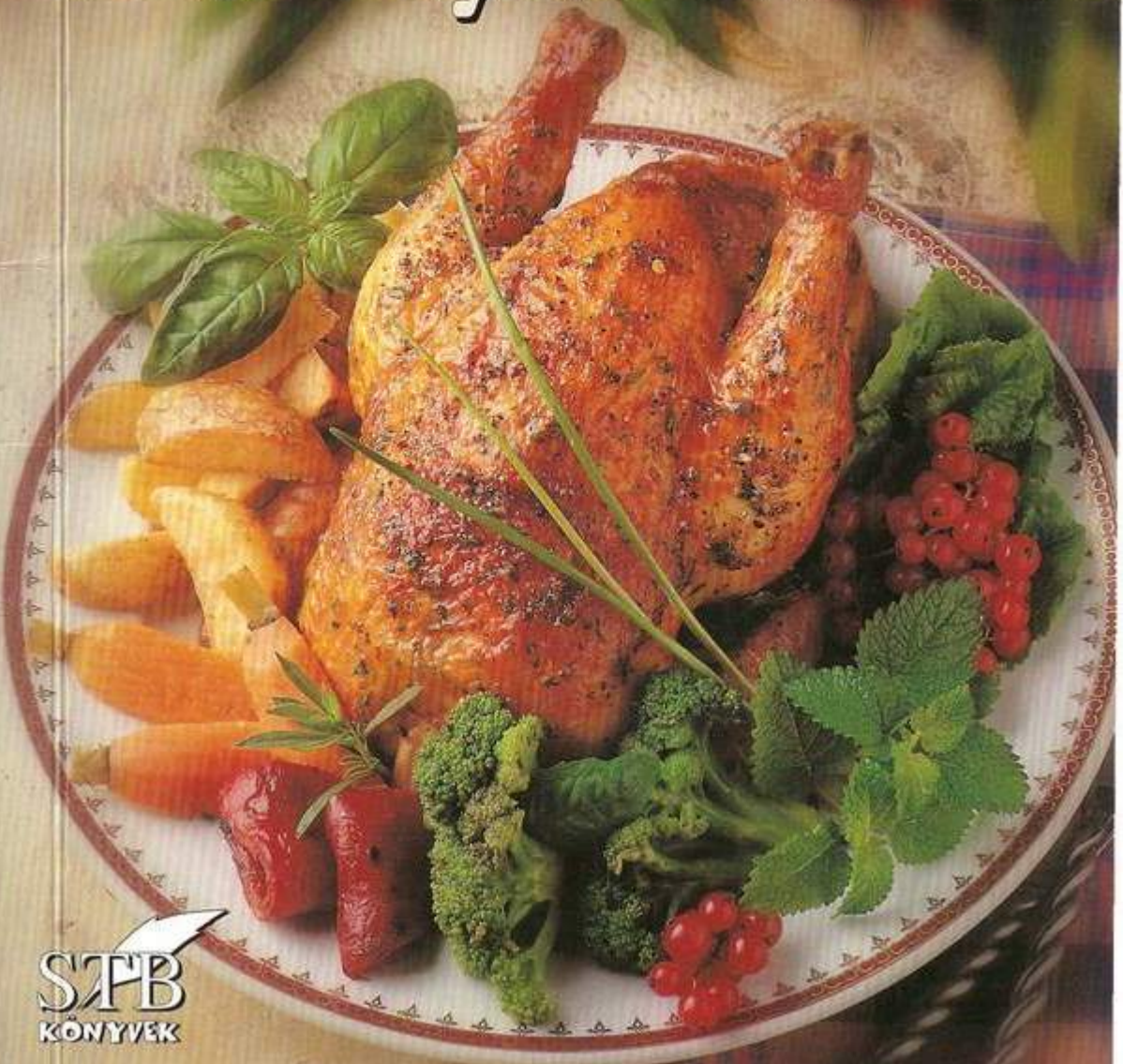
A 100 LEGJOBB recept szárnyasokból



STB KÖNYVEK

A 100 LÉGJOBB

recept szárnyasokból

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

ISBN 963 9266 73 6

© 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

Van-e ínycsiklandóbb, jobb étel a rántott pipicombnál? Hát a ropogós pirosra sült pecsenyekacsánál? Netán a paprikás csirkénél vagy a szalonnával tűzdelt fácánpecsenyénél? *Más* jó ételek vannak, de *jobbak* aligha!

Parittyával, íjjal, hurokkal és más kezdetleges fegyverekkel vadászó őseink bizonnyal nem tekintették hőstettnek a különféle szárnyasok elejtését (hiszen nem kellett élet-halál harcot vívniuk a zsákmánnyal, mint a mamuttal, a barlangi medvével vagy a hegyes agyarú vadkannal), de a szárnyasokra való vadászat mindig is nagy ügyességet kívánt. A könnyedén szárnyra kapó, az első gyanús neszre a levegőégbe illanó eledel becserkészése, elejtése csak a legjobb vadászoknak sikerülhetett. Célba venni és eltalálni egy felröppenő vadkacsát, vadludat vagy gyöngytyúkot még a mai, modern tűzfegyverekkel is nehéz feladat. Óvatosság, kitartás és biztos kéz szükségeltetik hozzá. Horthy Jenő, kiváló vadászunk, könyvében leírja, hogyan kellett hideg éjszakákon gubbasztania a Hortobágy sáros gödreiben, hogy a reggeli röptükre induló vízi szárnyasok közül néhányat lepuffantson.

A városi ember, persze, ha szárnyashúsra vágyik, nem puskát fog a kezébe, hanem a pénztárcáját: a piacon, a hentesnél vagy az élelmiszerboltban pénzért sokféle finom húsú, leölt szárnyast vásárolhat: csirkét, kacsát, libát, tenyésztett gyöngytyúkot, vagy akár lőtt vadlibát, fácánt is. Csakúgy, mint sokféle lábasjószágot leölve, feldolgozva.

Ízletessége mellett a szárnyashús előnye a könnyebb emészthetőség, a kevesebb zsírtartalom, és a gyorsabb elkészítés: a szárnyashúsok alapvetően hamarabb sülnek-főnek meg, és teljes értékű fehérjetáplálékot nyújtanak. A szárnyashús sokoldalúan, jól fűszerezhető, a legtöbb körettel jól kiegészíthető, és jól illenek hozzá a gyümölcsök is. Magas fehérjerost-tartalma révén elősegíti az emésztést, nem növeli a szervezet káros koleszterinszintjét, gazdag ásványianyagkészlete jól hat a vérképzésre, és tartalmazza az emberi szer-

vezet számára fontos vitaminokat. Ezen előnyei miatt jól alkalmazhatók a szárnyasok (főleg a fiatal csirke) diétás étrendben, pl. lábadozó betegek, fogyókúrázók és sportolók stb. esetében.

A gerincesek törzsébe (*vertebrata*), a madarak osztályába (*aves*) tartozó állatok valójában a (madár alkatú) dinoszauruszok kései leszármazottai. Közös jellemzőjük, hogy melegvérűek, s (mint elődeik) tojással szaporodnak.

Mindaz, amit a madarak testének felületén láthatunk, bőrképlet; a bőr maga szemünk előtt többnyire fedve marad. A csőrkáva, a lábak pikkelyei és pajzsai csupán a felső bőrréteg szaruképződményei. A madarak tollazata az ősi pikkelyekből kialakult, speciális kültakaró, amely – bonyolult szerkezete ellenére – látszólag egybefüggő felszínt alkot a testükön. A tollazat számtalan kis alkotórésze egységes, hajlékony és ellenálló felületben záródik össze, és túl azon, hogy biztosítja a hőszigetelést és a mechanikai védelmet, lehetővé teszi a madarak repülését (illetve, némely esetben úszását) is.

A madárfajok túlnyomó többsége repülésre specializálódott, de néhány fajuk másodlagosan elveszítette röpképességét és futó (strucc, emu, nandu stb.) vagy úszó (pingvinek) életmódra tért át.

A rovarok után a madarak a földkerekség legszínesebb állatai. Fedő tollazatuk színeit túlnyomórészt nem pigmentek, hanem a fény interferenciájának jelensége alakítja ki.

A madaraknak nincsenek fogaik a rágáshoz: a táplálék felaprítását izmos zúzógyomruk (zúza) végzi, olykor lenyelt kavicsok segítségével. Bélcsatornájuk az úgynevezett *kloákában* végződik, s ezen át jön a világra tojásuk, az óriási méretű, meszes, kemény falú petesejtjük.

Egyiptomi sírkamrák festményeiről tudjuk, hogy a jobb módúak számára a szárnyasok közül a gyöngytyúk, a galamb és a kacsa húsa volt a kedvelt, de ettek foglyot, fürjet is.

Az ókori görögök vendégeiket a marha, a juh és a kecske húsán kívül tengeri állatokkal és szárnyashúsokkal tartották jól.

Korabeli levélből ismerjük egy gazdag és előkelő makedóniai polgár vendégeinek felszolgált ételek sorát, mely a mai szemmel nézve hihetetlenül sokféle: sült tyúk, sült kacsa, galambpástétom, libasült és saláták szerepelnek szarvasból, nyúlból és fogolyból készült fogások között.

A római lakomákon rendre az asztalra kerültek a libából, a fácánból és a császármadárból készült ételek is. A rómaiak különben is nagy becsben tartották a ludakat. A legenda szerint ugyanis Juno istennő libái megmentették Rómát a gallok támadásától: tudniillik, bármekkora volt is az éhínség az ostromlott városban, az istenasszonynak szentelt szép fehér ludakat nem vágták le. Ott őrizték Juno templomában őket, s tőlük telhetőleg jól is tartották, remélve, hogy az istennő majd csak segítséget nyújt a végső bajban. Amikor aztán a gallok, meglelvén a rejtett ösvényt, azon felfelé lopóztak, a ludak meghallották, és olyan lármát csaptak, hogy felriasztották az őrséget.

Apicius fennmaradt szakácskönyvéből tudjuk, hogy a gazdag római polgárok fügével etették, musttal itatták a ludakat, hogy húsuk édes és májuk nagy legyen.

Később, a reneszánsz korban, Itáliában a sokféle házi- és vadszárnyas mellett már olyan fejedelmi ételek is kerültek az asztalra, mint a flamingó és a páva nyelvéből készített ínyencfalatok.

Mátyás királyunk, aki nagy rajongója volt az itáliai étkeknek, maga is szívesen fogyasztotta ezeket – mint udvaronca, Galeotto Martio könyvéből tudjuk. A királyt majmoló főnemesek is tartottak udvarukban pávákat és flamingókat, ugyanezen célból, sőt a hazánkban is költő pelikán (gödény) húsát is nagy becsben tartották.

A szegény népek persze nem tarthattak sem flamingót, sem pávát, sőt nagy pusztai madarunk, a túzok, valamint a fogoly, a fácán és a fürj is elérhetetlen volt számukra – a királyi és a földesúri erdőkben, réteken nem vadászhattak –, kénytelenek voltak beérni a néhány sovány tyúkkal, és a hurokkal, lépes vesszővel fogott apró madarakkal: bizony, levesbe került a nádi rigó, a fekete- és a sárgarigó, és sok más énekes madár, de még a fiatal varjak és akár a verebek is könnyen a fazékban kötöttek ki...

Ezzel a szegényes választékkal szemben, a XVII–XVIII. század erdélyi fejedelmi udvaraiban a fent elmondottakon túl már a struccmadár húsát, sőt tojását is élvezték!

Keszei János udvari főszakács Bornemissza Anna erdélyi fejedelemasszonyhoz címzett kéziratos szakácskönyvében, a madarakról szóló fejezetben első helyen áll: „Az sasbúl kilencféle étket készíthetni". Ezen túl említi a struccmadarat, a túzokot, a hattyút, a darvat, a pelikánt, a gémet és a pávát, s csak ezek után tér ki a vadrécéből, a kappanból, a tyúkból, a fürjekből, a galambokból, a rigókból, a pacsirtából, a szajkóból, a seregélyből, és „mindenféle aprómadarakbúl" készíthető ételekre.

Ehhez képest, ugye, a mi főképp csirkéből, kacsából és lúdból, pulykából álló szárnyas ételeink sora szegényesnek mondható...

Évezredes hagyományok szabályozzák a különböző vallások követői számára a fogyasztható állatok körét, és majd' mindegyikben fontos szerepet kapnak egyes szárnyasok. Így például a zsidó vallásban tisztának, azaz *kósernek* számít a tyúk, a liba, a kacsa és a galambfélék. Az egyes vallások hagyományosan előírják a különböző ünnepek alkalmából fogyasztható (fogyasztandó) szárnyasokat. Az engesztelés napja ünnepén a zsidóknál szokás a szárnyasokat a fejükkel együtt tálalni, hogy az étkezés résztvevői az év során jelesekké, azaz „főkké" váljanak.

Keresztény hagyomány a karácsonyi pulykasült (régen erre a célra szokás volt dióval hizlalni a pulykát), és Szilveszer estéjén tanácsos szárnyast fogyasztani, mert az – úgymond – elrepül az óév minden bajával, bújával együtt. Újév napján a hagyományos malacpecsenye mellett szokásos a csirke- vagy tyúkhúsleves is. A vallási előírások mellé sokféle hiedelem is társult, így például a keresztények nagypénteken nem vágtak szárnyast, hogy megóvják állataikat a dögvésztől.

Húsvét hétfőjének egyik hagyományos étele a tavaszi rántott csirke. Pünkösd jellegzetes ünnepi étele az idei libasült és a rántott csirke uborkasalátával.

Egy dunántúli falu Anna-napi búcsúján az ünnepi menüben szerepel:

- tyúkhúsleves finommetélttel
- ludaskása libamájszeletkékkel, sült libavérrel és libatöpörtyűvel díszítve
- paprikás csirke galuskával és gombával, rizzsel
- liba- és kacsapecsenye kovászos uborkával és párolt káposztával

Márton-napon országszerte lakomákat rendeztek, hogy egész évben bőven ehessenek, ihassanak. „Aki Márton napján libát nem eszik, egész évben éhezik" – állítja a népi mondás. A liba csontjából az időjárásra következtettek; ha fehér és hosszú a liba csontja, akkor havas lesz a tél, ha barna és rövid, akkor sáros. (Egy középkori legenda szerint, amikor Szent Márton hírét vette, hogy püspöknek szemelték ki, alázatosságában a ludak óljába bújt az érte jövő küldöttek elől. A ludak azonban szárnyuk csapkodásával, gágogásukkal elárulták Márton rejtekhelyét, mint egykor az éj leple alatt a Rómára támadó barbárokat.)

Az iszlám vallás étkezési előírásai a zsidó vallásból származnak, így az iszlám hívők (a muszlimok vagy muzulmánok – „igaz hitűek") számára a birka- és a marhahúson kívül kedvelt eledel a szárnyasok húsa is.

Amerikában hagyományos ünnep a hálaadás napja (Thanksgiving Day): november negyedik csütörtökjén tartott ünnep annak emlékére, hogy a Mayflower hajóval érkező telepesek, első termésük betakarítása után tartott hálaadó ünnepükre az őslakos indiánokat is meghívták, s velük békét kötöttek. Ezen a napon ma is hagyományosan pulykát fogyasztanak, mert ez a szárnyas volt az ősök lakomája.

Mostani válogatásunkban összegyűjtöttük annak a száz szárnyasételnek a receptjét, amelyet a legjobbnak gondoltuk. Reméljük, ki-ki megtalálja közöttük a magának valót, és újabb, finomabbnál finomabb ételekkel ismerkedhet meg, gyarapítva saját recepttárát.

Ha így lesz, akkor velünk madarat lehet fogatni...

A SZERKESZTŐ

„Szárnyas" tudnivalók

A (fiatal) szárnyasok húsa gyorsabban sül-fő meg, mint a vörös húsok. A sütéshez-főzéshez szükséges idő valahol a vörös húsok és a halak, rákok között van. Sütésnél azt is érdemes figyelembe venni, hogy a szárnyasok bőre vékonyabb, alatta kevesebb a zsír, így a sütőben, grillezőben vagy a nyárson hamarabb megég. Ezért, ha szükséges, gyakoribb locsolgatással vagy alufóliával védjük a megégéstől.

Ha csirke-, kacsa- vagy libacombokat sütünk, rántunk, célszerű azokat az ízületnél szétvágni, különben előfordulhat, hogy a hús nem sül át rendesen a középső részen.

Sütéskor a combok és a szárnyak végét, ahol vékonyabb a hús, kis darab alufóliával betekerve védhetjük a kiszáradástól és a megégéstől.

A tyúk, a kacsa, a liba, és különösen a nagyobb vadmadarak mellehúsa erősen rostos és száraz, ezért célszerű ezeket szalonnával megspékelni, vagy (egyes esetekben) fokhagymás tejben áztatással fellazítani, omlósabbá tenni.

A kakas és a vadmadarak fartőmirigyét a farktővel („püspökfalat") együtt célszerű kivágni, mert elronthatja a hús ízét.

A sült szárnyascombokat nem érdemes késsel-villával „boncolgatni": a legelőkelőbb körökben is két ujjunk közé fogva lerágcsálhatjuk. (A kényesebb ízlés kielégítésére papírból készült, úgynevezett „csirkemandzsettákat" tehetünk tálalás előtt a csontvégekre, hogy vendégeink ujja ne legyen zsíros.)

Jércének nevezzük a fiatal, ivaréretlen tyúkot.

Kakri a neve az ivaréretlen kakascsibének.

A *kappan* herélt kakas: húsa igen finom, mentes az úgynevezett *kakasíztől*; leginkább a tyúkhús ízére hasonlít, de attól finomabb.

A *pecsenyekacsa* 2–2,5 kg-os, fiatal kacsa. (A *pecsenyeliba* kb. 3 kg-os.)

Kacsa, liba sütésére kiválóan alkalmas az úgynevezett *kacsasütő lábos:* ez mintegy 5 l térfogatú, ovális, fedővel ellátott zománcos edény. Nyílt tűzön és sütőben egyaránt jól használható.

A szárnyasok feldarabolására jól használható az úgynevezett *csirkebontó olló:* mind a nyers, mind a főtt vagy sült szárnyasok könnyen darabolhatók ezzel az eszközzel, amivel a vékonyabb csontok is könnyedén átvághatók.

A csirke fejét levesbe főzhetjük: a csőrét levágjuk ilyenkor. A főtt csirkefejet kutyánknak, macskánknak adhatjuk, de a mogyorónyi agyvelő finom csemege! (Akárcsak a kakastöke, meg a tyúkban levő, éretlen tojások.)

Az igazi *rántani való csibe* 70-80 dkg-os. Ettől fiatalabb csibe húsa viszont nyálkás, tehát nem jó. Ha igazán omlós szárnyasra vágyunk, galambot vagy fürjet készítsünk.

