Érték és Minőség recepttár

RECEPTEK A BAKONY ÉS BALATON KELETI KAPUJA ÉS NEMESGÖRZSÖNY TÉRSÉGÉBŐL

A projekt a Bakony és Balaton Keleti Kapuja Közhasznú Egyesület, Litér Község Önkormányzata és a Nemesgörzsönyért Közalapítvány konzorciumi együttműködésében valósul meg.

Tartalom

2	Tartalom
3	Programbemutató
4-21	Sertéshúsos ételek
22 - 36	Szilvás ételek
37 - 50	Nyílt tűzi sütés, főzés
51 - 82	Mi ajánljuk!
83 - 96	Tészták házi péktermékek

"HISZÜNK A VIDÉK EREJÉBEN!"

sertéshúsos ételek

nyilt tűzön készíthető

Mi ajánljuk!

helyi termék felhasználásával

szilvás ételek

tájjellegű ételek

gombás ételek

Önfenntartást segítő élő vidéki agrárhagyományok

Litéri Szilvaünnep

Nemesgörzsönyi Böllérverseny és fesztivál

Érték és Minőség Gasztro Nap

A Vidékfejlesztési Program keretében a **Bakony és Balaton Keleti Kapuja Közhasznú Egyesület**, a **Nemesgörzsönyért Közalapítvány**, valamint **Litér Község Önkormányzat**ának együttműködésével valósult meg a projekt 2019 és 2022 között, bár a közös munka, a megalapozás már évekkel ezelőtt megkezdődött.

Az együttműködési program keretében kiemelt célunk volt, hogy az Érték és Minőség közösségi marketing programunkat gasztronómiai értékekkel gazdagítsuk.

Felhasználva és beépítve együttműködő partnereink tudását is, online receptkönyvet alkottunk, melyben bemutatjuk azokat a gasztronómiai hagyományokat, melyeken keresztül talán jobban megismerik térségeinket is.

Receptkönyvünket folyamatosan fejlesztjük, így nagy szeretettel várjuk a recepteket közösségi oldalunkon keresztül.

Mindenkinek kellemes gasztronómiai élményeket és jó étvágyat kívánunk!

TÁJJELLEGŰ, SERTÉSHÚSBÓL ÉS
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Rozmaringos sertéskaraj tejfölös, kefires kelkáposztával

Bede Róbert ajánlásával, a berhidai Szamarasház sajtműhely helyi termék alapanyagainak felhasználásával

Hozzávalók

8-10 szelet sertédkaraj, vastagabb szeletek
5 dkg vaj
0,5 dl fehérbor
1-2 szál friss rozmaring
só, bors
1 kisebb fej kelkáposzta
2 fej vöröshagyma
15 dkg húsos füstöltszalonna
2,5 dl tejföl
só, bors, kömény

Elkészítés

8-10 vastagabb szelet sertéskarajt sózok, borsozok és kevés olajban hirtelen kérget sütök neki. Félreteszem egy edénybe. Friss rozmaringot, vajdarabkákat és néhány korty fehérbort teszek rá.

Letakarom és hagyom pihenni. Apró kockára vágott húsos szalonnát zsírjára pirítok, erre teszem az egy kisebb fej, csíkokra vágott kelkáposztát és két fej szeletelt vöröshagymát.

Sózom, őrölt borssal, őrölt köménnyel fűszerezem és 2,5 dl tejföllel, illetve kevés kefirrel felöntöm. Beforralom.

TÁJJELLEGŰ, SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Hagymásbab szalonnával

Bede Róbert ajánlásával
A hajmáskéri Hajma napon készült étel

Hozzávalók

10-10 dkg csemege és füstölt húsos szalonna
2 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
30 dkg fehérbab
3 db közepes húos paradicsom
só, babérlevél, friss bazsalikom

Elkészítés

A csemege szalonnát és a húsos füstölt szalonnát apró kockára vágunk. Alaposan zsírjára pirítjuk, majd 2 fej szeletelt vöröshagymát és 2 gerezd zúzott fokhagymát teszünk rá. Aranysárgára pirítjuk és sós, babérleveles vízben főtt fehérbabot adunk hozzá. Sózzuk, borsozzuk. 3 db kockázott paradicsommal egybepirítjuk és a végén friss, vágott bazsalikommal fűszerezzük.

SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Paradicsomos, kolbászos bableves

Bede Róbert ajánlásával
A tési napokon készült étel

Hozzávalók

10 dkg bacon szalonna
1 fej vöröshagyma
1 dl száraz fehérbor
2-3 gerezd fokhagyma
3 dl hámozott, darabolt paradicsom (konzerv)
30 dkg tarkabab
25 dkg füstölt házikolbász
2 nagy marék friss spenót
ízlés szerint parmezán
só, bors, babérlevél, friss bazsalikom

Elkészítés

A kockázott bacont kevés olívaolajjal megpirítunk, majd a finomra vágott vöröshagymát megpároljuk rajta. A száraz fehérborral felöntjük, adunk hozzá sót, borsot, zúzott fokhagymát és hámozott, darabolt paradicsom konzervvel egybepároljuk. Kevés kristálycukorral ízesítjük. Kb. 1,5 liter vízzel felöntjük. Mikor felforrt hozzáadjuk a sós, fokhagymás lében főtt tarkababot. Ekkor tesszük bele a 25 dkg karikázott füstölt kolbászt és 2-3 percig forraljuk. Tálalás előtt 2 nagy marék friss, csíkozott spenótot keverünk bele és reszelt parmezán sajttal szórjuk.

TÁJJELLEGŰ, SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Gerslis Görzsönyi káposzta

A Nemesgörzsönyi Böllérverseny és Fesztivál rendezvényén készült étel

Hozzávalók

80 dkg savanyú káposzta
70 dk sertéscomb
10 dkg gersli (hántolt árpa)
15 dkg füstölt húsos szalonna
1 fej vöröshagyma
2-3 gerezd fokhagyma
2 ek pirospaprika
só, bors, babérlevél
A tálaláshoz tejföl, kapor

Elkészítés

Dinszteljük meg a kockára vágott füstölt húsos szalonnát. A finomra vágott hagymát a visszamaradt zsírban pirítsuk üvegesre. A húst vágjuk közepes méretű kockákra. A pirospaprikát keverjük el a hagymával, dobjuk rá a felkockázott húst, sózzuk és borsozzuk, a babérlevelet is adjuk hozzá, alaposan keverjük el. A fokhagymát is tegyük a lábasba, majd egy kis vizet is öntsünk rá. Körülbelül 40-45 perc alatt puhul meg a hús, ekkor az alaposan átmosott savanyú káposztát keverjük a pörkölthöz, és adjuk hozzá a gerslit is. Fedő alatt 15-20 perc alatt készül el az étel. Tálaljuk tejföllel, és bolondítsuk meg egy kis kaporral is.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Kolbászos tejfölös krumpli leves

Tipp: használjunk házi füstöltkolbászt, ezt Nemesgörzsönyben szereztük be.
A Bakonyban régen tarhonyával dúsították a levest, a tarhonyát kis olajon vagy zsíron megpirítjuk, majd belefőzzük a levesbe.

Hozzávalók

4 közepes db burgonya
10 dkg füstölt szalonna (kolozsvári)
10 kg füstölt sonka
2 nagy db sárgarépa
1 db fehérrépa
2 közepes fej vöröshagyma
20 dkg parasztkolbász
2 dl tejföl
1 dl tej
1 evőkanál finomliszt
3 kk fűszerpaprika
1-2 gerezd fokhagyma (ízlés szerint, elhagyható)
babérlevél ízlés szerint (elhagyható)
3.2 l víz

Elkészítés

Apró kockára vágjuk a szalonnát, kiolvasztjuk rajta az apróra vágott vöröshagymát üvegesre pirítjuk.
Lehúzzuk a tűzről, és amikor már nem serceg, mehet bele a sonka és a pirospaprika. Jó alaposan elkeverjük, majd felöntjük kb. 2 dl vízzel, mehet bele a babérlevél és a fokhagyma.
Közben karikázzuk a sárgarépát és a fehérrépát, amit teszünk is a fazékba. Figyeljünk az arányokra! Itt még nem kellenek erős ízek. Ameddig a zöldségek félpuhára főnek, gyorsan pucoljuk és kockázzuk a krumplit., mejd beletesszük
Közben karikáztuk a kolbászt is (a bőrét húzzuk le), és a krumplival együtt megy a levesbe. Felfőzzük, és kóstolunk, ismét fűszerezünk
A krumpli gyakori kóstolgatása mellett készítünk egy habarást a tejjel, liszttel és tejföllel. Kevés tejben csomómentesre keverünk egy nagy kanál lisztet, és hozzákeverünk 2dl tejfölt. Amikor a levesben megfőtt a krumpli, szedünk ki a forró léből a habarásra, és gondosan elkeverjük. A létől felmelegedett habarást belekeverjük a levesbe, és kóstolunk. Itt még sózunk egy kicsit, nem vittük túlzásba a sózást főzés közben, akkor még kell egy kicsi só. A levest a habarással felfőzzük, és kész. Érdemes egy kicsit pihentetni tálalás előtt, hogy az ízek összeérjenek.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Pincepörkölt bográcsban készítve nokedlivel

Tipp: gazdagíthatjuk a levest egy kis nokedlival.
A pincepörköltet leveses és a levét elfőtt sűrű változatban is készítik Nemesgörzsöny és a Bakony-Balaton térségében is.
A húsalap lehet változatos, gomba, kolbász is kerülhet bele.

Hozzávalók

1 kg sertéslapocka
1 kg burgonya
2 közepes fej vöröshagyma (apróra vágva)
4-5 gerezdfokhagyma (kis fej, apróra vágva)
2 db paradicsom (négy felé vágva)
2 közepes db paprika (hosszában félbevágva)
2 ek disznózsír
2 ekpirospaprika
só, bors, kömény
ízlés szerint kakukkfű, majoranna, csípős paprika

Elkészítés

A húst kockákra vágjuk. A szalonnát felkockázzuk, zsírját kiolvasztjuk. Ahagymát apró kockákra vágjuk, zsírban üvegesre pároljuk.
Hozzáadjuk a húst, megszórjuk a pirospaprikával és felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje. Sózzuk, borsozzuk ízlés szerint. Beledobjuk a babérlevelet.
Fél órát lefedve főzzük. Addig a paprikát, paradicsomot és a krumplit kockákra vágjuk.
Fél óra leteltével hozzáadjuk a pörkölthöz. A fokhagymát is belenyomjuk. Felöntjük még egy kevés vízzel és kb 20 perc alatt készre főzzük. A végén hozzáöntjük a vörösbort és még egyet forralunk rajta.
Aki szereti csípős paprikát is adhat hozzá.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Sertéspörkölt

Tipp: akár többféle húsból vegyesen is készíthetjük. A pörkölt akkor finom, ha onlós, szaftos, de nem leveses állagú, így arraügyeljünk, hogy a végén a felesleges levet elfőzzük.

Hozzávalók

1 kg sertéslapocka
2 közepes fej vöröshagyma (apróra vágva)
4-5 gerezdfokhagyma (kis fej, apróra vágva)
2 db paradicsom (négy felé vágva)
2 közepes db paprika (hosszában félbevágva)
2 ek disznózsír
2 ekpirospaprika
só, bors, kömény
ízlés szerint babérlevél, majoranna, csípős paprika

Elkészítés

A húst alaposan megmossuk, és nagyobb (kb. 2x2cm-es) darabokra vágjuk. Közben az olajat elkezdjük melegíteni egy lábosban, és megpucoljuk, majd felaprítjuk a hagymát. Üvegesre pirítjuk közepes lángon, gyakran megkeverve. Ha ez kész, lehúzzuk a tűzről, és kissé hagyjuk kihűlni. 1-2 perc elteltével megszórjuk a pirospaprikával, jól elkeverjük, majd ráborítjuk a húst, és visszahelyezzük a tűzre. Beledobáljuk a felaprított vagy éppen nagyobb darabokban hagyott zöldséget, sózzuk, borsozzuk, és felöntjük a vízzel. Jól elkeverjük, felforraljuk, és fedő alatt lassú tűzön főzzük, amíg puha nem lesz. Ez kb. 45 perc. Amikor letelt a főzési idő, vegyük le a fedőt, és kóstoljuk meg. Ízesítsük még szükség szerint.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Pörkölt kenyértálban

Tipp: a kenyértálban krémleveseket, lecsót, vagy más pörkölteket is tálalhatunk.

Hozzávalók

50 dkg liszt (kb 2-3 db közepes tányér)
3 dl víz
2.5 dkg élesztő
1.5 dl tej
1 teáskanál só
1 teáskanál cukor
1 kg sertéslapocka
2 közepes fej vöröshagyma (apróra vágva)
4-5 gerezdfokhagyma (kis fej, apróra vágva)
2 db paradicsom (négy felé vágva)
2 közepes db paprika (hosszában félbevágva)
2 ek disznózsír
2 ekpirospaprika
só, bors, kömény
ízlés szerint babérlevél, majoranna, csípős paprika

Elkészítés

Kenyértál

A tejet langyosítsd meg, keverd hozzá a cukrot, és morzsold bele az élesztőt. Futtasd fel, azaz várd meg, míg körülbelül 10 perc alatt megemelkedik, és habos lesz. A lisztet szitáld át, majd add hozzá a sót, és több részletben a vizet. A liszt minőségétől függ, hogy kell-e bele mind. Jól dolgozd össze a tésztát. Akkor jó, ha közepesen kemény, fényes, és lejön a kezedről. Takard le, és keleszd körülbelül egy órán át.

Amikor a duplájára nő, tedd át lisztezett felületre, gyúrd át, és formázz belőle két bucit. Rakd őket egy tepsibe, és keleszd még 15-20 percig. Előmelegített sütőben süsd meg 200 fokon 25-30 perc alatt. Amikor kihűl, vágd ketté. Mielőtt belemernéd a levest, kapard ki a belsejét.

A pörköltet a korábbi sertéspörkölt recept alapján készítettük.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Töltött sertésdagadó

A Nemesgörzsönyi Polgárőrség ajánlásával
Tipp: tölthezjük kolbász hússal, zöldséggel is.

Hozzávalók

1 db közepes méretű dagadó (nyula),
15 dkg máj,
1 kis üveg csiperke gomba,
2 db tejben áztatott zsemle,
1 kis fej vöröshagyma,
2 gerezd fokhagyma,
Baconszalonna ,
1 csokor petrezselyem zöld,
1 db tojás,
só, bors ízlés szerint.

Elkészítés

Kevés zsiradékon a hagymát, fokhagymát üvegesre pároljuk, a felkockázott csirkemájat elősütjük a hagymás zsíron, majd lecsepegtetjük.
A tejbe áztatott zsemlét kinyomkodjuk, a lecsepegtetett májjal, gombával, petrezselyemzölddel, tojással, fűszerekkel összekeverve masszát készítünk.
A dagadót óvatosan felszúrjuk, nehogy kivágjuk, az elkészített masszát a belsejébe töltjük, a végét hústűvel betűzzük.
Az így előkészített dagadót baconnal betekerjük, kizsírozott tepsibe tesszük és mehet a sütőbe.
1-1,5 óra alatt puhára sütjük.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Görzsönyi csülök sonka malac formában Laci böllér ajánlásával

Tipp: formába töltve gusztusos és egyedivé tehető

Hozzávalók

3 kg sertés első csülök
1 fej vöröshagyma
10 gerezd fokhagyma
só
bors
pirospaprika ízlés szerint.

Elkészítés

Az apróra felvágott csülök darabokat befűszerezzük, majd állni hagyjuk egy éjszakát. A befűszerezett csülköt a formába tesszük, és a formával együtt vízben főzzük 4-5 órán keresztül. Miután megfőtt, óvatosan kivesszük a vízből és a formában hagyjuk kiülni. Ha teljesen kihűlt, a formát levéve lehet szeletelni.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Paraszt disznósajt Laci böllér ajánlásával

Ahogyan Nemesgörzsönyben kínáljuk

Hozzávalók

0,5 kg sertés szív
0,5 kg sertés nyelv
1 kg fejhús és bőr
só
bors
pirospaprika ízlés szerint.

