölt bors • só.

A megtisztított, apróra vágott hagymát aranyszínűre pirítjuk a zsírban. Megszórjuk pirospaprikával, hozzáadjuk a kockákra vágott húst, jól átforgatjuk, sózzuk, borsozzuk, kevés vizet öntünk alá, végül hozzáadjuk a feldarabolt paradicsomot és a csíkokra vágott zöldpaprikát. Fedő alatt, mérsékelt tűzön pároljuk, majd mikor a hús jól átfőtt, levesszük a fedőt, és zsírjára sütjük, a húst kissé meg is pirítjuk.

Melegen, sós burgonyával, tarhonyával vagy galuskával tálaljuk, a szafttal meglocsolva.

Rabló nyársas

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg nyársalni való hús (nem túl száraz, de nem is zsíros) • 30 dkg krumpli • 3-4 kemény paradicsom
- 2 zöldpaprika • 2 nagy fej vöröshagyma
- 25 dkg szalonna • só.

A húst tenyérnyi szeletekre vágjuk, a jól megmosott krumplit héjastól karikára szeljük, a paradicsomot, paprikát szintén karikára vágjuk, a szalonnát felszeleteljük.

Az egészet nyársakra tűzzük, úgy, hogy a hússzeletek egyik oldalán szalonna, a másikon paprika, paradicsom és krumpli legyen.

Sóval meghintjük, majd lehamvadt tűz erős parazsa fölött forgatva a nyársakat, megsütjük, úgy, hogy az egyik nyársról lecsöpögő zsírt mindig a másikra folyatjuk.

Vigyázzunk, hogy a hagyma meg ne égjen.

Friss fehér kenyérrel fogyasztjuk, hűs fehérbort kortyolgatva rá.

Rakott felsál

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg marhafelsál
- 1 kg krumpli
- 20 dkg füstölt szalonna
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 2 dl tejföl • 5 dkg zsír
- 1 evőkanál pirospaprika • só.

A megmosott, szeletekre vágott húst forró zsírban mindkét oldalán kisütjük, majd ha kissé kihűlt, megfűszerezzük. A szeletekre vágott szalonnával kibélelünk egy tűzálló tálat, erre egy réteg karikára vágott hagymát rakunk, megsózzuk, paprikával meghintjük. Ezután egy réteg karikára vágott krumplit rakunk, erre a hússzeleteket, majd ismét krumplit, arra pedig hagymát. Sóval, paprikával megszórjuk, rárakjuk a megmaradt hússzeleteket, befedjük a maradék krumplival, és a tetejét tejföllel leöntjük. Betesszük a sütőbe, és mérsékelt tűzön addig sütjük, míg az egész jól átpuhul. Ekkor a lángot erősebbre véve, addig sütjük, míg a teteje szépen megpirul.

Rakott tészta

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg szélesmetélt • 10 dkg mazsola
- 10 dkg darált mák vagy dió
- 15 dkg szilvalekvár • 5 dkg porcukor.

A tésztát enyhén sós vízben kifőzzük, lecsepegtetjük, majd kivajazott tepsibe rétegezzük, úgy, hogy alulra egy réteg tésztát rakunk, megkenjük lekvárral, megint tésztát rakunk, erre mazsolát, megszórjuk cukros mákkal vagy dióval, tésztával befedjük, lekvárral megkenjük, és forró sütőben megsütjük. Vigyázzunk, hogy a tészta kemény-re ne süljön. Porcukorral meghintve, forrón tálaljuk.

Rakott túrós tészta

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg nagykocka tészta
- 20 dkg juhtúró
- 1 pohár tejföl • 1 csomag kapor
- 2 evőkanál libazsír • só.

A tésztát sós vízben kifőzzük, jól lecsurgatjuk, majd olvasztott zsiradékban megforgatjuk. Egy réteg tésztát rakunk egy tűzálló tálba, juhtúrót terítünk rá, meghintjük finomra vágott kaporral, tejföllel és libazsírral meglocsoljuk. Megint tésztát rakunk, a maradék túróval befedjük, kaprot szórunk rá, tejföllel, libazsírral meglocsoljuk, és a tálat sütőbe toljuk. Mérsékelt tűznél addig sütjük, míg a teteje szépen megpirul.

Rántott csirke

Elkészítési idő: 30 perc + sózás

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 csirke szárnya, combja és melle
- 4 tojás • zsemlemorzsa
- liszt • olaj • só.

A húsokat sóval bedörzsöljük, és letakarva, 2–3 órán át állni hagyjuk. A sós levet lecsöpögtetjük, és a húsokat lisztbe, felvert, megsózott tojásba, majd zsemlemorzsába forgatjuk. Forró olajban mindkét oldalukat szép világosbarnára kisütjük.

Petrezselymes főtt-pirított újkrumplival vagy sós főtt krumplival, esetleg krumplipürével tálaljuk, de illik hozzá a hagymás-ecetes krumpli is.

Jellegzetes magyar vasárnapi étek, megunni nem lehet. (A csirkék többi részéből jó húslevest főzhetünk.)

Savanyú tojásleves (rongyos leves)

Elkészítési idő: 15 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 l szűrt zöldségleves • 2 tojás
- 1 evőkanál ecet • 1 babérlevél
- 1 mokkáskanál pirospaprika
- köménymag • só.

A zöldséglevest felforraljuk, pirospaprikával, sóval, köménnyel és babérral ízesítjük, majd folytonos keverés közben, vékony sugárban belecsorgatjuk a kevés sóval felvert tojásokat (ettől lesz „rongyos" a leves). Végül ecettel ízesítjük, és forrón tálaljuk.

Rozmaringos sertésszelet

Elkészítési idő: 35 perc + pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg sovány sertéshús
- 2 fej vöröshagyma
- 1,5 dl olaj • liszt
- rozmaring • só.

Egy deci olajban elkeverjük a morzsolt rozmaringot, és a finomra vágott hagymát. A húst felszeleteljük, kiklopfoljuk, ráöntjük a páclevet, jól átforgatjuk, majd egy napra a hűtőbe tesszük. (Közben egyszer-kétszer átforgatjuk.) Sütés előtt az olajat lecsöpögtetjük, a hagymát és a rozmaringot lekaparjuk a hússzeletekről. Lisztbe forgatjuk, és forró olajban mindkét oldalukat szép pirosra sütjük.

Főtt krumplit, párolt rizst adhatunk hozzá köretnek.

