

# **Vacsoracsata 2008-2010**

# Előételek

<b>Akácfa hordóban érlelt szilvapálinkában pácolt libamáj kalácson, friss salátával</b>	Détár Enikő	605
<b>Almás céklaleves</b>	Harsányi Levente	765
<b>Almás diós szósszal töltött vajas pástétom</b>	Bánovics Marcsi	28
<b>Almás süttőkeleves</b>	Kovács Ági	728
<b>Ananász-krémléves</b>	Keleti Andrea	219
<b>Ananászos rákkoktél</b>	Jáksó Laci	80
<b>Arab mandulás csirkeleves</b>	Müller Attila	233
<b>Asszonyfogó Cézár saláta</b>	Janicsák István	135
<b>Avokádókrém</b>	Horváth Éva	177
<b>Avokádókrém</b>	Soma	95
<b>Avokádókrém sajtos rúddal</b>	Gallusz Niki	507
<b>Avokádó krém, tortilla chips, grillezett kecskesajttal</b>	Pokrivtsák Mónika	236
<b>Bajor „spárga rém”leves</b>	Bajor Imre	287
<b>Balatoni halászlé</b>	Hajdú Péter	389
<b>Barna-sörös hagymaleves</b>	Tóth Gabi	738
<b>Bea asszony levese</b>	Bea asszony	92
<b>Bélszín-carpaccio</b>	Voksán Virág	195
<b>Beregi sajtútű</b>	Szakál Miki	56
<b>Bio csalánleves bacon csipsszel</b>	Náray Tamás	501
<b>Birsalma krémleves pirított mandulával</b>	Xantus Barbara	537
<b>Birsalmás libamájtorony</b>	Peller Mariann	275
<b>Bivalykolbászos pogácsa, sajtállal</b>	Schobert Norbi	747
<b>Bonyhádi tarka leves</b>	Barabás Évi	736
<b>Borjú tatár etióp paprikával, pirítóssal</b>	Bebe	753
<b>Borleves aszalt gyümölcsökkel, mandulaforgácsokkal</b>	Faragó András	593
<b>Böllérek kedvenc levese</b>	Bárdosi Sándor	456
<b>Brokkolikrémléves</b>	Ada	335
<b>Brokkoli krémleves füstölt sajttal</b>	Szujó Zoltán	441
<b>Brokkolis pasta al Forno</b>	Oszter Alexandra	584
<b>Brzi Gibánica</b>	VV Miló	707
<b>Busakrémléves</b>	Benkő Dániel	98
<b>Cherry-s- bazsalikomos paradicsomleves sajtos omlettal</b>	Gáspár Bea	710
<b>Cigányos malacságok bodaggal és paraszt salátával</b>	Gáspár Győző	444
<b>Country leves</b>	Marenec Fruzsina	338
<b>Cukkini krémleves füstöltsajtos kenyérrel</b>	St. Martin	557
<b>Cukkini - pesto leves</b>	Dobrády Ákos	156
<b>Csalánteás spenót leves</b>	Sütő Enikő	211
<b>Császárkörtés, almás sült gomolya saláta</b>	Császár Előd	329
<b>Csicseriborsó leves</b>	Balázsy Panna	719
<b>Csípős rákleves cheddar sajttal tortilla chipsszel</b>	Lola	762
<b>Csirkemáj leves</b>	Schmik Mária	15
<b>Csirkemáj paté grillezett almán lilahagymás lekvárral</b>	Hajdu Steve	284
<b>Csurgatós tojásleves</b>	B. Tóth László	602
<b>Csülkös sárgaborsóleves</b>	Nagy Sándor	647
<b>Dallas-i sültkrumpli-leves</b>	Dukai Regina	447
<b>Dióval bundázott gomolyasajt fitness salátával</b>	Bagi Iván	450
<b>Disznóságok Salgótarjánból</b>	Gáspár Győző	62

<b>Disznótoros leves</b>	Győző	53
<b>Édesanyám gulyáslevese</b>	Tabáni István	465
<b>Eperleves</b>	Pécsi Ildikó	227
<b>Epres őszibarack krémleves</b>	Magyar Attila	659
<b>Erdélyi paradicsomleves</b>	Harsányi Gábor	516
<b>Fácánleves fűrjtojásokkal</b>	Pulai Imre	302
<b>Falusi galamb becsináltleves, fűrjtojással</b>	Bencze Ilona	722
<b>Falusi májgaluska leves fűrjtojással</b>	Forgács Gábor	794
<b>Falusi zöldborsóleves vajas galuskával</b>	Csomor Csilla	435
<b>Fejfölével színezett pityókás nedű úri tinorrúval</b>	Buza Sándor	401
<b>Fokhagyma krémleves cipóban</b>	Lola	638
<b>Fokhagymás feketekagyló töltött csigával</b>	Cooky	365
<b>Fokhagymás sajtkrémleves</b>	Frajt Edit	386
<b>Fokhagymás spagetti</b>	Szulák Andrea	314
<b>Fokhagymás tejfölös matutka</b>	Szabó Erika	362
<b>Főtt hús céklás tormával, húsleves csigatésztával</b>	Fodor Zsóka	426
<b>Francia hagymaleves</b>	Koós Réka	189
<b>Fürge rudacskák mártogatva</b>	Tahi Tóth László	278
<b>Fürj eszencia leves</b>	Bárdosi Sándor	117
<b>Füstölt lazac salátaágyon, tormával</b>	Klausmann Viktor	254
<b>Füstölt pisztráng</b>	Reviczky Gábor	326
<b>Gombahamburger Britney módra</b>	Zimány Linda	788
<b>Gölgödín</b>	Hujber Feri	308
<b>Görög gyümölcsleves</b>	Sári Évi	77
<b>Grillezett libamáj körtemártással</b>	Gál Melinda	20
<b>Gyümölcsleves (Gáll Gyöngyi módra)</b>	Gáll Gyöngyi	9
<b>Hagymakrém leves</b>	VV Anett	768
<b>Halak Benkő módra</b>	Benkő Dániel	44
<b>Halászlé ponttyal, harcsával, haltejjel</b>	Soma	41
<b>Halchips grill zöldségekkel</b>	Gáspár Laci	741
<b>Haltojás piritóssal és narancsos ráksalátával</b>	Nick Árpai	269
<b>Hamis gombakrém-leves</b>	Kakasy Dóra	750
<b>Hamis gulyásleves</b>	Debreczeni Zita	311
<b>Házi csirkehúsleves májas betéttel</b>	Náray Erika	374
<b>Hideg bőségtál</b>	Valkó Eszter	65
<b>Hideg gazpacho</b>	Gregor Bernadett	353
<b>Hideg kacsamáj zsírjában sütve, lilahagyma karikákkal</b>	Kammerer Zoltán	251
<b>Hidegtál kacsamellel</b>	Farkasházi Réka	129
<b>Hideg uborkaleves</b>	Keleti Andrea	681
<b>Hideg zöldségkrém leves</b>	Pulai Imre	690
<b>Hófehérke csiperkegomba levese, sajtos rúddal</b>	Ördög Nóra	498
<b>Hokkaidó sütőtökleves pirított tökmaggal</b>	Jakupcsek Gabriella	392
<b>Humusszal töltött paradicsom</b>	Karsai Zita	377
<b>Húsleves velős csonttal</b>	Oszvald Marika	780
<b>Húsleves velős csonttal</b>	Kinizsi Ottó	744
<b>Illatos bambuszrügy leves</b>	Falusi Mariann	50
<b>Illatos saláta pirított magokkal és szeiténnel</b>	Bódi Sylvi	432
<b>Illatos szegfűgombaleves</b>	Keresztes Ildikó	672
<b>Indiai árpatea</b>	Tamás Dénes	6
<b>Indiai fűszeres paradicsom és datolya chuntney lapos kenyérrel</b>	Dombovári Vanda	525

<b>Indiai kofta rizzsel a'la Laár</b>	Laár András	635
<b>Indiai lencsepüré chapati kenyérrel</b>	Delhusa Gjon	404
<b>Indiai Naan kenyér Mango Chatney-val</b>	Rippelék	71
<b>Indiai vörös lencseleves</b>	Roy	344
<b>Insalata caprese</b>	Szeredneyi Béla	239
<b>Japán miso leves</b>	Caramel	662
<b>Jászsági fácánleves bakonyi vadgombákkal</b>	Trokán Péter	528
<b>Jazzes brokkoli leves, parmezános pengetővel</b>	Gáspár Laci	545
<b>Joghurtos uborkasaláta és Ajvár</b>	Delhusa Gjon	218
<b>Joghurtos vegyes sali, ahogy Zozi szereti fasírtgolyókkal, fokhagymás party zsemlével</b>	Zoltán Erika	641
<b>Juhtúró gombócleves</b>	Keresztes Ildikó	323
<b>Juhtúrós burszen sörrel bolondítva</b>	Szacsvay László	652
<b>Juhturóval töltött gombafejek</b>	Kautzky Armand	260
<b>Kacsamájparfé lilahagyma lekvárral, meglepetésbatyuval</b>	Erney Béla	471
<b>Kagyló üvegtésztával</b>	Katus Attila	272
<b>Kapros-citromos csirkeleves pomeloban</b>	Koós Réka	486
<b>Karfiol krémleves</b>	Dobó Kata	395
<b>Karfiol-krémleves baconszirmokkal, leves gyönggyel</b>	Csonka András	701
<b>Kaszaleves</b>	Kasza Tibor	572
<b>Kaviáros blini</b>	Esztergályos Cecília	554
<b>Keleti ízekkel fűszerezett ropogós körték pirított dióval, keleti salátával</b>	Bíró Ica	453
<b>Kemencében sült fácánleves</b>	Bodrogi Gyula	198
<b>Kemencés lángos</b>	Patkó Béla – Kiki	575
<b>Kesudióleves gránátalmával és csokoládéval</b>	Steiner Kristóf	783
<b>Kétsajtos gomba saláta ágyon</b>	Erdélyi Mónika	462
<b>Királyrák barna rizzsel</b>	Nagyné József Andrea	1
<b>Királyrák tempura</b>	Bálint Antónia	257
<b>Kivájt avokádóba töltött guacamole rákkal</b>	Sütő Enikő	210
<b>Kókuszos zöldség leves</b>	Kollár István 'Steve'	18
<b>Kolbászos-virslis előétel</b>	Ötvös Andrea 'Maci'	33
<b>Kolumbiai krumplileves avokádóval és csirkével</b>	Szolnoki Tibor	716
<b>Konyakos fácánleves</b>	Beszeda Gábor	777
<b>Korhely halászlé</b>	Mága Zoltán	429
<b>Kőleves bográcsban</b>	Nagy Feró	359
<b>Körtés spenótleves</b>	Vágó István	168
<b>Kukorica krémleves</b>	Kaszás Géza	617
<b>Lapos kenyér és Sült banán</b>	Pákó	220
<b>Lappföldi palacsinta pizza salátával</b>	Rippel Ferenc	416
<b>Lazacpraliné ála Benkő</b>	Benkő Dániel	563
<b>Lazac tatár édesköménnyel, cserépben sült rozmaringos-olíwabogyós kenyérrel</b>	Bery	608
<b>Legényfogó leves</b>	Ágica	123
<b>Legényfogó leves</b>	Edit asszony	566
<b>Lestyános kukoricakrémleves</b>	Nádas György	153
<b>Libamájjal töltött gombafejek</b>	Húvösvölgyi Ildikó	725
<b>Libamáj salátaágyon</b>	Csomor Csilla	86
<b>Libamájszeletek grillázzsal, Vilmoskörtével</b>	Rakonczi fivérek	531
<b>Libamáj terrine</b>	Péter Szabó Szilvi	74
<b>Libasült</b>	Csisztu Zsuzsa	675
<b>Magyaros pogácsa falatok</b>	István Dani	383



<b>Málnakrém-leves citromfagyival</b>	Valkó Eszter	692
<b>Málnás rebarbara krémleves</b>	Bay Éva	611
<b>Mamika paradicsomlevese tönkölykockával és bio-gouda-val</b>	Szinetár Dóra	398
<b>Mandarinós sárgarépa saláta füstölt sonkával</b>	Nacsá Olivér	759
<b>Mangalica sonkaízeltők</b>	Moldován András	30
<b>Mangalicasonka mézes fügével, gomolya sajttal</b>	Dömsödi Gábor	510
<b>Mediterrán ízelítők</b>	Ábel Anita	138
<b>Mediterrán paradicsomleves</b>	Szily Nóra	159
<b>Melegítő vörös lencseleves petrezselyemkrémmel</b>	Eszményi Viktória	477
<b>Meleg Vichyssoise szarvasgomba carpaccio-val</b>	Szabó Sípós Barnabás	495
<b>Mentás vizitormás zöldborsóleves</b>	Zimány Linda	551
<b>Mérgecs juhásztos zöldség rolád</b>	Müller Attila	713
<b>Mézédes sárgadinnye, sonkával, piros pesztós kenyértekereccsel</b>	Erdőhegyi Brigitta	656
<b>Minestrone leves</b>	Gönczi Gábor	480
<b>Miszo leves</b>	Debreczeni Zita	165
<b>Mogyorós padlizsán</b>	Csepregi Éva	59
<b>Mozzarella párizsi sonkába tekerve</b>	István Dániel	139
<b>Nachos</b>	Zoltán Erika	126
<b>Nagymamám falusi tyúkhúslevese cércsészeléssel</b>	Katus Attila	599
<b>Napon zöldségtel kagylóleves, friss baguette-el</b>	Józsa Imre	587
<b>Narancsos édesköményleves füstölt lazaccal</b>	Ben	669
<b>Narancsos kacsaragu leves árpagyönggyel</b>	Bálint Antónia	423
<b>Nyírségi pityókás krumplileves</b>	Szakál Miki	614
<b>Orosz vinaigrette saláta</b>	Ábel Anita	756
<b>Őszibarack-kremleves</b>	Deutsch Anita	248
<b>Őszibarackleves</b>	Szuper Levente	81
<b>Palócleves</b>	Gönczi Gábor	204
<b>Palócleves</b>	Csepregi Éva	504
<b>Parádés leves</b>	Judy	474
<b>Paraszt batyu sonkával paprika ágyon molnárkával</b>	Leo	183
<b>Párizsi sonka fahéjas sárgadinnyével</b>	Kovács Zoltán	12
<b>Párizsi sonkás parmezánpuflancsok</b>	Csordás Tibi	581
<b>Pikáns uborkaleves</b>	Magyar Attila	317
<b>Pink leves tejszínnel, pirított mandulával</b>	Labancz Lilla	356
<b>Pogácsa</b>	Orosz Barbara	305
<b>Pomádés hot-dog sült hagymakarikával</b>	Orosz Barbara	590
<b>Póréhagyma krémleves pirított fenyőmaggal</b>	Ungár Anikó	174
<b>Potter rákok sült gombafejekben, sonkával</b>	Hajdu Steve	620
<b>Prágai sonkaleves tormával</b>	Fésűs Nelly	569
<b>Pulpo Gallega</b>	Erdei Zsolt	695
<b>Pulykanyak leves</b>	Marsi Anikó	105
<b>Punk saláta fej, saláta tállal joghurtos dressingsel és sajt chipszel</b>	Hajas Laci	132
<b>Rákfarok kókuszban, egzotikus szósszal</b>	Onyutha Judit	513
<b>Rákkocka, Kagylósaláta, Körözött</b>	Farkasházy Tivadar	290
<b>Ráktatár</b>	Rába Tímea	687
<b>Répa sajtkrém-szardellés mártogatással</b>	Gabrieli Richárd	4
<b>Rétegtelt halas causa</b>	Völgyesi Gabi	519
<b>Réteskosárban sült sajtfelfújt</b>	Hajdú Péter	120
<b>Rézkrajcáros káposztalőre zenei betéttel</b>	Gergely Robi	489

<b>Ricottás-mentás tortellini fehérboros, erdei gombás szósszal</b>	Rákóczi Ferenc	380
<b>Rizsleves</b>	Papadimitriu Athina	299
<b>Rizstészta, wakame, nori, surumi</b>	Hernádi Judit	293
<b>Roston sült gombák, gorgonzolás kínai kel salátával</b>	Csapó Gábor	653
<b>Roston sült libamáj puliszkatekeresen</b>	Straub Dezső	492
<b>Sajtfondu</b>	Horváth Éva	111
<b>Sajtleves</b>	Nagy Sanyi	678
<b>Saláta leves</b>	Faragó András	644
<b>Sárgadinnye serranoi sonkával és némi csavarral.</b>	Rózsa György	89
<b>Sárgarépa csikok kéksajtos mártással és paradicsomos sajtos saláta</b>	Nyertes Zsuzsa	245
<b>Só ágyon sült sáfrányos osztriga</b>	Szily Nóra	596
<b>Sókéregben sült ananász, bazsalikomos sajtkrémmel</b>	Lovász Laci	534
<b>Sonkába tekert rukola saláta</b>	Kovács Ági	242
<b>Sonkába vagy baconba göngyölt aszalt szilva</b>	Szőke András	108
<b>Sopszka saláta</b>	Kern András	296
<b>Sóska krémleves főtt tojással, újhagymával, zsemlekockával</b>	Kovácsovics Fruzsina	201
<b>Sóskaleves</b>	Bereczki Zoli	774
<b>Spárga krémleves, sáfrányos lepényhallal</b>	Horváth Éva	623
<b>Spárgaleves</b>	Détár Enikő	786
<b>Spenótos polenta pizza</b>	Emilio	368
<b>Sültpaprika krémleves</b>	Dombovári Vanda	162
<b>Süttőtökös szilvaleves és Túró gombócok</b>	Erdélyi Mónika	263
<b>Szegedi halászlé</b>	Ördög Nóri	114
<b>Színes trópusi saláta, meleg spárgaöntettel</b>	Keleti Andrea	145
<b>Szójával töltött hagymafejek</b>	Selmeczi Tibor	548
<b>Tabbouleh salátával töltött paprikák</b>	Polyák Lilla	540
<b>Tagliattele con pesto alla siciliana</b>	Achilles Filippo Sparta	25
<b>Tarama Ikrapástétom</b>	Papadimitriu Athina	666
<b>Tarator / Albán joghurtos uborkasaláta pogácsával</b>	Delhusa Gjon	180
<b>Tárkonyos fűrjtojás-salátával töltött paradicsomok</b>	Maksa Zoltán	704
<b>Tárkonyos krumli leves</b>	Csollány Szilveszter	186
<b>Tárkonyos vadmalac leves krumpli gombócokkal</b>	Tóth Vera	407
<b>Tatár beefsteak pitával</b>	Vásáry André	483
<b>Tavaszi retekleves, leves gyönggyel</b>	Marót Viki	578
<b>Tavaszi spárgakrém leves</b>	Héder Barna	560
<b>Tejfölös citromos csirkebecsinált leves</b>	Fésüs Nelly	192
<b>Tejfölös gombaleves</b>	Koltai Róbert	68
<b>Thai királyrák leves</b>	Sváby András	171
<b>Thai kókuszos csirkeleves</b>	Falusi Mariann	144
<b>Thai kókusztejes csirkeleves, trópusi vadcitrom levéllel</b>	Kasza Tibor	371
<b>Thai kókusztejes leves</b>	Dammak Jázmin	230
<b>Thai ráksaláta</b>	Fenyő Iván	731
<b>Tiszadobi gombócleves</b>	Oláh Ibolya	341
<b>Tokaji borleves mazsolával</b>	Oszvald Marika	410
<b>Tormás krumpli krémleves füstölt sonkával</b>	Balzsay Károly	438
<b>Toronyba halmozott buffola mozzarella</b>	Kinter Oszkár	102
<b>Toscán kenyérleves</b>	Vágó Piros	698
<b>Tószt torta</b>	Janics Natasa	413
<b>Török vörös lencse leves bulgurral és pitával</b>	Bársony Bálint	459
<b>Trópusi gyümölcsleves sárgadinnyében tálalva</b>	Südi Iringó	150

<b>Trópusi rákkoktél</b>	Bárdosi Sándor	47
<b>Tutajok sajttengeren</b>	Mácsay Judit	22
<b>Újházy Tyúkhúsleves</b>	Gáspár Bea	266
<b>Ünnepi krémleves sváb gombóccal</b>	Galambos Lajos	791
<b>Vadgomba krémleves</b>	Stohl András	207
<b>Vakaró töpörtyűkrémmel</b>	L.L. Junior	626
<b>Vitaminbomba venyigére tekert fokhagymás rozmaringos kenyérrel</b>	Ádok Zoli	320
<b>Yellowtail sashimi pikáns jalapene paprikával, white fish vörös miso-val</b>	Andy Vajna	734
<b>Zöld banán sültve avokádókrémmel bagettel</b>	Luanda	332
<b>Zöldfűszeres paradicsomtorony</b>	Geszler Dorottya	468
<b>Zöld póréhagymaleves</b>	Animal Cannibals fiúk	684
<b>Zöld salátalevelek málnaöntettel és grillezett halomi sajttal</b>	Csonka András	771
<b>Zöldségekkel töltött palacsinta</b>	Ádok Zoli	632
<b>Zöldséges rétes</b>	Hajós András	281
<b>Zöldséges sushi és Japán miso leves</b>	Kinter Oszkár	215
<b>Zöldspárga fűrtőjással eperszemekkel, narancsos öntettel</b>	Szabó Patrícia	350
<b>Zöld spárgák réteslapba burkolva dijoni mustárral</b>	Tallós Rita	522
<b>Zsenge medvehagyma leves, fokhagymás</b>	Terecskei Rita	629

# Főételek

Áfonyás kacsamell	Hajós András	282
Aji de Gallina édesburgonyával és kukoricás rizzsel	Völgyesi Gabi	520
Amerikai barbeque oldalas és csirke szárnyak majonézes káposztasalátával	Dukai Regina	448
Amerikai bélszín steak zöldfűszerekkel, steak burgonyával	Zimány Linda	789
Argentin bélszín wok-ban sült bébi zöldségekkel	Kinter Oszkár	216
Argentin steak zöldbors mártással	Horváth Éva	178
Aszalt szilvával töltött libamáj, baconba tekerve, krumplipürével	Schobert Norbi	748
Azerbajdzsán csirke, hajdinás rizzsel	Csonka András	702
Babtitok varázs	Benkő Dániel	99
Baconba göngyölt szűzpecsenye, zöldbors szósszal, sáfrányos rizzsel	Erdei Zsolt	696
Baconba tekert füstölt fürjtojással töltött fürjpecsenye vadrizzsel	Bárdosi Sándor	118
Bakonyi csirkemell tésztával, és stefánia vagdalt krumplipürével	Gáspár Bea	267
Bakonyi sertéspaprikás galuskával	Kinizsi Ottó	745
Banánlevélben sült bébi csirke	Bárdosi Sándor	48
Banánnal töltött csirkemellek, borsmustáros nektarin salátával	Keresztes Ildikó	673
Bárányárs joghurtos pácban	Müller Attila	234
Báránygerinc polentával	Achilles Filippo Sparta	26
Barnamártásos marhafelsál roppanós krumplival	Bajor Imre	288
Bea asszony csirkéje	Bea asszony	93
Bográcsban főtt zöldségek grillezett tarjával	Szuper Levente	83
Bográcsos lecsós csirke cipóban	Patkó Béla – Kiki	576
Borjú katonák hagymapáncélban	Mácsay Judit	23
Boronatárcsán sült fokhagymás flekken fóliás krumplival	Nagy Feró	360
Cápaharcsa filé rozmaringos gombával, fokhagymás leveles spenóttal	Ádok Zoli	321
Cékla rizottó	Falusi Mariann	146
Chili con carne	Dobrády Ákos	157
Chilis babbal töltött burgonyák	Müller Attila	714
Citromfűves lazac sült zöldségekkel	Rákóczi Ferenc	381
Combok, mellek, tüzes harapások	Tahi Tóth László	279
Corn flakes bundában sült medvehagymás borjú kotlett, fóliás burgonyával és répával	Orosz Barbara	591
Currys csirke kókusztejes, fenyőmagos mártásban mézédessé jázmin rizzsel és joghurtos padlizsán salátával	Bársony Bálint	460
Csáky rostélyos lebbencs rétes	Kasza Tibor	573
Császárszalonnás füstölt sajtos sült csirke, szerezcsendios krumplipürével	Császár Előd	330
Csirkemell mozzarellával és paradicsommal sütve, spenótos jázminrizzsel	Sári Évi	78
Csirkemell sajtos-baconos takaróban rizi-bizivel	Tabáni István	466
Csirkegyársak thai szósszal, basmati rizzsel	Katus Attila	273
Csirkepaprikás galuskával	Debreczeni Zita	312
Csirkés fajitas	Zoltán Erika	127
Dijoni mustáros bélszín	Kinter Oszkár	103
Diókéregben sült őzgerinc mákos nudlival, erdei gyümölcs szósszal	Tallós Rita	523
Dzsungellel sült hal gazdagon	Keleti Andrea	222
Édesanyám májjal töltött csirkecombja, piszkesszósszal, kaporolajos zöldségekkel	Katus Attila	600
Édesen csábító combok	Sámson Ágnes	37
Édes-savanyú tilápia fasírt basmati rizzsel	Lovász Laci	535
Egészben sült részeges malac paraszti krumplival	Bárdosi Sándor	457

Egészben süttött pulykamell vörös áfonya szósszal, süttőtökös-fehérrépás rösztli toronnyal	Bálint Antónia	424
Egybesült malac	Bodrogi Gyula	199
Fahéjas zöldség curry basmati rizszel és grillezett tofuval	Bódi Sylvi	433
Fakéregben sült zöldséges csirkemell basmati rizszel	Onyutha Judit	514
Faszénen sült húsok krumplival és grillezett zöldségekkel	Kern András	297
Fehérboros kacsasült citrus salátával gyömbéres gesztenyével	Ungár Anikó	419
Fehérboros zöld kagyló fokhagymás baguette-tel tengeri süllővel	Szabó Patrícia	351
Feketetésztás scampi	Ada	336
Flancos rizseshús	Balázsy Panna	720
Fokhagymás fogas, tejszínes Shiitake gombamártással, bébi spárgákkal	Ádok Zoli	633
Fokhagymás joghurtban pácolt csirkecomb- mell, kukoricapehely- köpönyegben, barnarizzsel, almás céklasalátával	Kovácsovics Fruzsina	202
Fokhagymás királyrák farok soroksári káposztás káposztás cvekedlivel	Galambos Lajos	543
Fokhagymás langusztafarok	Hajdú Péter	121
Fokhagymás pulykasült párolt zöldségekkel	Bencze Ilona	723
Fokhagymás-ropogós csirkecomb tepsis burgonyával, parajos gerslivel és őszi salátával	Szinetár Dóra	399
Fokhagymás sült oldalas különleges páccal, fűszeres krumplival	Pulai Imre	303
Fokhagymás szürke harcsa tejszínes gnocchi-val	Hujber Ferenc	421
Fokhagymás tarka marha percsenye krumpli és sajtgombóccal (salátával)	Barabás Évi	737
Fokhagymával tűzdelt pulykamell - ahogy Trudi mama tanította – krumpligombóccal és lila káposztával	Zoltán Erika	642
Francia sólet guilottiu módra	Józsa Imre	588
Francia vörösboros kakas, gombával, krumplipürével	Cooky	366
Füstölt sajtos brokkolis pitértorta ropogós salátalevelekkel	Judy	475
Fűszeres-ropogós kacsacombok, aszalt-sárgabarackos pálinkaszósszal, medvehagymás krumplipürével	Détár Enikő	606
Fűszeres szeletek francia rakott krumplival	Frajt Edit	387
Fűszeres vajkrémmel töltött csirkemellet, sonkába burkolva, sültpaprika salátával körítve	Lola	763
Gombával és kolbásszal töltött pulyka rolád vele sült krumplival, almás dinszelt káposztával	Janics Natasa	414
Grillezett báránybordák fahéjas mártással	Kovács Zoltán	13
Grillezett kolbászok, húsok, sült zöldségekkel, házi fűszeres paradicsomszósszal	Keleti Andrea	682
Grillezett vajhal steak spenótos rizottóval, édesburgonyával	Szujó Zoltán	442
Grill finomságok héjában sült burgonyával	Valkó Eszter	66
Guinness marhapite cheddar sajttal (köret zöldborsó, sült krumpli)	Hajdu Steve	621
Hajdúsági sushi	Magyar Attila	318
Hal tengeri sóban	Csomor Csilla	87
Harcsapaprikás kapros gnocchival	Kammerer Zoltán	252
Harcsapaprikás túrós csuszával	Hajdú Péter	390
Hátszín criolla salsa-ban, babos rizszel, gyuca gyökérrel és paradicsomsalátával	Luanda	333
Hawaii Mahi-mahi rizses hal, sült ananással	Csapó Gábor	654
Házi töltött ravioli	Polyák Lilla	541
Húsgolyók tormás krumplipürével	Nagy Sándor	648
Húsok Dániel modorában	Benkő Dániel	45
Húsos pelmenyi	Ábel Anita	757
Indiai lazac wokban sült zöldségekkel	Bíró Ica	454
Indiai szárnyaspörkölt bográcsban, basamati sáfrányrizszel	Rippelék	72
Ízes hús kavalkád és Tejszínes gombaszósz	Oszvald Marika	781

<b>Izzasztott pirított kacsacomb kékforgács ágyon francia (Deus-Deus-Lait) körettel</b>	Buza Sándor	402
<b>Jércemell filé zöldségágyon</b>	Gáll Gyöngyi	10
<b>Juharszirupos lazacsült tengeri spárgával sonkában sült körtével</b>	Geszler Dorottya	469
<b>Juhtúrós póréval töltött csirkemellek, sajtzósszal, kukoricás rizzsel</b>	Gáspár Laci	546
<b>Juhtúrós sztrapacska – savanyú káposztával</b>	Leo	184
<b>Kacsacombok sárgarépa – golyócskákkal</b>	Marót Viki	579
<b>Kacsacomb, Robicana metélttel és zöldségpürével</b>	Gergely Robi	490
<b>Kacsamell almás párolt káposztával és tótgombóccal</b>	Beszeda Gábor	778
<b>Kacasült narancsmártással, burgonyapürével, melegen készített madársalátás rátéttel</b>	Farkasházi Réka	130
<b>Kapros juhtúróval töltött csirkemell</b>	Csollány Szilveszter	187
<b>Kemencében sült oldalas, csirkecomb, vele sült krumplival, sütőtökkel, és körtével</b>	Csepregi Éva	60
<b>Kemencében sült túrós csusza házi készítésű tésztából</b>	Ördög Nóri	115
<b>Kesudiós csirke</b>	Kasza Tibor	372
<b>Kolozsvári rakott káposzta</b>	Keresztes Ildikó	324
<b>Kolozsvári töltött káposzta</b>	Mága Zoltán	430
<b>Korianderes csirke avokádóval salátaágyon</b>	Szulák Andrea	315
<b>Körtével grillezett szűzermék, tojasos burgonyahabbal egybesütve, szalonnával kelbimbóval körítve.</b>	Harsányi Levente	766
<b>Kuktában sült tarja, krumpli salátával</b>	Peller Mariann	276
<b>Kuszkusz-tésztás marha zöldségekkel</b>	Dammak Jázmin	231
<b>Lakodalmas rántott bőségtál párolt zöldségekkel és rizzsel</b>	Edit asszony	567
<b>Lazac specialitás (Nagyné József Andrea módra)</b>	Nagyné József Andrea	2
<b>Lecsós tarja</b>	Roy	345
<b>Lekváros bébi csirke, bécsi krumpli salátával</b>	Rakonczi fivérek	532
<b>Leszkovácska Mutykálicá</b>	VV Miló	708
<b>Leveles tésztában sült szűzpecsenye vegyes zöldségekkel</b>	Csomor Csilla	436
<b>Levendulás báránypörkelt tejszínes burgonyával, sült koktélpáradicsommal</b>	Gönczi Gábor	481
<b>Libacomb narancssalátával</b>	Erdélyi Mónika	264
<b>Libamájjal töltött fürjek, rozmaringgal sült nektarinnal, krumplipürével</b>	Maksa Zoltán	705
<b>Libamell steak juhtúrós palacsinta tortával</b>	Straub Dezső	493
<b>Libasült narancsos, lilakáposztás és krumplis rétes</b>	Csisztu Zsuzsa	676
<b>Lucullusi spagetti bőségtál</b>	Hajas Laci	133
<b>Magyaros- fehérpecsenye</b>	Deutsch Anita	249
<b>Mandarinok, zsíros szárnyas sült, röstivel</b>	Bagi Iván	451
<b>Mandulás csirkecomb mandulaolajos-rukkolás krumplipürével</b>	Csepregi Éva	505
<b>Mangalica nyárs és süllő grillezve</b>	Szerednyei Béla	240
<b>Marha egytálétel</b>	Falusi Mariann	51
<b>Marhapörkölt krumplilaskával</b>	István Dani	384
<b>Marokkói csirke tagine, kuszkusszal</b>	Selmeczi Tibor	549
<b>Marokkói fahéjas csirke tajine-ban, kuszkusszal</b>	Karsai Zita	378
<b>Mediterrán csirketekercs bazsalikommal krumplipürével</b>	Balzsay Károly	439
<b>Mexikói csirke</b>	Gönczi Gábor	205
<b>Mexikói vega rakottas füstölt sajtos kukoricapürével</b>	Sütő Enikő	213
<b>Mézes borban érlelt bélszín medálkák, áfonyás erdei gombás raguval, szezámmagos fánkocskákkal</b>	Terecskei Rita	630
<b>Mogyorós csirkefalatok karambolás rizzsel</b>	Zimány Linda	552
<b>Nádas Gyuri pulykamellfiléje, gombaábrándokkal</b>	Nádas György	154

Narancsos töltött csirkemellek	Delhusa Gjon	221
Nyírségi gombóc leves Ózon módra	Klausmann Viktor	255
Osso Bucco polentával	Szabó Sípos Barnabás	496
Ördöghal kapormártással, karos burgonyával és újrépával	Ördög Nóra	499
Őzgerinc burgonyafánkkal és áfonyalekvárral	Stohl András	208
Őzpörkölt	Orosz Barbara	306
Pacal csülökkel	Ötvös Andrea 'Maci'	36
Padlizsános, cukkinis csirke gyömbéres répával, sajttal töltött paprikával, currys tejfölös krumplival	Tóth Vera	408
Paella tenger gyümölcseiből	Gregor Bernadett	354
Palacsintatésztába tekert mézes chilis csirkemell	Bálint Antónia	258
Papilote-ban sült vajhal, citrommártással	Vágó Piros	699
Paprikakompóttal töltött borjúkaraj, hercegnő burgonyával	Fésűs Nelly	570
Paprikás szűzermék	Koós Réka	190
Paradicsommal egybesütött marha, vele sült krumplival	Bebe	754
Parázson sült balatoni süllő, sült zöldségekkel, paradicsomsalátával, csöves kukoricával	Magyar Attila	660
Pármai sonkába göngyölt, pácolt csirkemell, zöldségbatyuval Rakletten sütve	Südi Iringó	151
Pasta Con-Emilio fehérboros borjúval	Emilio	369
Pecorino-s prosciutto-s csirkemellek parmezános padlizsánnal	Bery	609
Pecsenye nyúlhúsból, túrós krumplival	Szabó Erika	363
Pesztós csirkemellek, bordó tésztával	Vásáry André	484
Pesztós kecskesajttal töltött csirkemellek	Lola	639
Pezsgőben pácolt bélszín, vadgombás szósszal, krumpli lepénnyel	St. Martin	558
Pirított libamájselet, körteágyon	Kovács Ági	729
Pogácsatésztába töltött darált marhahús	Fésűs Nelly	193
Pontyvariációk aszúban és tökmagolajban pirított gombával	Benkő Dániel	564
Pulyka rolád fűj tojással és spenóttal töltve parmezánrétesben, brokkolis krumplipürével	Eszményi Viktória	478
Pulykatorta quiche lorraine-nel és házi birsalma dzsemmel	Bay Éva	612
Punjabi citromos csirke bengáli padlizsánnal, fahéjas rizzsel	Dombovári Vanda	526
Ragacsos rizs mangóval	Kollár István 'Steve'	19
Ráknyárs pestos farfalle tésztával, salátával	Szily Nóra	160
Rakott krumpli gazdagon	Marsi Anikó	106
Rakott lecsós tarja	Koltai Róbert	69
Rántott csirkemellfilé - Steve módra	Hajdu Steve	285
Rántott libamáj, hagymás tört krumplival, tejfölös uborkasalátával	Csordás Tibi	582
Rántott ponty és rántott békacombok vajas tört krumplival és rizzsel	Oszvald Marika	411
Rántott spenót fasírt, tofu, szeitán, kukoricás jázminrizzsel, avokádó salátával	Pokrivtsák Mónika	237
Részezes – chilis – mézes kacsamell vörösboros karamell körtével, zelleres – almás rösztivel	Gáspár Bea	711
Reszelt csirkemáj, tepsis burgonyával	B. Tóth László	603
Róka gombás őzragu, mézes apróburgonyával	Nagy Sanyi	679
Római tálban sült csülök kifli burgonyával	Nyertes Zsuzsa	246
Római tálban sült rozmaringos bárány, zöldségekkel	Szolnoki Tibor	717
Roma paprikás túrós csuszával	Gáspár Győző	63
Ropogós malacsült gazdagon körítve	Moldován András	31
Ropogósra sült kacsapecsenye	Keleti Andrea	147
Rostonsült borjúermék burgonya párnán és paradicsom karamellel	Erdélyi Mónika	463
Rostonsült husok zöldséges bulgarral	Soma	42

Roston sült kavalkád, salátaábrándokkal, mártástengerrel	Rózsa György	90
Roston sült vörös tonhal steak, tejszínes zeller-krumpli szuflével, chilis ananással és rácson sült cukkini chips-szel	Sváby András	172
Rozmaringos lazac babyspenótos taglatellével.	Ungár Anikó	175
Rózsaszínűre grillezett kacsamell mézes barackos meggyszósszal, kacsamájas krumplipürével	Szily Nóra	597
Sajtos-sonkás rakott zöld tészta	Xantus Barbara	538
Sajtos tejszínes szószban sült csirkemellek, sütőtökös krumplipürével	Nick Árpi	270
Sajttal grillezett homár	Gál Melinda	21
Sajttal töltött szezámagos rántott csirkemell, répás-gombás rizzsel és retksalátával	VV Anett	769
Sertés karaj vörösborosan aszalt gyümölcsökkel	István Dániel	142
Sólet füstölt libamellel	Székhelyi József	347
Soma kendermagosa	Soma	96
Sonkás gombakéregben sült mangalica. szűz fetás sült burgonyával	Dömsödi Gábor	511
Sótéglán sült csirke parmezános tésztával	Kaszás Géza	618
Sous Vide báránygering, csicsókapürével, rozmaringos-paradicsomos birsalmazselével	Náray Tamás	502
Sörös dobozon sült csirke	L.L. Junior	627
Spagettis padlizsántekercs	Rába Tímea	688
Spárgával töltött pulykamell, tejszínes szósszal, fenyőmagos jázminrizzsel	Gallusz Niki	508
Spenótfőzelék, pesztóbundás csirkével	Animal Cannibals fiúk	685
Spenótos halbatyu, párolt zöldségekkel	Koós Réka	487
Spenótos-ricottás házi ravioli diószósszal	Nacs Olivér	760
Spenóttal grillezett baramundi serpenyőben sült zöldségekkel	Trokán Péter	529
Spenóttal töltött canelloni	Horváth Éva	624
Steak-ek zöldséges palacsintaágyon, dollár-csipsszel	Marenec Fruzsina	339
Strucepörkölt tojásrántottával	Pákó	223
Sushi	Debreczeni Zita	166
Süllő orly módra Győzikés krumplipürével	Gáspár Győző	445
Sült báránygerinc	Hujber Ferenc	309
Sült csirkemellfilé zöld püréágyon, tejszínes zöldbabbal	Csonka András	772
Sült kismalac gazdagon	Győző	54
Sült tarja bajor káposztával	Kautzky Armand	261
Sváb pecsenye dióban forgatott burgonyával	Galambos Lajos	792
Száármá / Szőlőlevélben töltött ízesített darált hús	Delhusa Gjon	181
Szabolcsi töltött káposzta	Szakál Miki	57
Szaftos diós pecsenye, tökös-rozmaringos gigli tésztával	Kakasy Dóra	751
Szarvasgombás, pármai sonkás széles metélt	Erdőhegyi Brigitta	657
Szarvaspörkölt bográcsban Szőke módon	Szőke András	109
Székelykáposzta	Farkasházy Tivadar	291
Székelykáposzta szejtánnal	Laár András	636
Szerelmes csirke	Steiner Kristóf	784
Szűzpecsenye rozmaringos burgonyával	Hernádi Judit	294
Tagliatelle al dente spenóttal	Ábel Anita	140
Tandori-val fűszerezett indiai paneer sajt ishtu-val	Delhusa Gjon	405
Tanyasi jércemell roston, részes vilmoskörtevel és szalonnába tekert burgonyával	Szakál Miki	615
Tarhonyás hús kovászos uborkával	Jáksó Laci	82
Tárkonyos borjúpörkölt	Dombovári Vanda	163



<b>Tavaszi borjúragu leves</b>	Hűvösvölgyi Ildikó	726
<b>Teával füstölt csirke, teriyaki káposztasalátával</b>	Caramel	663
<b>Tejben sült bébi csirkék</b>	Ben	670
<b>Tejszínes konyakos scaloppine, forgatott krumplival, vegyes salátával</b>	Oszter Alexandra	585
<b>Tejszínes mustáros pulyka olasz tésztával</b>	Kovács Ági	243
<b>Tejszínes-tejfölös csirkemell csíkok gazdagon</b>	Ágica	124
<b>Tengeri hal tormaszósszal</b>	Schmik Mária	16
<b>Tepsiben sült paradicsomos báránycsülkők piláffal</b>	Papadimitriu Athina	667
<b>Tepsis csirke, csalános paszattió, tzatziki</b>	Papadimitriu Athina	300
<b>Teriyaki halfilé sárgarépás krumplipürével</b>	Dobó Kata	396
<b>Thai savanyú csirkeleves</b>	Tamás Dénes	7
<b>Tiszai harcsaszelet paprikás lisztben sütve, vajas burgonyával uborkamártással</b>	Oláh Ibolya	342
<b>Tonhal saltimbocca paradicsomsalátával</b>	Voksán Virág	196
<b>Tormás csirkemell almával és újhagymával</b>	Vágó István	169
<b>Tőkehallal töltött kovászolt káposzta</b>	Reviczky Gábor	327
<b>Tökös-sörös lecsó Szacs vay-módra</b>	Szacs vay László	650
<b>Töltött csirkecomb, burgonyapürével és rozmaringos körtével</b>	Náray Erika	375
<b>Töltött csirkecombok vele sült krumplival, birsalmával, dédi féle töltelékkel</b>	Jakupcsek Gabriella	393
<b>Transsylvaniai pecsenye joghurtos uborkasalátával</b>	Harsányi Gábor	517
<b>Trikolor csirke krumplipürével</b>	Péter Szabó Szilvi	75
<b>Tüzes csirke szárnyak, kacsamell steak, steak burgonyával</b>	Gáspár Laci	742
<b>Vaddisznóhús cipóban</b>	Gabrieli Richárd	35
<b>Vaddisznós tagliatelle parmezán forgáccsal</b>	Ernyey Béla	472
<b>Vajas-leveles pástétom darált marhahússal</b>	Détár Enikő	664
<b>Vasalt csirke salátabombával</b>	Faragó András	594
<b>Vaslapon grillezett szárnyas pecsenye pikáns szószokban és fóliában sült burgonyával</b>	Bereczki Zoli	775
<b>Vegetáriánus székelykáposzta</b>	Pécsi Ildikó	228
<b>Vegyes pecsenye somogyi dödöllével</b>	Forgács Gábor	795
<b>Veresi sajtos-tejszínes csirkemell</b>	Janicsák István	136
<b>Vörösboros borjúpörkölt, tojasos galuskával, fejes salátával</b>	Valkó Eszter	693
<b>Vörösboros muflon-ragu rozmaringos pogácsával</b>	Esztergályos Cecília	555
<b>Vörösboros rénszarvasragu burgonyafánkkal</b>	Rippel Ferenc	417
<b>Vörösboros szedres kacsasteak pink pürével</b>	Labancz Lilla	357
<b>Vörösboros vaddisznó pörkölt és kapros juhtúrós sztrapacska</b>	Faragó András	645
<b>Wellington bélszín</b>	Horváth Éva	112
<b>Wellington bélszín szezámmagos zöldbabbal és vajas újrépával</b>	Héder Barna	561
<b>Whiskey-ben párolt barbecue-s tarja sült csöves kukoricával</b>	Tóth Gabi	739
<b>Zöldcurry-s zöldség, karamellás-gyömbéres kacsamellel, sült zöldséges üvegtésztával, piritott barnarizzsel</b>	Fenyő Iván	732
<b>Zöldséges bulgur</b>	Sütő Enikő	212
<b>Zöldség rakottas</b>	Bánovics Marcsi	34
<b>Zsóka hús - ahogy én hívom - snidlinges tört krumplival</b>	Fodor Zsóka	427

# Desszertek

1001 éjszaka a'la Bársony	Bársony Bálint	461
'A csokoládé' mangó pürével	Szabó Sípos Barnabás	497
Adventi aszalt szilvás sütemény	Tóth Vera	409
Alma pizza vanília fagylalttal	Rakonczi fivérek	533
Almás-birsalmás pite, Prosecco habbal	Gáspár Laci	743
Almás őzgerinc	Bárdosi Sándor	458
Almás rácsos	Szakál Miki	58
Almás rácsos sütemény	Lola	640
Almás süti	Orosz Barbara	307
Álomhajó (banános fagyí)	Ágica	125
Amarettó kehely, pirított piskáciával	Kovács Ági	730
Ananászos rizspuding	Dobó Kata	397
Aranygaluska vanília sodóval	Nyertes Zsuzsa	247
Aszalt szilvával töltött piskóta, fahéjas vaníliás szósszal	Dombovári Vanda	164
Az a híres „lemenpájn”	Fodor Zsóka	428
Az én kedvencem: Mézes-krémes sütemény	Katus Attila	601
Baklava	Papadimitriu Athina	668
Banánkenyér	Steiner Kristóf	785
Banánkenyér karamellizált banánnal	Onyutha Judit	515
Banános-csokis palacsinta fagylalttal	Hajdú Péter	391
Barackos túróslepeny vaníliaöntettel	Marenec Fruzsina	340
Bazsalikomos vanília fagylalt csokoládés libatöpörtyűvel	Kaszás Géza	619
Bea asszony mákos galuskája	Bea asszony	94
Belga csokitorta	Moldován András	32
Biofagyi	Sütő Enikő	101
Bogyós kevert sütemény	Koós Réka	191
Borban párolt körte, csokoládéval	Kovács Zoltán	14
Bögrétorta bogyós lekvárral és csokimázzal	Szinetár Dóra	400
Brownie gyümölcs szósszal	Gáspár Bea	268
Bundázott alma fahéjjal	Galambos Lajos	793
Bundázott ananászkarikák	Katus Attila	274
Chilis almatócsni	Müller Attila	715
Cigány pirula	Gáspár Győző	64
Citromfagyi lime-mal és Bacardival	Nagyné József Andrea	3
Citromos grízhab karamellel	Keresztes Ildikó	325
Citromos szuflék, rebarbara kompóttal	Balázs Panna	721
Citrus madártej csokoládékehelyben	Ádok Zoli	634
Citrus torony	Falusi Mariann	148
Crepe susette	Polyák Lilla	542
Cukkinis sütemény	Vágó István	170
Csábító mascarpone a málnásban	Mácsay Judit	24
Családi csokitorta meggy mártással	Kasza Tibor	574
Császármorzsa	Détár Enikő	787
Császármorzsa gyümölcs szósszal	Császár Előd	331
Csokifondü csábító gyümölcsökkel	Rózsa György	91
Csokis muffin	Zimány Linda	790
Csokoládé mousse	Gál Melinda	38

Csokoládé mousse	Kovács Ági	244
Csokoládés bundás kenyér	Csapó Gábor	655
Csokoládés-céklás sütemény	Dobrády Ákos	158
Csokoládés Pavlova-torta friss öko gyümölcsökkel	Náray Tamás	503
Csokoládészuflé narancsos mascarponekrémrel	Ernyey Béla	473
Csokoládétorta rózsahabbal	Lola	764
Csokoládéval töltött túrógombóc	Bánovics Marcsi	29
Csőben sültt epres palacsinták	Gönczi Gábor	206
Csőben sültt epres palacsinták	Dömsödi Gábor	512
Csörgefánk rumos baracklekvárral	Balzsay Károly	440
Csupa-csoki soufflé vanília fagyival	Gönczi Gábor	482
Csúsztatott palacsinta	Forgács Gábor	796
Daniels House édességek	Benkő Dániel	46
Diós metélt palacsinta baracklekváros habbal	Csepregi Éva	506
Diótorta könnyű krémmel	Soma	43
Diplomatapuding	Straub Dezső	494
Dörögdgi meggyes rétes	Szőke András	110
Édesanyám karácsonyi mákos sütije	Hujber Ferenc	422
Édes emlék morzsa	Héder Barna	562
Egzotikus csokoládéhab mézzel	Sütő Enikő	214
Egzotikus gyümölcsrizs házi málnaszörppel	Szuper Levente	85
Egzotikus rizsfelfújt kivi szósszal	Keleti Andrea	225
Emanuel málnás nyalánksága	Gergely Robi	491
Eper cappucino	Magyar Attila	319
Eper fagy	Südi Iringó	152
Eperfagylaltos - fahéjas kosárhák	Schobert Norbi	749
Epersaláta rétes kosárban joghurtos szósszal	Papadimitriu Athina	301
Epres- barackos-gyömbéres morzsa	Csordás Tibi	583
Epres lasagne	Szolnoki Tibor	718
Epres-málnás parfé pink vattacukorral	Labancz Lilla	358
Erdei gyümölcsös túrós őzgerinc	Faragó András	646
Ezer lapocskas friss eperrel	Horváth Éva	625
Fagylalt forró gyümölcsmártással	Valkó Eszter	67
Fahéjas-diós bundában sült részeges alma	Szacsvay László	651
Falus almáspite	Janicsák István	137
Fehér csokiba mártott gesztenyebomba	Eszményi Viktória	479
Fekete-fehér csoki torta	Bálint Antónia	259
Fekete „mákia” torta tiramisu öntetével, friss gyümölcssalátával	Ungár Anikó	176
Fekete rizspuding, karamellizált banáncsokkakkal, kókuszreszelékkel	Falusi Mariann	52
Flan a nyár gyümölcseivel	Erdei Zsolt	697
Flan nyári szószban fagylalttal	Luanda	334
Fordított meggyes süti	Vágó Piros	700
Forró csokis brownie vanília fagylalttal	Rákóczi Ferenc	382
Francia citromtorta	Szily Nóra	598
Francia csokoládétorta házi narancslikörrel és rumos dzsemmel	Bay Éva	613
Frangepán fügetorta, fagyival	Patkó Béla – Kiki	577
Gabrieli Richárd desszertje, a gyümölcs és fagy kedvelőinek.	Gabrieli Richárd	5
Gáll Gyöngyi desszertje	Gáll Gyöngyi	11
Gesztenyés töltött alma	Schmik Mária	17
Gesztenyetorta	Osztvald Marika	412

<b>Gofri</b>	Nagy Sándor	649
<b>Grízes tészta</b>	B. Tóth László	604
<b>Gundel palacsinta és Grand Marnier palacsinta</b>	Cooky	367
<b>Gyömbéres-körtés torta, narancsos karamell szósszal</b>	Harsány Levente	767
<b>Gyümölcsös bruleé</b>	Hernádi Judit	295
<b>Gyümölcsös joghurttorta</b>	Kinter Oszkár	217
<b>Gyümölcsös mascarpone</b>	Szulák Andrea	316
<b>Gyümölcsös öntött süti</b>	Pokrivtsák Mónika	238
<b>Gyümölcsös tál</b>	Csollány Szilveszter	188
<b>Gyümölcsrizs</b>	Bodrogi Gyula	200
<b>Gyümölcstorta</b>	Oláh Ibolya	343
<b>Három csokis sütemény, fagylalttal, ribizlivel</b>	St. Martin	559
<b>Házi dzsemmel töltött almák, vanília szósszal</b>	Osztér Alexandra	586
<b>Hideg túrógombóc epervelővel</b>	Sári Évi	79
<b>Hideg túrógombóc pirított mandula köntösben</b>	Gáspár Bea	712
<b>Hollywoodi répatorta</b>	Dukai Regina	449
<b>Hurmasice / Cukorszirupos sütemény</b>	Delhusa Gjon	182
<b>Illatos joghurt mézzel</b>	Laár András	637
<b>Imó édes banánja gyümölcssalátával</b>	Bajor Imre	289
<b>Ízes-véres fánk</b>	Harsányi Gábor	518
<b>Joghurt torta</b>	Marsi Anikó	107
<b>Joghurttorta eperszósszal</b>	Terecskei Rita	631
<b>Kakaós almatorta</b>	Tabáni István	467
<b>Kálvinista mennyeország</b>	Hüvösvölgyi Ildikó	727
<b>Kanadai juharszirup mousse</b>	Hajdú Péter	122
<b>Kapatos Citrom Varázs</b>	Szakál Miki	616
<b>Karácsonyi csillagkalács cseresznye kompóttal</b>	Janics Natasa	415
<b>Karácsonyi mézes zserbó- Édesanyám receptje alapján</b>	Mága Zoltán	431
<b>Karamelltorta</b>	Erdőhegyi Brigitta	658
<b>Kaukázusi kefir torta</b>	Ábel Anita	758
<b>Kefírtorta fagylalttal</b>	Kovácsolics Fruzsina	203
<b>Kókuszgolyó</b>	Pákó	226
<b>Kókuszos répakuglóf</b>	Kautzky Armand	262
<b>Kókuszszem</b>	Kakasy Dóra	752
<b>Kókusztejben párolt banán, mangóval és eperrel</b>	Fenyő Iván	733
<b>Kókusztorta, kókuszlikőrös dinnyegolyókkal</b>	Fésűs Nelly	571
<b>Kólatorta</b>	Tóth Gabi	740
<b>Kolyíva</b>	VV Miló	709
<b>Krémes</b>	Kinizsi Ottó	746
<b>Krémkaramell</b>	Csomor Csilla	88
<b>Kukoricamálé pottyantott szapora ragacsossal</b>	Buza Sándor	403
<b>Kürtöskalács</b>	Pulai Imre	691
<b>Lágy csokoládé fondant házi zöldtea fagylalttal</b>	Andy Vajna	735
<b>Lapos sütemény</b>	Pécsi Ildikó	229
<b>Lime-os túrórtorta</b>	Frajt Edit	388
<b>Lotyórétes</b>	Maksa Zoltán	706
<b>Lusta asszonyok rétese</b>	Gallusz Niki	509
<b>Madártej</b>	Ördög Nóri	116
<b>Madártej</b>	Delhusa Gjon	224

<b>Máglyarakás</b>	Hajós András	283
<b>Mákos guba vanília mártással</b>	Jakupcsek Gabriella	394
<b>Mákos palacsinta forró szilvalekváros öntettel</b>	Trokán Péter	530
<b>Mákos szilvás gombóc</b>	István Dani	385
<b>Mákos tészta</b>	Pulai Imre	304
<b>Málnalángos</b>	Rába Tímea	689
<b>Málnás grízpuding, csokoládé szósszal</b>	Xantus Barbara	539
<b>Málna sorbet</b>	Sváby András	173
<b>Mandulás-csokis kuglóf, fagylalttal</b>	Farkasházi Réka	131
<b>Mandulás málna torta</b>	Tahi Tóth László	280
<b>Mandulás torta</b>	Dammak Jázmin	232
<b>Marcipános-mascarponés krémmel töltött barack gyümölcsmártással</b>	Bárdosi Sándor	119
<b>Mascarpone-s császármorzsa</b>	Szujó Zoltán	443
<b>Mascarponés, epres túrótorta</b>	Fésűs Nelly	194
<b>Mazsolás-túrós rántott palacsinta vanília sodóval</b>	Gáspár Győző	446
<b>Meggyes pite</b>	Bagi Iván	452
<b>Meggyes rétes</b>	Debreczeni Zita	313
<b>Meleg mediterrán gyümölcs saláta</b>	Zoltán Erika	128
<b>Mézes, joghurtos, babapiskótás gyümölcs nyalánkság</b>	Ada	337
<b>Mézes-mákos guba vörös áfonya lekvárral</b>	Kammerer Zoltán	253
<b>Mézes piskóta, meggyes-grízes csoki krémmel</b>	Keleti Andrea	683
<b>Mogyorós csokoládé soufflé házi fagylalttal</b>	Orosz Barbara	592
<b>Mogyorós habcsók torta</b>	Bálint Antónia	425
<b>Mogyorós palacsinta</b>	Oszvald Marika	782
<b>Mojitó torta</b>	Ben	671
<b>Napsütötte narancshegyek</b>	Achilles Filippo Sparta	27
<b>Narancskrémcsokis angyalhaj</b>	Delhusa Gjon	406
<b>Narancsos - diós süti</b>	Deutsch Anita	250
<b>Narancsos gesztenyekocka</b>	Faragó András	595
<b>Narancsos-meggyes csoki varázs vanília fagylalttal</b>	Bencze Ilona	724
<b>Narancsos szuflé csokibundás narancsgerezdekkel</b>	Beszeda Gábor	779
<b>Narancstorta</b>	Horváth Éva	179
<b>Nyári dilitorta</b>	Rippelék	73
<b>Palacsinta</b>	Farkasházy Tivadar	292
<b>Palacsinta beigli</b>	Csonka András	703
<b>Palacsintatorta</b>	Stohl András	209
<b>Pannacotta</b>	Voksán Virág	197
<b>Paradicsomtorta</b>	Nagy Sanyi	680
<b>Pekándió pite</b>	Lovász Laci	536
<b>Perui tejlekvárral töltött linzerkarikák</b>	Völgyesi Gabi	521
<b>Pillecukor fehér csokoládé fondu-val</b>	Ördög Nóra	500
<b>'Pina Colada' sütemény karamell ananással</b>	Geszler Dorottya	470
<b>Pisai szedertorony</b>	Emilio	370
<b>Piskótás Lampion torta</b>	Esztergályos Cecília	556
<b>Piskótatekerceses túrótorta</b>	Sámson Ágnes	40
<b>Placuski</b>	Müller Attila	235
<b>Queen Elizabeth toffe pudingja</b>	Hajdu Steve	622
<b>Rakott palacsinta</b>	Székhelyi József	348
<b>Rántott bodzavirág epersalátával</b>	Caramel	665
<b>Rebarbarás morzsás sütemény fagylalttal</b>	Tallós Rita	524

Részezes sárgabarackpite	Valkó Eszter	694
Réteges töktorta	Koós Réka	488
Rétes kosárka bazsalikomos epersalátával	Horváth Éva	113
Rizsfelfújt	Keleti Andrea	149
Rizsfelfújt erdei gyümölccsel	Bereczki Zoli	776
Ropogós gofri recept	Magyar Attila	661
Rusztikus mogoró ágyon zöldcitromos krémsajt friss erdei gyümölcsökkel	Ungár Anikó	420
Sajttorta	Hujber Ferenc	310
Sajttorta eperrel	Szabó Patrícia	352
Sárgadinnye fagyimámmal	Szeredneyi Béla	241
Sárgadinnyés bárka	Reviczky Gábor	328
Sárgadinnyés rétes	Jáksó Laci	84
Sári rétes	Szabó Erika	364
Shaolinok egzotikus gesztenyepüréje	Bíró Ica	455
Skandináv körtekenyér	Rippel Ferenc	418
Smarni	Kern András	298
Sokmagos répatorta sajtkrémmel	Benkő Dániel	565
Soma chilis csokija	Soma	97
Somlói galuska	Ádok Zoli	322
Stíriai metélt	Csonka András	773
Stíriai metélt	Marót Viki	580
Sült banán	Debreczeni Zita	167
Sült banán vanília fagyival, és citrusz szósszal	Csepregi Éva	61
Sült puding	Karsai Zita	379
Sült túrópuding	Péter Szabó Szilvi	76
Sült zöldalmás pudingtorta	Bebe	755
Sütőtökös pite	Erdélyi Mónika	265
Szerelmeslevél	Nacsa Olivér	761
Szexi banán köntösben, karamellszósszal	Zimány Linda	553
Szilvás clafoutis, ehető virág szirmokkal	Józsa Imre	589
Szilvás és barackos gombóc bakter módra	Koltai Róbert	70
Szirupos almatorta	Keresztes Ildikó	674
Szívrabló torta	Edit asszony	568
Szőlős dobálos pite	Ábel Anita	141
Szőlős marcipános pite	Nagy Feró	361
Tápiókaagyöngy kókusztejszínben, licsivel	Kasza Tibor	373
Tejes Firni	Dombovári Vanda	527
Tejes pite Tercsi mami receptje alapján házi baracklekvárral flambírozva	Galambos Lajos	544
Tejfölös málna	Roy	346
Tejszínes epres pite, mentahabbal, vanília sodóval	Détár Enikő	607
Tejszínes meggyes-csokis sütemény	Gáspár Laci	547
Tejszínes szedres-almáspite	VV Anett	770
Téli gyümölcstorta	Bódi Sylvi	434
Tempurázott aszalt gyümölcsök eperrel	Hajas Laci	134
Tepsiben sült lekváros kenyér	L.L. Junior	628
Tiramisu	Leo	185
Tiramisu friss epervelővel	Hajdu Steve	286
Tofu sült rizstésztával	Kollár István 'Steve'	39
Tökös, mákos, meggyes- batyu, vaníliaöntettel	Nádas György	155

<b>Tömény csokoládés sütemény mentás epersalátával</b>	Barabás Évi	349
<b>Trópusi sült ananász fagylalttal</b>	Bárdosi Sándor	49
<b>Túrófánk</b>	Gregor Bernadett	355
<b>Túrófánk fahéjas szilvaszósszal</b>	Vásáry André	485
<b>Túrógombóc áfonyalekvárral</b>	Selmeczi Tibor	550
<b>Túrógombóc pisztácia kéregben</b>	Animal Cannibals fiúk	686
<b>Túró mousse- Ricotta mousse</b>	Szily Nóra	161
<b>Túró rudi torta</b>	Csomor Csilla	437
<b>Túrós kifli</b>	István Dániel	143
<b>Túrós lepény</b>	Győző	55
<b>Túrós sütemény-ahogy Robi szereti- triple sec-be áztatott gyümölcssalátával</b>	Zoltán Erika	643
<b>Túrótorta meggyzósszal</b>	Peller Mariann	277
<b>Vajon párolt gyümölcsök csokiöntettel</b>	Klausmann Viktor	256
<b>Vanília fagylalttal töltött profiterol forró karamell-szósszal</b>	Bery	610
<b>Vaníliapuding karamell réteggel</b>	Kinter Oszkár	104
<b>Zabkorpás tészta</b>	Benkő Dániel	100
<b>Zabpelyhes-meggyes sütemény</b>	Judy	476
<b>Zebratorta mandarin sorbet-val</b>	Erdélyi Mónika	464
<b>Zöldecitromos piskóta</b>	Nick Árpí	271
<b>Zöld kókusztej longan gyümölccsel</b>	Tamás Dénes	8
<b>Zsermák</b>	Náray Erika	376
<b>Zsuzsi szelet</b>	Csisztu Zsuzsa	677

# Névjegyzék

## Ábel Anita

Húsos pelmenyi	757
Kaukázusi kefir torta	758
Mediterrán ízelítők	138
Orosz vinaigrette saláta	756
Szőlős dobálos pite	141
Tagliatelle al dente spenóttal	140

## Achilles Filippo Sparta

Báránygerinc polentával	26
Napsütötte narancshegyek	27
Tagliatelle con pesto alla siciliana	25

## Ada

Brokkolikrémleves	335
Feketetésztás scampi	336
Mézes, joghurtos, babapiskótás gyümölcs nyalánkság	337

## Ádok Zoli

Cápaharcsa filé rozmaringos gombával, fokhagymás leveles spenóttal	321
Citrus madártej csokoládékehelyben	634
Fokhagymás fogas, tejszínes Shiitake gombamártással, bébi spárgákkal	633
Somlói galuska	322
Vitaminbomba venyigére tekert fokhagymás rozmaringos kenyérrel	320
Zöldségekkel töltött palacsinta	632

## Ágica

Álomhajó (banános fagyí)	125
Legényfogó leves	123
Tejszínes-tejfölös csirkemell csíkok gazdagon	124

## Andy Vajna

Lágy csokoládé fondant házi zöldtea fagyalattal	735
Yellowtail sashimi pikáns jalapene paprikával, white fish vörös miso-val	734

## Animal Cannibals fiúk

Spenótfőzelék, pesztóbundás csirkével	685
Túrógombóc piztácia kéregben	686
Zöld póréhagymaleves	684

## Bagi Iván

Dióval bundázott gomolyasajt fitness salátával	450
Mandarinos, zsíros szárnyas sült, röstivel	451
Meggyes pite	452

## Bajor Imre

Bajor „spárga rém”leves	287
Barnamártásos marhafelsál roppanós krumplival	288
Imó édes banánja gyümölcssalátával	289

## Balázs Panna

Citromos szuflék, rebarbara kompóttal	721
Csicseriborsó leves	719
Flancos rizseshús	720



**Bálint Antónia**

Egészben sült pulykamell vörös áfonya szósszal, süttőtökös-fehérrépás rösztli toronnyal	424
Fekete-fehér csoki torta	259
Királyrák tempura	257
Mogyorós habcsók torta	425
Narancsos kacsaragu leves árpagyönggyel	423
Palacsintatésztába tekert mézes chilis csirkemell	258

**Balzsay Károly**

Csörgefánk rumos baracklekvárral	440
Mediterrán csirketekercs bazsalikomos krumplipürével	439
Tormás krumpli krémleves füstölt sonkával	438

**Bánovics Marcsi**

Almás diós szósszal töltött vajás pástétom	28
Csokoládéval töltött túrógombóc	29
Zöldség rakottas	34

**Barabás Évi**

Bonyhádi tarka leves	736
Fokhagymás tarka marha percsenye krumpli és sajtgombóccal (salátával)	737
Tömény csokoládés sütemény mentás epersalátával	349

**Bárdosi Sándor**

Almás őzgerinc	458
Baconba tekert füstölt fűrjtojással töltött fűrjpecsenye vadrizzsel	118
Banánlevélben sült bébi csirke	48
Böllérek kedvenc levese	456
Egészben sült részes malac paraszti krumplival	457
Fűrj eszencia leves	117
Marcipános-mascarponés krémmel töltött barack gyümölcs mártással	119
Trópusi rákkoktél	47
Trópusi sült ananász fagylalttal	49

**Bársony Bálint**

1001 éjszaka a'la Bársony	461
Currys csirke kókusztejes, fenyőmagos mártásban mézédessé jázmin rizzsel és joghurtos padlizsán salátával	460
Török vörös lencse leves bulgurral és pitával	459

**Bay Éva**

Francia csokoládétorta házi naracslikörrel és rumos dzsemmel	613
Málnás rebarbara krémleves	611
Pulykatorta quiche lorraine-nel és házi birsalma dzsemmel	612

**Bea asszony**

Bea asszony csirkéje	93
Bea asszony levese	92
Bea asszony mákos galuskája	94

**Bebe**

Borjú tatár etióp paprikával, pirítóssal	753
Paradicsommal egybesült marha, vele sült krumplival	754
Sült zöldség mákos pudingtorta	755

<b>Ben</b>	
Mojitó torta	671
Narancsos édesköményleves füstölt lazaccal	669
Tejben sült bébi csirkék	670
<b>Bencze Ilona</b>	
Falusi galamb becsináltleves, fűrttojással	722
Fokhagymás pulykasült párolt zöldségekkel	723
Narancsos-meggyes csoki varázs vanília fagylalttal	724
<b>Benkő Dániel</b>	
Babtitok varázs	99
Busakrémleves	98
Daniels House édességek	46
Halak Benkő módra	44
Húsok Dániel modorában	45
Lazacpraliné ála Benkő	563
Pontyvariációk aszúban és tökmagolajban pirított gombával	564
Sokmagos répatorta sajtkrémmel	565
Zabkorpás tészta	100
<b>Bereczki Zoli</b>	
Rizsfelfűjt erdei gyümölccsel	776
Sóskaleves	774
Vaslapon grillezett szárnyas pecsenye pikáns szószokban és fóliában sült burgonyával	775
<b>Bery</b>	
Lazac tatár édesköménnyel, cserépben sült rozmaringos-olíwabogyós kenyérrel	608
Pecorino-s prosciutto-s csirkemellek parmezános padlizsánnal	609
Vanília fagylalttal töltött profiterol forró karamell-szósszal	610
<b>Beszeda Gábor</b>	
Kacsamell almás párolt káposztával és tótgombóccal	778
Konyakos fácánleves	777
Narancsos szuflé csokibundás narancsgerezdekkel	779
<b>Bíró Ica</b>	
Indiai lazac wokban sült zöldségekkel	454
Keleti ízekkel fűszerezett ropogós körték pirított dióval, keleti salátával	453
Shaolinok egzotikus gesztenyepüréje	455
<b>Bódi Sylvi</b>	
Fahéjas zöldség curry basmati rizszel és grillezett tofuval	433
Illatos saláta pirított magokkal és szeitánnal	432
Téli gyümölcstorta	434
<b>Bodrogi Gyula</b>	
Egybesült malac	199
Gyümölcsrizs	200
Kemencében sült fácánleves	198
<b>B. Tóth László</b>	
Csurgatós tojásleves	602
Grízes tészta	604
Reszelt csirkemáj, tepsis burgonyával	603

## **Buza Sándor**

Fejfölel színezett pityókás nedű úri tinorrúval	401
Izzasztott piritott kacsacomb kékforgács ágyon francia (Deus-Deus-Lait) körettel	402
Kukoricamálé pottyantott szapora ragacsossal	403

## **Caramel**

Japán miso leves	662
Rántott bodzavirág epersalátával	665
Teával füstölt csirke, teriyaki káposztasalátával	663

## **Cooky**

Fokhagymás feketekagyló töltött csigával	365
Francia vörösboros kakas, gombával, krumplipürével	366
Gundel palacsinta és Grand Marnier palacsinta	367

## **Csapó Gábor**

Csokoládés bundás kenyér	655
Hawaii Mahi-mahi rizses hal, sült ananással	654
Roston sült gombák, gorgonzolás kínai kel salátával	653

## **Császár Előd**

Császárkörtés, almás sült gomolya saláta	329
Császármorzsa gyümölcszósokkal	331
Császárszalonnás füstölt sajtos sült csirke, szerecsendiós krumplipürével	330

## **Csepregi Éva**

Diós metélt palacsinta baracklekváros habbal	506
Kemencében sült oldalas, csirkecomb, vele sült krumplival, sütőtökkel, és körtével	60
Mandulás csirkecomb mandulaolajos-rukkolás krumplipürével	505
Mogyorós padlizsán	59
Palócleves	504
Sült banán vanília fagyival, és citrusz szósszal	61

## **Csisztu Zsuzsa**

Libasült	675
Libasült narancsos, lilakáposztás és krumplis rétes	676
Zsuzsi szelet	677

## **Csollány Szilveszter**

Gyümölcsös tál	188
Kapros juhtúróval töltött csirkemell	187
Tárkonyos krumli leves	186

## **Csomor Csilla**

Falusi zöldborsóleves vajas galuskával	435
Hal tengeri sóban	87
Krémkaramell	88
Leveles tésztában sült szűzpecsenye vegyes zöldségekkel	436
Libamáj salátaágyon	86
Túró rudi torta	437

**Csonka András**

Azerbajdzsán csirke, hajdinás rizzsel	702
Karfiol-krémleves baconszirmokkal, leves gyönggyel	701
Palacsinta bejgli	703
Stíriai metélt	773
Sült csirkemellfilé zöld püréágyon, tejszínes zöldbabbal	772
Zöld salátalevelek málnaöntettel és grillezett halomi sajttal	771

**Csordás Tibi**

Epres- barackos-gyömbéres morzsa	583
Pármai sonkás parmezánpuffancsok	581
Rántott libamáj, hagymás tört krumplival, tejfölös uborkasalátával	582

**Dammak Jázmin**

Kuszkusz-tésztás marha zöldségekkel	231
Mandulás torta	232
Thai kókusztejes leves	230

**Debreczeni Zita**

Csirkepaprikás galuskával	312
Hamis gulyásleves	311
Meggyes rétes	313
Miszo leves	165
Sushi	166
Sült banán	167

**Delhusa Gjon**

Hurmasice / Cukorszirupos sütemény	182
Indiai lencsepüré chapati kenyérrel	404
Joghurtos uborkasaláta és Ajvár	218
Madártej	224
Narancskrémcsokli	406
Narancsos töltött csirkemellek	221
Száármá / Szőlőlevélben töltött ízesített darált hús	181
Tandori-val fűszerezett indiai paneer sajt ishtu-val	405
Tarator / Albán joghurtos uborkasaláta pogácsával	180

**Détár Enikő**

Akácfaágyon érlelt szilvapálinkában pácolt libamáj kalácson, friss salátával	605
Császármorzsa	787
Fűszeres-ropogós kacsacombok, aszalt-sárgabarackos pálinkaszósszal, medvehagymás krumplipürével	606
Spárgaleves	786
Tejszínes epres pite, mentahabbal, vanília sodóval	607
Vajas-leveles pástétom darált marhahússal	664

**Deutsch Anita**

Magyaros- fehérpeccsenye	249
Narancsos - diós süti	250
Őszibarack-krémleves	248

**Dobó Kata**

Ananászos rizspuding	397
Karfiol krémleves	395
Teriyaki halfilé sárgarépas krumplipürével	396

**Dobrády Ákos**

Chili con carne	157
Cukkini - pesto leves	156
Csokoládés-céklás sütemény	158

**Dombovári Vanda**

Aszalt szilvával töltött piskóta, fahéjas vaníliás szósszal	164
Indiai fűszeres paradicsom és datolya chuntney lapos kenyérrel	525
Punjabi citromos csirke bengáli padlizsánnal, fahéjas rizzsel	526
Sültpaprika krémleves	162
Tárkonyos borjúpörkölt	163
Tejes Fírní	527

**Dömsödi Gábor**

Csőben sültött epres palacsinták	512
Mangalicasonka mézes fügével, gomolya sajttal	510
Sonkás gombakéregben sült mangalica. szűz fetás sült burgonyával	511

**Dukai Regina**

Amerikai barbeque oldalas és csirke szárnyak majonézes káposztasalátával	448
Dallas-i sültkrumpli-leves	447
Hollywoodi répatorta	449

**Edit asszony**

Lakodalmas rántott bőségtál párolt zöldségekkel és rizzsel	567
Legényfogó leves	566
Szívrabló torta	568

**Emilio**

Pasta Con-Emilio fehérboros borjával	369
Pisai szedertorony	370
Spenótos polenta pizza	368

**Erdei Zsolt**

Baconba göngyölt szűzpecsenye, zöldbors szósszal, sáfrányos rizzsel	696
Flan a nyár gyümölcseivel	697
Pulpo Gallega	695

**Erdélyi Mónika**

Kétsajtos gomba saláta ágyon	462
Libacomb narancssalátával	264
Rostonsült borjúérmék burgonya párnán és paradicsom karamellel	463
Sütőtökös pite	265
Sütőtökös szilvaleves és Túró gombócok	263
Zebratorta mandarin sorbet-val	464

**Erdőhegyi Brigitta**

Karamelltorta	658
Mézédes sárgadinnye, sonkával, piros pesztós kenyértekereccsel	656
Szarvasgombás, pármái sonkás széles metélt	657

**Ernyey Béla**

Csokoládészuflé narancsos mascarponekrémmel	473
Kacsamájparfő lilahagyma lekvárral, meglepetésbatyuval	471
Vaddisznós tagliatelle parmezán forgáccsal	472

**Eszményi Viktória**

Fehér csokiba mártott gesztenyebomba	479
Melegítő vörös lencseleves petrezselyemkrémmel	477
Pulyka rolád fűj tojással és spenóttal töltve parmezánrétesben, brokkolis krumplipürével	478

**Esztergályos Cecília**

Kaviáros blini	554
Piskótás Lampion torta	556
Vörösboros muflon-ragu rozmaringos pogácsával	555

**Falusi Mariann**

Cékla rizottó	146
Citrus torony	148
Fekete rizspuding, karamellizált banáncsokkakkal, kókuszreszelékkel	52
Illatos bambuszrügy leves	50
Marha egytálétel	51
Thai kókuszcsirkeleves	144

**Faragó András**

Borleves aszalt gyümölcsökkel, mandulaforgácsokkal	593
Erdei gyümölcsös túrós őzgerinc	646
Narancsos gesztenyekocka	595
Saláta leves	644
Vasalt csirke salátabombával	594
Vörösboros vaddisznó pörkölt és kapros juhtúrós sztrapacska	645

**Farkasházi Réka**

Hidegtál kacsamellel	129
Kacasült narancsmártással, burgonyapürével, melegen készített madársalátás rátétrel	130
Mandulás-csokis kuglóf, fagylalttal	131

**Farkasházy Tivadar**

Palacsinta	292
Rákkoktél, Kagylósaláta, Körözött	290
Székelkáposzta	291

**Fenyő Iván**

Kókusztejben párolt banán, mangóval és eperrel	733
Thai ráksaláta	731
Zöldcurry-s zöldség, karamellás-gyömbéres kacsamellel, sült zöldséges üvegtésztával, piritott barnarizzsal	732

**Fésüs Nelly**

Pogácsatésztába töltött darált marhahús	193
Tejfölös citromos csirkebecsinált leves	192

**Fésüs Nelly**

Kókusz torta, kókuszlikőrös dinnyegolyókkal	571
Mascarpone, epres túró torta	194
Paprikakompóttal töltött borjúkaraj, hercegnő burgonyával	570
Prágai sonkaleves tormával	569

**Fodor Zsóka**

Az a híres „lemenpájn”	428
Főtt hús céklás tormával, húsleves csigatésztával	426
Zsóka hús - ahogy én hívom - snidlinges tört krumplival	427

**Forgács Gábor**

Csúsztatott palacsinta	796
Falusi májgaluska leves fűrtőjással	794
Vegyes pecsenye somogyi dödöllével	795

**Frajt Edit**

Fokhagymás sajtkrémleves	386
Fűszeres szeletek francia rakott krumplival	387
Lime-os túrótorta	388

**Gabrieli Richárd**

Gabrieli Richárd desszertje, a gyümölcs és fagyú kedvelőinek.	5
Répa sajtkrém-snidlinges mártogatással	4
Vaddisznóhús cipóban	35

**Galambos Lajos**

Bundázott alma fahéjjal	793
Fokhagymás királyrak farok soroksári káposztás káposztás cvekedlivel	543
Sváb pecsenye dióban forgatott burgonyával	792
Tejes pite Tercsi mámi receptje alapján házi baracklekvárral flambrózva	544
Ünnepi krémleves sváb gombóccal	791

**Gáll Gyöngyi**

Gáll Gyöngyi desszertje	11
Gyümölcsleves (Gáll Gyöngyi módra)	9
Jércemell filé zöldségágyon	10

**Gallusz Niki**

Avokádókrém sajtos rúddal	507
Lusta asszonyok rétese	509
Spárgával töltött pulykamell, tejszínes szósszal, fenyőmagos jázminrizzsel	508

**Gál Melinda**

Csokoládé mousse	38
Grillezett libamáj körtemártással	20
Sajttal grillezett homár	21

**Gáspár Bea**

Bakonyi csirkemell tésztával, és stefánia vagdalt krumplipürével	267
Brownie gyümölcsszósszal	268
Cherry-s- bazsalikomos paradicsomleves sajtos omlettel	710
Hideg túrógombóc pirított mandula köntösben	712
Részeget – chilis – mézes kacsamell vörösbortos karamell körtével, zelleres – almás rösztivel	711
Újházy Tyúkhúsleves	266

**Gáspár Győző**

Cigányos malacságok bodaggal és paraszt salátával	444
Cigány pirula	64
Disznóságok Salgótarjánból	62
Mazsolás-túrós rántott palacsinta vanília sodóval	446
Roma paprikás túrós csuszával	63
Süllő orly módra Győzőkés krumplipürével	445

## **Gáspár Laci**

Almás-birsalmás pite, Prosecco habbal	743
Halchips grill zöldségekkel	741
Jazzes brokkoli leves, parmezános pengetővel	545
Juhtúrós póréval töltött csirkemellek, sajtszósszal, kukoricás rizzsel	546
Tejszínes meggyes-csokis sütemény	547
Tüzes csirke szárnyak, kacsamell steak, steak burgonyával	742

## **Gergely Robi**

Emanuel málnás nyalánksága	491
Kacsacomb, Robicana metélttel és zöldségpürével	490
Rézkrajcáros kappanlőre zenei betéttel	489

## **Geszler Dorottya**

Juharszirupos lazacsült tengeri spárgával sonkában sült körtével	469
'Pina Colada' sütemény karamell ananással	470
Zöldfűszeres paradicsomtorony	468

## **Gönczi Gábor**

Csőben sült eperes palacsinták	206
Csupa-csoki soufflé vanília fagyival	482
Levendulás báránybordák tejszínes burgonyával, sült koktélpáradicsommal	481
Mexikói csirke	205
Minestrone leves	480
Palócleves	204

## **Gregor Bernadett**

Hideg gazpacho	353
Paella tenger gyümölcseiből	354
Túrófánk	355

## **Győző**

Disznótoros leves	53
Sült kismalac gazdagon	54
Túrós lepény	55

## **Hajas Laci**

Lucullusi spagetti bőségtál	133
Punk saláta fej, saláta tállal joghurtos dressinggal és sajt chipsszel	132
Tempurázott aszalt gyümölcsök eperrel	134

## **Hajdú Péter**

Balatoni halászlé	389
Banános-csokis palacsinta fagyilalttal	391
Fokhagymás langusztafarok	121
Harsapaprikás túrós csuszával	390
Kanadai juharszirup mousse	122
Réteskosárban sült sajtfelfűjt	120



<b>Hajdu Steve</b>	
Csirkemáj paté grillezett almán lilahagymás lekvárral	284
Guinness marhapite cheddar sajttal (köret zöldborsó, sült krumpli)	621
Potter rákok sült gombafejekben, sonkával	620
Queen Elizabeth toffe pudingja	622
Rántott csirkemellfilé - Steve módra	285
Tiramisu friss epervelővel	286
<b>Hajós András</b>	
Áfonyás kacsamell	282
Máglyarakás	283
Zöldséges rétes	281
<b>Harsányi Gábor</b>	
Erdélyi paradicsomleves	516
Ízes-véres fánk	518
Transsylvaniai pecsenye joghurtos uborkasalátával	517
<b>Harsányi Levente</b>	
Almás céklaleves	765
Körtével grillezett szűzermék, tojásos burgonyahabbal egybesütve, szalonnával kelbimbóval körítve.	766
<b>Harsány Levente</b>	
Gyömbéres-körtés torta, narancsos karamell szósszal	767
<b>Héder Barna</b>	
Édes emlék morzsa	562
Tavaszi spárgakrém leves	560
Wellington bélszín szezámmagos zöldbabbal és vajás újrépával	561
<b>Hernádi Judit</b>	
Gyümölcsös bruleé	295
Rizstészta, wakame, nori, surumi	293
Szűzpecsenye rozmaringos burgonyával	294
<b>Horváth Éva</b>	
Argentin steak zöldbors mártással	178
Avokadókrém	177
Ezer lapocskas friss eperrel	625
Narancstorta	179
Rétes kosárka bazsalikomos epersalátával	113
Sajtfondu	111
Spárga krémleves, sáfrányos lepényhallal	623
Spenóttal töltött canelloni	624
Wellington bélszín	112
<b>Hujber Ferenc</b>	
Édesanyám karácsonyi mákos süti	422
Fokhagymás szürke harcsa tejszínes gnocchi-val	421
Sajttorta	310
Sült báránygerinc	309
<b>Hujber Feri</b>	
Gölödin	308

**Húvösvölgyi Ildikó**

Kálvinista mennyország	727
Libamájjal töltött gombafejek	725
Tavaszi borjúragu leves	726

**István Dani**

Magyaros pogácsa falatok	383
Mákos szilvás gombóc	385
Marhapörkölt krumplilaskával	384

**István Dániel**

Mozzarella páрмаi sonkába tekerve	139
Sertés karaj vörösborosan aszalt gyümölcsökkel	142
Túrós kifli	143

**Jáksó Laci**

Ananászos rákkoktél	80
Sárgadinnyés rétes	84
Tarhonyás hús kovászos uborkával	82

**Jakupcsek Gabriella**

Hokkaidó sütőtökleves pirított tökmaggal	392
Mákos guba vanília mártással	394
Töltött csirkecombok vele sült krumplival, birsalmával, dédi féle töltelékkel	393

**Janicsák István**

Asszonyfogó Cézár saláta	135
Falusi almáspite	137
Veresi sajtos-tejszínes csirkemell	136

**Janics Natasa**

Gombával és kolbásszal töltött pulyka rolád vele sült krumplival, almás dinszelt káposztával	414
Karácsonyi csillagkalács cseresznye kompóttal	415
Tószt torta	413

**Józsa Imre**

Francia sólet guilottiu módra	588
Napon zöldült kagylóleves, friss baguette-el	587
Szilvás clafoutis, ehető virág szirmokkal	589

**Judy**

Füstölt sajtos brokkolis pitetorta ropogós salátalevelekkel	475
Parádés leves	474
Zabpelyhes-meggyes sütemény	476

**Kakasy Dóra**

Hamis gombakrém-leves	750
Kókuszszem	752
Szaftos diós pecsenye, tökös-rozmaringos gigli tésztával	751

**Kammerer Zoltán**

Harcapaprikás kapros gnocchival	252
Hideg kacsamáj zsírjában sütve, lilahagyma karikákkal	251
Mézes-mákos guba vörös áfonya lekvárral	253

**Karsai Zita**

Humusszal töltött paradicsom	377
Marokkói fahéjas csirke tajine-ban, kuszkuossal	378
Sült puding	379

**Kaszás Géza**

Bazsalikomos vanília fagyalt csokoládés libatöpörtyűvel	619
Kukorica krémleves	617
Sótéglán sült csirke parmezános tésztával	618

**Kasza Tibor**

Csáky rostélyos lebbencs rétes	573
Családi csokitorta meggy mártással	574
Kaszaleves	572
Kesudiós csirke	372
Tápiókagyöngy kókusztejben, licsivel	373
Thai kókusztejes csirkeleves, trópusi vadcitrom levéllel	371

**Katus Attila**

Az én kedvencem: Mézes-krémes sütemény	601
Bundázott ananászkarikák	274
Csirkenyársak thai szósszal, basmati rizzsel	273
Édesanyám májjal töltött csirkecombja, pizskeszósszal, kaporolajos zöldségekkel	600
Kagyló üvegtésztával	272
Nagymamám falusi tyúkhúslevese cénametéllel	599

**Kautzky Armand**

Juhtúróval töltött gombafejek	260
Kókuszos répakuglóf	262
Sült tarja bajor káposztával	261

**Keleti Andrea**

Ananász-krémleves	219
Dzsungellevélben sült hal gazdagon	222
Egzotikus rizsfelfűjt kivi szósszal	225
Grillezett kolbászok, húsek, sült zöldségekkel, házi fűszeres paradicsomszósszal	682
Hideg uborkaleves	681
Mézes piskóta, meggyes-grízcsoki krémmel	683
Rizsfelfűjt	149
Ropogósra sült kacsapecsenye	147
Színes trópusi saláta, meleg spárgaöntettel	145

**Keresztes Ildikó**

Banánnal töltött csirkemellek, borsmustáros nektarin salátával	673
Citromos grízhab karamellel	325
Illatos szegfűgombaleves	672
Juhtúró gombóclevcs	323
Kolozsvári rakott káposzta	324
Szirupos almatorta	674

**Kern András**

Faszénnel sült húsek krumplival és grillezett zöldségekkel	297
Smarni	298
Sopszka saláta	296

**Kinizsi Ottó**

Bakonyi sertéspaprikás galuskával	745
Húsleves velős csonttal	744
Krémes	746

**Kinter Oszkár**

Argentín bélszín wok-ban sült bébi zöldségekkel	216
Dijoni mustáros bélszín	103
Gyümölcsös joghurttorta	217
Toronyba halmozott buffola mozzarella	102
Vaníliapuding karamell réteggel	104
Zöldséges sushi és Japán miso leves	215

**Klausmann Viktor**

Füstölt lazac salátaágyon, tormával	254
Nyírségi gombóc leves Ózon módra	255
Vajon párolt gyümölcsök csokiöntetettel	256

**Kollár István 'Steve'**

Kókuszos zöldség leves	18
Ragacsos rizs mangóval	19
Tofu sült rizstésztával	39

**Koltai Róbert**

Rakott lecsós tarja	69
Szilvás és barackos gombóc bakter módra	70
Tejfölös gombaleves	68

**Koós Réka**

Bogyós kevert sütemény	191
Francia hagymaleves	189
Kapros-citromos csirkeleves pomeloban	486
Paprikás szűzermék	190
Réteges töktorta	488
Spenótos halbatyu, párolt zöldségekkel	487

**Kovács Ági**

Almás sütőtökleves	728
Amarettó kehely, pirított piztáciával	730
Csokoládé mousse	244
Pirított libamájselet, körteágyon	729
Sonkába tekert rukola saláta	242
Tejszínes mustáros pulyka olasz tésztával	243

**Kovácsóvics Fruzsina**

Fokhagymás joghurtban pácolt csirkecomb- mell, kukoricapehely-köpönyegben, barnarizzsel, almás céklasalátával	202
Kefírtorta fagylalttal	203
Sóska krémleves főtt tojással, újhagymával, zsemlekockával	201

**Kovács Zoltán**

Borban párolt körte, csokoládéval	14
Grillezett báránybordák fahéjas mártással	13
Pármai sonka fahéjas sárgadinnyével	12

**Laár András**

Illatos joghurt mézzel	637
Indiai kofta rizzsel a'la Laár	635
Székelykáposzta szejtánnal	636

**Labancz Lilla**

Epres-málnás parfé pink vattacukorral	358
Pink leves tejszínhabbal, pirított mandulával	356
Vörösboros szedres kacsasteak pink pürével	357

**Leo**

Juhtúrós sztrapacska – savanyú káposztával	184
Paraszt batyu sonkával paprika ágyon molnárkával	183
Tiramisu	185

**L.L. Junior**

Sörös dobozon sült csirke	627
Tepsiben sült lekváros kenyér	628
Vakaró töpörtyűkrém	626

**Lola**

Almás rácsos sütemény	640
Csípős rákleves cheddar sajttal tortilla chipsszel	762
Csokoládétorta rózsahabbal	764
Fokhagyma krémleves cipóban	638
Fűszeres vajkrém töltött csirkemellek, sonkába burkolva, sült paprika salátával körítve	763
Pesztós kecskesajttal töltött csirkemellek	639

**Lovász Laci**

Édes-savanyú tilápia fasírt basmati rizzsel	535
Pekándió pite	536
Sókéregben sült ananász, bazsalikomos sajtkrémmel	534

**Luanda**

Flan nyári szószban fagylalttal	334
Hátszín criolla salsa-ban, babos rizzsel, gyuca gyökérrel és paradicsomsalátával	333
Zöld banán sült avokádókrém bagettal	332

**Mácsay Judit**

Borjú katonák hagymapáncélban	23
Csábító mascarpone a málnásban	24
Tutajok sajttengeren	22

**Mága Zoltán**

Karácsonyi mézes zserbó- Édesanyám receptje alapján	431
Kolozsvári töltött káposzta	430
Korhely halászlé	429

**Magyar Attila**

Eper cappuccino	319
Epres őszibarack krémleves	659
Hajdúsági sushi	318
Parázson sült balatoni süllő, sült zöldségekkel, paradicsomsalátával, csöves kukoricával	660
Pikáns uborkaleves	317
Ropogós gofri recept	661

**Maksa Zoltán**

Libamájjal töltött fűrjek, rozmaringgal sült nektarinnal, krumplipürével	705
Lotyórétes	706
Tárkonyos fűrjtojás-salátával töltött paradicsomok	704

**Marenec Fruzsina**

Barackos túróslepény vaníliaöntettel	340
Country leves	338
Steak-ek zöldséges palacsintaágyon, dollár-csipsszel	339

**Marót Viki**

Kacsacombok sárgarépa – golyócskákkal	579
Stíriai metélt	580
Tavaszi reteklevés, leves gyönggyel	578

**Marsi Anikó**

Joghurt torta	107
Pulykanyak leves	105
Rakott krumpli gazdagon	106

**Moldován András**

Belga csokitorta	32
Mangalica sonkaízeltők	30
Ropogós malacsült gazdagon körítve	31

**Müller Attila**

Arab mandulás csirkeleves	233
Bárányárs joghurtos pácban	234
Chilis almatócsni	715
Chilis babbal töltött burgonyák	714
Mérges juhsajtos zöldség rolád	713
Placuski	235

**Nacs Olivér**

Mandarinós sárgarépa saláta füstölt sonkával	759
Spenótos-ricottás házi ravioli diószósszal	760
Szerelmeslevél	761

**Nádas György**

Lestyános kukoricakrémleves	153
Nádas Gyuri pulykamellfiléje, gombaábrándokkal	154
Tökös, mákos, meggyes- batyu, vaníliaöntettel	155

**Nagy Feró**

Boronatárcsán sült fokhagymás flekken fóliás krumplival	360
Kőleves bográcsban	359
Szőlős marcipános pite	361

**Nagyné József Andrea**

Citromfagyi lime-mal és Bacardival	3
Királyrák barna rizzsel	1
Lazac specialitás (Nagyné József Andrea módra)	2

**Nagy Sándor**

Csülkös sárgaborsóleves	647
Gofri	649
Húsgolyók tormás krumplipürével	648

<b>Nagy Sanyi</b>	
Paradicsomtorta	680
Rókgombás őzragu, mézes apróburgonyával	679
Sajtleves	678
<b>Náray Erika</b>	
Házi csirkehúsleves májas betéttel	374
Töltött csirkecomb, burgonyapürével és rozmaringos körtével	375
Zsermák	376
<b>Náray Tamás</b>	
Bio csalánleves bacon csipsszel	501
Csokoládés Pavlova-torta friss öko gyümölcsökkel	503
Sous Vide báránygering, csicsókapürével, rozmaringos-paradicsomos birsalmazselével	502
<b>Nick Árpi</b>	
Haltojás piritóssal és narancsos ráksalátával	269
Sajtos tejszínes szószban sült csirkemellek, sütőtökös krumplipürével	270
Zöldcitromos piskóta	271
<b>Nyertes Zsuzsa</b>	
Aranygaluska vanília sodóval	247
Római tálban sült csülök kifli burgonyával	246
Sárgarépa csíkok kéksajtos mártással és paradicsomos sajtos saláta	245
<b>Oláh Ibolya</b>	
Gyümölcstorta	343
Tiszadobi gombócleves	341
Tiszai harcsaszelet paprikás lisztben sütvé, vajas burgonyával uborkamártással	342
<b>Onyutha Judit</b>	
Banánkenyér karamellizált banánnal	515
Fakéregben sült zöldséges csirkemell basmati rizzsel	514
Rákfarok kókuszbundában, egzotikus szósszal	513
<b>Orosz Barbara</b>	
Almás süti	307
Corn flakes bundában sült medvehagymás borjú kotlett, fóliás burgonyával és répával	591
Mogyorós csokoládé soufflé házi fagyalttal	592
Őzpörkölt	306
Pogácsa	305
Pomádés hot-dog sült hagymakarikával	590
<b>Oszter Alexandra</b>	
Brokkolis pasta al Forno	584
Házi dzsemmel töltött almák, vanília szósszal	586
Tejszínes konyakos scaloppine, forgatott krumplival, vegyes salátával	585
<b>Oszvald Mrika</b>	
Gesztenyetorta	412
Húsleves velős csonttal	780
Ízes hús kavalkád és Tejszínes gombaszósz	781
Mogyorós palacsinta	782
Rántott ponty és rántott békacombok vajas tört krumplival és rizzsel	411
Tokaji borleves mazsolával	410

## **Ördög Nóra**

Hófehérke csiperkegomba levese, sajtos rúddal	498
Ördöghal kapormártással, karos burgonyával és újrépával	499
Pillecukor fehércsokoládé fondu-vel	500

## **Ördög Nóri**

Kemencében sült túrós csusza házi készítésű tésztából	115
Madártej	116
Szegedi halászlé	114

## **Ötvös Andrea 'Maci'**

Kolbászos-virslis előétel	33
Pacal csülökkel	36

## **Pákó**

Kókuszgolyó	226
Lapos kenyér és Sült banán	220
Struccpörkölt tojásrántottával	223

## **Papadimitriu Athina**

Baklava	668
Epersaláta rétes kosárban joghurtos szósszal	301
Rizsleves	299
Tarama Ikrapástétom	666
Tepsiben sült paradicsomos báránycsülkök piláffal	667
Tepsis csirke, csalános paszattió, tzatziki	300

## **Patkó Béla – Kiki**

Bográcsos lecsós csirke cipóban	576
Frangepán fügetorta, fagyival	577
Kemencés lángos	575

## **Pécsi Ildikó**

Eperleves	227
Lapos sütemény	229
Vegetáriánus székelykáposzta	228

## **Peller Mariann**

Birsalmás libamájtorony	275
Kuktában sült tarja, krumpli salátával	276
Túrótorta meggyszósszal	277

## **Péter Szabó Szilvi**

Libamáj terrine	74
Sült túrópuding	76
Trikolor csirke krumplipürével	75

## **Pokrivtsák Mónika**

Avokádó krém, tortilla chips, grillezett kecskesajttal	236
Gyümölcsös öntött süti	238
Rántott spenót fasírt, tofu, szeitán, kukoricás jázminrizzsel, avokádó salátával	237

## **Polyák Lilla**

Crepe susette	542
Házi töltött ravioli	541
Tabbouleh salátával töltött paprikák	540



**Pulai Imre**

Fácánleves fűrtőjásokkal	302
Fokhagymás sült oldalas különleges páccal, fűszeres krumplival	303
Hideg zöldségkrém leves	690
Kürtöskalács	691
Mákos tészta	304

**Rába Tímea**

Málnalángos	689
Ráktatár	687
Spagettis padlizsántekercs	688

**Rákóczi Ferenc**

Citromfűves lazac sült zöldségekkel	381
Forró csokis brownie vanília fagyalattal	382
Ricottás-mentás tortellini fehérboros, erdei gombás szósszal	380

**Rakonczi fivérek**

Alma pizza vanília fagyalattal	533
Lekváros bébi csirke, bécsi krumpli salátával	532
Libamájseletek grillázssal, Vilmoskörtével	531

**Reviczky Gábor**

Füstölt pisztráng	326
Sárgadinnyés bárka	328
Tőkehallal töltött kovászolt káposzta	327

**Rippelék**

Indiai Naan kenyér Mango Chatney-val	71
Indiai szárnyaspörkölt bográcsban, basamati sáfrányrizzsel	72
Nyári dilitorta	73

**Rippel Ferenc**

Lappföldi palacsinta pizza salátával	416
Skandináv körtekenyér	418
Vörösboros rénszarvasragu burgonyafánkkal	417

**Roy**

Indiai vörös lencseleves	344
Lecsós tarja	345
Tejfölös málna	346

**Rózsa György**

Csokifondü csábító gyümölcsökkel	91
Roston sült kavalkád, salátaábrándokkal, mártástengerrel	90
Sárgadinnye serranoi sonkával és némi csavarral.	89

**Sámson Ágnes**

Édesen csábító combok	37
Piskótatekercses túrótorta	40

**Sári Évi**

Csirkemell mozzarellaival és paradicsommal sütve, spenótos jázminrizzsel	78
Görög gyümölcsleves	77
Hideg túrógombóc epervelővel	79

**Schmik Mária**

Csirkemáj leves	15
Gesztenyés töltött alma	17
Tengeri hal tormaszósszal	16

**Schobert Norbi**

Aszalt szilvával töltött libamáj, baconba tekerve, krumplipürével	748
Bivalykolbászos pogácsa, sajtállal	747
Eperfagylaltos - fahéjas kosárkák	749

**Selmeczi Tibor**

Marokkói csirke tagine, kuskusszal	549
Szójával töltött hagymafejek	548
Túrógombóc áfonyalekvárral	550

**Soma**

Avokádókrém	95
Diótorta könnyű krémmel	43
Halászlé ponttyal, harcsával, haltejjel	41
Rostonsült husok zöldséges bulgurral	42
Soma chilis csokija	97
Soma kendermagosa	96

**Steiner Kristóf**

Banánkenyér	785
Kesudióleves gránátalmával és csokoládéval	783
Szerelmes csirke	784

**St. Martin**

Cukkini krémleves füstöltsajtos kenyérrel	557
Három csokis sütemény, fagylalttal, ribizlivel	559
Pezsgőben pácolt bélszín, vadgombás szósszal, krumpli lepénnyel	558

**Stohl András**

Őzgerinc burgonyafánkkal és áfonyalekvárral	208
Palacsintatorta	209
Vadgomba krémleves	207

**Straub Dezső**

Diplomatapuding	494
Libamell steak juhtúrós palacsinta tortával	493
Roston sült libamáj puliszkatekercsen	492

**Südi Iringó**

Eper fagyi	152
Pármai sonkába göngyölt, pácolt csirkemell, zöldségbatyuval Rakletten sütve	151
Trópusi gyümölcsleves sárgadinnyében tálalva	150

**Sütő Enikő**

Biofagyi	101
Csalánteás spenót leves	211
Egzotikus csokoládéhab mézzel	214
Kivájt avokádóba töltött guacamole rákkal	210
Mexikói vega rakottas füstölt sajtos kukoricapürével	213
Zöldséges bulgur	212

**Sváby András**

Málna sorbet	173
Roston sült vörös tonhal steak, tejszínes zeller-krumpli szuflével, chilis ananással és rácson sült cukkini chips-szel	172
Thai királyrák leves	171

**Szabó Erika**

Fokhagymás tejfölös matutka	362
Pecsenye nyúlhúsból, túrós krumplival	363
Sári rétes	364

**Szabó Patrícia**

Fehérboros zöld kagyló fokhagymás baguette-tel tengeri süllővel	351
Sajttorta eperrel	352
Zöldspárga fűrtőjással eperszemekkel, narancsos öntettel	350

**Szabó Sípós Barnabás**

'A csokoládé' mangó pürével	497
Meleg Vichyssoise szarvasgomba carpaccio-val	495
Osso Bucco polentával	496

**Szacsvay László**

Fahéjas-diós bundában sült részeges alma	651
Juhtúrós burszen sörrel bolondítva	652
Tökös-sörös lecsó Szacsvay-módra	650

**Szakál Miki**

Almás rácsos	58
Beregi sajttű	56
Kapatos Citrom Varázs	616
Nyírségi pityókás krumplileves	614
Szabolcsi töltött káposzta	57
Tanyasi jércemell roston, részeges vilmoskörtevel és szalonnába tekert burgonyával	615

**Székhelyi József**

Rakott palacsinta	348
Sólet füstölt libamellel	347

**Szerednyi Béla**

Insalata caprese	239
Mangalica nyárs és süllő grillezve	240
Sárgadinnye fagyimámmal	241

**Szily Nóra**

Francia citromtorta	598
Mediterrán paradicsomleves	159
Ráknyárs pestos farfalle tésztával, salátával	160
Rózsaszínűre grillezett kacsamell mézes barackos meggyzósszal, kacsamájás krumplipürével	597
Só ágyon sült sáfrányos osztriga	596
Túró mousse- Ricotta mousse	161

**Szinetár Dóra**

Bögre torta bogyós lekvárral és csokimázzal	400
Fokhagymás-ropogós csirkecomb tepsis burgonyával, parajos gerslivel és őszi salátával	399
Mamika paradicsomlevese tönkölykockával és bio-gouda-val	398

**Szolnoki Tibor**

Epres lasagne	718
Kolumbiai krumplileves avokádóval és csirkével	716
Római tálban sült rozmaringos bárány, zöldségekkel	717

**Szőke András**

Dörödgli meggyes rétes	110
Sonkába vagy baconba göngyölt aszalt szilva	108
Szarvaspörkölt bográcsban Szőke módon	109

**Szujó Zoltán**

Brokkoli krémleves füstölt sajttal	441
Grillezett vajhal steak spenótos rizottóval, édesburgonyával	442
Mascarpone-s császármorzsa	443

**Szulák Andrea**

Fokhagymás spagetti	314
Gyümölcsös mascarpone	316
Korianderes csirke avokádóval salátaágyon	315

**Szuper Levente**

Bográcsban főtt zöldségek grillezett tarjával	83
Egzotikus gyümölcsrizs házi málnaszörppel	85
Őszibarackleves	81

**Tabáni István**

Csirkemell sajtos-baconos takaróban rizi-bizivel	466
Édesanyám gulyáslevese	465
Kakaós almatorta	467

**Tahi Tóth László**

Combok, mellek, tüzes harapások	279
Fürge rudacskák mártogatva	278
Mandulás málna torta	280

**Tallós Rita**

Diókéregben sült őzgerinc mákos nudlival, erdei gyümölcsszósszal	523
Rebarbarás morzsás sütemény fagylalttal	524
Zöld spárgák réteslapba burkolva dijoni mustárral	522

**Tamás Dénes**

Indiai árpatea	6
Thai savanyú csirkeleves	7
Zöld kókusztej longan gyümölccsel	8

**Terecskei Rita**

Joghurttorta eperszósszal	631
Mézes borban érlelt bélszín medálkák, áfonyás erdei gombás raguval, szezámagos fánkocskákkal	630
Zsenge medvehagyma leves, fokhagymás	629

**Tóth Gabi**

Barna-sörös hagymaleves	738
Kólatorta	740
Whiskey-ben párolt barbecue-s tarja sült csöves kukoricával	739

**Tóth Vera**

Adventi aszalt szilvás sütemény	409
Padlizsános, cukkinis csirke gyömbéres répával, sajttal töltött paprikával, currys tejfölös krumplival	408
Tárkonyos vadmalac leves krumpli gombócokkal	407

**Trokán Péter**

Jászsági fácánleves bakonyi vadgombákkal	528
Mákos palacsinta forró szilvalekváros öntettel	530
Spenóttal grillezett baramundi serpenyőben sült zöldségekkel	529

**Ungár Anikó**

Fehérboros kacsasült citrus salátával gyömbéres gesztenyével	419
Fekete „mákia” torta tiramisu öntete, friss gyümölcssalátával	176
Póréhagyma krémleves pirított fenyőmaggal	174
Rozmaringos lazac babyspenótos taglatellével.	175
Rusztikus mogyoró ágyon zöldcitromos krémsajt friss erdei gyümölcsökkel	420

**Vágó István**

Cukkinis sütemény	170
Körtés spenótleves	168
Tormás csirkemell almával és újhagymával	169

**Vágó Piros**

Fordított meggyes süti	700
Papilote-ban sült vajhal, citrommártással	699
Toscán kenyérleves	698

**Valkó Eszter**

Fagylalt forró gyümölcsmártással	67
Grill finomságok héjában sült burgonyával	66
Hideg bőségtál	65
Málnakrém-leves citromfagyival	692
Részezes sárgabarackpite	694
Vörösboros borjúpörkölt, tojasos galuskával, fejes salátával	693

**Vásáry André**

Pesztós csirkemellek, bordó tésztával	484
Tatár beefsteak pitával	483
Túrófánk fahéjas szilvaszósszal	485

**Voksán Virág**

Bélszín-carpaccio	195
Pannacotta	197
Tonhal saltimbocca paradicsomsalátával	196

**Völgyesi Gabi**

Aji de Gallina édesburgonyával és kukoricás rizzsel	520
Perui tejelekvárral töltött linzerkarikák	521
Rétegelt halas causa	519

**VV Anett**

Hagymakrém leves	768
Sajttal töltött szezámagos rántott csirkemell, répás-gombás rizzsel és retek-salátával	769
Tejszínes szedres-almáspite	770

**VV Miló**

Brzi Gibánica	707
Kolyíva	709
Leszkovácska Mutykálica	708

**Xantus Barbara**

Birsalma krémleves pirított mandulával	537
Málnás grízpuding, csokoládé szósszal	539
Sajtos-sonkás rakott zöld tészta	538

**Zimány Linda**

Amerikai bélszín steak zöldfűszerekkel, steak burgonyával	789
Csokis muffin	790
Gombahamburger Britney módra	788
Mentás vizitormás zöldborsóleves	551
Mogyorós csirkefalatok karambolás rizzsel	552
Szexi banán köntösben, karamellszósszal	553

Nagyné József Andrea előétele

## Királyrák barna rizzsel

2008-03-10



### Hozzávalók:

60 dkg királyrák  
1 koriander  
1 csipetnyi fehérbors  
1 lime héja  
1-1 szelet kaliforniai paprika (sárga-piros-zöld)  
olívaolaj  
3-4 gerezd fokhagyma  
2 dl főzőtejszín  
biorizs

### **Elkészítési mód:**

A rákokat áztassuk 20 percig hideg vízbe. Azután hámozzuk le, középen pillangószerűen vágjuk be, majd csöpögtessük le és forgassuk meg a pácban (koriander, fokhagyma, olívaolaj, reszelt lime héja, apróra vágott paprikák, összetört fokhagyma, fehér bors). Majd tegyük be a hűtőbe és hagyjuk állni egy óráig. Aztán pici olívaolajban forgassuk meg és tejszínnel öntsük le, majd 1-2 percig hagyjuk sülni. A megmaradt korianderrel díszítsük és fél adag rizzsel tálaljuk (barna, hosszúszemű biorizs).

**Nagyné József Andrea főétele**

## **Lazac specialitás (Nagyné József Andrea módra)**

2008-03-10



### **Hozzávalók:**

5 szelet lazacfilé  
5 nagy db burgonya  
1 doboz krémsajt  
1 csomag friss snidling  
friss zsályalevél  
só  
reszelt trappista sajt  
1 lime reszelt héja  
csorgatott méz

### **Elkészítési mód:**

A lazacfilét sózzuk meg, majd hagyjuk a hűtőben állni. A burgonyát jó alaposan mossuk meg tiszta szivaccsal, majd sóval dörzsöljük be, aztán egyenként csomagoljuk be alufóliába és tegyük be a sütőbe. Kb. 1 óra alatt megpárolódik. Vegyük ki és hagyjuk kihűlni, majd hosszában vágjuk ketté, karalábévágóval a közepét kanalazzuk ki, töltsük meg snidlinges sajtkrémmel és szórjuk meg reszelt sajttal. Majd 5-10 perc alatt süssük készre a grillen vagy a sütőben. A lazacot olívaolajban süssük meg. Alufóliába, mely hajó alakú, tegyük bele és kenjük be mézzel, majd 4 szelet zsályalevelet simítsunk rá és 5-10 percig grillezzük a sütőben.



**Nagyné József Andrea desszertje**

## **Citromfagyi lime-mal és Bacardival**

**2008-03-10**



### **Hozzávalók:**

1 egész lime (fertőtlenítés után)  
1 doboz citromfagyi  
2 cent Bacardi  
friss mentalevél  
eper

### **Elkészítési mód:**

A lime-ot nagyon apró kockákra vágjuk, majd 1 doboz fagyival összekeverjük és hozzáadjuk a 2 cl bacardit, illetve lime-ot. Jégbe hűtve kelyhekbe rakjuk, majd friss mentalevéllal és eperrel díszítjük.

**Gabrieli Richárd mártogatósa**

## **Répa sajtkrém-snidlinges mártogatóssal**

2008-03-12



### **Hozzávalók:**

4 sajtkrém  
snidling  
4 gerezd fokhagyma  
½ liter tejföl

### **Elkészítési mód:**

A 4 tömlős sajtkrémet nyomjuk bele egy mély edénybe, majd vágjuk apró darabokra és keverjük össze snidlinggel. A 4 összenyomott gerezd fokhagymát is keverjük bele és néhány óráig hagyjuk állni.

Addig a répákat pucoljuk meg, vágjuk fel hosszába és áztassuk vízbe, nehogy kiszáradjon.

**Gabrieli Richárd desszertje**

## **Gabrieli Richárd desszertje, a gyümölcs és fagy kedvelőinek.**

2008-03-12



### **Hozzávalók:**

4-5 evőkanál cukor

½ teáskanál gyömbér (őrölt)

kevés víz, hogy folyós legyen tőle a cukor

5-6 körte

vanília fagylalt

### **Elkészítési mód:**

A körtét hámozzuk meg, vágjuk kétfelé és vágjuk ki a magházát. Majd egy nagy serpenyőbe szórunk cukrot és hevítjük addig, míg aranybarnára nem pirul. Tegyük bele a félbevágott körtéket, a felszeletelt gyömbért és a citromkarikákat. Öt-hat percig pároljuk lassú tűzön, majd óvatosan fordítsuk meg egy villával. Ezután pedig addig pároljuk, amíg a karamell be nem vonja a gyümölcsöt.

A körtét nagy tányérba tálaljuk és kanalazzunk mellé vanília fagylaltot, majd az egészet csorgassuk le gyömbéres karamelles pároló szósszal.

**Tamás Dénes előétele**

## **Indiai árpatea**

2008-03-13



### **Hozzávalók:**

20 dkg hántolt árpa  
teavaj  
só  
fekete tea

### **Elkészítési mód:**

Öblítsük le az árpát és áztassuk egy tál hideg vízben fél óráig. Miután lecsöpögtettük, közepes lángon pirítsuk meg úgy, hogy megrepedjenek. Utána hűtsük le és daráljuk le kávédarálón.

**Tamás Dénes főétele**

## Thai savanyú csirkeleves

2008-03-13



### Thai savanyú csirkeleves

#### Hozzávalók:

1/2 kg csirkemell  
2-3 db sárgarépa  
2 fej vöröshagyma  
2 db zöld citrom leve  
2-3 szál friss citromfű  
tom-yam paszta  
chili  
kafer citrom levél  
hallé  
friss zöld koriander  
galanga gyökér (thai gyömbér)

#### Elkészítési mód:

A tom-yam pasztát egy picit dinszteljük meg olívaolajon, de csak annyira, hogy a paszta feloldódjon, ez két percnél nem több. Majd rakjuk hozzá a csirkemellet és forgassuk át egyszer-kétszer, hogy fehér színe legyen. Ezután öntsük fel 1,5 és 2 liter vízzel, majd rakjuk bele a kaffer citromot, az 5-6 db citromfűt – de előtte mindenképpen törjük össze bárdal - és a 3-4 cm hosszú karikákra szelt galangát. Hagyjuk sülni, de ha habzik, kanállal szedjük le róla. Ha felfőtt, vegyük takarékra a lángot és tegyük hozzá a cikkekre vágott hagymákat és a felkockázott répákat. Ha sótlan, nyugodtan sózzuk meg, de a pikáns íz kedvéért inkább hallével ízesítsük. Ha ezzel végeztünk, dobjuk be a cikkekre vágott paradicsomot, majd amikor megfőtt, öntsünk még hozzá egy egész lime levét. Az ínycsegek tehetnek bele csiperke gombát is, de akkor mindenképp 3-5 perccel azelőtt rakják bele, mielőtt megfőne a leves. A friss koriandert csak tálaláskor rakjuk rá, azonban ha van gyökere, akkor azt felkarikázva, apróra vágva belefőzhetjük a levesbe zöldségként. A végén az opálos szín kedvéért és hogy lágy legyen a levesünk, rakjunk még hozzá kókusz tejet.

### Zöld-curry-s csirke

#### Hozzávalók:

zöld curry paszta  
2 doboz kókusztej  
1 kg csirkemell filé  
padlizsán  
1/4 kg zöld borsó  
szárított chili  
1 csomag édes thai bazsalikom  
1 csomag friss koriander  
friss kaffer citrom levél vagy szárított  
halszós  
2 db kaliforniai paprika  
pálma cukor

#### Elkészítési mód:

A csirkemell darabokat vágjuk kockára, majd hevítsünk egy kis olívaolajt közepes lángon, ezután tegyük bele a curry pasztát (kb. 2-3 evőkanálnyit) és dinszteljük meg. Tegyük hozzá a csirkét és forgassuk meg, amíg fehérre nem pirul. Öntsük rá a kókusz tejet, majd tegyük bele a kaffer citrom levét, a kockákra vágott paprikákat és a zöld borsót. Még adjuk hozzá a pálma cukrot és ízesítsük ízlés szerint halszósszal is. Majd tegyük bele a szárított chilit és a thai padlizsánt. Az édes bazsalikomot és a koriandert csak a végén, tálalás előtt adjuk hozzá.

### Jázmin rizs

#### Elkészítési mód:

Tegyük egy tálba 1/2 kg jázmin rizst és engedjük hozzá vizet. Majd nagylángon forraljuk fel és közepes lángon hagyjuk főni 5 percig, kis lángon pedig tíz percig, ezután még 10 percig hagyjuk állni és tálalhatjuk.

**Tamás Dénes itala**

## **Zöld kókusztej longan gyümölccsel**

2008-03-13



### **Hozzávalók:**

4-5 db friss kókusz

1,5 kg thai longan gyümölcs

### **Elkészítési mód:**

Vágjuk be bárdal a friss kókusz tetejét. Hámozzuk meg a friss longan gyümölcsöt, majd tegyük bele a kókuszba. Találás előtt feltétlenül tegyük be a hűtőbe, majd szívószállal és kiskanállal szervírozhatjuk.

Gáll Gyöngyi gyümölcslevese

## Gyümölcsleves (Gáll Gyöngyi módra)

2008-03-14



### Hozzávalók:

1 üveg meggy  
szegfűszeg  
vaníliarúd  
1 liter tej  
mentalevél a díszítéshez  
tejszín és tejszínhab  
pirított mandulaforgács  
erdei gyümölcsök (fagyasztott)

### **Elkészítési mód:**

Az erdei gyümölcsöt és a meggyet forraljuk fel egy lábasban, majd adjuk hozzá a szegfűszeget és a fahéjat. Állandó keverés mellett még adjuk hozzá a már elkészített pudingot, és öntsük fel tejjel, tejszínhabbal, majd díszítsük habbal. Szórjuk meg mandulaforgáccsal és díszítsük mentalevéllel.

Gáll Gyöngyi főétele

## Jércemell filé zöldségágyon

2008-03-14



### Hozzávalók:

3 szép jércemell filé  
kakukkfű  
rozsmaring  
só  
bors  
babérlevél  
répa  
pritamin paprika  
zöldbab  
körte  
olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

Finoman klopfoljunk be öt személyre való jércemell filét, majd pácoljuk be olívaolajba és öt féle fűszerkeverékbe. Ezekbe jól forgassuk meg és hagyjuk állni legalább 3-4 órát, viszont ha előző nap pácoltan betesszük a hűtőbe, sokkal finomabb lesz. Tegyük a tepsibe a zöldségágyásra és rakjuk be sülni. A zöldségágy: répa, pritamin paprika és zöldbab. Amikor megsült - kb. 3/4 óra múlva – vegyük ki a sütőből és szórjuk meg sajttal, majd díszítsük körtével.



**Gáll Gyöngyi desszertje****Gáll Gyöngyi desszertje**

2008-03-14

**Hozzávalók:**

(mindenből 10 kanál)

liszt,

cukor,

1/2 zacskó sütőpor

tojás

**Elkészítési mód:**

Egy nagy keverőtálba tegyük bele a tojásfehérjéket, aztán a különszedett sárgákat is. Előtte azonban tegyük a 7 sárgájába 3 kanál cukrot és a fehérjét verjük habossá, majd a sárgáját is. Ezután összekeverhetjük egymással a két tálban lévő habos keveréket, aztán adjunk hozzá szóró mozdulatokkal 10 kanál lisztet és dagasztó mozdulatokkal keverjük egymásba. Majd keverjük hozzá fél tasak sütőport is, de arra vigyázzunk, hogy ne törjük a habot, mert akkor nem lesz szép magas a piskótánk. Fél órára tegyük be a sütőbe 180 fokra, majd mikor kivesszük, pudinggal és mandulával díszítsük.

**Kovács Zoltán előétele**

## **Pármai sonka fahéjas sárgadinnyével**

2008-03-17



### **Pármai sonka fahéjas sárgadinnyével**

#### **Hozzávalók:**

9 szelet sonka  
1 db sárgadinnye  
kevés fahéj

#### **Elkészítési mód:**

Vágjuk félbe a sárgadinnyét, majd egy evőkanállal szedjük ki a magjait. Ezután szeleteljük cikkekre, majd metszük ki a héjából és vágjuk falatnyi darabokra. Tegyük a dinnye darabokat tányérra, a pármait pedig hajtogassuk rózsaszímmá, majd tálaljuk a dinnye mellé. A kitálalt előételt hintsük meg őrölt fahéjjal.

Kovács Zoltán főétele

## Grillezett báránybordák fahéjas mártással

2008-03-17



### Grillezett báránybordák fahéjas mártással

#### Hozzávalók:

2 dl száraz vörösbor  
1 üveg áfonyalekvár  
csipetnyi fahéj  
15 szelet bárányborda  
rozmaring ág  
1 evőkanál extra szűz olívaolaj  
darált bors  
só

#### **Elkészítési mód:**

A báránybordákat öntsük le olívaolajjal, majd daráljunk rá borsot, hintsük meg sóval, őrölt fahéjjal és tépkedjük rá kis darabokat a rozmaringlevelekből. Pár órára tegyük be a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárják a bárányhúst.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanál olívaolajt, majd tegyük bele a befűszerezett báránybordákat és erős lángon süssük pirosra mindkét oldalát.

Rakjunk egy kis lábasba a mártáshoz áfonyaszószot, vörösbort, majd fűszerezzük őrölt fahéjjal és jól forraljuk össze.

A bordákat nagytányéron tálaljuk, majd csorgassuk meg fahájas szósszal. Köretnek párolt zöldséget rakjunk mellé és sült paradicsomot.

Kovács Zoltán desszertje

## Borban párolt körte, csokoládéval

2008-03-17



### Borban párolt körte, csokoládéval

#### Hozzávalók:

5 db körte  
2-3 evőkanál cukor  
2 rúd fahéj  
4 tábla étcsokoládé  
fél liter vörösbor  
pár szem szegfűszeg  
2 szelet citrom

#### Elkészítési mód:

A körtéket hámozzuk meg, majd vágjuk ki a magházát. Egy fazékba öntsük bort és cukorral ízesítsük. Majd tegyük hozzá a fűszereket és a citromkarikákat is. Ha ezzel végeztünk, akkor helyezzük bele a meghámozott körtéket is és hagyjuk főni 6-8 percig. Ha elkészült vegyük ki a borból és hagyjuk kihűlni.

Egy kis lábasban vízgőz felett olvasszuk fel a csokoládét, majd csorgassuk meg vele a párolt hideg körtéket és tálaljuk desszertes tányéron. Hintsük meg őrölt fahéjjal és dekoráljuk friss fűszerágakkal.

Schmik Mária levese

## Csirkemáj leves

2008-03-18



### Hozzávalók:

30-40 dkg csirkemáj  
2-3 evőkanál liszt  
1 db tojás  
petrezselyem zöldje  
1-2 gerezd fokhagyma  
vegeta  
bors  
só

### **Elkészítési mód:**

Adjuk hozzá a tojást és annyi lisztet, hogy közepes keménységű masszát kapjunk. Fűszerezzük összenyomott fokhagymával, összevágott petrezselyem zöldjével, vegetával, sóval és darált borssal. Keverjük össze, majd szaggassuk forrásban lévő húslevesbe. Főzzük 5-6 percig és forrón tálaljuk.

Schmik Mária főétele

## Tengeri hal tormaszósszal

2008-03-18



### Hozzávalók:

5 szelet tengeri hal  
1-2 dl bor  
2 kg aprószemű krumpli  
3 dl tejföl  
20 dkg torma  
8 dkg vaj  
liszt  
fokhagyma  
kapor  
snidling  
cukor  
citrom  
vegeta  
2 dl száraz fehérbor

### **Elkészítési mód:**

Fűszerezzük be a halszeleteket fokhagymával, ételízesítővel, majd tegyük egy nagy tepsi vagy tűzálló sütőedény aljára. Öntsünk rá pár decinyi száraz fehérbort, majd fedjük le fóliával és forró sütőben pároljuk 10-12 percig. Ha elkészült, szedjük ki a párolóedényből és tálalásig tartsuk melegen.

A tormaszószhoz forrósítsuk fel a vaját egy kis lábasban, szórjunk bele két evőkanálnyi lisztet, majd keverjük össze. Öntsük fel a hal párolólevével és lassú tűzön forraljuk fel. Tegyük hozzá a reszelt tormát és a tejfölt. Csipetnyi cukorral, sóval és citromlével ízesítsük. Körethez a megfőzött burgonyákat egy serpenyőben felforrósított vajban futtassuk meg, majd szórjuk rá a snidlinget és az összevágott kaprot. Rakjunk pár szem zöldfűszeres burgonyát a tányérokra, majd helyezzük rá a megpárolt halszeletet és kanalazzuk rá a tormás szósz.

Schmik Mária desszertje

## Gesztenyés töltött alma

2008-03-18



### Hozzávalók:

5 db golden alma  
1 csomag gesztenye massa  
1 maréknyi édes keksz  
fél maréknyi dió  
1 dl tejszín  
1 dl juharszirup  
2 evőkanál vaj

### **Elkészítési mód:**

Hámozzuk meg az almákat, majd a magházát vágjuk ki. Tegyük egy kis tálba a gesztenyemasszát, öntsük rá a tejszínt, tegyük hozzá az összetört diót és a kekszet, majd dolgozzuk lágy masszává. Töltsük meg a kivájt almák belsejét a gesztenyés krémmel, majd tegyük egy tűzálló tálba. Csorgassuk meg olvasztott vajjal és juharsziruppal. Tegyük forró, 150 fokos sütőbe és pároljuk 10-12 perc alatt puhára. Tálalás előtt a tetejét a juharszirupos pároló lével csorgassuk meg és szervírozhatjuk.

**Kollár István 'Steve' előétele**

## **Kókuszos zöldség leves**

2008-03-19



### **Hozzávalók:**

3 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
6 szál thai citromfű  
5 dkg galanga gyökér  
12 db kaffir lime levél  
6 kávéskanál vörös curry paszta  
8 evőkanál halolaj  
máshfél db húsleves kocka  
2 doboz kókusztej  
30 dkg gomba  
10 dkg kaliforniai paprika  
fél zöldcitrom leve  
csipetnyi pálmacukor  
1 csokor korianderlevél  
pár szál újhagyma  
2 evőkanál olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy fazékban, majd tegyük bele a curry pasztát. Hevítsük pár percig, utána tegyük hozzá az összevágott vöröshagymát és a fokhagymát. Pároljuk addig, amíg a hagyma puha nem lesz. Tegyük hozzá a felkarikázott galangát, a citromfűvet és a kaffir leveleket, majd forgassuk meg a forró fűszeres zsiradékban. Öntsük fel egy liternyi vízzel, tegyük hozzá a leveskockát, majd lassú tűzön főzzük 15 percig. Öntsük hozzá a kókusztejet, tegyük hozzá a csíkokra felvágott paprikát és a felszeletelt gombát. Ízesítsük csipetnyi cukorral, citromlével, halszósszal, majd tálaljuk leveses tálakba. Tetejét összevágott korianderlevéllel és újhagymával szórjuk meg.



**Kollár István 'Steve' főétele**

## **Ragacsos rizs mangóval**

2008-03-19



### **Hozzávalók:**

50 dkg ragacsos rizs  
9 dl kókusztej  
8 dkg pálmacukor  
csipetnyi só  
1 doboz mangókonzerv  
1 dl mangólé  
2 teáskanál étkezési keményítő

### **Elkészítési mód:**

Szórjuk a rizst egy tálba, majd alaposan mossuk meg hideg vízben. Szedjük át egy finomlyukú szűrőedénybe, majd tegyük forrásban lévő víz fölé. Fedjük le fedővel és a gőz felett pároljuk körülbelül fél órán keresztül, amíg a rizsszemek meg nem puhulnak. Egy másik edényben keverjük össze a kókusztejet egy csipetnyi sóval és a pálmacukorral. Öntsük hozzá a forró megpuhult rizst, majd keverjük jól össze.

A mangó szószhoz vágjuk kis darabokra a mangót, tegyük egy kis lábasba, majd öntsünk rá mangólevet. Forraljuk fel és sűrítsük be hideg vízzel elkevert étkezési keményítővel. Tálaljuk a ragacsos rizst kis tálkákba vagy félbevágott kókuszdióba, majd a tetejére kanalazzunk a mangószószból.

Gál Melinda előétele

## Grillezett libamáj körtemártással

2008-03-21



### Hozzávalók:

5 szelet libamáj  
2 db körte  
2 db alma  
fél evőkanál vaj  
2 evőkanál olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

Hámozzuk meg az almákat és a körtéket a püréhez, majd vágjuk ki a magházát és aprítsuk fel kicsi darabokra. Rakjuk egy kis lábasba, adjuk hozzá a vajat és lefedve pároljuk 20 percig. Ha a gyümölcsök megpuhultak, vegyük le róla a fedőt és pároljuk addig, amíg a felesleges pároló lé el nem fő, majd törjük össze egy villával.

Majd egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a libamájszeleteket és közepes hőmérsékleten süssük pirosra mindkét oldalát.

Ha kész rakjunk egy kanálnyi pürét egy nagy tányér közepére, majd helyezzük rá a megsütött libamájszeletet és dekoráljuk balzsamecetes szósszal.

Gál Melinda főétele

## Sajttal grillezett homár

2008-03-21



### Hozzávalók:

5 db homár  
1 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
1 csokor petrezselyem zöldje  
20 dkg sajt  
1 dl száraz fehérbor  
darált bors  
fél citrom  
pár szem egész bors  
babérlevél.

### **Elkészítési mód:**

Forraljunk fel vizet egy nagy fazékban, majd tegyünk bele pár darab babérlevelet, pár szem egész borsót, egy csokornyi petrezselyem zöldet és a végén ízesítsük sóval. Majd rakjuk bele az egész homárokat és főzzük negyed órán keresztül. Ha megfőttek, szedjük ki egy tálcára és várjuk meg, míg kissé kihűl. Majd vágjuk ketté hosszában és a gyomrában lévő földes részt pedig öblítsük ki.

A sajtos mártáshoz pirítsunk egy lábasban kevés vajon finomra vágott vöröshagymát és fokhagymát, majd tegyük rá az összevágott petrezselyem zöldjét. Adjuk hozzá a kis darabokra felvágott sajtot, keverjük jól össze, hogy elolvadjon, majd öntsük rá a bort és forraljuk jól egybe.

Tegyük a kétfelé vágott homárokat a vágásfelületével felfelé egy sütőlapra, majd a törzsénél lévő húsos részre kanalazzunk a sajtos szószból. Ezután rakjuk forró grillsütőbe és pirítsuk 5-6 percig.

**Mácsay Judit előétele**

## **Tutajok sajttengeren**

2008-03-25



### **Hozzávalók:**

20 dkg trappista sajt

30 dkg füstölt sajt

10 dkg márványsajt

keményítő

só

bors

szerecsendió

0.8 l húsleves

0.8 l tej

### **Elkészítési mód:**

A tejet és a húslevest öntsük össze és forraljuk fel. Húzzuk le a tűzről és tegyük bele a megreszelt sajtokat, hogy megolvadjanak.

Kicsit hűtsük le és turmixoljuk át, mert a füstölt sajt nem olvad úgy, mint a trappista sajt. Ezután forraljuk fel és adjuk hozzá a forrásban levő leveshez a vízzel elkevert keményítőt. Kevergessük, nehogy leégjen és addig, amíg be nem sűrűsödik.

Pirítóssal tálaljuk, amire szintén olyan sajtot olvasztunk, amelyet szeretnek.

Lehet trappista sajt, de lehet füstölt sajt is.

**Mácsay Judit főétele**

## **Borjú katonák hagymapáncélban**

2008-03-25



### **Hozzávalók:**

8 szelet borjúhús  
40 dkg füstölt, főtt bacon szalonna  
40 dkg trappista sajt  
1 óriási póréhagyma  
olívaolaj  
víz  
só  
bors

### **Elkészítési mód:**

A borjúhúst szeleteljük fel és ütögessük meg, hogy vékony legyen. Majd sózzuk és borsozzuk meg. Kockázzuk fel a bacon szalonnát, a trappista sajtot pedig reszeljük le. Rakjuk a hússzeletekre a baconszalonnát és a reszelt sajtot. Ezután vágjuk végig hosszában a póréhagymát, majd mossuk meg és tegyük bele a töltött borjúhúst. Ha ezzel végeztünk, hajtsuk rá a hagymát és az oldalánál tűzzük össze fogpiszkálóval. Majd öntsük az olajat a serpenyőbe és tegyük bele a húsokat. Pirítsuk meg mindkét oldalát és öntsük fel annyi vízzel, hogy pár percig tudjuk párolni.

### **KÖRET: TEJSZÍNES BURGONYA**

#### **Hozzávalók:**

60 dkg burgonya  
0.5 l főzőtejszín  
1 zöldségleves kocka  
víz  
só  
bors

A burgonyát vágjuk karikákra és sózzuk meg. Olvasszuk fel a zöldségleves kockákat egy kevés vízben, majd öntsük hozzá a tejszínt és az egészet sózzuk meg. Keverjük össze a burgonyával és a kapott masszát öntsük egy tepsibe. Végül egy órán keresztül süssük készre.

### **SALÁTA:**

Ízlés szerint idénysalátát tépkedjünk össze (rukkola, fejes saláta, madársaláta) majd adjuk hozzá a koktél paradicsomot, a lilahagymát, parajlevelet és a kígyóborkát. Végezetül locsoljuk meg balzsamecettel és olívaolajjal, s tálaljuk.

**Mácsay Judit desszertje**

## **Csábító mascarpone a málnásban**

2008-03-25



### **Hozzávalók:**

0.5 kg mascarpone  
30 db babapiskóta  
60 dkg gurulós málna  
3 db tojás  
3 cs. vaniliáscukor  
ízlés szerint cukor  
1 citrom leve  
tejszín  
ízlés szerint illatos likőr

### **Elkészítési mód:**

Válasszuk szét a tojásoknál a fehérjét és a sárgáját. Az utóbbit kikeverjük mascarponéval, cukorral és vaníliás cukorral, hogy fehér legyen.

A tejszínt kemény habbá keverjük és végezetül pedig mascarpónéval. Ezután a málnát is turmixoljuk össze cukorral és citrom lével. Egy szitán passzírozzuk át, hogy ne kerüljenek bele a magok. Majd ha végeztünk, forgassuk meg egyenként a málnapépbe a babapiskótát. Öntsünk egy tál aljába mascarponét és rakjuk bele a babapiskótát, majd megint mascarpone és babapiskóta, míg tele nem lesz a tál. Ha végeztünk szórjuk meg kakaóporral és öntsük le málnapéppel.

**Achilles Filippo Sparta előétele**

## **Tagliattele con pesto alla siciliana**

2008-03-26



### **Hozzávalók:**

1 csomag fehér tojasos tagliorini tészta (500gr)

2 csomag olasz szárazparadicsom (20-30dkg)

zöld pesto szósz mozzarella di buffala

vaj

szűz olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

A tésztát készítjük elő, majd tegyük bele egy kevés sót és egy kis szűz olívaolajat a felforrallandó vízbe. Közben vegyünk elő két maroknyi olasz száraz paradicsomot és szeleteljük darabokra. Mi közben melegszik a víz, tegyük a serpenyőbe egy kis szűz olívaolajat és mikor forró, akkor dobiuk bele a száraz olasz paradicsomot. Ameddig a paradicsom színe el nem megy, addig tegyük félre a tűztől. Utána tegyük bele 5 nagy kanálnyi zöld pesto szószot és tegyük vissza a serpenyőt a tűzre. Ahogy keverjük a pestot a száraz paradicsommal, adjuk hozzá a vajat (kb. 2 dobó kocka méret). Ha forr a víz, tegyük bele a tésztát és hagyjuk főni 8 percig. Amikor a tészta kész, szedjük ki a vízből és tegyük a szószos serpenyőbe, tűz felett 1-2 percig forgassuk (közben tehetünk hozzá még egy kis vajat), miközben hozzá tesszük a mozzarella di buffala-t is. 1-2 perc után kész.

**Achilles Filippo Sparta főétele**

## **Báránygerinc polentával**

2008-03-26



### **Hozzávalók:**

1 kg bárányborda  
4-5 evőkanál balzsamecet  
4-5 evőkanál olívaolaj  
1 csokor friss mentalevél  
só  
darált bors  
10 dkg liszt  
20 dkg kukoricadara  
20 dkg gorgonzola sajt  
2 evőkanál vaj

### **Elkészítési mód:**

Terítsük szét a bárányborda szeleteket egy nagy tálcára, majd daráljunk rá borsot és hintsük meg sóval. Tépkedjünk rá a friss mentalevelekből, bordánként egy-egy levéllel, majd csorgassuk meg olívaolajjal és balzsamecettel. Tegyük egymás tetejére a befűszerezett bordákat és pár órára rakjuk be a hűtőbe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a húst.

Míg a hús a hűtőben érlelődik, készítsük el a polentát. Forraljunk fel egy lábasban egy liternyi vizet, tegyük bele a vajat, majd ízesítsük sóval. Ha felforrt, lassan állandó kevergetéssel csorgassuk bele a kukoricadarát. Főzzük körülbelül 5-6 percig, de közben mindig kevergessük, mert könnyen leéghet. Ha elkészült, vegyük le a tűzről, majd keverjük bele a kis darabokra morzsolt gorgonzola sajtot.

Tálalás előtt forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, majd csorgassunk bele kevéske olívaolajat. A bepácolt báránybordákból tegyük bele és erős lángon süssük pirosra mindkét oldalát.



**Achilles Filippo Sparta desszertje****Napsütötte narancshegyek**

2008-03-26

**Hozzávalók:**

6 db tojás  
6 kanál liszt  
6 kanál cukor  
1 csomag sütőpor

**Krémhez:**

fél citrom kifacsart leve  
1 citrom lereszelt héja  
2 dl narancslé  
8 dkg porcukor  
1 db tojás  
2 evőkanál étkezési keményítő  
1 dl víz  
2 dkg vaj

**Elkészítési mód:**

Üssük a tojások fehérjét egy nagy keverőtálba, majd kezdjük el keményhabbá verni. Ha már habosodik a fehérje, kis adagokban keverjük hozzá a cukrot és verjük kemény habbá. Egyenként keverjük hozzá a tojások sárgáját is, majd verjük még 2-3 percig és utána óvatosan dolgozzuk hozzá a sütőporral összekevert lisztet. Öntsük a masszát sütőpapírral kibélelt kerek peremes tortaformába, majd tegyük előmelegített sütőbe, ahol 130-140 fokon süssük 25-30 percen keresztül.

A krémhez keverjük habosra egy tálban a citromlevet, citromhéjat, narancslevet, cukrot, tojást, étkezési keményítőt és a puha vajat. Kevergetve lassú tűzön forraljuk fel és alacsony hőmérsékleten főzzük körülbelül egy percig, míg a krém besűrűsödik.

Vágjuk kettféle a tortalapot, majd kenjük meg a narancsos krém felével. Tegyük vissza rá a tetejét, kenjük meg az oldalát és a tetejét is a krémmel. Felszeletelt narancskarikákkal dekoráljuk.

**Bánovics Marcsi előétele**

## **Almás diós szósszal töltött vajas pástétom**

2008-03-27



### **Hozzávalók:**

1 csomag leveles tészta  
2 db alma  
1 marék dió  
10 dkg márványsajt  
2 dl tejszín  
1 evőkanál vaj  
só  
bors  
újhagyma  
petrezselyem zöldje

### **Elkészítési mód:**

Pirítsuk meg a diót egy száraz serpenyőben. Egy másik serpenyőben forrósítsuk fel a vaját, tegyük bele a kis kockára feldarabolt almát, majd süssük pár percig. Öntsük rá a tejszínt, tegyük bele a pirított diót, az összevágott petrezselyem zöldet és az újhagymát. Sózzuk és borsozzuk meg, majd jól forraljuk össze és morzsáljuk rá a márványsajtot.

A leveles tésztából vágjunk ki három nagy karikát, majd kettőnek szúrjuk ki egy kisebb pohárral a közepét, tegyük egymásra és süssük meg.

Töltsük meg a diós szósszal a megsütött pástétomotokat és a sütőben forrósítsuk össze.

**Bánovics Marcsi desszertje**

## **Csokoládéval töltött túrógombóc**

2008-03-27



### **Hozzávalók:**

50 dkg tehéntúró  
4 db tojás  
2 dl búzadara  
csipetnyi só  
1 tábla étcsokoládé  
10 dkg szeletelt mandula  
5 db kivi  
2 evőkanál cukor

### **Elkészítési mód:**

Törjük át a túrót, majd üssük rá a tojások sárgáját. Ha ezzel végeztünk öntsük rá a búzadarát, sózzuk meg és utána jól dolgozzuk össze. Pihentessük a hűtőben 1 óráig. Verjük fel kemény habbá a tojások fehérjét, majd óvatosan dolgozzuk a túróhoz. Formázzunk belőle diónyi gombócokat, a közepébe 1-1 db csokit rejtünk, majd óvatosan forrásban lévő sós vízben főzzük ki. Szedjük ki a főzővízből, majd forgassuk meg a pirított mandulaszeletekben. Végezetül pedig kiviből készített szósszal csorgassuk meg.

**Moldován András előétele**

## **Mangalica sonkaízeltők**

2008-03-28



### **Hozzávalók:**

mangalica spanyol füstölt sonka  
mangalica füstölt parasztlapocka  
mangalica szárított karaj  
mangalica főtt karaj  
parmezán sajt  
olívbogyó  
medvehagyma  
paradicsom  
balzsamecetes minihagyma  
chilipaprika

### **Elkészítési mód:**

A paradicsomot vágjuk félbe, tegyük a tányér közepére és parmezán reszeléket rakjunk mellé. A tányér jobb oldalára medvehagyma levelet fektetünk, a közepére pedig szarvasgomba szószt és egy chilipaprikát állítunk. A parmezán halomra négy irányba leterítjük a húsokat, majd a paradicsomba spagetti szálakat szúrunk, amit két olívbogyóval fogunk össze és teljesen lehúzzunk a paradicsomig. A bal oldali olívbogyóba behúzzunk egy medvehagyma levelet és ráhelyezzük a balzsamecetes hagymát. A tányérra kicsi metál tálkát helyezünk három szem magozatlan olívbogyóval.

**Moldován András főétele**

## **Ropogós malacsült gazdagon körítve**

2008-03-28



### **Hozzávalók:**

mangalica malac  
mangalica szalonna olívaolaj  
fűszerek  
sör

### **Elkészítési mód:**

A malacot megtisztítjuk, pácot készítünk. A pác olívaolajból, fokhagymából, nagy szemű tengeri sóból, kevés majoránnából és köménymagból áll. A fűszerektől a pácnak sűrűnek kell lennie. Ezzel a malacot mindenhol bekenjük és hagyjuk állni legalább egy napig. Ezután elővesszük, tepsibe helyezzük, mellé teszünk egy paradicsomot, egy paprikát, egy negyedbe vágott hagymát és jó néhány gerezd fokhagymát. Lefedjük alufóliával és 130 fokon légkeverésben lassan sütni kezdjük. Körülbelül óránként szalonnával kengetjük és sörrel locsoljuk. A folyamat négy-öt órán át tart, ez egy kifejezetten lassú technika, de legalább a fűszerek egészen átítatják a húst, miközben az teljesen megpuhul. Ekkor kivesszük a sütőből és a hőfokot 250 fokra állítjuk, Andrásnál alsó-felső statikus sütés légkeveréssel a program neve. Nagyjából negyven perc alatt folyamatos saját lével és sörrel való locsolgatás mellett pirosra, ropogósra sütjük. Köretek: pezsgős káposzta csipetnyi fahéjjal, rösti burgonya jól lesütve mangalica sonka darabokkal és pirított gomba friss petrezselyemmel. Savanyú főtt cékla reszelve friss reszelt tormával és almával jól lehűtve.

### **Pezsgős káposzta:**

Fél fej káposzta négy személyre, csíkokra vágva, nem reszelve.

Olívaolajon egy fej édes hagymát üvegesre pirítunk, majd két fej apróra vágott fokhagymát mellé teszünk. Ezután fél bögre cukrot ráöntünk és lassan karamellizáljuk. Fontos, hogy egy egységes sűrű folyékony szirupot kapjunk. Amikor kész belehelyezzük a káposztát, ráteszünk egy csipet sót, lassú tűzön folyamatosan kevergetve pároljuk. Közben folyamatosan öntözgetjük pezsgővel, de lehetőleg valami félszáraz vagy félédessel. Amikor a káposzta már puhul, adjunk hozzá egy csipet fahéjat. András nem szokta teljesen szétfőzni, ezért akkor fejezi be, amikor még a káposztának van egy kicsi tartása és nem várja meg, amíg olyan puha lesz, hogy szétmállik a szájban. Szép aranybarnának kell lennie és nem mehetnek szét a káposzta csíkok.

### **Rösti:**

A világ legegyszerűbb körete. Mangalica zsíron egy nagy fej hagymát megkapatunk, legalább 5 gerezd fokhagymát hozzávágunk. Amikor kezd üvegesedni, akkor két szelet nyers füstölt mangalica sonkát vagy lapockát felkockázunk és beforgatjuk. Négy személyre öt krumplit lereszelünk és hagymás, sonkás zsírba dobjuk. Megsózzuk. Az edényben ellapítjuk a burgonyát és nem túl nagy lángon sülni hagyjuk. Kis idő után megkeverjük és hagyjuk tovább sülni. A lényege, hogy a hagymás, fokhagymás zsír ne égjen meg és összeépüljön a krumplival. A keverés műveletet addig ismételjük, amíg a rösti összeáll és már félbe hajtható. Kívülről sültnek kell lennie, míg belül a zsíros krumplira emlékeztet. Figyelni kell, nehogy megégjen a széle.