Elkészítés

Az apróra felvágott belsőségeket, fejhúst és bőrt befűszerezzük, majd állni hagyjuk egy éjszakát.
A befűszerezett belsőségeket, húst és bőrt a formába tesszük, és a formával együtt vízben főzzük 4-5 órán keresztül. Miután megfőtt, óvatosan kivesszük a vízből és a formában hagyjuk kiülni. Ha teljesen kihűlt, a formát levéve lehet szeletelni.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Klasszikus kocsonya

Ahogyan azt a Nemesgörzsönyi böllérvesrsenyen kínáltuk

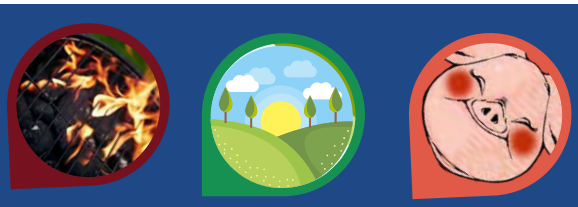
Hozzávalók

80 dkg füstölt csülök
3-5 db sertés köröm
60 dkg sertésből
1,5 fej fokhagyma
30 szem feketebors
1 fej vöröshagyma
sárgarépa
tojás a díszítéshez
só, víz

Elkészítés

A füstölt csülköt, a megtisztított körmöket és a sertésbőrt feltesszük főni annyi vízben, hogy jól ellepje. Forrás után lehabozzuk, hozzáadjuk a fokhagymát, fekete borsot, vöröshagymát, sárgarépát.
Mivel a füstölt csülök már sós, így óvatosan megsózzuk. Addig főzzük, amíg a hús és a bőr szinte leválik a csontról. Ha megfőtt, 15 percet pihentetjük.
Tálalás előtt leszedjük a zsírt, tálakba szedjük a bőrt, a húst és a sárgarépát, majd szűrt kocsonya lével felöntjük. Szeletre vágott főt tojással díszítjük. A kiadagolt kocsonyát hideg helyen hagyjuk kihűlni és megdermedni.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS



Sertésfarok pörkölt

A Nemesgörzsönyi Polgárőrök ajánlásával
A Bakony-Balaton Gasztro napon elkészített étel

Hozzávalók

5 kg sertésfarok,
1 kg vöröshagyma,
8-10 gerezd fokhagyma,
½ kg tv. paprika,
2 evőkanál pirospaprika,
2 teáskanál bors,
2 teáskanál kömény (őrölt),
8-10 szem boróka bogyó,
só ízlés szerint,
½ l vörösbor (2 dl a pörköltbe, 3 dl a szakácsba)

Elkészítés

Hagyma, paprika, paradicsommal lecsós pörkölt alapot készítünk. Megszórjuk a pirospaprikával, felöntjük 1-1,5 l vízzel. Belerakjuk a feldarabolt sertésfarkokat
és a fűszereket.
2-2,5 óra alatt puhára pároljuk, a végén beleöntjük a 2 dl vörösbort,
összeforraljuk.
Sós főtt krumplival vagy puha kenyérrel, kovászos uborkával tálaljuk.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSHÚSBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Sült kolbász
alaprecept

A Nemesgörzsönyi Polgárőrök ajánlásával

Hozzávalók

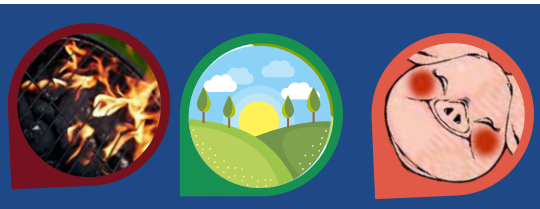
10 kg hús,
10 dkg paprika
24 dkg só,
3 dkg bors,
3 dkg foghagyma,
1 kávéskanál porcukor

Elkészítés

Ledaráljuk a húst, a hozzávalókat belekeverjük. Az egészet jól eldolgozzuk, úgy dagasztjuk, mint a tésztát. Vékonybélbe töltjük szép lassan, töltésnél arra ügyeljünk, hogy üres, levegős rész ne legyen a kolbászban. A végeket megkötjük, az üres levegős részeket megszurkáljuk gombostűvel.

Ahány ház annyi szokás, annyi íz, és titkos hozzávaló, ezért is van a zsűrinek minden évben nagyon nehéz dolga, amikor a legjobb kolbász elkészítőjét keresi Nemesgörzsönyben.

TÁJJELLEGŰ,SERTÉSŐL KÉSZÜLT ÉTEL
NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS



Sült hagymásvér

A Nemesgörzsönyi Polgárőrök és Buzás Sándor ajánlásával, a reggeli pálinka mellén a disznóvágások elmaradhatatlan reggeli étele.

Hozzávalók

½ l vér,
3-4 fej vöröshagyma,
só, bors,
1 ek étolaj

Elkészítés

A hagymát felkockázzuk, és az olajon megpirítjuk. Felöntjük a vérrel és ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Lassú tűzön főzzük a vért és közben fakanállal keveregetjük. Így egyenletesen megsül a vér, addig főzzük, amíg a vér állaga megfelelően darabos lesz.

A görzsönyi polgárőrök reggeli étele Iváncsik Gergő 270-szeres válogatott kézilabdázónkat is meggyőzte, aki évek óta tagja a böllérverseny zsűrijének.

SERTÉSHÚSBŐL KÉSZÜLT ÉTEL

Tepsis káposzta

Toros étel, ami otthon a sütőbe is elkészíthető.
Ízlés szerint füstölthússal, kolbásszal gazdagítható

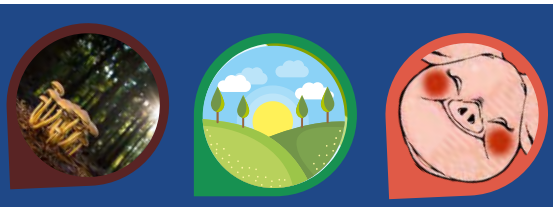
Hozzávalók

1 kg oldalas
0,5 kg darálthús
1 kg savanyúkáposzta
5-6 szelet húsos füstöltszalonna
2 fej vöröshagyma,
3-4 gerezd fokhagyma
2 tojás
15 dkg barnarizs
só, bors, pirospaprika, babérlevél, kapor
1 ek sertészsír
1 ek étolaj

Elkészítés

A szalonnát zsírjára sütöm, azon a hagymát megdisztelem. ráteszem a csontos oldalast, fűszereze,. visszateszem rá a sültzalonnát..
Közben barnarizst teszek fel főni.
A darálthúsból a tojás, hagyam, fokhagyma, rizs, fűszrek felhasználásával gombócikat készítek.
A megpirult húsokat tepsibe szedem.
A maradék zsiradékon a káposztát párolom.
Elkezdem a rétegzést: káőosza, hús, rá a gombóc, majd befedem káposztával.
Sütöbe tolom és kb 180 fokon egy órán át sütöm.
Tejföllel, kaporral tálalom.

SERTÉSHÚSBŐL KÉSZÜLT,
TÁJJELLEGŰ GOMBÁS ÉTEL



Bakonyi batyu

A bakony nklasszikus ízvilága egy laktató ételben.

Hozzávalók

0,5 kg liszt
3-3,5 dl víz
1 cs száraz élesztó
1 ek olaj
1 ek cukor
0,5 kg darálthús
0,5 kg gomba
1 fej vöröshagyma,
1 gerezd fokhagyma
só, bors, pirospaprika,
1 ek étolaj

Elkészítés

Az élesztőt megfuttatom, a batyuhtészta összetevőit összedagasztom és kelni hagyom.
Addig elkészítem a ragut, ami egy darálthúsos, gombás pörkölt. a hagymát dinsztelem, fokhagymát nyomok bele, a húst átpirítom, pitospaprikával, sóval, borssal fűszerezem. Kicsit párolom, majd amikor ár majdnem készen van hozzáteszem a gombát. Összepárolom és tejfölös liszttel behabarom.
A tésztát átdagasztom, kinyújtom és akkora darabokra vágom, hogy a sütőformát ki tudjam bélelni. (kisebb batyukra a muffinsütő is tökéletes)
Megtöltöm, szépen becsavarom és sütöbe rendezem.
180 fokon kb 40-45 pers alatt készre süröm. Friss salátával tálalom.

SERTÉSHÚSBŐL KÉSZÜLT,
TÁJJELLEGŰ GOMBÁS ÉTEL

Babos káposzta

Tipp: rdei gombával gazdagítható, különleges ízvilágot kölcsönöz az ételnek. Vigyázzunk, hogy az alapanyagokat ne főzzük túl, inkább többször kóstoljunk, ellenőrizzünk!

Hozzávalók

0,5 kg savanyúkáposzta
1 fej vöröshagyma,
15-15 dkg füstült szalonna és kolbász
15 dk vörösbab (konzerv)
2 nagy krumli
2 dl tejföl
só, bors, babérlevél
1 ek étolaj (elhagyható, ha jó zsíros a szalonna)
víz
ízlés szerint erdei gomba

Elkészítés

Aszalonnát zsírjára sütöm, megdisnsztelem vele a hagymát és beleteszem a feldarabolt kolbászt, összepirítom.
Babérlevéllel fűszerezem, vízzel felöntöm, hogy ellepje és összeforralom.
Beleteszem a káposztát, majd a burgonyát. Összefőzöm
Tejfölt csomómentesre keverem, néhény burgonyát keményítőnek kiveszek és összeturmixolom vele a habarást. (aki akar, használhatja a klasszikus módon a lisztes vagy keményítős habarást is.)
Beleöntöm a habarást, összeforralom, majd mehet bele a konzervbab. Természetsen előző nap beáztatott száraz bab is tökéletes.
Összeforralom ismét az ízeket.
Kóstolom, fűszerezem és kapros tehjfölell kínálom.

TÁJJELLEGŰ, SERTÉSHÚSBÓL ÉS
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Hideg joghurtos szilvaleves főzés nélkül

A Bakony-és Balaton gasztrofesztiválon elkészített étel, Litér község és a berhidai Szamarasház sajtműhely ajánlásával

Hozzávalók

60 dkg szilva (érett szilvából)
15 dkg cukor (vagy más, egyenértékű édesítőszer)
6 dl joghurt (natúr joghurt)
1 kávéskanál fahéj

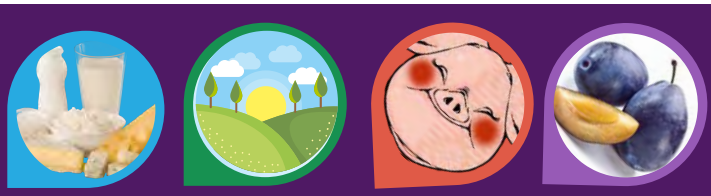
díszítéshez
apróra vágot szilva, vanília fagylalt vagy bármi más ízlés szerint

Elkészítés

A szilvát megmossuk, félbevágva kimagozzuk, és tálba tesszük.
Ráöntjük a cukrot, egy kevés fahéjat, majd hozzáöntjük a natúr joghurtot. Kissé megforgatjuk, majd az egészet beleöntjük egy turmixgépbe, és krémesre aprítjuk.
A levest finom lyukú szűrőn átszűrjük, és tálakba töltjük.
Egy botmixer segítségével a tálalóedényben felhabosítjuk.
Betétként adhatunk hozzá egy gombóc fahéjas fagylaltot, vagy ha kiadósabbat szeretnénk, készítsünk hozzá mini túrógombócokat.
A díszítésre szánt szilvát nagyon apró kockákra vágjuk, és a tetejét meghintjük vele.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvalekváros hájas kráfli



A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep

Hozzávalók

50 dkg sertésháj
70 dkg finom liszt
2 ek ecet
2 dbt ojássárgája
kevéssó
2.5 dl langyos víz
házi szilvalekvár

Elkészítés

A lisztet átszitáljuk, beletesszük a tojások sárgáját, sót, porcukrot, ecetet, majd kevés langyos vizet.. Ezt alaposan kidagasztjuk.

A hájat liszttel összegyúrjuk, formázzuk, és a kinyújtott tészta közepére helyezzük. Az oldalait négy oldalról felhajtjuk, és kisodorjuk, összehajtjuk, fél órát pihentetjük. Ezt a folyamatot négyszer megismételjük. Pihentetést követően kinyújtjuk, négyzet alakúra vágjuk, szilvalekvárt halmozunk a tetejére, felhajtjuk az oldalát és gyorsan kisütjük. Porcukorral ízesítjük.

HAGYOMÁNYOS SZILVÁS RECEPT

Szilva szósz

Klári mama receptje

Tipp: Néha a szilvához 1-2 db almát is felkockázok és együtt főzöm a szószhoz. Nagyon finom a birsalma és meggy szósz is, bármilyen sülthöz és krumplipüréhez. Próbáld ki édesen, nudlivalis!

Hozzávalók

1 kg szilva
cukor
fahéj, szegfűszeg
húsleves lé
só
citrom
1 kis pohár tejföl
1 ek liszt

Elkészítés

A kimagozott szilvát negyedelem és kevés vízzel felteszem a lábosba, egy kicsit rottyantom, majd hozzáadom a fahéjat, szegfűszeget. Húslevessel felöntöm a gyümölcsöt, de szeretem ha nem túl sok a lé. Ha nincs maradék húsleves tyúkhúsleves kockát teszek a gyümölcshöz. Folyamatosan kóstolok, a gyümölcs savassága alapján kevés cukrot is teszek a forrásban lévő edénybe. Ha szükséges picit sózom, citrom karikákkal ízesítem.

Mikor már megpuhultak a gyümölcsök, a tejföllel és a liszttel habarást készítünk, amit simára keverünk. Ezt fokozatosan felmelegítjük a forró lével, és ha már kellően meleg a habarásunk, ráöntjük a megpuhult gyümölcsre. Néhány percig együtt forraljuk, és azután már tálalhatjuk is. A tejföl adja meg azt az ízt, amivel nagyanyáink varázsolták isteni finomra. Lehet tejszínnel is helyettesíteni a tejfölt, de nekem a régi időket hozza vissza a tejfölös habarás

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Szilva öntet

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep

Hozzávalók

1 kg szilva
cukor
fahéj,
vanília

Elkészítés

Süteményekhez, nagyszerű kiegészítő a szilva öntet

Az öntethez a szilvákat kimagozzuk és apróbb darabokra vagdaljuk. A cukrot hozzáadjuk és alacsony hőmérsékleten 30-35 percig főzzük, ezalatt a gyümölcshús megpuhul és eléri a megfelelő sűrűséget. Durva szövésű szűrőn áttörjük, hogy a héjat eltávolítsuk, de ez elmaradhat.

Fahéjjal és vaníliával ízesítjük.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvás lepény

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep

Hozzávalók

30 dkg liszt
1 cs sütőpor
3 db tojás
20 dkg cukor
1 cs vanyliáscukor
1 dl olaj vagy olvasztott vaj
reszelt citromhéj (bio citromból, nem kezelt)
vaj, zsemlemorzsa a sütőformához
60 dkg szilva
2-3 ek cukor
fahéj

Elkészítés

A tojásokat és a cukrot habosra keverem, beleteszem a vaníliás cukrot. Hozzáadjuk az olajat, a citromhéjat.
A lisztet a sütőporral elkeverem, majd jól összedolgozom a masszával.
A sütőformát kivajazom és meghintem zsemlemorzsával, hogy ne ragadjon bele a sütemény.
A szivát megmossuk, kimagozzuk (lehetőség szerint friss szilvát használunk, mert a többi változat nagyon sok levet ereszt.
Fahéjas, vaníliás cukorral összekeverjük.
A tésztán szépen eloszlatjuk.
Tűpróba mellett 180 fokon kb 40-45 perc alatt készül el.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvásgombóc

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep

Hozzávalók

80 dkg főttburgonya
30 dkgl iszt
1 ek vaj
1 db tojás
só
magozott szilva
cukor
fahéj
15 dkg zsemlemorzsa / mák / dió
1 ek porcukor

Elkészítés

A burgonyát héjában megfőzzük, még forrón meghámozzuk és burgonyanyomón áttörjük. A langyosra hűlt masszát a liszttel, a vajjal, tojással és 1 csipet sóval simára gyúrjuk. Ezután félujjnyi vastagra kinyújtjuk, és kb 14-16négyzetlapra vágjuk.

A szilvát megmossuk, leszárítjuk és kimagozzuk, közepébe kicsi fahéjas cukrot teszünk

Egy nagy fazékban enyhén sós vizet forralunk. A szilvaszemeket a tésztalapok közepére helyezzük, és a sarkokat összecsippentjük. Lisztes kézzel gömbölyűre formázzuk a gombócokat, és a lobogó vízben főzzük kb. 15 percig.

Közben a maradék vajat felforrósítjuk. Beleöntjük a zsemlemorzsát, tetszés szerint 1 ek porcukorral édesítjük, és állandó keverés mellett világosbarnára pirítjuk.

A gombócokat kivesszük a főzővízből, lecsepegtetjük, és megforgatjuk a vajas morzsában. Mákban vagy dióban forgatva is nagyon finom!

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvás batyu vaníliafagylattal

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep
Vaníliafagylalt a Szamarasház Sajtműhely helyi terméke

Hozzávalók

30 dkg liszt
15 dkg hideg vaj
10 dkg cukor
1 teáskanál sütőpor
1 tojás
1 csipet só
0.5 dl tejföl
80 dkg szilva
porcukor
1 teáskanál fahéj
1 tojás
vanliafagylalt

Elkészítés

A sütőporral elkevert lisztet morzsold el a vajjal, üsd bele a tojást, keverd hozzá a tejfölt és a cukrot, picit sózd meg, és gyúrj az egészből sima tésztát. Csavard folpackba, és helyezd a hűtőbe egy órára. Közben a szilvát mosd meg, magozd ki, vágd fel apró darabokra.

A sütőt melegítsd elő 180 fokra. Készíts elő egy muffin sütőt és formapapírokkal béleld ki.

A tésztát nyútsd ki kb fél cm vastagra és szaggass belőle akkora köröket, hogy a formapípírt ki tudd bélelni vele. (szilikon sütőformába nem kell formapapír)

A tésztát megtöltöm szilvával és egy kis fahéjas porcukorral meghintem.

Lezárom, megszurkálom és tojással lekenem. Aranybarnára sütöm.