A pecsenyekacsa bőre finom ropogósra sül, ha sütés közben sörrel locsolgatjuk.

Igen jó étel a sült tyúk- vagy libavér: jó hagymásan készítjük.

Különlegesen finom étel az a tyúkleves, amibe sok bőrös húst, és a lábakat is belefőzzük: ha jól behűtjük, a húsleves finom, remegős kocsonyává lesz. Forró nyári napokon mennyei éjvezet!

A csirke (tyúk) lábait, ha megfőzzük, jól meg kell sikálni, és a felső bőrét le kell nyúzni.

A nagyobb szárnyasokat (tyúk, kacsa, liba, pulyka) nem a testüregbe, hanem a bőre alá töltjük: a testüregben a töltelék nyers marad. A bőrt a nyak felől, ujjunkkal fel kell feszíteni, elválasztani a hústól, egészen a combok vonaláig, és szép kerekre (de nem „degeszre") tölteni.

Ha élő szárnyast vágunk, a gége teljes átmetszésével ki kell véreztetni (a vért felfoghatjuk, és sóval, hagymával megsüthetjük, ha megalvadt). A kivéreztetett szárnyast egy nagyobb edényben le kell forrázni (legalább öt liter, forrásban levő vízzel), pár percig pihentetni, hogy utána könnyen megkopaszthassuk. A lábakat külön leforrázzuk, hogy a külső, vastag és szennyezett bőrt lenyúzhassuk. (Vigyázzunk, a rosszul kivéreztetett baromfi – különösen a kakas, még a lefejezett is – forrázáskor kiugorhat az edényből!)

Faluhelyen, farmon, ahol sok tyúkot, libát ölnek, a lefosztott pehelytollakat alapos kimosás után megszárítják, és párnák, dunyhák vagy meleg kabát töltésére használják.

A maradék főtt vagy sült, csíkokra vágott szárnyashúsokból főtt burgonyával, párolt zöldségekkel, joghurttal, tejföllel, majonézzel, esetleg ecettel, hagymával finom salátákat készíthetünk. Az ilyen hússalátát pirítós kenyéren reggelire vagy előételként is kínálhatjuk.

Rántott csirke

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • só • a sütéshez olaj
- 2–3 tojás • liszt • zsemlemorzsa.

A megtisztított, megmosott csirkét darabokra vágjuk: a lábakat, a szárnyvégeket és a nyakat félretesszük (ezt levesbe főzhetjük), a hátat, a mellet, a combokat és a szárnyakat besózzuk. Az alsó és a felső combokat az ízületnél elválaszthatjuk, így jobban átsül a hús, de egyben is hagyhatjuk. A mellet ki is filézhetjük. Külön tányérokban lisztet, felvert tojást és zsemlemorzsát készítünk elő, majd a besózott húsdarabokat egyenként lisztbe, tojásba, végül zsemlemorzsába forgatjuk. Bő, forró olajban, mindkét oldalukat szép aranybarnára sütjük (vigyázzunk, nehogy megégjen a panír). Egyszerre 3-4 darabnál többet ne süssünk, mert nagyon visszahűl az olaj. A kisült húsdarabokat szalvétára szedjük, hogy a fölösleges olajat felitassuk. Melegen tálaljuk. Sokféle köretet kínálhatunk hozzá: főtt burgonyát, pirított sós burgonyát, petrezselymes újburgonyát, burgonyapürét, párolt rizst, rizibizit, tavaszi rizst, vajon párolt, majonézes csemegekukoricát, párolt zöldségköreteket. A rántott csirke hidegen is jó, pl. hideg, majonézes-ecetes főtt burgonyával.

Újházy tyúkhúsleves

Elkészítési idő: 3 óra

Hozzávalók 8 személyre:

- egy 2 kg-os tyúk • 20 dkg kelvirág • 10 dkg gomba
- 10 dkg zöldborsó • 3 szál sárgarépa
- 2 szál fehérrépa • egy kis darab zeller
- 1 fej vöröshagyma • egy kis darab karalábé
- 1 cikk fokhagyma • 1 zöldpaprika
- 1 paradicsom • fél csokor petrezselyemzöldje
- 1 mokkáskanál egész bors • egy kis darab gyömbér • só.

A megtisztított, feldarabolt tyúkot egy nagyobb fazékban, hideg vízben feltesszük főni (a májjal és a zúzával együtt). Ha felforrt, leszedjük a habját, és a levest megsózzuk. Beletesszük az egészben hagyott vöröshagymát, és tüllzacskóban vagy fűszertojásban a borsot, a gyömbért és a fokhagymát. Amikor a hús félig megpuhult, hozzáadjuk a megtisztított leveszöldségeket, a gombát, a rózsáira szétszedett kelvirágot, a zöldborsót, a paprikát és a paradicsomot, valamint a zöldpetrezselymet. Lassú tűzön, fedő alatt, éppen csak gyöngyöző forrással főzzük legalább két órán át. Kivesszük és eldobjuk a fűszereket, a hagymát, a paprikát és a paradicsomot. A levest és a húst elosztjuk a tányérokban, a zöldségeket és a gombát tálra tesszük. Külön tálon főtt cérnametéltet is kínálunk hozzá, a zöldségekből és a tésztából mindenki kedvére szedhet magának a levesébe.

Rizses csirkeaprólék-leves

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg csirkeaprólék • 25 dkg leveszöldség (sárga- és fehérrépa • zeller • karalábé • vöröshagyma • fokhagyma • kelkáposzta)
- 5 dkg rizs • 1 evőkanál zsír • 1 kiskanál liszt
- 1 csokor petrezselyemzöldje • őrölt bors • só.

A forró zsíron meghevítjük a csirkeaprólékot, majd hozzáadjuk a megtisztított, kis kockákra vágott zöldséget, és pár percig együtt pároljuk. Azután zsírjára lesütjük, rászórjuk a lisztet, jól elkeverjük, és felöntjük 1,5 l vízzel. Sózzuk, borsozzuk, és fedő alatt, lassú tűzön forraljuk. Amikor az aprólék félig megfőtt, hozzáadjuk a rizst, és puhára főzzük. Finomra vágott petrezselyemmel megszórva, forrón tálaljuk.

Tavaszi csirkeleves májgaluskával

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg csirkeszárny • 10 dkg csirkemáj
- 15 dkg zsenge sárgarépa • 10 dkg fehérrépa
- 10 dkg zsenge zöldborsó • 3 evőkanál búzadara
- 1 tojás • őrölt bors • só
- 1 csokor metélőhagyma • késhegynyi sáfrány.

A csirkeszárnyakat másfél liter vízben feltesszük főni. Ha felforrt, hozzáadjuk a zöldségeket, sózzuk, borsozzuk, és fedő alatt, lassú tűzön főzzük. Közben felverjük a tojást, megsózzuk, majd összedolgozzuk a búzadarával és a késsel elkapart májjal. Amikor a csirkeszárny puhára főtt a levesben, a sáfránnyal megszínesítjük, majd kiskanállal beleszaggatjuk a galuskát. Addig főzzük, míg a galuskák jól megdagadva, feljönnek a felszínre. A forró levest a galuskákkal tányérokba osztjuk, és megszórjuk az apróra vágott metélőhagymával.

Csirkepörkölt

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 1–2 fej vöröshagyma
- 1 paradicsom • 1 zöldpaprika • őrölt bors
- 2 evőkanál olaj • 1 evőkanál pirospaprika • só.

A megtisztított, megmosott csirkét feldaraboljuk. A lábakat, a nyakat és a szárnyvégeket félretesszük (ezeket levesbe főzhetjük). A zúzát megtisztítjuk, két-három darabra vágjuk, a szívet egészben hagyhatjuk. A combokat az ízületnél szétvágjuk. A megtisztított hagymát finomra összevágjuk, és a forró olajon sárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a húsdarabokat, a zúzát és a szívet, és kevergetve, jól meghevítjük, amíg a hús kezd kifehéredni. Ekkor rászórjuk a pirospaprikát, megkeverjük, majd aláöntünk 1 dl vizet, sózzuk, borsozzuk, beletesszük a paprikát és a félbevágott paradicsomot, és fedő alatt, lassú tűzön pároljuk. Időnként megkeverjük, és az elfőtt vizet pótoljuk. Amikor a hús már majdnem puha, levesszük a fedőt, és zsírjára lesütjük. Akkor jó, ha már rotyog. Közben néha megkeverjük, nehogy lesüljön a hús vagy megégjen a mártás. Legjobban galuska illik hozzá köretnek, de tálalhatjuk főtt burgonyával vagy párolt rizzsel, és adhatjuk főzelékhez feltétnek is.

Tejfölös pulykapaprikás

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg pulykanyesedék • 50 dkg piros húsú paprika
- 25 dkg hagyma • 8 dl húsleves (lehet kocka is)
- 5 dl világos sör • 4 gerezd fokhagyma
- 5 dkg fűszerpaprika • 1 dl tejföl
- 1 evőkanál liszt • só • bors
- 1 csokor petrezselyemzöld.

A hagymát és a fokhagymát finomra aprítjuk, a paprikát kicsumázzuk, apró kockákra vágjuk, és a húst falatnyi kockákra daraboljuk. Felhevített olajon megdinszteljük a hagymát és a paprikát, rászórjuk a fűszerpaprikát, majd ha elolvadt, felöntjük sörrel. Addig főzzük, míg a paprikadarabok megpuhulnak. Botmixerrel összedolgozzuk a fentieket, felöntjük húslevessel, és beletesszük a pulykahúst. Sóval, borssal és fokhagymával ízesítjük, majd félóra alatt jól összefőzzük. A tejfölt elkeverjük a liszttel, besűrítjük vele a húst, végül hozzákeverjük a finomra vágott petrezselyemzöldet. Galuskával vagy párolt rizzsel kínáljuk.

Gombás csirke arab módra

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4-6 személyre:

- 1 nagyobb csirke • 50 dkg apró gomba
- 15 dkg vaj • 1 púpozott evőkanál liszt
- fél-fél mokkáskanál édesnemes és csípős pirospaprika
- 2 citrom leve • csipetnyi őrölt fahéj • só.

A megtisztított csirkét a forró vajon körbepirítjuk, majd kivesszük az edényből, és melegen tartjuk. A visszamaradt, forró vajon barnára pirítjuk a gombát is. Két evőkanálnyit kiveszünk a vajból, és a liszttel barna rántást készítünk, majd felöntjük 8 dl vízel, és kevergetve felforraljuk. Sózzuk, fűszerezzük, majd ráöntjük a csirkére, és fedő alatt, lassú tűzön főzzük. Amikor a hús kezd puhulni, hozzáadjuk a megpirított gombát, majd tíz perc múlva a citromlevet. Tálalásnál a gombára rakjuk a feldarabolt csirkét, és a levével jól meglocsoljuk. Sáfrányos rizsköretet kínálunk hozzá.

Csirke datolyamártással

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 20 dkg rizs • 12 szem datolya
- 4 evőkanál olívaolaj • 1 fej vöröshagyma
- 2,5 dl húsleves (kockából)
- 2 dl tejszín • 2 zöldpaprika
- 3 evőkanál pirított mandula
- 2 mokkáskanál cayenne-i bors
- 1 evőkanál erős Madras-curry • só.

A megtisztított csirke törzsét 8 részre vágjuk, bedörzsöljük sóval, borssal és a curry felével, majd a forró olajban aranybarnára pirítjuk. Ha kész, fazékba tesszük. Kevés olajon aranyszínűre pirítjuk a megtisztított, felaprított hagymát, és a felszeletelt zöldpaprikával együtt a húshoz adjuk. Felöntjük a húslevessel, és fedő alatt, lassú tűzön fél óráig főzzük. Közben puhára pároljuk a rizst. A megfőtt csirkét kivesszük a főzőléből, és melegen tartjuk. A keményítőt kevés vízzel elkeverjük, majd hozzáadjuk a csirke leszűrt levéhez. Ehhez a mártáshoz hozzáadjuk a félbevágott, kimagozott datolyát, belekeverjük a felvert tejszínt, 1 mokkáskanál sót, és a megmaradt curryt, majd felforraljuk. Tálra rakjuk a párolt rizst, ráhelyezzük a csirkedarabokat, meglocsoljuk a mártással, és rászórjuk az apróra vágott mandulát.

Libanoni tál

Elkészítési idő: 70 perc + áztatás

Hozzávalók 8 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 30 dkg bárányhús • só
- 40 dkg apró gomba • 20 dkg vaj • 12 dkg száraz bab
- 1 kiskanál csípős pirospaprika • késhegynyi őrölt fahéj.

A babot előző este hideg vízben beáztatjuk. A forró vajon körbepirítjuk a csirkét, majd kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt vajon megpirítjuk a hártyáitól megtisztított, feldarabolt bárányhúst. A megpirított csirkét és a bárányhúst fazékba tesszük, felöntjük vízzel, és hozzáadjuk a fűszerek felét. A leszűrt, lecsöpögtetett babot megsütjük a pirításra használt vajban, majd hozzáadjuk a húshoz. Egy darabig erős tűzön főzzük, majd a lángot takarékra vesszük. Közben a megtisztított gombát is megpirítjuk a vajban, majd a vaj háromnegyed részével együtt a húsokhoz adjuk. Hozzáadjuk a megmaradt fűszereket és a visszamaradt olvasztott vajat. Az egészet puhára pároljuk, majd leszűrjük. Tálaláskor a feldarabolt csirkére és a húsra tesszük a babot, és meglocsoljuk a leszűrt lével.

Csirke parajjal

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy kisebb csirke • 90 dkg paraj • 1 fej vöröshagyma
- 2 cikk fokhagyma • 1 kiskanál őrölt koriandermag
- 1 kiskanál csípős pirospaprika • 1 dl olívaolaj • só.

A megtisztított csirkét fazékba tesszük, és felöntjük vízzel. Hozzáadjuk a babérlevelet és a megtisztított, karikákra vágott hagymát. Megsózzuk, és puhára pároljuk. A megtisztított, megmosott parajt összevágjuk, ízesítjük a korianderrel és az összezúzott fokhagymával. Megsózzuk, majd a forró olajon megpároljuk. A csirkét kivesszük a főzőléből, a levet ízesítjük a pirospaprikával, hozzáadjuk a parajt, és fedő nélkül, sűrűre főzzük. A feldarabolt csirkét a parajjal együtt tálaljuk.

Csirke fehérmártással

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,2 kg-os csirke • 30 dkg rizs • 12 dkg vaj
- 10 dkg reszelt parmezán sajt • 4 dkg liszt
- 1 dl tejföl • késhegynyi reszelt szerecsendió
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors • só.

A megtisztított csirkét gyengén sós vízben puhára főzzük, majd kivesszük, és melegen tartjuk. Fél liter forró főzőléhez hozzáadjuk a vaj felét, beletesszük a kiválogatott, átmosott rizst, és puhára pároljuk. Közben elkészítjük a fehérmártást: a maradék vajat felolvasztjuk, hozzáadjuk a lisztet, és habzásig keverjük. Azután hozzáadjuk a maradék főzőlevet, a fehér borsot, a szerecsendiót, és 1 mokkáskanál sót. Erős tűzön pár percig forraljuk, majd kissé lehűtjük, és hozzákeverjük a tejfölt. Tálaláskor a párolt rizsre elrendezzük a feldarabolt csirkét, meglocsoljuk 2 evőkanál mártással, majd meghintjük 2 evőkanál reszelt sajttal. A megmaradt mártást és reszelt sajtot külön tálkákban kínáljuk az ételhez.

Csirke paradicsommártással

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 25 dkg párolt rizs • 8 dkg vaj
- 3,5 dl paradicsomlé • őrölt fehér bors • só
- 1 evőkanál sűrített paradicsom.

A megtisztított, feldarabolt csirkét a forró vajon barnára pirítjuk. A paradicsomlevet ráöntjük a csirkére, megsózzuk, ízesítjük a borssal, majd vízzel felereszt jük. Fedő alatt, lassú tűzön puhára pároljuk. Azután a csirkedarabokat kivesszük, és melegen tartjuk. A levét átszűrjük, belekeverjük a sűrített paradicsomot, és mártás sűrűségűre főzzük. A kész mártást a csirkehúsra öntjük, és a párolt rizskörettel együtt, forrón tálaljuk.

Csirke diómártással

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,2 kg-os csirke • 12 dkg darált dió
- 0,5 dl olívaolaj • 1 mokkáskanál pirospaprika
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors • só.

A csirkét sós vízben megfőzzük, majd feldaraboljuk. A leszűrt főzőléhez hozzáadjuk a darált diót, és besűrítjük. A diós mártást a csirkehúsra öntjük. A pirospaprikát és a borsot elkeverjük a forró olajban, és a mártással meglocsolt csirkehúsra öntjük. Párolt rizsel körítve tálaljuk.

Sült csirke zöldségraguval

Elkészítési idő: 60 per

Hozzávalók 6 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 12 dkg vaj
- 50 dkg paradicsom • 20 dkg krumpli
- 1–1 mokkáskanál őrölt fahéj és fehér bors
- 10-10 dkg gomba, sárgarépa és tök • só.

A megtisztított csirke törzsén csak a combokat hagyjuk meg. A csirkét forró vajban barnára pirítjuk, majd kiveszszük, és egy fazékba tesszük. A visszamaradt vajban aranybarnára pirítjuk a meghámozott, kis kockákra vágott krumplit, és a megtisztított, szintén kis kockákra vágott gombát és zöldségeket, majd a csirkéhez tesszük. Sózzuk, fűszerezzük, hozzáadjuk a feldarabolt paradicsomot, felöntjük 1 l forró vízzel, és felforraljuk. Azután a tüzet mérsékeljük, és fedő alatt az egészet puhára pároljuk. A tálalóedény közepére halmozzuk a gombás zöldségeket, köré rakjuk a felszeletelt csirkehúst, és az egészet meglocsoljuk a főzőlével.

Csirkemáj narancsmártással

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg csirkemáj • 4 dkg vaj
- 3 dkg liszt • 2 narancs • 1 kiskanál bors
- 1,5 dl húsleves (kockából)
- 1 narancs kifacsart leve.

A májakat bedörzsöljük a borssal, és forró vajban mindkét oldalukon kisütjük (3-3 perc). Azután kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsiradékhoz hozzáadjuk a húslevest, összeforraljuk, majd leszűrjük. A forró szűrlethez adjuk a narancslét, és melegen tartjuk. A narancsokat meghámozzuk, és a szétszedett gerezdeket, meg az igen vékony csíkokra vágott héjat beletesszük a mártásba. Tálaláskor egy előmelegített tál közepére rakjuk a májdarabokat, körbe rakjuk a narancsgerezdekkel, és az egészet bőven meglocsoljuk a mártással.