Moldován András desszertje

## Belga csokitorta

2008-03-28



### Hozzávalók:

liszt  
cukor  
egy tasak sütőpor  
3 tojás  
2 joghurt  
kakaó  
vaj  
fekete csokoládé

### **Elkészítési mód:**

A tojás sárgáját verjük keményre. Majd rakjunk a konyhagépbe fél bögre lisztet, fél bögre kristálycukrot és két joghurtot és egy zacskó sütőport. Ezeket kezdjük el keverni, majd adjunk hozzá három tojás sárgáját és egy csipetnyi sót. Keverjük simára, ha megvan, öntsük hozzá a 60-70 gramm kakaóport. Amikor kész, vegyük ki, tegyünk hozzá mézet és lassan egy irányba egy nagyfejű fakanállal kevergetve adagoljuk hozzá a tojásfehérjét. Amikor ez is benne van, kb. 15 dkg vaját és két tábla jó minőségű fekete csokoládét olvasszunk meg. Ha ez is kész, öntsük a masszába a sűrű krémet, majd egy kivajazott kör alakú teflon tepsibe. Nagyjából 15 percig süssük 140 fokon légkeverésen, majd hagyjuk egy kicsit kihűlni és narancs, illetve lime lekvárral találjuk.

**Ötvös Andrea 'Maci' előétele**

## **Kolbászos-virslis előétel**

2008-12-09



### **Hozzávalók:**

3 rúd kolbász  
mini virsli  
fehér kenyér  
torma  
mustár  
piros arany  
(mindegyikből tetszés szerinti adag)

### **Elkészítési mód:**

A virslikről szedjük le a fóliát és vágjuk be, majd egy kevés olajon pirítsuk meg. A kolbászt vágjuk szeletekre, majd forró olajon ezeket is pirítsuk meg. Végezetül pedig vastag szelet kenyérrel, tormával, mustárral és piros arannyal tálaljuk.

**Bánovics Marcsi főétele**

## **Zöldség rakottas**

2008-12-09



### **Hozzávalók:**

2 kg burgonya  
10 tojás  
6 nagy paradicsom  
1 kg cukkini  
2 doboz tejföl  
30 dkg juhtúró  
olívaolaj  
só  
bors

### **Elkészítési mód:**

Főzzük meg héjában a burgonyákat, majd hámozzuk meg. Kenjünk ki olívaolajjal egy tepsit, majd tegyük az aljára a meghámozott és felszeletelt burgonyákat. Majd rakjunk rá egy sor keményre főzött tojáskarikát, cukkinit, juhtúrót, paradicsomot és füstölt sajtot. A tetejét fedjük be a maradék burgonyakarikákkal. Kanalazzuk rá bőven a tejfölt, majd az egészet süssük meg a sütőben 160 fokon 35-40 percig.



**Gabrieli Richárd főétele**

## **Vaddisznóhús cipóban**

2008-12-09



### **Hozzávalók:**

pácolt vaddisznóhús  
2-3 fej vöröshagyma  
pirospaprika  
liszt  
tejföl  
5 db cipó  
vörösbor  
2 db kéksibe leveskocka  
feketebors  
só

### **Elkészítési mód:**

A 4 fej vöröshagymát dinszteljük meg olívaolajban, majd főzzük bele a csibekockákat és hígítsuk fel egy kevés vízzel. Amikor már megfőtt, dobjuk rá a húst és pároljuk meg. Ha látszólagosan már megfőtt, öntsük rá a 1/2 liter vörösbort. Majd dobjuk rá a pirospaprikát és hagyjuk főni kis lángon három órán keresztül. Ha megpuhult, hintsük meg liszttel és máris tálalhatjuk.

Ötvös Andrea 'Maci' főétele

## Pacal csülökkel

2008-12-09



### Hozzávalók:

2 kg pacal  
olaj, zsír  
80 dkg csülök (csontozott)  
babérlevél  
bors  
őrölt kömény  
csípős pirospaprika  
gulyáskrém  
csípős paprika (csípős pista)

### **Elkészítési mód:**

A pacalt vágjuk nagyobb darabokra és tegyük fel a gázra, forró vízbe abálni. Rakjuk bele a babérlevelet, a köményt, egy egész borsot, sót, és fűszerezve abáljuk tovább. Amikor már félig kész az abálás, tegyük fel egy lábasban a csülköt és főzzük pörköltösen. Majd helyezzük bele a pacalt és főzzük puhára. Ezután jobban fűszerezzük meg és rakjuk bele a csípős paprikát is, majd főzzük tovább még harminc percig. A legvégén tegyük bele a krumplit és hagyjuk így is a gázon pár percig.

Sámson Ágnes főétele

## Édesen csábító combok

2008-12-09



### Hozzávalók:

5 db libacomb  
10 db kisebb burgonya  
narancslé  
fokhagyma  
5 fej hagyma  
bacon  
só  
darált bors  
3-4 evőkanál olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

Tűzdeljük meg a libacombokat fokhagymával, majd tegyük egy közepes méretű tepsibe. Csorgassuk meg olívaolajjal, 1 narancs levével, majd daráljunk rá borsot és ízesítsük sóval. Öntsünk alá egy decinyi vizet, fedjük le alufóliával és forró sütőben addig süssük, míg a libacomb puha nem lesz. Mielőtt kivennénk a sütőből, vegyük le az alufóliát és addig süssük – körülbelül 10 percig - amíg ropogós piros nem lesz.

A körethez egy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat, tegyük bele az összevágott vöröshagymát, majd addig pároljuk, míg puha nem lesz. Adjuk hozzá a megfőzött burgonyát és az egészet jól pirítsuk össze.

Kanalazzuk a hagymás tört burgonyát nagy tányérokra, majd a megsütött ropogós libacombokkal tálaljuk.

**Gál Melinda desszertje**

## **Csokoládé mousse**

2008-12-09



### **Hozzávalók:**

40 dkg étcsokoládé  
3 db tojás  
0,5 liter tejszín kemény habbá verve  
3 evőkanál cukor.

### **Elkészítési mód:**

Vízgőz felett, kevergetés mellett olvasszuk meg a csokoládét. Majd egy nagy keverő tálba üssük bele a tojásokat és szórjuk rá a cukrot.

Egy nagy lábasba forraljunk vizet, tegyük a tetejére a keverőtálat, majd habverővel a vízgőz felett keverjük belőle sűrű habot. Vegyük le a gőzről, majd állandó kevergetés mellett csorgassuk bele a felolvasztott csokoládét. Ha kissé kihűlt óvatosan keverjük a kemény habbá felvert tejszínt, majd öntsük lapos üvegedénybe vagy poharakba és tegyük a hűtőbe legalább fél napra.

Tálaláskor két melegvízbe mártott evőkanál segítségével formázzunk belőle ovális gombócokat, majd óriás tányéron gyümölcszósszal leöntve szervírozhatjuk.

Kollár István 'Steve' desszertje

## Tofu sült rizstésztával

2008-12-09



### Tofu sült rizstésztával

#### Hozzávalók:

60 dkg tofu  
6 gerezd fokhagyma  
3 szál sárgarépa  
1 maréknyi szójacsíra  
20 dkg riztészta  
30 dkg brokkoli rózsza  
2 fej vöröshagyma  
1 dl szójaszószt  
2 evőkanál palmacukor  
1 evőkanál curry paszta  
2 evőkanál reszelt friss gyömbér  
3 evőkanál olívaolaj

#### **Elkészítési mód:**

Hevítsünk fel pár evőkanálnyi olívaolajt egy wokban, majd tegyük bele az összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Pároljuk pár percig, utána adjuk hozzá a felaprított sárgarépát, a brokkolit és a szójacsírát. Erős lángon állandóan kevergetve süssük át. Csorgassuk meg a szójaszósszal, keverjük bele a curry pasztát, az összevágott korianderlevelet, ízesítsük palmacukorral és reszelt gyömbérrel. Keverjük bele a langyos vízbe beáztatott riztészta, a felkockázott tofut, majd az egészet jól forgassuk össze a zöldségekkel.

Sámson Ágnes desszertje

## Piskótatekerceses túrótorta

2008-12-09



### Piskótatekerceses túrótorta

#### Hozzávalók:

1/2 kg túró  
tejszínhab  
50 dkg eper  
piskótatekerces  
fél narancs lereszelt héja  
1 csomag vaníliás cukor  
1 üveg eperlekvár  
porcukor ízlés szerint

#### **Elkészítési mód:**

Kenjük meg a piskótalapot eperlekvárral, majd göngyöljük fel. Tekerjük egy fóliába és hagyjuk állni egy órán keresztül.

Addig egy másik edénybe keverjük össze a túrót a narancshéjjal, vaníliás cukorral, porcukorral és a feldarabolt eperrel.

Szeleteljük fel a piskótatekerceset újni vastagságúra, majd béleljük ki vele a félgömb alakú tálat. A közepét töltsük meg túrós töltelékkel, majd tegyük a hűtőszekrénybe legalább három órára.

Tálaláskor vágjunk belőle cikket, helyezzük nagy tányérra, majd friss eperszemekkel és tejszínhabbal dekoráljuk.

**Soma előétele****Halászlé ponttyal, harcsával, haltejjel**

2009-01-06

**Hozzávalók:**

5 friss pontyfej és farok  
6-8 fej vöröshagyma  
2 féle por és két féle darált pirospaprika  
só  
1 db friss paradicsom  
1 db friss paprika  
1 közepes fej krumpli  
2-3 halászlé kocka

**Elkészítési mód:**

Megdinszteljük a hagymát, beleszórjuk a por paprikákat, majd összekeverjük a darált paprikákkal, felöntjük vízzel, belerakjuk a hal fejeket, farkakat. Épp annyi vizet teszünk rá, hogy ellepje. Belekarikázzuk a nyers krumplit, belerakjuk a friss paprikát, paradicsomot, halászlé kockákat, majd lefedjük, és bő órán át főzzük, míg szét nem fő. Ezzel halpasziron az egészet ledaráljuk. Ez egy igen időigényes, pepecselős munka, türelmet, odafigyelést igényel. Fontos tudnunk, hogy a hal fejéből ki kell venni az úgynevezett „keserü csontot”, leginkább harapófogóval praktikus megtenni.

A ledarált lében lassú tűzön 5-7 perc alatt megfőzzük a halszeleteket és haltejet.

Lehet mellé kifőzni gyufatésztát.

**Soma főétele**

## **Rostonsült husok zöldséges bulgurral**

2009-01-06



### **Hozzávalók:**

hús szeletek(jelen esetben sertés és borjú)

olaj

só

darált kömény

darált bors

fokhagyma

hagyma, friss rozmaring

bulgur

hagyma olaj

só

pritamin paprika

új vagy póréhagyma

petrezselyemzöld vagy snidling

koriander levelek

### **Elkészítési mód:**

A húsokat 1-2 nappal a sütés előtt már pácoljuk be.a borjúhoz, sertéshez. Soma a következő pácot csinálta: a hússzeleteket besózta, bekente egy kevés köménnyel, frissen darált borssal, és a tetejére gazdagon rakott fokhagymát, friss rozmaring leveleket, és rengeteg hagymakarikát. Erre még tett egy réteg húst, aztán fűszerkeverékeket, majd a tetejére olajat locsolt. Hidegben hagyta 1-2 napig, hogy érjen. Ezután megsütötte.

A bulgur, más szóval búzatöret régi magyar eledel. Arányaiban épp úgy kell elkészíteni, mint a rizst: 1:2 –höz. Tehát egy csésze bulgurhoz 2 csésze vizet adunk.

Előtte megdinsztelek 2 fej vöröshagymát, majd ezen egy kicsit megbarnítjuk a bulgurt, csak utána öntjük föl, és sózzuk meg. Miután langyosra hűlt belekeverjük az addigra összedarabolt friss zöldségeket: újhagymát vagy póréhagymát szárazul, pritamin és TV paprikát. Lehet rátenni apróra vágott petrezselymet, vagy snidlinget, akár friss koriander leveleket is.(Van, aki paradicsomot is vág bele.)



**Soma desszertje****Diótorta könnyű krémmel**

2009-01-06

**Hozzávalók:****Piskótahoz:**

4 tojás  
 4 kanál víz  
 20 dkg  
 cukor  
 17 dkg finom liszt  
 1 sütőpor

**Diótöltelékhez:**

30 dkg dió  
 rum  
 2-3 kisebb krumpli  
 15-20 dkg cukor  
 tej  
 1-2 vaniliás cukor

**Elkészítési mód:****Piskóta alap:**

A 4 tojássárgájába belekeverjük a 20 dkg cukrot és 4 kanál vizet, majd géppel habosra keverjük. Ezután beadjuk a lisztet, sütőport, a legvégén pedig a keményre vert fehérjét. Ezt már nem géppel keverjük hozzá, hanem fakanállal, óvatosan, egy irányban keverve, vigyázva, hogy ne törjük össze a piskóta tésztáját. Ha van félretéve még pluszban tojásfehérjénk, abból is bátran rakhatunk a habhoz, csak lágyítani fogja a tésztát.

20 dkg diót daráljunk le a darálón, a maradék 10 dkg-ot mozsártörővel (vagy más hasonló eszközzel) darabosabbra törjünk össze. Eközben forraljuk föl a tejet, rakjuk hozzá a vaniliás cukrot, majd öntsük le vele a diót, ami jól meg fogja magát szívni.

Közben főzzünk meg 2-3 kisebb apróra vágott krumplit, és miután megfőtt, turmixoljuk habosra. Vaj helyett ezt keverjük össze a dióval. Ettől jóval könnyebb és könnyebben emészthető lesz a tortánk. Végül rakjunk bele annyi rumot, amennyit mi szeretünk.

**Benkő Dániel előétele**

## **Halak Benkő módra**

2009-01-07



### **Hozzávalók:**

ponty  
harcsa  
busa  
törpeharcsa  
libamáj  
májpástétom  
zsidó tojás  
zöldség  
kenyér

### **Elkészítési mód:**

Vegyél sok féle halat, lehetőleg egyazon tóból. Legyen köztük vegetáriánus hal és húsevő hal is. Ponty, harcsa, busa, hozzá egy negyed amurt és nyolc-tíz törpeharcsát. Hozzá tegyünk még ponty halbelsőséget. Frissen kibelevé, de fejjel és farokkal ott vannak a sütőedényben. Tegyük bele olajat, de ne sokat, majd paprikát és mustárt is. Keverjük össze és kenjük meg vele a halakat kívül és belül. 180 fokon, süssük addig amíg szép piros nem lesz.

**Dániel elárulta:** ehhez az előételhez illik a vendégnek elő előételt tálalni - egy kis libamájat májpástétomot, zsidó tojást, zöldségeket, fasírtot, sok kenyeret.

**Benkő Dániel főétele**

## **Húsok Dániel modorában**

**2009-01-07**



### **Hozzávalók:**

borjúhús  
csirkemell  
bélszín  
sertés  
bárány  
spenót  
sóska  
zöldség  
lencse

### **Elkészítési mód:**

Ha hatan vannak és egy nem húsevő, akkor elég 5-5 szelet borjúhús, 5-5 szelet csirkemell, 5-5 szelet marha bélszín, 5-5 szelet sertés szűzérme, 5-5 szelet bárány. Ezeket külön-külön ötösével kell fűszerezni, azonban mindegyiket másképpen. A fűszerezést Dániel nem árulta el, mert hétpecsétes titkok.

Köretként spenótot, sóskát, zöldséget, lecsót rizst, galuskát illik tálalni, de lehet még lencsét és egy kis sólet is.

**Benkő Dániel desszertje**

## **Daniels House édességek**

2009-01-07



### **Hozzávalók:**

8 tojás  
fél liter tejszín  
1 liter tejföl  
1/4 klió méz  
fél kiló mazsola  
vanília  
fahéj  
tészta  
gyümölcsös túró  
20 dkg darált dió

### ***Bakfark nudlik:***

almadara  
dió  
mandula  
mogyoró  
kesudió  
aszalt cseresznye  
meggy  
kakaópor  
kókusz

### **Elkészítési mód:**

Kifőzzük sós vízben a spagetti tésztát, előtte két-három részre roppantjuk. Külön kikeverünk nyolc tojást, fél liter tejszínt, egy liter tejfölt, 1/4 kiló mézet és 1/2 kiló mazsolát, egy kis vaníliát, egy kis fahéjat. Amikor a tészta kifőtt kiöntjük egy olívaolajos tepsibe. Miután leöntöttük a vizet róla, hozzáadjuk az öntetet és jól elkeverjük. Kikeverés után egy megfelelő széles vágódeszkát nyomjunk a közepébe, vagyis válasszuk ketté a tésztát, az egyik felére tegyünk előre kikevert tejszínes, mézes aszalt gyümölcsös túró, és 20 dkg darált diót. A másik részére pedig tejszínes darált mákot és további aszalt gyümölcsöket, meggyet és cseresznyét. Még citromhéjat is lehet ráeszelni, majd vegyük ki a deszkát és kenjük meg házidió és cukor nélküli sárgabarack lekvárral. Sütőben süssük fél órán keresztül.

### ***Bakfarkt nudlik és golyók:***

Hidegen összegyúrjuk az almadarát, diót, mandulát, mogyorót, kesudiót egészben, aszalt cseresznyét, meggyet, kakaóport, és egy kis vizet. Összegyúrjuk golyókká és kókuszban meghempergetjük.

**Bárdosi Sándor előétele**

## **Trópusi rákkoktél**

**2009-01-08**



### **Hozzávalók:**

50 dkg koktélrák  
2-3 evőkanál olívaolaj  
csipetnyi curry  
3 evőkanál citromlé  
1 evőkanál dijoni mustár  
1 teáskanál méz  
3 db darab érett mangó  
4 db kivi  
fél db piros húsupú kaliforniai paprika  
darált bors  
diónyi friss gyömbér  
1 maréknyi spenótlevél

Hámozzuk meg a mangót, majd aprítsuk falatnyi darabokra. Hasonlóan vágjuk össze a meghámozott kivit is, majd tegyük a gyümölcsöket egy nagy tálba. Adjuk hozzá a rákhúst, az apró darabokra felvágott paprikát, ízesítsük citromlével, mustárral, reszelt gyömbérrel, sóval és darált borssal. Csorgassunk rá olívaolajat, majd az egészet óvatosan keverjük össze. Tálaljunk spenót vagy tépősaláta leveleket nagy tányér közepére, és halmozzunk rá az elkészült ráksalátából.

**Bárdosi Sándor főétele**

## **Banánlevélben sült bébi csirke**

**2009-01-08**



### **Hozzávalók:**

6 db bébi csirke

6 db banánlevél

só

darált bors

olívaolaj

A banánleveleket tegyük a gázláng fölé egy-egy pillanatra, hogy könnyebben hajtogatható legyen. A csirkéket csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, majd sózzuk be.

Tegyünk egy-egy csirkét a banánlevelek közepére, és csomagoljuk bele. A biztonság kedvéért hústűvel vagy bambusznyárrsal tűzzük meg.

Tegyük a becsomagolt csirkéket egy nagy tepsibe, majd forró sütőben egy óra alatta süssük meg. Tálaláskor tegyünk egy-egy csirkét a tányérra, a tetejéről vágjuk le a banánlevelet, majd körítésnek burgonyapürét szervírozzunk.

**Bárdosi Sándor desszertje**

## **Trópusi sült ananász fagylalttal**

**2009-01-08**



### **Hozzávalók:**

3 db érett ananász  
1 dl rum  
3-4 evőkanál cukor  
1 evőkanál vaj  
1 doboz vanília fagylalt

Az ananászokat hosszában vágjuk kétfelé, majd egy kis kés segítségével faragjuk ki belőle a gyümölcsbűst. A kifaragott gyümölcsbűst vágjuk falatnyi darabokra. Egy nagy serpenyőben olvasszuk fel a cukrot, majd ha barnulni kezd, tegyük bele a vajat és a gyümölcsdarabokat. Pár percig pirítsuk, utána öntsük rá a rumot. Keverjük össze, utána tálaljuk vissza a kifaragott ananászba. Tetejére kanalazzunk a fagylaltot.

Falusi Mariann előétele

## Illatos bambuszügy leves

2009-01-09



### Hozzávalók:

zöldségkeverék  
Thai zöldségkeverék  
3 dkg vaj  
1 szál citromfű  
lime levél  
5-6 bazsalikom  
koriander  
kókusztej  
babcsíra  
kukorica

A zöldségeket vajon megpirítjuk, két pohárnyi vízzel felöntjük, hozzáadjuk a tomyam fűszerkeveréket, amit együtt főzzük 5-6 percig. Ebbe beleborítjuk a kókusztejet, legutoljára pedig a babcsírat. A végén lime levet öntünk hozzá.



**Falusi Mariann főétele**

## **Marha egytálétel**

**2009-01-09**



### **Hozzávalók:**

5 szelet borjúhús

kifilézett csirkecomb

kockára vágott krumpli

hagyma

sütőzacskó

fűszerkeverék

só

speciális fűszer: chimi churri

A hozzávalókat mindet előre elkészítünk és sütőzacskóba belehelyezzük a vendégek érkezése előtt 40 perccel pedig betesszük az előmelegített sütőbe.

**Falusi Mariann desszertje**

**Fekete rizspuding, karamellizált banáncsoklikkal,  
kókuszreszelékkel**

2009-01-09



**Hozzávalók:**

fekete rizs  
fehér csoki  
fekete csoki  
blue cheese  
fondu  
banán

A fekete rizst megfőzzük és kizárólag összekeverjük felolvasztott fehér illetve fekete csokival és blue cheessel összekeverjük.

Fondube mártogatott banánnal tálaljuk. A tetejére kókuszreszeléket hintünk.

**Győző előétele****Disznótoros leves**

2009-01-10

**Hozzávalók:**

15 dkg máj  
15 dkg tüdő  
15 dkg szív  
25 dkg csont  
1 fej hagyma  
só  
fél babérlevél  
20 dkg levestöldség  
10 dkg kelkáposzta  
Rántáshoz  
2 ek olaj  
2 ek liszt  
fél citrom leve  
1 dl tejföl

**Elkészítési mód:**

A csontot a megtisztított tüdővel, meg a szívvel két liter vízben feltesszük főni, sóval és babérlevéllel ízesítjük. Ha félig megpuhult, beletesszük a vékony metéltre vágott zöldséget meg a kelkáposztát és teljesen puhára főzzük. Végül belerakjuk a májat is és még tíz percig forraljuk. Tálalás előtt a tüdőt meg a szívet kivesszük, laskára vágjuk, majd a levesbe visszateszük. Az egészet világos rántással besűrítjük és citromlével savanyítva, tejföllel gazdagítva adjuk asztalra.

**Győző főétele****Sült kismalac gazdagon**

2009-01-10

**Hozzávalók:**

6 hetes malac bontva (kb. 3,5 kg)

só

majoranna

200 g zsír

250 g füstölt szalonna

1 pohár sör

**Elkészítési mód:**

A sütéshez a malacot megtisztítjuk, a szőrt lekaparjuk, és hideg vízben megmossuk. A körmöket levágjuk, a térdízületeket visszahajlítjuk, és ha szükséges, a gerincet is bevágjuk. A belsejét sóval és majorannával bedörzsöljük. (Kívül nem szabad megsózni, mert a sótól a bőre felhólyagzik.) A malac belsejét egy gömbfával - fóliába csomagolva - kitámasztjuk, a szájába pedig egy almát teszünk. A tepsibe rácsot helyezünk, hogy ne tudjon elázni a hús sütés közben. A fülére és farkára alufóliát tekerünk, hogy ne égjenek meg. Bőrét mindenütt bekenjük hideg zsírral. Nagyságtól függően kb. 2-2,5 óráig sütjük, közben sörbe mártott szalonnával kenegetjük. Sütés után kigőzöljük és szájában citromot téve tálaljuk. Ropogós pezsgős káposztával és hagymás törtburgonyával körítjük.

**Győző desszertje****Túrós lepény**

2009-01-10

**Hozzávalók:**

Tészta:

20 dkg liszt

10 dkg margarin

1 tojás sárgája

pici sütőpor

pici tej

1/2 citrom reszelt héja

Töltelék:

1/2 kg túró

20 dkg cukor

3 vaníliás cukor

4 tojás sárgája

1 marék liszt

1 csomag vaníliás pudingpor

1 pohár tejföl

4 dl tej

5 tojás felvert habja

**Elkészítési mód:**

A tésztát összeállítjuk a kicsi tejjel, vékonyra nyújtjuk, 38 x 22-es vajazott lisztezett tepsibe tesszük.

A töltelékhez a hozzávalókat sorban összekeverjük. A tésztára öntjük és alacsony hőmérsékleten 60-80 percig sütjük.

Szakál Miki előétele

## Beregi sajttű

2009-02-19



### Hozzávalók:

0,40 kg trappista sajt

0,10 kg gépsonka

db/fő kifli

só

2 db tojás

0,05 kg liszt

0.20 l olaj

1 fej zöld saláta

### Elkészítési mód:

A sajtot, gépsonkát vagy a kiflit karikákra vágva spiccture vagy hurkapálcikára rétegesen tűzdeljük fel. Palacsintatésztába bundázzuk, és forró olajban kisütjük.

Szakál Miki főétele

## Szabolcsi töltött káposzta

2009-02-19



### Hozzávalók:

1 nagyobb fej édeskáposzta

1/2 kg darált hús

előfőzött rizs

2 fej hagyma

só

bors

pirospaprika

paradicsomlé (kb. 1 liter)

### Elkészítési mód:

Egy nagyobb fazékba vizet teszünk forrni. Az édes káposztát a torzsája mentén bevágjuk rézsútosan, a közepébe egy hús villát szúrunk, és beletesszük a forró vízbe. Ahogy fő a káposzta a vágás mentén válnak le a levelek, ezeket kivesszük a vízből. A hús villa abban segít, hogy könnyebben tudjuk ezt a műveletet megoldani. Közben kevés olajon üvegesre pirítjuk a rizst, majd két evőkanál ételízesítővel megszórjuk, és annyi vizet öntünk rá, hogy elfedje, kb. 10 percig még főzzük, míg beszívja a vizet. A két hagymát apróra vágjuk, majd megfonnyasztjuk, és jó sok pirospaprikát (erőset) szórunk rá, de nem a tűzön, mert megkeseredik. Ezután a darált hússal a hagymát, rizst összekeverjük, ízesítjük sóval, borssal, pirospaprikával ízlés szerint - ki milyen erősen szereti. Öntsünk hozzá annyi paradicsomlevet (legjobb az üveges paradicsomlé, de akinek házi van, azt használja), amennyit a massa felvesz. A megmaradt káposztalevelekből apróra vágva még két-három maréknyit beleszórhatunk a töltelékbe. Aztán el lehet kezdeni a leveleket megtölteni! A leveleken lévő vastagabb részt le kell vágni egy késsel, és ha nagyobb a levél, inkább kettévágva kell tölteni. A torzsát és megmaradt leveleket a fazék aljára tegyük, pakoljuk rá szépen sorban a töltött káposztát. A fazekat öntsük fel félig vízzel, félig paradicsomlével, (aki paradicsomosabban szereti, tehet bele több paradicsomlevet is). Amikor az utolsó sor káposzta is bekerült a fazékba, és rákerült a paradicsomos-vizes lé, együk rá a fedőt. Körülbelül másfél-két órán keresztül főzzük, de közben kóstolással is lehet ellenőrizni, hogy hol járunk.

Szakál Miki desszertje

## Almás rácsos

2009-02-19



### Hozzávalók:

30 dkg liszt  
15 dkg margarin  
10-20 dkg cukor (ízlés szerint)  
1 sütőpor  
1 tojás  
pici tej, vagy tejföl  
80 dkg alma  
fahéj  
prézli

### Elkészítési mód:

Lisztet, margarint, 1 ek cukrot, 1 cs sütőport, 1 tojást összemorzsoljuk. Ezután adunk hozzá annyi tejfölt, hogy összeálljon.

Ketté vesszük, az egyik felét vékonyra nyújtjuk, akkorára mint a tepsí. Belerakjuk, hintünk rá prézlit.

Az almát lereszeljük, kis fahéjat adunk hozzá. Összerottyantjuk, és a levéből kicsavarva a tésztán elosztjuk. A tészta másik feléből kis kígyókat gurigázunk és azt rácsszerűen elrendezzük a tetején. Ezután sütőbe tesszük.



Csepregi Éva előétele

## Mogyorós padlizsán

2009-02-20



### Hozzávalók:

3 db padlizsán  
5 nagy paradicsom  
1 fej fokhagyma  
5 dkg sós földimogyoró  
2 csokor petrezselyem  
kb. 1 dl olívaolaj  
1 csomag morzsolt oregano

### Elkészítési mód:

A padlizsánokat megmossuk, majd karikára vágjuk. Nem kell meghámozni. Egy tálba tesszük a szeleteket, megsózzuk, és állni hagyjuk, hogy a keserű ízétől megszabaduljunk. Néhány perc múlva leönthetjük a keserű levét, és letörölgetjük papírtörölközővel a szeleteket. Megpucoljuk a fokhagymát, apróra daráljuk, megdaráljuk a mogyorót is, a petrezselymet apróra vágjuk. Elővesszük a mikró tálját, és lerakjuk a hozzávalókat. Kezdjük a padlizsánnal, rátesszük a szeletekre vágott paradicsomot, megszórjuk a fokhagymával, mogyoróval, oregánóval, petrezselyemmel, és meglocsoljuk egy kis olívaolajjal. Addig ismétljük ezt, amíg elfogynak a hozzávalók. Ha a mikrónak van Crisps funkciója, akkor betesszük a mikróba, és 10 percet adunk neki Crisps fokozaton.

Csepregi Éva főétele

## Kemencében sült oldalas, csirkecomb, vele sült krumplival, sütőtökkel, és körtével

2009-02-20



### Hozzávalók:

1 kg oldalas  
4 darab csirkecomb  
4 db körte  
1 db sütőtök  
1 kg krumpli  
oldalashoz való pác fűszer  
csirkéhez való pác fűszer  
só  
bors  
olívaolaj  
fokhagyma

### Elkészítési mód:

Miután megmostuk a húsokat, befűszerezzük, és állni hagyjuk. A fűszerek mellett meglocsoljuk egy kis olívaolajjal. Megpucoljuk a hozzávalókat. A sütőtököt kisebb darabokra vágjuk, kb. akkorára, amekkorák a félbe vágott körték. A körte, és a sütőtök héját rajta hagyjuk. A fokhagymát sem pucoljuk meg teljesen, csak megmossuk, és rajta hagyjuk a héját.

A kemencét természetesen jó előre kell felfűteni. Három tepsire van szükségünk.

Az egyikbe beletesszük az oldalasokat, amiket már bepácoltunk, mellé tesszük a félbevágott krumplikat, meglocsoljuk olivával, és egy kis vizet is öntünk alá. Ugyanígy bánunk a csirkecombokkal is. A fokhagymákat héjastól mellé tesszük, mert amikor ez megsül, nagyon könnyen le tudjuk húzni a héját, és finom, ehető gerezdeket kapunk.

A körtéket, és a feldarabolt sütőtököt a tepsibe tesszük, természetesen megmosva, meglocsoljuk egy kis olívaolajjal, megsózzuk, és durvára őrölt borssal megfűszerezzük. Kb. 1, vagy 1 1/2 óra alatt készre sütjük.

Csepregi Éva desszertje

## Sült banán vanília fagyival, és citrusz szósszal

2009-02-20



### Hozzávalók:

4 db banán félbe vágva  
1 db lime  
1 db citrom  
1 db narancs  
1 db főzés nélkül elkészíthető puding por  
2 dl tejszín  
vanília rúd  
szegfűszeg  
kb. 1/2 liter narancslé  
100%-os körte pálinka  
porcukor

### Elkészítési mód:

A félbevágott banánokat egy tepsire tesszük, mindegyik tetejére egy pici vajat teszünk, megcukrozzuk, és betesszük a sütőbe. Kb. 10 perc alatt megsütjük. Akkor van kész, ha egy kicsit már elszíneződött a banán.

A citrus szósz:

A limot, a citromot, és a narancsot krumpli hámozóval meghámozzuk. A héj darabokat vékony szeletekre vágjuk, mintha metélt lenne. A narancsot szeleteire szedjük. A lime-ot, és a citromot félbevágjuk.

Feltesszük a narancslevet főni. Belerakjuk a fahéjat, a vanília rudat, a szeletekre vágott héjakat, és a narancs darabokat. 10 percig főzzük. Levesszük a tűzről, majd ha kihűlt belekeverünk 1/2 zacskó főzés nélküli vanília pudingot. Egy kicsit megvastagszik, besűrűsödik, belekeverjük a tejszínt, ízlés szerint, kb. 1-2 dl-t.

Tálalásnál tányérra tesszük a banánt, mellé, vagy ráöntjük a szószt, és mellé teszünk egy gombóc vanília fagyit.

**Gáspár Győző előétele**

## **Disznóságok Salgótarjából**

2009-03-02



### **Hozzávalók:**

1,5 kg csontos csülök

50 dkg kolozsvári szalonna

0,5 kg tepertő

2 kg malac sült

Ízlés szerint: lila hagyma, paradicsom, uborka, paprika

### **Elkészítési mód:**

Mindent összevágunk, feldarabolunk és összekeverjük. Ízlésesen tálaljuk.

**Gáspár Győző főétele**

## **Roma paprikás túrós csuszával**

2009-03-02



### **Hozzávalók:**

1 kg harcsahús  
10 dkg sertészsír  
10 dkg vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
2 közepes méretű húsos zöldpaprika  
3 közepes méretű paradicsom  
2 doboz tejföl  
1 kg túró  
2 csomag tészta  
Ízlés szerint: török paprika, majoranna, bors, szalonna, só, piros paprika, tejszín

### **Elkészítési mód:**

A kifilézt és megnyúzott harcsahúst kockázd fel (kb. 2x2 cm-es darabokra). A meghámozott vöröshagymát vágd apróra. A kicsumázott zöldpaprikákat és a meghámozott paradicsomokat ugyancsak kockázd fel.

Vegyél egy széles edényt (hogy a halhús majd férjen, s ne nagyon törjön). Hevítsd fel a zsírt, s azon párold üvegesre a vöröshagymát, törd bele a fokhagymát, majd a tűzről lehúзва keverd el benne a piros paprikát. Öntsd fel 2-3 evőkanálnyi hideg vízzel, majd a tűzhelyre visszatéve süsd zsírjára (azaz addig, amíg a víz elpárolog, s csak a zsír marad a paprikás hagymán). Ekkor tedd bele a halhúst, forgasd át, sózd meg, s mehet hozzá a zöldpaprika és a paradicsom is. Fedő nélkül főzd, közepes tűzön, s (lehetőleg lapáttal) csak annyira kevergetve, hogy ne égjen le. Ha a hal megfőtt, tálalható.

A túróscsuszához főzd ki a tésztát, keverj bele túró, ízesítsd, majd tejföllel díszítsd.

**Gáspár Győző desszertje**

## **Cigány pirula**

2009-03-02



### **Hozzávalók:**

1 kg kekszdara  
1 doboz tejszín  
főtt kávé, ízlés szerint  
fél deci rum  
2 csomag zselatin  
friss kivi  
mandulareszelék

### **Elkészítési mód:**

Ledaráljuk a kekszet, összedolgozzuk a hozzávalókat, és golyókat formázunk belőle, ezeket mandulareszelékbe forgatjuk. Köretnek készítünk mellé zselatint, és kivi illetve vanília öntetet. A kivi öntetet friss kiviből készítjük, összepréseljük és cukrozzuk.

Valkó Eszter előétele

## Hideg bőségtál

2009-03-03



### Hozzávalók:

sajtok (camembert, fetával töltött paprika, stb.)

articsóka

száritott paradicsom

alma, szőlő

olajbogyó

pirítós, kenyér, bagett

olasz szalámi

pármai sonka

lazac

illetve ízlés szerint bármi

### **Padlizsánkrém**

3 db padlizsán

1 nagy fej vöröshagyma

2 gerezd fokhagym

1 dl olaj

só, bors

### **Elkészítési mód:**

A padlizsánokat megpirítjuk, sütőben vagy grillen, egészen addig amíg meg nem puhulnak. Lehúzzuk a héját, majd szűrőbe tesszük, hogy lecsepegjen a keserű lé. Tálba tesszük, belereszelünk 1 db vöröshagymát, belenyomjuk a fokhagymát. Ízlés szerint sót, borsot adunk hozzá. Kb. 1 dl olaj folyamatos hozzáadásával összeturmixoljuk.

Valkó Eszter főétele

## Grill finomságok héjában sült burgonyával

2009-03-03



### Hozzávalók:

4 egész csirkemell  
6 szelet karaj  
burgonya

### Elkészítési mód:

A csirkét és a karajt egy nappal a fogyasztás előtt beáztatjuk fokhagymás sós tejben. Sütés előtt egy fél órával a csirkét zöldfűszerekkel hintjük meg. A karajt mustárral kenjük be, és egy picit megborsozzuk. Grillen megsütjük őket és kész.



Valkó Eszter desszertje

## Fagylalt forró gyümölcs mártással

2009-03-03



### Hozzávalók:

fagylalt (vanília, csoki)  
gyümölcs (pl. szeder, málna)  
cukor  
likőr

### Elkészítési mód:

A gyümölcsöket lábosba tesszük, és felfőzzük néhány evőkanál cukorral. Ízlés szerint likőrrel vagy bármilyen alkohollal meglocsoljuk, és így főzzük még néhány percig. A fagylaltot poharakba adagoljuk, ráöntjük a langyos, karamellizált öntetet és tálaljuk.

**Koltai Róbert előétele**

## **Tejfölös gombaleves**

2009-03-04



### **Hozzávalók:**

35-40 dkg gomba  
15 dkg sárgarépa (aki szereti)  
15 dkg fehérrépa (aki szereti)  
4 evőkanál olaj  
3 evőkanál liszt  
3 dl tejföl  
1 nagy vöröshagyma  
petrezselyem  
őrölt bors  
só

### **Elkészítési mód:**

A megtisztított gombát vágd vékony szeletekre, a sárgarépát és a fehérrépát (aki szereti) pedig kockázd fel. A megtisztított, apróra vágott vöröshagymát fonnyaszd meg a forró olajon, majd add hozzá a zöldségeket (aki szereti) és a finomra vágott petrezselyem felét. Ha zöldségek kissé megpirultak, önts hozzá kb. 1,5 liter vizet, sózd és borsozd. Amikor a leves megfőtt, a lisztből és a tejfölből készített habarással sűrítsd be. Tálaláskor a maradék petrezselyemzölddel díszítsd.

**Koltai Róbert főétele**

## **Rakott lecsós tarja**

2009-03-04



### **Hozzávalók:**

1 kg tarja - vékony szeletekben  
paprika  
paradicsom  
90 dkg burgonya  
kb. 5 nagy fej hagyma  
kis liszt  
kis piros paprika  
tejföl  
só  
bors  
olaj

### **Elkészítési mód:**

Az ajánlott libazsír helyett a reformkonyha nyomdokait követve olívaolajat öntünk a tepsi aljára. A karikára vágott nyers burgonyát és hagymát leteszem, majd a vékony tarja szeleteket megfűszerezve ráhelyezem. Ezután kb. 30 percre beteszem a már előmelegített sütőbe. A 30 perc letelte után két kesztyű segítségével a tűzforró tepsit kiemelem, majd a karikára vágott sült burgonyára és hagymára, valamint a még nem teljesen kisült tarjára ráborítom a már előre elkészített speciális lecsót. Attól speciális, hogy a séf intelme ellenére jó sok baromfi virslit szeltem bele, majd még kb. 7 dkg parasztkolbásszal megbolondítottam. Mindennek a tetejére paprikás liszthez kevert tejfölt borítok és visszateszem a sütőbe.

**Koltai Róbert desszertje**

## **Szilvás és barackos gombóc bakter módra**

2009-03-04



### **Hozzávalók:**

1 kg burgonya  
fél kg szilva/ barack  
20-25 dkg liszt  
13 dkg margarin  
őrölt fahéj (aki szereti)  
10 dkg zsemlemorzsza  
porcukor a tetejére

### **Elkészítési mód:**

A héjában főtt burgonyának lehúzzuk a héját, burgonyanyomón áttörjük, hozzáadunk 3 deka vaját, pici sót, és annyi lisztet, hogy alaposan összegyúrva a tészta, se túl kemény, se túl lágy ne legyen. Lisztezett deszkán kb. három milliméter vastagra kinyújtjuk. Négyzet alakú kockákra vágjuk, mindegyik közepébe egy fél szilvát/barackot teszünk, a szilvát megszórjuk kevés őrölt fahéjjal (aki szereti) és beleteszünk egy kockacukrot. A tészta négy sarkát összefogjuk, gombócot formázunk belőle, és forrásban lévő, sós vízben addig főzzük, míg azok a tetejére fel nem jönnek. A maradék vajon megpirítjuk a zsemlemorzsát, és a kifőtt gombócokat átforgatjuk benne.

**Rippelék előétele****Indiai Naan kenyér Mango Chatney-val**

2009-03-05

**Hozzávalók:****Naan kenyér**

3 csésze liszt,  
 5 t.k. sütőpor,  
 1 pohár joghurt,  
 4-6 t.k. olaj,  
 1 t.k. só ,  
 4 t.k. cukor,  
 1 dl tej,

**Mango chutney**

50 g cukor  
 1 mangó  
 10 g friss gyömbér  
 egy negyed narancs héja  
 egy lime héja  
 1 passion fruit  
 3 levél friss menta

**Elkészítési mód:****Naan kenyér elkészítése:**

Összekeverem a száraz hozzávalókat, majd a folyékonyakat, és jól összedolgozom. A masszát 6-8 darabra osztom, és ovális, 1/2-1 cm vastagságú lepényeket formálok belőle. Bekenem vékonyan olajjal, és 250 fokon kb. 3 percig sütöm az egyik oldalát, majd megfordítom, megkenem, és még 3 percig sütöm. Nem árt szemmel tartani, elég könnyen megéghet.

**Mango chutney elkészítése:**

Enyhén karamellizáljuk a cukrot. Hámozzuk meg a mangót, vágjuk apró darabokra, és adjuk a cukorhoz. Majd tegyük hozzá a lime és a narancs héját, a passion fruit húsát és a gyömbért. Főzzük a csatnit, amíg a mangó és a passion fruit leve elpárolog. Ha kihűlt a csatni, adjuk hozzá az apró darabokra vagdalt mentaleveleket.

**Rippelék főétele****Indiai szárnyaspörkölt bográcsban, basmati sáfrányrizzsel**

2009-03-05

**Hozzávalók:****Basmati rizs hozzávalói:**

Fél kg basmati rizs

Indiai szegfűbors

Kardamonmag

**Szárnyaspörkölt hozzávalói:**

A marinádhoz: 1 kg csont nélküli csirkehús kockákra vágva (mell vagy comb), 1 bögre natúr joghurt, 1 maroknyi finomra vágott korianderzöld, 2 ek őrölt gyömbér, 5 gerezd passzírozott fokhagyma, 3-4 ek garam masala fűszerkeverék, 2 tk őrölt bors, 2 ek chilipor, 3 ek citromlé, 1/3 tk kurkuma; a szószhoz: 2 közepes vöröshagyma finomra aprítva, 6 gerezd fokhagyma felaprítva, 5 kardamom hüvely, 1 konzerv paradicsom vagy 6 közepes friss kis darabokra aprítva, 2 ek garam masala fűszerkeverék, 2 ek barna cukor, 1 bögre tejszín, 3 ek őrölt mandula, 3 ek olaj, só

**Elkészítési mód:**

1. Készítsük el a marinádot: keverjük össze a fűszereket a joghurttal egy nagy tálban, majd forgassuk bele a húsdarabokat. Fedjük le az edény és tegyük hűtőbe éjszakára, de minimum 4 órára.
2. A húsdarabokat szűrjük nyársakra, hurkapálcákra. Grillezőben, vagy 200 fokra melegített sütőben (gáz 6-os) süssük puhára és barnára a húst kb. 20-25 perc alatt. Tegyük félre.
3. Mély serpenyőben melegítsük fel az olajat, tegyük rá a hagymát és pirítsuk puhára. Ekkor tegyük bele a kardamom hüvelyeket és a fokhagymát, pirítsuk tovább 2-3 percig. Adjuk hozzá a garam masalát, barna cukrot, mandulát és paradicsomot, só és jól keverjük össze. Főzzük míg a paradicsom szétesik és sűrű szósz állagú lesz.
4. Ekkor tegyük bele a már megsütött csirkedarabokat, keverjük el és főzzük kb. 10 percig. Keverjük bele a tejszínt, majd vegyük le a lángtól. Tálaláskor szórjuk meg vágott korianderzölddel.

## Rippelék desszertje

### Nyári dilitorta

2009-03-05



#### Hozzávalók (piskóta):

7 tojás  
14 dkg cukor  
15 dkg liszt

#### Elkészítési mód:

##### **A piskóta tészta elkészítése:**

1. A fertőtlenített tojásokat kettéválasztjuk.
2. A lisztet megszítáljuk.
3. A sárgájákat a cukor 2/3 részével kihabosítjuk.
4. A tojásfehérjéket elkezdjük habbá verni. Amikor már majdnem felferődött, akkor hozzáadjuk a maradék 1/3 rész cukrot, és teljesen habbá verjük.
5. A tojásfehérjehab 1/3-ad részét fakanállal lassan hozzákeverjük a sárgájás habhoz, teljesen elkeverjük.
6. Utána a tojásfehérjehab maradék 2/3 részét is hozzákeverjük.
7. Az összekevert habba óvatosan beleforgatjuk a szitált lisztet.

A kész piskóta tészta kikenhető lapnak vagy tehetjük tortaformába (23cm-es) is.

Ha tortaformába töltjük, mindig homorú alakúra húzzuk ki a piskóta tésztát, hogy a kész kisült piskóta egyenletes vastag legyen és mindenhol jól átsüljön.

##### **Sütés:**

Tortakarika 150-160 fokon

Vékony piskóta lap 160-180 fokon

Mindig 2 ütemben süssük a tortakarikát! Először 10-15 percig magasabb (160-170 fok), azután alacsonyabb (150 fok) hőmérsékleten, hogy jól átsüljön, de ne égjen meg a piskóta.

A kisült tortakarika tetejét kézzel óvatosan megnyomkodva ellenőrizhetjük, hogy átsült-e a piskóta. A sületlen tésztának jellegzetes, zizegős hangja van.

A sütőből kivett tortakarikát ráfordítjuk egy rácsra, ami alulról szellőzik, és azon hagyjuk kihűlni.

Ha piskótalapot sütünk akkor vagy közvetlenül kenhetjük vajazott sütőlemezre, vagy sütőpapírra is.

##### **Fontos:**

1. Óvatosan forgassuk össze a habokat nehogy összetörjenek, mert akkor lapos lesz a piskóta.
2. Mindig jól keverjük el a lisztet hogy ne legyen „lisztcsomós” a végeredmény.
3. Figyeljünk a sütési hőfokokra, mert hideg sütőben lapos, szalonnás lesz, meleg sütőben viszont megég a tészta.
4. Az elkészült tésztát egyből tegyük a sütőbe, ne várjuk meg amíg összeesik.
5. A sütés első szakaszában ne nyitogassuk a sütőajtót, mert megfázik, összeesik a piskóta tészta.

A **töltelék** pedig egyszerű, mert sima gyümölcskocsonyát készítünk zselatinból, majd dermedés előtt beletöltjük a már elkészített és kívülről csokimázzal kecent tortára (a széleire hosszukás csokirudakat rakjunk).

**Díszítésnek** napernyőt, fekvő figurát, esetleg kis labdát alkalmazhatunk.

Péter Szabó Szilvi előétele

## Libamáj terrine

2009-03-06



### Hozzávalók (6 személyre):

0,70 kg libamáj  
0,25 l főzőtejszín  
0,05 kg zselatin  
0,02 kg só  
0,005 kg majoránna  
0,002 kg őrölt feketebors  
0,05 l tokaji bor  
0,02 l konyak  
0,20 kg lekvár

### Elkészítési mód:

A libamájat egy centis kockákra vágjuk, beletesszük egy tálba, majd hozzáadjuk a tejszínt, a zselatint, a fűszereket, a bort és a konyakot. Ezeket összekeverjük, és egy alufóliával kibélelt, olajozott őzgerincformába öntjük. A tetejét egyenletesen elsimítjuk.

Előmelegített sütőben 160 fokon egy órán keresztül sütjük. Majd, amikor kihűlt, a hűtőben kidermesztjük. A formából és az alufóliából kivéve felszeleteljük, végül lekvárral és pirítóssal tálaljuk, gyümölcsökkel díszítjük.



**Péter Szabó Szilvi főétele**

## **Trikolor csirke krumplipürével**

2009-03-06



### **Hozzávalók 6 főre:**

0,90 kg csirkemell filé  
3 db kaliforniai paprika (3 színű)  
0,30 kg fetasajt  
0,30 kg füstölt karaván sajt  
0,05 kg kotányi grill fűszersó  
0,1 l étolaj  
0,20 kg pesto

### **Elkészítési mód:**

A csirkemelleket megnyitjuk, és kiklopfoljuk. Az alufóliából 20 centis darabokat tépünk, leolajozzuk, és megszórjuk a grill fűszersóval. Rátesszük a csirkemelleket, megkenjük a pestóval, és beszórjuk ismét a fűszersóval. A közepére halmozzuk a csíkokra vágott fetát, kaliforniai paprikát és a füstölt sajtot. Mindenből 2-3 csíkot. Ezeket úgy osszuk el, hogy a 6 db tekercsbe elég legyen, majd jó szorosan feltekerjük. Előmelegített sütőben, 150 fokon 45 percig sütjük. Amikor elkészült, lefejtjük róla a fóliát, és felszeleteljük. Burgonyapürével tálaljuk, és zöldségekkel díszítjük.

Péter Szabó Szilvi desszertje

## Sült túrópuding

2009-03-06



### Hozzávalók:

kevés puha vaj és liszt a csészék előkészítéséhez

3 evőkanál mazsola

él dl rum

3 tojás

25 dkg tehéntúró

3 evőkanál tejszín

1 citrom

fél vaníliarúd

10 dkg cukor

5 dkg liszt

1 csipetnyi só

### Az öntethez:

15 dkg baracklekvár

1dl rum

1 citrom

### Elkészítési mód:

200 fokra állítjuk a sütőt, és amíg felmelegszik, kivajazunk és kilisztezzünk 8 db másfél decis kávéscsészét. Egy kisebb lábasba öntjük a mazsolát, ráöntjük a rumot, és hozzáöntünk még annyi vizet, hogy ellepje a szemeket. Ezt erős tűzön felforraljuk, majd az első rotytanás után lehúzzuk a tűzről, és félretesszük. A tojásokat szétválasztjuk, és két tálba külön-külön beleöntjük. A sárgáját összekeverjük a túróval és a tejszínnel, majd beleszórjuk a cukrot és a lisztet. Ehhez belereszeljük a citrom héját, belekaparjuk a vaníliarúd belsejéből az aromás pöttyöket, majd beleöntjük a rumos mazsolát, és mindezt alaposan összekeverjük. A tojásfehérjéhez egy csipetnyi sót adunk, és keménnyé verjük a habot. Ezt óvatosan hozzáforgatjuk a vaníliás-mazsolás túróhoz, majd belekanalazzuk a kivajazott, kilisztezett csészékbe, és 15 percre betesszük őket a forró sütőbe. Ezalatt elkészítjük a mártást. Közepes lángon kevergetve összemelegítjük a baracklekvárt a rummal, és ehhez hozzáreszeljük a citrom héját. A negyed óra leteltével, sütőkesztyűvel kivesszük a túrópudingokat, és ráfordítjuk őket egy vágódeszkára, végül rácsorgatjuk a rumos-citromos baracklekvárt.

Sári Évi előétele

## Görög gyümölcsleves

2009-03-09



### Hozzávalók:

1,5 l 100%-os narancslé

2 dl tejszín

1 vaníliás cukor

görögdinnye

sárgadinnye

banán

kiwi

barack

### Elkészítési mód:

A narancslevet összekeverjük a tejszínnel. Fontos, hogy nagyon lassan keverjük, mert különben kicsapódik a tejszín. Aztán mehet bele a vaníliás cukor és a gyümölcsök, amiket kockára vágunk. Két-három órára rakjuk be a hűtőbe.

Sári Évi főétele

## Csirkemell mozzarellával és paradicsommal sütve, spenótos jázminrizzsel

2009-03-09



### Hozzávalók:

csirkemell  
mozzarella  
paradicsom  
jázminrizs  
spenót  
fokhagyma  
vöröshagyma  
só  
bors  
vaj  
olivaolaj  
bazsalikom

### Elkészítési mód:

A csirkemellet besózzuk, beborsozzuk és kicsit állni hagyjuk. Serpenyőben, vajban elősütjük, majd kivajazott tepsibe rakjuk. Minden szeletet beborítunk paradicsommal és mozzarellával és berakjuk a sütőbe. Kb.15 percig sütjük. Közben a rizset kevés olivaolajon megpirítjuk, felöntjük vízzel, beleteszünk egy kis vöröshagymát, megsózzuk és lassan készre pároljuk. A spenótot megmossuk, kis darabokra vágjuk és vajon, fokhagymával megpároljuk. Kicsit pürésítjük és összekeverjük a kész rizzsel. Tálaláskor díszíthetjük a husikat friss bazsalikommal.

Sári Évi desszertje

## Hideg túrógombóc epervelővel

2009-03-09



### Hozzávalók:

zsíros túró  
tejszín  
tejföl  
vaníliás cukor  
citromhéj  
kristálycukor  
eper  
mandulaszeletek

### Elkészítési mód:

Az epret feldaraboljuk, és jól becukrozzuk. Hűtőbe rakjuk néhány órára, hogy levet engedjen. A túróat kicsit villával összetörjük és összekeverjük a tejszínnel, a tejszínnel, a citromhéjjal és a vaníliás cukorral ízlés szerint. Ezt is hűtőbe rakjuk a tálalásig. A tálalás előtt az eperből néhányat külön rakunk, a többit pedig botmixerrel pürésítjük. A túróból fagyiskanállal vagy evőkanállal gombócokat formázunk, tányérra rakjuk és körberakjuk az epervelővel és a külön szedett nagyobb darabokkal is. Végül pedig megszórjuk a mandulaszeletekkel.

**Jáksó Laci előétele**

## **Ananászos rákkoktél**

2009-03-10



### **Hozzávalók:**

20 dkg előfőzött rákhús (holland vagy északi-tengeri)

2-3 dl koktélszószt

2 db piros retek

só

feleke bors

1 db paradicsom

1 csomó petrezselyemzöldje

4 szelet citrom

### **Elkészítési mód:**

A rákokat átválogatjuk (a hibásakat kiszedjük), a húst hideg vízzel leöblítjük, és hagyjuk lecsöpögni.

Megmossuk a retekkeket, vékonyra szeleteljük és megszórjuk egy kevés sóval és borssal.

Megmossuk a paradicsomot, és felkockázzuk.

Kiválasztunk néhány szép petrezselyem-rózsát dísznek, ezeket megmossuk és leszárítjuk konyhapapírral.

A megtisztított citromot felkarikázzuk, s a szeleteket félbe vágjuk.

A rákot egy üvegpohárba tesszük, majd ráöntjük a szószt.

Retekkel, paradicsommal, petrezselyemmel díszítjük, s a pohár szélére egy citromszeletet helyezünk.

Szuper Levente előétele

## Őszibarackleves

2009-03-10



### Hozzávalók:

2 nagy doboz sárga húsú őszibarack befőtt  
0,5 l hosszan friss tej  
2 csomag vaníliás cukor  
1 csipet őrölt fahéj  
1 csipet őrölt szegfűszeg  
Ízlés szerint kristálycukor (1 - 2 evőkanál)

### Elkészítési mód:

A barackbefőtt 2/3 részét saját levével leturmixoljuk, üvegtálba öntjük, hozzáadjuk az ízesítőket és a tejet. Alaposan elkeverjük, kóstoljuk, ízlés szerint cukrozzuk, ha sűrűnek találjuk, tej adható még hozzá. A le nem turmixolt barackokat ízlésesen felszeleteljük és belevegyítjük. Hűtve tálaljuk.

**Jáksó Laci főétele**

## **Tarhonyás hús kovászos uborkával**

2009-03-10



### **Hozzávalók:**

fél kg kerek szemű tarhonya  
fél kg hús (lehet sertés vagy csirke, akár pulyhahús)  
1-2 v.hagyma  
olaj  
delikát  
pirospaprika  
kovászos uborka

### **Elkészítési mód:**

A szokásos módon pörköltet készítünk. A vöröshagymát apróra vágjuk, és kevés olajon megfonnyasztjuk, majd meghintjük p.paprikával, delikáttal, ráadjuk a húst és felöntjük vízzel, majd puhára pároljuk a húst (ha kell, közben pótoljuk a vizet).

A tarhonyát kevés (1-2 k.) olajon aranybarnára piritjuk (de ne égjen meg), célszerű kis fokozaton piritani, mert különben hamar megég, és nem egyenletesen pirul.

Felöntjük kb. 1,5 liternyi vízzel, megszórjuk kevés delikáttal, és feltesszük főni. Mire elfővi a levet, akkorára majdnem megpuhul a tarhonya. Közben kavargatni kell, nehogy leégjen. Ezután levesszük a tűzről és fedővel letakarjuk, majd így, a gőzben hagyjuk teljesen puhára párolódni.

Akkor nem fog szétmálni a tarhonya, és nem tapad össze. Amikor a pörkölt is elkészült, tehát megpuhult a hús, és jó sűrű szaftja van, akkor a kész tarhonyával összekavargatjuk.

A pörköltbe bele lehet főzni egy-egy paprikát és paradicsomot, aki szereti.



**Szuper Levente főétele****Bográcsban főtt zöldségek grillezett tarjával**

2009-03-10

**Hozzávalók:**

(8 személyre)

40 dkg füstölt tarja  
30 dkg tarhonya  
15 dkg füstölt szalonna  
1 nagy fej vöröshagyma  
1 kg zöldpaprika  
1 kg paradicsom  
1 evőkanál pirospaprika  
só  
(csípőspaprika-krém)

**Elkészítési mód:**

Az apróra vágott füstölt tarját a bográcsban kisütjük. Hozzáadjuk a felszeletelt vöröshagymát és a karikára vágott kolbászt és az egészet, addig sütjük, míg a hagyma üvegesre párolódik. Ekkor beletesszük a cikkekre szelt paprikát és a paradicsomot, meghintjük pirospaprikával, sóval, és jól átforgatjuk. Lassú tűzön főzzük. Ha a szétfőtt paradicsomtól már jó szaftja lett, beleszórjuk a külön, szárazon megpirított tarhonyát és még 10-15 percig forraljuk, közben néhányszor megkeverjük. A tűzről lehúзва 5-6 percig pihentetjük, majd tálaljuk. Aki szereti, csípőspaprika-krémmel tüzesítheti.

**Jáksó Laci desszertje**

## **Sárgadinnyés rétes**

2009-03-10



### **Hozzávalók:**

1 csomag réteslap  
1 sárgadinnye  
5 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor  
2 csipetnyi őrölt fahéj  
2 csomag őrölt gyömbér  
10 dkg édes morzsa  
5 dkg vaj

### **Elkészítési mód:**

1. A sárgadinnyét meghámozzuk, kimagozzuk, majd apróra vágjuk.
2. Kevés vajat forrósítunk, beletesszük a sárgadinnyét, és megpirítjuk. Fahéjjal és gyömbérrel fűszerezzük, cukorral és vaníliás cukorral édesítjük, félig megpároljuk, majd lecsepegtetjük.
3. Ha kihűlt, hozzákeverjük az édes morzsát, majd hagyományosan feltekerjük a rétest.
4. A feltekert rétest előmelegített sütőbe tesszük, és 180 °C-on aranybarnára sütjük.

**Szuper Levente desszertje****Egzotikus gyümölcsrizs házi málnaszörppel**

2009-03-10

**Hozzávalók:**

15 dkg rizs  
10 dkg porcukor  
8 dl tej  
6 dl tejszín  
3 cs.vaníliás cukor  
2 dkg mazsola  
1 dl sűrű málnaszörp  
ízlés szerint gyümölcsök:  
pl. barack, mandarin, ananász, eper,  
esetleg kevés reszelt citromhéj

**Elkészítési mód:**

A rizsből, tejből, cukorból tejberizst készítünk. Jó puhára főzzük, ha kész, hűlni hagyjuk. Közben a gyümölcsöket apró kockákra vágjuk, a mazsolát langyos vízbe áztassuk be. A tejszínt a vaníliás cukorral kemény habbá verjük, majd kis időre hűtőbe tesszük. Addig érdemes gyümölcsmosóban, akár tésztaszűrőben a darabolt gyümölcsöket kicsit lecsepegtetni, hogy ami kis levet enged, ne lazítsa majd a gyümölcsrizst. A mazsolát is jól kinyomkodjuk, és elkezdhetjük összekeverni a hozzávalókat. A kihűlt tejberizst összekeverjük a mazsolával, a darabolt gyümölccsel, esetleg kevés citromhéjjal, legvégül óvatosan beleforgatjuk a kemény tejszínhabot, óvatosan, hogy a hab ne nagyon törjön! Ezután a tálát még a hűtőbe tesszük egy-két órára, hogy az ízek összeérjenek, utána tálalhatjuk kis kelyhekbe.

Csomor Csilla előétele

## Libamáj salátaágyon

2009-03-12



### Libamáj salátaágyon

#### Hozzávalók:

500 dkg libamáj  
4 ek. balzsamecet  
3 ek. olívaolaj  
2 ek. méz  
Só, bors  
Friss, vegyes saláta

#### Elkészítési mód:

Óvatosan meglocsoljuk a balzsamecettel és hozzáadjuk a mézet. Tálaláskor a langyos libamájragut a salátára halmozzuk és meglocsoljuk egy kevés balzsamecetes lével.

Csomor Csilla főétele

## Hal tengeri sóban

2009-03-12



### Hal tengeri sóban

#### Hozzávalók:

1 jókora tisztított tengeri hal (lazac-pisztráng, 1,2 kg 2 főre)  
 3-4 citrom  
 Friss zöldfűszerek (bازsalikom, petrezselyem, kapor, koriander, babér)  
 1-2 gerezd fokhagyma  
 2kg. durva tengeri só  
 Alufólia

#### Elkészítési mód:

A belsejébe tesszük a fűszereket. Egy megfelelő méretű tepsit kibélelünk az alufóliával úgy, hogy a szélein ráhagyunk 30-30 centit. A tepszi aljára kb. 2 cm vastagon sót szórunk, ráfektetjük a fűszerekkel teletömött halat. A maradék sót a tetejére szórjuk és a kilógó fóliát a só és a tepszi fala közé gyömöszöljük. Ez rögzíti a halat oldalirányból. A tetejét megspricceljük vízzel, hogy megkérgesedjen. Az előmelegített sütő közepső rácsán süssük a legmagasabb fokozaton 500grammonként kb. 10 percig. Sütés után hagyjuk kb. negyed órát pihenni, majd óvatosan törjük fel a sókérget úgy, hogy a hal bőrét ne sértsük meg és tálaljuk zöldfűszeres újburgonyával, salátával, kenyérrel, mártással, ízlés szerint.

Csomor Csilla desszertje

## Krémkaramell

2009-03-12



### Krémkaramell

#### Hozzávalók:

90 g kristálycukor  
625 ml tej  
1 vaníliarúd  
125 g finom kristálycukor  
3 tojás felferve  
3 tojássárgája

#### Elkészítési mód:

Eloszlatjuk 6 hőálló tálkában. A sütőt 180 fokra előmelegítjük. A tejet és a vaníliarudat egy lábosba tesszük és épphogy felforraljuk. A cukrot kikeverjük a tojásokkal és a tojássárgájával. Rászűrjük a tejet, elkeverjük. Átkanalazzuk a tálkákba és egy tepsibe helyezük. A tepsit a tálkák oldalának feléig megtöltjük vízzel, és 30-40 percig sütjük. Ha a krém már nem ragad a tűre, kész. Kiszedjük a tepsiből, és 15 percig állni hagyjuk. Tálalhatjuk a tálkákban, de ki is boríthatjuk, és akkor a tetején lesz a karamell.

Rózsa György előétele

## Sárgadinnye serranoi sonkával és némi csavarral.

2009-03-13



### Hozzávalók:

2 szép darab sárgadinnye  
fél kg serranói sonka  
mozzarella, szárított paradicsom, stb.

### Elkészítési mód:

A sárgadinnyét hosszában kettévágjuk, és a magos részét kivesszük, kerek szeleteket vágunk egy éles késsel, és a közepére tesszük a sonkaszeleteket. Mellé mozzarellát kínálunk.

## Rózsa György főétele

### Roston sült kavalkád, salátaábrándokkal, mártástengerrel

2009-03-13



#### Pesztó

##### Hozzávalók:

- 1 csokor friss bazsalikomlevél
- 2 evőkanál fenyőmag
- 3 gerezd fokhagyma
- 1,5 dl olívaolaj
- 3 evőkanál parmezán sajt
- 1 csipetnyi tengeri só

##### Elkészítési mód:

Tegyük konyhai gyorsvágó gépbe, adjuk hozzá a többi alapanyagot, majd az egészet a gép segítségével pépesítsük. Szedjük át kis üvegekbe, zárjuk le jól, majd fagyasztószekrényben tároljuk. Felhasználás előtt egy órával célszerű kivenni a fagyasztóból, majd a maradék újra lefagyasztható.

Ezt a pesztót tartósítószer és hőkezelés nélkül készítettük, fagyasztva sokáig megőrzi frissességét.

#### Barbecue szósz

##### Hozzávalók 8 adag húshoz:

- 1 fej vöröshagyma
- 3 db újhagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- 1 dl borecet
- 1 dl víz
- 1 dl ketchup
- 1 dl citromlé
- 10 dkg barnacukor
- 1 dl chiliszósz
- 1 evőkanál őrölt mustármag
- 2 evőkanál Worchester szósz
- 1 mokkáskanál cayenne-i bors
- 1 mokkáskanál őrölt fekete bors
- 1 mokkáskanál bazsalikom
- 1 mokkáskanál szurokfű
- só

##### Elkészítési mód:

A hagymákat apróra vágjuk, a fokhagymát összezúzzuk. Rászórjuk a fűszereket, jól összekeverjük, majd felengedjük vízzel, citromlével, borecettel, ketchuppal, chiliszósszal. Hozzáadjuk a barnacukrot, megsózzuk. Hidegen tálaljuk a húsokhoz.

#### Grillezett húsok

##### Hozzávalók 4 főre

- 4 csirkemell filé
- 4 evőkanál Lucillus Sültcsirke fűszersó
- 1 dl olaj

##### Elkészítési mód:

A csirkemellet megmossuk, leszárogatjuk. A fűszer sót az olajjal elkeverjük, majd a csirkét körös-körül alaposan bekenjük vele. Letakarva, hűtőszekrényben kb. 1 órán át érleljük.

A csirkét forró rostlapon vagy serpenyőben oldalanként 5-6 perc alatt megsütjük, majd a parajos burgonyapürével és friss salátával kínáljuk. Ezt ugyanúgy megtehetjük más hússal is. Például tarjával.



Rózsa György desszertje

## Csokifondü csábító gyümölcsökkel

2009-03-13



### Csokifondü csábító gyümölcsökkel

**Hozzávalók** 4 személyre:

40 dkg keserűcsoki

4 evőkanál tejszín

2 evőkanál rum

1 ananász

2 körte

2 banán

2 alma

1 fonott kalács

### **Elkészítési mód:**

A fondüedénybe öntjük a tejszínt, belekockázzuk a csokoládét, és nagyon lassú tűzön felolvasztjuk, majd beleöntjük a rumot is. Ekkor az asztal közepére tesszük a fondüt, mindenki a villájára szúr egy-egy gyümölcsöt és a csokiba mártja, és a kaláccsal fogyasztja.

**Bea asszony előétele**

**Bea asszony levese**

2009-03-16



**Hozzávalók:**

4-5 szem krumpli  
6-8 gerezd fokhagyma  
2,5 dl tejszín  
só  
szerecsendió  
őrölt bors  
babérlevél

**Elkészítési mód:**

Az összekockázott krumplit és fokhagymát főzzük meg és tetszés szerint ízesítsük. Ha a krumpli megfőtt, akkor turmixoljuk össze vagy egy krumpli kinyomón törjük át. Ezután tegyük vissza a tűzhelyre és várjuk meg, míg rotytan egyet, majd sűrűsítsük be tejszínnel. Végezetül pedig egy kibelezett rozscipóban tálaljuk.

A tálalás előtt azonban mindenképpen grillezzük a cipót, így nem ázik át. Majd ha ezzel is végeztünk sajttal és petrezselyemmel díszítsük.

Bea asszony főétele

## Bea asszony csirkéje

2009-03-16



### Hozzávalók:

1 kg csirkemell filé  
4 db nagy krumpli  
2 db cukkini  
1 db répa  
4 db tojás  
liszt  
fokhagyma  
só  
ízesítő  
olaj, őrölt bors

### Elkészítési mód:

A húst szeleteljük vékony darabokra, majd klopfoljuk és sózzuk meg.

A krumplit, cukkinit és a répát reszeljük le, majd tegyük hozzá tojást, lisztet, fokhagymát és fűszereket. Ha az állaga nem jó, akkor rakjunk még hozzá egy kis lisztet. Ezután a csirkemell darabokat lisztben forgassuk meg, majd kevés forró olajban süssük ki.

### Köret:

*Rizi-bizi*

Kevés hagymát megdinsztelünk és megpirítjuk a rizst. Ha ezzel végeztünk, akkor sóval, borssal, ízesítővel megszórjuk, és meleg vízzel felöntjük 2:3 arányban. Fedő alatt pároljuk, míg el nem fő a víz.

Bea asszony desszertje

## Bea asszony mákos galuskája

2009-03-16



### Hozzávalók:

60 dkg sima liszt  
fél csomag friss élesztő  
3 evőkanál cukor  
3 evőkanál vaj  
2 dl tej  
2 tojás sárgája  
1 csipetnyi só  
1 pohárnyi margarin  
1 dl tej  
20 dkg darált mák  
5 dkg cukor  
félmaréknyi mazsola  
1 db citrom lereszelt héja

### Elkészítési mód:

Morzsoljuk le az élesztőt egy pohárba, és öntsük fel félpohárnyi langyos vízzel, majd keverjük össze cukorral. Egy keverő tálba szórjuk a lisztet, és egy csipetnyi sóval ízesítjük. Öntsük rá a felfuttatott élesztőt, majd dagasztógéppel kezdjük el dagasztani. Kis adagokban adjuk hozzá a langyos tejet, a tojás sárgáját és egy szobahőmérsékletű vajat. Addig keverjük, míg a tészta az edény faláról le nem válik, majd langyos helyen tároljuk és kelesszük a kétszeresére.

Tegyünk darált mákot, cukrot, reszelt citromhéjat és mazsolát egy tálba, majd keverjük össze. Öntsük rá a forró tejet és egy-két percig hagyjuk főni kis lángon.

Ha megkelt a tészta tegyük egy lisztezett deszkára és nyújtsuk ki másfél centi vastagságúra. Egy kisebb szájú pohárral vagy pogácsaszaggatóval szaggassuk kis darabkákra. Bea asszony szerint érdemes a pohár száját időnként étolajba mártani, így nem fog ráragadni. Végezetül pedig a kis tésztagaluskák egyik felét helyezzük egy kivajazott közepes méretű tepszi aljára. Kanalazzuk rá a mákos töltelék háromnegyed részét, igazítsuk el egyenletesre, majd rakjuk a tetejére a kiszaggatott tészta másik felét. A maradék töltelékot osszuk el rajta és tegyük előmelegített sütőbe, ahol 150-160 fokon süssük 35-40 percig.

Ha elkészült tálaljuk nagy tányéron, erdei gyümölcsökből készült szósszal.

## Soma mártogatósa

## Avokádókrém

2009-03-17

### Avokádókrém

#### Hozzávalók:

2 puha avokádó  
1 paradicsom  
kis fej vöröshagyma  
1 lime  
1 csokor friss koriander  
só

Húzzuk le a paradicsomnak a héját – ha forró vízzel leöntjük a beirdalt paradicsomot könnyebben lehúzható - és tegyük hozzá a meghámozott avokádóhoz. Majd csurgassuk le lime-mal a meghámozott vöröshagymát, és hagyjuk pár percig ázni a zamatosabb íz kedvéért. Ezután turmixoljuk össze és ízesítsük sóval, s friss korianderrel.

### Salsa

#### Hozzávalók:

6-7 paradicsom  
2 piros színű paprika  
1 nagy fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
chili vagy chipotles  
frissen darált bors  
olíva olaj  
só

A paradicsomot karikázzuk fel és extra szűz olíva olajban süssük barnára. Ezzel egyidejűleg a paprikát is pároljuk, majd pirítsuk ropogósra. Ha ezzel megvagyunk, akkor adjuk hozzá a többi hozzávalót is. A turmixolásnál azonban arra ügyeljünk, hogy ne pépesre, hanem egy kicsit darabosra turmixoljuk.

### Padlizsánkrém

#### Hozzávalók:

2 padlizsán  
4 gerezd fokhagyma  
chipotles  
frissen darált bors  
olívaolaj  
só

A padlizsánt karikázzuk fel és extra szűz olívaolajban mindkét oldalát süssük barnára. Ezután adjuk hozzá a többi hozzávalót. (A chipotles elhagyható, ha valaki nem szereti, mivel csak Soma tette hozzá.) A fokhagymát reszeljük apróra vagy törjük pici darabokra, és turmixoljuk össze.

### Füstös vajbab

#### Hozzávalók:

5 fej hagyma  
egy kevés teavaj a hagyma alá  
1 kg mirelit vajbab  
garam masala vagy curry (arab boltokban kapható fűszerek)  
30-40 dkg nagylyukú reszelőn lereszelt füstölt sajt  
3/4-ed liter sűrű típusú főzőtejszín  
só  
kis kanál cukor  
fűszer  
chili

A hagymát vágjuk apró darabokra és dinszteljük üvegesre. Öntsük rá a vajbabot, fedjük le és hagyjuk puhulni. A fűszereket szórjuk rá, így belefő az ízük. Mikor már majdnem kész, szórjuk bele a lereszelt sajtot is, aztán a tejszínt és szószosra keverjük.



**Soma főétele****Soma kendermagosa**

2009-03-17

**Hozzávalók:**

1 kg baromfi vagy sertés hús  
olaj  
4-5 fej vöröshagyma  
2 petrezselyemgyökér  
4 sárgarépa  
2 karalábé  
1 zellergumó  
80 dkg gomba (lehet sampion, vagy csiperke is)  
80 dkg zöldborsó  
frissen darált bors  
sok petrezselyemzöld  
só  
tejszín

**Elkészítési mód:**

Pirítsuk a hagymát üvegesre, majd adjuk hozzá a húst és pörköljük meg, vagyis addig süssük kis lángon, amíg ki nem ereszti a levét és barnára nem pirul. Majd hígítsuk fel vízzel és hagyjuk főni. A gombát is dinszteljük és pirítsuk, majd daráljunk rá borsot, aztán sózzuk meg. Mielőtt teljesen átsülne a hús adjuk hozzá a zöldséget, majd fűszerezzük és végezetül pedig tejszínnel ízesítsük.

**Soma desszertje**

## **Soma chilis csokija**

2009-03-17



### **Hozzávalók:**

eper  
2 tojás sárgája  
10 dkg porcukor  
2 dl tej  
2 szelet főzőcsoki  
1 púpos evőkanál holland kakaópor  
Chili

### **Elkészítési mód:**

A tojássárgájához rakjunk porcukrot és keverjük habosra, majd kis lángon főzzük sűrűre a tejet, a megpuhított csokoládét és a friss chili darabokat. Miután kihűlt eperdarabokkal tálalhatjuk.

**Benkő Dániel leve**

## **Busakrémleves**

2009-03-18



### **Busakrémleves**

#### **Hozzávalók:**

1 busa  
4 evőkanál zabpehelyliszt  
2 dl tejszín  
fél citrom leve  
3 evőkanál mustár  
tengeri só  
tört bors  
oregánó  
fokhagyma

#### **Elkészítési mód:**

A megtisztított busát főzzük egy kevés vízben kocsonyássá. Hagyjuk állni, közben keverjük össze a 4 evőkanál zabpehelylisztet, a 2 dl tejszínt, egy fél citrom levét, 3 kanál mustárt, egy csipet tengeri sót, tört borsot, oregánót és egy fokhagymát. Ha nem elég híg, akkor a busa levéből még adhatunk hozzá. Tálalás előtt 20 perccel forraljuk fel és adjuk hozzá a busához.



**Benkő Dániel főétele**

## **Babtitok varázs**

2009-03-18



### **Babtitok varázs**

#### **Hozzávalók:**

1 kg tarkabab  
4 fej vöröshagyma  
2 paradicsom  
babérlevél  
fokhagyma  
fél kg mangalica füstölt kolbász  
1 mangalica köröm vagy láb  
zabpehelyliszt

#### **Elkészítési mód:**

Főzzük meg az 1 kg tarkababot sóatlanul. Ha elfogy a víz, akkor pótoljuk. Vegyük le a tűzről, mielőtt teljesen megpuhulna.

Ezzel egyidejűleg tegyük fel a másik lábast is kevés vízzel, amibe a 4 fej apró kockákra vágott vöröshagymát rakjuk bele, majd adjuk hozzá a két nagy paradicsomot, a babérlevelet és a pár gerezd fokhagymát is. Öntsük hozzá a babot, amikor szétfőtt a hagyma.

A harmadik lábasban pedig a füstölt mangalica szeletelt kolbászt főzzük egy kevés vízben. A pikáns íz kedvéért adhatunk még hozzá egy mangalica körömöt vagy lábat is. Ezt legalább 2 órán keresztül főzzük. Ha elkészült, az egészet adjuk hozzá a babhoz. Forrásig főzzük, majd a zabpehelyliszt és a víz keverékével készítsük el belőle a galuskát, amit beleszagatunk majd az ételbe. 15 perc főzés után elkészül az étel, ami rögtön tálalható is.

**Benkő Dániel desszertje**

## **Zabkorpás tészta**

2009-03-18



Zabkorpás tészta

### **Hozzávalók:**

#### ***Fekete rész:***

2 doboz tejföl  
fél dl tejszín  
4 tojás  
citromhéj  
méz  
vaníliás cukor

#### ***Fehér rész:***

Ugyanaz, mint a fekete rész csak:  
+ 1 csomag túró

### **Elkészítési mód:**

Gyufa tésztát vagy más metélt zabtésztát főzzük ki a forrásban levő vízben. A vizet öntsük le róla, majd egy olíva olajjal kikent tepsibe töltjük bele. Amíg ez fő, addig keverjük ki az önteteket, majd öntsük ezeket egymás mellé a tepsibe és süssük 30-40 percig. A tetejére tegyük az aszalt gyümölcsöket, és máris találhatjuk.

**Sütő Enikő desszertje**

**Biofagyi**

2009-03-19



**Hozzávalók:**

2 doboz szeder  
1 doboz szójatejszín  
1 evőkanál fahéj  
2 evőkanál méz  
1 zöld citrom leve

**Elkészítési mód:**

Ezeket összeturmixoljuk, és az így kapott habot biofagylalttal (csoki ízű), szójatejszínnel meglangyosított karokkal tálaljuk.

**Kinter Oszkár előétele**

## **Toronyba halmozott buffola mozzarella**

2009-03-20



### **Toronyba halmozott buffola mozzarella**

#### **Hozzávalók:**

4 darab buffaló mozzarella sajt  
4 darab közepes méretű paradicsom  
1 doboz rukkola saláta  
friss fűszerlevelek  
olívaolaj  
balzsamecet  
durvára darált bors

#### **Elkészítési mód:**

A fűszerek leveleit szedjük le és válogassuk ki a legszebbeket. Mossuk meg hideg vízben a rukkola salátát és a fűszerleveleket, majd csepegtessük le róluk a vizet. Rakjuk egy műanyag dobozba, fedjük le és tegyük be a hűtőbe pár órára, hogy ropogós és friss legyen. Szeleteljük fel egyforma szeletekre a paradicsomot és a sajtokat. Nagytányér közepére helyezzünk egy csokornyit a ropogós rukkola levelekből, rendezzük el ízlésesen, majd közepére váltakozva sajt és paradicsom karikákat tegyünk. Ha elkészült, szűrjük át egy rozmaring ággal, daráljunk a tetejére fekete borsot, csorgassuk meg hidegen sajtolt olívaolajjal és balzsamecettel. Mellé pedig rozmaringos kenyércsíkakat kínáljunk.

## Kinter Oszkár mustáros specialitása

### Dijoni mustáros bélszín

2009-03-20



#### Dijoni mustáros bélszín

##### Hozzávalók:

1 kg marha vesepecsenye  
 1-1 ág friss bazsalikom  
 rozmaring  
 kakukkfű  
 1 kg burgonya  
 1 kisebb méretű sütőtök  
 4 db tojás sárgája  
 3 dl tejszín  
 2 evőkanál dijoni magos mustár  
 1 teáskanál kurkuma  
 só  
 darált bors  
 őrölt szerecsendió  
 1 db cukkini  
 4-5 evőkanál extra szűz olívaolaj

##### **Elkészítési mód:**

A lehártyázott bélszínt csorgassuk meg olívaolajjal, majd daráljunk rá borsot. Vágjuk össze a fűszernövények leveleit, majd forgassuk meg a bélszínt a fűszerlevelekben. Tekerjük be fóliába és pár órára tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a húst.

A körethez főzzük meg a meghámozott burgonyát sós vízben épp úgy, mintha burgonyapürét készítenénk. Ha megfőtt, szűrjük le jól, törjük át, fűszerezzük kevéske őrölt szerecsendióval és keverjük el benne 2 tojás sárgáját. A tököt vágjuk négyfelé, magjait szedjük ki és forró sütőben süssük meg puhára. A megsült tök húsát kanalazzuk át egy tálba, törjük össze villával, majd fűszerezzük meg szerecsendióval és keverjük el benne 2 tojás sárgáját. Ha lágynak találjuk, akkor kevéske zsemlemorzsa hozzákeverésével tehetjük szilárdabbá.

Töltsük a nyomózsák egyik felébe a burgonyás, a másik felébe a sütőtökös pépet, majd nyomjuk cukkini szeletekre. Forró sütőbe téve pár perc alatt süssük pirosra.

Vágjuk körülbelül 15-20 dekás egyforma darabokra a bepácolt bélszínt, majd hevítsünk fel egy kevéske olívaolajat egy nagy serpenyőben. Tegyük bele a hússzeleteket és mindkét oldalát közepes lángon süssük körülbelül 5-5 percig.

Közben egy másik serpenyőben készítsük el a mustáros mártást. Öntsük az edénybe a tejszínt, kanalazzuk hozzá a mustárt, szórjuk rá a kurkumát, majd ízesítsük kevéske sóval és darált borssal. Pár perc forralással főzzük sűrű mártással.

Tálaláskor nagy tányérok közepére kanalazzunk a mustáros szószból, helyezzük rá a megsütött bélszínt, majd helyezzük mellé a megsütött körítést.

**Kinter Oszkár pudingja**

## **Vaníliapuding karamell réteggel**

2009-03-20



### **Vaníliapuding karamell réteggel**

#### **Hozzávalók:**

5 db tojássárgája  
10 dkg cukor (+extra a tetejére)  
fél dl tej  
5 dl tejszín  
2 db vaníliabab

#### **Elkészítési mód:**

Tegyük a tojások sárgáját egy keverőtálba, adjuk hozzá a cukrot, a vanília kikapart magjait, a tejet és a tejszínt. Keverjük jól össze, hogy a cukor elolvadjon, majd töltsük teás csészékbe vagy pudingformákba. Helyezzük vízzel feltöltött tepsibe és tegyük előmelegített sütőbe, majd 140-150 fokon 30-35 percig gőzöljük. Ha elkészült, vegyük ki a sütőből és hagyjuk a tepsiben kihűlni.

**Marsi Anikó előétele**

## **Pulykanyak leves**

2009-03-23



### **Hozzávalók:**

1 csomag répa  
zeller zöldje  
petrezselyem  
karalábé  
1 vöröshagyma  
vegeta (ételízesítő)  
8-10 db pulykanyak  
só  
bors

### **Elkészítési mód:**

Pucoljuk meg az összes zöldséget, de ne vágjuk fel, hanem egybe rakjuk bele egy nagy fazékba. Tegyük hozzá a pulykanyakat és az összes maradék hozzávalót. Főzzük készre és ízlés szerint ízesítsük.

**Marsi Anikó főétele**

## **Rakott krumpli gazdagon**

2009-03-23



### **Hozzávalók:**

8-10 db tojás  
2 kg krumpli  
1 l tejföl  
1/2 kg szárazkolbász  
1/2 l biotéj

### **Elkészítési mód:**

Az elkészítési mód ugyanaz, mint egy hagyományos rakott krumplinál. A tepsit kenjük ki sok vajjal, rakjuk bele a krumplit, kolbászt, tojást és a tetejére pedig a tejfölt. Majd még egyszer rakjuk bele ugyanezt és tegyük a tetejére tejfölt, aztán locsoljuk meg biotéjjel. Figyeljünk arra, hogy a tej mindenhová eljusson a rétegeken belül. Majd rakjuk be a sütőbe és süssük pirulásig.



Marsi Anikó desszertje

## Joghurt torta

2009-03-23



### Hozzávalók:

1/2 kg eper  
2 pohár natúr joghurt  
1 csomag zselatin  
tejszín  
citromhéj

### **Elkészítési mód:**

Melegítsük fel a tejszínt, majd rakjuk félre egy kicsit hűlni. Aztán keverjük csomómentesre a joghurttal és a zselatinnal. Reszeljük bele egy egész citrom héját. Vágjuk fel az epret apró darabokra, szórjuk egy formába és öntsük hozzá a masszát, majd rakjuk be a hűtőbe. Hagyjuk állni két-három óráig és ízlés szerint tálaljuk.

**Szőke András előétele**

## **Sonkába vagy baconba göngyölt aszalt szilva**

2009-03-24



### **Hozzávalók:**

aszalt szilva  
sonka vagy bacon

### **Elkészítési mód:**

Az aszalt szilvákat darabonként betekerjük sonkával vagy bacon szalonnával. Ezután tűzálló táliba rakjuk, majd 200 fokos sütőben 10 percig sütjük.

**Szőke András főétele**

## Szarvaspörkölt bográcsban Szőke módon

**2009-03-24**



### Hozzávalók:

5 kg szarvas  
5-6 nagy fej vöröshagyma  
5 gerezd fokhagyma  
színes bors  
fekete bors  
babérlevél  
piros paprika  
kömény  
gyömbér  
5-6 szál petrezselyem  
sárgarépa  
1 zellergumó  
száritott gomba  
2 dl sör  
1 dl pálinka  
2-3 paradicsom  
3 zöldpaprika  
2 dl vörösbort  
tej

### **Elkészítési mód:**

Pácolás: A húst a főzés előtti napon kicsontozzuk, felkockázzuk és egy nagyobb edénybe bepácoljuk. Adjunk hozzá 4-5 babérlevelet, 2 fej hagymát felkarikázva és ízlés szerint fűszereket.

### Főzés:

#### **Bent:**

A szarvas csontjából a répával, a petrezselyemmel és a zellerrel egy húsleveszerű csontlevest főzünk. Ezzel öntjük fel majd a pörköltet.

#### **Kint:**

A bográcsba tegyük bele 5-6 nagy fej felkockázott vöröshagymát és pirítsuk üvegesre.

A tűzről levéve tegyük bele a piros paprikát és az előre bepácolt húst, majd öntsük fel sörrel.

Körülbelül 2 órán keresztül főzzük és a szükséges folyadékot a korábban lefőzött csontlével pótoljuk.

Közben ne feledkezzünk meg a bogrács alatt a tűzről.

Amikor már 2/3 részt megfőtt, tegyük bele a fűszereket és az egy dl pálinkát. Majd főzzük még fél óráig. Közben a megmaradt csontleves turmixoljuk össze répával, petrezselyemmel és zellerrel. Majd az így kapott sűrű főzelékszerű folyadékot is adjuk hozzá. Ezután sózzuk meg és adjuk hozzá a paradicsomot is. Az ételt főzzük puhára, majd öntsünk bele 2 dl vörösbort. Ezután 2 percig forraljuk még, majd vegyük le a tűzről.

### Kenyér

### Hozzávalók:

60 dkg fehér liszt  
1 dkg élesztő  
3 dl víz  
só  
egy csipet cukor

Egy dl vizet langyosra főzünk, belemorzsoljuk az élesztőt, beleszórjuk a cukrot. Majd kicsi liszttel kovászt készítünk belőle és langyos helyen fél órát pihentetjük. Fateknőbe töltjük a 60 dkg lisztet, beleteszünk egy teáskanál sót és a kovászt. Adjunk még hozzá lisztet, kovászt és 2 dl vizet. Ha nagyon ragad, tegyük még hozzá lisztet, ha nagyon kemény, akkor addig gyúrjuk még, amíg tiszta nem lesz a kezünk és a tál oldala. Majd tegyük félre egy langyos helyre és 45 percig letakarva pihentessük. Majd amikor megkelt a tészta, tegyük a nyújtódeszkára és gyúrjuk át és rakjuk vissza még egy órára a kemencébe.

Szőke András desszertje

## Dörödgi meggyes rétes

2009-03-24



### Tészta:

1/2 kg liszt

2 db tojás

só

1,5 dl víz

### Töltelék:

60 dkg kimagozott meggy

1 pohár tejföl

5 evőkanál étolaj

5 dkg zsemlemorzsa

25 dkg cukor

### **Elkészítési mód:**

A tésztát gyúrjuk össze, majd készítsünk belőle 2 cipót. Terítsünk a deszkára vászonkendőt, tegyük rá a tésztából gyúrt cipót és olajozzuk be a tetejét. Ezután addig nyújtsuk a tésztát, amíg be nem fedi a deszkát. Hintsük meg meggyel, zsemlemorzsával, cukorral, tejföllel és olajjal. Majd a vászonkendő segítségével tekerjük fel két oldalról. Tegyük kiolajozott tepsibe és 220 fokon 25-30 percig sütjük.

**Horváth Éva előétele**

## **Sajtfondu**

2009-03-25



### **Hozzávalók:**

krémsajtok (többféle ízben, a lényeg, hogy legyen benne füstölt sajt)

só

bors

zöldségek (zeller, répa, uborka)

húsok (virsli, főtt sonka, selyemsonka)

### **Elkészítési mód:**

A krémsajtokat melegítsük fel egy fondu tálban és vágjuk csíkokra a zöldségeket, a húsokat pedig kockákra.

**Horváth Éva főétele**

## **Wellington bélszín**

2009-03-25



### **Hozzávalók:**

1,5 kg bélszín  
500 g gomba  
20 dkg libamáj  
1 csomag leveles tészta  
10 db burgonya  
1 fej brokkoli  
2 db tojás sárgája  
1 pohár tejföl  
20 dkg bacon  
10 dkg trappista sajt (reszelve)

### **Elkészítési mód:**

A bélszín mindkét oldalát hintsük meg sóval, majd daráljunk rá borsot. Csorgassuk meg olívaolajjal, majd pár órára tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a húst. A bepácolt húst forró serpenyőben mindkét oldalán elősütjük.

A gombából pépet készítünk, beletesszük egy serpenyőbe, majd sóval és őrölt borssal fűszerezzük. Amikor már elfőtt a saját párolóleve, meghintjük pár evőkanál liszttel, majd összekeverjük és levesszük a tűzről. Ha kissé kihűlt, belekeverünk 1 db tojás sárgáját. Tegyük az elősütött bélszíneket egy tepsire, majd fedjük be a tetejét a gombapéppel, helyezünk rá libamájszeleteket, majd csomagoljuk be a leveles tésztával. Tegyük forró sütőbe és 180 fokon süssük körülbelül 35-40 percen keresztül. Ha elkészült, szeleteljük egy centi vastagságúra, majd párolt brokkolival és sült héjas burgonyával körítsük.

**Horváth Éva desszertje**

## **Rétes kosárka bazsalikomos epersalátával**

2009-03-25



### **Hozzávalók:**

1 kg túró  
1 csomag leveles tészta  
10 dkg mazsola  
édesítőszer  
1 doboz tejföl  
1 citrom héja  
rétestészta  
2 db joghurt  
eper  
bazsalikom  
méz  
gyömbér

### **Elkészítési mód:**

Keverjük össze a túró a tejföllel, az előre beáztatott mazsolával és a citrom héjával. Majd tegyük bele a leveles tésztába, aztán süssük a sütőben 10 percig. Csöpögtessük le joghurttal. Keverjünk még bele egy kis mézet, gyömbért, a tetejére pedig epret rakjunk és hintsük meg bazsalikommal.

Ördög Nóri előétele

## Szegedi halászlé

2009-03-26



### Hozzávalók:

3 db ponty  
fél kg vöröshagyma  
4 db halászléköck  
2 db fűszerpaprika  
olaj  
só  
őrölt paprika

### **Elkészítési mód:**

A halászlé elkészítése egy igen hálátlan feladattal kezdődik, amihez nem árt, ha kéznél van egy erős karú és idegzetű férfi, mint Nórinál a Nagypapája. Rutinosabbak vásárolhatnak eleve megpucolt, kifilézett halszeleteket, de a szegedi halászlé mégis csak az átpasszírozott, sűrű levétől az igazi, aminek elengedhetetlen alkotóeleme a hal feje.

Miután a halak pucolásával végeztünk, vágjuk őket ujjnyi vastag szeletekre.

Hámozzuk meg és kockázzuk fel a hagymákat, majd pici olajon dinszteljük meg őket. Mikor üvegesre párolódtak, adjuk hozzá a halfejeket, egy kis sót és annyi vizet, hogy ellepje a fazék tartalmát, majd főzzük az egészet puhára. A gyorsfőző edény ennél a műveletnél nagy segítség lehet.

Ha átfőttek a halfejek, csontozzuk ki, majd a hagymával és az alaplével együtt turmixoljuk össze és szűrjük át.

Olajon pirítsunk fűszerpaprikát, öntsük fel egy kis vízzel és adjuk hozzá az átpasszírozott alaplevet. Ezután rakjuk bele a halászléköckákat, a sót, a borsot és a csípős paprikát. Az egészet forraljuk fel és adjuk hozzá a halszeleteket. Körülbelül fél óra szükséges ahhoz, hogy teljesen átfőjenek, és kész is a halászlé!



**Ördög Nóri főétele**

## **Kemencében sült túrós csusza házi készítésű tésztából**

2009-03-26



### **Hozzávalók:**

30 dkg liszt

2 db tojás

só

túró

tejföl

házi sonka

### **Elkészítési mód:**

A liszt, a tojássárgája és némi víz felhasználásával gyúrjunk kemény tésztát, majd hagyjuk pihenni. Közben a házi túrót egy kis tejföllel keverjük össze és ízlés szerint sóval ízesítsük.

A tésztát gyúródeszkán sodrófa segítségével nyújtsuk vékonyra és hagyjuk száradni.

Érdemes ezt egy nappal korábban megtenni, mert így van ideje a tésztának teljesen

kiszáradni. Ha nincs időnk kivárni a teljes száradást, akkor csíkozzuk fel a tészta lapot. A

tésztát a szokásos módon főzzük meg, miközben a házi sonkát felkockázzuk és serpenyőben megpirítjuk.

A kifőzött tésztát keverjük össze túróval, tegyük egy tűzálló tálba, a tetejére pedig szórjunk „pörccöket” és az egészet süssük össze egy felfűtött kemencében. Majd tejföllel tálaljuk.

**Ördög Nóri desszertje**

## **Madártej**

2009-03-26



### **Hozzávalók:**

1 liter tej  
2 evőkanál vaníliás pudingpor  
4 tojás fehérje  
1 evőkanál citromlé  
vaníliás cukor vagy édesítő

### **Elkészítési mód:**

A tojás fehérjét egy kis cukorral vagy édesítővel, valamint a citromlével verjük habbá. 1 dl tejet vegyünk külön, a többit pedig forraljuk fel. A külön vett tejben csomómentesen keverjük el a vaníliás pudingport és adjuk a forrásban lévő tejhez a vaníliás cukorral. (Ezt is lecserélhetjük édesítőre.) Ha megjelentek az első „buborékok”, húzzuk le a tűzről és „simítsuk rá” a tojáshabot úgy, hogy a habréteg teljesen befedje a tejet. (Így a tojáshab is átgőzölődik.)

Várjuk meg, amíg teljesen kihűl és tálaláskor szaggassunk „csinos” fehér gombócokat, amit gazdagon öntözzünk meg a vaníliás tejjel.

**Bárdosi Sándor előétele**

## **Fürj eszencia leves**

2009-03-27



### **Hozzávalók:**

konyhakészfürj  
sárgarépa  
fehérrépa  
zeller  
karalábé  
petrezselyem  
fokhagyma  
egész bors  
só  
víz

### **Elkészítési mód:**

A megtisztított és megmosott fürjeket hideg vízben feltesszük a tűzhelyre főni. Ha felforrt, a tetejéről szedjük le a habot. Amikor a húsok félig megpuhultak, beletesszük a zöldséget a levesbe és sóval, borssal ízesítjük. Lassú tűzön tovább főzzük. Óvatosan kiemeljük a fürjeket, majd a levest átszűrjük. A zöldség- és húsbetéttel együtt csészében, forrón tálaljuk.

**Bárdosi Sándor főétele**

**Baconba tekert füstölt fürjtojással töltött fürjpecsenye  
vadrizzsel**

2009-03-27



**Hozzávalók:**

bacon  
füstölt fürjtojás  
konyhakész fürj  
gomba  
kakukkfű  
tárkony  
vadrizz

**Elkészítési mód:**

A megtisztított fürjeket kívül-belül alaposan megmossuk, kakukkfűvel és tárkonnyal megszórjuk. Belsejüket füstölt fürjtojással megtöltjük, majd a fürjeket baconba tekerjük. A gombát alaposan megmossuk, felszeleteljük. A fürjeket tepsibe rakjuk, a gombaszeleteket mellé szórjuk és készre sütjük. Vadrizzsal tálaljuk.

**Bárdosi Sándor desszertje**

**Marcipános-mascarponés krémmel töltött barack  
gyümölcsmártással**

2009-03-27



**Hozzávalók:**

felezett barack befőtt  
marcipán rúd  
mascarpone  
gyümölcsjoghurt  
menta

**Elkészítési mód:**

A mascarponét és a marcipánt összedolgozzuk. A felezett barackbefőtteket megtöltjük a krémmel. Sütőbe tesszük annyi időre, hogy a töltelék rápiruljon. A tányérokra gyümölcsjoghurtot rakunk, erre helyezzük rá a barackot. A tetejét mentával díszítjük.

**Hajdú Péter előétele**

## **Réteskosárban sült sajtfelfűjt**

2009-03-30



### **Hozzávalók:**

1 csomag réteslap  
2 evőkanál bertolli extra szűz olívaolaj  
15 dkg reszelt trappista sajt  
15 dkg reszelt karaván sajt  
15 dkg reszelt anikó sajt  
2 db tojás  
2 dl pohár tejszín  
2-3 evőkanál liszt  
őrölt szerecsendió  
petrezselyem zöld

### **Elkészítési mód:**

A sajtokat összekeverjük a felvert tojásokkal, fűszerekkel, liszttel és a tejszínnel. A réteslapokat kb. 10x10-es kockákra vágjuk és a muffin sütőformákat 3-4 db lappal kibéleljük, majd megtöltjük a sajtos keverékkel.

150-160 fokos sütőben körülbelül 30 percig sütjük, majd színes salátalevelekkel tálaljuk. Ügyeljünk, hogy pontosan a tálalás előtt süljön meg, mert rövid állás után már összeesik és nem lesz szép.

**Hajdú Péter főétele**

## **Fokhagymás langusztafarok**

2009-03-30



### **Hozzávalók:**

5 db langusztafarok  
2 dl tejszín  
2 gerezd fokhagyma  
2 evőkanál extra szűz olívaolaj  
só  
darált bors  
pár csepp tabasco szósz  
1 db zöldcitrom

### **Elkészítési mód:**

Vágjuk fel a langusztá hasán a páncélt, majd feszítsük szét és vegyük ki a benne lévő húst. Mossuk meg hideg vízzel, csepegtessük le jól, majd vágjuk 4-5 darabba. Tegyük egy tálba, reszeljük rá a zöldcitrom héjából és a fokhagymából, daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal és pár csepp tabasco szósszal. Keverjük jól össze és tegyük a hűtőszekrénybe legalább egy órára, hogy a fűszerek íze jól átjárja a rákhúst.

Elkészítéskor hevítsünk fel egy nagy serpenyőben két evőkanálnyi olívaolajat, majd tegyük bele a befűszerezett rákhúst. Erős lángon pirítsuk meg minden oldalát rózsaszínűre, utána öntsük rá a tejszínt, ízesítsük sóval, majd jól forraljuk össze. Párolt rizzsel azonnal, forrón tálaljuk.

**Hajdú Péter desszertje**

## **Kanadai juharszirup mousse**

2009-03-30



### **Hozzávalók:**

1 pohár juharszirup  
3 db tojás  
1 pohár barnacukor  
1 evőkanál zselatin  
3 cl rum  
5 dl tejszín

### **Elkészítési mód:**

Szórjuk egy kis tálkába a zselatint, csorgassunk rá három evőkanálnyi hideg vizet, majd keverjük össze.

Üssük a tojásokat egy nagy keverőtálba, tegyük bele a beáztatott zselatint, a cukrot és öntsük hozzá a juharszirupot. Tegyük vízgőz fölé, majd addig verjük, míg kemény habos nem lesz, utána vegyük le a gőzről és hagyjuk kissé kihűlni.

Verjük fel kemény habbá a tejszínt, majd óvatosan keverjük a felvert juharszirupos habhoz.



Ágica előétele

## Legényfogó leves

2009-03-31



### Hozzávalók:

3 db nagyobb méretű sárgarépa  
2 db fehérrépa  
fél doboz csemegekukorica  
1 kg csirkemell filé  
fél citrom  
1 doboz tejszín  
2 evőkanál vaj

### **Elkészítési mód:**

Szeleteljük kockára a sárga – és a fehérrépát, pirítsuk meg vajon, majd adjuk hozzá a kockára vágott csirkét és pároljuk össze. Közben egy másik edényben főzzük a levest, habarjuk, és ha minden átfőtt, összeöntjük. Hozzáadjuk a kukoricát, majd ízesítjük tárkonnyal, sóval, borssal, vegetával és petrezselyem zölddel.

**Ágica főétele****Tejszínes-tejfölös csirkemell csíkok gazdagon**

2009-03-31

**Hozzávalók:**

2 db kaliforniai paprika  
1 doboz gomba  
30 dkg enyhén csípős kolbász  
1 kg csirkemell filé  
1 tejszín  
1 tejföl

**Elkészítési mód:**

Csíkozzuk fel a csirkemell filét, a gombát vágjuk kockára, a kolbászt előtte a saját zsírában pirítsuk meg, tegyük rá a gombát és a paprikát, olívaolajjal öntsük le. Egy másik serpenyőben süssük át a csirkemell filét, adjunk hozzá tejszínt, hintsük meg liszttel, habarjuk össze, tegyük rá tejfölt és kavarjuk össze. Színes tésztával tálaljuk.

Ágica desszertje

## Álomhajó (banános fagyi)

2009-03-31



### Hozzávalók:

személyenként 1 banán  
vanília és csoki fagyi  
csoki öntet  
tejszínhab

### **Elkészítési mód:**

Hosszában vágjuk fel a banánt, majd formázzuk csónak alakúvá. Rakjuk közé a fagyit, tegyük a tetejére tejszínt és banánlevéllel díszíthetjük.

**Zoltán Erika előétele**

## **Nachos**

2009-04-01



### **Hozzávalók:**

sós tortilla chips – a tepsi méretétől függően egy vagy két csomag  
40-50 dkg reszelt cheddar sajt  
egy kis üveg jalapeno paprika

### **Tálaláshoz:**

guacamole – avokádó krém  
tejföl  
babpüré

### **Elkészítési mód:**

A sütőt előmelegítjük 200 fokon.

A tortilla chips-et vékonyan elszórjuk a tepsi alján. Ízlés szerint megszórjuk ritkán - vagy ha szereti a társaság a csípőset, akkor sűrűn - szeletelt jalapeno paprikával. A teljes tepsit jó alaposan megszórjuk a reszelt sajttal. Sütőbe tesszük és kb. 10-15 perc alatt készre sütjük. Ezután tányérokra szedjük és az előre elkészített babpürével (készen kapható konzerv formában és finom) tejföllel és házilag készített guacamole-val tálaljuk.

### **Házilag készített guacamole:**

2 darab jó puha avokádót meghámozunk, kimagozzuk és felkockázva a turmix gépbe tesszük. Hozzáadunk 3-4 evőkanál tejfölt, két kiskanál őrölt koriandert, egy kiskanál borsot, sót, 5-6 gerezd kinyomott fokhagymát, fél lime kifacsart levét és jól össze turmixszoljuk. A kész mártást egy picit „felturbósíthatjuk”, ha belekeverünk egy kis fej apróra vágott vörös hagymát és egy pici friss, apróra vágott koriandert .

### **Babpüré:**

A kész babpürét egy tálba szedjük. Ízesítsük egy kis borssal és két-három, vékony karikákra vágott újhagymával. Jól összekeverjük.

**Zoltán Erika főétele**

## **Csirkés fajitas**

2009-04-01



### **Hozzávalók:**

1 kg – lehet kicsit több is - vékony csíkokra vágott csirkemell  
 1 nagy vöröshagyma felszeletelve  
 3 darab californiai paprika (egy piros, egy zöld és egy sárga)  
 1 csomag tortilla  
 1 dl olívaolaj  
 1 dl száraz fehér bor  
 1 csomag fajitas fűszer keverék  
 3-4 gerezd fokhagyma  
 1 üveg csípős vagy enyhe salsa  
 tejföl  
 reszelt ceddar sajt körülbelül 20-30 dkg  
 1 konzerv babpüré

### **Elkészítési mód:**

Elkészítjük a páclét. Egy tálba öntjük az 1 dl olívaolajat, beleszórjuk a fajitas fűszerkeveréket és belenyomunk 3-4 gerezd fokhagymát. A fehér bort is hozzá öntjük. Jól elkeverjük és hozzá tesszük a csíkokra vágott csirkemellet. Lefedjük és a hűtőbe tesszük. Ezt a sütés előtti napon készítjük el, hogy a hús jól átvegye a pác ízét.

Másnap egy Wok sütőben felhevítünk egy pici olívaolajat. Rádobjuk a bepácolt húst, nem baj, ha egy kis páclé is megy hozzá. Amennyiben ügyesen találtuk el a páclé és a hús arányát, akkor alig marad páclénk. Közepesen egy kicsit nagyobb fokozaton, de semmiképp se a teljes hőfokon kezdjük el pirítani a húst. Amikor már majdnem kész - kóstolással dönthetjük el, hogy mikor jó – rádobjuk a csíkokra vágott paprikákat és a felszeletelt hagymát. Még egy-két percig együtt pirítjuk a hússal, de vigyázzunk, hogy ne puhuljanak meg, hanem maradjanak ropogósak a zöldségek. Lehúzzuk a tűzről és egy lime levét belecsavarjuk. Még egyszer összeforgatjuk és mehet az asztal közepére. Azonnal fogyasztandó. A fajitas betekerésének módja [itt látható!](#)

### **Babpüré:**

A kész babpürét egy tálba szedjük. Ízesítjük egy kis borssal és két-három, vékony karikákra vágott újhagymával. Jól összekeverjük.

**Zoltán Erika desszertje**

## **Meleg mediterrán gyümölcs saláta**

2009-04-01



### **Hozzávalók:**

1 közepes ananász  
2 db puha mangó  
2 banán  
tejszínhab  
1/2 dl tequila  
10 dkg vaj  
3 evőkanál méz

### **Elkészítési mód:**

A gyümölcsöket meghámozzuk és felkockázzuk. Nagyméretű teflonban felmelegítjük a vajat, hozzá tesszük a mézet. Először az ananászt rakjuk a serpenyőbe, mert az a legkeményebb gyümölcs. Megvárjuk, míg átmelegszik, majd hozzá tesszük a mangót, összekeverjük és a végén egy percre beledobjuk a banánt is. A banán után meglocsoljuk tequilával és egy kis tejszínhabban, esetleg egy kis vanília mártással máris tálalhatjuk.

**Farkasházi Réka előétele**

## **Hidegtál kacsamellel**

2009-04-02



### **Hozzávalók:**

koktélparadicsom  
napon szárított és olívaolajban érlelt paradicsom  
melegen füstölt kacsamell  
bivaly mozzarella  
friss bazsalikom  
őrölt színes bors

### **Elkészítési mód:**

Ízlésesen tálaljuk.

**Farkasházi Réka főétele****Kacasült narancsmártással, burgonyapürével, melegén készített madársalátás rátéttel**

2009-04-02

**Hozzávalók:****kacsához:**

5-6 db peccsenyekacsa-comb  
 1 db narancs  
 4 gerezd fokhagyma  
 1 dl száraz cherry kevés szárított ánizs és kakukkfű  
 só  
 bors  
 szegfűszeg

**mártáshoz:**

1 teáskanál mentadzsem vagy 4-5 friss mentalevél  
 fél dl minőségi konyak  
 1 narancs leve  
 2 evőkanál narancsdzsem  
 1 evőkanál világos nádcukor

**burgonyapüréhez:**

1 kg burgonya  
 1 tojás  
 1 kis doboz tejföl  
 1 evőkanál vaj  
 só

**salátához:**

5-6 vékony szelet speck (sonka)  
 4 db apró sózott és olajban eltett szardella  
 1 csomag madársaláta (lehet bébispenót is)  
 friss bazsalikom  
 körülbelül fél dl balzsamecet  
 kevés olívaolaj

**Elkészítési mód:**

A kacsát sózzuk és borsozzuk meg és a „kövér” részével lefelé a kacasütő edénybe rakjuk bele. Mozsárban törjük össze a csipet szárított ánizst és valamivel több kakukkfűvet (ízlés szerint), majd szórjuk meg vele a combok tetejét. Vágjunk egy narancsot fél centis karikákra és helyezzük rá a combokra, egy-egy szegfűszeget pedig szúrjunk a narancskarikákba. A négy gerezd fokhagymát rakjuk a combok mellé és locsoljunk az egész alá egy deci száraz cherryt. Pároljuk 180 fokon fedő alatt a sütőben egy órán keresztül, majd vegyük le a fedőt, szedjük le a combokról a narancskarikákat és süssük a húst pirosra.

A burgonyapüréhez főzzük meg a krumplit sós vízben, majd egy tojás és egy kis tejföl, plusz egy evőkanál vaj hozzáadásával rusztikusra törjük.

A rátéthez egy serpenyő aljában kevés olívaolajba rakjuk bele a sonkakcsíkokat és helyezzünk mellé apró szardellákat. Mikor a sonka pirulni kezd és kiengedi a zsíráját, a szardella pedig a hő hatására szétfoszlik, rakjuk a tetejére a madársalátát. Szórjuk meg apróra vágott friss bazsalikommal, locsoljuk meg körülbelül fél deci balzsamecettel és fedjük le egy percre, hogy megfonnyadjon a saláta.

A mártáshoz egy kisebb lábasban karamellizáljuk a nádcukrot és mikor már barnul, öntsük rá a fél deci konyakot és egy narancs levét. Adjunk hozzá 2 evőkanál narancsdzsemet, egy teáskanál mentadzsemet (vagy apróra vágott friss mentát) és főzzük simára. Ezzel a mártással végül tálalás előtt locsoljuk meg a kacsacombokat.



Farkasházi Réka desszertje

## Mandulás-csokis kuglóf, fagylalttal

2009-04-02



### Hozzávalók:

25 dkg vaj  
25 dkg cukor  
25 dkg liszt  
1 tasak vaníliás cukor  
1 tasak sütőpor  
4 tojás  
2 evőkanál rum  
1 teáskanál fahéj  
20 dkg apróra tört magas kakaótartalmú csokoládé  
125 g hámozott szeletelt mandula  
csokifagyi

### **Elkészítési mód:**

A vajat keverjük össze a cukorral, a vaníliás cukorral, a tojásokkal, a rummal és a fahéjjal. Adjuk hozzá a sütőporral elkevert lisztet. Keverjük bele a csokidarabkákat és a mandulát, majd öntsük a tésztát egy kivajazott formába. Előmelegített sütőben 160-170 fokon másfél órán keresztül süssük. Miután kihűlt, vegyük ki a formából és csoki fagyival (ízlés szerint díszítve) tálaljuk.

**Hajas Laci előétele**

## **Punk saláta fej, saláta tállal joghurtos dressinggel és sajt chipsszel**

2009-04-03



### **Hozzávalók:**

1 fejes káposzta  
lila káposzta  
fokhagyma  
fél liter joghurt  
mustár  
snidling  
kis méretű koktél paradicsom  
30 dkg trappista sajt  
pesto  
mozzarella sajt  
tonhallal töltött paradicsom  
sajttal töltött paradicsom  
sárgarépa  
kaliforniai paprika piros és sárga  
egy doboz rucola  
só  
bors

### **Elkészítési mód:**

#### **Joghurtos dressing:**

Tegyük bele a joghurtba az apróra vágott snidlinget, az 1-2 gerezd fokhagymát, egy teáskanál mustárt, a lapos evőkanál pestót és tetszés szerint sózzuk és borsozzuk meg.

#### **Sajt chips:**

A vékonyra szeletelt trappista sajtot két csepp olívaolajjal egy kikent tányérra helyezzük és rakjuk be a mikróba, ahol addig sütjük, amíg meg nem barnul a széle.

#### **Saláta:**

Vágjuk apró darabokra a negyed-negyed fej fehér és vörös káposztát, a kaliforniai paprikát és a rukkolát, majd reszeljük rá sárgarépát.

#### **Punk fej:**

A kis koktél paradicsomokat vágjuk félbe, tegyük közé mozzarella darabokat (előtte tetszés szerint pestóba mártjuk), majd szúrjuk fel fogpiszkálókra és szurkáljuk a félbe vágott káposztára. Ugyanezt tegyük a készen kapható sajttal vagy a tonhallal töltött paradicsommal is.

## Hajas Laci főétele

### Lucullusi spagetti bőségtál

2009-04-03



#### Hozzávalók:

##### **Paradicsomos ragu:**

nagyobb fűrtös paradicsom  
póréhagyma  
petrezselyem  
fokhagyma  
bazsalikom  
pesto  
olívaolaj  
só  
bors  
pármai sonka

##### **Aglío olio(csipős-fokhagymás):**

1 fej fokhagyma  
kaliforniai paprika  
chili paprika  
petrezselyem  
olívaolaj  
parmezán sajt

##### **Spenótos gorgonzolás:**

20-30 dkg spenót  
3-4 dl főző tejszín  
4-5 gerezd fokhagyma  
10-15 dkg gorgonzola sajt  
olívaolaj  
só  
bors  
dió  
spagetti

#### **Elkészítési mód:**

##### **Paradicsomos ragu:**

A forró vízbe áztatott paradicsomról húzzuk le a héját. A 2 csomag apróra vágott petrezselymet körülbelül fél dl olívaolajba lassú tűzön dinszteljük meg, majd dobjuk bele a szintén apróra vágott póréhagymát, a 2-3 gerezd szétpasszírozott fokhagymát és az apróra vágott 6-8 levél bazsalikomot. 1-2 perc után bele rakhatjuk a paradicsomot, a sót, a borsot és az egy evőkanál pestot is.

##### **Díszítés:**

Hajsütő vassal formázott pármai sonka.

##### **Aglío-olio:**

Vágjunk apróra fél kaliforniai paprikát, 1 fej fokhagymát, 3 csomag petrezselymet és tetszés szerinti mennyiségű chili paprikát. Az egészet egyszerre dobjuk bele a 2-3 dl forró olívaolajba.

##### **Díszítés:**

Krumplipucolóval szeletelt parmezán sajt.

##### **Spenótos-gorgonzolás:**

Körülbelül fél dl olívaolajba dobjuk bele az ujjnyi szélességre vágott spenótot, majd amikor összeesett, rakjunk rá 5-6 gerezd zúzott fokhagymát, sót, borsot és jöhet a tejszín. Forrás után rakjuk bele a gorgonzolát és kevergessük folyamatosan.

##### **Díszítés:**

Kávéskanállal formázott gorgonzola gombóc és reszelt dió.

**Hajas Laci desszertje****Tempurázott aszalt gyümölcsök eperrel**

2009-04-03

**Hozzávalók:**

6 db tojás  
ételkeményítő  
aszalt szilva  
datolya  
marcipán  
mandula  
amaretto  
fahéj  
7-8 dl olívaolaj  
fekete és fehér csoki

**Elkészítési mód:**

Az aszalt szilvát és a datolyát áztassuk be 2-3 órára amarettóba és szórjunk rá egy kávéskanál fahéjat. A szilvába töltsünk bele marcipánt, majd vegyük ki a datolya magját és helyette tegyük bele mandulát.

Készítsük el a tempurát, a hat tojás fehérjét verjük habosra, majd szórjunk bele ételkeményítőt, amíg tejfől sűrűségű nem lesz. A gyümölcsöket mártsuk bele és süssük ki a forró olívaolajban.

Olvasszunk fel körülbelül 20 dkg fekete csokit a mikróban, majd mártsuk bele az eper szemeket és locsoljuk meg a kisült gyümölcsöket. Reszelt fehér csokival díszítsük.

Janicsák István előétele

## Asszonyfogó Cézár saláta

2009-04-06



### Hozzávalók:

jégsaláta  
csirkemell  
mandula szeletek  
fűszerek  
olaj

### **Elkészítési mód:**

A jégsalátát felszeleteljük, kivágjuk a torzsáját. Tegyük rá a nagyobb saláta levelekre kis csíkokra vágott olajon grill fűszerrel, színes borssal megpirított csirkemellet. A tetejére pedig pirított mandula szeletek rakjunk, köré pedig majonézes tojássalátát.

Öntetként - Majonézes tojássaláta

### Hozzávalók:

majonéz  
tejföl  
olívaolaj  
camembert sajt  
trappista sajt  
füstölt sajt  
tojás  
bors

### **Elkészítési mód:**

Keverjük össze a majonézt és a tejfölt, majd rakjunk hozzá egy kis borsot és egy kis olívaolajt. Rakjunk hozzá nagy darabokra vágott camembert, trappista és füstölt sajtot és egy kemény tojást.

**Janicsák István főétele**

## **Veresi sajtos-tejszínes csirkemell**

2009-04-06



### **Hozzávalók:**

csirkemell  
trappista sajt  
füstölt sajt  
főző tejszín  
vaj  
liszt

### **Elkészítési mód:**

A csirkemell darabokat vágjuk kisebb szeletekre. Majd sózzuk meg és forgassuk meg egy tál lisztben. Vajazzunk ki egy tepsit, tegyük bele a csirkemell szeleteket, majd öntsük rá a lereszelt sajtokat úgy, hogy lefedjék a húst.

Ezután öntsük fel tejszínnel és addig süssük alufólia alatt, míg a hús meg nem puhul. Majd süssük egy kicsit fólia nélkül is, hogy megpiruljon a sajt teteje.

### **Bográcsban buggyantott zöldségek**

### **Hozzávalók:**

cukkini  
padlizsán  
kaliforniai paprika  
paprika  
paradicsom  
póré hagyma  
só  
bors  
görög bazsalikom  
koriander  
olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

A zöldségeket tisztítsuk meg, aprítsuk fel és fűszerezzük meg, majd szedjük le a paradicsom héját. A bográcsban levő felforrósított olívaolajba rakjunk zöldségeket, először a cukkinit, majd a többi. Lassan kevergetve addig süssük, amíg a zöldség levet nem ereszt és nem bugyog.

**Janicsák István desszertje**

## **Falusi almáspite**

2009-04-06



### **Hozzávalók:**

pite tészta  
barack lekvár  
zsemle morzsa  
reszelt alma  
tojás sárgája  
fahéj  
cukor  
vaníliás cukor  
liszt

### **Elkészítési mód:**

Az összekevert tésztát osszuk kétfelé és tegyük az egyik lapot kiolajozott, kilisztezett tepsibe. Rakjunk rá egy réteg baracklekvárt, zsemlemorzsát és egy reszelt almát, amit fahéjjal és cukorral összekevertünk. Majd ezután rátehetjük az egy réteg zsemlemorzsát és a tészta másik felét. A tetejét kenjük le tojássárgájával. Ha kihűl, szeleteljük fel és a tetejét hintsük meg vaníliás cukorral.

Ábel Anita előétele

## Mediterrán ízelítők

2009-04-07



### Hozzávalók:

#### 1. fokhagymás-feta olívával

### Hozzávalók:

feta sajt  
1 kaliforniai paprika  
2 gerezd fokhagyma  
metélő hagyma  
lila hagyma  
pici bors  
olívaolaj

### Elkészítési mód:

A fetát feldaraboljuk vagy kézzel összetörjük és egy tálkába rakjuk, majd hozzá tesszük a felkockázott kaliforniai paprikát, a két gerezd fokhagymát, amit négy darabba vágunk. Ezeket megborsozzuk, picit összekeverjük és megöntözzük olívával úgy, hogy ellepje. Megszórjuk metélő hagymával, picit megkeverjük és a tetejére 4-5 karika lila hagymát teszünk. Hűtőbe rakjuk és egy óra után tálalhatjuk.

#### 2. caprese

### Hozzávalók:

1 csomag mozzarella  
5 db paradicsom  
1 csomag rucola  
olívaolaj  
bazsalikom  
oregáno  
pici bors

### Elkészítési mód:

A ruccolát átmoszuk és egy tálkába tesszük, a paradicsomot és a mozzarellát rétegesen rávágjuk, aztán rászórjuk ízlés szerint az oregánót és a borsot, majd megöntözzük olívával és a tetejére friss bazsalikomot vágunk.

#### 3. pármai sonka sárgadinnyével

### Hozzávalók:

1 közepes sárgadinnye  
40dkg pármai sonka

### Elkészítési mód:

A dinnyét nagy szeletekre vágjuk és rátesszük a sonkát.



István Dániel előétele

## Mozzarella pármai sonkába tekerve

2009-04-07



### Hozzávalók:

5 ökölnyi nagyságú mozzarella  
pármai sonka  
szárított bazsalikom  
bazsalikomos olíva  
fűgés balzsamecet  
paradicsom

### **Elkészítési mód:**

A sajtokat óvatosan beletekerjük a pármai sonkába, majd kettévágjuk. A két félből háromszöget formálunk, az üres helyre pedig paradicsom szeletet ékelünk. Megszórjuk bazsalikommal és megöntözzük ízlésesen az ecettel és az olajjal.

Ábel Anita főétele

## Tagliatelle al dente spenóttal

2009-04-07



### Hozzávalók:

1 doboz tagliatelle tészta  
 3-4 fej vöröshagyma  
 750 g spenót (lehetőleg ne pépes)  
 50 dkg egyben tarja  
 4 gerezd fokhagyma  
 worcestershire szósz  
 3 doboz főző tejszín  
 só  
 bors  
 olívaolaj  
 vegeta  
 2 csomag parmezán  
 1 teáskanál vaj vagy margarin

### **Elkészítési mód:**

A hagymát apróra vágjuk, majd egy kicsit üvegesre pírítjuk egy kevés olívaolajon. Hozzáadjuk a felkockázott tarját és egy picit összesütjük. Majd meglocsoljuk a worcestershire szósszal és rásütjük. Hozzáadjuk a spenótot és a fokhagymákat, majd közepes lángon egy picit egybe főzzük. Ezután még fokozatosan hozzáadjuk a tejszínt úgy, hogy ellepje, majd megsózzuk, megborsozzuk és egybe ronttyantjuk.

A tésztát olívás-vegetás vízbe tesszük és körülbelül 5 percig főzzük, majd ha kész leöntjük róla a vizet, vaját rakunk rá és körülbeül 1 percig lefedve hagyjuk és csak utána tálaljuk, így lesz „al dente”, azaz picit kemény.

Fontos, hogy a tésztát ne keverjük össze a szósszal, inkább külön szervírozzuk, így a tetejére tehetünk ízlés szerint parmezánt is.

Ábel Anita desszertje

## Szőlős dobálos pite

2009-04-07



### Hozzávalók:

30 dkg liszt  
30 dkg cukor  
3 db tojás  
1 csomag vanília  
10 dkg vaj  
1 csomag sütőpor  
2,5 dl tej  
50 dkg magnélküli szőlő

### **Elkészítési mód:**

A vajat egy keverő tálban habosra keverjük a cukorral, hozzáadjuk a tojásokat, a vaníliát, majd a lisztet, a sütőport és a tejet. Finomabb a sütemény, ha egy kis reszelt citromhéjat és citromlevet is keverünk bele.

A tésztát kivajazott és liszttel megszórt közepes méretű tepsibe öntjük és jól elsimítjuk.

A magnélküli szőlőt lisztbe forgatjuk, majd rászórjuk a tészta tetejére. Kristálycukorral és őrölt fahéjjal szórjuk meg. Előmelegített sütőben 140-150 fokon körülbelül 30-35 percig süssük. Érdemes fogvájóval sütéspróbát csinálni, ezért szúrjuk bele a tésztába, és ha már nem ragad rá akkor biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

Vanília fagylalttal tálaljuk.

István Dániel főétele

## Sertés karaj vörösborosan aszalt gyümölcsökkel

2009-04-08



### Hozzávalók:

10 szelet csontozott sertés karaj  
márvány sajt  
aszalt szilva, esetleg egyéb aszalt gyümölcsök  
3-4 dl száraz minőségi vörösbor

### **Elkészítési mód:**

Sima tepsibe rakjuk a karajokat, rászórjuk a fél zacskó aszalt szilvát, majd a kezünkkel rámorzsoljuk a márványsajtot. Mindezt minőségi száraz vörösborral felöntjük úgy, hogy a húsokat a bor ellepje. Sütőben 200 fokon addig sütjük, amíg a hús meg nem puhul és el nem fő a bor.

István Dániel desszertje

## Túrós kifli

2009-04-08



### Hozzávalók:

10-12 db száraz kifli  
1 liter tej  
fél kg túró  
1 nagy pohár tejföl  
vaníliás cukor  
mazsola  
porcukor  
2 tojás sárgája

### **Elkészítési mód:**

A kifliket lekarikázzuk, majd meleg tejjel leöntjük úgy, mintha mákos gubát készítenénk. Kivajazunk egy sütő tálat, majd egy rétegben a kiflit elhelyezzük benne. Közben a túró összekeverjük a mazsolával és a vaníliás cukorral, ízlés szerint még tehetünk bele porcukrot is. Pici tejjel felöntve összekeverjük, majd a kapott masszát szépen rákenjük a sütőben az egyik kifli sorra. Aztán a maradék leöntött kiflit újból ráhelyezzük a túrós rétegre. A tetejére kenjük a nagy pohár tejfölt, majd 200 fokon 20-30 percig sütjük, amíg a tejföl kicsit meg nem pirul.

Falusi Mariann előétele

## Thai kókuszos csirkeleves

2009-04-09



### Hozzávalók:

20 dkg csirkemell filé  
1 doboz (400 ml) kókusztej  
1 kis fej vöröshagyma  
3 szál újhagyma  
1 evőkanál curry fűszerkeverék  
2 evőkanál olívaolaj  
1 db paradicsom  
1 csokor friss korianderlevél  
1 db csirkeleves kocka  
darált bors  
só

### **Elkészítési mód:**

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy kisebb fazékban, majd adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát. Pároljuk pár percig, míg üveges nem lesz, majd szórjuk rá a curry fűszerkeveréket, keverjük jól össze, hogy a fűszerkeverék a forró zsiradékban jól kioldódjon. Tegyük bele a vékony, ujjnyi csíkokra felvágott csirkehúst, fűszerezzük kevéske darált borssal, összevágott korianderlevéllel, majd adjuk hozzá a leveskockát. Ezután ízesítsük sóval, majd kis lángon pároljuk pár percig. Ha már a pároló lé kezd elfőni, öntsünk rá a kókusztejet és körülbelül a félliternyi vizet. Főzzük 10-15 percig, majd ha a hús megpuhult, tegyük hozzá a kockára felvágott paradicsomot és a felkarikázott újhagymát. Azonnal tálaljuk leveses tálakba, melléje egy-egy szelet kenyeret kínáljunk.

**Keleti Andrea előétele**

## **Színes trópusi saláta, meleg spárgaöntettel**

2009-04-09



### **Hozzávalók:**

1 csomag vegyes tépősaláta levél  
1 csomag spárga  
fél darab ananász  
csipetnyi fehérbors  
1 pohár tejföl  
csipetnyi fehérbors  
1 db zöldségleves kocka  
3 evőkanál liszt  
só  
10 dkg feta sajt  
20 dkg bacon szalonna

### **Elkészítési mód:**

Spárgák szárait apróra feldarabolva sós vízben megfőzzük, fehérborssal, leveskockával és sóval ízesítjük, majd tejfölös habarással besűrítjük, kicsit sűrűbbre, mint ha levest készítenénk. A kész levest turmixgépben pürésítjük.

A spárgák fejét forrásban lévő sós vízben főzzük egy percre, majd leszűrjük. A spárgafejeket kettésével betekerjük bacon szalonnával úgy, hogy közé feta sajt darabokat rejtünk. Az egészet felhevített serpenyőben pirosra sütjük.

A megmosott salátákat rakjuk a nagy tányérok közepére, szórjuk meg falatnyi darabokra felvágott ananásszal, majd csorgassuk meg spárgás szósszal. Tetejére a megsütött töltött spárgafejeket rakjuk.

Falusi Mariann főétele

## Cékla rizottó

2009-04-09



### Hozzávalók:

500 g cékla  
 3 evőkanál hidegen sajtolt olívaolaj  
 1 fej vöröshagyma  
 2 gerezd fokhagyma  
 30 dkg rizottórizs  
 1,2 liter zöldség alapleves  
 só  
 darált bors  
 1 csokor zöldpetrezselyem  
 12 dkg lágyabb kecskesajt  
 50 g vaj

### **Elkészítési mód:**

A céklákat mossuk meg alaposan, majd sós vízben főzzük puhára. Tisztítsuk meg és vágjuk apró kockákra.

Egy nagy lábasban hevítsük fel az olívaolajat, tegyük bele az apróra vágott vöröshagymát és a fokhagymát, majd pároljuk pár percig.

Tegyük hozzá a rizottórizst és az alapleves egyharmadát, állandó kevergetés mellett kezdjük el főzni. Amikor elfőtt a leve, adjunk hozzá egy keveset az alaplevesből. Kóstoljuk meg a rizsszemeket, és ha nem elég puhák, akkor a leírt mennyiségű folyadék mellett egy kevés vizet is adjunk hozzá.

Keverjük bele az összekockázott céklát és pár percig forraljuk össze. Morzsoljuk rá a friss vaját, majd óvatosan keverjük bele.

Tálaláskor szórjuk rá a friss kecskesajtot és az összevágott petrezselyem zöldet. Akkor a legfinomabb, ha a rizottónk folyós, mint egy főzelék.

Kitűnő húsnélküli étel, de sült csirkével és grillezett hallal is fogyasztható.



**Keleti Andrea főétele**

## **Ropogósra süttött kacsapecsenye**

2009-04-09



### **Hozzávalók:**

2 kacsamell  
3 db alma  
csipetnyi majoránna  
1 fej vöröshagyma  
1 fej fokhagyma  
3 dl száraz vörösbor

### **Elkészítési mód:**

Reszeljük le a fokhagymát és a vöröshagymát egy kis lábasban, majd öntsük rá a vörösbort. Kis lángon főzzük körülbelül öt percig, vegyük le a tűzről és hagyjuk kihűlni. Tegyük bele a kacsamelleket és legalább egy napig érleljük a hűtőben.

Sütés előtt éles késsel szúrjuk fel a kacsamell húsát, majd töltsük meg a meghámozott és a feldarabolt almákkal. Tegyük egy tepsibe, csorgassuk meg olívaolajjal, öntsük rá a páclét, szórjuk meg majoránnával, ízesítsük sóval és fedjük le alufóliával. Közepes hőmérsékleten addig süssük, míg a kacsamell porhanyós nem lesz.

Tálaláskor szeleteljük fel, rakjunk mellé krumplipürét, sült almát és karamellizált gyümölcsöket.

Falusi Mariann desszertje

## Citrus torony

2009-04-09



### Hozzávalók:

2 db rózsaszín grapefruit  
2 db sárga grapefruit  
4 db narancs  
4 db mandarin  
1 dl limonchelló likőr  
fél maréknyi pisztácia

### **Elkészítési mód:**

Hámozzuk meg a gyümölcsöket úgy, hogy a fehér bőrét is vágjuk le róla, majd szeleteljük ujjnyi vastagságúra. A tányéron egymás fölé rakjuk a szeleteket, de úgy, hogy a szélesebb szeletek kerüljenek alulra és majd a keskenyebbekkel folytassuk, hogy az egész tornyot alkosson.

Csorgassuk meg az egészet a likőrrel, majd szórjuk meg a felaprított pisztáciával.

**Keleti Andrea desszertje**

## **Rizsfelfűjt**

2009-04-09



### **Hozzávalók:**

35 dkg rizs  
5 db tojás  
10 dkg vaj  
1 csomag vaníliás cukor  
1 liter tej  
10 dkg cukor  
fél marék mazsola  
egy csipetnyi só

### **Elkészítési mód:**

Öntsük a tejet egy lábasba, tegyük bele a rizst, sóval, vaníliás cukorral és cukorral ízesítsük. Hozzáadhatjuk a mazsolát is, mert a forró tejben még jobban megpuhul majd. Lassú tűzön állandóan kevergetve addig főzzük a szemeket, még puhák nem lesznek. Ha elkészült, még melegen keverjük bele a margarint és a tojások sárgáját. A fehérjéket verjük fel keményre és a langyosra hűlt rizshez keverjük hozzá óvatosan.

Kenjünk ki vajjal és szórjunk meg liszttel egy közepes méretű tepsit, majd öntsük bele a masszát. Előmelegített sütőben 140-150 fokon 40-45 percig süssük.

Ha kissé kihűlt, kockázzuk fel és tálaljuk nagy tányérra, szórjuk meg porcukorral és csorgassuk meg baracklekvárral.

Südi Iringó előétele

## Trópusi gyümölcsleves sárgadinnyében tálalva

2009-04-14



### Hozzávalók:

#### **Friss gyümölcsök:**

ananász

sárgadinnye

kivi

narancs

mandarin

főzőtejszín

mangó juice

főzés nélküli pudingpor

#### **Elkészítési mód:**

Meghámozzuk a friss gyümölcsöket, majd apró darabokra vágjuk. Összeöntjük egy nagy tálba és összekeverjük a főzőtejszínt a mangó juice-szal és a pudingporral. Ezután csomómentesre turmixoljuk. Ha kész, hozzáadjuk a gyümölcsöket és hűtőbe tesszük, hogy összeérjenek. Ha kellően lehűlt, akkor a kettévágott és kibelezett dinnyecsészékbe tálaljuk.

**Südi Iringó főétele**

**Pármai sonkába göngyölt, pácolt csirkemell,  
zöldségbatyuval Rakletten sütve**

2009-04-14

**Hozzávalók:**

csirkemell  
szárnyasokhoz fűszeres grill pác  
mustár  
olívaolaj  
natúr joghurt  
banán levél  
pármai sonka  
gomolya sajt  
paradicsom  
ananász  
friss zöldségek  
karalábé  
sárgarépa  
cukkini

**Elkészítési mód:**

Fűszeres grill páchoz öntsünk egy kis olajat és egy nagy kanál mustárt, majd jól megforgatjuk benne a gyerektenyér nagyságúra vágott csirke darabokat. Ezután megkenjük joghurttal, betekerjük a sonkába, és betesszük a hűtőbe. A zöldségeket apró darabokra vágjuk, és beletesszük a jól megmosott és felgőzölt banán levélbe. Teszünk rá egy kis vegetát és egy kicsi vaját, majd ügyesen becsomagoljuk kis batyu formájúakra. Betesszük az előmelegített sütőbe körülbelül 30 percre. Addig előkészítjük a Raklett lapátkáit, a paradicsomot tesszük alulra, rá egy bazsalikom ágat és a tetejére zárásként a gomolya sajtot. Óvatosan meglocsoljuk egy kis olívaolajjal. Ananászokat karikázunk, amik tetejére egy pici vaját teszünk, hogy jobban megsüljenek. Ha mindennel elkészültünk, már csak a Raklettre kell szépen ízlésesen felpakolni az előre elkészített finomságokat.

**Südi Iringó desszertje****Eper fagyi**

2009-04-14

**Hozzávalók:**

epres joghurt  
sok friss eper  
porcukor  
főzés nélküli pudingpor  
főzőtejszín

**Elkészítési mód:**

Turmixgépbe beletesszük az összes alapanyagot, összeturmixoljuk, és utána már csak a gépen múlik minden. Ha szerencsénk van és az idő is elég, akkor a fagyi is összeáll, kanalazható állagúra.

Nádas György előétele

## Lestyános kukoricakrémleves

2009-04-15



### Hozzávalók:

4 cső kukorica  
2 szál sárgarépa  
1 evőkanál vaj  
1 gerezd fokhagyma  
4 dl tej  
2 evőkanál keményítő  
só  
őrölt bors  
1-1 csokor lestyán és petrezselyemzöld  
5-6 szem egész bors

### **Elkészítési mód:**

Csomagoljuk ki a kukoricákat a csuhéból, majd egy éles késsel vágjuk le a szemeket. A csutkákat törjük ketté, majd tegyük egy fazékba. Adjuk hozzá az egyik felszeletelt sárgarépát, pár szál lestyánt és a petrezselyem zöldjét. Sóval és pár szem egész borssal ízesítsük. Öntsük fel vízzel és főzzük legalább tíz percig.

Egy fazékban forrósítsuk fel a vajat, adjuk hozzá finomra összezúzott fokhagymát, majd pároljuk egy percig. Tegyük bele a kukoricaszemeket és a másik felvágott répát is. Sóval, összevágott lestyánnal és őrölt borssal ízesítsük. Pároljuk legalább tíz percig, majd öntsük fel a kukoricacsutkás alaplével. Főzzük még öt percig és utána öntsük bele a tejet.

Forraljuk ki jól, majd kézi mixerrel pürésítsük. Finomlyukú szitán passzírozzuk át és még forrón kis leveses tálakba tálaljuk. Tetejét frissen összevágott lestyánnal díszíthetjük.

Nádas György főétele

## Nádas Gyuri pulykamellfiléje, gombaábrándokkal

2009-04-15



### Hozzávalók:

4 db tenyérnyi pulykamell  
 1/2 l tej  
 1 gerezd fokhagyma  
 2 fej vöröshagyma  
 25 dkg champion gomba  
 2 dl száraz fehér bor  
 15 dkg reszelt sajt  
 világos vagy dijoni mustár  
 rozmaring  
 kakukkfű  
 bazsalikom  
 só  
 fehérbors  
 babérlevél  
 liszt

### **Elkészítési mód:**

A fokhagyma felét apróra vágjuk, s a tejbe aprítjuk, majd belehelyezzük a 4 lecsontozott pulykamellet és a hűtőben 2-3 óráig állni hagyjuk. Közben a vaját alufix edényben felhevítjük, majd a fenti idő elteltével a pulykamelleket megpirítjuk benne úgy, hogy csak a külseje piruljon meg, ezután a pulykamelleket félrerakjuk.

A kockára vágott vöröshagymát és a maradék fél fokhagymát vajban üvegesre pirítjuk, majd hozzátesszük a fűszereket (bazsalikom, kakukkfű, rozmaring, babérlevél), s ezt körülbelül 8-10 percig lefedve lassú tűzön pirítjuk.

Ezután apró kis kockára vágjuk a meghámozott gombát és hozzátesszük a hevülő fűszerekhez. Mikor már levet eresztett a gomba, akkor megszórjuk fehérborssal és sóval ízesítjük.

Ezután ízlés szerint hozzáadjuk a mustárt, majd kevergetve besűrítjük liszttel a mártást, lefedve körülbelül 4-5 percig lassú tűzön hagyjuk, majd felöntjük a fehérborral, s ismét körülbelül 4-5 percig lassú lángon, fedő alatt hagyjuk. Ezután a kivajazott tepsibe helyezzük egymás mellé a pulykahusikat, utána nyakon öntjük a gombás mártással és a tetejét megszórjuk a reszelt sajttal. Előmelegített sütőben 150 C fokon körülbelül 15-20 percig aranybarnára sütjük.



**Nádas György desszertje**

**Tökös, mákos, meggyes- batyu, vaníliaöntettel**

**2009-04-15**

A desszert receptje titkos.



**Dobrády Ákos előétele**

## **Cukkini - pesto leves**

2009-04-16



### **Hozzávalók:**

500 g cukkini  
5 dl zöldségleves (vagy 1 db zöldségleves kocka és víz)  
1 db burgonya  
1 csokor friss bazsalikom  
1 evőkanál pestó  
2 evőkanál olívaolaj  
5 dl tej  
1g fokhagyma  
só  
bors  
őrölt szerecsendió  
fél maréknyi dió

### **Elkészítési mód:**

A cukkinit mossuk meg jól, majd vágjuk karikákra. Olívaolajban fonnyasszuk meg az összevágott fokhagymát és adjuk hozzá a felszeletelt cukkinit és a meghámozott, összekockázott burgonyát. Sózzuk és borsozzuk meg, majd lefedve pároljuk körülbelül 5 percig. Öntsük fel tejjel és a zöldséglével, adjuk hozzá a pestót, a diót és a bazsalikomot, majd 2-3 percig főzzük. Mixerrel pürésítjük, hűtsük le jól és jéghidegen tálaljuk.

**Dobrády Ákos főétele**

## **Chili con carne**

2009-04-16



### **Hozzávalók:**

2 fej vöröshagyma  
4 gerezd fokhagyma  
1 dkg marha felsál vagy lapocka  
2 csomag chili fűszerkeverék mexikói ételekhez (nem azonos az őrölt chili paprikával)  
4 evőkanál extra szűz olívaolaj  
2 db hámozott paradicsomkonzerv  
15 dkg vörösbab  
1 teáskanál őrölt római kömény  
1 teáskanál oregánó  
só  
darált bors  
chili paprika  
4 evőkanál sűrített paradicsompüré

### **Elkészítési mód:**

A babot előző este be kell áztatni. Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy lábasban, majd tegyük bele az összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Szórjuk rá az őrölt római köményt és pároljuk addig, míg a hagyma meg nem pirul. Tegyük bele a darált marhahúst, majd addig pároljuk, míg a saját leve el nem fő és a húsdarabok pirulni nem kezdenek. Tegyük bele a babot, a felkockázott paradicsomot a levével együtt. Fűszerezzük chili fűszerkeverékkel, darált borssal, oregánóval és chili paprikával, majd ízesítsük sóval. Lassú tűzön addig pároljuk, amíg a bab puha nem lesz. Ha szükséges, a párolólevet vízzel pótoljuk. A vége felé tegyük hozzá a paradicsompürét és főzzük még vele negyed órán keresztül.

Dobrády Ákos desszertje

## Csokoládés-céklás sütemény

2009-04-16



### Hozzávalók:

3/4 pohár liszt  
1/2 teáskanál szódabikarbóna  
1 csipet só  
1/2 pohár cukor  
3 db tojás  
fél pohár étolaj  
1/2 pohár reszelt főtt cékla  
1 tábla keserű csoki  
1 csomag vaníliás cukor

### **Elkészítési mód:**

A méréshez használt pohár űrtartalma 250 ml.

Vízgőz felett egy kis edényben olvasszuk fel a csokoládét. Egy edényben keverjük össze a lisztet, a sót és a szódabikarbónát.

Másik keverőedénybe tegyük bele a tojásokat, a cukrot és az olajat. Habverővel keverjük körülbelül két percig, majd keverjük hozzá a megfőzött és lereszelt céklát, az olvasztott csokoládét és a vaníliás cukrot. Utána óvatosan dolgozzuk bele a lisztes keveréket. Jól kiolajozott és liszttel meghintett közepes méretű tepsiben 150 fokon legalább 25-30 percig süssük. Mielőtt kivennénk a sütőből, célszerű fogvájóval sütéspróbát végezni. Ha a tésztába szúrt fogvájóra már nem ragad a sütemény tésztája, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a süteményünk. Hagyjuk kissé kihűlni, majd vágjuk kockára, tetejét porcukorral hintsük meg. Sűthetjük muffin sütőformában is.

Szily Nóra előétele

## Mediterrán paradicsomleves

2009-04-17



### Hozzávalók:

1 fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
3 sárgarépa  
3 fehérrépa (lehetőleg zsengék)  
1 kisebb zeller  
pár levél friss bazsalikom  
2 hámozott olasz paradicsomkonzerv  
só  
bors  
1 evőkanál cukor  
néhány szelet kenyér  
chedar sajt

### **Elkészítési mód:**

Olívaolajon üvegesre pirítjuk a kockára vágott hagymát. Hozzáadjuk a felaprított, karikára vágott zöldségeket, és pároljuk. A hámozott paradicsommal együtt főzzük puhára, majd pépesre turmixoljuk egy botmixerrel. Közben kóstolgatva lehet fűszerezni! Mellé cheddaros pirítóst lehet kínálni, de ha a tetejét parmezánnal megszórjuk, úgy is finom!

Szily Nóra főétele

## Ráknyárs pestos farfalle tésztával, salátával

2009-04-17



### Hozzávalók:

fejenként 4db 16-20-as méretű rákfarkok  
1 gerezd fokhagyma  
grill fűszersó  
koriander

### **Pesto:**

fél deci olívaolaj  
2 gerezd fokhagyma  
fél marék fenyőmag  
1 marék friss bazsalikom levél  
5-6 dkg parmezán  
só  
bors  
farfalle tészta  
néhány szelet színes kaliforniai paprika  
madársaláta  
ruccola saláta  
díszítéshez néhány koktélpáradicsom

### **Elkészítési mód:**

A megpucolt rákfarkakat leöntjük olívaolajjal, megszórjuk a fűszersóval, friss korianderrel és az összeaprított fokhagymával – hagyjuk pácolódni, majd pálcára fűzve serpenyőben sütjük készre, ami néhány perc csupán!

A pestohoz a hozzávalókat egyszerűen összeturmixoljuk, a lényeg, hogy jó sűrű legyen – közben érdemes kóstolgatni.

A tésztát sós vízben félpuhára főzzük, majd olívaolajon az apróra vágott kaliforniai paprikával összeforgatjuk, és a tálalás előtt a pestot is hozzáadjuk. (Kis pestot tegyünk félre, mert azzal díszíthetjük a tányért.)

A salátához egy-egy adag madársalátát és ruccolát nyakon öntünk olívaolajjal, kis balzsamecettel, sóval, frissen őrölt borssal ízesítjük, és néhány félbe vágott koktélpáradicsommal tálaljuk.