Sertéskocsonya

Elkészítési idő: 4 óra + dermesztés

Hozzávalók 6-8 személyre:

- 1 kg bőrös kocsonyahús*
- 40 dkg sertéscomb
- 50 dkg vegyes zöldség
- 1 fej vöröshagyma
- 1 kis fej fokhagyma
- 15-20 szemes bors • só.

Az alaposan megtisztított kocsonyahúst és a 6–8 darabra vágott színhúst egy nagy fazékba tesszük. Felöntjük annyi hideg vízzel, hogy bőven ellepje, és felforraljuk. Hozzáadjuk a feldarabolt zöldségeket, az egészben hagyott hagymákat és a borsot, és megsózzuk**. A lángot takarékra vesszük, és a fazékra fedőt teszünk, de egy-két ujjnyi rést hagyunk. Öt perc múlva a lángot annyira lefojtjuk, hogy a lé éppen csak forrásban maradjon. Így főzzük addig, amíg a hús a csontokról magától leválik. Ekkor levesszük a tűzről. A hagymákat és a zöldségeket eltávolítjuk, és a húst mélytányérokba szétosztjuk, úgy, hogy mindegyikbe jusson egy-két bőrös és egy-két színhús.

A lé felszínéről merőkanállal leszedjük a zsírt. (A merőkanalat teljesen vízszintesen, óvatosan nyomjuk a lébe, amíg a pereme majdnem egy vonalba kerül a folyadék felszínével. Ekkor a kanalat óvatosan megdöntjük, hogy a felszínen levő zsír beleússzon. Mindezt addig ismételjük, amíg a lé felszínén már csak néhány kis zsírkarika marad.)

A levet most rászűrjük a tányérokban levő húsra, és a tányérokat hideg helyre tesszük. A hőmérséklettől függően 3–5 óra alatt a kocsonyánk szépen megdermed.

Tálaláskor megszórhatjuk kevés pirospaprikával, és mindegyik tányérra 1 evőkanál ecetes tormát teszünk. Torma helyett citromlevet is használhatunk.

Friss fehér kenyeret kínálunk hozzá.

Finomabb lesz a kocsonyánk, ha kevés füstölt húst is főzünk bele.

A jó kocsonya készítésének egyik feltétele a lassú főzés: ez mintegy 4 órát jelent.

* A kocsonyának való hús tartalmaz: fület, farkat, körmöt, fejhúst és más, bőrös húsdarabokat. Minél több a bőr, annál könnyebben dermed a kocsonya. (A kocsonyához elegendő bőrös hús, és nem zselatin kell!)
** A főzés vége előtt kóstoljuk meg a levet: melegen egy kissé sósnak kell éreznünk!

Sertéstokány

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg sovány sertéshús
- 2 fej vöröshagyma • 1 cikk fokhagyma
- 5 dkg zsiradék • 5 dkg paradicsompüré
- 1 dl száraz fehérbor • 1 evőkanál liszt
- őrölt bors • só.

A húst kisujjnyi csíkokra vágjuk, megsózzuk, és liszttel összekeverjük. A finomra vágott hagymát aranyszínűre pirítjuk a forró zsiradékban, hozzáadjuk a paradicsompürét, majd egy-két perc múlva a húst is, és az egészet jól átpirítjuk. Kevés vízzel felengedjük, sózzuk, borsozzuk, majd hozzáadjuk a bort, és fedő alatt puhára pároljuk a húst. A főzés vége felé levesszük a fedőt, hogy a mártás besűrűsödjön.

Melegen tálaljuk, köretnek főtt krumplit vagy párolt rizst kínálunk hozzá.

Szalagos fánk

Elkészítési idő: 3 óra

Hozzávalók 6 személyre:

- 50 dkg liszt • 5 dkg vaj • 5 dkg porcukor
- 2 tojássárgája • 0,5 l tej • 3 dkg élesztő
- 3 cl rum • csipet só.

Az élesztőt belemorzsoljuk 3 dl langyos tejbe, hozzáadunk 1 kanál porcukrot és 3 kanál lisztet. Jól elkeverjük, és meleg helyen felfuttatjuk.

A maradék porcukrot a tojássárgájával elkeverjük, és a felfuttatott kovászhoz adjuk. Hozzákeverjük a langyos vajat, a lisztet, és annyi langyos, sós tejet, hogy lágy kalácstésztát kapjunk.

Húsz percig erőteljesen dagasztjuk, majd a tetejét liszttel megszórjuk, és meleg helyen, letakarva megkelesztjük. A tésztának másfél–kétszeresére kell dagadnia.

Lisztezett gyúrótáblára borítjuk, és kezünkkel ujjnyi vastagra szétnyomkodjuk. Fánkszaggatóval vagy egy vizespohárral kiszúrjuk a tésztát, és kifelé körkörösen megnyújtjuk, hogy a fánkok közepe kissé elvékonyodjon. Majd letakarjuk, és még fél órát pihentetjük.

Közepesen forró, bőséges olajban sütjük ki, a következő módon: a fánkokat megfordítva tesszük az olajba (tehát tetejükkel lefelé), és az edényt lefedjük. Amikor átfordítjuk a fánkot, akkor már fedő nélkül fejezzük be a sütést.

Ha minden jól sikerül, fánkjaink oldalán ujjnyi széles világos sáv lesz.

Még forrón porcukorral meghintjük, és azonnal kínáljuk. Lekvárt adhatunk mellé, amit mindenki magának ken a fánk mélyedésébe.

Túrógombóc

Elkészítési idő: 30 perc + pihentetés

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg tehéntúró • 20 dkg gríz • 2 evőkanál olaj
- 4 evőkanál zsemlemorzsa • 3 tojás • tejföl • só.

A túrót szitán áttörjük, majd összegyúrjuk a tojásokkal, a darával, és egy csipet sót is beledolgozunk. Néhány óráig pihentetjük, majd vizes kézzel kis gombócokat formálunk belőle, és sós vízben kifőzzük. Végül olajban pirított zsemlemorzsában megforgatjuk, és tejföllel meglocsolva kínáljuk.

Szalonnás-hagymás tojásrántotta

Elkészítési idő: 20 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 8 tojás • 10 dkg szalonna
- 1 fej vöröshagyma • só.

A vékony csíkokra vágott szalonnát serpenyőben kiolvasztjuk, majd a karikára vágott hagymát megfonnyasztjuk benne. Leöntjük a kevés sóval felvert tojásokkal, és fedő alatt átforrósítjuk, hogy a tojás kellően megdermedjen.