Töltött pulykasült

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 bébipulyka • 25 dkg sovány marhahús-vagdalék
- 15 dkg rizs • 12 dkg hámozott mandula • 25 dkg vaj
- 6 dkg dióbél • 2 dkg liszt • 1 kiskanál pirospaprika
- 1 mokkáskanál őrölt fahéj • késhegynyi sáfrány
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors • só.

Először elkészítjük a tölteléket: a kiválogatott, megmosott rizst fél óráig meleg vízben áztatjuk. Egy nagyobb serpenyőben felhevítünk 10 dkg vajat, beletesszük a felaprított mandulát, majd pár másodperc múlva az aprított dióbelet. Hozzáadjuk a húst, és 5 percig pirítjuk. Azután hozzákeverjük a beáztatott, lecsöpögtetett rizst, megsózzuk, ízesítjük a borssal és a pirospaprikával. Felengedjük 2 dl vízzel, erős tűzön 3 percig forraljuk, majd lassú tűzön puhára pároljuk. A kihűlt töltelékkel megtöltjük a megtisztított pulykát, és összetűzzük. Egy nagy lábosban felhevítjük a maradék vajat, és erős tűzön minden oldalán megpirítjuk a pulykát. Felöntjük 4 dl vízzel, és lassú tűzön puhára pároljuk. Azután kivesszük az edényből, és melegen tartjuk. A főzőlé egy kisebb részét elhabarjuk a liszttel, és barna rántást készítünk. Felereszt jük a főzőlé többi részével, és besűrítjük. Tálaláskor a pulykát egészben, a mártással leöntve adjuk az asztalra.

Boros libapecsenye

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 6 személyre:

- egy 2,5–3 kg-os liba • 5 dkg gomba • 5 dl fehérbor
- 8 dkg vaj • 1 szál sárgarépa • 1 fej vöröshagyma
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors
- 1 mokkáskanál cayenne-i bors • 2 evőkanál liszt • só.

A megtisztított libát fej, nyak és belsőségek nélkül, a forró vajban körbepirítjuk, majd egy fazékba tesszük. A megtisztított, hosszúkás szeletekre vágott gombát és a megtisztított, karikákra szelt répát és hagymát enyhén megpirítjuk a visszamaradt vajon. Amikor barnulni kezd, megszórjuk a liszttel, leöntjük a felesleges vajat, majd hozzáadjuk bort. Sózzuk, ízesítjük a fűszerekkel, és felöntjük 3 dl vízzel. Felforraljuk, és ráöntjük a megpirított libára. Először erős lángon, majd lassú tűzön pároljuk. Amikor a liba már puha, kivesszük, és melegen tartjuk. A levet leszűrjük, a zöldségeket áttörjük, és a lével összeforraljuk. Az így nyert mártást ráöntjük a felszeletelt libára, forró sütőbe toljuk, és 10–15 percig sütjük. Forrón tálaljuk, köretnek burgonya-, borsó- vagy lencsepürét adhatunk hozzá.

Kacsapecsenye narancsmártással

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 pecsenyekacsa • 13 dkg vaj • 5 dkg gomba
- 1,5 dl narancslé • 2 evőkanál liszt
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors • 2 kiskanál só.

A forró vajban lassan körbepirítjuk a kacsát, majd kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt vajban barnára pirítjuk a megtisztított, hosszúkás szeletekre vágott gombát. Amikor fonnyadni kezd, megszórjuk a liszttel, és egy percig keverjük. Azután felöntjük 3 dl vízzel, sózzuk, borsozzuk, majd az egészet ráöntjük a kacsára. Fedő alatt, erős tűzön főzzük 5 percig, majd kivesszük a kacsát. A levét átszűrjük, és ráöntjük a kacsára. Forró sütőbe toljuk, és lassú tűznél puhára sütjük.

Fürjpecsenye piláfval

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 8 személyre:

- 8 konyhakész fürj • 15 dkg szalonna
- 8 dkg margarin
- 1 mokkáskanál őrölt fehér bors • só.

A piláfhoz: 20 dkg rizs • 25 dkg paradicsom

- 8 dl húsleves (kockából) • 0,5 dl olívaolaj
- 4 dkg reszelt parmezán sajt • 1 fej vöröshagyma
- 1 fej fokhagyma • 1 csokor petrezselyemzöldje
- 1 mokkáskanál sáfránypor • 1–2 evőkanál só.

A megtisztított fokhagymát és vöröshagymát apró kockákra vágjuk, és a forró olívaolajon üvegesre pároljuk. Hozzáadjuk a rizst, és azt is üvegesre pároljuk. Megsózzuk, hozzáadjuk a sáfrányt, felöntjük a forró húslevessel, és lassú tűzön főzzük. A paradicsomot leforrázzuk, meghámozzuk, és áttörjük. Összekeverjük a reszelt sajttal, és hozzáadjuk a rizshez. Addig pároljuk, míg a rizs puha lesz.

Közben a fürjeket kívül-belül bedörzsöljük sóval és fehér borssal, majd a vékonyra vágott szalonnaszeletekkel begöngyöljük, és sütőfonállal körülkötjük. A forró margarinban, ide-oda forgatva, mintegy 8 percig pirítjuk a fürjeket, majd fedő alatt, lassú tűzön készre sütjük.

A rizst előmelegített tálra halmozzuk, és a tetejére rakjuk a sült fürjeket. Finomra vágott petrezselyemzölddel díszítve, forrón tálaljuk.

Fogolypecsenye

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 2 fogolymadár • 8 szelet kenyér • 5 dkg vaj
- 3 dl fehérbor • 6 dkg gomba • 1 szál sárgarépa
- 1 szál póréhagyma • 2 evőkanál liszt
- 1 kiskanál őrölt fehér bors • só.

A megtisztított madarak szárnyait eltávolítjuk, a fejet és a nyakat levágjuk, majd hideg vízben kívül-belül megmossuk. Azután serpenyőben, a forró vajon barnára pirítjuk, majd fazékba tesszük. A visszamaradt vajon megpirítjuk a megtisztított, vékonyra szelt gombát, a karikára vágott répát és hagymát, és a félretett nyakat. Amikor a zöldségek kezdenek barnulni, megszórjuk a liszttel. Leöntjük a vajat róla, majd sózzuk, borsozzuk, ráöntjük a bort és 3 dl forró vizet. Összeforraljuk, és ráöntjük a szárnyasokra. Erős tűzön forrásig hevítjük, majd mérsékeljük a lángot, és puhára pároljuk a húst. Azután a foglyokat kivesszük, és melegen tartjuk. A fazékban maradt zöldségeket a saját levükbe áttörjük, majd pár percig forraljuk. Akkor leszűrjük, és újra felforraljuk. Az így nyert mártást félretesszük, és melegen tartjuk. A madarakat négyfelé vágjuk, és vajjal megkent pirítóskenyér-szeletekre helyezzük. A húst és a kenyeret is bőven meglocsoljuk a mártással, és 10 percre forró sütőbe toljuk. Forrón tálaljuk. Bármilyen sült húshoz való köretet adhatunk hozzá.

Boros galambsült

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 galamb • 10 dkg vaj • 5 dkg gomba
- 2,5 dl száraz fehérbor • 1 szál sárgarépa
- 1 szál póréhagyma • 2 evőkanál liszt • só.

A megtisztított galamb törzsén csak a combokat hagyjuk rajta. Kívül-belül hideg vízzel jól megmossuk, majd a serpenyőben, a forró vajon barnára pirítjuk. Azután kivesszük, és egy fazékba tesszük a galambokat. A visszamaradt vajon megpirítjuk a megtisztított, csíkokra vágott gombát, meg a karikára szelt répát és hagymát. Megszórjuk a liszttel, a vajat leöntjük róla, és a zöldséget megsózzuk. Aláöntjük a bort, és felengedjük 2,5 dl forró vízzel. Felforraljuk, ráöntjük a sült galambokra, erős tűzön felforraljuk, majd mérsékeljük a lángot, és lassú tűzön puhára pároljuk. Azután kivesszük a galambokat, és melegen tartjuk. A zöldségeket a saját levükbe áttörjük, felforraljuk, átszűrjük, majd összeforraljuk, és melegen tartjuk. A galambok mellcsontját kifejtjük, és a törzseket hosszában kettévágjuk. Tűzálló tálra tesszük, ráöntjük a mártást, és 10 percre forró sütőbe toljuk. Vajjal megkent pirítóssal tálaljuk.

Sült galamb szíriai módon

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 galamb • 25 dkg rizs • 10 dkg vaj • 8 dkg gomba
- 1 evőkanál köménymag • 1 mokkáskanál őrölt fehér bors
- 1 evőkanál csípős pirospaprika • késhegynyi őrölt fahéj • só.

A galambokat megtisztítjuk, a fejet, nyakat, lábszárakat eltávolítjuk. A madarakat kívül-belül hideg vízzel jól megmossuk, a szárnyakat behajtjuk. Felhevítjük a vajat, a madarakat barnára pirítjuk benne, majd áttesszük egy fazékba. A visszamaradt vajon megpirítjuk a felszeletelt gombát, majd hozzáadjuk a galambpecsenyéhez, és felöntjük 1 l forró vízzel. Megsózzuk, ízesítjük a fűszerekkel, és fedő alatt, lassú tűzön az egészet puhára pároljuk. Azután a húst és a gombát kivesszük, és melegen tartjuk. A levet leszűrjük, és puhára pároljuk benne a rizst. A galambokat a gombával és a rizzsel körítve, forrón tálaljuk.

Finom lúdgégeleve

Elkészítési idő: 4 ór

Hozzávalók 6–8 személyre:

- egy 3 kg-os liba • 20 dkg lúdgégetészta
- 2 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa • 15 dkg zeller
- 10 dkg karalábé
- 10 dkg kelkáposzta • 10 dkg karfiol
- 10 dkg csiperkegomba
- 10 dkg zöldborsó
- 1 nagy fej vöröshagyma • 2 cikk fokhagyma
- 1 csokor metélőhagyma • 1 paradicsom
- 1 zöldpaprika • egész bors • sáfrány • só.

A megtisztított libát nyolc részre vágjuk, és hideg vízben feltesszük főni. Ha felforrt, a habját leszedjük, majd hozzáadjuk a fűszereket. Amikor a hús már félig puha, zöldségeket és a paprikát, paradicsomot. Lassú tűzön, legalább 3 órán át főzzük. Végül belefőzzük a gégetésztát. Tálalás előtt a húst lefejtjük a csontokról, a zöldségeket pedig felszeleteljük. Forrón adjuk asztalra, a leves tetejét megszórjuk az apróra vágott metélőhagymával.

Boros kacsasült

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 pecsenyekacsa • 15 dkg vaj
- 5 dl húsleves • 3 dl fehérbor
- 1 mokkáskanál fehér bors
- 1 evőkanál só.

A megtisztított, besózott kacsát a forró vajban körbepirítjuk, majd meglocsoljuk a borral, és ráöntjük a forró húslevest. Forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél, időnként saját levével meglocsolva, puhára pároljuk, illetve sütjük. A felszeletelt kacsahúst a pecsenyelével leöntve tálaljuk. Köretként burgonyát, gombás rizst vagy rizibizit adhatunk hozzá.

Tarhonyás kacsa

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 pecsenyekacsa
- 25 dkg házi tarhonya
- 3 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma
- 1 zöldpaprika
- 1 paradicsom • fél csokor petrezselyemzöldje
- 10 dkg zsír • pirospaprika • só.

A megtisztított kacsát nyolc részre vágjuk, majd hideg vízben alaposan megmossuk. Egy nagy lábasban felhevítjük a zsír kétharmadát, és aranyszínűre pirítjuk rajta a megtisztított, finomra vágott vöröshagymát. Hozzáadjuk a szétzúzott fokhagymát, megszórjuk pirospaprikával, két evőkanál vizet öntünk hozzá, majd zsírjára visszapirítjuk. Azután rátesszük a feldarabolt kacsát, megsózzuk, és erős tűzön, gyakran megforgatva pár percig pörköljük, majd másfél dl vizet öntünk hozzá, és fedő alatt, időnként megforgatva pároljuk. Egy másik lábosban, a maradék zsíron megpirítjuk a tarhonyát, és forró, sós vízzel felengedve, félig megpároljuk. Amikor a kacsa kezd puhulni, hozzáadjuk a tarhonyát, a kicsumázott, feldarabolt zöldpaprikát és a félbevágott paradicsomot, és az edényt lefedve, forró sütőbe toljuk. Közepes tűznél az egészet készre pároljuk. Forrón, finomra vágott petrezselyemzölddel meghintve tálaljuk.

Csekonits-saláta

Elkészítési idő: 45 perc + hűtés

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg főtt jércemellfilé
- 15 dkg rákhús
- 5 paradicsom • almaecet
- 30 dkg spárga • só • porcukor
- 5 evőkanál majonéz
- 1 dl tejszín • fél mokkáskanál Worcester-szósz
- 2 fej saláta • morzsolt szurokfű • köménymag
- 1 citrom • fél csokor petrezselyemzöldje
- 2 kemény tojás • fél csokor tárkony • cayenne-i bors.

A rákhúst zöldpetrezselyemmel és köménymaggal ízesített, sós vízben megfőzzük, majd lehűtjük. A spárgát enyhén sós vízben megfőzzük. A jércemellfilé felét vékony csíkokra, a paradicsomokat cikkekre vágjuk. A salátát megmossuk, néhány szép levelet félreteszünk, a többit tenyérnyi darabokra tépkedjük. A majonézt finomra vágott tárkonylevéllel és petrezselyemzölddel, cayenne-i borssal, citrommal, almaecettel és szurokfűvel ízesítjük. A rákhúsból pár darabot félreteszünk, a többit a salátához tesszük. Hozzáadjuk a csíkokra vágott jércemellet, a kihűlt, főtt spárga felét és a cikkekre vágott paradicsomot. Összekeverjük az ízesített majonézzel, majd kevergetve hozzáadjuk a felvert tejszínhabot. Ízesítjük cukorral, citromlével és Worcester-szósszal, majd egy-két órára a hűtőbe tesszük. A jól behűtött salátát üvegtálon tálaljuk: a tál aljára helyezzük a salátaleveleket, ráhalmozzuk a hideg salátát, arra rakjuk a félretett rákhúst, a maradék főtt spárgát, és a megmaradt, vékony szeletekre vágott jércemellet, végül a cikkekre vágott főtt tojásokat, és megszórjuk vágott petrezselyemzölddel.

Libamájpürével töltött sonka

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 50 dkg főtt füstölt sonka • 40 dkg sült libamáj
- 30 dkg franciasaláta • 15 dkg aszpik • 1 szál póréhagyma
- 5 dkg vaj • 1 fej saláta • 2 kemény tojás • 1 zöldpaprika
- 1 kemény paradicsom • 1 dl konyak • őrölt bors • só.

A sonkát éles késsel nagyon vékony szeletekre vágjuk, egy nagyobb tálcára rakjuk, és a hűtőbe tesszük. A sült libamájat a vajjal áttörjük, majd sózzuk, borsozzuk, és simára keverjük a konyakkal. A hideg sonkaszeleteket megkenjük libamájpürével, feltekerjük, és a tekercsek két végére nyomózsákból, csillagcsővel kis halmokat nyomunk. Egy lapos üvegtálra helyezzük a megmosott salátaleveleket, ráterítjük a franciasalátát, egymás mellé rárakjuk a sonkatekercseket, s azokat olvasztott, majd lehűtött aszpikkal fényezzük. Tojáskarikákkal, karikákra vágott póréhagymával, zöldpaprikával és paradicsommal díszítve tálaljuk.

Fokhagymás csirkesaláta

Elkészítési idő: 5 perc + hűtés

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg maradék csirkesült • 2 dl joghurt
- 4 cikk fokhagyma • 2 evőkanál olívaolaj
- 1 citrom leve • őrölt bors • só.

A maradék, kicsontozott sült csirke húsát vékony csíkokra vágjuk. A fokhagymát sóval szétnyomkodjuk, és összekeverjük az olívaolajjal elkevert joghurttal. Sózzuk, borsozzuk, és jól behűtjük. Pirítós kenyérre kenve, forró citromos teával kínáljuk.

Libamáj-rizott

Elkészítési idő: 50 pe

Hozzávalók 6 személyre:

- 50 dkg libamáj • 25 dkg csiperke • 30 dkg rizs
- 25 dkg zöldborsó • 1 fej vöröshagyma • 10 dkg libazsi
- 5 dkg vaj • fél csokor petrezselyemzöldje
- 10 dkg trappista sajt • szurokfű • só
- 2 dl pecsenyelé • őrölt fehér bors • majoránna.

A libamájat hideg vízben megmossuk, tiszta kendővel szára ra töröljük, és 1 centis kockákra vágjuk. A megtisztított gom bát apróra vágjuk. A kiválogatott, megmosott rizst enyhé sós vízben puhára főzzük, a zöldborsót vajon megpároljuk Egy nagyobb serpenyőben felhevítjük a libazsírt, és aranyszi nűre pirítjuk benne a megtisztított, finomra vágott hagymát Hozzáadjuk a libamájat és a gombát, és erős tűzön megpirí juk. Azután hozzáadjuk a rizst és a vajon párolt borsót. Sóz zuk, borsozzuk, ízesítjük majoránnával és szurokfűvel, maj megszórjuk a finomra vágott petrezselyem felével. Végül rá hintjük a lereszelt sajt felét, és erős tűzön jól összekeverjük Hat egyforma leveses csészét vajjal kikenünk, beletesszük a kész rizottót, és egy tűzálló tálra borítjuk. A csésze formájú halmok tetejét megszórjuk a maradék sajttal és petrezse lyemmel. Végül körülöntjük a forró pecsenyelével.

Petrezselymes rántott csirke uborkasalátával

Elkészítési idő: 45 per

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 40 dkg uborka • 2 dl tejföl
- 4 csokor petrezselyemzöldje • a sütéshez olaj
- 2 evőkanál ecet • őrölt bors • pirospaprika • só.

A panírozáshoz: liszt • tojás • zsemlemorzsa.

A megtisztított, megmosott csirke lábszárait, szárnyvégeit, zúzá ját és nyakát eltávolítjuk (ezeket levesbe felhasználhatjuk), majd a csirkét négybe vágjuk, és besózzuk. A májat a szárnyak alá dug juk. Az így előkészített csirkét a szokásos módon liszttel, felvert to jással és zsemlemorzsával bepanírozzuk. Egy lábosban, bő, forró olajban szép barnára sütjük a bepanírozott csirkedarabokat, majd szalvétával bélelt tűzálló tálba szedjük, és lefedjük. Mialatt a csirke sül, elkészítjük az uborkasalátát: a megmosott uborkákat héjastól vékonyra szeljük (ha keserű volna a héja, akkor meghámozva), ráöntjük az ecetet, sózzuk, borsozzuk, és összekeverjük a jól behűtött tejföllel. A petrezselymet megmossuk, lecsöpögtet juk, majd leveleire tépkedjük. Kevés liszttel megszórjuk, és a forró olajban ropogósra sütjük. Szűrőkanállal kivesszük, és az olajtól lecsöpögtetjük. A rántott csirkét melegen, a sült petrezselyemmel körítve tálaljuk, az uborkasalátát külön csészékben, borssal és pirospaprikával meghintve kínáljuk hozzá.