Szily Nóra desszertje

## Túró mousse- Ricotta mousse

2009-04-17



### Hozzávalók:

25 dkg fehér csoki (bármelyik táblás jó)  
 35 dkg ricotta (olasz túró)  
 4 tojás sárgája  
 4 tojás fehérje  
 15 dkg kristálycukor  
 3 dl tejszín  
 30 dkg fagyasztott málna  
 pici málnaecet  
 3 evőkanál méz  
 2 szál friss kakukkfű

### **Elkészítési mód:**

Felolvasztjuk a fehér csokit. A tojások sárgáját habosra keverjük 5 dkg cukorral, a fehérjét pedig felfeverjük 10 dkg cukorral. Felfeverjük a tejszínt is és a ricottát áttörjük. A megolvadt csokiba mindezeket egymás után belekevergetjük. Pici citromhéj vagy vaníliás cukor mehet bele ízesítőként – de nem muszáj. Hűtőben picit még szilárdulhat a tálalásig.

Málnaszós: (néhány szemet tegyünk félre a díszítéshez, ha friss van, még jobb). A málnát a hozzávalókkal megfőzzük (víz nem kell bele), majd kivesszük a kakukkfűvet és a mártást botmixeljük, szűrőn átcsorgatjuk, hogy megszabaduljunk a magocskáktól.

Kis gombócokat formálunk egy fagyiskanállal vagy habnyomóval a tányérra, mellé málnamártást csorgatunk, és néhány szem málnával csinosítjuk.

**Dombovári Vanda előétele**

## **Sültpaprika krémleves**

2009-04-20



### **Hozzávalók:**

7 pritamin (vagy piros kaliforniai) paprika  
2 evőkanál olaj  
3 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
2 evőkanál friss gyömbér  
1 teáskanál köménymag  
5 db sárgarépa  
2 teáskanál cukor  
425 g paradicsompüré  
6 dl víz  
300 ml tejszín  
só  
fehér bors

### **Elkészítési mód:**

A piros paprikákat 250 fokos sütőben 10-15 percig sütjük, majd a sütőből kivéve a paprika héját lehúzzuk és magházát eltávolítjuk. Forró olajban a hagymákat, gyömbért és fűszermagokat megpirítjuk.

Hozzáadjuk a felkarikázott sárgarépát és paprikahúst. Sóval, fehér borssal ízesítjük, majd puhára pároljuk.

Felöntjük vízzel vagy zöldséglevessel, majd hozzáadjuk a paradicsompürét és a végén megcukrozzuk. Legalább 15-20 percig főzzük.

Botmixerrel pürésítjük, egy szitán pedig átpasszírozzuk. A végén tejszínnel dúsítjuk.



**Dombovári Vanda főétele**

## **Tárkonyos borjúpörkölt**

**2009-04-20**



### **Hozzávalók:**

borjúcomb  
4 fej vöröshagyma  
1-2 gerezd aprított fokhagyma  
pirospaprika  
erős pista  
paradicsom  
fehér paprika  
só  
2 dl húsleves  
egy csipetnyi tárkony  
majoranna

### **Elkészítési mód:**

Borjúcomb apró kockákra vágva tetemes mennyiségű vöröshagymában sokáig párolunk, hogy a szaft jó sűrű legyen. Rakhatunk még bele 1-2 gerezd aprított fokhagymát is. Üvegesedés után meghintjük jófajta pirospaprikával és egy kis erős pistával. Vízzel dúsítjuk, majd friss paradicsomot, fehér paprikát teszünk bele. Utána egy kis sót és egy csipetnyi tárkonyt is beletehetünk, majd egy kevés majorannát.

**Dombovári Vanda desszertje**

## **Aszalt szilvával töltött piskóta, fahéjas vaníliás szósszal**

2009-04-20



### **Hozzávalók:**

8 tojás  
vaníliacukor  
liszt  
fahéj  
vaníliarúd  
tej

### **Elkészítési mód:**

Piskótatésztát a klasszikus módon kikeverjük, majd a tortaformába öntött masszába belehelyezzük, majd utána az aszalt szilvákat is. Megsütjük, majd tálaláskor a frissen megfőzött, s némi fahéjjal meghintett vaníliaszósszal leöntve tálaljuk.

**Debreczeni Zita előétele**

## **Miszo leves**

**2009-04-21**



### **Hozzávalók:**

póréhagyma  
vörös miszo paszta  
szárított alga  
tofu

### **Elkészítési mód:**

Egy liter vízben két evőkanál miszo pasztát kikeverünk és felforralunk, egy kevés vékonyra vágott póréhagymát (újhagymát, lilahagymát), továbbá vakamét beleszórunk és chilivel vagy borssal ízesítjük. Ha felforrt a leves, vegyük le a tűzről és keverjük hozzá a tofut és a szárított algát.

Debreczeni Zita főétele

## Sushi

2009-04-21



### Hozzávalók:

kerek szemű (rizottó) rizs  
 rizs-ecet  
 szárított nori-lapok (papírvékony algalapok)  
 wasabi (zöld színű japán torma)  
 shoyu (japán szójaszósz)  
 gari (ecetben eltett gyömbérszeletek)  
 wakegi (újhagyma)  
 nyers hal

### **Elkészítési mód:**

Helyezzünk egy ív norit a bambusztekercsre. Nedvesítsük be a kezünket és tegyünk 2-3 evőkanál sushi rizst a nori lap közepére. Kenjük szét rajta egyenletesen, de hagyjunk kb. 1-1,5 centiméternyi helyet a nori lap alján és tetején üresen a feltekerés miatt. Tegyük a sushi rizsre a zöldséget vagy a hússzeleteket hosszanti irányba (aki szereti a wasabit, akkor ő azt is rakhat bele). Ezután kezdjük el feltekerni a bambusz lap segítségével a norit. Figyeljünk arra, hogy a sushi rizs mindkét vége szorosan le legyen zárva. Miközben óvatosan feltekertük, kicsit préseljük meg a tekercset, hogy ne essen szét a készülő sushi tekercs, de ügyeljünk rá, hogy ne nyomjuk szét. Miután ez megvan, távolítsuk el a bambuszt és óvatosan nyomkodjuk szét a sushi-t a hosszanti végein, majd tekerjük fel. Ha kész, vegyünk elő egy nedves kést és szeleteljük fel vele a sushi rudakat arányosan egyenlő szeletekre. Vigyázzunk arra, hogy a késsel egyenesen lefele szeljük és ne fűrészelve vágjunk, mert akkor széthullhat vágás közben a sushi.

**Debreczeni Zita desszertje**

## **Sült banán**

**2009-04-21**



### **Hozzávalók:**

tempera liszt  
banán  
tojás  
olaj

### **Elkészítési mód:**

Keverjük össze a lisztet egy kevés vízzel, majd adjunk hozzá egy tojássárgáját.  
Hempergessük meg benne a banánt és süssük meg olajban, majd a végén öntsük le mézzel.

Vágó István előétele

## Körtés spenótlevés

2009-04-22



### Hozzávalók:

2 evőkanál vaj  
15 centis darab póréhagyma  
2 db körte  
4 pohár zöldséglevés  
1 db burgonya  
300 gr spenót  
175 ml tejszín  
só  
őrölt bors  
fél marék pirított dió

### **Elkészítési mód:**

Egy fazékban forrósítsuk fel a vaját, majd pároljuk meg benne a felkarikázott póréhagymát. Öntsük fel a zöldséglevessel, ha nincs, akkor vízzel és zöldséglevés kockával. Tegyük bele a megtisztított és feldarabolt burgonyát, spenótot és a körtét. Fűszerezzük őrölt borssal és sóval. Főzzük 10-15 percig, majd dúsítsuk tejszínnel és a végén kézi mixerrel pürésítsük. Tálaljuk csészékben és a tetejére szórjunk pirított diót.

Vágó István főétele

## Tormás csirkemell almával és újhagymával

2009-04-22



### Hozzávalók:

2 evőkanál friss reszelt torma  
1 db csirkemell filé  
1 evőkanál olívaolaj  
fél evőkanál étkezési keményítő  
2 szál újhagyma  
2 db savanykás alma  
fél citrom leve  
só  
darált bors  
őrölt szerecsendió  
2 dl tejszín

### **Elkészítési mód:**

Vágjuk fel a csirkemellet ujjnyi csíkokra, majd tegyük egy kis tálba, szórjuk rá az étkezési keményítőt és keverjük jól össze.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a csirkehúst és erős lángon süssük addig, míg a hús pirulni nem kezd. Fűszerezzük kevéske darált borssal, csipetnyi őrölt szerecsendióval és sóval. Tegyük hozzá a kimagozott és kisebb kockákra felvágott almát (nem szükséges meghámozni), és a felkarikázott újhagymát. Egy-két percig forrósítsuk össze, majd utána öntsük rá a tejszínt, a citromlevet és tegyük bele a tormát. Forraljuk jól össze és azonnal tálaljuk párolt rizszel, zöldségekkel vagy krumplipürével.

Vágó István desszertje

## Cukkinis sütemény

2009-04-22



### Hozzávalók:

25 dkg kristálycukor  
2 db tojás  
1 dl olívaolaj  
15 dkg liszt  
6 dkg búzadara  
3 evőkanál búzacsíra  
fél csomag sütőpor  
10 dkg dióbél  
50 dkg cukkini  
fél citrom reszelt héja

### **Elkészítési mód:**

Tegyük egy tálba a cukrot, a tojásokat, az olívaolajat és a citrom reszelt héját. Keverjük jól össze, de nem kell habosra kikeverni.

Egy másik edénybe tegyük a lisztet, búzadarát, búzacsírat és a sütőport.

Reszeljük le a cukkinit, majd egy csipet sóval szórjuk meg, hagyjuk állni 10 percig.

A cukros tojásos keverékhez adagoljuk lassan a lisztes keverékünket és a dűrvára darált diót.

A megsózott cukkinit egy kicsit nyomkodjuk ki, majd azt is keverjük a tésztába.

Süthetjük közepes méretű tepsiben vagy muffin sütőformába adagolva. 160 fokon 30 percig süssük.



**Sváby András előétele**

## **Thai királyrák leves**

2009-04-23



### **Hozzávalók:**

#### **Alapléhez:**

egy kiló csirkenyak vagy bármilyen csirkealaplének való leveszöldség  
só-bors

#### **Leveshez:**

személyenként 4-5 nyers (!) királyrák  
shi-take bomba  
sárgarépa vagy bármilyen zöldség  
2-3 evőkanál thai halszós  
friss gyömbér  
póré vagy újhagyma  
5-6 lime levél  
3-4 thai citromfű  
ízlés szerint friss piros és zöld chili karikára vágva  
facsalt lime ízlés szerint  
kevés szójaszós  
friss koriander (petrezselyemmel nem cserélhető fel)

### **Elkészítési mód:**

A csirkéből és a többi hozzávalóból klasszikus húslevest készítünk. A megtisztított rákfarkak páncéljából kis vízzel szintén levest készítünk.

A leszűrt alaplevet újra felforraljuk, összeöntjük a szintén leszűrt ráklevessel. A zöldségeket (sárgarépa, újhagyma, gyömbér stb.) vékony csíkokra, a thai citromfűvet pedig félbevágjuk. Belecsavarjuk a levesbe a lime-ot, fűszerezzük halszósszal és szójaszósszal, majd minden egyéb összetevőt a rákfarkakkal együtt a levesbe tesszük. Max 4-5 perc intenzív főzés után levesszük a tűzről, megszórjuk az összevágott friss korianderrel és azonnal tálaljuk.

### **Sváby András javaslata:**

A húslevest semmiképpen se kockából készítsük.

Ne sajnáljuk a lime levet, és ha szeretik, akkor a chiliből is bőven rakhatnak bele.

A különleges fűszerek (thai citromfű, koriander, halszós, lime levél stb. ma már könnyen beszerezhetőek a jobb delikát boltokban).

**Sváby András főétele**

## **Roston sült vörös tonhal steak, tejszínes zeller-krumpli szuflével, chilis ananással és rácson sült cukkini chips-szel**

2009-04-23



### **Hozzávalók:**

1 vastag szelet tonhal /fő

#### **Szufléhohoz:**

pár szem krumpli  
1 nagy fej zeller  
15-20 dkg ementáli sajt  
7-8 dl tejszín  
só  
szerecsendió

#### **Ananászhoz:**

1-2 friss ananász  
néhány összetört száraz chili paprika

#### **Cukkinihez:**

4-5 cukkini 3-4 mm szeletekre vágva  
1 fej fokhagyma  
jó minőségű olívaolaj  
1 citrom leve

### **Elkészítési mód:**

A cukkini szeleteket egyenként a forró megolajozott kerti rostrácsra helyezzük. Amíg az egyik oldala sül, a másikat sózzuk meg és olívaolajjal kenjük meg. Amikor megpirul, megfordítjuk és a másik oldalát is megsütjük. Akkor szép, ha a rács lenyomata látszik a cukkinin. A faszenen közben megsütünk egy teljes fej fokhagymát. Ha jól átpirul, a gerezdeket kinyomkodjuk. Az átsült cukkini chips-szet tálba tesszük, összekeverjük a fokhagymával, megöntözzük az olívával és citromlével. Lehűtjük, mert hidegen finomabb. Ha már ég a tűz, a megtisztított és negyedbe vágott ananász szeleteket is elősütjük.

**A szufléhoz** a meghámozott zellert és a krumplit uborkagyalun vékony szeletekre vágjuk. A tejszínt összekeverjük a reszelt ementálival, kis sóval és pár csipet őrölt szerecsendióval. Egybekeverjük a legyalult zeller-krumpli egyveleggel. Kis tálkákat kikenünk fokhagymával, majd beletesszük a tejszínes-sajtos-krumplis-zelleres masszát. Ügyeljünk, hogy a szeletek egymáson vízszintesen legyenek. Egy nagy tepsit megtöltünk félig vízzel, behelyezzük a kis tálakat, leborítjuk alufóliával, majd az egészet betoljuk a 180 fokos előmelegített sütőbe. Két és fél órán keresztül sütjük, az elpárolgott vizet időnként pótoljuk. Ha a teteje nem pirult meg, az utolsó tíz percben a fóliát levesszük. Jól időzítsenek a sütési idővel, mert a szuflé csak forrón és frissen finom.

Ha megérkeztek a vendégek, újra felizzítjuk a faszenet. A tonhal szeleteket sózzuk, borsozzuk és a megolajozott forró rácra tesszük. Ízlés szerint sütjük, de csak akkor finom igazán, ha a belseje rózsaszín marad. Az ananász szeleteket újra átforrósítjuk és megszórjuk a chilivel.

**Sváby András desszertje**

## **Málna sorbet**

2009-04-23



### **Hozzávalók:**

1 zacskó mirelit málna  
cukor vagy édesítő  
citromlé

### **Elkészítési mód:**

A kőkemény, fagyott málnát összeturmixoljuk egy kis vízben feloldott cukorral és citromlével. Fagyi kanállal szép kis gombócokat formálunk, tálba tesszük és mentalevével díszítjük.

Ungár Anikó előétele

## Póréhagyma krémleves pirított fenyőmaggal

2009-04-24



### Hozzávalók:

1 szál nagyobb méretű póré hagyma  
4 gerezd fokhagyma  
1 csomag friss petrezselyem  
2 db zsenge sárgarépa  
3 dl tejszín  
2-3 dl főzőtejszín  
1/2 kg húsleves leve (lehet 2 leveskockából is)  
só  
fehér bors  
curry  
őrölt szerecsendió  
kakukkfű  
5 dkg margarin  
kevés olívaolaj

### **Elkészítési mód:**

A póréhagymát és a fokhagymát vágjuk fel vékony darabokra, majd egy edénybe szórjuk bele. Ezután sózzuk meg és fedjük le, majd egy kisidő múlva a vékony szeletekre vágott sárgarépát is adjuk hozzá. Ha ezzel megvagyunk, rakjunk minden fűszerből egy kanállal bele. Fedő alatt pároljuk, míg puha nem lesz. Ezután öntsünk hozzá egy kicsi húslét, amit további öt percig hagyjunk párolni, aztán adjuk hozzá a főzőtejszínt is. Egy bot mixerrel vagy egy turmixgépben passzírozzuk össze a maradék húslevest és öntsük hozzá.

**Ungár Anikó főétele**

## **Rozmaringos lazac babyspenótos taglatellével.**

2009-04-24



### **Hozzávalók:**

friss tisztított lazac kb. 2 kg 6 cm. Széles szeletekre vágva  
friss rozmaring ágacskák (5-6 db)

1 egész citrom

fehér bors

3 dl száraz fehér bor

margarin

olívaolaj

sütőpapír

1 kg babyspenót

zöld taglatelle (kétharmada egy nagy zacskónak)

5-6 gerezd fokhagyma

görög bazsalikom (kis maroknyi friss)

5 dkg margarin

kevés olíva olaj

3 dl friss tejszín

só

fehér bors

reszelt parmezán

### **Elkészítési mód:**

Egy nagyobb tepsibe helyezünk bele egy sütőpapírt, hogy a citrommal bekent, megsózott és borsozott lazac szeleteket a rá tudjuk rakni. A halszeletek közé tegyünk még rozmaringokat és a tetejére pedig egy kis margarin kockát. Ezután locsoljuk meg olívaolajjal és egy kevés borral. Nagyon fontos! A lazacot csak 20-25 percig süssük lefedés nélkül!

Sós, forrásban lévő bő vízben főzzük meg a megmosott baby spenótot is, majd szűrjük le, de olyan edénybe amibe már beletettük a felforrósított olajat. A fokhagyma gerezdeket préseljük össze, majd szórjuk meg sóval, fehér borssal, görög bazsalikommal. Ezután keverjük össze tejszínnel és forraljuk fel. A taglatellét sós és olajos vízben főzzük 7 percig, majd szűrjük le és a spenótos-tejszínes szósszal keverjük össze.

Ungár Anikó desszertje

## Fekete „mákia” torta tiramisu öntette, friss gyümölcssalátával

2009-04-24



### Hozzávalók:

15 dkg őrölt mák  
15 dkg margarin  
15 dkg porcukor  
6 tojás sárgája  
8 tojás fehérje habbá  
2-3 zacskó vaníliás cukor  
keserű narancsdzsem  
pirított mandula egy maréknyi

### **Csokoládémázhoz:**

10 dkg margarin  
2 tojás sárgája  
2 evőkanál kristálycukor  
2 evőkanál keserű holland kakaó por  
1 kis kanál olaj  
250 gr-os mascarpone sajt  
3 tojás sárgája  
3 tojás fehérje habbá verve  
3 púpos evőkanál kristálycukor  
1 zacskó vaníliás cukor  
1 dl konyak  
sárgadinnye  
eper  
fekete áfonya (de lehet kivi, ananász, eper)

### **Elkészítési mód:**

A margarint keverjük habosra a cukorral, majd adjunk hozzá 6 tojás sárgáját, egy kevés mákot, vaníliás cukrot, és végül 8 tojás felvert habját.

Egy 26 cm átmérőjű tortaformát vajazzunk ki, szórjuk meg zsemlemorzsával, majd öntsük bele a mákmasszát és 180 fokon 45 percig süssük.

Miután a torta kihűlt vágjunk vízszintesen ketté, majd kenjük meg narancsdzsemmel és szórjuk meg pirított mandulával, és tegyük rá a torta levágott lapját.

Csokoládé máz: egy edénybe öntsünk vizet, majd tegyük bele egy kisebb edényt, és így tegyük a tűzre – ez a vízgőzben főzés. A vaját, a cukrot és a kakaót olvasszuk fel a felső edénybe, majd állandó keverés közben tartsuk a gőz fölött. Adjunk hozzá egy tojást és egy kevés olajat.

A csokimázat egyenletesen kenjük a tortára és szórjuk meg mandulával.

Egy habverős tálba keverjük ki a tojások sárgáját, majd a mascarpone sajtot, a konyakot és a vaníliás cukrot is keverjük habosra. Végül a tojások felvert habját adjuk hozzá és rakjuk be a hűtőbe.

**Horváth Éva előétele**

## **Avokadókrém**

**2009-04-27**



### **Hozzávalók:**

2 db érett avokadó  
fél db zöldcitrom  
3 evőkanál olívaolaj  
só  
darált bors

Hámozzuk meg az avokadókat, vegyük ki a magját, majd vágjuk kisebb darabokra, és utána tegyük egy konyhai gyorsvágó gépbe. Hámozzuk meg a citromot, úgy hogy a fehér héját is vágjuk le, majd kockázzuk fel és tegyük az avokádóhoz. Adjuk hozzá az olívaolajat, majd ízesítsük kevéske sóval és darált borssal. Kapcsoljuk be a gyorsvágó gépet, majd pépesítsük finomra.

Tálaljuk kis tálkákba és melléje pirítóst kínáljunk.

**Horváth Éva főétele**

## **Argentin steak zöldbors mártással**

2009-04-27



### **Hozzávalók:**

6 db csontos marhasteak  
 1 kg héjas burgonya  
 4-5 kanál olívaolaj  
 só  
 darált bors  
 2 teáskanál steak fűszerkeverék  
 2 dl tejszín  
 1 teáskanál zöldbors  
 1 evőkanál worchester szósz  
 só  
 darált bors  
 2 teáskanál mustár

A marhaszeleteket csorgassuk meg olívaolajjal, szórjuk meg a steak fűszerkeverékkel, majd legalább egy éjszakán keresztül a hűtőszekrényben pácoljuk.

A vendégek érkezése előtt felhevített serpenyőben kevéske olívaolajon mindkét oldalát süssük elő, utána pedig tegyük be az előre felmelegített sütőbe, és 10-15 perc alatt hagyjuk sülni. A körethez mossuk meg tiszta szivaccsal a héjas burgonyákat, vágjuk négyfelé és tegyük egy tálba. Csorgassuk meg olívaolajjal, sózzuk és borsozzuk. Tépkedjünk rá rozmaringleveleket, majd jó alaposan keverjük össze. Fél óra állás után öntsük egy sütőpapírral borított tepsibe. Forró sütőben fél óra alatt süssük pirosra.

A mártáshoz öntsük a tejszínt egy lábasba, tegyük hozzá a mustárt, ízesítsük sóval, összetört zöldborssal, worchester szósszal, majd jó alaposan forraljuk össze.

Tálaljuk a megsütött húst nagy tányérokra, mellé kis szószos edényben kínáljuk a zöldbors mártást, köretnek héjas sültburgonyát adjunk.



**Horváth Éva desszertje**

## **Narancstorta**

2009-04-27



### **Hozzávalók:**

8 tojásból készült piskótalap (kerek)

1 pohár (2 dl) tejföl

2 pohár (4 dl) tejszín

13 dkg porcukor

1 narancs reszelt héja,

1 narancs leve

1 narancs húsa apróra vágva

1 evőkanál citromlé

1 csomag vaníliás cukor

Hatalmas grapefruitoknak levágjuk a tetejét, és eltávolítjuk a belét. Ez lesz majd a tányérja a desszertnek. Vanília pudingot készítünk, majd facsart narancs, és kevés grapefruit levét öntünk bele. Jól elkeverjük. A kibelezett grapefruit poharakat kitöltjük babapiskótával, és ráöntjük a narancsos-vaníliás pudingot. Betesszük a hűtőbe, és minél több ideig állni hagyjuk, hogy a piskóta teljesen megpuhuljon.

**Delhusa Gjon előétele**

## **Tarator / Albán joghurtos uborkasaláta pogácsával**

2009-05-04



### **Hozzávalók:**

#### **Saláta:**

4 db kígyóuborka  
5 gerezd fokhagyma  
2 doboz tejföl  
2 doboz joghurt  
őrölt bors  
só  
olaj  
piros paprika

#### **Pogácsa:**

3/4 kg liszt  
1 kanál só  
1 csomag sütőpor  
1/2 bögre olaj  
2 db tojás

### **Elkészítési mód:**

#### **Saláta:**

Hámozzuk meg és reszeljük le a kígyóuborkát. Ezután tisztítsuk meg a fokhagymát és adjuk hozzá a lereszelt uborkát. Jól dolgozzuk össze, majd öntsük hozzá a tejfölt és a joghurtot. Ízlés szerint sózzuk meg és öntsünk a tetejére egy kevés olajat, majd végezetül szórjuk meg pirospaprikával. (ehhez együk a pogácsát)

#### **Pogácsa:**

Egy nagy tálba öntsünk lisztet, sót és sütőport. Ezt keverjük össze és a közepébe készítsünk egy lyukat, amibe öntsük bele az olajat, az egy egész tojást és az egy darab tojás sárgáját. A megmaradt tojás fehérjét tegyük egy bögrébe és rakjuk be a hűtőbe. Gyúrjuk össze és lassan öntsük hozzá a fél liter szénsavas ásványvizet, majd gyúrjuk tovább. A gyúródeszkát hintsük meg liszttel és gyúrjuk tovább a tésztát. Egy kör alakú tepsit kenjünk ki margarinnal és tegyük bele a tésztát. Szúrjunk rá lyukat egy villával. Ezután 200 fokon süssük egy óráig. Ha kész, vegyük ki és kenjük meg a tetejét a maradék tojásfehérjével.

**Delhusa Gjon főétele**

**Száármá / Szőlőlevélben töltött ízesített darált hús**

2009-05-04



**Hozzávalók:**

5 db vöröshagyma  
olaj  
1 kg darált hús  
1 evőkanál piros paprika  
6 pohárnyi rizs  
őrölt bors  
vegeta  
szőlőlevél  
2 db tojás  
1 doboz joghurt

**Elkészítési mód:**

Pirítsuk meg a vöröshagymát az olajon, majd ha üvegesre pirult, adjuk hozzá a darált húst, a pirospaprikát és a megmosott rizst. Szórjunk rá sót, borsot, pirospaprikát és vegetát. 10 perc múlva vegyük le a tűzhelyről és hagyjuk egy kicsit hűlni. Vegyük elő a szőlőlevelet, mossuk meg és töltsük meg a darált hússal. Tekerjük össze (a levél eres része legyen belül). A hússal töltött leveleket szépen egymás mellé rakva helyezzük el. Öntsünk rá meleg vizet, de úgy, hogy az egészet ellepje, majd fél órát főzzük lassú tűzön, hogy ne essen szét. Két tojást összekeverünk 1 doboz joghurttal, ezt ráöntjük és ezt is 10 percig főzzük. Pogácsával vagy kenyérrel szervírozzuk.

**Delhusa Gjon desszertje**

## **Hurmasice / Cukorszirupos sütemény**

2009-05-04



### **Hozzávalók:**

2 db tojás  
1 doboz joghurt  
1 csomag sütőpor  
1 csomag vaníliás cukor  
1/2margarin  
3/4kg liszt  
olaj

### **Elkészítési mód:**

Tegyünk egy nagy tálba tojást, joghurtot, sütőport, vaníliás cukrot, egy joghurtos pohárnyi olajat és egy kevés margarint. Turmixoljuk össze és adjuk hozzá a lisztet. Gyúrjuk rúd alakúra és szaggassuk kis pogácsa formákra. Majd formáljuk téglalap alakúra és tekerjük fel egy rudacskára. Rakjuk egy tepsibe és a 200 fokra előmelegített sütőbe. Körülbelül fél óráig süssük 100 fokon, lassú, légkeveréses sütőben. Az utolsó 10 percben vegyük le a légkeverést és állítsuk vissza a hőfokot 200-ra. Míg sül, addig tegyünk fel 1/2 liter vizet forni 1 kg cukorral és citromhéjjal. Majd süssük még 10 percig. Ha a tészta kész, tegyük bele egy mély tálba és a kihűlt szirupot öntsük rá. 1 napig hagyjuk állni, hogy a tészta jól beszívja a szirupot.

Leo előétele

## Paraszt batyu sonkával paprika ágyon molnárkával

2009-05-05



### Hozzávalók:

6 db tojás  
3 kávéskanál mustár  
1 csomag petrezselyem  
fekete bors  
só  
nyers sonka  
snidling  
fűszervaj  
fokhagymás olívaolaj

### Elkészítési mód:

10 percig főzzük a tojást, majd törjük apróra. Keverjük össze 3 kávéskanálnyi mustárral. Fűszerezzük borssal, sóval, frissen vágott petrezselyemmel. A papírvékonyra vágott, nyers sonkába tegyük bele a diónyi adagokat, majd fogjuk össze batyuba, kössük össze snidling zölddel és tálaljuk paprikaágyon.  
Kísérőként karikára vágott pirított molnárkákat tálaljunk, fokhagymás olívával és fűszervajjal.

Leo főétele

## Juhtúrós sztrapacska – savanyú káposztával

2009-05-05



### Hozzávalók:

8 db krumpli  
1 kg liszt  
só  
savanyú káposzta  
juhtúró  
bacon  
tejföl  
sajt

### **Elkészítési mód:**

A burgonyát ledaráljuk, liszttel összekeverjük és megsózzuk, majd forrásban lévő vízbe szaggatjuk. Ezután rákenjük az olajba áztatott juhtúrót és jól összekeverjük.

A bacont felszeleteljük és barnára pirítjuk. A szalonna zsírában megpároljuk a káposztát körülbelül 20 percig közepes lángon.

Leo desszertje

## Tiramisu

2009-05-05



### Hozzávalók:

6 db tojás  
cukor  
kávé  
rum aroma  
babapiskóta  
kakaó  
mascarpone

### **Elkészítési mód:**

Keverjük össze a tojást a cukorral, 2 dl kávéval, rum aromával és mascarpone-val. Egy széles tálat béleljünk ki babapiskótával, majd öntsünk rá egy réteg öntetet. Ezután tegyünk bele még egy sor babapiskótát, majd öntsük rá a maradék krémet. Rakjuk be a mélyhűtőbe és kakaóporral tálaljuk.

Csollány Szilveszter előétele

## Tárkonyos krumli leves

2009-05-06



### Hozzávalók:

hagyma  
krumpli  
répa  
fehérrépa  
tejföl  
só  
bors  
vegeta  
kömény  
tárkony  
petrezselyem

### **Elkészítési mód:**

Dinszteljük meg a hagymát egy kis olajon. Tegyük bele a répát, majd pároljuk puhára. Öntsük fel vízzel és tegyük bele a krumplit, ezután fűszerezzük meg. Mielőtt teljesen elkészül, rakjuk bele a tárkonyt és a petrezselymet. Majd mikor elkészült, tejjel habarjuk be.



Csollány Szilveszter főétele

## Kapros juhtúróval töltött csirkemell

2009-05-06



### Hozzávalók:

#### **Páchoz:**

fokhagyma  
joghurt

#### **Töltelékhez:**

juhtúró  
zsemle  
tojás  
fehérbors  
kapor

### **Elkészítési mód:**

Fokhagymában és joghurtban pácoljuk be a húst. A juhtúrót keverjük össze a tojással, fehérborssal, kaporral és a vízben áztatott zsemlével, majd töltjük meg ezzel a csirkemellet. Ha mindez megvan, tekerjük be bacon szalonnával, egy kis olívaolajon 180 fokon sütjük meg.

Csollány Szilveszter desszertje

## Gyümölcsös tál

2009-05-06



### Hozzávalók:

babapiskóta  
gyümölcs  
puding

### **Elkészítési mód:**

Elkészítjük a pudingot. A tálba rétegesen beletesszük a piskótákat és a gyümölcsöket, majd leöntjük pudinggal. Ezután tegyük be pár órára a hűtőbe és hagyjuk állni.

**Koós Réka előétele**

## **Francia hagymaleves**

2009-05-07



### **Hozzávalók:**

3 nagy vöröshagyma  
2 tojássárgája  
liszt  
1 liter húsleves  
só  
bab  
vaj

### **Elkészítési mód:**

A vöröshagymát csíkokra (karikákra) vágjuk, megfonnyasztjuk egy kevés vajon, majd megszórjuk liszttel és tovább pirítjuk. Ezután felöntjük húslevessel és egy picit így is főzzük. A hagyma felét kivesszük a levesből és összeturmixoljuk a tojás sárgájával. Ha ez kész, óvatosan visszatesszük a levesbe és pirított kenyérdarabokkal és reszelt sajttal tálaljuk.

**Koós Réka főétele**

## **Paprikás szűzérmék**

2009-05-07



### **Hozzávalók:**

3 dl tejszín  
körülbelül 60dkg sertés szűzpecsenye  
1 evőkanál fűszerpaprika  
1 kis konzerv sűrített paradicsom  
só  
bors  
szerecsendió  
körülbelül 15 szelet bacon

### **Elkészítési mód:**

A tejszínt felforraljuk, belerakjuk a paprikát, a paradicsompürét és a fűszereket. A szűzpecsenyét kis karikákra vágjuk, bacon-be csavarjuk. Ezután beletesszük egy kerámiatálba és ráöntjük a szósz. Betesszük a sütőbe, ahol 10-15 perc alatt 190 fokon megsütjük.

**Koós Réka desszertje**

## **Bogyós kevert sütemény**

2009-05-07



### **Hozzávalók:**

250 g vaj  
400 g liszt  
1 kávéskanál sütőpor  
250 g cukor  
gyümölcs  
4 tojás

### **Elkészítési mód:**

A puha vaját a cukorral kikeverjük, belerakjuk egyenként a tojásokat, hozzákeverjük a sütőporral összekevert lisztet. Egy tortaformát kivajazunk, kilisztezünk és beletesszük a tésztát. Majd rárakjuk a gyümölcsöket és tejszínhabbal tálaljuk.

Fésüs Nelly előétele

## **Tejfölös citromos csirkebecsinált leves**

2009-05-08



### **Hozzávalók:**

2 egész csirke  
2 nagy citrom  
3 fej vöröshagyma  
4 nagy doboz tejföl  
só  
paprika  
babérlevél  
1 púpozott evőkanál liszt

### **Elkészítési mód:**

A hagymát apróra vágjuk és egy kis zsiradékon megdinszteljük. A tűzről levéve hozzáadjuk a paprikát, a sót, majd a részeire vágott csirkét. Összeforgatjuk és felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje. Hozzáadjuk a 2-3 babérlevelet és félig megfőzzük. Ezután hozzáadjuk a citrom reszelt héját, a leszűrt levét és tovább főzzük. A végén a tejföllel és a liszttel egy habarást készítünk és összeforraljuk.

Fésüs Nelly főétele

## Pogácsatésztába töltött darált marhahús

2009-05-08



### Hozzávalók:

#### **Pogácsához:**

1 kg liszt  
2 kefir  
1 csésze élesztő  
2 dl tej  
35 dkg zsiradék  
2 tojás sárgája  
só  
cukor

#### **Töltelékhez:**

1/2 kg darált marhahús  
hagyma  
fokhagyma  
só  
bors  
ízlés szerint fűszerek  
1 kukoricakonzerv

### **Elkészítési mód:**

Az élesztőt a langyos tejen megfuttatjuk, hozzákeverjük a többi alapanyaghoz és körülbelül másfél órán keresztül kelni hagyjuk. Ez alatt elkészítjük a töltelékét. A hagymát, fokhagymát apróra vágjuk, zsiradékon megdinszteljük, hozzákeverjük a húst, a fűszereket és készre főzzük. A végén hozzáadjuk a leszűrt kukoricát. A pogácsatésztát kinyújtjuk, széles csíkokat vágunk, beletöltjük a húst és párnácskákat formázunk, a tetejét pedig megkenjük tojásfehérjével, és körülbelül 180 fokon 20 percig sütjük.

Fésűs Nelly desszertje

## Mascarponés, epres túrótorta

2009-05-08



### Hozzávalók:

#### **Piskóthoz:**

5 tojás  
5 evőkanál liszt  
5 evőkanál porcukor

#### **Krémhez:**

1/2 kg túró  
1 nagy doboz Mascarpone sajt  
3 kis zacskó zselatin  
reszelt citromhéj  
citromlé  
porcukor ízlés szerint  
1 csomag vaníliás cukor  
1/2 kg eper  
1 csomag epres tortazselé

### **Elkészítési mód:**

A piskótatésztához különválasztjuk a tojásfehérjét, a sárgáját cukorral világosra keverjük, majd hozzáadjuk a lisztet. A kemény habbá vert fehérjét óvatosan hozzákeverjük és 1 kivajazott, kilisztezett tortaformába öntjük. Előmelegített sütőben 160 fokon körülbelül 20 percig sütjük. A krém: a túrót és a sajtot homogénre keverjük, hozzáadjuk a reszelt citromhéjat, a levet, a vaníliás cukrot, az ízlés szerinti porcukrot és a felolvasztott zselatint. Jól összekeverjük és a kihűlt piskótára öntjük. Tetejét beterítjük félbevágott eprekkel és leöntjük epres tortazselével. Körülbelül 4 órát a hűtőben pihentetjük.



Voksán Virág előétele

## Bélszín-carpaccio

2009-05-11



### Hozzávalók:

60 dkg bélszín  
2 evőkanál mustár  
őrölt fekete bors  
1 nagy citrom leve  
só  
6 evőkanál étolaj vagy olívaolaj  
10 dkg apróra reszelt parmezán sajt

Elkészítési idő: 25 perc + fagyasztás

### **Elkészítési mód:**

A bélszín tetején lévő vékony fehér hártyát lefejtjük, majd a húst megmossuk és szárazra töröljük. A mustárral, meg 1 csapott kiskanál őrölt borssal alaposan bedörzsöljük, folpackba csomagoljuk, azután lefagyasztjuk.

A húst tálalás előtt kb. 25 perccel a mélyhűtőből kivesszük, még fagyosan hajszálvékonyra felszeleteljük (legkönnyebb szeletelő géppel) és azonnal tálra rakjuk.

A bélszínre citromlevet csöpögtetünk, kissé megsózzuk, megborsozzuk, az olajjal meglocsoljuk, végül a sajttal megszórjuk. Pirítós kenyeret kínálunk hozzá. Marha helyett őz vagy szarvas bélszínjéből, hátszínjéből is készülhet.

**Voksán Virág főétele**

## **Tonhal saltimbocca paradicsomsalátával**

2009-05-11



### **Hozzávalók:**

4 db tonhalszelet  
4 szelet füstölt lazac  
1 evőkanál fekete olívbogyó-krém  
8 levél friss zsálya  
darált bors  
4 evőkanál olívaolaj

### **Salátához:**

2 db paradicsom  
fél kígyó uborka  
1 teáskanál dijoni mustár  
3 evőkanál olívaolaj  
1 csokor zöldpetrezselyem  
2 szál újhagyma  
fél citrom leve  
só  
darált bors

### **Elkészítési mód:**

A tonhalszeleteket tegyük egy deszkára, borítsuk be frissentartó fóliával, majd enyhén klopfoljuk meg. Daráljunk a szeletekre borsot, kenjük meg jól a fekete olívbogyó krémmel, majd tegyük minden szeletre füstölt lazacot. A lazacra helyezzünk két-két levél zsályát, hajtsuk össze, majd fogvájóval tűzzük meg. Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a töltött tonhalat és mindkét oldalát süssük egy-egy percig. Vigyázzunk, ne süssük túl: a tonhal akkor a legfinomabb, ha csak félig sül át, de a közepe még rózsaszín marad. A tonhal mellé kínáljuk a salátát! Vágjuk apró kockákra a paradicsomot és az uborkát, tegyük egy tálba. Adjunk hozzá mustárt, durvára összevágott petrezselyem zöldet és újhagymát. Ízesítsük darált borssal, citromlével és sóval, majd csorgassuk rá az olívaolajat is. Keverjük jól össze és ezzel tálaljuk a megsütött tonhalat. A salátához használhatunk friss fűszerleveleket is: tehetünk bele bazsalikomot, citromfűvet, oregánót, kaprot, citromos kakukkfűvet vagy akár mentát is.

**Voksán Virág desszertje****Pannacotta**

2009-05-11

**Hozzávalók:**

200 g málna  
1 vaníliarúd  
500 g tejszín (vagy 250 ml tejszín és 250 ml tej)  
40 g cukor  
3 fehér zselatinlap

**Elkészítési mód:****Előkészítés: (5 perc)**

Málnát kiválogatjuk, ha mélyhűtött, akkor pedig szűrőbe téve leöntjük forró vízzel. Előkészítünk és kiöblítünk hideg vízzel egyenes falú pudingformákat vagy csészéket.

**Elkészítés: (25 perc)**

A vanília rudat hosszába félbevágjuk és a belét kikaparjuk. A tejszínt a cukorral, a vaníliabelével és a hüvelyével edénybe tesszük. Majd ezt közepes lángon 8 percig főzzük. A zselatint hideg vízbe beáztatjuk. A vanília hüvelyét kivesszük a tejszínből.

A zselatinlapokat kézzel kinyomkodjuk és a zselatint a forró vaníliás tejszínbe tesszük, s állandó kevergetés mellett feloldjuk. A tejszínt formákba öntjük és hűvös helyre tesszük. 6 óráig hagyjuk dermedni a tejszínes krémet.

Majd végezetül elkészítjük a málnás öntetet. Elég egyszerű, csak botmixerrel pürésítjük a gyümölcsöt és szűrőn átpasszírozzuk.

Tálaláskor a tejszínes krémet egy késsel fellazítjuk a forma vagy csésze falától, majd a tálkát kis ideig forró vízbe mártjuk és egy tányérra vagy a gyümölcsösszóra kiborítjuk.

**Bodrogi Gyula előétele**

## **Kemencében sült fácánleves**

2009-05-12



### **Hozzávalók:**

2 db fácán  
3-4 db csirke csirkenyaka  
1 db pulykaszárny  
1 adag vegyes leveszöldség  
2 db paradicsom  
2-3 karika erős-zöld paprika  
ízlés szerint só  
bors  
egy csipetnyi vegeta

### **Elkészítési mód:**

A megtisztított hozzávalókat egy cserépedénybe tesszük, felöntjük vízzel és fél dl whiskyvel. Az edény tetejére egy káposztalevelet teszünk és lefedve betesszük a sütőbe, és körülbelül 2 óráig főzzük, majd tálaljuk.

**Bodrogi Gyula főétele**

## **Egybesült malac**

2009-05-12



### **Hozzávalók:**

1 egész malac  
fél liter mustár  
1 csomag sült hús fűszerkeverék  
só  
darált bors  
5-6 gerezd fokhagyma  
2 libacomb  
2 alma  
2 fej vöröshagyma  
1 üveg fehérbor  
sör  
víz

### **Körethez:**

burgonya  
petrezselyem  
vegeta

### **Elkészítési mód:**

A mustárt, a zúzott fokhagymát, a fűszerkeveréket, a sót és a darált borsot egy kis edényben összekeverjük.

A malacot egy nappal az elkészítés előtt a mustáros keverékkel bepácoljuk, majd a tepsibe tesszük. Köré rakjuk a 2 libacombot, a 2 almát és a 2 fej vöröshagymát. Leöntjük egy üveg fehérborral és 1,5 liter vízzel. Lefedjük alufóliával, majd betesszük a sütőbe. 2,5 óra sütés után meglocsoljuk sörrel és fedés nélkül visszatesszük a sütőbe, míg pirosra nem sül. A burgonyát megfőzzük, petrezselyemmel és vegetával összekeverve tálaljuk.

**Bodrogi Gyula desszertje**

## **Gyümölcsrizs**

2009-05-12



### **Hozzávalók:**

12 dkg rizs  
8 dl tej  
3 dl tejszín  
10 dkg cukor  
1 csipetnyi só  
1 db vegyes gyümölcskonzerv  
díszítéshez tejszínhab, illetve csoki reszelék

### **Elkészítési mód:**

A rizst lassú tűzön megfőzzük, majd cukorral és egy csipetnyi sóval ízesítjük. A tejszínt habbá verjük és finoman hozzákeverjük a kihűlt rizshez. Ezek után a leszűrt gyümölcsöket is finoman hozzá adjuk, kelyhekbe tesszük és lehűtjük. Díszítésképpen tejszínhabot fújhatunk a tetejére, illetve meghinthetjük csoki reszelékkel.

**Kovácsovics Fruzsina előétele**

**Sóska krémleves főtt tojással, újhagymával, zsemlekockával**

2009-05-13



**Hozzávalók:**

1/2 kg sóska  
1 db krumpli  
2db húsleveskocka  
pici só  
4-5 evőkanál cukor  
bors  
2dl sovány tej  
1 dl főzőtejszín  
5db főtt tojás  
újhagyma

**Elkészítési mód:**

A sóska megtisztítjuk, legalább háromszor megmossuk. Olívaolajon kis sóval, borssal, 1 evőkanál cukorral megpároljuk, majd 1dl vízzel felengedjük. Ezt összeturmixoljuk, visszatesszük a fazékba. Hozzáöntünk 1 dl vizet, 2 húsleves kockát, majd a 2 dl tejet. Folyamatosan ízlelgetjük, ízlés szerint cukrozzuk. Végül az 1 dl tejszínt is hozzáöntjük, felfőzzük.

**Kovácsovics Fruzsina főétele**

## **Fokhagymás joghurtban pácolt csirkecomb- mell, kukoricapehely-köpönyegben, barnarizzsel, almás céklasalátával**

2009-05-13



### **Hozzávalók:**

2-3 db csirke comb vagy mell  
2 pohár joghurt  
fokhagyma a pácoláshoz  
durvára őrölt kukoricapehely  
só  
bors  
olívaolaj

### **Köret:**

1 nagy bögre barnarizs  
2 evőkanál olívaolaj

### **Saláta:**

1 cékla  
3 alma  
5dl tejföl  
mustár  
citromlé  
só  
méz  
fehérbors

### **Elkészítési mód:**

A csirke combot megmossuk, megsózzuk, borsozzuk, a joghurtba helyezzük. A joghurtot nagy tálba tesszük, 5g fokhagymát belenyomjuk. Körülbelül fél órán át pácoljuk, utána az olívaolajjal megkent tepsibe tesszük, olívaolajjal megpermetezzük, kb. 40 percig sütjük, közben többször permetezzük.

**Köret:** egy nagy bögre rizst kevés olajjal, ételízesítővel puhára főzzük.

**Saláta:** a céklát és az almákat megmossuk, az almákat összedaraboljuk, a céklát meghámozzuk, daráljuk, majd összekeverjük 5 dl tejföllel kb. 3 evőkanál mustárral, 3 evőkanál mézzel, 2 evőkanál sóval és fehérborssal ezután pedig a hűtőbe helyezzük.



**Kovácsovics Fruzsina desszertje**

## **Kefírtorta fagylalttal**

2009-05-13



### **Hozzávalók:**

2 pohár kefir  
1/2 pohár tejföl  
1 db tojás  
1/2 pohár olívaolaj  
1/4 pohár citromlé  
5 evőkanál méz  
2 pohár rozsliszt  
2 pohár búzakorpa  
2 evőkanál szódabikarbóna  
4 evőkanál mazsola  
4 evőkanál durvára őrölt tört dió  
3 evőkanál kakaópor

### **Elkészítési mód:**

Tojást, olajat, citromlevet, mézet összekeverjük. Lisztet, búzakorpát, szódabikarbónát beletesszük, valamint a beáztatott diót, mazsolát szintén. A massa felét sütőtálba helyezzük, másik felét kakaóporral összekeverjük, sütőtálba helyezzük. A tálat lefedve mikróba tesszük, 16 percig sütjük.

Ízlés szerint fagylalttal kínáljuk.

Gönczi Gábor előétele

## Palócleves

2009-05-14



### Hozzávalók:

30 dkg marhahús  
25 dkg zöldbab  
25 dkg burgonya  
4 evőkanál olaj  
1 púpozott evőkanál liszt  
2 dl tejföl  
2 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
babérlevél  
őrölt kömény  
fűszerpaprika  
őrölt bors  
petrezselyem  
só

### **Elkészítési mód:**

Az olajon fonnyasszuk meg a finomra vágott vöröshagymát. Húzzuk le a tűzről, szórjuk meg pirospaprikával, majd pároljuk meg egy kevés vízben a hagymát. Ezután adjuk hozzá a kockákra vágott marhahúst, a fűszereket, a sót, az őrölt borsot, a babérlevelet, a zúzott fokhagymát és az őrölt köményt. Ha a hús egy kicsit megfehéredett, öntsünk alá egy jó ujjnyi vizet és fedő alatt pároljuk majdnem puhára. (Ha a víz elfő, pótoljuk.) Ha ez megvan, öntsük fel 1,5 liter vízzel, tegyük bele a kicsire kockázott krumplit és a megtisztított, feldarabolt zöldbabot. A lisztből és a tejfölből készítsünk habarást, s ha már minden puha, ezzel sűrítsük be a levest. Végül szórjuk meg finomra vágott petrezselyemmel.

**Gönczi Gábor főétele**

## **Mexikói csirke**

2009-05-14



### **A mexikói mázhoz szükséges:**

olívaolaj  
mustár  
ketchup  
méz  
csirkefűszer  
borókabogyó  
majoranna

### **Előkészítés:**

1. A csirkemelleket megmossuk, lecsepegtetjük, kicsontozzuk, kissé kiverjük, fél órára gyengén besózzuk.
2. Egy tálba 1 dl. olívaolajat öntünk. Ebbe keverünk kb. 1/3 rész mustárt, 1/3 rész ketchupot, és 1/3 rész mézet. Hozzáadjuk a csirkefűszert, majorannát és az apróra vágott borókabogyót. A sütőt előmelegítjük 180 fokra.

### **Hozzávalók:**

1 nagyobb csirkemell  
petrezselyem  
1 doboz kukoricakonzerv  
őrölt kömény  
só  
bors  
tejszín

### **Elkészítés:**

A fél csirkemelleket megtörölgetjük, lisztbe forgatjuk. Nagyobb serpenyőben felforrósítjuk az olajat, beletesszük a húsdarabokat, és mindkét oldalukon 3-3 percig sütjük. A csirkemelleket ezután egyenként megkenjük a fűszeres mártással, úgy, hogy az egységes, viszonylag vastag bevonatot képezzen rajtuk. A bekent melleket ezután tűzálló edénybe tesszük, és a sütőben 25-30 percig, aranybarnára-ropogósra sütjük. Miközben a csirke sül, leszűrjük, lecsepegtetjük a kukoricát, lábaskába tesszük, ráöntjük a tejszínt, meghintjük pici sóval, frissen őrölt borssal, és jól összeforrósítjuk. A petrezselymet leöblítjük, finomra vágjuk, lazán a kukoricához keverjük. A tejszínes kukoricát nagyobb tálra terítjük, a tetejére fektetjük a pirosra sült csirkedarabokat, néhány petrezselyemlevéllel díszíthetjük, és azonnal tálaljuk.

Gönczi Gábor desszertje

## Csóben sültt epres palacsinták

2009-05-14



### Hozzávalók:

350 g liszt  
4 db tojás  
1 evőkanál porcukor  
6 dl tej  
1 csipetnyi só  
olaj a sütéshez

### **Töltelékhez:**

2 dkg vaj  
50 dkg eper  
3 dl tejszín  
4 db tojás sárgája  
1 evőkanál citromlé  
10 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor

### **Elkészítési mód:**

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, a sót és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet. Ügyeljünk, hogy ne legyen csomós. Ha a palacsintatésztát túl sűrűnek találjuk, szódavízzel hígíthatjuk.

Palacsintasütőben hevítsünk fel egy kevés olajat, öntsünk bele a tésztából annyit, hogy szép vékonyra el tudjuk teríteni, majd vékony palacsintákat süssünk belőle. Egy kevéske reszelt citromhéjat keverhetünk a tésztába, érdekesebb lesz tőle az íze.

A töltelékhez tegyük egy kis tálba a tejszínt, üssük bele a tojások sárgáját, adjuk hozzá a cukrot és a vaníliás cukrot. Tegyük vízgőz fölé, majd állandóan kevergetve addig melegítsük, még besűrűsödik. Vegyük le a gőzről és hagyjuk kihűlni.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel a vajat, majd tegyük bele a megmosott és lecsepegtetett eperszemeket, erős lángon hevítsük körülbelül fél percig és utána keverjük a tejszínes krémhez.

A megsült palacsintákat töltsük meg az epres töltelékkel, tekerjük fel, majd tegyük egy vajjal kikent tűzálló tálba. Tetejére kanalazzunk a töltelékből, szórjuk meg porcukorral és szeletelt mandulával. Forró sütőben 20 perc alatt süssük pirosra.

A töltelékek alapját elkészíthetjük vaníliás pudingkrémből is!

**Stohl András előétele**

## **Vadgomba krémleves**

2009-05-15



### **Hozzávalók:**

4 fej vöröshagyma  
5 gerezd fokhagyma  
20 dkg vaj  
60 dkg champion gomba, vargányagomba, kucsmagomba  
1 csomag bacon  
3 dl főzőtejszín  
2 dl tej  
étkezési keményítő, só, fehér bors, olaj  
húslé (1 liter vízhez, 4 db erőleveskocka)

### **Elkészítési mód:**

állaga legyen. Majd a tűzhelyen felforraljuk és két evőkanál keményítővel készre főzzük a vadgomba krémlevest. Apróra vágott, pírított baconkockákkal tálaljuk.

Először főzzük meg a húsleves alapot, aztán tegyük félre. A gombákat apróra vágjuk, majd abba az edénybe öntjük, amiben megpirítottuk előtte a 4 fej vöröshagymát. Felöntjük vízzel, hogy ellepje a gombákat és sóval, illetve borssal ízesítjük. Addig főzzük, míg krémes állaga nem lesz, és hozzáadjuk a reszelt fokhagymákat. Összeöntjük a húsleves alappal és leturmixoljuk a levest. Félrerakjuk és egy pici tejjel meg tejszínnel ízesítjük, hogy krémes állaga legyen. Majd a tűzhelyen felforraljuk és két evőkanál keményítővel készre főzzük a vadgomba krémlevest. Apróra vágott, pírított baconkockákkal tálaljuk.

Stohl András főétele

## Őzgerinc burgonyafánkkal és áfonyalekvárral

2009-05-15



### Hozzávalók:

őzgerinc  
só  
szalonna  
áfonyalekvár  
citrom

### **Elkészítési mód:**

Az őzgerincet egy tepsibe tesszük, amit előtte szalonnával kibéleltünk és citromkarikákat teszünk a husira. Kb. 2 órán keresztül sütjük a sütőben, kb. 200 C fokon. Burgonyafánkkal és áfonyalekvárral tálaljuk.

### **Burgonyafánk:**

#### Hozzávalók:

20 dkg burgonya  
12 dkg liszt  
1 tojássárgája  
2 dkg élesztő  
3 evőkanál tej  
3 dkg vaj  
só  
olaj

### **Elkészítési mód:**

A burgonyát meghámozzuk, kockára vágjuk és sós vízben megfőzzük. Leszűrjük, burgonyanyomóval összetörjük. Az élesztőt langyos, cukros tejben felfuttatjuk. A lisztet összegyúrjuk a tojással, a puha vajjal és az élesztős folyadékkal. Végül összedolgozzuk a főtt burgonyával és a sóval. Letakarva, meleg helyen 1 órán át kelesztjük. A tésztát lisztezett deszkára helyezzük, 2 cm vastagra kinyújtjuk, majd pogácsaszaggatóval körülbelül 3 cm-es átmérőjű korongokat szaggatunk belőle. A tésztát bő, forró olajban kisütjük, de egyszerre csak néhány darabot teszünk a serpenyőbe, mert sülés közben a fánkok megnőnek. Itatósra szedjük, a felesleges zsiradékot lecsöpögtetjük. Köretként kínáljuk.

**Stohl András desszertje**

## **Palacsintatorta**

2009-05-15



### **Hozzávalók:**

300 g liszt  
3 db tojás  
1 kiskanál só  
1 ek cukor  
2 dl tej  
3 dl szóda  
vaníliás és csokis puding (tej, pudingpor)  
szamócalekvár  
eper  
tejszínhab  
csokiszirup

### **Elkészítési mód:**

Kisütjük a palacsinta tésztákat, tetszés szerinti mennyiséget (attól függ, milyen magas tortát szeretnénk), majd megfőzzük a pudingokat. A palacsintarétegek közé felváltva teszünk vaníliás és csokis pudingot, valamint szamócalekvárt, és szépen építgetjük a tortánkat. Amint készen van, hagyjuk kicsit állni, míg teljesen ki nem hűl és tortaszeletekre vágjuk. Szeletenként, tejszínhabbal, csokisziruppal és eperdarabokkal tálaljuk.

Sütő Enikő előétele

## Kivájt avokádóba töltött guacamole rákkal

2009-05-18



### Hozzávalók:

jégsaláta, madársaláta, rukkola saláta

ősz barack

pármai sonka

nagy mozzarella

avokado

tejszín

ketchup

koktél rák

### Elkészítési mód:

Kézzel összetépkedjük a salátát, a pármai sonkát és az őszibarack befőttét. Megöntözzük az őszibarack levével és egy kevés mézzel.

Érett avokádót kikanalizunk, összekeverjük pritaminnal, koktél paradicsommal és uborkával. Az öntethez tejszínt és ketchupot keverünk és megszórjuk rákkal. Ezután visszakanalazzuk az avokádóba. Úgy tálaljuk, hogy alul van a saláta rajta pedig az avokadó.



Sütő Enikő levese

## Csalánteás spenót leves

2009-05-18



### Hozzávalók:

csalánból főtt erős tealé  
1 fej fokhagyma (ha kínai)  
 $\frac{3}{4}$  kg spenót  
1 gyűszűnyi Ouzo  
1 szójatejszín  
olívaolaj  
szerecsendió  
fenyőmag  
borsikafű  
mandula

### **Elkészítési mód:**

Első lépésként főzzünk egy erős csalánteát, majd tíz percig hagyjuk állni és tegyük félre. Második lépésként fonnyasszuk meg a spenótot fokhagymás olajon és öntsük hozzá a csalánteát, majd kis szerecsendióval, borsikafűvel és egy kupak Ouzo-val, szójatejszínnel, sóval és borssal ízesítsük. Az egészet turmixgépbe tegyük és turmixoljuk össze. Majd pirított fenyőmaggal hintsük meg, illetve mandulával és kis szójatejszínnel díszítsük.

**Sütő Enikő főétele**

## **Zöldséges bulgur**

2009-05-18



### **Hozzávalók:**

- 1 zacskó bulgur (búzatöret)
- 3 csomag koriander
- 2 fej lilahagyma
- 1 doboz koktélpáradicsom
- 2 zöld erős paprika
- 1 sárga, 1 zöld, 1 piros piritamin paprika
- 1 csomag menta
- 1 csomag petrezselyem

### **Elkészítési mód:**

A bulgurt forrásban lévő vízben főzzük meg, majd 5 percig hagyjuk állni addig, amíg nem puhul meg. Az apróra vágott zöldségekkel keverjük össze 1 dl olívaolajban és a zöld citrom levével találjuk.

### **Szejtán pörkölt**

### **Hozzávalók:**

- 30 dkg szejtán (búzahús)
- 3 fej vöröshagyma
- 2 üveg biolecsó (vagy saját készítésű)

### **Elkészítési mód:**

Olajon üvegesre párolt vöröshagymába tesszük a szejtánt és felöntjük biovegetás forrásvízzel vagy ásványvízzel. Kb. 7 percig fedő alatt pároljuk, majd biolecsóval összekeverjük és tetszés szerint tovább ízesítjük.

**Sütő Enikő főétele**

## **Mexikói vega rakottas füstölt sajtos kukoricapürével**

2009-05-18



### **Hozzávalók:**

10 db tojás  
cukkini  
mozzarella sajt  
padlizsán  
mexikói csípős paradicsom szósz  
füstölt sajt  
2 doboz kukorica  
vaj  
10 dkg füstölt sajt  
3dl tej  
só, bors, szerecsen dió

### **Elkészítési mód:**

Kivajazzuk a tepsit és az előre meggrillezett cukkinit, padlizsánt, tojást. Mozzarellát sorba kirakjuk amíg kifér a tepsiben. Meglocsoljuk mexikói csípős paradicsom szósszal és füstölt sajttal megszórjuk a tetejét. 20 percig sütjük.

### **Kukorica püré:**

A dobozos vagy mirelit kukoricát 3/4-ed vajon megfuttatjuk. 3-4 percig melegítjük. Ezután összeturmixoljuk egy másik edényben 3 dl tejet, 10 dkg füstölt sajtot sóval, borssal és szerecsendióval 3-4 percig melegítjük. Összekeverjük a turmixolt kukoricával egy serpenyőben. Tálalás előtt megszórjuk sajttal és szerecsendióval.

Sütő Enikő desszertje

## Egzotikus csokoládéhab mézzel

2009-05-18



### Hozzávalók:

70%-os csokoládé  
tojásfehérje  
tejszín  
méz vagy porcukor  
100%-os narancslé  
konyak

### Elkészítési mód:

A csokoládét durva darabokra törjük és felolvasztjuk. Összekeverjük tojásfehérjével és tejszínnel. Kicsit lehűtjük. Tojásfehérjét mézzel és félkemény tejszínhabbal óvatosan összekeverjük, kevés konyakkal ízesítjük. Hozzáadjuk a csokoládét és lehűtjük. 100%-os narancslevet mézzel összeöntjük, tűzön melegítjük, amíg párologni nem kezd. Ezután tejszínnel összekeverjük és a tálalásnál rárakjuk a csokoládé habra.

## Kinter Oszkár előétele

### Zöldséges sushi és Japán miso leves

2009-05-19



#### Hozzávalók:

##### *Alaprizshez:*

1 pohár shusi rizs (japán rövidszemű rizs)  
1 dl rizsecet  
3 evőkanál cukor  
só

##### *Töltelékhez:*

1 csomag tengeri algapapír  
1 db avokádó  
1-1 db színes kaliforniai paprika

A rizst többszöri hideg vízben mossuk meg, csepegtessük le, majd tegyük egy lábasba. Annyi vizet öntsünk rá, hogy ellepje, majd lassú lángon állandó kevergetés mellett főzzük. Ízesítsük sóval. Ha a főzőlevét elfőtte, pótoljuk kevéske vízzel. Addig főzzük még a rizsszemek puhák nem lesznek.

A rizsecetet tegyük, egy kis lábasba adjunk hozzá cukrot, majd forraljuk fel. Óvatosan keverjük a megfőtt és még forró rizshez. Hagyjuk állni addig még langyosra nem hűl.

Az avokádót vágjuk kétfelé, majd a magját vegyük ki, hámozzuk meg, ujjnyi csíkokra vágjuk fel. Ugyanúgy a színes paprikákat is.

Egy tengeri algalapra tegyünk a megfőtt rizsből, tetejére a zöldségeket és mintha rétest készítenénk, göngyöljük fel. Kezünkkel szorosan nyomjuk össze. Vigyázzunk arra, hogy a töltelékből mindenhol egyformán legyen.

Ha elkészült éles késsel szeleteljük fel, tálaljuk kis tálakra, melléje savanyított gyömbért és zöldségmártást kínáljunk.

#### Japán miso leves

#### Hozzávalók:

2 evőkanál étolaj  
3 szelet friss gyömbér  
1 db vöröshagyma  
2 db sárgarépa  
2 szál zellerszár  
egy negyed fej káposzta  
5 pohár víz (1,25 liter)  
4 evőkanál miso paszta (ázsiai élelmiszereket árusító boltokban beszerezhető)  
2 szál újhagyma  
1 evőkanál szezámolaj  
1 csomag tofu

Forrósítsuk fel az olajat egy fazékban, adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát, a felszeletelt gyömbért és pároljuk addig még a hagyma üveges nem lesz. Tegyük bele az ujjnyi csíkokra vágott zöldségeket és további kevergetés mellett pároljuk még pár percig. Öntsük fel vízzel és főzzük 10 percig. Vegyük le a tűzről, majd egy kis tálkába merjünk ki a kész levesből, tegyük bele a miso-t, és egy kanál segítségével keverjük csomómentesre. Öntsük vissza a levesbe, keverjük el benne, majd adjuk hozzá a kis kockákra vágott tofut. A misó-val már nem szabad tovább főzni.

Tálaljuk kis leveses tálkába, csorgassunk a tetejére szezámolajat és szórjuk meg frissen összevágott újhagymával.

**Kinter Oszkár főétele**

## **Argentín bélszín wok-ban sült bébi zöldségekkel**

2009-05-19



### **Hozzávalók:**

25 dkg/fő marha hús

mirelit zöldség

bors

mustár

rozsmaring

Sütés előtt egy nappal pácoljuk be a húst mustáros, rozsmaringos, borsos pácba. Serpenyőben süssük ki a húst. Egy wokban pároljuk meg a zöldségeket. A húst és a zöldséget áfonyalekvárral tálaljuk.

Kinter Oszkár desszertje

## Gyümölcsös joghurttorta

2009-05-19



### Hozzávalók:

szezonális gyümölcsök  
4 db natúr joghurt  
6 evőkanál cukor  
2 evőkanál zselatin por  
2 csomag vaníliás cukor  
3 dl tej  
2 csomag tejhab pótló

### Elkészítési mód:

Ha nincs torta formánk egy tepsí alját alufóliával béleljük ki és ne túl sűrűn rakjuk ki gyümölcsökkel. Egy edénybe öntsük össze a hozzávalókat és lassú tűzön keverjük össze, amíg csomómentes nem lesz. A tejjel és habfixálóval kemény habot készítünk és összeontjuk a másik masszával, majd a többi gyümölcsöt is hozzáadjuk. 2-3 órát hűlni hagyjuk a hűtőben.

## Delhusa Gjon előétele

### Joghurtos uborkasaláta és Ajvár

2009-05-20



#### Joghurtos uborkasaláta

##### Hozzávalók:

- 1 kg lecsöpögtetett zsíros joghurt
- 2 nagy kígyóuborka
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 marék apróra vágott friss kapor vagy menta esetleg petrezselyemlevél

##### Elkészítés:

Az uborkát lereszeljük, besózzuk, hagyjuk állni egy ideig majd kinyomkodjuk a levét. Megtisztítjuk a fokhagymát és átnyomjuk a fokhagymaprésen. Apróra vágjuk a friss fűszerleveleket, tetszés szerint lehet közülük választani, majd mindent összekeverünk. Jó, ha legalább fél napot áll, hogy az ízek összeérjenek.

**Tipp:** a joghurtot egy éjszakára gézbe vagy kéztörölő papírral bélelt szűrőedénybe kell önteni, majd egy tálba tenni, hogy kicsöpögjön a savó belőle, így sűrű joghurtkrémet fogunk kapni.

#### Ajvár

##### Hozzávalók:

- 1 kg padlizsán
- 1 kg paradicsompaprika
- 80 dkg vöröshagyma
- 1 evőkanál só
- 3-4 dl étolaj
- 0,5 l paradicsomlé
- 2 db babérlevél
- 1 db cukkini
- 2 ág friss bazsalikom

A padlizsánokat mossuk meg jól, majd szurkáljuk meg villával. Tegyük egy sütőlapra, vagy a kerti grillsütő parázsára és addig süssük, még bőre barna nem lesz, a közepe pedig puha. Ha kihűlt szedjük le a bőrét, és a húsát aprítsuk fel.

Egy nagy fazékban forrósítsuk fel az étolajat, adjuk a finomra összevágott vöröshagymát, kis kockára vágott cukkinit és a húsdarálón ledarált paradicsompaprikát. A paprikát összeapríthatjuk konyhai gyorsvágó gépben is. Adjuk hozzá a babérlevelet és az összevágott bazsalikomot is. Pároljuk addig még a hagyma és a paprika sülni kezd, ez körülbelül 35-40 perc. Vigyázzunk, állandóan kevergessük, mert könnyen leéghet! Tegyük bele a megsütött padlizsándarabokat, ízesítsük sóval és öntsük bele a paradicsomlevet is. Főzzük még 15 percig, akkor jó, ha az olaj feljön már a tetejére. Töltsük tisztára mosott befőttés üvegekbe, zárjuk le jól, és azonnal fordítsuk fejre. Így nem kell tartósítószer használni az eltevéshez.



**Keleti Andrea előétele**

## **Ananász-krémleves**

**2009-05-20**



### **Hozzávalók:**

egész ananász  
ananász lé  
fajéj  
vaníliás cukor  
citrom lé  
tejszín  
tejföl

### **Elkészítési mód:**

A cukrot karamelizáljuk, felöntjük egy kevés vízzel, majd hozzáadjuk az ananászt és az ananász levét. Ezt főlfőzzük. Fahéjjal, vaníliás cukorral, és citromlével ízesítjük, ezután hozzáadunk egy tejszínes tejfölös habarást.

**Pákó előétele**

## **Lapos kenyér és Sült banán**

2009-05-20



### **Hozzávalók:**

#### ***Lapos kenyér:***

50 dkg teljes kiőrlésű búzaliszt

1 teáskanál só

1 teáskanál sütőpor

#### ***Sült banán:***

2 kg éretlen banán

1 l étolaj

### **Elkészítési mód:**

#### ***Lapos kenyér:***

Rá kell szórni a sütőport és a sót a lisztre, majd annyi vízzel kell összegyúrni, hogy kemény tésztát kapjunk. Egy lisztezett deszkán át kell gyúrni, és utána körülbelül két diónyi gombócokat kell formázni belőle. A gombócokat liszttel meghinteni, majd vékonyra, körülbelül palacsinta nagyságúra és vékonyságúra kell nyújtani. Ezeket a lapokat száraz felhevített serpenyőben kell egyenként megsütni. Mindkét oldalát körülbelül 2-2 percig.

#### ***Sült banán:***

A felkarikázott banánt forró olajban, mint a burgonyát kisütjük. Ha ropogós pirosra sült szűrőkanállal itatóspapírra szedjük.

**Delhusa Gjon főétele****Narancsos töltött csirkemellek**

2009-05-20

**Hozzávalók:**

4 csokor újrépa  
 5 db csirkemell filé  
 darált bors  
 3 ág friss kakukkfű  
 4 evőkanál olívaolaj  
 só  
 2 db narancs  
 1 diónyi friss gyömbér  
 3 dl tejszín  
 1 pohár natúr joghurt  
 1 teáskanál mustár  
 2 kg édesburgonya

Vágjuk ketté a csirkemelleket, úgy hogy két nagy szeletet kapjunk. Klopfolóval kissé ütögetjük meg, csorgassunk rá olívaolajat, tépkedjük rá a kakukkfű leveleit, kenjük meg reszelt narancshéjjal, szórjuk meg darált borssal és sóval. A befűszerezett csirkemelleket kenjük meg vékonyan natúr joghurttal, így nagyon puhák lesznek. Tegyük a hűtőbe legalább fél órára, hogy a fűszerek íze jól átjárja. Forraljunk fel egy fazékban sós vizet, majd tegyük bele az ujjnyi csíkokra felvágott tisztított sárgarépákat. Forrástól számítva főzzük 3-4 percig, utána szedjük ki a főzővízből, és hűtsük le hideg folyó vízzel.

Tegyük a befűszerezett csirkemellek közepébe 3-4 szálleforrázott sárgarépát, göngyöljük fel, majd fogvájóval tűzzük össze. Pár evőkanál felhevített olívaolajon egy nagy serpenyőben mindkét oldalát süssük elő, majd szedjük át egy tepsire, előmelegített sütőben 180 fokon 6-8 perc alatt süssük készre. Míg a megtöltött csirkemellek a sütőben sülnék, készítsük el a narancsos mártást hozzá. A serpenyőben, amiben elősütöttük a csirkemelleket, öntsük a tejszínt, tegyük hozzá egy narancs lereszelt héját, fűszerezzük darált borssal, lereszelt gyömbérrel, sóval, egy teáskanálnyi mustárral, majd forraljuk kis lángon pár percig, míg sűrűsödni nem kezd. Vegyük le a tűzről, és tegyük hozzá a félbevágott narancsgerezdeket. A narancsszeletekkel már nem kell tovább főni. Ha a mártás túl sűrű lenne, kevés vízzel hígíthatjuk, de ebben az esetben újra fel kell forralni. Célszerű a narancsokat csak a tálalás előtt belekeverni a kész és forró mártásba.

**A köret:**

Hámozzuk meg az édesburgonyákat, vágjuk falatnyi darabokra, majd tegyük egy nagy tálba. Csorgassuk meg 4-5 evőkanálnyi olívaolajjal, daráljunk rá borsot, és sózzuk meg. Sütőpapírral béleljünk ki egy nagy tepsit, majd öntsük a befűszerezett édesburgonyát bele. Tegyük forró kb. 160-180 fokos sütőbe, és hőlégkeverés mellett süssük 35, 40 percen keresztül, míg puha nem lesz.

Tálaláskor tegyük nagy tányérok szélére a megsült édesburgonyából, tegyük két darab megtöltött és megsült csirkemellet melléje, majd kanalazzunk rá a narancsos szószból. Pár ág friss fűszerlevéllel dekorálhatjuk.

Keleti Andrea főétele

## Dzsungellevélben sült hal gazdagon

2009-05-20



### Hozzávalók:

ponty

hagyma

sajt

grillfűszer keverék

tejföl

banánlevél - de helyettesíthető sima alufóliával

### A haltálhoz:

lazac

spenót

sajt paradicsom

### Elkészítési mód:

Készítsük elő a pontyot. A fűszerezéshez használhatunk grillcsirkéhez való fűszerkeveréket is. Egy marék hagymával megszórjuk a tetejét. Meghintjük reszelt sajttal és 2 evőkanál tejfölt rakunk a tetejére. Banánlevélbe vagy fóliába becsavarjuk. Kb. 50 percig süssük a sütőben.

### Haltál gazdagon:

Vajon és fokhagymán futassuk meg a lazacot, majd adjunk hozzá spenótot. Készítsünk hozzá besamelmártást. Rakjunk a tetejére sajtot és paradicsomot. 10-15 percig süssük sütőben. A vegetáriánusok a lazacot padlizsánnal helyettesíthetik.

**Pákó főétele****Struccpörkölt tojásrántottával**

2009-05-20

**Hozzávalók:**

1kg strucchús  
2paradicsomkonzerv  
8db vöröshagyma  
2paradicsom  
2 ev kanál pirospaprika  
1db strucctojás

**Elkészítési mód:**

A hagymát, felkockázzuk és átlátszóra pirítjuk egy kevés olajon. Azután a húst is 5 percig nagy lángon megpirítjuk, közben beletesszük a paradicsomot, végül a pirospaprikát és összekeverjük.

Annyi vizet adunk hozzá, ami épp ellepi, hogy legyen miben megfőnie, aztán pedig néha kevergessük meg és közben kóstoljuk meg a húst, hogy puha-e már. Körülbelül 50perc alatt fő meg a strucchús. Ha elkészült, kisedjük egy tálba és elkészítjük mellé a strucctojásból a tojásrántottát, azután pedig feltálaljuk.

**Delhusa Gjon desszertje****Madártej**

2009-05-20

**Hozzávalók:**

1,5 liter tej  
6 tojás  
15 dkg cukor  
liszt  
1 db vanília  
1 csipetnyi só

A tojásfehérjékből - 5 dkg cukorral – verj kemény habot, a tej felét forrald fel, majd a habból (egy evőkanállal) szaggass bele nagy galuskákat. Lassú tűzön főzd, s ha félig már megszilárdult, óvatosan fordítsd át. Amikor kész, szedd ki, és tedd félre. Ezután öntsd hozzá a tejhez a másik felét is, tegyél bele egy (2-3 darabra tört) rúd vaníliát, egy csipetnyi sót, majd forrald fel. A tojások sárgáját dolgozd el a maradék cukorral és egy teáskanálnyi liszttel. Néhány kanálnyi tej hozzáadásával hígítsd fel ezt a keveréket, majd lassan csurgasd a tejbe. Kevergetve főzd, míg kissé be nem sűrűsödik. Akkor húzd félre (szedd ki belőle a vaníliát), hagyd kihűlni, majd tedd a tetejére a galuskákat, s a tálalásig jól hűtsd be.

Keleti Andrea desszertje

## Egzotikus rizsfelfújt kivi szósszal

2009-05-20



### Hozzávalók:

tejberizs

1 tojássárgája

vaníliás cukor

aszalt gyümölcs

### Elkészítési mód:

A tejberizshez adjunk egy kevés vizet és cukrot. A tojáshabot keverjük össze vaníliás cukorral és adjuk a tejberizshez, majd tegyük a sütőbe. A tetejét aszatgyümölccsel díszítsük. Mártásnak használhatunk lekvárt vagy gyümölcszószoikat.

**Pákó desszertje****Kókuszgolyó**

2009-05-20

**Hozzávalók:**

50 dkg háztartási keksz  
10 dkg vaj  
2 evőkanál kakaó  
20 dkg porcukor  
1 mokkáskanálnyi rumaroma  
1 csomag kókuszreszelék  
1 üveg meggybefőtt

**Elkészítési mód:**

A kekszet ledaráljuk, összekeverjük cukorral, kakaóval és szobahőmérsékletű vajjal. A meggybefőtt rumaromával ízesített levéből annyit teszünk hozzá, hogy formálható legyen. Nedves kézzel golyókat készítünk belőle, és egyenként megforgatjuk a kókuszreszelékben. Fóliával letakarva hűtőszekrénybe tesszük, míg megkeményedik. Tálaláskor 3 db golyót felhúzzunk egy nyársra, majd banánlevéllel borított tányérra tálaljuk, mellé kanalazzunk a mangó salátát.



Pécsi Ildikó előétele

## Eperleves

2009-05-25



### Hozzávalók:

földieper  
porcukor  
tejszín  
tejszínhab

A fagyasztott földiepret felolvasztjuk egy jénai tálban. A már levet eresztett epret, kézzel összegyömöszöljük, de tetszés szerint hagyhatunk benne nagyobb darabokat is. Erős földieper teát készítünk, és megfelelő sűrűségűre hígítjuk az epret. Porcukorral édesítjük. Mennyiségéhez képest tejszínnel sűrítjük. Ha elég ízletesnek találjuk, tejszínhabbal díszíthetjük, majd tálalásig a hűtőben tartsuk.

Cukorbeteg, fogyókúrázó édesítőszerrel készíthetik, de nélküle is ízletes, és pillanatok alatt elkészül.

Pécsi Ildikó főétele

## Vegetáriánus székelykáposzta

2009-05-25



### Hozzávalók:

vöröshagyma  
paprika  
kaliforniai paprika  
savanyú káposzta  
tejföl  
paradicsom  
gomba

Nem túl apróra felvágjuk a vöröshagymát, üvegesre pároljuk, bőven teszünk bele piros paprikát. Majd belerakjuk a meghámozott paradicsomokat, paprikákat, ízletesebbé tehetjük színes kaliforniai paprikával. Kis ideig pároljuk, hogy ropogósak maradjanak, majd hozzáadjuk az átmosott, kinyomkodott savanyú káposztát. Összefőzzük. Vigyázzunk, hogy a káposzta is ropogós maradjon, ezért gyorsan adjuk hozzá a felaprított gombát, néhány perc elteltével pedig hozzáadjuk a tejfölt és készre főzzük.

Pécsi Ildikó desszertje

## Lapos sütemény

2009-05-25



### Hozzávalók:

rétes lapok  
alma  
porcukor  
fahéj  
túró  
citromhéj  
tejföl  
vaj

Rétes lapokat vásárolunk.

**Almás töltelék:** a héjától megfosztott almákat szabálytalanul kisebb, nagyobb darabokra vágjuk. Porcukorral, fahéjjal ízesítjük.

**Túrós töltelék:** összekeverjük a túró, porcukrot, reszelt citromhéjat, és a tejfölt.

Ha elkészültünk a töltelékekkel, vegyünk elő egy tepsit. Vajazzuk ki az alját, terítsük rá az első két réteslapot jó, ha a szélét lelógva hagyjuk. A leterített lapokat olvasztott vajjal kenjük meg, terítsük szét rajta a túrós töltelék felét. Takarjuk le réteslapokkal az előbbi módon: vajazzuk meg, terítsük szét a darabolt almákat, ismét takarjuk be réteslapokkal, kevés vajjal és a maradék túrótöltelékkel kenjük meg, és rakjuk rá az utolsó réteslapokat is. A teps oldalán lecsüngő réteslap darabokat tépkedjük le, és szórjuk szét a sütemény tetején. Rakjuk előmelegített sütőbe, és amikor a süti tetején levő tésztadarabok ropogós pirosok, és a tésztába beszúrt villát is tisztán húzzuk ki, akkor készen van. Vaníliás porcukorral megszórhatjuk és melegen tálaljuk.

Dammak Jázmin előétele

## Thai kókusztejes leves

2009-05-26



### Hozzávalók:

25 deka csirkemell  
1 gerezd fokhagyma  
2 ek olaj  
2 cs currypaszta  
8 dl krémes kókusztej  
1 ek méz  
2 szál thai citromfű  
1 darabka citromhéj  
só  
bors  
örölt koriander  
0,5 dl tejszín

### Elkészítés:

A húst apró kockákra vágjuk és a szétnyomott fokhagymával együtt megpirítjuk a forró olajon. Hozzákeverjük a currypasztát, 1-2 percig tovább pirítjuk vele. Felöntjük kókusztejjel, sózzuk, borsozzuk, őrölt korianderrel és egy darabka citromhéjjal fűszerezzük, majd a mézzet és a húsklopfolóval kicsit megütögetett thai citromfűvet is belefőzzük. Amikor puhára főtt a hús, kisedjük a levesből a citromfűvet és a citromhéjat. A főzés közben elpárolgott folyadékot vízzel vagy kókusztejjel pótoljuk, végül belekeverjük a tejszínt, és ha kell megsózzuk.

**Dammak Jázmin főétele****Kuszkusz-tésztás marha zöldségekkel**

2009-05-26

**Hozzávalók:**

50 dkg marhahús  
 1 fej vöröshagyma  
 3 gerezd fokhagyma  
 10 dkg sárgarépa  
 10 dkg fehérrépa  
 10 dkg zellergumó  
 20 dkg burgonya  
 10 dkg cukkini (vagy tök)  
 10 dkg paprika  
 15 dkg paradicsom  
 1 dl olívaolaj  
 erőspaprika ízlés szerint  
 1 csipet római kömény  
 30 dkg kuszkusz  
 2 dl paradicsomlé

**Előkészítés:**

A húst megmossuk, leszárítjuk, és nagyobb kockákra vágjuk. A zöldségeket értelemszerűen megtisztítjuk és megmossuk. A hagymát, a fokhagymát finomra, a többi zöldséget nagyobb darabokra vágjuk.

**Elkészítés:**

Felforrósítjuk az olajat, megfuttatjuk benne a hagymát, majd rátesszük a húst, és fehéredésig pirítjuk. Sózzuk, ízlés szerint erős paprikával ízesítjük, belekeverjük a fokhagymát és a római köményt. Annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje a húst. A kuszkuszt szitába tesszük, azt ráhelyezzük a húsos lábas tetejére, és lefedjük. Pároljuk 1 órán át, ha kell, pótoljuk a vizet, és megkevergetjük a kuszkuszt. Amikor a hús elkezd puhulni, beletesszük a zöldségeket, és beleöntjük a paradicsomlevet. Ha szükséges, utána ízesítjük, és készre pároljuk. Amikor megpuhult a hús, levesszük a tetejéről a kuszkuszt, átkeverjük kevés sóval és olívaolajjal. A kuszkuszt a tányér közepére halmozzuk, és a zöldséges, paradicsomos, húsos raguval körítve tálaljuk.

**Dammak Jázmin desszertje**

## **Mandulás torta**

2009-05-26



### **Hozzávalók:**

4 tojás  
4 evőkanál édesítőpor + a szóráshoz  
17,5 dkg liszt  
2,5 dl tej  
50 dkg szilva  
1 teáskanál vaj a formához  
1 dkg mandulaforgács

### **Előkészítés:**

A tojásokat az édesítőporral habosra keverjük. Fokozatosan beledolgozzuk a lisztet, a tejet és végül 1 csipet sót. A tésztát letakarjuk, és a hűtőben 30 percig pihenni hagyjuk.

### **Elkészítés:**

A szilvát megmossuk, lecsepegtetjük, kettévágjuk, és kivesszük a magját. A sütőt 160 fokra (gázsütő 1. fokozat) előmelegítjük. Kikenünk vajjal egy kb. 28 cm átmérőjű gyümölcstortaformát (vagy tűzálló tálat). A tésztát a formába öntjük, vágott felükkel felfelé belenyomkodjuk a szilvát, és megszórjuk a mandulaforgáccsal. A sütőben kb. 45-50 percig sütjük. Tálalás előtt megszórjuk édesítőporral.

Müller Attila előétele

## Arab mandulás csirkeleves

2009-05-27



### Hozzávalók:

1/2 kg tisztított csirkeaprólék  
1 csirkehúsleves-kocka  
1 ek Vegeta  
1/2 l víz  
1 ek finomra vágott petrezselyem  
1 szem kimagozott cseresznyepaprika  
3 dkg forrázott, őrölt mandula  
1 ek vaj  
1 ek kukoricaliszt  
1 ek citromlé  
só  
1 tojássárgája  
2 ek tejszín  
pita

### Elkészítési mód:

Lassú tűzön, lefedve főzzük a csirkeaprólékot, a vizet, a petrezselymet és a cseresznyepaprikát, amíg a csirkeaprólék meg nem puhul. Ekkor adjuk hozzá a csirkehúsleves-kockát, a Vegetát és az őrölt mandulát, és főzzük még 10 percig. Készítsünk világos rántást a vajból és a kukoricaliszból. Vegyük le a húslevest a tűzről, szedjük ki belőle a húst. Ha kihűlt a leves, öntsük a keverőbe a tojássárgájával, citromlével, sóval és tejszínnel együtt. Keverjük jól össze, majd keverjük hozzá a rántást. Tegyük vissza a tűzre. Ne forraljuk, csak pároljuk 5 percig. Tálaljuk forrón, csészékben, pirított pitával.

Müller Attila főétele

## Bárányárs joghurtos pácban

2009-05-27



### Hozzávalók:

1 kg bárányhús megtisztítva és 3 cm-es kockákra vágva  
3 fej vöröshagyma vastag karikákra vágva  
3 ek olívaolaj  
1 gerezd reszelt fokhagyma  
1 ek törött bors  
arab fűszer keverék (fahéj, szegfű, bors, szerecsendió)  
koriander  
késhegynyi csípős pirospaprika  
só  
2 dl joghurt  
1 fej saláta  
paradicsom, paprika  
grillzöldségek  
6 illatos fából készült grillpálcika

### Elkészítési mód:

Tegyük edénybe a joghurtot az összes fűszerrel, jól keverjük össze. Tegyük bele a húst, pácoljuk min 3 órán keresztül. Vizezzük meg a nyársakat, és húzzunk felváltva a pálcikákra a húsból és a hagymából. (csomagoljuk be alufóliába, így jobban átsül) Szabad tűzön, forgatva süssük puhára. Mellé grillezhetünk zöldségeket, vagy krumplit. Tálalhatjuk fűszeres rizzsel is. Mossuk meg jól a saláta alpokat, vágjuk fel, joghurtos saláta öntettel, olívaolajjal ízesítsük. Egy tálba rakjunk külön saláta leveleket, és helyezzük rá körben a nyársakat. Azonnal tálaljuk.



**Müller Attila desszertje**

## **Placuski**

2009-05-27



### **Hozzávalók:**

1 bögre tej  
1 bögre liszt  
1 bögre dió  
1/2 bögre cukor  
1 tojás  
1 kanál zsír  
1 sütőpor  
1 vaníliáscukor  
citromhéj

Ígény szerint arányosan növeljük az adagokat (ez kb. 2-3 személyre elég)

### **Elkészítési mód:**

Jól összekeverjük a hozzávalókat majd tepsibe öntjük, ízlés szerint ízesítjük. Bármilyen gyümölcs, túró, csoki, akármi mehet bele. Végül előmelegített sütőben megsütjük.

**Pokrivtsák Mónika előétele**

## **Avokádó krém, tortilla chips, grillezett kecskesajttal**

2009-05-28



### **Hozzávalók:**

avokádó  
gerezd fokhagyma  
nagy paradicsom  
citrom  
só  
fehérbors  
feketebors  
tortilla chips  
kecskesajt  
tönköly fehérliszt  
oliva- vagy hidegen sajtolt napraforgóolaj

### **Elkészítési mód:**

Az avokádókat megpucoljuk, és apró darabokra vágjuk. Hozzáadjuk a lereszelt fokhagymát, fehérborsot, sót, pici feketeborsot, citromlevet, és krémmé mixeljük, de csak annyira, hogy maradjanak benne darabok. A paradicsomot aprókockákra vágjuk, ízlés szerint belekeverjük, de lehet mellé is tálalni. Tortilla chips-szel fogyasztandó.

**Grillezett kecskesajt:** a sajtokat a hűtőből kivesszük, megforgatjuk lisztben, majd forró olajban kisütjük.

**Pokrivtsák Mónika főétele**

## **Rántott spenót fasírt, tofu, szeitán, kukoricás jázminrizsszel, avokádó salátával**

2009-05-28



### **Hozzávalók:**

spenót  
zabpehely  
tönköly kenyérmorzsa  
vöröshagyma  
fokhagyma  
élesztőmentes kenyér  
só  
fehérbors  
feketebors  
tofu  
szeitán  
jázminrizs  
kukorica  
olívaolaj  
hidegen sajtolt napraforgóolaj  
tönköly fehérliszt  
jégсалáta  
avokádó  
paradicsom  
avokádóolaj  
citromlé  
só

### **Elkészítési mód:**

**Saláta:** összevágjuk a jégсалátát, kockára vágjuk a paradicsomot és az avokádót. Sót adunk hozzá, citromlével valamint olíva olajjal meglocsoljuk. Az egészet átforgatjuk. (Lehet paradicsom nélkül is csinálni).

**Rizs:** a rizst kevés olajon megpirítjuk, majd felengedjük vízzel, hozzáadunk sót. Kb. 15 perc alatt elkészül, a végén hozzáadjuk a kukoricát és az apróra vágott petrezselymet, majd átforgatjuk. Ízlés szerint sót és borsot tehetünk még hozzá.

**Spenót fasírt:** a zabpehelyet megpirítjuk egy kis olajon, majd felengedjük vízzel és főzzük kb. 10-15 percig (puha kásás legyen). Az élesztőmentes kenyeret felszeleteljük és melegvízbe beáztatjuk. A spenótot (a fagyasztott a legegyszerűbb) egy nagy tálba tesszük, hozzáadjuk a kinyomkodott kenyeret, a zabpehelyet, sót, apróra vágott vöröshagymát, lereszelt fokhagymát, fehérborsot, feketeborsot, annyi tönköly morzsát, hogy összeálljon. Összegyúrjuk, gombócokat formálunk, majd megforgatjuk tönkölymorzsában (prézli) és a fasírtokat forró olajban kisütjük. A tofut és a szeitánt megsózzuk, pici borssal megszórjuk, hagyjuk állni. A lisztet vízzel összekeverjük, hogy massa legyen. Ebbe mártjuk a tofukat és a szeitánt, utána tönköly morzsába forgatjuk. Forró olajban kisütjük.

Pokrivtsák Mónika desszertje

## Gyümölcsös öntött süti

2009-05-28



### Hozzávalók:

tönköly fehérliszt  
tojás  
nádcukor  
növényi margarin  
só  
szódabikarbóna  
őszibarack  
málna  
rizstej  
pudingpor  
vaníliás cukor  
sárgabaracklekvár  
whisky  
növényi tejszínhab-spray

### Elkészítési mód:

**Piskóta:** a tojásfehérjét habbá verjük, hozzáadjuk a cukrot, a tojás sárgáját, csipetnyi sót, majd a lisztet és a szódabikarbónát. Annyi evőkanál cukor, liszt kell, ahány tojásból készítjük. Folyamatosan kell keverni. A tepsit a margarinnal kikenjük, liszttel meghintjük, és előmelegített sütőben sütjük, kb. 160 fokon. FONTOS! Nem szabad kinyitni a sütő ajtaját, mert összeesik.

**Puding:** mint a hagyományos. A pudingport kevés tejjel, vaníliás cukorral összekeverjük, a többi tejhez hozzáadjuk a cukrot, felforraljuk, majd amikor forr, folyamatos keverés közben hozzáadjuk a pudingport, egy perc után levesszük a tűzhelyről. Vigyázat, hamar megdermed! Mónika rizstejet használtam, és bio pudingport, valamint nádcukrot.

A piskótát darabokra vágjuk, egy nagy tálba tesszük, megkenjük egy kis lekvárral, két kávéskanál whisky-vel meglocsoljuk, rátesszük a megpucolt, felszeletelt barackot, málnát, ráöntjük a pudingot, majd megismételjük az egészet, így kétemeletes lesz. Ha kihűlt hűtőbe tesszük pár órára, hogy összeérjen. Tálaláskor tejszínhabbal díszítjük.

Szerednyei Béla előétele

## Insalata caprese

2009-05-29



### Hozzávalók:

mozzarella  
olívabogyó (fekete, zöld)  
cipribogyó  
paradicsom  
ruccola  
Fűszerek:  
oregano  
bazsalikom  
só  
fokhagyma  
olívaolaj  
szójaszós

### Elkészítési mód:

A hozzávalókat összevágom, szépen elrendezzük a tányérokon, fűszerezzük és hidegen tálaljuk.

Szeredneyei Béla főétele

## Mangalica nyárs és süllő grillezve

2009-05-29



### Balatoni fogasbatyu

#### **Hozzávalók:**

1 kg fogasfilé,  
halfűszer-keverékek,  
zeller  
cukkini  
répa  
olívabogyó  
capribogyó  
fokhagyma  
só

#### **Elkészítési mód:**

A fogasfilét feldaraboljuk, kicsit beirdalva fűszerezzük, julien-re vágott zöldségekkel, valamint olívabogyó karikákkal, capribogyókkal megszórjuk, olívaolajjal megöntözzük és egy fóliából készített batyuban grillen puhára pároljuk körülbelül 10 percig.

### Mangalica nyárs

#### **Hozzávalók:**

1 kg mangalica szűzpecsenye  
20 dkg bacon szalonna  
mustáros páclé

#### **Elkészítési mód:**

A szűzpecsenyét kis karikákra vágjuk, pácoljuk, majd bacon szalonnába tekerve, nyársra tűzzük és a grillen pirosra sütjük.

Mindkét főételt fóliában sült főtt burgonyával tálaljuk, és reszelt sajttal ízesítjük.

Szerednői Béla desszertje

## Sárgadinnye fagyimámmal

2009-05-29



### Hozzávalók:

1 db sárgadinnye  
madártej fagylalt  
amaretto likőr

### Elkészítési mód:

A sárgadinnyét cakkozva félbevágjuk, magozás után kis gömböket formázok a belsejéből, és fagylalt gömbökkel keverve, amarettoval ízesítve, a héjába visszatálalva szervírozzuk.

Kovács Ági előétele

## Sonkába tekert rukola saláta

2009-08-10



### Hozzávalók:

20 dkg juhtúró  
2 evőkanál peszto  
12 szelet sonka  
10 dkg rukkola levél  
2 evőkanál olívaolaj

### Elkészítési mód:

Tegyük egy tálba a túrót, kanalazzuk rá a pesztót, majd keverjük jól össze. Mossuk meg hideg vízben a rukkola salátát úgy, hogy a végeinél összefogjuk, így nem keverednek össze a végeik. Tegyük egy csepegtető tálba, és várjuk meg, míg jól lecsepeg.

Kenjük meg egyenként a sonkaszeleteket a pesztós juhtúróval, közepére helyezzünk egy kis csokornyit a megmosott salátából, majd óvatosan göngyöljük fel.

Tegyük a megtöltött sonkaszeleteket nagy tányérra, csorgassuk meg olíva, vagy tökmagolajjal. Ha kiadós reggelinek szánjuk, készíthetünk mellé habart tojást is.

Elkészíthetjük a tekercseket füstölt lazaccal vagy sajtszeletekkel is, bazsalikom peszto helyett használhatunk aszalt paradicsomból készített változatot is.



**Kovács Ági főétele**

## **Tejszínes mustáros pulyka olasz tésztával**

**2009-08-10**



### **Hozzávalók:**

40 dkg pulykamell filé

3 dl tejszín

3 szál újhagyma

1 csokor bazsalikomlevél

só

darált bors

4 evőkanál olívaolaj

40 dkg tészta, 2 evőkanál mustár

### **Elkészítési mód:**

Vágjuk ujjnyi csíkokra a pulykahúst, majd csorgassuk az olívaolajat egy nagy serpenyőbe. Forrósítsuk fel, tegyük bele a húscsíkokat. Erős lángon állandóan kevergetve pirítsuk meg. Ha a hús szélei pirulni kezdenek, öntsük rá a tejszínt, kanalazzuk rá a mustárt, daráljunk rá borsot, és ízesítsük sóval. Tegyük hozzá a felkarikázott újhagymát és forraljuk jól össze. Főzzük ki a tésztát sós vízben, majd tálaljunk egy-egy adagnyit nagy tányérokra. Tetejére kanalazzunk a tejszínes mustáros pulykából. A tészta tetejét reszelt parmezán sajttal megszórhatjuk.

**Kovács Ági desszertje**

## **Csokoládé mousse**

2009-08-10



### **Hozzávalók:**

40 dkg étcsokoládé

3 db tojás

0,5 liter tejszín kemény habbá verve

3 evőkanál cukor

### **Elkészítési mód:**

Vízgőz felett, kevergetés mellett olvasszuk meg a csokoládét. Majd egy nagy keverő tálba üssük bele a tojásokat és szórjuk rá a cukrot.

Egy nagy lábasba forraljunk vizet, tegyük a tetejére a keverőtálat, majd habverővel a vízgőz felett keverjük belőle sűrű habot. Vegyük le a gőzről, állandó kevergetés mellett csorgassuk bele a felolvasztott csokoládét. Ha kissé kihűlt óvatosan keverjük a kemény habbá felvert tejszínt, öntsük lapos üvegedénybe vagy poharakba és tegyük a hűtőbe legalább fél napra. Tálaláskor két melegvízbe mártott evőkanál segítségével formázzunk belőle ovális gombócokat, majd óriás tányéron gyümölcsszósszal leöntve szervírozhatjuk.

Nyertes Zsuzsa előétele

## Sárgarépa csíkok kéksajtos mártással és paradicsomos sajtos saláta

2009-08-11



### Hozzávalók:

sárgarépa  
rokfort sajt  
tejföl  
fokhagyma  
só, fehér bors  
paradicsom  
fejes saláta  
kukorica  
oliva bogyó

### Elkészítési mód:

A megpucolt sárgarépát szeleteljük csíkokra. A mártáshoz villával összetörjük a sajtot, majd összekeverjük a többi hozzávalóval. Tálalásig a hűtőben tároljuk. A paradicsomos salátához is ugyanezt az öntetet használjuk.

Nyertes Zsuzsa főétele

## Római tálban sült csülök kifli burgonyával

2009-08-11



### Hozzávalók:

csülök  
hagyma  
fokhagyma  
tejföl  
liszt  
piros paprika  
só  
bors

### Elkészítési mód:

A római tálát vízbe beáztatjuk. A csíkokra szeletelt csülköt lisztben, piros paprikában, megforgatjuk, sózzuk és borsozzuk. A felszeletelt csíkokat sorban elhelyezzük a római tálban, erre hagymát helyezünk és így tovább rétegezzük. A tetejére, fokhagymás tejfölös szószt öntünk. 250 fokos sütőben ½ órát sütjük.

Nyertes Zsuzsa desszertje

## Aranygaluska vanília sodóval

2009-08-11



### **Hozzávalók:**

#### ***A tésztához:***

250 g liszt  
25 g porcukor  
25 g vaj  
20 g élesztő  
3 g só  
1 db egész tojás  
130 ml tej  
1 db citrom héja

#### ***A vaníliasodóhoz:***

750 ml tej  
1 db vaníliarúd belseje  
4 db tojássárgája  
50 g cukor  
40 g liszt  
kevés rum

#### ***A szóráshoz, kenéshez:***

80 g darált dió  
80 g kristálycukor  
olvasztott vaj

### **Elkészítési mód:**

Az összes összetevőt mérjük ki egy üstbe úgy, hogy az élesztő ne érintkezzen közvetlenül a sóval. Majd gyúrjuk teljesen simára a tésztát. Ezután 30 percig pihentessük a tésztát. Míg kel a tésztánk, vékonyan vajazzunk, lisztezzünk ki egy 26 cm átmérőjű tortakarikát. Keverjük össze egy tálban a szóráshoz előkészített darált diót a kristálycukorral. Ha megkelt a tésztánk, nyújtsuk ki 2 cm vastagra, majd nagyjából egyforma darabokat szaggassunk belőle pogácsaszaggatóval, maradék nélkül. A kiszaggatott tésztákat egyenként olvasztott vajjal alaposan leecseteljük, majd alaposan a cukrozott dióba forgatjuk, végül szorosan a kivajazott formába tesszük. Ha megtelt a forma, a maradék cukros dióval megszórjuk, és újabb 30 percen át kelesztjük. Míg kel az aranygaluska, elkészítjük a vaníliasodót. A cukrot és a lisztet egy tálba tesszük, alaposan elkeverjük. Hozzáadunk 100 ml tejet, valamint a tojások sárgáját. Ezzel csomómentesre keverjük. A maradék tejet feltesszük főni a vaníliarúd közepével, majd ha felforrt, vékony sugárban, folyamatos keverés mellett a tojássárgás alaphoz öntjük. Az így kapott keveréket visszaöntjük a fazékba, és kis lángon besűrítjük, míg ízében elmúlik a lisztes érzet. Végül adjuk hozzá a rumot is. A megkelt aranygaluskát 170 C-os előmelegített sütőben 30-35 perc alatt készre sütjük. Kihűlés után meleg vaníliasodóval leöntve tálaljuk.

Deutsch Anita előétele

## Őszibarack-krémleves

2009-08-12



### Hozzávalók:

1 kg őszibarack  
5 dl főzőtejszín  
szegfűszeg  
cukor - ízlés szerint

### Elkészítési mód:

Az őszibarackot szegfűszeges, cukros vízben megfőzzük, majd ha kihűlt összeturmixoljuk és tejszínnel elkeverjük. Apróra vágott barackkal tálaljuk.

Deutsch Anita főétele

## Magyaros- fehérpecsenye

2009-08-12



### Hozzávalók:

1 kg fehérpecsenye

1 kg paradicsom

1/2 kg paprika

4 hagyma

bors

pirospaprika

mustár

### Elkészítési mód:

A vékony szeletekre vágott húst befűszerezzük és állni hagyjuk. Olajon hagymát pirítunk, a húst, a karikára vágott paradicsomot és paprikát főzzük addig, amíg a hús meg nem puhul. (Ez legalább 2-3 órát jelent) Ha elkészült főtt krumplival tálaljuk.

Deutsch Anita desszertje

## Narancsos - diós süti

2009-08-12



### Hozzávalók:

20 dkg darált dió  
20 dkg kristálycukor  
1 púpozott evőkanál zsemlemorzsa  
1/2 sütőpor  
10 tojás  
5 dkg kakaó  
1 csomag margarin  
kávés  
tejszín  
1 narancs

### Elkészítési mód:

#### *Tészta:*

A diót, cukrot, zsemlemorzsát, sütőport, 8 tojás sárgáját, a narancs levét, és lereszelt héját összekeverjük, majd szép, lassan hozzáadjuk a tojások felvert habját is. Tepsiben 150- 180 fokon megsütjük.

#### *Krém:*

2 egész tojást, kakaót, lefőtt kávét, nagyon kevés tejszínnel és cukorral gőz fölött felfőzünk. Tűzről levéve belekeverjük a margarint és hagyjuk kihűlni. (előző nap elkészítve jobb)  
Miután kihült a tészta, a közepét és a tetejét megkenjük a krémmel, és megszórjuk darált dióval.



Kammerer Zoltán előétele

## Hideg kacsamáj zsírjában sütvé, lilahagyma karikákkal

2009-08-13



### Hozzávalók:

kacsamáj

ízlés szerint fűszerek, só bors,

lilahagyma

pirítós

### Elkészítési mód:

A kacsamáját vágjuk kb. 2 cm vastagságú szeletekre, sózzuk és borsozzuk. Tegyük őket egy olyan serpenyőbe, amelybe kevés zsiradékot öntöttünk. A máj mindkét oldalát süssük addig amíg, szépen meg nem pirul. Sütés után a csíkokat helyezzük nedvszívó papírra. Miután meghűlt tegyük be a hűtőbe. A lilahagymát a kacsza zsírjában süssük ki. Tálaláskor, a pirítós mellé szolgáljuk fel a kiült kacsasírt is.

Kammerer Zoltán főétele

## Harcsapaprikás kapros gnocchival

2009-08-13



### Hozzávalók:

afrikai harcsa

lecsós alaphoz: paprika, paradicsom

vöröshagyma

zsír

2 dl tejföl

20 g liszt

fűszerpaprika

só

fokhagyma

köménymag

kapor

gnocchi

### Elkészítési mód:

A harcsafilét megfelelően daraboljuk, sózzuk.

A hagymát finomra, a paprikát, paradicsomot apró kockára vágjuk, a fokhagymát összezúzzuk. A zsírban a hagymát megfuttatjuk és elkészítjük a pörköltalapot, majd a halat beletesszük. Pár percnyi forralás után a tejfölből és lisztből készült habarással behabarjuk, átforraljuk és utána ízesítjük. Vigyázzunk, ne kevergessük, csak rázogatással mozgassuk, mert a szeletek összetörnek. A gnocchit kaporral ízesítsük.

**Kammerer Zoltán desszertje**

## **Mézes-mákos guba vörös áfonya lekvárral**

2009-08-13



### **Hozzávalók:**

8 kifli  
6 dl tej  
5 dkg vaj  
1 csomag vaníliás cukor  
15 dkg mák  
3 szegfűszeg  
1 mokkáskanál reszelt citromhéj  
10 dkg porcukor  
3 evőkanál méz

### **Elkészítési mód:**

A kifliket karikákra vágjuk. A tejet a vajjal és a vaníliás cukorral felforraljuk, ráöntjük a kiflikarikákra, majd a tálat enyhén rázogatva felitatjuk a tejet. A darált mákot a finomra összetört szegfűszeggel, a reszelt citromhéjjal és a porcukorral elkeverjük. Az így elkészített mákot a kiflire szórjuk, összerázzuk, és az egészet tűzálló tálba öntjük. Mézzel meglocsoljuk, és forró sütőben enyhén kb. 25 percig sütjük.

Klausmann Viktor előétele

## Füstölt lazac salátaágyon, tormával

2009-08-14



### Hozzávalók:

lazac

1 ropogós saláta

1 adag tartármártás

1 citrom

bors

**Elkészítés:** A salátát megmossuk, apróra tépkedjük. A tartárt összekeverjük, majd a salátára borítjuk, átforgatjuk benne. A tetejére rakjuk a lazacot, majd nagyon vékony citromkarikákkal díszítjük. A végén megszórjuk borssal.

**Klausmann Viktor főétele**

## **Nyírségi gombóc leves Ózon módra**

2009-08-14



### **Hozzávalók 5 személyre:**

70 dkg borjúhús  
 30 dkg répa  
 1 kisebb zeller  
 2 db petrezselyem gyökér max 20 dkg  
 20 dkg burgonya 20  
 20 dkg liszt  
 1 egész tojás  
 1 csom petrezselyem zöld  
 10 dkg teavaj  
 só, bors, szerecsendió ízlés szerint  
 2 db egész citrom  
 2 db húsleveskocka  
 30 dkg fehér csiperke  
 10 dkg zöldborsó

A felkockázott húst sós lében felfőzzük, lehabozzuk, majd a vegyes zöldsségeket hozzáadjuk, és a szeletelt, pirított gombát is hozzáöntjük. Ezután elkészítjük a burgonyagombócot, kiszaggatjuk és hozzáadjuk (lisztes kézzel) a világos vajas rántással sűrített tekjszínnel dúsított utóízesítést, és sót, citromlevet.

**Viktor trükkje:** a burgonya gombócot hivatalosan alig 1 cm átmérőjűre kell gyúrni és szaggatni, Viktor cseresznye nagyságúra mérte majd lisztben megforgatva és a leveshez hozzáadva kiváltotta a rántást.

**Klausmann Viktor desszertje**

## **Vajon párolt gyümölcsök csokiöntettel**

2009-08-14



### **Hozzávalók:**

vaj  
körte  
csoki öntett

### **Elkészítési mód:**

A körtét lassú tűzön megpároljuk, majd leöntjük csoki öntettel és a közepébe pálinkát öntünk.

**Bálint Antónia előétele**

## **Királyrák tempura**

**2009-08-17**



### **Hozzávalók:**

#### ***Mártogatós szószhoz:***

kb 0,5dl szója szósz  
1 ek .méz  
fél lime leve  
egész lime héja lereszelve  
mokkáskanál koriander por  
mokkáskanál gyömbér por

#### ***Salátához:***

madárbegy saláta  
freez saláta  
jég saláta  
görög saláta, de ízlés szerint bármilyen saláta is jó, csak keserű ne legyen  
füstölt fürjtojás  
száritott paradicsom olajban  
saláta fűszer só vagy sima só, a legegészségesebb a himalája só  
balzsamecet  
koktélpáradicsom  
uborka  
paprika  
olívaolaj

#### ***Rákon lévő tempurához:***

étkezési keményítő  
liszt  
tojás fehérje (kb 2 púpos evőkanál keményítő egy fehérjéhez)  
só  
20 db 16/20 garnéla vagy királyrák

### **Elkészítési mód:**

#### ***Saláta:***

Salátákat összetépkedjük. Fontos, hogy ne vágjuk, különben hamar megbarnul!  
Füstölt fürjtojást 5 percig főzzük, majd megpucoljuk és félbevágjuk, salátához adjuk.  
Száritott paradicsomot összecsissozzuk, majd a levével együtt beletesszük a salátába.  
A koktélpáradicsomokat félbe vágjuk, a paprikát és az uborkát is összevágjuk, és a salátához adjuk.  
Nyakon öntjük egy kis balzsam ecettel.  
A fűszer sót csak a legvégén tesszük rá, különben összeesik a saláta!  
A hűtőbe nem szabad betenni.  
Ha forrón adjuk a rák tempurát, azt is csak a saláta mellé szabad tenni, semmiképpen sem rá.

#### ***Rák tempura:***

Étkezési keményítőt kikeverjük a tojás fehérjével, és egy csipetnyi sóval. A rákokat picit megsózzuk.  
Felhevítjük az olajat, a rákokat meghempergetjük a lisztben, majd a keményítős masszában, és végük kisütjük az olajban.

#### ***Mártogatós:***

Csak összekeverjük a hozzávalókat.

Bálint Antónia főétele

## Palacsintatésztába tekert mézes chilis csirkemell

2009-08-17



### Hozzávalók:

olívaolaj  
csirkemell  
3 cső kukorica, vagy konzerv  
chili  
maci méz  
sajt  
jégсалáta  
liszt  
8 db tojás  
petrezselyem  
1 l tej  
fehérbors  
lila hagyma  
só

### Elkészítési mód:

A lilahagymát olívaolajon kevergetjük kicsit, majd beletesszük az apróra vágott csirkemellet. Fontos, hogy kis darabokra vágjuk a csirkét, hogy ne szakítsa szét a palacsintatésztát. Beletesszük a kukoricát legjobb a frissen főzött kukoricacső, de egyszerűbb a konzerv. Sózzuk, borsozzuk (világos ételekhez fehér borsot, sötétéhez feketét adjunk), kevés chilit tegyünk bele, és pár evőkanál mézet. Ezeket együtt összepirítjuk, majd végül hozzáadjuk a sajtot.

### ***Elkészítjük a palacsintatésztát:***

1/3 l tejhez 2/3 l szódát adjunk. 5 tojást hozzá, és annyi lisztet, hogy csomómentesen el tudjuk keverni. Tegyünk bele kevés olajat, hogy megelőzzük a leragadást. Ha vastag lesz a tészta, adjunk hozzá még szódát.

A palacsintatésztába beszórjuk az összeaprított petrezselymet. Ha akkor szórjuk rá, mikor a tészta első oldala már majdnem jó, és a fordítás előtt vagyunk, szebben látszik majd kívülről, és szépen díszít is. Természetesen mikor beletöltjük a tölteléket, a petrezselymes oldal kerüljön kívülre.

Köretnek ízlés szerint bármit tehetünk hozzá, talán egy könnyű saláta azonban jobb lehet hozzá.

Sima egyszerű saláta hozzá: madárbegy saláta, paradicsom, kígyóuborka.



**Bálint Antónia desszertje**

## **Fekete-fehér csoki torta**

2009-08-17



### **Hozzávalók:**

12 tojás  
32 dkg teavaj  
16 dkg natúr kakaó  
16 dkg kristálycukor  
6 dl növényi tejszín  
4 tábla fehér csoki

### **Elkészítési mód:**

Bekapcsoljuk a sütőt, 180 fokra melegítjük.

#### ***Torta teteje:***

Hideg növényi tejszínt felverjük. Fontos, hogy hideg legyen, különben nem lehet felverni! Kézzel 4 tojás sárgáját hozzákeverünk. Óvatosan, hogy ne törjük össze a habot!

Négy tábla fehér csokit felolvasztunk. Nem egyszerű! Tálba tesszük, mikrót 800-900 kW-ra állítjuk. Betesszük a csokit, és kb 5 mp-ként leállítjuk a mikrót, különben megtúrósodik a csoki. Így szép krémes lesz.

Aztán a fehér csokiba maréknyi növényi tejszínt teszünk, összekeverjük, szintén óvatosan, majd a többit is hozzákeverjük. Ezt a masszát betesszük a hűtőbe.

#### ***Torta alja:***

8 tojás fehérjét 8 dkg kristálycukorral kemény habbá verjük, betesszük a hűtőbe.

8 tojás sárgáját 8 dkg kristálycukorral kikeverünk, hozzáadjuk a 32 dkg teavajat. Ebbe belekeverjük a 16 dkg natúr kakaót, majd kézzel csomómentesen elkeverjük.

A felvert fehérjét ehhez keverjük hozzá, szintén kézzel, hogy a hab ne törjön össze.

A tepsit kivajazzuk, rászórjuk a lisztet. Beletesszük a formát, abba beleöntjük a kakaós masszát, és a 180 fokra előmelegített sütőben 17 percig sütjük. Fogpiszkálóval megnézhetjük, mielőtt kivesszük, hogy jó-e. Ha nagyon ráragad a csoki, akkor még pár percig sütni kell. Majd ezt hagyjuk szobahőmérsékleten kihűlni. Ne érje hideg.

Ha ez kihűlt (kb 1,5-2 óra múlva), és a fehér csoki is jól kenhető állapotban van, kivesszük a torta alját a formából, és szépen egyenletesen rákenjük a fehér csoki masszát.

Tetszés és ízlés szerint díszítjük, az alkalomhoz illő módon.

Az ínycsemegetés mellé bodzavirágos narancslekvárt, vagy eper dzsemet, ezekkel még fantasztikusabb az íze.

Kautzky Armand előétele

## Juhturóval töltött gombafejek

2009-08-18



### Hozzávalók:

12-14 közepes gomba

25 dkg juhturó (vagy brindza)

1 ek tejföl

snidling

baconszalonna

néhány szem dió

### Elkészítési mód:

A gombafejeket megpucoljuk, enyhén megfűszerezünk, a juhturót a tejföllel és a snidlinggel összekeverjük, majd a gombába töltjük. A bacon szeleteket a tepsibe fektetjük és rátesszük a gombafejeket, mindegyikbe egy fél hámozott dióbelet nyomunk.

Kautzky Armand főétele

## Sült tarja bajor káposztával

2009-08-18



### Hozzávalók:

fejenként 2 szelet tarja  
a páchoz ízlés szerint fűszerek  
2 kg burgonya  
2 fej vöröshagyma  
egy nagyobb fej káposzta  
köménymag

### Elkészítési mód:

A hússzeleteket megmossuk, kiklopfoljuk, ízlés szerint bepácoljuk (olaj, mustár) sütés előtt a pácot leitatjuk, pici lisztben megforgatjuk és kevés olajon serpenyőben megpirítjuk. Ezt követően tepsibe lerakjuk a hússzeleteket, ráöntjük a maradék zsiradékot és 1 dl vízzel felöntjük. Alufólia alatt fél órán át pároljuk. Majd a fólia nélkül 10 percet pirítjuk. Így lesz a hús puha.

Két fej vöröshagymát apróra vágjuk és dinszteljük, majd hozzáadjuk a csíkokra vágott káposztát. Sóval, borssal és köménymaggal ízesítjük. Az előételből megmaradt bacont csíkokra vágjuk és az eközben megpirított burgonyára tesszük.

Kautzky Armand desszertje

## Kókuszos répakuglóf

2009-08-18



### Hozzávalók:

280 g liszt  
1 csomag sütőpor  
1 csipetnyi só  
200 gr cukor  
4 db tojás  
1 db citrom reszelt héja  
2 dl olívaolaj  
280 gr reszelt sárgarépa  
100 gr kókuszreszelék.

### Elkészítési mód:

Tegyük egy keverőtálba a cukrot, az egész tojásokat, sót, reszelt citromhéjat, olívaolajat és a reszelt sárgarépát. Jól keverjük össze. Egy másik edénybe keverjük össze a lisztet a sütőporral és a kókuszreszeléssel. Kis adagokban dolgozzuk a tojásos alaphoz. Olívaolajjal kikent és liszttel megszórt kuglófformába töltjük, majd előmelegített sütőben 140-150 fokon süssük legalább 40 percig. Mielőtt kivennénk, végezzünk sütéspróbát, szúrjunk a tésztába egy hurkapálcát, és ha nem ragad rá a massa, biztosak lehetünk, hogy átsült a süteményünk.

Erdélyi Mónika előétele

## Sütőtökös szilvaleves és Túró gombócok

2009-08-19



### Hozzávalók:

50 dkg szilva  
50 dkg sütőtök  
2 db fahéj rúd  
fél kávéskanál őrölt szegfűszeg  
1 db vaníliabab  
1 csipetnyi só  
2 dl tejszín  
fél citrom leve  
15 dkg cukor  
3 evőkanál étkezési keményítő

Magozzuk ki a szilvákat, majd vágjuk kis darabokra. Tegyük egy nagy fazékba, adjuk hozzá a meghámozott és felaprított sütőtököt. Öntsük fel annyi vízzel, hogy duplán ellepje, és tegyük fel főni. Ízesítsük cukorral, sóval és citromlével, fűszerezzük egész fahéjdarabokkal, szegfűszeggel és hosszában kétfelé vágott vaníliababbal. Főzzük körülbelül negyed órán keresztül, majd sűrítsük be hideg vízzel elkevert keményítővel. Öntsük hozzá a tejszínt, forraljunk rajta még egyet, majd szedjük ki a levesből a fahéj és vanília darabokat. Kézi mixerrel pürésítsük, utána finomlyukú szitán passzírozzuk át. Tálaljuk üvegtálakba vagy leveses csészékbe. Hidegben melegen, melegben hidegen tálaljuk. Izgalmasabb ízű lehet a levesünk, ha csipetnyi őrölt gyömbért és szerecsendiót főzünk bele.

### Túró gombócok

#### Hozzávalók:

50 dkg túró  
4 db tojás  
5 dkg vaj  
2 evőkanál búzadara  
1 evőkanál liszt  
1 csipetnyi só

Finomlyukú szitán törjük át a kecsketúrót, majd tegyük egy nagy tálba. Üssük rá a tojások sárgáját, a fehérjét tegyük egy tálba és tegyük a hűtőbe. Olvasszuk fel a vajat egy kis lábasban, majd csorgassuk a túróra. Ízesítsük csipetnyi sóval, szórjuk rá a lisztet és a búzadarát. Fakanállal alaposan dolgozzuk össze, majd pár órára ezt is tegyük a hűtőbe. Felhasználás előtt verjük fel a tojás fehérjét nem túl kemény habbá, majd kis adagokban, óvatosan dolgozzuk a tojásos túróhoz.

Forraljunk fel egy fazékban vizet, ízesítsük sóval, majd vizes kézzel formázzunk kezünkkel diónyi gombócokat a túrókrémből. Gyöngyöző vízben főzzük 2-3 percig, közben villával segítsük megfordulni, ha elkészült szedjük ki szűrőkanállal egy itatóspapírra, majd tálaljuk a szilvaleveshez.

Erdélyi Mónika főétele

## Libacomb narancssalátával

2009-08-19



### Hozzávalók:

6 db libacomb  
3 evőkanál extra szűz olívaolaj  
4 ág kakukkfű  
só  
darált bors

### Salátához:

3 db narancs  
1 doboz rukkola saláta  
3 evőkanál extra szűz olívaolaj  
fél citrom leve

Éles késsel vagdossuk be a libacomb bőrét, majd csorgassuk meg olívaolajjal. Daráljunk rá borsot, hintsük meg sóval és tépkedjük rá a kakukkfű leveleit. Tegyük egy nagy tepsibe bőrével felfelé, fedjük le fóliával és legalább egy órára tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a kacsahúst.

A hús pihentetése után vegyük le a fóliát, öntsünk alá másfél deciliternyi vizet, majd fedjük le alufóliával. Tegyük előmelegített sütőbe, és 170 fokon süssük körülbelül egy órán keresztül, míg a hús meg nem puhul. Ha szükséges az elpárolgott vizet pótoljuk. Mielőtt kivennénk a sütőből, előtte 10 perccel vegyük le a fóliát, hogy szép pirosra tudjon a pecsenye pirulni.

Míg a liba a sütőben sül, közben készítsük el a narancsos salátát. Hámozzuk meg a narancsokat, úgy hogy a fehér bőrét is vágjuk le. Vágjuk kétfelé, majd cikkezzük fel falatnyi darabokra. Tegyük egy nagy tálba, szórjuk rá a megmosott és lecsepegtetett rukkola leveleket, csorgassuk meg olívaolajjal és a citrom kifacsart levével, majd keverjük óvatosan össze.

Tálaljuk nagy tányérra a ropogós libacombot, melléje hájában megsütött süveg alakúra vágott burgonyát, és narancsos salátából kanalazzunk még.

Erdélyi Mónika desszertje

## Sütőtökös pite

2009-08-19



### Hozzávalók a tésztához:

150 g margarin  
200 g liszt  
5-6 evőkanál hideg víz  
egy csipet só

### A töltelék hozzávalói:

1 db sütőtök (kisebb méretű)  
4 dl tejszín kemény habbá verve  
50 g barna cukor  
100 g kristálycukor  
1 teáskanál őrölt fahéj  
fél teáskanál őrölt gyömbér  
negyed teáskanál őrölt szerecsendió  
2 db tojás sárgája  
1 csipet só

### Elkészítés:

Egy keverőedénybe tegyük a lisztet és a sót. Késsel daraboljuk a lisztre a margarint, majd kézzel morzsoljuk össze. Adjuk hozzá a hideg vizet, és gyúrjuk alaposan össze. Tegyük hűtőbe és pihentessük legalább egy órán keresztül. Közben készítsük el a tölteléket. A sütőtököt hagyományos módon a sütőben süssük meg, majd várjuk meg, míg kihűl. Tegyük a tökhúst egy tálba, adjuk hozzá a cukrokat, a tojások sárgáját és a fűszereket. Keverjük jól össze és a felvert tejszínnel lazítsuk fel. Lisztezett nyújtódeszkán nyújtsuk ki a tésztát fél centisre és egy kerek, közepes méretű, vajjal kikent és liszttel meghintett kerek peremes tortaformát béleljünk ki vele. Töltsük a tölteléket a formába, majd meleg sütőben 200 fokon süssük először 10 percre, utána vegyük vissza a hőmérsékletet 130 fokra, és további 45-50 percre süssük. Mielőtt kivennénk érdemes fogvájóval próbát végezni, szúrjuk bele a töltelékbe, és ha már nem ragad rá, akkor szabad csak kivenni a sütőből. A kihűlt pitét vágjuk cikkekre és felvert tejszínhabbal tálaljuk.

Gáspár Bea előétele

## Újházy Tyúkhúsleves

2009-08-24



### Hozzávalók:

1 egész tyúk  
 100 g kelkáposzta  
 1 zöldpaprika  
 1 paradicsom  
 1 fej vöröshagyma  
 10-15 szem bors  
 2 gerezd fokhagyma  
 só  
 400 g vegyes levezöldség  
 100 g gomba  
 100 g karfiol/spárga  
 100 g zöldborsó (mélyhűtött)  
 50 g cérnámetélt  
 néhány szál petrezselyem.

### Elkészítési mód:

A tyúkhúst hideg vízben feltesszük főni. Ha felforrt, hozzáadjuk a kelkáposztát, a zöldpaprikát, a paradicsomot, a hagymát egészben, teatojásba zárva a borsot, a fokhagymát, és kissé megsózzuk. Fedő alatt, éppen csak gyöngyöztetve 1 órán át főzzük. Beletesszük a megtisztított, nagyobb hasábokra vágott levezöldséget, és további 1 órán át főzzük. A zöldborsót, a megtisztított, felaprózott gombát és karfiolt/spárgát egy lábasban, 2 merőkanál húslevesrel, fedő alatt puhára pároljuk, melegen tartjuk. Külön edényben, egy kevés húslevesben kifőzzük a cérnámetéltet. A főtt tyúkhúst kiemeljük a levesből, kisebb darabokra bontjuk, előmelegített tálba tesszük. A zöldséget vékony csíkokra vágjuk, a párolt zöldségekkel és a tésztával együtt a húshoz adjuk. A forró leves tetejéről leszedjük a zsírt, a hús tetejére, a tálba szűrjük, meghintjük vágott petrezselyemmel és azonnal tálaljuk.



Gáspár Bea főétele

## Bakonyi csirkemell tésztával, és stefánia vagdalt krumplipürével

2009-08-24



### Bakonyi csirkemell tésztával

#### Hozzávalók:

2 db egész csirke mell filé  
10-15 dkg füstölt húsos szalonna  
1 kis doboz szeletelt gomba  
1 db nagyobb fej hagyma  
1 db zöldpaprika  
1 db kisebb paradicsom  
2-3 evőkanál olíva, vagy napraforgó olaj  
1 evőkanálnyi paprika krém  
2 db pörkölt kocka, vagy pörkölt alap por 2 evő kanálnyi  
1 pohár tejfel, vagy 2 dl főző tejszín.  
só az ízesítéshez, ha még szükséges

#### Elkészítési mód:

A kockára vágott hagymát pároljuk meg az olajon, és amikor üveges, tegyük bele a kockákra vágott paprikát, majd a paradicsomot. Egy kicsit összesütjük, és hozzátesszük a felkockázott szalonnát, pirítjuk, hogy kapjon egy kis színt, és paprikázzuk, rátesszük a rostokra merőlegesen vékony szeletekre vágott csirke mellét.

Ezt fehéredésig sütjük, hozzá adjuk a leszűrt gombát, azzal is sütjük néhány percig, aztán felengedjük 1-1,5 dl vízzel, és többször kavargatva puhára főzzük.

Amikor puha, beleteszünk 2 db pörkölt kockát, vízzel szaporítjuk, hogy sűrű szaftot kapjunk.

Néhány percig főzzük, majd beletesszük a tejfelt, jól összekeverjük, amikor felforr, készen van. Makaróni vagy egyéb tésztával tálaljuk.

### Stefánia vagdalt krumplipürével

#### Hozzávalók:

7 tojás  
só  
őrölt bors  
60dkg darált sertéshús  
3 zsemle  
2 gerezd foghagyma  
1 fej vöröshagyma  
pirospaprika  
zsemlemorzsa  
10 dkg sertézsír/olaj

#### Elkészítési mód:

5 tojást sós vízben megfőzünk, majd lehűtjük és megpucoljuk. A darált húst a vízbe áztatott és kinyomkodott zsemlével, 2 tojással, a zúzott fokhagymával és a finomra vágott hagymával összekeverjük. Ízesítjük sóval, borssal és pirospaprikával. Összegyúrjuk, és ha túl lágnak éreznénk, kevés zsemlemorzsát adunk hozzá. Ezután zsemlemorzsával meghintett deszkán kiterítjük, és a főtt tojásokat hosszában a közepébe tesszük. A széleit felhajtjuk, henger alakúra formázzuk. Tepsibe tesszük, a tetejét megszórjuk zsemlemorzsával, és meglocsoljuk olvasztott zsírral vagy olajjal. 160 fokos sütőben kb. 1 óra alatt megsütjük.

#### Krumplipüré

1,5 kg burgonya  
5 dl tej  
6 dkg vaj vagy 8 dkg margarin  
só

#### Elkészítési mód:

A meghámozott krumplit főzzük meg sós vízben, alaposan szűrjük le, törjük át. Lassú tűzön morzsoljuk hozzá a vajat (vagy margarint), s folyamatos keverés mellett (legjobb, ha habverővel keverjük) lassan adjuk hozzá a forró tejet. A végén sózzuk.

Gáspár Bea desszertje

## Brownie gyümölcszószal

2009-08-24



### A tésztához:

115 g puha teavaj  
200 g porcukor  
1 rúd vanília belseje  
2 db tojássárgája  
2 db tojásfehérje  
30 g keserű kakaópor  
60 g liszt  
2 g só  
1 g sütőpor

### Elkészítési mód:

Melegítsük elő a sütőt 170 C-ra és készítsünk elő egy kiolajozott, kilisztezett tepsit. Szedjük ki a vaníliarúd belsejét, majd habosítsuk ki a vaját, és a porcukrot a vaníliarúd belsejével. Folyamatos habosítás mellett egyenként adjuk hozzá a tojás sárgákat. Közben egy másik edényben a lisztet alaposan keverjük össze a sütőporral, a sóval, és a kakaóporral. Ha a vaj felvette a tojás sárgákat, keverjük bele a lisztes keveréket. A tojásfehérjét verjük kemény habbá, és óvatosan forgassuk bele a vajás masszába.

FIGYELEM! Először egy kevés habbal lazítsuk fel a masszát, majd óvatosan keverjük bele a többi tojáshabot is. A kész masszát tegyük a formába, és 170 C-on kb. 40 perc alatt süssük készre. Figyeljünk, nehogy megégjen a massa! Ha a brownie kisült, hagyjuk kihűlni, majd ízlés szerint vágjuk fel.

### Gyümölcszós

Használhatunk gyümölcslekvárt, de ha úgy tartja kedvünk, készítsük el magunk a gyümölcszószt a következő alapján:

Fél kg magozott és szeletelt tetszőleges gyümölcs vegyesen (friss, fagyasztott, vagy befőtt)  
20 dkg cukor  
fél liter víz  
pici só  
1 pohár tejföl  
1 ek liszt  
kevés citromhéj

### Elkészítési mód:

A gyümölcsöt a cukorral, meg a citromhéjjal a vízben puhára főzzük (kb. negyed óra). A tejfölből elkeverünk egy púpozott kanál lisztet és behabarjuk vele a mártást. Ha kell, még után ízesítjük cukorral, vagy sóval.

Nick Árpi előétele

## Haltojás piritóssal és narancsos ráksalátával

2009-08-25



### Hozzávalók:

kaviárok, piros, és fekete  
2 csomag kenyér, piritósnak  
20 dkg vaj  
1 kg citrom vegyesen, zöld, sárga  
1 kg koktélrák  
1 üveg olívaolaj  
15 kg zúzott jég  
majonéz  
tejföl

### Elkészítési mód:

Az előételhez a kaviárt a hajlított kanalakban tálaljuk, a rákot narancssal, majonézzel és, tejföllel keverjük össze, és ezeket 3 nagy merőkanálba szedjük, amit szintén meghajlítunk előtte. Az összes hajlított kanalat egy nagy kaspóban tálaljuk, amit előtte teleszórunk jéggel. Narancsszeletekkel díszítjük a kaspót.

**Nick Árpi főétele**

## **Sajtos tejszínes szószban sült csirkemellek, sütőtökös krumplipürével**

2009-08-25



### **Hozzávalók:**

2 kg csirkemell filé  
5 dl tejszín  
20 dkg füstölt sajt  
20 dkg sajt  
2 db sütőtök  
20 dkg vaj  
1 l tej  
2 kg krumpli

### **Elkészítési mód:**

A befűszerezett csirkemelleket (só, bors) letesszük egy tűzálló tálba, majd a tejszínes, sajtos keverékkel nyakon öntjük, sütőben megsütjük.

A sütőtököt megsütjük, a krumplit megfőzzük, majd a főtt krumplihoz keverjük a sült tököt, vajjal, tejjel pürésítjük.

Nick Árpai desszertje

## Zöldcitromos piskóta

2009-08-25



### Hozzávalók:

3 csomag babpiskóta

5-6 szem zöldcitrom

2 csomag vaníliás puding

1 l tej

1 kg cukor

### Elkészítési mód:

Babapiskótákat egy tálba tesszük, a megfőzött krémhez keverjük hozzá a citrom héját, és levét, majd kanalazzuk rá a piskótára. A hűtőben hagyjuk megdermedni, és utána vágjuk fel porciókra. A tetejét zöldcitromszeletekkel dekoráljuk.

Katus Attila előétele

## Kagyló üvegtésztával

2009-08-26



### Hozzávalók:

1,5 kg héjas zöldkagyló  
5 dl tejszín  
1 csomag újhagyma  
1 csomag kurkuma  
1 üveg tabasco szósz  
50 dkg vékony üvegtészta  
1 fej fokhagyma  
20 dkg héjas zöldborsó  
1 csokor friss bazsalikomlevél  
10 dkg vaj

### Elkészítési mód:

Egy nagy lábasban fel kell forrósítani 2 evőkanálnyi vajat, majd hozzátenni a felkarikázott újhagymát, és az összezúzott fokhagymát. Pár perc párolás után szórjuk rá a kurkumát, keverjük jól össze, utána öntsük rá a tejszínt. Tegyük bele a bazsalikomleveleket, a hosszában félbevágott borsóhévelyt, sózzuk, daráljunk rá borsot, és ízesítsük tabascó szósszal. Forraljuk jól össze, majd tegyük bele a megmosott kagylót héjastól. Fedjük le és pároljuk 5-6 percig. Közben forrósítsunk fel kb. 50 fokra egy lábasban vizet, tegyük bele az üvegtésztát, és pár percig kevergessük, majd szűrjük le tésztaszűrővel. Mielőtt kivennénk a vízből, kóstoljuk meg, hogy puha-e. Vigyázzunk, mert könnyen túl puhul.

Vegyük le a tűzről a kész tejszínes kagylót, majd keverjük hozzá a kész tésztát. Tálaljuk mély tányérokba, tetejét dekorálhatjuk friss bazsalikomlevelekkel.

Katus Attila főétele

## Csirkenyársak thai szósszal, basmati rizszel

2009-08-26



### Hozzávalók:

4 db csirkemellfilé

2-3 fej fokhagyma

10 dkg gyömbérgumó

1 liter olaj

0,5 dl kecap manis (édes szójaszós, ázsiai boltokban kapható. Ha nincs, szójaszós és méz keverékével helyettesíthető).

3 ek rizsbor (száraz sherry-vel helyettesíthető)

1 szál citromfű, vékony karikákra szeletelve

bambusznyársak (fejenként 5-öt számolok)

### Elkészítési mód:

A süttőt előmelegítjük 180C-ra. A bambusznyársakat 30 percre hideg vízbe áztatjuk (erre azért van szükség, mert különben a forró sütőben megégne. De ha nincs időnk, akkor a nyársak végét, amit nem fed majd hús, tekerjük bele egy kis darab alufóliába). A csirkemelleket kb. 2-3 cm vékony hosszú csíkokra vágjuk és harmonikaszzerűen a pálcikákra húzzuk (egy csirkemellfiléből öt nyárs jön ki). Összekeverjük a pác hozzávalóit: az egész apróra vágott fokhagymát, gyömbért, citromfűvet, olajat, sherry-t és kecap manis-t (vagy szójaszószt és mézet). Ráöntjük a húsról és min. 20 percig pácoljuk (akár előző este is előkészíthető). A pác egyébként lehet bármi más is, akár csak sima olaj és fokhagyma vagy egy kis hagyma, ami épp otthon van. A nyársakat egy alufóliával bélelt tepsire helyezzük, és 15 percig süssük.

Katus Attila desszertje

## Bundázott ananászkarikák

2009-08-26



### Hozzávalók:

2-3 doboz körszeletes ananászkonzerv

10 db tojás

1 kg liszt

1 l tej

1 dl rum

porcukor

5 db egész fahéj

1 liter étolaj

### Elkészítési mód:

Az ananászkarikákat lecsepegtetjük, majd félbevágjuk. A panírozáshoz összekeverjük a többi hozzávalót, - a cél az, hogy jó sűrű masszát kapjunk. Beleforgatjuk az ananászdarabokat, majd felforrósított olajban megsütjük. Melegen tálaljuk, mézet adhatunk hozzá.



Peller Mariann előétele

## Birsalmás libamájtorony

2009-08-27



### Hozzávalók:

- 1 kg libamáj
- 1 kg alma
- 1 dl birsalmás balzsamecet
- 5 dl olívaolaj
- 1 dl balzsamecet szósz
- 2 cserép bazsalikom
- 1 cserép menta
- 1 cserép rozmaring
- 2 cserép snidling
- 1 üveg száraz Cherry, vagy szomorodni

### Elkészítési mód:

Megsütjük a libamájat. Az almák magházát kiszúrjuk, és héjastól egy centis szeletekre vágjuk. Vajon megsütjük, majd megcsorgatjuk birsalmás balzsamecettel még a serpenyőben. Hagyományos almából készítsük, csak az ízesítése lesz birsalmás!

Tálalása: egy szelet sült almát, rá egy nagy levél bazsalikomot, rá a sült májat, és így tovább.. a tányért megcsorgatjuk balzsamecet szósszal, és jóízű olívaolajjal.

Peller Mariann főétele

## Kuktában sült tarja, krumpli salátával

2009-08-27



### Hozzávalók:

2 kg tarja  
2 kg krumpli  
1 üveg ecet  
50 dkg hagyma  
1-1 db színes paprika  
5-6 fej fokhagyma

### Elkészítési mód:

Az egész tarját jó sok fokhagymával megtűzdeljük, majd alapos fűszerezés után kuktában megsütjük. Hozzá krumpli salátát tálalunk. (Mariann édesapja krumpli salátájának a receptje titkos.) Egy nagy tányér közepére rakjunk salátát, majd rá a vastag szeletre vágott tarját. A tányér szélét színes paprikakockákkal, snidlinggel szórjuk meg.

Peller Mariann desszertje

## Túrótorta meggyzósszal

2009-08-27



### Hozzávalók:

1 kg túró  
10 db tojás  
1 kg cukor  
20 dkg vaj  
1 üveg meggybefőtt  
1 doboz étkezési keményítő  
2 db citrom  
1 csomag egész fahéj

### Elkészítési mód:

A torta csak túróból készül, bevált recept alapján. Hozzá meggyből készült mártást használjunk. A meggyet a levével együtt felforraljunk, majd kevés hideg vízzel elkevert étkezési keményítővel besűrűsítjük. Egész fahéjjal, cukorral és citromlével ízesítjük.

Tahi Tóth László előétele

## Fürge rudacskák mártogatva

2009-08-28



### Hozzávalók:

sárgarépa  
zeller szár  
jégrettek  
karfiol rózsza  
hosszú ropi

### Elkészítési mód:

*A szószerok elkészítése:*

#### ***krémsajtos szószer:***

krémsajthoz öntsük hozzá a tejet, keverjük el és tegyük hozzá tökmagot.

#### ***Paradicsomos szószer:***

paradicsom sűrítmény, só, bors, fokhagyma, bazsalikom

#### ***Fokhagymás szószer:***

tehéntúró, fokhagyma, só, bors

#### ***Joghurtos szószer:***

natúr joghurt, petrezselyem

Tahi Tóth László főétele

## Combok, mellek, tüzes harapások

2009-08-28



### Hozzávalók:

alsó csirkecomb  
 oldalas (ne legyen zsíros)  
 bacon szalonna  
 a páchoz  
 olívaolaj  
 bazsalikom  
 fehérbors  
 hagyma  
 bors  
 fehérbor

### A körethez

burgonya  
 lencse  
 fokhagyma  
 tejföl

### Elkészítési mód:

Két nappal a hús sütése előtt pácoljuk be a húsokat. Az oldalast kb. 4 cm hosszúságúra vágjuk fel és együtt pácoljuk a csirkével. Sütés előtt a tepsit béleljük ki bacon szalonnával és azt szórjuk meg hagymával, majd locsoljuk meg a páclével. Az oldalast és a csirkét egymás mellett süssük kb. egy óráig 220 fokon.

### Köret:

Főzzük meg a krumplit a héjában, majd vágjuk félbe és helyezzük a sütőlapra és süssük meg. Ízlés szerint fűszerezzük.

Főzzük meg a lencsét és adjunk hozzá pirított piros aranyos hagymát. Majd az egészhez keverjünk tejfölt és jól dolgozzuk össze.

Tahi Tóth László desszertje

## Mandulás málna torta

2009-08-28



### Hozzávalók:

tortalap  
cseresznye lekvár  
nutella  
tejszínhab  
cseresznye

### Elkészítési mód:

Az alsó tortalapot kenjük meg cseresznye-lekvárral, majd helyezük rá a következő lapot, azt pedig Nutella krémmel kenjük meg. Helyezzük rá az utolsó tortalapot és díszítsük tejszínhabbal és cseresznyével.

**Hajós András előétele**

## **Zöldséges rétes**

**2009-08-31**



### **Hozzávalók:**

10 dkg sárgarépa

10 dkg zeller

10 dkg kelkáposzta

10 dkg kelbimbó

10 dkg vaj

só

bors

20 dkg reszelt sajt

3 ek apróra vágott petrezselyemzöld

### **Elkészítés:**

Egy lábasban felhevíték 5 dkg vaját és beleteszem a gyufaszálra vágott zöldségeket. Sózom, borsozom, és 10 percig párolom. A réteslapokat ezzel a keverékkel töltöm meg, feltekerem és a szokásos módon megsütöm.

Hajós András főétele

## Áfonyás kacsamell

2009-08-31



### Hozzávalók 6 személyre:

3 nagy kacsamell  
3 dl csirkealaplé (leveskockából is lehet)  
3 dl paradicsompüré  
1 kis üveg áfonyadzsem  
1 hagyma  
2-3 babérlevél  
3 dl vörösbor  
1 nagy sárgarépa  
só

### Elkészítés:

A kacsamelleket kettévágom, a zsíros bőrt leszedem róla, egy keveset félreteszek. A megtisztított melleket megtűzdelem a hájdarabkákkal, hogy a hús omlós legyen. Szebben sül, ha a bőrt csak beirdalom, és a húson hagyom, de úgy sokkal kalóriadúsabb. A megtűzdelt melleket tepsibe fektetem, megsózom, majd a paradicsompürét és a dzsem felét rákanalazom, a felkarikázott répát, a babérleveleket és a megmosott, cikkekre vágott hagymát rádobom, majd a bort, végül a húslevest is ráöntöm. Alufóliával betakarom, és 190 fokon sütöm. Ha omlós puha, kiviszem a sütőből, a húsdarabokat kiemelem, tálra teszem, majd a léből kihalszom a zöldségeket, a többit összeturmixolom - vagy csak leszűröm -, és kevés kimért lében lisztel sűríttem, meg ízesítem. A dzsem másik felét beleteszem, és a friss áfonyával felfőzöm. A sűrű mártást a hústra öntöm, meg külön mártásos tálba is teszek belőle. Egyben főtt burgonyával tálalom.



**Hajós András desszertje**

## **Máglyarakás**

2009-08-31



### **Hozzávalók:**

kifli (vagy fonott kalács)

3 tojás

3 ek vaníliás cukor

2 dl tej

kb 2-3 db alma

fahéj

mazsola

apróra vágott dió

### **Elkészítés:**

A kifliket felkarikázzuk (a kalácsot feldaraboljuk). A tojások sárgáját elkeverjük a vaníliás cukorral, föleresztjük a tejjel. Beleforgatjuk a feldarabolt kifli karikákat (vagy kalácsdarabokat). Vajjal kikent tepsibe öntjük, majd a tetejét rumban áztatott vékony almaszeletekkel rakjuk meg és hintsük meg fahéjas cukorral, mazsolával és apróra vágott dióval. Sütőbe tesszük és megsütjük. Amikor az alma már puha, kivesszük a sütőből a 3 tojásfehérjéből cukorral habot verünk, baracklekvárt keverünk bele, és rárakjuk a massa tetejére. Visszahelyezzük az egészet a sütőbe, amíg a hab egy kicsit megbarnul. Tálaláskor kockákra vágjuk, adhatunk mellé még sodót vagy mártást is.

(Készíthetjük úgy is, hogy az almát nem nyersen, vékony szeletekben rakjuk rá, hanem reszelve, kissé megpárolva, kinyomkodva.)

Hajdu Steve előétele

## Csirkemáj paté grillezett almán lilahagymás lekvárral

2009-09-01



### Hozzávalók:

olaj  
hagyma  
csirkemáj  
só  
bors  
bazsalikom  
dijoni mustár  
lilahagyma  
cukor  
méz  
száraz vörösbor  
alma  
kifli

### Elkészítés:

Először csirke májpástétomot készítek. Olajat hevíték, majd az apróra vágott hagymát megdinsztelem rajta. Miután a májat megsóztam, borsoztam, belehelyezemtem a serpenyőbe, és friss bazsalikomot hozzáadtam, megpirítom. Majd hozzáteszem a dijoni mustárt is. Miután átsült a máj, robotgéppel pépesítem.

### Lilahagyma jam:

Karikára vágott lilahagymát bő olívaolajon megdinsztelem lassú tűzön. A művelet végén hozzáadom a cukrot, a mézet, a száraz vörösbort. Kevés őrölt borssal fűszerezem. Lassan főzöm, amíg szirupossá nem válik, majd hagyom kihűlni.

Az almakarikát vajon pár másodpercig grillezek, majd ugyan ezt teszem a rongyoskifli karikával. Így tálalom. Alul az almakarika, rajta a rongyoskifli karika, egy "gombóc" csirkemáj paté, és a tetejére ráöntöm a lilahagyma jam-ot, ízlés szerint.

**Hajdu Steve főétele**

## **Rántott csirkemellfilé - Steve módra**

**2009-09-01**



### **Hozzávalók:**

csirkemell  
liszt  
tojás  
zsemlemorzsa  
olaj  
olíva olaj  
koktélpáradicsom  
mozzarella  
krumpli  
saláta

### **Elkészítés:**

Egy fél csirkemell filét késsel a mell közepén kettényitom, ami által vékonyabb, nagyobb mellfilém lesz. Kicsit kiklopfolom, mert egyszerű rántott csirkemellet készítek. A panírozás a szokásos. Először liszt, majd tojás, végül zsemlemorzsába forgatom. Forró olajban kisütöm, majd félre teszem.

Egy másik serpenyőben forró olíva olajon rengeteg bazsalikomot, és félbevágott koktélpáradicsomot összerottyantok. Ezt az egyveleget ráteszem a csirkemell filére, majd karikára vágott mozzarella sajttal befedem. Az így elkészült ételt 8-10 percre sütőbe teszem, hogy a sajt szépen ráolvadjon, és kész. Köretnek egyszerű sültburgonyát, és madársalátát adok.