Ízlésesen tarkára is készíthetjük: ekkor a tojást nem verjük fel, hanem egyenest a szalonnás-hagymás zsiradékra ütjük, megsózzuk, és csak lazán keverjük meg, hogy a fehérje és a sárgája ne vegyüljön össze.

Kevés pirospaprikával meghintve, forrón tálaljuk. Friss fehér kenyeret és forró citromos teát kínálunk hozzá.

Szegedi marhanyelv

Elkészítési idő: 50 perc + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 marhanyelv • 2 dl tejföl
- 2 evőkanál zsír • 1 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 dkg koriander
- 2 babérlevél • őrölt szerecsendió
- 1 mokkáskanál szemes bors • só.

A nyelvet bedörzsöljük szerecsendióval, apróra vágott vörös- és fokhagymával, rátesszük a borsot, koriandert és a babérlevelet. Két napig érleljük így, majd leforrázzuk, és lehúzzuk a bőrét.

Forró zsírban megforgatjuk a nyelvet, majd kevés vizet öntve alá, puhára pároljuk. Közben az elfőtt vizet pótoljuk. Amikor puha, kivesszük, kicsit hűlni hagyjuk, és felszeleteljük.

A levet kevés liszttel behabarjuk, tejföllel elkeverjük, és a nyelvre öntjük.

Melegen, krumplipürével tálaljuk.

Szegedi tarhonyás hús

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg sertéshús (lapocka)
- 30 dkg tarhonya
- 2 paradicsom • 2 zöldpaprika
- 1 fej vöröshagyma
- 2 evőkanál zsír • só.

A megtisztított hagymát lereszeljük, és egy kanál zsíron üvegesre sütjük. Hozzáadjuk a megmosott, kis kockákra vágott húst, megsózzuk, majd hozzátesszük a kicsumázott, cikkekre vágott paprikát és a feldarabolt paradicsomot is. Fedő alatt, mérsékelt lángon pároljuk. Közben egy másik lábasban a maradék zsíron megpirítjuk a tarhonyát, sós vízzel felöntjük, és félig megfőzzük, majd kivesszük, és a húshoz keverjük. Ha kell, egy kis levet adunk még hozzá. Lefedjük a lábast, és sütőben puhára pároljuk.

jó tudni!

A tokánynak való húst saját levében süssük, esetleg időnként nagyon kevés vizet vagy bort öntsünk rá, így szaftja finom sűrű lesz.

Szegedi tepertős pogácsa

Elkészítési idő: 3 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg liszt • 25 dkg tepertő • 3 tojás
- 1 dl tej • 1 csésze tejföl • 3 dkg élesztő
- 2 kockacukor • só.

A kockacukrot langyos tejben feloldjuk, belemorzsoljuk az élesztőt, és letakarva félretesszük. Langyos lisztből 2 tojássárgájával, sóval, tejföllel és a felfuttatott élesztős tejjel tésztát gyúrunk, és beledolgozzuk a jól kisült tepertőt. Kicsit pihentetjük, majd háromszor kinyújtjuk és hajtogatjuk. A harmadik hajtogatás után egy tálba tesszük, és letakarva, meleg helyen két órán át kelesztjük. Amikor szépen megkelt a tészta, kisujjnyi vastagra nyújtjuk, tetejét késsel bebarázdáljuk (vigyázzunk, hogy ne vágjuk át), majd pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. Tepsibe tesszük, tetejüket megkenjük tojással, és előmelegített sütőben, lassú tűznél megsütjük.

Szegedi veseleves

Elkészítési idő: 75 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 sertésvese • 25 dkg vegyes zöldség
- 1-1 evőkanál zsír, liszt és ecet • 3 babérlevél
- 1 púpozott evőkanál rizs • 1 dl tejföl
- ½ fej vöröshagyma • pirospaprika • só.

A hártyától gondosan megtisztított, és alaposan átmosott vesék fehér mirigyeit kivágjuk, és a veséket apró, vékony csíkokra vágjuk. A zöldséget megtisztítjuk, és a vesével, hagymával, babérlevelekkel együtt, sós vízben puhára főzzük.

Vékony rántást készítünk a lisztből, pirospaprikát adunk hozzá, és berántjuk vele a levest. Ecettel ízesítjük, és belekeverjük a tejfölt, és újra felforraljuk. Ha már lobog, beletesszük a rizst, és megfőzzük.

Melegen tálaljuk.

Székely ürüborda

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg ürüborda* • 60 dkg zöldbab
- 40 dkg paradicsom • 15 dkg vaj
- 1 evőkanál liszt • 2 cikk fokhagyma
- 1 csomó petrezselyemzöld
- őrölt bors • só.

Sóval, borssal bedörzsöljük a bordát, és félretesszük. A paradicsomot leforrázzuk, és meghámozzuk. Kettévágjuk, magvait kivesszük, majd felkockázzuk. A zöldbabot kétujjnyi darabokra vágjuk, és sós vízben megfőzzük. A paradicsomkockákat a vaj felében megpirítjuk, sóval, borssal és a zúzott fokhagymával ízesítjük, majd hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet.

A maradék vajban jól megsütjük a bordákat.

A paradicsomhoz adjuk a főtt zöldbabot, összekeverjük, utánaízesítjük.

A sült bordákat tálra tesszük, és mellérakjuk a paradicsomos–zöldbabos köretet.

* Ürünek hívják a herélt kost, ennek van a legfinomabb húsa. De ha nincs ürühús, egyszerű birkabordából is elkészíthetjük.

Székely tárkonyleves

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- zöld tárkony • 2 evőkanál tejföl
- 2 evőkanál tej • 1 tojás
- diónyi vaj • 1 evőkanál liszt
- ecet • só.

Világos rántást készítünk a vajból és lisztből, és vízzel meg egy kevés meleg tejjel felöntjük. Hozzáadjuk az apróra vágott tárkonyt, megsózzuk, néhány percig főzzük, majd ecettel ízesítjük.

A tejföllel elhabarjuk a tojást, és a levesestál aljára tesszük. Erre öntjük a forró levest. Pirított zsemlekockával tálaljuk.

Tarhonyás kakas

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 10 személyre:

- egy 2,5 kg-os kakas
- 1,2 kg krumpli • 50 dkg tarhonya
- 4 zöldpaprika • 3 paradicsom
- 2–3 fej vöröshagyma
- 10 dkg füstölt szalonna
- 10 dkg zsír • 1 evőkanál pirospaprika
- 1 csapott evőkanál só.