Csirkemáj fokhagymás mártásban

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemáj • 10 dkg tyúk- vagy libazsír
- 2 dkg vaj • 2 cikk fokhagyma • 1 evőkanál liszt
- szerecsendió • tej • só.

A megmosott, leszárított májakat kisütjük a forró zsírban. Közben a vajjal és a liszttel világos rántást készítünk. Hozzáadjuk a sóval szétnyomkodott fokhagymát, csipetnyi szerecsendióval ízesítjük, majd felengedjük annyi tejjel, hogy mártás sűrűségű legyen. A kisült májakat összeforraljuk a mártással, és azon melegében tálaljuk. Sós burgonyát adhatunk hozzá köretnek.

Vörösboros kacsasült fordított burgonyával

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 pecsenyekacsa • 1 kg burgonya • 1 szál fehérrépa
- 1 dl testes • száraz vörösbor • 2 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 jonatánalma
- 1 szál sárgarépa • bazsalikom • őrölt bors • só
- 1 csokor petrezselyemzöldje • szurokfű • majoránna

Mialatt a kacsa sül, elkészítjük a fordított burgonyát: a krumpli héjában megfőzzük, majd megtisztítjuk, lereszeljük, és forró hagymás zsíron kissé megpirítjuk. Sózzuk, borsozzuk, megszórjuk finomra vágott petrezselyemzölddel, majd mindkét oldalát pirosra sütjük.
Tálaláskor a kacsát meglocsoljuk a saját levével.

Sült liba aszalt szilvával

Elkészítési idő: 3 óra, 20 perc

Hozzávalók 10 személyre:

- 1 hízott liba (kb. 5 kg-os) • 1 kg aszalt szilva
- 2 dl száraz • testes vörösbor • 1 birsalma
- 1-1 szál sárga- és fehérrépa • 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • majoránna • bazsalikom • szurokfű
- egy 2–3 cm-es egész fahéj • pár szem szegfűszeg
- 1 citrom • porcukor • őrölt bors • só.

A megtisztított, megmosott libát kívül-belül alaposan besózzuk, belsejét szurokfűvel, majoránnával, bazsalikommal és őrölt borssal fűszerezzük. Beletesszük a megtisztított, feldarabolt vöröshagymát, a fokhagymagerezdet és a feldarabolt birsalmát. Az így előkészített kacsát egy mély tepsibe tesszük, mellérakjuk a megtisztított, szeletekre vágott répákat, kevés vizet öntünk alá, és forró sütőbe toljuk. Pár percig erős tűznél sütjük, majd a lángot mérsékeljük, és a levével gyakran meglocsolva, 3 órán át sütjük. Ha közben a leve elsül, kevés vízzel pótoljuk.

A sütés vége felé a megmosott aszalt szilvát egy lábosba tesszük, és kevés cukorral, citrommal, szegfűszeggel és a fahéjjal a vörösborban puhára pároljuk.

A készre sült libát feldaraboljuk, a szaftjával meglocsoljuk, és a borban párolt aszalt szilvával, melegen tálaljuk.

Libamájjal töltött pulykamell

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 8 személyre:

- 2 kg pulykamell • 30 dkg libamáj • 15 dkg zsír
- 8 dkg vaj • 5 dkg liszt • 4 dl tejföl • 2 dl tejszín
- 2 fej vöröshagyma • 1 zöldpaprika • 1 paradicsom
- 1 csokor kapor • pirospaprika • só.

A lebőrözött, kicsontozott pulykamellet éles, hegyes késsel felszúrjuk. A libamájat felszeleteljük, sózzuk, borsozzuk, lisztbe forgatjuk, majd forró vajban kisütjük. A sült libamájat a felszúrt pulykamellbe töltjük, a nyílást összetűzzük. Megsózzuk, lisztben megforgatjuk, és forró zsíron, minden oldalán elősütjük. Egy nagyobb lábosban zsíron megpirítjuk a megtisztított, finomra vágott hagymát, megszórjuk pirospaprikával, kevés vizet adunk hozzá, majd beletesszük az elősütött pulykamelleket. Hozzáadjuk a feldarabolt zöldpaprikát és paradicsomot, megsózzuk, és fedő alatt készre pároljuk. Azután a pulykamelleket kivesszük, és melegen tartjuk. A szaftot besűrítjük a tejföllel, a tejszínnel és a liszttel, jól összeforraljuk, majd szitán áttörjük. A mártáshoz adjuk a vajon megpirított, finomra vágott kaprot, és a mártást a felszeletelt pulykamellre öntjük.

Bácskai csirkemáj

Elkészítési idő: 50 per

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg csirkemáj • 2 fej vöröshagyma • 2 zöldpaprika
- 2–3 evőkanál zsír • pirospaprika
- 1 paradicsom • majoránna • őrölt bors • só.

A májakat hideg vízben megmossuk, és nagyobb darabok-ra vágjuk. Egy lábosban felhevítjük a zsírt, aranysárgára pi-rítjuk rajta a megtisztított, finomra vágott hagymát, majd hozzáadjuk a kicsumázott, szeletekre vágott zöldpaprikát és a karikákra vágott paradicsomot. Pár percig együtt pi-rítjuk, majd hozzáadjuk a májat. Sózzuk, borsozzuk, majo-ránnával ízesítjük, és megszórjuk pirospaprikával. Kevés vi-zet öntünk alá, és készre sütjük. Forrón tálaljuk, köretnek petrezselymes (új)burgonyát vagy párolt rizst adhatunk hozzá.

Tűzdelt fácán almapürével

Elkészítési idő: 80 per

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 fácán • 30 dkg almapüré • 30 dkg áfonya • 15 dkg zs
- 5 dkg füstölt szalonna • 4 nagy körte • 2 dl csontlé
- 2 dl fehérbor • 2 dl vörösbor • 1 fej vöröshagyma
- 1 szál sárgarépa • kakukkfű • majoránna • őrölt bor
- 1 szál fehérrépa • fél csokor petrezselyemzöldje • só

A gondosan megtisztított fácánt kívül-belül hideg vízz megmossuk, a mellét szalonnacsíkokkal megtűzdeljük Kívül-belül jól megsózzuk, és a belsejébe kakukkfüve majoránnát, őrölt borsot, petrezselymet, és egy fél fe megtisztított hagymát teszünk. Egy mély serpenyőbe felhevítjük a zsírt, jól körbesütjük az előkészített fácánt, azután kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsí-ron megpirítjuk a maradék hagymát, és a karikákra vá-gott gyökereket. Az egészet egy tepsi aljában szétterítjük, és rátesszük az elősütött fácánt. Aláöntjük a bort, a tep-sit forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél, a levével gyak-ran locsolgatva, puhára és ropogós pirosra sütjük. Sütés közben az elfőtt levet kevés csontlével pótoljuk. Amíg a fácán sül, a körtéket kivájjuk, megtöltjük az áfonyával, és a vörös borban puhára pároljuk. Amikor a fácán megsült, a zöldségágyról levesszük, a visszamaradt zöldséget csontlével beforraljuk, majd áttörjük. A fácánt melegen, a zöldséges mártással leöntve, almapürével és az áfonyá-val töltött körtével együtt tálaljuk.

Csirke paprikamártásban

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 kg darabolt csirkehús • 1 fej vöröshagyma
- 2 piros és 2 sárga kaliforniai paprika • 2 zöldalma
- 30 dkg paradicsom • 2 cikk fokhagyma
- 1 kiskanál őrölt oregánó • 1 mokkáskanál chilipor
- 2 evőkanál olívaolaj • só.

A piros húsú paprikát félbevágjuk, kimagozzuk, olajjal beken-jük, és forró sütőbe tesszük. Addig sütjük, míg a héja megfe-ketedik és felhólyagzik. Azután kivesszük, nedves kendővel le-takarjuk, és kihűtjük. Lehúzzuk a héját, a húsát turmixoljuk, majd félretesszük. Egy serpenyőben felhevítjük az olajat, és adagonként átsütjük rajta a csirkehúst. Azután kivesszük, és lecsöpögtetjük. A serpenyőben lassan megpároljuk a zúzott fokhagymát, és a lereszelt almát az oregánóval. Hozzáadjuk az áttört paradicsomot, a paprikapürét, a szeletekre vágott sárga paprikát, és kevergetve 2 percig pároljuk.

Csirke tárkonyos mártásban

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 2 dl tejföl • 1 dl olaj
- 1 dl húsleves • 1 evőkanál liszt • 1 citrom leve
- 1 csokor friss tárkony • őrölt bors • só.

A megtisztított, feldarabolt csirkét sózzuk, borsozzuk, majd a forró zsíron körbepirítjuk. Hozzáöntjük a húslevest, és fedő alatt, lassú tűzön pároljuk. Mielőtt egészen megpuhulna, finomra vágott tárkonyt szórunk rá. Végül összekeverjük a tejfölt és a lisztet, és behabarjuk a csirke szaftját. Forrón tálaljuk.

Soproni töltött vadkacsa

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 vadkacsa • 20 dkg sertéscomb
- 10 dkg füstölt szalonna • 15 dkg zsír
- 10 dkg hámozott mandula • 2 dl barna mártás
- 2 kis fej vöröshagyma • 2 evőkanál sűrített paradicsom
- 1 szál sárgarépa • 1 szál fehérrépa • 1 tojás
- 1 dl vörösbor • 1 dl tej • fél csokor petrezselyemzöldje
- 1 zsemle • kakukkfű • majoránna • őrölt bors • só.

A megtisztított vadkacsát kívül-belül hideg vízzel jól megmossuk, majd a mellét éles késsel felvágjuk, és a mellcsontot eltávolítjuk. A sertéshúst kétszer ledaráljuk, majd összedolgozzuk a tejben megáztatott és kifacsart zsemlével. A kis kockákra vágott szalonna zsírját kisütjük, és a sült szalonnát a húsmasszához adjuk. A szalonnazsíron aranysárgára pirítjuk az egyik fej megtisztított, finomra vágott hagymát, és azt is a húsmasszához adjuk. Sózzuk, borsozzuk, kakukkfűvel, majoránnával ízesítjük, hozzáadjuk a felvert tojást, és az egészet jól összedolgozzuk. Végül belekeverjük az apróra összevágott mandulát is. Az előkészített vadkacsát kívül-belül sózzuk, borsozzuk, majd a hasüregébe töltjük a masszát, és a nyílást bevarrjuk.

A megtöltött vadkacsát a felhevített zsíron jól körbesütjük, majd kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsíron megpirítjuk a másik, megtisztított és apróra vágott hagymát, a szintén megtisztított, karikára vágott répákat és a finomra vágott petrezselymet a sűrített paradicsommal együtt. Sózzuk, borsozzuk, kakukkfűvel ízesítjük, elkeverjük, majd átrakjuk egy tepsibe. Rátesszük az elősütött vadkacsát, aláöntjük a bort, és a tepsit forró sütőbe toljuk. Közepes tűznél, a levével gyakran meglocsolva pároljuk-sütjük. Amikor kész, a kacsát kivesszük, a zöldséges léhez hozzáadjuk a barna mártást, beforraljuk, majd sűrű szitán áttörjük.

A töltött vadkacsát felszeletelve, a forró mártással leöntve tálaljuk. Köretnek frissen készített burgonyakrokettet, párolt rizst és sült gesztenyét adunk mellé.

Sült fácán rántott ananásszal

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 8 személyre:

- 2 fácán • 60 dkg konzerv ananász (körszelet)
- 5 dkg füstölt szalonna • 1 fej vöröshagyma
- 2 dl olaj • liszt • tojás • zsemlemorzsa • só.

A megtisztított fácánokat megtűzdeljük a vékony csíkokra vágott szalonnával, és besózzuk. Forró olajon minden oldalról megpirítjuk a tűzdelt fácánokat, majd hozzáadjuk a megtisztított, apróra vágott hagymát, aláöntünk 1 dl ananászlét, és fedő alatt, lassú tűzön puhára pároljuk. Az ananászkarikákat jól lecsöpögtetjük, szalvétán leszárítjuk, majd lisztbe, tojásba és zsemlemorzsába forgatjuk, és forró olajban megsütjük. A fácánsültet előmelegített tálra tesszük, és körülrakjuk a rántott ananászkarikákkal.

Pácolt csirke diómártással

Elkészítési idő: 40 perc + pácolás

Hozzávalók 8 személyre:

- 2,5 kg csirkefilé • fél mokkáskanál őrölt köménymag
- 2 citrom leve és reszelt héja
- 1 evőkanál aprított kakukkfű
- 1 evőkanál aprított oregánó
- 1 mokkáskanál cukor • őrölt bors • só.

A mártáshoz: 10 dkg darált dió

- 15 dkg kenyérbél
- 2 evőkanál borecet • 0,5 dl olívaolaj
- 2 cikk fokhagyma.

A fűszereket elkeverjük a citromlével, a sóval, a cukorral és a citromhéjjal, és bepácoljuk vele a csirkehúst. Lefedve, egy éjszakán át a hűtőben érlejük. Másnap a pácolt húst grillrácsra tesszük, és szép pirosra sütjük, közben olajjal locsolgatjuk. Előmelegített tálra tesszük, és a mártással leöntve tálaljuk.
A mártás elkészítése: a megtisztított, feldarabolt hagymát, a fokhagymát, a beáztatott, majd kinyomkodott kenyeret és az ecetet turmixgépbe tesszük. Összeturmixoljuk, majd vékony sugárban hozzáadjuk az olajat, és lassú fordulaton 1 percig keverjük.

Barackos csirkemell

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 nagy csirkemell • 50 dkg kajszibarack • 5 dkg vaj
- 2 dl húsleves • 1 evőkanál liszt • cukor • só.

A kifilézett csirkemellet apró darabokra vágjuk, megsózzuk, vajon megpároljuk, majd pirosra sütjük. A lisztből vajjal világos rántást készítünk, hozzáadjuk a csirkemellhez, és egy kevés cukorral megbarnítjuk. Felöntjük a húslevessel, és 10 percig lassú tűzön forraljuk. A meghámozott barackokat félbevágjuk, kimagozzuk, és a csirkemellhez adjuk. Lassú tűzön felforraljuk. Forrón tálaljuk, párolt rizst adunk hozzá köretnek.

Részeges csirke sajtmártással

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke
- 10 dkg füstölt sajt
- 2 dl húsleves (lehet kockából)
- 2 evőkanál tejföl
- 1 tojássárgája
- 2 evőkanál liszt • szerecsendió
- 15 dkg vaj • kakukkfű • őrölt bors • só.

A megtisztított csirkét feldaraboljuk, és 8–10 dkg vajon aranyszínűre sütjük. Azután behintjük a fele liszttel, és többször átforgatva, még 1–2 percig sütjük, majd hozzáadjuk a bort és a húslevest. Sózzuk, fűszerezzük borssal és kakukkfűvel, majd közepes tűzön 1 óra hosszat pároljuk. A megpuhult húsdarabokat tűzálló tálba tesszük, és lefedve melegen tartjuk. A maradék vajat és lisztet összedolgozzuk, hozzáadunk 3 evőkanálnyit a hús szaftjából, simára kikeverjük, majd összekeverjük a többi szafttal. Erős tűzön, állandó keverés közben sűrűre főzzük, majd hozzáadjuk a lereszelt sajt kétharmadát, a reszelt szerecsendiót, és még 1 percig kevergetjük a tűzön, de a lángot kisebbre vesszük. A tűzről levéve, kis adagokban hozzáadjuk a tejföllel felvert tojássárgáját. A kész mártást a húsra öntjük, és rászórjuk a maradék reszelt sajtot. Forró sütőbe toljuk, és ropogós pirosra sütjük (ügyeljünk rá, hogy a sajt meg ne égjen). Forrón tálaljuk.

Sült csirkecomb talján módra

Elkészítési idő: 65 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 8 kisebb csirkecomb • 20 dkg spagetti
- 15 dkg füstölt hús • 10 dkg reszelt sajt
- 1 tubus spagettikrém • 1 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • őrölt babérlevél
- 3 evőkanál olívaolaj • rozmaring
- 0,5 dl vörösbor • só • majoránna.

A csirkecombok egyik oldalát spegettikrémmel, a másikat sóval bedörzsöljük, és kiolajozott tűzálló tálban, alufólia alatt, sütőben szép pirosra sütjük. Közben forró, sós vízben puhára főzzük a tésztát. A megtisztított, apróra vágott vöröshagymát 2 evőkanál olajon megfonnyasztjuk, majd hozzáadjuk a kis kockákra vágott füstölt húst, és együtt pirítjuk. Hozzáadjuk a maradék spagettikrémet, a zúzott fokhagymát, sózzuk, ízesítjük a fűszerekkel, majd ráöntjük a bort, és pár percig forraljuk. A kész mártást a kifőtt, lecsöpögtetett, és kevés olajjal elkevert tésztára öntjük, és rárakjuk a sült csirkecombokat. A reszelt sajtot külön kis csészékben kínáljuk hozzá.

Normann csirke

Elkészítési idő: 65 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 3 fej vöröshagyma • 3 sárgarépa
- 2 szál póréhagyma • fél zellergumó • 1 zöldpaprika
- 3 dl almabor • 2 evőkanál olaj • őrölt bors • só.

A megtisztított csirkét sóval, borssal bedörzsöljük, majd forró olajon megpirítjuk. Tűzálló tálba tesszük, rárakjuk a megtisztított, feldarabolt zöldségeket, a cikkekre vágott hagymát és a karikára szelt póréhagymát. Ráöntjük az almabort, forró sütőbe tesszük, és közepes tűznél, alufóliával letakarva, 45 percig pároljuk. Akkor levesszük a fóliát, a csirkére rakjuk a felszeletelt zöldpaprikát, és még 10 percig sütjük. Azután kivesszük a csirkét meg a paprikát, és a zöldséges mártást áttörjük. A csirkét előmelegített tálra tesszük, aláöntjük a mártást, és a tetejére rakjuk a sült paprikát. Melegen tálaljuk, köretnek burgonyapürét adhatunk hozzá.

Parajjal töltött pulykamell

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4, egyenként 20 dekás pulykamell-szelet
- 1 kg paraj • 5 dkg szalonna
- 4 szelet sonka
- 5 dkg vaj • őrölt bors • só.