Hajdu Steve desszertje

## Tiramisu friss epervelővel

2009-09-01



### Hozzávalók:

4 tojás  
3 cs vaníliás cukor  
3 k ek cukor  
50 dkg mascarpone  
1-2 evőkanál martini vagy konyak  
kb 40 db babapiskóta

### *a piskóta áztatásához:*

3 dl erős feketekávé  
7-8 evőkanál kristálycukor  
egy kupica konyak

### *a tetejére:*

2-3 ek cukrozatlan kakaópor

### Elkészítés:

A tojások sárgáját a kétféle cukorral habosra kavaram. A jól lehűtött krémsajtot hozzáadom, majd martinival vagy konyakkal ízesítem. A tojások fehérjét kemény habbá verem és lazán a sajtos krémbe forgatom. A babapiskóta áztatásához a hideg kávét a cukorral meg a konyakkal összekeverem. A piskóta felét egyesével néhány másodpercre beleforgatom, majd amikor megszívta magát, kissé lecsöpögtetve, egy rétegben tálcára rakosgatom. A fele krémet egyenletesen rárakosgatom. A többi krémet a tetejére meg az oldalára kenem, végül kakaóport szitálok rá.

Hűtőszekrényben körülbelül fél órát hagyom állni.

**Bajor Imre előétele**

## **Bajor „spárga rém”leves**

2009-09-02



### **Hozzávalók:**

2-3 csomag spárga (lehet fagyasztott is)

póré hagyma vagy újhagyma

1 nagyobb fej burgonya

1 doboz tejszín

húsleves vagy kocka

petrezselyem

szerecsendió

fehér bors

cukor vagy édesítő

1 db tojássárgája

snidling

mandula

### **Elkészítési mód:**

Főzzük meg a megtisztított spárgát, a zsenge fejeket külön főzzük meg enyhén sós vízben. Dinszteljünk meg egy póré vagy újhagymát. Vágjunk fel karikára 1 db burgonyát és a hagymát illetve a burgonyát öntsük fel húslevessel. Miután megpuhult a krumpli öntsük hozzá a megfőtt és leszűrt spárgát majd turmixoljuk le. Öntsük fel tejszínnel és ízlés szerint tegyünk hozzá petrezselymet, szerecsendiót, fehér borsot, cukrot vagy édesítőt. A végén üssük hozzá egy tojásnak a sárgáját, hogy sűrűbb legyen. A tetejét szórjuk meg mandulával.

**Bajor Imre főétele**

## **Barnamártásos marhafelsál roppanós krumplival**

2009-09-02



### **Hozzávalók:**

1 kg vesepecsenye  
füstölt szalonna  
1 fej hagyma  
olívaolaj  
húslé vagy marha húsleves kocka  
2 db savanyú uborka  
paradicsom  
sárgarépa  
mustár  
1 dl vörösbor

### **Elkészítési mód:**

A megtisztított vesepecsenyét sózzuk, borsozzuk, majd forgassuk meg lisztben és hirtelen forró olajban süssük meg. Egy másik serpenyőben olívaolajon pirítsunk meg apróra vágott füstölt szalonnát. Ebbe dinszteljük meg a felkockázott hagymát és a karikára vágott répát, majd öntsük fel húslével. Daraboljunk bele 2 db savanyú uborkát. Tegyük hozzá egy paradicsomsűrítményt. Tegyük ebbe vissza a húst és fél óráig hagyjuk főni majd szedjük ki a puha húst. A többi pedig turmixoljuk le. Tegyük hozzá 1 ek mustárt és 1 dl vörösbort. Ezután tegyük vissza a húst.

Bajor Imre desszertje

## Imó édes banánja gyümölcssalátával

2009-09-02



### Hozzávalók:

*mennyiség ízlés szerint*

ananász

sárgadinnye

szőlő

alma

őszibarack

szilva

vagy gyümölgysaládkonzerv

cukor

dió

### Elkészítési mód:

A banánt vágjuk 4 felé. Vajon forgassuk meg, és amikor még félig kemény szórjuk meg kristálycukorral. Amikor megsült morzsoljunk rá egész diót. A banánt a sárgadinnye belsejébe tálaljuk.

**Farkasházy Tivadar előétele**

## **Rákkoktél, Kagylósaláta, Körözött**

**2009-09-03**



### **Rákkoktél**

2 doboz rákkonzerv  
1 rózsaszínű grépfrút  
1 gerezd fokhagyma  
10 dkg majonéz  
1 dl tejföl  
1 narancs leve  
1 csokor petrezselyem 1 teáskanál mustár  
porcukor  
citromlé  
só

A majonézt kikeverjük a tejföllel és a narancs levével. Mustárral, porcukorral, citromlével, sóval, felaprított petrezselyemmel, zúzott fokhagymával ízesítjük. A grépfrútot keresztben kettévágjuk, a hátyákból a gerezdeket kiskanállal kiemeljük. A gyümölcs húsát apróra vágjuk. A rákkonzervet lecsöpögtetjük. Összekeverjük a saláta hozzávalóit, leöntjük a mártással és 1 órát érleljük. Salátalevelekkel kibélelt üvegkelyhekben tálaljuk. Pirítóst adunk mellé.

### **Kagylósaláta**

1 üveg kagyló (lehetőleg ne natúr)  
1 nagy kovászos uborka  
1-2 zöldhagyma vagy 1 póré  
1 marék színes paprikák (zöld, piros, sárga)  
1 paradicsompüré (kb 1,5-2 dl)  
fél citromlé  
só, bors  
2 gerezd reszelt fokhagyma  
petrezselyem

A hozzávalókat összeaprítom kb 1,5 cm-re. A paradicsompürét felmelegítem, sózom, borsozom. Hozzáadom a feldarabolt zöldeket, fokhagymát, kb 4 percig főzöm kis lángon. Hozzáadom a kockázott uborkát, citromlevet. Belekeverem a kagylót, ha már kihűlt és csak langyos. Jól lehűtöm. Salátával, paradicsommal, stb díszítem a tálaláskor. Előre el lehet készíteni, vendégváró. A kovászos uborka nagyon feldobja.

### **Körözött**

1 kis vöröshagyma fele  
30 dkg juhtúró (részben tehéntúró is lehet)  
3 evők. tejföl  
1 kk. mustár  
1 mk őrölt kömény  
fél kk. pirospaprika  
fél kk csípős vagy csemege Piros Arany  
fél mk. őrölt fekete bors  
1 mk. Fokhagymakrém

A héjától megfosztott vöröshagymát nagyon finomra vágjuk. A túró tálba tesszük, villával összetörjük, a hagymával, a tejföllel, a mustárral, a köménnyel, a pirospaprikával, a borssal és a fokhagymakrémmel fűszerezzük, piros arannyal tüzésítjük. Tálalásig letakarva hűtőszekrénybe tesszük. Puha kenyérral kínáljuk.

A körözöttet kicsumázott húsos zöldpaprikába is tölthetjük. Ezt hűtőszekrényben megdermesztjük, majd karikákra vágva tálaljuk. Ebben az esetben a túróhoz tejföl helyett 5 dkg vaját keverünk, hogy keményebb, jobban szeletelhető legyen.



Farkasházy Tivadar főétele

## Székelykáposzta

2009-09-03



### Hozzávalók:

70 dkg sertéscomb vagy lapocka  
1 evők. vöröshagymakrém  
3 evők. olaj  
fél evők. piros paprika  
só  
fél mk. őrölt fekete bors  
fél mk. majoránna  
1 kisk. fokhagymakrém  
1-1 zöldpaprika és paradicsom  
80 dkg savanyú káposzta  
2 dl tejföl  
1 evők. finomliszt

### Elkészítés:

A húst 1-1,5 centis kockákra vágjuk, majd a vöröshagymakrémmel ízesítve, az olajon fehéredésig sütjük. A piros paprikával meghintjük, elkeverjük, és egy kevés vizet öntünk rá. Megsózzuk, a borssal, a majoránnával és a fokhagymakrémmel ízesítjük, és a kicsumázott, nagyon apró kockákra vágott paprikát meg a paradicsomot vagy lecsót is hozzáadjuk. Kis lángon, lefödve körülbelül 45 perc alatt félpuhára pároljuk, közben, ha zsírára sül, mindig egy kevés vizet öntünk alá.

A káposztát, ha túl savanyúnak találjuk, kissé kimossuk, és kinyomkodjuk. Ezután a szálait, mert általában túl hosszúak, egy-két vágással rövidebbre aprítjuk. A félkész pörköltbe keverjük, és annyi vizet öntünk rá, amennyi éppen ellepi. (A káposztával együtt egy maréknyi átválogatott és megmosott rizst vagy árpagyöngyöt is főzhetünk bele.) Továbbra is kis lángon, lefödve még körülbelül 50 percig pároljuk. Közben elfővő levét vízzel pótoljuk. Akkor jó, ha a hús és a káposzta is egyszerre puhul meg.

A tejfölt a liszttel simára keverjük, és a káposzta levét ezzel sűrítjük.

Farkasházy Tivadar desszertje

## Palacsinta

2009-09-03



### Hozzávalók:

10 dkg liszt  
1 csipetnyi só  
2 db tojás  
3 dl tej  
étolaj a kisütéshez  
túró  
lekvár

### Elkészítési mód:

Szitáljuk a lisztet egy keverőtálba, ízesítsük egy csipetnyi sóval. Kezünkkel készítsünk a közepébe egy mélyedést, majd üssük bele két tojást. Öntsünk hozzá 0,5 dl félzsíros tejet és egy evőkanál étolajat. Kezdjük el habverővel keverni a közepétől kiindulva addig, míg a tojás, az olaj és a liszt összekeveredik, majd erősen keverjük sima tésztává. Utána kis adagokban keverjük hozzá a maradék 2,5 dl tejet.

Forrósítsuk fel a palacsintasütőt, majd egy evőkanál olajjal csorgassuk meg. Öntsük bele a palacsintatésztát, és a szokásos módon süssük ki.

**Hernádi Judit előétele**

**Rizstészta, wakame, nori, surumi**

**2009-09-04**



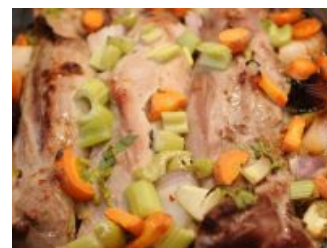
wakame  
rizstészta  
tökmag  
surumi  
póréhagyma  
alga

Beáztatom a wakame-t, az algát. Felkészítem a rizstésztát. Megpirítom a tökmagot, előveszem a surumit, vágok mellé póréhagymát és megpirítom egy kevés olajon az algával együtt.

**Hernádi Judit főétele**

## **Szűzpecsenye rozmaringos burgonyával**

**2009-09-04**



60 dkg sertés szűzpecsenye  
 50 dkg vöröshagyma  
 50 dkg húsos szalonna  
 10 dkg libazsír  
 só  
 köménymag  
 6 dkg cukor  
 őrölt bors  
 1 ek. balzsam ecet  
 1 dl fehérbor  
 80 dkg burgonya  
 2 db tojás  
 4 dkg liszt  
 15 dkg zsemlemorzsa  
 étolaj

Lehártyázzuk a szűzpecsenyét, érmékre szeleteljük, kissé megklopfoljuk, sózzuk, borsozzuk és mindkét oldalát a libazsírban ropogósra sütjük. Melegen tartjuk. A libazsírban kipirítjuk a kockára vágott szalonnát, kiszedjük és a zsírban lekaramellizáljuk a cukrot a köménnyel együtt. Közben megtisztítjuk a vöröshagymát, karikára szeleteljük és a karamellizált cukorban, megpároljuk és hozzáadjuk a balzsamecetet, és a bort. Megkóstoljuk, ha kell sózzuk borsozzuk és szükség szerint megcukrozzuk. (hasonló az íze mint a párolt káposztának) Vigyázzunk ne főzzük agyon, csak ropogósra pároljuk! Az elkészült párolt vöröshagymára rátesszük a megsütött érméket lefedjük és a köret elkészüléséig melegen tartjuk. Megtisztítjuk a burgonyát, karikára vágjuk, sózzuk, lisztbe, felvert tojásba, zsemlemorzsaiba forgatjuk, majd kisütjük a forró olajban. Konyhai papírtörletőlőlön lecsepegtetjük. Következik a tálalás, a sült érmékre halmokba ráhelyezzük a párolt vöröshagymát, megszórjuk a szalonna kockával, majd mellé rakjuk a rántott burgonyát.

### **Pác:**

kevés méz  
 tamari (szójaszószer)  
 narancslé  
 kevés só

Ezeket összekeverem és ráöntöm a húsról, majd egy hőálló tálba teszem és berakjuk a sütőbe.

### **Rozmaringos burgonya**

600 g burgonya  
 20 g margarin  
 12 g friss rozmaring  
 só

A rozmaringot a margarinon átfuttatjuk, majd óvatosan hozzáadjuk az előzőleg már sós vízben megfőzött burgonyához. Tálaláskor friss rozmaringgal díszítjük

**Hernádi Judit desszertje**

## **Gyümölcsös bruleé**

**2009-09-04**



3 dl.tej  
1 csomag vanilikrémpor  
1 csomag vegyes Hawaii gyümölcs  
kevés narancslikőr  
3 ek barna cukor

A tejet a krémporral összekeverjük. A beáztatott gyümölcsöket tálkákba osztjuk. Merőkanállal a pudingot a gyümölcsökre merjük. Megszórjuk a tetejét barna cukorral és lángszóróval karamellizáljuk.

Ízlés szerint, az előre megtisztított gyümölcsöket a bruleé mellé szórjuk.

**Kern András előétele**

## **Sopszka saláta**

**2009-09-06**



### **Hozzávalók**

20 dkg kígyóuborka  
20 dkg paradicsom  
2 nagy vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
10 dkg sós juhsajt  
4 evőkanálnyi olívaolaj  
2 evőkanálnyi borecet  
petrezselyem  
bors  
só

A paradicsomot és az uborkát kockázd fel, a negyedekre vágott hagymát szeleteld, s mindezt keverd össze az apróra vágott fokhagymával és petrezselyemmel. Locsold meg az olajból, borecetből, sóból, borsból kikevert öntettel, majd az egészet hűtsd le. Tálalás előtt morzsold a tetejére a juhsajtot.

**Kern András főétele**

## Faszénen sült húsok krumplival és grillezett zöldségekkel

2009-09-06



### Grillezett zöldségek:

#### *Hozzávalók:*

nagy padlizsán  
2 nagyobb cukkini  
2 sárga színű paprika  
2 koktélpáradicsom  
2 endívia saláta  
8 zöld spárga  
1 kis fej radicchio saláta  
2 fej vöröshagyma  
30 dkg tofu  
2 dl tejföl  
1 csomag zsáza  
2 dkg kapribogyó  
1 gerezd fokhagyma  
petrezselyem  
szójaszósz  
olívaolaj  
só

#### *Elkészítés:*

A padlizsánt felszeleteljük, besózzuk, és szűrőbe tesszük, hogy jól lecsöpögjön. A paprikákat félbevágjuk, a cukkiniket hosszában vékonyan felszeleteljük. A paradicsomokat, az endíviákat és a hagymákat félbevágjuk, a radicchiót négy részre osztjuk, a megtisztított spárgát 10 percig sós vízben főzzük, majd feldaraboljuk. A zöldségeket egymás után forró grillrácsra tesszük: előbb a padlizsánt, a paprikát és a cukkinit, majd a spárgát, az endíviát, a radicchiót és a hagymát, végül a paradicsomot sütjük. A tofut kockákra vágjuk, és 3 percig grillezzük. Az összes hozzávalót megsózzuk, levesszük a tűzről, összekeverjük 2 evőkanál olívaolajjal meg 1 evőkanál szójaszósszal, és melegen tartjuk. Közben serpenyőben 2 evőkanál olajat forrósítunk, megpirítjuk benne a fokhagymát, majd összezúzzuk. Hozzáadjuk az elmorzsolgalt kapribogyót, 1 evőkanál finomra vágott petrezselymet és zsázsát. Amikor kihűlt, tejföllel összekeverjük. Nagy tábla halmozzuk a grillezett zöldségeket, és tálkában mellé kínáljuk a mártást.

### Grillezett húsok

#### *Hozzávalók:*

1,5 kg hús (sertés, marha, csirke)  
1,5 csapott evőkanál só  
1 teáskanál őrölt kömény  
1 teáskanál őrölt fekete bors  
2 teáskanál majoranna  
3 fej fokhagyma  
4 fej vöröshagyma  
késhegynyi rozsmaring  
30 dkg füstölt szalonna (a kengetéshez)  
2 dl olaj  
1/2 l sör

A húsokat jól besózzuk, a fűszereket (bors, kömény, majoranna, 1 fej zúzott fokhagyma) összekeverjük az olajjal és jó alaposan bedörzsöljük azokat. 2-3 órát állni hagyjuk, hogy a fűszerek jól átjárják a húst. Majd a tepszi aljára kevés olajat öntünk, belehelyezzük a csülköket, mellé dobáljuk a felnegyedelt vöröshagymákat és egy fej szétbontott fokhagymát. A sörbe beleaprítunk egy fej fokhagymát és a felszeletelt szalonna csíkokat ebbe mártogatva kengetjük a csülköket. 190 C-ra előmelegített sütőbe rakjuk és addig sütjük amíg a bőre szép piros és ropogós lesz. (Ezt az ételt elkészíthetjük faszénparázsón is, a csontot kivesszük és helyére nyársat húzva, folyamatosan tekerve egyenletesen pirosra sütjük.) Köretnek héjában sült burgonyát kínálunk hozzá.

**Kern András desszertje**

## **Smarni**

**2009-09-06**



### **Hozzávalók:**

20 dkg liszt

4 tojás

2,5 dl tej

csipet só

1 evőkanál cukor

2 evőkanál sütőmargarin

### **Elkészítés:**

A lisztet tálba szítalom. Egy habverővel belekeverem a tejet, a sót és a tojássárgáját. A tojásfehérjét kemény habbá verem, majd hozzáadom a cukrot, tovább verem. Egy nagy serpenyőben margarint hevíték, és beleöntöm a tésztát. A smarnit addig sütöm, míg az alja megpirul. Ekkor megfordítom, és a másik felét sütöm meg. Villával nagyobb darabokra szakítom, és forrón tálalom.



Papadimitriu Athina előétele

## Rizsleves

2009-09-14



### Hozzávalók:

1 pohár rizs  
1 citrom leve  
1 dl joghurt  
1 kanál Graham-liszt  
2 dl tej  
csipet só

### Elkészítése:

A rizst mossuk tisztára, és tegyük fel annyi vízbe főzni, hogy ellepje a rizst. Amikor forr, csavarjuk bele 1 citrom levét. Ha megfőtt a rizs, 2 dl tejbe belehabarunk 1 kanál lisztet. Ezzel a levest feleresztjük tetszés szerint, összeforraljuk, és tálaláskor joghurtot öntünk rá.

## Papadimitriu Athina főétele

### Tepsis csirke, csalános paszattió, tzatziki

2009-09-14



#### Tepsis csirke

##### Hozzávalók:

1 kg krumpli  
2 db egész csirkemell vagy 50 dkg pulykamell  
4 nagy szem vöröshagyma  
1 nagy pohár tejföl  
20 dkg trappista sajt  
só  
szárnyasfűszer

##### Elkészítése:

Vegyünk egy közepes méretű tepsit, kenjük ki az alját olajjal. Hámozzuk meg a krumplit (nyersen), karikázzuk fel, majd terítsük szét a tepsiben. Ahány rétegben sikerül lerakni, annyiszor sózzuk meg a tetejét, hogy mindenhol átérje a só. Ezután a vöröshagymát is meghámozzuk és felszeljük karikára, a krumpli tetejére. Majd a csirkemellet szeljük fel szeletekre (0,5-1cm-es vastagságúra), fűszerezzük be a szárnyas fűszerrel. Fektessük a hagymára. Borítsuk be a tepsit alufóliával, tegyük előmelegített sütőbe 40 percre. Ezalatt megpuhul a krumpli, és megpárolódik a hús. Ha letelt a 40 perc, kivesszük a sütőből, ráöntjük a nagy pohár tejfölt úgy, hogy mindenhol ellepje, majd visszatoljuk a sütőbe 10 percre. Ha ez is kész, ráreszeljük a sajtot, majd ismét betoljuk a sütőbe 10 percre.

#### Csalános paszattió

##### Hozzávalók:

3 nagyobb csomó csalán  
1 zacskó lyukas tészta  
vaj

##### Elkészítése:

Kevés vízben, és zsiradékban megpároljuk a csalánt, ízlés szerint sózzuk, fűszerezzük, majd összekeverjük a tésztával. Jól eldolgozzuk, hogy mindenhová kerüljön a csalánból.

#### Tzatziki elkészítése:

##### Hozzávalók:

2 csésze natúr joghurt  
1 db uborka  
zúzott fokhagyma  
olívaolaj  
só  
bors (ízlés szerint)  
pár csepp citromlé

##### Elkészítése:

Az uborkát durvára reszeljük, lecsepegtetjük. A joghurttal összekeverjük a fokhagymát, hozzáadjuk a citromlevet (nem feltétlenül). Ebbe belekeverjük az uborkát, sót, borsot.

Nyers zöldséggel (sárgarépa, uborka, paradicsom) vagy hússal, hallal tálalhatjuk.

Papadimitriu Athina desszertje

## Epersaláta rétes kosárban joghurtos szósszal

2009-09-14



### Hozzávalók:

1 zacskó rétestészta  
Kevés olaj  
1/2 kg eper  
2 pohár joghurt  
1 muffin sütőforma

### Elkészítése:

Kisebb kockákra vágjuk a rétestésztát, elhelyezzük a sütőformába és üresen készre sütjük. A joghurtot ízesítjük, összekeverjük a feldarabolt eperrel és beletöltjük a készre sült formába. Porcukorral és friss eperrel tálaljuk.

**Pulai Imre előétele**

## **Fácánleves fürjtojásokkal**

**2009-09-16**



1 db fácán  
30 dkg vegyes zöldség, zeller  
kis fej hagyma  
só  
bors  
1 kávéskanál paradicsompüré  
10 dkg gomba  
gyömbér  
petrezselyemzöld  
cérnametélt  
lúdgége tészta  
személyenként egy fürjtojás

A fácánt megtisztítjuk, megmossuk és megfelelő nagyságú fazékba tesszük. Hideg vizet öntünk rá, felforraljuk, habját leszedjük. Takaréklángon főzzük, ügyelve arra, hogy ne forrjon erősen, mert akkor zavaros lesz. Amikor a fácán félpuhára főtt, beletesszük a vegyes zöldséget és ízlés szerint fűszerezzük. Hozzáadjuk a paradicsompürét, a gombát. Házi tésztát készítünk és lehetőség szerint vékonyra vágjuk. Amikor a fácán megpuhult, a zöldségekkel együtt kiszedjük a levesből. Feldaraboljuk a zöldséget metéltre, a gombát szeletekre vágjuk. A fürjtojásokat egy külön edényben megfőzzük. A levesestál aljára tesszük a fácánhúst, erre helyezzük a kifőtt metélt tésztát, a vékonyra vágott zöldséget, a szeletelt gombát, és a fürjtojásokat. Végül rászűrjük a forró levest. Finomra vágott petrezselyemzölddel meghintjük, és azonnal asztalra adjuk.

**Pulai Imre főétele**

## **Fokhagymás sült oldalas különleges páccal, fűszeres krumplival**

2009-09-16



2 kg oldalas  
piros paprika  
őrölt kömény  
só  
rozmarin  
2 db fehér paprika  
4 gerezd fokhagyma  
1 tyúkhúsleves-kocka  
zsír  
alufólia

Az összevágott húst gyengén besózzuk és megtűzdeljük fokhagymával. Készítsünk egy pácot, őrölt köményből, rozmarinból, fokhagymából, darált borsból, ezzel jól kenjük meg a húsdarabokat. Egy éjszakát hűtőszekrényben érleljük. Másnap átkenjük piros arannyal, majd zsírral megkent tepsibe tesszük, és ráöntünk 2 dl húslevest. Kevés őrölt köménnyel és piros paprikával megszórjuk, lefedjük, és 40 percig közepesnél kissé erősebb tűzön, állandóan locsolgatva megsütjük. Az utolsó tíz percben meghintjük vékony szeletkékre vágott fokhagymával, meglöcsöljük a levével, és készen is van.

### **Fűszeres krumpli**

8-10 db kisebb burgonya  
3 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
só  
bors  
bazsalikom  
oregánó  
metélőhagyma  
szárított petrezselyem  
kevés olívaolaj

Hámozzuk és negyedeljük a burgonyát. Forró sós vízben főzzük meg, majd ízesítsük a már előre megpirított fokhagymával, vöröshagymával. A végén fűszerezzük.

**Pulai Imre desszertje**

## **Mákos tészta**

**2009-09-16**



50 dkg hosszúmetélt

2 dkg zsír

10 dkg mák

10 dkg porcukor

A hosszúmetéltet gyengén sózott, bő, forrásban levő vízben megfőzzük, leszűrjük, és a zsírral elkeverjük. Közben a mákot megdaráljuk, és a porcukorral elkeverjük. A hosszúmetéltet előmelegített tálra helyezzük és megszórjuk a porcukros mákkal. Igen kellemes ízt adhatunk a mákos tésztának, ha csipetnyi reszelt citromhéjat keverünk a darált mákhoz.

Orosz Barbara előétele

## Pogácsa

2009-09-17



### Hozzávalók:

50 dkg liszt

25 dkg vaj

2 dl tejföl

2 kávéskanál só

2 tojás sárgája

20 dkg Pannónia sajt reszelve

2,5 dkg élesztő nem kell felfuttatni, elég szétmorzsolni

Összegyúrni, egy éjszakán át pihentetni (nem hűtőben). Másnap vékonyra kinyújtani, tojásfehérjével megkenni, sajtot reszelni a tetejére, derelyeszaggatóval minél apróbb négyszögekre vágni, elég lassú tűzön sütni (8 fokozatú gáztűzhelyen 3-as 4-es közt szoktam), megkelnek, mint a kis párnácskák, ne süsd nagyon sötétre, mert megkeseredik a sajt. Fémdobozban nagyon sokáig friss marad.

A pogácsákat ízlés szerint sajtkrémmel és esetleg vékony sonkával töltjük meg.

Fatálra helyezzük, ami mellé sajtokat - camembert sajt, szőlő, friss saláta levél - teszünk.

**Orosz Barbara főétele**

## **Őzpörkölt**

2009-09-17



### **Hozzávalók:**

1,5 kg őzhús  
2 nagy fej vöröshagyma  
15 dkg füstölt szalonna  
3 dl vörösbor  
3 dkg fűszerpaprika  
2-3 db zöldpaprika  
3 db paradicsom  
csípős paprika  
só  
bors  
ízlés szerint Piros Arany

A megmosott húst kockára vágjuk, a hagymát finomra aprítjuk. A szalonnát apró kockákra vágjuk és zsírára sütjük. Kivesszük a töpörtyűt, a kockára vágott hagymát a zsírában üvegesre sütjük. A tűzről levéve hozzáadjuk a fűszerpaprika felét és a húst. Jól összekeverjük, fedővel lefedjük, és lassan pároljuk. Hozzáadjuk a feldarabolt zöldpaprikát és paradicsomot. Ha kell, kevés bort öntünk hozzá. 1 óra múlva hozzáadjuk a maradék fűszerpaprikát. Piros Arannyal, sóval, borssal ízesítjük. Ráöntjük a maradék vörösbor és készre pároljuk. Elkészíthető bográcsban és edényben egyaránt.



**Orosz Barbara desszertje**

## **Almás süti**

2009-09-17



### **Hozzávalók:**

30 dkg liszt

15 dkg margarin

10-20 dkg cukor(ízlés szerint)

1 sütőpor

1 tojás

pici tej, vagy tejföl

80 dkg alma

fahéj

prézli

Lisztet, margarint, 1 ek cukrot, 1 cs sütőport, 1 tojást összemorzsolom. Ezután adok hozzá annyi tejfölt, hogy összeálljon.

Kettéveszem, az egyik felét vékonyra nyújtom akkorára, mint a tepsi. Belerakom, hintek rá prézlit.

Az almát lereszelem, kis fahéjat és én személy szerint 10 dkg cukrot adok hozzá.

Összerottyantom, és a levéből kicsavarva a tésztán elosztom. A tészta másik feléből kis kígyókat gurigázok és azt srégen, rácsszerűen elrendezem a tetején. Ezután sütőbe vele!

Hujber Feri előétele

## Gölödin

2009-09-18



1/2 kg burgonya  
 petrezselyem zöldje  
 2 db zöld-paprika  
 2 db paradicsom  
 1-2 édes káposztalevél  
 1 fej vöröshagyma  
 zeller  
 1 gerezd fokhagyma  
 só  
 vegeta  
 1/2 kg finomliszt  
 1 tojás  
 kb.: 1dl paradicsomlé

Egy hideg vizet feltesszük főni a paprikával, paradicsommal, belerakjuk a zellerzöldet, hagymát, káposztalevelet és a fokhagymát. Megízesítjük a sóval, vegetával, petrezselyem zölddel, és összefőzzük, majd belefóraljuk a paradicsomlét. Ha a felforrt, belefőzzük az elkészített gombócokat.

**Gombóc:** a burgonyát megfőzzük, áttörjük és a tojással és a liszttel összedolgozzuk, sózzuk. Annyi lisztet teszünk hozzá, hogy formázható legyen, majd lisztes kézzel gombócokat formázzunk belőle (kb. 5 cm átmérőjűt) Ha a leves kész, belefőzzük.

Hujber Ferenc főétele

## Sült báránygerinc

2009-09-18



### Hozzávalók:

kb.:1,5 kg konyhakész báránygerinc

só

6-7 evőkanál mangalicazsír burgonyás lángos

fél kiló liszt (bio finomliszt)

25 dkg vízben megfőtt

megtört burgonya

2 dl meleg víz só

2 dkg élesztő

bioolaj

A gerincet megtisztítjuk a rajta maradt inaktól, de egy vékony zsírréteget rajta hagyok. Megsózom; más fűszert nem használok hozzá, hogy a hús különleges íze jobban érvényesüljön. Forró sütőben, nagy lánggal (200 °C) 10 percig sütöm. Ekkor megfordítom, a tüzet közepesre mérsékelem (180 °C), és nagyságától függően további 20-30 percig sütöm. A csontról lefejtve, fölszeletelve tálalom. Akkor jó, ha a közepe rózsaszínű, de nem véres.

### Burgonyás lángos

#### Elkészítés:

A lisztet átszitálom, meleg helyre teszem. a krumplit megfőzöm, összetöröm. Az élesztőt 1 dl meleg vízben, 1 kiskanál liszttel elmorzsolom, összekeverem, meleg helyre teszem (felfuttatom). Ha már szép magasra feljött a habja, akkor jó. A lisztet összekeverem az élesztővel, a szét tört krumplival, sóval és még egy deci vízzel. Megdagasztom, levegős mozdulatokkal, majd meleg helyre teszem kelni. Ha már feljött két-háromszorosára, akkor kinyújtom ujjnyi vastagra, és kis cipókat formálok belőle olajos kézzel, majd fém tepsire helyezve még 20 percre visszateszem meleg helyre kelni. Forró bioolajban kisütöm, az olajat letörölöm róla nedvszívó szalvétával.

Hujber Ferenc desszertje

## Sajttorta

2009-09-18



### Hozzávalók:

45 dkg sajt krém  
2 db tojás  
3/4 bögre cukor  
2 evőkanál citromlé  
reszelt citromhéj  
2 kávéskanál vanília aroma  
10 dkg édes keksz  
10 dkg margarin  
kevés gyömbér

### Elkészítés:

A margarint megolvasztom, és az előre ledarált kekszet belekeverem, majd egy kb. 24 cm átmérőjű tortaforma alját egyenletesen beterítem az így készült masszával. A többi hozzávalót egy nagyobb tálban összevegyítem, és robotgéppel kb. 3-4 percig nagy fokozaton keverem. Az elkészült krémet a tortaformába öntöm, és előmelegített sütőben közepesnél gyengébb lángnál kb. 3/4-1 óra alatt készül el. Felszolgálás előtt friss idénygyümölccsel, vagy előre elkészített gyümölcs-szósszal lehet díszíteni

**Debreczeni Zita előétele**

## **Hamis gulyásleves**

2009-09-21



### **Hozzávalók:**

75 dkg tisztított burgonya  
 2 db friss zöldpaprika  
 2 db friss paradicsom  
 2 nagy fej vöröshagyma  
 3 db marhahúsleves-kocka  
 10 dkg húsos füstölt szalonna  
 1 mokkáskanál majoránna  
 2 gerezd zúzott fokhagyma  
 1 ek piros fűszerpaprika (aki szereti az erőset, kevés cseresznyepaprika-krémet is tehet bele)  
 2 ek tarhonya (de csak házi, szabálytalan alakú apró száraz tarhonya)  
 ízlés szerint só  
 1 cs őrölt köménymag.  
 sütni való füstölt kolbász

### **Elkészítés:**

A füstölt szalonnát apró kockákra vágom, majd zsíráját folyamatos keverés közben kis lángon kiolvasztom, és ráteszem a megtisztított, finomra metélt vöröshagymát. Folytonosan kevergetve üvegesre fonnyasztom, ezután a tűzről lehúзва belekeverem a pirospaprikát és a paprikakrémet, majd azonnal ráöntök két evőkanál vizet. A tűzre visszatéve beleteszem a meghámozott és kis kockákra vágott burgonyát, és néhány percig kevergetem. Ezután a megtisztított, zúzott fokhagymával és a köménymaggal ízesítem, majd ráöntök másfél liter vizet, illetve annyit, amennyi jó bőven ellepi a burgonyát. Ezután beleteszem a megmosott, kicsumázott és szeletekre vágott zöldpaprikát meg a húsleveskockákat és felforralom. Ha szükséges, meg is sózom. Fedő alatt puhára főzöm, csak ezután teszem bele a felkarikázott paradicsomot és a házi tarhonyát (csipetke helyett). Addig főzöm még, amíg a tarhonya meg nem fő. Forrón tálalom.

A kolbász kevés zsiradékban megsütjük és a leves mellé tálaljuk.

Debreczeni Zita főétele

## Csirkepaprikás galuskával

2009-09-21



### Hozzávalók:

1 kis csirke (1 kg körüli)  
 7-8 dkg húsos füstölt szalonna  
 1 nagy fej vöröshagyma  
 2 zöldpaprika  
 1 paradicsom  
 1 ek piros fűszerpaprika  
 1-1 dl tejföl és tejszín  
 1 teáskanál liszt  
 1 gerezd fokhagyma  
 ízlés szerint só

### Köret:

8 db a szokásos módon készített túrógombóc, de pirított morzsa és cukor nélkül, kevés kaporral és tejföllel.

### Elkészítés:

A csirkét tisztítás, megmosás után kis darabjaira vágom. (A szárnyvégeket, a hátat, a nyakat és a lábakat levesnek más alkalommal megfőzöm.) A húsdarabok mindkét oldalát megsózom. A vöröshagymát tisztítás után finomra aprítom, a szalonnát úgyszintén. A szalonnazsíron a hagymát üvegesre fonnyasztom. A tűzről lehúzáva belekeverem a piros paprikát, majd rögtön ráöntök 2 evőkanál vizet és a tűzre visszateszem. A húsdarabok mindkét oldalát lepirítom, ezután aláöntök egy deci vizet. Hozzáadom a megmosott, szeletekre vágott zöldpaprikát. Fedő alatt, a hús gyakori forgatásával puhára párolom. Ha a levét idő előtt elfőne, apránként, egy-két evőkanál forró vízzel pótolom. Végül beleteszem a vékony gerezdekre vágott paradicsomot és a zúzott fokhagymát. Ugyancsak fedő alatt tovább párolom még néhány percig. A tejfölt és a tejszínt a liszttel simára keverem, majd ráöntöm a hústra. Csak annyi ideig forralom, amíg a lábost rázogatva, a paprikás mártás össze nem gyűlik a tetején. Keverni nem szabad. (A gyenge csirkehús szétörik, ha kevergetik!) Körete a szokásosan elkészített galuska, de lehet túrógombóc is, cukor helyett sóval, kaporral és tejföllel.

**Debreczeni Zita desszertje**

## **Meggyes rétes**

**2009-09-21**



### **Hozzávalók:**

fél kg meggy

15 dkg zsemlemorzsa

15 dkg cukor

### **Elkészítés:**

A meggyeket kimagozom és enyhén kinyomom. Az előkészített réteslapokat megszórom morzsával, elosztom rajtuk a meggyet, megszórom cukorral, feltekerem és a szokásos módon megsütöm.

Szulák Andrea előétele

## Fokhagymás spagetti

2009-09-22



### Hozzávalók:

4-5 átpréselt fokhagymagerezd  
10 dkg vaj  
fél kiló spagetti  
2 ek olaj  
5 ek finomra vágott petrezselyemzöld  
3-4 peperoni (zöld, piros)  
reszelt parmezánsajt  
só

### Elkészítés:

A vajat felmelegítem, beledobom a zúzott fokhagymát, a peperonit és a petrezselymet. 3 liter vizet felforralok, sózom és beleteszek 2 ek olajat. Mikor forr, beleteszem a tésztát és lassú tűzön, időnként kevergetve 8-10 perc alatt "fogkeményre" főzöm. Leszűröm, és előmelegített tálba teszem. Az asztalra teszem a kifőtt tésztát, a sugo-t ráöntöm, és két villával átkeverem. Reszelt sajtot teszek mellé.



Szulák Andrea főétele

## Korianderes csirke avokádóval salátaágyon

2009-09-22



### Hozzávalók:

600 g csirkemellfilé

1 kis fej hagyma

1 gerezd zúzott fokhagyma

4 ek olívaolaj

só

bors

4 ek finomra vágott korianderzöld

### Elkészítés:

A csirkét kockára vágjuk. A vöröshagymát megtisztítjuk, és apróra vágjuk. Serpenyőben felforrósított olajon üvegesre pároljuk a hagymát, fokhagymát, hozzáadjuk a csirkét. 5 - 10 perces állandó kevergetés mellett aranyárgára pirítjuk. Sózzuk, borsozzuk, végül belekeverjük a korianderzöldet. Salátaágyon tálaljuk.

Szulák Andrea desszertje

## Gyümölcsös mascarpone

2009-09-22



### Hozzávalók:

6 db kosárka  
125 g mascarpone  
3 ek tej  
2 ek lemon curd  
100 g bogyós gyümölcs (málna, szeder, ribizli stb)  
3 ek kristálycukor  
1,5 ek víz

### Elkészítés:

A mascarponét a tejjel habosra keverjük és hozzáadjuk a citromkémét. A cukrot és a vizet egy kis lábasban addig melegítjük, míg a cukor felolvad és szirupot nem kapunk. A tűzről levéve a bogyós gyümölcsöket beleforgatjuk a szirupba, vigyázva, nehogy összetörjenek. A kosárkákbá kanalazzuk a mascarpone krémet és elosztjuk a tetejükre a gyümölcsöt. A lábas aljában maradt gyümölcsös sziruppal meglocsoljuk mindegyiket. Azonnal kínáljuk. (Ha sokáig áll így, akkor a kosarak tésztája túlzottan lágy lesz.)

**Magyar Attila előétele**

## **Pikáns uborkaleves**

**2009-09-23**



### **Hozzávalók:**

víz  
csirkehús  
sárgarépa  
f.répa  
zeller  
hagyma  
só  
bors  
piros paprika  
tejszín  
csemege uborka  
tárkony  
citromkarika

### **Elkészítési mód:**

Főzz egy húslevest, szűrd le, a zöldségeket kockázd fel, a főtt csirkét pedig vágd fel kockákra. A leszűrt levesbe önts tejszínt és tedd bele a kockára vágott uborkákat, majd rotytyantasz egyet rajta és miután levetted a tűzről adj hozzá tárkonyt és citrom karikákat.

**Magyar Attila főétele**

## **Hajdúsági sushi**

2009-09-23



### **Hozzávalók:**

kerek szemű (rizottó) rizs  
 rizs-ecet  
 szárított nori-lapok (papírvékony algalapok)  
 wasabi (zöld színű japán torma)  
 shoyu (japán szójaszósz)  
 gari (ecetben eltett gyömbérszeletek)  
 wakegi (újhagyma)  
 csirkemell  
 szűzpecsenye  
 gomba  
 padlizsán  
 kolbász  
 kenyér  
 uborka

### **Elkészítési mód:**

Helyezzünk egy ív norit a bambusztekercsre. Nedvesítsük be a kezünket és tegyünk 2-3 evőkanál sushi rizst a nori lap közepére. Kenjük szét rajta egyenletesen, de hagyjunk kb. 1-1,5 centiméternyi helyet a nori lap alján és tetején üresen a feltekerés miatt. Tegyük a sushi rizsre a zöldséget vagy a hússzeleteket hosszanti irányba (aki szereti a wasabit, akkor ő azt is rakhat bele). Ezután kezdjük el feltekerni a bambusz lap segítségével a norit. Figyeljünk arra, hogy a sushi rizs mindkét vége szorosan le legyen zárva. Miközben óvatosan feltekertük, kicsit préseljük meg a tekercset, hogy ne essen szét a készülő sushi tekercs, de ügyeljünk rá, hogy ne nyomjuk szét. Miután ez megvan, távolítsuk el a bambuszt és óvatosan nyomkodjuk szét a sushi-t a hosszanti végein, majd tekerjük fel. Ha kész, vegyünk elő egy nedves kést és szeleteljük fel vele a sushi rudakat arányosan egyenlő szeletekre. Vigyázzunk arra, hogy a késsel egyenesen lefele szeljük és ne fűrészelve vágjunk, mert akkor széthullhat vágás közben a sushi.

**Magyar Attila desszertje**

## **Eper cappucino**

2009-09-23



### **Hozzávalók:**

kávészem

piskóta

joghurt

### **Elkészítési mód:**

Kockákra vágjuk a piskóta tésztát, majd beleszórjuk egy pezsgőspohárba. Rá joghurtból és habtejszínből vert tejszínhabot öntünk, megszórjuk kávéporral, összekeverjük és eperrel illetve kávészemmel díszítjük.

Ádok Zoli előétele

**Vitaminbomba      venyigére      tekert      fokhagymás  
rozmaringos kenyérrel**

2009-09-24



**Hozzávalók:**

2 fürt koktélpáradicsom  
1 piros kaliforniai paprika  
1 sárga kaliforniai paprika  
1 doboz rucola  
1 doboz madársaláta  
1 jégсалáta  
1 csomó újhagyma  
20 dkg görög Feta  
2 csomag olasz mozzarella  
friss bazsalikomlevel  
kevés oregano  
ízlés szerint morzsolt rozsabors

**Dressing**

1-2 ek méz  
1 ek mustár  
2-3 ek balzsamecet  
extra szűz olívaolaj

Ádok Zoli főétele

## Cápaharcsa filé rozmaringos gombával, fokhagymás leveles spenóttal

2009-09-24



### Hozzávalók:

cápaharcsa  
mustár  
olivaolaj  
spenót  
fokhagyma  
só  
bors  
rozmaring

### Elkészítés:

A cápaharcsát fokhagymával és mustárral ledörzsölöm kis olivaolajjal meglocsolom pár órára hagyom állni, majd nagy lángon alufólia alatt hirtelen kisütöm.

Spenótot kimosom leforrázom majd extra szűz olivaolajon fokhagymával, sóval, borssal együtt megdinsztelem.

Gombát megmosom csak hosszában vágom fel, megdinsztelem a hagymát egy kis olivaolajon, és megszórom egy kevés borssal, sóval és friss rozmaringgal illetve rozsaborssal.

Ádok Zoli desszertje

## Somlói galuska

2009-09-24



### Piskóta

#### Hozzávalók:

8 tojás  
8 ek liszt  
8 ek cukor  
1 vaníliás cukor  
1 sütőpor

#### Alaplé:

5 dl víz  
1-2 dl sötét rum  
1 narancs reszelt héja  
1 citrom reszelt héja  
1 vaníliarúd  
4-5 ek cukor

Ezt mind összekeverem felforralom, majd hagyom kihűlni, ezzel fogom meglocsolni a kész piskótalapot.

#### Krém:

1 vaníliarúd  
1 citrom  
1 narancs  
1 l tej  
8 tojássárgája  
2 ek liszt  
8-10 ek cukor

Tejet felforralom a citrom és a narancs reszelt héjával és a vaníliarúddal, tojást habosra keverem egy kis cukorral meg liszttel.

Miután a tej kihűlt leszűröm és lassan összekeverem a tojással krémmel és megfőzöm.

Kell meg 20dkg reszelt dió

Rumba áztatott mazsola

Ízlés szerint

Rétegenként lerakom:

Egy piskota meglocsolom alap lével, rá vaníliakrém

Rá mazsola dió

Ismétlem míg el nem fogy, arra azonban vigyázunk, hogy krém legyen a tetején is.

#### Csoki krém

ét csoki

rum

víz

Gőz fölött a csokit elolvasztom, lassan hozzáadom a vizet és a rumot.



Keresztes Ildikó előétele

## Juhtúró gombóclevés

2009-09-25



### Hozzávalók:

10 dkg juhtúró  
2 dkg vaj vagy margarin  
1 tojás  
2 evőkanál liszt  
2 dl tejföl  
2 tyúkhúsleves-kocka  
1 evőkanál búzadara  
1 teáskanál ecet  
vagy citromlé  
1 gerezd fokhagyma  
csipetnyi cukor  
ízlés szerint só

### Elkészítés:

A gombócmasszához a tojást habosra verjük, majd összekeverjük a búzadarával, 1 evőkanál liszttel és a juhtúró felével. A masszát félretesszük. A leveshez a maradék lisztet a vajon megizzasztjuk, ezután 3 dl vízzel felengedve, folyamatos keverés közben sűrűre főzzük. Apránként felöntjük még 6 dl vízzel, és kevergetve felforraljuk. Közben beletesszük a húsleveskockákat és a zúzott fokhagymát. Ötpercnyi főzés után belekeverjük a tejföllel simára kevert megmaradt juhtúrót, és az ecettel, valamint csipetnyi cukorral és sóval ízesítjük. A félretett gombócmasszát nedves kézzel egészen apró gombócokká formáljuk, és a forrásban lévő levesbe tesszük. További 10 percig főzzük, azalatt a gombócok megfőnek.

Keresztes Ildikó főétele

## Kolozsvári rakott káposzta

2009-09-25



### Hozzávalók:

3/4 kg savanyú káposzta (váltott hideg vízben többször átmossuk, hogy ne legyen túlzottan savanyú az étel)

35 dkg sertéslapocka (darált)

10 dkg rizs (vagy árpagyöngy)

2 dl tejföl

8 dkg zsír vagy olaj

15 dkg kolbász

10 dkg füstölt szalonna

őrölt paprika

só

egész fekete bors

### Elkészítés:

Az átmosott savanyú káposztát kevés olajban vagy zsírban puhára pároljuk. Ezzel egy időben a darált sertéslapockát kevés hagymás, paprikás olajban megpároljuk és hozzákeverünk 10 dkg párolt rizst. A hús lehet maradék sült vagy főtt hús is. A káposztát a hústöltelékkel rétegezve lábasba vagy tűzálló tálba 3-4 sorban összerakjuk, 2 dl tejföllel meglocsoljuk. A rétegek közé rakhatunk 15 dkg karikára vágott, párolt kolbászt (sőt karikára vágott kemény tojást) is, így az eredeti. Tetejét káposztával fedjük be, kolbászkarikákat rakunk rá és a maradék tejfölt, kevés húslével hígítva ráöntjük. Ráhelyezzük a vékony szeletekre vágott füstölt szalonnát, és 20 percig előmelegített, forró sütőben sütjük.

Keresztes Ildikó desszertje

## Citromos grízhab karamellel

2009-09-25



### Hozzávalók:

1 liter víz

8 dkg búzadara

17 dkg cukor

1 citrom reszelt héja és leve

### Elkészítés:

A vízbe beleteszem a hozzávalókat, felfőzöm, míg a dara megpuhul, és jól megdagad (akkor jó, ha átlátszó, enyves állagú). Nagyon hidegre kihűtöm, majd habverővel felferem fehér habbá. Nem kell félni, mert nagyon finom hab lesz belőle! Kis tálkákba szedem, és a tetejét lekvárral vagy gyümölccsel díszítem.

Karamellel tálaljuk.

**Reviczky Gábor előétele**

## **Füstölt pisztráng**

**2009-09-28**

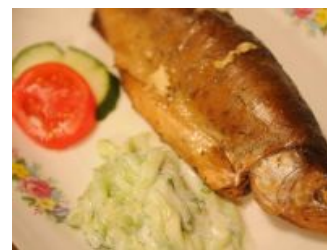
### **Fűszerek:**

kakukkfű

só

a fűrésziporba boróka

koriander



Reviczky Gábor főétele

## Tőkehallal töltött kovászott káposzta

2009-09-28



### Kovászott káposzta:

Legyaluljuk a káposztákat egy fejet egészben hagyunk, körbe vágjuk a torzsát, kiemeljük és a leveleket egyben leemeljük. A gyalult káposztát bekeverjük.

Kaporral, borsikafűvel, egész borssal behelyezzük egy köcsögbe vagy 5 literes üvegbe a leveleket a tetejére tesszük. 4 liter vízbe 7 púpozott evőkanál sót teszünk és felforraljuk, majd merőkanállal a káposztára merjük. Amikor langyos egy szelet parasztkenyeret rakunk a tetejére.

Nyáron napon este behozva 3 nap, télen bent 24 fokon 5 nap alatt kész!

### Töltött tőkehal:

1,5 kg tőkehalat éles késsel apró darabokra vagdalunk. Egy nagyobb hagymát le reszelünk. Kaporral, borssal, sóval egy zacskó mélyhűtött erdei gombával /3 féle/ 2 marék barna rizzzel és 4 tojással össze keverjük majd állni hagyjuk egy órát.

Betöltjük a levelekbe, kiolvasztott mangalica szalonnakockán 2 fej apróra vágott hagymát dinsztelünk, ráhelyezzük a kovászott káposztát majd a töltött

Káposztákat, kevés vizet öntünk rá, kis tűzön fedő alatt pároljuk. Egy óra múlva kész!

**Reviczky Gábor desszertje**

## **Sárgadinnyés bárka**

**2009-09-28**



4személyre egy sárga és egy zöld sárgadinnyét veszünk, ketté vágjuk őket a magot kikanalazzuk. Gömbvályóval gömböket készítünk és egy tálban Portorico rumba tesszük őket és egy órára a hűtőbe rakjuk. Három tojást szétválasztunk a sárgája nem kerülhet a fehérjébe. 25dkg mascarpónét géppel megkeverjük a tojássárgájával, 1 kikapart vanília rúddal és 2 evőkanál cukorral /ízlés szerint/. A fehérjébe csipet sót teszünk és géppel felferjük de nem keményre, majd egy nagyobb kanállal alulról felfele haladva lassú mozdulatokkal összekeverjük a habbal. Hűtsük le, majd tálalás előtt tegyük a gömböket a dinnyehéjbe rá pedig a krémet.

Majd újabb gömböket felváltva zöldet és sárgát esetleg vágott édes nagyszemű szőlővel díszítjük.

**Császár Előd előétele**

## **Császárkörtés, almás sült gomolya saláta**

2009-09-29



### **Hozzávalók:**

4 paradicsom  
20 dkg rukkola saláta  
1 evőkanál pesto  
1 dl olívolaj  
2 evőkanál balzsamecet  
40 dkg gomolya sajt  
4 szem császárkörte

### **Elkészítés:**

A paradicsomot megmossuk, felkarikázzuk. A salátát megmossuk, leszárítjuk, és tányérra tesszük. Császárkörtét meghámozzuk, és kis gömböket vágunk ki belőle.

### **Elkészítés:**

A paradicsomot a salátára fektetjük, sózzuk, borsozzuk. A pestót elkeverjük az olaj felével, és a balzsamecettel együtt a salátára locsoljuk. A maradék olajat felforrósítjuk, és megsütjük benne a sajtok mindkét oldalát. Még forrón a salátára rátesszük, és azonnal tálaljuk.

**Császár Előd főétele****Császárszalonnás füstölt sajtos sült csirke, szerecsendiós krumplipürével**

2009-09-29

**Hozzávalók:**

1/2 kg császárszalonna

1 kg csirkehús

40 dkg füstölt sajt

szerecsendió

1/2 kg krumpli

vaj

só

**Elkészítés:**

Feldaraboljuk a csirkét, megsózzuk, majd kiolajozott tepsibe helyezzük. Feldaraboljuk a császárszalonnát, ízlésesen ráhelyezzük a csirkére, megszórjuk reszelt füstölt sajttal és berakjuk a sütőbe. Kb. 40-45 percig sütjük. Közben elkészítjük a krumplipürét.

**Püré:**

Sós vízben puhára főzzük a burgonyát, majd összetörjük krumplinyomóval, vajjal és tejjel ízesítjük, ízlés szerint még sózhatjuk kicsit. Összekeverjük a darált szerecsendióval és köretként tálaljuk.



**Császár Előd desszertje****Császármorzsa gyümölcsszósokkal**

2009-09-29

**Hozzávalók:**

30 dkg búzadara

3 tojás

4,5 dl tej

5-10 dkg mazsola

10 dkg zsír vagy margarin

10 dkg cukor

só

(porcukor, lekvár, szörp)

**Elkészítés:**

A cukor felét keverd bele a langyos tejbe, adj hozzá kicsi sót, majd áztasd bele a mazsolát és a búzadarát is. A tojások sárgáit keverd el a maradék cukorral, a fehérjékből pedig verj kemény habot. Amikor a dara megduzzadt (felszívta a tejet), keverd hozzá a tojás sárgáját és a habot is. Egy tágas serpenyőben hevítsd fel a zsiradékot, öntsd bele a masszát, s (egy lapáttal) folyamatosan kevergesd, míg szét nem esik kisebb darabokra, morzsákra. (A császármorzsat forrón, porcukorral meghintve, esetleg valamilyen lekvárral, vagy gyümölcsszörppel szokás tálalni.)

**Luanda előétele****Zöld banán sütve avokádókrémmel bagettel**

2009-09-30

**Hozzávalók:**

2 puha avokádó  
1 kis fej lilahagyma  
2 gerezd fokhagyma  
1 chilipaprika  
1 zöldcitrom  
1 deci tejszín  
só  
frissen őrölt bors

**Elkészítés:**

Az avokádót kettévágom, kisedem a magját. Beteszem egy tálba, villával kicsit összetöröm és meglocsolom a lime levével. A hagymát felaprítom, a fokhagymát pépesre reszelem. Ráöntöm a tejszínt, és botmixerrel pépesre keverem. Amikor kész, megsózom és borsozom.

## Luanda főétele

### Hátszín criolla salsa-ban, babos rizzsel, gyuca gyökérrel és paradicsomsalátával

2009-09-30



#### Babos rizs

##### Hozzávalók:

130 g vörösbab (= 260 g főtt bab = 1 kis konzerv)  
 2 ek olívaolaj  
 2 fej vöröshagyma  
 2 gerezd fokhagyma  
 1 db kaliforniai paprika, piros  
 1 db chilipaprika (elhagyható, de megéri)  
 200 g hosszúszemű rizs  
 1 mk római kömény (esetleg hagyományos kömény)  
 1 db babérlevél  
 2 ek fehérborecet  
 1 tk só  
 feketebors, frissen őrölve

##### Elkészítés:

Egy éjszakán keresztül áztatjuk a babot, és ugyanabban a vízben feltesszük főni pár babérlevéllel. Ugyanazzal a vízzel főzünk a rizst, előtte 1 kaliforniai paprikát csíkokra vágunk, illetve 3 szelet bacon szalonnát és 4 gerezd fokhagymát, majd megpirítjuk olíva olajban. Hozzá adjuk a rizst, megsózzuk, tehetünk hozzá egy kis fehérköményt és feketeborsot és kolbászt. Ami nagyon fontos az, hogy abba a vízben kell megfőzni, amiben a bab volt, attól lesz olyan szép fekete és színes.

#### Marha hátszín Criolla szószban

##### Hozzávalók:

5 szelet marha hátszín  
 2 vöröshagyma  
 6 gerezd fokhagyma  
 1 lime  
 2 ek fehérbor  
 1 babérlevél  
 feketebors  
 só  
 olaj

##### Elkészítés:

A húst pácoljuk legalább 12 órán át, és csak 1 órával a sütés előtt vegyük ki a hűtőből. Hirtelen megsütjük a hússzeleteket kb. 3 percre, utána ráöntjük a páclét, és abba hagyjuk főzni 15 percre keresztül, nem tovább, mert akkor rágós lesz a hús.

#### Yuca con mojo (gyámgyökér fokhagyma öntettel)

##### Hozzávalók:

1 vagy 2 Yuca  
 3 gerezd fokhagyma  
 olíva olaj  
 lime  
 só

**Luanda desszertje****Flan nyári szószban fagylalttal****2009-09-30****Hozzávalók:**

1 doboz sűrített tej  
4 tojás  
1 natúr joghurt  
1 ek dió fagylalt  
1 csepp mandula aroma  
3 ek cukor (karamell)

**Elkészítés:**

A tojásfehérjét felhabozzuk nem túl keményre, majd egyenként hozzá adjuk a hozzávalókat és szép lassan összekeverjük. Ha kihűlt a karamell, akkor ráöntjük a keveréket és megfőzzük.

Ada előétele

## Brokkolikrémleves

2009-10-01



### Hozzávalók:

brokkoli  
krumpli  
fokhagyma  
só  
bors  
főzőtejszín  
bacon  
parmezán  
leveskocka

### Elkészítési mód:

Brokkolit rózsáira szedve megmossuk, a kicsi szárazakat felszeljük. A burgonyát meghámozzuk, megmossuk, és apró kockára vágjuk. A fokhagymát lehéjazzuk, szét nyomjuk. Annyi vízzel felöntjük, ami ellepi, majd a leveskockát is hozzáadjuk. 15 percig főzzük, míg meg nem puhul a burgonya és a brokkoli, majd hozzáöntjük a tejszínt és felforraljuk az egészet. A sajtot durvára reszeljük. A levest mixerrel pépesítjük, utána megsózzuk, borsozzuk. A sajttal és a baconnel (olajon megpirítottuk előtte) megszórjuk.

Ada főétele

## Feketetészta scampi

2009-10-01



### Hozzávalók:

tészta

olaj

só

bors

scampi

fokhagyma

petrezselyem

### Elkészítési mód:

A tésztát sós vízben megfőzzük, majd olajjal elkeverjük, hogy ne ragadjon össze. A rákokat megpucoljuk, megmossuk, sózzuk, borsozzuk, majd olajon pirítjuk, hozzáadjuk a felszeletelt fokhagymát, apróra vágott petrezselymet és a főzőtejszínt.

Ada desszertje

## Mézes, joghurtos, babapiskótás gyümölcs nyalánkság

2009-10-01



### Hozzávalók:

babapiskóta  
fagyasztott vagy friss gyümölcs  
natúr joghurt  
citrom  
vaníliás cukor

### Elkészítési mód:

Egy nagy tálba beleaprítjuk a babapiskótát, majd a többi hozzá valót is beletesszük, citrom levét belenyomjuk, és az egészet összekeverjük. Ha sokáig állni hagyjuk a piskóta nagyon megszívja magát és ezt sokan nem szeretik.

**Marenec Fruzsina előétele**

## **Country leves**

2009-10-02



### **Hozzávalók:**

koriander  
petrezselyem  
fél kg-fejtett bab  
fél kg –kukorica  
fél szál kolbász  
2 fej vöröshagyma  
pirospaprika  
spagetti tészta

### **Elkészítés:**

A babot és a kukoricát vegetás vízben feltesszük főni. Közben megdinszteljük a hagymát, rászórom a petrezselymet és a szeletekre vágott kolbászt. Tűzről levéve, rászórom a pirospaprikát, majd bele a levesbe. Újraforráskor beletesszük a spagetti tésztát ízlés szerint



**Marenec Fruzsina főétele****Steak-ek zöldséges palacsintaágyon, dollár-csipsszel**

2009-10-02

**Hozzávalók:**

1 db cukkini  
 2 db hagyma  
 2 db paradicsom  
 6 ek finomított repceolaj /olíva olaj  
 3 ágacska kakukkfű  
 1 ek őrölt koriander  
 20 dkg liszt  
 2 tojás  
 3 dl sör  
 1 cs sütőpor  
 1 ágacska rozmaring  
 1 ek cukor  
 2 cs petrezselyem  
 só  
 bors  
 fél kg burgonya a dollár-chipshez

**Elkészítés:**

A zöldségeket megtisztítjuk. A cukkinit felszeleteljük. A hagymát negyedeljük. A paradicsomot is négybe vágjuk, magját eltávolítjuk.

2 ágacska kakukkfűvet finomra vágunk, és a korianderrel együtt 4 ek finomított olajba tesszük, sózzuk, borsozzuk. Ebbe a páclébe tesszük a zöldségeket.

A lisztet tálba tesszük, a sütőporral összekeverjük. Közepébe lyukat formálunk, ebbe tesszük a tojást, a sört, és a megmosott, apróra vágott maradék kakukkfű és rozmaring ágacskákat, valamint a cukrot. Habverővel simára keverjük. 30 percig pihentetjük.

Palacsintasütőben a maradék olajjal vékony palacsintákat sütünk. A sütő rácsára egymás mellé fektetjük a kisült tésztákat és 140°C-on ropogósra sütjük.

A petrezselymet megmossuk, megszáritjuk, leveleit lecsipkedjük és egy magas edénybe tesszük. Ráöntjük az olajat, sózzuk és botmixerrel összeturmixoljuk. Hűtőbe tesszük.

A pácolt zöldségeket a grillen reszre sütjük, ráhelyezzük a palacsintákra és az olajos öntettel meglocsoljuk.

A burgonyát nagyon vékony szeletekre vágjuk és serpenyőben reszre sütjük.

**Marenec Fruzsina desszertje**

## **Barackos túróslepény vaníliaöntettel**

2009-10-02



### **Hozzávalók:**

1/2 kg túró  
1 doboz tejföl  
6 tojás  
vaníliás cukor - ízlés szerint  
kristálycukor - ízlés szerint  
citrom  
6 kanál liszt  
1/2 cs. sütőpor - én az egészet bele szoktam tenni  
mazsola  
fél kg sárgabarack  
2 cs. vanília öntet

### **Elkészítés:**

A túrót, tejfölt, cukrot, a citrom héját, a citrom levét és a 6 tojás sárgáját összekeverjük. Hozzáadjuk a lisztet, a sütőport és a mazsolát. A tojás fehérjét kemény habbá verjük, és óvatosan hozzáadjuk a többihez. Kizsírozott, lisztezett tepsiben megsütjük.

**Oláh Ibolya előétele**

## **Tiszadobi gombóclevés**

2009-10-05



### **Hozzávalók:**

0,5 kg sovány sertéshús  
egy adag leveszöldség(sárgarépa, petrezselyem, karalábé, zeller)  
15 dkg zöldborsó  
10 dkg gomba  
10 dkg kis rózsáira szedett karfiol  
kevéske vaj  
egy csapott evőkanál tejszín  
két tojás sárgája  
fél citrom só

### **A burgonyagombóchoz:**

15 dkg burgonya  
4 dkg liszt  
1 tojás  
Só  
szerecsendió

### **Elkészítési mód:**

A sertéshúst kockára vágjuk, vajon átsütjük, vízzel felengedjük és a húsleveshez hasonlóan főzzük, fűszerezzük, hozzáadjuk a kisebb szeletekre vágott zöldséget, zöldborsót, gombát, végül a karfiolt és készre főzzük. A vajból, lisztből világos rántást készítünk, és hozzáadjuk. A tűzről levéve hozzáadjuk a tojássárgájával elkevert tejszínt és fél citrom levét, petrezselyemmel díszítjük.

Oláh Ibolya főétele

## Tiszai harcsaszelet paprikás lisztben sütve, vajas burgonyával uborkamártással

2009-10-05



### Hozzávalók:

harcsafilé  
liszt  
pirospaprika  
só  
olaj

### Vajas burgonyához:

burgonya  
újhagyma  
petrezselyemzöld  
vaj  
só

### Mártáshoz:

tartármártás  
csemege uborka  
kapor  
hagyma

### Elkészítési mód:

A harcsaszeleteket besózzuk, paprikás lisztbe beforgatjuk és forró olajban pirosra sütjük. A burgonyát hasábokra vágva sós vízben megfőzzük, majd vajban megfonnyasztjuk az újhagymát, petrezselymet és beleforgatjuk a főtt burgonyát.

A mártáshoz a tartármártásba sajtreszelővel belereszeljük a savanyú uborkát, egy egészen, kis fej hagymát és hozzáadjuk a kaprot.

Oláh Ibolya desszertje

## Gyümölcstorta

2009-10-05



### Hozzávalók:

14 dkg liszt

4 db tojás

16 dkg cukor

0,5l tej

vaníliás pudingpor

4 evőkanál cukor

gyümölcsök

tortazselé

### Elkészítési mód:

A tojások fehérjét habbá verjük, hozzáadjuk a cukrot, a tojássárgáját, majd belekeverjük a lisztet. A tésztát kivajazott gyümölcstortaformában kisütjük. Ameddig hűl a tészta, elkészítjük a pudingot, miután kissé kihűlt, rátöltjük a tésztára. Bármilyen gyümölccsel díszíthetjük, de figyeljünk az ízléses elrendezésre és arra, hogy a gyümölcsből bőven jusson rá. Kenőtollal tortazselét teszünk vékonyan a tetejére.

Roy előétele

## Indiai vörös lencseleves

2009-10-06



### Hozzávalók:

35 dk vöröslencse  
3 paradicsom  
1 nagy hagyma  
2 darab gyömbér  
kb. 1 liter zöldségleves  
1/2 tk kurkuma  
2 deci tejszín  
só  
bors  
5 deka vaj  
1 ek. Olaj  
1 ek. római kömény

A lencsét megmosni. A paradicsomot megmosni, kimagozni és kis kockákra vágni. A gyömbért lereszelni. A lencsét a gyömbérrel a paradicsommal, kurkimával és a zöldséglevessel egy lábosba tenni, lassan felforralni. Kis lángon kb. 30 percig főzni. Utána a botmixerrel lepürézni, közben hozzáönteni a tejszínt. Újra kis lángon felforralni, sózni, borsozni. A vajat egy serpenyőben felhevíteni, a vékony szeletekre vágott hagymát a római köménnyel együtt beletenni és kevergetve aranybarnára sütni, majd a levest ezzel tálalni.

**Roy főétele**

## **Lecsós tarja**

**2009-10-06**



### **Hozzávalók:**

1 ek olaj  
4 szelet tarja  
só  
bors  
pirospaprika  
1 hagyma  
1 zöldpaprika  
2 paradicsom  
1 doboz tejföl  
10 dkg reszelt sajt

A tepsit kiolajoztam és a húsokat egymás mellé fektettem.

Fűszereztem, majd rátettem a felszeletelt hagymát, paprikát és paradicsomot.

Leöntöttem a tejföllel és megszórtam a sajttal, alufóliával lefedtem.

180 fokos légkeveréses sütőben 25-30 perc alatt megsütöttem, majd a fóliát levéve pár perc alatt megpirítottam.

**Roy desszertje**

**Tejfölös málna**

**2009-10-06**



Ízlés szerint: málna, babapiskóta, cukor és egy kis tejföl.



Székhelyi József főétele

## Sólet füstölt libamellel

2009-10-07



### Hozzávalók:

nagy szemű tarkabab /beáztatva/  
 füstölt marhanyelv  
 füstölt liba mell  
 kis libazsír  
 lilahagyma  
 fokhagyma  
 bors  
 piros paprika  
 árpagyöngye – sózás óvatosan /füstöltek okán/  
 előre mosott nagy tojások a füstölt lé adagolása mellett főzve

### Gondos munkafázisok:

1. összerakás
2. előfőzés
3. sütés - tojásokkal

### Többnapos művelet.

Előző napon a megmosott minőségi babot áztasd be, és folyamatosan ereszd fel vízzel, hiszen elnyelik a babszemek nedvességét. Főzd elő a füstölteket. A lé fontos lesz főzéskor. Készítsd elő a lilahagymát, fokhagymát tisztítva, aprítva.

A libamellről lefejtett zsiradékot és nem sok libazsírt felhasználva dinszteld meg.

Vágd csíkokra az előfőzött melle húsát.

Rakj emeleteket babból, gersliből, libahúsból, rétegesen fűszerezz borssal, kevés őrölt piros paprikából, óvatosan sózva.

A rakomány tetejére rakd az előmosott tojásokat.

Amikor a bab megpuhult már majdnem készen vagy.

Ekkor a libazsírral kikent tepsiben merd át a füzetet és süss mindaddig, amíg jónak látod.

A sült tetejére a forró sütőbe helyezd a tojásokat.

Tálaláskor szeld ár a füstölt nyelvet.

És nézd, ahogy cuppogva esznek a szeretteid.

Székhelyi József desszertje

## Rakott palacsinta

2009-10-07



Az ismert palacsinta alapanyagok /tojás, tej, víz, liszt/  
Oliva olaj

Töltelék:

mák

dió

lekvár

túró

csokiöntet

reszelt citrom héja

porcukor

mazsola

Igény szerint tejszínhabdíszítéssel.

Célszerű a töltelék arzenált előre megkeverni. Lásd. Túró, mák, dió, kakaó, lekvár /ok/.

Szépen sütögesd a palacsinta-özönt.

Amikor készen vagy – rakogasd ösztönösen váltogatva az emeleteket.

Borítsd be csokival az egészet. Akinek hiányzik, adj neki tejszínhabot a tetejére.

**Barabás Évi desszertje**

## **Tömény csokoládés sütemény mentás epersalátával**

**2009-10-08**



16 dkg étcsokit ( lehetőleg 60% kakaótartalmú vagy akár magasabb) gőz fölött megolvasztunk

16 dkg vaj vagy margarin

16 dkg kristálycukor

fél csomag vaniliás cukor

4 tojás sárgája

mindezt fél óráig keverjük, azért robotgéppel elég tíz perc:)

10 dkg liszt

1 csipet só

fél csomag sütőpor

4 tojás fehérje kemény habbá verjük és beleforgatjuk az összekevert lisztet, sót, sütőport

összekeverjük a fenti két tálat és kivajazott tortaformába öntjük

az előmelegített sütőben 150-170 C fokon kb 40 percig sütjük.

A friss epret turmixoljuk mézzel kevés mentalevéllel ízesítjük . De lehet eperlekvár vagy szilva, barack, vaniliaszósz, tejszínhab amit a család szeret.

Szabó Patrícia előétele

## **Zöldspárga fürjtojással eperszemekkel, narancsos öntettel**

2009-10-09



### **Hozzávalók:**

3 ek. olívaolaj  
4 ek. narancslé  
1 teáskanál mustár  
1 teáskanál reszelt narancshéj  
1 ek. narancslekvár  
fél citrom leve  
só  
őrölt bors

### **Elkészítés:**

Cukros vízben megfőzzük a spárgát, míg fő addig elkészítjük a szószt.

A mustárt, lekvárt, a citrom levét, olívaolajat összekeverjük, sózzuk, fűszerezzük és ráöntjük a főtt spárgára.

Fürjtojást főzünk hozzá valamint félbe vágott eperrel tálaljuk.

Szabó Patrícia főétele

## Fehérboros zöld kagyló fokhagymás baguette-tel tengeri süllővel

2009-10-09



### Hozzávalók:

1 kg friss kagyló  
3 dl fehérbor  
3 evőkanál citromlé  
2 gerezd fokhagyma  
0,5 csirkés leveskocka  
olívaolaj

### Elkészítés:

A kagylót átmosom, eltávolítom a bajuszkákat. A tisztítás hideg vízben történjek, egyenként átnyomkodom, hogy nem-e üres a kagyló, mert ebben az esetben fekete lesz a főzött kagyló. A fokhagymát az olívaolajon megpirítom, majd felöntöm a fehérborral, hozzáadom a fél csirkés leveskockát, és 1 percig forralom. Ráakom a kagylót és a citromlevet. Kb. 5 percig főzöm fedő alatt, ha minden kagyló kinyílt, elkészült az étel. Még melegen citromkarikával tálalom, friss petrezselyemzölddel megszórom.

### Tengeri süllő:

1 tisztított tengeri süllő, a fejével együtt, fél teáskanálnyi cukor, fél teáskanálnyi só, 1-2 cm hámozott friss gyömbérgumó selyemszalakra vágva, 5-7 szál újhagyma zöld és fehér része, 5 cm-es darabokra, majd selyemszalakra vágva, 4-5 evőkanál földimogyoró vagy kukoricaolaj, 2-3 evőkanál híg szójamártás

Töröljük szárazra a halat és mindkét oldalán ejtsünk 2-3 ferde metszést. Fektessük egy magas falú tűzálló tálba. Ha kicsi a wokunk vagy a párolóedényünk, a halat félbe is vágjuk.

Erős tűzön gőzöljük a wokban vagy egy párolóedényben kb. 8 percig, amíg a hal meg nem puhul és a húsa könnyen lemezekre nem válik. Vegyük le a fedőt, vegyük kisebbre a lángot, vagy zárjuk el teljesen. Ha a gőzből sok víz csapódott le a tátra, konyhai papírtörülközővel itassuk fel.

Hintsük meg sóval és cukorral. Terítsük rá a gyömbért, azután az újhagyma zöld, végül a fehér részét.

Egy kis serpenyőben hevítsük az olajat füstölésig. Apránként öntsük az újhagymára és a gyömbérre: a siftergő olajban részben megsülnek, és ez erősíti az aromájukat. Vegyük ki a halat a wokból vagy a párolóedényből és öntsük rá a szójamártást és azonnal tálaljuk.

Szabó Patrícia desszertje

## Sajttorta eperrel

2009-10-09



### Hozzávalók:

45 dkg sajt krém  
2 db tojás  
3/4 bögre cukor  
2 evőkanál citromlé  
reszelt citromhéj  
2 kávéskanál vanília aroma  
10 dkg édes keksz  
10 dkg margarin

### Elkészítés:

A margarint megolvasztom, és az előre ledarált kekszet belekeverem, majd egy kb. 24 cm átmérőjű tortaforma alját egyenletesen beterítem az így készült masszával. A többi hozzávalót egy nagyobb tálban összevegyítem, és robotgéppel kb. 3-4 percig nagy fokozaton keverem. Az elkészült krémet a tortaformába öntöm, és előmelegített sütőben közepesnél gyengébb lángnál kb. 3/4-1 óra alatt készül el. Felszolgálás előtt friss eperrel díszítjük.

**Gregor Bernadett előétele**

## **Hideg gazpacho**

2009-10-12



### **Hozzávalók:**

50 dkg friss érett paradicsom  
2 liter paradicsom ivólé  
1-1 db színes kaliforniai paprika  
20 dkg kígyóuborka  
1 fej lilahagyma  
1-2 gerezd fokhagyma  
2-3 evőkanál olívaolaj  
1 evőkanál balzsamecet  
1 ág friss bazsalikomlevél  
só  
darált bors  
pár csepp tabasco szósz

A sűrű friss paradicsomszószt tegyük egy nagy üvegtálba, reszeljük bele a fokhagymát, csorgassuk bele az olívaolajat és a balzsamecetet, daráljunk rá borsót és ízesítsük sóval és pár csepp tabasco szósszal. Adjuk hozzá a kis kockákra felvágott uborkát, paradicsomot, paprikákat és a finomra összevágott lilahagymát is. Keverjük hozzá a csíkokra felmetélt bazsalikomlevelet, és pár órára tegyük a hűtőszekrénybe.

Tálaljuk üvegtálkákba vagy üvegpoharakba, melléje olívaolajon megpirított kenyérkockát, vagy kenyérszeleteket kínáljunk.

Gregor Bernadett főétele

## Paella tenger gyümölcseiből

2009-10-12



### Hozzávalók:

2 pohár hosszúszemű rizs  
2 csipetnyi sáfrány  
50-70 dkg vegyes tenger gyümölcse  
rákok  
polipok  
kagylók  
1 fej fokhagyma  
1 fej vöröshagyma  
1-1 db színes paprika  
1 marék fekete és zöld olajbogyó  
2 dl fehérbor  
só  
bors  
2 maréknyi fagyasztott zöldbab zöldszínű  
4-5 evőkanál olívaolaj, fél citrom

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy lábasban, tegyük bele a felcikkezett hagymát, majd pároljuk pár percig, adjuk hozzá az összezúzott fokhagymát, keverjük jól össze, utána tegyük bele az ujjnyi csíkokra felvágott paprikát. egy percig pirítsuk, majd szórjuk rá a rizst. Forrósítsuk még egy percig, utána tegyük bele a sáfrányt (tehetünk bele egy teáskanál őrölt kurkumát is, hogy szép sárga legyen). Öntsük fel 3 pohárnyi vízzel, úgy hogy az egyikbe beletöltsük a bort is (összesen 3 pohárnyi folyadék kell hozzá, abban a pohárban kell kimérni, amiben a rizst). Tegyük bele a tengergyümölcseit, sózzuk, ízesítsük borssal, citromkarikákkal, és szórjuk bele az olajbogyókat is. forraljuk jól fel, fedjük le fedővel, és forró 150 fokos sütőbe tegyük. 15-20 perc alatt készre párolódik. Saját edényében tegyük fel az asztalra.



**Gregor Bernadett desszertje**

## **Túrófánk**

**2009-10-12**



### **Hozzávalók:**

50 dkg túró

4-5 tojás

25 dkg liszt

1 kávéskanál szódabikarbóna

csipet só

### **Elkészítés:**

Minden hozzávalót összegyúrunk. Vizes kanállal szaggatjuk, és forró olajban kisütjük. Ha kész, vaníliás porcukorral meghintjük.

**Labancz Lilla előétele**

**Pink leves tejszínhabbal, pirított mandulával**

**2009-10-13**



A tejszínben a cukrot habverővel elkeverem, a málnát leöntöm tejjel amennyi ellepi. A gyümölcsöt pépesítem, a vaniliás pudingot elkészítem a csomagoláson előírtak szerint. Majd amikor ezekkel kész vagyok egy nagy tálban összekeverem és beteszem a hűtőbe.

**Labancz Lilla főétele**

## **Vörösboros szedres kacsasteak pink pürével**

**2009-10-13**



A húst fűszereztem majd fogtam és a bőrös oldalán beirdaltam, és úgy tettem a gázra a serpenyőre sütni, hogy a saját zsírjában először átsüljön. Ezután sót és rozmaringot tettem rá és beraktam a sütőbe.

A mártáshoz kellett vörösbor, szeder, keményítő, cukor, méz, fahéj. Először mézzel keverve cukrot olvasztottam, ezen megfuttattam a szedret és felöntöttem vörösborral. Amikor felforrt, fájéjjal izesítettem. Mielőtt lehúztam a tűzről, kevés hidegvízzel elkevert keményítővel sűrítettem.

A krumplipürét hagyományos módon csináltam, annyi plusszal, hogy céklalével (természetes ételszínezékkel) öntögettem amíg a várt színt (rózsaszín) el nem érte.

**Labancz Lilla desszertje**

## **Epres-málnás parfé pink vattacukorral**

**2009-10-13**



Eperparfé:

Az eperből pár szemet félretszünk a díszítéshez, a többit megmossuk, megszáritjuk. A felét összeturmixoljuk, a többit kis darabokra vágjuk. A cukrot 1 dl vízben elkeverjük és addig főzzük, amíg elolvad, majd levesszük a tűzről. A tojássárgákat felforraljuk és hozzákeverjük a sziruphoz, majd visszatesszük a tűzre. Közepes lángon kevergetni kell, majd ha forr levenni. Egy nagy tálba öntjük és habverővel kihűlésig verjük. Külön felforraljuk a tejszínhabot. A cukros tojássárgájához először az összeturmixolt epret keverjük hozzá a vaníliáscukorral, majd beleforgatjuk a tejszínhabot és a darabos epret. Félgömb- vagy őzgerincformába öntjük, és egy éjszakára fagyasztozóba tesszük. Tálalás előtt kiborítjuk (előtte a formát rövid időre meleg vízbe állítjuk), felszeleteljük, és eperszemekkel díszítve kínáljuk.

Nagy Feró előétele

## Kőleves bográcsban

2009-10-14



### Hozzávalók:

2 db dunai kő  
80 dkg marhahús,  
5 dkg zsír,  
1 nagyobb fej hagyma,  
1 gerezd fokhagyma,  
pirospaprika,  
só,  
köménymag,  
majoránna,  
20 dkg lecsó,  
50 dkg burgonya,  
csipetkebetét.

A két követ a bogrács aljára helyezzük. Az apróra vágott hagymát zsírban megpirítjuk. A lángról levéve hozzáadjuk a paprikát, elkeverjük, egy kevés vízzel felengedjük, és visszatéve zsírára sütjük. Az egyforma kockákra vágott húst beletesszük, elkeverjük, megsózzuk. Fedő alatt, mérsékelt tűzön, pároljuk. Ha elfőtte sajátlevét, egy kevés forró vizet öntünk rá. Párolás közben hozzáadjuk a szétzúzott fokhagymát és az apróra vágott köményt. Amikor majdnem puha, hozzátesszük a szép aprókockákra vágott burgonyát, és addig pároljuk vele, amíg a burgonya üveges nem lesz. Ugyancsak akkor adjuk hozzá a zöldpaprikát és a friss paradicsomot (vagy lecsót). Fölengedjük vízzel a kívánt mennyiségre, utanasózzuk, és az egészet puhára főzzük. Külön kifőzött csipetkével tálaljuk.

Nagy Feró főétele

## Boronatárcsán sült fokhagymás flekken fóliás krumplival

2009-10-14



### 4 személyre:

8 szelet csont nélküli sertésárca

8 gerezd fokhagyma

só, őrölt bors, liszt, olaj

A hússzeleteket vékonyra kiklopfoljuk, hogy a hús, sütés közben ne ugorjon össze, széléit bevagdossuk. A fokhagymát megtisztítjuk, és apróra vágjuk. A hússzeleteket sózzuk, borsozzuk, megkenhetjük mustáros hagymás páccal, vagy lisztben megforgatjuk, és forró olajban mindkét oldalukat pirosra sütjük. A megsült hússzeleteket papírtörlőre szedjük, amíg az olaj lecsepeg, majd a szeleteket tálra rakjuk. Tetejüket az apróra vágott fokhagymával megszórjuk. A sütéshez használt - újból felhevített - kb. két-három evőkanál olajjal meglocsoljuk. (Akkor jó, ha a ráöntött forró olaj hatására a fokhagyma sisteregni kezd.) Sült burgonya, vagy rizskörettel és savanyúsággal tálaljuk, de friss kenyérrel és kovászos uborkával fogyasztva is finom.

**Nagy Feró desszertje**

## **Szőlős marcipános pite**

**2009-10-14**



### **Hozzávalók:**

1 csomag friss kelt tészta,  
kb. 1 kg fehér csemegeszőlő,  
20 dkg marcipán massa,  
2-3 evőkanál vaj,  
1 maréknyi porcukor.

A leveles tésztát ki kell tekerni, majd az alatta lévő sütőpapírral együtt egy tepsibe kell fektetni. A tetejére kell szórni a szőlőszemeket, rá kell szórni a porcukrot, ráreszelni a marcipánmasszát, majd az egészet olvasztott vajjal meg kell csorgatni. Forró sütőben, 170 fokon 15-20 percig kell sütni.

Ha elkészült nagyobb kockákra vágni, és tányérra tenni, a tetejét porcukorral meg lehet hinteni.

Szabó Erika előétele

## Fokhagymás tejfölös matutka

2009-10-15



### Matutka:

Hozzávalók:

1 kg burgonya  
25 dkg liszt  
Só  
Bors  
2 tojás  
1 késhegynyi sütőpor  
1 gerezd fokhagyma

A burgonyát lereszeljük, hozzáadjuk a lisztet, a tojást, a sütőport, ízlés szerint sóval, borssal, fokhagymával ízesítjük. Kanállal lapos fánkokat formázunk, majd forró olajban kisütjük.

### Fokhagymás tejföl:

Hozzávalók:

1 pohár tejföl  
1 gerezd fokhagyma  
Só  
Bors

A fokhagymát összenyomjuk, összekeverjük a többi hozzávalóval.



**Szabó Erika főétele**

## **Pecsenye nyúlhúsból, túrós krumplival**

2009-10-15



### **Túrós krumpli:**

Hozzávalók:

1 kg burgonya  
40 dkg túró  
1 ek Pirospaprika  
Olaj vagy zsír  
1 fej Hagyma  
Só  
Paradicsomlé  
Tejföl

A burgonyát kockára vágjuk, megfőzzük. Forró olajon hagymát dinsztelünk, hozzáadjuk a pirospaprikát. A hagymás olajat ráöntjük a főtt burgonyára, és az egészet összekeverjük a túróval. A vízbe amiben a burgonya főtt ízlés szerint paradicsomlevet öntünk és hozzáadunk egy húsleves kockát az egészet összefőzzük.

Tálalás: A túrós krumpli tetejére hideg tejfölt teszünk, mellé tálaljuk a levest, a kettőt együtt fogyasztjuk.

### **Sült csirke és nyúl:**

Hozzávalók:

1 bontott csirke  
1kg nyúlhús  
Só  
Bors  
Hagyma  
Olaj, vagy zsír  
Bacon szalonna  
Sült csirke fűszerkeverék

A húsokat besózzuk, bekenjük a fűszerkeverékkel. A nyúlhúst betekerjük a baconbe, majd mindezt belehelyezzük egy tepsibe. A tetejére hagymát vágunk, és ízlés szerint borsot szórunk, ezt követően 180 fokra melegített sütőben ropogósra sütjük.

**Szabó Erika desszertje**

## Sári rétes

**2009-10-15**



### A rétestészta:

Hozzávalók:

Langyos enyhén sós víz

Liszt

A lisztet felöntjük a vízzel és körkörös mozdulatokkal rétestésztát gyúrunk belőle. Az asztalra lepedőt terítünk, beszórjuk liszttel, majd kinyújtjuk a tésztát.

### Töltelék:

#### Túrós:

Hozzávalók:

1,5 kg túró

1 citrom reszelt héja

1 cs vaníliás puding

3 cs vaníliás cukor

Cukor ízlés szerint

A hozzávalókat simára keverjük. A tölteléket az asztal szélén 10-15 cm-es sávban helyezük el, majd a rétest a terítő segítségével feltekerjük

#### Meggyes- szedres:

Hozzávalók:

1 kg meggy

1kg szeder

Zsemlemorzsa

Fahéj

A kinyújtott rétestésztára zsemlemorzsát szórunk, majd rászórjuk a gyümölcsöket, ízlés szerint cukrot és fahéjat. A tölteléket az asztal szélén 10-15 cm-es sávban helyezük el, majd a rétest a terítő segítségével feltekerjük.

#### Almás-mákos:

Hozzávalók:

1 kg Darált mák

Porcukor ízlés szerint

0.5 kg alma

Az almát meghámozzuk, összekeverjük a mákkal és ízlés szerint a porcukorral. A tölteléket az asztal szélén 10-15 cm-es sávban helyezük el, majd a rétest a terítő segítségével feltekerjük

Cooky előétele

## Fokhagymás feketekagyló töltött csigával

2009-10-16



### Moules farcies / Fokhagymás sült feketekagyló

Hozzávalók:

2 kg előfőzött feketekagyló,  
25 dkg teavaj,  
1 csokor apróra vágott petrezselyem,  
1 fej fokhagyma

A kagylót fel kell melegíteni addig, amíg ki nem nyílnak, majd egyesével meg kell kenni a már előre összekevert vajas, fokhagymás, petrezselymes krémmel. Aztán max.15 percig sütjük 180 fokos előmelegített sütőben

**Cooky főétele****Francia vörösboros kakas, gombával, krumplipürével**

2009-10-16

**Cocq Au Vin / Vörösboros kakas**

Hozzávalók:

Személyenként 1 kakas comb és 1 kakas mell,  
25 dkg gomba,  
15 dkg füstölt bacon,  
1 hagyma,  
1 üveg száraz vörösbor,  
3 dkg liszt,  
1 dl olaj,  
só, bors

A húsokat előpirítjuk az olajban, aztán ráöntjük az üveg száraz vörös bort. Hozzáadjuk a kockára vágott hagymát és a felkockázott szalonnát. Sózzuk, borsozzuk, majd kb. 75 percig közepes lángon lefedve főzzük. Ezután még hozzáadjuk a felkarikázott gombákat és a lisztet, majd 10 percig összefőzzük az egészet. Köretnek burgonyapürét készíthetünk hozzá.

**Cooky desszertje**

## **Gundel palacsinta és Grand Marnier palacsinta**

2009-10-16



Hozzávalók:

1,5 liter tej,  
3 tojás,  
50 dkg liszt,  
darált dió,  
2 evőkanál rum,  
1 dl tejszín,  
1 evőkanál cukor,  
1 dl Grand Marnier (narancslikőr)

Megsütjük a palacsintákat.

### **Gundel palacsinta:**

A töltelékhez összekeverjük a diót a cukorral és a rummal, valamint a felvert tejszínnel.

### **Grand Marnier palacsinta:**

A palacsintára ráöntjük a likőrt majd meggyújtjuk.

**Emilio előétele**

## **Spenótos polenta pizza**

**2009-10-19**



### **Hozzávalók:**

40 dkg kukoricadara

tengeri só

bébi paraj

fokhagyma

olivaolaj

A kukoricadarát megfőzzük, majd kiöntjük egy tepsibe, és amikor kihűlt formára vágjuk. Rátesszük a megpárolt fokhagymás bébi parajt és máris tálalható.

**Emilio főétele****Pasta Con-Emilio fehérboros borjúval**

2009-10-19

**Hozzávalók:**

2 kg borjú szűzérme

60dkg vaj

olivaolaj

tengeri só

bors

fehérbor

borecet

pasta

A húst megsózom, borsozom és megsütöm.

**Köret:**

Megolvasztom a vaját, hozzáöntök egy kevés borecetet, jó minőségű fehérbort, majd sózom, és fokhagymával ízesítem, és végül összekeverem. Ráöntöm a tésztára és máris tálalható.

**Emilio desszertje**

## **Pisai szedertorony**

**2009-10-19**



### **Hozzávalók:**

szeder  
cukor  
balzsamecet  
mascarpone  
mandula likőr  
mandula  
vaníliás cukor  
habtejszín

Karamelizálom a cukrot, majd összekeverem a balzsamecettel, hozzáöntöm a mascarponét, egy csomag vaníliás cukrot, a mandula likőrt, és egy doboz habtejszínt. Összekeverem, szederrel és mandulával díszítem.



Kasza Tibor előétele

## Thai kókusztejes csirkeleves, trópusi vadcitrom levéllel

2009-10-21



### Hozzávalók:

1 zöldcitrom  
2 friss chilipaprika  
3 szál újhagyma  
1 négy centis friss gyömbérdarab  
20 deka kókusztejpör  
1 liter víz  
fél tyúkleveskocka  
2 teáskanál szójaszószt  
fél teáskanál barnacukor  
1 nagy csirkecomb  
1 maroknyi friss korianderzöld

A zöldcitromot megreszelem, félbevágom, és az egyik félnek szűrőn át kifacsarok a levét. A méregerős chilipaprikát kimagozom, aztán ezt és az újhagyma fehér szárát vékonyan felkarikázom. Ezek után meghámozom a gyömbért, felkarikázom félcentis korongokká és következik a leves főzés. A kókusztejpört közepes méretű fazékba szórom és kézi habverővel kevergetve hozzáöntöm a vizet. Ha már csomómentes, belemorzsolom a leveskocka-felét, és belelöttyökölöm a szójaszószt. Jöhet a fazékba a többi hozzávaló: beleteszem a barnacukrot, a megreszelt zöldcitromhéjat, az átszűrt zöldcitromlevet, és a felkarikázott chilipaprikát, újhagymát meg gyömbért. Miután ezek belekerültek, fakanállal kevergetve erős lángon felforralom az egészet, és amikor bugyogni kezd, lejjebb veszem a tüzet. A leves alapot 15 percig csendes forrásban tartom. Miközben az illatos egyveleg elrotyog magában – igen, a savanykás zöldcitromlé miatt a kókusztej kicsit kicsapódik, de se baj, így is nagyon finom lesz – jut időm a korianderzöldre és a csirkecombra. A fűszernövényt apróra vágom, a csirkecombot pedig „megmútóm”. Ez annyit jelent, hogy leszedelem róla a bőrt, aztán éles késsel leoperálom a csonttól a húst, és a színtiszta végeredményt felszeletelem egycentis kockákra. Amikor letelt a negyedórás forralás, belekeverem a fazékba a csirkehúskockákat, és kb. 5 perc alatt puhára főzöm. Végül belevegyítem a korianderzöld pöttyöket is, aztán megkóstolom a végeredményt. Ha kell, további zöldcitromlével, szójaszósszal, chilivel vagy barna cukorral beállítom a savanykás, a sós, az erős és az édes ízek meglepően harmonikus összhatását, és ehetünk. 2 adag lesz belőle.

**Kasza Tibor főétele**

## **Kesudiós csirke**

**2009-10-21**



### **Hozzávalók:**

60 dkg csirkemell  
10 dkg sózatlan kesudió  
2 közepes vöröshagyma  
1 kk. őrölt római kömény  
2 gerezd fokhagyma  
1 kk. őrölt gyömbér  
1 kk. garam masala  
0,5 dl tejszín  
0,5 dl tej  
3 ek. olaj  
só

A recepteket nálam két dolog szokta módosítani saját akaratomon kívül: a) amikor azt hiszem, hogy megvan valami hozzávaló itthon, de bevásárlás után jövök rá, hogy a memóriám nem a régi, b) a boltban akarok megvenni hozzá valamit, de éppen kifogytak belőle. Hát ez a recept is némileg módosult az eredetiből, mindkét okból kifolyólag, de a végeredmény finom lett. A kesudiókat 10 percre 1,5 dl forró vízbe áztatom, majd robotgéppel krémesre darálom a vízzel együtt. Az olajban megfuttatom a hagymákat, majd hozzápréselem a fokhagymát és - friss gyömbér hiányában - beleszórom a gyömbérport. A kockára vágott csirkemellet belekeverem, mindet fehéredésig sütöm. Megszórom a garam masalával és a köménnyel, sózom. Hozzáadom a kesudiókrémet és - natúr joghurt hiányában - a tejet és a tejszínt. Felforralom és addig főzöm, amíg a csirke jó nem lesz. Tálalásnál megszórom még kesudióval és garam masalával. Három személyes adag.

Kasza Tibor desszertje

## Tápióka gyöngy kókusztejszuszóban, licsivel

2009-10-21



### Hozzávalók:

20 dkg gyöngy

5 dl kókusztej

cukor vagy méz (ízlés szerint)

darabka fahéj

csipet só

A gyöngyöket fél órára vízbe áztatom, néha pótolom, ha nagyon felszívják a gyöngyök. A feldagadt gyöngyöket fazékba borítom, kókusztejjel felöntöm, hozzáadom a fahéjat, pici sót, főzögettem közepes hőfokon, gyakori kevergetés mellett. Ha elfő a tej, akkor pótolom. Akkor van kész a pudingom, ha a gyöngyök áttetszővé válnak. Ekkor édesítem, majd tálba teszem, és jól lehűtöm.

A nőknek kakaóval jött be a legjobban. Nekem baracklekvárral is ízlett.

Náray Erika előétele

## Házi csirkehúsleves májas betéttel

2009-10-22



### Hozzávalók:

1 egész csirke  
3 szál répa  
2 szál zöldség  
3 kicsi burgonya  
1 hagyma  
1 paradicsom  
1 paprika  
zöldség és zeller levél  
só  
bors  
köménymag

### Elkészítési mód:

Az egész csirkét feldarabolom, megmosom és felteszem főni, forrás után lehabozom, majd minden hozzávalót megtisztítva, kettévágva (a májas betéttel együtt) beleteszek a levesbe és 2 órán át lassú tűzön főzöm.

Májas betét 4 db megkapart csirkemájat, 2 áztatott zsömlét, 4 egész tojást, 1/2 reszelt hagymát, sót, borsot és apróra vágott petrezselyemlevelet összekeverek és egy mélyhűtő zacskóba teszek, úgy eresztlem bele a levesbe.

Náray Erika főétele

## Töltött csirkecomb, burgonyapürével és rozmaringos körtével

2009-10-22



### Hozzávalók:

8 csirkecomb  
1 dl olaj  
4 tojás  
4 db gomba  
1 vöröshagyma  
petrezselyem  
bors  
majoranna  
60 dkg burgonya  
1dl tej  
vaj  
só  
4 körte  
rozmaring ág

### Elkészítési mód:

A csirke combokat megmosom a bőre alá töltöm a májas töltelékét és 40 percig 180 sütöm.

Májas betét: Az olajon megdinsztelem a hagymát, ráteszem gombát majd a megkapart májat és ha kihűlt hozzákeverem a 4 tojást az apróra vágott petrezselyemzöldet, sót, borsot és kevés majorannát.

Rozmaringos körte: A körtéket megpucolom, kettévágom, magházát kivágom, a tepsibe teszem megkenem mézzel és rozmaring ágat szúrok rá, majd 15 percig sütöm.

Burgonyapüré: A burgonyát megpucolom, felkockázom, sóval megfőzöm, majd leszűröm és hozzáteszem a vaját és a langyos tejjel habosra keverem.

Náray Erika desszertje

## Zsermák

2009-10-22



### Hozzávalók:

Tészta:

60 dkg liszt

20 dkg zsír

20dkg cukor

1 sütőpor

késhegynyi szódabikarbóna

2 tojássárgája

2dl tejföl

pici tej

Töltelék:

40 dkg darált mák

1 1/2dl víz

20 dkg cukor

1 üveg házi szilvalekvár

Máz:

3 evőkanál cukor

4 evőkanál kakaópor

1 dl víz

5 dkg vaj

### Elkészítési mód:

Tészta:

A hozzávalók sorrendjében tésztát gyúrok, majd 4 lapra szedem szét és kinyújtom őket.

Töltelék:

A vízzel és a cukorral szirupot főzök, majd lehúzó a tűzről és abba keverem a darált mákot, nem főzöm!

Máz:

A hozzávalókból szirupot főzök, lehúzó a tűzről és abba keverem a vajat, hogy szép fényt adjon neki.

Összeállítás:

A kizsírozott tepsibe rakok egy tészta lapot, majd megkenem szilvalekvárral, utána jön a mák, addig amíg el nem fogynak a hozzávalók, a tetejére csak a tészta kerüljön. Légkeveréses sütőben 160 fokon 40 percig sütöm. Ha kihűlt leöntöm a csoki mázzal.

Karsai Zita előétele

## Humusszal töltött paradicsom

2009-10-26



### Humuszhoz:

3 üveg csicseriborsó konzerv  
fél teáskanál őrölt római kömény  
fél citrom leve  
ízlés szerint chili paprika  
1 dl extra szűz olívaolaj  
2 szál újhagyma  
só  
darált bors

Egy kis serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat, tegyük bele a felszeletelt újhagymát, szórjuk rá az őrölt római köményt, és addig pároljuk, míg puha nem lesz. Szűrjük le egy a csicseriborsót, a főzőlevéből fogjunk fel egy edénybe. Tegyük a borsószemeket egy konyha gyorsvágó gépbe, daráljunk rá borsot, karikázzunk hozzá ízlés szerinti mennyiségű chili paprikát, majd ízesítsük kevéske sóval és a citromlével. Tegyük hozzá a megpárolt újhagymát, kapcsoljuk be a gyorsvágó gépet, pépesítsük pár percig, majd csorgassunk hozzá az olívaolajat, pár perc után hígítsuk fel a borsó főzőlevével. Vágjuk le a paradicsomok tetejét, teáskanállal vágjuk ki a belsejét, majd töltsük meg a humusszal. Tegyük egy tepsire, tetejére daráljunk borsot, majd pirítsuk meg a grillsütőben. Tegyük tányérok aljára salátaleveleket, majd helyezzük rá a megtöltött paradicsomokat, mellé pitakenyeret kínáljunk.

**Karsai Zita főétele**

## **Marokkói fahéjas csirke tajine-ban, kuskusszal**

2009-10-26



### **Marokkói fahéjas csirke**

5 db csirkemell filé,  
1 csipetnyi sáfrány  
2 evőkanál vaj  
1 db vöröshagyma  
1 db fahéjrúd  
fél teáskanál őrölt gyömbér  
só  
őrölt bors  
2 db paradicsom  
1 evőkanál méz  
1 db csirkeleves kocka

Vágjuk a csirkemell filéket nagyobb darabokra, majd sóval és őrölt borssal szórjuk meg. Egy nagyobb lábasban forrósítsuk fel a vajat, tegyük bele a befűszerezett csirkemell darabokat és erős lángon addig pirítsuk, még a külső része pirosodni kezd.

Ezután vegyük ki a lábasból a húsdarabokat és szórjuk bele a finomra összevágott vöröshagymát és pároljuk pár percig. Tegyük vissza a csirkehúst a tagine edénybe, adjuk hozzá a meghámozott és felkockázott paradicsomot, majd fűszerezzük őrölt gyömbérrel, fahéjjal, sáfránnyal. Öntsünk rá két decinyi vizet, morzsoljunk bele egy csirkeleves kockát, csorgassuk bele a mézet és lefedve kis lángon pároljuk 30-35 percig.

Ha elkészült kuskuszt kínálunk köretnek hozzá.

### **Kuskusz**

2 száj újhagyma  
2 pohárnyi kuskusz  
2 db paradicsom  
só  
darált bors  
petrezselyem zöldje

Csorgassuk egy nagy serpenyőbe az olívaolajat, majd tegyük bele az összezúzott fokhagymát, a kis kockákra felvágott cukkínit, a felkarikázott újhagymát és pároljuk közepes erősségű lángon párpercig. Öntsünk rá két pohárnyi vizet, ízesítsük sóval, kevéske darált borssal majd forraljuk fel. Öntsünk hozzá a két pohárnyi kuskuszt (azt a poharat használjuk, amivel a vizet öntöttük), forraljuk fel, fedjük le fedővel, és azonnal vegyük le a tűzről. Körülbelül öt perc elteltével tegyük hozzá az összezúzott petrezselyem zöldjét, a felkockázott feta sajtot, majd villával keverjük össze, hogy szépen fellazuljon.



Karsai Zita desszertje

## Sült puding

2009-10-26



### Hozzávalók:

2 rúd vanília

5 dl tejszín

4 tojás

4 dkg porcukor

4 dkg cukor

### Elkészítése:

A vaníliát felvágjuk, a belsejét kikaparjuk és hozzáadjuk a tejszínhez. A tejszín felforraljuk. A tojásokat a porcukorral habosra keverjük, és lassanként hozzáöntjük forró tejszínre. A sütit 200 °C-re előmelegítjük, a masszát 4 tűzálló formába tesszük, s az egészet vízfürdőbe állítva másfél órán át gőzöljük. A formákat kivesszük és megszórjuk a cukorral, majd grill sütőben öt perc alatt rápirítjuk a cukrot. A másnapi tálalásig hűtőbe tesszük.

**Rákóczi Ferenc előétele**

## **Ricottás-mentás tortellini fehérboros, erdei gombás szósszal**

2009-10-27



### ***Tészta hozzávalók:***

330 gr rétesliszt

4 tojás

1 teáskanál só

Az összegyúrt tésztát kettészedjük, az egyik felét vékonyra nyújtjuk a másikat fóliába csomagoljuk. A kinyújtott tésztát nedves konyharuhára helyezzük és téglalap alakúra vágjuk. A kb 6x7 cm-es téglalapokat 1 teáskanálnyi szósszal töltjük és az egyik csücsök felhajításával, háromszögre hajtogatjuk, széleit felpödörjük. A kész tortellinit búzadarás tálcán megforgatjuk. A maradék tésztával is ugyanezt a folyamatot végigcsináljuk.

Lobogó sós vízben kifőzzük, majd megforgatjuk a szószban és reszelt pecorinoval megszórjuk majd tálaljuk.

### ***Töltelék hozzávalók:***

500 gr ricotta

100 gr pecorino

1 marék mentalevél

frissen őrölt feketebors

Először a ricottát egy tálba öntjük és összekeverjük a reszelt pecorinoval, lehetőleg frissen reszelt sajtot használjunk, ehhez hozzáadjuk a felaprózott mentalevelet és végül feketeborssal ízesítjük.

### ***Szósz hozzávalók:***

300 gr erdei gomba (róka gomba)

150 gr vaj

1 fej salottahagyma (vöröshagyma)

100 gr fejesslaáta

4 evőkanál fehérbor (száraz)

só

bors

A szósz elkészítéséhez először a hagymát apróra vágjuk és megdinszteljük a vaj egy részén, ehhez hozzáadjuk a megmosott és megszárított gombát, amikor a gomba megpuhult a friss salátát apróra szaggatva hozzáadjuk. A salátát megfonnyasztjuk és végül a fehér bort hozzáadjuk a szószhoz. Ha az alkohol elpárolgott, két evőkanál vízzel fellazítjuk és ízlés szerint ízesítjük, a maradék vaját fokozatosan a szószhoz adagoljuk.

**Rákóczi Ferenc főétele**

## **Citromfűves lazac sült zöldségekkel**

2009-10-27



### ***Lazac hozzávalók:***

1-1,5 kg lazacfilé  
citromfű vagy citromgyökér  
1 citrom  
só, bors, oliva olaj

### ***Grill zöldség hozzávalók:***

kis méretű, vékony héjú burgonya  
répa  
zöldség igény szerint  
só  
bors  
rozmaring  
oliva olaj

A halat bőrével lefelé az olajos, fűszeres fóliába fektetjük, a tetejét is megfűszerezzük, rátesszük a citromfűvet vagy gyökeret és beburkoljuk alufóliába.

180 fokon 10-15 perc alatt készül el.

A zöldségeket megtisztítjuk, felaprítjuk, bőségesen fűszerezzük, meglocsoljuk olajjal majd fólia alatt puhára pároljuk és végül 10 perc alatt megpirítjuk grill funkció alatt.

**Rákóczi Ferenc desszertje**

## **Forró csokis brownie vanília fagylalttal**

2009-10-27



### ***Hozzávalók:***

20 dkg vaj

30 dkg cukor

4 felvert tojás

10 dkg liszt

20 dkg étcsokoládé ( 70%-os kakaótartalmú csokoládé)

Egy 20x20 tepsit vagy sütőformát kibélelünk sütőpapírral.

A vajat és a csokoládét egy hőálló edénybe helyezzük és egy forró vízzel teli lábas fölé tartjuk, míg összeolvad, óvatosan megkeverhetjük. A tojást és a cukrot összekeverjük, hozzáadjuk a lisztet majd összedolgozzuk a csokoládés vajjal. A kapott masszát a sütőformába öntjük.

170 fokos sütőben 30 percig sütjük, majd 5 percet hűlni hagyjuk. 8 egyforma részre vágjuk, vanília fagylalttal tálaljuk, menta levéllel díszítjük.

István Dani előétele

## Magyaros pogácsa falatok

2009-10-29



### *Hozzávalók:*

fél kg liszt

15 dkg margarin

só, bors

két evőkanál tejföl

élesztő

cukor

1 dl tej

hámozott tökmag

1 tojás

István Dani főétele

## Marhapörkölt krumplilaskával

2009-10-29



### *Hozzávalók:*

1 kg marhacomb  
pirospaprika  
só  
bors  
2 fej vöröshagyma  
pörkölt kocka  
kis víz  
3 dl száraz vörösbor  
paradicsom, paprika

A pörkölt körete ugyanaz a tészta, mint a szilvásgombócé csak itt a nyújtás után pogácsákat szaggatunk és forró olajban kisütjük.

Ez utóbbi a krumplilaska.

István Dani desszertje

## Mákos szilvás gombóc

2009-10-29

### *Hozzávalók:*

1 kg krumpli  
annyi liszt h az áttört krumplit felvegye  
kis zsiradék  
só  
szilva  
fahéj  
darált mák  
cukor



Frajt Edit előétele

## Fokhagymás sajtkrémleves

2009-10-30



### Hozzávalók:

vaj  
liszt  
erőleves  
fokhagyma  
sajt (reszelve és kis kockára vágva)  
tejszín  
só  
őrölt fehér bors  
őrölt szerecsendió  
bagett  
fehér bor

Az olajból és lisztből világos rántást készítünk, majd meleg erőlevessel felengedjük, óvatosan, hogy ne legyen csomós. Fűszerezzük zúzott fokhagymával, sóval, őrölt fehér borssal, őrölt szerecsendióval. Beletesszük a főzőtejszínt és a reszelt sajtot, felforraljuk, majd a kis kockára vágott sajtot is beletesszük. Pár perc alatt készre főzzük, fokhagymás pirítóssal tálaljuk.



Frajt Edit főétele

## Fűszeres szeletek francia rakott krumplival

2009-10-30



### Hozzávalók:

burgonya  
tojás  
reszelt sajt  
vaj  
tejföl  
só  
őrölt bors  
szerecsendió  
zsemlemorzsa  
tarja  
pulykamell

### Pác:

joghurt  
mustár  
grill fűszerkeverék  
só

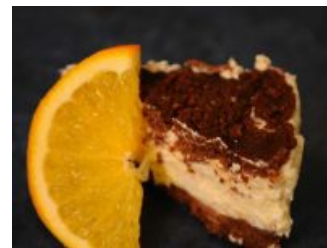
A burgonyát és a tojásokat megfőzzük. A vajat és a tojássárgáját kikeverjük, hozzáteesszük a tejfölt, majd sóval, borssal, szerecsendióval fűszerezzük. A reszelt sajtot és a habbá vert tojásfehérjét belekeverjük.

Ezután beletesszük a karikára vágott főtt burgonyát és a szeletekre vágott kemény tojást. Összekeverjük és az egészet vajjal megkent és zsemlemorzzával meghintett sütőtálba öntjük. A tetejét reszelt sajttal gazdagon megszórjuk, vajjal megcsepegtetjük, és végül aranyárgára sütjük. A húsokat kiklopfoljuk, majd az elkészített pácban megforgatjuk. Sütésig hűtőben tároljuk.

**Frajt Edit desszertje**

## **Lime-os túrótorta**

2009-10-30



### **Hozzávalók:**

két csomag győri csokis keksz

10 dkg vaj

0,5 kg

tehéntúró

0,5 kg mascarpone

2 doboz sűrített tej

1 narancs és egy lime reszelt héja és leve

1 zacskó vaníliás

cukor

2 csomag zseléfix

A tészta elkészítéséhez az apróra összetört kekszet olvasztott vajjal összekeverjük. Két részre osztjuk, az egyik az alja a másik a teteje lesz.

### **A töltelék:**

A tehéntúrót, a mascarponét, a sűrített tejet, a gyümölcsök reszelt héját és a vaníliás cukrot összekeverjük. A gyümölcsök levét a zseléfixszel összedolgozzuk, majd hozzáöntjük a kikevert túrókrémhez.

Sütőpapírral kibéelt tortaformába a két rész tészta közé a krémet betöltjük. Az elkészített tortát egy napig hűtőben állni hagyjuk.

**Hajdú Péter előétele**

## **Balatoni halászlé**

2009-11-02



### **Hozzávalók**

Az alapléhez:

900 g vegyes halszelet (busa, ponty, amúr)

2 db zöldpaprika

3 db paradicsom

6 fej vöröshagyma

1 teáskanál egész feketebors

10 púpozott teáskanál fűszerpaprika

3 teáskanál só

2 db halászléköck

A befejezéshez:

kb 0.7 l víz

600 g halfilé (ponty)

### **Elkészítés:**

Az összetevőket alaposan megtisztítjuk, majd felaprítjuk a paradicsomot, paprikát, vöröshagymát. A halszeleteket, a zöldségeket, valamint az összes fűszert egy lábasba tesszük, és felöntjük a vízzel. Lefedjük a lábast, ezután közepes hőfokon kb 3/4 óra alatt teljesen szétfőzzük az összetevőket. Paradicsompaszírozón átpaszírozzuk az alapot, visszatöltjük a lábasba. A halfilét csíkokra szeleteljük. Beletesszük a halfilét az átpaszírozott alapba, öntünk rá vizet, ízlés szerint fűszerezünk, majd addig főzzük, míg a halfilé puhára nem fő - kb 10 perc. A kész leves tálalásakor ügyeljünk arra, hogy a leves forró legyen, valamint hogy mindegyik adagba egyenlő arányban jusson a halhúsból, s hogy legyen erőspaprika is kéznél!

Hajdú Péter főétele

## Harcsapaprikás túrós csuszával

2009-11-02



### Harcsapaprikás

#### Hozzávalók:

700 g harcsafilé  
80 g vöröshagyma  
70 g zsír  
100 g zöldpaprika  
100 g paradicsom  
2 dl tejföl  
20 g liszt  
10 g fűszerpaprika  
1 csomag kapor  
só  
fokhagyma  
köménymag

#### Elkészítése

A harcsafilét megfelelően daraboljuk (szeletre, kockára), sózzuk, majd a felforrósított zsírban mindkét oldalán elősütjük, aztán a zsírból kivéve félretesszük.

A hagymát finomra, a paprikát, paradicsomot apró kockára vágjuk, a fokhagymát összezúzzuk. A zsírban a hagymát megfuttatjuk és elkészítjük a pörköltalapot, majd a halat beletesszük. Pár percnyi forralás után a tejfölből és lisztből készült habarással behabarjuk, átforraljuk és utána ízesítjük. Vigyázzunk, ne kevergezzük, csak rázogatással mozgassuk, mert a szeletek összetörnek. Forrón tálaljuk, köretként galuskát, túrós csuszát, vagy bármilyen tésztaköretet adhatunk.

### Túrós csusza

#### Hozzávalók:

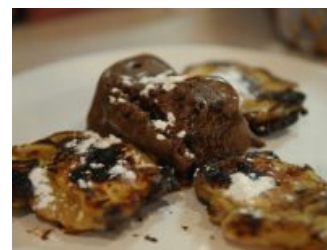
50 dkg száraztészta  
50 dkg juhtúró  
2 dl tejföl  
10 dkg füstölt szalonna  
só

A szalonnát vágd kis kockákra, s süsd ki a zsíráját. A szalonnakockákat emeld ki, s a zsírba keverj 2 kanál tejfölt. A túrót morzsold szét villával, vagy kézzel. A tésztát főzd ki, majd forgasd bele a felforrósított tejfölös zsírba, - ha a tészta nem elég forró, melegítsd utána -, s keverd hozzá a túrót. (Ha már benne van a túró, nem tesz jót neki a melegítés!) A tálaláskor locsold meg a maradék tejföllel, s szórd rá a szalonnakockákat.

Hajdú Péter desszertje

## Banános-csokis palacsinta fagylalttal

2009-11-02



### Hozzávalók:

1 db tojás  
1,5 dl zsíros tej  
2 evőkanál cukor  
175 gr liszt  
fél teáskanál sütőpor  
3 db banán  
15 dkg étcsokoládé  
csipetnyi só  
5-6 evőkanál étolaj

Üssük a tojást egy keverőtálba, ízesítsük sóval, majd jól keverjük össze. Öntsük rá a tejet, a cukrot, majd kis adagokba keverjük hozzá a sütőpor és liszt keverékét. Habverővel addig keverjük, míg sima tésztát nem kapunk.

Hámozzuk meg a banánokat, vágjuk kis kockákra, majd öntsük a tésztára, tegyük hozzá az ugyancsak kis kockákra összevágott csokoládét is. Óvatosan dolgozzuk a palacsintatésztához. Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi étolajat egy nagy serpenyőben, majd egymástól kicsit távolságra kanalazzunk halmokat a banános tésztából. Süssük kis lángon legalább két percig, majd óvatosan fordítsuk meg egy lapátkanállal, a másik felét is süssük két percig. Szedjük át egy nagy tányérra, tetejét szórjuk meg porcukorral.

Jakupcsek Gabriella előétele

## Hokkaidó sütőtöklevés pirított tökmaggal

2009-11-03



### Hozzávalók:

2 ek olívaolaj  
1 db vöröshagyma  
1 db fokhagyma  
500 gr sütőtök  
500 ml zöldség alapleves, vagy 1 db zöldségleves kocka  
500 ml tej  
1 tk curry  
0,5 tk őrölt szerecsendió  
0,5 tk őrölt gyömbér  
só  
fehér bors

Egy lábasban forrósítsuk fel az olívaolajt, tegyük bele az összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Pár perc elteltével adjuk hozzá a curry-t és ezzel is pirítsuk legalább egy percig. Engedjük fel a zöldség alaplevessel, adjuk hozzá a megtisztított és feldarabolt tököt, és a fűszereket. Ha megpuhult engedjük fel tejjel, forraljuk jól össze, és merülő mixerrel pürésítsük. Tálaljuk kivájt tökbe, tetejére pirított tökmagot szórjunk.

**Jakupcek Gabriella főétele**

## **Töltött csirkecombok vele sült krumplival, birsalmával, dédi féle töltelékkel**

2009-11-03



### **Hozzávalók:**

5 db csirkecomb  
80 dkg csirkemáj  
3 db tojás sárgája  
2 szál reszelt sárgarépa  
1 csokor petrezselyem zöldje  
ízlés szerinti mennyiségű majoránna  
őrölt bors  
vegeta  
pár evőkanál zsemlemorzsa  
4-5 db száraz zsemle  
1 csomag réteslap

A májat késsel egy deszkán kaparjuk le, majd tegyük egy tálba, adjuk hozzá a beáztatott és kinyomkodott zsemlét, az összevágott petrezselyem zöldjét, a lereszelt sárgarépát. Tegyük hozzá a tojás sárgáját, ízesítsük majorannával, borssal, sóval, és vegetával. Keverjük alaposan össze, majd ha hígnak találjuk, a töltelék keverjünk még bele zsemlemorzsát.

Sózzuk meg a csirkecombokat, bőrét a kezünkkel lazítsuk fel, majd töltsünk alá a májas töltelékből. Tegyük egy tepsibe, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, és mindegyik tetejére helyezzünk pár levél zsályát. Öntsünk alá kevéske vizet, majd forró sütőben 35-45 perc alatt süssük pirosra.

### **Rétesben sült töltelék:**

Béleljünk ki muffin formákat réteslappal (10-10 cm-es-re vágottal) majd formázzunk a maradék töltelékből nagy gombócokat. Tegyük bele, és süssük 20-25 percen keresztül.

### **Köret:**

Sült apró burgonya, a meghámozott burgonyákat olívaolajjal csorgassuk meg, majd sütőpapírra téve, a sütőben süssük pirosra. Hasonlóan készül a sült birsalma is. A kettévágott birsalmák magházát vágjuk ki, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, és tépkedjük rá rozmaringot. Tegyük sütőlemezre, majd 30-40 perc alatt süssük pirosra (150-160 fokon.)

Jakupcsek Gabriella desszertje

## Mákos guba vanília mártással

2009-11-03



### Hozzávalók:

7 db kifli  
fél liter tej  
5 dkg vaj  
25 dkg darált mák  
1 csomag vaníliás cukor  
3 evőkanál méz  
5 dkg mazsola  
15 dkg cukor

A kifliket karikázzuk fel fél centis darabokra. Tegyük egy tepsibe, majd sütőben pirítsuk aranyárgára.

Tegyük egy nagy tálba, szórjuk rá a mazsolát és a mákot. Öntsük le a cukorral és vaníliás cukorral felforralt tejjel. Óvatosan keverjük össze.

Egy tepsit vagy tűzálló edényt kenjünk ki vajjal, majd terítsük el benne a mákos kiflit.

Csorgassuk meg a tetejét mézzel és morzsoljuk rá a maradék vaját. Előmelegített sütőben 150 fokon süssük 20-25 percig.

Ha elkészült tálaljunk belőle egy nagytányér közepére, szórjuk meg porcukorral és dekoráljuk friss málnával.



**Dobó Kata előétele**

## **Karfiol krémleves**

**2009-11-04**



A karfiolt szedjük szét rózsáira és mossuk meg alaposan. Egy lábasba tegyünk egy evőkanálnyi vajat, egy gerezd finomra vágott fokhagymát majd melegítsük. Vigyázzunk, csak addig még a fokhagyma sisteregni nem kezd. Tegyük bele a karfiol rózsákat és engedjük fel fele mennyiségű vízzel és tejjel. Fűszerezzük kevéske őrölt fehér borssal, őrölt szerecsendióval, sóval, zöldségleves kockával. Addig főzzük még a karfiol puha nem lesz. Egy két deciliter tejszínnel dúsítsuk és egy darabka márványsajtot morzsoljunk bele. Forraljuk jól össze, majd merülő mixerrel pürésítsük. Tálaláskor finomra vágott petrezselyem zölddel és metélő hagymával szórjuk meg alaposan. Készíthetjük füstölt sajttal is.

**Dobó Kata főétele**

## **Teriyaki halfilé sárgarépás krumplipürével**

**2009-11-04**



10 darab tengeri sügér filé, diónyi friss gyömbér, 2 gerezd fokhagyma, 3 szál újhagyma, 4 evőkanál szójaszószt, 3 evőkanál olívaolaj, darált bors. Egy kis tálba tegyük a vékony gyufaszál vékonyságúra összevágott gyömbért és fokhagymát, öntsük rá a szójaszószt és az olívaolajat. Daráljunk rá borsot, majd adjuk hozzá a ferdén felszeletelt újhagymát és keverjük jól össze. Kevéske olívaolajjal kenjük ki egy kisebb tűzálló tálat, majd adagonként két-két szelet halat egymásra téve helyezzük a tálba. Mindegyik tetejére csorgassunk a hagymás fűszeres szójasz pácból, majd alufóliával fedjük be alaposan. Tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon pároljuk 20-25 percig. Ha elkészült óvatosan lapátkanállal tálaljuk nagy tányérra, körítésnek krumplipürét készítsünk.

**Dobó Kata desszertje**

## **Ananászos rizspuding**

**2009-11-04**



Egy lábasba öntsünk körülbelül 8 deciliternyi tejet, forrósítsuk fel, majd adjunk hozzá 12 dekányi megmosott rizst.

Fél rúd vaníliával, fél citrom vékonyan levágott héjával és egy csipetnyi sóval ízesítsük. Lassú tűzön, állandó kevergetés mellett addig főzzük meg a rizsszemek puhák lesznek.

Az elkészült riszt körülbelül 10 dekányi cukorral ízesítsük.

Ha túl száraz lenne, öntsünk még alá tejet, hogy kissé folyós legyen. Végezetül vegyük ki a vanília rudat és a citromok héját.

Vágjunk vékony szeleteket érett ananászból, tegyük nagy tányér közepére, majd egy evőkanálnyi rizspudingot, még egy szelet ananászt, egy kanál rizspudingot.

Szinetár Dóra előétele

## Mamika paradicsomlevese tönkölykockával és bio-gouda-val

2009-11-05



### Hozzávalók:

1kg paradicsom  
1 fej vöröshagyma  
1 ek fehér tönkölyliszt  
1 csokor petrezselyem  
1 ek nádcukor  
1/2 citrom leve  
2 zöldségleveskocka  
1 kk bazsalikom

**A tetejére:** reszelhető bio-gouda sajt, 6 szelet tönkölykenyér, 1 kk olivaolaj

A paradicsomokat felvágjuk, és kevés leveskockás vízben kb 10 percig főzzük. Ha megpuhult botmixerrel turmixoljuk, majd szűrőn „átpaszírozzuk“. A héj-és magnélküli levet tovább főzzük, 1/2 dl hidegvízben feloldott liszttel habarjuk, fűszerezzük. Az apróra vágott petrezselymet csak a végén szórjuk bele.

A kenyeret apró kockákra vágjuk, olivaolajon pirítjuk-szárítjuk, amíg szép színe lesz. Tálaláskor a reszelt sajttal együtt a levesre szórjuk.

Szinetár Dóra főétele

## Fokhagymás-ropogós csirkecomb tepsis burgonyával, parajos gerslivel és őszi salátával

2009-11-05



### Hozzávalók:

6 egész csirkecomb  
1/2 dl olivaolaj  
2 ek méz  
fokhagymás só  
bazsalikom  
majoranna  
oregano  
1/2 kg krumpli  
240g gersli  
1 zacskó mirelite bio-paraj

A csirkét megmossuk, megtöröljük, fűszerezzük és tepsibe fektetjük. A tetejét megkenjük az olivaolaj, és a méz keverékével, kevés vizet csorgatunk mellé, foliával letakarjuk és 180 C-os előmelegített sütőben kb 50 percig pároljuk. Ha megpuhult, levesszük a fóliát, és még barnulásig sütjük.

A krumplit kettévágjuk, tetejét sózzuk, és bio bógrízzel fűszerezzük, olivával ezt is megkenjük és a csirke alá töljük a sütőbe. Amikor a csirke elkészült, a krumplit még pirítjuk. A gerslit 800 ml vízben puhára főzzük, a parajt felengedjük, fokhagymával, sóval, és kis tejszínnel ízesítjük, és az egészet összekeverjük.

**A salátához** a következő hozzávalókat apróra vágjuk, megtisztítjuk, és összekeverjük, tetejére citromos-olivás, nádcukros öntetet öntünk.

6 nagy paradicsom, ½ fej saláta, ½ kígyóuborka, 3 zöldpaprika, 2 alma, 1 közepes fürt szőlő, 2 szár halványítózeller, 1 maréknyi apróra vágott dió, magok (fenyő, tök, napraforgó).

Szinetár Dóra desszertje

## Bögregtorta bogyós lekvárral és csokimázzal

2009-11-05



### Hozzávalók:

1 bögre fehér tönkölyliszt  
1 bögre nád porcukor  
1 bögre rizstej  
1,5 bögre darált dió  
1 tojás  
1 sütőpor  
1 kk bio vaj  
1 kk szódabikarbóna  
2 üveg bogyós-gyümölcs lekvár  
1 tábla  
Viviani tejcsoki-bevonó  
pici növényi tejszín

Vajat, lisztet, tojást, tejet, cukrot, sütőport, szódabikarbónát összekeverem, sütőpapírral bélelt tepsibe öntöm, kis lángon szűrőpróbaig (kb 40 perc) sütöm, tepsiből még melegen kiborítom. Félbevágom, majd tortaformákat „szaggatok“ belőle, savanykás bogyós lekvárral töltöm, és a tetejére a kis tejszínnel elkevert, felolvasztott csokibevonót kenem.

**Buza Sándor előétele**

## **Fejfölével színezett pityókás nedű úri tinorrúval**

**2009-11-06**



### **Hozzávalók:**

egy közepes fej vöröshagyma

4-5 közepes vargánya

30 dkg krumpli

1 babérlevél

kiskanál fűszerpaprika

csipetnyi só

2 dl tejföl

1 evőkanál liszt

### **Elkészítés:**

A kockára vágott hagymát megfonnyasztunk, kis idő múlva hozzáadjuk a friss vargányát, lepirítjuk. Meghintjük pirospaprikával, felengedjük hidegvízzel és a kockára vágott burgonyával együtt megfőzzük, babérlevéllel, sóval, borssal ízesítjük, s a legvégén liszttel simára elkevert tejföllel behabarjuk.

Buza Sándor főétele

## Izzasztott pirított kacsacomb kékforgács ágyon francia (Deus-Deus-Lait) körettel

2009-11-06



### Kacsacomb:

A besózott kacsacombokat 20 perc pihenő után fél liter vízzel meglocsolva a sütőben alufólia alatt 90 percig pároljuk, majd a fóliát levéve pirosra sütjük.

### Dödölle:

1 kg lisztes burgonyát meghámozunk, s annyi sós vízbe tesszük fel főni, amennyi éppen ellepi. Alaposan összetörjük, s a tűzön hagyva annyi liszttel keverjük el, amennyit a burgonya felvesz. Úgy dolgozzuk ki, hogy az edény falától elváljon, a kezünket belenyomva, ahhoz nem tapadhat. Két közepes fej vöröshagymát kockára vágunk, 3 kanál zsíron arany barnára pirítjuk, ebben a zsírba evőkanállal szaggatjuk a kész dödöllét. Teflon serpenyőben ropogósra pirítjuk.

### Párolt káposzta

A megtisztított, felszeletelt káposztát megsózzuk, állni hagyjuk. Egy lábosban zsírt hevítünk, benne a cukrot világosbarnára pirítjuk. Hozzáteesszük az apróra vágott hagymát, a köménymagot, és a káposztát és ízlés szerint durvára reszelt almát. Elkeverjük, ecettel meglocsoljuk, többször megkeverjük, és közben bort öntünk hozzá. Lefedve puhára pároljuk.



Buza Sándor desszertje

## Kukoricamálé pottyantott szapora ragacsossal

2009-11-06



### Hozzávalók:

40 dkg kukoricaliszt

2 pohár aludttej (kefir)

1 pohár tejföl

1 kávéskanál szódabikarbóna

tojásnyi zsír

1 bögre szilvalekvár

kevés só

A kukoricalisztet mély tálba tesszük, hozzáadjuk a szódabikarbónát, a sót, az aludttejet és a tejfölt. Jól összekeverjük, és kizsírozott tepsibe öntjük. Tetejét langyos zsírral meglocsoljuk, és szilvalekvárt csöpögtetünk rá. Forró sütőben megsütjük.

## Delhusa Gjon előétele

### Indiai lencsepüré chapati kenyérrel

2009-12-07



#### Indiai lencsepüré

Hozzávalók:

20 dkg piros lencse (készülhet sárgaborsóból is)

1 teáskanálnyi őrölt gyömbér

1 gerezd fokhagyma

1 db chili paprika

1 db zellerszár

1 csokor friss korianderlevél

fél citrom leve

1 fej vöröshagyma

1 szál sárgarépa

fél teáskanál kurkuma

1 teáskanál őrölt koriandermag

1 teáskanál őrölt római kömény

só

Elkészítése:

Előző nap áztassuk be a lencsét hideg vízbe.

Elkészítéskor tegyük egy lábasba, adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát, a zúzott fokhagymát, az összevágott korianderlevelet, a fűszereket, és a felszeletelt zöldségeket.

Öntsük fel annyi vízzel, hogy bőven ellepje, ízesítsük sóval, majd főzzük 10-15 percig. Mielőtt levonnánk a tűzről, adjuk hozzá a citromlevet is. Forraljunk rajta még egyet, majd kézi mixerrel pürésítsük.

Finom, fűszeres körete lehet báránysülteknek, grillezett lazacnak és egyszerű sült csirkének is.

Fogyasszunk mellé indiai lapos kenyeret, vagy jázminrizst - így teljes vacsorát tálalhatunk a családnak. Ha nem szeretjük a csípős ízt, az erős paprikát hagyjuk ki a receptből.

#### Fűszeres indiai lapos kenyér

Hozzávalók:

500 gr sima liszt

2 teáskanál só

1 csomag szárított élesztő

3 evőkanál olívaolaj

3 dl víz

2 teáskanál curry por

Egy tálban keverjük össze a lisztet, sót, curry-t, szárított élesztőt és az olajat. Fakanállal vagy elektromos dagasztógéppel kezdjük el összedolgozni, közben kis adagokban öntsük hozzá a meglangyosított vizet. Addig dagasszuk, míg a tészta az edény falától el nem válik. Takarjuk le konyharuhával, tegyük meleg helyre, és kelesszük legalább egy órán keresztül. Akkor jó ha a tészta a kétszeresére dagad.

Borítsuk egy liszttel megszórta nyújtódeszkára, gyúrjuk át, és vágjuk 8 egyforma darabra. A kis darabkákat nyújtsuk körülbelül 15 centi átmérőjű korongokra. Tegyük liszttel meghintett tátra és kelesszük még öt percig.

Egy száraz serpenyőt forrósítsunk fel közepes melegre, tegyük bele egyenként a kinyújtott kenyeret. Mindkét oldalát addig süssük még arany barnára nem lesz.

Még melegen tálaljuk indiai szószos ételek mellé, kínálhatjuk tojásrántottához, de tehetünk a kenyérre zöldsaláta leveleket és felszeletelt sülteket is. Chutney-val megkenve izgalmas harapnivaló!

**Delhusa Gjon főétele****Tandori-val fűszerezett indiai paneer sajt ishtu-val**

2009-12-07

**Tandori Panner**

Hozzávalók:

- 1 kg Panner
- 2-3 evőkanál Patak's Tandori fűszerpaszta
- 2-3 evőkanál natúr joghurt
- 2 dl tejszín
- só
- bors
- 3-4 evőkanál olaj

Vágjuk a Pannert falatnyi darabokra, vigyázzunk ne legyenek túl kicsik, kb 2\*2 centisek. tegyük 2-3 evőkanálnyi fűszerkrémet egy kis tában, majd keverjük hozzá 3-4 evőkanálnyi joghurtot, tejszínt, sóval és darált borssal ízesítsük. Tegyük bele a Panner kockákat, majd jó alaposan keverjük össze. Hűtőben hagyjuk állni pár órát.

Csorgassunk pár kanálnyi olajat egy tepsibe, majd tegyük bele a joghurtos sajt kockákat mindenesztül. (a fűszeres krémet hagyjuk rajta) majd forró sütőben 150-160 fokon, süssük kb 15-20 percig.

**Ishtu (indiai krumpli)**

Hozzávalók:

- 1 kg burgonya
- 2 fej vöröshagyma
- 3-4 evőkanál olaj
- 1 diónyi friss gyömbér
- 1 doboz kókusztej
- 1 db paprika
- 2 db paradicsom
- 2 evőkanál Curry fűszerkeverék Kotány

Forrósítsuk fel az olajat egy nagy lábasban, majd tegyük bele a finomra összevágott hagymát a felkockázott paprikát, valamint a vékony csíkokra felmetélt gyömbért. Pároljuk pár percig, míg puha nem lesz. Szórjuk rá a curry-t, keverjük jól össze utána öntsük fel egy pohárnyi vízzel. Tegyük bele az apró kockákra felvágott krumplit, paradicsomot (hasonló darabokra mintha krumplis tésztát kezdenénk csinálni). Ízesítsük sóval, öntsük fel a kókusztejjel, majd fedjük le fedővel. Kis lángon párszor megkevergetve pároljuk addig, míg a krumpli puha nem lesz. ezzel körítsük a ropogósra megsütött Tandori csirkecombokat.

Megjegyzés: ha nem túl erős a curry, tehetünk még hozzá megkóstolás után, hogy a köret íze erőteljes legyen. Aki bírja chili paprikával megvadíthatja még.

**Delhusa Gjon desszertje**

## **Narancskrémcsés angyalhaj**

2009-12-07



Hozzávalók:

3 evőkanál vaj  
1 maréknyi szeletelt mandula  
félmaréknyi arany mazsola  
12 dkg cédnametelt tészta  
2-3 evőkanál cukor

Krémhez:

2 dl tejszín (zacskós, mert azt lehet felverni)  
3 evőkanál porcukor  
1 narancs reszelt héja

A tésztát forrásban lévő sós vízben ki kell főzni, utána hideg vízzel lehűteni, és lecsepegtetni. Egy nagy serpenyőben szárazon pirítsuk meg állandó kevergetés mellett a mandulát, majd szórjuk rá a cukrot és adjuk hozzá a vajat. Ha a cukor kezd elolvadni, öntsünk alá egy kevéske vizet, majd tegyük bele a mazsolát. Keverjük hozzá a tésztát, és villával jól lazítsuk fel.

Töltsük üvegkelyhekbe, majd tetejére kanalazzunk a narancskréméből, narancshéjjal vagy kurkumával megszórva dekoráljuk.

Narancskrémhez:

öntsük a hideg tejszínt egy keverőtálba, majd kézi habverővel verjük addig, míg habosodni nem kezd, vigyázzunk ne verjük fel teljesen keményre, mert nagyon könnyen vaj lesz belőle. Végezetül keverjük hozzá a porcukrot, és a narancs lereszelt héját.

Tóth Vera előétele

## Tárkonyos vadmalac leves krumpli gombócokkal

2009-12-08



### Hozzávalók:

50 dkg vaddisznó lapocka  
 2 evőkanál olívaolaj  
 1 fej vöröshagyma  
 1 gerezd fokhagyma  
 1 szál sárgarépa  
 1 fej karlábé  
 1 pohár tejföl  
 2 teáskanál tárkony  
 1 szál petrezselyemgyökér  
 só  
 darált bors  
 3 evőkanál liszt

### Gombóchoz:

1 db nagyobb méretű burgonya  
 1 tojás sárgája  
 2-3 evőkanál liszt  
 kevéske őrölt szerecsendió  
 só

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy fazékban, tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát és az összezúzott fokhagymát. Pároljuk addig míg üveges lesz, utána tegyük adjuk hozzá a kis kockákra felvágott bárányhúst. Daráljunk rá borsot, ízesítsük sóval és fűszerezzük tárkonnyal. Lefedve addig pároljuk, míg a saját levét elfövi. Tegyük hozzá a felkarikázott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, és a kis kockákra összevágott karlábét. Öntsünk annyi vizet alá, hogy épp ellepje, és addig pároljuk, míg a hús puha lesz. Öntsük fel másfél liternyi vízzel, forraljuk jól össze.

Amíg a leves rotyog, egy kis lábasban főzzük puhára a meghámozott burgonyát, majd szűrjük le, és törjük össze. Adjuk hozzá a tojás sárgáját, a lisztet és kevéske őrölt szerecsendiót. Dolgozzuk össze, majd a forrásban lévő levesbe gombócozzuk.

Ha felforrt kevéske hideg vízzel elkevert tejföllel és liszttel tegyük még pikánsabbá és sűrűbbé.

**Tóth Vera főétele**

**Padlizsános, cukkinis csirke gyömbéres répával, sajttal  
töltött paprikával, currys tejfölös krumplival**

2009-12-08



**Hozzávalók:**

6db répa  
1db gyömbér  
2 db padlizsán  
4 fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
4 db cukkini  
4 db kaliforniai paprika  
12 dkg vaj  
1 bazsalikom  
10dkg juhsajt  
1db füstölt sajt  
Parmezán  
1kg filézett csirkecomb  
pácfűszerek  
só  
bors  
olivaolaj

A combokat bepácoljuk izlés szerint, míg pácolódnak, vékony karikákra felvágjuk a répát, vöröshagymát, reszelünk hozzá gyömbért, majd egy wokban vajon , olívaolajon puhára sütjük.

Rakhatunk bele padlizsánt, cukkinit is, ezeket fűszerezhetjük zöldséggrill fűszerekkel. Míg ez sül a wokban, addig félbevágjuk a paprikákat, tisztára pucoljuk a belsejét , majd beletöltjük a sajtokat és a tetejére tesszük a bazsalikomot, majd 20 percre betesszük a sütőbe 160 fokon. Előveszünk egy tepsit, kivajazzuk, majd rászórunk az aljára jó vastagon vöröshagymát, arra ráteszünk csíkokra vágott cukkinit és padlizsánt. Ezután jöhetnek a combok a tetejére. Utána szórhatunk rá még egy kis vöröshagymát. Ezt 180 fokon sütjük 40-50 percig. A répát 30 percig sütjük a gyömbérrel. Utána együtt tálaljuk. Igazi ízorgiát érünk el.

Tóth Vera desszertje

## Adventi aszalt szilvás sütemény

2009-12-08



### Hozzávalók:

12,5 dkg étcsokoládé  
12,5 dkg vaj  
3 tojás  
17,5 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor  
12 dkg aszalt szilva  
8 dkg tisztított dió  
12,5 dkg liszt  
fél teáskanál sütőpor

### Elkészítés:

A csokoládét kis darabokra tördeljük. Az aszalt szilvát és a diót kis darabokra vágjuk.

A csokoládét gőzfürdőben felolvasztjuk a vajjal. A tojásokat a cukorral, a vaníliás cukorral és egy csipet sóval habosra keverjük, beledolgozzuk a vajas csokoládét. Az aszalt szilvát és a diót elkeverjük a liszttel, a sütőporral, majd a csokoládés masszához adjuk. A sütit 180 fokra (gázsütő 2. fokozat) előmelegítjük. Kibélelünk sütőpapírral egy kb. 20x20 cm nagyságú tepsit. A masszát a tepsibe simítjuk, és sütőben kb. 35 percig sütjük, amíg a teteje ropogós lesz (a belseje maradjon puha). A formában hagyjuk kihűlni, majd széles szájú vizskis pohárral szúrjuk ki. Tegyük adagonként egy nagy tányérra, tetejére kanalazzunk narancslekvárt. Porcukorral meghintve tálaljuk, narancsgerezdekkel dekoráljuk.

**Oszyvald Marika előétele**

## **Tokaji borleves mazsolával**

**2009-12-09**



### **Hozzávalók:**

1 liter tokaji furmint  
2 dl asszú bor ( 3 puttonyos) vagy édes szamorodni  
4 db tojás  
5 dkg mazsola  
2 evőkanál cukor  
só  
6 - 8 szem szegfűszeg  
1 db citrom leve  
1 db citrom leve  
1 kis rúd fahéj  
1 evőkanál liszt  
5 - 6 szem egész fekete bors

A mazsolát tálkába tesszük és ráöntjük az asszú bort. Ebben a legjobb, ha egy teljes napig áztatjuk.

A furmintot felöntjük 3 dl vízzel és a citromlével, a fahájjal, szegfűszeggel, 1 evőkanálnyi cukorral, csipetnyi sóval, egész fekete borssal lassú tűzön forralt bort készítünk. A tojásokat felütjük, a sárgát elválasztjuk. A tojássárgáját elkeverjük a visszamaradó cukorral, a liszttel és habverővel folyamatosan kevergetve a közben leszűrt forralt borhoz adjuk. Hozzáadjuk a mazsolát is az áztató borral együtt, majd forrón tálaljuk.

Tokaji furmint helyett használható somlói is, vagy olaszrizling.



**Oszvald Marika főétele**

## **Rántott ponty és rántott békacombok vajás tört krumplival és rizzsel**

2009-12-09



Hozzávalók:

1 db közepes méretű ponty  
 5 db tojás  
 50 dkg zsemlemorzsa  
 40 dkg liszt  
 50 dkg pohár durvára darált dió  
 só  
 olaj a sütéshez

A pontyot konyharuhával fogjuk meg, majd éles késsel gerincénél vágjuk be, és a halcsontok mentén fejtsük le a csontjáról. Ha ez nehézségbe ütközik, vásároljunk pontyfilét. Tegyük a kifilézett halhúst bőrével lefelé egy vágódeszkára, majd egy éles késsel egy-két milliméterenként vágjuk át egészen a bőréig. Vigyázzunk a bőrt ne vágjuk át. Ezt a műveletet irdalásnak nevezzük. Így a halhúsban lévő kis szálkákat felaprítottuk, és ez után biztonsággal ehető. A beirdalt hallat a vágás mentén vágjuk ujjnyi csíkokra, majd sóval fűszerezzük. Forgassuk bele lisztbe, utána mártsuk felvert tojásba, és a végén zsemlemorzsa és dió keverékébe hempergessük meg.

Egy nagy lábasban vagy serpenyőben forrósítsunk fel étolajat, tegyük bele a bepanírozott hal rudacskákat, és süssük ropogós pirosra. Ha kisült, itatóspapíron itassuk le a felesleges olajt. A békacombokat sózzuk, majd hasonlóan a hal rudacskákhoz, panírozzuk, és rántsuk ki.

**Oszvald Marika desszertje**

## **Gesztenyetorta**

**2009-12-09**



### **Hozzávalók:**

8 tojás  
8 dkg vaj  
20 dkg porcukor  
6 dkg mandula  
15 dkg gesztenyemassza  
8 dkg búzadara

### **Töltelék:**

10 dkg mandula  
5 dkg porcukor  
tejszín  
vaníliás cukor  
25 dkg gesztenye massa

A vaját a cukorral habosra keverjük, közben hozzáadjuk a tojások sárgáját és a gesztenye masszát. A tojások fehérjét felforjók kemény habnak, ezután a mandulával és a liszttel együtt hozzáadjuk kanalanként a tojások sárgájához. Óvatosan összekeverjük, és alufóliával kibéelt tortaformába öntjük. A tésztát előmelegített sütőben közepes hőmérsékleten megsütjük.

A cukrot a mandulával megpirítjuk, ha kihűlt, megdaráljuk. A tejszínből habot készítünk, és cukorral ízlés szerint édesítjük. Belekeverjük a mandulát, a gesztenye masszát, és simára keverjük.

Ha kihűlt a tortalap, kettévágjuk és a töltelék fele részével megtöltjük. A torta tetejére kenjük a maradék krémet, és csokoládéreszeléssel és tejszínhabbal díszítjük. Tálalásig hűtőben tartjuk.

**Janics Natasa előétele**

## **Tósztt torta**

**2009-12-10**



Hozzávalók:

1 csomag tósztkenyér

400 g tejföl

400 g majonéz

4 db csemege uborka

4 db főtt tojás sárgája

300 g gépsonka

2 ek ketchup

100 g reszelt trappista sajt

200 g túró

Tegyük egy tálba a túrót, a tejfölt, majonézt, a lereszelt főtt tojás sárgáját, a vékony csíkokra felvágott sonkát és uborkát. Fűszerezzük ketchuppal, sóval, majd jó alaposan keverjük össze. Vágjuk le a héját a kenyérnek, majd béleljünk ki egy lecsatolható kerek tortaformát vele, úgy, hogy mindenhol kitöltse a kenyérlap. Kenjük meg vastagon a krémmel, majd ismét egy réteg kenyér kerüljön. Krém kerüljön rá, majd egy újabb réteg kenyér. Fedjük le fóliával, és egy vízzel teli fazékkal préseljük le.

Pár óra múlva vegyük le a fazekat, majd csatoljuk le a forma oldalát. Kenjük meg a torta oldalát és a tetejét a megmaradt krémmel, és szórjuk meg az oldalát és tetejét a reszelt sajttal. Kaporlevelekkel és paradicsomszeletekkel dekorálhatjuk. Cikkekre vágva tálaljuk.

Janics Natasa főétele

## Gombával és kolbásszal töltött pulyka rolád vele sült krumplival, almás dinszelt káposztával

2009-12-10



### Hozzávalók:

1 kg pulykamell filé  
200 g kolbász  
40 g gomba  
40 g őrölt mogyoró  
1 fej fokhagyma  
2,5 dl sör  
1 maréknyi olajbogyó  
olaj  
só  
bors  
rozmaring

Szeleteljük fel a pulykát nagy szeletekre és klopfolóval ütögessük meg.

Készítsük el a tölteléket. Egy serpenyőben forrósítsunk fel pár kanál olajat, tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát, majd pároljuk pár percig. Tegyük bele a felszeletelt gombát, és addig dinszteljük, míg a gomba a saját levét el nem főtte. Tegyük hozzá a kis kockákra felvágott kolbászt, a darált mogyorót, és az olajbogyót is. sóval, borssal és rozmaringgal fűszerezzük.

Tegyük a hússzeletek közepébe a töltelékből, göngyöljük fel szorosan, majd helyezzük tepsibe. Csorgassuk meg olajjal, daráljunk rá borsot, és tépkedjünk rá rozmaringlevelet. Csorgassuk meg a sörrel, és forró sütőben kb 160 fokon süssük 15-20 percen keresztül. Vigyázzunk, ne süssük túl, mert kiszárad a hús. Ha elkészült ferdén vágjuk három darabba.