Porcukorral, vaníliafagylalttal tálalom.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvás pite

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészített sütemény - Litér szilvaünnep
Vaníliafagylalt a Szamarasház Sajtműhely helyi terméke

Hozzávalók

30 dkg liszt
15 dkg hideg vaj
10 dkg cukor
1 teáskanál sütőpor
1 tojás
1 csipet só
0.5 dl tejföl
80 dkg szilva
3 evőkanál zsemlemorzsa
3 evőkanál porcukor
1 teáskanál fahéj
1 tojás

Elkészítés

A sütőporral elkevert lisztet morzsold el a vajjal, üsd bele a tojást, keverd hozzá a tejfölt és a cukrot, picit sózd meg, és gyúrj az egészből sima tésztát. Csavard folpackba, és helyezd a hűtőbe egy órára. Közben a szilvát mosd meg, magozd ki, felezd el, és forgasd fahéjas porcukorba.

A sütőt melegítsd elő 180 fokra. A tészta egynegyedét vedd el, a maradékot nyújtsd ki kör alakúra, és egyengesd el egy piteformában. A tetejét villával szurkáld meg, szórd meg zsemlemorzsával, és oszd el rajta a fahéjas szilvát. Ezután a maradék tésztát is nyújtsd ki, és éles késsel vagy derelyevágóval vágj belőle egyforma széles csíkokat, amelyeket rácsos alakban helyezz el a szilva tetején. Kend meg felvert tojással, majd told a sütőbe fél órára, amíg szép aranybarna színt kap a teteje.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Szilvás rétes

A mai konyhákban a kész réteslap használata terjedt el, de ahol még él ez a tudás, érdemes a rétesnyújtás tudományát elsajátítani. Ha nem is egy asztalnyira nyújtjuk, mint egykor nagymamánk, de kisebb méretben mindenkinek sikerülhet.
A balatonkenesei Katica pékség ajánlásával

Hozzávalók

35 dkg liszt
3 ek olaj
70 dkg szilva
4 ek cukor
4 ek zsemlemorzsa
1 tk őrölt fahéj
4 ek vaj
1 ek fahéjas porcukor

Ha nem bíbelődünk a tésztával, réteslappal is készíthetjük. Ekkor a lapokat olaj, tojás és tejföl keverélével knejük meg, hogy ne töredezzenek.

Elkészítés

A lisztet, az olajat, egy csipet sót, 2 dl langyos vizet kézzel lágy tésztagolyóvá gyúrunk. Frissen tartó fóliába csomagoljuk, és legalább 1 órára betesszük a hűtőbe.
A szilvát megmossuk, kettévágjuk, kimagozzuk. Megszórjuk a cukorral, a fahéjjal és 2 evőkanál zsemlemorzsával.
A tésztát lisztezett konyharuhára tesszük, és kézzel vékony, kb. 40 x 40 cm nagyságú négyzetlapra kihúzogatjuk. A vajat megmelegítjük, felével megkenjük a tésztát, és rászórjuk a maradék zsemlemorzsát. A szilvát a tészta alsó harmadára szórjuk, két oldalát kicsit behajtjuk, és a tésztát a konyharuha segítségével feltekerjük.
A sütőt 200 fokra előmelegítjük. A tepsit kivajazzuk, és ráfektetjük a tésztát úgy, hogy az összeillesztés alulra kerüljön. Megkenjük vajjal, és a sütőben kb. 25 percig sütjük. Közben többször átkenjük a vajjal. Hagyjuk kihűlni.
Tálaláskor megszórjuk porcukorral.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Aszalt szilvával töltött karaj

A gyakorlottabb szakácsok az egész karaj töltésével is próbálkozhatnak, aki most kezdi egy-egy szép szelet kikloffot húsba tekerje a tölteléket.
Litér Község Önkormányzatának ajánlásával

Hozzávalók

100 g aszalt szilva
4 szegfűszeg
kisujjnyi fahéj
1 dl száraz vörösbor
600 g kicsontozott sertéskaraj
só, bors
2 ek. olaj
1 közepes fej hagyma
4-6 gerezd fokhagyma
1 kk. szárított rozmaring
4 közepes alma

Elkészítés

Az aszalt szilvát megmossuk. A szegfűszeggel és a fahéjjal felforraljuk a bort, a szilvára öntjük, 1 órán át áztatjuk benne. A húst leöblítjük, szárazra törölgetjük, majd vékony, hosszú pengéjű késsel középen felszúrjuk úgy, hogy a „túlsó” végét ne lyukasszuk ki. Fakanálnyéllel kitágítjuk a nyílást, a húst pedig bedörzsöljük egy kevés sóval. A hagymát és a fokhagymát meghámozzuk, a hagymákat elnegyedeljük.
Az aszalt szilvát leszűrjük és a felszúrt húsba tömködjük. A nyílást, a húst sonkaszerűen megkötözzük. Nagyobb serpenyőben felforrósítjuk az olajat, és hirtelen körbesütjük, megkapatjuk benne a húst.
Mélyebb sütőedénybe emeljük, tetejére locsoljuk a forró olajat, majd mellédobjuk a fokhagymagerezdeket és a hagymát, meghintjük a rozmaringgal és néhány tekerésnyi frissen őrölt borssal. Aláöntünk egy kevés vizet, alufóliával betakarjuk, majd közepesen meleg sütőben (180 °C) kb. 1 órán át pároljuk. Ha átsült (tűpróba!), levesszük a húsról a fóliát, és saját levével locsolgatva pirosra sütjük (további 20-25 perc).

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Aszalt szilvával töltött csirkemell

Tipp: a csirkemelleket megsüthetjük natúr, bacon szalonnába göngyölve, vagy rántva is.
Litér Község Önkormányzatnak ajánlásával

Hozzávalók

4 db csirkemell filé hosszában vágd félbe
25 dkg aszalt szilva ez a mag nélküli súly
1 kávéskanál bors
1 teáskanál só
15 dkg bacon vékonyra szeletelve
5 evőkanál olaj

Elkészítés

Az aszaltszilvát beáztatjk, majd szűrjük és kicsit felszárítjuk róla a folyadékot.
A csirkemell szeleteket felvágjuk, kikloffoljuk, sózd, borsozd, és oszd el rajtuk az aszalt szilvát.
Tekerd fel a csirkemelleket, a tekercseket pedig baconbe göngyöld bele. Megtűzheted fogpiszkálóval, hogy sütés közben egyben maradjanak. Melegítsd elő a sütőt 180 fokra.
Tedd tepsibe a csirkemelleket, fedd le fóliával a tepsit, és 30 percig, 180 fokon süsd a csirkemellet. 30 perc múlva vedd le a fóliát, és még további 20-30 percig pirítsd a finom csirkemelleket.

A csirkemelleket leget egyebn bevagdosni és a tölteléket abba helyezni és így sütőben megsütni, vagy a göngyölést követően a hagyományos módon, liszt, tojás, morzsa, panírozni és bő olajban kisütni.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL
SERTÉSHÁJJAL

Szilvás aprósütemények

A Litéri Táncosok Baráti köre által elkészítettsütemények
Rengeteg recepttel és finom süteménnyel örvendeztettek meg bennünket a litériek, igazán nagy hagyománya van a településen a szilva felhasználásának. A hagyomásnyos aprósüteményeket szilvalekvárral töltötték meg.

Egyszerű szilvás piskóta

25 dkg margarin, 25 dkg cukor, 4 db tojás, 1 cs sütőpor

25 dkg liszt, 30 dkg szilva, 2 tk fahéj, vaj, liszt

A puha margarint és a cukrot összedolgozzuk, a tojásokat egyenként hozzáadjuk.

A sütőport és a lisztet elkeverjük, majd a tojásos keverékhez adjuk.

Vajjal kikent, kilisztezett, az alján sütőpapíros tepsibe öntjük, rárakjuk a felezett, kimagozott szilvát, és megszórjuk kristálycukor és fahéj keverékével. 180 fokon, kb. 50-60 percig sütjük. Tűpróba szükséges!

Szilvás papucs

1 dl tej, 1 dkg friss élesztő, 30 dkg finomliszt, 6 dkg porcukor, csipet só, 6 g sütőpor, 12 dkg vaj vagy margarin, 1 tojás, szilvalekvár

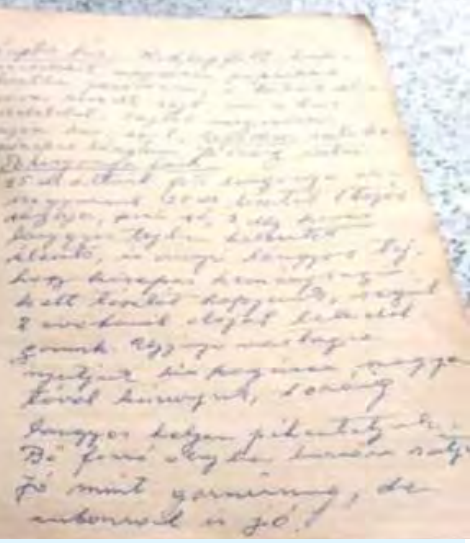
A tészta hozzávalóiból összegyúrjuk a tésztát. Ha szükséges, akkor adjunk még hozzá kevés lisztet. Letakarva 15-20 percig pihentetjük.

Egy lisztezett nyújtólapon téglalap alakúra, kb 3-4 mm vastagra nyújtjuk a tésztát és kb 4*4 cm-es négyzetekre vágjuk.

Anégyzetekre lekvárt halmozunk, majd az egyik sarkát a tésztának ráhajtjuk, megkenjük felvert tojással és a szemközti sarkát a tésztának ráhajtjuk és kissé rányomjuk. A kész papucsokat sütőpapíros tepsire sorakoztatjuk, majd tojással megkenjük.

180 fokra melegített sütőben kb 30 perc alatt szép pirosra sütjük.

Porcukorral megszórva kínáljuk.



TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Ecetes szilva

Csizmadia mama receptfüzetéből

Sültek mellé kitűnő, friss savanyúság. Mindig a kevésbé érett (félérett), kemény szilvákat használjuk savanyításra.

Hozzávalók

2 kg szilva
40 dkg kristálycukor
1.5 l víz
1.5 dl 10 százalékos ecet
2 kisebb rúd fahéj
3 db szegfűszeg
1 csipet só

Elkészítés

A szilvákat alaposan megmosom, a szárát eltávolítom. Csak ép gyümölcsöket használok, ez fontos!
A savanyító léhez összekeverem egy lábosban a vizet, az ecetet, a sót, a cukrot, a szegfűszeget és a fahéjat, majd forrald fel.
A szilvákat az alaposan elmosott, szárított üvegbe rendezem, szépen, mutatósan, szorosan egymás mellé, majd felöntöm a fűszeres vízzel.
Kicsit hagyom állni benne a gyümölcsöt, majd a levet óvatosan leöntve ismét átforralom. Ezt követően a gyümölcsre töltöm, hogy ellepje.
Az üvegeket jó alaposan, légmentesen lezárom, meleg dunsztban kihűtöm, majd a hűvös kamrában tárolom.
Kell egy-két hónap, hogy a gyümölcs átvegye a fűszeres ízt, és finom savanyúsággá váljon.

SZENT KINGA
ÉLÉSTÁRA
SZOCIÁLIS SZÖVETKEZET
KÜNGÖS
ALAPÍTVA 2013

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Szilvalekvár

A küngösi Szent Kinga Éléstára Szociális szövetkezet ajánlásával. Cukormentes változatban is készítik eritritol és stevia felhasználásával

Hozzávalók

recept otthoni lekvárkészítéshez
5 kg szilva
80 dkg cukor
0.5 dl ecet (20%-os)

Sokan ízesítuk is a lekvárt fahéjjal, rummal, cirtommal.

Elkészítés

Előző este a szilvákat kimagozzuk, megmossuk és az érett szemeket egy lábasba tesszük a cukorral és az ecettel. Egy egész éjszakán át állni hagyjuk.
Másnap alágyújtunk, és a forrástól számítva, 5-6 órán át kavarás nélkül főzzük takarékon. Majd megkavarjuk és további 30 percig főzzük.
Előveszünk egy tepsit, beleöntünk kétujjnyi forró vizet és beleállítjuk a befőttes üvegeinket és megtöltjük mindet lekvárral. Minden üveg tetejére, a lekvárra köménymag nagyságú szalicilt teszünk, és lezárjuk az üvegeket.
Száraz gőzbe tesszük: mi egy dobozt ki szoktunk pokrócokkal bélelni, és a lehető legkevesebb mozgatás és döntögetés mellett beletesszük a lekvárokat.
Meleg dunsztban hagyjuk kihűlni.

TÁJJELLEGŰ,
HELYI ALAPANYAGBÓL KÉSZÜLT ÉTEL

Szilvalekváros bukta

A küngösi Szent Kinga Éléstára Szociális szövetkezet ajánlásával. Cukormentes változatban is készítik eritritol és stevia felhasználásával

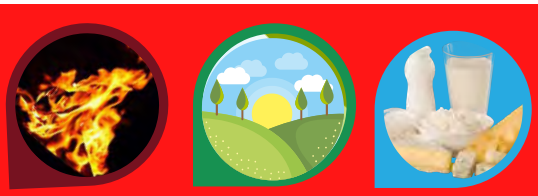
Hozzávalók

3 dkg élesztő
1 ek kristálycukor
3 dl ej
50 dkg liszt
3 db tojás
10 dkg vaj
5 dkg porcukor
1 db citrom reszelt héja
20 dkg Küngösi szilvalekvár
porcukor

Elkészítés

A lekváros bukta elkészítéséhez az élesztőt kevés kristálycukorral 1 dl langyos tejben felfuttatjuk.
Hozzáadjuk az előzőleg leszitált liszthez, majd összekeverjük a tojások sárgájával, az olvasztott vajjal, a porcukorral, a langyos tejjel és a citrom lereszelt héjával. Robotgéppel (tésztához való keverőfejjel) addig keverjük, míg összeáll a tészta. A tetejét megszórjuk kevés liszttel, letakarjuk egy konyharuhával, és kb. 30 percig meleg helyen kelesztjük.
A megkelt tésztát lisztezett deszkára helyezzük, és újra alaposan átgyúrjuk. Ha ragad, teszünk még hozzá pici lisztet. Kinyújtjuk, 3x8 cm-es téglalapokat vágunk belőle, majd minden darabot megtöltünk sűrű, kemény lekvárral.
A lekváros buktákat kivajazott tepsire helyezzük, a tetejüket megkenjük olvasztott vajjal, végül 190 fokra előmelegített sütőben aranybarnára sütjük. Porcukorral meghintve tálaljuk.

TÁJJELLEGŰ ÉTE, HELYI TERMÉK
NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS



Berhidai grillsjat vegyes zöldsalátával

A Berhidai Szamarasház Sajtműhely ajánlásával.
A Bakony-Balaton gasztro napon elkészített étel.
Tipp: a salátát locsoljuk meg Tési tökmagolajjal!

Hozzávalók

6-8 szelet friss grillsajt
Vegyes zöldsaláta
jégsaláta
uborka
lila hagyma
paradicsom
TV paprika
tökmag
só, bors, citromlé, hidegen sajtolt olaj
tökmagolaj

Elkészítés

A grillsajtot beszerezhetjük a Berhidai Szamarasházból, akik a Várpalotai és Balatonalmádi piacon is árulják kézműves helyi termékeiket. A friss sajt szeletekbe le is fagyasztható, minőségromlás nélkül használható fel azt követően is.
A friss saláta összetevőit egyforma méretű darabokra kockázzuk és összekeverjük.
Hidegen sajtolt olajból, fűszerekkel, citromlével öntetet készítünk.
A tökmagokat enyhén megpirítjuk.
A zöldsalátá a fűszeres öntettel lazán összekeverjük.
Tálaláskor a salátára helyezünk 1-2 szelet nyilttűzön meggrillezett sajtot, meglocsoljuk tökmag olajjal és rászórunk egy kanál pirított magot.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Pita grillen sütve

Kontics Monika munkaszervezet vezető ajánlásával
Tipp: sütőkövet használva óvhatjuk a megégéstől a tésztát. Finom füstöt íze teszi egyedivé .

Hozzávalók

20 dkg liszt
10 g élesztő (friss)
1,2 dl víz (langyos)
fél tk cukor
fél tk só
fél ek olaj

Elkészítés

Keverjük el a cukrot egy deciliter langyos vízben, majd morzsoljuk bele az élesztőt, tegyünk rá egy kanál lisztet, futtassuk fel.
A lisztet és a sót szitáljuk egy tálba, és öntsük bele az élesztős vizet. A maradék vizet is tegyük hozzá, és kezdjük dagasztani. Kézzel elég jó edzés, géppel kicsit szórakoztatóbb.
Ha gyúrható állapotba kerül a tészta, akkor borítsuk ki a pultra, kézzel is dagasszuk át újra, és formázzunk belőle egy gombócot.
Olajozzunk ki egy tálat, és tegyük bele a tésztát, és úgy forgassuk, hogy minden oldalról befedje az olaj. Takarjuk le egy tiszta konyharuhával, és meleg helyen hagyjuk kelni akár 1,5-2 órán át, vagy amíg a tészta a duplájára nem nő.
Nyomjuk ki a levegőt a tésztából, és vágjuk 5-6 darabra. Formázzunk belőle kis golyókat, tegyük egy lisztezett felületre, és hagyjuk további 10 percig pihenni.
Melegítsük elő a grillkövet 250 fokra. Ha a grillrácsra követ teszünk, arra egy kis tűzálló tálban helyezzünk vizet a párásításhoz, vagy magát a grillkövet locsoljuk meg.
A pitákat nyújtsuk ki kerekre úgy, hogy az átmérőjük körülbelül 10-12 centiméter legyen, a magasságuk pedig fél centiméter. mindkét oldalukat süssük 4-6 percig. Így lesz kívül ropogósabb, belül puhább. Ha puhábbra szeretnénk, akkor süssük picit rövidebb ideig.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Grillen egészben sült csirke

Tipp: használunk csirke sütőt, aminek a belsejébe az ízesítéshez, sör, zöldségek, fűszerek helyezhetők. A sütő helyettesíthető alumínium dobozzal, amit tisztítsunk meg és fedjünk be sütőfóliával.