A vaj felét felhevítjük, és a megtisztított, apróra vágott hagyma felét üvegesre pároljuk rajta. Azután hozzáadjuk a megtisztított, megmosott és lecsöpögtetett parajt, és fedő alatt, kis lángon 10 percig együtt pároljuk. Végül sózzuk, borsozzuk, és a levétől leszűrjük. A hússzeletekbe éles késsel „zsebet" vágunk, majd mindegyikbe 1 szelet sonkát és 2 evőkanál hagymás parajt teszünk. A nyílást összetűzzük. A visszamaradt zsiradékhoz hozzáadjuk a többi vajat, felhevítjük, és először erős tűzön, majd a lángot mérsékelve, a töltött szeletek mindkét oldalát pirosra sütjük rajta. Azután kivesszük a húst, sózzuk, borsozzuk, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsiradékon aranyszínűre pirítjuk a kis kockákra vágott szalonnát és a többi hagymát. A megmaradt parajt előmelegített tálra simítjuk, ízlésesen rárakjuk a töltött szeleteket, megszórjuk a szalonnás hagymával, és melegen tálaljuk. Burgonyapürét, vagy petrezselymes pirított burgonyát adunk hozzá köretnek.

Rokfortos májjal töltött csirke

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • a csirke mája • 7 dkg vaj
- 5 dkg rokfort sajt • 5 dkg mazsola • 2 szál sárgarépa
- 1,5 dl tej • 1,5 dl tejföl • 10 dkg zsemlemorzsa
- 1 tojás • 1 dl bor • 1 csokor petrezselyemzöldje • só.

A zsemlemorzsát kevés tejben megáztatjuk, hogy megpuhuljon, majd összedolgozzuk a megáztatott mazsolával, a rokforttal, a tojással, 2 evőkanál tejföllel, 2 dkg vajjal, és az elkapart májjal. Ha szükséges, kevés sóval ízesítjük. A megtisztított csirke belsejét megtöltjük a keverékkel, a nyílást összetűzzük, és a csirkét a maradék vajon jól átsütjük. Hozzáadjuk a megtisztított, karikára szelt sárgarépát, az összekötözött petrezselyemzöldjét, ráöntjük a bort, és az egészet puhára pároljuk. A kész csirkét felszeleteljük, a petrezselyemzöldjét kivesszük, és a levét a zöldséggel együtt áttörjük. A léhez adjuk a maradék tejfölt, és a mártást a csirkére öntjük.

Jávai fűszeres csirke

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1 kg-os csirke • 6 erős paprika • 3 dl kókusztej
- 1 fej vöröshagyma • 2 cikk fokhagyma • 2 kiskanál curry
- 1,5 kiskanál őrölt koriandermag
- 1 mokkáskanál kurkuma • 1 evőkanál darált mandula
- 1 evőkanál szójaszósz • fél citrom reszelt héja
- 1 evőkanál olívaolaj • 1 kiskanál cukor • só.

A megtisztított hagymát finomra vágjuk, a paprikát megmossuk, kicsumázzuk, és felaprítjuk, a fokhagymát szétnyomkodjuk, majd az egészet megpároljuk az olajon. Hozzáadjuk a darált mandulát, a koriandert, a kurkumát és a curryt, és megpirítjuk. Hozzáöntjük a kókusztejet, beleteszszük a megtisztított, feldarabolt csirkét, ízesítjük a cukorral, a szójaszósszal, a citromhéjjal és kevés sóval, majd addig főzzük, míg a csirke megpuhul, és a mártás besűrűsödik.

Forrón tálaljuk.

Juhsajtos, parajos pulyka

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 szelet pulykamell filé • 1 kis fej vöröshagyma
- 2,5 dl húsleves • 1,25 dl fehérbor • bors • olaj a sütéshez
- 1,25 dl pecsenyelé,(lehet kockából is) • 15 dkg juhsajt
- 50 dkg paraj • 3 gerezd fokhagyma
- 3 evőkanál vaj • só.

A hagymát és a fokhagymát finoman felaprítjuk, a juhsajtot apró kockákra vágjuk. A parajt megmossuk, ereit, szárát levágjuk, majd 2 evőkanál felhevített vajon megfonnyasztjuk. Fokhagymával, sóval, borssal ízesítjük, majd hagyjuk kihűlni. Az előkészített juhsajtot összekeverjük a hideg parajjal. A pulykaszeleteket mindkét oldalukon kiveregetjük, meghintjük sóval, borssal, és kakukkfűvel, elosztjuk rajtuk a fenti tölteléket, majd feltekerjük. Konyhai kötözővel rögzítjük, kívül is fűszerezzük, majd felhevített olajon körbesütjük. A maradék vajat beleteszszük a visszamaradt zsiradékba, megdinszteljük benne a hagymát, felöntjük levessel és borral, és összefőzzük. Beletesszük a tekercseket, és lefedve pároljuk, gyenge tűzön 15 percig. Kiemeljük a húst, leszedjük róla a kötözőt, és a szószt átszűrjük. Tálaláskor ferdén felszeleteljük a tekercseket, és tányérra rendezzük, majd ráöntjük a fenti szószt.

Jávai citromos csirke

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- egy 2 kg-os csirke • 3 citrom
- 1,5 dl olívaolaj • fél mokkáskanál őrölt kurkuma
- 1 kiskanál finomra vágott vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 mokkáskanál őrölt köménymag
- 1 mokkáskanál őrölt koriander
- 1 kiskanál chili • őrölt bors • só.

A megtisztított, feldarabolt csirkét az olajon átsütjük. Kivesszük, és félretesszük. A visszamaradt zsiradékon megfonnyasztjuk a hagymát és a szétnyomott fokhagymát, majd hozzáadjuk a fűszereket, jól megkeverjük, és kis lángon pár percig pároljuk. Azután visszatesszük a csirkét, meglocsoljuk a levével, és fél óráig pároljuk. Egy citromot ráfacsarunk a csirkére, a többit feldarabolva adjuk hozzá, és még pár percig együtt pároljuk.

Kínai füstölt csirke

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 csirke • 5 dkg kristálycukor • 2 evőkanál szójaszósz
- 1 cikk csillagánizs • 2 g teafű • késhegynyi gyömbérpor.

A megtisztított csirke bőrét lenyúzzuk, húsát feldaraboljuk, megszórjuk tört csillagánizzsal és gyömbérrel, majd rövid lében megpároljuk. Egy nagy lábost kibélelünk alufóliával, az aljára szórjuk a kristálycukrot meg a teafüvet, egy nagy drótszitát teszünk az edény szájára, abba rakjuk a húsdarabokat, és az edényt fél órán át kis lángon melegítjük. Ezalatt az égő cukor és a tea megfüstöli a húst.

Chilis csirkemell

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg csirkemellfilé • 2 zöld erőspaprika
- 1 zöld és 1 piros színű kaliforniai paprika
- 3 cikk fokhagyma • 2 evőkanál olívaolaj
- 2 evőkanál chiliszósz • 2 evőkanál szójaszósz • só.

Serpenyőben felhevítjük az olajat, megpároljuk rajta a felaprított fokhagymát, majd hozzáadjuk a csíkokra vágott húst. Ízlés szerint sózzuk, és pár percig erős tűzön sütjük. Azután hozzáadjuk a csíkokra vágott paprikát, ízesítjük a szója- és a chiliszósszal, és még pár percig sütjük. Forrón tálaljuk, párolt rizst adhatunk hozzá köretnek.

Cordovai gyöngytyúk

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os gyöngytyúk
- 20 dkg füstölt szalonna
- 2 fej vöröshagyma
- 2 cikk fokhagyma
- 4 dl fehérbor • 1 dl olívaolaj
- 4 babérlevél • só.

Egy nagy, mély tűzálló tálat kibélelünk szalonnaszeletekkel, egy sor karikára vágott hagymát rakunk rá, és ráfektetjük a félbevágott gyöngytyúkot. Mellétesszük a fokhagymát és a babérleveleket, ráöntjük az olajat meg a bort, alufóliával lefedjük, és forró sütőben, másfél óráig pároljuk-sütjük. Közben a tyúkot megfordítjuk. Mikor a pecsenye már jó puha, kivesszük, és feldaraboljuk. A levét sűrűre forraljuk, és rászűrjük a pecsenyére. Burgonyafánkot adunk hozzá.

Csirke chop suey

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 45 dkg kicsontozott csirkehús • 25 dkg szójacsíra
- 2,5 dl csirkehúsleves • 1 fej vöröshagyma
- 2 evőkanál világos szójaszósz • 2 kiskanál szezámolaj
- 2 evőkanál kihevített mogyoróolaj
- 1 evőkanál kukoricaliszt • 1 kiskanál barnacukor • só.

A szójaszószt összekeverjük a cukorral és kevés sóval, beleforgatjuk a kis darabokra vágott csirkehúst, és pár percig állni hagyjuk. Azután kivesszük a húst, lecsöpögtetjük, és a páclevet félretesszük. Felforrósítjuk a wokot, beleöntjük az olajat, pár percig pirítjuk rajta a csirkehúst, majd kivesszük. A visszamaradt olajon megpirítjuk a megtisztított, nagyobb darabokra vágott hagymát, majd hozzáadjuk a szójacsírát. Dobva-rázva 5 percig sütjük, majd visszatesszük a wokba a csirkehúst. A levest behabarjuk a kukoricaliszttel, megsózzuk, és ráöntjük a húsra. Pár percig kevergetve főzzük, majd forrón tálaljuk.

Boros, chilis csirkemell

Elkészítési idő: 70 perc + pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 csirkemellfilé • 1 dl vörösbor
- 6 cikk fokhagyma • 1 kiskanál oregánó
- 1 kiskanál őrölt római kömény
- 1 mokkáskanál őrölt szegfűbors • só
- 1 mokkáskanál őrölt fahéj • 1 mokkáskanál chilipor
- 1 mokkáskanál őrölt koriander • a sütéshez olívaolaj.

Turmixgépbe tesszük a bort, a chilit, a szegfűborsot, a koriandert, a fokhagymát és a római köményt. Két percig turmixoljuk, majd félretesszük. A pépet ráöntjük a csirkemellfilére, lefedjük, és pár óráig a hűtőben pácoljuk. Azután lecsöpögtetjük, besózzuk, és a felhevített olajon mindkét oldalon puhára sütjük. Párolt zöldségkörettel tálaljuk.

Tyúkgulyás

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- egy 1,5 kg-os tyúk • 80 dkg krumpli
- 10 dkg lecsó
- 1 adag leveszöldség
- 3 fej vöröshagyma
- 3 cikk fokhagyma • 2 evőkanál zsír • só
- 1 evőkanál pirospaprika
- 1 mokkáskanál köménymag.

A csipetkéhez: 10 dkg liszt

- 1 tojás • só.

A megtisztított tyúkot feldaraboljuk, a májat és a megtisztított zúzát kis darabokra vágjuk, és megsózzuk. A megtisztított, finomra vágott hagymát megpirítjuk a felhevített zsíron, megszórjuk a pirospaprikával, gyorsan elkeverjük, rátesszük a húst, a zúzát és a májat, ízesítjük a zúzott fokhagymával, a köménnyel, kevés vizet öntünk alá, és fedő alatt, lassú tűzön pároljuk. Az elfőtt vizet pótoljuk. Közben félig megfőzzük a kockára vágott zöldséget. A megtisztított krumplit kisebb kockákra vágjuk, majd amikor a hús kezd puhulni, hozzáadjuk a zöldséggel és a levével együtt. Felengedjük vízzel, hozzáadjuk a lecsót is, és az egészet puhára főzzük. Végül csipetkét főzünk a levesbe. (A csipetkét úgy készítjük, mint a galuskatésztát, csak keményebbre gyúrjuk, és egészen apróra szaggatjuk).

Paradicsomos csirke görög módra

Elkészítési idő: 75 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke • 1 fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 mokkáskanál mustár
- 1 evőkanál borecet • csipetnyi cukor
- 1 mokkáskanál Worcester-szósz • 2 evőkanál olaj
- 3 evőkanál paradicsompüré • 3 dkg vaj • só.

A vöröshagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk, és forró olajon üvegesre pároljuk a zúzott fokhagymával együtt. Hozzáadjuk a paradicsompürét, a borecetet, ízesítjük sóval és egy csipetnyi cukorral, a mustárral és Worcesterrel, és lefedve, lassú tűzön 15 percig pároljuk. Ha túl sűrű lenne, kevés vizet öntünk hozzá, de nem szabad hígnak lennie. Közben néha megkeverjük, hogy meg ne égjen. A megtisztított csirkét vékonyan bekenjük a mártás felével, és tűzálló tálban, sütőben, kb. 25 percig sütjük. Azután megfordítjuk a csirkét, és még kb. fél óráig sütjük, hogy szép piros legyen. A megsült csirkét félbevágjuk, tálra tesszük, és ropogósra sült burgonyával, párolt zöldségekkel, valamint salátával kínáljuk.

Mallorcai csirke

Elkészítési idő: 75 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 közepes csirke • 10 dkg füstölt sonka
- 2 kemény tojás sárgája • 1 fej vöröshagyma
- 3 cikk fokhagyma • 5 dkg hámozott mandula • só
- 2 dl húsleves • 2 dl fehérbor • 1 dl sherry • egész bors
- 3 evőkanál olívaolaj • 1 csokor petrezselyemzöldje.

A megtisztított csirkét feldaraboljuk, és kevés olajon hirtelen megpirítjuk. A csirkét kivesszük, és az olajon aranysárgára pirítjuk a megtisztított, karikákra vágott hagymát. Visszateszszük a csirkét, ráöntjük a levest, közepes lángon, fél óráig pároljuk, majd hozzáadjuk a bort, beleteszünk pár szem borsot, és megsózzuk. Közben a mandulát és egy cikk fokhagymát 1 evőkanál olajon megpirítunk, majd a mandulát megtörjük, és összedolgozzuk a tojássárgákkal és a finomra vágott petrezselyemzöldjével. A masszához hozzáadjuk a sherryt, és a párlódó csirkére öntjük. Hozzáadjuk a kis kockákra vágott füstölt sonkát, és még fél óráig együtt pároljuk.

Részeges csirkemáj

Elkészítési idő: 40 perc + pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 80 dkg csirkemáj • 10 dkg füstölt szalonna
- 10 dkg sajt • 3 dl tej
- 2 fej vöröshagyma • 0,5 dl sör
- 2 tyúkhúsleves-kocka • majoránna
- 0,3 dl vodka • őrölt bors • só.

Először elkészítjük a páclevet: a leveskockákat belemorzsoljuk a tejbe, hozzáadjuk a megtisztított, karikára vágott hagymát, majd sózzuk, borsozzuk, csipetnyi majoránnával ízesítjük. Azután hozzákeverjük a sört és a vodkát. A páclevet ráöntjük a megmosott, szárazra törölt májakra, és egy éjszakára a hűtőszekrénybe tesszük. Másnap kivesszük a pácléből a májakat, szalvétával leitatjuk róluk a páclevet, majd egyenként, vékony szalonnaszeletekbe göngyöljük. Fogpálcikákkal összetűzzük, és egy tepsiben egymás mellé fektetjük. Forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél addig sütjük, míg a szalonna ropogós piros lesz. A pálcikákat kihúzzuk, és a göngyölt májakra egy-egy vékony szelet sajtot teszünk. A tepsit 2–3 percre visszatoljuk a forró sütőbe, hogy a sajt megolvadjon. Azon melegében tálaljuk.

Sült csirke tejfölös paprikaszószban

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1 kg-os csirke
- 50 dkg húsos zöldpaprika • 2 dl tejföl
- 2 evőkanál olaj • őrölt bors • só.

A megmosott, kicsutkázott paprikákat félbevágjuk, és forró sütőbe tesszük. Addig sütjük, míg a bőre megfeketedik és felhólyagzik. Kivesszük, nedves kendővel letakarjuk, és kihűtjük. Azután lehúzzuk a bőrét, és a paprika húsát áttörjük vagy turmixoljuk. A masszához hozzáadjuk az olajat és a tejfölt, megsózzuk, és jól összekeverjük. A megtisztított, feldarabolt csirkét megsózzuk, megborsozzuk, majd tűzálló tálba tesszük. Ráöntjük a tejfölös paprikaszószt, forró sütőbe toljuk, és lefedve, közepes tűznél 45 percig pároljuk. Azután levesszük a fedőt, és addig sütjük, míg a teteje szépen megpirul. Forrón tálaljuk, párolt rizst adunk hozzá köretnek.

Sült fácán olasz módra

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 megtisztított, bontott fácán (kb. 90 dkg-os)
- 15 dkg húsos szalonna • friss zsályalevelek • kevés vaj
- 0,5 dl húsleves • olívaolaj • őrölt bors • só.

A fácánt kívül-belül sóval, borssal bedörzsöljük, majd beletesszük a zsályaleveleket. Azután kívülről befedjük a vékony szeletekre vágott szalonnával, és cérnával rákötözzük. Vajjal kikent tepsibe tesszük, olajjal meglocsoljuk, aláöntjük a húslevest, és forró sütőben megsütjük. Közben néha megöntözzük a saját levével. A kész sültet előmelegített tálra tesszük (a cérnát levesszük), és friss salátával körítve tálaljuk. Markáns, száraz vörösbor illik hozzá.

Pirított csirkemáj sajtkosárkákban

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg csirkemáj
- 20 dkg trappista sajt
- 2 szál sárgarépa • 1 fej saláta
- 1 citrom leve • olaj • só.

A megmosott, lecsöpögtetett csirkemájat bő, forró olajban kisütjük, majd kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt olaj nagy részét leöntjük, és csak egy-két evőkanálnyit hagyunk a serpenyőben. Ezen megpirítjuk a megtisztított, csíkokra vágott sárgarépát. A salátát leveleire szedjük, megmossuk, jól lecsöpögtetjük (centrifugáljuk), majd ujjnyis csíkokra vágjuk. Egy nagy sütőlapra lereszeljük a sajtot úgy, hogy négy, egyenként 15 cm átmérőjű kört kapjunk. Forró sütőbe toljuk, és pár perc alatt megpirítjuk a sajtot. Lapátkával vagy széles pengéjű késsel leválasztjuk a sütőlapról a sajtkorongokat, és felfordított teáscsészékre simítjuk. Amikor a sajt megdermed, óvatosan levesszük a csészékről, és felfordítjuk az így nyert kosárkákat. (Mikrohullámú sütőben is készíthetjük — természetesen ekkor egyenként. Bárhogyan készítjük is, a lényeg, hogy a sajtkorong laza, likacsos, azaz rácsos legyen. Arra pedig vigyázzunk, hogy ne pirítsuk túl a sajtot, mert akkor nem lesz formázható.)
A sajtkosárkákat kibéleljük a csíkokra vágott salátalevelekkel, rátesszük a csíkokra vágott, megsózott májat és a pirítottt sárgarépát, majd citromlével megöntözzük.
Azonnal tálaljuk.