Egy nagy lábasban a zsíron megpirítjuk a finomra vágott hagymát. Megszórjuk pirospaprikával, hozzáadjuk a megtisztított, feldarabolt kakast, megsózzuk, és kevés vízzel puhára pároljuk. Közben a szalonnát apró kockákra vágjuk, kiolvasztjuk a zsírját, és megpirítjuk benne a tarhonyát. Amikor a hús félig megpuhult, hozzáadjuk a pirított tarhonyát, a megtisztított és kockára vágott krumplit, valamint a cikkekre vágott zöldpaprikát és paradicsomot. Forró vízzel felöntjük, és sütőben az egészet puhára pároljuk.

Tejfölös burgonyaleves

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg burgonya
- 1,5 l csontlé (marhacsontból)
- 10 dkg lebbencstészta*
- 1 pohár tejföl • 3 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál liszt • 1 evőkanál zsír
- ½ csokor petrezselyemzöld
- ½ csokor zellerzöld
- 1 kiskanál pirospaprika • só.

A burgonyát megtisztítjuk, megmossuk, kockára vágjuk, és a csontlében a zellerzölddel megfőzzük. Közben a zsírból a liszttel paprikás, hagymás rántást készítünk. A tésztát belefőzzük a levesbe, belekeverjük a rántást, végül a tejföllel besűrítjük. Apróra vágott petrezselyemzölddel tálaljuk. (A zellerlevelet kidobjuk a levesből a lebencstészta beletétele előtt.)

Köménymaggal vagy igen apróra vágott füstölt szalonnával is ízesíthetjük a burgonyalevest.

* A lebbencstészta nagykockatészta, amit zsíron megpirítunk (készen is kapható).

Tökfőzelék

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg gyalult tök • 1 kis fej vöröshagyma
- 2 dl tejföl • 1 evőkanál liszt
- 2 evőkanál olaj • 1 csokor kapor
- ecet • pirospaprika • só.

A megtisztított hagymát lereszeljük, és az olajon megpirítjuk. Meghintjük kevés pirospaprikával, hozzáadjuk a tököt, és megsózzuk. Fedő alatt, időnként megkeverve, saját levében puhára pároljuk. Mikor majdnem kész, ecettel ízesítjük és kaporral fűszerezzük. Végül a liszttel elhabart tejföllel besűrítjük.

Kínálhatjuk önmagában vagy pörkölttel.

Tejfölös csirkepaprikás

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg-os csirke • 1 dl tejföl
- 2 fej vöröshagyma
- 2 evőkanál zsír
- 1 paradicsom • 1 zöldpaprika
- 1 evőkanál pirospaprika
- 1 evőkanál liszt
- őrölt bors • só.

A finomra vágott hagymát a zsírban puhára pároljuk. Hozzáadjuk a feldarabolt csirkét és a cikkekre vágott paradicsomot, és 10 percig főzzük, fedő alatt. Megszórjuk pirospaprikával, sózzuk, borsozzuk, és egy kevés vízet öntünk alá. Közepes tűzön 25 percig főzzük, majd a fedőt levéve, zsírjára sütjük, vigyázva, hogy a mártás ne égjen meg. Kivesszük a csirkedarabokat, és a mártást behabarjuk a liszttel elkevert tejföllel. Hozzáadjuk a csíkokra vágott paprikát, visszatesszük a csirkedarabokat, és fedő alatt, mérsékelt tűzön készre főzzük.

Melegen, galuskával tálaljuk, a mártással meglocsolva. Fejes saláta vagy uborkasaláta illik hozzá savanyúságnak.

Temesvári sertéskaraj

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 70 dkg sertéskaraj
- 70 dkg krumpli
- 10 dkg zsír • 5 dkg liszt
- 1,5 dl tej • 1 dl tejföl
- 1 dl csontlé • 2,5 dkg vaj
- 1 fej vöröshagyma • pirospaprika
- őrölt bors • só.

A megmosott húst szeletekre vágjuk, kiklopfoljuk, besózzuk, és kicsit állni hagyjuk. Forró zsírban kisütjük, majd egy másik edénybe áttesszük. A zsírban megpirítjuk a finomra vágott hagymát és a lisztet, paprikás csontlével felöntjük, és kb. 10 percig pároljuk. Hozzáadjuk a húshoz, megborsozzuk, és kb. 25 percig együtt pároljuk. Hozzáadjuk a tejfölt, és pár percig forraljuk. A meghámozott, megmosott krumplit sós vízben megfőzzük, levét leöntjük, és forrón összetörjük vajjal és tejjel, hogy sűrű pürét kapjunk. A kész pürét húsostálra terítjük, rátesszük a hússzeleteket, meglocsoljuk a tejfölös mártással, és zöldsalátával díszítve tálaljuk.

Tojásos nokedli

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg rétesliszt • 6 tojás • 5 dkg zsiradék
- 1 dl tejföl • só.

Egy nagyobb fazékban vizet forralunk. Közben 2 tojást 3 dl vízzel és kevés sóval simára keverünk. A lisztet tálba szitáljuk, hozzáadjuk a tojásos keveréket, és jól elkeverjük. Ha a víz forr, kissé megsózzuk, beleöntünk 2 evőkanál olajat, és galuskaszaggatóval beleszaggatjuk a tésztát. Amikor a galuskák a víz színére jönnek, szitakanállal kivesszük, lecsöpögtetjük, és a felforrósított zsiradékhoz adjuk. Lazán összekeverjük, és lefedve, gőz fölött melegen tartjuk. Egy csipet sóval és a tejföllel felverjük a megmaradt 4 tojást, összekeverjük a forró galuskával, és néhány percre mérsékelt tűzre tesszük, amíg a tojás éppen csak megkocsonyásodik.

Ecetes zöldsalátával kínáljuk.

Tordai lacipecsenye

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg bőrös sertéshús (karaj)
- 50 dkg savanyú káposzta • 2 cikk fokhagyma
- csombor • kapor • őrölt bors • só • olaj.

A káposztát kicsit kimossuk, majd kinyomjuk a vizet belőle. Sóval, borssal és a fűszernövényekkel ízesítjük, fél deci olajjal összekeverjük, és lefedve a hűtőbe tesszük. A húst egyforma szeletekre vágjuk, és minden szelet közepét csontig bevágjuk. Szétnyitjuk, és kicsit megklopfoljuk, majd ujjnyi távolságban a bőrös felét bevagdossuk. Sóval, borssal bedörzsöljük, végül forró olajban pirosra sütjük. A hideg savanyúsággal tálaljuk.