Hozzávalók

1 db egész grillezni való csirke
1,5 dl sör
3-4 gerezd fokhagyma
1 fej vöröshagyma
rozmaring
kakukkfű
1 szelet füstöltszalonna
1/2 citrom
1/2 narancs
1 dl joghurt
só, bors, 1 ek olaj
ízlés szerint fűszersó

Elkészítés

A csirkét és a zöldségeket, gyümölcsöket megtisztítjuk.
a szalonnát csíkokra vágjuk.
Beletöltjük a sütő, vagy doboz közepébe, felöntjük sörrel, belenyomjuk az 1/4 citrom levét.
Só, bors, grillfűszer, olaj, citromlé keverékével pácot készítünk és jól bedörzsüljök vele a csirkét a bőre alatt is.
A grillen kb 1 óra alatt, néha meglocsolgatva készre sütjük.
Ne süssük túl, mert akkor szétesik, mikor a sütőről leemeljük.
Miután felszeltük a darabok még a rácson gyorsan átsüthetők, de ez általában nem szükséges, anélkül is szép ropogós és piros lesz.
A joghrot sóval, borssal, reszelt foghagymával összekeverjük.
Züld salátával, pitával, joghurtos öntettel val grillezet zöldséggel, gyümölccsel, burgonyával tálaljuk.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Grillen sült zöldségek, gyümölcsök

Kontics Monika munkaszervezet vezető ajánlásával
Tipp: friss zöldségek a kertből változatossá teszik a grillkínálatot nyáron

Hozzávalók

cukkini
gomba
édesburgonya
burgonya
paprika
koktélparadicsom
hagyma
spárga, céla, répa
alma, körte, barack
dinnye
ananász, banán,
bármi, amit szívesen meggrilleznél :)

Elkészítés

A zöldséget, gyümölcsöt megtisztítjuk és nem túl vékony szeletekre, darabokra vágjuk.
A zöldségeket olajos pácban megforgathatjuk, a gyümölcsöknek nem kell semmi, csak a saját cukortartalmuk karamellizálja majd meg.
Grillre helyezett tepsiben friss lecsó is készíthető.

Húsok mellé köretnek vagy önmagukban egy finom friss jughurtos öntettel fogyaszthatók.
A gyümölcsök akár fagylattal vagy pitével desszertként is.

A dinnye meglepetést fog okozni, elsősorban húsok mellé lesz finom :)

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Grillezett sajt grillezett paradicsomos cukkinisalátával

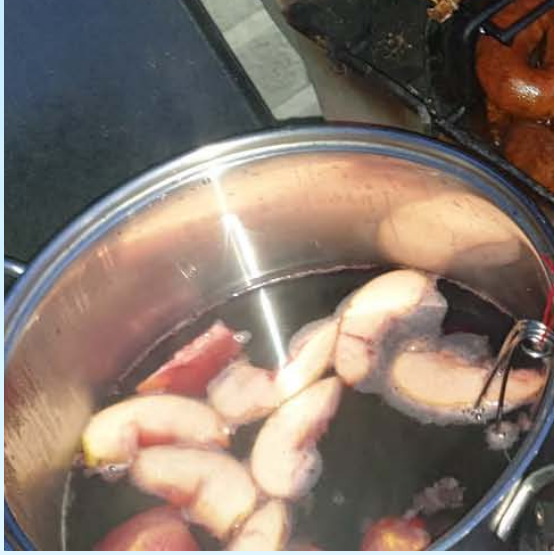
A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kerből az asztalra zöldségek és a Szamaras ház terméke.

Hozzávalók

6-8 szelet friss grillsajt
2 db közepes cukkini
1 fej lila hagyma
10 dkg vegyes koktélparadicsom
2 szár újhagyma
2-3 füge
balzsamecet
1-2 ek olaj
só, bors, citromlé, hidegen sajtolt tökmagolaj

Elkészítés

A grillsajtot beszerezhetjük a Berhidai Szamarasházból, akik a Várpalotai és Balatonalmádi piacon is árulják kézműves helyi termékeiket. A friss sajt szeletekbe le is fagyasztható, minőségromlás nélkül használható fel azt követően is.
A zöldségeket megmossuk. a cukkinit vékony lapokra gyaluljuk, vagy zöldségpucolóval szeleteljük.
A hagymát vékonan felkarikázzuk, a paradicsomokat csak mossuk.
Az olajon először a cukkini csíkokat egyesével grillezük, utána a hagymát, majd amikor az megkaramellizálódott egy kicsit rádobjuk a paradicsomokat.
2 db fügét negyedelve grillezünk, a héjját lehúzzuk.
Balzsamecettel, tökmagolajjal fűszerekkel összekeverjük, meglocsoljuk Táési tökmagolajjal.
Grillsajttal tálaljuk



NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Télen is grillen

Tipp: hideg időben kellemes belobbantani a tüzet és a kertben készülni egy-egy vacsorára.
Forraltbort kortyolgatva készülhetnek a görzsönyi finomságok.
Kontics Monika rendezvényigazgató ajánlásával

Hozzávalók

sütni való kolbász
grillkolbász
4-5 szem burgonya
2-3 szelet szalonna

Forraltborhoz
1,5 l száraz vörösbor
1,5 l feketetea
fahéj, csillagánizs, szegfűbors, cukor, szegfűszeg
citrom, narancs, alma

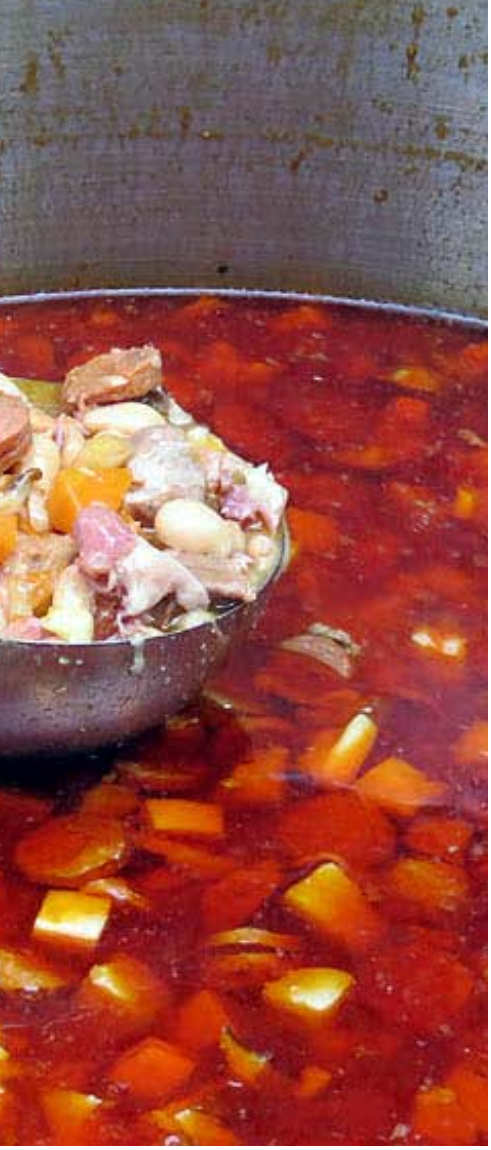
Elkészítés

A kolbászokat sütőedényben, alacsonyabb hőfokon sütjük kb egy fél órát, közben forgatjuk, majd, ha elkészült lepirítjuk.

A forraltborhoz elkészítjük a teát, összeöntjük a borral, fűszerezzük ízlés szerint.

Egy igazán nagyszerű és hangulatos téli vacsora.

Öltözzenek melegen!



NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Bográcsos Jókai bableves Alsóörsről

Több, mint 20 éve várja Jókai féle bablevessel alsóörs a kultúra és gasztronómia szerelmeseit.
Az Alsóörsön is élt Endrősi Sándor és Jókai Mór emlékének adózva rendezik meg évente a programot, ahova Balatonfüredről a Jókai hajóval lehet érkezni, majd finom bablevest kóstolni a kulturális programok alatt.

Hozzávalók (4 adag)

25 dkg fejtett bab
0,8 kg füstölt sertéscsülök, 7.5 dkg kolbász
1,5 db babérlevél
0,5 közepes db zöldpaprika és paradicsom
1,5 gerezd fokhagyma, 0.5 közepes db vöröshagyma
0,5 nagy db fehérrépa, 1 közepes db sárgarépa
0,5 ek finomliszt
1 teáskanál fűszerpaprika
0,8 dl víz
75 ml tejföl
0,5 csokor petrezselyem
A csipetkéhez
5 dkg finomliszt, 0,5 csipet só, 1 db tojás

Elkészítés

A babot előző este beáztatjuk. Másnap a csülköt felöntjük annyi hideg vízzel, amennyi ellepi, és közepes lángon 1,5-2 óra alatt puhára főzzük. Kivesszük a főzővízből, félretesszük, míg kihűl. A babot az áztatóvízzel együtt egy nagy fazékba öntjük, hozzáöntjük a csülök főzővizét, mellészórjuk a kis kockákra vágott paradicsomot és paprikát, és a finomra vágott fokhagymát. Közepes lángon 1-1,5 óra alatt félpuhára főzzük a babot. Ha letelt, hozzáadjuk a megpucolt és felkarikázott fehér és sárgarépát. Addig főzzük, míg az összes zöldség és a bab is megpuhul. Közben elkészítjük a csipetkét. A kolbászt felkarikázzuk, egy serpenyőben kiolvasztjuk, majd kivesszük a zsírjából. A visszamaradt zsíron üvegesre piritjuk a nagyon finomra vágott vöröshagymát, majd hozzáadjuk a lisztet, fél percig pirítjuk. Mehet mellé a fűszerpaprika, egyet keverünk rajta, majd felöntjük annyi vízzel, hogy sűrű tejföl állagú rántást kapjunk.
A rántást belekeverjük a levesbe, újraforraljuk. Beletesszük a csipetkét, és pár percig együtt főzzük. A tejfölt elkeverjük egy kanál forró levessel, majd visszacsurgatjuk a levesbe. Végül beleszórjuk a finomra vágott petrezselymet, és hozzáadjuk a pirított kolbászkarikákat. A csülköt lefejtjük a csontokról, felkockázzuk, leveses tányérokba szedjük, és arra merjük a forró levest.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Lecsó Balatonkeneséről

15 éve rendezik meg Balatonkenesén az országos Lecsófesztivált, ahol hazai és határon túlról érkező csapatok mérik össze tudásukat és készítik el friss alapanyagokból ezt a közkedvelt nyári ételt.
Gyenge Katalin egyesületünk elnökségének tagja több éve a zsűri tagjaként kíséri figyelemmel a csapatok munkáját.

Hozzávalók

60 dkg paradicsom
1 kg lecsópaprika
3 csipet só (nagy)
0.5 kk fekete bors (őrölt)
1 ek fűszerpaprika (lapos)
2 kis db vöröshagyma (nagyobb)
3 ek napraforgó olaj

Teheteünk még bele:
szalonnát, kolbászt, virslit, tarhonyát, tojást, cukkinit, gombát.
Tölthetjük buciba.
Fogyaszthatjuk hidegen vagy melegen is, köretként vagy főételnek.

Elkészítés

A hagymát megtisztítjuk, apró kockákra vágjuk.
A paprikát felkarikázzuk, a paradicsomot pedig negyedekre szeleteljük.
A hagymát (magas lángon) az olajon aranysárgára pirítjuk, majd hozzáadjuk a paprikát.
Amikor a paprika összeesett, és végre lett egy kis hely a fazékban (az sem hátrány, ha a hagyma mintájára a paprikát is odakapatjuk picit, ezért nem mérsékeltük a lángot), hozzáadjuk a paradicsomot is, majd sózzuk, borsozzuk, és egy pillanatra lehúzzuk a tűzről, hogy hozzáadhassuk a pirospaprikát.
Jól megkeverjük a lecsót, majd lefedjük, és közepes lángon addig pároljuk, amíg a paradicsomok szét nem főttek.
Ha sűrűbben szeretnénk készíteni, akkor az utolsó 15 percben levesszük róla a fedőt. Jó étvágyat!
Bátran próbálkozzanak az alapreceptet "felturbózni" minél változatosabb és ízletesebb alapanyagokkal.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Balatoni halászlé
a Balatonfűzfői Horgászegyesület receptje alapján

Tipp: minél többféle halat teszünk az alapba, annál finomabb és gazdagabb ízű lesz a leves.
Az egyesület a tálaláshoz a ropogós házikenyeret minden évben a balatonkenesei Katica pékségben rendeli meg.

Hozzávalók

1,5 liter víz
2 darab halfej, halfarok
1 fej hagyma
ízlés szerint só
1 kg ponty
másfél ek pirospaprika
opcionális cseresznyepaprika

Elkészítés

A halat tisztítsuk meg, vágjuk szeletekre, sózzuk be (a fejet és a farkat is), hagyjuk állni egy órát. Egy fazekat töltsünk meg 1,5 liter vízzel, tegyük bele a halfarkat és -fejet, esetleg uszonyt, az apróra vágott hagymát, illetve a krumplit összedarabolva. Főzzünk egy alaplevet, akkor jó, ha a halhús már elválik a szálkától. Szűrjük le a levet, szedegessük le a halhúst a szálkáról, amennyire tudjuk, majd egy kis lével együtt passzírozzuk át a halat, hagymát, krumplit. Ehhez van külön passzírozógép, de apró lyukú, fém szűrőn keresztül is megtehetjük.
Tegyük vissza a tűzre a passzírozott halat és levet, mikor forr, tegyünk bele a pirospaprikát. Ha azzal együtt is felforrt, tegyük bele a halszeleteket - és ha szeretnénk, a szeletekre vágott krumplit. 20 percig főzzük, míg a hal puha nem lesz.
Vegyünk ki egy kis levet, nyomkodjunk bele egy cseresznyepaprikát, ez lesz a csípős annak, aki szeretné.
A forró levet ropogós házi kenyérrel tálaljuk.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Csülökpörkölt
a Balatonfűzfői Horgászegyesület receptje alapján

Tipp:Az egyesület a tálaláshoz a ropogós házikenyeret minden évben a balatonkenesei Katica pékségben rendeli meg.
Finom házi kovászosuborkával fogyasszuk.

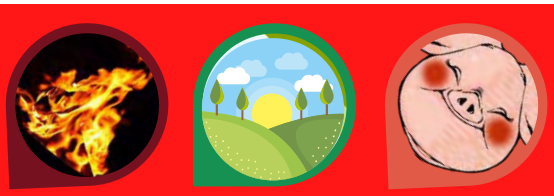
Hozzávalók

1,5 kg csülök
0,5 kg sertéscomb
20 dkg húsos szalonna
3 fej vöröshagyma
5 gerezd fokhagyma
2 darab tv paprika
2 darab paradicsom
2-3 ek őrölt fűszerpaprika
1 kk őrölt fűszerkömény
só-, bors-, csípős paprika ízlés szerint
3 ek zsír vagy olaj

Elkészítés

A csülköt alaposan megmossuk, és nagyobb darabokra vágjuk a combbal együtt. Hagyjuk kicsit lecsöpögni. Hagyunk benne csontos és csont nélküli darabokat is, de a csontos daraboknál vigyázzunk, hogy ne legyen szilánkos! Megtisztítjuk, felkockázzuk a vöröshagymát és a felhevített zsíron és szalonnán üvegesre pároljuk, ízesítjük a paprikával, paradicsommal. Rádobjuk a lecsöpögött húst és fehéredésig pirítjuk. Felöntjük bőven vízzel, hogy ellepje. Meghintjük a sóval, borssal, pirospaprikával. Rázúzzuk a megtisztított fokhagymát és hozzáadjuk a darált pirospaprikát.
Fedő alatt addig főzzük, míg a hús meg nem puhul. Ez nyílttűzi főzésnél 2-2,5 óra is lehet a mennyiségtől függően. mi általában 100 adagot készítünk.
A fedőt levéve hagyjuk a felesleges vizet elfőni. Csípős paprikával ízesíthetjük. ízlés szerint mehet bele babérlevél, kömény.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS



Sólyi csülökpörkölt körömmel bográcsban

Bakony-Balaton gasztrofesztivál nyertes étel. Sóly község önkormányzat ajánlásával.