Hagymás tyúkmáj

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg tyúkmáj • 6 fej vöröshagyma
- 10 dkg tyúkzsír (vagy libazsír) • őrölt bors • só.

Egy nagyobb serpenyőben felhevítjük a zsírt, rátesszük a megtisztított, karikára vágott hagymát, és megfonnyasztjuk. Hozzáadjuk a megmosott, szárazra törölt, csíkokra vágott mája, megborsozzuk, és kisütjük. Forrón, megsózva tálaljuk. Pirított sós burgonyát vagy párolt zöldségkoretet kínálhatunk hozzá.

Marokkói pácolt csirkemell

Elkészítési idő: 30 perc + pácolás + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemellfilé • 2 citrom
- 2 doboz paradicsompüré
- 1 kiskanál köménymag
- 1 kiskanál koriandermag
- 1 mokkáskanál kurkuma
- 2 evőkanál pirospaprika • 2 citrom
- késhegynyi cayenne-i bors őrölt bors • só.

Egy vasserpenyőben megpirítjuk a kömény- és a koriandermagot, hagyjuk kihűlni, majd mozsárban összetörjük. Elkeverjük a paradicsompürével, a citromok kifacsart levével és lereszelt héjával, valamint a többi fűszerrel, zárható üvegbe töltjük, és egy napig a hűtőben érleljük. Másnap a csirkehúst egy üvegtálba rakjuk, ráöntjük a fűszeres paradicsomszószt, és 2 napig hűtőben pácoljuk.

A megpácolt csirkehúst végül forró grillsütőben megsütjük.

Csirkemáj-rizottó

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 35 dkg csirkemáj • 25 dkg rizs • 15 dkg gomba
- 15 dkg zöldborsó • 10 dkg reszelt sajt • 0,5 dl olaj
- 1 fej vöröshagyma • majoránna • őrölt bors • só
- 1 csokor petrezselyemzöldje.

A csirkemájat kisebb darabokra vágjuk, hideg vízben jól megmossuk, majd lecsöpögtetjük. A rizst megpároljuk, a zöldborsót gyengén sós vízben puhára főzzük. Egy nagyobb serpenyőben felhevítjük az olajat, és üvegesre pároljuk rajta a megtisztított, finomra aprított hagymát, majd hozzáadjuk a megtisztított, kis kockákra vágott gombát, és a májat. Sózzuk, borsozzuk, finomra vágott petrezselyemzölddel, majoránnával fűszerezzük, és együtt puhára pároljuk-pirítjuk. Végül hozzáadjuk a párolt rizst, a főtt zöldborsót, és a reszelt sajt felét. Forrón tálaljuk, megszórva a reszelt sajt másik felével.

Pásztormáj

Elkészítési idő: 65 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemáj • 20 dkg házi tarhonya
- 10 dkg konzerv zöldborsó • 5 dkg reszelt sajt
- 1 fej vöröshagyma • 1 paradicsom • 1 zöldpaprika
- 0,5 dl olaj • őrölt bors • só.

A csirkemájból a hagymával, pirospaprikával, borssal, paradicsommal és paprikával a szokásos módon pörköltet készítünk. Míg ez elkészül, megpirítjuk és puhára pároljuk a tarhonyát. Végül egy tűzálló tálban összekeverjük a pörköltet, a tarhonyát és a borsót, rászórjuk a reszelt sajtot, forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél 10 percig sütjük.

Csirkemájas pizza

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 nagy pizzalap • 25 dkg csirkemáj • 1 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa • 2 paradicsom • 2 zöldpaprika
- 5 dkg reszelt sajt • 1 fej vöröshagyma
- 2 evőkanál olaj • majoránna • őrölt bors • só.

A csirkemájat egy centis kockákra vágjuk, majd megmossuk, és lecsöpögtetjük. A megtisztított zöldségeket, a paprikát és paradicsomot szintén egy centis kockákra vágjuk. Egy serpenyőben felhevítjük az olajat, és üvegesre pároljuk rajta a megtisztított, finomra vágott hagymát. Hozzáadjuk a kockára vágott zöldségeket, sózzuk, borsozzuk, majoránnával fűszerezzük, és puhára pároljuk. Azután hozzáadjuk a felkockázott paradicsomot és paprikát, összeforraljuk, majd rátesszük a csirkemájat, és erős tűzön, kevergetve összepároljuk. Végül az egészet a pizzalapra terítjük, forró sütőbe toljuk, és 25 percig sütjük. Azután meghintjük a reszelt sajttal, és két percre visszatoljuk a sütőbe, hogy a sajt ráolvadjon, és kissé megpiruljon. Forrón tálaljuk.

Csirkemáj normann módra

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemáj • 40 dkg alma
- 15 dkg bőrös szalonna • 5 dkg liszt
- 1 nagy fej vöröshagyma • majoránna • őrölt bors
- 0,5 dl száraz fehérbor • bazsalikom • só.

A megmosott, lecsöpögtetett májakat lisztben megforgatjuk. A szalonnát felszeleteljük, és bevagdossuk („kakastaréj"). Egy nagyobb serpenyőben ropogósra sütjük, majd kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt szalonnazsíron megpirítjuk a megtisztított, karikára szelt hagymát, majd hozzáadjuk a megmosott, kicsutkázott, és cikkekre vágott almát. Pár percig pároljuk, majd a serpenyő szélére húzzuk. Középre tesszük a májakat, és erős tűzön megsütjük. Sózzuk, borsozzuk, ízesítjük majoránnával és bazsalikommal, aláöntjük a bort, és felforraljuk. A serpenyő tartalmát összekeverjük, előmelegített tálra szedjük, és a tetejére tesszük a „kakastaréj"-okat.

Ludaskása

Elkészítési idő: 2 óra, 30 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 1 frissen vágott liba • 25 dkg leveszöldség
- 30 dkg rizs • 5 dkg zsír • 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 száraz zsemle • egész bors • köménymag
- 1 csokor petrezselyemzöldje • só.

Vágáskor a liba vérét egy edényben felfogjuk. A megtisztított liba szárnyait, a nyakát, a 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 1 evőkanál zsíron kissé megpirítjuk, felöntjük húslével, majd fedő alatt, lassú tűzön puhára pároljuk. Ekkor hozzáadjuk a húsokat (a szívet és a zúzát szeletekre vágva), a finomra vágott petrezselymet, és készre pároljuk. Libatepertővel megszórva, sült vérrel körítve tálaljuk.

A sült libavér elkészítése: a száraz zsemle héját lereszeljük, belsejét apró kockákra vágjuk, mély tálba tesszük, és rácsorgatjuk a vért. Félretesszük, hogy a vér megalvadjon. A megtisztított hagymát vékony szeletekre vágjuk, és a maradék zsírban sárgára pirítjuk. A megalvadt véres masszát 1 centis kockákra vágjuk, és a hagymás zsíron 5 percig sütjük. Sóval, borssal ízesítjük.

Tyúkmájas reggeli

Elkészítési idő: 30 perc + áztatás

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg tyúkmáj • 25 dkg tyúkhájj • 2 dl tej
- 2 nagy fej vöröshagyma • 1 cikk fokhagyma
- 4 nagy szelet fehér kenyér • só.

A megmosott, lecsöpögtetett májakat fokhagymás tejben fél órára beáztatjuk (a fokhagymát sóval összezúzzuk, és a tejbe keverjük). A kis kockákra vágott tyúkhájat egy serpenyőben kiolvasztjuk, és saját zsírjában megpirítjuk. A tepertőt kivesszük, és félretesszük. A forró tyúkzsírban kisütjük a májakat, majd felszeleteljük. A meleg tyúkzsírral meglocsolt kenyérszeletekre rakjuk a májszeleteket és a tepertőt, rárakjuk a hagymakarikákat, és tálaljuk. Forró citromos teát kínálunk hozzá.

Tyúkkocsonya

Elkészítési idő: 4 óra + dermesztés

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 2,5 kg-os tyúk • 2 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa
- 2 cikk fokhagyma
- 1 evőkanál étkezési zselatin
- 1 kiskanál egész bors • só.

A megtisztított, feldarabolt tyúkot mindenestől (szárnyak, lábak, nyak és fej, zúza, szív, máj) egy nagy fazékba tesszük. Beledaraboljuk a zöldségeket, hozzáadjuk a fokhagymát és az egész borsot, megsózzuk, és felengedjük 4 l vízzel. Felforraljuk, a habját leszedjük, majd igen lassú tűzön, éppen hogy forrásban tartva, fedő alatt 3–4 órán át főzzük. Azután a tüzet kioltjuk, a húsdarabokat tányérokba szedjük, majd a leves zsírját óvatosan lemerjük (merőkanállal, mindig csak éppen a zsírréteg alá merítve, azt leúsztatva). A forró levesből kiveszünk egy merőkanálnyit, feloldjuk benne a zselatint, majd a levesbe keverjük. A zselatinnal dúsított húslevest a tányérokban lévő húsokra merjük, majd a tányérokat hideg helyre tesszük. A kocsonyánk pár óra múlva ruganyossá dermed. Citromlével vagy ecetes tormakrémmel meglocsolva, hidegen tálaljuk.

Agyagban sült pikáns csirke

Elkészítési idő: 3 óra + pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os csirke
- 1 dl olívaolaj • őrölt gyömbér • őrölt bors • só
- 1 evőkanál chili- vagy cseresznyepaprika-krém
- fehérbor • 3 kg agyag.

A megtisztított, megmosott csirkét kívül-belül besózzuk, belsejét kevés borssal és gyömbérrel is bedörzsöljük. A paprikakrémet elkeverjük az olajjal, ízlés szerint gyömbérrel és borssal ízesítjük, és jól kikeverjük. Az olajos krémmel jól bekenjük a csirkét, és pár óráig pácoljuk. Azután a finom szemcsés agyagot (szobrász-agyag) deszkán, kevés bor és víz hozzáadásával jól nyújthatóvá gyúrjuk. Két–három cm vastag agyagréteggel betapasztjuk a megpácolt csirkét úgy, hogy az agyag egyenletes vastagságú és teljesen összefüggő burkot képezzen. Parázsságyba tesszük, parázzsal vastagon befedjük, és addig sütjük, míg az agyagburok teljesen megkeményedik. (Két–három óra, de ha nem parázson, hanem otthon, sütőben sütjük, valamivel több.) Ha kész, vastag deszkára tesszük, és az agyagburkot kalapáccsal feltörjük. Hagymával sült burgonyát, vagy bármilyen sülthöz illő köretet kínálhatunk hozzá.

Gombás csirkemáj aszalt szilvával

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemáj • 20 dkg gomba
- 20 dkg aszalt szilva • 10 dkg füstölt szalonna
- 2 dl fehérbor • 2 dl tejföl • 1 fej vöröshagyma
- 1 csomó metélőhagyma.

Az aszalt szilvát beáztatjuk a fehérborba (hogy jobban duzzadjon, kissé meg is melegíthetjük — de nem főzzük!). Egy nagy, mély serpenyőben ropogósra sütjük a kis kockákra vágott szalonnát, majd a tepertőt kivesszük, és melegen tartjuk. A szalonna zsírján kissé megpirítjuk a megtisztított, karikára vágott hagymát és a felszeletelt gombát. Azután az edényt lefedjük, és az egészet puhára pároljuk. Azután hozzáadjuk a megmosott, szárazra törölt májakat, és fedő alatt öt percig pároljuk. Végül beletesszük a megpuhult, kimagozott aszalt szilvát, ráöntjük az apróra vágott metélőhagymával elkevert tejfölt, és pár percig együtt pároljuk. Forrón tálaljuk.

Csirkemájjal töltött, rántott gombafejek

Elkészítési idő: 35 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 16 nagy csiperkegomba • 4 csirkemáj
- 1 fej vöröshagyma • őrölt szerecsendió • őrölt bors • só.

A panírozáshoz: liszt • tojás • zsemlemorzsa.
A sütéshez: olaj.

Szép nagy, tenyérnyi kalapú gombákat választunk. A gombák tönkjét ügyes mozdulattal, mélyen kitörjük, hogy a kalapokban nagy üregek keletkezzenek. Egy-két evőkanálnyi forró olajon megpirítjuk a megtisztított, apróra vágott hagymát, rátesszük kis darabokra vágott májat, a felaprított gombatönkök felét, és elősütjük. Ezzel a keverékkel megtöltjük a belül megsózott, megborsozott és szerecsendióval ízesített gombafejeket. Lisztben, tojásban és zsemlemorzsában megforgatjuk, majd bő, forró olajban szép pirosra sütjük. Forrón tálaljuk, sós burgonyát vagy párolt rizst adunk hozzá köretnek.

Zúzás rétes kapormártással

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 csomag réteslap • 50 dkg zúza
- 30 dkg főtt krumpli • 2 tojás
- 2 evőkanál gríz • 1 dl tej • 3 evőkanál olaj
- 1 fej vöröshagyma • 1 cikk fokhagyma • őrölt bors • só.

A mártáshoz: 2 evőkanál vaj • 1,5 evőkanál liszt
• 2 dl erőleves • 1 dl tejföl • 1 csokor kapor • citromlé • só.

A jól megtisztított zúzát gyengén sós vízben előfőzzük, majd ledaráljuk. Egy serpenyőben felhevítjük az olajat, és a finomra vágott hagymával, a felaprított fokhagymával együtt megpirítjuk rajta a zúzát. Ha kihűlt, hozzáadjuk a főtt krumplit, a tojást és a grízt, sózzuk, borsozzuk, majd összedolgozzuk annyi tejjel, hogy kenhető masszát kapjunk. A réteslapokat megtöltjük a töltelékkel, szorosan feltekerjük, tepsibe rakjuk, és a tetejüket olajjal megkenjük. Forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél szép pirosra sütjük. Ha kissé kihűlt, akkor szeleteljük. Kapormártással leöntve kínáljuk.

A mártás készítése: a vajon sárgára pirítjuk a lisztet, hozzáadjuk a finomra vágott kaprot, és a levest. Ha kissé kihűlt, hozzákeverjük a tejfölt, és kevés citromlével ízesítjük.

Mustáros csirkemáj

Elkészítési idő: 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkemáj • 1 fej vöröshagyma
- 3 evőkanál olaj • 2 evőkanál liszt • majoránna
- őrölt bors • 2 evőkanál mustár • só.

A megmosott, szárazra törölt májakat megborsozzuk, bekenjük mustárral, majd lisztbe forgatjuk. Egy nagy serpenyőben felhevítjük az olajat, és megfonnyasztjuk a rajta a megtisztított, finomra vágott hagymát. Azután rátesszük a májakat, megszórjuk majoránnával, és fedő alatt pároljuk-sütjük. Pár perc múlva megfordítjuk a májakat, és a másik oldalukat is kisütjük, ekkor már fedő nélkül. Csak a kész ételt sózzuk meg. Forrón tálaljuk, burgonyaköret és saláta illik hozzá.

Brassói csirkezúza

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg csirkezúza • 70 dkg krumpli • 1 kiskanál bors
- 2 cikk fokhagyma • vöröshagyma • só
- 1 dl olaj • fél csokor petrezselyemzöldje.

Az alaposan megtisztított csirkemájat megmossuk, sós vízben puhára főzzük, majd leszűrjük. A krumplit héjában megfőzzük, majd meghámozzuk, és karikákra vágjuk. Egy nagyobb serpenyőben felhevítjük az olajat, és üvegesre pirítjuk rajta a megtisztított, apróra vágott hagymát. Azután hozzáadjuk a szétzúzott fokhagymát, és a zúzát. Sózzuk, borsozzuk, rászórjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet, és 2 percig pirítjuk. Hozzáadjuk a krumplit, és jól megpirítjuk. (Óvatosan forgassuk, nehogy a krumpli összetörjön.) Forrón tálaljuk. Kovászos uborkát vagy vegyes vágott savanyúságot kínálunk hozzá.

Hideg libamáj zsírjában, makói módra

Elkészítési idő: 45 perc + hűtés

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg libamáj • 40 dkg libaháj • 1 kis fej vöröshagyma
- 1 cikk fokhagyma • 1 zöldpaprika • 1 paradicsom
- 1 jonatánalma • morzsolt szurokfű
- 1 babérlevél • pár szem fekete bors • só.

A gondosan megtisztított májakat hideg vízben megmossuk, majd tiszta kendővel szárazra töröljük. Megsózzuk, ízesítjük a szurokfűvel, és a hűtőszekrénybe tesszük. A libahájat megmossuk, lecsepegtetjük, 2–3 centis darabokra vágjuk, és egy nagyobb serpenyőben, kevés vizet öntve alá, a tűzre tesszük. Hozzátesszük a megtisztított, felszeletelt hagymát, a finomra összevágott fokhagymát, és a hájat kisütjük. Az előkészített libamájat egy tűzálló tálba tesszük, rászűrjük a libaháj kisült zsírját, hozzáadjuk a babérlevelet, az egész borsot, a meghámozott, felszeletelt almát, és a szintén felszeletelt paradicsomot és paprikát. Forró sütőbe toljuk, és közepes tűznél megsütjük. Szitakanállal kivesszük a megsült libamájat, félretesszük, és hagyjuk kihűlni. A zsírját rászűrjük a kihűlt májra, és tálalásig a hűtőben tartjuk. (Nem szabad fagyasztani, mert akkor a zsír „ikrásodik".) Ropogósra sült hagymakarikákkal és friss fehér kenyérrel kínáljuk.

jó tudni!

Magyar közmondások:
Okosabb akar lenni a csirke a tyúknál.
Vak tyúk is talál szemet.

Gyümölcsös csirkeleves

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 60 dkg csirkeaprólék • 25 dkg alma • 15 dkg meggy
- 2 dl tejföl • 1 evőkanál liszt
- 1 tojás • fél csokor petrezselyemzöldje
- 1 citrom reszelt héja • 1 evőkanál citromlé
- 3–4 evőkanál cukor • szegfűszeg • őrölt fahéj • só.

A csirkeaprólékot hideg vízben feltesszük főni. Az almát meghámozzuk, kicsutkázzuk, és felszeleteljük. Citromlével meglocsoljuk, hogy ne barnuljon meg. A meggyet kimagozzuk. Ha a leves felforrt, a habját leszedjük, majd beletesszük a gyümölcsöt. Sózzuk, cukrozzuk, pár szem szegfűszeggel és csipetnyi fahéjjal ízesítjük. Közben a lisztet simára keverjük a tejföllel, a tojással és a citromhéjjal. Amikor a hús már puha, az edényt félrehúzzuk a tűzről, és behabarjuk az előző keverékkel. Visszatesszük a tűzre, és felforraljuk. Finomra vágott petrezselyemzölddel megszórva, forrón tálaljuk.