### A körethez:

Tegyük az apró burgonyát (nem szükséges meghámozni) egy tálba, csorgassuk meg olajjal, daráljunk rá borsot, sózzuk, majd keverjük össze. Öntsük egy tepsibe, és forró sütőben 160-170 fokon süssük 40-50 percig, míg piros és puha nem lesz.

### Almás dinsztelt káposzta:

Szórjunk pár kanál cukrot egy lábasban, tegyük hozzá pár evőkanál olajat, majd pirítsuk arany barnára. Tegyük rá a felszeletelt káposztát és almát, csorgassunk rá 1-2 evőkanál ecetet, öntsünk rá 2 dl almalevet. Sózzuk, őrölt köménnyel fűszerezzük, majd lefedve pároljuk 20 percig.

Janics Natasa desszertje

## Karácsonyi csillagkalács cseresznye kompóttal

2009-12-10



### Hozzávalók:

200 g reszelt répa

7 db tojás

200 g porcukor

50 g liszt

50 g zsemlemorzsa

200 g darált mogyoró

2 teáskanál őrölt szegfűszeg

fahéj

koriander (összesen legyen 2 kanál)

50 g csoki reszelék

1 üveg cseresznyebefőtt

1 csipetnyi só

50 g

Tegyük a reszelt répát egy nagy tálba, üssük hozzá az egész tojásokat. Szórjuk bele a porcukrot, a fűszereket majd jól dolgozzuk össze. Egy másik tálba szórjuk a lisztet, a sütőport az őrölt mogyorót és a sót. Keverjük össze, majd dolgozzuk a répás keverékhez. Kenjünk ki olajjal vagy vajjal a sütőformát, majd öntsük bele a sütemény masszát. Tegyük forró 150 fokos sütőbe és süssük legalább 40 percig. Mielőtt kivennénk, szúrjunk a tésztába egy fogvájót, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a süteményünk. Cseresznyebefőttel tálaljuk.

Rippel Ferenc előétele

## Lappföldi palacsinta pizza salátával

2009-12-11



Hozzávalók:

liszt  
tojás  
tej  
olaj  
só  
színes paprika  
karamell  
cukkini  
újragyma  
kapor  
jégsaláta  
balzsamcset  
olívaolaj

Lappföldi étel, a palacsintatésztát beleöntik egy nagy tepsibe, és gyakorlatilag ami a hűtőben van rászórják. Ezt sütik meg sütőben, ahol szépen megszilárdul a tészta, kockákra vágva, salátával szervírozzák.

**Rippel Ferenc főétele**

## **Vörösboros rénszarvasragu burgonyafánkkal**

**2009-12-11**



### **Hozzávalók:**

1,50 kg szarvas lapocka  
3 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
5-6 szem borókabogyó  
2 levél babér  
1 teáskanál vadfűszer-keverék  
3 dl száraz vörösbor  
3 evőkanál olívaolaj  
só  
darált bors  
1 db paradicsompaprika  
1 db paradicsom  
1 evőkanál piros paprika  
2 evőkanál vörösfőny lekvár  
30 dkg aprógomba

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy lábasban, majd adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát és a fokhagymát. Tegyük hozzá a babérlevelet és a borókabogyót is. Pároljuk addig míg a hagyma pirulni nem kezd, utána tegyük hozzá a kis kockákra feldarabolt szarvashúst is. Ha csontos szarvast vásároltunk, tegyük a hússal együtt a lábasba a kisebb darabokra összevágott csontokat is. Daráljunk rá a borsot, szórjunk rá a vadfűszer-keveréket és sózzuk meg. Közepes lángon addig pároljuk, míg a saját párolólevét el nem fővi, és a hús széle kezd pirulni. Szórjuk rá a piros paprikát, keverjük jól össze, hogy a zsiradékban jól feloldódjon a paprika, majd öntsük fel a vörösborral. Tegyük bele az összevágott paradicsompaprikát, meghámozott és feldarabolt paradicsomot, és az aprógombát. Fedjük le, és közepes lángon pároljuk. Kevergessük meg alkalmanként, és ha szükséges az elpárolgott szaftot pótoljuk kevéske vízzel. Addig kell párolni, míg a hús meg nem puhul. Célszerű befejezés előtt levenni a fedőt, és forralni még öt percig, hogy a pörkölt szaftja jó sűrű legyen. Befejezés előtt keverjük hozzá a vörösfőny lekvárt is. Krumpli fánkkal tálaljuk.

### **Burgonyafánk**

#### **Hozzávalók:**

20 dkg burgonya  
12 dkg liszt  
1 tojássárgája  
2 dkg élesztő  
3 evőkanál tej  
3 dkg vaj  
só  
olaj

A burgonyát meghámozzuk, kockára vágjuk és sós vízben megfőzzük. Leszűrjük, burgonyanyomóval összetörjük. Az élesztőt langyos, cukros tejben felfuttatjuk. A lisztet összegyűrjük a tojással, a puha vajjal, az élesztős folyadékkal. Végül összedolgozzuk a főtt burgonyával és a sóval. Letakarva, meleg helyen 1 órát kelesztjük. A tésztát lisztezett deszkára helyezzük, 2 cm vastagra kinyújtjuk, majd pogácsaszaggatóval kb. 3 cm-es átmérőjű korongokat szaggatunk belőle. A tésztát bő, forró olajban kisütjük, de egyszerre csak néhány darabot teszünk a serpenyőbe, mert sülés közben a fánkok megnőnek. Itatósra szedjük, a felesleges zsiradékot lecsöpögtetjük.

**Rippel Ferenc desszertje**

## **Skandináv körtekenyér**

2009-12-11



### **Hozzávalók:**

25 dkg vaj  
20 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor  
1 csipetnyi só  
20 dkg marcipán massa  
1 teáskanál őrölt kardámmom mag  
1 csipetnyi őrölt szerecsendió  
4 db tojás  
15 dkg dió  
25 dkg liszt  
3 evőkanál étkezési keményítő  
3 teáskanál sütőpor  
3 db körte

Tegyük egy keverőtálba a szobahőmérsékletű vaját, adjuk hozzá a cukrot, vaníliás cukrot és a sót. Elektromos habverővel keverjük addig még könnyű és habos lesz. Szórjuk bele a fűszereket, egyenként üssük bele a tojásokat, alaposan keverjük össze, majd kis adagokban kanalazzuk hozzá a liszt, keményítő és sütőpor keverékét is. Fakanállal keverjük hozzá a kis darabokra tört marcipánt, az egészben hagyott diót és a meghámozott és felkockázott körtéket is.

Töltsünk meg vele egy téglalakú, körülbelül 2 liter űrtartalmú vajjal kikent és liszttel megszórt sütőformát. Vigyázzunk, csak háromnegyedig töltsük, mert sütéskor kifolyhat belőle. Előmelegített sütőben 160 fokon süssük 40-45 percig. Mielőtt kivennénk, szűrjük meg fogvájóval, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

A süteményhez felhasználhatjuk a megmaradt marcipánfigurákat, és a csokoládéval bevont marcipános desszerteket is. Elég, ha nagyobb körülbelül egy centis darabokra tördeljük, és úgy keverjük a körtés masszához.



**Ungár Anikó főétele**

## **Fehérboros kacsasült citrus salátával gyömbéres gesztenyével**

**2009-12-14**



### **Kacsasült**

#### **Hozzávalók:**

5-6 db kacsacomb vagy mell  
só  
bors  
olívaolaj  
kakukkfű

Vágjuk be a kacsamell és a combok bőrét vékonyan, majd szórjuk meg sóval, darált borssal és kakukkfűvel. Tegyük egy tepsibe, csorgassuk olívaolajjal, öntsünk alá pár dl vizet, és fedjük le fóliával. Tegyük forró sütőbe és 160 fokon süssük legalább egy órán keresztül. Mielőtt kivennénk ellenőrizzük, hogy megpuhult-e a hús, ha nem öntsünk alá még vizet és pároljuk, míg teljesen puha nem lesz. Elkészülte előtt vegyük le a fóliát a tetejéről, és pár perc alatt süssük ropogósra.

### **Citrussaláta**

#### **Hozzávalók:**

3-4 db narancs  
1-1 db rózsaszín és sárga grapefruit  
4-5 szem mandarin  
10 dkg bébi spenótlevél  
4-5 evőkanál mandarinos olívaolaj  
darált bors  
1 fej lilahagyma

Hámozzuk meg éles késsel a narancsokat és a grapefruitot úgy, hogy fehér héjat is levágjuk. Vágjuk négyfelé, majd a közepén húzódó fehér részt is metsszük ki. A negyedeket vágjuk még pár cikkbe, majd tegyük egy nagy salátástálba. Tegyük hozzá a jól megmosott és lecsepegtetett spenótleveleket, a vékony karikákra felvágott lilahagymát. Daráljunk rá borsot, csorgassuk meg a mandarinos olívaolajjal, majd az egészet óvatosan keverjük össze.

### **Gyömbéres gesztenye**

#### **Hozzávalók:**

1 kg főtt gesztenyehús  
2 evőkanálnyi vaj  
10 dkg barnacukor  
2 dl fehérbor  
5 cl konyak  
3-4 szelet friss gyömbér

Forrósítsuk fel a vajat egy nagy serpenyőben, szórjuk bele a cukrot, és hevítsük addig, míg a cukor olvadni nem kezd. Tegyük bele a megfőzött egész szemű gesztenyéket, öntsük alá a bort, és a konyakot. Fűszerezzük gyömbérszeletekkel. Fedjük le a fedővel és pároljuk kb. 10 percig. Tálalás előtt forraljuk addig, míg a cukros máz be nem vonja a gesztenyeszemeket.

**Ungár Anikó desszertje**

## **Rusztikus mogoró ágyon zöldcitromos krémsajt friss erdei gyümölcsökkel**

2009-12-14



### **Hozzávalók:**

20 dkg színtelen marcipán massa  
 20 dkg cukor  
 1 db citrom  
 1 db zöldcitrom  
 1 csokor friss bazsalikom  
 4 db nagyobb szemű őszibarack  
 250 gr mascarpone  
 1-2 evőkanál Grand Marier likőr

Tegyük a szobahőmérsékletű marcipánt porcukorral meghintett nyújtódeszkára, kezünkkel gyúrjuk át jól, hogy megpuhuljon, majd sodrófával nyújtsuk fél centi vékonyságúra.

Whiskys pohárral, vagy nagyobb méretű pogácsaszaggatóval szúrjunk belőle köröket.

Gázlánggal pirítsuk meg a felületét.

Öntsünk félliternyi vizet egy lábasba, szórjuk bele a cukrot, keverjük össze, majd tegyünk hozzá 3-4 vékonyan levágott citromhéjat is. Főzzük kb. 5 percig, míg sziruposodni nem kezd. Vegyük le a tűzről, tegyük hozzá a fele mennyiségű bazsalikomlevelet és hagyjuk állni a szirupban.

Vágjuk félbe a barackokat, magjait szedjük ki, majd tegyük a szirupba. Kis lángon pároljuk 5-6 percig, utána vegyük le a tűzről, ha kihűlt emeljük ki szűrőkanállal, majd húzzuk le róla a bőrt.

Tegyük át egy serpenyőbe, csorgassuk meg a likőrrel, szórjuk meg porcukorral, majd tegyük a sütőbe 160 fokra, és süssük 6-7 percig.

Keverjük össze a krémsajtot egy tálban a citrom, és zöldcitrom lereszelt héjával, keverjük hozzá a vékony csíkokra felmetélt bazsalikomlevelet (ne sajnáljuk belőle), és ha sűrű a krémünk lazítsuk tejszínnel.

Tálaláskor tegyünk egy megpirított marcipánkorongot nagy tányér közepére, kanalazzunk rá a krémsajtból, majd ültessük rá a megsütött barackot. Mentalevével dekoráljuk.

Hujber Ferenc főétele

## Fokhagymás szürke harcsa tejszínes gnocchi-val

2009-12-15



### Mézes-mázaz lazacsült

#### **Hozzávalók:**

1 db lazacfilé  
2 evőkanál magos mustár  
3 evőkanál méz  
1 db zöldcitrom leve  
darált bors  
só  
1 teáskanál halfűszer keverék  
3-4 evőkanál olívaolaj

Kérjük meg a halast, hogy a lazacfilénket nyúzza meg. A lazacfilé felületén a vastagabb részénél található kb. 10-12 db halcsont. Ezt, ha a kezünket a felületén végigsimítjuk érezni fogjuk. Egy csipesz segítségével húzzuk ki a halból, így teljesen szálkamentes lesz a halhús.

Csorgassuk pár kanálnyi olívaolajat egy nagy tűzálló sütőedénybe, majd tegyük bele a halfilét.

Készítsünk egy pácot mézből, mustárból, citromléből, sóból, darált borsból és a fűszerkeverékből. Jó alaposan kenjük be vele az edényben lévő halfilét, tetejét beboríthatjuk narancs és citromszeletekkel, csorgassuk meg olívaolajjal, majd meleg sütőben 150 fokon süssük 20-25 percig.

### Tejszínes gnocchi

#### **Hozzávalók:**

3-4 db nagyobb méretű burgonya  
2 csokor friss kapor  
1 db tojás  
20 dkg liszt  
3 evőkanál olívaolaj  
2 gerezd fokhagyma  
2 dl tejszín  
só  
darált bors  
őrölt szerecsendió  
reszelt parmezán sajt

Főzzük meg héjában, sós vízben a burgonyákat, ha héjastul főzzük az íze finomabb lesz. Még forrón hámozzuk meg, és burgonyanyomóval törjük át. Tegyük egy tálba, üssük bele a tojást, adjuk hozzá a vajat, lisztet. Sóval és kevéske reszelt szerecsendióval ízesítsük. Gyúrjuk össze alaposan, majd lisztezett deszkán sodorjuk ujjnyi csíkokká. Vágjuk másfél centis darabokra, és villával a tetejét nyomjuk be. Forrásban lévő sós vízben főzzük ki. Ha már feljönnek a felszínre, szűrőkanállal szedjük ki.

A mártáshoz öntsük olívaolajat egy nagy serpenyőbe, forrósítsuk fel, majd adjuk hozzá a felszeletelt fokhagymát, pár percig forrósítsuk, keverjük el kissé, és öntsük fel a tejszínnel. Sóval, darált borssal és őrölt szerecsendióval fűszerezzük. Keverjük hozzá, a kifőzött gnocchit, majd óvatosan keverjük össze. Tálaljuk nagy tányérokra, tetejét bőven szórjuk meg reszelt parmezán sajttal.

Hujber Ferenc desszertje

## Édesanyám karácsonyi mákos süti

2009-12-15



### Hozzávalók:

1 csomag szárított élesztő  
5 evőkanál cukor  
50 dkg liszt  
3,5 dl tej  
0,5 dl rum  
10 dkg mazsola  
5 dkg cukrozott narancshéj  
5 dkg dió  
20 dkg marcipán  
25 dkg darált mák  
1 csomag vaníliás cukor  
35 dkg vaj  
csipetnyi só

Tegyük egy kis tálba a cukrozott narancshéjat, mazsolát és a durvára összevágott diót, öntsük rá a rumot és hagyjuk állni legalább fél órán keresztül. Szórjuk egy dagasztótálba a lisztet, adjuk hozzá a szárított élesztőt, két evőkanálnyi cukrot, vaníliás cukrot, tegyük bele a lereszelt marcipán felét, 20 dkg szobahőmérsékletű vaját és egy csipetnyi sót. Adjuk hozzá a rumos gyümölcsöket, majd a tésztát másfél decinyi langyos tejjel dagasszuk jól össze. Tegyük langyos helyre, takarjuk be egy konyharuhával és kelesszük kétszeresére.

A töltelékhez tegyük egy kis tálba a darált mákot, a lereszelt marcipán másik felét, 3 evőkanál cukrot, majd öntsük le két decinyi forró tejjel, majd hagyjuk állni tíz percet.

Borítsuk ki egy liszttel megszórt deszkára a megkelt tésztát, nyújtsuk ki egy centis vastagságúra, majd a közepére egyengessük el a mákos töltelékét. Tekerjük fel henger alakúra, fogjuk össze a két végét, és helyezzük egy vajjal kikent és liszttel megszórt kuglóf sütőformába. Tegyük előmelegített sütőbe és süssük 170 fokon 45-50 percig. Ha elkészült borítsuk egy tányérra, és még melegen kenjük meg a maradék vajjal, és azonnal szórjuk meg bőven porcukorral, hogy jól ráolvadjon.

**Bálint Antónia előétele**

## **Narancsos kacsaragu leves árpagyönggyel**

2009-12-16



### **Hozzávalók:**

2-3 db kacsamell  
60 dkg sárgarépa  
1 fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
1 db csirkehúsleves kocka  
1 maréknyi árpagyöngye  
só  
darált bors  
2 ág kakukkfű  
1 diónyi friss gyömbér  
1 db narancs

Éles késsel szedjük le a kacsamellről a zsírt, majd kockázzuk fel kis darabokra. Tegyük egy kis lábasba, és közepes lángon olvasszuk ki. Ha elkészült szűrjük le róla a tepertőt. Kanalazzunk egy fazékba a kacsazsírból három evőkanálnyit, majd tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát, az összezúzott fokhagymát, és az apró darabokra összevágott gyömbért. Pároljuk pár percig, míg az hagyma üveges nem lesz, utána tegyük hozzá az egy centis darabokra felkockázott kacsahúst. Szórjuk rá a kakukkfűleveleket, daráljunk rá borsot és hintsük meg sóval. Közepes lángon időnként kevergetve pároljuk addig, míg a levet engedett kacska a szaftját el nem fővi, és a hús szélei pirulni nem kezdenek. Öntsük fel másfél liternyi vízzel, ízesítsük leveskockával, és adjuk hozzá a felkarikázott sárgarépát. Főzzük kis lángon a hús megpuhulásáig. Ha már a húskockák puhák, szórjuk bele az árpagyöngyét, és további negyed órán keresztül főzzük.

Még forrón tálaljuk leveses tálkákba vagy tányérokba, tetejére reszeljük frissen narancshéjat.

**Bálint Antónia főétele**

## **Egészben süttött pulykamell vörös áfonya szósszal, süttőtökös-fehérrépás rösztli toronnyal**

**2009-12-16**



### **Hozzávalók:**

1,30 kg dkg pulykamell  
3-4 evőkanál natúr joghurt  
1 evőkanál curry fűszerkeverék  
darált feketebors  
só  
2 evőkanál olívaolaj

### **Áfonya szószhoz:**

50 dkg vörösáfonya  
3-5 dl narancslé  
3-4 evőkanál cukor  
1-2 evőkanál étkezési keményítő

Az egész pulykamell filét vágjuk két-három darabra, majd tegyük egy tálkába, szórjuk meg darált borssal, sóval és a curry keverékkel. Natúr joghurttal kenjük be alaposan, majd tegyük a hűtőbe legalább fél napra, hogy a fűszerek íze jól átjárja a húst.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, majd tegyük bele a befűszerezett joghurtos húst. Mindkét oldalát süssük két-két percig, még szép piros lesz. Tegyük serpenyőstül előmelegített sütőbe és süssük 180 fokon 20-25 percig. Tálalásig tartsuk melegen.

Mossuk meg jól a vörösáfonyát, majd tegyük egy kis lábasba. Öntsük rá a narancslevet és a cukrot. Forraljuk fel, és főzzük 3-4 percig. Hideg vízzel keverjük csomómentesre a keményítőt, majd lassan, állandó kevergetés mellett sűrítsük be a mártást. Forraljunk rajta még egyet.

A megsütött pulykamellet szeleteljük fel vékonyra, tegyük egy nagy tányérra, mellé sült süttőtököt, és a többi köretet. Vörösáfonya szósszal csorgassuk meg.

### **Köretek**

#### **Fehérrépa püré:**

Tisztítsunk meg kb. másfél kilónyi petrezselyemgyökeret, vágjuk falatnyi darabokra, majd tegyük fel főni. Ízesítsük sóval és főzzük puhára, ha elkészült szűrjük le a levét, majd a léből tegyünk félre egy keveset. Tegyünk a megfőtt gyökre kb. tízdekányi vajat, majd kézi mixerrel pürésítsük. Ha szükséges a főzőlevéből öntsünk még hozzá.

#### **Rösztli:**

Nagyobb krumplikat kb. egy kilónyt reszeljünk le vékonyan, majd egy nagy serpenyőben forrósítunk meg pár evőkanálnyi olajat. Kanalazzunk a reszelt krumpliból annyi egymás mellé, hogy lesimitva tenyérszerű lapokat kapjunk. Mindkét oldalát kis lángon süssük pirosra.

#### **Sülttök-püré:**

Kb. két közepes süttőtököt vágjunk darabokra, tegyük egymás mellé, majd sütőben süssük puhára. Ha elkészül kanállal szedjük ki a megsült tökhúst, tegyük egy tálba. Fűszerezzük kevéske szerecsendióval, tegyünk rá két evőkanálnyi vajat, majd keverjük jól össze.

**Bálint Antónia desszertje**

## **Mogyorós habcsók torta**

2009-12-16



### **Hozzávalók:**

4 tojásfehérje  
22 dkg finom szemcséjű kristálycukor  
7 dkg mogyoró  
25 dkg friss málna  
porcukor a díszítéshez

### **Vaníliakrémhez:**

2 csomag vaníliás pudingpor  
3-4 evőkanál cukor  
1 liter tej  
1 hosszában felhasított vaníliarúd

A grillsütőt előmelegítjük, és egy tepsiben óvatosan megpörköljük a mogyorót, majd megvárjuk, amíg kihűl. Néhány szemet a díszítéshez durvára összevágunk, félreteszünk, a többit pedig megdaráljuk.

A sütőt 140 °C-ra előmelegítjük (gázsütőnél 1-es fokozat). Két sütőpapírdarab hátoldalára egy-egy 20 cm átmérőjű kört rajzolunk, és beletesszük két tepsibe.

A tojásfehérjékből kemény habot verünk, közben apránként beleszítáljuk a kristálycukrot, egyszerre mindig csak 1 evőkanálnyit. 1-2 percig tovább verjük, amíg a tojáshab egészen kemény és fényes nem lesz, majd habverővel vagy fémkanállal beleforgatjuk a darált mogyorót.

A habcsókmasszát kétfelé osztjuk, majd a papírra rajzolt körön belül egyenletesen szétterítjük. Addig sütjük, amíg a massa teljesen megszilárdul, és már könnyen elválik a papírtól. A sütés félidejében megcseréljük a tepsiket, hogy a tészta mindenhol egyenletesen barnuljon. A habcsóklapokat óvatosan leválasztjuk a papírról, majd a tepsiben hagyjuk őket, amíg teljesen kihűlnek.

A krémhez 8 dl tejet egy lábasba öntjük, beletesszük a felhasított vanília rudat, majd felforraljuk. Ha már forr a maradék két decinyi tejjel simára kevert pudingport állandó keverés mellett hozzákeverjük, és csomómentesre forraljuk. Ha elkészült, lefedve hagyjuk kihűlni.

A tortát elég 1 órával fogyasztás előtt összeállítani. Az egyik lapot a sima oldalával fölfelé egy tála tesszük, és rákenjük a vaníliakrémet (ha túl sűrű, keverjük bele még egy kis tejet). Szétterítjük rajta a málna kétharmad részét, majd rátesszük a másik lapot is. A tetejét a maradék málnával, a durvára vágott mogyoróval és kevés porcukorral díszítjük. Éles késsel szeletekre vágjuk, és azonnal tálaljuk.



Fodor Zsóka előétele

## Főtt hús céklás tormával, húsleves csigatésztával

2009-12-18



### Tyúkhúsleves

#### Hozzávalók:

1 kisebb tyúk  
4-5 szál sárgarépa  
3-4 szál petrezselyemgyökér  
1 darabka zeller  
1 darabka karalábé vagy karfiol  
1 kisebb fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
1 paradicsom  
1 zöldpaprika  
1 szem burgonya  
só  
zöldbors  
fekete bors (szemes)  
néhány szem köménymag

#### Elkészítés:

A zöldségeket megtisztítjuk. A vöröshagyma és a fokhagymagerezd héját nem távolítjuk el, csak a végeit vágjuk le. A paprikát hosszában kettévágjuk és magházát eltávolítjuk.

A megtisztított és feldarabolt tyúkot kb. 4 liternyi vízbe feltesszük főni.

Ha a víz felforrt, hozzáadjuk az alaposan megmosott zöldségeket. Megsózzuk a levest és beletesszük a fűszereket.

Lassú tűzön addig főzzük, míg a hús és a zöldségek is megpuhulnak (kb. 3 óra).

A levest leszűrjük és csigatésztát vagy cérnametétet főzünk bele.



**Fodor Zsóka főétele**

## **Zsóka hús - ahogy én hívom - snidlinges tört krumplival**

2009-12-18



**Zsókahús:**

**Hozzávalók:**

Filézett csirke, vagy pulyka, vagy disznócomb, ki mit szeret

Kiklopfoljuk, megsózzuk, majd lisztben meghempergetjük. Zsírt felforrósítani, ezeket a hússzeleteket rövid ideig sütjük, emelgetni kell gyakran. Hirtelen sütjük. Majd kivesszük a hússzeleteket, marad a sült zsír, abba teszünk egy pörkölt alapot: sok hagyma, két zöld paprika, egy paradicsom, héja nélkül, piros paprika, hegyes zöld paprika, vagy erős pista. Összekeverni. Visszapakolni a megsütött húsokat és ízlés szerint összetört fokhagymát és borsot teszünk hozzá. Lassú tűzön, lefedve összefőzzük.

**Törtburgonya:**

Libazsírban a snidlinget megpároljuk, és a héjába sült burgonyát összekeverjük a snidlinggel.

**Fodor Zsóka desszertje**

## **Az a híres „lemenpájn”**

2009-12-18



### **Lemon Pie**

#### **Hozzávalók (kb.30 szelethez)**

- 25 dkg liszt
- 25 dkg jéghideg vaj
- 10 dkg porcukor
- fél citrom reszelt héja
- csipet só
- 4 tojás
- 2 citrom leve
- 1 citrom reszelt héja
- 30 dkg cukor
- 1 tk sütőpor
- 5 dkg liszt
- csipet só

(opcionális: lötty limoncello)

A sütőt előmelegítem 170 C-ra.

A jéghideg vaját (ez fontos!) a reszelő nagy lyukán lereszelem. Hozzáadom a lisztet, cukrot, sót és reszelt citromhéjat, és kézzel gyorsan összemorzsolom, hogy a liszt egyenletesen befedje a vaját, és finom morzsa állagú legyen. Egy kb. 20x30 cm-es tepsit kibélelek sütőpapírral, és beleszórom a morzsát. Kézzel (ill. pohár oldalával) teljesen belenyomkodom, hogy egy tömör, egyenletes réteget kapjak. Beteszem a sütőbe, és 20-25 percig sütöm, amíg világosra sül. Amíg sül, kikeverem a tetejét: a tojást fehéredésig keverem a cukorral. Hozzáadom a citromlevet, citromhéjat, végül a lisztet, sütőport, csipet sót (ha használok, a likőrt), és teljesen csomómentesre keverem. Amikor a tészta megsült, ráöntöm a masszát. Visszateszem a sütőbe és 20 percig sütöm, amíg a krém megszilárdul. Ezt a sütit teljesen ki kell hűteni. Rombuszokra vágom, és megszórom sok porcukorral. Hűtőben néhány napig eláll, és tökéletesen fagyasztható.

**Mága Zoltán előétele**

## **Korhely halászlé**

2009-12-25



### ***Hozzávalók:***

*Az alapléhez*

2dl olaj  
 30 dkg vöröshagyma  
 5 dkg őrölt pirospaprika  
 50 dkg harcsafej  
 50 dkg harcsagerinc  
 50 dkg pontyfej  
 50 dkg pontygerinc  
 1 kg apró keszeg, kárász  
 40 dkg halikra  
 40 dkg haltej  
 3-4 db babérlevél  
 20 dkg tejföl  
 10 dkg mustár  
 4 db halászlé kocka  
 1 db hegyes erős paprika  
 só

Az átpasszírozott hallébe, 2kg filézett harcsaszeleteket teszünk.

### ***Elkészítési mód:***

A felhevített olajban, a szeletekre vágott vöröshagymát üvegesre pirítjuk, és őrölt pirospaprikát teszünk hozzá, majd a tűzről egy pillanatra lehúzzuk, és hideg vízzel fölengedjük (minimum 2-3 l vízzel).

Az átmosott vegyes hal alapot belerakjuk a vízbe, ízlés szerint ízesítjük sóval, erős paprikával. Addig főzzük még le nem válik a halcsontból a hús, majd az egészet átpasszírozzuk. Az átpasszírozott hallébe, 2kg filézett harcsaszeletet, halikrát és haltejet teszünk. Forrás után 10 perc elteltével elkészült a halászlé.

**Mága Zoltán főétele**

## **Kolozsvári töltött káposzta**

**2009-12-25**



### **Hozzávalók:**

50 dkg apróhús (sertéscomb)  
 30dkg dagadó  
 20 dkg füstölt kolbász  
 70 dkg savanyított káposztalevél  
 1.20 kg savanyú káposzta  
 10 dkg árpagyöngy  
 2 dl olaj  
 30 dkg kolozsvári szalonna  
 10 dkg vöröshagyma  
 2 db tojás  
 4 dl tejföl  
 liszt  
 fokhagyma  
 fűszerpaprika  
 majoránna  
 őrölt feketebors  
 só

### **Elkészítési mód:**

Az apróhúsból, 8 dkg szalonnából, a rizsből és a tojásból a szükséges fűszerekkel készíts árpagyöngye - húsos töltelék. A savanyított káposztalevelek középső vastag erét vágd ki, hogy könnyen hajlíthatóak legyenek. Minden levél keskenyebb végére helyezz egy kisebb maréknyi töltelék, majd azt göngyöld bele a káposztába. A szabadon maradó levélszéleket hajtogasd be a henger két végén, ez tartja majd egyben a csomagot.

Egy nagyobb fazékban kevés zsíron pirítsd meg a maradék finomra vágott vöröshagymát, s a tűzről lehúзва keverj el benne egy-két evőkanálnyi pirospaprikát. (Mehet még bele egy-két gerezdnyi tört fokhagyma is.) Add hozzá a savanyú káposzta kétharmadát, arra helyezd el a töltelékeket és a füstölt kolbászt, borítsd be a maradék aprókáposztával, majd önts fel annyi vízzel, amennyi éppen elfedi. (A vízhez keverhetsz káposztalét is.) Ha kell, ízlés szerint sózd, s lassú tűzön főzd (kb. 1-1,5 óra hosszan), amíg a töltelékek is meg nem puhulnak.

Ekkor a töltelékeket és a kolbászt szedd ki, és vékony zsömle színű rántást készíts és kevés őrölt törött paprikával "sűrítsd be". (Kevés lisztet használj, mivel a lének nem szabad "tapinthatóan" sűrűvé válnia!) Közben a füstölt tarját csíkokra vágjuk. A maradék kolozsvári szalonnából vágj (a bőrével együtt) kb. 1 cm vastag csíkokat, a felső szélüket ugyancsak kb. 1 centiméteres közökben vagdosd be, s e szeleteket süsd meg kakastaréjnak (ha kész, hints rá egy kevés pirospaprikát). Tálalásnál az aprókáposztára kerülnek a töltelékek, arra pedig a kolozsvári szalonna, a kolbász és a kakastaréj, s kísérőnek vele megy a tejföl.

**Mága Zoltán desszertje**

## **Karácsonyi mézes zserbó- Édesanyám receptje alapján**

**2009-12-25**



### **Hozzávalók:**

A tésztához:

5 dkg margarin  
4 evőkanál méz  
1 db tojás  
1 dl tej  
15 dkg kristálycukor  
1 kávéskanál szódabikarbóna  
45 dkg liszt  
fél csomag fahéj

A töltelékhez:

5 dl víz  
5 evőkanál gríz  
25 dkg margarin  
25 dkg porcukor  
10 dkg kakaópor  
fél dl rum  
3 tábla tortabevonó csokoládé

### *Elkészítés:*

Egy edénybe rakjunk 5dkg margarint és 4 evőkanál mézet, majd vízgőz fölött, csomómentesre keverjük. Hagyuk hűlni, majd hozzáadunk 1 dl tejet, 15 dkg cukrot és 1 evőkanál szódabikarbónát. Beleöntjük egy tálba, majd 5 percig keverjük. Hozzáadunk 45 dkg lisztet, illetve fahéjat. Összegyúrjuk, majd 3 részre osztjuk. A tésztákat kinyújtjuk vékonyra, és külön- külön megsütjük.

### *A töltelék elkészítése:*

5 dl forrásban lévő tejben 20-25 dkg grízt készre főzünk, majd hűlni hagyjuk.

Kihűlés után 25 dkg margarint teszünk hozzá.

Két egyenlő részre osztjuk. Az egyik feléhez kakaóport adunk a másik feléhez fél dl rumot. Rétegesen lekenjük a tésztaalapokat.

Vízgőz fölött csokoládét olvasztunk, és egy diónyi margarint teszünk hozzá, Mága- módra, hogy ragyogó fényes maradjon. A tészta legfelső lapjára a csokoládét melegen, egyenletesen simára kenjük.

Hagyjuk kihűlni.

### *Tálalás:*

Karácsonykor különböző formákra kiszúrjuk, de kocka és rombusz alakként is tálalhatjuk.

**Bódi Sylvi előétele**

## **Illatos saláta pirított magokkal és szeiténnal**

**2010-02-01**



### **Hozzávalók:**

2-2 ág friss bazsalikomlevél  
petrezselyem zöldje  
6-8 szem aszalt paradicsom  
1 maréknyi koktélpáradicsom  
1 maréknyi spenótlevél vagy rukkola  
fél citrom leve  
2-3 evőkanál olívaolaj  
darált bors  
fél maréknyi dió  
tök és napraforgómag

Tegyük a magokat egy serpenyőbe, szárazon, közepes lángos állandóan rázogatva pirítsuk meg.

A megmosott salátákat tegyük egy nagy tálba, tépkedjük rá a fűszerleveleket, és a spenótot, daráljunk rá borsot, majd csorgassuk meg citromlével és olívaolajjal. Tegyük hozzá a félbevágott koktélpáradicsomokat, a nagyobb darabokra tördelt sajtot vagy tofut, a félbevágott aszalt paradicsomot, majd óvatosan keverjük össze. Szervírozzuk salátás tálcákba, majd szórjuk meg a pirított magokkal.

**Bódi Sylvi főétele**

## **Fahéjas zöldség curry basmati rizzsel és grillezett tofival**

2010-02-01



### **Hozzávalók:**

1 kisebb méretű sütőtök  
 1 szál sárgarépa  
 1 db cukkíni  
 1 fej karalábé  
 2 fej vöröshagyma  
 2 gerezd fokhagyma  
 1-1 db színes paprika  
 1 db fahéjrúd  
 2 evőkanál curry fűszerkeverék  
 2-3 dl kókusztej  
 2 csokor friss korianderlevél  
 só  
 darált bors  
 1 ág friss bazsalikomlevél  
 2 evőkanál olívaolaj

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy lábasban, majd adjuk hozzá az összevágott vöröshagymát és a zúzott fokhagymát és az egész fahéj rudat. Pároljuk pár percig, majd szórjuk bele a curry fűszerkeveréket, keverjük jól össze, hogy a forró zsiradékban feloldódjon, és utána öntsünk rá másfél deciliternyi vizet. Ízesítsük sóval, kevéske darált borssal, összevágott korianderlevéllel és a széttépkedett bazsalikomlevéllel. Ízlés szerint pár karika chili paprikát is bele vágathatunk. Ha jól összeforrt tegyük hozzá a kisebb darabokra felvágott sárgarépát, karalábét, majd tíz perces főzés után a cukkínit, és a színes paprikát. Fedjük le, és pároljuk pár percig, majd kis idő elteltével öntsük rá a kókusztejet. Főzzük még további öt percig, vigyázzunk, mert a sütőtök hamar megpuhul, és ha sokáig főzzük, könnyen szétfő. Tálaláskor még keverhetünk hozzá frissen összevágott korianderlevelet. Tálaljuk párolt hosszúszemű rizzsel.

Bódi Sylvi desszertje

## Téli gyümölcstorta

2010-02-01



### Hozzávalók:

#### *Tészta:*

4 tojás  
4 evőkanál cukor  
4 evőkanál liszt  
1 kávéskanál sütőpor

#### *Töltelék:*

1 csomag csokoládés pudingpor  
3 dl tej  
3-4 evőkanál cukor  
2-3 banán

#### *Tetejére:*

1 csomag víztiszta szintelen tortazselé

#### *Díszítéshez:*

1 db tejszínhab spray

4 tojás sárgáját a 4 kanál cukorral habosra keverem. Aztán a sütőporral elkevert 4 kanál lisztet apránként hozzákeverem. Végül a 4 tojás fehérjét kemény habbá verem, és óvatosan belekeverem a masszába. Ezt egy kivajazott kapcsos tortaformába öntöm, és 180 fokra előmelegített sütőben kb. 10-15 perc alatt készre sütöm. Sütőpróbát lehet egy fogpiszkálósval csinálni.

Amíg a tészta egy kicsit kihűl, addig megfőzöm a csokoládé pudingot 3 dl tejjel és 3-4 evőkanál cukorral. Ha kész forrón a piskótára öntöm. A kissé megdermedt pudingra ráteszem a felszeletelt banánt, és elkészítem a tortazselét. Ha kellőképpen kihűlt ráborítom a tortára. Az egészet pár órára hűtőszekrénybe rakom.

Tálalás előtt lecsatolom a torta karikát, a tetejét lehet tejszínnel díszíteni.



Csomor Csilla előétele

## Falusi zöldborsóleves vajas galuskával

2010-02-02



### Hozzávalók:

50-60 dkg zöldborsó  
2 szál sárgarépa  
1 gerezd fokhagyma  
2 evőkanál extra szűz olívaolaj  
2 evőkanál liszt  
1 ág kakukkfű  
1 teáskanál fűszerpaprika  
1 doboz tejföl  
só  
darált bors

### Galuskához:

1 db tojás  
3-4 evőkanál búzaliszt  
1 csipetnyi só

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, majd tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát és a kakukkfűágat. Hevítsük addig, míg a fokhagyma sisteregni nem kezd, majd tegyük hozzá a vékony karikákra felszeletelt sárgarépát, és a zöldborsót (használhatunk mélyhűtött zöldborsót is). Fedjük le fedővel és pároljuk 5-6 percig, majd szórjuk rá a fűszerpaprikát és a lisztet. Keverjük jól össze és öntsünk rá körülbelül másfél-két liternyi vizet. Fűszerezzük kevéske őrölt borssal, ízesítsük sóval, és főzzük közepes lángon 15-20 percig.

Ha a zöldségek megpuhultak, beleszaggathatjuk a galuskát. Üssük egy kis tálba a tojást, ízesítsük csipetnyi sóval, majd annyi lisztet keverjünk hozzá, hogy sűrű galuskatésztát tudjunk belőle keverni. Levesbe mártott evőkanállal szaggassunk a fazékba apró galuskákat, várjunk vele, míg jól összeforr, utána keverjük hozzá a tejfölt, amit előzőleg egy szedőkanál levessel jól kikevertünk. Forrjon még egyet, és utána azonnal tálalhatjuk.

**Csomor Csilla főétele**

## **Leveles tésztában sült szűzpecsenye vegyes zöldségekkel**

2010-02-02



### **Hozzávalók:**

2 csomag friss vajas-leveles tészta  
 2 db közepes méretű szűzpecsenye  
 60 dkg gomba  
 4 db tojás sárgája  
 2 evőkanál margarin vagy olívaolaj  
 só  
 feketebors  
 kakukkfű  
 2 evőkanál liszt  
 2 evőkanál olíva olaj

A szűzpecsenyét hártázzuk le, kenjük be egy evőkanálnyi olívaolajjal. Daráljunk rá borsot, szórjuk meg kakukkfűvel, majd csomagoljuk be fóliába és tegyük a hűtőbe pár órára.

A megmosott gombákat vágjuk apró darabokra. Serpenyőben forrósítsuk fel a margarint, adjuk hozzá a gombát, sóval, őrölt borssal és kakukkfűvel ízesítsük. Pároljuk addig még a pároló levét teljesen el nem párologta. Szórjuk rá a lisztet és pirítsuk vele egy percig. Vegyük le a tűzről, és még melegen dogozzunk bele két tojás sárgáját.

A bepácolt pecsenyét serpenyőben egy evőkanálnyi felhevített olíva olajon süssük elő mindkét oldalát. Ha kissé kihűlt kenjük meg tojás sárgájával, halmozzuk a tetejére a gombapépet.

A leveles tésztát nyújtsuk ki fél centi vastagságúra, tegyük rá a gombapépes pecsenyét, majd burkoljuk bele. Széleit jól nyomkodjuk össze. Tegyük egy sütőlapra, tetejét megkenhetjük tojás sárgájával, dekorálhatjuk szezámmaggal, majd villával szurkáljuk meg, hogy sütéskor e repedjen szét.

Előmelegített sütőben 180 fokon legalább 35-40 percig süssük. A másfél centis darabokra szeletelt pecsenyét tegyük egy nagy tányérra, körítsük rozmaringgal megsütött zöldségekkel. A negyedekbe vágott és megtisztított tököt, sárgarépát, petrezselyem gyökeret, póré, zellergumót csorgassuk meg olíva olajjal, szórjunk rá durvára darált borsot és összetépkedett rozmaringot vagy kakukkfűvet. Sütőben, sütőpapíron 180 fokon süssük 30 percig.

Csomor Csilla desszertje

## Túró rudi torta

2010-02-02



### Hozzávalók:

5 dkg vaj  
15 dkg omlós keksz  
1 evőkanál kukoricaszirup vagy méz

### Töltelékhez:

5-6 db túró rudi  
10 dkg cukor  
50 dkg natúr krémsajt  
1 evőkanál étkezési keményítő  
2 db tojás  
1 csomag vaníliás cukor  
fél citrom reszelt héja  
2 evőkanál tejföl

Tegyük az összetört kekszet egy konyhai gyorsvágó gépbe, majd kapcsoljuk be és zúzzuk össze. Hagyjuk a gépben, öntsük hozzá az olvasztott vaját, a szirupot, majd kapcsoljuk be egy pillanatra ismét, hogy jól összedolgozza.

Szórjuk a vajás kekszet egy 20 centi átmérőjű kerek lecsatolható oldalú tortaforma aljára (érdemes a forma aljába belevágni egy ív sütőpapírt), majd kezünkkel egyengessük el simára. Kanalazzuk a krémsajtot egy tálba, üssük rá a tojásokat, tegyük hozzá a vaníliás cukrot, a keményítőt. Szórjuk rá a cukrot, és tegyük bele a tejfölt. Kézi habverővel jó alaposan dolgozzuk össze, majd kanalazzuk a felét a kekszmorzsával kibélelt formára. Simítsuk el a tetejét, majd tegyük rá a félbetört túró rudikat. Fedjük be a maradék sajtos krémmel, egyengessük el a felületét simára, majd forró sütőben 150 fokon körülbelül 40-45 percig süssük.

Ha elkészült hagyjuk kihűlni, utána vágjuk cikkekre, friss mentaággal dekoráljuk.

Balzsay Károly előétele

## Tormás krumpli krémleves füstölt sonkával

2010-02-03



### Hozzávalók:

1 fej vöröshagyma  
5-6 nagyobb szem burgonya  
2 dl tejszín  
csipetnyi őrölt szerecsendió  
só  
1 db zöldségleves kocka  
2 diónyi friss torma  
2 szál újhagyma  
2-3 evőkanál olívaolaj  
30 dkg főtt-füstölt sonka

Forrósítsuk fel egy fazékban az olívaolajat, adjuk hozzá a felkarikázott újhagymát, majd pároljuk pár percig. Tegyük hozzá a megtisztított és feldarabolt burgonyát, öntsük fel annyi vízzel, hogy duplán ellepje. Ízesítsük sóval, kevéske őrölt szerecsendióval és a leveskockával. Főzzük legalább tíz percig.

Merülő mixerrel pürésítsük, majd dúsítsuk tejszínnel. Tegyük vissza a tűzre és forraljuk fel. Tálalás előtt reszeljük bele a friss tormát. Készíthetjük ecetes vagy tejszínes tormával is, de vigyázzunk, ne tegyük forró levesbe, mert elveszíti csípős aromáját. Tálaláskor kis kockákra összevágott sonkával bolondíthatjuk meg.

**Balzsay Károly főétele**

## **Mediterrán csirketekercs bazsalikomos krumplipürével**

2010-02-03



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
2 db mozzarella sajt  
Kb. 20 szem olajban eltett aszalt paradicsom  
1 csokor friss bazsalikomlevél  
só  
darált bors  
olívaolaj  
5 ág friss rozmaring

### **Körethez:**

1 kg burgonya  
5-6 evőkanál olívaolaj  
1 csokor friss bazsalikomlevél  
só  
őrölt szerecsendió

A csirkemelleket az oldaluknál vágjuk be úgy, hogy ha szétnyitjuk egy könyvalakot kapjunk. Ha szükséges kissé klopfoljuk meg. A húruk felületére daráljunk borsot, és helyezzünk rá két-két levél bazsalikomot. Tegyük rá két-két szelet sajtot, és rá négy darab aszalt paradicsomot. Hajtsuk vissza a levágott húsrészt, majd a rozmaringszárra tűzzük össze. Tegyük egymás mellé a megtöltött csirkemelleket, daráljunk rá borsot, és enyhén sózzuk meg. Forró sütőben 160 fokon süssük 20-25 percen keresztül. Ha elkészült ferdén vágjuk három darabba, majd körítsünk mellé bazsalikomos burgonyapürét.

A körethez hámozzunk meg a burgonyákat, öntsünk rá vizet, sózzuk és főzzük puhára. A megfőtt burgonya főzőlevélt szűrjük le, törjük át burgonyanyomóval. Csorgassuk rá az olívaolajat, majd fűszerezzük összevágott bazsalikomlevéllel. Jó alaposan keverjük össze, hogy könny és habos legyen. Tálaláskor pirított fenyőmaggal szórjuk meg.

Balzsay Károly desszertje

## Csörgefánk rumos baracklekvárral

2010-02-03



### Hozzávalók:

40 dkg finomliszt  
8 dkg vaj  
2 ek porcukor  
csipet só  
1 dl tejföl  
4 tojássárgája  
2 evőkanál rum  
1 üveg baracklekvár  
étolaj a kisütéséhez

A lisztet a vajjal elmorzsoltam, majd a többi hozzávalóval rugalmas tésztát gyúrtam belőle. 1-1,5 órát pihentettem hűtőben. Lisztezett deszkára borítottam, majd vékony, kb. 2 mm vastag téglalapot nyújtottam belőle.

Derelyevágóval rombusz formára vágtam, majd mindegyik közepén egy metszést ejtettem. Ezen a lyukon áthúztam az egyik végét, így alakul ki a szokásos csörögeforma. Forró olajban, oldalanként 2-2 percig sütöttem, majd papírtörletre lecsöpögtettem. Porcukorral megszórva tálalom. Hozzá rummal összekevert baracklekvárt kínálunk.

Szujó Zoltán előétele

## Brokkoli krémleves füstölt sajttal

2010-02-04



### Hozzávalók:

60 dkg brokkoli  
5-6 dl tej  
100 gr szeletelt mandula  
őrölt szerecsendió  
őrölt fehérbors  
1 db zöldségleves kocka  
Só  
15 dkg füstölt sajt

Tegyük egy fazékba a megmosott és rózsáira szedett brokkolit, ha friss brokkolit használunk a gyengébb szárait is beleszelhetjük. Öntsük fel annyi vízzel, hogy épp háromnegyedig ellepje.

Fűszerezzük kevéske őrölt fehérborssal, őrölt szerecsendióval, sózzuk és a leveskockát is adjuk hozzá. Főzzük tíz percig, majd öntsük hozzá a tejet is. Forraljuk jól össze, és utána merülő mixerrel pürésítsük.

Tálaljuk leveses csészékbe vagy tányérba, tetejét bőven szórjuk meg pirított mandulával és kis kockákra vágott füstölt sajttal.

## Szujó Zoltán főétele

# Grillezett vajhal steak spenótos rizottóval, édesburgonyával

2010-02-04



### Hozzávalók:

5 vastag szelet vajhal  
1-1 darab piros  
sárga és zöld kaliforniai paprika  
1 darab cukkini  
1 szál sárgarépa  
5-6 evőkanál olívaolaj  
darált feketebors  
fél teáskanál halfűszer keverék  
a csokor citromos kakukkfű  
fél citrom leve és reszelt héja

Mossuk meg alaposan a zöldségeket, a répát hámozzuk meg. Szeleteljük fel vékonyra, majd éles késsel aprítsuk fel fél centis szeccskákra. Tegyük egy tálba adjuk hozzá a reszelt citromhéjat, a citrom levét, és a letépkedett citromos kakukkfű levelét. Öntsünk rá pár kanál olívaolajat és keverjük össze. Szórjuk meg a vajhal szeleteket halfűszer keverékkel, daráljunk rá borsot, majd mindkét oldalát borítsuk be a zöldséges keverékkel. Tegyük a hűtőbe pár órára, hogy az ízek jól átjárják a halhúst. Elkészítéskor hevítsünk fel egy nagy serpenyőt, csorgassunk bele olívaolajat, majd tegyük bele óvatosan a zöldségekkel beborított halszeleteket. Mindkét oldalát pirítsuk meg, majd előmelegített sütőbe téve 160 fokon süssük készre.

Tálaláskor óvatosan lapátkanállal vegyük ki a serpenyőből, vigyázzunk, hogy a zöldségek ne essenek le. Köretnek spenótos rizottót készítsünk hozzá.

### Spenótos rizottó

#### Hozzávalók:

25 dkg rizottó rizs  
1 liter csirkehús leves (lehet kockából is)  
2 evőkanál vaj  
1 fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
20 dkg bébi spenótlevél  
őrölt bors  
csipetnyi őrölt szerecsendió  
frissen reszelt parmezán sajt

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel egy evőkanálnyi vajat, adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Pároljuk pár percig, még a hagyma üveges lesz. Öntsük rá a rizottó rizst, keverjük össze, és adjunk hozzá pár deciliternyi forró csirkehús levest. Ha nincs készen, akkor egy csirkehúsleves kockából is készíthetünk. Állandó keverés mellett pároljuk. Ha elfőtte a levet, kis adagokban mindig öntsünk hozzá. Ha már majdnem puha a rizs, tegyük bele a megmosott spenótleveleket. Fűszerezzük kevéske őrölt borssal, szerecsendióval. Ha teljesen megfőtt, morzsoljunk a tetejére egy evőkanálnyi vajat. Ezzel már nem kell főzni elég, ha elolvad a tetején, és tálaláskor keverjük a rizsbe. Akkor a legfinomabb a rizottó, ha főzelékszerűen szaftos. Tálaljuk mély leveses tányérba, tetejét frissen reszelt parmezán sajttal szórjuk meg. Készülhet mélyhűtött rostos spenótból vagy spenótlevélből.

### Sült édesburgonya

#### Hozzávalók:

2 db édesburgonya  
3 evőkanál olívaolaj  
1 ág kakukkfű  
darált bors  
3 gerezd fokhagyma  
só  
darált bors

Hámozzuk meg az édesburgonyát, majd aprítsuk falatnyi kis darabokra. Tegyük egy nagy tálba, sózzuk, daráljunk rá borsot, tegyük hozzá a félbevágott fokhagymagerezdeket. Csorgassuk meg olívaolajjal, majd az egészet tegyük egy sütőzacskóba. Tegyük egy tepsire, és forró sütőben 150 fokon süssük kb. fél órán keresztül. Ha elkészült öntsük ki a zacskóból és tálaljuk.



Szujó Zoltán desszertje

## Mascarpone-s császármorzsa

2010-02-04



### Hozzávalók:

4 tojás  
50 g cukor  
1 cs vaniliás cukor  
2 citrom reszelt héja  
4 evőkanál tej  
100 g liszt  
250 g mascarpone  
2 evőkanál vaj  
porcukor

#### 1. lépés:

3 tojás sárgáját és 1 egész tojást, 1 csipet sót, cukrot és a reszelt citromhéjat összekeverünk habverővel.

#### 2. lépés :

Hozzáadjuk a tejet, mascarponet, lisztet és habevővel újra elkeverjük.

#### 3. lépés:

A 3 tojás fehérjéhez kevés citromlevet adunk, felforjók és lazán a tésztához keverjük.

#### 4. lépés:

A tepsit vastagon kivajazzuk, beleöntjük a masszát.

#### 5. lépés:

A sütit 180 fokra melegítjük és addig sütjük benne, míg aranybarna lesz a teteje majd kisebb négyzetekre daraboljuk, átforgatjuk és rövid ideig még tovább sütjük tovább sütjük.

### Gyümölcs öntet:

2 ek vajban 3 ek barnacukrot karamelizálunk és az erdei gyümölcsöket hozzáadjuk, pár percig forraljuk.

Gáspár Győző előétele

## Cigányos malacságok bodaggal és paraszt salátával

2010-02-05



### Hozzávalók:

1 kg liszt

1 csomag élesztő

só

Tegyük a lisztet egy keverőtálba, sózzuk meg, majd öntsük hozzá a kevéske cukorral langyos vízben felfuttatott élesztőt. Annyi langyos vízzel dagasszuk, hogy közepes keménységű tésztát kapjunk. Kelesszük húsz percig, majd borítsuk ki egy deszkára. Nyújtsuk ki ujjnyi vastagságúra, majd helyezzük zsírral kikent tepsibe. Süssük forró 170 fokos sütőben 20-25 percig. Ha elkészült tépkedjük tenyérvnyi darabokra.

**Gáspár Győző főétele**

## **Süllő orly módra Győzikés krumplipürével**

2010-02-05



### **Hozzávalók:**

1 kg fogas filé  
3-4 db tojás  
30 dkg liszt  
3 dl sör  
só  
étolaj a sütéshez

### **A sörtészta készítése:**

Felverjük a tojásokat, majd hozzáadjuk váltogatva a sört és a lisztet, sózzuk és sűrű palacsintatésztát keverünk.

### **A hal panírozása:**

Ehhez az ételhez csíkokra vágjuk a fogas filét, villával a sűrű tésztába mártogatjuk a haldarabokat és bő, forró olajban kisütjük, majd lecsepegtetjük.

**Körete:** burgonyasaláta. Ehhez főzzük meg sós vízben a héjas burgonyát, majd hámozzuk meg. szeleteljük fel vékony karikákra, tegyük egy nagy tálba. Kanalazzuk rá a majonézt, a mustárt, tejfölt, joghurtot. Tegyük hozzá a felkarikázott hagymát, sózzuk, daráljunk rá borsot, majd ízesítsük citromlével. Jó alaposan keverjük össze, és legalább két órára tegyük a hűtőszekrénybe, hogy az ízek jól összeérjenek.

**Gáspár Győző desszertje**

## **Mazsolás-túrós rántott palacsinta vanília sodóval**

2010-02-05



### **Hozzávalók:**

10 palacsinta  
25 dkg túró  
1 pohár tejföl  
1 cs vaníliás cukor  
2 ek rumban áztatott mazsola  
porcukor  
citromhéj,  
a bundázáshoz liszt, tojás és zsemlemorzsa.

A túrót, a tejfölt, a vaníliás cukrot, 10 dkg porcukrot, a mazsolát és a reszelt citromhéjat jól elkeverem. A palacsintákat ezzel a keverékkel töltöm meg, feltekerem, feltekerem és a szokott módon panírozom. Forró olajban kisütöm, majd lecsepegtetés után megszórom fahéjas porcukorral.

### **Vanília sodó:**

3 evőkanál cukor  
2 evőkanál liszt  
2 tojás sárgája  
1 vaníliás cukor  
fél liter tej  
fél citrom reszelt héja

A tojás sárgáját jól kikeverem a cukorral és a vaníliás cukorral, majd hozzákeverem a lisztet és a tejjel felöntöm, gőz fölött sűrűre főzöm.

Dukai Regina előétele

## Dallas-i sültkrumpli-leves

2010-02-08



### Hozzávalók:

1 kg sütnivaló krumpli  
1 fej vöröshagyma  
2 dl tejszín  
10 dkg bacon szalonna  
őrölt szerecsendió  
darált bors  
só  
2 db zöldségleves kocka  
2-3 evőkanál olívaolaj

Tegyük a megmosott burgonyákat forró 170 fokos sütőbe és süssük legalább egy órán keresztül.

Egy fazékban forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük hozzá a finomra összevágott hagymát és pároljuk pár percig. Adjuk hozzá a megsült és héjából kivájt burgonyát, öntsük fel bőségesen vízzel, majd fűszerezzük szerecsendióval, borssal, ízesítsük leveskockával és sóval.

Főzzük negyed órán keresztül, majd öntsük hozzá a tejszínt. Kézi mixerrel kavargassuk bele néhányszor, hogy csak a fele krumplit pürésítse.

Egy serpenyőben pirítsuk meg az összekockázott szalonnát, majd tálaláskor kanalazzunk a leves tetejére belőle.

**Dukai Regina főétele****Amerikai barbeque oldalas és csirke szárnyak majonézes káposztasalátával**

2010-02-08

**Barbeque csirke szárnyak és oldalas****Hozzávalók:**

70 dkg csirke szárny,  
 1 kg oldalas,  
 2 teáskanál sültoldalás fűszerkeverék,  
 2 teáskanál szárnyas sült fűszerkeverék,  
 1 üveg barbeque szósz,  
 só,  
 darált bors,  
 5-6 evőkanál olívaolaj,  
 5-6 gerezd fokhagyma,  
 4 fej vöröshagyma.

A csirke szárnyak végét vágjuk le éles késsel, majd tegyük egy tálba. Az oldalas is szeleteljük fel tíz centis darabokra, azt is tegyük egy tálba. A csirkés tálba tegyünk két-három fej zúzott fokhagymát, szórjuk meg a csirkés fűszerkeverékkel, daráljunk rá borsot, sózzuk meg, csorgassunk rá pár evőkanál olajat, öntsünk hozzá a bbq szószból, majd jó alaposan keverjük össze. Az oldalast fűszerezzük összevágott fokhagymával, felszeletelt vöröshagymával, szórjuk meg az oldalas fűszerkeverékkel, öntsünk rá a bbq szószból, sózzuk meg, borsozzuk, majd jól keverjük össze. Tegyük a húst fajtánként tepsikbe, az oldalas alá öntsünk kevés vizet, majd forró sütőben süssük pirosra.

**Majonézes káposztasaláta****Hozzávalók:**

1 kg fejes káposzta  
 2 szál sárgarépa  
 30 dkg majonéz,  
 2 evőkanál méz  
 1 fej vöröshagyma,  
 1 evőkanál magos mustár  
 só  
 cukor  
 fehérbor ecet

A káposztát vékonyra gyaluljuk, tegyük egy nagy tálba. Reszeljük rá a sárgarépát, és tegyük hozzá a vékony karikákra felvágott vöröshagymát. Sózzuk meg, keverjük jól össze, majd hagyjuk állni fél órát. Ha túl sok levet engedett nyomkodjuk ki a felesleget belőle, ha nem, akkor kanalazzuk rá a majonézt, a mustárt és a mézet. Tegyünk hozzá pár evőkanálnyi cukrot, és egy decinyi ecetet. Jó alaposan keverjük össze, kóstoljuk meg, és ha szükséges, cukorral, sóval vagy ecettel ízesítsük még.

Dukai Regina desszertje

## Hollywoodi répatorta

2010-02-08



### Hozzávalók: (1 pohár = 250 ml)

- 1 pohár teljes kiőrlésű liszt
- 1 pohár finomliszt
- 1 teáskanál szódabikarbóna
- 2 teáskanál őrölt fahéj
- 2 teáskanál őrölt szerecsendió
- 1 pohár barnacukor
- 1 pohár étolaj
- 4 db tojás
- 0,5 pohár tejföl
- 3 pohár reszelt sárgarépa
- 1 csipetnyi só

A száraz anyagokat összekeverjük egy nagy tálba az olajjal.

A tojásokat és a tejfölt jól felverjük és a lisztes keverékhez keverjük addig meg sima nem lesz. Hozzáadjuk a reszelt sárgarépát és ezzel is jól összekeverjük.

9x22 cm-es kivajazott és kilisztezett téglalakú sütőformába töltjük és közepes hőmérsékleten 150-160 fokon 45 percig sütjük.

### Sajtkrém a tetejére:

- 60 gr krémsajt \natúr\
- 30 gr vaj
- 1 tk citromhéj
- 1,5 cup porcukor

Az összes hozzávalókat egy tálba tesszük, és habverővel habosra keverjük.

Az elkészült és kihűlt répatorta tetejére evőkanállal teszünk és a saját súlyánál fogva szépen lecsorog.

**Bagi Iván előétele**

## **Dióval bundázott gomolyasajt fitness salátával**

**2010-02-09**



### **Hozzávalók:**

10 vékony szelet gomolyasajt

liszt

tojás

zsemlemorzsa

10 dkg aprított dió

olaj a sütéshez

A gomolyasajtból, vagy más grillezhető sajtból vékony szeleteket vágunk. Hagyományos módon bepanírozzuk, azzal a különbséggel, hogy a zsemlemorzzához aprított (de nem darált) diót keverünk. A bundázott sajtszeleteket forró olajban aranybarnára sütjük. Tálaláskor friss vegyes salátával kínáljuk.



**Bagi Iván főétele**

## **Mandarinos, zsíros szárnyas sült, röstivel**

**2010-02-09**



### **Hozzávalók:**

2 egész konyhakész kacsza  
1 kg mandarin  
5-10 dkg libazsír  
só, bors  
2 kg burgonya

A kacsákat megmossuk, a mandarinoknak nagyjából a felét megpucoljuk és a kacsába töltjük. A szárnyast megsózzuk, és kívülről alaposan bedörzsöljük a libazsírral, majd tűzálló tálban, lefedve sütjük. Mikor megpuhult, a tál tetejét levehetjük, és pirosra sütjük a kacsahúst. 160-180 fokon nagyjából egy, másfél óra alatt készül el.

A körethez a burgonyát megfőzzük, meghámozzuk, majd lereszeljük vagy krumplinyomón áttörjük. Ízesíthetjük sóval, borssal, majd a maradék libazsírban gyakran átforgatva készre pirítjuk.

**Bagi Iván desszertje**

## **Meggyes pite**

2010-02-09



### **Hozzávalók:**

10 dkg margarin  
25 dkg porcukor  
4 tojás  
csipet só  
25 dkg liszt  
2 dl tej  
1/2 csomag sütőpor  
kb. 80 dkg magozott meggy vagy meggy befőtt

A puha margarint, 4 tojás sárgáját, 25 dkg porcukrot pici sóval jó habosra kikeverjük. Hozzáadjuk a tejet, a lisztet és a sütőport, és alaposan elkeverjük. Végén óvatosan belekeverjük a keményre vert tojásfehérjét, és zsírozott, lisztezett tepsibe tesszük. Beleszórjuk a magozott meggyet, és lassan, közepes lángon tűpróbáig sütjük.

**Bíró Ica előétele**

## **Keleti ízekkel fűszerezett ropogós körték pirított dióval, keleti salátával**

2010-02-10



### **Hozzávalók:**

5 db érett puha körte,  
20 dkg vékony olasz jellegű sonka,  
1 csokor friss rozmaring,  
1 maréknyi dió,  
10 dkg szójacsíra,  
olívaolaj,  
1 db mandarin,  
2-3 evőkanál szezámolaj,  
darált bors,  
20 dkg madársaláta.

Vágjuk négyfelé a körtéket, magházát éles késsel vágjuk ki. Nem szükséges meghámozni, és a szárát levágni. Göngyöljük be a kivájt körtéket sonkába, tegyük egy sütőpapírral borított sütőlemezre, majd daráljunk rá borsot, szórjuk meg rozmaringlevelekkel, és csorgassuk meg olívaolajjal. Forró sütőben 160 fokon süssük kb 30-35 percig.

Egy tálba tegyük a madársalátát, a friss szójacsírárt, öntsük rá a mandarin levét, csorgassuk meg szezámolajjal, daráljunk rá borsot, és keverjük jól össze.

Tálaljunk a salátából egy maréknyit nagytányérokra, adagonként 3-3 db sült körtét a salátára, majd szórjuk meg száraz serpenyőben megpirított dióval. (egy száraz tiszta serpenyőbe kell szórni a dióbelet, majd állandóan kevergetve meg kell pirítani. Ha elkészült és kihűlt kezünkkel a felesleges dión lévő vékony héjat dörzsöljük le)

**Bíró Ica főétele**

## **Indiai lazac wokban sült zöldségekkel**

**2010-02-10**



Egy keverő tálba tegyünk, három evőkanál szilvalekvárt, 2 diónyi reszelt friss gyömbért, 4 evőkanál szójaszószt, majd jól keverjük össze.

A lazac filétet vágjuk kb 15-20 dekás darabokra, daráljunk rá borsot (sózni nem kell, a szójaszószt elég sós), kenjük be alaposan a páccal és tegyük hűtőbe egy órára.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel vaját vagy olívaolajat, tegyük bele a bepácolt halszeleteket, majd süssük mindkét oldalát pirosra. Sütés közben kenegessük a megmaradt páccal.

### **Körethez hozzávalók:**

1 szál sárgarépa,  
fél db zellergumó,  
fél-fél db színes kaliforniai paprika,  
fél szál póréhagyma,  
1 db cukkini,  
2 diónyi friss gyömbér,  
2 gerezd fokhagyma,  
3-4 evőkanálnyi szójaszószt,  
darált bors.

Forrósítsunk fel egy wokban pár evőkanálnyi olívaolajat, majd tegyük bele a ceruza vékonyságúra felvágott zöldségeket, erős lángon pirítsuk öt percig, utána reszeljük rá a fokhagymát és a friss gyömbért. Pirítsuk még egy percig, majd csorgassuk rá a szójaszószt. Darált borssal fűszerezzük.

**Bíró Ica desszertje**

## **Shaolinok egzotikus gesztenyepüréje**

2010-02-10



### **Hozzávalók:**

3-4 db érett mangó,  
15 dkg cukor,  
1 dl víz,  
2-3 db csillagánizs,  
2 db fahéjrúd,  
2 csomag gesztenyepüré,  
mentalevél.

Öntsük a vizet egy lábasba, szórjuk bele a cukrot, tegyük hozzá a csillagánizst, és a fahéjdarabokat, majd forraljuk öt percig. Ha már szirupsűrűségű, tegyük bele a meghámozott és kockákra felvágott mangót, rotytanjon egy percig, majd vegyük le a tűzről. Finomabb ha öntünk a szirupba kevéske tipli-sec likőrt és pár csepp citromlevet.

Ha kihűlt kompótot, kanalazzunk belőle üvegekelyhekbe, vagy poharakba, majd tegyük rá a kinyomott gesztenyepürét, tetejére nyomhatunk a tejszínhabból, és egy-egy kanál kompóttal, mentalevéllel dekoráljuk.

**Bárdosi Sándor előétele**

## **Böllérek kedvenc levese**

2010-02-11



### **Hozzávalók:**

1/2 kg sertés karaj húsos csont  
3 közepes sárgarépa  
3 közepes fehérrépa  
1 kisebb zellergumó  
3-4 szál petrezselyem  
1 hegyes-erős paprika  
1/2 kis karalábé  
1 közepes vöröshagyma  
10-15 egész feketebors  
1 kávéskanál őrölt kömény  
2 teáskanál ételízesítő  
1 teáskanál só

A húsos csontot kb. 3 liter hideg feltesszük főni. Amikor összegyűlik a tetején a hab, azt leszedjük, és a levest fűszerezzük (sóval, borssal, szerecsendióval és ételízesítővel). Egy órán át lassú tűzön gyöngyöztetve főzzük.

Hozzáadjuk a megtisztított (egészenben hagyott) zöldségeket, és még mindig takaréklángon, további egy-másfél órát főzzük.

**Bárdosi Sándor főétele**

## **Egészben sült részeges malac parasztos krumplival**

2010-02-11



### **Hozzávalók:**

1 kisebb, konyhakész malac egészben  
fűszerek a pácléhez (koriander, majoranna, egész bors, hagyma, fokhagyma)  
injekciós tű  
sör

A malacot a páclével beinjekciózzuk, nyársra húzzuk és tűz fölött, sörrel locsolgatva, gyakran forgatva pirosra sütjük

### **Hozzávalók a körethez:**

2 kg burgonya  
3 fej vöröshagyma (ízlés szerint ez lehet több is)  
szalonna

A burgonyát megpucoljuk, felkockázzuk, és annyi vízben, amennyi ellepi, puhára főzzük. Közben felkockázzuk a szalonnát és a hagymát. A főtt krumplit összekeverjük a hagymával és a szalonnával, majd egy nagyobb serpenyőben megpirítjuk.

**Bárdosi Sándor desszertje**

## **Almás őzgerinc**

**2010-02-11**



### **Hozzávalók:**

1/2 kg jonatán alma  
30 dkg kristálycukor  
1 egész tojás  
1 csomag sütőpor  
5 dkg aprított dió  
30 dkg liszt  
1 citrom héjja  
mazsola  
csoki őrlemény

Az almákat meghámozzuk, magházát kivájjuk, majd lereszeljük. Hozzá adjuk a cukrot, a sütőporral elkevert lisztet, a felvert tojást és a többi hozzávalót. A kész masszát egy kivajazott formába kanalazzuk. Előmelegített sütőben, közepes lángon kb. 50 percig sütjük.



Bársony Bálint előétele

## Török vörös lencse leves bulgurral és pitával

2010-02-12



### Hozzávalók:

Vöröslencse,  
hagyma,  
sárgarépa,  
só,  
pirospaprika,  
olaj és citrom,  
arab fűszerkeverék Baharat,  
bazsalikom,  
kurkuma,  
menta

Kevés olajon megfonnyasztom az apróra vágott vöröshagymát, belereszeltem a sárgarépát. Átpirítottam, hozzákevertem a paradicsompürét és vízzel átmosott vörös lencsét. Felöntöttem 5 csésze vízzel és a bulgurt és a lencsét puhára főztem (30 perc). Ekkor kicsit félretettem hűlni, majd összeturmixoltam majd tálalásnál citromlevet csöpögtetek bele. Majd vajban pirított pirospaprikával és mentával ízesítjük.

**Bársony Bálint főétele**

## Currys csirke kókusztejes, fenyőmagos mártásban mézédese jázmin rizzsel és joghurtos padlizsán salátával

2010-02-12



### Hozzávalók:

80 dkg filézett csirkemell  
5 dl kókusztej  
napraforgóolaj  
2 teáskanál szezámolaj  
4 evőkanál világos szójaszószt  
4 nagy gerezd fokhagyma  
vöröshagyma  
kb. 4-5 cm-es gyömbér  
2-4 evőkanál curry  
őrölt vagy egész chilli  
citromfű (őrölt)  
őrölt vagy egész fahéj  
1 csapott evőkanál cukor  
só  
bors  
koriander vagy petrezselyem  
rizs  
kurkuma  
cukkini  
alma  
fenyőmag

### Hozzávalók a salátához:

padlizsán,  
cirtom,  
joghurt,  
só,  
fehérbors,  
édeskömény,  
oregano,  
kapor

### Currys Csirke:

A csirkemellet ujjnyinál valamivel vastagabb szeletekre vágjuk, kicsit lemoszuk, majd félretesszük. Felforrósítunk bő 4-5 evőkanál mogoróolajat a wokban vagy a serpenyőben, ha már elég forró, beletesszük az apróra vágott mogoróhagymát, fokhagymát és a gyömbért. Vigyázzunk, nehogy megégjen a fokhagyma, végig gyorsan, sűrűn kell kevergetni, dobálni. 1-2 perc pirítás után beletesszük a citromfűvet, az egész fahéjat, az egész chilit és a curry-t. Kicsit ezekkel is átforgatjuk, szintén 2-3 percig, amíg megérezzük az chili és curry erőteljes illatát. Ha nagyon besűrűnék az olajat a fűszerek, akkor locsoljuk meg minimális vízzel. Mikor egy kissé megpirult a curry (itt is nagyon ügyesen dolgozzunk, mert a megégett curry borzasztó keserű lesz) és a chilli, hozzáadjuk a csirkemellet, és együtt gyorsan forgatva, erős lángon kb 7-9 percig pirítjuk. Akkor jön hozzá a szójaszószt, mikor a csirke kiféhéredik, tehát 2 -3 perc után. Ezután hozzáöntjük a kókusztejet és a cukrot (nagyon jól kiemeli a kókusz és a fűszerek ízét, semmiképp ne hagyjuk ki), visszavesszük a lángot annyira, hogy épp csak gyöngyözzön. Ekkor adjunk hozzá aprított petrezselymet vagy koriandert. Kb. 20-30 perc alatt besűrűsödik a szósz, ilyenkor lehet hozzáadni a szezámolajat (óvatosan, mert nagyon intenzív!), sót, borsot ízlés szerint. 1 percig még dobáljuk egy kicsit, hogy a szezámolaj íze eljusson mindenhova. Pergős, őrölt kurkumával ízesített Jázminrizs.

### Saláta elkészítése:

2 közepes padlizsánt héjastól karikára vágunk, megsózzuk, szűrőre tesszük és hagyjuk lecsöpögni a levét. Közben egy fél citrom levével meglocsoljuk. Utána 2-4 darabra vágjuk a szeleteket és olívaolajon oregánóval megszórva, megsütjük. Ezután még egy kis citromlével meglocsoljuk a sült padlizsándarabokat. Fél liter joghurtba egy kevés édesköményt, fehérborsot és kaporlevelet elkeverünk. Egy gerezd fokhagymát összezúzunk, és azt is a joghurtba keverjük, majd 2 evőkanál olívaolajat is belekeverünk. Ebe a joghurtos masszába padlizsándarabokat beforgatjuk, hűtőbe tesszük.

**Bársony Bálint desszertje**

**1001 éjszaka a'la Bársony**

**2010-02-12**



**Hozzávalók:**

Háztartási keksz (darált)  
(3 csomag)

Mandula (egész)

Sűrített tej

Kókusztej

Kókuszreszelék

Vaníliás cukor

Erdélyi Mónika előétele

## Kétsajtos gomba saláta ágyon

2010-02-15

### Hozzávalók:

gomba

sajt

bacon

1 fej jégсалáta

ruccola saláta



Erdélyi Mónika főétele

## Rostonsült borjúérmék burgonya párnán és paradicsom karamellel

2010-02-15



### Hozzávalók:

1 kg borjú szűzpecsenye  
1 csokor friss kakukkfű  
olívaolaj  
darált bors  
só  
30 dkg paradicsom  
3 evőkanál cukor  
1 evőkanál vaj  
20 dkg kukoricadara

Hártyázzuk le a szűzpecsenyét, majd vágjuk ujjnyi vastag szeletekre. Kissé klopfoljuk ki, majd daráljunk rá borsot, enyhén sózzuk meg, és tépkedjük rá a kakukkfűlevelekből. Csorgassuk meg olívaolajjal, majd tegyük egymás tetejére. Fedjük le fóliával, és sütésig tartsuk a hűtőszekrénybe.

A polentához forraljunk fel egy liter vizet egy lábasban, tegyünk hozzá 2-3 evőkanálnyi olívaolajat, ízesítsük sóval és kevéske darált borssal. Ha már forr a víz, vékony sugárban, állandóan kevergetve csorgassuk bele a kukoricadarát. Állandó kevergetés mellett főzzük kb öt percig. Kenjük ki olajjal egy nagy tepsit, majd öntsük bele a kész polentát, vizes kanállal egyengessük el a felületét simára., és ha kihűlt széles szájú pohárral vágjunk ki belőle köröket.

A paradicsom szószhoz egy nagy serpenyőben olvasszuk fel a cukrot, amikor szép barnára pirult tegyük hozzá a vajat, majd a kimagozott és negyedekre vágott paradicsomot, enyhén sózzuk meg. Pár perc rotyogtatás után vegyük le a tűzről.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár kanálnyi olívaolajat, majd süssük meg benne a befűszerezett szűzérmeket.

Tálaljunk nagy tányér közepére egy polentakarikát, helyezzük rá a megsütött húst, majd öntsük nyakon a karamell paradicsommal.

Erdélyi Mónika desszertje

## Zebratorta mandarin sorbet-val

2010-02-15



### Hozzávalók:

1 tk. sütőpor  
 5 deka cukor  
 12,5 deka vaj  
 1 tojás  
 1 csipet só  
 30 dkg liszt  
 A krémhez:  
 4 dl tejföl  
 1,5 dl olaj  
 15 deka cukor  
 2 tojás  
 2 ek. citromlé  
 1 csomag vaníliás pudingpor, 2 ek. cukrozatlan kakaópor  
 75 dkg krémesre áttört túró

A tészta hozzávalóit összegyúrom, és pihentetés nélkül kibélelek vele egy 28 cm-es kapcsos tortaformát. A túrókrém hozzávalóit (a kakaó kivételével) egy nagy keverőtálba teszem, és kézi mixerrel addig keverem, amíg teljesen sima, csomómentes krémet kapok. Megfelezem a krémet, és az egyik felébe belekeverem a kakaóport. Elkezdem a forma töltését. Egy mártásos kanállal elkezdem a tésztára kanalazni felváltva a kétféle krémet. Egész egyszerűen középre rakok egy kanál fehér krémet, erre egy kanál kakaósat és így tovább, amíg a krémből tart. 175°C fokra előmelegített sütőbe teszem, és kb. 50 perc alatt készre sütöm. Felvágni csak teljesen kihűlt állapotban ajánlatos.

Azért használok mártáshoz használatos merőkanalat, mert azt tapasztaltam, annak van a legmegfelelőbb mérete. Nagyobb, mint egy leveseskanál, és kevésbé folyik le róla a krém. Szebben lehet adagolni vele, és a csíkok is jobban mutatnak, láthatóbban elválhatnak egymástól. Hőlégkeveréses sütőben elég a 175°C fok, alsó-felső lángnál inkább 190°-200°C fokon kell sütni.

Tabáni István előétele

## Édesanyám gulyáslevese

2010-02-16



### Hozzávalók:

1 fej vöröshagyma  
petrezselyem  
pirospaprika  
fél kg sertéshús  
fehérrépa  
sárgarépa  
karalábé  
őrölt köménymag  
só  
bors  
vegeta  
3-4 db burgonya  
csipetke  
zsiradék  
gulyásleves kocka

A hagymát kockára vágjuk, zsiradékban megpirítjuk. Hozzáteesszük a petrezselymet és a pirospaprikát, aztán a kockára vágott sertéshúst. Kicsit megpároljuk, majd beletesszük a felaprózott zöldségeket, valamint a fűszereket. Felöntjük vízzel az egészet. Amikor már a hús nagyjából megpuhult, beletesszük a kockára vágott burgonyát, valamint csipetkét szaggatunk bele

Tabáni István főétele

## Csirkemell sajtos-baconos takaróban rizi-bizivel

2010-02-16



### Hozzávalók:

1 kg csirkemell filé  
1 csomag bacon szalonna  
liszt  
tojás  
trappista sajt  
só  
konzerv zöldborsó

A csirkemell filét szeletekre vágjuk, és mindkét oldalát besózzuk. Aztán panírozzuk a szeleteket, de úgy, hogy a zsemlemorzsa helyett reszelt sajtban forgatjuk meg a húst. Egymás mellé sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük a hússzeleteket és végül baconnel borítjuk be az egészet. Előmelegített sütőben ropogósra sütjük. Köretnek rizs lesz zöldborsóval.



**Tabáni István desszertje**

## **Kakaós almatorta**

**2010-02-16**



### **Hozzávalók:**

2-3 db alma  
13 dkg liszt  
12 dkg cukor  
2 evőkanál kakaó  
1/2 csomag sütőpor  
1/4 teáskanál szódabikarbóna  
15 dkg sütőmargarin  
2 csomag vaníliás cukor  
2 db egész tojás  
2 dl tejszín  
sütőpapír

Az almákat meghámozzuk, és egy sütő papírral bélelt tortaformába, cikkekre vágva, egymás mellé helyezzük. A hozzávalókat kikeverjük, és az alma tetejére öntjük, egyenletesen elsimítjuk rajta. Előmelegített sütőben, közepes lángon 30 perc alatt készre sütjük. Még melegen tálcára borítjuk, hogy az alma kerüljön felülre. A sütőpapírt ekkor óvatosan lehúzzuk róla.

Geszler Dorottya előétele

## Zöldfűszeres paradicsomtorony

2010-02-17



### Hozzávalók:

4 db közepes méretű paradicsom  
25 dkg túró  
fél-fél csokor petrezselyem zöldje  
kaporlevél  
bazsalikomlevél  
metélőhagyma  
1 teáskanál vaj  
1 maréknyi tökmag  
2 teáskanál tökmagolaj  
só  
darált bors  
10 dkg rukkola

Tegyük a túrót (használhatunk kecske vagy juhtúrót is) egy keverőtálba, tegyük hozzá a szobahőmérsékletű vaját, ízesítsük sóval, és daráljunk rá borsot. Elektromos keverővel habosítsuk pár percig. Keverjük hozzá az összevágott fűszerleveleket és a tökmagolajat. Szeleteljük fel egyforma kb fél centi vastagságúra a paradicsomokat, kanalazzunk a paradicsomszeletekre egy-egy kanál túrókrémet, késsel simítsuk egyenletesre a felületét, helyezzünk rá paradicsomszeletet, majd ismét túrókrémet. Ezzel a módszerrel készítsünk három paradicsomszeletből álló tornyot (vigyázzunk, csak egyforma szeleteket használjunk, a két végső szeletet ne használjuk). Tegyük a tornyokat kis időre hűtőszekrénybe, hogy jól megszilárduljon.

Tálaláskor tegyünk egy maréknyi rukolalevelet nagy tányérok közepére, majd lapátkanál segítségével emeljük rá a paradicsom tornyot. Tetejét szórjuk meg száraz serpenyőben megpirított tökmaggal, dekoráljuk fűszerlevelekkel, és csorgassuk meg tökmagolajjal. Friss és ropogós péksüteményt kínáljunk hozzá.

**Geszler Dorottya főétele**

## **Juharszirupos lazacsült tengeri spárgával sonkában sült körtével**

2010-02-17



### **Hozzávalók:**

1 kg lazacfilé  
3 evőkanál juharszirup  
1 teáskanál őrölt római kömény  
1 db zöldcitrom  
1 evőkanál magos mustár  
1 csokor citromos kakukkfű  
darált bors  
3-4 evőkanál olívaolaj

Egy keverő tálba tegyünk a mézet, az őrölt római köményt, a citrom levét, a magos mustárt, a citromos kakukkfű letépkedett levelét (lehet hagyományos is) valamit durvára darált borsot. Keverjük alaposan össze.

A lazac filéket vágjuk nagyobb, körülbelül két centis szeletekre. Kenjük be alaposan a mézes páccal és tegyük hűtőbe egy órára.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a bepácolt lazacot, majd süssük mindkét oldalát pirosra. Sütés közben kenegessük a megmaradt páccal.

### **Köret: tengeri spárga saláta**

#### **Hozzávalók:**

30 dkg tengeri spárga  
3-4 evőkanál olívaolaj  
fél zöldcitrom leve  
darált bors

Áztassuk be a tengeri spárgát hideg vízbe, majd többször cseréljük le róla a vizet. Így a spárga veszít a sós ízéből. Csepegtessük le alaposan, ha szükséges a nagyobb szárait tördeljük kisebbre. Tegyük egy nagy salátás tálba, csorgassuk meg az olívaolajjal és a zöldcitrom levével. Daráljunk rá borsot, majd keverjük óvatosan össze.

### **Sonkába sült körte**

#### **Hozzávalók:**

5 db érett körte  
20 szelet olasz jellegű sonka  
darált bors  
olívaolaj  
gorgonzola sajt  
rozmaryn szár

A körtéket vágjuk négyfelé, a magházát éles késsel vágjuk ki. Daráljunk rá borsot, majd tekerjük be a sonkaszeletekkel. A szeletek alá tűzzünk be egy-egy kis ág rozmarynt, tegyük egy sütőlemezre, majd az egészet csorgassuk meg olívaolajjal. Forró sütőben 150-160 fokon süssük kb 15-20 percen keresztül, míg a sonka szépen pirulni nem kezd. Tálaláskor egy kis kocka sajtot tegyünk mellé.

Geszler Dorottya desszertje

## 'Pina Colada' sütemény karamell ananással

2010-02-17



### Hozzávalók:

15dkg cukor  
 egy csomag sütőpor  
 10dkg kókuszreszelék  
 30dkg liszt  
 2 tojás  
 1 dl narancslé  
 0,5 dl olaj  
 1 dl kókusztej  
 3 cl rum  
 15 dkg darabolt ananász konzerv

### A tetejére:

10 dkg porcukor  
 2 evőkanál ananászlé  
 egy evőkanál rum  
 3 evőkanál kókuszreszelék

**Elkészítés:** a közepes méretű tepsit kikenjük vagy papírral kibéleljük. A cukrot összekeverjük a sütőporral, a kókuszreszelékkal és a liszttel. Hozzáadjuk a tojást, a narancslét, az olajat, a kókusztejet, a rumot, végül az ananászt. A tésztát a tepsibe töltjük, előmelegített sütőben közepes hőfokon 20-25 percig sütjük.

A díszítéshez a porcukrot elkeverjük ananászlével és rummal, ezzel megkengetjük a sütemény tetejét, és megszórjuk kókuszreszelékkal.

**A karamell ananászhoz:** 1 doboz ananász konzerv, 3-4 evőkanál barnacukor, 1 evőkanál vaj, 2 evőkanál rum.

Forrósítsuk fel a vajat egy serpenyőben, majd tegyük bele a cukrot. Hevítsük pár percig, utána adjuk hozzá a levéltől lecsepegtetett ananászt, pirítsuk addig míg pirulni nem kezd, majd öntsük hozzá a rumot.

Szúrjunk ki a süteményből nagy kerek formákat egy széles szájú pohárral vagy nagy pogácsaszaggatóval, tálaljuk nagy tányér közepére, majd kanalazzunk rá a rumos karamell ananászból. Hintsük meg kókuszreszelékkal és dekoráljuk mentaággal.

Ernyey Béla előétele

## Kacsamájparfé meglepetésbatyuval

lilahagyma

lekvárral,



2010-02-18

### Hozzávalók:

500 gr hizlalt kacsamáj

kevés kacsaszír

durva tengeri só

A májat megmosunk, papírtörülővel megszárítjuk, majd a 100 fokra előmelegített sütőbe tesszük, és csak akkor vesszük ki, amikor gyöngyözni kezd és kevés zsírt ereszt (kb.10perc). Ekkor edénnyel együtt 10 percre a hűtőszekrény mélyhűtőjébe tesszük. Onnan kivéve megkenjük kevés kacsaszírra, meghintjük a sóval és azonnal visszarakjuk a sütőbe, amit közben intenzívre állítottunk. (alul-felül, 180 fok) Amikor vékony barna kéreg jelenik meg a széleken, kivesszük és vékony szeletekre vágva forrón tálaljuk, pirított molnárkán, vagy kalácson. Mellé két fej lilahagymából és kevés kristálycukorból állandó kavarással mellett lekvárt főzünk.

### Batyu:

Frissen szeletelt füstölt sonkaszeletek közéjébe kecskesajt darabkákat göngyölünk, a póréhagymából hasított sálakkal összekötjük.

Ernyey Béla főétele

## Vaddisznós tagliatelle parmezán forgáccsal

2010-02-18



### Hozzávalók:

1 kg vaddisznóhús (lapocka)  
 5 dl testes vörösbor  
 1 nagy fej hagyma  
 250 g sárgarépa  
 250 g fehérrépa  
 2 nagyobb paradicsom  
 2 ek. borecet  
 50 g áfonyalekvár  
 1 mk. kakukkfű  
 5 szem borókabogyó  
 2 babérlevél  
 2 ek. olaj  
 só  
 bors

A húst gondosan megtisztítjuk, megmossuk és felkockázzuk, párolásra előkészítjük. Egy mélyebb lábasban felhevítjük az olajat, erős tűzön néhány percig pirítjuk rajta a húst, rádobjuk a finomra vágott hagymát, a megtisztított felkarikázott sárga és fehérrépát, a babérlevelet, a kakukkfűvet, hozzáadjuk a paradicsomokat, 1 ek. borecetet, ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Összekeverjük, mérsékeljük a tüzet, felöntjük a vörösborral és fedő alatt pároljuk. Félidőben (kb. 2 óra a teljes párolási idő, a vad korától függően) hozzáadjuk az áfonyalekvárt, és azzal pároljuk tovább. Ha a hús megpuhult, a babérlevelet kidobjuk, ha szükséges, borecettel savanyítjuk.

Ernyey Béla desszertje

## Csokoládészuflé narancsos mascarponekrémrel

2010-02-18



### Hozzávalók:

4 tojás

200 gr cukor

220 gr falusi vaj

250 gr extra minőségű

legalább 85%-os étcsokoládé

100 gr liszt

*vagy ha vegyíteni akarjuk, 50 gr liszt és 50 gr darált mogyoró, vagy mandula.*

A tojásokat összekeverjük a cukorral, miközben a vajat és a csokoládét gőz fölött összeolvasztjuk. Az olvadt masszát hozzákeverjük a cukros tojáshoz, ezután jön hozzá a liszt. Száraz sütőformába öntjük (melyet esetleg kivajazhatunk, kilisztezhetünk). A tetejére vágott mogyorót, vagy mandulát szórunk és 180 fokon kb. percig sütjük nem előmelegített sütőben. Tisztított, kandírozott narancshéjat keverünk a mascarponeba és a szószt a suflé mellé tálaljuk.

**Judy előétele**

## **Parádés leves**

2010-02-19



### **Hozzávalók:**

50 dkg csirkemell  
2 evőkanál olívaolaj  
1 fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
1 szál sárgarépa  
1 fej karalábé  
1 pohár tejföl  
2 teáskanál tárkony  
1 szál petrezselyemgyökér  
só  
darált bors

### **Gombóchoz:**

1 db nagyobb méretű burgonya  
1 tojás sárgája  
2-3 evőkanál liszt  
kevéske őrölt szerecsendió  
só

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy fazékban, tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát és az összezúzott fokhagymát. Pároljuk addig míg üveges lesz, utána adjuk hozzá a kis kockákra felvágott húst. Daráljunk rá borsot, ízesítsük sóval és fűszerezzük tárkonnyal. Lefedve addig pároljuk, míg a saját levét elfövi. Tegyük hozzá a felkarikázott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, és a kis kockákra összevágott karalábét. Öntsünk annyi vizet alá, hogy épp ellepje, és addig pároljuk, míg a hús puha lesz. Öntsük fel másfél liternyi vízzel, forraljuk jól össze.

Amíg a leves rotyog, egy kis lábasban főzzük puhára a meghámozott burgonyát, majd szűrjük le, és törjük össze. Adjuk hozzá a tojás sárgáját, a lisztet és kevéske őrölt szerecsendőt. Dolgozzuk össze, majd a forrásban lévő levesbe gombócozzuk. Ha felforrt kevéske levessel elkevert tejföllel tegyük még pikánsabbá.



**Judy főétele**

## **Füstölt sajtos brokkolis pité torta ropogós salátalevelekkel**

2010-02-19



### **Hozzávalók:**

1 adag omlóstészta  
1 fej brokkoli  
20 dkg füstölt sajt  
3 dl tejszín  
4 db tojás sárgája  
őrölt szerecsendió  
őrölt bors

### **Omlóstészta:**

20 dkg liszt  
15 dkg vaj vagy margarin  
csipetnyi só  
5-6 evőkanál hideg víz.

Tegyük a lisztet egy tálkába, vágjuk rá a jéghideg vaját, sózzuk meg, majd kezünkkel morzsoljuk össze. Adjuk hozzá a vizet és gyúrjuk cipókká.

A brokkolit szedjük rózsáira, majd bő vízben mossuk át legalább kétszer, tegyük egy szűrőedénybe és csepegtessük le alaposan. Ugyancsak kockázzuk fel a sajtot is.

Forraljunk fel egy fazékban sós vizet, majd tegyük bele a megmosott brokkoli rózsákat. Főzzük két percig, utána szűrjük le jól.

Lisztezett deszkán nyújtsuk kis az omlóstésztát fél centi vastagságúra, béleljünk ki vele egy vajjal és liszttel meghintett közepes méretű peremes piteformát. A tésztát a sütőedény kilógó széleinél vágjuk le, majd tegyük bele a megpárolt brokkolit, és osszuk szét a felületén a kockákra felvágott sajtot.

Egy kis tálkában keverjük össze a tejszínt a tojások sárgájával és öntsük a hagymás keverékre. Tegyük előmelegített sütőbe és süssük 150 fokon legalább 35-40 percig. Ha elkészült még melegen szeleteljük fel, friss salátalevelekkel tálaljuk.

Judy desszertje

## Zabpelyhes-meggyes sütemény

2010-02-19



### Hozzávalók:

1,5 pohár liszt  
2 ml szódabikarbóna  
2 pohár zabpehely  
1 pohár barnacukor  
20 dkg margarin  
1 csomag vaníliás cukor  
60 dkg meggy  
4 evőkanál keményítő  
2 teáskanál őrölt fahéj  
2 evőkanál mandulalikőr  
150 g cukor  
2 evőkanál  
citromlé

A meggyet saját levében a cukorral, a citromlével, a fahéjjal feltesszük főni, mikor forr, hideg vízzel elkevert keményítővel besűrítjük (sűrű szószt készítsünk), majd a tűzről levéve ízesítsük likőrrel.

A tészta alapanyagait egy nagy tálba tesszük és összedolgozzuk, csak addig morzsoljuk míg forgácshoz hasonló tésztát fogunk kapni, vigyázzunk a tészta ne álljon össze.

Kivajazott és lisztezett közepes méretű tepsibe szórjuk a tészta 2/3-át, kézzel egy kicsit lenyomjuk, majd erre öntjük a meggyeszószt, végezetül a tészta másik felét is rászórjuk. 170 fokon 30-35 percig sütjük.

Eszményi Viktória előétele

## Melegítő vörös lencseleves petrezselyemkrémmel

2010-02-22



### Hozzávalók:

30-40 dkg vörös lencse  
 10 dkg füstölt császárszalonna  
 1 doboz paradicsomkonzerv  
 1 teáskanál őrölt római kömény (kumin)  
 fél teáskanál őrölt koriander  
 1 teáskanál kurkuma  
 3 evőkanál olívaolaj  
 2 gerezd fokhagyma  
 1 db zöldségleves kocka  
 1 fej vöröshagyma  
 só  
 darált bors

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékba, majd tegyük bele az apróra összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Ha már kezd pirulni, szórjuk rá a római köményt és az őrölt koriandermagot. Pirítsuk együtt még 5 percre, utána szórjuk meg a kurkumával, keverjük össze, majd öntsük fel két liternyi vízzel. Tegyük bele a lencsét, ízesítsük sóval, leveskockával, daráljunk rá borsot majd főzzük húsz percen keresztül. Ha a lencse már puha öntsük hozzá a paradicsomkonzervet. Főzzük még további tíz percre, utána kézi mixerrel pürésítsük.

Vágjuk kockákra a szalonnát, majd egy serpenyőben süssük ropogósra.

### Petrezselyemkrémhez:

2 csokor petrezselyemzöld  
 1 pohár görög joghurt vagy tejföl  
 só  
 darált bors

Kanalazzuk egy tálba a joghurtot, tegyük hozzá a durvára összevágott petrezselyem zöldjét, ízesítsük sóval, kevéske darált borssal, majd keverjük össze.

Tálaljunk kis leveses tálkába a levesből, kanalazzunk a tetejére a krémes petrezselyemből, majd szórjuk meg a kisütött szalonnával, és pirított hagymával leöntjük.

**Eszményi Viktória főétele**

## **Pulyka rolád fűrj tojással és spenóttal töltve parmezánrétesben, brokkolis krumplipürével**

2010-02-22



### **Hozzávalók:**

60 dkg pulykamell filé  
40 dkg mélyhűtött spenótlevél  
3 gerezd fokhagyma  
20 dkg juhtúró  
2 db paradicsom  
1 csomag füstölt fűrjtojás  
olívaolaj  
2 teáskanál fokhagymás sült fűszerkeverék  
só, bors, szerecsendió  
2 csomag teljes kiőrlésű réteslap  
15 dkg reszelt parmezán sajt

Szeleteljük fel a pulykamellet nagy, tenyérynyi darabokra, majd kissé klopfoljuk ki. Daráljunk rá borsot, sózzuk, és fűszerezzük a fűszerkeverékkel.

Olvasszuk ki a spenótleveleket, majd a felesleges vizet nyomkodjuk ki belőle. Forrósítsuk fel az olívaolajat egy lábasban, tegyük bele a zúzott fokhagymát és pirítsuk egy percre. Adjuk hozzá a kinyomkodott spenótleveleket, fűszerezzük őrölt szerecsendióval, darált borssal és sóval. Fedjük le fedővel és pároljuk pár percre. Ha elkészült vegyük le a tűzről, hagyjuk kissé kihűlni, majd keverjük hozzá a kis kockákra összevágott paradicsomot, az olajától leszűrt füstölt fűrjtojást, és a túró. Keverjük óvatosan össze, majd töltsük a befűszerezett pulykaszeletek közepére, majd göngyöljük fel szorosan.

Hajtsuk szét a réteslapot, kenjük meg olvasztott vajjal, majd szórjuk meg a parmezán sajttal. Ezt a műveletet még háromszor ismételjük meg, majd helyezük rá a begöngyölt roládot, és tekerjük fel. Külsőjét kenjük meg vajjal, és tegyük sütőpapírral borított tepsire, és forró kb 160-170 fokos sütőben süssük 30-35 percre.

Ha elkészült szeleteljük fel egy centis szeletekre.

### **Brokkolis krumplipüréhez:**

1 kg sárga burgonya  
1 fej brokkoli  
szerecsendió  
só  
2 evőkanál vaj  
2-3 dl tej

A brokkolis krumplipüréhez hámozzuk meg a burgonyákat, majd aprítsuk fel, és tegyük fel főni sós vízben. Ha már puha tegyük a tetejére a rózsáira szedett brokkolit is. ha szükséges öntsünk még rá vizet, hogy ellepje, majd főzzük még öt percre.

Ha elkészült szűrjük le, tegyük rá a vajat, fűszerezzük szerecsendióval, majd törjük össze a burgonyanyomóval. Öntsük rá a forró tejet, és keverjük könnyű habosra.

Eszményi Viktória desszertje

## Fehér csokiba mártott gesztenyebomba

2010-02-22



### Hozzávalók:

2 csomag gesztenyemassza  
10 dkg vaj  
1/2 dl rum  
1/2 dl víz  
1/2 csomag zselatin  
2 pohár tejszín  
2 csomag vanília cukor  
porcukor  
babapiskóta  
csoki öntet

A 2 csomag gesztenyemasszát lereszeljük és a vajjal ill. a rummal ízesítjük. Vízzel kiöblítünk egy mélyebb tálat, folpackkal kibéleljük és ismét kiöblítjük. Beletesszük a gesztenyét úgy, hogy az alját és az oldalát 1, 5 ujjnyi vastagon borítsa, de a közepe üres legyen.

Hűtőszekrényben hagyjuk megkeményedni. 1/2 evőkanál zselatint 1/2 dl vízzel elkeverünk, felmelegítjük és közben kavargatjuk, nehogy összezsomósodjon. 2 pohár tejszínt, 2 csomag vanília cukrot, egy kanál porcukrot és a zselatint összekeverjük és kemény habbá verjük. Megtöltjük vele a massa üresen hagyott részét. A tetejét 2 sor, rumos tejben megáztatott babapiskótával rakjuk le. Tányérra borítjuk és csoki öntettel leöntjük.

**Gönczi Gábor előétele**

## **Minestrone leves**

2010-02-23



### **Hozzávalók:**

2 szál sárgarépa  
1 fej vöröshagyma  
fél darab zellergumó  
2 evőkanál olívaolaj  
2 gerezd fokhagyma  
2 db burgonya  
2 evőkanál paradicsompüré  
4 szem paradicsom  
1 doboz fehérbab konzerv  
10 dkg kifőzött spagetti  
20 dkg sütőtök  
40 dkg kínai kelkáposzta  
só  
darált bors  
1 db zöldségleves kocka

Vágjuk kisebb darabokra a megtisztított sárgarépát, zellergumót, vöröshagymát, majd tegyük egy konyhai gyorsvágó gépbe. Tegyük hozzá a fokhagymagerezdet, majd kapcsoljuk be és aprítsuk össze finomra.

Egy nagy fazékban forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a felaprított zöldségeket, és közepes lángon, állandóan kevergetve pároljuk 5-6 percig. Kanalazzuk rá a paradicsompürét, és még pároljuk vele két percig. Öntsük fel körülbelül kétliternyi vízzel, majd ízesítsük sóval, zöldségleves kockával és darált borssal. Tegyük hozzá a kis kockákra felvágott burgonyát, sütőtököt, a hideg vízben lemosott babkonzervet és az összevágott káposztát. Kis lángon, párszor megkevergetve főzzük addig, míg a burgonya puha nem lesz. Mielőtt levennénk a lángról, keverjük hozzá az ugyancsak kis kockákra feldarabolt paradicsomot is. forraljunk rajta még egyet, majd keverjük bele a kifőzött spagettit. Azonnal forrón tálaljuk leveses tálakba.

Gönczi Gábor főétele

## Levendulás báránybordák tejszínes burgonyával, sült koktélpáradicsommal

2010-02-23



### Hozzávalók:

60-80 dkg csontos bárányborda  
3 evőkanál extra szűz olívaolaj  
2 gerezd fokhagyma  
2 ág friss rozmarin  
1 evőkanál méz  
darált bors  
4 ág friss levendulavirág

Csorgassuk meg olívaolajjal a báránybordát, daráljunk rá borsot, enyhén sózzuk meg, és dörzsöljük bele az összezúzott fokhagymát, és az apró darabokra összevágott rozmarinokkal és levendulavirágokkal, majd a végén kenjük le mézzel.

Fedjük le fóliával, és sütésig tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a húst. A bordákhoz forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele a befűszerezett húst. Mindkét oldalát erős lángon pirítsuk meg, majd tegyük azonnal forró 180 fokos sütőbe. A sütőben fejezzük be a sütést 15-20 perc alatt, attól függően, mennyire szeretnénk átsütni a báránypecsenyét. Sütéskor tegyük mellé a megmosott fűrtös koktélpáradicsomokat, csorgassuk meg kisé olívaolajjal. A legfinomabb, ha közepesen sül át, ekkor a hús szép szaftos és rózsaszín.

Ha elkészült, a bordacsontok mentén szeleteljük fel.

### Körethez:

#### Hozzávalók:

1,5 kg burgonya  
5 dl tejszín  
1 kávéskanál őrölt szerecsendió  
só  
bors  
fokhagyma

A meghámozott burgonyákat uborkagyalunk szeleteljük le, tegyük egy nagy tálba. Fűszerezzük őrölt szerecsendióval, sóval, reszelt fokhagymával és kevéske borssal. Annyi tejszínt öntsünk rá, hogy háromnegyedig ellepje. Jól keverjük össze, majd tegyük egy tepsibe vagy egy tűzálló tálba. Előmelegített sütőben 140 fokon süssük legalább 1 órán keresztül.

Gönczi Gábor desszertje

## Csupa-csoki soufflé vanília fagyival

2010-02-23



### Hozzávalók:

20 dkg feketecsokoládé  
6 db tojás  
4 dkg kukoricakeményítő  
12 dkg barnacukor  
1 csomag vaníliás cukor  
1,5 dkg vaj, porcukor  
1 doboz vaníliás fagylalt

Törjük össze kis darabokra a csokoládét, tegyük egy kis lábasba, majd vízgőz felett olvasszuk meg.

Válasszuk el a tojásokat a fehérjétől, keverjük össze a keményítőt 6 dkg barnacukorral. Keverjük az olvasztott csokoládéhoz kettesével a tojások sárgáját, majd a cukros keményítőt. Melegítsük elő a sütőt 200 fokra.

Verjük fel a tojások fehérjét kemény habba, keverjük hozzá 5 dkg barnacukrot, majd óvatosan keverjük a csokoládés masszához.

Kenjük ki vajjal a formákat, szórjuk meg porcukorral, majd töltsük bele a csokis masszát. Tegyük a sütőbe és süssük 20-22 percig.

Ha elkészült tálaljuk forrón, tetejét szórjuk meg porcukorral, mellé vaníliás fagylaltot kínáljuk. Friss eperszemekkel dekoráljuk.



**Vásáry André előétele**

## **Tatár beefsteak pitával**

**2010-02-24**



### **Hozzávalók:**

60 dkg darált marhaszínhús

1 fej vöröshagyma

2-3 gerezd fokhagyma

2 db tojás sárgája

só, darált bors

worcestershire szósz

ketchup

mustár

pirospaprika

vaj

1 db kígyóuborka

3 csomag Pita kenyér

A húst aprólyukú darálón legalább háromszor daráljuk át, vagy kérjük meg a hentes, hogy tegye meg. Tegyük a darált marhát egy keverőtálba, adjuk hozzá a finomra összevágott vagy lereszelt fokhagymát és vöröshagymát. Tegyük hozzá a szobahőmérsékletű vaját, majd ízesítsük sóval, ketchup-pel, worcestershire szósszal, pirospaprikával, mustárral. Üssük hozzá a tojás sárgáját, majd jó alaposan keverjük össze. Tálaljuk kis halmokban nagy tányér közepére, széleit uborkaszeletekkel rakhatjuk körbe. Mellé pirítóst vagy Pita kenyeret kínálunk.

Vásáry André főétele

## Pesztós csirkemellek, bordó tésztával

2010-02-24



### Hozzávalók:

5 db csirkemell filé  
3 evőkanál extra szűz olívaolaj  
20 dkg koktélpáradicsom  
3 evőkanál bazsalikom  
peszto  
2 dl tejszín  
1 ág friss bazsalikomlevél  
só, darált bors  
sült csirke fűszerkeverék

### Köret:

ríz, tészta vagy párolt zöldség

A csirkemell filékre csorgassunk kevéske olívaolajat, daráljunk rá borsot, majd szórjuk meg a sült csirke fűszerkeverékkel. Pár órára tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek ízes jól átjárja a csirkehúst.

Forrósítsunk fel két evőkanálnyi olívaolajat egy serpenyőben, majd tegyük bele a befűszerezett melleket. Közepes lángon mindkét oldalát süssük 4-5 percig.

Kanalazzuk a csirkemell közé a bazsalikom pesztot, forrósítsuk fel a sütőzsiradékban, majd öntsük rá a tejszínt. Daráljunk a szószra borsot, ízesítsük kevéske sóval, majd kis lángon pároljuk még pár percig. A csirkemelleket időnként fordítsuk meg a szószban. Mielőtt levennénk a tűzről, keverjük hozzá az összetépkedett bazsalikomleveleket és a félbevágott koktélpáradicsomot.

Forrón tálaljuk tányérokra, csorgassuk meg a pesztos szósszal, köretnek párolt zöldségeket, rizst vagy kifőzött tésztát készítsünk.

Vásáry André desszertje

## Túrófánk fahéjas szilvaszósszal

2010-02-24



### Hozzávalók:

25 dkg túró  
3 db tojás  
5 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor  
só  
étolaj a sütéshez  
25 dkg liszt  
1 csomag sütőpor  
1 maréknyi mazsola  
5 cl olaj  
1 teáskanál őrölt fahéj  
15 dkg cukor  
50 dkg szilva  
15 dkg cukor  
2 db egész fahéjrúd  
2 evőkanál rum

Tegyük a túrót egy keverőtálba, adjuk hozzá a tojásokat, az 5 dkg cukrot, a vaníliás cukrot, sózzuk, a fél decinyi olajat, majd elektromos keverővel keverjük könnyű habosra.

Keverjük hozzá a liszttel elkevert sütőport, és a mazsolát.

Forrósítsuk fel az olajat egy nagy lábasban, majd evőkanál segítségével diónagyságú gombócokat formázzunk bele. 3-4 perc alatt süssük pirosra. Ha elkészült, szedjük konyhai törőlapra, majd forgassuk meg a fahéjas cukorban.

A fahéjas szilvaszóshoz: tegyük egy lábasba az cikkekre vágott szilvát, használhatunk mélyhűtöttet is, majd ízesítsük cukorral és a kettétört fahéjjal. Közepes lángon főzzük körülbelül negyed órán keresztül. Ha elkészül rummal tegyük még pikánsabbá.

**Koós Réka előétele**

## **Kapros-citromos csirkeleves pomeloban**

2010-02-25



### **Hozzávalók:**

2 evőkanál olívaolaj  
1 nagy vöröshagyma  
fél kg kicsontozott csirke felsőcomb 8 darabra vágva  
fél bögre rizs  
1 liter húsleves  
3 evőkanál apróra vágott kapor  
2-3 evőkanál friss citromlé  
só  
őrölt bors  
(spenótlevél, salátalevél vagy rucola)

Az apróra vágott hagymát olajon üvegesre pároljuk. A kicsontozott, féltenyérsnyi darabokra vágott húst és a rizst rádobjuk. Egy kissé megforgatjuk a hagymán, majd a húslevessel felengedjük. Nagy lángon felforraljuk, 8-10 percig főzzük, majd lefedve a tűzről lehúzzuk. Állni hagyjuk, amíg a rizs a levet magába szívja.

A húsokat kiemeljük, falatnyi darabokra vágjuk. A fazékban maradt rizses levet összeturmixoljuk. A csirkedarabokat visszarakjuk, sózzuk, borsozzuk, kevés citromlével pikánssá tesszük. Tálalás előtt felmelegítjük, kiskanál vaját teszünk bele, finomra vágott kaporral meghintjük.

Ha van friss spenótunk, utolsó melegítés előtt beledobjuk, 3 percig közepes lángon főzzük. Apróra vágott fejes salátát vagy rucolát is tehetünk bele.

**Koós Réka főétele**

## **Spenótos halbatyu, párolt zöldségekkel**

2010-02-25



### **Hozzávalók:**

1 csomag leveles vagy rétes tészta  
5 szelet PANGAZIUSZ FILET  
10 dkg vaj  
2 db zöldcitrom  
2 csomag mozzarella sajt  
30 dkg spenótlevél  
só, darált bors  
1 csokor kaporlevél  
citrom vagy narancs

### **Körethez:**

friss salátalevél vagy párolt zöldség vagy vajas-gyömbéres sárgarépa

Olvasszuk fel a vaját az egyik zöldcitrom lereszelt héjával, és kifacsart levével, majd hagyjuk kissé kihűlni.

Daráljunk a halfilére borsot, dörzsöljük be az összevágott kaporral, majd enyhén hintsük meg sóval.

Vegyük ki a réteslapot vagy a leveles tésztát a hűtőből, hagyjuk szobahőmérsékletűre felmelegedni, így könnyebb lesz majd hajtogatni. Két réteslapot vágjunk kétfelé (ha leveles tésztából készítjük, akkor egy lap elég), tegyük a darabokat ferdén egymásra, majd közepére helyezünk két szelet mozzarella sajtot, tetejére a megpárolt spenótlevélből, és rá a befűszerezett halszeletet. Óvatosan a széleit gyűrjük a közepére, úgy hogy a teteje üres maradjon. Csorgassuk meg a citromos vajjal a halat és a réteslapokat is. Tetejére helyezünk pár szelet citromot vagy narancsot, majd tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon süssük körülbelül 20-25 percig, míg aranysárga színű nem lesz.

Ha elkészült még forrón találjuk nagy tányérokra, köretnek friss és ropogós salátaleveleket, párolt zöldséget vagy vajas-gyömbéres sárgarépát készítsünk.

Koós Réka desszertje

## Réteges töktorta

2010-02-25



1 pohár=250 ml ürmérték

### Krém:

226g (8 uncia) szobahőmérsékletű krémsajt

1/3 bögre (cup) cukor

3/4 teáskanál vaníliaesszencia

1 tojás

### Tészta:

425g (15 uncia) linzertészta (múltkor több kellett)

### Sütőtökrém:

1 bögre sütőtökpüré

3/4 bögre sűrített tej

1/2 bögre barnacukor

2 tojás

1,5 teáskanál fűszer

1/4 teáskanál só

1 tojás, 1 teáskanál vízzel elkeverve

A sütőtököt beteszem a sütőbe. Ha kész, 200 fokra állítom.

### Tészta:

A linzertésztával a tortaformát kibélelem, hűtöm amíg meg nem töltöm a krémmel. 50 kis csillagocskát vágok a tésztából. Hűtöm.

### Krém:

A sajtkrémet, cukrot, vaníliát, tojást simára keverem. A tészta aljára öntöm.

### Sütőtökrém:

Egy nagy tálban a sütőtökpürét, sűrített tejet, cukrot, tojásokat, fűszert és sót simára keverem. Óvatosan a sajtra rakom.

### Csillagok:

Oldalára rakosgatom a csillagokat, bekenem a vízzel elkevert tojással. 200 fokon 15 percig sütöm. Letakarom a széleit fóliával és még 45 percig sütöm 180 fokon.

**Gergely Robi előétele**

## **Rézkrajcáros kappanlőre zenei betéttel**

2010-02-26



### **Hozzávalók:**

1 db kakas vagy kappan  
30 dkg sárgarépa  
20 dkg gyökér  
1 db zeller  
1 db karalábé  
egész bors  
szerecsendió-virág  
1 fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
só  
petrezselyemzöld  
1 db tyúkhúsleves kocka  
50 g lúdgégetésztá

A kakast, megtisztítjuk, leforrázzuk, majd hideg vízbe feltesszük főni. Amikor a leves felforrt, lehabozzuk, majd beletesszük a zöldségeket, és fűszerezzük. Amikor a kakas megpuhult, a levesből kivesszük, a levest leszűrjük. Tálaláskor a főtt lúdgégetésztát, az apró kockákra vágott a zöldségekkel együtt tálaljuk a levesbe, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel

**Gergely Robi főétele**

## **Kacsacomb, Robicana metélttel és zöldségpürével**

2010-02-26



### **Hozzávalók:**

5 db pecsenyekacsa comb  
5 ág friss kakukkfű  
só, bors  
1 db ananász  
1 evőkanál curry fűszerkeverék  
3 dl tejszín  
30 dkg széles metélt tészta  
1 evőkanál vaj

### **Zöldségpüréhez:**

#### **Hozzávalók:**

30 dkg sárgarépa  
1 db zellergumó  
3 szál fehérrépa  
1 db zsenge karalábé  
2 evőkanál vaj  
só

A kacsacombokat éles késsel vagdossuk be, majd sózzuk, daráljunk rá borsot, és szórjuk meg a kakukkfűlevelekkel. Tegyük egy nagy tepsibe, öntsünk alá pár decinyi vizet, majd fedjük le alufóliával. Forrós sütőben közepes lángon süssük legalább egy órán keresztül. Ha a hús megpuhult, vegyük le róla a fóliát, és süssük még fedetlenül tíz percig, hogy a kacsabőre szép piros legyen.

Míg a kacsacombok pirulnak, készítsük el a köretet. A püréhez hámozzuk meg a zöldségeket, majd tegyük egy fazékba. Öntsük fel annyi vízzel, hogy ellepje. Ízesítsük sóval, és főzzük puhára. ha elkészült szűrjük le a főzőlevet róla, tegyünk a tetejére kétkanálnyi vajat, majd kézi mixer vagy krumplinyomó segítségével törjük össze.

Az ananászos metélthez hámozzuk meg az ananászt, vágjuk négyfelé, és a közepén húzódó fás részt metsszük ki. Az ananász cikkeket aprítsuk falatnyi darabokra. Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben vajat, tegyük bele az ananászdarabokat, majd erős lángon addig süssük, míg pirulni nem kezd. Utána szórjuk meg a curry fűszerkeverékkel, keverjük jól össze, és öntsük rá a tejszínt. Sózzuk, daráljunk rá borsot, majd keverjük össze a kifőzött tésztával.



**Gergely Robi desszertje**

## Emanuel málnás nyalánksága

**2010-02-26**



### A piskóta:

#### **Hozzávalók:**

6 tojás  
6 evőkanál cukor  
6 evőkanál liszt  
dió (lisztbe)  
1 csomag sütőpor  
joghurt/tej  
málna lekvár

Végy 6 tojást, válaszd ketté őket.

A fehérjét jó habosra felvered, be a hűtőbe ha lassú vagy . Keverd ki a tojás sárgát 6 evőkanál cukorral, jó habosra, majd keverj hozzá a 6 evőkanál lisztet ( itt egy –egy kanálnyi helyett varázsolhatsz bele akár diót, mákot, ha netán van feleslegesen a polcon , mert az itt a tésztába belefér.) 1 csomag sütőport is keverj bele , majd jöhet a felvert tojásfehérje, de azt már csak finoman – ne géppel tedd hozzá.( Nem lesz annyira száraz a tészta ha egy pici tejet v. joghurtot öntesz a tésztához.

### **Sütés:**

Béleld ki a tortaformát egy sütőpapírral. Legyen a sütő előmelegítve kb 180 fokra.

Ha mindez meg van , öntsd bele a tésztát a formába és kezdődhet a sütés, kb 45 -50 perc alatt kész, de azért érdemes bekukkantani és egy hosszú hústűvel beleszúrni, mert a piskóta akkor lesz jó, ha már nem ragad a pálcára semmi.

Ha kész, vedd ki a sütőből hagyd kihűlni.

Ha kész kenhetsz rá vékonyan egy kis málna vagy egyéb lekvárt, mielőtt rákened az alábbi tejszínes-joghurtos gyümölcskrémet.

### A krém:

#### **Hozzávalók:**

2 doboz mirelit málna  
1/2 liter növényi tejszín  
2 doboz málnás joghurt  
habfix  
vegyél jó sok mirelit málnát min. 2 dobozzal és engedd fel.  
1/2 liter növényi tejszínt.

Kezd el jól felverni.

Tegyél a felvert tejszínhabba 2 doboz gyümölcs joghurtot, nem árt ha azonos a gyümölccsel, jelen esetben , mert tél van a málnás az igazi, rakjál bele a felengedett gyümölcsből is eleget.

A tortaformából kivett piskótát tedd egy szép tányérra és fogd körbe műanyag tortaformával szorosan. Ha mindezzel meg vagy tedd be a hűtőbe a sütit.

### **Ami a tetejére kerül:**

2 csomag piros zselatinpor  
8 kanál cukor  
szörp (vagy a málna leve)  
eper, dekorációnak

Vegyél 2 csomag piros zselatinport, olvasd el a hátulját, nem egy ördögösség ahogy kell csinálni. A két port beleöntöd egy kicsi edénybe , raksz hozzá kb. 8 kanál cukrot, önthetsz hozzá bármilyen piros szörpöt is , de a kiengedett málna levével még finomabb . A lényeg hogy kb 5-6 dl folyadékkal forrald fel 1 percig ezt a cukros zselatinport, majd hagyd kihűlni, de épp annyira hogy ne dermedjen meg , önteni lehessen.

Ha ez rendben van, vedd ki a hűtőből a tortát, rakd tele a kiengedett málnával és öntsd rá ezt a piros zselatint és már mehet is vissza a hűtőbe.

**Straub Dezső előétele**

## **Roston sült libamáj puliszkatekercsen**

2010-03-01



### **Hozzávalók:**

- 0,5 kg libamáj
- 1 csomag grillfűszer.
- A puliszkához:
- 1 L víz
- 30 dkg kukoricadara
- 5 dkg só
- 1 dkg vegeta
- 5 dkg margarin
- 30 dkg mozzarella sajt.

### **A díszítéshez:**

- 0,5 kg bacon szalonna
- 5 dkg liszt
- 2dl tejföl
- 1 csomag petrezselyem zöld

1 l vizet felforralunk 1 ek sóval, 1 dkg vegetával és az 5 dkg margarinnal, ha felforrt, beleszórjuk a kukoricadarát és addig keverjük, amíg besűrűsödik – kb. 1-2 perc – és formázható állagú lesz. Egy vizes konyharuhára borítjuk, téglalap alakúra kenjük, megszórjuk a reszelt mozzarellával és a konyharuha segítségével feltekerjük. Hagyjuk kihűlni.

Tálalás előtt ujjnyi vastag szeletekre vágjuk, lisztbe forgatjuk és serpenyőben kevés olajon mindkét oldalát aranysárgára sütjük. Eközben a libamájszeleteket is fűszerezzük, lisztbe forgatjuk, mindkét oldalukat megsütjük. Ha mindkét hozzávaló kész a bacon szalonnát is megsütjük, minden tányérra 2 szeletet. Tálaláskor alulra tesszük a puliszkát, rá a májat, tetejére a bacon, tejföllel és petrezselyem zölddel díszítjük.

## Straub Dezső főétele

# Libamell steak juhtúrós palacsinta tortával

2010-03-01



### Hozzávalók:

- 6 db libamell
- 1 csomag grillfűszer
- db vöröshagyma
- tv paprika
- paradicsom.

### A palacsintához:

- 4 db tojás
- 1 L tej
- 70 dkg liszt
- 1 csomag élesztő
- 1 dl olaj.

### A töltelékhez:

- 30 dkg juhtúró
- 3 dkg só
- 1 dl tejföl
- kávéskanál kapor és kakukkfű
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 csipet őrölt bors
- 10 dkg tehéntúró.

### A mártáshoz:

- 2 dkg liszt
- 2 dl tejszín
- 1 db húsleves kocka
- 1 üveg áfonyalekvár
- vörösbort.

**A díszítéshez:** kék és fehér szőlő, narancs, phialis.

A megtisztított libamellek bőrét bekockázzuk, befűszerezzük. Serpenyőben mindkét oldalukat pirosra sütjük, majd tepsibe tesszük, összevágott hagymát, paprikát és paradicsomot, karikára vágott sárgarépat teszünk mellé, pici vizet öntünk alá és 40 percig sütjük 170°C-os sütőben.

A tojásból, tejből, lisztből, élesztőből, olajból, és langyos vízből sűrű palacsintatésztát keverünk. Pihentetjük, ezalatt elkészítjük a juhtúrós tölteléket, a hozzávalókat összekeverjük.

A palacsintákat jó vastagra sütjük, mikor egy megsül, tálra tesszük, rákenjük a tölteléket és a következő kisült palacsintát a töltelékre borítjuk, majd megkenjük a töltelékkel és így rétegezzük egymásra a palacsintákat. A kész tortát kihűtjük, majd 8-ba vágjuk.

Ha megsült a libamell, a zsírából a zöldségekkel együtt 1 merőkanálnyit lábosba teszünk, belerakunk 1 ek lisztet és zsemleszínűre pirítjuk. Felengedjük 2 dl húslevessel (leveskocka + víz, felforralva) és 1 dl tejszínnel. Felforraljuk, beállítjuk a sűrűségét, átszűrjük, majd 3 ek áfonyalekvárral összeforraljuk, kevés vörösbort is önthetünk hozzá. (De úgy beszélünk, hogy ha lehet, akkor a kész mártást tőlünk vinné el.)

Tányérra tesszük a palacsintacikket, mellé a libamellet felszeletelve, félig ráöntve a mártás. Narancssal, szőlővel, phisalissal díszítjük.

**Straub Dezső desszertje**

## **Diplomatapuding**

2010-03-01



### **Hozzávalók:**

- 1 csomag babapiskóta
- 1 dl tejszín
- 30 dkg mirelit meggy
- 1 L tej
- 10 dkg cukor
- 2 csomag Aranka pudingpor
- 2 dl konyak
- 1 flakon tejszínhabspray
- 1 csomag vaníliás cukor
- 10 dkg szeletelt mandula
- 10 dkg étcsoki

A fagyott meggyet tálba tesszük, megszórjuk 10 dkg cukorral és leöntjük a konyakkal. A krémport összekeverjük a zacskón lévő recept szerinti tejjel és 1 csomag vaníliás cukorral, hagyjuk pihenni.

Ha a meggy kiolvadt a levét leszűrjük, addig keverjük, míg a cukor felolvad benne. A poharak belsejét megdísztjük a megolvasztott csokival. Ha a csoki megdermedt, a babapiskótákat a meggylés szirupba mártjuk, hogy jól beszívja, és a poharak aljára tesszük.

A krémet kihabosítjuk, 1 dl tejszínnel dúsítjuk. A kész krémből 1 evőkanállyal a pohárba tett piskótára teszünk, belenyomkodunk 5-6 szem meggyet, majd egy következő réteg krém jön, rá egy piskóta és meggyek. A tetejét lekenjük a maradék krémmel, hűtőbe tesszük. Tálaláskor tejszínhabbal, a maradék meggyel és pirított mandulával díszítjük.

**Szabó Sípos Barnabás előétele**

**Meleg Vichyssoise szarvasgomba carpaccio-val**

2010-03-02



**Hozzávalók:**

1 evőkanál vaj  
1 spanyolhagyma  
1 póréhagyma fehér része  
4-5 „grenaille” kifli burgonya  
4 pohár csirkehúslé  
1/2 kiskanál kakukkfű, bazsalikom  
1 1/2 dl tejszín vagy zsír dús tejföl  
petrezselyemzöld  
só és bors

Az olvasztott vajon többszöri keverés mellett 7 percig pirítjuk az apróra vágott hagymát, majd hozzáadjuk a póré, fűszereket, kevés sóval, lefedve 5 percig pároljuk. Hozzáadjuk a burgonyát, felöntjük a csirkehúslével, ízesítjük sóval, borssal és keverés mellett 30 percig főzzük. Szitán áttörjük és hozzákeverjük a tejszín és tejföl elegyét. Felforraljuk. Tálaláskor adjuk hozzá a szarvasgomba carpacciot fejenként egy kiskanállal.

**Szabó Sípó Barnabás főétele**

## **Osso Bucco polentával**

2010-03-02



### **Hozzávalók:**

4 nagyobb szelet csontos borjúláb (egyenként kb. 20 dkg)

1 dl olívaolaj

1 répa

2 szál zeller (szárzeller!!)

1 kis póréhagyma

1 cikk fokhagyma

1 hagyma

3 dkg vaj

1 dl fehérbor

6 db hámozott paradicsom

1 liter húsleves

1 csokor petrezselyem

1/2 teáskanálnyi reszelt citromhéj

só

bors

Az olíva olajat felforrósítjuk, a borjúlábat elősütjük, a kockára vágott zöldséget és a hagymát, fokhagymát a vajon megpároljuk, fehérborral leoltjuk. A lábszárszeleteket lecsepegtetjük, a párolt zöldséghez tesszük a paradicsommal együtt. Ráöntjük a húslevest, sózzuk, borsozzuk, és közép meleg sütőben (kb. 175 °C) 1,5 órán át pároljuk. Apróra vágott petrezselyemmel és reszelt citromhéjjal tálaljuk.

### **Polenta**

#### **Hozzávalók:**

20 dkg kukoricadara

1 ek. vaj

egy maréknyi frissen reszelt parmezán

egy csipet sáfrány

só, bors

Egy vastag falú edényben, felforralok egy liter vizet. Közben a mozsárban két nagy csipet durva tengeri só és egy csipet sáfrányt összemorzsolok, Amit a forrásban lévő vízbe szórok.

Fokozatosan a vízbe öntöm a kukoricadarát, miközben folyamatosan keverem, nehogy leragadjon az aljára. Ezután, alacsony lángon tovább főzöm, hogy néha-néha pöffenjen egyet. Pár percenként, gyors mozdulatokkal átkeverem egy fakanál nyelével, hogy ne bőrösödjön be a teteje. Akkor van kész, ha már krémes a puliszkánk, és keverés közben elválk az edény falától. Ez körülbelül 30-45 perc, függően a mennyiségtől, és a hőfoktól.

**Szabó Sípos Barnabás desszertje**

**'A csokoládé' mangó pürével**

**2010-03-02**



**Hozzávalók:**

5db valrhona csokoládé

3db mangó

mangó szósz

neutrális glassé

A csokoládékat 7 percre 180 C fokos sütőbe tesszük. ha kész, a formákból kifordítva forrón tálaljuk. A mangót julienne-re, majd apró kockákra vágjuk, a kötőanyaggal és a mangó szósszal összekeverjük, hűtőszekrénybe tesszük.

Valhrona: 70%-os kakaótartalmú speciálisan olvadó csokoládé

Ördög Nóra előétele

## Hófehérke csiperkegomba levese, sajtos rúddal

2010-03-03



### Hozzávalók:

60 dkg apró hófehér csiperkegomba

2 gerezd fokhagyma

2 evőkanál vaj

3-4 evőkanál liszt

2-3 dl tejszín

1 db zöldségleves kocka

fehérbors

só

1 csokor petrezselyem zöldje.

Sajtos rúdhoz:

1 csomag friss leveles tészta

1 db tojás

15 dkg reszelt trappista sajt.

Forrósítsuk fel a vajat egy fazékban, majd tegyük bele az összezúzott fokhagymát. Hevítsük kis lángon addig, míg a fokhagyma sisteregni nem kezd, majd tegyük bele a felszeletelt gombát (ne vágjuk nagyon vékonyra). Pároljuk rövid ideig, majd öntsünk rá kb. másfél liternyi vizet. Ízesítsük sóval, leveskockával és fűszerezzük őrölt fehérborssal. Főzzük negyed órán keresztül, majd sűrítsük be a hideg vízzel simára elkevert liszttel. Sűrűsége hasonlítson a krémleveséhez! Öntsük hozzá a tejszínt, és jól forraljuk ki.

A sajtos rúdhoz hajtsuk szét a tésztát, kenjük meg felvert tojással, majd szórjuk meg a reszelt sajttal. Éles késsel vágjuk hosszú, kb. két centis csíkokra. Tegyük sütőlemezre, és forró sütőben süssük pirosra.

Tálaljuk a leves csészékbe, tetejére szórjunk összevágott zöldpetrezselymet, majd a csészére helyezzük a sajtos rudat.



Ördög Nóra főétele

## Ördöghal kapormártással, karos burgonyával és újrépával

2010-03-03



### Hozzávalók:

1,2 kg ördöghal filé  
2-3 csokor kaporlevél  
1 csokor petrezselyem zöldje  
olívaolaj  
darált színes bors  
vaj a sütéshez  
só  
2 db zöldcitrom

### Kaporszóshoz:

2 evőkanál vaj  
2 evőkanál liszt  
3 dl tej  
só  
1 csokor kaporlevél  
csipetnyi őrölt fehérbors  
fél citrom leve  
1 dl tejszín.

### Kapros körethez:

1 kg kifli burgonya (apróbbak)  
2 csokor apróbb újrépa  
1 csokor kaporlevél  
2 evőkanál vaj  
só

Vágjuk a halfilét ujjnyi vastag szeletekre, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá színes borsot, majd tépkedjünk rá kapor és petrezselyemzöld leveleket. Tegyük egy nagy tányérra, és sütésig tartsuk hűtőben.

Forrósítsuk fel a vajat egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele a halszeleteket. Erős lángon mindkét oldalát süssük meg. Vigyázzunk, csak rövid ideig süssük, mert könnyen megkeményedik.

Kaporszóshoz: Egy kis lábasban forrósítsunk fel két evőkanálnyi vajat, adjunk hozzá 2 evőkanálnyi lisztet, keverjük jól össze, majd engedjük fel 3 deciliternyi meleg tejjel. Ha szükségesnek látjuk, még hígíthatjuk tejjel. Sóval, összevágott kaporral, kevéske őrölt fehérborssal és citrom levével ízesítsük. Egy deciliternyi tejszín hozzáforralásával még krémesebbé tehetjük.

A körethez hámozzuk meg a burgonyát és az újrépákat, majd tegyük egy fazékba. Sózzuk és főzzük puhára, és még forrón szűrjük le.

Forrósítsuk fel a vajat egy serpenyőben, majd tegyük bele a leszűrt burgonyás répát. Erős lángon párszor megrázogatva forrósítsuk össze. Szórjuk rá az összevágott kaporlevelet, azzal is keverjük jól össze.

Tálaljunk pár szem burgonyát és répát nagy tányérra, mellé két-három szeletnyit a megsütött halból, majd az egészre kanalazzunk a kaporszósból. Friss kaporlevéllel, és zöldcitrommal dekoráljuk.

**Ördög Nóra desszertje**

**Pillecukor fehér csokoládé fondu-vel**

2010-03-03



**Hozzávalók:**

50 dkg fehér csokoládé

3 dl tejszín

A csokit a tejszínnel vízgőz felett felolvasztjuk, egyneművé keverjük

Náray Tamás előétele

## Bio csalánleves bacon csipsszel

2010-03-04



### Hozzávalók:

5 nagy csokor friss csalánlevél  
2 gerezd fokhagyma  
2 evőkanál olíva olaj  
1 l tej  
őrölt szerecsendió  
őrölt bors  
só  
3-4 szem burgonya.

A csokorba kötött csalánleveleket mossuk meg alaposan, forrásban lévő vízbe mártsuk egy fél percre. Csepegtessük, majd a leveleket szedjük le. Egy fazékban forrósítsuk fel az olívaolajat, adjuk hozzá az összezúzott fokhagymát és süssük meg. Tegyük bele a leforrázott csalánleveleket és az összekockázott burgonyát. Annyi vízzel öntsük fel, hogy éppen ellepje. Fűszerezzük szerecsendióval, őrölt borssal, és kevéske sóval. Főzzük legalább tíz percig, majd öntsük rá a tejet is. Forraljuk jól ki, majd merülő mixerrel pürésítsük. A még forrásban lévő levesbe akár egész tojásokat is üthetünk, majd pár percig főzzük. Szedjük levesestálakra és egy-egy evőkanál joghurttal tegyük még finomabbá.

Náray Tamás főétele

## Sous Vide báránygering, csicsókapürével, rozmaringos-paradicsomos birsalmazselével

2010-03-04



### Hozzávalók:

1 kg báránygerinc csont nélkül  
3-4 evőkanál olívaolaj  
darált bors  
2 szál friss rozmaring  
friss csírák a bárány mellé.

### Csicsókapüréhez:

50 dkg csicsóka  
30 dkg burgonya  
csipetnyi őrölt szerecsendió  
1 gerezd fokhagyma  
pár evőkanál olívaolaj  
só

A báránygerinc hártyáját éles késsel vágjuk le, majd csorgassuk meg olívaolajjal. Daráljunk rá borsot, és tépkedjük rá a rozmaringlevelekből. Tegyük egy erős fóliába úgy, hogy a húsdarabok egymás mellé kerüljenek, majd vákuumgép segítségével szívjuk ki belőle a levegőt.

Tegyük a levákuumozott húst egy nagy tálba, öntsünk rá annyi meleg vizet, hogy bőven ellepje, majd tegyük be a sütőbe, és állítsuk a hőmérsékletet 60 Celsius fokra. Ezen a hőmérsékleten hő kezeljük két úron keresztül. Ha elkészült azonnal tegyük át egy jégkockákkal teli edénybe, öntsünk rá hideg vizet, hogy minél előbb lehűljön.

A vendégek érkezése előtt vegyük ki a fóliából, majd egy nagy serpenyőben pár evőkanál olívaolajon minden oldalát pirítsuk meg.

A körítéshez hámozzuk meg a csicsókát és a burgonyát, aprítsuk fel, majd sós vízben főzzük puhára. Szűrjük le a főzőlevét és burgonyanyomóval nyomjuk át.

Szeleteljük fel a fokhagymát, majd pár evőkanál olívaolajon pirítsuk meg, utána öntsük az áttört püréhez. Ízesítsük őrölt szerecsendióval, és jól keverjük össze.

Szeleteljük fel a kész báránygerincet, tálaljuk nagy tányérokra, mellé halmozzunk a kész püréből, és egy kanálnyit birsalmás zseléből. Friss rozmaringággal dekoráljuk.

Náray Tamás desszertje

## Csokoládés Pavlova-torta friss öko gyümölcsökkel

2010-03-04



### Hozzávalók:

25 dkg étcsokoládé  
12,5 dkg vaj  
6 db tojás  
17,5 dkg cukor  
2 evőkanál Cointreo likőr  
1 db narancs héja

### Tetejére:

5 dl tejszín  
50 dkg friss eper  
2-3 evőkanál reszelt étcsokoládé

Törjük össze a csokoládét, majd tegyük egy kis lábasba. Adjuk hozzá a vajat, majd a lábast helyezzük vízgőz fölé. Párszor megkevergetve olvasszuk fel.

Míg a csokoládé olvad, üssünk egy keverőtálba 2 db egész tojást, és 4 db tojás sárgáját. A 4 db tojás fehérjét egy másik keverőtálba tegyük. Szórjunk a tojás sárgákhoz 75 gr cukrot, majd elektromos habverővel keverjük könnyű habossá. Ha a krém már szép fehér, tegyük hozzá a lereszelt narancshéjat és a likőrt, majd állandó keverés mellett csorgassuk hozzá az olvasztott csokoládét is.

Verjük kemény habbá a maradék cukorral a tojás fehérjét, majd ez is óvatosan keverjük a csokoládés masszához.

Béleljünk ki sütőpapírral egy 23 cm átmérőjű kerek tortaformát, töltsük bele a csokis tésztát. Tegyük 180 fokos sütőbe, és süssük 35-40 percen keresztül. a sütés vége előtt negyed órával mérsékeljük a hőmérsékletet 160 fokra.

Ha elkészült vegyük ki a sütőből, hagyjuk kihűlni.

Míg a torta hűl készítsük el hozzá a krémet. Verjük fel a tejszínt kemény habbá, kenjük a torta tetejére, szórjuk meg a reszelt csokoládéval, majd halmozzuk a tetejére a félbevágott epreket.

Izgalmasabb ha az eperszemeket megcsorgatjuk kevéske mézzel.

Csepregi Éva előétele

## Palócleves

2010-03-05



### Hozzávalók:

50 dkg marhalábszár, apróra vágva  
40 dkg krumpli akkorára vágva, amekkora a hús  
40 dkg zöldbab, lehet fagyasztott is  
só, bors,  
egy kis erős paprika tárkony  
tejföl  
citrom

A húst megcsinálom pörköltnek, azzal a különbséggel, hogy beleteszem a tárkonyt is. Külön megfőzöm sós vízben a krumplit, úgy 80 %-osra, a zöldbabot, szintén majdnem készre, majd a pörköltöt felöntöm a krumplis vízzel, beleteszem a krumplit, és a zöldbabot, azaz összeöntöm, vigyázva arra, hogy ne legyen túl híg.

Összeforralom, a tejfölt jól kikeverem, lehet bele tenni egy kis lisztet, és beleöntöm a levesbe, csavarok rá egy kis citromot, és összeforralom.

Csepregi Éva főétele

**Mandulás csirkecomb mandulaolajos-rukkolás  
krumplipürével**

2010-03-05



**Hozzávalók:**

6 csirkecomb. Kettévágva, bőr nélkül  
5 közepes fej vöröshagyma  
1 fej fokhagyma  
10 dkg mandula  
3 dl erőleves /kockából/  
só, bors  
rukkola  
olaj, lehet Mandula olaj is  
1,5 dl, Sherry, / lehet száraz Tokaji Szamorodni/

A csirkecombot megmosom, lenyúzom a bőrét, és kettévágom.

Az olajat felforrósítom, és a megpucolt mandulát világos barnára megpirítom. /Ha a mandula még héjas, akkor leforrázom, és könnyedén le tudom húzni a bőrét/. Vigyázni kell, hogy nehogy megégjen a mandula. Aztán kiszedem az olajból, és félreteszem.

A megmaradt olajban megpirítom a sózott, borsozott csirkedarabokat, elősütöm. Jót tesz neki, ha egy kicsit pirul, de nem kell készre sütni. Belerakom a comb darabokat egy fazékba, vagy kuktába, ráteszem a felkarikázott vöröshagymát, a gerezdjeire szedett fokhagymát, ráöntöm a húslevest, és a Sherry-t. Ha kuktában főzöm, akkor a forrástól számított 10 perc után leveszem, ha fazékban, akkor egy kicsit hosszabb.

Tálalásnál kiemelem a combokat a levéből, a szószból tehetünk rá egy kicsit.

Krumplipürével tálaljuk, amit megbolondítunk egy kis apróra vágott ruccolával, és vaj helyett mandula olajjal keverjük össze. A pirított mandulákat a hús tetejére szórjuk.

A maradék ruccolát egy kis olíva olajjal, és fokhagymával ízesítve, sózva, borsozva salátának is megcsinálhatjuk mellé, mert lesz egy kis színe az ételnek a tálalásnál.

Csepregi Éva desszertje

## Diós metélt palacsinta baracklekváros habbal

2010-03-05



### Hozzávalók a palacsintához:

40 dkg liszt  
6 dl tej  
4 dl ásványvíz  
4 tojás  
só  
15 dkg dió  
10 dkg porcukor  
4 tojásfehérje  
cukor  
baracklekvár  
vaj

A kisütött palacsintákat megtöltjük a cukrozott dióval, összecsavarjuk, a szokásos módon. Ujjnyi vastagra felszeleteljük, megforgatjuk a maradék cukrozott dióban, és vajjal kikent üvegtálba tesszük.  
A tojásfehérjéből kemény habot verünk, belekeverjük az egy két kanál cukrot, és a baracklekvárt. Rákenjük a tűzálló tálban lévő palacsintára, és 5 percre betesszük az előmelegített sütőbe.



Gallusz Niki előétele

## Avokádókrém sajtos rúddal

2010-03-08



### Hozzávalók:

5 db avokádó  
fél fej vöröshagyma  
1 gerezd fokhagyma  
só  
bors  
joghurt  
mustár  
majonéz  
pár csepp citromlé  
1 csomag leveles tészta  
1 db tojás  
15 dkg reszelt sajt  
1 doboz rukola saláta  
Olivaolaj

### Elkészítés:

Az avokádók belsejét kanállal egy tálba vájjuk, majd ízesítjük apróra összevágott hagymával, fokhagymával, citromlével. Megsózzuk és alaposan összekeverjük.

### Sajtos rúd:

A sajtos rúdhoz a leveles tésztát széthajtjuk, megkenjük felvert tojással, majd megszórjuk reszelt sajttal. Két centis csíkokra szabdaljuk, ráhelyezzük egy sütőlapra, majd forró sütőben megsütjük.

**Gallusz Niki főétele**

## **Spárgával töltött pulykamell, tejszínes szósszal, fenyőmagos jázminrizszel**

2010-03-08



### **Hozzávalók:**

5 nagy szelet pulykamell  
30-30 dkg zöld és fehér spárga  
15 dkg füstölt trappista sajt  
15 dkg trappista sajt  
15 dkg mozzarella sajt  
1 csokor zöldpetrezselyem  
3 dl tejszín  
csipetnyi őrölt szerecsendió  
darált bors  
kakukkfű  
olívaolaj

### **Körethez:**

50 dkg jázminrizs  
1 maréknyi fenyőmag  
só  
3 evőkanál étolaj

### **Elkészítés:**

A pulykaszeleteket klopfoljuk ki, majd daráljunk rá borsot, sózzuk, és szórjuk meg enyhén kakukkfűvel. A mélyhűtött spárgákat dobjuk forrásban lévő sós vízbe, és főzzük két percen keresztül. ha elkészült azonnal szedjük át és hideg vízzel tele edénybe. Ha lehűlt szűrjük le, és csepegtessük le alaposan. Reszeljük le a sajtokat, tegyük egy tálba, tegyük hozzá az összevágott petrezselyem zöldjét, daráljunk rá borsot, és fűszerezzük őrölt szerecsendióval, majd keverjük össze jól.

Tegyük egy kötegnyt a megfőzött spárgákból a pulykaszeletek közepére, kanalazzunk a sajtos tölteléből a tetejére. Jó szorosan göngyöljük fel, és tegyük egymás mellé, olívaolajjal megcsorgatott tűzálló sütőedénybe. Tetejére daráljunk borsot, és hintsük meg kakukkfűvel. Csorgassuk meg a tejszínnel, és tegyük forró sütőbe, ahol 160-170 fokon 20-25 percig sütjük.

Ha elkészült, vágjuk a tekercseket három darabba, tálaljuk nagy tányérokra, majd csorgassuk meg a tejszínes szósszal.

Körete fenyőmagos jázminrizs. Öntsük egy kis lábasba az olajat, majd forrósítsuk meg benne a rizst. Öntsük fel másfélszeres mennyiségű forró vízzel, sózzuk, fedjük le fedővel, és kis lángon pároljuk készre.

Egy száraz serpenyőben állandóan kevergetve pirítsuk meg a fenyőmagokat, majd keverjük a kész rizshez.

Gallusz Niki desszertje

## Lusta asszonyok rétese

2010-03-08



### Hozzávalók:

25 dkg rétes liszt  
15 dkg sima liszt  
1 csomag sütőpor  
két csomag túró  
reszelt citromhéj  
20-25 dkg porcukor  
teavaj  
barack vagy ananász  
fél liter tej  
3 tojás  
2 dl tejföl  
zsemlemorzsa

### Elkészítés:

Tepsit kivajazzuk, majd zsemlemorzssával megszórjuk, elhintjük...

A kétfajta lisztet, a sütőport, porcukor negyedét jól összekeverjük, az egyveleg felét a tepsiben szétoszlatjuk egyenletesen...

A túró a maradék porcukorral kissé áttörjük, citrom héját ráreszeljük, majd a tepsibe morzsoljuk...

A teavajat apró kockákra vágjuk, és a túró tetejére egyenletesen szétszórjuk...

A egyveleggel meghintjük.

A tejet, a tojást és a tejfölt jól kikeverjük, és rászórjuk a tetejére...

Sütőben közepes hőfokon (160 fok, légkeveréssel) kb 40-45 perc alatt megsütjük... gyümölcsöt is rátesszük, majd a maradék liszt.

**Dömsödi Gábor előétele**

## **Mangalicasonka mézes fügével, gomolya sajttal**

2010-03-09



### **Hozzávalók:**

40 dkg gomolya  
5 nagyobb szem füge  
10-15 szelet mangalica sonka  
10 dkg rukola saláta  
2 evőkanál olívaolaj  
2 evőkanál balzsamecet  
darált bors  
2-3 evőkanál méz  
Focaccia kenyér

### **Elkészítés:**

Mossuk meg alaposan a rukola leveleket jéghideg vízben, majd tegyük egy szűrőedénybe és csepegtessük le jól. Tegyük egy műanyag dobozba, és legalább fél órára tegyük hűtőszekrénybe, hogy friss és ropogós legyen.

Tálalás előtt tegyük egy salátástálba, csorgassuk meg olívaolajjal és balzsamecettel, daráljunk rá borsot, és óvatosan keverjük össze.

Vágjuk be a tetejénél a fügét, majd a közepébe tegyünk pár darab apróra tört sajtot.

Tálaláskor tegyünk egy nagy maréknyi beizesített rukola salátát nagytányér közepére, tetejére illesszük a fügét, majd az egészet tekerjük körbe pármái sonkával. Tetejére darálhatunk még borsot, és csorgathatunk rá olívaolajat. Melléje tépkedjük a gomolya sajtot. Kínáljunk hozzá friss focaccia kenyeret.