Hozzávalók

1.5 kg sertéscsülök (egy nagyobb darab)
1.5 kg sertésköröm
6 közepes db vöröshagyma
5 közepes db zöldpaprika
3 közepes db paradicsom
7 gerezd fokhagyma
4 teáskanál köménymag
só ízlés szerint
fekete bors
4 ek fűszerpaprika
200 g sertészsír
3 dl víz

Elkészítés

Csülköt, körmöt csontozzuk ki, vagy legjobb, ha erre már a hentest megkérjük, hogy elkerüljük a szilánkokat.
A hagymát tisztítsuk meg és vágjuk nagyobb darabokra, majd zsíron tegyük fel pirulni egy lábasban. A zsír mennyiségétől ne ijedjünk meg, a jó alaphoz, és ennyi zöldséghez kell ennyi, ettől nem lesz zsíros az étel. Ebben a stádiumban beletehetjük az edénybe a csülök eldarabolt csontjait is. Amikor aranyszínűre pirult, adjuk hozzá a felkockázott nem csípős zöldpaprikát. Amikor a paprika üveges, adjuk hozzá a felkockázott paradicsomot is, majd pirítsuk addig, amíg a paradicsom szétfő.
Amikor az alap elkészült, kevés vízzel öntsük fel, és forraljuk össze. Az átmosott körmöket ezután tegyük az alapba, sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg köménymaggal, és lassan, kis lángon pároljuk. Figyeljünk rá, mert könnyen odakap.
Kockázzuk fel a csülköt nagyobb darabokra és akkor tegyük a körömhöz, amikor az már majdnem készre párolódott. Apránként pótoljuk a folyadékot, ne legyen leveses.
Ízesítsük foghagymával, kóstoljuk és főzzük készre.
Akkor jó, ha sűrű és cupákos. Ha túl sok zsír főtt kia húsból merjük le még amíg forró.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Juhász borában érlelt vaddisznó lencsegulyás

Sóly község önkormányzata által elkészített és ajánlott étel

Hozzávalók (4 adag)

20 dkg lencse
1 közepes db vöröshagyma, 1 gerezd fokhagyma
1 nagy db sárgarépa, 1 közepes db fehérrépa
1 kis db karalábé, 1 kis db zeller, 4 db zellerlevél
0.5 csokor petrezselyem, 1 nagy db paradicsom
0.5 közepes db hegyes erős paprika
1 tk fűszerpaprika, 1 db babérlevél, köménymag
5 dkg kolozsvári szalonna
0,5 kg pácolt vaddisznóhús
1 ek setészsír
0.5 db citrom
2 dl tejföl, 1 evőkanál finomliszt
1 dl vörösbor
só ízlés szerint 1 teáskanál fekete bors (őrölt)

Elkészítés

A lencsét előző este válogatás, mosás után beáztatjuk.
Másnap a hagymákat aprítjuk, a répát, a gyökeret, a paprikát, paradicsomot karikázzuk, a karalábét és a zellert daraboljuk, a zeller és petrezselyemlevelet aprítjuk.
A kolozsvári szalonnát kevés zsíron megpirítjuk. Ennek zsírjában megdinszteljük előbb a hagymát, majd a zöldségeket. Beletesszük a húst és övegesre pirítjuk, megszórjuk fűszerpaprikával.
Kevés vízzel felöntve pároljuk.
A félig kész húsra ráöntjük a lencsét az áztató vizével, s még öntünk hozzá.
Belerakjuk a babérlevelet, fűszerezzük.
45 perc főzés után beleöntjük a bort, facsarunk bele citromot
Kóstolás alapján, amikor kész az étel sűrűre habarjuk a liszt és tejföl keverékével.

Friss paradicsom és csípős paprika karikákkal tálaljuk.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Cigánygulyás pörköltből

A Berhidai napokon elkészült étel Pergő Margit a Bakony és Balaton KKKE elnöke, Berhida város polgármestere ajánlásával

Hozzávalók

Pörkölt

0,5 kg marhalábszár, vagy nyaka (tarja), 3 dkg zsír, vagy olaj, 2 nagy fej hagyma, 3 gerezd fokhagyma, 2 ek házi paprika, 1 zöldpaprika, 1 paradicsom, só.

1 kg burgonya, 1 zellerlevél, 1 sárgarépa, 1 zöldség, köménymag, só, csipetke egy tojásból.

Elkészítés

A cigány pörkölt alapanyagai megegyeznek a hagyomásnyös pörköltével, azonban az arányok mások és jóval fűszeresebb.

A zsírban aranysárgára pirítom az apróra vágott hagymát, majd beleforgatom a felkockázott húst. Sózom, majd időnként kevergetve saját levében pörkölöm. Mikor zsírjára sült rászórom a pirospaprikát és állandóan ügyelve arra, hogy le ne égjen, félpuhára párolom (vizet csak szükség esetén és nagyon keveset teszek bele). Ekkor belekarikázom a paprikát, a paradicsomot és beleteszem a zúzott fokhagymát.

2 liter sós vízben felteszem főni a cikkekre vágott burgonyát, zellert és a többi gyökérfélét. Mikor majdnem puha, beleteszem a levével együtt a pörköltet és belefőzöm a csipetkét, amellyel még kb. 10 percig főzöm.

NYÍLTTŰZI SÜTÉS, FŐZÉS

Birkapörkölt variációk Litérről alaprecept

A hagyományos birkafőző verseny alkalmával a település csapatai jó hangulatu gasztro program keretében mérik össze tudásukat.
A nyertes ételt májal gazdagították.

Hozzávalók

1,8 kg birka hátulja vagy gerince
2 nagy fej vöröshagyma
3 gerezd fokhagyma
1 tv. paprika
1 érett, hámozott paradicsom
2 ek. sertés zsír
2 ek fűszerpaprika
1 ek. törött bors
1 kk. őrölt kömény
só
1 dl száraz vörösbor

ízlés szerint: szalonna, kolbász, máj

Elkészítés

A birkahúst gondosan előkészítjük, a faggyútól és a hártyáitól megtisztítjuk, majd kb. nagyobb darabokra vágjuk.
Az összedarabolt húst és az összevágatott csontokat feltesszük főzni. Amikor elkezd habozni, kétszer-háromszor átkeverjük, és forrástól számítva 2-3 percig főzzük, majd egy nagy szűrőtálba leszűrjük, leöblítjük.
Ezzel a módszerrel eltűnik a birka faggyús íze.
Összevágjuk a hagymákat, a paprikát, a hámozott paradicsomot és a zsírra tesszük. Rögtön rárakjuk az előfőzött húst és fedő alatt, lassú tűzön (só nélkül) pároljuk. Párolás közben többször átkavarjuk. Amikor kezdi elfőni a saját levét, rászórjuk a paprikát, a borsot, a köményt, a sót és felöntjük annyi vízzel, hogy jól ellepje, majd jó puhára főzzük. Ezzel a módszerrel, igazi „pörkölt” ízt kap a hús.
A főzési idő utolsó 10 percében hozzáöntjük a bort is.

MI AJÁNLJUK!

Sonkás tojásos reggeli tavaszi salátával

Kontics Monika munkaszervezet vezető ajánlásával

Hozzávalók

6 szelet teljesőrlésű toast kenyér
6 szelet főttsonka
6 tojás
10 dkg reszelt sajt
só, bors
jégsaláta
uboka
paradicsom
paprika
zöldhagyma
kukorica
1 pohár joghurt, fokhagyma, zöldfűszer

Elkészítés

Sportoló gyerekek anyukájaként tudom, hogy mennyire fontos a kiegyensúlyozott, fehérjében gazdag reggeli.
Tartalmazzon szénhidrátot, fehérjét, friss zöldségeket.
Mindezt úgy kell tálalni, hogy kedve is legyen a fiúknak megenni.
A toasztokat kicsit megpirítom és a muffinformába helyezem, mint egy kis tányért.
Körbe kibélelem a főttsonkával. Az aljára szórok egy kis reszelt sajtot.
Mindegyikbe beleütök egy egész tojást. Sózom, borsozom, majd reszeltsajttal befedem.
Sütőben addig sütöm kb 185 fokon, amíg aranybarna lesz a sajt.
A zöldségeket megmosom, felaprítom és összekeverem. A joghurot sózom, borsozom és a zúzott fokhagymát, zöldfűszereket belekeverem. Frissen tálalom.

MI AJÁNLJUK!

Fokhagymakrémleves cipóban,

ahogyan én készítem

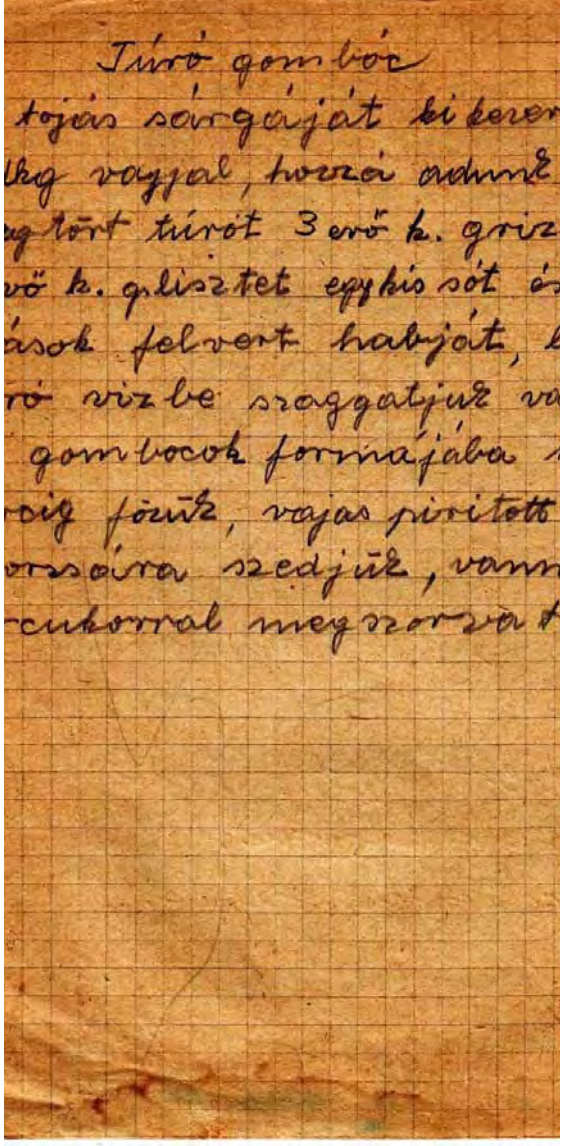
Kontics Monika munkaszervezet vezető ajánlásával

Hozzávalók

cipóhoz 3 db
50 dkg liszt
3 dl víz
2.5 dkg élesztő
1.5 dl tej
1 teáskanál só
1 teáskanál cukor
3 fej hibátlan fokhagyma
főzőtejszín
húsleveslé
só, fehérbors
kukoricakeményítő
bacon szalonna, reszelt sajt.

Elkészítés

A cipókhoz a cukros tejben az élesztőt felfuttatom, és a hozzávalókat összekeverem, géppel jól kidolgozom, kb. 1 órát kelni hagyom.
A fokhagymákat a külső héjuktól megtisztítom, de nem pucolom meg.
A megkelt tésztát átdagasztom, cipókat formázok úgy, hogy a foghgymákat belehelyezem, a száruk lógjon ki a tetején, kicsit hagyom még kelni. Kis füleket csípek a tésztából és a sütéshez egy kis olajozott alufóliát teszek bele, így lesz fogantyúja is a cipócsészének.
180 fokon kb 25 perc alatt lesz szép aranybarna.
Ha elkészült hagyom kicsit hülni, majd óvatosan levágom a tetejét és kiszedem a fokhagymát. Megpucolom és ez lesz a leves lapja. Már nem kell pirítani. Összeturmixolom, húslevessel és tejszínnel összefőzöm, szükség szerint ízesítem. Sűríteni kukoricakeményítővel sűrítem.
A cipó tetejére kis sajtot olvasztok, a levest a cipókba töltöm, reszelt sajttal, pirított szalonnával és friss zöldhagymával díszítem.
nálunk az egyik kedvenc leves.



MI AJÁNLJUK!

Túrógombóc

Szegedy Lajosné receptje VEGASZ Egyesület Balatonfűzfő ajánlásával

Hozzávalók

1/2 kg túró
4 tojás
5 dkg vaj
3 ek gríz
2 ek liszt
só
zsemlemorzsa

Elkészítés

4 tojás sárgáját kikeverünk 5 dkg vajjal, hozzá adunk 1/2 kg áttört túrót, 3 ek grízt, e evők lisztet egy kis sót és a tojások felvert habját..

Lobogó forró vízbe szaggatjuk vagy kis gombócok formájában 10-15 percig főzzük, vajas pirított zsemlemorzsára szedjük, vaníliás porcukorral megszórva tálaljuk.

MI AJÁNLJUK!

KATICA PÉKSÉG
SINCE 1991

Kakaóscsiga

Gyenge Katalin a balatonkenesei Katica Pékség tulajdonosa ajánlásával

Hozzávalók

60 dkg liszt,
300 ml tej,
5 dkg élesztő,
10 dkg vaj,
5 teáskanál só,
2 evőkanál cukor,
1 tojás.
A töltelékhez:
10 dkg vaj
12 evőkanál
kristálycukor,
10 teáskanál kakaópor,
a kenéshez 1 darab tojás.

Elkészítés

Tálba öntjük a langyos tejet, hozzáadjuk a cukrot, belemorzsoljuk az élesztőt, elkeverjük. Tálba tesszük a lisztet, hozzáöntjük a tejes masszát, az olvasztott vajat és a tojást. Keverjük össze, majd jól össze kell dolgozni. Fokozatosan adagoljunk hozzá annyi lisztet és addig dagasszuk, míg lágy tésztát kapunk. Letakarjuk, meleg helyen 40 percig kelesztjük. Lisztezett deszkán jó nagyra kinyújtjuk. A töltelékhez való cukrot és kakaóport összekeverjük és félretesszük. A vajat megolvasztjuk, ráöntjük a tésztára és egy ecsettel egyenletesen elkenjük rajta. A cukros kakaóval egyenletesen behintjük a vajas felületet. Jó szorosan feltekerjük. 1,5-2 cm széles szeletekre vágjuk. Szükség esetén kezünkkel kicsit lapítsuk ki a csigákat. Sütő papírral bélelt tepsire tesszük, és 20 percig pihentetjük. A tojást egy kis tálba villával felverjük, és ezzel megkenjük a csigákat. 200 C fokra előmelegített sütőben 10-15 perc alatt szép pirosra sütjük.

MI AJÁNLJUK!
TÁJJELEGŰ ÉTEL

Tepsiben sült szarvashús zöldségekkel

Győrffy Balázs a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara elnökének, a Nemesgörzsönyi Böllérverseny és Fesztivál ötletgazdájának ajánlásával. Gazdálkodó, szenvedélyes környezetvédő, vadász, aki vallja, hogy a "vadász kezében a fegyver, olyan, mint kertész kezében az olló.". Bár a böllérvesrsenyen is minden évben megmutatja tudását, most egy vadételt ajánl nekünk.

Elkészítés

A príma alapanyag nem minden. Az étel sava-borsát, egyedi aromáját a jól kiválasztott fűszerek és az egyedi elkészítési mód adják – ez fokozottan igaz vadhús esetén.

Páclé 1 kg húshoz: 1-1 evőkanál egész bors & borókabogyó, 2 babérlevél, 1-1 teáskanál tárkony & rozmaring, 1 fej vöröshagyma, 3 gerezd fokhagyma. Ezt pedig 1/2 liter vörösborban lassú tűzön forralom 15 percig. Majd ha kihűlt, akkor ráöntöm a húsra.

A húst sütés előtti este sóval, borssal és kakukkfűvel bedörzsöltem. Sütés előtt a szarvashúst serpenyőbe tettem, és zsírban kérget sütöttem rá. A pácléből (15 percig forrt, lassú tűzön, vörösborban , a konyhakert legjava: borókabogyó, babérlevél, tárkony, rozmaring, de nem maradt ki a hagyma és a fokhagyma sem) 5-6 dl-t a tepsibe öntöttem. Így került a szarvas a tepsibe, tetején zöldségekkel megszórva. 45 percet sütöttem fólia alatt, majd szalonnával borítottam, és visszatettem fólia alatt a sütőbe további 70 percre. Ezután levettem a fóliát, a serpenyőből a zsírt a húsra öntöttem, és így sütöttem további 15 percig. Mikor a sütőben az ízek összerendeződtek, és a vadhús, az erdő nemes ajándéka omlóssá vált, fenséges illatok kezdték beteríteni a konyhát, és a család egyre türelmetlenebb lett. Végül elkészült a várva várt családi lakoma, tányérra került a produkció, melyhez a szaftból készült barnamártást szervíroztam, mert az úgy az igazi.

Nem mondom, hogy nem vagyok büszke rá, mert de.

MI AJÁNLJUK!

Créme Brulet

Sinka Klára a Szamarasház Sajtműhely gazdasszonyának ajánlásával a vásárok kedvenc desszertcsemegéje

Hozzávalók 10 adaghoz

1,2 l Szamarasház tejszín
10 db Szamarasház tojássárgája
15 dkg porcukor
1,5 ml vanília aroma

Elkészítés

A cukrot a tojássárgájával géppel habosra keverem, majd a felmelegített tejszínt (ne legyen forró, éppen hogy gőzölögjön) óvatosan kézi habverővel hozzákeverem, lassan csorgatva a tojásos-cukros habhoz.Most jöhet bele a vanília aroma.