Töltött bárányszügy aszalt szilvával

Elkészítési idő: 100 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1,5 kg bárányszügy • 30 dkg aszalt szilva
- 3 dl édes must • 15 dkg gomba • 5 dkg vaj
- 4 zsemle • 4 tojás • 2 dl tej • 2 fej vöröshagyma
- 2-3 cikk fokhagyma • 1 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa • 1 csokor petrezselyemzöld
- 1 dl olaj • 1 mokkáskanál őrölt bors • só.

A húst gyengén kiveregetjük, és megsózzuk. A zsemléket tejben megáztatjuk, majd kinyomkodjuk. Az aszalt szilvát a mustba beáztatjuk, hogy jól feldagadjon. Az egyik megtisztított, finomra vágott vöröshagymát a vajon üvegesre pároljuk, majd hozzáadjuk a kisebb darabokra vágott gombát, a finomra vágott petrezselyemzöldet, sózzuk, borsozzuk, és készre pároljuk. Hozzáadjuk a tojások sárgájával összegyúrt, áztatott zsemlét, majd beledolgozzuk a tojásfehérjék keményre felvert habját. Ezt a tölteléket ráterítjük a húsra, majd felgöngyöljük, és összetűzzük. Egy vajjal kikent tepsi aljára terítjük a felkarikázott sárga- és fehérrépát, a másik, feldarabolt vöröshagymát és a fokhagymagerezdeket, és erre a zöldségágyra helyezzük a megtöltött húst. Forró olajjal leöntjük, előmelegített sütőbe toljuk, és saját levével gyakran meglocsolva, szép pirosra sütjük.

A mustba áztatott aszalt szilvával körítve adjuk asztalra.

Túrós csusza

Elkészítési idő: 25 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 25 dkg kockatészta • 25 dkg tehéntúró
- 1,5 dl tejföl • 10 dkg füstölt szalonna • só.

A tésztát forrásban levő, bő sós vízben kifőzzük (száraztésztából vagy frissen gyúrt tésztából egyaránt készíthetjük – a gyúrt tészta elkészítését lásd a *Barátfülé*nél). Leöntjük róla a vizet, kevés olvasztott vajat teszünk a tésztára, és óvatosan megkeverjük. Tányérokra szedjük, tetejét megszórjuk túróval, tejföllel megöntözzük, rászórjuk az apróra vágott, megpirított szalonnát, és a zsírjával megöntözzük.

Édesen is kínálhatjuk: ekkor szalonna és szaft helyett porcukorral hintjük meg.

Töltött káposzta

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg savanyú káposzta
- 8 szép nagy káposztalevél • 1 tojás
- 40 dkg darált sertéshús • 50 dkg dagadó
- 20 dkg füstölt szalonna • 10 dkg rizs
- 2 fej vöröshagyma • 2 evőkanál zsír
- 1 evőkanál liszt • 1 pohár tejföl
- 1 evőkanál pirospaprika • őrölt bors • só.

A rizst félig megpároljuk, majd összegyúrjuk a darált hússal, a tojással és egy fej lereszelt hagymával. Sózzuk, borsozzuk, majd a masszát nyolc részre osztjuk, és gombócokat formálunk, mindegyiket belegöngyöljük egy káposztalevélbe.

Az apróra vágott szalonnát serpenyőben kiolvasztjuk, és megpirítjuk benne a maradék hagymát, amit apróra vágtunk. Áttesszük egy nagy lábasba, megszórjuk pirospaprikával, beletesszük a savanyú káposztát, erre rakjuk a töltelékeket, majd a feldarabolt dagadót. Vizet adunk hozzá, és fedő alatt, mérsékelt tűzön megfőzzük. Közben rántást készítünk, és mikor a káposzta már puha, belekeverjük a rántást. Tovább főzzük, míg a hús is puha lesz.

Töltött paprika

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 8 nagy tölteni való paprika
- 40 dkg darált sertéshús • 10 dkg rizs
- 0,5 l paradicsomlé • 1 evőkanál zsír
- 1 evőkanál liszt • 1 tojás
- 1 kiskanál cukor • 1 kis fej vöröshagyma • só.

A félig megpárolt rizst összegyúrjuk a darált hússal, egy kevés sóval, borssal és a tojással. A masszát beletöltjük a megmosott, kicsumázott paprikákba. Egy nagy lábasba töltjük a paradicsomlevet, felhígítjuk 1 l hideg vízzel, megsózzuk, hozzáadjuk a cukrot, majd beletesszük az egészben hagyott hagymát és a töltött paprikákat. Mérsékelt tűzre tesszük főni. Közben a zsírból és lisztből rántást készítünk, majd belekeverjük. Amikor az egész jól átfőtt, a hagymát eltávolítjuk, és a töltött paprikákat a mártással leöntve, melegen tálaljuk. Sós burgonyát adunk hozzá köretnek.

Tűzdelt bélszín

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 70 dkg bélszín • 15 dkg füstölt szalonna
- 1 dl tejföl • 1 evőkanál zsír • só.

A bélszínt alaposan megtisztítjuk, megmossuk, majd szalonnadarabokkal megtűzdeljük, és megsózzuk. Forró zsírban a hús mindkét oldalát megpirítjuk, majd egy kevés vizet öntünk alá, és fedő alatt puhára pároljuk. Amikor már jól átfőtt, a húst kivesszük, és a levéből elkészítjük a mártást: tejföllel besűrítjük, és ízlés szerint fűszerezzük. A húst felszeleteljük, és visszatesszük a mártásba, hogy átforrósodjon.

Melegen tálaljuk, főtt krumplival körítve.

Újházi tyúkleves

Elkészítési idő: 3 óra

Hozzávalók 10 személyre:

- egy 1,5–2 kg-os tyúk • 50 dkg zöldborsó
- 25 dkg gomba • 1 csomó vegyes zöldség
- 10 dkg kelbimbó • 1 vöröshagyma
- 1 zöldpaprika • 10 dkg cérnametélt
- szemes bors • só.