Csirkekrémleves

Elkészítési idő: 70 perc

Hozzávalók 6 személyre:

- 50 dkg csirkemell • 2 dl tejszín • 2 tyúkhúsleves-kocka
- 1 evőkanál liszt • 1 csokor petrezselyemzöldje • őrölt bors
- 1 tojás • fél csomag mirelit leveles vajastészta • só.

A lebőrözött csirkemellet a két leveskockával, 1,2 l vízben feltesszük főni. Ha felforrt, a habját leszedjük, majd sózzuk, borsozzuk, és lassú tűzön, fedő alatt puhára főzzük a húst. Közben a leveles vajastésztát felengedjük, majd 3 mm vastagra hajtogatjuk, és a legkisebb pogácsavágóval kiszúrjuk. Sütőlapra tesszük, a tetejét tojással megkenjük, és forró sütőbe toljuk. Közepes tűznél, 10 percig sütjük. Ha a hús puhára főtt, kivesszük, kicsontozzuk, és apró kockákra vágjuk. Serpenyőben felhevítjük a vajat, és a liszttel világos rántást készítünk. Egy merőkanál húslevessel elkeverjük, majd hozzáöntjük a leveshez. Felforraljuk, majd a tűzről levéve, hozzákeverjük a felvert tejszínt, és visszatesszük a húst. Vágott petrezselyemzölddel megszórva, a frissen sült leveles tésztával együtt, forrón tálaljuk.

Mozzarellás, paradicsomos csirke

Elkészítési idő: 50 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 bőrös csirkemell filé • 12 dkg mozzarella
- 1 kis fej hagyma • 8 koktélparadicsom
- 8 bazsalikomlevél • 1 evőkanál vaj • 2,5 dl tejszín
- 1,25 dl csirkeleves • só • bors • olaj a sütéshez.

A paradicsomot megmossuk, leitatjuk róla a nedvességet, és vékonyan felszeleteljük. A megmosott bazsalikomot csíkokra metéljük, a sajtot lecsöpögtetjük, és felszeleteljük. A hagymát kis kockákra vágjuk, a húst átmossuk, és leitatjuk. Megsózzuk, borsozzuk, és felhevített olajon mindkét oldalát hirtelen átsütjük. Egy sütőformát kivajazunk, beletesszük a lebőrözött sült húst, és tetejét megrakjuk sajttal és paradicsommal. A vajat beletesszük a visszamaradt zsiradékba, megdinszteljük benne a hagymát, felöntjük a levessel, és hozzákeverjük a tejszínt. Összeforraljuk, levesszük a tűzről, és hozzákeverjük a bazsalikomot. Mixerrel összedolgozzuk, és szószos csészébe öntjük. A megrakott filéket néhány pillanatra a forró sütőbe nyomjuk, majd azonnal tálalhatjuk a fenti mártással.

Szász lakodalmas leves

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 6–8 személyre:

- egy kövér tyúk • 80 dkg marhahús • 5 szál sárgarépa
- 3 szál fehérrépa • 1 nagyobb zellergumó • őrölt bors
- 2 fej vöröshagyma • 15 dkg rizs • 2 dl tejföl
- 3 tojássárgája • 1 csokor petrezselyemzöldje • só.

A megtisztított, egészben hagyott tyúkot a marhahússal, a zöldségekkel és 1 fej hagymával együtt 5 l hideg vízben feltesszük főni. Megsózzuk, borsozzuk, és addig főzzük, míg a hús teljesen puha lesz. Akkor leszűrjük a levét, beletesszük a rizst és a másik, apróra vágott hagymát. A tojássárgát elhabarjuk a tejföllel, majd amikor a rizs puhára főtt, hozzákeverjük a léhez. A tyúkot és a marhahúst feldaraboljuk, és visszateszük a levesbe. Finomra vágott petrezselyemzölddel megszórva, forrón tálaljuk.

Libamáj Tokaji Aszús zselében

Elkészítési idő: 2 óra, 30 perc + érlelés

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg libamáj • 1,5 dl Tokaji Aszú
- 2–3 zselélap • őrölt bors • só.

A megtisztított, lehártyázott májnak vastag ereit kivágjuk, majd sózuk, borsozzuk, 0,5 dl aszúval meglocsoljuk, és pár órára a hűtőbe tesszük. Egy kisebb pástétomformát fóliával kibélelünk, és belenyomkodjuk a májat. Ráhajtjuk a fólia széleit, és súllyal lenyomatjuk. Így, a súllyal együtt, félig vízzel telt tepsibe állítjuk, és a sütőben nagyon alacsony hőfokon (75 °C), 2 óra hosszat pároljuk. (Ilyen alacsony hőmérsékletet úgy érhetünk el, ha a sütőajtót félig nyitva hagyjuk.) Amikor kihűlt, egy éjszakára a hűtőszekrénybe tesszük. Másnap deszkára borítjuk, a fóliát lefejtjük róla, és forró vízbe mártott késsel felszeleteljük. A zselélapokat aszúborban feloldjuk, és a szeleteket többször megmártjuk a zselében, hogy 1–2 centis bevonatot kapjanak.

Hideg csirkesaláta

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg csirkefilé • 1–1 zöld és piros paprika • 1 újhagyma
- 10 dkg gomba • 20 dkg koktél paradicsom
- 1 fodros saláta • 5 evőkanál csemege kukorica
- 3 evőkanál majonéz • 3 evőkanál tejföl
- 2 evőkanál fehér borecet • 5 dl csirkeleves • só • bors.

A filéket megmossuk, leitatjuk róla a nedvességet, és a csirkelevesben megfőzzük. Kiemeljük és hagyjuk kihűlni. A hagymát karikára vágjuk, a paradicsomokat megmossuk, lecsöpögtetjük és megfelezzük, a megtisztított gombát vékonyan megszeleteljük. A paprikát kicsumázzuk magjait, ereit kiszedjük, és apró kockákra vágjuk. A fodros salátát leveleire szedjük, alaposan megmossuk, jól lecsöpögtetjük és falatnyi darabokra tépkedjük. Kikeverjük a majonézt a tejföllel, a borecettel és 3 evőkanál hideg levessel, majd sóval és borssal ízesítjük. A húst vékonyan felszeleteljük, és nagy salátás tálban lazán összevegyítjük a fenti zöldségekkel. Belevegyítjük a majonézes mártást, és 10 percre a hűtőbe tesszük, hogy ízei összeérjenek.

jó tudni!

Szólások:
„kakaskodik; „csirkefogó; „tyúkeszű; „buta liba

Saláta füstölt pulykamellből

Elkészítési idő: 40 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg főtt, füstölt pulykamell
- 80 dkg póréhagyma • 1 citrom leve • só
- bors • csipetnyi cukor • 5 evőkanál olaj.

A póréhagymát megtisztítjuk, végeit levágjuk és nagyon vékonyan, ferdén felszeleteljük. Sós fövő vízbe bedobjuk 3 percre, majd leszűrjük és kihűlni hagyjuk. A füstölt pulykamellet előbb felszeleteljük, majd 2 centiméteres csíkokra vágjuk. Erősen összekeverjük az olajat, a cukrot, a borsot és a citromlevet. Nagy salátástálban összevegyítjük a húst a póréhagymával és az öntettel, majd a hűtőbe tesszük érlelődni.

Cézársaláta

Elkészítési idő: 45 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg csirkemell • 2 tojás • 6 evőkanál olaj
- 4 szelet toast kenyér • 2 közepes fej hagyma
- 1 gerezd fokhagyma • 1 csokor francia petrezselyem
- 1 fej saláta • fél citrom leve • só • fehérbors
- 2 evőkanál reszelt parmezán.

A tojásokat keményre főzzük, megtisztítjuk és hagyjuk kihűlni. A csirkemellet megmossuk, leitatjuk róla a nedvességet, majd 2 evőkanál felhevített olajon körbesütjük, sózzuk, borsozzuk, majd kivesszük. A finomra vágott hagymát, fokhagymát és kis kockákra vágott kenyeret megpirítjuk a visszamaradt zsiradékban, majd szűrőkanál segítségével kiszedjük. A salátát megmossuk, lerázzuk róla a vizet, és falatnyira tépkedjük. Négy tányérra osztjuk, és meglocsoljuk citromlével.

Összekeverjük a kockára vágott tojást, a felaprított petrezselymet és négy evőkanál olajat, majd a keveréket elosztjuk a salátákon. A filéket a saláta tetejére helyezzük, majd citromkarikákkal díszítve tálaljuk.

Tandoori csirke

Elkészítési idő: 90 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 csirkecomb • 2 csontos csirkemell
- 3 citrom leve • 3 kiskanál só
- 2 kiskanál őrölt koriander
- 1 kiskanál kömény • diónyi friss gyömbér
- 2 gerezd fokhagyma • 2 kiskanál cayenne-i bors
- 2 dl joghurt • 4 közepes paradicsom
- 2 vöröshagyma
- 1 fejes saláta • citromkarikák
- 2 mokkáskanál sáfrány • 2 evőkanál vaj.

A csirkehúst megmossuk leitatjuk a nedvességet róla, majd a combokat a forgónál felezzük, a melleket kettévágjuk. Éles késsel bemetsszük a felületüket, és jól megsózzuk. A sáfrányt elkeverjük 3 evőkanál forró vízzel, és ha feloldódott, összevegyítjük a citromok levével, majd ráöntjük a húsra. A koriandert és a köményt zsiradék nélkül megpirítjuk egy száraz serpenyőben. A gyömbért és a fokhagymát megtisztítjuk, és finomra aprítjuk. A joghurtot összekeverjük az előkészített fűszerekkel, habverővel beledolgozzuk a cayenne-i borsot is, majd ebbe a pácba fektetjük a csirkedarabokat. Egy éjszakán át a hűtőben érleljük. Másnap kivesszük a pácból, és forró sütőben 15 perc alatt megsütjük. Meglocsoljuk olvasztott vajjal és a visszamaradt páccal, és közepes hőfokon félóra alatt készre sütjük. A paradicsomot, a hagymát és a salátát megtisztítjuk, feldaraboljuk, és elrendezzük egy nagy tálon. Az elkészült húst rárakjuk, és tetejét citromkarikákkal díszítjük.

Káposztás kacsa

Elkészítési idő: 110 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 konyhakész, fiatal kacsa • 60 dkg savanyú káposzta
- 4 savanykás alma • 1 evőkanál vaj • 1 evőkanál zsír
- 1 evőkanál olaj • 1 kiskanál bazsalikom
- 1 evőkanál köménymag • csipetnyi majoránna • só.

A kacsát feldaraboljuk, bedörzsöljük sóval, borssal, majoránnával, és felhevített zsíron hirtelen elősütjük. A savanyú káposztát kimossuk, kicsavarjuk, majd 1 evőkanál olajon megpirítjuk. Köménymaggal és bazsalikommal fűszerezzük. Az almát felszeleteljük, majd kevés olajon megpároljuk, és a káposztához adjuk. Kizsírozott tepsibe lerakjuk a káposztát, ráfektetjük a kacsadarabokat. Meglocsoljuk kevés fehérborral, majd készre sütjük.

Pácolt kacsafalatok

Elkészítési idő: 30 perc +1 nap pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg kacsamellfilé • 2 kiskanál vörös curry
- 1 kiskanál frissen őrölt fekete bors
- 1 mokkáskanál őrölt kömény • 2 evőkanál szójaolaj.

A kacsamellet hosszában félbevágjuk, majd előmelegített serpenyőben, bőrével lefelé fektetve hirtelen megpirítjuk. Megfordítjuk, és a másik oldalát is pirosra sütjük. Kivesszük a zsiradékból, és nagyon vékonyan felszeleteljük. Az olajból és a fűszerekből páclevet készítünk, beletesszük a kacsahúst, és a hűtőben egy napon át érleljük. Másnap a grillsütő forró rostján pillanatok alatt ropogósra sütjük. Friss fehér kenyérrel, ropogós salátával tálaljuk.

Csíki kakas

Elkészítési idő: 110 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 fiatal kakas • 1,5 kg savanyú káposzta
- 15 dkg füstölt szalonna • 2 vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma • 2 babérlevél
- 3 dl tejföl • 2 evőkanál liszt • 1 kiskanál paprika
- 2 evőkanál libazsír • csipetnyi bors • só.

A kakast feldaraboljuk, majd a libazsíron megdinsztelt hagymára tesszük, megszórjuk sóval, borssal, pirospaprikával, és belekeverjük a szétnyomkodott fokhagymát és babérlevelet. Felöntjük kevés vízzel, és lefedve pároljuk. Amikor félig megpuhult, hozzáadjuk a káposztát, és annyi vizet, amennyi ellepi. Mikor minden megpuhult, behabarjuk a tejföllel, majd tetejét pirosra sütött szalonnataréjokkal díszítjük

Jérce zöldbors-mártásban

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,4 kg-os jérce • 5 dl húsleves • 3 evőkanál vaj
- 1 evőkanál liszt • 2 evőkanál mustár • 1 dl tejföl
- 2 evőkanál zöldbors • só • bors • 2 cl konyak.

A konyhakész jércét hosszában kettévágjuk, majd széltében is megfelezzük. A bőrt lehúzzuk, a húsdarabokat pedig 20 percig főzzük a felforrósított levesbe téve. Ezután kivesszük, és melegen tartjuk. A vajat közben összedolgozzuk a liszttel, és a leveshez adjuk, majd öt percig együtt főzzük. Belekeverjük a mustárt, a tejfölt és a zöldborsot, sóval, borssal ízesítjük, és visszatesszük bele a jércedarabokat. Közepes lángon 10 perc alatt besűrítjük, majd közvetlenül tálalás előtt belekeverjük a konyakot.

Csirke citromszószban

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- két 80 dkg-os csirke • 1 csokor petrezselyemzöld • só
- 1 evőkanál író • bors • 3 citrom • 2 evőkanál cukor
- 1,25 dl húsleves • 1 kiskanál étkezési keményítő.

A konyhakész csirkéket megmossuk, leitatjuk róluk a nedvességet, és hasüregükbe petrezselyemzöldet teszünk. Felhevítjük az írót egy tepsiben, belefektetjük a csirkéket, és előmelegített sütőben 40 perc alatt átsütjük. Közben saját levével locsolgatjuk. Két citromot meghámozunk, a kesernyés fehér hártyát alaposan leszedegetjük róluk, a harmadik citrom levét pedig kipréseljük. A cukrot karamelizáljuk 3 evőkanál vízzel, felöntjük 2 evőkanál citromlével és a húslevessel, majd öt percig főzzük. Hozzákeverjük a keményítőt, csomómentesre kavarjuk, majd lehúzzuk a tűzről, és melegen tartjuk. A kész csirkéket kivesszük a sütőből, félbevágjuk hosszában, majd négy előmelegített tányérra fektetjük. A felszeletelt citromhúst belekeverjük a szószba, és a csirkék tetejére öntjük. Petrezselymes párolt rizs és fehérbor illik hozzá.

Bazsalikomos, tejszínes csirke

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 csirkemellfilé • só • bors • 3 evőkanál vaj
- 1 dl habzó bor • 1 kis fej hagyma • csipetnyi curry
- 6 evőkanál tejszín • 12 bazsalikomlevél
- 1 citrom leve • cayenne-i bors.

A csirkefiléket megmossuk, leitatjuk róluk a nedvességet, majd sózzuk, borsozzuk. Felolvasztunk 1 evőkanál vajat, és a

húst mindkét oldalán elősütjük rajta, 3-3 percig. A csirkét kiemeljük, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsiradékot kiöntjük a serpenyőből, belelocsoljuk a bort, és rádobjuk a finoman felaprított hagymát. Megszórjuk curryvel, és fele adagra elpárologtatjuk. Hozzáöntjük a tejszínt, erős tűzön felforraljuk, és belevágjuk a maradék vajat. A bazsalikomleveleket megmossuk, leszárítjuk, majd a szószba keverjük. Citromlével és cayenne-i borssal ízesítjük, majd a tányérokra osztott csirkére öntjük.

Pulyka zsályával

Elkészítési idő: 40 perc + 12 óra pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 60 dkg pulykamell filé • 12 zsályalevél • 6 evőkanál olaj
- 2 gerezd fokhagyma • só • bors • 2,5 dl száraz fehérbor.

A pulykahúst 1 cm-es szeletekre vágjuk. A fokhagymát megtisztítjuk, pépesre kaparjuk, és erősen összekavarjuk az olajjal. A pulykaszeleteket bedörzsöljük a fokhagymás olajjal, és egy nagyobb tálban lerakjuk a zsályalevelekkel. Egy éjszakán át pácoljuk lefedve a hűtőben. Másnap felhevítünk egy vastag falú vasserpenyőt, és a pulykaszeleteket kisütjük benne. A kész húst sózzuk, borsozzuk, kivesszük, és melegen tartjuk. A serpenyőben visszamaradt zsiradékba beleöntjük a fehérbort, és addig főzzük, míg fele elpárolog. A húst előmelegített tányérokra osztjuk, és ráöntjük a forró boros zaftot.

jó tudni!

Közmondások:
Ő sem mai csirke.
Nyeli, mint kacsa a nokedlit.
Sok lúd disznót győz.
Jobb ma egy veréb, mint holnap egy túzok.

Édes-savanyú tekercsek

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 50 dkg pulykanyesedék • 10 dkg szalonna
- 1 füstölt pulykacomb • 5 dkg rizs • bors • só
- 1,5 kg savanyú káposzta • 1 kis fej káposzta
- 1 tojás • 1 hagyma • 3 evőkanál olaj
- késhegynyi pirospaprika • 2 evőkanál liszt.

A savanyú káposztát főni tesszük a füstölt pulykacombbal, annyi vízben, amennyi félig ellepi. Kevés olajon megdinszteljük a hagymát, hozzáadjuk a rizst, majd felöntjük vízzel, és félpuhára főzzük. Megdaráljuk a pulykahúst és a szalonnát, majd összevegyítjük a tojással, a rizzsel és a fűszerekkel. A káposztaleveleket megtöltjük, és a savanyú káposzta tetejére tesszük. Lassú tűzön 1 órán keresztül főzzük. A megpuhult töltelékeket hőálló tálba tesszük, majd a savanyú káposztát paprikás liszttel készült rántással besűrítjük. Visszarakjuk a töltelékeket, és még egyszer felfőzzük.

Székely libacomb

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 nagy libacomb • 1 vöröshagyma • 1 paradicsom
- 1 paprika • 80 dkg savanyú káposzta • 1 birsalma
- 1 csokor kapor • 1 babérlevél • 3 dl tejföl
- 2 evőkanál libazsír • 1 kiskanál csípős pirospaprika
- 2 dl húsleves • só.