Fontos! Vékonyra szeletelt mangalicasonka kell. Ha nincs leszeletelve, akkor az előételt nem lehet elkészíteni.

**Dömsödi Gábor főétele**

## **Sonkás gombakéregben sült mangalica. szűz fetás sült burgonyával**

2010-03-09



### **Hozzávalók:**

15 szelet mangalica sonka  
2 db közepes méretű mangalica szűzpecsenye  
60 dkg gomba  
4 db tojás sárgája  
2 evőkanál vaj  
só  
feketebors  
kakukkfű  
2 evőkanál liszt  
2 evőkanál olívaolaj

### **Köret:**

burgonya  
feta sajt  
rozmaring  
olívaolaj  
só  
bors

### **Elkészítés:**

A szűzpecsenyét hártázzuk le, kenjük be egy evőkanálnyi olíva olajjal. Daráljunk rá borsot, szórjuk meg kakukkfűvel, majd csomagoljuk be fóliába és tegyük a hűtőbe pár órára.

A megmosott gombákat vágjuk apró darabokra. Serpenyőben forrósítsuk fel a vaját, adjuk hozzá a gombát, sóval, őrölt borssal és kakukkfűvel ízesítsük. Pároljuk addig még a pároló levét teljesen el nem párologta. Szórjuk rá a lisztet és pirítsuk vele egy percig. Vegyük le a tűzről, és még melegen dogozzunk bele két tojás sárgáját.

A bepácolt pecsenyét serpenyőben egy evőkanálnyi felhevített olívaolajon süssük elő mindkét oldalát. Ha kissé kihűlt kenjük meg tojás sárgájával, halmozzuk a tetejére a gombapépet.

A sonkaszeleteket tegyük rá a gombapépes pecsenyét, majd burkoljuk bele. Széleit jól nyomkodjuk össze, és tegyük egy sütőlapra.

Előmelegített sütőben 180 fokon legalább 30-35 percig süssük.

A másfél centis darabokra szeletelt pecsenyét tegyük egy nagy tányérra.

### **Köret:**

Sajtos sült burgonya. A héjában megfőzött burgonyákat vágjuk négybe, tegyük egy tepsibe, majd csorgassuk meg olívaolajjal, és szórjuk meg kis darabokra tördelt feta sajttal. Tépkedjünk rá rozmaringleveleket, daráljunk rá borsot, majd forró sütőben süssük pirosra.

**Dömsödi Gábor desszertje**

## **Csóben sültt epres palacsinták**

2010-03-09



### **Hozzávalók a tésztához:**

350 gr liszt  
4 db tojás  
1 evőkanál porcukor  
6 dl tej  
1 csipetnyi só  
olaj a sütéshez

### **Töltelékhez:**

2 dkg vaj  
50 dkg eper  
3 dl tejszín  
4 db tojás sárgája  
1 evőkanál citromlé  
10 dkg cukor  
1 csomag vaníliás cukor

### **Elkészítés:**

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, sőt és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet. Ügyeljünk, ne legyen csomós. Ha a palacsintatésztát túl sűrűnek találjuk, szódavízzel hígíthatjuk.

Palacsintasütőben olajat hevítünk fel, öntsünk bele a tésztából annyit, hogy szép vékonyra el tudjuk teríteni, majd vékony palacsintákat süssünk belőle. Egy kevéske reszelt citromhéjat keverhetünk a tésztába, érdekesebb lesz tőle.

A töltelékhez tegyük egy kis tálba a tejszínt, üssük bele a tojások sárgáját, adjuk hozzá a cukrot és a vaníliás cukrot. Tegyük vízgőz fölé, majd állandóan kevergetve addig melegítjük, még besűrűsödik. Vegyük le a gőzről és hagyjuk kihűlni.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel a vaját, majd tegyük bele a megmosott és lecsepegtetett eperszemeket, erős lángon hevítjük körülbelül fél percig, és utána keverjük a tejszínes krémhez.

A megsütött palacsintákat töltsük meg az epres töltelékkel, tekerjük fel, majd tegyük egy vajjal kikent tűzálló tálba. Tetejére kanalazzunk a töltelékből, szórjuk meg porcukorral és szeletelt mandulával. Forró sütőben 20 perc alatt süssük pirosra.

A töltelék alapját elkészíthetjük vaníliás pudingkrémből is!

Onyutha Judit előétele

## Rákfarok kókuszbundában, egzotikus szósszal

2010-03-10



### Hozzávalók:

25 db királyrák farok  
 30 dkg kókuszreszelék  
 félpohárnyi zsemlemorzsa  
 3-4 db tojás  
 kétpohárnyi liszt  
 fél liter étolaj  
 fél citrom leve  
 4 csepp tabasco szósz  
 két szál kapor  
 só  
 3 evőkanál majonéz  
 1 evőkanál édes chili szósz  
 fél citrom leve  
 1 csokor korianderlevél  
 2 evőkanál olívaolaj  
 darált bors  
 1 evőkanál mustár  
 2 db zöldcitrom  
 1 teáskanál curry

### Elkészítés:

A rákok páncélját fejtjük le, de a legvégét hagyjuk rajta. Mossuk meg hideg vízben jól, majd csepegtessük le. Tegyük egy papírkéztörlőre, és itassuk le a felesleges vizet róla. Tegyük egy tálba, csepegtessük meg citromlével és a tabasco szósszal, majd szórjuk rá az összevágott kaprot, és hintsük meg sóval.

Egy tálba keverjük össze a kókuszreszeléket a zsemlemorzsával, üssük fel egy másik tálkába a tojásokat, villával verjük fel. Mártuk lisztbe a rákokat, úgy, hogy a farok részénél fogjuk meg, majd tojásba, és utána a kókuszos keverékbe panírozzuk.

Forrósítsuk fel az olajat egy serpenyőbe, majd közepes lángos süssük ki a bepanírozott rákokat. Itatópapírra szedjük ki, majd tálaljuk tányérokra, pár cikk zöldcitrommal megcsorgatva fogyasszuk.

Tegyük egy tálba a majonézt, ízesítsük citromlével, mustárral, chili szósszal. Fűszerezzük összevágott korianderlevéllel, darált borssal és curry-vel, majd jó alaposan keverjük össze. Tegyük pár kanálnyit a szószból üvegkelyhekbe, tetejére halmozzunk a kisütött rákból. Zöldcitrom cikkekkel dekoráljuk.

**Onyutha Judit főétele**

## **Fakéregben sült zöldséges csirkemell basmati rizszel**

2010-03-10



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 1 csomag ausztrál teafa-kéreg  
 3 evőkanál natúr joghurt  
 2 teáskanál szék fűszerkeverék,  
 darált bors  
 2 szál sárgarépa  
 1 db cukkíni  
 1-1 db sárga  
 piros és zöld  
 kaliforniai paprika  
 1 fej saláta  
 4 evőkanál olívaolaj  
 1 db póréhagyma  
 basmati rizs  
 1 teáskanál kurkuma

### **Elkészítés:**

Tegyük egy tálba a csirkemelleket, kanalazzuk rá a joghurtot, daráljunk rá borsot és szórjuk meg a fűszerkeverékkel. Jó alaposan keverjük össze, és sütésig tároljuk a hűtőszekrényben. Míg a hűtőben pihen a hús, készítsük elő a zöldségeket. A sárgarépát, paprikát, cukkínit és póréhagymát vágjuk ceruza nagyságú csíkokra, majd nagy serpenyőben pár kanál olívaolajon hirtelen süssük meg.

Hasonlóan felhevített olívaolajban mindkét oldalát süssük elő a csirkemellnek.

Hajtsuk szét a fakérget majd az aljára tegyünk két levél salátát. Helyezzünk rá adagonként egy darab elősütött csirkemellet, majd halmozzunk rá az elősütött zöldségekből is. tekerjük fel a fakérget, és a két végét jó szorosan kössük össze. tegyük sütőlemezre és 250 fokos sütőben, nem hőlégkeveréses módban süssük 15-20 percen keresztül.

Ha elkészült tegyük nagy tányérra, tetejét késsel nyissuk meg, mellé köretnek párolt rizst kínáljunk.



Onyutha Judit desszertje

## Banánkenyér karamellizált banánnal

2010-03-10



### Hozzávalók:

2 pohár liszt  
fél teáskanál sütőpor  
1 teáskanál szódabikarbóna  
1 csipetnyi só  
13 dkg vaj  
20 dkg cukor  
2 db tojás  
2 db banán  
1 csomag vaníliás cukor  
2 evőkanál joghurt (1 pohár=250ml)

### Karamell banánhoz:

4 evőkanál cukor  
2 dl tejszín  
2 db keményebb banán  
5 dkg vaj  
2 cl rum

### Elkészítés:

Tegyük egy keverőtálba a szobahőmérsékletű vaját, a cukrot, majd elektromos keverővel keverjük könnyű habosra. Egyenként üssük bele a tojásokat, majd az összetört banánt. Keverjük hozzá a joghurtot, majd óvatosan a liszt, szódabikarbóna, só, és sütőpor keverékét. Kenjünk ki vajjal és hintsünk meg liszttel egy kisebb méretű tepsit, majd öntsük bele a kész tésztát. Tegyük forró sütőbe, és 140-150 fokon süssük 30-35 percig.

Harsányi Gábor előétele

## Erdélyi paradicsomleves

2010-03-11



### Hozzávalók:

6 dkg zsír  
2 dkg liszt  
20 dkg paradicsompüré  
só  
10 dkg cukor  
1 fej vöröshagyma  
1 kisebb zellergumó  
vékony szál rozmaring  
1 marék rizs

### Elkészítés:

Olvasztott zsírban a lisztet zsemleszínűre pirítjuk, majd beletesszük a paradicsompürét és a tűzhelyről lehúзва hideg vízzel habverővel simára keverjük. Beletesszük a nagy darabokra összevágott vöröshagymát, a nagy darabokra vágott zeller gumót, sóval és cukorral ízesítjük, majd hozzátéve a rozmaringot, főzzük negyed órán keresztül, majd és rizst főzünk bele.

**Harsányi Gábor főétele**

## **Transsylvaniai pecsenye joghurtos uborkasalátával**

2010-03-11



### **Hozzávalók:**

1 kg sertésszűzpecsenye  
10 dkg füstölt húsos-szalonna  
3 evőkanál olaj (sertészsír)  
2 nagyobb fej vöröshagyma  
5 gerezd fokhagyma  
2 db TV paprika  
2 nagyobb paradicsom  
só  
frissen őrölt bors  
1 kg burgonya  
1 liter étolaj a burgonya sütéséhez

### **Uborkasaláta:**

kígyóuborka  
ecet  
só  
cukor  
fokhagyma  
tejföl  
piros paprika

### **Elkészítés:**

A szűzpecsenyét egy centis szeltekre vágjuk, kissé megütögetjük, majd borsózzuk, sózzuk. Egy nagy serpenyőben felforrósítjuk az olajat, beletesszük a hússzeleteket, és mindkét oldalát pirosra sütjük. Ha elkészült a húst kivesszük a serpenyőből, és melegen tartjuk.

Az olajon (zsíron) amiben a hús sült vékony csíkokra vágott szalonnát megpirítom. Ráteszem az apró kockára vágott hagymát, és megdinsztelem. 1 dl vizet öntök hozzá, és visszapirom zsírára. (Így sokkal sűrűbb szaftot fogok kapni.) Adok hozzá kis kockára vágott paprikát, és hámozott, kockázott paradicsomot. Utóízeselem reszelt fokhagymával, borssal. Rövid, tartalmas szaftja legyen!

Pirított burgonyát, vagy hasábburgonyát összekeverem a fokhagymás szafttal.

Tálalásnál a tányérra a burgonyát teszem először, enyhén sózom, rá a hús kerül. Salátát kínálok mellé, ami joghurtos uborkasaláta.

### **Pirított burgonya:**

A burgonyát meghámozom, majd hasábokra vágom. Forró, sós vízben előfőzöm, majd leszűrve, és megsikkasztva, kevés forró olajon szép pirosra sütöm.

### **Hasábburgonya:**

A burgonyát meghámozom, hasábokra vágom, megmosom, megszáritom. Bő, forró olajban sárgára sütöm, szalvétára kiszedve lecsepegtetem. Kicsit pihentetem, majd visszatéve az olajba szép pirosra sütöm. Szalvétára szedem, hogy a fölösleges olajat leitassam. Így készítve a hasábburgonya belül puha, kívül ropogós lesz.

Harsányi Gábor desszertje

## Ízes-véres fánk

2010-03-11



### Hozzávalók:

50 dkg liszt  
2 evőkanál vaj  
2 tojás sárgája  
egy csipetnyi só  
3 dl tej  
1 csomag szárított élesztő  
1 evőkanál cukor  
fél deciliternyi rum,  
olaj a kisütéshez

### Szederszószhoz:

40 dkg mélyhűtött szeder  
3-4 evőkanál cukor  
1 teáskanál citromlé

### Elkészítés:

Tegyük a lisztet egy keverő edénybe, adjuk hozzá a sót, szárított élesztőt és a cukrot. Kezdjük el dagasztani és közben kis adagokba, öntsük a hozzá a langyos tejet. Ha a tészta kezd összeállni, tegyük bele a tojások sárgáját, a szobahőmérsékletű vaját és a rumot. Dagasszuk 5-6 percig. A tésztának kalácssűrűségűnek kell lenni, ez a sűrűség a galuskatésztaéhoz hasonlít jobban. Takarjuk le tiszta konyharuhával és kelesszük duplájára.

Borítsuk egy liszttel megszórt deszkára, nyújtsuk két centi vastagságúra, és széles szájú pohárral, vagy fánk szaggatóval szaggassuk ki. Hagyjuk még kelni pár percig.

Öntsünk egy liternyi étolajat egy lábasba, forrósítsuk fel. Vigyázzunk ne legyen túl forró az olaj, mert akkor hirtelen megsül a fánk és a belseje nyers maradhat. Kezünkkel a fánktészta közepét nyomjuk be, majd óvatosan tegyük a forró olajba. Takarjuk le körülbelül egy percre, így lesz a fánkunk szalagos, majd utána fordítsuk meg. Megfordítás után nem kell már letakarni. Szedjük ki az olajból, csepegtessük le, és még forrón szórjuk meg porcukorral.

A szederszószhoz engedjük fel a szedret, majd tegyük egy edénybe. Adjuk hozzá a cukrot és a citromlevet. Turmixszoljuk össze, majd finom lyukú szitán passzírozzuk át. Ezzel a szósszal csorgassuk meg a fánkokat.

Völgyesi Gabi előétele

## Rétegelt halas causa

2010-03-12



### Hozzávalók:

1 kg burgonya  
4 evőkanál aji amarillo krém (lehet tabasco is)  
2 db zöldcitrom leve  
2 dobot tonhal konzerv  
1 fej lilahagyma  
1 pohárnyi majonéz  
2-3 db avokadó  
só  
darált bors  
3 db főtt tojás  
1 maréknyi fekete olajbogyó  
1 fej fodros saláta  
1,5 dl étolaj

### Elkészítés:

Főzzük meg a meghámozott burgonyát sós vízben, amjd szűrjük le és törjük át burgonyanyomóval. Keverjük hozzá a paprikakrémet, az étolajat, az egyik zöldcitrom kifacsart levét, borsozzuk, ajd jó alaposan keverjük össze.

Keverjük össze egy kis tálban a tonhalkonzervet, adjuk hozzá a majonézt és a fél apróra összevágott lilahagymát. Daráljunk rá borsot, sózzuk meg és keverjük jól össze.

Egy nagy pogácsaszaggatót helyezünk nagy tányér közepére, tegyünk egy rétegnyt a burgonyás keverékből. Kanállal simítsuk el a felületét, amjd egy halas keverék kerüljön rá.

Tetejére ismét a burgonyás keverékből tegyünk, ezt is simítsuk le, majd a zöldcitrom levével összetört avokádót is tegyük rá. Vegyük le róla a pogácsaszaggatót, mellé salátalevelet, felkarikázott lilahagymát és fekete olajbogyót alalajunk. Főtt keménytojás karikákkal dekoráljuk.

**Völgyesi Gabi főétele**

## **Aji de Gallina édesburgonyával és kukoricás rizzzel**

**2010-03-12**



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 1 liter csirkehús leves  
 1 dl étolaj  
 2 evőkanál aji amarillo krém  
 2 gerezd fokhagyma  
 1 fej vöröshagyma  
 3 evőkanál dió  
 3 evőkanál reszelt parmezán sajt  
 4 szelet fehérkenyér  
 2 dl tej  
 2 db keményre főtt tojás  
 1 maréknyi fekete olajbogyó  
 só  
 darált bors  
 2 teáskanál kurkuma

### **Körethez:**

3 db édesburgonya  
 30 dkg rizs  
 2 pohárnyi kukoricakonzerv  
 3 evőkanál étolaj

### **Elkészítés:**

Vágjuk le a kenyerek héját, tegyük egy kis tálba, és öntsük rá a tejet. Egy serpenyőben pár kanál olajon süssük élő a beborsozott és megsózott csirkemelleket, majd öntsük rá a csirkehús levest. Fedjük le fedővel és főzzük húsz percen keresztül. Ha elkészült szedjük ki a főző levéből, és hagyjuk kihűlni.

Tegyük egy konyhai gyorsvágó gépbe a kinyomkodott kenyeret, tegyük hozzá az összevágott hagymát, fokhagymát, diót és a pároló léből 2 pohárnyit, majd turmixszoljuk össze. Öntsük vissza serpenyőbe, forraljuk jól fel, és utána tegyük bele a csíkokra felmetélt főtt csirkemelleket. Kis lángon főzzük még öt percig.

A körethez pároljuk meg kevés olajon a rizst, öntsük fel másfélszeres mennyiségű forró vízzel, sózzuk, majd lefedve pároljuk készre. Ha elkészült keverjük hozzá a kukoricát.

Az édesburgonyát hámozzuk meg, vágjuk falatnyi kockákra, és kanálnyi vajjal, egy nagy serpenyőben kortyi vízzel pároljuk puhára.

Tálaljunk nagy tányérokra a kukoricás rizsből, mellé pár kanál édesburgonyát, majd kanalazzunk rá a csirkeraguból. Tetejét parmezán sajttal szórjuk meg.

Völgyesi Gabi desszertje

## Perui tejlekvárral töltött linzerkarikák

2010-03-12



### Hozzávalók:

2 doboz cukrozott sűrített tej  
1 db vanília rúd

### Tésztához:

17 dkg vaj  
10 dkg porcukor  
2 db tojás sárgája  
25 dkg liszt, csipetnyi só  
1 mokkáskanál sütőpor

### Elkészítés:

A tejlekvárhoz öntsük a cukrozott tejet egy lábasba, tegyük bele a félbevágott vanília rudat. Állandóan kevergetve kis lángon főzzük körülbelül másfél órán keresztül, míg sűrű lekvárszerű állagú nem lesz. Ha elkészült vegyük ki belőle a vaníliát, majd hagyjuk kihűlni.

A linzerhez szitáljuk a lisztet egy nagy tálba, adjuk hozzá a sót, porcukrot és a sütőport. Vágjuk bele a vajat, majd kezünkkel jól morzsoljuk össze. Tegyük hozzá a tojások sárgáját, és gyúrjuk jól össze. Ha keménynek ítéljük a linzertésztát, pár evőkanál tejszínnel lazítsuk fel. Gyúrjuk át alaposan, majd tegyük egy tányérra, fedjük be fóliával és pihentessük a hűtőszekrényben pár órán keresztül.

Tegyük a tésztát liszttel meghintett deszkára, és nyújtsuk ki három milliméter vastagságúra. Szúrjunk ki belőle öt centis karikákat, úgy hogy a fele kiszúrt karikának a közepét egy gyűszűvel még kiszúrjuk. Tegyük sütőpapírral borított sütőlemezre, majd előmelegített sütőben 170 fokon 6-8 percig süssük. Ha elkészült hagyjuk kihűlni.

Tegyük egy-egy teáskanálnyi tejlekvárt a megsütött karika közepére, majd helyezzük rá a kiszúrt és megsütött linzerkarikát. Kezünkkel óvatosan nyomjuk rá, és az egészet bőven szórjuk meg porcukorral.

Tallós Rita előétele

## Zöld spárgák réteslapba burkolva dijoni mustárral

2010-03-16



### Hozzávalók:

1 doboz friss rétestészta 200g  
25 friss zöld spárga  
5 szelet nyers sonka  
vaj a kenéshez

### Elkészítés:

A rétestésztát 10 perccel a feldolgozás előtt vegye ki a hűtőszekrényből.

A sütőt 170°C-ra melegítse elő.

A spárgát sós vízben főzze készre, jól csepegtesse le és hűtse le.

A tésztából vágjon kb. 5 cm széles csíkokat.

4-5 spárgát tekerjen bele a nyers szalonnába. A tésztacsíkokat tekerje a sonkába csomagolt spárga köré és fektesse sütőpapírral bélelt tepsibe.

Előmelegített sütőben kb. 4 percig süsse.

### Dijoni mustárszósz

#### Hozzávalók:

1 doboz Hollandi mártás,  
2 evőkanál magos mustár,  
1 csokor friss metélőhagyma.

A Hollandi mártást öntsük egy kis tálba, tegyük vízgőz fölé és melegítsük meg. Keverjük hozzá a mustárt és az összevágott metélőhagymát.

Tálaljuk a megsütött spárgabatyut nagy tányér közepére, majd csorgassuk meg a mustáros szósszal. Metélőhagymával dekoráljuk.



**Tallós Rita főétele**

## **Diókéregben sült őzgerinc mákos nudlival, erdei gyümölcsösszossal**

2010-03-16



### **Hozzávalók:**

1 kg őzgerinc csont nélkül  
1 csomag borókabogyó  
1 teáskanál kakukkfű  
darált bors  
4-5 evőkanál olívaolaj  
30 dkg durvára darált dió  
2 db tojássárgája

### **Mákos nudlihoz:**

2 csomag  
1 marék mák (nem darált)  
2 evőkanál vaj  
10 szem kelbimbó  
1 csomag főtt egész gesztenye  
darált bors  
só

### **Erdei gyümölcsösszósához:**

30 dkg erdei gyümölcskeverék  
3 dl narancslé  
2 evőkanál étkezési keményítő  
2 dl száraz vörösbor  
2 evőkanál cukor

Az őzgerinc hártyáit éles késsel vágjuk le, majd kenjük meg olívaolajjal. daráljunk rá borsot, szórjuk meg kakukkfűlevelekkel, és dörzsöljük be mozsárban összezúzott borókabogyóval. Fedjük be fóliával és sütésig tartsuk hűtőben.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, tegyük bele a befűszerezett őzgerincet. Erős lángon minden oldalát pirítsuk meg, majd vegyük ki a serpenyőből, és hagyjuk kihűlni.

Itatóspapírral töröljük szárazra a felesleges olajtól, kenjük meg minden oldalát a tojás sárgájával. Öntsük a durvára darált diót egy nagy tálcára, és hempergessük meg benn minden oldalon a tojásos őzhúst. Tegyük sütőpapírral borított tepsire, és 180 fokos sütőben süssük 15 percig. Ha elkészült hagyjuk állni pár percig, majd szeleteljük fel egy centis darabokra.

A mákos nudlihoz forrósítsunk fel vaját nagy serpenyőben, tegyük bele a gnocchiból. Rázogatva közepes lángon pirítsuk meg. amikor már pirulnak a nudlik, tegyük hozzá a kelbimbóról leszedett levelekből és a megfőzött gesztenyéből. Daráljunk rá borsot, sózzuk meg és hintsük meg a mákkal. Pirítsuk még pár percig, majd tálaljuk a hús mellé, csorgassunk köré a gyümölcsösszósából.

A gyümölcsösszósához öntsük a narancslét és a bort egy kis lábasba, ízesítsük cukorral, majd forraljuk fel. Utána tegyük bele a gyümölcskeveréket, és ha felforrt hideg vízzel elkevert keménnyel sűrítsük be.

Tallós Rita desszertje

## Rebarbarás morzsás sütemény fagylalttal

2010-03-16



### Hozzávalók:

50 dkg omlós linzertészta  
1 kg rebarbara  
3 evőkanál liszt  
10 dkg cukor  
1 csomag eredeti vaníliás cukor  
1 doboz vaníliás fagyi

### Morzsához:

8 dkg liszt  
1 teáskanál őrölt fahéj  
5 dkg barnacukor  
5 dkg darált dió vagy mandula  
5 dkg vaj

### Omlós tésztához:

20 dkg liszt  
5 dkg darált mandula  
15 dkg vaj  
1 csipetnyi só  
fél csomag vaníliás cukor  
2 evőkanál porcukor

A tésztához tegyük a lisztet, darált mandulát, vaníliás cukrot és a csipetnyi sót egy tálba, majd szeleteljük rá a jéghideg vaját. Gyors mozdulattal, a kezünkkel morzsoljuk össze.

Vigyázzunk a kéz melegétől ne olvadjon fel a vaj. Öntsünk rá 5-6 evőkanálnyi hideg vizet, majd gyúrjuk össze. Nem baj, ha a tésztában maradnak kisebb vajdarabkák, mert ettől lesz omlós és ropogós a tészta. Tegyük egy kistányérra, majd tegyük be a hűtőbe fél órára.

A töltelékhez mossuk meg jól a rebarbarát, vágjuk 2-3 centis darabokra, tegyük egy tálba. Szórjuk rá a vaníliás cukrot, lisztet és a cukrot, utána keverjük össze.

Nyújtsuk ki két-három milliméter vastagságúra a tésztát, béleljünk ki vele egy peremes kerek sütőformát. Öntsük rá a rebarbarás keveréket.

A morzsához tegyünk minden alapanyagot egy tálba, és kezünkkel, gyors mozdulattal morzsáljuk össze. szórjuk a rebarbarára, majd tegyük előmelegített sütőbe, és 160 fokon süssük 40-45 percen keresztül.

Ha elkészült hagyjuk kissé kihűlni, majd vágjuk cikkekre, mellé fagylaltot kanalazhatunk.

**Dombovári Vanda előétele**

## **Indiai fűszeres paradicsom és datolya chuntney lapos kenyérrel**

2010-03-17



### **Fűszeres indiai lapos kenyér**

#### **Hozzávalók:**

500 gr sima liszt  
2 teáskanál só  
1 csomag szárított élesztő  
3 evőkanál olívaolaj  
3 dl víz

#### **Elkészítés:**

Egy tálban keverjük össze a lisztet, sót, szárított élesztőt és az olajat. Fakanállal vagy elektromos dagasztógéppel kezdjük el összedolgozni, közben kis adagokban öntsük hozzá a meglangyosított vizet. Addig dagasszuk, még a tészta az edény falától el nem válik. Takarjuk le konyharuhával, tegyük meleg helyre, és kelesszük legalább egy órán keresztül. Akkor jó ha a tészta a kétszeresére dagad. Borítsuk egy liszttel megszórt nyújtódeszkára, gyúrjuk át, és vágjuk 8 egyforma darabra. A kis darabkákat nyújtsuk körülbelül 15 centi átmérőjű korongokra. Tegyük liszttel meghintett tátra és kelesszük még öt percig.

Egy száraz serpenyőt forrósítsunk fel közepes melegre, tegyük bele egyenként a kinyújtott kenyeret. Mindkét oldalát addig süssük még arany barnára nem lesz.

Még melegen tálaljuk indiai szószos ételek mellé, kínálhatjuk tojásrántottához, de tehetünk a kenyérre zöldsalátá leveleket és felszeletelt sülteket is. Chutney-val megkenve izgalmas harapnivaló!

#### **Tipp:**

Dagaszthatunk a tésztába mazsolát, felszeletelt pirított hagymát, pirított diót, vagy összekockázott brie sajtot is.

### **Pikáns paradicsom chutney**

#### **Hozzávalók:**

6 paradicsom  
2 lilahagyma  
2 piros chili  
4 cm gyömbér  
10 dkg barnacukor  
1 dl vörösborecet  
2 tk mustármag  
1 marék datolya  
Indiai lapos kenyerek több féle az indiai boltból

#### **Elkészítés:**

A paradicsomot durván kockákra vágjuk, a hagymát vékonyra szeleteljük, a chilit magtalanítjuk és felaprítjuk, a gyömbért megpucoljuk és aprítjuk.

Egy vastag aljzatú lábasba tesszük az összes hozzávalót, felforraljuk. Alacsony hőmérsékleten, kb. 1 órán keresztül sűrű szósszá főzzük. Ha szükséges, adunk hozzá egy kis vizet. Amikor a hagyma puha, és a folyadék elpárolgott, akkor jó.

Hűlni hagyjuk, majd áttöltjük sterilizált övegekbe (kb 2×250 ml es üvegre lesz szükség)

**Dombovári Vanda főétele**

## **Punjabi citromos csirke bengáli padlizsánnal, fahéjas rizzsel**

**2010-03-17**



### **Bengáli krémes padlizsán**

#### **Hozzávalók:**

70 dkg padlizsán  
2 teáskanál kurkuma  
1 evőkanál Pataks Brinjal Pickle Aubergine, vigyázni ne csípőset vegyetek!  
kevéske chili paprika  
1,5 teáskanál őrölt római kömény  
1 teáskanál őrölt koriandermag  
1 csokor friss korianderlevél,  
1 fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
3-4 dl kókusztej vagy tejszín  
só, darált bors  
3-5 evőkanál olívaolaj

Vágjuk falatnyi darabokra a padlizsánt, hintsük meg enyhén sóval. Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy serpenyőben, tegyük bele a besózott padlizsánt, majd állandóan kevergetve pirítsuk meg.

Vágjuk finomra a vöröshagymát és a fokhagymát, tegyük egy nagy lábasba. Csorgassunk rá olívaolajat, szórjuk rá az őrölt római köményt és az őrölt koriandermagot, majd kis lángon pároljuk üvegesre. Szórjuk rá a kurkumát, keverjük jól össze a pirított hagymával, utána öntsük fel a kókusztejjel vagy a tejszínnel. Ízlés szerinti mennyiségű chili paprikával, darált borssal és sóval ízesítsük. Forraljuk pár percig, míg krémesre nem sűrűsödik, utána tegyük bele a megpirított padlizsándarabokat. Rotyogtassuk néhány percig, majd keverjük hozzá a durvára összevágott korianderlevelet.

Tálaljuk tálkákba, és kis darabokra összetépett indiai kenyérral mártogassuk ki. Önálló húsnélküli ételnek is kiváló fogás, de köríthetünk vele grillezett halakat, vagy sajtokat is.

### **Fahéjas rizs**

#### **Hozzávalók:**

30 dkg Basmati rizs  
3 evőkanál étolaj  
fél teáskanál só  
4.5 dl forró víz  
1 db egész fahéj

Öntsük az olajat egy kisebb lábasba, szórjuk rá a rizs, és tegyük hozzá a kettétört fahéjat. Sózzuk meg, majd állandóan kevergetve pár perc alatt forrósítsuk meg. Vigyázzunk pirítani nem szabad. Ha a rizsszemek forrók, öntsük fel a forró vízzel, fedjük le fedővel, és pároljuk kis lángon puhára.

### **Citromos panjabi csirke**

#### **Hozzávalók:**

1 kg csirkemell filé  
1 fej zúzott fokhagyma  
2 fej kockára vágott vöröshagyma  
kevéske gyömbér  
2 evőkanál citromlé  
fél evőkanál citromhéj  
5 dkg vaj  
10 dkg olaj  
fél liter főzõtejszín  
fél liter kókusztej  
só, bors ízlés szerint  
petrezselyem

A felszeletelt csirkemelleket olajos sós-borsos fokhagymás pácban kb. 1 órán át pácoljuk, majd egy teflonos serpenyőben kevés olajon hirtelen rozsdabarnára sütjük. Miután a csirkét egy tála helyeztük, ugyanebben a serpenyőben üvegesre dinszteljük a vöröshagymát, majd állandó kevergetés mellett hozzáadjuk sorban a zúzott fokhagymát, a gyömbért, söt-borsot, a citrom levét és citromreszeléket, a petrezselymet, a főzõtejszínt, a vajat és végül a kókusztejet.

Végezetül főzzük össze néhány percen keresztül a szószunk elkészítése alatt „mellőzött” sült csirkemellinkkel!

**Dombovári Vanda desszertje****Tejes Firni**

2010-03-17

**Hozzávalók:**

5 bögre tej  
6 evőkanál kukoricaliszt  
1 csésze cukor  
2 tubus sűrített tej  
4 evőkanál mandula  
4 evőkanál pisztácia (vagy mogyoró)  
8 nagy kardamom  
2 teáskanál kevara aroma (más esszenciával helyettesíthető)  
néhány szem málna vagy szeder

Forraljuk fel a tejet a sűrített tejjel. Keverjük el a kukoricalisztet egy kis vízzel simára és folyamatos keverés mellett öntsük a tejhez, míg a keverék besűrűsödik. Vegyük le a tűzről, adjuk hozzá a cukrot és az aromát. Öntsük kompótos tálakba vagy fagylaltos poharakba és hagyjuk megdermedni. Málna- vagy szederszemekkel, összetört kardamom magokkal, feldarabolt pisztáciával és hámozott mandulával dekoráljuk.

Trokán Péter előétele

## Jászsági fácánleves bakonyi vadgombákkal

2010-03-18



### Hozzávalók:

1 db fácán  
vegyes leveszöldség (zeller gumó, fehérrépa, sárgarépa, karalábé)  
1 fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
1 csokor petrezselyem zöldje  
6-8 szem egész bors  
csipetnyi őrölt szerecsendió  
só  
10 db fürjtojás  
30 dkg erdei vegyes vadgomba

A fácánt mossuk meg hideg vízben jól, majd tegyük egy fazékba. Öntsük fel hideg vízzel és tegyük fel főni. Ha már forr és a tetejére feljött a habot kanállal szedjük le róla, utána tegyük bele a meghámozott zöldségeket, és a fűszereket. Főzzük egészen kis lángon, majd ha elkészült szűrjük le.

Ha a fácán és a vele főtt zöldségek kihültek, vágjuk vékony csíkokra. Tegyük a levesbe a vegyes erdei gombát, és lassú tűzön főzzük még negyed órán keresztül.

Ha elkészült szedjük kis leveses csészékbe a zöldség és húscsíkokból, tegyük hozzá keményre főtt fürjtojást, majd szedjük rá a gombás fácánlevest.

**Trokán Péter főétele**

## **Spenóttal grillezett baramundi serpenyőben sült zöldségekkel**

**2010-03-18**



### **Hozzávalók:**

70 baramundi filé  
30 dkg forrázott spenótlevél  
2 db paradicsom  
2 gerezd fokhagyma  
halfűszer-keverék  
őrölt szerecsendió  
darált bors, só  
3 evőkanál olívaolaj  
2 szál kakukkfű  
fél pohár tejföl  
fél pohár joghurt

Vágjuk egyforma darabokra a halfilét, majd csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot és szórjuk meg halfűszer-keverékkel. Fedjük le fóliával, és kis időre tegyük a hűtőszekrénybe, hogy a fűszerek íze jól átjárja a halhúst. Készítsük el hozzá a spenótot. Forrósítsunk fel egy kis lábasban egy evőkanálnyi olívaolajat, majd tegyük bele az összezúzott fokhagymát. Forrósítsuk össze, és utána tegyük rá a leforrázott és kinyomkodott spenótleveleket. Fűszerezzük őrölt szerecsendióval, darált borssal és kevéske sóval. Fedjük le és kis lángon pároljuk 4-5 percig, ha elkészült hagyjuk kissé kihűlni.

Tegyük egy ív sütőpapírt egy tepszi aljára, majd helyezzük el rajta egymás mellé a befűszerezett halszeleteket. Halmozzuk rá a megpárolt spenótot, vigyázzunk a párolólevéből ne tegyük a halra, kissé nyomjuk ki a kanálállal. Tetejére szeletelt paradicsomot tegyük, tépkedjük rá kakukkfűleveleket, daráljunk rá borsot, majd kanalazhatunk rá a fokhagymával fűszerezett tejföl és joghurt keverékét. Csorgassuk meg olívaolajjal és forró sütőben 150 fokon pároljuk készre 10-12 perc alatt.

Ha elkészült lapátkanállal helyezzük nagy tányérokra, köretnek serpenyőben sült zöldségeket kínálunk hozzá.

### **Körethez:**

2 szál sárgarépa  
1 db cukkini  
1 db karalábé  
1 kisebb fej brokkoli  
1 db padlizsán  
1-1 ág friss rozsmaring és zsálya  
fél darab póréhagyma  
2 gerezd fokhagyma  
darált bors  
3-4 evőkanál olívaolaj

Tisztítsuk meg a zöldségeket, majd vágjuk ujjnyi csíkokra. A brokkolit is szedjük kis rózsákra. Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele először a felcsíkozott répát és a karalábét. Erős lángon pirítsuk néhány percig, utána tegyük hozzá a maradék zöldségcsíkokat, és a brokkoli rózsát is. daráljunk rá borsot, és erős lángon állandóan kevergetve pirítsuk. Amikor a zöldségek már majdnem jók reszeljük hozzá a fokhagymát. kevergessük vele jól össze, és tálaljuk a halétel mellé.



Trokán Péter desszertje

## Mákos palacsinta forró szilvalekváros öntettel

2010-03-18



### Palacsintához:

350 gr liszt  
4 db tojás  
1 evőkanál porcukor  
6 dl tej  
1 csipetnyi só  
olaj a sütéshez

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, sót és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet, ügyeljünk ne legyen csomós. Ha a palacsintatésztát túl sűrűnek találjuk, szódavízzel hígíthatjuk.

Palacsintasütőben az olajat hevítsünk fel, csorgassunk bele a tésztából, süssük egy percig, utána fordítsuk meg és a másik felét is süssük egy percig. Vigyázzunk vékony palacsintákat süssünk.

### Töltelékhez:

20 dkg darált mák  
15 dkg cukor  
2 dl tejszín  
5 dkg mazsola, reszelt citromhéj  
5 dkg vaj  
2 evőkanál szilvalekvár

Öntsük a tejszínt egy lábasba, majd tegyük bele a cukrot. Ha már elolvad szórjuk hozzá a darált mákot. Ízesítsük reszelt citromhéjjal, tegyük hozzá a mazsolát, majd jó alaposan keverjük össze. ha túl száraznak ítéljük keverjük hozzá a szilvalekvárból.

A kész palacsintákat töltsük meg a mákos töltelékkel, hajtsuk háromszögbe, és tegyünk két darabot adagonként nagy tányérra. Tetejére kanalazzunk a forró szilvaszószból.

### Öntethez:

20 dkg szilvalekvár  
3 cl rum

Tegyük a szilvalekvárt és kis lábasba, majd forrósítsuk fel, a végén keverjük hozzá a rumot.



**Rakonczeni fivérek előétele**

## **Libamájszeletek grillázzsal, Vilmoskörtevel**

2010-03-19



### **Hozzávalók:**

1 kg libamáj  
5 db Vilmoskörte (friss érett)  
1 csokor bazsalikomlevél  
3-4 evőkanál olívaolaj  
darált bors  
30 dkg cukor  
2 maréknyi dióbél

Szeleteljük fel a libamájat egy centis darabokra, daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal, majd tegyük mindegyik tetejére a bazsalikomlevelekből.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, csorgassunk bele kevéske olívaolajat, majd közepes lángon süssük meg a libamáj szeleteket. Mindegyik oldalát két-két percig. Ha elkészült szedjük ki egy tányérra.

Szórjuk a cukrot egy nagy száraz serpenyőbe, hevítsük addig míg a cukor arany barnára nem pirul. Vegyük le a tűzről és szórjuk bele a diószemeket. Tegyük egy sütőpapírt sütőlemezre, majd öntsük a diós olvasztott cukrot rá. Kanállal egyengessük el a felületét, és hagyjuk kihűlni.

Tálaljunk adagonként 3 szelet sült libamájat nagy tányér közepére, melléje tegyük a cikkekre vágott magházától megszabadított körtékből.

Vegyük le a diót a sütőlemezről, tegyük a tetejére még egy ív sütőpapírt, majd klopfolóval törjük apró darabokra. Szórjuk meg vele közvetlen tálalás előtt a libamáj szeleteket, friss bazsalikomlevéllel dekoráljuk.

**Rakonczeni fivérek főétele****Lekváros bébi csirke, bécsi krumpli salátával**

2010-03-19

**Hozzávalók:**

5 db bébi csirke  
 1 pohár baracklekvár  
 1 diónyi friss gyömbér, fél teáskanál száraz chili (üvegben kapható chili forgácsok Jamie Oliver)  
 1 cserép friss kakukkfű vagy 1 csomag szárított  
 4 evőkanál olívaolaj  
 só, darált bors

**Salátához:**

1,5 kg kifli burgonya  
 1 fej fehér hagyma  
 3-4 evőkanál olívaolaj  
 3-4 evőkanál cukor  
 2 teáskanál só  
 1,5 dl borecet  
 1 evőkanál mustár  
 1 fej saláta

Csorgassuk meg a csirkéket olívaolajjal, daráljunk rá borsot és sózzuk meg. szórjuk meg a felületét kakukkfűlevelekkel, majd tegyük egy nagy tepsibe. forró sütőben 160-170 fokon süssük körülbelül 35-40 percen keresztül.

Míg a csirke sül készítsük el hozzá a lekváros kencét. Tegyük egy tálba a lekvárt, reszeljük bele a friss gyömbért és tegyük hozzá a chili darabokból. Jó alaposan keverjük össze. Ma a csirkék már szép pirosak, vegyük ki a sütőből és kenjük meg jól a fűszeres lekvárral. Tegyük vissza még sülni 10 percre, hogy a lekvár szépen rásüljön.

A salátához a burgonyát sós vízben héjastól főzzük meg. Készítsünk salátalevet cukorból, mustárból, sóval, ecettel és olívaolajjal és vízzel. Szeleteljük bele a még meleg meghámozott burgonyákat, tegyük hozzá a felkarikázott hagymát, majd óvatosan keverjük össze.

Tálaláskor tegyük adagonként egy csirkét nagy tányérra, mellé pár levél salátát, majd erre kanalazzunk a levétől leszűrt krumpli salátából. A fűszeres lekvárból kanalazhatunk mellé.

**Rakonczeni fivérek desszertje**

## **Alma pizza vanília fagylalttal**

2010-03-19



### **Hozzávalók:**

2 csomag friss vajás leveles tészta, 1 kg alma

1 üveg almapüré

10 dkg vaj

15 dkg barnacukor

1 csomag vaníliás fagylalt

Hajtsuk szét a vajás leveles tésztát, majd tegyük rá egy kisebb tányért. Éles késsel vágjuk körbe, hogy kis alakú köröket kapjunk. Adagonként egy-egy darabot készítsünk. Tegyük egymás mellé a kiszűrt karikákat egy sütőlemezre, kenjük meg olvasztott vajjal, majd kenjük meg az almapürével

Hámozzuk meg az almákat, vágjuk négyfelé, és vágjuk ki a magházat. Szeleteljük vékony cikkekre, majd körkörösén borítsuk be vele a tésztát. Kenjük meg újra olvasztott vajjal, szórjuk meg barnacukorral, és tegyük forró sütőbe, 200 fokon süssük 10-15 percig.

Tálalás előtt grillező pisztollyal pirítsuk meg a tetejét, tetejére kanalazzunk a fagylaltból.

Lovász Laci előétele

## Sókéregben sült ananász, bazsalikomos sajtkrémmel

2010-03-22



### Hozzávalók:

5 db bébi ananász  
2 kg durvaszemcsés só  
6-8 db tojás fehérje  
1 csomag szegfűszeg  
1 csomag kínai fűszerkeverék  
50 dkg mascarpone sajt  
1 nagy csokor friss bazsalikomlevél

Az ananászokba szurkáljunk darabonként 8-10 db szegfűszeget. Tegyük egy tálba a sót, csorgassuk hozzá a tojásfehérjét, és körülbelül 5 evőkanálnyit a fűszerkeverékből. Kezünkkel keverjük jól össze. Vigyázzunk, a sós keverék ne legyen túl szaftos, lágy. Vegyük a kezünkbe az ananászt, majd egyik felénél, kb. egy centi vastagságúan borítsuk be a sós keverékkel. Fordítsunk rajta egyet és minden oldalát, és az alját is borítsuk be. Ültessünk egy fél maréknyi sót egy tepszi aljára, és tegyük rá a beburkolt ananászokat. Tegyük forró sütőbe, 180 fokon süssük kb. 15-20 percig.

Ha elkészült törjük le róla a sót, vágjuk négyfelé, és vágjunk alá a hájának. Tálaljuk héjastul nagy tányérokra, mellé vékony csíkokra összevágott és a sajtkrémmel összekevert bazsalikommal tálaljuk.

Lovász Laci főétele

## Édes-savanyú tilápia fasírt basmati rizzzsel

2010-03-22



### Hozzávalók:

1 kg fehér húsupú szálszálmentes Tilápia halfilé  
2 db tojás  
2dl tej  
1 csokor frissmetélőhagyma  
3-4 evőkanál liszt  
Só  
darált bors  
3 evőkanál vaj a kisütéshez

### Édes-savanyú paprikához:

4-6 evőkanál olívaolaj  
1-1 db sárga és piros kaliforniai paprika  
1 diónyi friss gyömbér  
evőkanál méz  
evőkanál fehér borecet  
szál újhagyma  
Só  
darált bors  
chili paprika

Vágjuk kis darabokra a halhúst, vágás közben kezünkkel győződjünk meg róla, hogy valóban szálszálmentes. Ha esetleg érezzük a szálszálak szúrós tapintását, akkor éles késsel vágjuk ki a hal húsból. Tegyük a kis darabokra felvágott halhúst egy konyhai gyorsvágó gépbe, üssük hozzá a tojásokat, kanalazzuk rá a lisztet, fűszerezzük összevágott kaporlevéllel, kevéske darált borssal, és ízesítsük sóval. Öntsük rá a tejet, majd kapcsoljuk be a gépet, és aprítsuk össze. Vigyázzunk, ne vágjuk túl sokáig, mert akkor túl finomra pépesíti, elég, ha az alapanyagok szépen szétzúzódnak.

Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi vajat egy nagy serpenyőben, majd vizes kézzel formázzunk a húspépből lapos korongokat. Tegyük a serpenyőbe, és közepes lángon mindkét oldalát süssük pár percig.

Az édes-savanyú paprikához forrósítsunk fel két evőkanálnyi olívaolajt egy nagy serpenyőben, tegyük bele a vékony gyufaszál vastagságúra felmetélt gyömbért, majd pároljuk egy percig. Adjuk hozzá a vékony csíkokra felvágott paprikákat, és közepes lángon pároljuk 4-5 percig. Csorgassuk hozzá a mézet, szeleteljünk rá pár karika chili paprikát, adjuk hozzá a felkarikázott újhagymát, ízesítsük kevéske sóval és az ecettel. Forraljuk jól össze, tálalásig tartsuk melegen. Köret: forrósítsunk fel két pohárnyi rizst pár kanál olajon, sózzuk, majd másfélszeres mennyiségű forró vízzel öntsük fel.

Lovász Laci desszertje

## Pekándió pite

2010-03-22



### Hozzávalók:

Kész linzertészta (Tante Fanny)

### A töltelékhez:

10 dkg vaj

3 tojás

10 dkg kukoricaszirup

20 dkg pekándió

15 dkg barnacukor

1 evőkanál liszt

fél zacskó vaníliás cukor

őrölt fahéj

### Elkészítés:

Az omlós tésztához valókat gyorsan összedolgozzuk, Folpackba csomagoljuk és 2 órára hűtőszekrénybe tesszük. A vaját robotgéppel habosra verjük a cukorral és a kukoricasziruppal, majd belekeverjük a lisztet. Másik tálban habosra verjük a tojásokat, majd összeöntjük a kettőt. Vaníliás cukorral, őrölt fahéjjal fűszerezzük. A tésztát kinyújtjuk, gyümölcstortaformába nyomkodjuk, alját megszurkáljuk. Ráöntjük a krémet és megszórjuk a dióval. Közepesen forró sütőben kb. 35 percig sütjük.

Xantus Barbara előétele

## Birsalma krémleves pirított mandulával

2010-03-23



### Hozzávalók:

3 db birsalma  
2 dl tejszín  
2 db fahéjrúd  
6 szem szegfűszeg  
15 dkg cukor  
fél citrom leve  
2 evőkanál étkezési keményítő  
fél rúd vanília, vagy 1 csomag vaníliás cukor  
só  
szeletelt mandula

Mossuk meg alaposan a birsalmákat, majd héjával együtt reszeljük bele egy fazékba. Ízesítsük cukorral, fahéjrúddal, szegfűszeggel, csipetnyi sóval, citromlével és a kettévágott vanília babbal. Öntsünk rá annyi vizet, hogy bőven ellepje. Főzzük legalább 20 percen keresztül. A keményítőt keverjük el pár evőkanál hideg vízzel, majd sűrítsük be vele a levest. Dúsítsuk tejszínnel, majd jól forraljuk ki. Vegyük ki a fahéj rudat és a vanília babot, majd merülő mixerrel pürésítsük, és utána finomlyukú szitán passzírozzuk át. Hidegen és melegen is tálalhatjuk, tetejét pirított mandulával megszórva.

**Xantus Barbara főétele**

## **Sajtos-sonkás rakott zöld tészta**

2010-03-23



### **Hozzávalók:**

60 dkg spenótos metélt tészta

30 dkg főtt füstölt sonka

2 pohár tejföl

2 db tojás sárgája

30 dkg vegyes reszelt sajt

3 gerezd fokhagyma

3-4 evőkanál olívaolaj

vaj az edény kikenéséhez

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, majd tegyük bele a felszeletelt fokhagymát. Pároljuk rövid ideig, utána tegyük hozzá a kis darabokra felszeletelt sonkát. Pirítsuk pár percig, vegyük le a tűzről, majd kanalazzuk rá a tejfölt, keverjük hozzá a tojás sárgáját. Sózzuk, daráljunk rá borsot, tegyük hozzá a reszelt sajtot és a sós vízben kifőzött tésztát. Jó alaposan keverjük össze, majd tegyük vajjal kikent kerek tűzálló edénybe. Forró sütőben 150 fokon süssük kb. 30 percig. Ha elkészült borítsuk ki a formából és szeleteljük cikkekre.



Xantus Barbara desszertje

## Málnás grízpuding, csokoládé szósszal

2010-03-23



### Hozzávalók:

2 dl málnaszörp  
 4 dl víz  
 30 dkg búzadara  
 1 db egész vanília rúd  
 1 csomag vaníliás cukor  
 1 db fahéj  
 20 dkg étcsokoládé  
 2 evőkanál vaj  
 2 dl tejszín  
 1 evőkanál  
 rum  
 mentalevél  
 só  
 1 doboz friss málna  
 1 cserép mentalevél  
 darálós karamellcukor a dekorhoz

Keverjük össze a vizet a málnaszörppel, majd öntsük egy lábasba. Tegyük fel főni, és ha már forr, adjuk hozzá a kettévágott vaníliát, sót, fahéjat és a vaníliás cukrot. Vékony sugárban, állandóan kevergetve szórjuk bele a búzadarát, és kis lángon főzzük kb. 5-6 percig.

Ha elkészült hagyjuk kihűlni.

A csokoládészószhoz tördeljük kis darabokra a csokoládét, tegyük egy kis lábasba, majd a lábast vízgőz fölé. Adjuk hozzá a vajat és olvasszuk fel. Ha elkészült kevéske rummal ízesítsük.

Tálaláskor kanalakkal formázzunk kis gombócokat a grízből, tegyük a tányérra. Csorgassuk meg a csokoládészósszal, friss málnaszemekkel és tejszínhabbal dekoráljuk.

Polyák Lilla előétele

## Tabbouleh salátával töltött paprikák

2010-03-24



### Hozzávalók:

4 dl víz  
20 dkg bulgur  
3 darab kemény húsú paradicsom  
10 darab újhagyma  
3 darab apró, friss chili paprika  
1 darab petrezselyem csokor  
1 darab mentalevél csokor  
2 darab citrom leve  
1 csipetnyi só  
1 kávéskanál őrölt fekete bors  
3 evőkanál olívaolaj  
5 db színes kaliforniai paprika  
6 darab salátalevél a tálaláshoz

A vizet felforraljuk, a bulgurt beleszórjuk. A tűzről lehúzzuk, szorosan lefedjük (a fedele alá egy tiszta konyharuhát fektetünk), és megvárjuk amíg kihul. Ez nagyjából 20 perc, ami idő alatt a bulgur tökéletesen megpuhul és az összes folyadékot tökéletesen magába szívja.

A paradicsomot meghámozzuk, ehhez ha kell, előtte le is forrázzuk, félbevágva kimagozzuk, húszakat kis kockákra aprítjuk. Az újhagymát megmossuk, karikákra vágjuk, egy kicsit szétszedgetjük. A chili paprika magházát kivájjuk, húsát fölaprítjuk. A petrezselymet és a mentát finomra aprítjuk.

A citrom levét kifacsarjuk, a sót és a borsot elkeverjük benne, majd a olívaolajjal simára keverjük.

A puha bulgurt és az előkészített zöldségeket és az öntettel összekeverjük. Letakarva 1-2 órára hűtőszekrénybe tesszük, hogy az íze összeérjen.

Tálaláskor a kivájt színes paprikákba töltjük

**Polyák Lilla főétele**

## **Házi töltött ravioli**

2010-03-24



### **Hozzávalók:**

#### **Tésztához:**

50 dkg durum liszt

1 db tojás

1-2 dl tej

#### **Töltelékhez:**

30 dkg ricotta

2 doboz tonhalkonzerv

1 maréknyi spenótlevél

só

bors

bazsalikomlevél

#### **Szószhoz:**

1 db édeskömény

3 dl tejszín

1 maréknyi koktélpáradicsom

1 gerezd fokhagyma

3 evőkanál olívaolaj

1 pohár reszelt parmezán

só

darált bors

Tegyünk egy tálba a lisztet, adjuk hozzá a tojást, majd a tejjel gyúrjuk kemény tésztává.

Lisztezett deszkán nyújtjuk ki nagyon vékonyra.

A töltelékhez tegyük egy tálba a ricottát, adjuk hozzá a levétől leszűrt tonhalkonzervet, az összevágott bazsalikomlevelet, majd a leforrázott és kisdarabokra vágott spenótlevelet.

Sózzuk, daráljuk rá borsot és keverjük jól össze. tegyük egymás mellé a kinyújtott tésztára, széleinél kenjük meg tojássárgájával, majd hajtsuk rá a tészta másik felét. A töltelék széleinél jól nyomjuk össze, majd vágjuk kockákra. Forrásban lévő sós vízben főzzük ki, majd keverjük össze a szósszal.

A szószhoz vágjuk vékony szeletekre a fokhagymát, hevítsük meg egy serpenyőben az olívaolajon, majd tegyük bele a kis darabokra összevágott édesköményt. Pároljuk pár percig, utána öntsük rá a tejszínt. Sózzuk, daráljuk rá borsot, majd tegyük bele a felkockázott paradicsomot is. tálaláskor reszelt parmezánnal szórjuk meg

**Polyák Lilla desszertje**

## **Crepe susette**

2010-03-24



### **Palacsinta alaptészta**

#### **Hozzávalók:**

350 gr liszt  
4 db tojás  
1 evőkanál porcukor  
6 dl tej  
1 csipetnyi só  
olaj a sütéshez  
porcukor  
1 pohár szeletelt mandula  
1 doboz karamell fagyi

#### **Szószhoz:**

2 db narancs leve  
1 db citrom leve  
20 dkg cukor  
1 dl Cointeau likőr

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, sót és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet, ügyeljünk ne legyen csomós. Ha a palacsintatésztát túl sűrűnek találjuk, szódavízzel hígíthatjuk.

Palacsintasütőben az olajat hevítsünk fel, csorgassunk bele a tésztából, süssük egy percig, utána fordítsuk meg és a másik felét is süssük egy percig. Vigyázzunk vékony palacsintákat süssünk.

A szószhoz öntsük a cukrot egy lábasba, adjuk hozzá a narancs és a citrom levét, majd forraljuk pár percig, míg sűrű sziruppá nem sűrűsödik. Vegyük le a tűzről, majd keverjük hozzá a likőrt is.

A palacsintákat négyfelé hajtogassuk, tálaljuk egy nagy tányérra, majd öntsük le a narancsos sziruppal, porcukorral szórjuk meg. tálaljunk mellé egy-egy gombóc karamell fagyit, amit szeletelt pirított mandulával szórunk meg.

**Galambos Lajos főétele**

## **Fokhagymás királyrák farok soroksári káposztás káposztás cvekedlivel**

2010-03-25



### **Hozzávalók:**

2 kg rákfarok  
5-6 gerezd fokhagyma  
5-6 evőkanál olívaolaj  
1 db zöldcitrom, darált bors  
2 csokor friss kapor  
1 snidling  
2 dl tejszín

### **Káposztás cvekedlihez:**

1 fej édeskáposzta  
só  
őrölt bors  
4 evőkanál étolaj  
50 dkg kockatészta,  
8 teáskanál cukor.

A káposztát reszeljük le nagyjuk reszelőn, majd hintsük meg sóval, és hagyjuk állni fél órát. Forrósítsuk fel az olajt egy lábasban, tegyük bele a cukrot, és pirítsuk barnára. Tegyük hozzá a levétől kinyomkodott káposztát, fűszerezzük borssal, és pirítsuk addig, míg a saját levélt el nem fővi, és a káposzta szép barnára nem pirult. Utána keverjük össze a sós vízben kifőzött tésztával.

A rákok páncélját fejtsük le, mossuk meg hideg vízben, majd csepegtessük le jól. Tegyük egy nagy tálba, csorgassunk rá olívaolajt, reszeljük rá a zöldcitrom héját és a fokhagymákat. Daráljunk rá borsot, adjuk hozzá az összevágott kaporlevelet, majd keverjük jól össze. Sütésig tegyük a hűtőszekrénybe.

Tálalás előtt forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajt egy nagy serpenyőbe, majd tegyük bele a befűszerezett rákokat. Erős lángon süssük addig, míg a rákok szép pirosak nem lesznek. Vigyázzunk nem szabad teljesen átsütni, mert kemény lesz. Öntsük rá a tejszínt és forraljuk vele jól össze. Tálaljunk nagy tányér közepére a káposztás tésztából, tetejére halmozzunk a fokhagymás rákból. Friss snidlinggel dekorálhatjuk.

**Galambos Lajos desszertje**

## **Tejes pite Tercsi mami receptje alapján házi baracklekvárral flambírozva**

2010-03-25



### **Hozzávalók:**

1 l tej  
25 dkg liszt  
10 dkg cukor  
1 dkg vaníliás cukor  
1 kk. só  
3 tojás

### **Tepsi kikenéséhez:**

zsír

### **Díszítéshez:**

baracklekvár  
porcukor  
barackpálinkával önti le, és gyújtja meg

Elkészítés: A lisztet, tejet és a tojásokat keverjük csomómentesre a cukorral, vaníliás cukorral és a sóval. Egy 40x40 cm-es tepsit vékonyan kenjünk ki zsírral, és a kapott palacsinta tésztát ujjnyi vastagon öntsük bele. A tésztát jó forró sütőben – kb. 250-300 Celsius fok – süssük szép pirosra, közel 1 órán keresztül. Sütés közben a tészta felhólyagosodik, ez az egyik jele annak, hogy jól készítettük el az édességet. Túpróbával ellenőrizzük, hogy átsült-e a tészta. Sütés után a sütőből kivéve pihentessük a pitét, majd vágjuk nagy kockákra.

Tálalásnál hintsük meg a felszeletelt süteményt porcukorral, és adjunk hozzá sárgabaracklekvárt.

**Gáspár Laci előétele**

## **Jazzes brokkoli leves, parmezános pengetővel**

2010-03-26



### **Hozzávalók:**

1 kg brokkoli  
6-7dl tej  
3 dl tejszín  
1 teáskanál őrölt szerecsendió  
csipetnyi őrölt fehérbors  
1-2 db zöldségleveskocka  
só

### **Pengetőhöz:**

2 csomag Tante Fanny pizza tészta  
3-4 evőkanál olívaolaj  
2-3 evőkanál reszelt parmezán sajt  
rozmaringszár

Tegyük egy fazékba a megmosott és rózsáira szedett brokkolit, ha friss brokkolit használunk a gyengébb szárait is beletehetjük. Öntsük fel annyi vízzel, hogy háromnegyedig ellepje. Fűszerezzük kevéske őrölt fehérborssal, csipetnyi őrölt szerecsendióval, ízesítsük sóval és leveskockával. Főzzük körülbelül tíz percig, majd öntsük hozzá a tejet, és a tejszínt. Forraljuk jól össze, majd merő mixerrel pürésítsük.

A pizza tésztát hajtsuk szét, tegyük a sütőpapírral együtt egy sütőlemezre, majd éles késsel vágjuk vékony háromszög alakúra.

Kenjük meg olívaolajjal, szórjuk meg parmezán sajttal, és hintsük meg sóval. tehetünk rá rozmaringlevelet is összevágva. Tegyük forró sütőbe, és 180 fokon kb. 8-10 perc alatt süssük pirosra.

**Gáspár Laci főétele****Juhtúrós póréval töltött csirkemellek, sajtszósszal, kukoricás rizzsel**

2010-03-26

**Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 1 db póréhagyma  
 30 dkg juhtúró  
 2 evőkanál vaj  
 csipetnyi őrölt szerecsendió  
 csipetnyi darált bors  
 só  
 1 csokor petrezselyem zöldje  
 10 szelet baconszalonna  
 3 dl tejszín  
 20 dkg krémsajt  
 50 dkg rizs  
 30 dkg kukorica  
 só  
 4 evőkanál étolaj

A csirkemelleket hosszában vágjuk be, majd hajtsuk szét, mint egy könyvet. Klopfolóval kissé ütögetjük meg, majd daráljunk rá borsot, és sózzuk meg.

A póréhagymát vágjuk egy centis kockákra, dobjuk hideg vízbe és alaposan mossuk meg. szedjük át egy szűrőedénybe, és csepegtessük le jól.

Forrósítsuk fel a vajat egy nagy serpenyőben, tegyük hozzá a pórékockát, majd közepes lángon pároljuk 5-6 percig. Fűszerezzük őrölt szerecsendióval, darált borssal, párolás közben állandóan kevergessük. Ha elkészült hagyjuk kihűlni, majd keverjük hozzá a juhtúrót, és az összevágott petrezselyemzöldjét.

Tegyük két evőkanálnyit a pórés töltelékből a széthajtott csirkemellek közepére, majd göngyöljük fel jó szorosan. Mindegyik tekercset tekerjünk be szalonnával.

Csorgassunk meg egy nagy tepsit, vagy tűzálló sütőedényt pár kanál olívaolajjal, majd tegyük bele egymás mellé a csirketekercseket.

Öntsük a tejszínt egy tálba, tegyük hozzá a krémsajtot, majd jól keverjük össze. Öntsük a tepsiben lévő csirketekercsekre, tegyük forró sütőbe, 160 fokon süssük kb 25-30 percen keresztül, míg szép piros nem lesz a teteje.

A rizshez forrósítsuk fel az étolajat egy kis lábasban, tegyük bele a rizst, és állandóan kevergetve forrósítsuk fel. Ha eléggé felhevült a rizs, öntsük fel 750 ml forró vízzel, sózzuk, tegyük hozzá a kukoricát, fedjük le fedővel és pároljuk készre.

Tálaláskor vágjuk három darabba a csirkemellet, helyezzük nagy tányérra, mellé körítsünk a kukoricás rizsből, és a tepsiben vele együtt sült sajtszószból kanalazzunk hozzá.



**Gáspár Laci desszertje**

## **Tejszínes meggyes-csokis sütemény**

2010-03-26



### **Hozzávalók:**

17 dkg vaj  
 30 dkg búzaliszt  
 40 dkg magozott meggy  
 1 citrom lereszelt héja és kifacsart leve  
 2,5 dl tejszín  
 20 dkg barnacukor  
 3 db tojás,  
 2 teáskanál sütőpor  
 30 dkg étcsokoládé  
 csipetnyi só  
 porcukor

Tegyük a vajat és a tejszínt egy lábasba, majd forraljuk fel. Keverjük el benne a cukrot, majd ha kissé kihűlt üssük bele a tojásokat. Habverővel pár percig keverjük simára. Szórjuk bele a citrom lereszelt héját és ízesítsük csipetnyi sóval, majd adjuk hozzá a sütőporral elkevert lisztet is. Keverjük addig míg sima nem lesz.

Adjuk hozzá a levétől kinyomkodott meggyet és az apró darabokra összetört csokoládét, majd óvatosan keverjük össze.

Öntsük a masszát egy közepes méretű vajjal kikent és liszttel meghintett tepsibe. Egyengessük el simára a tetejét, majd szórjuk meg egy-két evőkanálnyi barnacukorral. Tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon süssük 35-40 percig. Mielőtt kivennénk a sütőből, szúrjuk meg fogvájóval, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

Ha elkészült még langyosan vágjuk kockákra és szórjuk meg porcukorral.

Selmeczi Tibor előétele

## Szójával töltött hagymafejek

2010-03-29



### Hozzávalók:

5 db nagy hagyma (ha lehet a fehér spanyol),

30 dkg szója granulátum

1 db tojás

só

bors

1 pohár tejföl

15 dkg reszelt sajt

3 evőkanál olívaolaj

### Elkészítés:

A hagymákat hámozzuk meg, majd az aljából vágjunk le egy szeletet, hogy tálaláskor meg tudjon állni a tányéron. A tetejéből pedig jó háromnegyed részt vágjunk le, utána tegyük bele egy fazékba, sózzuk meg, majd főzzük negyed órán keresztül.

Ha elkészült szedjük ki a vízből, és ha kihűlt a közepét egy kanál segítségével vájjuk ki. A kiszedett főtt hagymát aprítsuk össze, tegyük egy tálba, majd adjuk hozzá a beáztatott és kinyomkodott szója granulátumot. Üssük hozzá a tojást, sózzuk és borsozzuk, majd keverjük jól össze.

Töltsük meg a szójas tölteékkal a kivájt hagymákat, tegyük egy tepsibe egymás mellé, majd csorgassuk meg az olívaolajjal. Tetejére kanalazzunk a tejfölből, és szórjuk meg a reszelt sajttal. Tegyük forró sütőbe, és 150-160 fokon süssük 20 percig. Ha elkészült tálaljuk tányérokra.

Selmeczi Tibor főétele

## Marokkói csirke tagine, kuszkusszal

2010-03-29



### Hozzávalók:

1 kg csirkehús  
1 nagy fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
2-3 szál sárgarépa  
2-3 szál petrezselyemgyökér  
1 teáskanál őrölt római kömény  
2 db egész fahéj  
20 dkg csicseriborsó  
3-4 db egész piros paprika  
1 teáskanál harissa  
3 evőkanál olívaolaj  
só  
bors

### Körethez:

40 dkg kuszkusz  
4 evőkanál olívaolaj  
só  
1 csipetnyi sáfrány

### Elkészítés:

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy lábasban, majd tegyük bele az összevágott hagymát, az egészben hagyott fokhagymát, a római köményt és az egész fahéjdarabokat. Pároljuk addig, míg a hagyma szép barnára nem pirul. Utána tegyük hozzá a feldarabolt csirkehúst, daráljunk rá borsot, sózzuk és pároljuk addig, míg a saját levét el nem párologta. Öntsünk alá kevés vizet, majd tegyük bele a felkarikázott zöldségeket és a beáztatott csicseriborsót. Ízesítsük még harissával, tegyük hozzá az egészben hagyott piros paprikákat, majd lefedve pároljuk puhára.

A körethez forraljunk fel egy nagy lábasban 8 dl vizet, sózzuk, tegyük hozzá a sáfrányt és csorgassuk bele az olívaolajat. Amikor felforrt szórjuk bele a kuszkuszt, keverjük azonnal össze, vegyük le a tűzről és fedjük le fedővel. Öt perc múlva keverjük meg egy villával és tálaljuk a kész csirkéhez.

Selmeczi Tibor desszertje

## Túrógombóc áfonyalekvárral

2010-03-29



### Hozzávalók:

50 dkg túró  
4 db tojás  
5 dkg vaj  
2 evőkanál búzadara  
1 evőkanál liszt  
csipetnyi só  
1 üveg áfonyalekvár  
1 pohár tejföl  
porcukor

### Elkészítés:

Finomlyukú szitán törjük át a túrót, majd tegyük egy nagy tálba. Üssük rá a tojások sárgáját, a fehérjét tegyük egy tálba és tegyük a hűtőbe. Olvasszuk fel a vajat egy kis lábasban, majd csorgassuk a túróra. Ízesítsük csipetnyi sóval, szórjuk rá a lisztet és a búzadarát. Fakanállal alaposan dolgozzuk össze, majd pár órára ezt is tegyük a hűtőbe. Felhasználás előtt verjük fel a tojás fehérjét nem túl kemény habbá, majd kis adagokban, óvatosan dolgozzuk a tojásos túróhoz.

Forraljunk fel egy fazékban vizet, ízesítsük sóval, majd vizes kézzel formázzunk kezünkkel diónyi gombócokat a túrókrémből. Gyöngyöző vízben főzzük 2-3 percig, közben villával segítsük megfordulni, ha elkészült szedjük ki szűrőkanállal egy itatóspapírra.

Ha elkészült tálaljuk tányérokra, csorgassuk meg a lekvárral, szórjuk meg porcukorral, és kínáljunk mellé tejfölt.

**Zimány Linda előétele**

## **Mentás vizitormás zöldborsóleves**

2010-03-30



### **Hozzávalók:**

2 evőkanál olívaolaj  
1 fej vöröshagyma  
4 szelet füstölt baconszalonna  
60 dkg zöldborsó  
10 dkg vizitorma vagy rukola  
1 csokor friss mentalevél  
7 dl víz  
1 dl tejszín  
só  
bors  
1 db zöldségleves kocka

### **Elkészítés:**

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, majd tegyük bele a felkockázott szalonnát. Pirítsuk néhány percig, utána adjuk hozzá a felvágott vöröshagymát. Pároljuk rövid ideig, és tegyük bele az összezsapkodott mentalevelet. Keverjük jól össze a forró hagymás zsiradékkal, majd adjuk hozzá a mélyhűtött zöldborsót. Sózzuk, majd a vizitormát is keverjük bele. Öntsük fel a vízzel, daráljunk rá borsot és ízesítsük a leveskockával. közepes lángon főzzük 10 percig, majd pürésítsük kézi mixer segítségével. Ha a leves túl sűrű hígítsuk még vízzel.

Tálaljuk a kész leves tányérokba vagy leveses csészékbe, tetejét tejszínnel csorgassuk meg.

**Zimány Linda főétele**

## **Mogyorós csirkefalatok karambolás rizzsel**

2010-03-30



### **Hozzávalók:**

1 kg csirkemell filé  
 5 dkg friss gyömbér  
 4 gerezd fokhagyma  
 1 db zöldcitrom  
 2 ág friss bazsalikom  
 15 dkg pirított sósmogyoró  
 4 evőkanál barnacukor  
 3 evőkanál piros curry paszta  
 3 evőkanál szójaszószt  
 só  
 darált bors  
 olívaolaj

### **Körethez:**

50 dkg basmati rizs  
 3 db érett csillaggyümölcs (karambola)  
 só  
 4 evőkanál étolaj

### **Elkészítés:**

Tegyük a mogyorót, a meghámozott gyömbért, a meghámozott fokhagymagerezdeket, a bazsalikomlevelet, a citromlevet, cukrot és a curry pasztát egy konyhai gyorsvágó gépbe, majd pürésítsük finomra.

Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat egy serpenyőben, öntsük bele a fűszerkrémet. Közepes erősségű lángon, állandóan kevergetve pároljuk néhány percre, majd öntsünk rá egy decinyi vizet, csorgassuk rá a szójaszószt, és főzzük egy-két percre.

Vágjuk ujjnyi csíkokra a csirkemell filét és daráljunk rá borsot. Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat egy nagy serpenyőben vagy wokban tegyük bele a húscsíkokat, majd erős lángon állandóan kevergetve pirítsuk meg. Ha a húscsíkok szélei már kezdenek pirulni, tegyük hozzá a mogyorószószt, párszor keverjük össze a forró serpenyőben a csirkehússal, és ízesítsük sóval. Az elkészült húst vegyük le a tűzről és tálaljuk a karambolás rizzsel.

A körethez csorgassuk az olajat egy lábasba, tegyük bele a rizst. Sózzuk, majd kis lángon állandóan kevergetve hevítsük fel. Vigyázzunk ne piruljon meg. Ha a rizsszemek forrók, öntsük fel 7.5 dl forró vízzel. Fedjük le ha felforrt, és kis lángon pároljuk készre. Ha elkészült keverjük hozzá a felszeletelt csillaggyümölcsöt.

**Zimány Linda desszertje**

## **Szexi banán köntösben, karamellszósszal**

2010-03-30



### **Hozzávalók:**

5 db kisebb méretű banán  
5 lap teljes kiőrlésű rétestészta  
1 l étolaj a sütéshez

### **Karamellszóshoz:**

30 dkg cukor  
1 evőkanál vaj  
3 dl tejszín  
porcukor  
mentaág

Hámozzuk meg a banánokat, majd tegyük a széthajtott réteslapra. Göngyöljük fel, és a széleit kissé csavarjuk el, mintha szaloncukrot csomagolnánk.

Forrósítsuk fel az olajat egy kis lábasban, tegyük bele a becsomagolt banánokat, majd közepes lángon mindkét oldalát süssük ropogós pirosra. ha elkészült szedjük át egy konyhai kéztörlővel borított tányérra.

A karamellszóshoz szórjuk a cukrot egy kis lábasba, és hevítsük addig míg szép aranysárgára nem pirul. Tegyük hozzá a vajat, keverjük el benne, majd öntsük hozzá a tejszínt. Forraljuk pár percig, vegyük le a tűzről és hagyjuk kihűlni.

Tálaljunk egy sült banánt nagy tányérra, szórjuk meg porcukorral, majd a csorgassuk meg a karamellszósszal. Friss mentaággal dekoráljuk.

Esztergályos Cecília előétele

## Kaviáros blini

2010-03-31



### Hozzávalók:

2 dl tej  
1 mokkáskanál cukor  
1 dkg élesztő  
10 dkg finomliszt  
10 dkg rétesliszt  
2 tojás  
csipetnyi só  
1 dl tejszín  
6-7 dkg vaj  
1-1 doboz fekete és piros nagyszemű kaviár  
2 dl tejföl  
néhány hajszálvékony citromszelet  
1 fej lilahagyma

### Elkészítés:

A tej felét meglangyosítjuk, és a cukrot feloldjuk benne. Az élesztőt belemorzsoljuk, 10 percig állni hagyjuk, majd a liszt egynegyedét beledolgozzuk. Letakarva, langyos helyen a duplájára kelesztjük. A tojások sárgáját a maradék tejjel és a visszamaradt liszttel simára keverjük, az élesztős masszát beledolgozzuk, végül a tojások habbá vert fehérjét is beleforgatjuk, kissé megsózzuk. A tejszínt kemény habbá verve szintén belekeverjük, végül két deka olvasztott vaját belecsorgatunk. A maradék vajon, teflonserpenyőben kb. 10 centi átmérőjű, a szokásosnál vastagabb palacsintákat sütünk. A kis palacsintákat egymásra fektetve forró tálra rakjuk, tetejét megkenjük tejföllel, majd kanalazunk rá a kaviárból. Lilahagyma karikákkal és citromszeletekkel dekoráljuk.



**Esztergályos Cecília főétele**

## **Vörösboros muflon-ragu rozmaringos pogácsával**

**2010-03-31**



### **Hozzávalók:**

60-70 dkg muflon lapocka  
 3 evőkanál extra szűz olívaolaj  
 2 fej vöröshagyma  
 2 szál sárgarépa  
 2 szál angol zeller  
 2 gerezd fokhagyma  
 2 evőkanál paradicsompüré  
 3 levél babér  
 2 ág friss kakukkfű  
 fél liter száraz vörösbor  
 1 teáskanál vadfűszer keverék  
 só  
 darált bors

### **Pogácsához:**

35 dkg búzaliszt  
 fél teáskanál sütőpor  
 1 ág rozmaring  
 20 dkg vaj  
 fél citrom leve  
 só

### **Elkészítés:**

Egy nagy lábasban forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele az összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Adjuk hozzá a babérlevelet és a kakukkfűvet, majd pároljuk addig míg a hagyma puha nem lesz. Tegyük bele a kis kockákra felvágott vadhúst, szórjuk meg a vadfűszer keverékkel, daráljunk rá borsot, ízesítsük sóval, majd fedjük le fedővel. Pároljuk addig míg a saját párolólevét el nem fővi, és a húskockát pirulni nem kezdenek. Kanalazzuk hozzá a paradicsompürét, pirítsuk vele egy-két percig, majd öntsünk alá vörösborot. Fedjük le ismét, és pároljuk addig míg a hús puha nem lesz. Párolás közben az elpárolgott levet pótoljuk.

Amíg a hús puhul gyúrjuk össze a pogácsának valót. Szórjuk a lisztet és a sütőport egy tálba, vágjuk rá kis darabokra a vajat, ízesítsük sóval, és adjuk hozzá a kis darabokra felvágott rozmaringlevelet. Kezünkkel alaposan morzsoljuk össze, gyúrjuk közepesen kemény tésztává, majd tegyük egy tányérra és pihentessük felhasználásig a hűtőszekrényben.

Ha a hússzemek kezdenek puhulni, öntsünk még alá a vörösborból, tegyük hozzá a felkarikázott sárgarépát, és a zellerszárat. Főzzük még tíz percig fedő nélkül, hogy a szaftja jól besűrűsödjön, majd ha elkészült hagyjuk kissé kihűlni.

Tegyük a pogácsatésztát egy liszttel meghintett deszkára, majd gyúrjuk át újra. Nyújtsuk ki másfél-két centi vastagságúra, és pogácsaszaggatóval szaggassuk ki. Öntsük a langyos vadragut egy tűzálló edénybe, tetejére osszuk el a kiszaggatott pogácsákat. Kenjük meg a tetejét olívaolajjal, majd az egészet tegyük forró sütőbe, és 160 fokon süssük 30-35 percig, míg a pogácsák szép pirosra nem sülnek.

**Esztergályos Cecília desszertje**

## **Piskótás Lampion torta**

2010-03-31



### **Hozzávalók:**

15 dkg pekándió, vagy dió

30 dkg vaj

18 dkg cukor

5 db tojás

fél teáskanál sütőpor

28 dkg liszt

30 dkg zsidócsesznye

15 dkg cukor

1 csipetnyi só

tejszín a habhoz

### **Elkészítés:**

Tegyük a szobahőmérsékletű vajat egy keverőtálba, szórjuk bele a cukrot, sót, majd elektromos keverővel keverjük habosra. Egyenként keverjük hozzá a tojásokat, majd az durvára összevágott diót. Keverjük hozzá a liszt és a sütőpor keverékét is.

Kenjünk vajjal és hintsünk meg liszttel egy közepes méretű tepsit, majd öntsük bele a masszát. Tetejét egyengessük el simára, majd osszuk el a felületén a megmosott zsidócsesznyét. Tegyük forró sütőbe, és 150-160 fokon süssük kb. fél órán keresztül. Ha elkészült hagyjuk kissé kihűlni, majd vágjuk nagy szeletekre, mellé tejszínhabot kínáljunk.

**St. Martin előétele****Cukkini krémleves füstöltsajtos kenyérrel****2010-04-01**

Hozzávalók:

- 600 gr cukkíni,
- 5 dl zöldségleves (vagy 1 db zöldségleves kocka és víz),
- 1 db burgonya,
- 1 csokor bazsalikom friss,
- 2 ek olívaolaj,
- 5-7 dl tej,
- 1 gerezd fokhagyma,
- só,
- bors,
- őrölt szerecsendió,
- kenyér,
- füstölt sajt,
- 2 evőkanál vaj.

**Elkészítés**

A cukkínit mossuk meg jól, majd vágjuk karikákra. Olívaolajban fonnyasszuk meg az összevágott fokhagymát és adjuk hozzá a felszeletelt cukkínit és a meghámozott, összekockázott burgonyát. Sózzuk, borsozzuk majd lefedve pároljuk körülbelül 5 percig. Engedjük fel tejjel és a zöldséglével, adjuk hozzá a bazsalikomot, majd 2-3 percig főzzük. Mixerrel pürésítjük és tálaljuk.

Sajtos kenyérhez szeleteljük fel a kenyereket, kenjük meg vajjal, majd szórjuk meg a lereszelt füstölt sajttal. Grillsütőben pirítsuk pirosra és kínáljuk a leveshez.

## St. Martin főétele

# Pezsgőben pácolt bélszín, vadgombás szósszal, krumpli lepénnyel

2010-04-01



Hozzávalók:

- 1.5 kg bélszín,
- 1 evőkanál magos mustár,
- 4-5 evőkanál olívaolaj,
- 1 csokor rozmaring
- 1 csokor kakukkfű,
- darált színes bors,
- 2 dl száraz pezsgő.

Gombaszószhoz:

- 50 dkg vadgomba keverék,
- 3 dl tejszín,
- 1 csokor bazsalikomlevél,
- 1 csokor petrezselyemlevél,
- 2-3 evőkanál liszt,
- só,
- bors,
- 1 evőkanál vaj,
- 2 szál újhagyma.

Krumpli lepényhez:

- 1 kg kifli burgonya,
- 3 dl tejszín,
- 2 db tojás,
- 10 dkg reszelt sajt,
- őrölt szerecsendió,
- darált bors,
- só,
- 1 evőkanál vaj.

Elkészítés:

Éles késsel hártázzuk le a bélszínt, majd tegyük egy nagy tepsibe vagy tálcára. Minden oldalát szórjuk meg összevágott rozmaring és kakukkfűlevelekkel, szórjuk meg a színes darált borsal, csorgassuk meg az olívaolajjal, és kenjük meg a mustárral, majd csorgassuk meg a pezsgővel. Fedjük le fóliával, és sütésig tegyük a hűtőszekrénybe.

Sütéskor forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, és amikor már elég forró tegyük bele a bepácolt bélszíndarabot. Erős lángon minden oldalát pirítsuk meg jól. Tegyük át egy sütőlemezre, és forró kb 180-190 fokban sütőben süssük kb 20 percig. ha elkészült vegyük ki a sütőből, és tálalásig tartsuk melegen.

Tálaláskor vágjunk adagonként két-kétujjnyi vastag szeleteket, kanalazzunk a gombaszószból a tányérra, helyezük rá a bélszínszeleteket, és mellé körítsük a krumpli lepényt.

A gombaszószhoz forrósítsuk meg a vajat egy lábasban, tegyük bele a felkarikázott újhagymát, és pároljuk néhány percig. Utána tegyük bele a megmosott és kis darabokra felvágott vadgomba keveréket. Daráljunk rá borsot, sózzuk, fűszerezzük összevágott bazsalikom és petrezselyemlevéllel, és pároljuk addig, míg a saját elvét el nem főtte. Szórjuk rá a lisztet, keverjük jól össze, majd öntsük fel a tejszínnel. Forraljuk jól össze, majd tálaljuk a főételhez.

Krumpli lepényhez főzzük meg sós vízben héjában a burgonyát, majd ha kihűlt hámozzuk meg, vágjuk karikákra, majd tegyük egy vajjal kikent tűzálló tálba.

Egy kis tálba öntsük a tejszínt, üssük bele a tojásokat, sózzuk, daráljunk rá borsot és fűszerezzük őrölt szerecsendióval. Tegyük hozzá a reszelt sajtot, keverjük jól össze, majd öntsük a burgonya tetejére. forró sütőben süssük kb 150 fokon 30-35 percig, míg szép aranyárgára nem pirul.

**St. Martin desszertje****Három csokis sütemény, fagylalttal, ribizlivel**

2010-04-01



Hozzávalók:

- 36 dkg étcsokoládé,
- 10 dkg tejsokoládé,
- 16 dkg vaj,
- 4 db tojás,
- 35 dkg barnacukor,
- 2 csomag vaníliás cukor,
- 15 dkg liszt,
- 1 teáskanál sütőpor,
- 1 csipetnyi só,
- 18 dkg fehér csoki,
- 10 dkg tört mogyoró vagy mandula,
- 1.5 dl fehér csokoládé likőr,
- 1 db narancs leve,
- rum,
- 2 dl tejszín,
- 1 zacskó bio csoki pudingpor,
- 1 doboz fagylalt,
- 1 maréknyi friss ribizli,
- mentalevél.

Elkészítés:

Az étcsokoládéból 25dkg-ot, a tej csokiból 10dkg-ot, a vajjal egy edénybe tesszük, majd forró vízfürdőben, folyamatos keverés mellett felolvasztjuk.

A tűzről lehúzva hűlni hagyjuk, hozzáadunk meg 2dl tejszint és kb 1,5dl fehér csoki krémlikőrt és egy narancslevet.

A sütőt 180 Celsius-fokra előmelegítem. A tojásokat a cukorral és a vaníliás cukorral (2tasak) habosra keverjük, ízlés szerint tehetünk hozzá rumot.

A lisztet a sütőporral, sóval összekeverjük. Összesen 12 dkg fehér és fekete csokit felaprítunk kicsi darabokra, a lisztbe keverjük, hozzáadjuk a darabokra vágott mandulát (pisztáciát) és az 1 zacskó bio csoki pudingport.

A csokis masszába tesszük a lisztes keveréket, valamint a tojásos krémet. A tepsit kivajazzuk (kb 30x25-os), beleontjuk a kapott masszát, 30-40 percet sütjük.

Majd hagyjuk kihűlni. A maradék csokit felolvasztjuk, a süteményt ezzel díszíthetjük.

Héder Barna előétele

## Tavaszi spárgakrém leves

2010-04-02



Hozzávalók:

- 3 csokor zöldspárga,
- 2 szál sárgarépa,
- 1 szál petrezselyemgyökér,
- 1 gerezd fokhagyma,
- 1 kávéskanál curry,
- 1 csipetnyi őrölt szerecsendió,
- 1 db zöldségleves kocka,
- 1 evőkanál vaj,
- 2 evőkanál liszt,
- 3 dl tejszín,
- só,
- őrölt fehérbors,
- 1 csokor zöldpetrezselyem.

Elkészítés:

A spárgák végeit vágjuk le, majd burgonyahámzóval húzzuk le a külső héját, és a fejrészét vágjuk le.

Egy nagy fazékban forrósítsuk fel a vaját, adjuk hozzá az összezúzott fokhagymát, és forrósítsuk fel. Tegyük bele a spárgák összevágott végeit, adjuk hozzá a zöldségleves kockát, fűszerezzük őrölt szerecsendióval, fehérborssal, sóval és curry-vel. Pároljuk legalább öt percig, majd szórjuk meg liszttel, keverjük jól össze és engedjük vízzel. Főzzük körülbelül tíz percig, majd öntsük hozzá a tejszínt is. Forraljuk jól össze, majd merülő mixerrel pürésítsük, és utána finomlyukú szitán passzírozzuk át. Öntsük vissza az átpasszírozott leves a fazékba, tegyük bele a spárgafejeket és a vékony csíkokra összevágott sárgarépát és petrezselyemgyökeret. Forraljunk rajta egyet, majd tálaljuk leveses tálakba, tetejét összevágott zöldpetrezselyemmel szórjuk meg.

Izgalmasabb, ha pároláskor egy csipetnyi őrölt fahéjat is adunk hozzá.

**Héder Barna főétele****Wellington bélszín szezámmagos zöldbabbal és vajas újrépával**

2010-04-02



Hozzávalók:

- 1 kg bélszín
- 60 dkg gomba,
- 12 szelet páрмаi sonka,
- 2 evőkanál angol mustár,
- 1 csomag Tante Fanny friss vajas leveles tészta,
- 2 db tojás sárgája,
- só,
- bors,
- olívaolaj.

Körethez:

- 70 dkg friss zöldbab (nagycsarnok, culináris),
- 1 maréknyi szezámmag,
- 3 evőkanál olívaolaj,
- 3 csomag újrépa,
- 2 evőkanál vaj.

Elkészítés:

Hártyázzuk le a bélszínt éles késsel, majd daráljuk rá borsot. Forrósítsunk fel pár evőkanál olívaolajat egy nagy serpenyőben, és tegyük bele a bélszínt. Minden oldalát süssük elő pirosra. Ha elkészült vegyük ki a serpenyőből és kenjük meg a mustárral

Tegyük az összedarabolt gombát egy konyhai gyorsvágó gépbe, és daráljuk apróra. A gombadarálékot tegyük egy serpenyőbe, adjunk hozzá egy evőkanálnyi vajat, majd pároljuk addig, míg a saját levét el nem párologja.

Fektessük egymás mellé a sonkákat egy fóliára, kenjük rá a gombapépet, majd helyezzük a közepére az elősütött húst. Göngyöljük fel szorosra, majd burkoljuk be a leveles tésztába. Tetejét kenjük meg tojássárgájával, és forró sütőben süssük 200 fokon kb 35-40 percen keresztül. ha elkészült hagyjuk állni negyed órát, majd éles késsel szeleteljük fel vastag szeletekre.

Szezámmagos zöldbabbhoz főzzük sós vízben meg az egészben hagyott babot, majd ha már puha szedjük át egy hideg vízzel telt edénybe. Ha lehűlt csepegtessük le jól.

Egy nagy száraz serpenyőben pirítsuk meg a szezámmagot, majd tegyük rá a megfőzött babot.

Csorgassunk rá pár evőkanálnyi olívaolajat, sózzuk, és daráljuk rá borsot.

A vajas répához tegyünk két evőkanálnyi vajat egy lábasba, majd tegyük bele a meghámozott újrépákat.

Ha kisméretű ne szükséges szétvágni. Sózzuk, öntsünk alá kevéske vizet, majd lefedve pároljuk 6-8 percig.

Héder Barna desszertje

## Édes emlék morzsa

2010-04-02



Hozzávalók:

- 4 dl tej,
- 25 dkg liszt,
- 4 db tojás,
- 10 dkg cukor,
- 10 dkg vaj,
- 5 dkg mazsola,
- 1 csomag vaníliás cukor,
- 1 db citrom reszelt héja,
- só,
- porcukor,
- 1 üveg baracklekvár,
- 1 korty rum.

Elkészítés:

Tegyük a tojások sárgáját egy keverőtálba, adjuk hozzá a fele cukrot és a sót, majd elektromos keverővel keverjük habosra. A tejet keverjük simára a liszttel, majd ezt is óvatosan dolgozzuk a tojássárgás keverékhez. Keverjük hozzá a fele olvasztott vajat, a mazsolát és a maradék cukorral keményre felvert tojásfehérjét.

A maradék vajat olvasszuk fel egy nagy serpenyőben, öntsük bele a tésztát, és kis lángon állandóan kevergetve addig süssük, míg aranybarna, morzsás nem lesz.

Ha elkészült tálaljuk tányérokra, tetejét porcukorral szórjuk meg, és kínáljunk hozzá rumos baracklekvárt.



**Benkő Dániel előétele**

## **Lazacpraliné ála Benkő**

**2010-04-06**



### **Hozzávalók:**

15 szelet füstölt lazac  
40 dkg lágy natúr kecske vagy tehéntúró  
2 evőkanál tejszínes torma  
só  
darált bors  
1 teáskanál citromlé  
2 ág friss kaporlevél  
1 teáskanál mustár  
1 doboz rukkola  
1 doboz nagy szemű kaviár  
1 db friss torma

Tegyük egy tálba a túrót, kanalazzuk hozzá a mustárt és a tejszínes tormát. Ízesítsük citromlével, sóval, kevéske darált borssal és az összevágott kaporlevéllel. Villával vagy fakanállal keverjük pár percig, míg könnyű és lágyabb krémet nem kapunk.

Tegyük egymás mellé egy deszkára a lazacszeleteket, majd mindegyik közepére helyezzünk egy-egy diónyit a fűszeres túróból. Vegyünk egy megtöltött lazacszeletet a kezünkbe, óvatosan hajtsuk a széleit a túróra, majd formázzunk belőle kis gömböket.

Helyezzük tálra, tetejére kanalazzunk pár szemet lazackaviárból, majd az egészet reszeljük le friss tormával. Tálalhatjuk egyenként leveses kanalakba, majd azokat tálra helyezve látványos és nagyon finom vendégváró falatkákat tudunk készíteni az érkező vendégeinknek. Hasonló finom falatokat tudunk készíteni sonkából is.

**Benkő Dániel főétele**

## **Pontyvariációk aszúban és tökmagolajban pirított gombával**

2010-04-06



### **Hozzávalók:**

5 db közepes méretű pontyfilé  
 5 evőkanál olívaolaj  
 3 evőkanál liszt  
 1 evőkanál fűszerpaprika  
 fokhagymás gombához  
 60 dkg apró csiperkegomba  
 3 gerezd fokhagyma  
 3 dl tejszín  
 2 evőkanál liszt  
 4 szál újhagyma  
 3 evőkanál olívaolaj  
 só  
 darált bors  
 1 csokor friss petrezselyemzöld

### **Körethez:**

30 dkg vadrizs  
 30 dkg barnarizs  
 3 evőkanál olívaolaj  
 só

A pontyfilén hagyjuk rajta a bőrét, bőrével lefelé tegyük egy deszkára. Éles késsel vágjuk be a bőréig milliméterenként. Vigyázzunk, a bőrét ne vágjuk át.

Daráljunk a beirdalt halra borsót, sózzuk meg, majd forgassuk bele a paprikával összekevert lisztbe. Forrósítsuk fel az olívaolajt egy nagy serpenyőbe, majd tegyük bele a befűszerezett halfiléket. Közepes lángon mindkét felét süssük pirosra.

A fokhagymás gombához forrósítsuk fel az olívaolajat egy lábasban, tegyük bele a felkarikázott újhagymát. Pároljuk néhány percig, utána adjuk hozzá a feldarabolt gombát. Tegyük hozzá a zúzott fokhagymát, sózzuk, borsozzuk, majd pároljuk addig, míg a saját levét el nem főtte. Utána szórjuk meg liszttel, keverjük össze, majd öntsük fel a tejszínnel. Forraljuk jól össze, és végezetül keverjük hozzá az összevágott petrezselyemzöldet.

Körethez két lábasban forraljunk fel sós vizet, és az egyikben főzzük puhára a vadriszt, a másikban a barnarizst. Ha elkészült szűrjük le a főzőlevétől, majd tegyük egy nagy tálba. Csorgassuk meg olívaolajjal, és jól keverjük össze.

**Benkő Dániel desszertje**

## **Sokmagos répatorta sajtkrémmel**

2010-04-06



### **Hozzávalók:**

1 maréknyi mazsola  
 1 db narancs  
 120 ml étolaj  
 12 dkg búzaliszt  
 12 dkg teljes kiőrlésű búzaliszt  
 1 teáskanál sütőpor  
 1 teáskanál szódabikarbonát  
 1 teáskanál őrölt fahéj  
 2 db tojás  
 15 dkg barnacukor  
 28 dkg reszelt sárgarépa  
 10 dkg vegyes olajosmag-keverék (diákcsemege)  
 1 csipetnyi só

### **Tetejére:**

10 dkg natúr krémsajt  
 3-4 evőkanál porcukor  
 fél citrom reszelt héja és leve

Reszeljük le a megmosott narancs héját egy tányérba, a levét facsarjuk ki. Szórjuk a mazsolát egy kis tálba, öntsük rá a narancslevet, majd forraljuk fel. Hagyjuk addig állni, míg a mazsola ki nem hűl.

Tegyük a lereszelt sárgarépát egy nagy keverőtálba, csorgassuk rá az olajt, üssük hozzá a tojásokat, és szórjuk rá a barnacukrot. Ízesítsük sóval, őrölt fahéjjal, reszelt narancshéjjal és a beáztatott mazsolával. Fakanállal az egészet jó alaposan keverjük össze. Egy kis tálba mérjük ki a liszteket, tegyük hozzá a szódabikarbónát, a sütőport és az olajos magvakat, utána kanállal keverjük. Kis adagokban dolgozzuk bele a répás masszához. Öntsük a tésztát egy kiolajozott és liszttel meghintett kuglófformába, majd tegyük előmelegített sütőbe, ahol 150-160 fokon 40-50 perc alatt készre sül. Ha lekészült borítsuk ki egy nagy tányérra.

A mázhoz tegyük a szobahőmérsékletű krémsajtot egy keverőtálba, szórjuk rá a cukrot, a citromhéjat, és a citromlevet, majd elektromos keverővel keverjük tíz percig, míg habos nem lesz. Ha lekészült kanalazzuk a kihűlt torta tetejére, majd vágjuk fel cikkekre. Melléje kanalazhatunk a maradék krémsajtból.

Diákcsemege helyett használhatunk vegyesen tök, és napraforgómagot, diót, mandulát és mogyorót.

Edit asszony előétele

## Legényfogó leves

2010-04-07



### Hozzávalók:

20 dkg zöldborsó  
20 dkg gomba  
Sárgarépa  
Zeller  
Petrezselyemgyökér  
30 dkg csirkemell  
2 dl főzőtejszín  
2 dl tejföl  
1 teáskanál citromlé  
2 nagyobb fej vöröshagyma  
Olaj  
Só  
fehér bors  
tárkony  
egy húsleveskocka  
2 db burgonya

### Elkészítés:

Az olajon arany barnára pirítjuk az apróra vágott hagymát. Ráakjuk a kis kockára vágott húst. Kifehéredése után hozzáadjuk az ugyancsak apró darabokra vágott zöldségeket a borsót, répát, zellert, gyökeret. Sózzuk, borsozzuk. Fedő alatt félig megpároljuk a húst és zöldségeket, majd hozzáadjuk a darabolt gombát. Felöntjük vízzel (1,5 -2L) és húslével (esetleg kockát teszünk bele).

Főzzük puhára. Míg a leves puhul, készítsük el a gombócot. Főzzünk puhára két szem burgonyát, majd szűrjük le, és törjük át. Adjunk hozzá egy darab tojás sárgát és pár evőkanálnyi lisztet. Gyúrjuk jól össze, majd formázzunk belőle kis gombócokat. Mielőtt belekevernénk a tejszínt és a tejfölt tegyük a levesbe a gombócokat.

Ha elkészült belekeverjük a tejszínt és a tejfölt. Ízesítjük egy teáskanálnyi szárított tárkonnyal. Újra felforralás után levesszük a tűzről a levest, majd pár perc elteltével belekeverjük a citromlevet.

**Edit asszony főétele**

**Lakodalmas rántott bőségtál párolt zöldségekkel és rizzsel**

2010-04-07



**Hozzávalók:**

gomba

csirkehús

csirkemáj

ízlés szerint zöldségek

rizs

**Edit asszony desszertje**

## **Szívrabló torta**

2010-04-07



### **Hozzávalók:**

5 dl tejföl  
5 dl liszt  
5 dl cukor  
3 db tojás  
1 csomag sütőpor  
1 maréknyi vegyes aszalt gyümölcs  
6 db kivi  
2 evőkanál cukor  
porcukor a szóráshoz  
menta a dekoráláshoz

Öntsük a tejfölt, a lisztet, a cukrot a tojást és a sütőport egy konyhai keverőgépbe, majd kapcsoljuk be és dolgozzuk sima masszává. ha elkészült keverjük bele az aszalt gyümölcsöket is.

Kanalazzuk a masszát szív alakú formákba, majd tegyük előmelegített sütőbe, és 150-160 fokon süssük 20-25 percen keresztül. Ha elkészült hagyjuk kissé kihűlni, majd fordítsuk ki a formákból. Tálaljuk nagy tányérokra, és csorgassuk meg kivi szósszal. Tetejét porcukorral hintsük meg, és egy ág mentával díszítsük.

Kivi szószhoz hámozzuk meg a kiviket, vágjuk falatnyi darabokra, majd tegyük bele egy kis tálba. Szórjuk rá a két evőkanálnyi cukrot, és kézi mixerrel pürésítsük össze.

Fésűs Nelly előétele

## Prágai sonkaleves tormával

2010-04-08



### Hozzávalók:

1,5 kg prágai vagy más füstölt sonka  
 1 fej zellergumó  
 1 evőkanál vaj  
 1 gerezd fokhagyma  
 1 maréknyi gomba  
 2 szál sárgarépa  
 2-3 evőkanál liszt  
 30 dkg savanyú káposzta  
 60 dkg burgonya  
 őrölt bors, só  
 csipetnyi őrölt szerecsendió  
 1 nagy pohár tejföl  
 1 csokor zellerlevél  
 1 db friss torma

Tegyük fel főni egy fazékba a sonkát, majd ha puha szedjük ki a főzőlevéből. Egy fazékba tegyünk egy evőkanálnyi vajat, fonnyasszunk meg benne egy gerezd összezúzott fokhagymát. Adjunk hozzá kockára vágott zellergumót, gombát, sárgarépát. Pároljuk pár percig, majd egy-két evőkanál liszttel és egy teáskanál piros paprikával szórjuk meg. Öntsük fel a sonka főzőlevével. Ügyeljünk ne, hogy a sonkalé túl sós legyen, ilyenkor hígítsuk vízzel. Kockára vágott burgonyát, káposztát és főtt sonkát tegyünk bele. őrölt borssal, őrölt szerecsendióval fűszerezzük. Ha a burgonya megpuhult tejfőllel dúsítsuk. Forraljuk ki alaposan, majd tálaláskor összevágott friss zellerlevéllel szórjuk meg.

Nagyon finom, ha a tányérunkba frissen reszelt tormát teszünk, majd erre merjük a tűzforró sonkalevest.

**Fésűs Nelly főétele**

## **Paprikakompóttal töltött borjúkaraj, hercegnő burgonyával**

**2010-04-08**



### **Hozzávalók:**

1,5 kg borjúkaraj csont nélkül  
darált bors, só  
2 ág friss kakukkfű  
3-4 evőkanál olívaolaj

### **Sültpaprika kompóthoz:**

3-3 db piros és sárga kaliforniai paprika  
4 evőkanál balzsamecet  
2 ág kakukkfű  
3 gerezd fokhagyma  
5-6 levél friss bazsalikom  
1 csokor petrezselyem zöldje  
darált bors, só  
2 evőkanál olívaolaj

### **Körethez:**

1 kg burgonya  
3 db tojássárgája  
fél kávéskanál őrölt szerecsendió  
só

Mossuk meg alaposan a paprikákat, majd tegyük egy sütőpapírral borított sütőlemezre. Forró sütőben 160-170 fokon süssük körülbelül 30-40 percig, míg a bőre barna nem lesz. Vegyük ki a sütőből és várjunk míg kihűl. Húzzuk le a megsült paprikák bőrét, majd a piros húsát vágjuk fel ujnyi csíkokra, és tegyük egy nagy tálba. Ha tudjuk a sültpaprika levét fogjuk fel a salátástálba tálba, jó lesz majd az ecetes öntet készítéséhez.

Reszeljük a felcsíkozott paprikákra a fokhagymát, tépkedjük rá a petrezselyem zöldjét, a bazsalikom, és a kakukkfűleveleket. Daráljunk rá borsot, csorgassuk rá az olívaolajat, balzsamecetet és csipetnyi sóval ízesítsük, majd óvatosan keverjük össze.

Vágjuk be a karajt egy centi vastagságúra egészen az aljáig, majd mellette hasonló vastagságban vágjuk át teljesen. Így egy dupla nagyságú szeletet tudunk vágni. Klopfolóval kissé ütögetjük meg, daráljunk rá borsot és szórjuk meg a kakukkfűlevelekkel.

A szénytított hússzeletek közepére tegyük a paprikakompótból, majd zárjuk össze. hústűvel fogassuk át.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat, majd tegyük bele a megtöltött húsokat. mindkét oldalát erős lángon süssük elő.

Ha elkészült szedjük át egy nagy tepsibe, és tálalás előtt tegyük a forró 180 fokos sütőbe, ahol 10 perc alatt készre sül.

A körethez főzzük meg sós vízben a burgonyát, szűrjük le, majd nyomjuk át burgonyanyomóval. Keverjük hozzá a tojássárgáját és a szerecsendiót. Tegyük nyomózsákban, majd sütőlemezre nyomjunk belőle tojás nagyságú halmokat. Forró sütőben süssük pirosra.

Tálaljunk nagy tányérra a megsült töltött húsból, mellé pár darabot a burgonyaköretből, mellé kanalazhatunk a megmaradt paprikakompótból.



Fésűs Nelly desszertje

## Kókusztorta, kókuszlikőrös dinnyegolyókkal

2010-04-08



### Hozzávalók:

10 tojás  
30 dkg cukor  
15 dkg kókuszreszelék  
15 dkg darált dió  
4 ek rétesliszt  
1 csomag sütőpor  
1/2 citrom leve  
20 dkg porcukor  
1 cs vaníliás cukor  
1 cs főzős vanília puding  
3 dl tej  
25 dkg rama  
3 ek kakaópor

Fehér tészta: 5 tojás fehérjét kemény habbá verjük, hozzá adunk 15dkg. kristálycukrot, 15 dkg. kókuszreszeléket, 1/2 csomag sütőport, 2 kanál réteslisztet, és a végén a fél citrom levét. sütőpapíros tortaformába tesszük és 180'-on 15percig sütjük.

### Barna tészta:

5 tojás, 15dkg kristálycukor, habosra keverünk, majd hozzáadunk 15dkg darált diót. 3 ek. kakaóport, 2 ek réteslisztet, 1/2 csomag sütőport, majd hasonlóan sütjük mint az előbb.

Krém: 10 tojás sárgáját 20dkg. porcukorral 1 cs vaníliás. cukorral világosra verjük, hozzá 3dl. tejet 1 cs pudingport. Sűrű krémmé főzzük, majd hűlés közben hozzá adunk 25dkg margarint.

Összeállítás: Fehér tészta, rá a krém nagyobb része, majd a barna tészta, rá a maradék krém. A tetejét Ízlés szerint díszítjük!

### Dinnyesalátához:

1 db sárgadinnye  
1 dl kókuszlikőr

A dinnyét kigolyózzuk, majd összekeverjük a kókuszlikőrrel.

**Kasza Tibor előétele**

## **Kaszaleves**

**2010-04-09**



### **Hozzávalók:**

1 nagy fej vöröshagyma,  
2 szál sárgarépa,  
30 dkg kelkáposzta,  
só, bazsalikom,  
borsikafű,  
pritaminkrém,  
babérlevél,  
olaj,  
3 pár virsli,  
1 pohár tejföl,  
3 evőkanál liszt,  
2 teáskanál fűszerpaprika,  
30 dkg burgonya.

Az olajon futtassuk meg a hagymát, a végén még pirítsuk együtt bazsalikkal és a borsikával. Öntsük fel vízzel, és ha forr, tegyük bele az apróra vágott zöldségeket, felkarikázott virslit, és a felkockázott krumplit és a többi fűszerrel főzzük készre. Ha megpuhultak a zöldségek, világos vajas, paprikával elkevert rántással sűrítsük be, majd keverjük el benne a tejfölt.

**Kasza Tibor főétele**

## **Csáky rostélyos lebbencs rétesessel**

**2010-04-09**



### **Hozzávalók:**

5 szelet rostélyos,  
10 dkg zsír,  
20 dkg hagyma,  
1 dkg pirospaprika,  
3 dl tejföl  
6 dkg liszt,  
2 dkg paradicsompüré,  
4 dkg só,  
10 dk tölténivaló paprika,  
6 db paradicsom,  
5 db tojás,  
10 dkg húsos füstölt szalonna,  
2 g törött bors.

### **Lebbencsréteshez:**

50 dkg lebbencstészta,  
50 dkg tehéntúró,  
2 dl tejföl,  
10 dkg füstölt szalonna, só.

A következő töltelékét készítjük: a húsos szalonnát kis kockákra vágjuk, egy serpenyőbe tesszük, addig pirítjuk, amíg a zsírját kiadja, majd hozzáadunk 5 dkg apróra vágott hagymát. Ha szép sárgára pirult, hozzátesszük a paprikát és a hámozott paradicsomot, megsózzuk, és kis ideig pároljuk. A tojásokat jól elkeverve ráöntjük a lecsóra, és folyton keverve hagyjuk keményedni, majd félretesszük, hogy kihűljön. A rostélyosokat jól kiverjük, sózzuk, borsozzuk. Egy-egy szelet, közepére szétkenjük a töltelékét, széleit ráhajtjuk a töltelékre, hosszukás alakúra göngyöljük és átkötjük zsineggel. A zsírt felolvasztjuk, felforrósítjuk, majd beletesszük a (lisztben megforgatott) rostélyosokat és sütőbe téve - időnként átfordítva - 20 percig sütjük. Utána a zsírból kiszedjük a húst, a visszamaradt zsírban világosra pirítjuk a maradék apróra vágott hagymát, beletesszük a pirospaprikát, paradicsompürét, elkeverjük és visszahelyezzük a rostélyosokat, felöntjük annyi vízzel, amennyi szűken ellepi, és lefödve puhára pároljuk. Ha a hús már majdnem megfőtt, kivesszük, a zsinégeket leszedjük, s a tekercseket félretesszük. A visszamaradt pörköltléhez hozzáadjuk a tejfölből és lisztből készült habarást, azzal jól kiforraljuk, majd ezt a mártást a húsról szűrve befejezzük a párolást. Végül egy mélyebb tál oldalára tálaljuk a pirított burgonyát, mellé tálaljuk a - rézsútosan felszeletelt - rostélyosokat, s rájuk öntjük a paprikás mártást.

A füstölt szalonnát vágd kis kockákra, süsd ki a zsírját. A szalonnakockákat emeld ki, s a zsírba keverj 2 kanál tejfölt. A túrót morzsold szét villával, vagy kézzel. A tésztát főzd ki, majd forgasd bele a felforrósított tejfölös zsírba, - ha a tészta nem elég forró, melegítsd utána és keverd hozzá a túrót és a kisütött szalonnát. Fektesdünk egymásra két lap rétestésztát, majd a közepére halmozzunk a kész túrós csuszából. Göngyöljük fel, mint a rétest, kenjük meg vajjal, majd tegyük egy sütőlemezre. Forró sütőben süssük 25 percig, 160-170 fokon míg ropogós nem lesz. Ha elkészült vágjuk vastagabb szeletekre, és ezzel körítsük a rostélyost.

**Kasza Tibor desszertje**

## **Családi csokitorta meggy mártással**

2010-04-09



### **Hozzávalók:**

2 tábla tejcsokoládé  
1/2 tábla étcsokoládé  
3/4 bögre cukor  
1/2 bögre darált mák  
5 darab tojás  
17 dkg vaj  
1/3 bögre liszt  
fél kiskanál szóda bikarbóna

A csokoládékat kockákra vágjuk, majd gőz fölött megolvasztjuk a vajjal és cukorral együtt. Az így kapott masszát levesszük a gáztól, ha kihűlt hozzáadunk egyesével 5 db tojássárgáját és robotgéppel belekeverjük. Hozzáadjuk a szóda bikarbónát, lisztet és a mákot is.

A tojásfehérjét habbá verjük, majd az 1/3 részét hozzáadjuk a csoki masszához. Jól összekeverjük, hogy meglazítsa. Ha ez kész, hozzá öntjük a többi tojásfehérjét is, de azt már csak összeforgatjuk vele, úgy hogy ne törjön meg.

Egy sütőpapírral ellátott és kivajazott tortaformába tesszük és 165 fokon 50-50 percig sütjük.

### **Meggyes öntet:**

#### **Hozzávalók:**

1 zacskó mirelit meggy  
kevés víz  
ízlés szerint kristálycukor  
egy csipetnyi fahéj  
egy kis reszelt citromhéj  
1 evőkanál keményítő

**Patkó Béla – Kiki előétele**

## **Kemencés lángos**

2010-04-12



### **Hozzávalók:**

50 dkg liszt,  
15 dkg főtt és áttört burgonya, 2dkg élesztő,  
1,5 dl tej,  
1 csipetnyi cukor,  
só,  
50 dkg hagyma,  
3 pohár tejföl,  
30 dkg baconszalonna.

A lisztet szitáljuk egy nagy tálba. A langyos tejbe keverjük a csipetnyi cukrot, majd morzsoljuk el az élesztőt, várjunk vele pár percet, hogy az élesztő felfusson. Tegyük a liszthez az áttört burgonyát, két teáskanálnyi sót, majd a kovászt. Állandó kevergetés mellett adagoljuk hozzá a tejet. Dagasszuk 5 percig, utána takarjuk le tiszta konyharuhával és langyos helyen kelesszük kétszeresére.

Lisztezett deszkára borítsuk, nyújtsuk ujjnyi vastagságúra, majd tegyük egy olajjal kikent tepsire.

Tetejét kenjük meg bőségesen tejföllel, majd szórjuk meg a karikára vágott hagymával, és a vékony csíkokra felmetélt szalonnával.

Tegyük forró 170-180 fokos sütőbe, és 20-25 perc alatt süssük pirosra. ha elkészült vágjuk tenyérnyi darabokra.

**Patkó Béla – Kiki főétele**

## **Bográcsos lecsós csirke cipóban**

2010-04-12



### **Hozzávalók:**

1 kg csirkemell filé,  
3 nagy fej vöröshagyma,  
2 gerezd fokhagyma,  
1 kg paprika,  
70 dkg paradicsom,  
20 dkg húsos szalonna,  
20 dkg füstölt kolbász,  
1 evőkanál piros paprika,  
só, darált bors,  
4 evőkanál olívaolaj vagy zsír.

Forrósítsuk fel a zsiradékot egy nagy lábasban, tegyük bele a csíkokra összevágott szalonnát. Pirítsuk addig, míg a szalonna ropogósra nem sül. Utána tegyük hozzá az összevágott vöröshagymát, és a fokhagymát. pároljuk addig, míg a hagyma üveges nem lesz, szórjuk rá a fűszerpaprikát, keverjük jól össze, majd tegyük bele a falatnyi darabokra összevágott csirkehúst. Daráljunk rá borsot, sózzuk, majd fedjük le, és pároljuk 15-20 percig. Utána tegyük hozzá a feldarabolt paprikát, paradicsomot, karikára vágott kolbászt. Főzzük még tovább 5-6 percig, majd tálaljuk.

**Patkó Béla – Kiki desszertje**

## **Frangepán fügetorta, fagyival**

2010-04-12



### **Hozzávalók:**

125 gr vaj,  
125 gr cukor,  
2 db tojás,  
25 gr liszt,  
250 gr leveles tészta,  
5-6 db érett friss füge,  
méz,  
125 gr darált mandula, fagylalt.

Béleljünk ki a leveles tésztával egy kerek peremes sütőformát. Tegyük a szobahőmérsékletű vaját egy keverőtálba, adjuk hozzá a cukrot, majd pár percen keresztül keverjük habosra. egyenként üssük hozzá a tojásokat, jól keverjük vele össze, majd adjuk hozzá a lisztet és a darált mandulát.

Öntsük a mandulás keveréket a tésztával kibélelt formába, majd tegyük a tetejére a cikkre vágott fügét. Szórjuk meg cukorral, tegyük forró sütőbe, és 150-160 fokon süssük 25-30 percen keresztül.

Ha elkészült felmelegített mézzel kenjük meg a tetejét. Fagylalttal tálaljuk.

**Marót Viki előétele**

## **Tavaszi retekleves, leves gyönggyel**

2010-04-13



### **Hozzávalók:**

50 dkg sörretek,  
2 evőkanál extra szűz olívaolaj,  
1 szál sárgarépa,  
2 ág kakukkfű,  
csipetnyi szerecsendió,  
1 db zöldségleves kocka,  
1 evőkanál liszt,  
fél maréknyi aprótészta,  
só, darált bors,  
1 csokor petrezselyem zöldje,  
1 gerezd fokhagyma

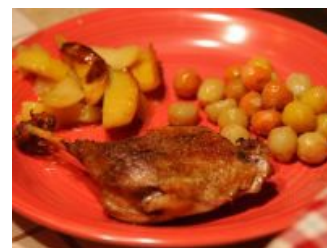
Egy fazékban forrósítsuk fel az olívaolajat, majd tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát, forrósítsuk fél percig és utána tegyük hozzá a felkockázott sárgarépát és a meghámozott kockára vágott retket is. Dobjuk rá a kakukkfű ágat, fűszerezzük szerecsendióval, kevéske darált borssal, ízesítsük sóval és a leveskockával. Közepes lángon fedővel lefedve pároljuk öt percig, majd szórjuk meg liszttel, keverjük össze és öntsük fel másfél-két liternyi vízzel. Főzzük negyed órán keresztül, majd tegyük bele az apró levestésztát is. További öt perc főzés után keverjük bele az összevágott petrezselyem zöldjét, majd forrón tálaljuk leveses tálakba. Pár evőkanál tejszínnel vagy tejföllel tehetjük levesünket még krémesebbé.



**Marót Viki főétele**

## **Kacsacombok sárgarépa – golyócskákkal**

2010-04-13



### **Hozzávalók:**

5 db pecsenyekacsa comb,  
3 ág kakukkfű,  
só,  
1 kg színes répagolyó,  
2 evőkanál vaj,  
1 csokor petrezselyemzöldje,  
50 dkg apróburgonya

Sózzuk meg a kacsacombokat, majd tegyük egy tepsibe. Tépkedjünk a tetejére a kakukkfűlevelekből, majd öntsünk alá egy decinyi vizet. Tegyük mellé az apró burgonyákat, fedjük le alufóliával, és tegyük forró 160 fokos sütőbe. Süssük addig, míg a kacsza húsa puha nem lesz, majd utána vegyük le róla a fóliát, és még pár percig süssük, míg a bőre ropogós nem lesz.

Míg a kacsa a sütőben sül, készítsük el hozzá a köretet. Tegyük a vaját egy nagy lábasba, öntsük rá a répagolyókat, sózzuk, öntsünk alá egy pohárnyi vizet, majd lefedve pároljuk 10 percig. Az elkészült répát szórjuk meg összevágott petrezselyemzölddel.

**Marót Viki desszertje****Stíriai metélt**

2010-04-13

**Hozzávalók:**

50 dkg tehéntúró

20 dkg liszt

4 tojás

4 dkg vaj

3 dl tejföl

citromhéj, mazsola

10 dkg cukor

1 cs Vaníliás cukor

só

1 kiskanál olaj vagy zsír

1 ek zsemlemorzsa

Az áttört túróval, egy tojással, a liszttel, kevés sóval, egy kanál tejföllel gyúrt tésztát készítünk. Ujjnyi vastagságúra nyújtjuk, ujjnyi metéltekre vágjuk. Forró sós vízben kifőzzük, lecsurgatjuk.

A vajat a 3 tojássárgájával, cukorral, tejföllel, vaníliás cukorral, reszelt citromhéjjal jól elkavarjuk, hozzáadjuk a mazsolát és a felvert tojáshabot. A kifőzött tésztát ezzel a keverékkel óvatosan összevegyítjük és kikent, morzsával hintett tepsiben előmelegített sütőben pirosra sütjük.

Csordás Tibi előétele

## Pármai sonkás parmezánpuffancsok

2010-04-14



### Hozzávalók:

85 gr vaj  
100 gr liszt  
1 csipetnyi só  
3 db tojás  
100 gr Pármai sonka  
4-5 db zsályalevél  
40 gr reszelt parmezán sajt

### Salátalevél:

bébi spenót  
Rukola  
Olívaolaj  
balzsamecet

Öntsünk egy kis lábasba 220 ml vizet, tegyük hozzá a vajat, sózzuk meg, majd ha felforrt állandó kevergetés közben szórjuk bele a lisztet. Addig főzzük, míg a tészta az edény falától el nem válik. Még a meleg tésztába keverjük bele egyenként a tojásokat, utána az apró kockára felvágott sonkát, parmezánt és a zsályaleveleket.

Kenjünk ki vajjal egy nagy sütőlemezt, majd nyomózsákkal vagy vízbe mártott kanállal halmozzunk pingpong labda nagyságú halmokat. Tegyük a tepsit forró sütőbe és 170-180 fokon süssük kb 20-25 percen keresztül. Ha elkészült még melegen tálaljuk salátalevelekkel.

**Csordás Tibi főétele****Rántott libamáj, hagymás tört krumplival, tejfölös uborkasalátával**

2010-04-14

**Hozzávalók:**

2 kg hízott libamáj  
 50 dkg zsemlemorzsza  
 1 liter étolaj  
 30 dkg liszt  
 Só  
 4 db tojás

**Körethez:**

1 kg burgonya  
 2 fej vöröshagyma  
 3 evőkanál libazsír

**Salátához:**

1 kg kígyóuborka  
 2 pohár tejföl  
 3 evőkanál ecet  
 Só  
 1 gerezd fokhagyma  
 2 evőkanál cukor

A libamájat szeleteljük fel, enyhén sózzuk meg, majd panírozzuk be. Először mártsuk lisztbe, majd felvert tojásba és utána a zsemlemorzsába. Felhevített olajban süssük mindkét oldalát pirosra.

A körethez főzzük meg sós vízben a felkockázott burgonyát, majd libazsírban pároljuk meg a felvágott hagymát. adjuk hozzá a krumpli kockákat, sózzuk és jó alaposan keverjük össze.

Az uborkasalátához szeleteljük fel a meghámozott uborkát, hintsük meg sóval, keverjük jól össze, és hagyjuk állni pár percet. Nyomkodjuk ki a felesleges levet belőle, tegyük egy tálba, majd adjuk hozzá az ecetet, cukrot, a reszelt fokhagymát és a tejfölt. Jól keverjük össze, és alaposan hűtsük le.

Csordás Tibi desszertje

## Epres- barackos-gyömbéres morzsa

2010-04-14



### Hozzávalók:

40 dkg eper  
40 dkg őszibarack konzerv  
2 diónyi friss gyömbér  
10 dkg cukor  
4 dkg vaj  
1 korty rum

### Morzsához:

5 dkg darált dió  
10 dkg liszt  
1 csipetnyi őrölt fahéj  
5 dkg vaj  
8 dkg barnacukor  
1 doboz fagylalt (vanília)

Mossuk meg alaposan az epreket, majd vágjuk kétfelé. egy nagy serpenyőben olvasszuk fel a cukrot aransárgára, majd tegyük bele a lereszelt gyömbért, az epreket és a cikkekre vágott barackot. Adjuk hozzá a vaját, rumot és pároljuk pár percig. A kész szirupos gyümölcsöket tálaljuk kis hőálló sütőedénybe. A morzsához tegyük az összes alapanyagot egy konyhai gyorsvágó gépbe. A vaját hidegen vágjuk hozzá kis darabokra. Kapcsoljuk be, és zúzzuk morzsává, majd szórjuk a szirupos gyümölcsök tetejére. tegyük forró sütőbe, és 180 fokon süssük kb 15-20 percig. ha elkészült tálaláskor kanalazzunk fagylaltot a tetejére.

**Oszter Alexandra előétele**

## **Brokkolis pasta al Forno**

2010-04-15



### **Hozzávalók:**

50 dkg Penne tészta,  
2 doboz hámozott paradicsom konzerv,  
4 db kemping sajt natúr,  
50 dkg mélyhűtött brokkoli,  
1 fej vöröshagyma,  
2 gerezd fokhagyma,  
25 dkg vaj,  
25 dkg parmezán sajt (nem reszelve),  
olívaolaj,  
só,  
1 csokor friss bazsalikomlevél,  
1 ág friss rozsmaring,  
darált bors

Forrósítsunk fel egy nagy lábasban fele mennyiségű olívaolajat, és fele mennyiségű vaját, majd tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Tegyük hozzá a rozsmaringlevelet majd pároljuk pár percig. Öntsük rá a felkockázott hámozott paradicsom konzervet, sózzuk, fűszerezzük darált borssal és friss bazsalikomlevéllel. Kis lángon főzzük öt-hat percig.

A tésztát főzzük ki sós vízben a rózsáira szedett brokkolival együtt. Vigyázzunk csak körülbelül nyolc percig főzzük, hogy a tészta ne főjön meg túlságosan. Ha elkészült szűrjük le.

Kenjünk ki vajjal egy nagy tűzálló sütőedényt, majd tegyük bele a brokkolis tésztát. Kanalazzunk rá a paradicsomszószt, és jól keverjük össze. tetejére osszuk szét a krémsajtot, majd tegyük forró sütőbe, és közepes hőmérsékleten, kb 150 fokon süssük 25-30 percig.

Ha elkészült tálaljuk ki tányérokra, tetejét frissen lereszelt parmezán sajttal szórjuk meg.

**Oszter Alexandra főétele**

## **Tejszínes konyakos scaloppine, forgatott krumplival, vegyes salátával**

2010-04-15



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé,  
5 dl tejszín (zacskós),  
só, darált bors,  
2 dl konyak,  
25 dkg liszt,  
20 dkg vaj

### **Körethez:**

1,5 kg burgonya,  
3-4 evőkanál zsír, só

A csirkemell filétet vágjuk kétfelé, majd klopfoljuk ki. Sózzuk meg és daráljunk rá borsot. Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben a vajból, majd mártsuk lisztbe a csirkemell szeleteket. Süssük meg a forró vajban mindkét oldalát, majd szedjük ki egy nagy tányérra.

A serpenyőbe öntsük a tejszínt és a konyakot, sózzuk meg, daráljunk bele borsot, majd pár percig forraljuk. Ha elkészült tegyük bele vissza a megsütött csirkemelleket, forraljunk még egyet rajta.

A körethez főzzük meg sós vízben a burgonyákat, majd ha elkészült hámozzuk meg. Vágjuk nagyobb falatnyi darabokra, majd zsírban egy nagy serpenyőben pirítsuk meg.

### **Salátához:**

1 fej jégsaláta,  
1 fej radicchio saláta, olívaolaj, balzsamecet,  
50 dkg paradicsom

A salátákat tépkedjük szét, majd tegyük salátástálba, tegyük a tetejére a felkockázott paradicsomot. Csorgassuk meg olívaolajjal és balzsamesettel.

**Oszter Alexandra desszertje**

## **Házi dzsemmel töltött almák, vanília szósszal**

2010-04-15



### **Hozzávalók:**

5 db alma,  
12 dkg cukor,  
fél citrom leve,  
4 evőkanál barack dzsem,  
1 maréknyi dió,  
fél marék mazsola

### **Szószhoz:**

5 dl tej,  
3 db tojás,  
15 dkg cukor,  
1 evőkanál liszt,  
2 db vaníliás cukor,  
2 rúd vanília

Hámozzuk meg az almákat, majd a közepét karalábé vájóval vájjuk ki. Tegyük egy nagy tűzálló tálba, szórjuk rá a cukrot és öntsük rá a citromlevet, majd öntsünk annyi vizet rá, hogy épp ellepje. Közepes lángon főzzük kb öt percig. Ha elkészült lapátkanállal szedjük ki a pároló léből.

Tegyük egy kis tálba a dzsemet, adjuk hozzá a durvára összevágott diót, a mazsolát, majd keverjük jól össze. Ezzel a töltelékkel töltjük meg a kivájt almákat.

A mártáshoz keverjük habosra a tojásokat a cukorral, vaníliás cukorral, majd keverjük bele a lisztet. Öntsük hozzá a tejet, tegyük hozzá a kettévágott vanília rudat, jó alaposan keverjük vele össze, majd tegyük vízgőz fölé. Állandóan kevergetve addig hevítsük, míg sűrű mártássá nem sűrűsödik.

A megtöltött almákat öntsük nyakon a vaníliás szósszal, és azonnal tálaljuk.



Józsa Imre előétele

## Napon zöldsült kagylóleves, friss baguette-el

2010-04-16



### Hozzávalók:

25 db zöldkagyló (mélyhűtött),  
3 gerezd fokhagyma,  
2 csokor petrezselyemzöld,  
4 evőkanál olívaolaj,  
15 dkg póréhagyma,  
só, darált bors,  
2 dl száraz fehérbor,  
3 dl húsleves (kockából),  
2 evőkanál étkezési keményítő,  
2 dl tejszín,  
3 db baguette

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy lábasban, majd tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát és póréét. Pároljuk néhány percig, utána öntsük hozzá a bort és a húslét. Sózzuk, daráljunk rá borsot, majd jó alaposan forraljuk össze. tegyük bele a kagylót, fedjük le fedővel és pároljuk tíz percig. Ha a kagylók megpuhultak, óvatosan szedjük ki a párló léből, majd a levet sűrítsük be hideg vízzel elkevert keményítővel. Dúsítsuk tejszínnel, és keverjük hozzá az összevágott petrezselyemzöldet.

Tálaljunk öt kagylót egy nagy tányérba, majd öntsük nyakon a tejszínes levessel. Mellé ropogós baguettet kínáljunk.

**Józsa Imre főétele**

## **Francia sólet guilottiu módra**

**2010-04-16**



### **Hozzávalók:**

1 kg nagy szemű fehérbab,  
 2 db kacsamell,  
 50 dkg báránylapocka,  
 3 fej hagyma,  
 6-8 szem szegfűszeg,  
 25 dkg libazsír,  
 4 gerezd fokhagyma,  
 20 dkg angolszalonna,  
 20 dkg füstölt kolbász,  
 10 dkg paradicsompüré,  
 10 dkg zsemlemorzsa,  
 só, bors,  
 1 csokor,  
 friss korianderlevél,  
 1 csokor petrezselyemzöld,  
 1 csokor zellerlevél,  
 1 ág oregánó,  
 1 ág rozmaring,  
 1 ág babérlevél,  
 1 szál sárgarépa

A babot előző nap áztassuk be hideg vízbe, majd másnap sós vízben az összekötött fűszerlevelekkel, és a szegfűszeggel megtűzdelt hagymával együtt főzzük puhára.

Forrósítsunk fel pár kanálnyi libazsírt egy nagy lábasban, majd tegyük hozzá az apróra felvágott maradék hagymát, fokhagymát majd pároljuk néhány percig. Tegyük bele a paradicsompürét, keverjük jó össze, majd sózzuk és daráljunk rá borsot. Öntsünk alá egy pohárnyi vizet és jól forraljuk össze.

Fűszerezzük be a kacsamellet darált borssal és sózzuk meg. felforrósított libazsírban süssük meg úgy, hogy a közepe rózsaszínű maradjon.

A báránylapockát is kockázzuk fel, majd sózzuk, borsozzuk, és ezt is pár kanál forró libazsírban süssük elő. Hasonlóan süssük meg a kockára vágott szalonnát és a felkarikázott kolbászt is.

Az elősütött kacsát vágjuk kockákra, majd tegyük a hagymás szaftba. Adjuk hozzá az elősütött bányát, kolbászt és a szalonnát is.

Egy nagy sütőedénybe alulra tegyünk a megfőzött babból, tetejére a szaftos húst, majd ismét babbal fedjük be. Szórjuk meg a zsemlemorzsaival, és tegyük a sütőbe. 150-160 fokon süssük kb egy órán keresztül.

Józsa Imre desszertje

## Szilvás clafoutis, ehető virág szirmokkal

2010-04-16



### Hozzávalók:

10 szem ringlószilva,  
6 dkg liszt,  
6 dkg porcukor,  
2 db egész tojás,  
1 db tojássárgája,  
1 pohár tejföl,  
1 csipet só,  
2 dkg vaj,  
1 doboz vanília fagylalt,  
1 csipetnyi őrölt fahéj,  
3 evőkanál méz

Tegyük a tojásokat egy keverőtálba, majd elektromos habverővel keverjük habosra. Adjuk hozzá a tejfölt, sót, a liszttel elkevert fahéjat és porcukrot.

Kenjünk ki vajjal és szórjunk meg liszttel öt darab sufléformát, majd az aljára helyezzük a felcikkezett ringlószilvákat. Öntsük rá a tésztát, tetejére csipegessünk a vajból, majd tegyük forró sütőbe. 180 fokon süssük kb 40-45 percen keresztül.

Ha elkészült tálaláskor kanalazzunk a tetejére a fagylaltból, csorgassuk meg a mézzel, és árvácskavirággal dekoráljuk.

**Orosz Barbara előétele**

## **Pomádés hot-dog sült hagymakarikával**

2010-04-19



### **Hozzávalók:**

10 db hot-dog kifli (kalácsszerű kell),  
20 dk apró koktél virsli,  
1 db ketchup  
1 db mustár  
50 dkg hagyma,  
1 liter étolaj,  
20 dkg liszt,

### **Elkészítés:**

A hot-dog kiflik végeit vágjuk le, majd vágjunk belőle 2 cm-es darabokat. Adagonként négy darabot helyezünk tányérra, majd nyomjuk a közepébe a virslit. A virslit vegyük ki belőle, és a helyére nyomjunk kevéske mustárt és ketchupot. Helyezzük vissza virsliket, tegyük egy tepsire, majd tálalás előtt tegyük be a sütőbe. 180 fokon süssük kb 5-7 percig, míg jól átforrósodik.

A sült hagymához vágjuk karikára a meghámozott hagymát, együk egy tálba szórjuk rá a lisztet és jól keverjük össze. forró olajban süssük ropogós pirosra, majd ezzel tálaljuk a kész hot-dogokat.

**Orosz Barbara főétele**

## **Corn flakeses bundában sült medvehagymás borjú kotlett, fóliás burgonyával és répával**

**2010-04-19**



### **Hozzávalók:**

5 vastag szelet csontos borjúgerinc,  
6-8 evőkanál olívaolaj,  
3 ág friss kakukkfű,  
darált bors,  
só,  
3 ág rozmaring,

### **Kukoricapehely bundához:**

2 pohárnyi kukoricapehely,  
1 teáskanál fűszerpaprika,  
fél teáskanál fokhagyma granulátum,  
fél teáskanál kakukkfű,

### **Fűszervajhoz:**

20 dkg vaj,  
1 kis csokor medvehagyma,  
1 gerezd fokhagyma,  
2 teáskanál mustár,  
só,  
pár csepp citromlé,  
darált bors,

### **Körethez:**

5 db nagy szemű burgonya,  
2 pohár tejföl,  
fél csokor medvehagyma,  
olívaolaj,  
2 evőkanál vaj,  
3 csokor újrépa,

### **Elkészítés:**

A hússzeleteket tegyük egymás mellé egy deszkára, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, szórjuk meg az összevágott kakukkfű és rozmaringlevelekkel. Fordítsuk meg a húsokat, majd a másik felét is fűszerezzük be. Sütésig tegyük a hűtőbe.

Fűszervajhoz tegyük a szobahőmérsékletű vaját egy tálba, adjuk hozzá az összevágott medvehagymát és a fokhagymát. daráljunk hozzá borsot, sózzuk, pár csepp citromlével és a mustárral ízesítsük. Elektromos keverővel jól keverjük ki, majd habzsákból nyomjunk kanálnyi halmokat egy fóliára. Tegyük a hűtőbe a szék tálalásáig.

Tegyük egy nagy zacskóba a kukoricapelyhet, adjuk hozzá a fűszereket, majd klopfolóval törjük össze.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, majd tegyük bele a befűszerezett húsokat. Erős lángon mindkét oldalát addig süssük, míg a hús pirulni nem kezd. Utána tegyük át egy nagy tepsire, majd szórjuk a tetejére az összetört kukoricapelyhet, és kezünkkel nyomkodjuk rá. Forró 180 fokon sütőben 10-15 perc alatt fejezzük be a sütését.

Mossuk meg jól a burgonyákat, tegyük egyenként egy darab alufóliára, sózzuk, majd csomagoljuk be. Sütőben 140 fokon süssük kb egy óráig keresztül.

A burgonya mártásához tegyük a tejfölt egy tálba, adjuk hozzá az összevágott medvehagymát, sózzuk és pár csepp olívaolajat keverjük el benne.

Az elkészült burgonyákat csomagoljuk ki a fóliából, vágjuk be középen hosszában, majd kezünkkel kissé nyomjuk össze, hogy kinyíljon. Tetejére kanalazzunk a medvehagymás tejfölből, tetejére frissen összevágott medvehagymát szórjunk.

A fóliás répához vágjuk ujjnyi darabokra az újrépát, majd fél maréknyit tegyünk adagonként egy darab alufóliára. Tetejére egy diónyi vaját helyezzünk, és enyhén sózzuk meg. csomagoljuk be, és forró sütőben 150 fokon süssük kb fél óráig keresztül.

A megsült borjú kotlettet találjuk nagy tányérra, tetejére tegyük a fűszervaját, majd mellé körítsük a medvehagymás burgonyát és a fóliában megpárolódott újrépákat.

Orosz Barbara desszertje

## Mogyorós csokoládé soufflé házi fagylalttal

2010-04-19



### Hozzávalók:

10dkg vaj,  
30dkg 70% kakaóvaj tartalmú csokoládé/keserű/,  
10dkg cukor  
5 tojás,  
1 evőkanál liszt,  
1 kávéskanál sütőpor,  
8 dkg mogyoróvaj (natúr),

### Elkészítés:

Vajat és a csokoládét vízgőzön olvasszuk fel. 5 darab tojás sárgát cukorral fehérre krémesre keverjük. Az olvasztott csokoládét a tojássárgás cukorral keverjük össze, majd a maradék tojásfehérjét verjük kemény habbá és keverjük hozzá. Adjuk hozzá a lisztet és a sütőport, majd keverjük hozzá a mogyoróvaját is.

Kenjünk ki vajjal és hintsünk meg liszttel 6 db 8 centi átmérőjű souffléformát, majd töltsük bele háromnegyedig a masszát. Tegyük forró sütőbe, és 200 fokon süssük 10 percig.

### Házi fagylalt

### Hozzávalók:

5dl tej,  
2,5dl tejszín,  
4 db tojás sárgája,  
18dkg cukor,  
1 vanília rúd,

### Elkészítés:

Öntsük a tejet és a tejszínt egy lábasba, tegyük hozzá a kettévágott vanília rudat, majd forraljuk fel. Utána hűtsük le alaposan.

Tegyük a tojások sárgáját egy keverőtálba, szórjuk hozzá a cukrot, majd elektromos keverővel addig keverjük, míg könnyű és habos nem lesz.

Keverjük a lehűtött tejes tejszínhez, és töltsük be a fagylaltgépbe, majd készítsünk belőle fagylaltot.

Faragó András előétele

## Borleves aszalt gyümölcsökkel, mandulaforgácsokkal

2010-04-20



### Hozzávalók:

1 üveg félédes fehérbor,  
15 dkg aszalt meggy,  
20 dkg aszalt sárgabarack,  
15 dkg aszalt áfonya,  
5 dkg cukor,  
1 csomag vaníliás cukor,  
1 db tojás,  
1 evőkanál liszt,  
1 db egész fahéj,  
5-6 szem szegfűszeg,  
1 csomag szeletel mandula,  
1 db tejszínhab,  
1 dl méz,  
1 dl rum,

### Elkészítés:

Öntsünk kb egy decinyi bort egy kis lábasba, adjuk hozzá a mézet, rumot és a kis kockákra felvágott aszalt gyümölcsöket. Tegyük fel a lángra, és forraljuk fel. Ha felforrt vegyük le a tűzről és hagyjuk állni egy kicsit.

A leveshez öntsük a maradék bort egy fazékba, adjuk hozzá az egész fahéjat, szegfűszeget, vaníliás cukrot, sózzuk, öntsük hozzá még 3 dl vizet, majd tegyük fel főni, és főzzük tíz percig.

Üssük egy tálba a tojást, tegyük hozzá a lisztet, majd kis adagokban állandóan kevergetve öntsük hozzá a boros alapot. Adjuk hozzá a rumos aszalt gyümölcsöket, és tegyük vissza a lángra. Állandóan kevergetve addig melegítsük, míg a leves besűrűsödik.

Az elkészült leves tálaljuk tányérokba, tetejére nyomjunk tejszínhabot, és szórjuk meg pirított mandulaforgáccsal.

**Faragó András főétele**

## **Vasalt csirke salátabombával**

2010-04-20



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé,  
5 db csirkecomb,  
só,  
bors,  
2 teáskanál grill fűszerkeverék,  
3-3 ág friss rozmaring, bazsalikom,  
1 teáskanál őrölt kömény, olívaolaj,

### **Salátához:**

1 fej zellergumó,  
3 szál sárgarépa,  
2 db fekete retek,  
2 db cékla nyers,  
2 db alma,  
2 db narancs,  
1 fej lilahagyma,  
2 gerezd fokhagyma,  
2 evőkanál méz,  
1 db citrom,  
só,  
bors,  
olívaolaj,

### **Elkészítés:**

Csontozzuk ki a csirkecombokat, a bérét távolítsuk el. Tegyük egy nagy tálba, majd csorgassuk meg olívaolajjal, szórjuk meg az összevágott friss fűszerekkel, fűszerkeverékkel, darált borssal, köménnyel és sóval. Jó alaposan keverjük össze, és sütésig tartsuk a hűtőszekrényben.

A salátához hámozzuk meg a zöldségeket, majd vágjuk vagy reszeljük vékony gyufaszál vékonyságúra. Tegyük egy tálba, tegyük hozzá a szintén gyufaszál vékonyságúra felvágott almát, és a meghámozott és vékony cikkekre vágott narancsot, a felkarikázott lilahagymát. Csorgassuk meg mézzel, kevéske olívaolajjal, reszeljük rá a fokhagymát, sózzuk, daráljunk rá borsot majd jól keverjük össze.

Forrósítsuk fel a grillplatnit kenjük meg olívaolajjal, majd tegyük rá a befűszerezett csirkehúsokat. Préseljük le a vasalóval, és mindkét oldalát süssük pirosra. Az elkészült grillhúsokat tálaljuk a kész salátával.



**Faragó András desszertje**

## **Narancsos gesztenyekocka**

2010-04-20



### **Hozzávalók:**

50 dkg gesztenyemassza,  
4 dl tejszín,  
1 dl rum,  
1 csomag vaníliás cukor,  
6 db narancs,  
1 csomag babapiskóta,  
Kakaópor,

### **Elkészítés:**

Tegyük a gesztenyemasszát egy tálba, öntsünk rá féldecinyi rumot, és egy decinyi tejszínt. Elektromos keverővel jó alaposan keverjük habosra.

A maradék tejszínt a vaníliás cukorral verjük kemény habbá, majd dolgozzuk a gesztenyés masszához.

Nyomjunk ki két darab narancs levét, öntsük hozzá a maradék rumot, majd mártsuk bele a babapiskótát.

Tegyünk egy réteg bemártott babapiskótát egy üvegedény aljára, tetejére kerüljön a gesztenyés krém, majd tegyünk rá a meghámozott és kis kockákra felvágott narancsból. Ismételjük a rétegezést, majd ha megtelt az edény simítsuk el a felületét simára. Szórjuk meg kakaóporral, és tegyük tálalásig a hűtőbe.

Szily Nóra előétele

## Só ágyon sült sáfrányos osztriga

2010-04-21



### Hozzávalók:

25 db osztriga,  
1 kg tengeri só,  
1 evőkanál vaj,  
15 dkg póréhagyma,  
só,  
darált bors,  
fél citrom leve,  
1 dl száraz fehérbor,  
1 csipet sáfrány,  
1 csipetnyi curry,  
2 dl tejszín,  
1 db tojás sárga,  
citrom a tálaláshoz,

### Elkészítés:

Az osztrigák héját eltávolítjuk, húsukat hűtőbe tesszük. Négy jénait beszórunk tengeri sóval, majd ezekben elosztatjuk a héjakat. A felaprózott hagymát vajon megpirítjuk, sózzuk, borsozzuk. Felöntjük a borral, fűszerezzük sáfránnyal, curry-vel, citromlével. Jól összeforraljuk, majd hozzáöntjük a tojás sárgával összekevert tejszínt. Amikor besűrűsödik, levesszük a tűzről, sózzuk, borsozzuk. Ezután az osztrigahéjakba teszünk 1-1 kanál hagymás szószot, 1-1 osztrigát, és meglocsoljuk őket a szósszal. Így néhány percig grillezzük, majd tálaljuk.

Szily Nóra főétele

## Rózsaszínűre grillezett kacsamell mézes barackos meggyzósszal, kacsamájás krumplipürével

2010-04-21



### Hozzávalók:

5 db bőrös kacsamell filé,  
2-2 ág friss kakukkfű és zsálya,  
darált bors,  
só,  
5-6 evőkanál olívaolaj,

### Mártáshoz:

20 dkg meggy (lehet mélyhűtött is),  
20 dkg őszibarackbefőtt,  
2 evőkanál vaj,  
félmaréknyi cukor,  
féldiónyi friss gyömbér,  
darált bors,  
2 ek méz,

### Körethez:

1 kg sárga burgonya,  
30 dkg kacsamáj,  
3 szál újhagyma,  
2 ág friss bazsalikom,  
só,  
darált bors,  
5 dl tej,  
1 csokor petrezselyemzöldje,

### Elkészítés:

A kacsamelleket tegyük egy tálcára, daráljunk rá borsot, majd csorgassuk meg olívaolajjal. tépkedjünk rá a kakukkfűlevelekből, és dörzsöljük be az összevágott zsályalevelekkel. Hintsük meg sóval, majd sütési tartsuk hűtőben.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, tegyük bele a befűszerezett kacsamelleket. Mindkét oldalát erős lángon pirítsuk meg, majd tegyük forró sütőbe, és 180-190 fokon süssük kb 10-15 percig. ha elkészült tálaláskor szeleteljük fel.

A mártáshoz szórjuk a cukrot egy serpenyőbe, olvasszuk arany barnára, majd tegyük bele a vaját, a mézet és a vékony csíkokra felvágott gyömbért. Keverjük jól össze utána tegyük hozzá a kis kockákra felvágott barackbefőttet. A befőtt levéből is önthetünk hozzá egy keveset. Daráljunk rá borsot, forraljuk jól össze, hogy szirupossá sűrűsödjön, majd a legvégén adjuk hozzá a meggyzemeket.

A körethez hámozzuk meg a burgonyákat, aprítsuk fel, majd sós vízben főzzük puhára. Az elkészült burgonyát szűrjük le, és törjük össze.

A kacsamájat vágjuk kis darabokra, majd kacsaszírban pirítsuk meg a felkarikázott újhagymával és bazsalikomlevelekkel, darált borssal fűszerezzük. A kész májat és az összevágott petrezselyemzöldet keverjük össze az áttört burgonyával, ha szükséges kevés forró tejjel tegyük még lazábbá.

Kanalazzunk a májas krumplipüréből nagytányérra, mellé helyezzük a felszeletelt kacsamellet, majd kanalazzunk rá a málnász szószból. Pár szem gurulós málnával dekoráljuk.

Szily Nóra desszertje

## Francia citromtorta

2010-04-21



### Hozzávalók:

1 csomag linzertészta,  
8 dkg étkezési keményítő,  
5 db tojás sárgája,  
1,5 dl tejszín,  
20 dkg cukor,  
csipetnyi só,  
másfél deciliter friss citromlé,  
1 citrom reszelt héja,  
1 evőkanál vaj.  
1 kg száraz bab,  
30 dkg eper vagy más friss bogyós gyümölcs,

### Elkészítés:

Béleljünk ki linzertésztával egy nagy peremes tortaformát. Ha nehezen boldogulunk a tésztával, mert szakadozik, akkor kis darabokkal foltozzuk ki. Töltsük meg a formát teljesen száraz babbal, hogy sütéskor ne púposodjon fel.