Kis üvegekbe öntöm a masszát, majd egy tepsibe sorakoztatom az üvegeket, alá konyharuhát teszek. Vízfürdőben, 160 fokos sütőben, 40 percig sütöm. A víz az üvegek feléig legalább érjen.

Ha kihűlt, hűtőbe teszem. Tálaláskor kanál kristálycukrot "égetek" a tetejére.

MI AJÁNLJUK!

Sajtos sülthús burgonyával

Sinka Klára a Szamarasház Sajtműhely gazdasszonyának ajánlásával

Hozzávalók

4-5 szelet sertés tarja szelet vagy csirkemell szelet, ki miből szeretné
3 db burgonya
15 dkg Szamarasház feta sajt 15dkg
10-10 dkg Szamarasház Paraszt, Füstölt Paraszt sajt
3-4 dl Szamarasház tejföl
só, bors ízlés szerint
vaj
zöldsalátához friss zöldségek ízlés szerint
olivaolaj, citromlé

Elkészítés

A hússzeleteket miután sóztuk, borsoztuk serpenyőben vajon megpirítjük, éppen hogy kérgesítjük.
A burgonyát megfőzzük és karikára szeljük. Utána tepsibe tesszük burgonyát, húst, majd mindegyikre feta sajt szeleteket teszünk, öntünk rá fűszeres tejfölt, egy sor burgonya, ismét tejfül majd jól beborítjuk a reszelt sajtokkal. Fóliával lefedve sütőben legalább 40-45 percet így pároljuk, majd a fóliát leszedve pirítjuk 10-15 percig, amíg szép színe lesz.
Köretként könnyű salátát vagy krumplipürét, rizst ajánlok!

MI AJÁNLJUK!

Túrós kukoricadödölle

Sinka Klára a Szamarasház Sajtműhely gazdasszonyának ajánlásával

Hozzávalók

3 dl tej
2 ek cukor
3-4 db vaj
16 dkg kukoricadara
1 ek kukoricakeményítő
25 dkg túró
2 dl tejföl
só
locsoláshoz 1/2 db hagyma zsír

Elkészítés

Először egy a kásánál sűrűbb kukorica masszát készítünk a darából, tejből, keményítőből és a vajból, ízlés szerint sózom.
Kiöntjük egy tepsiba, hagyjuk kihülni, kicsit megcsilárdulni.
A túrót egy kevés tejföllel elkeverem, de ne legyen folyós, ízesítem.
A megdermedt kukoricakását, felkockázom, a közepébe egy kk túrókrémet teszek.
Óvatosan gombócokat formázok, majd egy jénai tálba helyezem egymás mellé.
A hagymát kozkázom, megdisnsztelem, kicsit meglocsolom hagymás zsírral (ez lesz a dödölle jelleg, ezért nem hívjuk kásának), de ez el is hegyható.
180 fokos előmelegített sütőben kb 35-40 perc alatt kisütöm
Sült húsok mellé vagy magában is kitűnő, tejföllel tálalom.

MI AJÁNLJUK!

Bodzaszörp

Jásd Község Önkormányzata és a Bodzaház ajánlásával

Hozzávalók

30 db bodzavirág
2 db bio citrom
2 l langyos víz
½ l víz
½ kg cukor
10 g citromsav

Elkészítés

Jásdon régi hagyománya van a bodza szedésének és feldolgozásának, legye az a virágja vagy boogyója.
"Mi vagyunk a bodzások" szlogennel indított turisztikai brandet és arculatot a település Győry Tünde polgármester vezetésével.
A bodzaszörp az egyik alaprecept, amit mindenki kedvel, nyáron finom frissítő ital.
A bodzavirágokat átvizsgáljuk, a zöld részektől megtisztítva tálba tesszük a felkarikázott citrommal. Vigyázzunk, az ernyős virágok ne essenek darabokra! Annyi kézmeleg vízzel öntjük fel, hogy a virágokat ellepje. Minimum egy, de akár több éjszakán át áztatjuk, lefedve.
A bodzalevet az áztatás után leszűrjük. ½ l vízből és ½ kg cukorból szirupot főzünk. Ha langyosra hűlt, hozzákeverjük a bodzaléhez.
A végén hozzáadjuk a citromsavat és üvegekbe zárjuk.

MI AJÁNLJUK!

Gyalogbodza lekvár
Jásdi recept

Jásd Község Önkormányzata és a Bodzaház ajánlásával

Hozzávalók

5 kg bodzabogyó
10 kg cukor

A gyalogbodza elkészítés különös tudást igényel, amit hosszú idő óta örökítenek át a jásdi asszonyok anyáról lányra. Ezt a tudást osztják meg a szépkorúek a fiatalokkal is a tájházben, amikor a gyalogbodza felhasználást és a lekvárfőzést tanítják meg.
A gyalogbodza lekvár a jásdi ünnepi konyha alapanyaga.
A lekvárfőzésnek csak akkor fogjon hozzá, ha biztos abban, hogy a megfelelő alapanyagot használja és a technológiát ismeri! A hibás elkészítés mérgezést okozhat!
A bodzaházban szívesen segítenek!

Elkészítés

Első lépésben leszemezzük a bogyókat. Törekedjünk rá, hogy minél kevesebb zöld szár kerüljön a bogyók közé. Régen csizmával taposták össze a szemeket, ma már szőlőprést használnak erre a célra. Préselés közben szúnyogháló segítségével a ki tudjuk szűrni a magok nagy részét. A préselés után kondérba helyezzük és elkezdjük főzni. A kondér aljába köveket helyezünk, hogy elkerüljük a lekvár leégését.
Egy teljes napig főzzük. Főzés közben a felszínre fel jön a **„sumina”**, az az a méreganyag, melyet egy szűrő segítségével eltávolítunk. Ha már a felszínen nem látunk méreganyagot és el kezd sűrűsödni a lekvár, hozzáadjuk a cukrot. Egy kondérba 10-12 kg kerül. Ízlés szerint édesítse mindenki.
Addig kevergetjük a tűz fölött, amíg a cukor el nem olvad, eközben hozzá adunk még nátrium-benzoátot.
Feltöltjük az üvegeket lekvárral, majd fejjel lefelé fordítva teszem le a légmentes zárás érdekében.

MI AJÁNLJUK!

Bodzalekváros-mákos hosszú kalács

Jásd Község Önkormányzata és a Bodzaház ajánlásával

Hozzávalók

1 kg liszt
5 dkg élesztő
6 dl tej
2 egész tojás
50 db édeske
1 db margarin
2 kanál étolaj

Töltelék:
Cukrozott darált mák, bodzalekvár.

Elkészítés

Községünk környékén sok bodza terem, ezért a helyiek a bodzából lekvárt főznek.
Régen nagyobb ünnepekkor bodzalekváros-mákos hosszú kalácsot sütöttek, ez számított helyi specialitásnak.
A régi hagyományt még ma is őrzik, a falusiak még ma is főznek bodzalekvárt, amiből kalácsot készítenek.
Fontos, hogy a régi ízek és specialitások fent maradhassanak a jövő számára.
A tejben felfuttatjuk az élesztőt 2 kanál cukorral. Az édeskét fél dl langyos vízben feloldjuk.
A hozzávalókat összedolgozzuk, és meleg helyen kelesztjük.
Lisztezett deszkán 4 cipót készítünk, téglalap alakúra nyújtjuk, megkenjük a mák és a lekvár keverékével.
Összetekerjük, zsírozott, lisztezett tepsibe rakjuk. 10 percig pihentetjük és kisütjük.

MI AJÁNLJUK!

Bodzavirág palacsintatésztában

Jásd Község Önkormányzata és a Bodzaház ajánlásával

Hozzávalók

8 db szép, egészséges és ép bodzavirág

Palacsinatészta

180 gr finomliszt
2 db tojás
300 ml zsíros tej
1 cs vaníliáscukor, e kk reszelt bio citrom héja
1/4 kk sütőpor
1 ek olaj

sütéshez olaj

Elkészítés

Jásdon bármerre járunk bodzabokorral találkozunk, így virágzáskor egyszerű dolog friss alapanyagot beszerezni.
A Bodzaház udvarát is gyönyörű bodzabokrok díszítik.
A palacsintatésztát elkészítjük az összetevők csomómentesre keverésével.
Az állaga kicsít sűrbb kell, hogy legyen, mint a klasszikus tészta, hogy jól meg tudjon tapadni a virágokon.
Kicsit átöblítjük a virágokat, lecsepegtetjük.
kicsit lisztbe mártjuk, erre jobban tapad a palacsintatészta.
A tésztában jól megmártjuk a virágot, majd a forróolajban aranysárgára sütjük.
Lecsepegtetjük az felesleges olajat, oldalra vordítva porcukorral meghintjük és még frissen fogyasztjuk.

MI AJÁNLJUK!

Jásdi kemencés kuglóf

Jásd Község Önkormányzata és a Bodzaház ajánlásával

Hozzávalók 2 db

50 dkg liszt
2,5 dl tej
1 dl étolaj
25 db édeske
1 egész és 2 tojássárgája
2,5 dkg élesztő
2 kanál cukor
csipet só
mazsola
citromhéj
vaníliás cukor
2 kanál kakaó

Elkészítés

Közösségünkben régi hagyomány, hogy a lakodalmakra kemencében sült kuglófot készítettek, és ezt tálalták a vendégváráson tejeskávé kíséretében. A templomba menet a nézelődőknek is osztogattak belőle.

A tésztát cserép kuglófformába tették, és egyszerre 15-20 darabot sütöttek a kemencében. A tájegységen belül csak a mi kis falunkban sütöttek és sütnek ma is édes kemencés kuglófot. A községben még ma is kedvelt édesség, amely fennmaradásával őrzi a hagyományt.

Az élesztőt felfuttatjuk a tejjel, és a cukorral, az édeskét feloldjuk fél dl langyos vízben.

A kakaó kivételével a hozzávalókat összedolgozzuk, majd két fele vesszük a tésztát.

Az egyik feléhez a kakaót hozzáadjuk.

Meleg helyen kelesztjük.

Megfelezzük a sárga és a barna tésztát.

Egy sárga cipót téglalapra nyújtunk, rádolgozunk egy barna cipót, feltekerjük, és zsírozott lisztezett kuglófformába tesszük. Pihentetjük, majd kemencében sütjük.

MI AJÁNLJUK!

Sztrapacska

Jásdi Szlovák Nemzetiségi Önkormányzat ajánlásával

Hozzávalók

1 kg burgonya
45 dkg liszt
2 db tojás
víz
20 dkg füstöltszalonna
30 dkg juhtúró
só,

Elkészítés

Felkockázom és kisütöm a szlonnát.

A burgonyát amennyire csak lehet vékonyra reszeljük és a liszttel, tojással, vízzel, a kiszült zsírral sűrű nokedli tészta állagúra összekevere, sózom. Nagy fazékban vizet forralunk.

A gyakorlottabbak deszkáról kézzel szaggatják, de a nokedliszaggató is kitűnően megfelel a célnak

Kicsit hosszabb ideig főzzük, mint a nokedlit, hogy a krumpli is megfőjön. Leszűrjük és üvegtálba rakjuk.

A juhtúrót felforrósítjuk, összekeverjük a galuskával és a szalonna nagyobb részével.

A tetejére még juhtúró darabokat teszünk és egy nagyon rövid időre sütőbe tesszük.

MI AJÁNLJUK!

Cukkinis metélt

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2-3 zöld és sárga sukkini
1 fej lilahagyma
25 dkg szélesmetélt
2 dl tejszín
2 ek olaj
só, bors
tálaláshoz sajt, friss zöldfűszer

Elkészítés

A lilahagymát az olajon megfuttatom, ráhalmozom a karikára reszelt cukkinit, amit előtte megpucoltam.
Megdinsztelem.
Amikor megpuholt tejszínnel gazdagítom, összeforralom.
Közben vizet teszek fel és kifőzöm a tésztát.
A tésztát a cukkinire öntöm, összekeverem és még melegen tálalom.
Sajttal, zöldfűszerrel ízesítem.

MI AJÁNLJUK!

Cukkinilepény

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga sukkini
2 db mozzarella sajt
2 db tojás
só, bors

Elkészítés

A cukkinit megtisztítom, lereszelem, hagyom állni kevés sóval, majd kinyomkodom a levétől.
a mozzarellát lereszelem, ugyancsak jól kinyomkodom.
Összekeverem a cukkini.sajt masszát a tojásokkal.
Sütőpapírral bélelt tepsibe simítom és a 190 fokon kb 30 perc alatt, amíg aranybarna lesz a teteje megsütöm.
Hagyom kihülni, majd felszeletelem.
Nagyon finom csemege.

MI AJÁNLJUK!

Cukkinis lecsó

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga cukkini
2 db paprika
2 db paradicsom
1 nagy fej vöröshagyma
2 db tojás
só, bors

ízlés szerint csípőspaprika, friss snidling

Elkészítés

A klasszikus lecsó cukkinivel megbolondítva.
A hagymát felszelem hosszú csíkokra, megdisztelem, mehet rá a paprika, majd a cukkini és a végén a paradicsom.
Fűszerezem.
A felvert tojásokkal összesütöm.
Reform kenyérrel tálalom, friss snidlinggel megszórom
Aki szereti szórhat rá csípőspaprikát, vagy bele is sütheti.

MI AJÁNLJUK!

Cukkinilfőzelék

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga sukkini
1 db vöröshagyma
2 dl tejföl
1 ek kukoricakeményítő
2 ek olaj
só, bors, pirospaprika, kapor
citromlé
virsli, kolbász feltétnek

Elkészítés

A tökfőzelék alternatívája, lehet kicsit szélesebb metéltszerű csíkokra gyalulni a megtisztított cukkinit.
A hagymát csíkokra szelem megdinsztelem az olajon és rászórok egy kis pirospaprikát.
Óvatosan lehúzva tűzről, hogy ne égjen meg.
Ráteszem a gyalult cukkinit, kaprot, sót, összekeverem és párolom
Vizet csak akkor öntök rá, ha szükséges, a cukkini elég sok levet ereszt.
A tejfölből, lisztből habarást készítek, ha elkészült a cukkini, behabarom.
Sültvirslivel tálalom.

MI AJÁNLJUK!

Cukkinispagetti

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga cukkini
1 db vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
1 kg paradicsom
2 ek olaj
só, bors, oreganó, bazsalikom

Elkészítés

Egy igazán finom teljesen nyersen is elkészíthető étel, de a paradiscsomszószt legtöbbször főzzük.
Spirál reszelőn a cukkinit spagettiszerűre reszeljük, kicsitmegsózzuk, de ez el is hagyható.
A paradicsookat megmossuk és pár percre forrásban lévő vízbe dobjuk. Így könnyen leszedhető a héjja.
A hagymát, fokhagymát kevés olajon üvegesre pároljuk, a megpucolt paradicsomot rádobjuk, fűszerezzük és lassú tűzön szétfőzzük.
A végén összeturmixoljuk.
A cukkinira halmozzuk és már fogyazstható is.
Próbálják ki, nagyon finom!

MI AJÁNLJUK!

Tejszínes, sonkás, cukkinis tészta

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

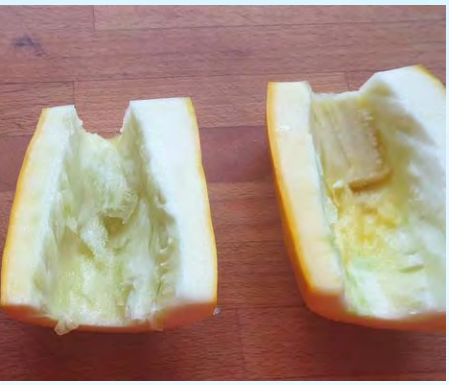
A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga cukkini
1 db vöröshagyma
10 dk füstöltsonka
2 dl tejszín
25 dkg fodros kockatészta
2 ek olaj
só, bors,
Ízlés szerinti reszeltsajt

Elkészítés

A cukkinit megmosom és a fodros kockatészta formájára gyalulom.
A hagymát kevés olajon megdinsztelem, rádobom a cukkinit, sonkát, összesütöm.
Tejszannel felöntötm, összeforralom.
A tésztát forrásban lévő sós vízben kifőzöm, kicsit keményebbre, mert még puhulni fog a masszában. leszűröm és a cukkinis masszára halmozom.
Gyorsan összekeverem egyszer összeforralom és melegen reszelt sajttal, friss zöldfűszerekkel tálalom.



MI AJÁNLJUK!

Töltött cukkini

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini minden kertbarát kertjében megtalálható, közkedvelt és változatos zöldség. Könnyen termeszthető, nem igényes, a konyhában pedig változatosan készíthető el.
Erre hozunk most néhány ajánlást, fogadják tőlünk szeretettl, jó étvágyat kívánunk!

Hozzávalók

2 zöld és sárga sukkini
1 db vöröshagyma
10-10 dkg sonka és füstölt szalonna
1 marék kelkáposzta
1 marék rizs
fél zellerszál
1 tojás
2 ek olaj
só, bors,
sajt, zöldhagyma

Elkészítés

A cukkinit felezem és kibelezem.
Egy másikat lereszelek, illetve nagyobb darabokra szelem, hogy különböző állagot kapjak.
Minden hozzávalót felszeletelek.
A szalonnát zsírjára sütöm, beleteszem a sonkát és a zöldségeket, összepárolom.
A rizst megfőzöm, a zöldségekkel összekeverem, a masszába 1 tojást teszek, ízlés szerint fűzerezem.
A felezett cukkinibe töltöm és sütöben ráteszem a sajtot és aranybarnára sütöm. .
Friss zöldsalátával tálalom.