A megtisztított tyúkot feldaraboljuk, és 2,5 l vízben félpuhára főzzük. Hozzáadjuk a megtisztított, feldarabolt zöldséget, pár szem borsot, az egészben hagyott vöröshagymát (ezt a végén kivesszük a levesből), ízlés szerint sózzuk, és lassan tovább főzzük. Mikor a zöldség félig megpuhult, hozzáadjuk a megtisztított, felszelt gombát, a zöldborsót és a csíkokra vágott zöldpaprikát. A kész levesből kiveszünk két csészényit, s megfőzzük benne a tésztát. A kelbimbót külön edényben főzzük puhára. A levest levesestálban adjuk asztalra, s külön tálon kínáljuk a főtt metélt tésztát és a kelbimbót.

Vargabéles

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 8 személyre:

- 60 dkg liszt • 15 dkg zsír
- 4 tojás • 10 dkg cukor • 1,5 dl tej
- 1 dl tejföl • 1 csomag sütőpor • só.

Töltelékhez: 30 dkg tehéntúró • 2 tojás

- 8 dkg mazsola • 5 dkg darált dió • 12 dkg cukor
- ½ csomag vaníliás cukor.

Huszonöt deka lisztet két tojással kemény tésztává dolgozunk, majd metélt-vékonyra nyújtjuk, és széles csíkokra vágjuk. Forró, sós vízben, mint a levestésztát szoktuk, kifőzzük.

Töltelék elkészítése: a túrót a tojássárgákkal, a vaníliás cukorral, a tojásfehérjék felvert habjával, a mazsolával, a dióval és a cukorral elkeverjük.

Külön készítünk 35 dkg lisztből, a sütőporból, zsírból, 1 tojássárgájából és 10 dkg cukorból kevés tejjel nyújtható tésztát. Ezt kétfelé osztjuk, és egyik feléből lapot nyújtunk, amelyet nagyobb, kivajazott tepsi aljára helyezünk, és beborítjuk a főtt tésztával elkevert töltelékkel. Lefedjük a tészta másik felével, és villával pár helyen megszurkáljuk, majd tejfölös tojássárgájával megkenjük. Forró sütőben jól átsütjük.

Vaníliás cukorral bőven megszórva kínáljuk.

Vadas hús

Elkészítési idő: 90 perc + pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg marhafartő vagy -borda
- 10 dkg füstölt szalonna • 2 sárgarépa
- 2 petrezselyemgyökér • 2 vöröshagyma
- 1 dl száraz fehérbor • 1 evőkanál ecet
- 1 evőkanál liszt • 1 kiskanál cukor • 2 babérlevél
- ½ citrom reszelt héja • olaj • őrölt bors • só.

Először elkészítjük a páclevet: a megtisztított, karikára vágott hagymát és zöldségeket vízzel felöntjük, hozzáadjuk a citromhéjat, babérlevelet, ecettel, sóval, borssal ízesítjük, és addig főzzük, míg a zöldség megpuhul, majd kihütjük. A megtisztított húst kiklopfoljuk, megtűzdeljük szalonnacsíkokkal, és ráöntjük a hideg páclevet. Egy éjszakán át pácoljuk.

Másnap a hússzeleteket kivesszük a pácléből, és mindkét oldalukat forró olajban megsütjük. Ráöntjük a páclevet, és a húst puhára pároljuk. Amikor megpuhult, sütőbe tesszük, és jól átsütjük, közben saját levével locsolgatjuk. Közben a zöldségeket olajban átpirítjuk, liszttel meghintjük, egy kis pirított cukrot adunk hozzá, és azzal is egy kicsit megpirítjuk. Ekkorra már megsült a hús, kivesszük, és a páclevet leszűrjük, majd ráöntjük a zöldségre, hozzáadjuk a bort, és készre főzzük. Végül a mártást a húsra öntjük.

Zsemlegombóccal körítve, tejföllel meglocsolva adjuk asztalra.

A zsemlegombóc készítése: 3 zsemlét kockákra vágunk, és zsiradékban megpirítjuk. Tejet öntünk rá, és állni hagyjuk, hogy felszívja, majd ráütünk két tojást, és összedolgozzuk annyi liszttel, hogy galuskatésztát kapjunk. Ízlés szerint sózzuk, negyedóráig állni hagyjuk, majd gombócokat formálunk belőle, és lobogó sós vízben kifőzzük.

Véres hurka

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- friss vér • tej • darált kövér hús • 6 zsemle
- 2 bögre párolt rizs • 15 dkg főtt szalonna
- szárított csombor • tört kapormag
- majoránna • 2 vöröshagyma
- zsír • őrölt bors • só.

A zsemléket apró kockákra vágjuk, zsírban világosra pirítjuk, majd tejjel és abáló-lével megáztatjuk. Hozzáadjuk a párolt rizst, a darált húst, az apró kockákra vágott szalonnát, és összedolgozzuk annyi vérrel, hogy a massza inkább híg, mint sűrű legyen. Sóval, borssal, jól összetört szárított csomborral, tört kapormaggal, majoránnával és pirított hagymával fűszerezzük, összedolgozzuk, és vastagbélbe töltjük. Kevés vízzel 15–20 percig abáljuk*, addig, amíg megszúrva már nem jön belőle véres lé.

Sütéskor a hurkát megszurkáljuk, fagyos zsírral megkenjük, és langyos sütőbe tesszük. A lángot fokozatosan vesszük nagyobbra, s közben a hurkát saját zsírjával locsolgatjuk.

Főtt krumplival és párolt káposztával körítve, forrón tálaljuk.

* Az abálás nem főzés, hanem hőkezelés: igen gyenge tűzön, forrás nélkül történik, mintegy 90 °C-on.

Zöldséges marhahúsleves

Elkészítési idő: 160 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 80 dkg marhahús
- 20 dkg marhacsont
- 3 sárgarépa • 3 petrezselyemgyökér
- 1 kisebb zellergumó • 1 kisebb karalábé
- 2 zöldpaprika • 1 paradicsom
- 2 vöröshagyma • 1/8 fej kelkáposzta
- 5-10 szemes bors • köménymag • só.

A húst és a csontokat megmossuk. A húst feldaraboljuk, és a csonttal együtt hideg vízben feltesszük főni. Lassú tűzön egy órán át főzzük, majd hozzátesszük a feldarabolt zöldségeket, a borsot, köménymagot. Ízlés szerint sózzuk, és lassú tűzön, még másfél–két órán át főzzük. A főzés vége felé daragaluskát szaggatunk bele (ezt egy felvert tojásból és annyi búzadarából készítjük, amennyit felvesz). Amikor a galuskák mind a felszínre gyűlnek, még 4-5 percig főzzük.