Előmelegített sütőben 160 fokon süssük 10-12 percig, még pirulni kezd. Ha elkészült hagyjuk kihűlni.

A krémhez öntsük egy fém keverőtálba a keményítőt, tojások sárgáját, tejszínt, sót, cukrot, citromlevet és a reszelt citromháját. Tegyük vízgőz fölé, és állandóan kevergetve addig hevítsük, még sűrű krém lesz belőle. Szedjük ki a kész tésztából a babot, még melegen töltsük meg vele a megsütött tésztát, tegyük a hűtőbe pár órára, hogy megdermedjen. Friss bogyós gyümölcsökkel dekoráljuk meg a tetejét.

Katus Attila előétele

## Nagymamám falusi tyúkhúslevese cérnametélttel

2010-04-22



### Hozzávalók:

1 db tyúk kb 2-kg-os,  
5-6 szál sárgarépa,  
1 db zellergumó,  
4-5 szál petrezselyemgyökér,  
2 db karalábé,  
1 fej karfiol,  
3 fej vöröshagyma,  
1 fej fokhagyma,  
1 csomag házi cérnametélt,  
só,  
egész bors,  
esetleg vegeta,  
1 csokor petrezselyemzöld,

### Töltelékhez:

2-3 db száraz zsemle,  
50 dkg csirkemáj,  
1 fej hagyma,  
2 gerezd fokhagyma,  
1 csokor petrezselyemzöld,  
1 db tojás,  
só,  
bors,  
majoránna,

### Elkészítés:

A töltelékhez áztassuk be hideg vízbe a zsemlét, majd jó alaposan nyomkodjuk ki. Tegyük egy tálba, adjuk hozzá a vágódeszkán lekapart májat, a tojást, az összevágott petrezselyemzöldet. Tegyük bele a finomra összevágott hagymát és fokhagymát. fűszerezzük darált borssal, majoránnával és sózzuk meg. jó alaposan gyúrjuk össze, majd töltsük meg vele a tyúk hasüregét, utána a megtöltött tyúk hasát varrjuk össze.

Tegyük egy nagy fazékba, majd öntsük fel vízzel és tegyük fel főni. Amikor elkezd forni a tetejére feljövő habot szedjük le róla. sózzuk, szórjunk bele egész borsot és zöldségezzük be a megtisztított zöldségekkel. Tegyük hozzá az egészben hagyott vöröshagymát és a pár fokhagymagerezdet. Lassú tűzön főzzük addig, míg a tyúk húsa puha nem lesz. Az elkészült tyúkot óvatosan vegyük ki a fazékból, majd ha kissé kihűlt vágjuk fel kisebb darabokra. A levest szűrjük le, a benne főtt zöldségeket vágjuk vékony csíkokra. A levet a zöldségcsíkokkal és a kifőzött cérnametélttel tálaljuk.

**Katus Attila főétele**

## **Édesanyám májjal töltött csirkecombja, pizkeszósszal, kaporolajos zöldségekkel**

**2010-04-22**



### **Hozzávalók:**

5-7 db csirkecomb,  
2-3 db száraz zsemle,  
50 dkg csirkemáj,  
1 fej hagyma,  
2 gerezd fokhagyma,  
1 csokor petrezselyemzöld,  
1 db tojás,  
só,  
bors,  
majoránna,  
olívaolaj.

### **Szószhoz:**

2 üveg pizkebefőtt,  
2 db egész fahéj,  
6-8 szem szegfűszeg,  
fél citrom leve,  
3-4 evőkanál cukor,  
2-3 evőkanál étkezési,  
Keményítő,

### **Elkészítés:**

A töltelékhez áztassuk be hideg vízbe a zsemléket, majd jó alaposan nyomkodjuk ki. Tegyük egy tálba, adjuk hozzá a vágódeszkán lekapart májat, a tojást, az összevágott petrezselyemzöldet. Tegyük bele a finomra összevágott hagymát és fokhagymát, amit kevéske olívaolajon megpároltunk. Fűszerezzük darált borssal, majoránnával és sózzuk meg. Jó alaposan gyúrjuk össze, majd töltsük meg vele a combok bőrét. Tegyük egymás mellé egy nagy tepsibe, csorgassuk meg olívaolajjal, sózzuk és forró sütőben 150-160 fokon süssük pirosra.

A szószhoz öntsük a pizkebefőttet a saját levével együtt egy lábasba, adjuk hozzá a fahéjat, szegfűszeget. Ízesítsük cukorral és citromlével, majd főzzük tíz percre. Tíz perc után hideg vízzel elkevert étkezési keményítővel sűrítsük be a levét.

Ha mélyhűtöttet használunk, öntsünk alá pár decinyi vizet.

### **Kaporolajos zöldségek**

### **Hozzávalók:**

1 doboz bébi spenót  
1 fej jégsaláta  
1 csomag retek  
30 dkg kockátparadicsom  
2 szál újrépa  
1 üveg kaporolajos öntet

Mossuk meg alaposan a spenótleveleket, majd csepegtessük le jól és tegyük egy nagy salátástálba. Tépkedjük hozzá a jégsalátát, gyaluljuk rá a retket és a répát. Tegyük hozzá a félbevágott paradicsomot is, majd keverjük óvatosan össze. tálaljuk kis salátás üvegtálkákba, és a tetejét csorgassuk meg a kaporolajos öntettel.

**Katus Attila desszertje**

## **Az én kedvencem: Mézes-krémes sütemény**

**2010-04-22**



### **Hozzávalók a tésztához:**

5 dkg liszt,  
1 db tojás,  
2 ek méz,  
15 dkg porcukor,  
3 dkg vaj,  
1 kávéskanál szódabikarbóna,  
3 ek tej,  
Baracklekvár,

### **Krémhez:**

4 dl tej,  
4 ek liszt,  
15 dkg porcukor,  
20 dkg margarin,  
1 vaníliás cukor,  
écsokoládé,  
tejszín,

A tésztához a tojást, a mézet, vajat a tejet és a porcukrot egy edényben gőz fölött tíz percig keverjük. Utána hozzákeverjük a szódabikarbónával lekevert lisztet. Tésztává gyúrjuk, majd négy részre osztjuk, és vékonyra kinyújtjuk. Egyenként ráhelyezzük egy sütőlemezre és közepes hőmérsékletű sütőben megsütjük.

A krémhez a margarint, porcukrot és a vaníliás cukrot habosra keverjük. A hideg tejjel elkeverjük a lisztet, majd felfőzzük. Ha kihűlt összekeverjük a margarinos krémmel. Ezzel a töltelékkel megtöltjük a mézes lapokat, úgy hogy a két középső lap közé baracklekvár kerüljön. A tetejét olvasztott csokoládéval bevonjuk.

**B. Tóth László előétele**

## **Csurgatós tojásleves**

2010-04-23



### **Hozzávalók:**

2 db zsemle,  
fél evőkanál köménymag,  
5 dkg liszt,  
6 dkg zsír vagy olaj,  
só,  
1 db vöröshagyma,  
3 db babérlevél,  
6-8 db tojás,  
1 evőkanál ecet,

### **Elkészítés:**

A lisztből és 5 dkg zsírból barnára pirított rántást készítünk, ezután hozzáadjuk a köménymagot és kissé tovább pirítjuk. Majd ezt másfél-két liter hideg vízzel felengedjük. Hozzá tesszük az egész hagymát, babért, sózzuk, simára keverjük és kb. 10-15 percig forraljuk. A legvégén belecsorgatjuk a felvert tojást, és ízesítjük az ecettel.

Az apróra kockázott zsemlet a megmaradt 1 dkg zsírban aranysárgára pirítjuk. A forró levest finom szitán átszűrjük, majd habverővel simára keverjük, forrón tálaljuk a pirított zsemlekockát külön tálban kínálva.



**B. Tóth László főétele**

## **Resztelt csirkemáj, tepsis burgonyával**

2010-04-23



### **Hozzávalók:**

1 kg csirkemáj,  
4 fej vöröshagyma,  
10-15 dkg zsír,  
1 evőkanál fűszerpaprika,  
1 teáskanál majoránna,  
só,  
darált bors,  
2 db zöldpaprika,  
1-2 db paradicsom,  
2 üveg ecetes almapaprika,

### **Tepsis burgonyához:**

Burgonya  
olaj

### **Elkészítés:**

A májról az szívet szedjük le, majd vágjuk falatnyi darabokra. Egy nagy lábasban forrósítsuk fel a zsiradékot, tegyük bele a félbevágott és fél karikára vágott hagymát, a kis darabokra felvágott paprikát, majd pároljuk néhány percig, míg a hagyma puha nem lesz. Adjuk hozzá a májat, fűszerezzük majoránnával és erős lángon pirítsuk meg. Amikor a máj kezd pirulni szórjuk meg a fűszerpaprikával, tegyük hozzá a kis darabokra vágott paradicsomot, jól keverjük össze, majd öntsük fel egy pohárnyi vízzel. sózzuk, majd pár perc forralás után tálaljuk.

### **Körethez:**

Egy keverőtálba üssük a tojások fehérjét, majd habverővel verjük fel nem túl kemény habbá. Szórjuk bele a cukrot, a tojások sárgáját, jól verjük fel ismét, adjuk hozzá a lisztet, tejet, sört, csipetnyi sót, majd az egészet keverjük simára.

Csorgassunk pár csepp étolajat muffin sütőformákba, majd töltsük meg félig a puding tésztájával. Az egészet süssük meg forró 200 fokos sütőben. A sütési ideje körülbelül 15 perc, ez idő alatt a sütit nem szabad kinyitni, mert könnyen összeeshet.

**B. Tóth László desszertje**

## **Grízes tészta**

2010-04-23



### **Hozzávalók:**

50 dkg házi tojasos széles metélt,  
15 dkg búzadara,  
só,  
dzsem,  
porcukor,  
étolaj,

### **Elkészítés:**

Csorgassunk kb egy decinyi olajat egy lábasba, szórjuk rá a búzadarát, majd közepes lángon állandóan kevergetve pirítsuk meg halvány barnára. Öntsünk rá 3 dl forró vizet, majd sózzuk meg, és fedjük le. Kapcsoljuk le alatta a lángot, húzzuk le a tűzről és hagyjuk állni tíz percig. Az elkészült darát villával lazítsuk fel, majd keverjük össze a sós vízben kifőzött tésztával. Tálaljuk kis tányérokra, és a tetejére kanalazzunk a dzsemből. Tetejét porcukorral szórjuk meg.

**Détár Enikő előétele**

**Akácfa hordóban érlelt szilvapálinkában pácolt libamáj kalácson, friss salátával**

2010-04-26



**Hozzávalók:**

80 dkg libamáj

30 dkg aszalt szilva

15 szelet sovány baconszalonna

1 liter étolaj

Kalács

A libamájat vágjuk kisebb darabokra, daráljunk rá borsot. Mindegyik szelet mellé tegyünk egy aszalt szilvát, majd göngyöljük fel a szalonnával.

Forrósítsuk fel az olajat egy nagy serpenyőben, tegyük bele a begöngyölt libamájat, majd közepes lángon mindkét oldalát süssük pirosra.

**Détár Enikő főétele**

## **Fűszeres-ropogós kacsacombok, aszalt-sárgabarackos pálinkaszósszal, medvehagymás krumplipürével**

2010-04-26



### **Hozzávalók:**

7 db kacsacomb  
só  
darált bors  
sárgabarack pálinka  
50 dkg aszalt sárgabarack  
2 evőkanál balzsamecet  
5 gerezd fokhagyma.

### **Körethez:**

1 kg burgonya  
10 dl vaj  
3 dl tej  
1 csokor medvehagyma

A kacsacombokat sózzuk, borsozzuk, tűzdeljük meg a fokhagymával, majd tegyük egy nagy tepsibe. Öntsünk alá vizet, fedjük le alufóliával, és tegyük a sütőbe. 150-160 fokon süssük körülbelül egy órán keresztül. Mielőtt kivennénk, vegyük le róla az alufóliát, és süssük még tíz percig, hogy ropogós piros legyen.

A szószhoz aprítsuk fel kisebb darabokra az aszalt sárgabarackot, tegyük egy lábasba és öntsünk alá annyi vizet, hogy ellepje. Kis lángon főzzük negyed órán keresztül, majd öntsünk rá egy decinyi pálinkát és két evőkanál balzsamecetet. Forraljuk még néhány percig, majd kanalazzuk a megsütött libacombokhoz.

A körethez főzzük meg a meghámozott burgonyát sós vízben, majd szűrjük le és nyomjuk át burgonyanyomón. Tegyük hozzá a vaját, a felmetélt medvehagymát és a forró tejet, majd keverjük habosra.

**Détár Enikő desszertje**

## **Tejszínes eperres pite, mentahabbal, vanília sodóval**

**2010-04-26**



### **Hozzávalók:**

17 dkg vaj,  
30 dkg búzaliszt,  
1 citrom lereszelt héja és kifacsart leve,  
2,5 dl tejszín,  
20 dkg barnacukor,  
3 db tojás,  
2 teáskanál sütőpor,  
50 dkg eper,  
csipetnyi só,

Tegyük a vajat és a tejszínt egy lábasba, majd forraljuk fel. Keverjük el benne a cukrot, majd ha kissé kihűlt üssük bele a tojásokat. Habverővel pár percig keverjük simára. Szórjuk bele a citrom lereszelt héját és ízesítsük csipetnyi sóval, majd adjuk hozzá a sütőporral elkevert lisztet is. Keverjük addig míg sima nem lesz.

Adjuk a tésztához a megmosott és félbevágott eperszemeket, majd óvatosan keverjük össze.

Öntsük a masszát egy közepes méretű vajjal kikent és lisztel meghintett tepsibe. Egyengessük el simára a tetejét, majd szórjuk meg egy-két evőkanálnyi barnacukorral.

Tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon süssük 35-40 percig. Mielőtt kivennénk a sütőből, szúrjuk meg fogvájóval, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

Ha elkészült még langyosan szűrjünk ki széles szájú pohárral henger alakú formákat, tálaljuk nagy tányérra, majd kanalazzunk rá az epersalátából.

Epersalátához vágjuk négybe a megmosott eperszemeket, tegyük egy tálba. Adjuk hozzá a vékony csíkokra felmetélt bazsalikomot, ízesítsük citromlével és mézzel, majd óvatosan keverjük össze.

Mentahab: habszifonba önti a tejszínt, bele összetumixolt mentalevél, porcukor, majd kinyomja. Vigyázni kell a menta turmixolásánál ne használjon vizet, inkább tejszínt hogy szépen felferődjön.

### **Vanília sodó:**

Hozzávalók:

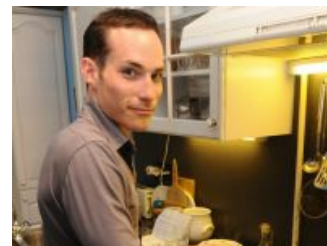
tojás sárgája,  
vaj,  
liszt,  
vaníliás cukor,  
tej,

1/2 l tejszínt veszünk: 2 tojássárgáját, 5 dkg cukrot, 1 kk lisztet, 1 cs vaníliás cukrot vagy 1/4 rúd vaníliát, 1 dkg vajat.

A tojássárgáját 1 dl tejjel, a cukorral és a lisztel elkeverjük. A tejet a vaníliás cukorral felforraljuk és forrón a tojássárgájához öntjük. Tűzre tesszük és folytonos keverés mellett addig főzzük, amíg sűrűsödni kezd. Forrni nem szabad a mártásnak, mert a tojásságra összezsomósodik benne.

**Bery előétele****Lazac tatár édesköménnyel, cserépben sült rozmaringos-olívabogyós kenyérrel**

2010-04-27

**Hozzávalók:**

45 dkg friss lazacfilé  
 1 db édeskömény gumó  
 3 evőkanál olívaolaj  
 1 db zöldcitrom leve  
 1 csokor metélőhagyma  
 2 db avokadó  
 só  
 darált bors  
 10 dkg kígyóuborka  
 1 db friss torna

Lazacot és a megmosott édeskömény gumót vágjuk apró kockára, majd tegyük egy konyhai gyorsvágó gépbe. Adjuk hozzá az olívaolajt, citromlevet, összevágott metélőhagymát, sót és őrölt borsot. Aprítsuk fel a gép segítségével, vigyázzunk, csak pár pillanatig kapcsoljuk be a gépet, hogy a lazac darabos maradjon. Készíthetjük úgy is, hogy a halat és a köménygumót vágódeszkán csapókéssel aprítjuk fel apró darabokra, majd ez után keverjük össze a többi hozzávalókkal.

Az érett avokadót vágjuk kétfelé, magját vegyük ki, majd hámozzuk meg. Tegyük egy tálkába, ízesítsük pár csepp citromlével, reszelt tormával, sóval és őrölt borssal. Villával törjük össze alaposan.

A lazac tatárt tegyük egy szép üvegtálba, tetejére simítsuk az avokadókrémet, dekorálhatjuk vékonyra felszeletelt uborkával. Pirításra kenve kiváló vendégváró csemege.

**Cserépben sült kenyér****Hozzávalók:**

30 dkg búzaliszt  
 30 dkg teljes kiőrlésű búzaliszt  
 1 teáskanál só  
 1 csomag szárított élesztő  
 4 evőkanál olívaolaj  
 1 maréknyi olajbogyó zöld  
 1 csokor friss rozmaring.

Tegyük dagasztótálba a liszteket, szórjuk rá a szárított élesztőt és a sót. Adjuk hozzá a durvára összevágott rozmaringot, csorgassunk rá három evőkanálnyi olívaolajt, majd kezdjük hozzá a dagasztáshoz. Kis adagokba csorgassunk hozzá langyon vizet, épp annyit, hogy közepesen kemény kenyértésztát kapjunk. Addig dagasszuk, míg a kenyértészta az edény falától kezd elválni. Keverjük még egy percre, majd tegyük langyos helyre, takarjuk be tiszta konyharuhával és kelesszük kétszeresére. A duplájára kelt, borítsuk ki egy liszttel meghintett deszkára, nyútsuk ki, majd szórjuk rá az olajbogyót. Hajtogassuk össze, is jól gyúrjuk át, hogy az olajbogyó jól elkeveredjen a kenyértésztában. Béleljünk ki sütőpapírral tiszta virágcserepeket, osszuk a tésztát jó maroknyi egyenlő részre, sodorjunk belőle kis cipókat, majd tegyük a cserépbe. Tetejét szórjuk meg összetépkedett rozmaringlevelekkel, kelesszük még körülbelül 15-20 percig, majd tegyük előmelegített sütőbe. 180 fokon süssük 45-50 percig. Ha elkészült borítsuk ki a formából, és hagyjuk kissé kihűlni.

**Bery főétele****Pecorino-s prosciutto-s csirkemellek parmezános padlizsánnal**

2010-04-27

**Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 10 szelet Pármai sonka  
 30 dkg Pecorinó sajt  
 3-4 evőkanál olívaolaj  
 só  
 darált bors  
 2-3 ág friss zsálya

**Parmezános padlizsánhoz:**

3 db padlizsán  
 1 db piros kaliforniai paprika  
 2 ág friss bazsalikom  
 1 szál rozmaring  
 só  
 darált bors  
 10 dkg reszelt parmezán sajt  
 3 db paradicsom

Vágjuk be hosszában a csirkemell filéket, úgy hogyha széthatjuk egy nagy húslapot kapjunk. Klopfolóval kissé ütögessük meg, majd daráljunk rá borsó és enyhén sózzuk meg. Minden csirkemell szeletre helyezzünk két-két szelet sonkát, majd rá egy-egy vastagabb szelet sajtot. Hajtsuk össze, tegyük egy nagy tányérra, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot és tépkedjük rá zsályaleveleket.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben pár evőkanál olívaolajat, majd tegyük bele a megtöltött csirkemelleket. Erős lángon mindkét oldalát süssük elő pirosra, utána tegyük át egy nagy tepsire. Tálalás előtt tegyük forró 180 fokos sütőbe, és kb 8-10 perc alatt süssük készre.

A körethez vágjuk hosszában kétfelé a padlizsánokat, majd szeleteljük fel. Hintsük meg sóval és hagyjuk állni pár percet. A paprikákat is vágjuk fel kb egy centis kockákra. Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanál olívaolajat, majd tegyük bele kétmaréknyit a padlizsánszeletekből, és a paprikakockákból. Fűszerezzük darált borssal, egészben hagyott bazsalikom és rozmaringlevelekkel. Erős lángon állandóan kevergetve süssük addig, míg a padlizsán puha nem lesz. Az elősütött padlizsánokat tegyük egy tepsibe vagy hőálló sütőedénybe, egyengessük el a tetejét, helyezzük rá a paradicsomszeleteket, majd szórjuk meg a parmezánnal. Forró sütőben 150-160 fokon süssük kb 15-20 percig

**Bery desszertje****Vanília fagylalttal töltött profiterol forró karamellszósszal**

2010-04-27

**Hozzávalók:**

6 dkg liszt  
5 dkg vaj  
2 db tojás  
1 csipet só  
1 doboz vaníliás fagylalt

**Karamellszószhoz:**

20 dkg cukor  
2 dl tejszín  
1 evőkanál vaj.

Öntsünk egy kis lábasba 150 ml vizet, tegyük bele a vajat és a sót. Forraljuk fel, majd ha a vaj teljesen elolvadt vegyük vissza a lángot, és öntsük bele a lisztet. Fakanállal keverjük addig, míg az edény falától el nem válik. Vegyük le a tűzről, várjunk pár percet, majd egyenként dolgozzuk bele az egész tojásokat. Nagyon fontos, hogy minden egyes tojással nagyon jól el kell dolgozni a tésztát.

A kész masszát tegyük nyomózsákba, és sütőpapírral borított sütőlemezre nyomjunk diónyi halmokat, ügyelve, hogy egymás mellett hagyjunk helyet. A halmok tetejét vizes ujjunkkal nyomjuk vissza, hogy ne legyen csúcsos. Tegyük forró kb. 170-180 fokos sütőbe és süssük 15-20 percig.

Az elkészült tészták tetejét vágjuk le, majd töltsük meg a fagylalttal, és helyezzük vissza rá a levágott tetejét. Tálalásig tartsuk mélyhűtőben.

A karamellszószhoz szórjuk a cukrot egy nagy serpenyőbe, és hevítsük addig, míg arany barnára nem olvad. Tegyük hozzá a vajat és öntsük fel a tejszínnel. Keverjük jól össze, és forraljuk néhány percig, míg kissé be nem sűrűsödik.

Tálaljunk pár darab megtöltött Profiterolt desszertes tányérra, majd öntsük nyakon a forró karamellszósszal.



Bay Éva előétele

## Málnás rebarbara krémleves

2010-04-28



### Hozzávalók:

60 dkg rebarbara  
 1 dkg málna  
 2 db egész fahéj  
 5-8 szem szegfűszeg  
 1 db vanília rúd  
 Só  
 fél citrom leve  
 20 dkg cukor  
 1 csomag vaníliás főzhető pudingpor  
 3 dl tejszín  
 1 doboz tejszínhab  
 10 dkg szeletelt mandula  
 3 db sárgadinnye

Vágjuk egy centis darabokra a megmosott rebarbarát, majd tegyük egy fazékba. Öntsünk, rá másfél liternyi vizet, tegyük hozzá a teatozásba tett szegfűszegeket, az egész fahéjat és a vanília rudat. Sózzuk, ízesítsük cukorral és citromlével, majd főzzük húsz percig. Keverjük ki hideg vízzel a vaníliás pudingot, és sűrítsük be vele a levet. Tegyük hozzá a málna felét, majd kézi mixerrel pürésítsük. Szűrjük át finomlyukú szűrőn, utána öntsük vissza az edénybe. Adjuk hozzá a tejszínt, forraljuk fel, és vegyük le a tűzről. Tálaláskor tegyük hozzá a maradék málnaszemeket.

Vágjuk kétfelé a sárgadinnyét, kanállal szedjük ki a húsát. Tálaljuk félbevágott sárgadinnye kelyhekbe a kihűlt levest, tetejére nyomjunk tejszínhabot, és szórjuk meg pirított mandulaszeletekkel.

## Bay Éva főétele

# Pulykatorta quiche lorraine-nel és házi birsalma dzsemmel

2010-04-28



### Hozzávalók:

1 kg pulykamell filé  
3 gerezd fokhagyma  
2 db tojás  
10 dkg liszt  
2 dl tej  
10 dkg vaj  
20 dkg trappista sajt  
20 dkg füstölt sajt 1 pohár tejföl  
Só  
darált bors

A pulykamell filét szeleteljük fel vékonyra, majd kissé ütögetjük meg klopfolóval. Daráljunk rá borsot és sózzuk meg. Öntsük a tejet egy tálba, reszeljük rá a fokhagymát, majd áztassuk bele a hússzeleteket. Üssük fel a tojásokat egy tálba, villával verjük fel. A lisztet szórjuk egy másik tála. Kenjük ki vajjal egy ovális tűzálló üvegtálat, majd először mártsuk lisztbe a beáztatott hússzeleteket, utána a felvert tojásba, és tegyük egymás mellé a sütőedénybe. Ha megtelt az edény alja szórjunk rá a reszelt sajtokból, majd ismételjük meg a rétegezést. Ismét sajt kerüljön rá. addig rétegezzük, míg a hús el nem fogy. A maradék lisztet, tojást, fokhagymás tejet keverjük össze a tejföllel, és öntsük a hússzeletekre. Forró sütőben 150 fokon süssük körülbelül 35-40 percen keresztül. Ha elkészült szeleteljük fel cikkekre és tálaljuk tányérokra. Körítsük a cikkekre vágott quiche lorennel.

### Quiche Lorraine

#### Hozzávalók:

1 adag omlóstészta  
1 maréknyi gomba  
1db póréhagyma vagy 5-6 db vöröshagyma  
3 dl tejszín  
8 szelet húsos bacon szalonna  
4 db tojás sárgája  
őrölt szerecsendió  
őrölt bors

#### Omlóstészta:

20 dkg liszt  
15 dkg vaj vagy margarin  
csipetnyi só  
5-6 evőkanál hideg víz

Tegyük a lisztet egy tálkába, vágjuk rá a jéghideg vaját, sózzuk meg, majd kezünkkel morzsoljuk össze. Adjuk hozzá a vizet és gyúrjuk cipókká.

A póréhagyma két végét vágjuk le, szeljük hosszában kétfelé, majd kockázzuk egy centis darabokra. Bő vízben mossuk át legalább kétszer, tegyük egy szűrőedénybe és csepegtessük le alaposan. Ha vöröshagymát használunk, szeleteljük fél karikákra. Ugyancsak kockázzuk fel a szalonnát, tegyük egy nagy serpenyőbe és hevítsük addig, míg a szalonna pirulni kezd. Adjuk a pórékockákat, a felszeletelt gombát, fűszerezzük őrölt borssal és őrölt szerecsendióval. Pároljuk körülbelül 2-3 percig és hagyjuk kissé kihűlni.

Lisztezett deszkán nyújtuk kis az omlóstésztát fél centi vastagságúra, béleljünk ki vele, egy vajjal és liszttel meghintett közepes méretű peremes piteformát. A tésztát a sütőedény kilógó széleinél vágjuk le, majd tegyük bele a megpárolt szalonnás hagymát.

Egy kis tálkában keverjük össze a tejszínt a tojások sárgájával és öntsük a hagymás keverékre. Tegyük előmelegített sütőbe és süssük 150 fokon legalább 35-40 percig.

Bay Éva desszertje

## Francia csokoládétorta házi narancslikőrrel és rumos dzsemmel

2010-04-28



### Hozzávalók:

25 dkg étcsokoládé  
25 dkg vaj  
10 dkg porcukor  
5 cl narancslikőr  
5 db tojás  
1 evőkanál liszt

### Csokoládészószhoz:

12 dkg csokoládé  
12 dkg porcukor  
5 cl narancslikőr

Tördeljük a csokoládét egy kis lábasba, adjuk hozzá a vaját és a porcukrot. Vízgőz fölött olvasszuk fel. Egy nagy keverőtálba üssük a tojásokat, verjük fel jól, majd óvatosan keverjük hozzá az olvasztott vajás csokoládét. Keverjük hozzá a lisztet és a narancslikőrt.

Béleljünk ki sütőpapírral egy lecsatolható oldalú tortaformát, majd öntsük bele a csokoládés masszát. Fedjük le alufóliával, és állítsuk tepsibe amibe öntöttünk egy kevéske vizet. Tegyük forró sütőbe, és 150 fokon körülbelül 30-35 percig süssük.

A csokoládészószhoz tegyük a csokoládét egy lábasba, adjuk hozzá a cukrot, majd vízgőz fölött olvasszuk fel. Állandóan kevergetve óvatosan keverjük hozzá 2.5 dl vizet és féldecinyi narancslikőrt.

Az elkészült tortát szeleteljük fel cikkekre, tálaljuk nagy tányérra, csorgassuk meg a csokoládészósszal. Tetejét dekoráljuk rumos meggyel, mentalevéllal és porcukorral.

Szakál Miki előétele

## Nyírségi pityókás krumplileves

2010-04-29



### Hozzávalók:

40 dkg burgonya  
5 dkg füstölt húsos szalonna  
20 dkg csípős száraz Gyulai kolbász  
3 dkg vöröshagyma  
2 dkg liszt  
1 db tojás  
fokhagyma só, bors, fűszerpaprika, petrezselyem zöldje

A szalonnát apró kockára vágjuk. Megtisztítjuk a burgonyát és kockázzuk. A burgonyát bő vízben só hozzáadásával megfőzzük. Úgy szűrjük le, hogy a leve megmaradjon. A leszűrt burgonyát áttörjük és hagyjuk kihűlni, majd tojással, sóval, borssal, pici apróra vágott vöröshagymával, apróra vágott petrezselyem zölddel és liszttel burgonyatésztát készítünk. A kockázott szalonnát kisütjük, hozzáadjuk az apróra vágott vöröshagymát, összepirítjuk meghintjük egy kevés pirospaprikával és fölengedjük a burgonya főzőlevével és kiforraljuk. Vágott petrezselyemzöldet vagy zeller levelet és felkarikázott kolbászt adunk hozzá. Ha kell, sózzuk, frissen őrölt borssal meghintjük és belefőzzük a burgonyatésztából készült gombócokat...és mitől pityókás? A leves elfogyasztása előtt feltétlen meg kell inni egy kis pohár almapálinkát!

Szakál Miki főétele

## Tanyasi jércemell roston, részeges vilmoskörtével és szalonnába tekert burgonyával

2010-04-29



### Hozzávalók (4 személyre):

70 dkg tanyasi csirkemell filé  
 100 ml olaj  
 só, bors  
 400 g vilmoskörte  
 100 g vaj  
 100 ml száraz fehérbor  
 citrom  
 borókabogyó  
 méz  
 vilmoskörte pálinka  
 600 g burgonya (egyforma közepes vagy apró gubók)  
 200 ml tej 200

A jércemelleket szeletekre vágjuk, borsozzuk sózzuk, sütés előtt enyhén sózzuk. A körteket meghámozzuk magházát eltávolítjuk és szeletkre vágjuk. A vajat hevítjük és rátesszük a körte szeleteket, majd sózzuk, őrölt borókéval meghintjük, néhány csepp citromlével és egy kis kanál mézzel ízesítjük. A vilmoskörte pálinkából keveset öntünk rá és fehér borral összeforraljuk. A burgonyákat meghámozzuk és előfőzzük, majd a húsos szalonnaszelettel körbetekerjük és megsütjük.

Szakál Miki desszertje

## Kapatos Citrom Varázs

2010-04-29



### Hozzávalók:

5dl Hulala tejszín,  
4dl tejföl,  
1 csomag vaniliás cukor,  
5-7 evőkanál kristálycukor,  
1 db közepes méretű citrom leve és reszelt héja,  
1 csomag babapiskóta,  
1 doboz trópusi gyümölcskoktél vagy bármilyen befőtt idénygyümölcs Pl.: eper  
Narancs "pálinka" 50 ml

A tejfölt összekeverjük a cukorral, a citrommal, a citromhéjjal és a vaniliás cukorral. A tejszínt elektromos habverővel kemény habbá verjük, összekeverjük a tejfölös kutyulékkal. Hozzá keverjük a leszűrt gyümölcskoktélt és a darabokra tördelt babapiskótát.

Hűtőszekrényben 4 órát pihentetjük... és kész!

Kaszás Géza előétele

## Kukorica krémleves

2010-04-30



### Hozzávalók:

3 evőkanál olívaolaj  
2 maroknyi tisztított garnélarák  
só  
bors  
3 evőkanál vékony szeletre vágott póréhagyma  
2 evőkanál vaj  
1 teáskanál só  
1 gerezd zúzott fokhagyma  
¼ kg kukorica  
1l víz  
1dl tejszín  
apróra vágott koriander levél  
pattogatott kukorica

Az olívaolajon lepirítjuk a sóval, borssal gyengéden bedörzsölt garnélarákot és félretesszük. A visszamaradt olajon lepirítjuk a póréhagymát, hozzáadjuk a vaját, sót, fokhagymát és kukoricát. Kevés ideig pirítjuk, majd felöntjük a vízzel és tejszínnel és kiforraljuk. Botmixerrel pürésítjük, teaszűrőn átpasszírozzuk, hozzáadjuk a félretett rákot, meghintjük korianderrel, majd megszórjuk pattogatott kukoricával.

**Kaszás Géza főétele**

## **Sótéglán sült csirke parmezános tésztával**

**2010-04-30**



### **Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 olívaolaj  
 friss fűszernövények  
 bazsalikom  
 rozmaring  
 kakukkfű  
 1 fej fokhagyma  
 só  
 darált bors  
 10 db tojás  
 1 kg liszt  
 5 dl tejszín  
 10 dkg reszelt parmezán

A csirkemelleket a sütőben 160 fokra felmelegített sótéglákra helyezzük és 20-25 percig sütjük, majd megfordítjuk és a másik oldalával is így járunk el. A sütés befejeztével, fűszeres olívaolajjal megkenjük.

Tésztát készítünk.

A félbevágott és közepén kivájt parmezán tömb mélyedését meglocsoljuk alkohollal, meggyújtjuk. A láng hatására a sajt mélyedésének felszíne meglágyul, ide helyezzük a tésztát és belekeverjük.



**Kaszás Géza desszertje**

**Bazsalikomos          vanília          fagylalt          csokoládés  
libatöpörtyűvel**

2010-04-30



**Hozzávalók:**

5 tábla Boci étcsoki  
20 dkg libatepertő  
vanília fagyi (Haagen Dazs)  
1 cserép friss bazsalikom

A felolvasztott csokoládét lehetőleg műanyag tálcára öntjük, egyenletesen eloszlatjuk, majd meghintjük a finomra vágott libatöpörtyűvel. Megütögetjük, hogy a libatöpörtyű egyenletesen eloszoljon a csokoládében, és hűtőbe tesszük.

A vanília fagyit felolvasztjuk, meghintjük a finomra vágott bazsalikommal, alaposan összekeverjük, és tálalásig hűtőbe tesszük.

Az összevágott, tört csokival a fagylalt gömböket megtűzdeljük öntjük, egyenletesen eloszlatjuk, majd meghintjük a finomra vágott libatöpörtyűvel. Megütögetjük, hogy a libatöpörtyű egyenletesen eloszoljon a csokoládében, és hűtőbe tesszük.

A vanília fagyit felolvasztjuk, meghintjük a finomra vágott bazsalikommal, alaposan összekeverjük, és tálalásig hűtőbe tesszük.

Az összevágott, tört csokival a fagylalt gömböket megtűzdeljük.

**Hajdu Steve előétele**

## **Potter rákok sült gombafejekben, sonkával**

2010-05-03



### **Hozzávalók:**

30 dkg (Potted Shrimph) barnarák  
5 db nagyfejű barna csiperkegomba  
2 doboz fokhagymás krémsajt,  
1 db citrom reszelt héja  
1 csokor metélőhagyma  
1 csokor friss kapor  
3 evőkanál olívaolaj,  
darált bors, só  
10 szelet sonka  
2 gerezd fokhagyma

A gomba kucsmáját törjük ki, külső felületét mossuk meg folyó vízzel. A belsejét csorgassuk meg olívaolajjal és daráljunk rá borsot. Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, majd tegyük bele a befűszerezett gombafejeket. Erős lángon mindkét oldalát pirítsuk meg. Az elkészült gombákat tegyük egy tányérra.

Forrósítsunk fel pár evőkanál olívaolajat egy serpenyőben, tegyük bele az összezúzott fokhagymát, és pároljuk egy percig. Adjuk hozzá a rákot, daráljunk rá borsot és jól forrósítsuk össze.

Kanalazzunk a krémsajtot egy tálba, tegyük hozzá a fokhagymás rákot. Fűszerezzük összevágott metélőhagymával, citromhéjjal és pár csepp citromlével. Jól keverjük össze és töltsük meg vele a gombafejeket. Vékonyra szeletelt sonkával együtt tálaljuk.

**Hajdu Steve főétele**

## **Guinness marhapite cheddar sajttal (köret zöldborsó, sült krumpli)**

2010-05-03



### **Hozzávalók:**

3 fej vöröshagyma  
 3 gerezd fokhagyma  
 3 dkg vaj  
 2 szál sárgarépa  
 2 szál angolzeller  
 4 db gomba  
 1 kg marha lapocka  
 2 ág friss rozmaring  
 só, bors  
 olívaolaj,  
 2 doboz Guinness sör  
 20 dkg Cheddar sajt  
 50 dkg friss leveles tészta  
 1 db tojás.

### **Körethez:**

1 kg mélyhűtött zöldborsó  
 1 evőkanál vaj  
 1 kg burgonya, olívaolaj

Forrósítsuk fel egy nagy lábasban a vaját, és pár evőkanál olívaolajat. Tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát és fokhagymát, majd pároljuk pár percig, vigyázzunk, ne barnuljon meg. Tegyük hozzá a nagyobb kockákra felvágott húst, daráljunk rá borsot, sózzuk, tegyük hozzá a rozmaringágat, majd erős lángon addig hevítsük, míg a hús széle pirulni nem kezd. Szórjuk rá a lisztet, utána öntsük fel a sörrel, tegyük hozzá a falatnyi darabokra felvágott gombát, sárgarépát és zellerszárat. Fedjük le fedővel és pároljuk puhára.

A megpuhult húsos ragut vegyük le a tűzről, keverjük bele a fele lereszelt sajtot. Kenjük ki vajjal egy tűzálló edényt, és béleljük ki a leveles tésztával. Töltsük bele a húsos ragut, szórjuk a tetejére a maradék sajtot, majd fedjük be jól a maradék tésztával, széleit jól nyomkodjuk össze. Tetejét kenjük meg felvert tojással, éles késsel karcoljunk bele mintákat, a közepén viszont szurkáljuk meg, hogy a gőz ki tudjon jönni a pitéből. Tegyük forró 160 fokos sütőbe, és süssük 40-45 percig. Köretnek vajon megpárolt zöldborsót, és sütőben megsütött burgonyát adjunk hozzá.

**Hajdu Steve desszertje**

## **Queen Elizabeth toffe pudingja**

2010-05-03



### **Hozzávalók:**

17 dkg datolya  
 1 teáskanál szódabikarbóna  
 3 dl forró víz  
 6 dkg vaj  
 17 dkg porcukor  
 2 tojás  
 17 dkg liszt  
 1 teáskanál sütőpor  
 fél teáskanál gyömbér és fahéj  
 fél teáskanál vanília kivonat (vagy 1 csomag vaníliás cukor), 1/4 teáskanál só

### **A szószhoz:**

40 dkg barnacukor /nagyon barna/  
 2 dl tejszín  
 25 dkg vaj  
 1 teáskanál vanília kivonat (vanília rúd)  
 2 evőkanál rum

A tésztához a datolyát öt percig főzzük annyi vízben, amennyi pont ellepi. Öt perc múlva szedjük át hideg vízbe, hogy könnyen le tudjuk húzni a héjukat és ki tudjuk magozni. A datolya húsát szódabikarbónával és a 300 ml forró vízzel ismét feltesszük főni, rövid forralás után lehúzzuk a tűzről, pürésítjük /a forralásnál vigyázni kell, kevergetni, mert felhabzik/.

Közben begyűjtjük a sütőt 180 fokra, és kivajazunk egy 18-20 cm-es kerek tortaformát.

6 dkg vajat habosítsuk fel a porcukorral, majd egyenként adjuk hozzá a tojásokat, végül a datolyapürét. A lisztet keverjük össze a sütőporral és a fűszerekkel, majd óvatosan adagoljuk a folyékony fázishoz. Már ne habosítsuk a keveréket, csak keverjük össze. A kapott tészta hasonló állagú lesz, mint a piskótatészta. /Ha ennél lágyabb, akkor egy kis liszttel korrigálható./ Töltsük a tésztát a kivajazott formába, majd tegyük a már meleg sütőbe. 30-40 percig, illetve tűpróbáig süssük.

Amíg a tészta sül, addig elkészíthetjük a szósz: megolvasztjuk a 25 dkg vajat, hozzáadjuk a barnacukrot és a vaníliát. Addig főzzük együtt, amíg a cukor elolvad, illetve a vajból a víz elpárolog. A végén kivesszük a vanília rudat, és hozzáadjuk a 2 dl tejszínt, illetve a 2 evőkanál rumot. A tejszínnel már nem forraljuk fel, csak összemelegítjük.

Amikor a tészta már megsült, egy kis szószot locsoljunk rá, és egy pillanatra visszatoljuk a sütőbe. Tálalás: egy szelet tészta, gazdagon meglocsolva szósszal. Aki szereti, gazdagíthatja tejszínnel és vaníliafagyival.

**Horváth Éva előétele**

## **Spárga krémleves, sáfrányos lepényhallal**

2010-05-04



### **Hozzávalók:**

1 kg spárga  
400 g burgonya  
2 hagyma  
2 liter csirkehúsleves  
só, bors  
300 g lepényhal  
sáfrány

Összevágjuk a hagymát, kockákra a krumplit és a spárgát, majd összepirítjuk vajon. Ha kicsit megpirult, felöntjük csirkehúsleves lével, ízesítjük sóval, borssal. Körülbelül 30 percig főzzük, amikor már megpuhult a krumpli és a spárga, összeturmixoljuk. Visszatesszük a tűzre és a tejszínnel felengedjük.

Gyufaszál vastagságúra felvágjuk a halat, öntünk bele egy kevés fehérbort, fűszerezzük sáfránnyal és megpirítjuk vajon.

Tálaljuk a levest és a pirított halat a tetejére.

**Horváth Éva főétele**

## **Spenóttal töltött canelloni**

**2010-05-04**



### **Hozzávalók:**

Szószhoz:

20 dkg spenótlevél  
2 gerezd fokhagyma  
3 db natúr krémsajt  
3 dl tejszín, csipetnyi őrölt szerecsendió  
só, darált bors  
1 evőkanál olívaolaj

Töltelékhez:

15 db canelloni tészta  
50 dkg túró lehet kecsketúró is  
2 db tojás sárgája  
2 gerezd fokhagyma  
5 dkg parmezán sajt  
15 dkg füstölt scarmorza sajt  
só  
darált bors  
szerecsendió  
olívaolaj

A töltelékhez tisztítsuk meg a spenótleveleket, mossuk meg jól, és vágjuk kisebb darabokra. Forrósítsunk fel kevéske olívaolajat egy lábasban, majd tegyük bele az összevágott spenótleveleket. Pár perc alatt állandóan kevergetve pároljuk meg. Ha kissé kihűlt, szedjük át egy tálba, a felesleges párolólevet nyomkodjuk ki belőle, majd tegyük hozzá a túró, a tojás sárgáját, a reszelt parmezánt, a reszelt füstölt sajtot és az összevágott fokhagymát. Fűszerezzük őrölt szerecsendióval, darált borssal és ízesítsük sóval, és keverjük alaposan össze.

Kenjünk ki olívaolajjal egy tepsit, majd tegyük a töltelék egy zacskóba. Ollóval vágjuk ki a végét, és nyomjuk tele a csőtésztaikat. Tegyük egymás mellé a tepsibe addig, míg teljesen meg nem telik. Tetejét öntsük nyakon a spenótos szósszal.

A spenótos szószhoz forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat egy lábasban, tegyük bele a vékonyra felkarikázott fokhagymát, és pároljuk pár percig. Tegyük hozzá a tejszínt, a krémsajtot, fűszerezzük sóval, darált borssal és őrölt szerecsendióval. Tegyük bele a vékony csíkokra felvágott spenótlevelet, és forraljuk jól össze.

Öntsük a spenótos szósz a megtöltött tészták tetejére, szórjuk meg reszelt parmezánnal, majd forró sütőben 140-150 fokon 35-40 perc alatt süssük pirosra.

**Horváth Éva desszertje**

## **Ezer lapocska friss eperrel**

**2010-05-04**



### **Hozzávalók:**

½ kg eper  
1 kg leveles tészta  
porcukor, mentalevél

### **Vanília krém:**

½ l tej  
150 g cukor  
75 g liszt  
4 tojás sárgája  
vaníliarúd

A tésztát kinyújtjuk vékonyra és megsütjük.

A cukrot és a tojások sárgáját összekeverjük, közben a tejet felforraljuk. Majd ezeket összekeverjük és a lisztet beletesszük. Vaníliát belereszeljük és még 5 percig főzzük.

A lapot három felé vágjuk, beletöltjük a két rétegbe a megfőzött krémet. Tetejét porcukrozzuk és eperrel, mentalevéllel díszítjük.

**L.L. Junior előétele**

## **Vakaró töpörtyűkrémmel**

2010-05-05



### **Hozzávalók:**

40 dkg liszt  
1 tk só  
2,5 dl víz (esetleg a fele tej)  
3-4 evőkanál olaj

A hozzávalókból tésztát gyúrunk, majd 4 lapos lepényformát formálunk belőle. A tűzhely lapján, vagy száraz serpenyőben mindkét oldalán megsütjük őket.

### **Tepertőkrémhez:**

30 dkg tepertő  
1 fej lilahagyma  
2 evőkanál mustár  
2 evőkanál tejföl

A tepertőt ledaráljuk és összekeverjük a finomra összevágott hagymával, mustárral, tejföllel. Ha szükséges, sózzuk, borsozzuk.

### **Körözötthöz:**

30 dkg túró, 1 fej hagyma, 2 teáskanál piros paprika, 1 teáskanál piros arany, só, darált köménymag, vaj, tejföl.



**L.L. Junior főétele**

## **Sörös dobozon sült csirke**

**2010-05-05**



Félig nyitott sörös dobozra ráültetünk egy csirkét, a sör gőze belülről átjárja és a gyenge alkoholtól omlóssá válik a hús. Nem kell locsolgatni, nem szárad ki.

### **Hozzávalók:**

1 kis doboz sör  
két-három fokhagyma  
1 1/2 kg-os konyhakész csirke  
só, bors

### **Mázhoz:**

3 ek napraforgó olaj  
3 ek baracklekvár  
1 ek Unicum  
½ kk őrölt kömény  
½ kk őrölt csípős pirospaprika  
1 gerezd fokhagyma.

### **Körethez:**

1 kg burgonya  
10 dkg rukola  
10 dkg vaj  
3 dl tej  
őrölt szerecsendió

Előmelegített sütőben 200 fokon sütjük.

Felbontjuk a fémdobozos sört, felét kiöntjük, megpucoljuk a fokhagymákat, belepottyantjuk a sörös dobozba.

### **A mázhoz:**

Összekeverjük a hozzávalókat, plusz egy fokhagyma összezúzva, ezt is hozzáadjuk.

Szárnyast kívülről-belülről megsózzuk, megborsozzuk és a bőrére rákenjük a máz felét.

Mindkét combja mellett bevágjuk ollóval a bőrt, hogy stabilan ülhessen a sörös dobozon. A sörös dobozt egy közepes méretű tepsibe állítjuk, ráhúzzuk a csirkét és ha billeg kiigazítjuk. Fóliával letakarjuk.

1 ½ órára mehet a sütőbe, de az utolsó 15 percben levesszük a fóliát, rákenjük a maradék mázat és visszatesszük.

Körete: krumplipüré.

**L.L. Junior desszertje**

## **Tepsiben sült lekváros kenyér**

2010-05-05



### **Hozzávalók:**

50 g puha, sózatlan vaj  
 4 ek. Sárgabaracklekvár  
 200 g-os vékonyra szeletelt francia bagett  
 60 g szultána mazsola vagy szárított áfonya (vagy mindkettő)  
 2 nagyméretű tojás  
 2 nagyobb tojássárgája  
 40 g finom kristálycukor  
 3 dl zsíros tejszín  
 3 dl tej  
 4 ek. Cointreau likőr, vagy ízlés szerint több  
 barna nádcukor a díszítéshez

Nagyobb diónyi vajjal kikenünk egy 1,5 literes, alacsony oldalfalú tálat. Aljára egy ek. levárt kenünk. A kenyérszeleteket megkenjük vajjal, és a tálba rétegezzük úgy, hogy enyhén fedjék egymást, majd megszórjuk őket a szárított gyümölccsel. A tojásokat, tojássárgáját és cukrot nagyobb tálban krémesre verjük, majd belekeverjük a tejszínt, a tejet és a Cointreu-t. A keveréket lassan a kenyérre öntjük. Enyhén lenyomjuk a kenyérszeleteket, hogy a mártás teljesen ellepje őket. Húsz percig hagyjuk állni, hogy a kenyér felszívhassa a sodót. A sütőt előmelegítjük 180 fokra.

A tálat nagyobb tepsibe helyezzük, és a tál feléig felöntjük forró vízzel. Egyenletesen megszórjuk a kenyérszeleteket a nádcukorral, és a sütőben 40-50 percig sütjük, míg aranybarna színt nem kap.

Amint a desszert elkészült, a maradék sárgabaracklekvárt egy ek. vízzel addig melegítjük, míg folyós nem lesz. A lekvárt konyhai ecsettel a desszert tetejére kenjük, és a tálalás előtt 15 percig állni hagyjuk. Ezalatt a desszert tovább érik és enyhén megszilárdul. Melegen tálaljuk, enyhén megöntözve tejszínnel és ízlés szerint némi Cointreau likőrrel.

Terecskei Rita előétele

## Zsenge medvehagyma leves, fokhagymás

2010-05-06



### Hozzávalók:

2 csokor medvehagyma  
2 gerezd fokhagyma  
2 dl tejszín  
3 evőkanál liszt  
1 db zöldségleves kocka  
csipetnyi szerecsendió  
só, darált bors  
3 evőkanál olívaolaj

### Gombócokhoz:

2 szem burgonya  
1 tojás sárgája  
20 dkg rétesliszt  
csipetnyi őrölt szerecsendió, só  
1 gerezd fokhagyma

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, majd tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát. Dinszteljük pár percig, majd tegyük hozzá a vékony metéltre felvágott medvehagyma háromnegyed részét. Sózzuk, daráljunk rá borsot és fűszerezzük őrölt szerecsendióval. Néhány perc párolás után szórjuk rá a lisztet, jól keverjük össze, és öntsük fel másfél liternyi vízzel. Adjuk hozzá a leveskockát és főzzük negyed órán keresztül, majd dúsítsuk a tejszínnel.

A gombócokhoz főzzük meg sós vízben a meghámozott és faldarabolt burgonyákat, majd törjük át. Még langyosan keverjük hozzá a tojássárgáját, a zúzott fokhagymát, lisztet és a csipetnyi őrölt szerecsendőt. Gyúrjuk közepesen kemény tésztává, lisztes kézzel formázzunk belőle kis gombócokat, majd forrásban lévő sós vízben főzzük ki.

Tálalás előtt keverjük a leveshez a maradék vékony metéltre felvágott medvehagymát, szedjük leveses tálakba a kifőtt gombócokkal együtt.

**Terecskei Rita főétele**

## **Mézes borban érlelt bélszín medálkák, áfonyás erdei gombás raguval, szezámmagos fánkocskákkal**

**2010-05-06**



### **Hozzávalók:**

1 kg bélszín  
2 dl száraz vörösbor  
1 evőkanál méz  
darált bors  
3 evőkanál vaj

### **Szószhoz:**

50 dkg erdei vadgomba keverék  
2 evőkanál áfonya dzsem,  
2 evőkanál liszt  
3 szál újhagyma  
fél citrom leve  
2 evőkanál vaj  
2 gerezd fokhagyma, só, darált bors

### **Fánkokhoz:**

50 dkg burgonya  
2 db tojás sárgája  
25 dkg rétesliszt  
csipetnyi őrölt szerecsendió, só  
30 dkg zsemlemorzsa  
1 maréknyi szezámag  
1 liter étolaj, 2 dekányi élesztő

Vágjuk fel körülbelül 2-3 centiméter átmérőjű kis medálionokra a bélszínt, adagonként öt darabot számoljunk. Daráljunk rá borsot és enyhén hintsük meg sóval. Öntsük a bort és a mézet egy tálba, keverjük össze, majd csorgassuk meg vele a húserméket. Sütésig hagyjuk állni a hűtőben.

A szószhoz forrósítsuk fel a vajat egy lábasban, tegyük bele a zúzott fokhagymát és a felkarikázott újhagymát. Pároljuk néhány percig, majd tegyük bele a vadgomba-keveréket.

Sózzuk, borsozzuk és pároljuk addig, míg a saját levét el ne párologja. Szórjuk rá a lisztet, keverjük jól össze, és öntsünk rá a hús pácoló levéből. Öntsünk még rá egy pohárnyi vizet, majd az egészet jól forraljuk össze. Mielőtt levennénk a tűzről keverjük hozzá az áfonyadzsemet, és ízesítsük még citromlével.

A körethez főzzük meg sós vízben a meghámozott burgonyákat, majd szűrjük le és krumplinyomóval nyomjuk át egy tálba. Tegyük hozzá a tojás sárgáját, morzsoljuk bele az élesztőt, sózzuk, daráljunk rá borsot és fűszerezzük őrölt szerecsendióval. Tegyük bele a lisztet és gyúrjuk tésztává. Formázzunk kis gombócokat a burgonyás tésztából, hempergessük meg a szezámag és a zsemlemorzsa keverékében, majd forró bő olajban süssük ropogós pirosra. Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi vajat egy nagy serpenyőben, majd süssük meg benne a bélszín érméket. Tálalás előtt a gombás szósszal összeforralhatjuk.

Terecskei Rita desszertje

## Joghurttorta eperszósszal

2010-05-06



### Hozzávalók:

3 pohár natúr joghurt  
3 dl tejszín  
2 evőkanál zselatin  
3 evőkanál cukor  
1 csomag vaníliás cukor  
50 dkg eper  
fél citrom leve  
3 evőkanál eperdzsem  
3 szál friss citromfű

Szórjuk a zselatint egy kis tálkába, öntsünk rá 3-4 evőkanál hideg vizet és hagyjuk állni pár percig. A joghurtot szintén öntsük egy nagyobb fém tálba, tegyük hozzá a cukrot és a vaníliás cukrot, és a beáztatott zselatint. Tegyük vízgőz fölé és langyosítsuk meg, utána vegyük le a tűzről és kevergessük addig, míg a zselatin teljesen elolvadt. Hagyjuk kihűlni, majd keverjük hozzá a kemény habbá vert tejszínt és az apróra összevágott citromfű leveleket. Öntsük joghurt tortaformába, és tegyük a hűtőszekrénybe megdermedni.

Az eperszósszhoz tegyük egy tálba a megmosott eperszemeket, kanalazzuk rá az eperdzsemet. Ízesítsük citromlével, majd kézi mixerrel pürésítsük. A kész tortát borítsuk ki a formából, és csorgassuk meg az eperszósszal.

Ádok Zoli előétele

## Zöldségekkel töltött palacsinta

2010-05-07



### Hozzávalók:

10 db palacsinta  
 1 db cukkíni  
 2 szál sárgarépa  
 2 szál újhagyma  
 3 evőkanál liszt  
 1 evőkanál vaj  
 2 dl tej  
 1 dl tejszín  
 1 csokor zöldpetrezselyem  
 só  
 darált bors  
 10 dkg reszelt sajt

### Szószhoz:

2 evőkanál vaj  
 2 evőkanál liszt  
 3 dl tej  
 1 dl tejszín  
 1 csokor snidling  
 fél citrom leve  
 őrölt fehérbors

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel a vajat, adjuk hozzá a vékony csíkokra felszeletelt sárgarépát és cukkínit. Lefedve pároljuk pár percig, míg a zöldségek puhák lesznek. Szórjuk rá a lisztet, keverjük jól össze, majd öntsük hozzá a tejet és a tejszínt. Addig forraljuk, míg főzeléksűrűségűre sűrűsödik. Egy kis lábasban, sós vízben főzzük puhára a karfiolrósákat, majd szűrőedényben szűrjük le. Keverjük a zöldségekhez a megfőzött karfiolt és az összevágott újhagymát is. Ízesítsük sóval, kevéske darált borssal és összevágott petrezselyem zöldjével.

Ezzel a krémes töltelékkel töltjük meg a megsütött palacsintákat, majd felgöngyöljük és ferdén elvágjuk.

Tálaljunk adagonként három félbevágott palacsintát nagy tányér közepére úgy, hogy egymás ferdén fedjék, majd csorgassuk meg a snidlinges szósszal.

A szószhoz forrósítsunk fel 2 evőkanál vajat egy lábasban, szórjunk bele 2 evőkanál lisztet, keverjük jól össze, és öntsük fel kb. két decinyi forró tejjel és egy decinyi tejszínnel. Állandóan kevergetve főzzük mártás sűrűségűre. Sózzuk, ízesítsük citromlével és kevéske őrölt fehérborssal. Csak a tálaláskor keverjük hozzá a felaprított snidlinget.

Ádok Zoli főétele

## Fokhagymás fogas, tejszínes Shiitake gombamártással, bébi spárgákkal

2010-05-07



### Hozzávalók:

5 nagy szelet fogas filé  
 3 gerezd fokhagyma  
 3 dl tej  
 30 dkg Shiitake gomba  
 3 szál újhagyma  
 3 dl tejszín  
 2 evőkanál liszt  
 só, darált bors  
 1 csokor petrezselyem zöldje, 3 csokor bébi spárga zöld  
 3-4 evőkanál vaj

A fogas filét vágjuk kétenyérnyi darabokra, majd áztassuk be fokhagymás tejbe. Sütés előtt itassuk le róla a tejet, és serpenyőben felhevített vajban mindkét oldalát süssük pirosra.

A gombaszószhhoz forrósítsunk fel egy evőkanálnyi vajat egy kis lábasban, tegyük bele a felkarikázott újhagymát és pároljuk néhány percig. Tegyük hozzá a gombákat, ha túl nagyok, vágjuk kétfelé. Sózzuk, daráljunk rá borsot, és pároljuk öt percig. Utána szórjuk rá a lisztet, keverjük jól össze, majd engedjük fel a tejszínnel. Ha túl sűrűnek ítéljük, vízzel hígíthatjuk. Jól forraljuk össze, és a legvégén keverjük hozzá az összevágott petrezselyem zöldjét.

A spárgákat mossuk meg alaposan, majd forrásban lévő sós vízben főzzük egy-két percig. Utána szedjük át egy hideg vízzel telet edénybe, hűtsük le jól, majd szűrjük le alaposan. Adagonként tegyük egymás mellé egy hőálló sütőedénybe, kenjük meg vajjal, é fedjük le fóliával. Tálaláskor melegítsük meg a sütőben, kb 140 fokon 10-15 percig.

Ádok Zoli desszertje

## Citrus madártej csokoládékehelyben

2010-05-07



### Hozzávalók:

1.5 liter tej  
6 db tojás  
15 dkg cukor  
1 egész vanília rúd  
csipetnyi só  
1 teáskanál liszt  
1 db citrom héja  
1 db narancs héja

Válasszuk kétfelé a tojásokat, a fehérjét üssük egy keverőtálba. Öt dekányi cukorral verjünk belőle kemény habot. Forraljuk fel a tej felét egy lábasban, majd a habból evőkanál segítségével szaggassunk nagy galuskákat a tejbe. Egy adagban egyszerre csak 2-3 galuskát főzzünk. Lassú tűzön főzzük egy percig, kanállal óvatosan fordítsuk meg, és a másik felét is főzzük még egy percig. Lapátkanállal szedjük ki egy nagy tányérra, és fedjük le fóliával.

A tej másik felét is öntsük a lábasban lévő tejhez, tegyük hozzá a hosszában kettévágott vanília rudat, és a narancs és citrom héját, sózzuk és forraljuk fel újra.

A tojások sárgáját keverjük habosra a maradék cukorral és a liszttel, keverjük hozzá pár evőkanálnyit a forró tejből, majd kis sugárban, állandóan kevergetve öntsük a forró tejhez. Kevergetve főzzük addig, míg be nem sűrűsödik. Az elkészült madártejet húzzuk le a tűzről, szedjük ki belőle a vanília rudat, fedjük le és hagyjuk jól kihűlni. Tálaljuk kis tálkába, tetejére kanalazzunk a kifőzött tojáshabból.



Laár András előétele

## Indiai kofta rizzsel a'la Laár

2010-05-31



### Hozzávalók:

#### ***A gombócok:***

30 dkg tehéntúró  
3 evőkanál liszt  
2 db zöld erős paprika, apróra vágva  
1 evőkanál őrölt koriander  
só  
bors  
olaj a sütéshez  
rizzs a körethez

#### ***A szószhoz:***

4 nagy paradicsom vagy 3 dl paradicsom sűrítmény  
1 dl tejföl  
2 db zöld erős paprika  
1 fej vöröshagyma  
1 kiskanál garam masala vagy római kömény  
2 kiskanál mák  
2 kiskanál őrölt koriander  
2 evőkanál kókuszreszelék  
1 kiskanál gyömbér  
kevés só

### **Elkészítési mód:**

A mártáshoz a friss paradicsomot megmossuk és felszeleteljük. Hozzáadunk 8 dl vizet, majd fedő alatt megfőzzük. Miután megfőtt, átpasszírozzuk egy szitán. Közben hagymát pirítunk és belekeverjük a garam masalát, a mákot, a koriandert, a gyömbért és a sót. Együtt pirítjuk még egy picit, majd a legvégén hozzáadjuk a tejfölt, a kókuszreszeléket és az erős paprikát. Ezt mind belekeverjük a paradicsommártásunkba, és kb. 10 percig főzzük.

Mindeközben a gombócokhoz a túrót, a lisztet, az erős paprikát, a koriandert és a sót tésztává gyúrjuk. Golyókat formázunk belőle, majd közepes lángon kisütjük bő olajban. A már megsült, aranybarna golyókat beletesszük a paradicsommártásba, és hagyjuk, hogy kissé megszívják magukat. Rizzsel tálaljuk.

**Laár András főétele**

## **Székelykáposzta szejtánnal**

2010-05-31



### **Hozzávalók:**

25 dkg szejtán liszt  
10 dkg graham liszt  
1 vegetáriánus gabonakolbász  
szójaszósz  
2 fej vöröshagyma  
fokhagyma  
pirospaprika  
chili paprika  
1 kg savanyú káposzta  
só  
bors  
étolaj  
tejföl

### **Elkészítési mód:**

A szejtánból és a graham lisztből kevés meleg vízben sóval és szójaszósszal ruganyos tésztát gyúrunk. Kb. 15 percig főzzük enyhén sós, szójaszószos vízben. A főtt gombócokat 1-1,5 cm-es szeletekre vágjuk, majd tovább főzzük, míg fel nem jönnek a víz színére.

Ha a szejtán teljesen megfőtt, felkockázzuk és ezt használjuk majd hús helyett.

Ezután olajon hagymát pirítunk, pirospaprikával, fokhagymával ízesítjük, beletesszük a szejtán kockákat, majd kevés vízzel felöntjük és megfőzzük.

Mindeközben a savanyú káposztát lemossuk, átöblítjük, és készítünk – hasonlóan az előző pörköltös alaphoz – újra egy hagymás, paprikás alapot, hozzáadjuk a készen kapható húsmentes kolbászt, összefőzzük a káposztával. Ha ez is elkészült, összekeverjük a szejtános készítményünkkel, majd ízlés szerint fűszerezzük sóval, borssal, fokhagymával, piros és chili paprikával. Tálaláskor a tetejére tejfölt teszünk.

**Laár András desszertje**

## **Illatos joghurt mézzel**

2010-05-31



### **Hozzávalók: 1 pohárhoz(!)**

fél doboz trópusi vegyes gyümölcs konzerv

1 doboz natúr joghurt

1 evőkanál vegyes virágméz

1 teáskanál harmatméz

1 evőkanál gesztenyeméz

1 mokkáskanálnyi őrölt kardamom

### **Elkészítési mód:**

Egy pohárba rétegezve fél doboz trópusi vegyes gyümölcsöt teszünk. Rétegenként más-más mézzel locsoljuk meg, majd a tetejére natúr joghurtot öntünk, melybe előre belekeverjük az őrölt kardamomot.

Lola előétele

## Fokhagyma krémleves cipóban

2010-06-01



### Hozzávalók:

1 fej vöröshagyma  
12 gerezd fokhagyma  
1-2 evőkanál liszt  
1 db leveskocka  
1 dl tejszín  
tej  
só  
fehér bors  
reszelt sajt  
cipó

A felkockázott vöröshagymát pároljuk meg kevéske olívaolajon, majd pár perc után tegyük hozzá az áttört fokhagymát. Miután megpárolódott, szórjuk rá a lisztet, keverjük jól össze, és öntsük fel a hideg tejjel, közben kevergessük, nehogy csomós maradjon. Kevéske vizet öntsünk hozzá, majd a tejszínt. Fűszerezzük sóval, fehérborssal, takarékon 10 percig főzzük,. Kézi mixerrel pürésítsük, tegyük hozzá a reszelt sajt. Miután elfőtt benne, tálaljuk a kivájt cipókba.

**Lola főétele****Pesztós kecskesajttal töltött csirkemellek**

2010-06-01

**Hozzávalók:**

5 db csirkemell filé  
 2 gerezd fokhagyma  
 2 evőkanál bazsalikom peszto  
 20 dkg kecskesajt  
 2 evőkanál extra szűz olívaolaj  
 darált bors  
 8 szelet bacon  
 2 ág friss kakukkfű

Oldalánál vágjuk fel a csirkemelleket, vigyázzunk, ne vágjuk át teljesen. Hajtsuk szét, mint egy könyvet, majd daráljunk rá borsót, és enyhén sózzuk meg.

Egy kis tálba morzsoljuk a sajtot, kanalazzuk rá a bazsalikomból készült pesztót, majd keverjük össze. Töltsük meg a töltelékkel a széthajtott húst, majd hajtsuk vissza rá. Daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal, és tépkedjünk rá a kakukkfűlevelekből. Burkoljuk be a baconszeletekkel, és helyezzük egymás mellé egy tepsire. Tegyük előmelegített sütőbe, és 160 fokon süssük 15-20 percig, míg ropogós pirosra nem sül.

Ha elkészült vágjuk ferdén kétfelé, tálaljuk nagy tányérra, mellé körítésnek héjában megsütött és tejföllel megtöltött krumplikat készítsünk.

**Almás répasalátához:**

40 dkg sárgarépa  
 3 db alma  
 fél citrom leve  
 1 evőkanál borecet  
 só  
 darált bors  
 1 evőkanál cukor

A salátához reszeljük le vékonyan a sárgarépát és az almát, ízesítsük sóval, cukorral, citromlével és ecettel. Jó alaposan keverjük össze, majd tálaljuk az elkészül zöldséges árpagyöngy fasírtához.

Lola desszertje

## Almás rácsos sütemény

2010-06-01



### Hozzávalók:

2 db friss leveles tészta  
1 kg alma  
fél citrom leve  
2 teáskanál őrölt fahéj  
10 dkg cukor

Reszeljük le a hámozott almát, majd tegyük egy nagy lábasba. Ízesítsük cukorral, őrölt fahéjjal és citromlével. Közepes lángon, állandóan kevergetve pároljuk 10-15 percen keresztül. Ha elkészült vegyük le a tűzről, és hagyjuk kihűlni.

Béleljünk ki egy kerek peremes sütőformát a széthajtogatott leveles tésztával, majd töltsük bele a megpárolt almát, és egyengessük el a tetejét simára.

Vágjunk vékony csíkokat a másik leveles tésztából, és helyezzük rácsosan az almatöltelékre. Széleinél a felesleget vágjuk, és tegyük az egészet forró sütőbe. 150 fokon 25-30 perc alatt süssük pirosra. Ha kihűlt vágjuk cikkekre, mellé fahéjszószt kínáljunk.

Zoltán Erika előétele

## Joghurtos vegyes sali, ahogy Zozi szereti fasírtgolyókkal, fokhagymás party zsemlével

2010-06-02



### Fasírtgolyók pulykából

#### Hozzávalók:

1 kg pulyka darált hús 50% mell  
50 % comb keverve  
4 szelet toast kenyér  
1 tojás  
2 fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
só  
bors  
őrölt piros paprika  
szárított petrezselyem

#### Elkészítés:

A hagymát nagyon apróra felkockázom és ez kis oliván puhára dinsztelem. Egy mély keverőtálba az összes hozzávalót elkeverem, a húst a dinsztelt hagymát az olajjal együtt, a fokhagymát belenyomom és beleteszem a tojást, a vízbe áztatott és kicsavart kenyeret és ízlés szerint a fűszereket. Kézi robot géppel jó alaposan összedolgozom, hogy a kenyér ne maradjon sehol darabos. Ezután vizes kézzel apró golyókat formázok és meghempergetem zsemlemorzsában. Forró olajban pirosra sütöm.

### Joghurtos saláta

#### Hozzávalók:

8 natúr joghurt  
1 natúr joghurt 5 dl-es (nagy)  
1 doboz 2 dl-es tejföl  
3 kanál light majonéz  
2-3 gerezd fokhagyma  
só  
bors  
szárított petrezselyem  
5–6 db savanykás alma  
1 doboz 400g-os kukorica konzerv  
20 dkg kockára vágott trappista sajt  
20 dkg kockára vágott csirke vagy pulykamell sonka

#### Elkészítés:

A joghurtokat a tejföllel, a majonézzel a fűszerekkel és a fokhagymával kézi habverővel jól elkeverjük. Ezután a kockára vágott almát, a sonkát, a sajtot és az egy doboz kukorica konzervet bele tesszük, és jó alaposan összeforgatjuk. Egy–két órát hagyjuk állni a hűtőben tálalás előtt, hogy az ízek jól összeérjenek.

**Zoltán Erika főétele**

## **Fokhagymával tűzdelte pulykamell - ahogy Trudi mama tanította – krumpligombóccal és lila káposztával**

**2010-06-02**



### **Pulyka sült**

#### **Hozzávalók:**

Egy szép nagy pulykamell  
30-40 dkg szeletelt bacon  
4-5 gerezd fokhagyma  
só  
pulykasült fűszerkeverék

#### **Elkészítés:**

A hártáitól megtisztított, megmosott pulyka mellett minél több helyen, éles kés hegyével „kilyukasztom”. A lyukakat megtömöm vékony szelet fokhagymával. Amikor már alaposan megtűzdeltem a mellet, megszórom egy kis sóval és pulykasült fűszer keverékkel. A hús tetejét beterítjük a szeletelt bacon szalonnával, majd az egészet betesszük egy olajozott tepsibe. Ráöntünk egy pohár vizet, lefedjük, és 200 fokon sütjük. Kb.20 perc elteltével levesszük a tetejét és a sült hús szaftjával meglocsoljuk a húst. A hőfokot 160 fokra tekerem és lassan még kb. 40 percig sütöm. Én mindig locsolgatom kb. 10 percenként és 30 perc elteltével hús villával megszürogoatom, hogy tudjam mikor sült át teljesen az egész darab pulykamell.

### **Párolt káposzta**

#### **Hozzávalók:**

egy nagy fej vörös káposzta  
egy nagy fej vöröshagyma  
babérlevél  
egy evőkanál cukor  
ecet - 10 % -os  
só  
bors  
fokhagyma

#### **Elkészítés:**

A káposztát vastagabb csíkokra vágom, de természetesen, aki a puhábbra párolt káposztát szereti, vágja vékony csíkokra. A hagymát apró kockára vágom és olajon megpárolom. Ráteszem a csíkokra vágott káposztát, meglocsolom egy kis vízzel és sóval, borssal, a fokhagyma préssén kinyomott fokhagymával, egy két kanál ecettel és egy ek cukorral ízesítem. Fedő alatt lassú tűzön párolom, amíg a káposzta megpuhul. Ha a párolás közben elfőtt a víz, mindig pótolni kell. Amikor készre párolódott, még lehet ízesíteni egy kis ecettel és cukorral.

### **Krumpli gombóc**

#### **Hozzávalók:**

1,5 kg krumpli  
1 egész tojás  
sinom liszt  
só

#### **Elkészítés:**

A krumplit héjában megfőzöm. Miután kihűlt meghámozom és egy nagy tálba krumpli nyomóval jó alaposan összetöröm. Hozzá teszem a tojást a sót és annyi lisztet, hogy ne ragadjon, lehessen gombócot formázni belőle. Vizes kézzel megformázzuk a gombócokat és olajos, sós, forrásban lévő vízben apránként kifőzzük. Az átfőtt gombócokat olajjal kikent tálba szedjük, hogy ne ragadjanak össze.



Zoltán Erika desszertje

## Túrós sütemény-ahogy Robi szereti- triple sec-be áztatott gyümölcssalátával

2010-06-02



### Túrós süti

#### Hozzávalók:

1 kg friss túró  
15 dkg puha vaj  
egy pohár – 2dl-es – kristály cukor  
1 evőkanál citromlé  
1 citrom reszelt héja  
1 csomag bourbon vaníliás puding por  
egy evőkanál liszt  
4 egész tojás

#### Elkészítés:

Egy keverőtálba tesszük a túrót, a vajat és villával összedolgozzuk. Hozzáadjuk a pudingport, a cukrot a citromlét, a citrom reszelt héját és a lisztet. Gépi habverővel jól összekeverjük, majd a tojásokat egyenként hozzá adva addig keverjük, míg igazán krémes állagot nem kapunk. Kivajazott és lisztezett tepsiben lassú tűzön, kb.180 fokon 40 - 45 percig készre sütjük. Amikor már nem forró, a tetejét porcukorral meghintjük.

### Tripli secce bolondított gyümi saláta

#### Hozzávalók:

2 db kiwi  
egy nagy fürt fehér szőlő  
2 db nektarin  
8 db nagy szem eper

#### Elkészítés:

A gyümölcsöket megmossuk, majd apró darabokra vágjuk. Egy tálba tesszük és kb. 8 cl.tripli sec-el meglocsoljuk. Egy két órát hűtőben állni hagyjuk, hogy levet eressen. Ezzel a salival tálaljuk a túrós sütit. Díszítéshez használhatunk szép friss gyümölcsöket, pl. szeder, málna, áfonya vagy ribizli.

**Faragó András előétele**

## **Saláta leves**

2010-06-03



### **Hozzávalók:**

1 fej saláta  
4 gerezd fokhagyma  
1 1/2 dl tejföl  
5 egész tojás  
15 dkg mangalica szalonna  
só  
bors  
tárkony  
őrölt kömény  
1 ek. borecet  
2 ek. liszt  
2 l víz

### **Elkészítés:**

A szalonnát kockára vágjuk és kiolvasztjuk, a tepertőt kiszedjük. A zsiradékon a felvert tojásokból rántottát készítünk. Felkockázzuk. 3 ek. zsiradékon megpirítjuk a lisztet, világos rántást készítünk, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, a tűzről levéve felengedjük hideg vízzel és habverővel csomómentesre keverjük. Kiforraljuk, hozzáadjuk a tejfölt, a fűszereket és 5 percig főzzük.

A tányérba tesszük a tepertőt, rántotta kockákat, beletépkedjük a megmosott salátaleveleket és rászedjük a forró levest.

**Faragó András főétele**

## Vörösboros vaddisznó pörkölt és kapros juhtúrós sztrapacska

2010-06-03



### Vörösboros vaddisznó pörkölt

#### Hozzávalók:

1,5 kg vaddisznó comb  
0,5 kg beáztatott füstölt tarja  
5 fej vöröshagyma  
2 dl vörösbor  
6 gerezd fokhagyma  
15 dkg mangalica szalonna  
2 paradicsom  
2 paprika  
1 csípős paprika  
só  
bors  
boróka bogyó  
köménymag  
rozmarin  
majoránna  
bazsalikom  
őrölt pirospaprika  
vad-fűszerkeverék

#### Elkészítés:

Zsírlepedőn megpirítjuk a kockára vágott vöröshagymát, köménymagot, a tűzről levéve hozzáadjuk az őrölt pirospaprikát, kis vízzel felengedjük, felforraljuk, hozzáadjuk a kockára vágott húst, lassú tűzön főzzük, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, paprikát, paradicsomot, fűszereket, a tarját, vörösbort. Kb. 2.5-3 órán keresztül készre főzzük.

### Kapros juhtúrós sztrapacska

#### Hozzávalók:

1,5 kg burgonya  
2 db tojás  
0,5 kg búzaliszt  
fél teáskanál só  
5 dkg mangalica szalonna  
1 pohár tejföl  
0,5 kg juhtúró  
darált bors  
1 evőkanál vaj  
1 csokor kapor

#### Elkészítés:

Hámozzuk meg a burgonyát, majd reszeljük le egy finomlyukú reszelőn. Tegyük egy tálba, majd szórjuk rá a lisztet, üssük rá a tojásokat, majd annyi vizet adjunk hozzá, hogy galuska sűrűségű tésztát tudjunk készíteni belőle.

Forraljunk fel vizet egy nagy fazékban, szórjunk bele sót, majd galuskaszaggatóval szaggassuk a sztrapacska tésztáját a vízbe. Várjuk míg felforr, majd szedjük át egy szűrőedénybe. Folyó hideg vízzel mossuk át jól, és hagyjuk jól lecsepeg.

Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel a vajat, adjuk hozzá a kis kockákra felvágott húsos szalonnát, pirítsuk meg, majd morzsoljuk rá a túrót. Tegyük hozzá a lecsepegtetett sztrapacskát, daráljunk rá borsot, ízesítsük sóval, majd jól forrósítsuk össze.

Faragó András desszertje

## Erdei gyümölcsös túrós őzgerinc

2010-06-03



### Hozzávalók:

3 dl tejszín  
 fél kocka ráma margarin  
 30 dkg fagyasztott vegyes erdei gyümölcs  
 25 dkg tehéntúró  
 2 ek. kristálycukor  
 1 vaníliás cukor  
 1 zselatin fix  
 babapiskóta  
 rum

### Elkészítés:

A margarint a fazékban felolvasztjuk, hozzáadjuk a cukrokat, tejszínt, túrót. Hevítjük, majd a tűzről levéve botmixerrel elegyítjük, közben lassan hozzáadagoljuk a zselatin fixet. Beleöntjük a folpackkal kibélelt őzgerinc formákba, beleszórjuk a lecsepegtetett gyümölcsöt. A visszamaradt gyümölcslében elkeverünk 2ek. rumot és megforgatjuk benne a babapiskótákat. Majd az őzgerinc forma tetejére tesszük. Ráhajtjuk a folpackot és hűtőben 6-8 óra alatt lehűtjük. Tálalás előtt a fóliát kibontjuk és kifordítjuk a kész őzgerincet.

Nagy Sándor előétele

## Csülkös sárgaborsóleves

2010-06-04



### Hozzávalók:

20 dkg sárgaborsó  
50 dkg füstölt csülök  
1 fej vöröshagyma  
2 gerezd fokhagyma  
3 szál zellerszár  
1 ág kakukkfű  
só  
darált bors  
fél db zöldségleves kocka  
2 evőkanál hidegen sajtolt olívaolaj.

Tegyük fel egy főni egy fazékba a csülköt, majd ha puha szűrjük le róla a főzőlevet. Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, majd tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát és a zúzott fokhagymát. Pár perc pirítás után öntsük hozzá a jól megmosott sárgaborsót, és öntsük fel legalább két liternyi főzőlevével, amiben a csülköt puhára főztük. Várjuk meg, míg felforr, utána vegyük vissza a lángot fűszerezzük kakukkfűlevéllel, kevéske daráltborssal, ízesítsük sóval és a leveskockával. Szeleteljük fel az alaposan megmosott zellerszárat, majd azt is tegyük a készülődő leveshez. Főzzük addig, míg a sárgaborsó meg nem puhul, majd vegyük le a tűzről és a bekapcsolt merülő mixerrel kavargassuk bele. Nem kell teljesen pürésíteni elég, ha a leves tartalmának egy része zúzódik össze. Helyezzük vissza a tűzre, tegyük hozzá a felkockázott főtt csülköt, majd forraljunk rajta még egyet. Azonnal forrón tálaljuk leveses tányérokba.

**Nagy Sándor főétele**

## **Húsgolyók tormás krumplipürével**

**2010-06-04**



### **Hozzávalók:**

40 dkg darált sertéshús  
2 gerezd fokhagyma  
1 csokor petrezselyem zöldje  
fél csokor metélőhagyma  
só  
darált bors  
2-3 evőkanál zsemlemorzsa  
étolaj a kisütéséhez  
2 kg burgonya  
10 dkg vaj  
kis darab friss torma  
3-4 dl tej

Tegyük a darált húst egy nagy tálba, adjuk hozzá a fűszereket, majd jó alaposan gyúrjuk össze. Formázzunk belőle vizes kézzel kis gombócokat, tegyük egy nagy sütőlemezre, és forró sütőben 150-160 fokon 15-20 perc alatt süssük pirosra. forró olajban is kisüthetjük egy nagy serpenyőben.

A krumplipüréhez tegyük fel főni a meghámozott burgonyát, ízesítsük sóval, majd ha elkészült szűrjük le. Tegyük hozzá a vaját, reszeljük rá a friss tormából, majd krumplinyomóval nyomjuk át, és keverjük habosra a tejjel.

Nagy Sándor desszertje

## Gofri

2010-06-04



### Hozzávalók:

20 dkg margarin

20 dkg cukor

3 tojás

1/2 l. tej

50 dkg liszt

1 sütőpor

1 vaníliás cukor

1 citrom

A puha margarint, a cukrot, az egész tojásokat habosra keverjük. Keverjük össze a lisztet a sütőporral. A citromhéjat reszeljük le. A tojásos masszához adjuk hozzá a lisztet, a tejet, a vaníliás cukrot és a citromhéjat. A tésztát jól dolgozzuk össze, annyira híg legyen, hogy a fakanálról lecsöpögjön. A kontaktgrillt melegítsük fel, margarinnal kenjük meg, ez utóbbit 3-4 darabonként ismétljük meg. A tésztából kb. 2 dl kenjünk szét az alsó rácson, csukjuk rá a felső részt úgy 3-4 percre. Arany barnára süssük. Porcukorral megszórva, vanília krémmel vagy tejszínhabbal megtöltve fogyaszthatjuk, hidegen melegen egyaránt finom.

Szacsvay László főétele

## Tökös-sörös lecsó Szacsvay-módra

2010-06-07



### Hozzávalók:

2 db vöröshagyma  
25 dkg szalonna  
2 db tök  
1/2 kg gomba  
5 szem paradicsom  
6 db paprika  
1 üveg sör  
1 szál mangalica kolbász

Felaprítjuk a vöröshagymát, felkockázzuk a szalonnát, beletesszük a kolbászt és ezeket együtt összefőzzük. Hozzáadjuk a meghámozott gombát, paprikát, paradicsomot és együtt főzni kezdjük. Amíg ezek a zöldségek párolódnak, addig megpucoljuk a tököt, apróra vágjuk és hozzáadjuk a lecsóhoz. A tetejére erős zöldpaprikát tehetünk tálaláskor.



Szacsvay László desszertje

## Fahéjas-diós bundában sült részeges alma

2010-06-07



### Hozzávalók:

liszt  
tojás  
tej  
fahéj  
alma  
dió  
étolaj

Palacsinta tésztát készítünk, az átlagosnál lehet kicsit sűrűbb a tészta. Felkarikázzuk az almát, meghempergetjük egy kevés fahéjban, és mint a bundáskenyeret, megmártogatjuk az almát a palacsintatésztába és úgy sütjük ki az olajban. A végén darált dióval és eperrel tálaljuk.

Szacsvay László előétele

## Juhtúrós burszen sörrel bolondítva

2010-06-08



### Hozzávalók:

1/2 kg juhtúró  
10dkg vaj  
ízlés szerint mustár  
1 tömlős krémsajt  
1 doboz tejföl  
1 vöröshagyma  
pár szál kapor  
15 szem kapri bogyó  
1-1 db zöldpaprika, paradicsom a tálaláshoz

### Elkészítés:

A fent felsorolt alapanyagokat összekeverjük, pirítóssal tálaljuk.

Csapó Gábor előétele

## Roston sült gombák, gorgonzolás kínai kel salátával

2010-09-27



### Hozzávalók:

1 nagyobb kínai kel,  
4 dl tejszín,  
20 dkg gorgonzola sajt,  
2 dl olívaolaj, só, darált bors,  
3 gerezd fokhagyma,  
15 db nagyfejű barna csiperkegomba,  
4 ág friss kakukkfű, olívaolaj,

A kínai kelt vágjuk kisebb falatnyi darabokra, majd tálaljuk salátás tálcákba. Az öntethez tegyük egy edénybe a sajtot, a fokhagymát és a tejszínt. Sózzuk, daráljunk rá borsot, és csorgassunk rá olívaolajat. Kézi mixerrel turmixoljuk simára. Ha szükséges vízzel hígítsuk fel, majd ezzel csorgassuk meg a salátát.

A gombák szárait törjük ki, majd a külső felületét mossuk meg. A belső felületére daráljunk borsot, tépkedjük rá a kakukkfűlevelekből. Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben pár evőkanál olívaolajat, majd süssük mindkét oldalát pár percig pirosra.

Csapó Gábor főétele

## Hawaii Mahi-mahi rizses hal, sült ananásszal

2010-09-27



### Hozzávalók:

5 db dorado hal,  
3 evőkanál halfűszer keverék,  
15 dkg vaj,  
3 db friss ananász,  
20 dkg barnarizs,  
15 dkg vadrizs,  
15 dkg basmati rizs,

A halakat vagy egészben, vagy kifilézve süthetjük meg. fűszerezzük be a fűszerkeverékkel, sózzuk meg, majd serpenyőben felhevített vajon süssük pirosra. A körethez külön-külön pároljuk meg a rizseket, majd keverjük össze egy kis darab vajjal. A sült ananászhoz vágjuk cikkekre az ananászt, éles késsel vágjuk ki a hájából. Daráljunk rá borsot, és vajon serpenyőben süssük pirosra.

Csapó Gábor desszertje

## Csokoládés bundás kenyér

2010-09-27



### Hozzávalók:

15 szelet kenyér,  
6 db tojás,  
1 liter étolaj,  
40 dkg reszelt étcsokoládé,  
1 liter tej,

A kenyérszeleteket áztassuk be nagyon rövid ideig tejbe, majd mártsuk be mindkét oldalát a elvert tojásba. Felhevített olajban mindkét oldalát süssük pirosra. a még forró bundáskenyereket forgassuk meg a reszelt csokoládéba.

**Erdőhegyi Brigitta előétele**

## **Mézédes sárgadinnye, sonkával, piros pesztós kenyértekereccsel**

2010-09-28



### **Sárgadinnye sonkával**

#### **Hozzávalók:**

4 db érett sárgadinnye,  
20 szelet pármái sonka, darált bors,  
kevéske olívaolaj.

A dinnyét vágjuk kétfelé, magjait kanalazzuk ki. Vágjuk cikkekre, majd a héjából metsszük ki. Tálaljunk 3-4 darabot adagonként nagy tányérra, majd mellé kis rózsákba összehajtott sonkát tegyünk. Daráljunk rá borsot, és tálaláskor csorgassuk meg kevéske olívaolajjal.

### **Aszaltparadicsomos kenyértekercs**

#### **Hozzávalók:**

35 dkg búzaliszt,  
2 evőkanál olívaolaj,  
1 teáskanál só,  
1 teáskanál cukor,  
1 csomag szárított élesztő,  
2.5 dl langyos víz.

#### **Töltelékhez:**

10 dkg olívaolajban eltett napon-szárított paradicsom,  
2 gerezd fokhagyma,  
3 ág kakukkfű.

Öntsük a lisztet, sót, cukrot, egy evőkanál olívaolajat (használhatjuk az aszaltparadicsom olaját is) és a szárított élesztőt egy dagasztóedénybe. Kapcsoljuk be a dagasztó keverőt, majd kis adagokba csorgassuk hozzá a langyos vizet. Alacsony fordulaton tíz percig dagasszuk, még a tészta az edény falától elválzik. Takarjuk le tiszta konyharuhával, és langyos helyre téve kelesszük kétszeresére.

Amíg a tészta kel, készítsük el a töltelék: szedjük ki az olajból a paradicsomokat, majd tegyük egy konyhai gyorsvágó gépbe, adjuk hozzá a fokhagymát, pár evőkanálnyiit az olajból, majd a géppel zúzzuk jól össze.

Ha megkelt a kenyértészta, borítsuk liszttel meghintett deszkára, gyúrjuk át jól, és osszuk kétfelé. Nyújsuk ki kisujjnyi vastagságúra, kenjük meg az aszaltparadicsomos töltelékkel, morzsoljunk rá kakukkfűleveleket, majd göngyöljük fel. Vágjuk egy centis szeletekre, helyezzük egymás mellé sütőpapírral borított sütőlemezre, hagyjuk még kelni tíz percig, utána előmelegített 170 fokon süssük 25-30 percig.

Ha olaj nélküli aszaltparadicsommal készítjük, előtte áztassuk be langyos vízbe, majd összezúzáskor kanalazzunk hozzá pár evőkanál olívaolajat.

**Erdőhegyi Brigitta főétele**

## **Szarvasgombás, pármái sonkás széles metélt**

**2010-09-28**



### **Hozzávalók:**

20 dkg pármái sonka,  
3-4 evőkanál olívaolaj,  
2 dl tejszín,  
1 csipet őrölt fehérbors, 30-40 dkg széles metélt,  
1 db szarvasgomba,  
1 cserép friss bazsalikom,  
1 maréknyi koktélpáradicsom.

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele a vékony csíkokra felvágott sonkát. Pár percig pirítsuk, majd öntsük fel a tejszínnel. Fűszerezzük fehérborssal, kevéske szarvasgombával és jól forraljuk össze. tegyük bele a félbevágott koktélpáradicsomokat, majd keverjük össze a kifőzött tésztával. Tálaljuk nagy tányérokra, tetejére forgácsoljunk a szarvasgombából, friss bazsalikomlevelekkel dekoráljuk.

Erdőhegyi Brigitta desszertje

## Karamelltorta

2010-09-28



### Hozzávalók:

18 cm-s tortaformához: 15 dkg keksz (zabos, teljes kiőrlésűt Győri zabos keksz használtam),  
10 dkg vaj,  
50 dkg ricotta,  
6 evőkanál cukor

Mozsárban összetöröm a kekszet 7-8 dkg vajat megolvasztok, elkeverem a kekszmorzsával, ezt a "tésztát" belelapogatom a kapcsos tortaformába, hűtőbe teszem míg a krém elkészül.

A cukorból sötét karamellt készítek, még melegítem, mikor hozzáadom a maradék vajat és a ricotta felét. Alaposan elkeverem a karamellt a ricottával, lezárom alatta a gázt, majd a maradék ricottát is hozzáadom. Botmixerrel keverem el, hogy tökéletesen homogén legyen. A krémet ráteszem a kekszre, a forma meg minimum 2-3 órára megy a hűtőbe. Késsel válasszuk le a krémet a formáról, mielőtt szétnyitjuk.



**Magyar Attila előétele**

## **Epres őszibarack krémleves**

2010-09-29



### **Hozzávalók:**

- 1 kg érett őszibarack, vagy 2 doboz konzerv,
- 2 db egész fahéj,
- 5-6 szemszegfűszeg,
- 1 db vanília bab,
- 1 csipetnyi só,
- fél citrom leve,
- 2 dl tejszín,
- 5-6 evőkanál cukor,
- 50 dkg eper.

Hámozzuk meg a barackokat, majd vágjuk apró kockákra, (ha konzervből készítjük nem kell meghámozni). Tegyük egy fazékba, és öntsük fel annyi vízzel, hogy bőségesen ellepje.

Tegyük hozzá az egész fahéjdarabot, a szegfűszeget, és a félbevágott vaníliababot. Ízesítsük sóval, cukorral és citromlével. Főzzük körülbelül negyed órán keresztül, majd vegyük ki a levesből a fahéjat, szegfűszeget és a vaníliát.

Öntsük bele a tejszínt, majd forraljuk még két percig, utána merülő mixerrel pürésítsük. Ha szükséges finomlyukú szitán passzírozzuk át, majd tegyük bele a felszeletelt eperszemeket. Állítsuk a leveses fazekat hideg vízbe, és ha már lehűlt tegyük a hűtőszekrénybe.

Jéghidegen leveses csészékbe tálaljuk, akár egy-egy gombóc vanília fagylalttal tehetjük még dermesztőbbé.

**Magyar Attila főétele**

## **Parázson sült balatoni süllő, sült zöldségekkel, paradicsomsalátával, csöves kukoricával**

2010-09-29



### **Hozzávalók:**

- 5 db süllő,
- 1 kg paradicsom,
- 1 fej lilahagyma,
- 3 evőkanál cukor,
- 2-3 evőkanál ecet,
- 2 evőkanál olívaolaj,
- 10 cső kukorica,
- só, darált bors,
- 1 csokor petrezselyem zöldje.
- (pár levél friss bazsalikom, 2 db paprika)
- 1 csokor kaporlevél,
- 1 csomag grill alutálca lyukacsos.

### **Sült zöldségekhez:**

- 1 db cukkíni,
- 1 csokor újhagyma,
- 1-1 db színes kaliforniai paprika,
- 3-4 szem paradicsom,
- 1 maréknyi aprógomba,
- 1 maréknyi laskagomba,
- 1 teáskanál grill zöldségek fűszerkeverék,
- 1 db padlizsán.

A halak külső felületét éles késsel vágjuk be, majd kívül és belül alaposan sózzuk meg. szúrjuk fel vastag fanyársakra, és parázs felett süssük pirosra.

Ha halfiléket sütünk, akkor kifilézett halat fűszerezzük darált borssal, kaporlevéllel, majd csorgassuk meg olívaolajjal. Serpenyőbe felforrósított pár evőkanál olívaolajban süssük mindkét oldalát pirosra. Ha faszénen sütjük, akkor grill alutálcára helyezzük, amit előtte bekentünk olívaolajjal. Mindkét oldalát kb 5-5 percig süssük.

A sült zöldségekhez vágjuk falatnyi darabokra a zöldségeket, szórjuk meg fűszerkeverékkel, csorgassuk meg olívaolajjal, majd a grill lapon süssük pár percig.

A paradicsomsalátához szeleteljük fel a paradicsomokat, tegyük egy nagy tálba, és adjuk hozzá a felkarikázott hagymát. Kanalazzuk egy tálba a cukrot, adjuk hozzá a sót és az ecetet, öntsünk rá két-három decinyi vizet, majd jól keverjük össze. öntsük a tálban lévő paradicsomra, csorgassuk meg olívaolajjal, és jól keverjük össze. Izgalmasabb ha pár levél friss bazsalikomot és pár szelet paprikát is keverünk hozzá. A csöves kukoricákat kenjük meg olajjal, majd a parázson süssük pirosra.

**Magyar Attila desszertje**

## **Ropogós gofri recept**

2010-09-29



### **Hozzávalók:**

- 12 dkg vaj,
- 12 dkg cukor,
- 2 db tojás,
- 25 dkg liszt,
- 2,5 dl tej,
- 1 csomag vaníliás cukor,
- 1 csipetnyi só. Csokoládészószhoz: 30 dkg étcsokoládé, 2 dl tejszín.
- Eperszószhoz: 50 dkg eper, 20 dkg cukor, fél csomag vaníliás pudingpor.

Az olvasztott vaját habosra keverjük a tojásokkal, cukorral, majd hozzádolgozzuk a tejet, lisztet, sót és a vaníliás cukrot.

Sima palacsintatésztától kicsit sűrűbb tésztát keverünk belőle, majd rákanalazzuk a felforrósított sütőre. Pár perc alatt ropogósra sül.

A csokoládészószhoz tördeljük a csokoládét egy kis tálba, majd tegyük vízgőz fölé. Öntsük hozzá a tejszínt, és addig kevergessük míg el nem olvad, és sima krémet nem kapunk. Hagyjuk kissé kihűlni, hogy besűrűsödjön.

Az eperszószhoz vágjuk kisebb darabokra az epret, tegyük egy lábasba. Szórjuk rá a cukrot, majd főzzük. Pár perc forralás után sűrítsük be hideg vízzel elkevert pudingporral.

## Caramel előétele

## Japán miso leves

2010-09-30



### Hozzávalók:

- 2 evőkanál étolaj,
- 3 szelet friss gyömbér,
- 1 db vöröshagyma,
- 2 db sárgarépa,
- 2 szál zellerszár, egynegyed fej káposzta,
- 5 pohár víz (1,25 liter),
- 4 evőkanál miszo paszta (ázsiai élelmiszereket árusító boltokban beszerezhető),
- 2 szál újhagyma,
- 1 evőkanál szezámolaj,
- 1 csomag tofu.

Forrósítsuk fel az olajat egy fazékban, adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát, a felszeletelt gyömbért és pároljuk addig még a hagyma üveges nem lesz. Tegyük bele az újnúi csíkokra vágott zöldségeket és további kevergetés mellett pároljuk még pár percig. öntsük fel a vízzel és főzzük 10 percig. vegyük le a tűzről, majd egy kis tálkába merjünk ki a kész levesből, tegyük bele a miszót, és egy kanál segítségével keverjük csomómentesre. Öntsük vissza a levesbe, keverjük el benne, majd adjuk hozzá a kis kockákra vágott tofut A miszóval már nem szabad tovább főzni.

Tálaljuk kis leveses tálkába, csorgassunk a tetejére szezámolajat és szórjuk meg frissen összevágott újhagymával.

**Caramel főétele****Teával füstölt csirke, teriyaki káposztasalátával**

2010-09-30

**Hozzávalók:**

- 5 db csirkemell filé,
- fél teáskanál darált bors,
- 1 teáskanál kínai fűszerkeverék,
- só,
- fél pohár rizs,
- 3 evőkanál kínai fekete tealevél (nem filteres),
- 2 evőkanál barnacukor,
- 1 pohár natúr joghurt,
- 2 evőkanál szójaszós,
- 1 diónyi frissgyömbér,
- 2 evőkanál pirított szezámmag olaj.

**A salátához:**

- 2 fej káposzta,
- 3 szál újhagyma,
- 2 szál sárgarépa,
- 1 diónyi friss gyömbért,
- 4-5 evőkanál teriyaki szósz, fél marék szezámmag,
- 4-5 evőkanál pirított szezámmag olaj,
- só,
- pár evőkanál rizsecet,
- 3 evőkanál méz.

Szórjuk a borsot, a kínai fűszerkeveréket, a lereszelt gyömbért, natúr joghurtot, szezámmagolajat, és a szójaszószt egy kis tálba majd keverjük össze jó alaposan. Tegyük a csirkemell filéket egy tálba, öntsük rá a páclét, majd jó alaposan keverjük össze. sütésig tartsuk a hűtőszekrényben.

Keverjük össze egy kis tálban, a barnacukrot, a rizst és a tealeveleket, majd tegyük egy alufóliába. Csomagoljuk be, na túl szorosra, és tegyük egy nagy wok aljára.

A csirkemelleket egy nagy serpenyőben, kevéske olajon süssük elő pár percre, majd helyezzük a wokban lévő fóliára. Fedjük le jól, hogy a füst ne tudjon elillanni, majd tegyük a tűzre. Közepes lángon füstöljük 10-12 percen keresztül.

A salátához: szeleteljük vékonyra a káposztát, reszeljük hozzá a sárgarépát, és tegyük hozzá a vékony csíkokra felvágott újhagymát. Reszeljük rá a friss gyömbért, majd csorgassuk meg a szezámolajjal, ecettel, mézzel, és a teriyaki szósszal. Sózzuk meg és jó alaposan keverjük össze.

Détár Enikő főétele

## Vajas-leveles pástétom darált marhahússal

2010-09-30



### Hozzávalók:

hájas tészta  
darált marhahús  
erdei vagy konzerves gomba  
petrezselyem  
reszelt hagyma  
fokhagyma  
töltelék fűszerkeverék  
pici koriander  
2 db tojássárgája

### Elkészítési mód:

A hagymát futtassuk meg az olajon, ezután a hagymát szedjük ki belőle és ugyanazon az olajon pirítsuk meg a gombát. Szerecsendióval, paprikával, vajkrém fűszerrel ízesítsük. A marhahúst hagymás olajon készítsük elő. Két tojásból készítsünk tojáshabot és adjuk a megpárolt gombához. Egy cserépedényt vajazzunk ki és béleljük ki a hájas tésztával. Töltsük bele a húspástétomot és a gombát, majd a tetejét is fedjük le tésztával. Közepesen meleg sütőben kb. 60 percig süssük. Később kenjük meg a tetejét tojással vagy vajjal és pirítsuk meg egy kicsit. Könnyű zöldségekkel tálaljuk.

**Caramel desszertje****Rántott bodzavirág epersalátával**

2010-09-30

**Hozzávalók:**

- 16 tányér bodzavirág,
- 40 dkg eper,
- 3 evőkanál bodzaszörp, porcukor,
- olaj a kisütéséhez.

**Tésztához:**

- 350 gr liszt,
- 4 db tojás,
- 1 evőkanál porcukor,
- 5 dl tej, 1 csipetnyi só.

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, sót és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet. Ügyeljünk ne legyen csomós, a palacsinta tésztától sűrűbb tésztát készítünk.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben annyi olajat, mintha rántott húst készítenénk. Mártsuk a tésztába a viránytányér száránál fogva a bodzát, majd tegyük a forró olajba. Addig süssük, míg aranyárgára nem pirul. Szedjük ki konyhai kéztörlőre, várjuk meg míg a felesleges olajat felszívja.

Az epersalátához vágjuk kisebb darabokra a megmosott eperszemeket, majd tegyük egy nagy tálba. Tépkedjünk rá bodzavirágokat, csorgassuk meg a bodzaszörppel, majd óvatosan keverjük össze.

Tegyük pár darabot a megsütött bodzavirágból nagy tányérokra, tetejét szórjuk meg porcukorral, majd mellé tálaljuk az epersalátát.

**Papadimitriu Athina előétele****Tarama Ikrapástétom**

2010-10-01



A tarama sózott és savanyított pontyikra, amelyből a taramosalata készül, a görög és török konyha egyik mezéje, amelyben taramát kevernek össze citromlével, zsemlemorzsával, hagymával és olívaolajjal; ezt mártogatóként fogyasztják.

**Hozzávalók:**

- 4 szelet fehér kenyér,
- 1 vöröshagyma,
- 10 dkg ponty- vagy lazacikra (eredetileg füstölt tőkehalikra),
- 1 dl olívaolaj,
- 5 ek. citromlé, petrezselyemlevél, citromkarikák

A kenyér héját levágjuk, a belét vízbe áztatjuk, majd alaposan kinyomkodjuk. a hagymát meghámozzuk, apróra vágjuk, az ikrával és a kenyérrel összeturmixoljuk. Apránként az olívaolajat meg a citromlevet is beleöntjük, és krémes állagúra keverjük. lehűtve, a petrezselyemlevéllel és a citromkarikákkal díszítve tálaljuk.

**Tarama****Hozzávalók:**

- 2 doboz apró szemű piros kaviár,
- 3 db főtt főtt krumpli,
- 2 dl olívaolaj,
- 2 db citrom leve,
- 1 fej vöröshagyma,
- 1 csokor petrezselyem zöldje,
- 1 csokor metélőhagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 db citrom,
- pitakenyér a kínálásához.

Kanalazzuk a kaviárt egy konyhai gyorsvágó gépbe, tegyük hozzá a főtt krumplit. Csorgassuk bele az olívaolajat, a citromlevet, tegyük hozzá az összevágott hagymát. sózzuk, és borsozzuk, majd zúzzuk pépesre.

Kis tálakban kínáljuk a vendégeinknek.

A sült poliphoz kenjük be fokhagymával az egész polipokat, csorgassuk meg olívaolajjal és citromlével. Daráljunk rá borost, majd a grillen süssük pirosra.



**Papadimitriu Athina főétele**

## **Tepsiben sült paradicsomos báránycsülkők piláffal**

**2010-10-01**



### **Hozzávalók:**

- 5 db báránycsülök,
- 1 kg paradicsom,
- 60 dkg vöröshagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 2 teáskanál oregánó,
- 1 teáskanál római kömény, só, bors, olívaolaj,
- 3 dl száraz vörösbor,
- 3 szál rozmaring,
- 1 csokor menta.

Tegyük a csülköket egy tepsibe, daráljunk rá borsot, sózzuk meg, és fűszerezzük összevágott fokhagymával, őrölt római köménnyel, és oregánóval. A hagymát és a paradicsomot karikázzuk fel, tegyük hozzá az összetépkedett menta és rozmaringleveleket, keverjük össze és borítsuk be vele a csülköket. Csorgassuk meg olívaolajjal, fedjük le fóliával, és tegyük a sütőbe. Amikor a csülkők megpuhultak, vegyük le róla a fóliát, öntsük rá a vörösbort, majd tegyük vissza a sütőbe. Süssük még néhány percig, míg a hús szépen megpirul.

### **Piláfhoz:**

- 20 dkg rizstészta,
- 20 dkg jázmin rizs,
- 4 evőkanál olívaolaj,
- 1 maréknyi fenyőmag,
- 2 db csirkeleves kocka,
- só.

Csorgassuk az olívaolajat egy lábasba, és tegyük bele a rizstésztát. Pirítsuk meg aranyárgára, majd tegyük hozzá a rizst is. Forrósítsuk jól össze, szórjuk bele a fenyőmagot, és öntsük fel hat decinyi forró vízzel. sózzuk, morzsoljuk bele a leveskockát, majd lefedve pároljuk puhára.

### **Tepsis padlizsánhoz:**

- 2 db padlizsán,
- 1 db paradicsompaprika,
- 3 evőkanál olívaolaj,
- só,
- darált bors, bazsalikomlevél.

A megmosott padlizsánt vágjuk félbe, majd fél centis szeletekre vágjuk. Egy nagy serpenyőben forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a kis kockákra vágott paradicsompaprikát, mérsékelt tűzön addig süssük még a paprika barnulni kezd. Adjuk hozzá a felvágott padlizsánt. Sózzuk, és darált borssal ízesítsük. Állandóan kevergetve pirítsuk legalább 5-6 percig. Finomabbá tehetjük, ha megszórjuk bazsalikommal. A magpirított padlizsánt tegyük egy tepsibe vagy tűzálló üvegedénybe, majd tegyük a sütőbe, 160 fokon süssük 20 percig.

**Papadimitriu Athina desszertje****Baklava****2010-10-01****Hozzávalók:**

- 2 csomag friss réteslap,
- 50 dkg darált dió vagy mandula,
- 10 dkg cukor,
- 25 dkg vaj.
- Sziruphoz:
- 30 dkg cukor,
- 1 db fahéj rúd,
- 20 dkg méz,
- 6 db szegfűszeg,
- 4 dl víz, fél narancs leve,
- fél citrom leve.

Elkészítés: A réteslapot 10 perccel a feldolgozás előtt vegye ki a hűtőből. A sütőt 150 °C-ra melegítse elő. A leveles tésztát sütőpapírral együtt tekerje ki, és vágja fel egy téglalap alakú sütőforma méretének megfelelően, majd helyezze a sütőformába. A réteslapot olvasztott vajjal kenje meg, majd szórja meg a cukorral összekevert dióval. A fenti műveletet addig ismételje, amíg a tészta ill. a diótöltelék el nem fogy. A végén fedje be tésztával, még egyszer kenje meg az olvasztott vajjal, és villával szurkálja meg. Kb. 40-45 percig süssse.

A sziruphoz a cukrot, mézet, fahéjat, szegfűszeget, narancslevet és vizet kb. 10 percig főzze. A fahéjat és szegfűszeget távolítsa el, és a még forró szirupot öntse a sült baklavára, és néhány óráig hagyja állni. Tálalás előtt vágja szeletekre.

**Ben előétele****Narancsos édesköményleves füstölt lazaccal**

2010-10-04

**Hozzávalók:**

- 2 narancs
- 3 evőkanál cukor
- 4 fej édeskömény
- 2 fej hagyma
- 2 kávéskanál koriandermag
- 3 evőkanál olaj
- Só
- 1 db zöldségleves kocka
- 1-2 dl tejszín
- 10 dkg füstölt lazac

A leveshez az egyik narancs héját megreszeljük, félretesszünk belőle 2 kávéskanálnyi. Minkét narancs levét kifacsarjuk, leszűrjük. A narancslevet és a cukrot addig kevergetjük mérsékelt tűzön, amíg a cukor fel nem olvad, majd elkezdjük nagy lángon forralni, hogy kb. 4 evőkanálnyi szirupra sűrűsödjön be. A narancsos szirupot és a narancshéjat összevegyítjük: egyik felét belefőzzük a levesbe, a másik felét pedig a tálalásnál használjuk.

Az édesköményekről levágjuk az aljukat és a tetejüket, a fodrokat félretesszük a díszítéshez. Ezután elnegyedeljük őket, a negyedekből kivágjuk a torzsás részeket, és a zöldséget ½ centi vékonyan felcsíkozzuk. A hagymákat megpucoljuk, apróra vágjuk. A koriandermagot egy kis serpenyőben pár másodpercig kevergetve hevítjük, majd mozsárban finomra törjük.

Egy közepes méretű fazékban mérsékelt tűzön megpároljuk a hagymát egy kis sóval az olajon. Lefedve gyorsabban megy, de néha meg kell keverni. A párolt hagymához hozzáadjuk a felcsíkozott édesköményt, a finomra tört koriandert, megsózzuk, és az egészet 1 percig kevergetjük, továbbra is mérsékelt tűzön. Ekkor hozzáöntjük a másfél liter vizet, és a hozzáteesszük a leveskockát, a narancsos szirup egyik felét, majd a levest nagy lángon felforraljuk, és mérsékelt-takarék fokozat között, lefedve, csendes forralással 20-30 perc alatt megfőzzük. Az a lényeg, hogy az édeskömény megpuhuljon.

A levest a tejszínnel együtt összepürésítjük, majd visszaöntjük a fazékba. Belekeverjük a vékony csíkokra felvágott lazacot, és forraljuk még egy percig. Tálaláskor megcsorgatjuk a maradék narancsos sziruppal.

**Ben főétele****Tejben sült bébi csirkék**

2010-10-04

**Hozzávalók:**

- 5 db bébi csirke
- tengeri só
- frissen őrölt fekete bors
- 12,5 dkg vaj
- olívaolaj
- 1/2 rúd fahéj
- 1 jó marék friss zsályalevél
- 2 citrom héja
- 6 gerezd fokhagyma
- 6 dl tej

A sütőt 190 fokra előmelegítjük. A zsálya szárait letépjük, de nem dobjuk el. A citromot krumpli hámozóval meghámozzuk, a citromhéjat félretesszük. A csirkéket befűszerezzük, sózzuk, borsozzuk, kívül - belül. A hasüregébe tesszük a zsálya szárait, 1 citromkarikával (érdemes a fehér részt levágni, hogy ne legyen keserű), és összekötjük a lábait, hogy a töltelék ne essen ki. Magas falu tepsibe tesszük, vaját ráöntjük, mellédobjuk az egész, pucolt fokhagymákat. Elosztjuk rajta a citromhéjat és a zsályát. Aláöntjük a tejet, és beledobjuk a fél rúd fahéjat. Rátesszük az alufóliát, előmelegített sütőben 1 óra alatt megsütjük, időnként locsolgatva a levével. A citromhéj kicsapja majd a tejet, amitől a mártásnak egészen különleges íze lesz, és túros állaga.

**Ben desszertje****Mojitó torta**

2010-10-04

**Tésztához, 27 cm-es tortaformához:**

- 110 gr finomliszt
- 90 gr étkezési keményítő
- 6 tojás
- 130 gr porcukor
- 1/2 lime reszelt héja

**Elkészítése:**

A sütőt előmelegítjük 180 fokra. A tortaformát kivajazzuk és belisztezzük. A lisztet, a keményítőt, a citrom reszelt héját egy tálban összekeverjük.

A tojássárgáját habverővel krémesre keverjük, majd hozzáadjuk a szilárd lisztes keveréket. A tojásfehérjét a porcukorral és pár csepp citromlével nagyon keményre verjük és óvatosan hozzákeverjük a lisztes masszát.

A nyers tésztát beleöntjük a tortaformába és a sütőben kb. 30-40 perc alatt készre sütjük. Tűpróbával ellenőrizzük, mikor van kész a piskóta.

**Mojito krém**

- 500 gr mascarpone
- 3 tábla fehér csoki
- 2 lime reszelt héja
- 1 lime leve
- 1 nagyon nagy csokor menta (aprítva kb 3 ek)
- 1 lime a dekoráláshoz

**Elkészítése:**

1. A csokit vízfürdő felett olvasszuk meg alacsony hőfokon. Vegyük le a tűzről. Adjuk hozzá a mentát, a lime héját és levét.

2. Keverjük csomómentesre, majd adjuk hozzá a mascarpone-t.

3. Mielőtt a piskótát megkenjük vele, a krémet hűtsük le, de nem teljesen. Langyos legyen.

4. A tortát vágjuk 3 részre, kenjük meg a krémmel, díszítsük lime szeletekkel.

Tálalás előtt legalább 2-3 órára tegyük hűtőbe.

Keresztes Ildikó előétele

## Illatos szegfűgombaleves

2010-10-05



### Hozzávalók:

- 50-60 dkg szegfűgomba
- 2 szál sárgarépa
- 2 szál petrezselyemgyökér
- 1 csokor petrezselyem zöldje
- 1 csokor kakukkfű
- 2-3 evőkanál liszt
- 3 evőkanál olívaolaj
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 db zöldségleves kocka
- 1 db tojás
- 3 evőkanál liszt
- 2 dl tejszín
- 1 csipetnyi őrölt szerecsendió

Egy lábasban forrósítsuk fel az olívaolajat, majd tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát, és a kakukkfűágat. Hevítsük addig, míg a fokhagyma, sisteregni nem kezd. Tegyük bele a vékony karikákra felvágott sárgarépát és petrezselyemgyökeret, az összekötött petrezselyemzöldet.

Pároljuk néhány percig, majd szórjuk rá a lisztet. Keverjük jól össze, és öntsük fel egy kancsónyi vízzel. Sózzuk, tegyük hozzá a leveskockát, daráljunk rá borsot és fűszerezzük kevéske őrölt szerecsendióval. Tegyük bele a jól megmosott gombát, és főzzük negyed órán keresztül.

A tojást üssük fel egy kis tálba, sózzuk meg, majd keverjük össze a liszttel galuska sűrűségűre. Kiskanál segítségével szaggassuk a forrásban lévő levesbe. Öntsük hozzá a tejszínt, majd jól forraljuk ki.

**Keresztes Ildikó főétele**

## **Banánnal töltött csirkemellek, borsmustáros nektarin salátával**

2010-10-05



### **Hozzávalók:**

- 5 kisebb csirkemell filé
- 5 banán
- 10-15 szelet nyers füstölt sonka
- 2-3 dl tejszín
- Só
- Bors

A süttöt előmelegítem 200 C fokra.

A csirkemelleket hosszában ketté vágom és minden negyedbe vágok egy hosszú nyílást. Sózom, borsozom a csirkemelleket és a nyílásba 1-1 fél banánt dugok. A banánt előtte azért meghámozom :). Nem baj, ha egy kicsit kilóg a banán.

Egy tűzállótálba ráfektetem a csirkemelleket, ráöntöm a tejszínt, majd sonkaszeletet ráfektetek a csirkemellekre, a maradék sonkát apróra vágom és a csirkék közé szórom.

Nagyjából 30-35 perc alatt megsül, mielőtt kivesszük, ellenőrizzük a csirkemellet, hogy teljesen átsült-e.

### **Borsmustáros nektarin saláta**

#### **Hozzávalók:**

- 8-9 szem érett nektarin
- 1 csomag rukola
- fél fej lilahagyma
- 30 dkg koktélpáradicsom, lehet fele sárga is,
- fél csokor friss korianderlevél
- darált bors
- Olívaolaj
- 2-3 evőkanál borecet

A barackokat vágjuk kétfelé, magját szedjük ki, majd cikkezzük fel. Tegyük egy tálba, és adjuk hozzá a félbevágott koktélpáradicsomokat, a megmosott rukolát, az összetépkedett korianderlevelet, és a felkarikázott lilahagymát. Daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal és az ecettel, majd óvatosan keverjük össze.

Keresztes Ildikó desszertje

## Szirupos almatorta

2010-10-05



### Hozzávalók:

- 6 db kisebb egyforma méretű savanykás alma
- 7 dkg vaj
- 15 dkg porcukor
- 6 evőkanál liszt
- 6 evőkanál cukor
- 6 db tojás
- 1 kávéskanál szódabikarbóna

Az almákat hámozzuk meg, majd magházát szórjuk ki. Tegyük egy kis lábasba a cukrot, olvasszuk barnára, majd csorgassuk meg vele a sütőedényt úgy hogy az oldala is cukormázas legyen. Tegyük bele egymás mellé a meghámozott almákat, majd csorgassuk meg az olvasztott vajjal. tegyük a sütőbe, 140-150 fokra, kb. 20 percig, hogy megpárolódjon.

A tojásokat verjük fel jól a cukorral kemény habbá, majd kanalazzuk bele a szódabikarbónával összekevert lisztet. Öntsük a megpárolt almákra, majd tegyük vissza a sütőbe 20 percre. Az elkészült torta széléit vágjuk el éles késsel, majd borítsuk egy nagy táltra. Ha kissé kihűlt szeleteljük cikkekre, és a sziruppal csorgassuk meg.



Csisztu Zsuzsa előétele

## Libasült

2010-10-06



### Hozzávalók:

- 5 db libacomb
- 2 db narancs
- 1 ág zsálya
- 2 ág kakukkfű
- darált bors
- 2 evőkanál hidegen sajtolt olívaolaj
- Só
- darált bors

Tegyük a libacombokat egymás mellé egy nagy tepsibe, majd csorgassuk meg az olívaolajjal. Sózzuk meg mindkét felé, utána daráljunk rá borsot, tépkedjük rá a kakukkfű és zsályalevelekből. Igazítsuk el úgy a tepsiben, hogy a bőrös fele legyen felfelé. Reszeljük rá az egyik narancs héját, majd nyomjuk ki a levét, és csorgassuk meg vele a combokat. A másik narancsot szeleteljük fel, és borítsuk be vele a húst. Öntsünk alá két decnyi vizet, majd az egész tepsit fedjük be alufóliával.

Tegyük előmelegített sütőbe, és 160-170 fokon süssük egy órán keresztül. Mielőtt kivennénk a sütőből, vegyük le róla a fóliát, nézzük meg egy késsel, hogy a hús eléggé megpuhult-e. Ha még kemény, fedjük vissza az alufóliával, és pároljuk még további 30-40 percig. Befejezés előtt süssük fólia nélkül pár percig, hogy ropogós piros legyen a pecsenye.

**Csisztu Zsuzsa főétele**

## **Libasült narancsos, lilakáposztás és krumplis rétes**

**2010-10-06**



### **Burgonyás rétes**

#### **Hozzávalók:**

- 1 doboz Tante Fanny friss vajás leveles tészta 200g
- 400g főtt és kockákra vágott burgonya
- 1 maréknyi finomra vágott metélőhagyma
- 100g füstölt szalonna, kockákra vágva
- 3 evőkanál petrezselyem összevágva
- 200g tepertő
- 4 fokhagymagerezd, összevágva
- 3 tojás
- 1 teáskanál kömény
- 1 csokor friss bazsalikom
- ¼ l tejföl
- Só, őrölt bors
- vaj a kenéshez

A rétestésztát a csomagoláson lévő útmutató szerint készítse elő.

A süttőt 180°C-ra melegítse elő.

A metélőhagymát és a füstölt szalonnát pirítsa meg, a tepertőt, petrezselymet és fokhagymát keverje össze a burgonyával. Köménnyel, sóval, borssal és bazsalikommal fűszerezze. A tejfölt keverje simára és egy negyed órát pihentesse. Ezután az egészet keverje össze.

A töltelék felét helyezze a rétestészta alsó harmadára. A tészta széleit hajtsa be, és egy konyharuha segítségével tekerje fel. Helyezze egy sütőpapírral bélelt tepsibe és az olvasztott vajjal kenje meg.

Előmelegített sütőben kb. 30 percig süsse.

### **Narancsos lilakáposztás rétes**

#### **Hozzávalók:**

- 2 db friss vajás leveles tészta
- 3 evőkanál olívaolaj
- 4 evőkanál cukor
- 2 db narancs
- 1 fej lilakáposzta
- Só
- darált bors
- őrölt kömény
- 2 db babérlevél
- 3 dl száraz vörösbort
- 2 dl vörösborecet
- 3 szem szegfűbors vagy szegfűszeg

Egy nagy lábasban tegyünk 2-3 evőkanál étolajat és 3-4 evőkanál kristálycukrot. Addig hevítsük, még a cukor arany barnára nem pirul. Adjuk hozzá egy kisebb fej felszeletelt vöröskáposztát. Sóval, őrölt köménnyel, kevéske őrölt borssal, pár levél babérrel, szegfűborssal, és 2-3 darab fahéjrúddal fűszerezjük. Öntsünk alá 3 deciliternyi száraz vörösbort, tegyük hozzá az egyik narancs lereszelt héját, és a meghámozott és feldarabolt narancsokat. Fedővel letakarva körülbelül 10-12 percig pároljuk. Ha a káposzta megpuhult 2 deciliternyi vörösborecettel tegyük pikánsabbá.

A kész párolt káposztát hagyjuk kihűlni, majd töltsük a széthajtott leveles tésztába. Göngyöljük fel, mint a rétest és forró sütőben süssük 20-25 perc alatt pirosra.

**Csisztu Zsuzsa desszertje****Zsuzsi szelet****2010-10-06****Tészta:**

- 8 tojás
- 20 evőkanál hideg víz
- 40 dkg liszt
- 20 dkg darált dió
- 2 sütőpor
- 2 evőkanál kakaó

**Krém:**

- 40 dkg margarin
- 40 dkg porcukor
- 2 vaníliás cukor
- 1 liter tej
- 8 evőkanál grízes liszt
- 1 teáskanál zselatin

**Máz:**

- 20 dkg vaj
- 2 evőkanál porcukor
- 6 evőkanál kakaó

És ahogy jeleztem, még egy kis házi eperdzsemet hozok mellé, hogy mind a látvány, mind az íz élmény teljesebb legyen.

**Nagy Sanyi előétele**

## **Sajtleves**

**2010-10-07**



### **Hozzávalók:**

- 4 alma
- 3 dl száraz fehérbor
- 1 teáskanál szárított kakukkfű
- 4 korong camembert sajt (egyenként 12,5 dekásak)
- Só
- durvára tört fekete bors

Az almát meghámozzuk, kimagozzuk és felszeleteljük. A szeleteket lábosba tesszük és felöntjük a borral, beleszúrjuk a kakukkfűvet, összeforraljuk, és 5-6 perc alatt puhára főzzük, közben a sajtot kisebb kockákra vágjuk. A párolt almát botmixerrel vagy turmixban pépesítjük, és visszatesszük a tűzre. Öntünk hozzá 5 dl vizet, és ha felforrt, beledobjuk a kockákra vágott camembert sajtot. Folyamatos keverés mellett addig főzzük, míg a sajt teljesen fel nem olvadt, ekkor rögtön lehúzzuk a tűzről. Megsózzuk, megborsozzuk, és készen is van, pirított zsemlekockával tálaljuk.

Nagy Sanyi főétele

## Rókagombás őzragu, mézes apróburgonyával

2010-10-07



### Rókagombás őzragu

#### Hozzávalók:

- 1 kg őzcomb,
- 2 fej vöröshagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 60 dkg rókagomba,
- 3 dl száraz vörösbor,
- 5-6 szem borókabogyó,
- 3 levél babér, darált bors,
- 2 evőkanál étkezési keményítő,
- 30 dkg pirosáfonya mélyhűtött (ázsia shop),
- 3 szál kakukkfű, só,
- 1 üveg pirosáfonya lekvár (Ikea),
- 3-4 evőkanál olívaolaj.

Aprítsuk finomra a hagymát, fokhagymát, tegyük egy nagy lábasba. Csorgassunk rá pár evőkanálnyi olívaolajat, tegyük bele a babért és a kakukkfűágakat. Pároljuk pár percig, utána tegyük bele a nagyobb kockákra az őzhúst. Pároljuk addig, míg a hús pirulni nem kezd, utána öntsük fel a borral. Sózzuk, borsozzuk és lefedve pároljuk míg a hús puha nem lesz.

Ha szükséges öntsünk alá vizet. Amikor a hús már puha tegyük bele a jól megmosott gombákat (nem szükséges összevágni, jól mutat, ha egészben vannak a raguban), és tegyük bele az áfonyát is. Néhány perces párolás után sűrítsük be a levét hideg vízzel elkevert keményítővel. A legvégén még egy korty vörösborral felönthetjük. Tálaljunk mellé kis tálkákban pirosáfonya lekvárt.

### Újburgonya mézzel

#### Hozzávalók:

- 50 dkg apró szemű újburgonya
- 15 dkg méz
- 1 evőkanál vaj
- 1 db vanília rúd

Az apró újburgonyát forró vízzel leöntjük, megmossuk. Szárazra töröljük, eközben a héja könnyen leválik.

A mézet a félbevágott vaníliával, vajjal együtt tűzre tesszük, felforraljuk. Beletesszük a burgonyát, és addig főzzük, amíg megduzzad és megfő. Melegen vagy hidegen tálaljuk harmadik fogásnak.

## Nagy Sanyi desszertje

### Paradicsomtorta

2010-10-07



#### Hozzávalók:

- 10 dkg dió
- 1 doboz 40 dkg-os hámozott paradicsomkonzerv
- 15 dkg finomliszt
- 1 kávéskanál sütőpor
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna
- 1 kávéskanál „Mézes fűszerkeverék"
- 15 dkg puha vaj
- 25 dkg cukor
- 2 tojás
- 10 dkg mazsola
- 10 dkg fehércsoki

#### A krémhez:

- 1 dl tejszín
- 1 citrom reszelt héja
- 10 dkg fehér csokoládé
- 25 dkg natúr, tejszínes krémsajt

A tortaforma előkészítéséhez kevés vaj és finomliszt

A torta tetejére 1 csomag színes tortadara

Előmelegítjük a sütőt 175 fokra (gázsütőn 4-es fokozat). Kivajazunk, kilisztezzük egy 24 cm átmérőjű kapcsos tortaformát és az aljába méretre vágott sütőpapírt illesztünk.

A diót száraz serpenyőben illatosra pirítjuk, aztán ha kihűlt, durvára őröljük.

A hámozott paradicsomot levéllel együtt pépesre turmixoljuk. A lisztet összekeverjük a sütőporral, a szóda bikarbónával és a fűszerkeverékkel. Ezután a puha vaját és a cukrot robotgéppel 2-3 perc alatt összedolgozzuk, majd egyenként belekeverjük a tojásokat.

A tojásos-cukros vajba felváltva belevegyítjük a lisztes keveréket és a pépes paradicsomot, de nem egyszerre, hanem úgy 2-3 részletben. Végül fakanálra váltunk, és jöhet a tésztába a dió, a csoki és a mazsola.

A tésztát átkanalazzuk a tortaformába, elsimítjuk és 45 perc alatt megsütjük. Akkor van kész, ha beleszúrunk egy tűvel és arra nem tapad ragacsos, nyers massa. Amennyiben úgy látjuk, hogy sütés közben a torta teteje túlságosan elkezdene pirulni, óvatosan takarjuk le alufóliával és így süssük tovább.

A kihűlt tortát megkenjük a mázzal, amely úgy készül, hogy megolvasztjuk a fehér csokit gőz fölött, majd robotgéppel összedolgozzuk a többi hozzávalóval. Végül a torta tetejét bőven meghintjük színes tortadarával.

**Keleti Andrea előétele**

## **Hideg uborkaleves**

**2010-10-08**



### **Hozzávalók:**

- 3 db kígyóuborka
- 2 evőkanál extra szűz olívaolaj
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 csokor friss kapor
- 1 db zöldségleves kocka
- darált bors
- Só
- 1 pohár tejföl
- fél citrom leve

Egy fazékba forrósítsuk fel az olívaolajt, tegyük bele a finomra összevágott fokhagymát, majd fonnyasszunk meg benne. Adjunk hozzá meghámozott és kis kockára vágott kígyó uborkát, pároljuk pár percig, majd fűszerezzük, kevéske darált borssal, összevágott kaporlevéllel, ízesítsük sóval és a leveskockával. Engedjük fel annyi vízzel, hogy bőven ellepje, főzzük pár percig, majd hideg vízzel simára kevert tejfölt is adjuk hozzá. Jól forraljuk ki, és a végén ízesítsük citromlével. Merülő mixerrel pürésítsük, majd hűtsük le. Tálaláskor friss összevágott kaporral hintsük meg.

**Keleti Andrea főétele**

## Grillezett kolbászok, húsok, sült zöldségekkel, házi fűszeres paradicsomszósszal

2010-10-08



### Grillezett kolbászkák

#### Hozzávalók:

- 1 kg darált sertéslapocka vagy dagadó
- 2 evőkanál fűszerpaprika
- 4-5 gerezd fokhagyma
- 1 fej vöröshagyma
- Só
- darált bors
- őrölt köménymag.

#### Pecsenyékhez:

- 1 kg sertéstárja
- 1 kg csontos karajszelet
- 4 evőkanál mustár
- 1 tubus ketchup
- 1 tubus Barbeque szósz
- olívaolaj

A darált húst tegyük egy tálba, adjuk hozzá a lereszelt fokhagymát és a vöröshagymát. Fűszerezzük darált borssal, őrölt köménnyel, fűszerpaprikával, sózzuk, majd jó alaposan gyúrjuk össze. A rozmaringszárról húzzuk le a leveleket, a végén hagyjunk pár szálat rajta, majd a szárára nyomkodjuk a kész kolbászmasszát. Grill parázson, vagy lapon süssük pirosra.

Pecsenyékhez vágjuk vastagabb szeletekre a húst, kenjük meg vegyesen mustárral, barbeque szósszal, és ketchuppal. Daráljunk rá borsot és csorgassuk meg olívaolajjal. A bepácolt húsokat süssük meg a grillsütő lapján vagy rácsain.

### Hagymás újbургonyához

- 1.5 kg újburgonya
- 2 fej vöröshagyma
- 3-4 evőkanál zsír
- só

A burgonyákat főzzük meg sós vízben, majd hámozzuk meg és szeleteljük fel vékony karikákra.

Egy lábasban forrósítsuk fel a zsírt, tegyük bele az összevágott hagymát, és pároljuk néhány percig. Tegyük hozzá a karikaburgonyát, és jó alaposan forgassuk össze.

### Sült zöldségek

- 3 db padlizsán
- 3 db cukkíni
- 3 db színes kaliforniai paprika
- fej lilahagyma
- Olívaolaj
- szál rozmaring

A zöldségeket vágjuk falatnyi darabokra, majd tegyük egy tálba. csorgassuk meg olívaolajat, tépkedjük rá a rozmaringleveleket, és daráljunk rá borsot. Jól forgassuk össze, majd süssük meg a grill lapon.

### Paradicsomszósz

- 2 gerezd fokhagyma
- 50 dkg paradicsom
- 1 üveg sűrű paradicsomszósz
- 4 evőkanál olívaolaj
- 1 fej vöröshagyma
- 1 db kaliforniai paprika
- 3 szál kakukkfű
- Só
- darált bors

Forrósítsuk fel az olíva olajt egy lábasban, tegyük bele az összezúzott fokhagymát, a finomra vágott hagymát, és az apró kockákra vágott paprikát. pároljuk addig, míg a paprika és a hagyma pirulni nem kezd. Utána tegyük hozzá a kis kockákra felvágott paradicsomot, sózzuk, borsozzuk, és fűszerezzük kakukkfűlevelekkel. Pároljuk még néhány percig, majd öntsük fel a paradicsomszósszal, és jól forraljuk fel.



**Keleti Andrea desszertje**

## **Mézes piskóta, meggyes-grízes csoki krémmel**

**2010-10-08**



### **Tésztához:**

- 2 db tojás
- 5 dkg zsír
- 3 evőkanál méz
- 4 evőkanál tej
- 20 dkg cukor
- 60 dkg liszt
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna.

### **Töltelékhez:**

- 30 dkg cukor
- 15 dkg vaj
- 0.75 liter tej
- 4 evőkanál búzadara
- 2 marék meggy
- 3 csomag vaníliás cukor
- 1 dl rum

### **Mázhoz:**

- 5 dkg cukor
- 2 dkg kakaópor
- 3 dkg vaj
- 3 evőkanál víz

A tésztához tegyük egy lábasba a zsírt, mézet, tejet és a cukrot. Forrósítsuk addig, míg a cukor teljesen el nem olvad. Vegyük le a tűzről, és hagyjuk kissé kihűlni, majd keverjük hozzá a tojásokat. A lisztet keverjük össze a szóda bikarbónával, majd dolgozzuk a mézes masszához. Gyúrjunk jól össze, majd osszuk négyfelé. A cipókat nyújtsuk ki vékonyra, és egyenként borítsuk sütőpapírral fedett sütőlemezre, majd sütőben 140 fokon pár perc alatt süssük meg.

A töltelékhez tegyük egy keverőtálba a vajat, szórjuk rá a cukrot, majd elektromos keverővel keverjük habosra. A tejet öntsük egy lábasba, és a búzadarát főzzük meg benne. Ha elkészült keverjük hozzá a cukros vajat. Ízesíthetjük vaníliás cukorral, rummal.

A töltelékkel kenjük meg a kisült lapot, szórjuk rá a kimagozott meggyet, majd helyezzük rá a másik lapot. Ezt is töltjük meg, mint a többi lapot is. tetejére csokimázt készítsünk.

A mázhoz öntsünk 3 evőkanálnyi vizet egy kis lábasba, tegyük bele a vajat, a cukrot és a kakaóport. Addig hevítsük, míg szép sima nem lesz, majd öntsük a megtöltött tésztára. Lapátkanállal simítsuk el a felületét, majd hűtsük le jól. Tálalás előtt szeleteljük fel.

Animal Cannibals fiúk előétele

## Zöld póréhagymaleves

2010-10-11



### Hozzávalók:

- 2 db póréhagyma,
- 4 nagyobb szem burgonya, só,
- őrölt szerecsendió,
- darált bors,
- 1 db zöldségleves kocka,
- fél citrom leve.
- (zöld ételfesték, ha úgy gondoljátok, hogy zöld legyen)

Egy fazékba tegyünk megtisztított és kockára vágott burgonyát, öntsük fel annyi vízzel hogy duplán ellepje. Sóval ízesítsük és addig főzzük még a burgonya puha nem lesz. Merülő mixerrel pürésítsük, így egy krémleves sűrűségű alaplevest készítettünk.

Póréhagymát kockázzunk fel, majd hideg vízben legalább kétszer mossuk meg, csepegtessük le. Tegyük fel újra a tűzre a burgonyás alaplevet, tegyünk bele összekockázott póréhagymát. Fűszerezzük kevéske őrölt fehérborssal, őrölt szerecsendióval és egy zöldségleves kockát dobjunk bele. Pár percig főzzük, majd a legvégén pár csepp citromlével tehetjük még pikánsabbá.

a póré zöld levele is kiválóan alkalmas főzésre, semmi féleképp ne dobják ki!

**Animal Cannibals fiúk főétele**

## **Spenótfőzelék, pesztóbundás csirkével**

2010-10-11



### **Hozzávalók:**

- 1 kg mélyhűtött
- rostos spenótlevel püré,
- 3 dl tejszín,
- 5-7 evőkanál liszt,
- 1.5 dl étolaj,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 csipetnyi őrölt szerecsendió, darált bors, só,
- 1 liter tej.

### **Pesztóbundás csirkéhez:**

- 50 dkg csirkemell filé,
- 1 üveg bazsalikom pesztó,
- 1 liter olaj,
- 2 db tojás, só,
- 20-30 dkg liszt.

Öntsük az olajat egy nagy lábasba, tegyük bele a lisztet, amid pirítsuk zsemleszínűre. Tegyük bele az összezúzott fokhagymát, keverjük el jól, majd adjuk hozzá a kiolvasztott spenótot. Keverjük el alaposan, és öntsük fel a tejjel és a tejszínnel.

Állandóan kevergetve forraljuk fel. Ha szükséges hígítsuk még tejjel. Sózzuk, fűszerezzük őrölt szerecsendióval, darált borssal.

A csirkemellet vágjuk ujjnyi csíkokra, tegyük egy tálba, és kanalazzunk rá a pesztóból, majd jól keverjük össze.

Üssük a tojásokat egy tálba, tegyük hozzá a lisztet, pár kanálnyit a pesztóból, sózzuk meg, majd annyi hideg vízzel keverjük össze, hogy sűrű palacsintatésztát kapjunk. Mártsuk bel a csirkemell csíkokat, majd tegyük azonnal a forró olajba. Pár perc alatt süssük pirosra.

**Animal Cannibals fiúk desszertje****Túrógombóc pisztácia kéregben**

2010-10-11

**Hozzávalók:**

- 50 dkg túró,
- 4 db tojás,
- 5 dkg vaj,
- 2 evőkanál búzadara, 1 evőkanál liszt, csipetnyi só,
- 30 dkg pisztácia (hámozott, nem sós Ázsia shop, vagy Metro),
- zöld ételfesték.
- 2 pohár tejföl.

Finomlyukú szitán törjük át a túrót, majd tegyük egy nagy tálba. Üssük rá a tojások sárgáját, a fehérjét tegyük egy tálba és tegyük a hűtőbe. Olvasszuk fel a vajat egy kis lábasban, majd csorgassuk a túróra. Szinezzük meg az ételfestékkel, íesítsük csipetnyi sóval, szórjuk rá a lisztet és a búzadarát. Fakanállal alaposan dolgozzuk össze, majd pár órára ezt is tegyük a hűtőbe. Felhasználás előtt verjük fel a tojás fehérjét nem túl kemény habbá, majd kis adagokban, óvatosan dolgozzuk a tojásos túróhoz.

Forraljunk fel egy fazékban vizet, íesítsük sóval, majd vizes kézzel formázzunk kezünkkel diónyi gombócokat a túrókrémből. Gyöngyöző vízben főzzük 2-3 percig, közben villával segítsük megfordulni, ha elkészült szedjük ki szűrőkanállal egy itatospapírra.

A pisztáciát daráljuk durvára, majd hempergessük meg benne a kifőzött gombócokat, mellé egres lekvárt, és zöldre festett tejfölt kanalazzunk.

**Rába Tímea előétele**

## **Ráktatár**

**2010-10-12**



### **Hozzávalók:**

- 70 dkg nagyobb garnella rák nyers,
- 4 gerezd fokhagyma,
- 1 db zöldcitrom,
- só, bors, olívaolaj,
- tabasco szósz,
- 2 doboz tengeri spárga,
- 2 db Focaccia kenyér.

A rákokat meg kell szabadítani a páncéljától, mossuk meg hideg vízben jól és csepegtessük le alaposan. Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel kevéske olívaolajat, tegyük bele az összezúzott fokhagymát, pároljuk rövid ideig, majd tegyük bele a rákokat. Erős lángon süssük addig, míg a rákok szép rózsaszínűre pirulnak. Vegyük le a tűzről és hagyjuk kihűlni.

A kihűlt rákokat egy deszkán aprítsuk fel kisebb darabokra, tegyük egy tálba. Reszeljünk rá a zöldcitrom hájából, ha szükséges még fokhagymát. daráljunk rá borsot, sózzuk, csorgassuk meg a zöldcitrom levével és pár csepp tabasco szósszal. Jó alaposan keverjük össze, majd tálaljuk kagylóhéjba.

A tengeri spárgákat többszöri hideg vízben áztassuk ki, majd csepegtessük le. Tegyük egy maréknyit a tányér közepére, és erre helyezzük a rákkoktélókat. Hozzá mediterrán lapos kenyeret kínáljunk.

Rába Tímea főétele

## Spagettis padlizsántekercs

2010-10-12



### Hozzávalók:

- 2 db padlizsán,
- 30 dkg spagetti,
- 6 evőkanál extra szűz olívaolaj,
- 10 szem paradicsom,
- 1 teáskanál szárított bazsalikom,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 2 ág kakukkfű,
- 2 dl tejszín,
- 3 evőkanál reszelt parmezán sajt, só,
- darált bors.
- 1 db bélszín,
- darált bors, olívaolaj,
- 1 csokor friss kakukkfű.

Mossuk meg jól a padlizsánokat, kocsányos szárát vágjuk le, majd szeleteljük fel hosszában fél centis szeletekre. A két szélén lévő kisebb szeleteket vágjuk apró kockákra, a nagyobbakat terítsük szét az asztalon és enyhén hintsük meg sóval.

Forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele a besózott padlizsánszeletekből. Mindkét oldalát erős lángon süssük három percig, míg szépen meg nem pirul.

Egy másik serpenyőben csorgassunk négy evőkanálnyi olívaolajat, tegyük bele az összezúzott fokhagymát és pár percig hevítsük, míg a fokhagyma sülni nem kezd. adjuk hozzá a felkockázott padlizsánvégeket, daráljunk rá a borsót, tépkedjük rá kakukkfűleveleket és hintsük meg bazsalikommal. Ha a padlizsán már kezd sülni, tegyük hozzá a meghámozott és felkockázott friss paradicsomot, ízesítsük sóval, és közepes lángon főzzük 5-6 percig.

Főzzük ki sós vízben a spagettit, majd keverjük össze a padlizsános paradicsomszósszal. A szószból pár evőkanálnyt hagyjunk meg.

Kezünkkel hajtsunk össze egy maréknyi paradicsomos spagettit, majd tegyük a megsült padlizsánszelet közepére. Tegyük sorjában egymás mellé egy olívaolajjal kikent tűzálló sütőedénybe. Tetejére kanalazzunk a paradicsomszószból, csorgassuk meg tejszínnel, és szórjuk meg reszelt parmezán sajttal. Tegyük forró sütőbe, ahol 150 fokon 30 perc alatt pirosra sül.

A bélszínt éles késsel hártázzuk le, majd vágjuk ujjnyi vastag szeletekre. Daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal, és tépkedjük rá a kakukkfűlevelekből.

Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, és tegyük bele a befűszerezett hússzeleteket. Mindkét oldalát kapassuk meg, majd tálalás előtt tegyük be a forró 180 fokos sütőbe, hogy átsüljön félig.

**Rába Tímea desszertje**

## **Málnalángos**

**2010-10-12**



### **Hozzávalók:**

- 50 dkg liszt,
- 25 dkg főtt és áttört burgonya,
- 2 dkg élesztő,
- 1,5 dl tej,
- 1 csipet cukor, só, étolaj a sütéshez,
- 1 üveg málnalekvár,
- 30-40 dkg málna,
- 1 db tejszínhab.

A lisztet szitáljuk tálba. A langyos tejben keverjük el a cukrot, majd morzsoljuk bele az élesztőt, várjunk vele 5-10 percet, hogy az élesztő felfusson. Tegyük a lisztbe az áttört burgonyát, két teáskanálnyi sót, majd a kovászt. Állandó kevergetés mellett adagoljuk hozzá a tejet. Dagasszuk 10 percig. Takarjuk le tiszta konyharuhával, és langyos helyen kelesszük háromszorosára.

Borítsuk lisztezett deszkára, nyújtsuk ujjnyi vastagságúra, majd vizespohárral szaggassuk ki. Tegyük tálcára, takarjuk le, és még kelesszük 10 percig.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel étolajat, a kiszaggatott tésztát olajos kézzel húzzuk szét, és óvatosan tegyük a forró olajba. Mindkét oldalát süssük aranysárgára. Ha kisült, papírtörülőkendőn csepegtessük le.

Az elkészült lángosokat kenjük meg málnalekvárral, nyomjunk rá a tejszínből, majd szórjuk meg málnaszemekkel.

**Pulai Imre előétele**

## **Hideg zöldségkrém leves**

**2010-10-13**



Hozzávalók:

- 1 csokor újrépa,
- 30 dkg kelbimbó,
- 2 szem burgonya,
- 1 db cukkíni,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 10 dkg póréhagyma,
- 1 pohár tejföl,
- 10 dkg császárszalonna,
- 1 teáskanál majoránna,
- só, darált bors,
- 1 db zöldségleves kocka, kevéske olívaolaj.

A szalonnát vágjuk nagyobb darabokra, tegyük egy fazékba és csorgassunk rá pár evőkanál olívaolajt. Rövid ideig süssük, míg a szalonna pirulni nem kezd. Tegyük hozzá a felkarikázott sárgarépát, a meghámozott és feldarabolt burgonyát, a póré, cukkínit és a kelbimbót. Pároljuk néhány percig, majd öntsük fel vízzel, hogy bőven ellepje. Fűszerezzük majoránnával, daráljunk bele borsot, sózzuk, és tegyük hozzá a leveskockát. Főzzük negyed órán keresztül, vegyük ki belőle a szalonnát, és keverjük hozzá a tejfölt. Jól forraljuk ki, majd a kézi mixer segítségével pürésítsük. Hideg vízbe állítva hűtsük le jól.



**Pulai Imre desszertje**

## **Kürtöskalács**

2010-10-13



### **Hozzávalók:**

- 1kg liszt,
- 2 db tojás,
- 4db tojássárgája,
- 12 kanál porcukor,
- pici élesztő,
- csapott kávéskanál só,
- 1/2 l tej,
- 12 kanál olvasztott vaj.

Elkészítés módja: A liszthez hozzáadunk 2 egész tojást, 4 tojássárgáját, 12 kanál olvasztott vajat, 12 kanál porcukrot, 2dkg cukorral feloldott élesztő, 1 lecsapott kávéskanál sót, 1/2 l tejet.

### **Amibe mártjuk:**

- 1 kg kristálycukor
- 3-4 csomag vaníliás cukor
- 1 csomag őrölt fahéj
- Kókusz
- Darált dió
- Darált mandula

A tésztát jól kidolgozzuk és kelni hagyjuk. Amikor félig megkelt, szeleteket vágunk, kisujnyi vastagságúra sodorjuk és az előre elkészített sütőfára egymás mellé spirálisan rácsavarjuk. A tekerés végén a tésztát az utolsó menet alá visszatűrjük nehogy a sütéskor letekeredjen a fáról. A sütőfát előtte olvasztott vajjal kenjük, hogy sütés után könnyen leválljon róla a tészta. Ízlés szerint normál kristálycukorba vagy vaníliás kristálycukorba hengerítjük amíg a teljes felülete cukros nem lesz. Ez képezi majd a csodálatos karamell bevonatot a sütés végére.