MI AJÁNLJUK!

Mángold leves

A Várpalota Pétfürdő Kertbarát Kör Egyesület ajánlásával.
Kertből az asztalra

A cukkini mellett másik nagy sláger a mángold, ami a salátához hasonlóan nagyon finom levesalapanyag. Erre is hoztunk egy receptet.

Hozzávalók

1,5-2 kg mángold
1 liter húsleveslé
2 dl tejszín
1 ek kukoricakeményítő
2 ek olaj
só, bors,
bacon szalonna
díszítéshez rizschips és snidling

Elkészítés

A mángoldot megmosom, a kemény szárát kivágom, tépkedéssel felaprítom és kevés olajon megdinsztelem.
Felöntöm a húsleves levével, összefőzöm.
Megturmixolo, majd lisztből, tejszínből habarást készítek, azt beleöntöm.
Kóstolom, fűszerezem, ha kell még turmixolom kicsit.
Megpirítom a szalonnát.
A levest a pirított szalonnával, friss kerti fűszerekkel és rizschipsszel tálalom.

MI AJÁNLJUK!

Bakonyvidéki BVGE Gombász Egyesület

Bakonyi gombóc

A Bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

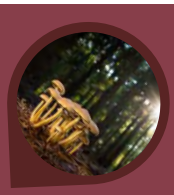
80 dkg főttburgonya
30 dkgl iszt
1 ek vaj
1 db tojás
20 dkg erdei gomba
50 dkg sertéscomb vagy lapocka
2 dl tejföl
1 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
só, bors, pirospaprika

Elkészítés

A gombóchoz az alapanyagokat összegyúrom, kb fél cm vastagságúra nyújtom és kb. 4x4 cm-es negyzetlapokra vágom.
A húsból klsszikus pörköltet készítek, amibe belefőzöm a gombaport és a gombát. Kicsit több vízzel készítem, hogy a levéből a mártás elkészülhessen.
A húst kevés lével összeturmixolom, és kiskanállal a tésztára halmozom. Gombócokt készítek.
Bő sós vízben kifőzöm és egy jénai tálba teszem.
A maradék szeftből tejföllel szószt készítek, összeforralom és azzal locsolom meg a gombócotkat.

MI AJÁNLJUK!

Gombás törpeharcsapörkölt kapros túróscsuszával



A bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

10 dkg szalonna
10-15 dkg vargánya
10-15 dkg déli tökegomba
1 nagy fej hagyma
3 gerezd fokhagyma
60-70 dkg filézett törpeharcsa
só, bors, pirospaprika
túró, tejföl , kapor, tészta ízlés szerint

Elkészítés

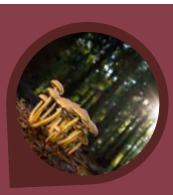
Az apróra szelt szalonnát kicsit megpirítom, majd a szeletelt vargányával tovább folytatom. Mikor mindegyik megpirult, hozzá adom a hagymát, és megdinsztelem. Ezután mehetnek bele a fűszerek, miután ezekkel jól megkevertem, mehet bele a hal és a tőkegomba (ezt a gombát nem szabad pirítani, mert megkeseredik)
Kevés víz mehet hozzá, de számolni kell azzal, hogy a hal is vizet enged. Kb 15-20 perc alatt készre főzöm . Kapros túrós csúszával tálalom

MI AJÁNLJUK!

VIDEO

Sajtos, körtés melegszendvics szarvasgombával

Bakonyvidéki BVGE Gombász Egyesület



A bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

1 körte
10-10 dg vegyes zsíros sajt ízlés szerint
szarvasgombás vaj (készíthető is)

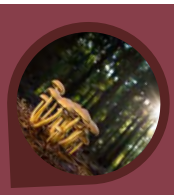
só, bors
6-8 szelet kenyér

Elkészítés

A szarvasgomba inkább fűszer, mint hagyományos gomba, felllelése sem egyszerű, ezért is olyan drága. A legmagasabb szintű gasztronómia alapanyaga.

Az alapanyagokat vékonyan felszeljük.
A kenyereket kicsit előpirítjuk, majf megkenük a szervasgombás vajkrémmel. (vaj, só, reszelt szarvasgomba)
Ráhelyezzük a körtét, a sajtokat és megsütük. Friss szarvasgomba szeletekkel fogyasztjuk.

MI AJÁNLJUK!



Kacsamáj pirított vargányával

A bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

1 db kacsamáj
2-3 vargányagomba
bacon szalonna
fokhagyma
só, bors
kakukkfű, rozmaring, majoranna
6-8 szelet kenyér

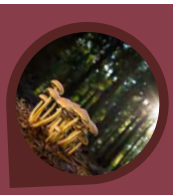
Elkészítés

Két közepes méretű vargányagombát fél centis csikokra vágunk majd forró kacsazsirba helyezzük egy előmelegitett serpenyőbe (2-3) vékonyraszelt bacon szalonnát es keves apróra vágott fokhagymát hozzáadunk Enyhe piríttás után hozzáadjuk a befűszerezett kacsamájat majd készre pirítjuk. Kacsamájat kb.3-4 centiméter vastagságra szeljük(a kissebb májat érdemes egészben) kakukkfűvel ,borsal,majorannával ízesítjük.

MI AJÁNLJUK!

Tejszínes, szegfűgombás zöldséges csirkeleves

Bakonyvidéki Gombász Egyesület



A bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

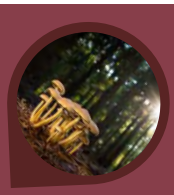
15 dkg kenyérszalonna
2 fej vöröhagyma
3 nagy gerezd fokhagyma
40 dkg csirkemell
leveszöldség, 5 sárgarépa, 2 fehérrépa, 1 zeller, 1 marék zöldbab
20 dkg szegfűgomba
víz
só, bors, kapor
1-1 dl tejszín és tejföl
citromlé

Elkészítés

Kenyérszalonnát zsírjára sütöttem, rajta az apróra szelthagymát pirítottam. Mielőtt kész lett, fokhagymát nyomtam bele. Ezt követően apróra vágott csirkemellet tettem rá, sóztam, borsoztam, és miután kifehéredett, 2 liter vizet öntöttem rá. Mikor felforrt, felszeletelt zöldséget tettem bele, Mikor ezek majdnem készre puhultak, beletettem a szegfűgombát (Marasmius oredaes), és egy teáskanál kaprot, majd még 10 percig forraltam. Ezután 1dl tejszin, 1dl tejföl es 3 kanál kölesliszt keverékével behabartam, és megint felforraltam. A tűzről levéve citromlevet öntöttem bele (ízlés szerint), hogy kicsit savanykás ízt kapjon.

MI AJÁNLJUK!

Vargányakrémleves



A bakony kincsei az erdei gombák.
Gombás ételek a Bakonyvidéki Gombász Egyesület ajánlásával

Egyesületünk rendzsresen szervez gombász túrákat, kiállításokat a térségben annak érdekében, hogy minél jobban megismertessük az erőt, és annak kincseit az emberekkel. Végzünk gombaellenőrzést, és lelkesedéssel próbáljuk ki az újabbnál újabb recepteket. Ebből ajánlunk most néhányat.

Hozzávalók

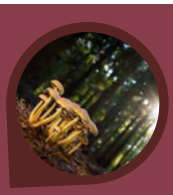
1 ek vaj
1 ek lisz
1 ek vargányaliszt (szárytott őrölt vargánya)
1 gerezd fokhagyma
kakukkfű, ételízesítő
2 dl csontleves
1 dl tejszín
petrezselyem, parmezánsajt

kenyér

Elkészítés

Egy evőkanál házivajban enyhén megpiríttunk egy rántást készíttünk, a búzalisztel és egy ek.vargányalisztel
Apróra vágott fokhagymát (kb egy gerezd negyede) kissebb csokor kakukkfű, egy teaskanál delikát, ezt a rántással elkeverjük. Csontleves alaplét használunk. Kevés csontleves alaplével felöntjük és krémesre keverjük a rántást, majd hozzaadjuk a maradék csontlevest (kevés vizzel lehet higítani)
Sűrű tejszinnel behabarjuk majd felforraljuk
Friss petrezselyemzöldel, parmezánsajtal meghintjük a tetejét. Sajtos vajas piritóssal tálaljuk.

MI AJÁNLJUK!



Szarvasgombás rizottó

Fejes István a munkaszervezt munkatársa, őstermelő ajánlásával.

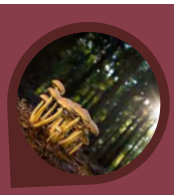
Hozzávalók

300 gr rizottó rizs
1 liter húsleves alaplé (kockából is lehet csinálni, ha sietünk)
2 evőkanál olívaolaj
30 gramm vaj
1 nagy fej vöröshagyma
3 gerezd fokhagyma
1,5 dl száraz fehérbor
70 gramm vaj a pihentetéshez
10 dkg reszelt parmezán sajt a pihentetéshez
egy diónyi nagyságú szarvasgomba kb fele lereszelve, a rizottó bianco tetejére szórva és belefőzve

Elkészítés

A vöröshagymát, fokhagymát vajon üvegesre párolom, majd rárakom a rizst és átkeverem.
A leveslét folyamatos forráshőmérsékleten tartva apránként, kevergetve adom hozzá, hogy krémes, igazi rizottó állaga legyen.
Az utolsó lé rátöltés a fehérbor, amiből az alkoholt kicsit kiforraljuk. (Hideg levet nem szabad a rizottóra önteni!)
Ha szükséges fűszerezem, és a legvégén, mikor a rizottó elkészült hozzáadom a nagyobb darabokra reszelt szarvasgombát. (Természetesen ez elhagyható, ha nincs elég gomba, akkor elég a tetejére is.)
Beleteszem a vajat, parmezán felét és összekeverem, kisit pihentetem.
Tányéra merem, ráteszem a maradék szarvasgombát, parmezánt és elegen fogyasztjuk.

MI AJÁNLJUK!



Szarvasgombás ravioli

Fejes István a munkaszervezt munkatársa, őstermelő ajánlásával.

Hozzávalók

1 cs ravioli, bármilye ízesítésű lehet
1 kg húsos füstöltszalonna
2 dl főzőtejszín
szarvasgomba reszelve és szeletelve
parmezán sajt
só, bors

Elkészítés

Egyszerű, gyors, mégis a szarvasgomba különlegessé és ünnepivé teszi.
A raviolit sós forró vízben kifőzzük.

A szalonnát csíkokra vágjuk, és zsirjára sütül.
Felömtjük tejszínnel, összefűzzük, és beletesszük a reszelt szarvasgombát.

A kész raviolit beleöntjük a szószba, összefőzzük.
Melegen tálaljuk parmezán sajttal és szarvasgomba szeletekkel.

MI AJÁNLJUK!

Lecsó sütőben

Kontics Ferencné a
Balatonfűzfői Vállalkozások és Civil Szerveződések egyesületének elnöke ajánlásával

Hozzávalók

2 nagy fej hagyma
4 gerezd fokhagyma
1,5 kg paprika
2 nagy cukkini
1 kg paradicsom vegyes színű

3 ek olaj
friss kerti fűszerek: rozmaring, bazsalokom
só, bors
Az alapanyagok a saját kertünkből származnak, így leginkább nyár végén készítem el.

Elkészítés

A lecsót sokféle formában szeretjük. A legízletesebben a sütőben, kemencében tudom elkészíteni, és kevesebb tűzhely mellett állást is igényel.
Az alapanyagokat megmosom, megtosztítom, felszeletelem.
Az olajjal, fűszerekkel összekeverem és tepsibe teszem.
Alacsony hőfokon kb 140 fok, hogy az ízek minél inkább összeérjenek de a fűszerek és zöldségek ne égjenek meg 2-2,5 órán át sütöm.
Ezt követően frissen fogyasztható, télire letehető (kicsit több olajjal a tetején és leturmixolva szószként is kínálható. Nálunk egész évben nagy kedvenc.

MI AJÁNLJUK!

Bundázott csirke tési tökmagolajos zöldsalátával

Fodor-Bödös István, Tés Község polgármesterének ajánlásával

Hozzávalók

4-5 szelet csirkemell
5 ek liszt
1 dl tej
fél reszelt burgonya (nyers)

friss zöldsalátához ízlés szerint, saláta, paprika, hagyma, uborka, paradicsom
tökmag
Tési tökmagolaj
só, bors, citromlé
a sütéshez olaj

Elkészítés

A csirkemelleket előkészítem, kicsit megkloffolom, sózom.
A masszához az alapanyagokat összekeverem.
A sütéshez az olajat felforrósítom
A csirkeszeleteket lisztben megforgatom, majd a masszában, és azonnal a forró olajba teszem.
Közepes lángon megforgatva aranybarnára sütöm.

A zöldsaláta alapanyagait összevágom, összekeverem
A tökmagot száraz serpenyőben megpirítom.
A salátát a fűszerekkel, cirtomlével összekeverem és tökmagolajjal meglocsolom.
A húst tejföllel és sajttal hintve tálalom.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Klasszikus almáspite

Süléné Szalay Ildikó, a Nemesgörzsönyért Közalapítvány elnökének ajánlásával.

Hozzávalók:

10 dkg cukor
20 dkg vaj vagy margarin,
30 dkg sima liszt
1 egész tojás + 1 tojás a kenéshez
fél zacskó sütőpor, vaníliás cukor
citromhéj, alma

Elkészítés

Az almát lereszeljük, megdinszteljük a cukorral és a fahéjjal. A tészta alapanyagait összedolgozzuk kézzel, egy kis cipó formát gyúrunk belőle. A sütőporral elkevert lisztet összemorzsoljuk a vajjal. Hozzáadjuk a cukrot, a vaníliás cukrot, a tojást, jól összegyúrjuk, és fóliába csomagolva a hűtőben 1 órát pihentetjük. Majd elfelezzük a tésztát, kinyújtjuk az első adagot, és befektetjük a tepsibe amit előtte vékonyan kizsírozunk. Megszórhatjuk darált dióval is, egyenletesen elosztjuk rajta az almás tölteléket, végül beborítjuk a másik tésztalappal. A tészta tejét megkenjük tojássárgájával és megszurkáljuk villával. Előmelegített sütőbe tesszük (190 fok) és kb 40-45 percig sütjük középhőmérsékleten.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Almás keltpalacsinta

Novák Edit, Nemesgörzsöny Község aljegyzőjének ajánlásával

Hozzávalók

250 g finomliszt,
egy csipet só
100 ml tej ,
20 grfriss élesztó
30 g vaj ,
50 g kristálycukor,
1 csomag vaníliás cukor,
1 evőkanál frissen facsart citromlé
2-3 közepes alma
2 evőkanál porcukor és 1 teáskanál fahéj a szóráshoz, olaj

Elkészítés

A tejet a vajjal egy kis tálkában megmelegítjük, hogy felolvadjon a vaj, de ne legyen forró, mert ebbe kell belemorzsolni az élesztőt. Keverjük össze, takarjuk le, és tegyük félre 10 percre, amíg az élesztő felfut, vagyis megemelkedik. Egy műanyag edénybe beleszitáljuk a lisztet (így könnyebb lesz, meg levegősebb) majd hozzáadjuk a többi hozzávalót, a tojást, cukrot, vaníliás cukrot és az élesztős tejes keveréket. Az almákat meghámozzuk és lereszeljük, majd meglocsoljuk a citromlével és ezt is hozzáadjuk a lisztes keverékhez. Sűrű masszát keverünk belőle és pihentetjük legalább 40 percet. Érdemes melegebb helyre tenni, hogy megkeljen. Egy közepes serpenyőt felforrósítunk, majd kikenjük egy ecset segítségével, kevés olajjal majd egy kisebb merőkanálnyi masszát (kb. 2 púpos evő kanálnyit) teszünk a serpenyőbe. Mindkét oldalán kb 2-3 percig kell sütni, akkor jó, ha szép barna lesz. A megsült palacsintákat megszórjuk a fahéjas porcukorral. Melegen, lekvárral, mogyorókrémmel, kakaóporral, esetleg pudinggal kínáljuk.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Farsangi fánk

Iván Ildikó, a Nemesgörzsönyért Közalapítvány titkárának ajánlásával

Hozzávalók

50 dkg liszt
3 dkg élesztő
4 db tojás
10 dkg margarin
10 dkg cukor
1 csom vaníliás cukor
3 dl tej
1 ek rum
0.5 fej citrom

Elkészítés

Az élesztőt egy kevés cukorral és kb. fél deci tejjel felfuttatjuk. A lisztet, a tojássárgával, a vaníliás cukorral és a maradék cukorral, a rummal, a citromhéjjal, jól összekeverjük, majd a felfuttatott élesztőt is hozzáöntjük. Annyi langyos tejjel, amennyit felvesz, összedagasztjuk.

Amikor már szép hólyagos, az olvasztott margarint is hozzágyúrjuk. Kevés liszttel meghintjük, aztán meleg helyen a duplájára kelesztjük.