A levest a galuskával tányérokba merjük, a húst a zöldségekkel külön tálra téve kínáljuk.

jó tudni!

Néhány hagyományos recepttől eltekintve kerüljük a disznózsír használatát! A főzéshez, sütéshez használjunk olajat vagy főzőmargarint, azokból is csak a szükséges mennyiséget. A rántás helyett inkább a habarást részesítsük előnybe az étel sűrítésekor, vagy dúsítsunk ételkeményítővel. Az apróhús szaftjába beletörhetünk egy lisztes főtt krumplit, vagy annak főzőlevét is felhasználhatjuk a fenti célra.

Vörösboros marhapörkölt tarhonyával

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg marhalábszár (színhús)
- 25 dkg tarhonya
- 3 dl száraz vörösbor
- 1 nagy fej vöröshagyma
- pirospaprika • 1 kisebb paradicsom
- 1 zöldpaprika • őrölt bors
- 2 szegfűszeg • só.

A húst lehártyázzuk, megmossuk, és 3×5 cm-es kockákra vágjuk. A megtisztított hagymát finomra metéljük, és kevés olajon sárgára dinszteljük. Hozzáadjuk a húst, és többször megforgatva, jól meghevítjük. Amikor a hús kifehéredik, megpaprikázzuk, megborsozzuk, beletesszük a szegfűszeget, és aláöntünk 1 dl vörösbort. Fedő alatt jól átforraljuk, majd hozzáöntjük a maradék bort, a félbevágott paradicsomot, az egészben hagyott paprikát (csak a szárát vágjuk ki) és lefedve még 30 percig takaréklángon főzzük. Ha kell, az elpárolgott folyadékot vízzel pótoljuk. Végül levesszük a fedőt, és az egészet zsírjára lesütjük.

Közben a tarhonyát kevés olajon zsemleszínűre megpirítjuk, majd felöntjük kétszeres mennyiségű vízzel, és mint a rizst szokás, megpároljuk.

A pörköltet a tarhonyára szedjük, szaftjával megöntözzük, és forrón kínáljuk.

Kovászos uborkát vagy ecetes paprikát adunk mellé savanyúságnak.

Vörösboros csirkeragu

Elkészítési ido: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg csirkemellfilé • 40 dkg gomba
- 2 evőkanál liszt • 4 evőkanál olaj
- 1 evőkanál paradicsompüré
- 1 dl száraz vörösbor • 1 vöröshagyma
- 2 cikk fokhagyma • petrezselyemzöld
- kakukkfű • őrölt fehér bors • só.

A csirke bőrét lehúzzuk, és a húst 2–3 centis darabokra vágjuk. Lisztbe forgatjuk, olajban kissé megpirítjuk, majd hozzáadjuk az apróra vágott vörös- és a zúzott fokhagymát. Pár percig pirítjuk, majd beletesszük a paradicsompürét, ráöntjük a bort, sózzuk, és hozzáadjuk a fűszereket. Fedő alatt puhára pároljuk.

Közben megtisztítjuk a gombát, felszeleteljük, olajon megpároljuk egy kis sóval, borssal, petrezselyemzölddel együtt. Végül a gombát a csirkéhez adjuk, és jól összeforraljuk.

Forrón, petrezselyemzölddel meghintve tálaljuk.

Az erdélyi magyar konyha a XVII. században

Szemelvények Keszei János udvari főszakács Bornemisza Anna erdélyi fejedelemasszonynak címzett szakácskönyvéből (anno 1680.)

1. *Az ökörnek az fejét vagdald apró darabokra. Az lábaival együtt tedd fel vízben, sózd meg, és főzd meg jól, hogy mint egy kása, olyan légyen. Szűrd le az levét, az húsát adjad az szegényeknek, az levét ismét tedd fel. Tölts ecetet belé, hadd főjön együtt az lével. Borsold és sáfrányozd meg, szedd le az zsírját, az levét szűrd által egy gyapjú ruhán, hadd tisztuljon meg. Töltsd egy vagy két tálba, hadd hűljön meg. Metéld el szépen, s rakd úgy egy tálra: igen szép.*
2. *Tüdőpecsenyét fazékban sütni: Végy egy vagy két citromot, aki bésózott, egy fő vereshagymát, egy kevés fenyőmagot: vagdald öszve. Reszelj közkenyeret alája. Tedd együtt fazékba. Végy borsot és egy fél szerecsendiót megtörve, egy kevés szegfüvet, fahajat, tehénhús-levet; ha pedig tehénhús-lév nincsen, egy kevés vizet és ecetet, hogy savanyú légyen; egy kevés sót, hogy két tyúkhasznot sózhassanak meg véle. Tedd mindenestül egy fazékba, fedd bé tésztával. Csináld bé a födelet, hagyj egy lélegzőlyukat fenn. Tedd szénre avagy meleg hamuba. Vigyázz réá, hogy igen el ne főjön: jóízű lészen.*
3. *Főzd meg az (tehén) tőlgyet vízben, és mikor megfőtt, vedd ki, hadd hűljön meg. Metéld meg aprón. Végy jó tehénhús-levet, ecetet, vajat. Rántsd meg az lisztet benne, keverd az tőlgy közé. Vess sós citromot is belé. Hadd főjön együtt, s jóízű.*