A libacombot kettévágjuk, és bőrét kockásra bevagdaljuk. Felhevítjük a libazsírt, megdinszteljük benne a felszeletelt vöröshagymát, majd meghintjük pirospaprikával, és rátesszük a húst. Amikor szépen körbepirult, hozzáadjuk a kockára vágott zöldpaprikát és paradicsomot, és lefedve, közepes tűzön pároljuk. A savanyú káposztát kimossuk, kicsavarjuk, majd kevés libazsíron megpirítjuk az apróra vágott birsalmával együtt. Meglocsoljuk kevés húslevessel, és puhára pároljuk. Tepsibe öntjük a savanyú káposztát, ráfektetjük a libacombokat, tetejét jól meglocsoljuk a kaporral elkevert tejföllel, és jól összerotyogtatjuk.

Hagymás kakas

Elkészítési idő: 2 óra

Hozzávalók 4 személyre:

- egy 1,5 kg-os kakas
- 10 dkg húsos szalonna
- 25 dkg mogyoróhagyma
- 25 dkg apró gomba
- 2 gerezd fokhagyma
- 4 dkg vaj • só • bors • 4 cl pálinka
- 1 répa • 1 zeller • 1 póré • 1 kiskanál kakukkfű
- 1 kiskanál zöldpetrezselyem • 5 dl száraz fehérbor.

A kakast megtisztítjuk és feldaraboljuk. A kis kockára vágott szalonnát megpirítjuk, és hozzáadjuk az egészben hagyott almát. A gombát megtisztítjuk, és belekeverjük a szalonnás hagymába, majd megszórjuk apróra vágott fokhagymával. Egy másik edényben felhevítjük a vajat, és körbepirítjuk rajta a húsdarabokat. Ráöntjük a fenti zöldségeket, sózzuk és borsozzuk. Meglocsoljuk a pálinkával és flambírozzuk. Összekötjük a megtisztított répát, zellert és pórét, majd a húshoz adjuk a csokorba kötött zöldfűszerekkel együtt. Felöntjük a borral, és lefedve egy órán át pároljuk. Tálalás előtt kiszedjük a leveszöldséget és a fűszercsokrot, és ropogós bagettel kínáljuk.

Tyúk provánszi módra

Elkészítési idő: 80 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 konyhakész tyúk • 2 evőkanál provánszi fűszerkeverék
- 4 szál újhagyma • 2 gerezd fokhagyma • 5 dl vermut
- 40 dkg paradicsom • só • bors • 5 evőkanál olaj.

Az újhagymát megmossuk, lerázzuk róla a nedvességet, és 2 cm-es darabkákra vágjuk. A fokhagymát megtisztítjuk, és kipréseljük, majd jól összedolgozzuk 3 evőkanál olajjal és a provánszi fűszerekkel. A tyúkot 8 darabba vágjuk, forró vízzel megmossuk, és leitatjuk róla a nedvességet. Bedörzsöljük a fűszeres olajjal, majd felhevített olajon minden oldalát aranybarnára sütjük. Kivesszük a húsdarabokat, és a visszamaradt zsiradékban megpirítjuk az újhagymát. Visszarakjuk a húst, és ráöntjük a vermutot. Lefedjük, és 40 percig pároljuk. A főzés vége felé beletesszük a lehéjazott, felvágott, átpasszírozott paradicsomot, és 10 percig együtt főzzük. Sóval, borssal ízesítjük, és azonnal tálaljuk. Friss bagettel mártogatva igen finom.

Csirke barna sör-mártásban

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 csirkemellfilé • 2 vöröshagyma • 3 gerezd fokhagyma
- 2 sárgarépa • 2 petrezselyemgyökér • 1 kisebb zellergumó
- 1 póréhagyma • 5 dl barna sör • 1 kiskanál mustár
- 1 kiskanál vágott rozmaring • só
- bors • olaj a sütéshez.

A sárgarépát, gyökeret és zellergumót jól megmossuk, és kis kockákra vágjuk. A pórét felkarikázzuk, a hagymát finomra

aprítjuk, a fokhagymát pépesre kaparjuk. A csirkefilét megmossuk, leitatjuk róla a nedvességet, sózzuk, borsozzuk, és bekenjük a mustár és rozmaring keverékével. Egy serpenyőben olajat hevítünk, és a húsokat mindkét oldalukon átsütjük benne. Kivesszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt zsiradékon átpirítjuk a hagymát, fokhagymát és a zöldségféléket, majd beletesszük a húst is. Felöntjük a barna sörrel, és az edényt lefedjük. Előmelegített sütőbe nyomjuk, és félóráig pároljuk.

Római kacsa

Elkészítési idő: 2 óra, 30 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 konyhakész kacsa
- 1 kg paradicsom
- 30 dkg olívabogyó
- 1 dl fehérbor • 2 gerezd fokhagyma
- 1 kiskanál rozmaring
- 1 kiskanál kakukkfű
- 2 kiskanál ételízesítő • só • bors.

A paradicsomot forró vízbe mártjuk, héját lehúzzuk, magjait kiszedjük. Az olajbogyókat kimagozzuk, és félbevágjuk. A fokhagymát megtisztítjuk és kipréseljük. A kacsát forró vízben megmossuk, leitatjuk róla a nedvességet, és kívül-belül bedörzsöljük sóval, borssal és fokhagymával. A beáztatott római tálba belefektetjük a kacsát, megszórjuk rozmaringgal, kakukkfűvel és ételízesítővel, majd rátesszük az előkészített paradicsomot és az olívabogyót. Felöntjük a fehérborral, rátesszük a római tál fedelét, és a hideg sütőbe nyomjuk. Lassan felemeljük a hőfokot 250 °C-ra, és 2 órán át pároljuk. A kész kacsát kiemeljük a pecsenyéléből, azt pedig átszűrjük. Tálaláskor a pecsenyelevet a feldarabolt kacsára öntjük.

Csípős csirkeszárnyak

Elkészítési idő: 60 perc + 12 óra pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg csirkeszárny • 2 gerezd fokhagyma • só • bors
- 1 evőkanál olaj • 1 evőkanál méz
- 1 kiskanál barna cukor • 1 kiskanál őrölt gyömbér
- 1 mokkáskanál fehér borecet • 3 evőkanál szójaszósz.

A csirkeszárnyakról leszedjük a piheket, lemossuk, és kettévágjuk. Összekeverjük a mézet, az olajat, a borecetet, a gyömbért, a sót, a borsot, a cukrot és a szójaszószt, majd hozzáadjuk a kapart fokhagymát. A keverékbe beletesszük a csirkeszárnyakat, és lefedve a hűtőbe tesszük pácolódni. Másnap lecsepegtetjük róla a fölösleges levet, és forró roston megsütjük. Így a hús belül omlós, kívül ropogós marad.

Forrón kínáljuk, fokhagymás vagy egyéb pikáns öntettel.

Kókuszos csirkecombok

Elkészítési idő: 20 perc + 3 óra pácolás

Hozzávalók 4 személyre:

- 8 kisebb csirkecomb • 3 kiskanál curry
- 3 kiskanál ételkeményítő • 2 dl víz • kókuszreszelék
- 3 kiskanál méz • só • 1,5 dl kókusztej
- 3 evőkanál reszelt citromhéj • 2 evőkanál vaj.

A csirkecombokat megmossuk, leitatjuk róluk a nedvességet, és bőrüket kétszer rézsútosan bemetsszük. Összekeverjük a curryt a keményítővel és 2 dl vízzel, a reszelt citromhéjjal, a kókusztejjel, a mézzel és a sóval, majd beleforgatjuk az előkészített húst. A hűtőbe tesszük pácolódni lefedve. Előkészítünk egy tepsit, sütőpapírt fektetünk bele, megkenjük olvasztott vajjal, és rárakjuk a combokat. Forró sütőbe nyomjuk, és mindkét oldalán 10-10 percig sütjük.

Megszórjuk kókuszreszelékkel, és azonnal, forrón tálaljuk.

Kis csirkepástétomok

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 30 dkg csirkemell filé • 1 kis fej hagyma • 2 evőkanál olaj
- 1 gerezd fokhagyma • 2 evőkanál mélyhűtött borsó
- 1 csomag mirelit leveles tészta • csipetnyi chili
- 1 tojás • kömény • kurkuma • só.

A húst ledaráljuk, a hagymát és a fokhagymát finoman felaprítjuk. A tésztát szobahőmérsékleten kiengedjük. Felhevített olajon megdinszteljük a hagymát és a fokhagymát, rátesszük a húst, és együtt lepirítjuk. Hozzáadjuk a fűszereket, majd a zöldborsót is, megsózzuk, és jól elkeverjük. Miután a hús megpárolódott, lehúzzuk a tűzről, és a masszát kihűtjük. A leveles tésztát kinyújtjuk, pogácsákat szaggatunk belőle, és mindegyikre kiskanálnyi tölteléket halmozunk. Összehajtjuk finoman, széleit lenyomkodjuk, majd tepsire rakjuk, és megkenjük felvert tojással. Negyed óra alatt aranysárgára sütjük.

Vendégváró csirke

Elkészítési idő: 60 perc

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg kisebb csirkecomb • 2 evőkanál narancslekvár
- 1 evőkanál vaj • 1 evőkanál szójaszósz • só • bors
- 2 evőkanál szezámolaj • szezámmag.

A csirkecombokat megmossuk, leitatjuk róluk a nedvességet, és kettévágjuk. Összekeverjük a lekvárt, a szójaszószt, a sót, a borsot, és az olajat, majd beleforgatjuk az előkészített húst. A tepsit kivajazzuk, és szépen elrendezzük rajta a combokat. Előmelegített sütőbe nyomjuk, és közepes hőfokon 25 percig sütjük. Végül meghintjük szezámmaggal.

Forrón is, hidegen is igen finom falat.

SZEMELVÉNYEK SOROZATUNKBÓL

A 100 LEGJOBB *bárány- és birkaétel*

A magyar konyha sokáig előítélettel viseltetett a bárányétek iránt, úri asztalra nem tartotta méltónak, parasztok eledelének, török „nyársra valójának" nevezte, jellegzetes szaga miatt idegenkedett tőle. Ma híresen finom magyar ételek készülnek belőle, de a különböző nemzeti konyhák egyre közkedveltebb és közismertebb fogásai is ott pompázhatnak tányérunkon. A kereskedésekben szinte bármilyen fűszer és kiegészítő kapható, bevonult hétköznapjainkba, és egyre természetesebbé vált, hogy görög, török, francia, marokkói, arab, mediterrán vagy afrikai módra készült bárányételeket kóstolhatunk.

A 100 LEGJOBB *káposztás finomság*

Kevés olyan zöldségfajtánk van, amely akkora népszerűségnek örvend, mint a káposzta, talán csak a burgonya vetekedik vele. Évszázadokon keresztül a szegény embernek, és a gazdagnak is gyakran az asztalára került, annyi különbséggel, hogy a szegény egyszerűen, míg a gazdag jól megrakva fogyaszthatta.

Számomra az ünnepi ebéd és a töltött káposzta fogalma szorosan összekapcsolódik. Anyám már előző nap megtöltötte, fazékba rakta a leveleket, közéje került a megmaradt sonkadarab, húsos szalonna, kolbász, lapocka – éppen, ami volt a kamrában. Odakészítette, és órákon át lassan rotyogott, illata szobáról szobára lopakodott, meghozva jókedvünket és étvágyunkat. Ám a kóstoló elmaradt, mert anyám szerint a töltött káposzta állva jó – hagyta, hogy ízei jól összeérjenek, és másnap újra felfőzve, tejföllel jól nyakon öntve kerülhetett a tányérunkba... Hát még az a birsalmás savanyú káposzta! Az első számú téli, házi gyógymódként szolgált egy bögre savanyú káposztalé, vagy az apró káposzta.

Tartalomjegyzék

Előszó 5
„Szárnyas tudnivalók" . . 10
Reggelik, előételek
Cézársaláta 66
Csekonits-saláta 28
Csirkemájas pizza 54
Csirkemájjal töltött rántott gombafejek 58
Fokhagymás csirkesaláta . 29
Hideg csirkesaláta 65
Hideg libamáj zsírjában, makói módra 61
Libamáj Tokaji Aszús zselében 64
Libamájpürével töltött sonka 29
Pirított csirkemáj sajtkosárkákban 51
Saláta füstölt pulykamellből 66
Tyúkkocsonya 56
Tyúkmájas reggeli 56
Levesek
Csirkekrémleves 62
Finom lúdgégeleves 26
Gyümölcsös csirkeleves . 62
Rizses csirkeaprólék-leves . 13
Szász lakodalmas leves . . 64
Tavaszi csirkeleves májgaluskával 14
Újházy tyúkhúsleves 12
Sültek, raguk, pecsenyék
Agyagban sült pikáns csirke 57
Bácskai csirkemáj 34
Barackos csirkemell 38
Bazsalikomos, tejszínes csirke 70
Boros galambsült 24
Boros kacsasült 26
Boros libapecsenye 22
Boros, chilis csirkemell . . 46
Brassói csirkezúza 60
Chilis csirkemell 45
Cordovai gyöngytyúk 45
Csirke barna sör-mártásban 74
Csirke chop suey 46
Csirke citromszószban . . . 70
Csirke diómártással 19
Csirke fehérmártással . . . 18
Csirke paprikamártásban . 35
Csirke paradicsom-mártással 19
Csirke tárkonyos mártásban 36
Csirkemáj fokhagymás mártásban 31
Csirkemáj narancs-mártással 20
Csirkemáj normann módra 54
Csirkepörkölt 14
Gombás csirke arab módra 16
Gombás csirkemáj aszalt szilvával 58
Hagymás tyúkmáj 52

Jávai citromos csirke 44
Jávai fűszeres csirke 42
Jérce zöldbors□mártásban 69
Juhsajtos, parajos pulyka . 43
Kacsapecsenye narancsmártással 22
Káposztás kacsa 68
Kínai füstölt csirke 44
Libamájjal töltött pulykamell 33
Libamáj-rizottó 30
Ludaskása 55
Mallorcai csirke 48
Marokkói pácolt csirkemell 52
Mozarellás, paradicsomos csirke ... 63
Mustáros csirkemáj 60
Normann csirke 40
Pácolt csirke diómártással . 38
Pácolt kacsafalatok 68
Paradicsomos csirke görög módra 48
Parajjal töltött pulykamell 41
Petrezselymes rántott csirke uborkasalátával .. 30
Pulyka zsályával 71
Rántott csirke 12
Részeges csirke sajtmártással 39
Részeges csirkemáj 49
Rokfortos májjal töltött csirke 42
Római kacsa 75
Sült csirke tejfölös paprikaszószban 50
Sült csirke zöldségraguval . 20
Sült csirkecomb talján módra 40
Sült galamb szíriai módon . 25
Sült liba aszalt szilvával .. 32
Székely libacomb 72
Tandoori csirke 67
Tejfölös pulykapaprikás .. 15
Töltött pulykasült 21
Tyúk provánszi módra ... 74
Tyúkgulyás 47
Vörösboros kacsasült fordított burgonyával ... 32
Zúzás rétes kapormártással 59

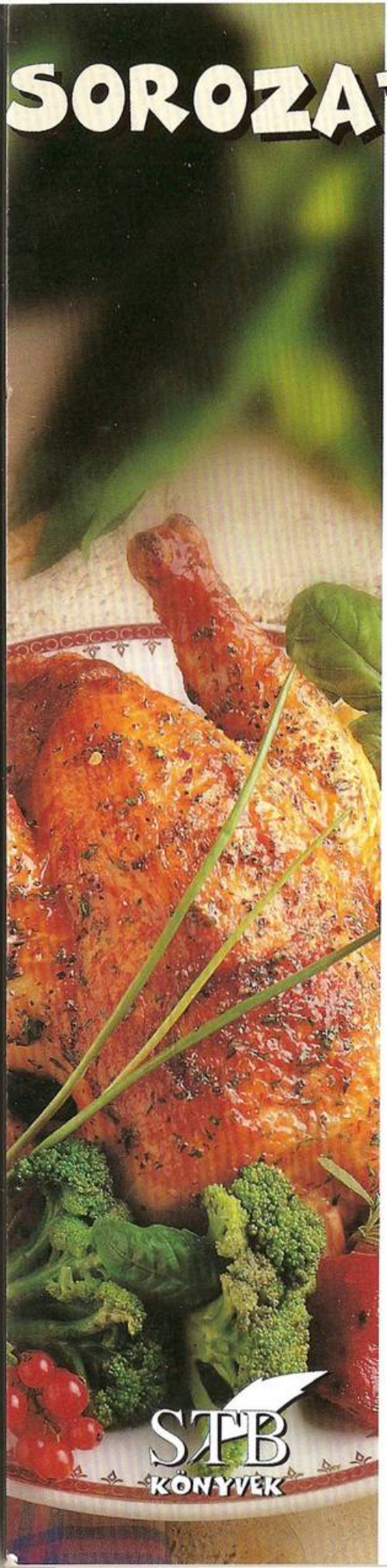
Vadételek

Fogolypecsenye 24
Fürjpecsenye piláffal 23
Soproni töltött vadkacsa . 36
Sült fácán olasz módra .. 50
Sült fácán rántott ananásszal 37
Tűzdelt fácán almapürével 34

Egytálételek

Csíki kakas 69
Csirke datolyamártással . 16
Csirke parajjal 18
Csirkemáj-rizottó 53
Édes-savanyú tekercsek . 72
Hagymás kakas 73
Libanoni tál 17
Pásztormáj 53
Tarhonyás kacsa 27

Csirkecsemegék 76



SOROZATUNK KÖTETEI:

A 100 LEGJOBB

- bárány- és birkaétel
- egytálétel
- erdélyi jó falat
- étel bográcsban
- étel marhahúsból
- étel római tálban
- étel sertéshúsból
- falusi étel
- fokhagymás recept
- francia recept
- gabona- és zöldségétel wokban
- gombás étel
- görög recept
- gyümölcsös recept
- hagymaétel
- halétel
- húsos jó falat
- karácsonyi recept
- karcsúsító fogás
- kínai étel
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]ctel
- paprikás étel
- paradicsomos recept
- pikáns étel
- recept borjúhúsból
- recept erdei gyümölcsökből
- recept kirándulóknak
- reformdesszert
- skandináv recept
- török recept
- vadétel
- vegetárius étek
- vendégváró falat
- zöldséges finomság

Distribuit de:
Depozitul de Carte Distributie
Bucuresti Noi Nr 25 Tel 4083053
A 100 LEGJOBB RECEPT SZARNYASOKBO
13/01/2009
9 789639 266735
YNDC22832

STB KÖNYVEK

ISBN 963-9266-73-6
9 789639 266735 >
www.stbkonyvek.hu