Miután megkelt, lisztezett deszkára öntjük, és sodrófával kb. hüvelykujjnyi vastagságúra nyújtjuk.

Fánkszaggatóval kiszaggatjuk, majd a maradékot újra összegyúrjuk és újraszaggatjuk. Amikor elfogyott a tészta, még egy negyed órát kelesztjük a nyers fánkokat.

Egy lábasban olajat hevítünk, és amikor már jó meleg, a fánkokat beletesszük. Először fedő alatt, kis lángon sütjük, majd megforgatjuk, de fedő nélkül sütjük tovább - így lesz szép szalagos. Porcukorral és lekvárral kínáljuk!

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Sajtos-túrós keltpogácsa

Süléné Szalay Ildikó, a Nemesgörzsönyért Közalapítvány elnökének ajánlásával

Hozzávalók

50 dkg liszt
25 dkg margarin
25 dkg túró
2 dl tejföl
10-10 kg sajt belegyúrni és szórni
4 dkg élesztő
2 teáskanál só
1 tojássárgája
cukor

Elkészítés

Az élesztőt egy kevés cukorral a tejben felfuttatjuk.
A margarint megolvasztjuk, hozzávalókat összekeverjük, egy kevés túrót kihagyva.
Lágy rugalmas tésztát kell, hogy kapjunk, amit egy kicsit kelesztünk.
Ezt követően kinyújtjuk, megszórjuk a maradék túró felével, a sajt felével és hajtogatjuk, ismét kelesztjük.
Megismételjük még egyszer az előző műveletet a maradék alapanyagokkal.
A következő kelesztést követően a levegőt kinyomkodva nyújtjuk, kb 2-cm vastagságúra, megkenjük tojással, megszórjuk bőven sajttal és kiszaggatjuk, illetve háromszökekre vágjuk.
Hagyuk kb. még 10-15 percet kelni, majd előmelegített sütőben 17-180 fokon aranybarnára sütjük,
Sós csemegeként a böllérfesztiválon kínáljuk, de más alkalmakkor, de gulyáslevesek mellé is nagyon finom.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Mézeskalács

Bernáth józsef a Nemesgörzsönyi Böllérverseny zsűrielnökének ajánlásával

Hozzávalók

35 g porcukor
160 g vaj, 1 tojássárgája
300 g akácméz, 550 g finomliszt
17,5g szódabikarbóna, csipet só
őrölt fahéj, gyömbér, szegfűszeg ízlés szerint
a dekorációhoz:
1 tojásfehérje
80g porcukor

Elkészítés

A porcukrot a vajjal és a tojássárgájával habosra keverjük, hozzáadjuk a mézet és alaposan elkeverjük. Egy külön tálba összekeverjük a lisztet s szódabikarbónát, a sót és az őrölt fűszereket, s csak ezután adjuk hozzá a mézes-vajas keverékhez. Összegyúrjuk, s legalább 20 percre a hűtőben pihentetjük, hogy könnyen tudjunk a tésztával dolgozni. Ha pihent a tészta, körülbelül 1,5-2 cm vastagra nyújtjuk, s tetszőleges formákra kiszúrjuk. Előmelegített 175'C-os sütőben 8-10 percig sütjük- fontos, hogy ne barnuljon meg nagyon, mert akkor kemény lesz! A dekorációhoz a tojásfehérjét habosra keverjük a porcukorral. Igen, keverjük, nem szabad verni, mert akkor nem lesz fényes. Egy darab háromszögre vágott sütőpapírból tölcsért formálunk. A hosszabb oldalára behajtjuk a tetejét. El kezdjük úgy feltekerni szorosan, hogy a vége hegyes maradjon. Amikor megvan a tölcsér, akkor a végét úgy hajtjuk be, hogy majd később ne zárja el hab útját. A kikevert habot a tölcsérbe tesszük és kidekoráljuk a kisült, kihűlt kalácsokat.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Hókifli

Bernáth józsef a Nemesgörzsönyi Böllérverseny zsűrielnökének ajánlásával

Hozzávalók

A tésztához:
300 g liszt
100 g zsír
2 g élesztő
160 g tejföl
1 csipet só
A töltelékhez:
150 g kemény szilvalekvár
150 g darált dió
40 g porcukor
½ citrom reszelt héja
60 g tej
A kisült kiflik bevonatához:
150 g porcukor
1 csomag vaníliás cukor

Elkészítés

Egy keverőtálba mérjük az összes alapanyagot a tésztához, és addig gyúrjuk, míg összeáll. A kész tésztát frissentartó fóliába tekerve legalább fél órán keresztül pihentetjük a hűtőben.

Elkészítjük a diós tölteléket. A tejet felforraljuk. Ezután összekeverjük a darált diót a porcukorral és reszelt citromhéjjal, majd ráöntjük a forró tejet. Alaposan elkeverjük, és az így elkészült diókrémet letakarva szintén a hűtőbe tesszük.

A tésztát elővesszük a hűtőből, lisztezett deszkán 2 mm vastagságúra nyújtjuk, majd egy 3,5-4 cm átmérőjű pogácsaszaggatóval köröket szúrunk ki belőle. Ezekre a körökre meggyszemnyi diókrémet vagy szilvalekvárt halmozunk. Ezután kifli formájúra feltekerjük őket, és úgy tesszük a tepsire, hogy az a rész kerüljön alulra, ahol összeérnek a tészta szélei. Ez azért fontos, hogy sülés közben kisebb eséllyel nyíljanak ki a kiflijeink. Végül enyhén meghajlítjuk a feltekert tésztákat, hogy valóban kifli formájuk legyen.

180 °C –ra előmelegített sütőben 15-18 perc alatt készre sütjük.

Egy keverőtálban elvegyítjük a porcukrot és a vaníliás cukrot. Amint kisültek a kiflik, a tálba borítjuk és jó alaposan megforgatjuk őket a vaníliás porcukorban. Ha mindenhol befedte őket a porcukor, tálcára szedjük a púderos kiflijeinket.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Díszes langalló

Iván Ildikó, a Nemesgörzsönyért Közalapítvány titkárának ajánlásával

Hozzávalók

6 dl tej
1 csip cukor
4 dkg élesztő
1 kg liszt
só
2 ek olaj
A tetejére:
3 kispohár tejföl, 4 gerezd fokhagyma
lila hagyma, paprika, paradicsom, újhagyma, petrezselyem, bazsalikom
húsos szalonna, sonka, főt tojás, szalámi, kolbász, sajt
só

Elkészítés

A langyos tejhez hozzáadjuk a cukrot, majd belemorzsoljuk az élesztőt, és hagyjuk felfutni.
A lisztet elkeverjük a sóval és az olajjal, majd hozzáöntjük az élesztős-cukros tejet. Összedolgozzuk, hagyjuk megkelni, majd átgyúrjuk, és újra kelni hagyjuk.
Ha megkelt a tészta, 2 centi vastagra nyújtjuk. Vékonyan olajozott tepsibe helyezzük. Megkenjük a reszelt fokhagymával elkevert tejföllel.
A teteét díszes mintákkal, változatosan beborítjuk az alapanyagokkal
180 fokra előmelegített sütőbe helyezzük, és kb. 20-25 perc alatt sütjük meg

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Tésztában sült virsli

Emese kedvence

Novák Edit, Nemesgörzsöny Község aljegyzőjének ajánlásával

Hozzávalók

3 dl tej
1 csip cukor
0,5 kg liszt
4 db tojás
2 ek olaj
1 cs virsli (6-8 db bőr nélküli frankfurti)
Ízlés szerint zöldség a zöldsalátához
1 kispohár joghurt
2 ek olivaolaj
1 tk majonéz
só, bor

Elkészítés

A tojásokat felverem és a tejjel összekeverem.. beleszitálom a lsiztet, sózom, hogy egy sűrű, te levegős massza legyen belőle.
A fém tepsit használok, amit a sütőben kicsit felforrósítok és befújom olajal.

Beleöntöm a masszát és elrendezeme benne a bevagdosott virsliket.
180 fokos sütőben kb 30 pers alatt sül meg, amikor a teteje aranybarna lesz.
A zölségeket összeszelem. A joghurtból, majonézből, olajból öntetet készítek, ezzel tálalom a virslit.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Sós és édes kalácsok

Ünnepi kalács a balatonkenesei Katica pékség receptje alapján

Hozzávalók

A tésztához
60 dkg finomliszt
2 db tojás
50 g élesztő
0.5 l tej
0.5 dl napraforgó olaj
2 tk só
2 teáskanál cukor
A tetejére
1 db tojás
A szóráshoz
mandula, mák, durva só ízlés szerint

Az édes kalácsba, vaníliáscukrot, citromhéjat is teszünk

Elkészítés

A tz élesztőt futtassuk fel a cukros langyos tejben.
Egy keverőtálba üssünk bele két tojást, és fokozatosan hozzáadva az olajat, keverjük sima állagúvá. Ha az élesztő felfutott, adjuk a tojáshoz a tej másik felével együtt, majd hozzáadva a lisztet, cukrot és sót, keverjük lágy tésztává.
Dagasszuk a tésztát hólyagosra, a tésztának nagyon lágynak kell maradnia.
Kelesszük a tésztát, majd öntsük ki a keverőtálból egy jól belisztezett gyúródeszkára. Liszttel szórjuk meg a tetejét, majd egy éles késsel vágjunk belőle kis darabokat (kb. 10x10 cm). A mennyiség függvényében kb. 20 db-ot kapunk.
A kis darabkákból formázzunk gombócokat, majd ujjaink segítségével sodorjunk belőle kb. 25-30 cm hosszú rudakat. Különböző fonási, csavarási technikákat használhatunk.
A harmadik tojást verjük fel, és kenjük meg a kalácsokat vele, majd szórjunk rájuk a díszítőelemeket.
Pihentessük a kalácsokat kb. 20 percig, majd süssük készre őket (kb. 16-18 perc).
Ha kész, vegyük ki a sütőből, és takarjuk le tiszta konyharuhával a kalácsokat, amíg kihűlnek.
Helyi sonkával és sajttal gazdagítva, vagy lekvárral kínáluk.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Császarmorzsa baracklekvárral

Bede Róbert ajánlásával
a hajmáskéri Hajma napon készítettük el az ételt

Hozzávalók

4 db tojás
vaníliás cukor
3 ek liszt
4 dl tej
kevés reszelt citromhéj (bio)
mazsola ízlés szerint
1 ek tejföl
vaj
baracklekvár, porcukor

Elkészítés

A tojásokat ketté választunk. A sárgáját kevés vaníliás cukorral, ízlés szerint kristálycukorral habosra keverjük, majd a liszt és a tej hozzáadásával egy méz sűrűségű, csomómentes masszát keverünk. Kevés citromhéjat reszelünk bele. Ízlés szerint egy fél marék mazsolát, illetve egy kanál tejfölt adunk hozzá. Ezt a masszát lazítjuk a felvert tojásfehérjével. Egy serpenyőben, olvasztott vajon, sűrűn kevergetve darabosra sütjük. Baracklekvárral és porcukorral tálaljuk.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Csokoládéfelfújt

Bede Róbert ajánlásával
A tési helyi termékeket a konyhába program keretében készítettük el az ételt

Hozzávalók
4 tojás
4 tojás sárgája
8-10 dk kristálycukor
25 dkg jó minőségű étcsokoládé
20 dkg vaj
5 dkg liszt

Elkészítés
Az gész tojásokat, a tojás sárgáját a kristálycukorral habosra keverünk. Mellette vízfürdőre állított keverőtálban a jó minőségű étcsokoládét és a vajat egybeolvasztunk. Folyamatos keverés mellett a felvert tojáshoz öntjük a vajas csokoládét, majd a liszttel kikeverjük. Vajazott, lisztezett szuflé formákba töltjük és 190 fokos sütőben csak addig sütjük, amíg a belseje még folyós marad. Formából kiborítva fogyaszthatjuk vanília fagyival, akár valamilyen savanyúbb ízű lekvárral.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Kenyér jénaiban

Martinovszkyné Tóth Veronika receptje

Tipp: Akkor sült át rendesen a kenyér, ha az alját megkopogtatva mély, kongó hangot hallunk. A kész kenyeret rácsra tesszük hűlni és azonnal lepermetezzük kevés hideg vízzel. Ettől szép fényes lesz és ha jól dolgoztunk beszélgetni kezd és kicserepesedik.

Hozzávalók

50 kg fehér liszt,
2,5 g élesztő
3dl víz,
3 evőkanál olaj,
1kk. cukor,
2kk só,
margarin a jénai kikenéséhez.

Elkészítés

Kicsi langyos vízben felfuttatom az élesztőt a cukorral, ami kb.10-15 perc. Beleöntöm a lisztbe a hozzávalókat, dagasztom, majd kelesztem a tésztát 1 órán keresztül. Ha megkelt átgyúrom még egyszer, és kelesztem ismét 10 percet. Előmelegítem a sütőt, addig kikenem margarinnal a jénait. Beleteszem a tésztát, bevagdosom. Lekenem a tészta tetejét vízzel és a jénai tetejét is, vizesen teszem rá. Kb. 180 fokon kell lefedve sütni 20 percig. Az a fél idő. Innentől kezdve, tető nélkül kell sütni, még 20 percig. Itt már figyelgetni kell, nehogy megkapja a tetejét. Ha kész, megint lekened vízzel a tetejét és hagyni kell hűlni, konyharuha alatt.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Csörögefánk

Stadler Klára a munkaszervezt munkatársának receptje alapján

A csöröge fánk akkor a legjobb, ha kívül ropogós, belül puha és ilyenkor semmi más nem is hiányzik mellőle, csak egy jófajta lekvár, amibe tunkolni lehet.

Hozzávalók

40 dkg liszt
0.5 tasak sütőpor
1 csipet szódabikarbóna
1 csomag vaníliás cukor
5 dkg cukor
10 dkg margarin
2 db tojás
1 csipet só
3 evőkanál tejföl
olaj

Elkészítés

A csöröge fánk elkészítéséhez a lisztet keverőtálba szitáljuk. Hozzáadjuk a sütőport, a csipet szódabikarbónát, a vaníliás cukrot és a kristálycukrot. Alaposan összekeverjük.
A lisztbe morzsoljuk a margarint, majd a tojásokat és a tejfölt is hozzáadjuk, és tésztát gyúrunk belőle.
Lisztezett felületen kb. fél cm vastagságúra nyújtjuk, majd rombuszokat vágunk belőle (derelyevágóval vagy késsel), aminek a közepébe vágást ejtünk és a vágáson keresztül átfordítjuk az egyik sarkát. Serpenyőben olajat hevítünk, és bő olajban kisütjük a csöröge fánkokat.

TÉSZTÁK, HÁZI PÉKTERMÉKEK

Barackos pite

az unokák kedvence

Kontics Ferencné a Balatonfűzfői VÁCISZ egyesület elnökének receptje alapán.

Tipp: bármilyen friss gyümölcsel elkészíthető a sütemény, áfonyával, eperrel, cseresznyével avgy meggyel is.

Hozzávalók

25 dkg liszt
10 dkg vaj
2 tojás
25 dkg cukor (befőttel kevesebb)
2 dl tej
fél csomag sütőpor
1 kg barack (sárgabarack, vagy őszibarack)

Elkészítés

A tojásokat szétválasztjuk, a vajal és cukorral a sárgáát habosra keverjük.

A lisztet beleszitáljuk ésé a kemény habbá vert fehérjéket lazán hozzákeverjük.

A barackot meghámozzuk, felkockázzuk, és lisztbe forgatjuk (ettől nem fog lesüllyedni az aljára). Egy tepsit kivajazunk beszórjuk liszttel, beleöntjük a tésztamasszát, belerakosgatjuk a barackot, és előmelegített sütőbe megsütjük.

Akkor jó, ha kezd pirulni a teteje. Tűpróbát érdemes tartani. Porcukorral megszórva tálalhatjuk.

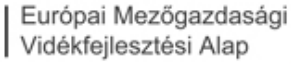
A projekt a Bakony és Balaton Keleti Kapuja Közhasznú Egyesület, Litér Község Önkormányzata és a Nemesgörzsönyért Közalapítvány konzorciumi együttműködésében valósul meg.

KÖSZÖNJÜK A MAGYAR ÁLLAM
ÉS AZ EURÓPAI UNIÓ TÁMOGATÁSÁT.

BAKONY ÉS BALATON KELETI KAPUJA KÖZHASZNÚ EGYESÜLET ÁLTAL VEZETETT KONZORCIUM

ÖNFENNTARTÓ VIDÉKI AGRÁRHAGYOMÁNYOK

A TÁMOGATÁS ÖSSZEGE:
20,01 MILLIÓ FORINT



A PROJEKT AZONOSÍTÓ SZÁMA: 1868351280

Köszönjük együttműködő partnereink munkáját!

A PROJEKT AZ 2017-BEN BENYÚJTOTT TÁMOGATÁSI KÉRELEM ALAPJÁN 2019-2022 ÉVEKBEN VALÓSULT MEG.

A recepttár a Bakony és Balaton Keleti Kapuja Közhasznú Egyesület, a Nemesgörzsönyért Közalaptvány és Litér Község Önkormányzatának közös tulajdona, engedéllyel és forrásmegjelöléssel használható fel!