4. *Bornyúmájat hogy kell készíteni: Végy egy májat. Vond le az bőrit, és metéld vékonyon, félujjnyi hosszún. Rántsd meg vajban. Tölts ecetet réá egy kevés tehénhús-lével. Borsold meg, tégy zöld füvet belé. Ne hadd sokáig főni, mert ha sokáig fő, igen savanyú lészen. Csináld sárgán, hadd úgy: mindkétképpen jó. Ha pedig meg akarod sütni, melegítsd meg a rostélyt, kend meg szalonnával: úgy nem esik le az rostélyrúl. Öntözd az májat szalonnazsírral. Csinálj savanyúlevet néki tehénhús-lévbűl; borsold meg, s töltsd réá. Nyárson is megsütheted: spékeld meg szalonnával és zsályával, kösd meg az nyárshoz, hogy le ne hulljon. Ha feladod, vond le az hártyáját róla; ha meg nem égett, hadd rajta. Csinálj barnalevet néki, azki az sültrűl lecsorgott. Ecetezd és borsold meg. Hadd forrjon fel, és töltsd réá.*
5. *Süsd meg az báránymájat szárazon, s mikor megsült, törd meg mozsárban fekete tengeriszőlővel együtt. Piríts szeltet is, törd meg, s ereszd fel borral, hadd forrjon fel. Keverd meg, s verd által. Csináld meg fahajjal s nádmézzel, hadd forrjon fel. (...)*
6. *Az medvelábot főzd meg vízben. Tisztítsd meg, főzd meg feketelével és mondolalével, fejéren, citrommal: jóízű.*
7. *Borsold meg az medvelábot, s az fejét – mint az vadkanfejét szokták perzselni –, főzd meg úgy, amint a disznófűt. Hadd hűljön meg, s metéld meg szépen.*
8. *Metéld el az ludat, s főzd meg tehénhús-lévben. Tölts ecetet belé, metélj kenyeret is belé, hadd főjön. Csináld sárgán, s borsold meg, verd által, hadd forrjon fel. Keverd, hogy meg ne égjen. Burítsd az lúdra. Mikor feladod, hadd hűljön meg, s hintsd meg gyömbérrel.*

Régi szavak szótára

Ha volna időgép, s annak segítségével egy sütni-főzni tudó háziasszony háromszáz évvel korábbra ellátogatna, nem biztos, hogy akár konyhasegédként is megállná a helyét, hiszen a nyelv – és főképpen a konyhanyelv – azóta sokat változott.

Az alábbi, konyhával, főzéssel kapcsolatos szavak, kifejezések a Keszei-féle szakácskönyvből valók:

angvilla – angolna
aprószőlő, tengeriszőlő – ribiszke
átalag – hordócska, edény
austriga – osztriga
berbécs – kos
bisalma – birsalma
biscoctum – piskóta
címer – az állat mellső vagy hátsó combrésze
csupor – bögre, fazék
dragon – tárkony
ejtel – a kupa vagy veder 1/8 része
eperj – eper
faolaj – olívaolaj
feketelé – vérmártás, véres szaft
fige – füge
földi dió – földimogyoró
frikusirt – fasírt
fűszerszám – fűszer
gerle, gerlice – vadgalamb
gödén(y) – pelikán
kappan – herélt kakas
laska – metélt

lév – lé
malozsa – mazsola
marcapán – marcipán
marha – vagyon
megmellez, megmellyeszt – megkopaszt, megforráz
mondola – mandula
mony – tojás
murok – sárgarépa
náspoly – naspolya
öreg – kemény, nagy, kifejlett
pozsár – ponty
rozsmarint – rozmaring
sása – mártás, szósz
széke, szike – valaminek a java, belseje
szélke, szilke – cserépedény, fazék
szömörcsög – 1. gombóc, galuska; 2. gombafaj
tengeri barack – kajszibarack
tőlgy – tőgy
tyúkhaszon – tyúktojás
tyúkmony, tikmony – tyúktojás
tyúkmony-széke (-szike) – tyúktojássárgája
zuppon – leves

Tartalomjegyzék

Előszó 5

Alföldi krumpli 9
Babgulyás 9
Bableves 10
Bácskai gombás rizs 10
Bácskai rizseshús 11
Barátfüle (lekváros derelye) 12
Batthyány-rizs 12
Bevert tojás Hadik módra . 13
Blaha Lujza tortája 14
Borleves 14
Borjúdió Krúdy módra 15
Brassói aprópecsenye 16
Brassói káposzta 16
Bundás kenyér 19
Csáky rostélyos 17
Csángógulyás 18
Csúsztatott palacsinta 19
Csülök pékné módra 18
Debreceni aprópecsenye . . 20
Debreceni mézes 21
Dióval töltött csuka 20
Disznótoros kóstoló 21
Erdélyi padlizsánsaláta 22
Esterházy-rostélyos 22
Felvidéki túrós 23
Feszty-bifsztek 24
Fokhagymás tésztaleves kolbásszal 24
Forralt bor I. 25
Forralt bor II. 25
Grassalkovich-palacsinta . . 26
Gulyásleves 26
Hagymás krumplisaláta . . . 27
Hájas tészta 28
Halászlé 28
Hortobágyi rostélyos 29
Hortobágyi palacsinta 30
Húsos metélt 30
Jókai-bableves 31
Káposztás bableves 32
Káposztás kocka 32
Kolbásszal és tojással töltött fasírt 33
Kolbászleves 34
Kolozsvári rakott káposzta . 34
Kossuth-kifli 35
Kovászos uborka 36
Körömpörkölt 37
Krumplis pogácsa 37
Lebbencsleves 38
Lecsó kolbásszal 38
Lencseleves 39
Leveles tepertős pogácsa . . 40
Ludaskása 40
Magyaros krumplileves 41
Májas hurka 42
Mákos nudli (pöcsmácsik) . 42
Mazsolás csirkeleves 43
Öhöm 44
Paradicsomos paprikasaláta 44
Paprikás krumpli 46
Parasztreggeli 45
Petrezselymes újkrumpli . . . 46
Pisztráng Gárdonyi módra . 47
Pörkölt hús 48
Rabló nyársas 48
Rakott felsál 49
Rakott tészta 50
Rakott túrós tészta 50

Rántott csirke 51
Rozmaringos sertésszelet . .52
Savanyú tojásleves
(rongyos leves) 51
Sertéskocsonya 52
Sertéstokány 54
Szalagos fánk 54
Szalonnás-hagymás
tojásrántotta 56
Szegedi marhanyelv 56
Szegedi tarhonyás hús 57
Szegedi tepertős pogácsa .58
Szegedi veseleves 58
Székely ürüborda 59
Székely tárkonyleves 60
Tarhonyás kakas 60
Tejfölös burgonyaleves 61
Tejfölös csirkepaprikás 62
Temesvári sertéskaraj 63
Tojásos nokedli 64
Tordai lacipecsenye 64
Töltött bárányszügy
aszalt szilvával 65
Töltött káposzta 66
Töltött paprika 67
Tökfőzelék 62
Túrós csusza 66
Túrógombóc 55
Tűzdelt bélszín 68
Újházi tyúkleves 68
Vargabéles 69
Vadas hús 70
Véres hurka 71
Vörösboros marhapörkölt
tarhonyával 73
Vörösboros csirkeragu 74
Zöldséges
marhahúsleves 72

*Az erdélyi magyar konyha
a XVII. században 75*
Régi szavak szótára 77