Faszén parázs felett forgatjuk amíg a cukor gyönyörű karamell színű nem lesz. Addigra a tészta is megsül. Aztán már csak az ízesítés van hátra a legnagyobb gyönyör, az evés előtt. Ízlés szerint fahéjas, kakaós, garált diós porcukorral szórjuk. Egyébként minden további ízesítés nélkül is fogyaszthatjuk, így is garantáltan nagyon finom és nem mindennapi süteményt kapunk családunk és barátaink legnagyobb meglepedésére!

Valkó Eszter előétele

## Málnakrém-leves citromfagyival

2010-10-14



### Hozzávalók:

- 1 kg málna
- 2 db egész fahéj
- 5-8 szem szegfűszeg
- 1 db vanília rúd
- Só
- fél citrom leve
- 20 dkg cukor
- 1 csomag vaníliás főzhető pudingpor
- 3 dl tejszín
- 10 dkg szeletelt mandula
- 1 liter tej
- 1 db citromfagyi

Öntsünk a fazékba a tejet, öntünk hozzá fél liter vizet, tegyük hozzá a teatojásba tett szegfűszegeket, az egész fahéjat és a vanília rudat. Sózzuk, ízesítsük, cukorral majd forraljuk fel. Keverjük ki hideg vízzel a vaníliás pudingot, és sűrítsük be vele a tejet. Tegyük hozzá a málna felét, majd kézi mixerrel pürésítsük. Szűrjük át finomlyukú szűrőn, utána öntsük vissza az edénybe. Adjuk hozzá a tejszínt, ízesítsük citromlével, forraljuk fel, és vegyük le a tűzről. Hideg vízbe állítva hűtsük le jól. Tálaláskor tegyük hozzá a maradék málnaszemeket, és kanalazzuk bele a fagyiból, és szórjuk meg pirított mandulával.

Valkó Eszter főétele

## Vörösboros borjúpörkölt, tojásos galuskával, fejes salátával

2010-10-14



### Hozzávalók:

- 1 kg borjúcomb,
- 2 nagy fej vöröshagyma,
- 3 gerezd fokhagyma,
- 2 evőkanál fűszerpaprika,
- só, darált bors,
- 2 db paprika,
- 2 db paradicsom,
- 1 db zöldpaprika,
- 4-5 evőkanál olívaolaj,
- 3 dl száraz vörösbor,
- fél teáskanál őrölt köménymag.

Aprítsuk fel a hagymát apróra, tegyük egy nagy lábasba. Adjuk hozzá a finomra összevágott fokhagymát, és az őrölt köménymagot. Pirítsuk addig, míg a hagyma üveges nem lesz, majd tegyük bele a felkockázott marhahúst. Pároljuk fedő nélkül addig, míg a saját levét el nem fővi, és a húskockák szélei pirulni nem kezdenek. Szórjuk rá a fűszerpaprikát, keverjük jól össze, és öntsük fel a borral. Sózzuk, fűszerezzük darált borssal, tegyük hozzá az összevágott paprikát és paradicsomot. Fedjük le, és pároljuk addig, míg puha nem lesz. Ha szükséges a párolólevet pótoljuk vízzel.

### Tojásos galuska

- 60 dkg búzaliszt,
- 6-10 db tojás,
- pár evőkanál étolaj,
- só.

Öntsük a liszteket egy nagy tálba, üssünk rá két egész tojást, majd ízesítsük egy teáskanálnyi sóval, majd hideg vízzel keverjük belőle galuskatésztát.

Forraljunk fel egy fazékban sóval ízesített vizet, majd szaggassuk bele a nokedlit. Ha elkészült szűrjük le, és jól öblítsük le hideg vízzel és hagyjuk jól lecsepegni.

Üssünk fel négy tojást egy tálba, tegyük hozzá egy csipetnyi sót, majd jól verjük fel. Öntsünk pár evőkanálnyi olajat egy nagy serpenyőbe, forrósítsuk fel jól, és öntsük bele a felvert tojást. Ha kezd szilárdulni keverjük bele a kiszaggatott galuskát.

### Fejes salátához:

3 fej fejes saláta, 1 teáskanál só, 3 teáskanál cukor, 1 dl ecet.

A salátákat mossuk meg alaposan, majd csepegtessük le jól. Az öntethez tegyük egy tálba a só, cukrot, és az ecetet. Öntsünk rá kb 3-4 dl vizet, majd jól keverjük össze, és kóstoljuk meg. A salátákat tegyük egy tálba, és öntsük rá az ecetes levét.

Valkó Eszter desszertje

## Részezes sárgabarackpite

2010-10-14



### Hozzávalók:

- 17 dkg vaj
- 30 dkg búzaliszt
- 50 dkg sárgabarack
- 5 cl sárgabarack pálinka
- 1 citrom lereszelt héja és kifacsart leve
- 2.5 dl tejszín
- 20 dkg barnacukor
- 3 db tojás
- 2 teáskanál sütőpor
- csipetnyi só

Tegyük a vajat és a tejszínt egy lábasba, majd forraljuk fel. Keverjük el benne a cukrot, majd ha kissé kihűlt üssük bele a tojásokat. Habverővel pár percig keverjük simára. Szórjuk bele a citrom lereszelt héját és ízesítsük csipetnyi sóval, majd adjuk hozzá a sütőporral elkevert lisztet is. Keverjük addig, míg sima nem lesz.

A barackok magjait szedjük ki, majd vágjuk négyfelé. Csorgassuk meg citromlével és pálinkával, hogy ne barnuljon meg, majd öntsük a tésztához. Adjuk hozzá a barackdarabokat, majd óvatosan keverjük össze.

Öntsük a masszát egy közepes méretű vajjal kikent és liszttel meghintett tepsibe. Egyengessük el simára a tetejét, majd szórjuk meg egy-két evőkanálnyi barnacukorral. Tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon süssük 35-40 percig. Mielőtt kivennénk a sütőből, szúrjuk meg fogvájóval, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

Ha elkészült még langyosan vágjuk kockákra és szórjuk meg porcukorral.

Erdei Zsolt előétele

## Pulpo Gallega

2010-10-15



### Hozzávalók:

- 1 kg polip,
- 1 kg burgonya (sárga),
- tengeri durva szemcsés só, olívaolaj extra szűz, fűszerpaprika.

A polipok csápjait klopfolóval jó alaposan meg kell veregetni, majd egy fazékba tenni. Tegyük hozzá az alaposan megmosott burgonyákat. Sózzuk meg, és főzzük addig, míg a burgonya puha nem lesz. A megfőzött polipokat szedjük ki a főzővízből, és csápjait szeleteljük fel. A megfőtt burgonyákat hámozzuk meg, és szeleteljük fel karikákra.

Tálaljuk nagy fatányérra a felszeletelt krumplikat, és tetejére a felkarikázott polipcsápokat. A polip többi részét is vágjuk fel és tálaljuk a krumplira. Csorgassuk meg az olívaolajjal, szórjuk meg durvaszemcsés sóval, és pirospaprikával.

**Erdei Zsolt főétele**

## **Baconba göngyölt szűzpecsenye, zöldbors szósszal, sáfrányos rizszel**

2010-10-15



### **Hozzávalók:**

- 1.5 kg sertés szűzpecsenye,
- 25 dkg baconszalonna,
- só, darált bors,
- olívaolaj, rozmaring.

### **Szószhoz:**

- 4 evőkanál zöldbors (ecetes lében eltett),
- 4 dl tejszín,
- 1 evőkanál mustár,
- só, 1 csokor újhagyma,
- 1 evőkanál vaj.

### **Sáfrányos rizshez:**

- 50 dkg basmati rizs,
- 1 csipetnyi sáfrány (eredeti, nem sáfrányos seklice),
- 3-4 evőkanál étolaj, só.

A szűzermét éles késsel hártázzuk le, majd daráljunk rá borsot, csorgassuk meg olívaolajjal és fűszerezzük összevágott rozmaringgal. Sózzuk meg, majd göngyöljük be a szalonnával. Forrósítsunk fel egy nagy serpenyőt, és a begöngyölt hús mindkét oldalát süssük elő. Az elősütött szűzet tegyük sütőlapra, és a sütőben 180 fokon 10 perc alatt fejezzük be az elkészítését.

A zöldbors-szószhoz kanalazzuk a vajat egy lábasba, tegyük bele a felkarikázott újhagymát, majd pároljuk meg. Ha a hagyma megdinsztelődött, tegyük bele a mustárt, keverjük jól össze, majd öntsük fel a tejszínnel. Adjuk hozzá a zöldborsot, sózzuk, daráljunk bele feketeborsot és jól forraljuk be.

A sáfrányos rizshez szórjuk a rizst egy lábasba, öntsük rá az olajat, majd sózzuk meg. Közepes lángos állandóan kevergetve forrósítsuk fel a rizst, majd öntsük fel másfélszeres mennyiségű forró vízzel. Tegyük bele a sáfrányt, fedjük le fedővel, és kis lángon pároljuk készre.

Az elkészült húst szeleteljük fel, tálaljuk tányérokra, köretnek a sáfrányos riszt tálaljuk, majd csorgassuk meg a zöldbors szósszal.

Erdei Zsolt desszertje

## Flan a nyár gyümölcseivel

2010-10-15



### A flanhoz:

- Fél liter tej
- 6 ek cukor
- 1 csipet só
- fél citrom héja nagyobb darabokban
- 2 tojás
- 2 tojás sárgája

A tejet a cukorral, sóval, citromlével felforralom, majd kb. egy órán át szotyogtatom. Kikeverem a tojásokat, majd a forró tejet folyamatos keverés közben hozzáadom, előtte a citromhéjat kidobom. Egy tepsibe kicsi szuflétálcákat teszek, melyek aljára egy kevés kompótlevet kanalazok. A kész keveréket szétosztom. A tepsibe annyi vizet öntök, hogy a tálcákat félig ellepje. Majd 170 C-on kb. 45 percig sütöm. A kész flanokat (közepe is szilárd, ugyanakkor az egész remegős) kiviszem a vízből, majd hűlés után egy éjszakára hűtőbe teszem. Másnap a gyümölcskompóttal tálalom.

### A kompóthoz:

- 8 kisebb őszibarack
- egy marék szeder
- egy marék ribizli
- fél narancs héja
- fél citrom héja
- 2 dl malaga bor, vagy vmilyen édes bor
- egy darabka fahéj
- 3 szem szegfűszeg
- 8 kanál cukor, felesben lehet nád cukor
- 8 dl víz

A cukorból és a vízből szirupot készítettem, majd hozzáadtam a malagabort, a citrushéjakat és a fűszereket és 30 percig lassú tűzön főztem. Hozzáadtam a gyümölcsöket és puhára főztem. Három-négy evőkanálnyit félretettem. Mikor lehült egy éjszakára a hűtőbe tettem.

**Vágó Piros előétele**

## **Toscán kenyérleves**

2010-10-18



### **Hozzávalók**

- 12 szelet toszkán kenyér (szikkadt)
- 80 dkg friss fehérbab vagy 3-4 db konzerv
- 5 db répa
- 40 dkg burgonya
- 3 szál zeller
- 1 ek paradicsom sűrítmény
- 2 db paradicsom
- 1-2 csipet kakukkfű
- 10-15 dkg hagyma
- 1-2 csipet só
- 1-2 csipet bors (őrölt)

### **Elkészítés**

A zöldségeket készítsük elő és közepes nagyságúra daraboljuk, főzzük meg a babot a saját vizével és szitán törjük át. (esetleg turmixolhatjuk is.) Néhány babot hagyjunk egészben. Egy lábosban pirítsuk meg olajon a hagymát, miután a hagyma megpirult adjuk hozzá a kockára vágott paradicsomot és a paradicsomsűrítményt. Egy kis főzés után öntsük bele a babpürét és az egész babokat, ill. az előzőleg felaprított zöldségeket. Tegyük bele sót és borsot, majd adjunk hozzá ízlés szerint kakukkfűvet. Főzzük miközben kb. hat merőkanál vizet pótolunk, kb. 10 perccel a főzés befejezte előtt, tegyük bele a kenyeret és azzal együtt főzzük. Olívaolajjal öntözzük.



## Vágó Piros főétele

### Papilote-ban sült vajhal, citrommártással

2010-10-18



#### Hozzávalók:

- 5 db vajhal steak
- 2 db cukkini
- 1 db angol zeller
- 3 szál sárgarépa
- 1 db póré
- 15 dkg vaj
- Só
- darált bors
- 1 csokor citromfű
- 1 csokor friss kakukkfű
- 1 db citrom
- 1 csomag sütőpapír
- 3 db zöldcitrom.

#### Citrommártáshoz:

- 5 dkg vaj
- 5 csapott kanál liszt

#### Húsleves

- 1 deci tejszín
- 1-2 citrom leve és héja
- Szerecsendió
- Fehérbors

Készíték egy besamelt, csak a végén nem tejjel, hanem húslevessel öntöm fel, utána bele a tejszín, a citrom leve és a felcsíkozott héja, és esetleg a felsorolt fűszerekből adok hozzá egy leheletnyit.

Daráljunk a halra borsot, enyhén sózzuk meg, majd tépkedjük rá a citrom és kakukkfűlevelekből.

A zöldségeket alaposan mossuk meg, majd vágjuk nagyon vékony darabokra (metéltre). Tépjük le 5 db ívet a sütőpapírból, és mindegyikre tegyük a felmetélt zöldségekből. Helyezzük rá a halfilét, és mindegyik tetejére egy-egy diónyi vajat. A papírt tekerjük széleitől befelé, mintha fel akarnánk göngyölni, addig, míg egy csónak alakot nem formázunk. Így a papír egy peremet fog képezni a hal körül. Nem kell hogy teljesen befedje, a teteje szabadon maradhat. Tegyük a becsomagolt halat tepsire, és forró sütőben, kb 20-25 percig süssük. Tálalhatjuk a papírral együtt a tányérra, tetejére kanalazva a citromos szószból. Egy-egy cikk citrommal dekoráljuk.

#### Kukorica muffin

- 85 gr vaj
- 20 dkg morzsolt kukorica (mélyhűtött)
- kis db chili paprika
- 14 dkg liszt
- 14 dkg kukoricadara
- 2 teáskanál sütőpor
- 5 dkg cheddar sajt
- 2 db tojás
- 280 ml joghurt
- 1 dl tej
- Só
- darált bors

Egy serpenyőben forrósítsuk fel a egy evőkanálnyi vaját, tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát, és ízlésünk szerinti mennyiségű chili paprikát. pároljuk pár percig, majd tegyük hozzá a kukoricát. Sózzuk, daráljunk rá borsot, és néhány percig pároljuk, míg a kukorica puha nem lesz.

Egy tálban keverjük össze a lisztet, kukoricadarát, sütőport és egy csipetnyi sót.

Egy másik tálba szintén keverjük össze a tojásokat, joghurtot, tejet, a maradék olvasztott vaját. A tojásos keverékbe kis adagokban dolgozzuk bele a lisztes keveréket, majd tegyük hozzá a megpárolt kukoricát és a sajtot is.

Vajjal kikent és lisztel meghintett muffin formákba töltjük, majd forró sütőben 160 fokon süssük 25-30 percen keresztül.

**Vágó Piros desszertje****Fordított meggyes süti**

2010-10-18

**Hozzávalók:**

- 1 kg mélyhűtött magozott meggy
- 12 dkg vaj
- 12 dkg porcukor
- 2 tojás
- 12 dkg liszt
- ½ cs sütőpor

**citromhéj**

- szórásnyi barnacukor
- tetejére pirított mandulaszeletek

A vaját a cukorral habosra keverjük, apránként hozzáadjuk a tojásokat. Hozzá a sütőporral elkevert liszt és a citromhéj. Kivajazzuk a sütőedényt, beleszórunk barnacukrot, rá a meggy, rá a tészta. Kicsit elsimítjuk a tetejét és kb. 170 fokos sütőben sütjük úgy 20-25 percet. Kivesszük, kifordítjuk, rászórjuk az előzőleg kis cukorral megpirított mandulát. Cikkekre felvágva tálaljuk.

Csonka András előétele

## Karfiol-krémleves baconszirmokkal, leves gyönggyel

2010-10-19



### Hozzávalók:

- Pagodakarfiol 3 fej
- Brokkoli: 1 fej / 5 szép rózsá/
- 1 leves gyöngy
- 1 csomag bacon szalonna / szeletelt/ Ringa
- 1 l tejszín
- Só, bors, vegeta
- Füstölt szalonna 15 dkg

A karfiolt szedjük rózsáira, majd jó alaposan mossuk meg. Tegyük egy nagy fazékba és öntsünk rá annyi vizet, hogy épp ellepje. Sózzuk, daráljunk rá borsot, ízesítsük vegetával, majd főzzük puhára. amikor a karfiol teljesen megpuhult öntsük bele a tejszínt, forraljuk jól össze, és kézi mixerrel pürésítsük.

A brokkolit szedjük szét rózsáira, mossuk meg jól. Dobjuk forrásban lévő sós vízbe egy percig, utána azonnal szedjük át egy hideg vízzel telt edénybe. Amikor kihűlt csepegtessük le a jól egy szűrőedényben.

A bacon szalonnát vágjuk két centis darabokra, tegyük egy serpenyőbe, és süssük ropogósra. Tálaljuk a levest tányérokba, mindegyikbe egy-egy brokkoli rózsát tegyünk. Tetejére szórjunk a megsütött baconból, és szórjunk rá a leves gyöngyből.

**Csonka András főétele**

## **Azerbajdzsán csirke, hajdinás rizzsel**

2010-10-19



### **Hozzávalók:**

- Csirkecomb: 5 db
- Vöröshagyma: 3 nagyobb
- Lilahagyma: 3 nagyobb
- Kaliforniai paprika: sárga 4 db, Piros 4 db
- Fokhagyma: 3 fej
- Koriander: friss 2 csokor
- Bazsalikom friss 2 csokor
- Só
- Törött egész bors
- Pirospaprika
- Olaj
- Rizs : 1 kg „A” jelű hosszúszemű
- Hajdina: 1 kg
- Teavaj: 10 dkg
- Petrezselyem 2 csomag
- Paradicsom: 1.5 kg

A csirkecombokra csorgassuk olívaolajt, daráljunk rá borsot, majd sózzuk meg. forrósítsunk fel egy nagy serpenyőben kevéske olívaolajt és hirtelen erős lángon pirítsuk meg. Szedjük át egy nagy hőálló tálba, vagy római sütőedénybe.

A zöldségeket vágjuk falatnyi egyforma darabokra, majd tegyük a csirkesütő serpenyőbe. erős lángon pirítsuk meg. Tegyük hozzá a felszeletelt fokhagymát, az összevágott koriander és bazsalikomlevelet, a felkockázott paradicsomot, daráljunk rá borsot, majd az egészet borítsuk az edényben lévő csirke tetejére. fedjük le, és tegyük a sütőbe, ahol 160 fokon 40-50 perc alatt készre párolódik.

A körethez főzzük ki sós vízben a hajdinát, és egy másik edényben készítsük el a párolt rizst. Az elkészült rizst és hajdinát keverjük össze a vajjal.

**Csonka András desszertje**

## **Palacsinta bejgli**

2010-10-19



### **Töltelékhez:**

- 50 dkg dióbél
- 1 dl rum
- 50 dkg akácméz
- 1 üvegpüré

### **Palacsintához:**

- 350 gr liszt,
- 4 db tojás
- 1 evőkanál porcukor
- 6 dl tej
- 1 csipetnyi só
- olaj a sütéshez.

Egy keverőtálba üssük bele az egész tojásokat, adjuk hozzá a tejet, sót és a porcukrot. Habverővel állandó kevergetés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a szitált lisztet, ügyeljünk ne legyen csomós. Ha a palacsintatésztát túl sűrűnek találjuk, szódavízzel hígíthatjuk.

Palacsintasütőben az olajat hevítsünk fel, csorgassunk bele a tésztából, süssük egy percig, utána fordítsuk meg és a másik felét is süssük egy percig. Vigyázzunk vékony palacsintákat süssünk.

A töltelékhez törjük durvára a diót. Két palacsintát tegyünk egymás mellé úgy, hogy a széle a másikon legyen. Kenjük meg az almapürével, szórjuk meg a durva dióval, majd tekerjük fel. Csorgassuk a mézet egy lábasba, forraljuk fel, majd öntsük hozzá a rumot. Hagyjuk kissé kihűlni.

Vágjuk fel ferdén a palacsintát, tálaljuk tányérra, szórjuk meg dióval és csorgassuk meg a rumos mézzel. Porcukorral hintsük meg.

**Maksa Zoltán előétele**

## **Tárkonyos fürjtojás-salátával töltött paradicsomok**

**2010-10-20**



### **Hozzávalók:**

- 30 db fürjtojás
- 4-5 evőkanál majonéz
- 2 evőkanál tejföl
- 2 evőkanál mustár
- darált bors
- 1 teáskanál tárkony
- Só
- fél citrom leve
- 5 db óriási paradicsom
- 1 csomag rukola saláta
- 2 db hagymás kenyér (olasz jellegű)
- őrölt fehérbors
- 1 csokor petrezselyem zöldje

A tojásokat főzzük meg keményre, majd hűtsük le jól, és tisztítsuk meg a héjától. Vágjuk apró darabokra, majd tegyük egy tálba. Adjunk hozzá a majonézt, a tejfölt és a mustárt. Fűszerezzük tárkonnyal, citromlével, ízlés szerint sóval, egy leheletnyi őrölt fehérborssal és frissen összevágott petrezselyem zölddel, majd óvatosan keverjük össze.

A paradicsomok tetejét vágjuk le késsel, a belső részét egy kiskanál segítségével vájjuk ki. Töltsük bele a tárkonyos tojásslátát, majd helyezzük rá vissza a levágott tetejét.

Előételes tányérok közepére tegyünk egy maroknyit a megmosott rukolából, és a közepére tálaljuk a megtöltött paradicsomot. Pár szelet hagymás kenyeret kínáljunk hozzá.

**Maksa Zoltán főétele**

## **Libamájjal töltött fürjek, rozmaringgal sült nektarinnal, krumplipürével**

**2010-10-20**



### **Hozzávalók:**

- 13 db tisztított fürj
- 1 kg libamáj
- 1 csokor friss bazsalikomlevél
- 1 csokor friss kakukkfű, só, olívaolaj
- 30 dkg bacon szalonna
- 10 dkg vaj
- 2 csokor petrezselyem zöldje

Erre a célra csak fiatal fürjeket használjunk! A fürjet megtisztítjuk, hátsó gerincénél vékony, éles pengéjű késsel felnyitjuk, és a csontokat eltávolítjuk belőle. A belsejét besózzuk, belehelyezzük a kb. 30 g-os libamáj szeleteket, amit bazsalikomlevelekkel begöngyölünk, és a bőrét visszahajtjuk. Az egészet szalonnával beborítjuk és vékony zsineggel átkötjük. Kevés olajban elősütjük. Kivajazott tepsibe helyezük az elősütött fürjeket, mellé tesszük a megmosott petrezselyem zöldjét, és kevés víz hozzáadásával kb. 20-25 percig sütőben pirosra sütjük. A megsült töltött fürjeket saját peccsenyelevükkel leöntve, forrón tálaljuk.

Vágjuk nagyobb darabokra a libamájat, körülbelül akkorákra, hogy a fürj hasüregébe beleférjen. Daráljunk rá borsot, és burkoljuk be a bazsalikomlevéllel. A fürjeket sózzuk meg, daráljunk rá borsot, majd tegyük mindegyikbe egy-egy darab beburkolt libamájat. Helyezzük tepsibe, csorgassuk meg olívaolajjal, öntsünk alá kevéske vizet, fedjük le alufóliával, és tegyük a sütőbe. Közepes hőmérsékleten, 150-160 fokon süssük kb. 40-50 percig. Amikor a fürj húsa megpuhult vegyük le róla a fóliát, és süssük még pár percig, míg ropogósra nem sül.

### **Rozmaringgal sült nektarin**

- 10 szem (nagyobb) nektarin
- 3 szál friss rozmarin olívaolaj
- darált bors

A nektarinokat mossuk meg jól, majd vágjuk kétfelé. Távolítsuk le a közepéből a magját, és tegyük egymás mellé a magházával felfelé egy sütőlapra. Érdemes alá tenni egy ív sütőpapírt.

Tépkedjünk rá a rozmaringlevelekből, daráljunk rá borsot, és csorgassuk meg olívaolajjal. tegyük forró sütőbe, és 170-180 fokon süssük kb 10-15 percig.

### **Krumplipüréhez**

- 1.5 kg sárga burgonya
- 2-3 evőkanál vaj
- 3-4 dl tej
- Só
- csipetnyi őrölt szerecsendió

A meghámozott burgonyákat aprítsuk fel, tegyük egy fazékba. Sózzuk, öntsük fel vízzel, és főzzük puhára. Szűrjük le a főzőlevétől, nyomjuk át krumplinyomón, majd tegyük hozzá a vajat, és a csipetnyi őrölt szerecsendőt. Kis adagokban, állandóan keverve öntsük hozzá a forró tejet, majd keverjük könnyű habosra.

**Maksa Zoltán desszertje**

## **Lotyórétes**

**2010-10-20**



### **Tepsiben:**

- 25 dkg rétes liszt
- 15 dkg sima liszt
- 1 csomag sütőpor
- két csomag túró
- reszelt citromhéj
- 20-25 dkg porcukor
- 5 dkg teavaj
- 30-40 dkg mirabella szilva (lotyószilva)
- fél liter tej
- 3 tojás
- 2 dl tejföl
- zsemlemorzsza

Tepsit kivajazzuk, majd zsemlemorzsával megszórjuk, elhintjük...

A kétfajta lisztet, a sütőport, porcukor negyedét jól összekeverjük, az egyveleg felét a tepsiben szétoszlatjuk egyenletesen...

A túró a maradék porcukorral kissé áttörjük, citrom héját ráreszeljük, majd a tepsibe morzsoljuk...

A teavajat apró kockákra vágjuk, és a túró tetejére egyenletesen szétszórjuk...

A gyümölcsöt is rátesszük, majd a maradék liszt egyveleggel meghintjük

A tejet, a tojást és a tejfölt jól kikeverjük, és rászórjuk a tetejére...

Sütőben közepes hőfokon (160 fok, légkeveréssel) kb. 40-45 perc alatt megsütjük...



VV Miló előétele

## Brzi Gibánicá

2010-10-21



### Hozzávalók:

- 25dkg juhtúró
- 15dkg trappista sajt (reszelve)
- 10 db (lap) réteslap
- 1/2 l olaj a sütéshez

A túrót és a sajtot összekeverjük. A réteslapokat kettesével összefogom. Az alsó szélébe betöltöm a túrót, két szélét ráhajtom és feltekerem, majd csiga alakba csavarom. Forró olajban szép pirosra sütöm.

VV Miló főétele

## Leszkovácska Mutykálicá

2010-10-21



### Hozzávalók:

- 2db nagy vöröshagyma (reszelve)
- 1db padlizsán
- 1db cukkíni
- 1 nagy marék zöldbab
- 2 db nagy sárgarépa (reszelve)
- 2 db nagy zöldség (reszelve)
- 1db kicsi zeller (reszelve)
- 3 gerezd fokhagyma (reszelve)
- 1 cs. Zöldhagyma
- 6 db nagy paprika
- 1kg paradicsom
- Só, bors, boróka bogyó
- 1dl olaj
- 1kg hús (sertés comb)

A hozzávalókat mind felaprítom, a húst sóval borssal ízesítem és nyársra húzva meggrillezem. A cserépedényben az olajat felhevítem és elkezdem dinsztelni a hozzávalókat. Kezdem a hagymával. Amikor megdinsztelődött hozzáadom a répát, gyökeret és a zellert. Ezt követi a zöldbab, zöldhagyma, majd jön a padlizsán a cukkíni a paprika és a paradicsom. A legvégén teszem bele a zeller és a zöldség felaprított zöldjét. Fűszerezem és jó sűrűre főzöm. Amíg fő meggrillezem a húst és beleteszem a mutykálicába, hogy összerottyanjon.

**VV Miló desszertje****Kolyíva****2010-10-21****Hozzávalók:**

- 25dkg étkezési búza
- 25dkg porcukor
- 25dkg darált dió
- 5dkg mazsola
- Ízlés szerint fahéj
- mandula a díszítéshez

A búzát bő vízben felteszem főni. Kb. egy óra múlva kész, ekkor lefedem és hagyom, hogy megduzzadjon. Később leszűröm, ledarálom és a többi hozzávalóval összedolgozom. Egy tálba teszem és bedíszítem a mandulával.

**Gáspár Bea előétele**

## **Cherry-s- bazsalikomos paradicsomleves sajtos omlettel**

2010-10-22



### **Hozzávalók:**

- Paradicsompüré 20 dkg
- friss bazsalikom 1 csokor
- olíva olaj 1,5 dl
- zeller zöld fél köteg
- vöröshagyma 10dkg
- só 2-3 dkg
- őrölt feketebors 1 g
- cherry 1 dl
- főzőtejszín 1,5 dl
- tojás 3 db
- trappista sajt 10 dkg
- liszt 3 dkg
- cukor 5 dkg

A paradicsompürét forró olíva olajon rozsdabarnára pirítjuk, a vöröshagymával, zeller zölddel, friss bazsalikkal együtt. Ha kész, liszttel megszórjuk, a lisztet elkeverjük és felengedjük 1, 2 L vízzel.

Miután felforrt, takaréklángon főzzük tovább. Beletesszük a maradék hozzávalót és lassan, kb. 40-50 percig főzzük. Ha elkészült szűrés előtt a cherryt beletesszük..

Elkészítjük a sajtos omlettet, úgy, hogy a tojást, tejszínt, sót jól összekeverjük, majd forró serpenyőben megsütjük. Ezt követően folpackra vagy alufóliára helyezük, majd megszórjuk reszelt trappista sajttal. Szorosan feltekerjük és fél cm vastag karikákra vágjuk.

### **Tálalás:**

A tányér aljára helyezük az omlettet, rámerjük a forró paradicsomlevest, és bazsalikom olajjal megdísztjük.

**Gáspár Bea főétele**

## **Részeses – chilis – mézes kacsamell vörösboros karamell körtével, zelleres – almás rösztivel**

2010-10-22



### **Hozzávalók:**

- kacsamell 8 db 28-32 dkg - os
- búzasör 1 l
- vörös hagyma 10 dkg
- fokhagyma 5 dkg
- chili 2 db
- só 4-5 dkg
- kakukkfű 2 szál
- alma 25 dkg
- zellergumó 20 dkg
- tejszín 2 dl
- tojás 3 db
- őrölt feketebors 2 g
- petrezselyemzöld 1 csomag
- olaj 1 dl
- teavaj 10 dkg
- cukor 8 dkg
- akácméz 8 dkg
- vilmoskörte 75 dkg
- vörösbor (lehetőleg, ha bort fogyasztunk mellé, abból a fajta borból tegyük az ételbe) 0,5 l

### **Kacsamell pácolás:**

A kacsamellet megmossuk, tisztítjuk. A búzasört, kakukkfűvet, vöröshagymát, fokhagymát, chilit beletesszük egy fazékba és összeforraljuk. Ha kész 25-30 fokra visszahűtjük és beletesszük a megtisztított kacsamell filéket majd hűtőben pihentetjük 3-4 órán keresztül. Amíg a húst pihentetjük a pácban, addig elkészítjük a körtét.

A gyümölcsöt megmossuk, és megpucoljuk. Miután megtisztítottuk a körtéket egy serpenyőben cukrot mézzel együtt karamellizáljuk. Jól le kell pirítani a gyümölcsöket a cukorban. Ha a körték szép barnák lettek, akkor vajat adunk hozzá és a vörösborot. Lassan főzzük, míg besűrűsödik.

A zelleres- almás rösztit az már sokkal egyszerűbb, a megtisztított zöldséget-gyümölcsöt lereszeljük egy tálba, hozzáadjuk a petrezselyemzöldet, a tejszínt, a tojást, az őrölt feketeborsot. Az alapanyagokat összekeverjük és egy serpenyőben kevés olajon kis pogácsákat sütünk belőlük.

A húst kivesszük a hűtőből és forró olajon bőrével lefele ropogósra sütjük, majd megfordítjuk és tartalékon folytatjuk a sütést.

### **Tálalás:**

A rösztire ráhelyezzük a kacsamelleket és mellé tálaljuk a vörösboros karamell- körtét.

Gáspár Bea desszertje

## Hideg túrógombóc pirított mandula köntösben

2010-10-22



### Hozzávalók:

- házi túró 0,6 kg
- egész citrom 2 db
- cukor 52 dkg
- vaníliás cukor 4 dkg
- csipet só
- hidegen keverős pudingpor 1 csomag (vaníliás)
- mandula 20 dkg
- friss eper (ha nincs, fagyasztott is megfelelő) 0,5 kg

Túrógombóc: Az áttört túró, a cukor egy részét, a vaníliás pudingport, a vaníliás cukrot, a csipet sót, a citrom reszelt héját és levét alaposan összekeverjük, majd hűtőben pihentetjük. A mandulát száraz serpenyőben barnára pirítjuk.

Az epret 2 dl vízben és 40 dkg cukorban szétfőzzük. Majd pépesítjük és szűrjük. Ha az epertükrünk is kihűlt a túróból gombócokat formázunk, megforgatjuk a mandulában.

### Tálalás:

Tányérra epertükröt csepegtetünk, majd ráhelyezzük a mandulában megforgatott túrógombócot, porcukorral megszórva

Müller Attila előétele

## Mérges juhsajtos zöldség rolád

2010-10-25



### Hozzávalók:

- 1 db padlizsán,
- 1 db cukkíni,
- 2 db piros kaliforniai vagy kápia paprika,
- 2 db hegyes, csípőspaprika
- 30 dkg juhsajt, olívaolaj,
- 1 db citrom,
- 1 csokor petrezselyem zöldje, darált bors,
- 3 ég friss kakukkfű.

A paprikákat tegyük sütőlemezre, és forró sütőben süssük fél órán keresztül. A padlizsánt, cukkínit reszeljük le két milliméter vékonyságúra. Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajat, és szeletenként süssük pár percig. a megsült paprikák bőrét húzzuk le, és a paprikahúst vágjuk három-négy darabba.

Tegyünk egy kis darab sajtot a felszeletelt és elősütött cukkínire és padlizsánra, valamint a megsült paprikahúsra. Göngyöljük fel, és tegyük hőálló sütőedénybe. Reszeljünk rá a citrom héjából, daráljunk rá borsot, és szórjuk meg összevágott petrezselyemzölddel és kakukkfűvel. Karikázzunk rá zöld, csípős paprikát. Csorgassuk meg olívaolajjal és süssük a sütőben 15 percig.

Úgy készítsük, hogy adagonként mindhárom tekercsből tegyünk a kis sütőtálba, és ezzel együtt tálaljuk fel. Összes öt tálkát készítsünk!

Müller Attila főétele

## Chilis babbal töltött burgonyák

2010-10-25



### Hozzávalók:

- 2 fej vöröshagyma,
- 4 gerezd fokhagyma,
- 50 marha felsál vagy lapocka,
- 2 csomag Kotány chili fűszerkeverék mexikói ételekhez (nem azonos az örölt chili paprikával),
- 4 evőkanál extra szűz olívaolaj,
- 1 db hámozott paradicsomkonzerv,
- 2-3 doboz vörös bab konzerv (Kidney-bab),
- 1 teáskanál örölt római kömény,
- 1 teáskanál oregánó, só, darált bors, chili paprika ízlés szerint,
- 4 evőkanál sűrített paradicsompüré,
- 5 szem nagyméretű sárga burgonya,
- 20 dkg cheddar sajt.

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy nagy lábasban, majd tegyük bele az összevágott vöröshagymát és fokhagymát. Szórjuk rá az örölt római köményét, és pároljuk addig míg a hagyma meg nem pirul. Tegyük bele a darált marhahúst, majd addig pároljuk, míg a saját elvét el nem fővi, és a húsdarabok pirulni nem kezdenek. Tegyük bele a babot, a felkockázott paradicsomot a levével együtt. Fűszerezzük chili fűszerkeverékkel, darált borssal, oregánóval, és chili paprikával, és ízesítsük sóval. Lassú tűzön pároljuk addig, míg a bab puha nem lesz. Ha szükséges a párolólevet vízzel pótoljuk. A vége felé tegyük hozzá a paradicsompürét, és főzzük még vele negyed órán keresztül.

A burgonyákat csomagoljuk be alufóliával, majd forró sütőben süssük puhára. Az elkészült burgonyákat hámozzuk meg, és vágjuk kétfelé. a közepét kanállal vájjuk ki, majd tegyük olívaolajjal kikent tepsibe. Töltsük meg a burgonya üregét a chilis babbal, reszeljünk rá sajtot, és pirítsuk rá a grillsütőben.



Müller Attila desszertje

## Chilis almatócsni

2010-10-25



### Hozzávalók:

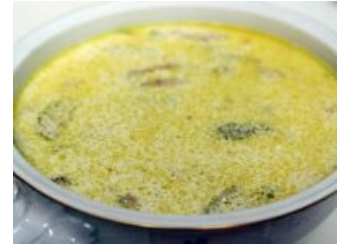
- 4-5 db alma,
- 2-3 evőkanál barnacukor,
- fél citrom leve,
- 15 dkg mascarpone sajt,
- 2 db tojás,
- 15-20 dkg liszt,
- fél teáskanál
- őrölt fahéj, csipetnyi őrölt szerecsendió, csipetnyi őrölt kardámmom,
- fél citrom lereszelt héja, csipetnyi őrölt chili,
- olívaolaj a sütéshez.

Az almákat reszeljük le, nem kell meghámozni, majd keverjük hozzá a cukrot és a citromlevet. Tegyük egy szűrőedénybe, és hagyjuk, hogy a felesleges lé kicsepegjen belőle. Kanalazzuk át az almát egy tálba, adjuk hozzá a krémsajtot, az egész tojásokat, és a fűszereket. Jól dolgozzuk össze, majd keverjük hozzá a lisztet is. A masszából kis fasírtokat formázzunk, majd serpenyőben felhevített kevéske olívaolajon süssük meg pirosra. fahéjas porcukorral meghintve fogyasszuk.

Szolnoki Tibor előétele

## Kolumbiai krumplileves avokadóval és csirkével

2010-10-26



### Hozzávalók:

- 1 db csirke,
- 4 szem burgonya,
- 3 db avokadó,
- 2 szál sárgarépa,
- 1 db zellergumó,
- 1 fej vöröshagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 szál petrezselyemgyökér, egész bors, só,
- 1 db csirkeleves kocka,
- 2 dl tejszín,
- 1 pohár tejföl.

A csirkét tegyük egy fazékba, öntsünk rá annyi vizet, hogy bőven ellepje, majd tegyük fel főni. Amikor elkezd forni a tetejére feljövő habot szedjük le róla. utána tegyük hozzá a megtisztított zöldségeket, pár szem egész borsot, sózzuk és kis lángon főzzük készre. Az egész burgonyákat hájába főzzük puhára, majd hámozzuk meg.

Az elkészült levest szűrjük le, a megfőtt csirkéről szedjük le a hús és vágjuk vékony csíkokra. Tegyük vissza a leszűrt levesbe, adjuk hozzá a vékony csíkokra felvágott burgonyát, a tejszínt és a tejfölt. Tegyük vissza a tűzre és forraljuk össze. Tálalás előtt tegyük bele a szintén vékony csíkokra összevágott avokadót.

Szolnoki Tibor főétele

## Római tálban sült rozmaringos bárány, zöldségekkel

2010-10-26



### Hozzávalók:

- 1.5 kg báránycomb vagy lapocka csont nélkül,
- 1 fej fokhagyma,
- 3 ág friss rozmaring, só, darált bors,
- 3-5 evőkanál olívaolaj.

### Körethez:

- 2 csomag újrépa,
- 2 csomag újhagyma,
- 1-2 csomag zöld és fehér spárga,
- 15 szem koktélpáradicsom,
- 1 maréknyi spenótlevél,
- 2 evőkanál vaj.

A kicsontozott báránycombót sózzuk meg, kenjük be alaposan zúzott fokhagymával, szórjuk meg összevágott rozmaringlevelekkel, majd csorgassuk meg olívaolajjal. hajtsuk jól össze, és zsineggel kötözzük meg.

Tegyük a cserépedénybe, csorgassunk rá kevéske olívaolajat, tegyünk mellé fokhagymát és vöröshagymát. Öntsünk alá kevéske vizet, majd fedjük le, és tegyük a sütőbe. 150-160 fokon süssük körülbelül egy órán keresztül.

A körethez vágjuk kisebb darabokra a sárgarépát, az újhagymát és a megtisztított spárgákat. Kevéske vajban fedővel letakarva pároljuk meg.

A koktélpáradicsomok tetejét vágjuk le, kanállal szedjük ki a belsejét, majd töltsük meg a leforrázott spenótlevelekkel. Tegyük a grillsütőbe és pirítsuk meg.

Szolnoki Tibor desszertje

## Epres lasagne

2010-10-26



### Hozzávalók:

- 12 db lasagne tészta,
- 1 kg tehéntúró,
- 4 db tojás fehérje,
- 2 db zöldcitrom,
- 15 dkg porcukor,
- 1 csomag vaníliás cukor,
- 1 kg eper,
- 2 evőkanál vaj.

Keverjük ki simára a túrót a porcukorral. Adjuk hozzá a zöldcitrom lereszelt héját és a vaníliás cukrot. A tojások fehérjét verjük fel keményre, majd óvatosan dolgozzuk a túrókrémhez.

Kenjünk ki vajjal egy tűzálló sütőedényt, kanalazzunk rá a túróhabból. Egyengessük el simára, majd fedjük be a tésztával. A tésztát kenjük meg bőven túróhabbal, rétegezzük felszeletelt eperszemekkel, majd ismét fedjük be tésztával. Addig rétegezzük, míg az edény megtelik. A tetejére túróhab kerüljön, és szeletelt eperszemek.

Tegyük forró sütőbe, és süssük 150 fokon körülbelül 30-35 percig.

Az elkészült epres lasagne-t szeleteljük fel nagyobb kockákra, tálaljuk tányérokra. Tetejét bőven szórjuk meg összevágott eperszemekkel.

**Balázsy Panna előétele**

## **Csicseriborsó leves**

2010-10-27



### **Hozzávalók:**

- 2 doboz konzerv csicseriborsó
- 2 darab krumpli
- 5 közepes vagy 2 nagy póréhagyma
- Olívaolaj
- kevés vaj
- 2 fokhagyma gerezd, szeletre vágva
- só, bors
- parmezán sajt

Az olajban és vajban megpároljuk a felszeletelt póréhagymát, hozzáadjuk a fokhagymát, sót majd a feldarabolt krumplit és a csicserit. Ekkor felöntjük vízzel. Ha megfőtt, botmixerrel összepürésítjük, adhatunk hozzá egy kis parmezánt. Tálaláskor olívaolajjal és parmezánforgácsokkal díszítjük.

### **Hacsapuri - sajtkenyér**

#### **Hozzávalók:**

- 70 deka liszt
- 5 deci joghurt
- 2 tojás
- 5 deka vaj
- só
- 2 kiskanál szóda bikarbóna
- 20 deka ricotta sajt
- fél kiló feta sajt
- 2 mozzarella golyó
- 1 tojás

A tésztát összegyúrjuk, pihentetjük 20 percig. Lisztezett deszkán a tészta felét kerekre nyújtjuk, rátesszük a sajtos töltelék, a másik kinyújtott tésztát rátesszük, összezsipkedjük az ujjunkkal, és 220 fokos előmelegített sütőben megsütjük 15-20 perc alatt.

**Balázs Panna főétele**

## **Flancos rizseshús**

2010-10-27



### **Hozzávalók:**

- Fél kiló csirkemell filé kockára vágva
- 20 dekányi görög joghurt
- fél citrom leve
- kevés őrölt fahéj
- sáfrányos szeklice (hogyan spóroljunk)
- 1 liter húsleves
- 15 g vaj
- 2-3 evőkanál olaj
- fél kiló basmati rizs
- 3-4 kardamom mag, összetörve
- 1 citrom leve és héja
- 50 g kesudió
- 50 g mandula
- 25 g fenyőmag
- 3-4 evőkanál pisztácia
- petrezselyem

A joghurt, citrom, fahéj pácban pácoljuk a csirkét egy órán keresztül. A levesben áztatjuk a sáfrányos szeklicét. Egy lábosban felolvasztjuk a vajat egy kanál olajjal, beletesszük a rizst, majd a sáfrányos lötytyöt, a kardamomokat, a citrom levét és héját, felforraljuk, rátesszük a fazékra a tetejét, és lezárjuk a lángot alatta. Közben egy kis olajon megpirítjuk a csirkeköcsöket. Ha mindkét dolog kész, összevegyítjük. Ekkor a pisztácia kivételével minden magot megpirítunk, és az apróra vágott petrezselyemmel együtt hozzáadjuk a rizses húshoz. Ekkor rászórjuk a pisztáciát is.

### **Mentás paradicsomsaláta**

#### **Hozzávalók:**

- Paradicsom
- Menta
- Só
- Balzsamecet
- Olívaolaj
- talán egy íces cukor

Balázs Panna desszertje

## Citromos szuflék, rebarbara kompóttal

2010-10-27



### Hozzávalók:

- Kevés vaj
- 1 citrom héja
- 150 g porcukor
- 3 tojás, szétválasztva
- 50 g liszt, átszitálva
- 4 deci tej
- 2 evőkanál citromlé
- Joghurt
- 50 dkg rebarbara

Előmelegítjük a sütőt 180 fokra. A vaját, cukrot és citromhéjat addig kevergetjük, míg kifehéredik. Hozzáadjuk a tojás sárgákat, jól összekeverjük. Jöhet a liszt, majd lassan a tej, folyamatosan kevergetve. Hozzáadjuk a citrom levet.

A tojásfehérjét felforjók, és fémkanállal hozzáadjuk a tésztához. 15 perc alatt kész. A tetejére joghurt, a rebarbara és egy kis porcukor kerül.

A rebarbara kompóthoz vágjuk egy centis darabokra a rebarbarát. Egy kis lábasban szórjunk 20 dekányi cukrot, öntsünk rá másfél decinyi vizet, és forraljuk öt percig. Tegyük hozzá a rebarbaradarabokat, majd kis lángon pároljuk néhány percig.

Bencze Ilona előétele

## Falusi galamb becsináltleves, fürjtojással

2010-10-28



### Hozzávalók:

- 3 db tisztított galamb,
- 3 szál sárgarépa,
- 2 szál petrezselyemgyökér,
- 1 db karalábé,
- 1 csokor petrezselyem zöldje, 1 fej vöröshagyma,
- 1 fej zellergumó,
- darált bors, só,
- 2 db húsleves kocka, vagy vegeta,
- 20 dkg fürjtojás,
- 2-3 evőkanál olaj.

A galambokat vágjuk kisebb darabokra, mossuk le jól. Forrósítsuk fel az olajat egy fazékban, majd tegyük bele a feldarabolt galambhúst. Pároljuk addig, míg a hús pirulni nem kezd, utána tegyük hozzá a felkarikázott zöldségeket. Pároljuk még néhány percig, majd öntsük fel vízzel, tegyük bele az egészben hagyott ahgymát. darált borssal, sóval és leveskockával ízesítsük. Főzzük körülbelül egy órán keresztül.

Tálaláskor tegyük hozzá az összevágott petrezselyem zöldjét és a megfőzött fürjtojásokat.



**Bencze Ilona főétele**

## **Fokhagymás pulykasült párolt zöldségekkel**

2010-10-28



### **Hozzávalók:**

- 1.5 kg pulykamell filé,
- 12 szelet baconszalonna,
- 2 fej fokhagyma,
- só, darált bors,
- pár evőkanál olívaolaj.

### **Körethez:**

- 40 dkg laskagomba,
- 30 dkg zöldhüvelyű zöldbaba,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 fej brokkoli,
- 1 csokor újrépa,
- 2 teáskanál pulyka fűszerkeverék
- 1 kg újburgonya

A pulykahúst vágjuk nagyobb darabokra, a húsbba szúrjunk bele, majd a bevágásba tegyünk egy-egy gerezd fokhagymát. sózzuk, daráljunk rá borsot. és szórjuk meg a fűszerkeverékkel. Egy sütőedényt béleljünk ki a szalonnaszeletekkel, tegyük rá a megtűzdelt pulykahúst, majd borítsuk be szorosan a maradék szalonnaszeletekkel. Fedjük le, és forró sütőben, 180 fokon süssük kb 45-50 percen keresztül.

A fokhagymás laskához forrósítsunk fel evőkanál olívaolajat egy nagy serpenyőben, vagy lábasban, majd tegyük bele a zúzott fokhagymát. Pároljuk néhány percig, utána tegyük hozzá a szétszedett gombákat és a zöldbabot. Daráljunk rá borsot, és sózzuk meg. Fedő alatt pároljuk puhára.

A brokkolit, sárgarépát, vágjuk falatnyi darabokra. Egy szűrőbetéttel ellátott párolóedénybe öntsünk vizet, majd helyezzük a zöldségdarabokat a szűrőbe. Tegyük az edénybe, úgy hogy ne érjen a vízbe. Fedjük le és pároljuk puhára.

A megsült pulykamellet vágjuk szeletekre, és körítsük a megpárolt zöldségekkel.

**Bencze Ilona desszertje**

## **Narancsos-meggyes csoki varázs vanília fagylalttal**

**2010-10-28**



### **Hozzávalók:**

- 20 dkg narancsízésítésű csokoládé,
- 2 dl tej,
- 30 dkg cukor,
- 1 db margarin,
- 40 dkg keksz darálva,
- 1 db rumaroma,
- 1 doboz vanília fagylalt,
- 30 dkg eper,
- csomag csokoládémáz.
- 1 maréknyi meggybefőtt,
- 1 db meggyaroma

Tegyük egy lábasba a csokoládét, öntsük rá a tejet, adjuk hozzá a cukrot, a margarint, és forrósítsuk addig, míg a cukor és a csokoládé el nem olvad. Tegyük bel az apróra darált kekszet, a rumaromát, meggyet és jó alaposan keverjük össze.

Béleljünk ki fóliával egy téglalakú formát, majd tegyük bele a kekszmasszát. Egyengessük el a felületét simára, és tegyük tálalásig a hűtőszekrénybe. Tálaláskor borítsuk ki a formából, csorgassuk rá a csokoládémáz, és szeleteljük fel ujjnyi szeletekre. Friss eperszemekkel, és fagylalttal kínáljuk.

Húvösvölgyi Ildikó előétele

## Libamájjal töltött gombafejek

2010-10-29



### Hozzávalók:

- 10 db nagy szemű barna csiperkegomba,
- 30 dkg libamáj,
- 2 ég friss bazsalikom,
- 4 db tojás,
- 20 dkg liszt,
- 30 dkg zsemlemorzsa,
- só, darált bors,
- zöldsaláta levelek (rukola, bébi spenót),
- csipetnyi kakukkfű,
- olívaolaj, balzsamecet,
- 1 liter étolaj.

A gombák szárait törjük ki a gombafejből óvatosan, majd öblítsük le a külső felületét.

Enyhén sózzuk, daráljunk rá borsot, és hintsük meg a kakukkfűvel.

A libamájat szeleteljük fel, daráljunk rá borsot és kevéske felhevített olívaolajban süssük meg mindkét oldalát.

Tegyünk egy szelet megsütött libamájszeletet a gomba belsejébe, helyezzük rá a másik gombafejet, majd fogvájóval tűzzük össze.

Panírozzuk be: először lisztbe hempergessük, majd mártsuk felvert tojásba, utána pedig zsemlemorzzába. Forró bőséges olajban süssük ki, majd olívaolajjal és balzsamecettel megcsorgatott saláta levelekkel tálaljunk személyenként egy darabot.

Húvösvölgyi Ildikó főétele

## Tavaszi borjúragu leves

2010-10-29



### Hozzávalók:

- 70 dkg borjúcomb vagy lapocka,
- 2 evőkanál olívaolaj,
- 1 csokor újrépa,
- 1 fej vöröshagyma,
- 1 db cukkini,
- darab színes kaliforniai paprika,
- 15 dkg apró szemű gomba,
- csokor zöld és fehér spárga,
- 1 csokor zöldpetrezselyem, só, őrölt fehérbors,
- 1 evőkanál étkezési keményítő,
- 1 ág friss kakukkfű,
- dl tejszín,
- 1 maréknyi árpagyöngye.

Egy nagy lábasban forrósítsuk fel az olívaolajat, tegyük bele a finomra összevágott vöröshagymát, kukkfüvet, majd addig pároljuk, még üveges lesz. Adjuk hozzá a kis kockákra feldarabolt borjúcomb, fűszerezzük őrölt fehérborssal és sóval, majd lefedve pároljuk 15 percig.

Öntsük fel másfél liternyi vízzel, ha a hús már kezd puhulni, adjuk hozzá a feldarabolt zöldségeket, majd pároljuk még öt percig. Hideg vízzel elkevert keményítővel sűrítsük be a pároló levet, adjuk hozzá a tejszínt és jól forraljuk össze. Tálaláskor frissen összevágott petrezselyem zölddel szórjuk meg. Tartalmasabb legyen főzhetünk bele egy maréknyi árpagyöngyét is.

Húvösvölgyi Ildikó desszertje

## Kálvinista mennyország

2010-10-29



### Hozzávalók:

#### A tésztához:

- 20 dkg Rama Sütőmargarin
- 1 csomag sütőpor
- 35-40 dkg finomliszt pontosabban amennyit a tészta felvesz
- 3 evőkanál tejföl
- 10 dkg kristálycukor

#### A töltelékhez:

- 5-6 dkg mazsola
- 1 darab citrom lereszelt héja
- 3 evőkanál kristálycukor
- 3 csomag vaníliás cukor
- 2 tojás
- 1 kg tehéntúró
- 25 dkg lebbencstészta
- só

#### A kikenéshez:

- diónyi Rama Sütőmargarin

#### A tészta lekenéséhez:

- 1 darab tojás

### Elkészítés:

Könnyű linzertésztát készítünk: a margarint először magában, majd a cukorral és a tejföllel keverjük habosra. A lisztet a sütőporral összeforgatjuk, az előzőekkel össze gyúrjuk. Akkor jó, ha az átlagnál lágyabb, jól nyújtható omlós tészta lesz belőle. Elfelezzük, Folpackba csomagoljuk és hűtőszekrénybe tesszük, míg a töltelék elkészül. Ehhez a lebbencstésztát enyhén sós, forrásban lévő vízben kifőzzük, leszűrjük, hideg vízzel leöblítjük, lecsöpögtetjük. A túrót villával összetörjük, majd a tojásokkal, a vaníliás cukorral, a kristálycukorral, a citrom reszelt sárga héjával és a mazsolával összekeverjük.

A teljesen lecsöpögtetett tésztával összeforgatjuk. Az egyik tésztát enyhén meglisztezett gyúrolapon kinyújtjuk, azután egy margarinnal kikent nagy tepsibe (38x30 cm) simítjuk. A túrós, tésztás keveréket egyenletesen ráhalmozzuk. A másik omlós tésztát is kinyújtjuk, az előzőeket befedjük vele. A tetejét felvert tojással lekenjük, villával megszurkáljuk. Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C, légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 35 percig sütjük. Ha kihűlt, kockákra vágjuk és porcukorral behintve tálaljuk.

Kovács Ági előétele

## Almás sütőtöklevés

2010-11-02



### Hozzávalók:

- 2-3 db alma
- 80 dkg sütőtök
- 1 fej vöröshagyma
- 1 diónyi friss gyömbér
- 2 evőkanál olívaolaj
- 1 db zöldséglevés kocka
- Só
- darált bors
- 5 dkg mandula
- 5 dkg tökmag
- 2 dl tejszín

Forrósítsuk fel az olívaolajt egy fazékba, adjuk hozzá a finomra összevágott vöröshagymát, majd pároljuk pár percig. Tegyük hozzá a kis darabokra összevágott sütőtököt és a kis darabokra felszeletelt almát, lereszelt gyömbért. Öntsük fel annyi vízzel, hogy jól ellepje, majd ízesítsük zöldséglevés kockával, sóval és kevéske darált borssal. Főzzük körülbelül 15 percig, majd kézi mixerrel pürésítsük. Tegyük vissza újra a tűzre, és forraljuk jól össze.

Egy nagy száraz serpenyőbe tegyük a szeletelt mandulát és a tökmagot. Kis lángon állandóan kevergetve pirítsuk aranysárgára.

Tálaljuk leveses csészékbe, tetejére pirított mandulát és tökmagot szórjunk. Izgalmasabb, ha a kitálalt leve tetejére reszelünk friss almát.

**Kovács Ági főétele****Pirított libamájszelet, körteágyon**

2010-11-02

**Hozzávalók:**

- 1 kg libamáj
- 1 teáskanál bazsalikomlevél
- darált bors
- olívaolaj

**Körethez:**

- 5 db Vilmos vagy császárkörte
- Olívaolaj
- Zsályalevél
- darált bors

A libamájat szeleteljük fel ujjnyi vastagságú egyforma szeletekre, majd daráljunk rá borsot, és fűszerezzük bazsalikomlevéllel.

Egy nagy serpenyőben forrósítsunk fel pár evőkanálnyi olívaolajt, és tegyük bele a befűszerezett libamáj szeleteket. Mindkét oldalát közepes lángon süssük két-két percig.

Vágjuk négyfelé a körtét, a magházát metsszük ki. Tegyük egy sütőlemezre, csorgassuk meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, tépkedjük rá a zsályalevelekből, majd tegyük forró sütőbe. Süssük 160 fokon kb. 30 percig.

**Tojásos burgonyapéphez**

- 1 kg burgonya
- 3 db tojás sárgája
- csipetnyi őrölt szerecsendió
- só

A maghámozott burgonyát főzzük meg sós vízben, majd nyomjuk át burgonyanyomóval. Keverjük bele a tojás sárgát és a csipetnyi őrölt szerecsendőt. Tegyük nyomózsákba, és sütőpapírral borított sütőlemezre nyomjunk halmokat egymás mellé. Tegyük sütőbe, és 150-160 fokon 30 perc alatt süssük pirosra.

**Lilahagyma lekvárhoz**

- 60 dkg lilahagyma
- 5 ek méz
- 3 ek olívaolaj
- 3 dl vörösbort
- csipetnyi kakukkfű
- 3 ek cukor

Tegyük a mézet egy nagy lábasba, majd jól forraljuk fel. Amikor kezd barnulni, tegyük bele a felszeletelt hagymát, az olívaolajt, és pároljuk állandóan kevergetve negyed óráig. Öntsük rá a bort, tegyük hozzá a kakukkfűvet és addig pároljuk, míg krémes puha nem lesz. Végezetül tegyük hozzá a cukrot és további pár percig rotyogtassuk.

Kovács Ági desszertje

## Amarettó kehely, pirított piskáciával

2010-11-02



### Hozzávalók:

- 50 dkg mascarpone sajt
- 30 dkg amaretto keksz 2 dl amarettó likőr
- 4 dl tejszín
- 20 dkg marcipán massa
- 10 dkg szeletelt mandula
- 8 tojás sárgája

### Keksz:

Üssük a tojások sárgáját egy tálba, majd keverjük habosra. Tegyük a szobahőmérsékletű sajtkrémet egy tálba, reszeljük bele kb. 10 dekányit a marcipán masszából és keverjük hozzá a tojáskrémet. Keverjük össze, majd óvatosan dolgozzuk hozzá a nem túl keményre felvert tejszínt.

Öntsük, a mandulalikőrt egy tálba mártsuk bele a kekszet, majd tegyük üvegkehelybe.

Kanalazzunk rá a sajtos masszából, ismét kerüljön rá a likőrbe mártott kekszből. Tetejére kanalazzunk ismét a krémből. A kész pohárkrém tetejére reszeljük marcipánt és szórjuk meg a száraz serpenyőben megpirított mandulából.



Fenyő Iván előétele

## Thai ráksaláta

2010-11-03



### Hozzávalók:

- 1 kg óriás garnella Tiger Shrimp tisztított,
- 2 fej jégsaláta,
- 4 szem paradicsom,
- 2 db zöldcitrom,
- 2 db friss chili paprika, 1 db kígyóuborka,
- 2 evőkanál fish szósz (Thai fish szósz),
- 2 csokor friss koriander zöld,
- 2 evőkanál Oyster szósz,
- 2 evőkanál szójaszós dark,
- 2 evőkanál szójaszós light,
- 3 ek, mogyoróolaj,
- 4 db Thai citromfű.

A megtisztított rákokat kevés mogyoróolajon hirtelen lángon pirítsuk meg, majd szedjük ki a serpenyőből és hagyjuk kihűlni. Tépkedjük össze a salátát, tegyük egy nagy salátás tálba. Adjuk hozzá a feldarabolt uborkát, paradicsomot, és a széttépkedett korianderlevelet.

Egy kis tálba csorgassuk a halszószt, a szójaszószoikat, mogyoróolajat, a zöldcitrom kifacsart levét, az összevágott citromfűvet, chilit és az oyster szószt. Jó alaposan keverjük össze, majd csorgassuk a salátára. Keverjük össze óvatosan, és tálaljuk salátás tálkákra. Tetejére tegyük a megsütött rákokból.

Fenyő Iván főétele

## Zöldcurry-s zöltség, karamellás-gyömbéres kacsamellel, sült zöltséges üvegtésztával, piritott barnarizzsel

2010-11-03



### Zöld zöltség curry

#### Hozzávalók:

- 2 evőkanál zöld curry paszta,
- 2 doboz kókusztej,
- 4 evőkanál mogyoróolaj,
- 3-4 db Kaffir lime levél, 2 evőkanál pálmacukor, 1 csokor friss korianderzöld,
- 1 csokor thai bazsalikom,
- 1 fej brokkoli,
- 3 szál sárgarépa,
- 1 db kínai kel,
- 1 db karfiol,
- 25 dkg csiperke gomba (apró),
- 1 db bambuszrügy konzerv,
- 1 db piros pritaminpaprika,
- 20 dkg Shiitake gomba, 20 dkg póréhagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- só.

Vágjuk finomra a pórét és a fokhagymát, tegyük egy nagy lábasba. Csorgassuk rá a mogyoróolajat, tegyük hozzá a pálmacukrot, majd pároljuk néhány percig. Pár perc után tegyük hozzá a curry pasztát, a citromlevelet. Keverjük jól össze a forró hagymával, majd öntsük fel a kókusztejjel. Sózzuk, fűszerezzük az összevágott korianderlevéllel, a thai bazsalikkal és jól forraljuk össze. Tegyük bele a rózsáira szedett karfiolt, brokkolit, és a felszeletelt sárgarépát, paprikát, gombákat, bambuszrügyet. Fedjük le fedővel, és pároljuk addig míg a zöltségek megpuhulnak.

### Zöltséges üvegtészta

#### Hozzávalók:

- 25 dkg üvegtészta,
- 4 evőkanál oyster szósz
- 3-3 evőkanál szójaszós az erősebből és a gyengébből,
- fél fej brokkoli
- fél fej karfiol
- fél db kaliforniai paprika,
- 10 dkg csiperke gomba
- 10 dkg shiitake gomba
- 3 evőkanál olaj.

Vágjuk kis falatnyi darabokra a zöltségeket. Az üvegtésztát áztassuk be lanygos vízbe, amjd amikor megpuhult szűrjük le. Forrósítsuk fel az olajat egy nagy wokban, tegyük bele a zöltségeket. Erős lángon pirítsuk pár percig, majd csorgassuk rá a szószokat. Keverjük jól össze, utána keverjük bele a megpuhult üvegtésztát.

### Karamellás-gyömbéres kacsamell

#### Hozzávalók:

- 4 db kacsamell filé,
- 1 evőkanál curry fűszerkeverék (sárga),
- 2 evőkanál pálmacukor,
- 3 db csillagánizs,
- 1 db egész fahéj,
- 2 diónyi friss gyömbér, 3 gerezd fokhagyma,
- 3 evőkanál világos szójaszós,
- 3 evőkanál sötét szójaszós,
- darált bors, mogyoróolaj,
- 20 dkg barnarizs,
- 1 maréknyi mazsola,
- 1 maréknyi keshow dió.

A kacsamell filét borsozzuk meg, csorgassunk rá az olajból. Tálalás előtt egy felhevített nagy serpenyőben tegyük és mindkét oldalát süssük elő. Tegyük forró 180 fokos sütőbe és 10 perc alatt süssük rózsaszínűre.

A szószhoz tegyük egy kis lábasba a pálmacukrot, olvassuk fel, majd amikor karamellizálódott öntsük fel kevéske vízzel. Tegyük bele a lereszelt gyömbért, a csillagánizst, az egész fahéjat, a reszelt fokhagymát, és a kétféle szójaszószt. Forraljuk addig míg sűrű mártást nem kapunk belőle.

A barnarizst pároljuk puhára. Egy kis lábasban forrósítsunk fel pár kanálnyi mogyoróolajt, tegyük bele a diót. Pár perc hevítés után szórjuk rá curry port. Keverjük jól össze, majd tegyük hozzá a megpárolt rizst és a mazsolát. Az egészet jól forrósítsuk és keverjük össze.

Fenyő Iván desszertje

## Kókusztejben párolt banán, mangóval és eperrel

2010-11-03



### Hozzávalók:

- 1 liter kókusztej,
- 20 dkg pálmacukor,
- 2 csomag vaníliás cukor,
- 50 dkg friss eper,
- 3 db mangó,
- 1 maréknyi mazsola,
- 10 db banán.

Egy lábasban olvasszuk fel a pálmacukrot, majd öntsük fel a kókusztejjel. Jól forraljuk fel, és amikor kezd besűrűsödni, tegyünk bele 2-3 db felkarikázott banánt. Pároljuk pár percig, míg a banán teljesen el nem főtt, utána tegyük bele a mazsolát, és a félbevágott maradék banánt.

Kis lángon pároljuk a banános mártásban pár percig, vigyázzunk ne törjön el.

Tálaljuk kis tálkákba a desszertet, tetejére halmozzunk összevágott mangót és eperszemeket.

Andy Vajna előétele

## **Yellowtail sashimi pikáns jalapene paprikával, white fish vörös miso-val**

2010-11-04



### **Hozzávalók (4 főre):**

- 4 db yellowtail filé, egyenként 10 dkg
- 1 teáskanál finomra reszelt fokhagyma
- Koriander levél, (száraitól elválasztva)
- 2 db jalapeno paprika, vékony karikákra vágva

### **Yuzu szójaszószt elkészítése**

Keverjen össze 8 evőkanál yuzu-levet\* (japán citrusféle) 4 evőkanál szójaszósszal

### **Az elkészítés menete**

1. Szeletelje fel a yellowtail filéket kb. 3 mm vastagságúra.
2. Helyezze el a halszeleteket a tányérokra kör alakban. A halszeletek tetejére tegyen egy keveset a finomra reszelt fokhagymából, korianderlevélből, valamint helyezze rá a jalapeno karikákat. Öntse körbe yuzu szósszal.

Andy Vajna desszertje

## Lágy csokoládé fondant házi zöldtea fagylalttal

2010-11-04



### Goma disk (szezámmag lapocska)

A cukrot, a glükóz szirupot, és a vizet egy edénybe tesszük, és 170 C fokig felfőzzük. Amikor a szirup elkészült, félrehúzzuk a tűzhelyről és belekeverjük a szezámmagokat. A még meleg (folyékony) karamellizált szezámmagokat egy szilikon lapra öntjük, majd a teljes kihűlés után darabokra törjük és egy turmix gépben finom porrá daráljuk. A port kb. 3 cm átmérőjű korongokká formázzuk egy szilikon lapon majd 6-8 percig, 180c fokon megsütjük.

### Csokoládé fondant

A vaját és a csokoládét egy edénybe tesszük, és gőz fölött megolvasztjuk. A tojást, a sárgáját és a cukrot egy habverőgépbe helyezük, és magas fordulaton habosítani kezdjük.

Körülbelül egy órányi keverés után a gépet lassabbra vesszük és belekeverjük a rizslisztet. Ezek után a megolvadt csokoládé egy harmad részét óvatosan a felvert tojásokhoz öntjük, majd a gépből kivéve a maradék csokoládét egy fakanál segítségével óvatosan belekeverjük. A kevergetést egészen addig kell folytatni, amíg a csokoládé mixünk teljesen egynemű, mindenhol egyenletesen barna színű nem lesz. Ezután az így kapott masszát az előre vékonyan kivajazott, és kukoricakeményítőbe forgatott fém karikákba töltjük, amelyek alá egy-egy sütőpapírt teszünk. A karika 2/3 részéig érjen a csokoládé mix. Majd a karikákat hűtőbe rakjuk és minimum 2 órán keresztül hűtjük.

Ennyi idő után a karikák mozgathatóak lesznek a csokoládé fondant megköt bennük, és nyugodtan betehetjük a sütőbe, ahol 180C fokon 7 percig sütjük, így a mix belsejében a csokoládé forró, és folyós marad.

### Zöld tea fagylalt

A zöld tea port (macha) beáztatjuk egy kevés tejbe és a hűtőbe tesszük. A tejet, tejszínt egy főző edényben melegíteni kezdjük. Amikor 25C fokos lesz, beletesszük a tejpport majd a cukorral elkevert stabilizátort, a glükózsirupot és a trimolint. A fagylalt alapot felfőzzük 84C fokra és ekkor keverjük bele a tojássárgáját, amit előtte egy kis meleg fagylalt alappal elkeverünk (hogy elkerüljük a tojás kicsapódását) majd 2-3 percig főzzük, és utána levesszük a tűzről. A félkész fagylaltunkat lehűtjük 50C fokra és ekkor keverjük hozzá a machás tejet, átszűrve (elkerülendő az esetleges darabok fagylaltba kerülését). A még langyos fagylaltot kézi mixerrel pár percig keverjük, majd lehűtjük és legalább 5-6 órán keresztül pihentetjük. Ezután fagylaltgépbe tesszük és megfagyaszttjuk.

A bento box egyik sarkába egy goma disket (szezámmag lapocska) teszünk, amit egy csepp csokival a dobozhoz rögzítünk. Erre helyezzük a gombóc zöld tea fagyit, a doboz másik sarkába pedig a frissen kisült csokoládé fondant karikát, amit a dobozban vágunk körbe. Forrón tálaljuk.

**Barabás Évi előétele**

## **Bonyhádi tarka leves**

2010-11-05



### **Hozzávalók:**

- Fél kg. Sárgarépa
- Húsz dkg. Petrezselyem
- 1 db zeller
- 1 fej fokhagyma
- Petrezselyem zöldje
- 1 odkg delikát ételízesítő
- 2 és fél kg marha hátszín vagy felsál, (rakhatunk bele velőscsontot is, hogy szebb legyen)
- Aki szereti rakhat még bele 1 fej karalábét, 1 fej vöröshagymát
- Só

Szokásos módon megfőzzük a húslevest, figyeljünk arra, hogy a keletkező habot kanalazzuk le, ha szükséges később szűrjük is meg a levest.

Amikor elkészült a puhára főtt húst kivesszük belőle és 2-3 centi széles szép szeletekre vágjuk mert ebből lesz a pecsenye. Csak keveset aprítunk össze, hogy azért mutatóba a levesben is legyen, a tárkonyosban inkább, hogy tartalmasabb legyen.

### **Tárkonnyal:**

A sóban-ecetben eltett tárkonyból egy kis maroknyit (1 evőkanálnyit) lemosunk, felaprítjuk. Ha forr, a leves beleteszem, pár percig összeforr, elzárom, belekeverem az egy pohárnyi tejfölt és petrezselyem zölddel díszítem.

### **Tarka galuska:**

- 1 evőkanál liszt,
- 2 evőkanál gríz,
- 1 tojás,

Összeaprított petrezselyem zöld – az egészet összedolgozzuk és a forró levesbe szaggatjuk nagy lukú reszelőn vagy tésztaszaggatón  
Pár perc alatt kész!

**Barabás Évi főétele****Fokhagymás tarka marha percsenye krumpli és sajtgombóccal (salátával)**

2010-11-05

**Hozzávalók:**

- 1 fej fokhagyma
- 1 üveg erős pista
- Fél liter étolaj
- Delikát
- liszt
- őrölt pirospaprika

Kb. 2 ujjnyi széles szeletekre vágtuk a levesben megfőtt húst. Paprikás lisztben megforgatjuk a szeleteket és a fokhagymával, erős pistával gazdagon ízesített olajban néhány perc alatt megsütjük. Amikor az olajba tettük szórjunk még a tetejükre ételízesítőt.

**Krumpipüré**

Fagyiszedővel gombócokat formálva tálaljuk, figyeljünk hogy megfelelő állagúra keverjük a tejjel, vajjal!

**Sajtgombóc**

- 13 dkg trappista sajt reszelve
- 1 és fél evőkanál liszt
- 2 csipetnyi só
- 1 tojás

Összegyúrjuk mindezt és a fagyasztóban keményre fagyasztjuk! Forró olajban pár perc alatt megsütjük.

**Salátához és tálaláshoz**

- Fejes, leveles , fodros leveles saláták
- Uborka
- Paradicsom
- Paprika- több színű
- Öntet: 2-3 evőkanál joghurt
- Majonéz
- Erős pista
- Kevés bors

Tóth Gabi előétele

## Barna-sörös hagymaleves

2010-11-08



### Hozzávalók:

- 4 evőkanál étolaj
- 6 db nagyobb vöröshagyma
- 1 evőkanál cukor
- 1 evőkanál liszt
- 3-4 dl barna sör
- 750 ml víz
- 2 db csirkehúsleves kocka
- 200 gr reszelt sajt
- 5 szelet kenyér
- 1 csokor friss petrezselyem zöld
- Só
- őrölt bors

Egy lábasban forrósítsuk fel az olajt, tegyük bele a felkarikázott vöröshagymát és a cukrot. Állandó kevergetés mellett pároljuk 20-25 percig, még a hagyma világosbarnára nem színeződik. Szórjuk meg liszttel, és öntsük fel a sörrel, öntsük hozzá még a vizet és a leveskockát is. Főzzük 5 percig, majd keverjük bele a reszelt sajtot. Sóval őrölt borssal fűszerezzük.

Tálaljuk leveses tányérokba, szórjuk meg bőven összevágott petrezselyem zölddel, és mindegyik tányér tetejére egy-egy marék pirított kenyérkockát tegyünk.



**Tóth Gabi főétele**

## **Whiskey-ben párolt barbecue-s tarja sült csöves kukoricával**

2010-11-08



### **Szószhoz:**

- 2 dl Jack Daniels whisky
- 1 nagyobb fej finomra összevágott hagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 5 dl ketchup
- 1 dl borecet
- 3 evőkanál Worcestershire szósz
- 10 dkg barnacukor
- 2 dl melasz (Ázsia shop)
- fél teáskanál darált bors
- fél teáskanál só
- 3 evőkanál paradicsompüré
- fél teáskanál tabasco szósz
- 1 teáskanál füstölt só (füstaroma)

Keverjük össze a finomra összevágott hagymát, fokhagymát és a whiskey-t, hagyjuk állni tíz percet, majd az összes hozzávalót keverjük bele.

A hússzeleteket kenjük be a grillszósszal, hagyjuk állni sütésig, majd grillezzük meg.

### **Kevert saláta**

- 1 fej jégсалáta
- 3 szál újhagyma
- 2 db paradicsom
- olívaolaj
- balzsamecet

A salátát tépkedjük össze kisebb darabokra, tegyük egy nagy salátástálba, majd tegyük hozzá az összevágott paradicsomot és újhagymát. Csorgassuk meg olívaolajjal és balzsamecettel és keverjük óvatosan össze.

Tóth Gabi desszertje

## Kólatorta

2010-11-08



### Hozzávalók:

- 20 dkg liszt
- 25 dkg cukor
- 1/2 tk szódabikarbóna
- 1/4 tk só
- 175 ml Cola-nem diétás
- 2 ek. kakaó
- 12,5 dkg sótlan vaj
- 1 tojás
- 125 ml író (vagy 3 dkg joghurt 1 dl nem zsíros tejjel elkeverve)
- 1 tk vanília esszencia

### cola bevonathoz:

- 1 ek kakaó
- 22,5 dkg porcukor
- 2 ek. vaj - 3 dkg
- 3 ek (45ml) Cola (nem diétás)

Melegítsük elő a sütőt 180 fokra, és egyidejűleg tegyük bele egy tepsit.

Egy nagy tálban keverjük össze a lisztet, cukrot, sót és szódabikarbónát.

Keverjük össze a tojást, az író (vagy a joghurtot és a tejet), és vaníliát egy mérőedényben.

Egy vastag aljú edényben alacsony hőfokon olvasszuk össze a colát, a kakaót és a vaját, fakanállal kevergetve.

Tegyük bele a száraz hozzávalókat, keverjük jól össze fakanállal, majd adjuk hozzá a folyékony hozzávalókat és jól keverjük el.

Öntsük egy tortaformába és süssük 40 percig, vagy tűpróbáig a forró tepsin.

Hagyjuk állni 15 percig a formában.

Amikor kivesszük, szórjuk meg porcukorral és tegyük félre.

Egy nagy edényben melegítsük össze a vaját, a colát és a kakaót, és kevergessük alacsony lángon, amíg a vaj megolvad.

Vegyük le a tűzről, adjuk hozzá a vaníliát, és a kanalazzuk hozzá az átszitált porcukrot.

Kevergessük, amíg a cukor felolvad és egy jól kenhető, de még folyékony mázat kapunk.

Öntsük ezt a mázat tortára, amíg még meleg, és hagyjuk kihűlni, mielőtt tálra tesszük.

**Gáspár Laci előétele**

## **Halchips grill zöldségekkel**

2010-11-09



### **Hozzávalók:**

- 2 db pontyfilé
- 1 liter étolaj
- 3 db tojás
- 50 dkg liszt
- Só
- 1 db cukkini
- 1-1 db színes kaliforniai paprika
- 5 szál újhagyma
- szál sárgarépa

A pontyfilét irdaljuk be, sózzuk meg, majd vágjuk ujjnyi csíkokra. Üssük a tojásokat egy nagy tálba, sózzuk meg. Vízrel és liszttel keverjünk belőle sűrű palacsintatésztát. A halszeleteket hempergessük meg lisztben, majd mártsuk bele a tésztába. Süssük kiforró olajban ropogósra.

A zöldségeket is vágjuk fel ceruza vékonyságúra, és kb 12-15 cm hosszúra. Ezeket is lisztezzük be, majd mártsuk a tésztába. Forró olajban süssük ropogósra.

Tálaljuk papírtölcsérekbe a halat a zöldséggel együtt, amit csőpohárba állítunk.

**Gáspár Laci főétele****Tüzes csirke szárnyak, kacsamell steak, steak burgonyával**

2010-11-09

**Tüzes csirke szárnyhoz:**

- 4 ek csípős mustár
- 4 ek olaj
- 8 ek paradicsompüré
- 4 gerezdzúzott fokhagyma
- 1 ek barnacukor
- fél teáskanál chili por
- 20 db csirke szárny
- olívaolaj

Keverjük össze a pác alapanyagait, a fokhagymát reszeljük bele, majd keverjük össze a csirke szárnyakkal. Tegyük a bepácolt szárnyakat egy nagy tepsibe, csorgassuk meg olívaolajjal, majd forró sütőben 170 fokon süssük pirosra.

**Kacsamellhez:**

- 5 db kacsamell filé
- Olívaolaj
- 1 db narancs
- 2 szál rozmaring
- darált bors

Éles késsel fejsük le a kacska bőrét, majd daráljunk rá borsot, tépkedjünk rá a rozmaringlevelekből. Reszeljük rá a narancs héjából, tegyük egy tálba és csorgassuk meg olívaolajjal és pár csepp narancslével. Sütéskor forróítsunk fel egy nagy serpenyőt, tegyük bele a kacsamelleket, majd mindkét oldalát hirtelen lángon süssük elő. Tegyük át az elősütött melleket egy nagy tepsibe és forró sütőben tálalás előtt süssük 15 perc alatt 180 fokon készre.

**Steak-burgonya:**

- 1.5 kg sárga burgonya
- 2-3 gerezd fokhagyma
- Rozmaring
- Kakukkfű
- Pirospaprika
- Só
- Bors
- vaj

A krumplit megkaparjuk, vagy erős dörzsölő szivaccsal ledörögöljük, megmossuk, negyedekre-felekre vágjuk, a fokhagymát felszeleteljük, a tepsit kivajazzuk, de alaposan. A krumpli cikkeit a tepsibe öntjük, megszórjuk a fűszerekkel, közé dugjuk a fokhagymát, majd jól összerázzuk. 200 fokra előmelegített sütőbe toljuk, és szép pirosra sütjük.

**Gáspár Laci desszertje**

## **Almás-birsalmás pite, Prosecco habbal**

2010-11-09



### **Hozzávalók:**

- 45 dkg liszt
- 25 dkg vaj
- 1 csomag sütőpor
- 1 csomag vaníliás cukor
- 2 db tojás
- 1 db tojás sárgája
- 15 dkg cukor
- 1 pohár almás joghurt
- 1 csipetnyi só
- 1 db citrom reszelt héja

### **Töltelékhez:**

- 3 db birsalma
- 6 db savanykás alma
- 1 teáskanál őrölt fahéj
- pár csepp citromlé
- 10 dkg cukor

### **Borhabhoz:**

- 5 db tojássárgája
- 2.5 dl rozé habzóbor
- 10 dkg cukor

A tésztához szórjuk a lisztet, cukrot, vaníliát, sütőport, sót, citrom héját tegyük egy nagy keverő tálba, daraboljuk bele a vaját. Kézzel addig morzsoljuk, míg a vaj apró darabokban lesz a tésztában. Utána tegyük bele a tojásokat és a joghurtot. Dolgozzuk jól össze, majd lisztezett deszkán gyúrjuk át.

Egy kivajazott és liszttel megszórt kerek peremes piteformát béleljünk ki a kb. fél centi vastagságúra nyújtott tésztával.

A töltelékhez az almákat , reszeljük le, majd egy edénybe citromlével, cukorral és fahéjjal pároljuk addig még a levét el nem párologja.

Ha kihűlt a töltelék töltsük meg vele a piteformát. Tetejét szeletelt almával fedjük be, majd olvasztott vajjal kenjük le és barnacukorral hintsük meg.

**Kinizsi Ottó előétele**

## **Húsleves velős csonttal**

2010-11-10



### **Hozzávalók:**

- 5 vastag szelet lábszár velős csonttal (kb. 1 kg)
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 2-3 gerezd fokhagyma
- Só
- 15 szem fekete bors
- 1 db zöldpaprika
- 1 db paradicsom
- 4-8 szál petrezselyemzöld
- zeller zöld
- 50 dkg sárgarépa
- petrezselyemgyökér és zeller vegyesen
- 10 dkg kelbimbó
- 12 dkg csigatészta

A velős csonttal együtt felszeletelt húst megmossuk, a közepén lévő velőt bedörzsöljük sóval, hogy fővés közben ki ne essen a csontból, majd nagyobb fazékba tesszük. Felöntjük annyi vízzel, hogy jócskán ellepje, és mérsékelt tűzön feltesszük főni. A vöröshagymát és a fokhagymát meghámozzuk. A zöldpaprikát, a paradicsomot és a zöldfűszereket leöblítjük, ez utóbbiakat a babérlevéllel együtt csokorba fogjuk, és fehér cernával többszörösen átkötjük-tekerjük. Amikor a leves felforrt, leszedjük a habját, majd beletesszük a vöröshagymát, a fűszereket, a zöldpaprikát, a paradicsomot és a fűszercsokrot. Fedő nélkül vagy félig lefedve, éppen csak gyöngyöző forralással félpuhára főzzük a húst (45-60 perc). A zöldségeket megtisztítjuk, hasábokra-szeletekre vágjuk, majd a kelbimbóval együtt a levesbe tesszük. Továbbra is gyöngyöző forralással az egészet puhára főzzük (további 30-50 perc), végül utána sózzuk. Enyhén sós vízben kifőzzük a csigatésztát, leszűrjük, majd egy kevés húsleveslét merünk rá, és melegen tartjuk. A leves felszínéről leszedjük a zsiradékot, vöröshagymát, zöldpaprikát, paradicsomot és a fűszercsokrot eltávolítjuk. A húsból kiemeljük a velős csontot. A húst, a zöldségeket és a tésztát mély tálba tesszük, rászűrjük a leveslét és forrón tálaljuk. A velőt pirított kenyérszeletekre kenve kínáljuk.

**Kinizsi Ottó főétele**

## **Bakonyi sertéspaprikás galuskával**

2010-11-10



### **Hozzávalók:**

- 1 kg sertés szűzpecsenye
- 2 fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 3 evőkanál extra szűz olívaolaj
- 1 pohár tejföl
- 3 evőkanál liszt
- darált bors
- Só
- 1 evőkanál fűszerpaprika
- 1 db tölteni való paprika
- 1 szem paradicsom
- 35 dkg apró csiperkegomba
- 15 dkg bacon szalonna

### **Galuskához:**

- 60 dkg liszt
- 3-4 db tojás
- só

Forrósítsuk fel egy lábasban az olívaolajt, tegyük bele a kis kockákra felvágott szalonnát, majd pirítsuk meg. Tegyük bele az apróra felvágott vöröshagymát és fokhagymát, és közepes lángon pároljuk addig, míg a hagyma meg nem puhul. Tegyük rá a falatnyi kockákra felvágott húst, daráljunk rá borsot, ízesítsük sóval, majd addig pároljuk párszor fakanállal megkevergetve, míg a saját párolólevét el nem fővi, és a húskockák szélei pirulni nem kezdenek. Ekkor szórjuk rá a fűszerpaprikát, keverjük jól össze, hogy a zsiradékban a piros paprika feloldódjon, majd engedjük fel annyi vízzel, hogy épp ellepje a húskockákat. Tegyük hozzá a kis kockákra feldarabolt nyers paprikát, a kis darabokra felvágott gombát és a paradicsomot. Fedjük le fedővel, és addig pároljuk, míg a hús puha nem lesz. Ha szükséges az elpárolgott levet pótoljuk kevéske vízzel.

Egy kis tálkába kanalazzuk a lisztet, öntsünk rá egy decinyi vizet, majd keverjük csomómentesre. Habarjuk be vele a borjút főzelék sűrűségűre, majd öntsük hozzá a tejfölt. Keverjük jól össze, és forraljunk meg egyet rajta.

A galuskához szórjuk a lisztet egy tálba, üssük rá a tojásokat, majd sózzuk meg. Annyi hideg vízzel keverjük össze, hogy közepesen sűrű tésztát kapjunk. A tésztát forrásban lévő sós vízbe szaggassuk ki nokedli szaggatóval. Ha felforrt szedjük ki hideg vízbe és hűtsük le jól. Tálalás előtt forró vízbe téve melegítsük fel.

**Kinizsi Ottó desszertje**

**Krémes**

**2010-11-10**



### **Hozzávalók**

- 2 csomag vajás keksz (pl. Petit Beurre édes háztartási keksz)
- 2 csomag vanília puding
- 3 tojás (sárgája)
- 15 dkg cukor
- 2 púpozott evőkanál liszt
- 3 csomag vaníliás cukor
- 20 dkg margarin (Rama)
- 2 dl tejszín
- 1 liter tej

### **Elkészítés**

Egy közepes méretű tepsit alját kirakjuk keksszel, és elkészítjük a rá való krémet.

A pudingot, a tojások sárgáját, a cukrot, a lisztet egy kevés tejjel csomómentesre keverjük.

Beleöntjük a maradék tejbe és sűrűre főzzük. Miután langyosra lehűlt belekeverjük a margarint.

Közben a tojások fehérjéből kemény habot verünk, és a tej felforrásakor belekeverjük, majd beledaraboljuk a margarint is.

Óvatosan a kekszre kanalazzuk. Fontos, hogy ne borítsuk rá a masszát, hanem kis adagokban merítsük rá. A krém tetejére a felvert tejszínt majd keksz kerül. A tetejét bevonhatjuk, díszíthetjük

csokimázzal. Helyezzük a hűtőbe. Másnapra megpuhul és kényelmesen lehet szeletelni



Schobert Norbi előétele

## Bivalykolbászos pogácsa, sajtállal

2010-11-11



### Sajtok:

Brie, Cheddar, Chevretine, Ementali,  
Provolone,  
Stilton kék sajt,  
Rcklette,

### Hozzávalók:

- 30 dkg liszt,
- 25 dkg juhtúró,
- 25 dkg vaj,
- 2,5 dkg élesztő (nem kell futtatni!),
- 1-2 kiskanál só, reszelt sajt (10-15 dkg) vagy szezámmag,
- egy arasz vékony füstölt kolbász,
- 1 tojás sárga a kenéshez

### Elkészítés:

Egy tálban gyúrd össze a lisztet, a túrót, a vaját az elmorzsolt élesztőt, ha kívánod, még egy kis sajtot is! A bőr nélküli kolbászt vágd félbe majd kockázd fel apróra, majd dolgozd a pogácsatésztába! A hideg tésztát lisztes deszkán kicsit gyúrd át, majd nyújtsd kb. két cm vékonyra! Szaggasd ki közepes (kb. 5 cm-s) szaggatóval, kend meg a tetejét felvert tojással, szórd meg sajttal vagy szezámmaggal. Keleszd még negyed órán keresztül a tepsin, majd forró sütőben 160 fokon süsd meg 20-25 perc alatt.

Schobert Norbi főétele

## Aszalt szilvával töltött libamáj, baconba tekerve, krumplipürével

2010-11-11



### Hozzávalók:

- 1.2 kg libamáj,
- 30 dkg aszalt szilva,
- 50 dkg húsos baconszalonna,
- darált bors.

A libamájat szeleteljük fel ujjnyi vastagságúra, daráljunk rá borsot, majd mindegyik tetejére helyezzünk egy-egy szem aszalt szilvát. A szilvás májat göngyöljük be a szalonnaszeletekbe, és tegyük egy nagy tepsibe. Tegyük forró sütőbe, és 160 fokon süssük kb 15-20 percig.

### Krumplipüréhez:

1.5 kg sárga lisztes burgonya, 10 dkg vaj, só, őrölt szerecsendió, 5 dl tej.

A sós vízben megfőzött burgonyát nyomjuk át, majd keverjük habosra egy csipetnyi őrölt szerecsendióval, vajjal és forró tejjel.

Schobert Norbi desszertje

## Eperfagylaltos - fahéjas kosárkák

2010-11-11



### Rozmaringos-aszalt szilvás mascarpone-krém

#### Hozzávalók (4 nagy pohár)

- 500 g mascarpone
- 4 dl tejszín
- 3-4 ek. Porcukor
- 3/4-1 tk vanília-kivonat
- csipet só
- 50 dkg aszalt szilva, - 1 dl rum, - 2 kisebb ág rozmaring
- 20 g legalább 60%-os étcsokoládé (lehet csilis)

A szilvát kimagozom, vastag falú lábasban két deci vízzel és a rummal felteszem főni, mintha lekvárt készítenék. Forrástól számítva kb. 10 percig folyamatosan kevergetve rotyogtatom, megvárom, amíg besűrűsödik. Ekkor hozzáadom két kis rozmaringág leveleit apróra vágva, összeforralom, elzárom a tüzet. Turmixgépben egyneműsítem, Kihűtöm (hideg vizes fürdőben), melegen nem jó felhasználni, addig elkészül a mascarponés krém.

A tejszínt pár kanál porcukorral nem kemény, inkább folyós habbá kell felverni, majd összekeverni a mascarpone sajttal. Ha kellően sűrű a krém, több rétegben pohárba szedem, alulra mascarpone, rá egy réteg szilvaszós, és így tovább, a tetejére mascarponés krém. Legalább 4-5 órát hűtőben pihentetem, majd tálaláskor jóféle étcsokoládét reszelek rá. Érdeemes kipróbálni csilis csokival, még pikánsabb.

### Lara kedvence: Eperfagylaltos - fahéjas kosárkák

#### Hozzávalók:

- 6 dl liter energiaszegény epres gyümölcsjoghurt,
- 15 dkg érett eper.

Ezt a házi készítésű fagylaltot háztartási fagylaltgéppel tudjuk elkészíteni. A fagyi gépet előző nap be kell tenni a mélyhűtőbe, be kell kapcsolni a gyorsfagyasztó funkciót (sárga gomb) Ilyenkor -30 fokra lehűti és működni fog. HA a helyszínre érkeztek a géppel ott is a mélyhűtőbe kell tenni, és ott is be kell kapcsolni a sárga gombot! A gyümölcs ízlés szerint változtatható, ilyenkor a jellegének megfelelő joghurtot használjátok!

Tegyük a fagylaltgép hűtő akkuját előző nap a mélyhűtőbe, hogy teljesen átfagyjon.

Kapcsoljuk be a fagylaltgépet, majd öntsük bel a gyümölcsös joghurtot. Hagyjuk bekapcsolva addig, míg sűrű fagylaltkrémet nem kever a gépünk. Mielőtt kikapcsolnánk tegyük hozzá a kis darabokra felvágott eperszemeket.

A kész fagyit tegyük jól zárható edénybe, és tálalásig hagyjuk a mélyhűtőben.

Fahéjas rétes kosarak: csomag réteslap, 1 teáskanál őrölt fahéj, olvasztott vaj.

A réteslapot vágjuk 10\*10 cm-es kockákra, kenjük meg vajjal szórjuk meg fahéjjal, majd négyet tegyünk egymás tetejére. ezt nyomkodjuk bele egy muffin sütőbe, és 140-150 fokon 4-5 perc alatt süssük pirosra. Ebbe tálaljuk a fagyit, és a tetejére sok gyümölcsöt halmozzunk.

**Kakasy Dóra előétele**

## **Hamis gombakrém-leves**

2010-11-12



### **Hozzávalók:**

- 80 dkg gomba,
- 3 evőkanál hidegen sajtolt olívaolaj,
- 1 fej hagyma,
- 2 evőkanál liszt,
- 2 dl tejföl,
- 2 dl tejszín,
- só, darált bors, őrölt paprika,
- tárkony.

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, tegyük hozzá az apróra vágott hagymát. Pároljuk egy-két percig, majd adjuk hozzá az apróra vágott gombát, fűszerezzük kevéske darált borssal, őrölt paprikával, tárkonnyal, ízesítsük sóval, és közepes lángon pároljuk 5 percig. Hintsük rá a lisztet, keverjük vele jól össze. Öntsük fel félliternyi vízzel. Főzzük kis lángon 20-25 percig, majd keverjük bele a tejfölt és a tejszínt.

**Kakasy Dóra főétele**

## **Szaftos diós pecsenye, tökös-rozmaringos gigli tésztával**

2010-11-12



### **Körethez:**

- 50 dkg rozmaringos Gigli tészta,
- 2 szál rozmaring,
- 20 dkg sütőtök, evőkanál vaj.

A tökös vágjuk fel apró vékony kb egy centis szeletekre, majd forrósítsuk fel a vajat egy serpenyőbe. Tegyük hozzá a letépkedett rozmaringleveleket, az összevágott tököt, és pároljuk pár percig. Sózzuk, daráljunk rá borost, majd keverjük össze a kifőzött tésztával.

**Kakasy Dóra desszertje**

## **Kókuszszem**

2010-11-12



### **Hozzávalók:**

#### **Tésztához:**

- 30 dkg liszt,
- 15 dkg margarin,
- 2 dkg élesztő, só,
- 3 db tojás sárgája,
- 2 dl tej.

#### **Töltelékhez:**

- 3 tojás fehérje,
- 10 dkg cukor,
- 10 dkg kókuszreszelék,
- 50 dkg magozott meggy, 20 dkg baracklekvár.

A tésztához szórjuk a lisztet egy tálba, morzsoljuk rá az élesztőt, sózzuk, és tegyük bele a szobahőmérsékletű margarint. Tejjel gyúrjunk belőle közepesen kemény tésztát. A tésztát osszuk három felé, majd formázzuk cipókká.

Tegyük egy fém tálba a tojások fehérjét, adjuk hozzá a cukrot, és vízgőz felett verjük kemény habbá. Amikor a hab kemény keverjük bele a kókuszreszeléket.

A tésztát nyújtjuk ki vékony téglalakúra, majd kenjük meg baracklekvárral. A hosszabbik széleire (mindkettőre) tegyünk sorjában kimagozott meggyet, majd mindkét felé göngyöljük fel, úgy hogy a közepénél legyen kb 2-3 centis üres rész. Tegyük tepsire és a közepét töltsük meg a kókuszos habbal.

Forró sütőben 150 fokon süssük 30-35 percig. Ha elkészült és kissé kihűlt szeleteljük fel.

**Bebe előétele****Borjú tatár etióp paprikával, pirítóssal**

2010-11-15

**Hozzávalók:**

- 60 dkg darált borjúsínhús
- 1 fej vöröshagyma
- 2-3 gerezd fokhagyma
- 2 db tojás sárgája
- Só
- darált bors
- worcestershire szósz
- Ketchup
- Mustár
- Pirospaprika
- Vaj
- etióp paprika
- kenyér a pirítóshoz

A húst aprólyukú darálón legalább háromszor daráljuk át, vagy kérjük meg a hentes, hogy tegye meg. Tegyük a darált marhát egy keverőtálba, adjuk hozzá a finomra összevágott vagy lereszelt fokhagymát és vöröshagymát. Tegyük hozzá a szobahőmérsékletű vaját, majd ízesítsük sóval, ketchup-pel, worcestershire szósszal, piros- és etióp paprikával, mustárral. Üssük hozzá a tojás sárgáját, majd jó alaposan keverjük össze. Tálaljuk kis halmokban nagy tányér közepére a fém tálalóhenger segítségével, vagy tálalhatjuk kis teáscsészékbe is személyenként. Mellé pirítóssal kínáljuk.

**Bebe főétele****Paradicsommal egybesütött marha, vele sült krumplival**

2010-11-15

**Hozzávalók:**

- 1.5 kg marhahús
- Só
- darált bors
- szteak fűszerkeverék
- olívaolaj
- 3 fej vöröshagyma
- 6-8 szem paradicsom
- 1 kg apróburgonya sárga színű

Szórjuk be az egész marhahúst sóval, darált borssal és a fűszerkeverékkel. Csorgassuk meg olívaolajjal, majd tegyük egy nagy tepsire. Tegyük mellé a félbevágott hagymákat, és borítsuk be a húst vastagra szeletelt paradicsommal. Tegyük forró sütőbe és 170 fokon süssük körülbelül egy órán keresztül. Ha már a hús kezd pirosodni, tegyük mellé a meghámozott apróburgonyát és vele együtt süssük készre.



Bebe desszertje

## Sült zöldalmás pudingtorta

2010-11-15



### Hozzávalók:

- 5-6 db zöldalma
- 1 csomag vaníliás pudingpor
- 10 dkg cukor
- 5 dkg vaj
- 7.5 dl tej
- 1 teáskanál őrölt fahéj

Kenjünk, ki vajjal majd szórjuk meg cukorral és fahéjjal egy közepes méretű tepsit, és tegyük bele a meghámozott és a magházától megszabadított almákat. Tegyük forró sütőbe és süssük kb. tíz percig.

Míg az almák a sütőben sülnek készítsük el hozzá a pudingot. Keverjük ki kevéske hideg tejjel a pudingport, majd öntsük a cukorral ízesített forrásban lévő tejbe. Állandóan kevergetve főzzük fel. Öntsük az elősütött almák tetejére, és tegyük vissza a sütőbe, ahol további 25-30 percig sütjük még.

Ábel Anita előétele

## Orosz vinaigrette saláta

2010-11-16



### Hozzávalók:

- 4 db közepes méretű cékla
- 6 db közepes méretű krumpli
- 25 dkg savanyú káposzta
- 5 db közepes csemege uborka
- 1 db sárgarépa
- Só
- Bors
- Étolaj
- 3 db tojás
- 1 doboz kaviár
- 1 db orosz feketekenyér
- 1 fej vöröshagyma
- fél citrom leve

Főzzük puhára külön edényben a krumplit és a céklát, majd ha kihűlt hámozzuk meg.

A megfőtt krumplit és az uborkát vágjuk egy centis kockákra, tegyük egy nagy tálba és reszeljük hozzá a sárgarépát és tegyük bele a felkarikázott hagymát. Pár evőkanál olajból, sóval és darált borssal készítsünk pácot. A céklát csorgassuk meg pár csepp citromlével, majd ezt is kockázzuk fel. Tegyük a salátástálba, öntsük rá a páclevet, a savanyú káposztát és óvatosan keverjük össze.

Tálaljuk tányérokra, tetejére kaviárral megtöltött főtt tojást tegyünk. Vékonyra felszeletelt feketekenyérrel kínáljuk.

Ábel Anita főétele

## Húsos pelmenyi

2010-11-16



### Hozzávalók:

- darált sertéshús 40dkg
- darált marhahús 40dkg
- hagyma 1db
- fokhagyma 2gerezd
- só, bors
- liszt 80dkg
- tojás 5db
- vaj 4dkg
- ecet 2ek.

### Elkészítés:

A darált húsokba reszeljük a vöröshagymát, belenyomjuk a fokhagymát, sóval, borssal fűszerezzük majd nagyon alaposan, összedolgozzuk, végül félretesszük. A lisztből és a tojásból gyúrt tésztát készítünk, azt is pihentetjük, majd vékonyra kinyújtjuk és 4 – 4, 5centiméter átmérőjű pogácsaszaggatóval kivágjuk. Az így kapott tésztakorongokra helyezük a tölteléket, félbe hajtjuk, széleit jól összenyomkodjuk, végül forrásban lévő sós vízben kifőzzük 'al dente'. Kivesszük, olvasztott vajban átforgatjuk, megkenjük az ecettel.

Ábel Anita desszertje

## Kaukázusi kefir torta

2010-11-16



### Hozzávalók:

- 1 db kerek piskóta lap
- 2 pohár kaukázusi kefir
- 1 cs. vaníliás cukor
- 15 dkg cukor,
- 2.5 dkg zselatin
- 2 dl tej
- 4 -5 dl habbá vert tejszín

### citromhéj

- 1 üveg málnalekvár
- 50 dkg mélyhűtött málna

A tortalapot megkenjük lekvárral, kapcsos tortaformába rakjuk. A kefirt, vaníliás, cukrot, a cukorral, citromhéjjal összekeverjük. A zselatint elkeverjük a tejben, és felmelegítjük, hogy a zselatin elolvadjon, majd langyosra hűtjük, és hozzáadjuk a kefirhez. Hozzákeverjük a gyümölcsöt, majd a felvert tejszínhabot. Beleöntjük a formába, és legalább fél napra hűtőbe rakjuk.

Nacsa Olivér előétele

## Mandarinos sárgarépa saláta füstölt sonkával

2010-11-17



### Hozzávalók:

- 4 vastagabb szál sárgarépa,
- 30 dkg füstölt feketeerdő sonka,
- 5-6 db mandarin,
- 2-3 db mandarin leve,
- fél citrom leve,
- 1 csokor petrezselyem zöldje, só,
- darált bors,
- 10 dkg hasábra vágott mandula.

Hámozzuk meg a répát majd egy vékonyszálú és erős reszelőn reszeljük le gyufaszál vastagságúra. Ha van konyhai gyorsvágó gépünk, annak vékony reszelőjét is használhatjuk. Tegyük a répacsíkokat egy nagy salátás tálba, tegyük hozzá a kis darabokra felvágott mandarint, majd nyomjunk rá 2-3 mandarin levét, ízesítsük sóval, kevéske darált borssal, citromlével, összevágott petrezselyem zölddel, majd az egészet jól keverjük össze. Tálaljunk egy halommal nagy tányér közepére a salátából, mellé hajtogassunk a sonkaszeletekből.

Pirítsuk meg a mandulát egy száraz serpenyőbe, és szórjuk meg vele a kitálalt salátát.

**Nacsa Olivér főétele**

## **Spenótos-ricottás házi ravioli diószósszal**

2010-11-17



### **A tésztához:**

- 400gr durumliszt
- só
- víz

### **A töltelékhez:**

- kb 300 gr leveles spenót mélyhűtött
- 1 doboz ricotta (250gr)
- só, bors
- 3 gerezd fokhagyma
- csipetnyi őrölt szerecsendió
- 1 db tojás sárgája + 1 a kenéshez

### **Diószóshoz:**

- 30 dkg dió
- 4 dl tejszín
- fehérbors
- 30 dkg parmezán sajt

Szórjuk a lisztet egy tálba, majd tegyük hozzá a sót. Annyi vezet tegyünk hozzá, hogy kemény tésztát tudjunk belőle gyúrni. Gyúrjuk cipóvá, és tegyük tányérra, majd fedjük le fóliával, és pihentessük míg a töltelék elkészítjük.

Töltelékhez nyomkodjuk ki a spenótot a levétől, majd vágjuk kid darabokra. Tegyük egy tálba, adjuk hozzá a túrót, fűszerezzük reszelt fokhagymával és szerecsendióval. Sózzuk meg, majd keverjük össze a tojás sárgájával.

Nyújtsuk ki vékonyra a tésztát majd tegyünk kis halmokat a töltelékből 3-4 cm-re egymástól. Kenjük meg a széleit tojás sárgájával, majd hajtsuk rá a tészta másik felét. Ravioli szaggatóval vagy pohárral szúrjuk ki, majd főzzük meg sós vízben.

A szószhoz aprítsuk durvára a diót, tegyük egy nagy serpenyőbe és szárazon állandóan kevergetve pirítsuk meg. Öntsük rá a tejszínt, sózzuk, fűszerezzük őrölt fehér borssal majd jól forraljuk össze.

Tálaljunk pár raviolit nagy tányérokra, csorgassuk meg a diós szósszal, majd szórjuk meg parmezán sajttal.

**Nacsa Olivér desszertje**

## **Szerelmeslevél**

2010-11-17



### **Hozzávalók:**

- 2 db friss leveles tészta
- 4-6 db savanykás alma
- 20 dkg aszalt piros áfonya
- 10 dkg barnacukor
- 1 teáskanál őrölt fahéj
- fél citrom leve
- 1 tojás
- Porcukor
- 1 doboz vanília fagylalt

Hámozzuk meg az almákat, majd a magházát vágjuk ki, majd vágjuk fel egy centis kockákra. Tegyük egy tálba, adjuk hozzá az aszalt áfonyát. Szórjuk rá az őrölt fahéjat, cukrot és csorgassuk meg a citromlével.

Hajtsuk szét a leveles tésztát, és az egyik felébe tegyünk a töltelékből (a tésztákból két süteményt készítünk!), hajtsuk rá a tészta üres felét, és jól nyomkodjuk össze a széleit. A másik tésztát is hasonlóan készítsük el. Tegyük tepsire, kenjük meg felvert tojással, majd tegyük forró sütőbe, és 170 fokon süssük kb 20-25 percig.

Az elkészült süteményt szórjuk meg porcukorral, vágjuk kb 4-5 centis hosszú szeletekre, majd tálaljuk nagy tányérra. Mellé kanalazzunk a fagyiból. Úgy a finom ha a sütemény még langyos, ha kihülne tálalás előtt tegyük be pár percre a sütőbe.

Lola előétele

## Csípős rákleves cheddar sajttal tortilla chipsszel

2010-11-18



### Hozzávalók:

- 1/2 l főzőtejszín
- 5 dkg vaj
- 2 üveg cheddar sajtos sajtszósz (dip)
- 1 dl száraz fehér bor
- 2 db konzerv csemegekukorica
- 1/2 kg koktélrák
- 1 zacskó natúr tortilla chips
- 1 kisüveg jalapeno paprika
- kicsi olívaolaj
- só, bors fűszerezéshez

Vajat megolvasztjuk, rátesszük a lecsepegtetett csemegekukoricát, pár percig a vajon megfuttatjuk, majd ráöntjük a sajtszószokat, az üveget kicsi vízzel kiöblítjük és ezt a vizet ráöntjük, hozzáadjuk a tejszínt is, sóval, borssal ízesítjük, összefőzzük, majd hozzáadjuk a jalapeno paprikát is.

Közben egy serpenyőben olívaolajat hevítünk és a kiolvasztott lecsöpögtetett koktélrákot kicsit megpirítjuk rajta ezt is sóval borssal ízesítjük, és a végén adunk hozzá pár csepp fehérbort is.

Tálalásnál kis csészébe szedjük a levest a tetejére szórjuk a pirított rákokskákat és tortilla chipsszel díszítjük.



**Lola főétele****Fűszeres vajkrémmel töltött csirkemellek, sonkába burkolva, sültpaprika salátával körítve**

2010-11-18

**Sültpaprika saláta**

- 2 db hegyes erős paprika
- 3db kápia paprika
- 3 db tv paprika
- 5db mozzarella
- 1db citrom
- olívaolaj
- só
- friss bazsalikom

A paprikákat tűzön feketére égetjük, majd beletesszük egy edénybe és Folpackkal lezárjuk és hagyjuk kb. 10-15 percig, közben a bazsalikomot apróra vágjuk, felszeleteljük a mozzarellát is, beletesszük egy edénybe.

A paprikákról ezután késsel lehúzzuk a fekete külső réteget, kiterítjük, kisedjük belőle a magot és apró csíkokra szeleteljük, hozzáadjuk a bazsalikomos mozzarellához, összekeverjük, meglocsoljuk a kicsi olívaolajjal és a citrom levével és picit megsózzuk.

**Fűszeres vajkrémmel töltött csirkemellek, sonkába burkolva**

- 5 db csirkemell
- 1 csomag sonka vagy bacon
- 25dkg vaj
- 2 csokor kakukkfű
- só bors

A csirkemellet szeletre vágjuk, sózzuk, borsozzuk, közben a vajból és az apróra vágott kakukkfűből fűszervajat készítünk, sóval és borssal ízesítjük. A csirkemell szeleteket megkenjük a fűszervajjal és feltekerjük, majd baconnal vagy sonkával körbetekerjük, kivajazott tepsibe rakjuk, kb. 1-1,5 dl fehérbort öntünk alá, fóliával letakarjuk, kb. 20percet pároljuk 180 fokok előmelegített sütőben, majd pirosra sütjük.

**Lola desszertje****Csokoládétorta rózsahabbal**

2010-11-18

**Hozzávalók:**

- 25 dkg margarin
- 4 db tojás
- 35 dkg cukor
- 5 dkg étcsokoládé
- 45 dkg liszt
- 2 ek. kakaó
- 5 dl natúr joghurt
- 1 csomag sütőpor
- 1 csomag vaníliás cukor
- tortabevonó étcsokoládé

Habosra keverjük a tojást a cukorral, hozzákeverjük a vízgőz fölött felolvasztott csokoládét és margarint, a joghurtot, végül a sütőporos lisztet, a kakaót és a vaníliás cukrot. Mindezt óvatosan sima masszává keverjük. A masszát beleöntjük a kikent kuglófsütőbe és előmelegített sütőben kb. 40-50 percig sütjük, 180 °C-on.

**Rózsahabhoz:**

- 2-3 evőkanál rózsalekvár
- 5 dl tejszín

A rózsalekvárt fel kell főzni a tejszínnel, majd át kell passzírozni vagy szűrni. Utána le kell hűteni és beleönteni egy habszifonba. A habszifonból kell kinyomni a desszert mellé.

**Harsányi Levente előétele****Almás céklaleves**

2010-11-19

**Hozzávalók:**

- 1 fej vöröshagyma
- 5 szál zellerszár
- 3-4 db savanykás alma
- 1 csokor friss kakukkfű
- 1 liter zöldségleves alap (kockából)
- 1 db citrom
- 70 dkg főtt cékla
- 2 dl tejszín
- Só
- Bors
- olívaolaj

Forrósítsuk fel az olívaolajt egy fazékban, majd tegyük bele a finomra összevágott hagymát és a csokorba kötött kakukkfűvet. Pároljuk pár percig, utána tegyük hozzá a felvágott zellerszárat és három meghámozott és kimagozott almát. Pár perc párolás után öntsük fel az alaplével, majd főzzük húsz percig.

Öntsük hozzá a tejszínt, tegyük bele a kis kockákra felvágott céklát és pár csepp citromlevet. Forraljuk fel, majd kézi mixerrel pürésítsük jól össze. Azonnal hűtsük le jól, mert melegen elmegy a cékla szép színe.

Tálalás előtt forrósítsuk fel, majd tálaljuk tányérokba vagy csészékbe, és a tetejére frissen reszeljük az almából.

**Harsányi Levente főétele****Körtével grillezett szűzermék, tojasos burgonyahabbal egybesütve, szalonnával kelbimbóval körítve.**

2010-11-19

**Hozzávalók:**

- 1.5kg sertés szűzpecsenye
- 3 db Vilmos körte
- pár szál kakukkfű
- darált bors
- Só
- Olívaolaj
- 1 kg sárga burgonya
- 2 evőkanál vaj
- 3 tojás sárgája
- csipetnyi szerecsendió
- 1.5 kg kelbimbó
- 25 dkg húsos baconszalonna

A szűzpecsenyét hártázzuk le éles késsel, majd szeleteljük fel vastagabb jó ujjnyi szeletekre. Kezünkkel kissé lapítsuk le, daráljunk rá borsot, és hintsük meg a kakukkfűlevelekkel. Csorgassuk meg olívaolajjal, majd sütésig tegyük a hűtőbe.

A körtét vágjuk kétfelé, magházát kanállal vájjuk ki, és vágjuk fél centis szeletekre. A burgonyát hámozzuk meg, majd sós vízben főzzük puhára. Az elkészült krumplit szűrjük le, nyomjuk át, majd tegyük egy tálba. Tegyük hozzá a tojás sárgáját, a vajat, és a szerecsendiót. Habverővel jó alaposan keverjük, habosítsuk fel.

Forrósítsunk fel pár kanálnyi olívaolajt egy nagy serpenyőben, majd tegyük bele a befűszerezett hússzeleteket. Mindkét oldalát erős lángon pirítsuk meg, nem kell átsütni. Tegyük az elősütött szeleteket egy nagy tepsire. A körteszeleteket szintén erős lángon süssük elő, és pár szeletet tegyünk a húusra. Töltsük a burgonyahabot egy nyomózsákba, majd mindegyik körtés húusra nyomjunk egy-egy halmot. Személyenként 3 hússzeletet számoljunk.

Tálalás előtt tegyük forró sütőbe, és 170-180 fokon 15-20 perc alatt süssük pirosra. Körethez tisztítsuk meg a kelbimbókat, majd forrásban lévő sós vízben főzzük 8-9 percig. Míg a kelbimbó föl, vágjuk kis kockákra a szalonnát, és pirítsuk meg egy nagy serpenyőben, tegyünk hozzá egy kis olívaolajat még, majd keverjük össze a megfőzött kelbimbóval.

Harsány Levente desszertje

## Gyömbéres-körtés torta, narancsos karamell szósszal

2010-11-19



### Hozzávalók:

- 25 dkg aszalt szilva
- 3 dl tej
- 10 dkg vaj
- 5 dkg kandírozott gyömbér
- 14 dkg barnacukor
- 3 db körte
- 18 dkg liszt
- 1 marék dió
- 1 teáskanál szódabikarbonát
- 2 teáskanál őrölt gyömbér
- fél teáskanál mézeskalács sütemény fűszerkeverék
- 2 db tojás

### Szószhoz:

- 25 dkg cukor
- 1 db narancs
- 2.5 dl tejszín

Magozzuk ki a datolyát, majd tegyük egy tálba. Adjuk hozzá a tejet, az olvasztott vajat, az összevágott gyömbért, a tojást és a barnacukrot.

Hámozzuk meg, és vágjuk kisebb darabokra a körtéket. Egy kis tálba keverjük össze a lisztet a szódabikarbonáddal, az összevágott dióval és a fűszerekkel. Keverjük hozzá a tojásos keverékhez a lisztes keveréket. Végezetül óvatosan dolgozzuk bele a körtét is.

Kenjünk ki vajjal és hintsünk meg liszttel egy kerek lecsatolható peremű tortaformát, majd töltsük bele a tésztát. Forró sütőben süssük 150 fokon 30-40 percen keresztül.

A szószhoz olvasszuk fel a cukrot, majd hevítsük addig míg aranybarna színű lesz. Öntsük hozzá a tejszínt, a fél narancs lereszelt héját, és a kifacsart levét. Forraljuk addig, míg a cukor teljesen fel nem oldódik.

A tortát szeleteljük fel cikkekre, tálaljuk nagy tányérra, szórjuk meg porcukorral és csorgassuk meg a szósszal.

VV Anett előétele

## Hagymakrém leves

2010-11-22



### Hozzávalók:

4 fej vöröshagyma  
2 db zöldségleves kocka  
3 evőkanál olívaolaj  
4 szelet bacon szalonna  
só  
darált bors  
őrölt szerecsendió

### Elkészítési mód:

Forrósítsuk fel az olívaolajat egy fazékban, majd tegyük bele az összevágott vöröshagymát, kis lángon állandóan kevergetve pároljuk addig, míg a hagyma szép barna nem lesz. Utána öntsük fel két liter vízzel, fűszerezzük őrölt szerecsendióval, kevéske darált borssal. Ízesítsük sóval és a leveskockával. Főzzük kis lángon húsz percig, majd kézi mixerrel pürésítsük. Egy serpenyőben pirítsuk meg a kis kockákra felvágott szalonnát, majd ha ropogósra sült, szedjük ki egy kistányérba. Tálaljuk a levest csészékben, tetejére szórjunk a megsütött szalonnából. Ropogós pirítóssal kínáljuk.

VV Anett főétele

## Sajttal töltött szezámragos rántott csirkemell, répás-gombás rizzsel és retöksalátával

2010-11-22



### Hozzávalók:

40dkg trappista sajt  
1kg csirkemell  
szezámrag  
tojás  
teljeskiörlésű liszt  
pérézli  
2db jégcsapretek  
2 dl natúr joghurt  
2 zacskó gyors rizs  
só  
bors  
vegeta

### Elkészítési mód:

A csirkemellet megtöltjük sajttal, bepanírozzuk és a prézlibe teszünk szezámragot, a végén pedig kirántjuk. Odarakjuk a rizst főni. A gombát megpároljuk és kb. 10 perc múlva rátesszük a cukkinit utána pedig a répát. Ízesítjük sóval, borssal, vegetával. Ha puha összekeverjük a rizzsel. A retket megpucoljuk, uborkaszeletelével összevágjuk, a joghurtot elkeverjük joghurtos porkeverékkel és ráöntjük a leaprított retkekre.

VV Anett desszertje

## Tejszínes szedres-almáspite

2010-11-22



### Hozzávalók:

17 dkg vaj  
 30 dkg búzaliszt  
 4 db savanykás alma  
 1 citrom lereszelt héja és kifacsart leve  
 2,5 dl tejszín  
 20 dkg barnacukor  
 3 db tojás  
 2 teáskanál sütőpor  
 30 dkg feketeszeder  
 csipetnyi só

### Elkészítési mód:

Tegyük a vajat és a tejszínt egy lábasba, majd forraljuk fel. Keverjük el benne a cukrot, majd ha kissé kihűlt üssük bele a tojásokat. Habverővel pár percig keverjük simára. Szórjuk bele a citrom lereszelt héját és ízesítsük egy csipetnyi sóval, majd adjuk hozzá a sütőporral elkevert lisztet is. Keverjük addig, míg sima nem lesz.

Hámozzuk meg az almákat, vágjuk négyfelé és metsszük ki a magházát, majd szeleteljük cikkekre. Csorgassuk meg citromlével, hogy ne barnuljon meg, majd öntsük a tésztához.

Adjuk hozzá a megmosott szederszemeket, és óvatosan keverjük össze.

Öntsük a masszát egy közepes méretű vajjal kikent és liszttel meghintett tepsibe.

Egyengessük el simára a tetejét, majd szórjuk meg egy-két evőkanálnyi barnacukorral.

Tegyük előmelegített sütőbe, és 150 fokon süssük 35-40 percig. Mielőtt kivennénk a sütőből, szúrjuk meg fogvájóval, és ha már nem ragad rá a tészta, biztosak lehetünk, hogy teljesen átsült a sütemény.

Ha elkészült még langyosan vágjuk kockákra és szórjuk meg porcukorral.



Csonka András előétele

## **Zöld salátalevelek málnaöntettel és grillezett halomi sajttal**

2010-11-23



### **Hozzávalók:**

málna  
olíva olaj  
málnaecet  
méz  
só  
bors

### **Elkészítési mód:**

A salátaleveleket beborítjuk a fenti összetevőkből összeállított dresszingsel, és hozzá serpenyőben mindkét oldalán megpirítjuk a sajtot.

Csonka András főétele

## Sült csirkemellfilé zöld püréágyon, tejszínes zöldbabbal

2010-11-23



### Hozzávalók:

csirkemellfilé

só

bors

kakukkfű

püréhez:

burgonya

vaj

tej

só

bazsalikom

petrezselyem

spenót

zöldbab

2 dl főzőtejszín

só

fehér bors

2 tojássárgája

fokhagyma

### Elkészítési mód:

A csirkét befűszerezzük és serpenyőben elősütjük, majd sütőben elkészítjük. A püréhez a sós vízben főtt burgonyát vajjal elkeverjük, és beleöntjük a turmixolt tejet a spenóttal, petrezselyemmel, bazsalikommal. Az előzetesen enyhén puhára főzött zöldbabot jeges vízben lehűtjük, és amikor a hús elkészül, a serpenyőben összekeverjük a babot a 2 tojássárgájával, 2dl főzőtejszínnel, sóval, borssal és fokhagymával elkészített öntettel.

Csonka András desszertje

## Stíriai metélt

2010-11-23



### Hozzávalók:

16 dkg liszt  
6 tojás  
4 dl tejföl  
50 dkg túró  
5 dkg vaj  
citromhéj  
vaníliás cukor

### Elkészítési mód:

A tésztához a túrót, a liszttel és 3 tojássárgájával elkeverjük, 2 csomag vaníliás cukorral ízesítjük, és egy csipet sóval, majd ujjnyi vastagra nyújtjuk, és kis lapocskákra szeleteljük, sós vízben kifőzzük.

Közben egy tálban kikeverjük a tojássárgáját, a tejföllel, a vajjal, 5 kanál cukorral, kis vaníliával, reszelt citromhéjjal, és az összes tojás kemény habbá vert fehérjéjével, majd mindehhez hozzáöntjük a kifőtt tésztát, és előmelegített sütőben átsütjük.

**Bereczki Zoli előétele**

## **Sóskaleves**

**2010-11-24**



Sóskaleves úgy, ahogy anyósomtól (Hámori Ildikótól) tanultam

Hát először is szeretnék mindenkit megnyugtatni, ez nem a régi idők menzalevese, a "ha-nem-eszed-meg-nincs-csoki" féle kellemetlen emlékek felidézője, ez az egyik legfinomabb leves, amit valaha kóstoltak!

S hogy mi kell hozzá, és hogy készül azt pontosan úgy írom le, ahogy nékem az nekem az anyósom megmutatta...!

2 kg sóska... azért ilyen sok, hogy sűrű legyen a leves, annak ellenére, hogy nem rántjuk be!

Lobogó vízbe dobjuk (miután megmostuk). Ha összeesett, szűrjük le és turmixoljuk össze botmixerrel. Fazékban kb 1-1/2 liter vízzel forraljuk.

Ízesítsük: fűszersóval, lehetőleg nádcukorral, esetleg, mert ez nagyon feldobja egy fél citrom levével. Végül tegyük bele a tejfölt.

Azért nem írtam mennyiségeket az ízesítésre, mert mint a jó szakácsok kóstoljuk menet közben, hogy ízlik-e.

Tálaláskor javaslom, egy kanál tejföllel és egy mentalevéllel díszítsük. Istenien finom hidegen és melegen tálalva is!

**Bereczki Zoli főétele**

## **Vaslapon grillezett szárnyas pecsenye pikáns szószokban és fóliában sült burgonyával**

2010-11-24



Bereczki Zoli csirkéből készítette, amit bepácolt. Szerinte ez a fogás rettentően egyszerű.

### **Lássuk:**

Végy egy finom csirkemellet, mosd meg, vágd ketté, és szeleteld három részre.

Sózd be ízlés szerint (Zoli kevés sóval étkezik, de a páchoz azért ő is jól megsózta) mindkét oldalát a szeleteknek.

Helyezd egy edénybe a felszeletelt, besózott húst, önts rá tejet és nyomj rá fokhagymát! Sokat, mert úgy finom.

Legalább 24 órával a sütés előtt ezt végezd el, mert a pácnak idő kell!

Persze más pác is készíthető, de ez azért ideális, mert csak alapízt ad a húsnak és később lehetőségünk van a sütéskor eldönteni, milyen ízösszetételű legyen a végeredmény.

Másnap jön a "Nagy szeletelés"!

**Hozzávalók:** paradicsom, paprika (grillpaprika a legjobb), cukkini, gomba, kukorica (ezt majd kicsit előfőzzük), narancs, alma, őszibarack, vöröshagyma, és minden más, amit szeretnénk meggrillezni. A narancsot hámozzuk, az almát csak csumázzuk, de mindent szeleteljünk fel: a gombát, hagymát, cukkinit lehet vékonyra, a paradicsomot kicsit vastagabbra, az almát, narancsot pedig ujjnyi vastagra. A kukoricát kicsit előfőzzük, (megfosztjuk a kis ruhácskájától, azzal megágyazunk egy lábasban, rá tesszük a kukoricát, öntünk hozzá bőven vizet és rárakjuk a tűzhelyre) Az őszibarackot lehet, mint a narancsot meghámozva (Zoli úgy szereti) kimagozva, vagy csak egyszerűen félbevágva. A paprikát, csak úgy, mintha szendvicsre menne. Ha a kukorica kész, szeleteljük fel kb. két ujjnyi vastag szeletekre.

**Szószok:** olívaolaj, mustár, paradicsomszósz, méz. Itt is fontos, hogy bármi, amit ízlelőbimbónk, fantáziánk odakíván ne féljünk megpróbálni, mert ez a dolog lényege.

Kell még friss fűszernövény: Zoli bazsalikom-imádó, de a citromfűvet, mentát, és a rozmaringot is szereti.

### **Sütés:**

Zolinak egy üvegfedelű, elektromos sütőtálja van, szerinte a sütéshez ez a legtökéletesebb.

Fontos, hogy ne legyen túl forró a sütőplatni, mert az ízeknek kell, hogy összeérjenek.

Jöjjön az olíva, hagyma. Innentől kezdve csak arra figyeljünk, hogy mi milyen gyorsan sül meg, illetve, hogy mennyire kell, hogy megsüljön.

Zoli ezután a gombával folytatná, meg a cukkinivel, majd a paradicsommal, paprikával, narancssal és az almával. Ezután jöhetnek a fűszerek! A fedőt mindig rakjuk vissza, mert elszaladnak az ízek, illatok.

Fordítsunk egyet mindenre!

Ha már tombolnak az illatok, ideje van a szósznak. Kezdjük a mustárral, és végül a húst is tegyük rá. Szorítsunk neki helyet, két perc múlva pedig fordítsuk meg. Egy kis mézzel öntsük nyakon.

Tálaljuk fóliás burgonyával, vagy főtt rizzsel. Töltsünk hozzá könnyű vörösbort és fogadjuk a gratulációkat!

**Bereczki Zoli desszertje**

## **Rizsfelfújít erdei gyümölccsel**

**2010-11-24**



Zoli szerint ez a fogás volt a legbonyolultabb. Sajnos neki nem sikerült száz százalékosra, ezért a kezdőknek sem ajánlja.

### **Hozzávalók:**

400g rizs (barna rizs, jázminrizs)  
 50g teljes kiőrlésű zsemlemorzsa  
 100g bio növényi margarin  
 1l rizstej  
 250g nádcukor  
 50g mazsola  
 1 cs. foszfátmentes sütőpor  
 bourbon-vanília  
 bio citromhéj  
 kurkuma

A kevés vízben félig megfőtt rizst tejjel felengedjük, nádcukorral, vaníliával, citromhéjjal ízesítjük és puhára főzzük. A margarint kurkumával és foszfátmentes sütőporral kikeverjük és a mazsolával együtt a rizshez adjuk. A margarinnal kikent és zsemlemorzzával meghintett tepsibe terítjük a masszát. Közepes meleg sütőben készre sütjük. Lekvárral vagy karoböntettel tálaljuk.

Zoli erdei gyümölcs öntetet készített hozzá, ami szintén rettentő egyszerű elkészíteni.

1kg piros gyümölcsöt (szeder, ribizli, málna, áfonya, eper) összeturmixolunk.

Dísznek egy pár szemet rakjunk félre, mert a tálalásnál rettentő gusztos egy két gyümölcsdarab a tányér szélén és a végén mézzel édesítsük.

Beszeda Gábor előétele

## Konyakos fácánleves

2010-11-25



### Hozzávalók:

1 tisztított fácán  
2 velőscsont  
3 dl konyak  
só  
egész bors  
zelligumó  
krumpli  
sárga és fehér gyökér  
petrezselyem  
kevés gomba  
vöröshagyma  
fokhagyma  
kevés citromlé  
1 evőkanál cukor  
olívaolaj

### Elkészítési mód:

Az olajat, zöldségeket, fűszereket és a csontokat feltesszük főni bőségesen felöntve vízzel. Közben megpucoljuk a fácánt, ügyelve arra, hogy ne maradjon benne sörét. Mikor a lé forr, beletesszük a madarat. Előtte megkóstoljuk, hogy elég sós illetve ízes-e. Főzzük egy bő órán keresztül, majd hozzáöntjük a konyakot. Keverés után hagyjuk még 1 órát főni. Hozzáadjuk a citromot és a cukrot, ami elképesztően kiemeli az ízeket, majd még egy negyed óráig hagyjuk gyöngyözve főni. Mikor kész, leszűrjük s csak a levét tálaljuk kevés felcsíkozott sárgaréppával és vékonyra szelt fácánmell szeletekkel.

Beszeda Gábor főétele

## Kacsamell almás párolt káposztával és tótgombóccal

2010-11-25



### Hozzávalók:

4 bőrös kacsamell  
só  
bors  
majoranna  
olívaolaj  
reszelt vöröskáposzta  
szegfűszeg  
reszelt alma  
kevés vörösbor  
zsenge krumpli  
liszt

### Elkészítési mód:

A kacsamelleket megtisztítjuk, a bennmaradt tokokat eltávolítjuk. Besózzuk, fűszerezzük. Belehelyezzük a tepsibe és bőségesen öntök alá vizet, majd lefóliázzuk. 180 fokra előmelegített sütőben 45 percig pároljuk, majd pirosra sütjük fólia nélkül 210 fokon. A káposztát kevés olajon elkezdjük párolni. Ráöntjük a bort, sózzuk és rövidesen hozzáadjuk az almát, meg a szegfűszeget. Lassú tűzön pároljuk, míg puha nem lesz. A krumplikat megfőzzük, majd átpasszírozzuk jó alaposan. Sózzuk, és hozzáadjuk a lisztet gyúrás közben, épp annyit, amennyit felvesz, hogy tapadásmentes masszát kapjunk. Lisztezett gyúródeszkán hüvelykujjnyi rudacskákra nyújtjuk, majd felszeljük őket kb. 1,5 centis darabokra. Lobogó forrásban lévő vízben megfőzzük őket, majd hidegvízzel leöblítjük. A közben készre sült kacsra kicsit odakapott pecsenyelevében átsütjük a kis gombócokat.



Beszeda Gábor desszertje

## Narancsos szuflé csokibundás narancsgerezdekkel

2010-11-25



### Hozzávalók:

4 tojás  
margarin  
70%-os étcsokoládé  
barnacukor  
aszalt narancsdarabok  
friss narancs  
kevés tej  
vanília rudak

### Elkészítési mód:

A sütőt előmelegítjük 200 fokra. Kivajazzuk a szufléformákat. A csokoládét gőz fölött vagy alacsony lángon felolvasztjuk, hogy folyós masszát kapjunk. A tojásokat szétválasztjuk, a 4 db sárgáját a cukorral habosra keverjük, vaníliát adunk hozzá, a fehérjét csipet sóval kemény habbá verjük. Az olvasztott csokival bevonjuk a megpucolt narancsgerezdeket és a mélyhűtőbe tesszük. A végén a fehérjét a masszához keverjük, lehetőleg úgy, hogy minél kevésbé törjön a hab és hozzáadjuk a szárított narancsdarabokat (friss nem jó, mert levet ereszt és híg lesz tőle a massa). A szuflétálcákba adagoljuk úgy, hogy a perem alatt egy ujjnyival legyen a massa. A sütőbe tesszük, míg meg nem keményedik a teteje. Kivétel után megszórjuk a tetejét barnacukorral és lángvetővel karamellizáljuk, hogy kemény bevonatot képezzen.

**Oszvald Marika előétele**

## **Húsleves velős csonttal**

**2010-11-26**



### **Hozzávalók:**

fél kg levesthús  
1 velős csont  
1 csomó levestöldség  
1 fej hagyma  
só

### **Elkészítési mód:**

Megmossuk a levesthúst és a velős csontot. Megmossuk, illetve megtisztítjuk a levestöldséget. A hagymát kettévágjuk és a tűzhely lapján megbarnítjuk a vágási felületet. Az összes hozzávalót 1,5 - 2 liternyi hideg vízben feltesszük főni, sózzuk és 1-1,5 órán keresztül lefedve lassú tűzön főzzük. Fűszerezünk pár szem egész borssal, két gerezd fokhagymával, 1 csokor zellerlevéllel. Húsleveskockát csak a felhasználáskor tesszünk bele, mivel anélkül hosszabb ideig eltartható.

Oszvald Marika főétele

## Ízes hús kavalkád és Tejszínes gombaszósz

2010-11-26



### Ízes hús kavalkád

#### **Hozzávalók:**

1 kg sertés oldalas  
60 dkg sertés szűzpecsenye  
60 dkg pulykamell filé

#### ***Elkészítési mód:***

Vágjuk tízdekás darabokra az oldalast, majd fűszerezzük be őrölt köménnyel, zúzott fokhagymával, sóval és darált borssal. Hasonlóan fűszerezzük be a sertés szűzet és a pulykamellet is. Tegyük a húsokat egy nagy tepsibe, tegyünk mellé pár szem félbevágott vöröshagymát, és fokhagymát, egy-egy szem paradicsomot és paprikát. Öntsünk alá egy pohárnyi vizet, fedjük le alufóliával, majd forró sütőben pároljuk körülbelül egy órán keresztül. Ha a pecsenyék már megpuhultak, vegyük le a fóliát a tétjéről, és süssük pirosra.

### Tejszínes gombaszósz

#### **Hozzávalók:**

30 dkg apró szemű csiperkegomba  
3 szál újhagyma  
másfél deciliter tejszín  
só  
darált bors  
2 csapott evőkanál liszt  
1 evőkanál vaj.

#### ***Elkészítési mód:***

Forrósítsuk fel a vajat egy nagy serpenyőben, tegyük bele a felkarikázott újhagymát, majd pároljuk pár percig. Adjuk hozzá a négybe vágott gombafejeket, fűszerezzük darált borssal, ízesítsük sóval. Közepes lángon addig pároljuk, míg a gomba a saját párolólevét el nem párologta. Szórjuk meg a liszttel, keverjük jól össze, majd öntsük hozzá a tejszínt. Keverjük simára, és jól forraljuk ki.

**Oszvald Marika desszertje**

## **Mogyorós palacsinta**

2010-11-26



### **Hozzávalók:**

10 dkg liszt  
1 csipetnyi só  
2 db tojás  
3 dl tej  
étolaj a kisütéshez  
mogyorókrém

### **Elkészítési mód:**

Szitáljuk a lisztet egy keverőtálba, ízesítsük egy csipetnyi sóval. Kezünkkel készítsünk a közepébe egy mélyedést, majd üssük bele két tojást. Öntsünk hozzá 0,5 dl félzsíros tejet és egy evőkanál étolajat. Kezdjük el habverővel keverni a közepétől kiindulva addig, míg a tojás, az olaj és a liszt összekeveredik, majd erősen keverjük sima tésztává. Utána kis adagokban keverjük hozzá a maradék 2,5 dl tejet.

Forrósítsuk fel a palacsintasütőt, majd egy evőkanál olajjal csorgassuk meg. Öntsük bele a palacsintatésztát, és a szokásos módon süssük ki.

Még forrón mogyorókrémmel töltsük meg.

**Steiner Kristóf előétele**

## **Kesudióleves gránátalmával és csokoládéval**

**2010-11-29**



### **Hozzávalók:**

20 dkg kesudió  
1 liter zöldséglevés  
2 dl tejszín  
2 gránátalma leve és magvai  
néhány kocka gránátalmás csokoládé

### **Elkészítési mód:**

A kesudiót megpirítjuk, finomra daráljuk, a zöldséglevessel felöntjük, belefacsarjuk a gránátalmák levét. A tejszínben felolvasztjuk a csokoládét, ezzel sűrítjük a levest. A gránátalma magokkal díszítjük.

**Steiner Kristóf főétele**

## **Szerelmes csirke**

**2010-11-29**



### **Hozzávalók:**

2 banán  
10 dkg mogyoró  
3 evőkanál mogyoróvaj  
egy evőkanál tikka masala fűszerpor, vagy paszta  
egy nagy fej vöröshagyma  
3 gerezd fokhagyma  
egy doboz passzírozott paradicsom  
5 szárított paradicsom  
5 dkg keserű csokoládé  
1 dl kókusztej  
1 ek vaj

### **Elkészítési mód:**

A csirkét csíkokra vágva vajon megpirítjuk, megpároljuk rajta a hagymát és a fokhagymát. Felöntjük a kókusztejjel, ha már forr, hozzáadjuk a mogyoróvaját. A banánt villával péppé zúzzuk, összekeverjük a masalával és a paradicsompürével. Fél órát rottyogatjuk lassú tűzön. Végül a csokit belemorzsoljuk és elkeverjük, és pirított mogyoróval megszórva tálaljuk, és szárított paradicsomot rágcsálhatunk hozzá. Mentás vadrizzsel a legfinomabb, és egy pohár jéghideg Lambruscoval.

**Steiner Kristóf desszertje**

## **Banánkenyér**

2010-11-29



### **Hozzávalók:**

2-4 nagyon érett banán  
10 dkg liszt  
10 dkg apróra zúzott dió  
10 dkg barna nádcukor  
5 dkg mazsola  
2 tojás  
5 dkg fehér csokoládé  
egy kanál joghurt  
125 gramm vaj  
egy csomag sütőpor

### **Elkészítési mód:**

170 fokra melegítjük a sütőt, a száraz összetevőket egy nagy tálban kikeverjük, a felvert tojáshoz hozzáadjuk a szétzúzott banánokat és a joghurtot, valamint az olvasztott vajat. A két edény tartalmát összekeverjük, beleszórjuk a csokit, apró darabokban. A legfinomabb, ha a mazsolát előtte vodkában forraljuk pár percre. Egy óra kell neki, míg megsül.

**Détár Enikő előétele**

## **Spárgaleves**

**2010-11-30**



### **Hozzávalók:**

25 dkg spárga mirelit, vagy friss idénytől függően

1 szál sárgarépa

körülbelül ugyanannyi zeller

1 nagyobb fej vöröshagyma

vaj

2 dl tejszín

1 kiskanál keményítő

ételízesítő

őrölt fehérbors

### **Elkészítési mód:**

A marhahúslevesben megfőzzük a spárgát. Fehérborssal, sóval, oregánóval, petrezselyemmel, szerecsendióval ízlés szerint ízesítjük. Készítsünk hozzá egy besamelmártás. Liszthez, vajhoz és tejszínhez, adjunk a már megfőtt leturmixolt spárgából egy keveset. Ezután készítsünk hozzá rántást, olaj helyett használjunk vajat.



**Détár Enikő desszertje**

## **Császármorzsa**

**2010-11-30**



### **Hozzávalók:**

4 dl tej  
25 dkg liszt  
4 db tojás  
10 dkg cukor  
8 dkg margarin  
5 dkg mazsola  
5 dkg vaníliás cukor  
reszelt citromhéj  
só

### **Elkészítési mód:**

Készítsünk egy sűrű palacsinta tésztát. A búzadarát áztassuk be, de csak annyi tejbe amennyit felvesz, majd adjuk hozzá a palacsinta tésztához. Teflonos palacsintasütőben keverjük úgy, mintha rántottát készítenénk. Gyümölcslekvárral vagy gyümölcszósszal tálaljuk.

Zimány Linda előétele

## Gombahamburger Britney módra

2010-12-01



### Hozzávalók:

8 fej nagykalapú barna csiperkegombát  
 2 db paradicsomot  
 1 db avokadót  
 1 db közepes méretű padlizsánt  
 4 szelet kecskesajtot  
 6 evőkanál Bertolli Originale olívaolajat  
 1-1 ág friss kakukkfű  
 bazsalikom  
 petrezselyem zöld  
 őrölt borsot

### Elkészítési mód:

A gombák tönkjeit óvatosan törjük le a kalapról, majd csap alá tartva a gomba kalapjának külsejét, öblítsük le hideg vízzel. A belső lemezes oldalát nem szabad megmosni, mert nagyon sok vizet szív magába és elázik a gomba. Daráljunk a belső felére borsot, csorgassuk meg olívaolajjal, majd tépkedjük rá friss kakukkfűleveleket.

Vágjuk egy centis vastagságú szeletekre a padlizsánt, az avokadót és a paradicsomot. A padlizsán szeleteket kenjük meg olívaolajjal, daráljunk rá borsot, majd forró serpenyőben mindkét oldalát süssük pirosra. Egy másik serpenyőben hevítsünk fel pár evőkanálnyi olívaolajat, majd süssük meg a gombákat közepes lángon, párszor megfordítva sütés közben. 5 perc elég is nekik. Az előzőhöz hasonlóan, erős lángon, olívaolajjal megcsorgatott serpenyőben süssük meg a paradicsomszeleteket is. A paradicsom sütése után a forró serpenyőben süssük meg az ujjnyi vastag szeletekre felvágott sajtot.

Zimány Linda főétele

## Amerikai bélszín steak zöldfűszerekkel, steak burgonyával

2010-12-01



### Hozzávalók:

8 szelet marha vesepecsenye  
 3 dl tejszín  
 1 evőkanál vaj  
 2 evőkanál olívaolaj  
 3 db zellerszár  
 1 db sárgarépa  
 1,5 dl száraz madeira bor vagy cherry  
 1 evőkanál magos mustár  
 só  
 őrölt bors  
 4 szál kakukkfű

### Elkészítési mód:

A bélszínszeleteket ütögetjük meg kissé, majd csorgassunk rá olívaolajat, daráljunk rá borsot, tépkedjük rá kakukkfűvet és hintsük meg kevéske sóval. Tegyük a hűtőbe pár órára, hogy a fűszerek íze jól átjárja.

Egy nagy serpenyőt forrosítsunk fel, tegyük bele a fűszerezett hússzeleteket, majd közepes lángon mindkét oldalát két-két percig süssük, utána vegyük ki a serpenyőből. Tegyük a vaját a serpenyőbe, szórjuk bele az apró kockákra felvágott sárgarépát és zellerszárat, majd közepes lángon pároljuk. Pár perc elteltével öntsük hozzá a bort, és addig pároljuk még a bor elpárolog, és cukortartalma karamellként bevonja a zöldségeket. Utána öntsük hozzá a tejszínt és a mustárt is. Ízesítsük kevéske sóval és őrölt borssal, és helyezzük vissza a megsütött hússzeleteket, még egyet forraljunk rajta.

Tálaláskor egy nagy tányér közepére tegyük sós vízben megfőzött hajdinát, tetejére a bélszínszeleteket, köréje a tejszínes szószból kanalazzunk.

**Zimány Linda desszertje**

## **Csokis muffin**

**2010-12-01**



### **Hozzávalók:**

15 dkg liszt  
2 tojás  
15 dkg vaj  
15 dkg cukor  
3 evőkanál barackíz (ízlés szerint más is lehet)  
fél csomag sütőpor vagy szófabikarbóna  
5 dkg keserű kakaópor  
5 dkg tört étcsokoládé

### **Elkészítési mód:**

A vajat és a csokoládét olvasszuk meg. Keverjük össze a hozzávalókat, hogy a tészta szép sima legyen. Keverhetjük robotgéppel vagy akár kézzel is. Adagoljuk ki a muffin formába, majd 170 fokon süssük meg. A tetejét cseresznyével díszíthetjük.

**Galambos Lajos előétele**

## **Ünnepi krémleves sváb gombóccal**

2010-12-02



### **Hozzávalók:**

zsemle  
só  
bors  
tojássárgája  
rozmaring  
petrezselyem  
zeller  
főzőtejszín  
hagyma  
kevés burgonya

### **Elkészítési mód:**

A hagymát pirítjuk, felöntjük vízzel, bele a zellert és burgonyát, amikor puha, pürésítjük. Tojást a zsemlével és fűszerekkel összegyúrjuk, és forró olajban kisütjük. Feltétnek a leveshez tálaljuk.

**Galambos Lajos főétele**

## **Sváb pecsenye dióban forgatott burgonyával**

2010-12-02



### **Hozzávalók:**

fehér pulykahús  
sertéshús  
hagyma  
paradicsom húslé  
burgonya  
dió  
só  
bors  
rozmarin

### **Elkészítési mód:**

A húsokat csíkokra vágjuk, a megdinsztelt hagymára tesszük, majd felöntött húslében a kellő állapotig pároljuk, közben fűszerezzük.

Burgonyát egészben megfőzzük, pucoljuk, forró olajban aranybarnára sütjük, és darált dióval megszórjuk.

**Galambos Lajos desszertje**

## **Bundázott alma fahéjjal**

**2010-12-02**



### **Hozzávalók:**

alma  
palacsintatészta  
fahéj

### **Elkészítési mód:**

A sűrű palacsintatésztaiba mártjuk a kimagozott alma szeleteket, forró olajban kisütjük, tálaláskor fahéjjal megszórjuk.

**Forgács Gábor előétele**

## **Falusi májgaluska leves fürjtojással**

2010-12-03



### **Hozzávalók a leveshez:**

egy fél tyúk, és belsejéből  
 3 szál sárgarépa  
 2 szál fehérrépa  
 1 közepes zeller  
 1 kisfej karalábé  
 1 zöldpaprika (ha kicsit erős az nem baj)  
 1 kis fej hagyma  
 2 gerezd fokhagyma  
 kis csomag zeller  
 nagy csomag petrezselyem  
 só  
 bors  
 szerecsendió  
 sáfrány  
 őrölt kömény  
 2db makkacukor  
 főtt fürj tojás (az étkezők száma szerint)

### **Hozzávalók a májgaluskához:**

2 tojás  
 liszt (amennyit felvesz a két tojás)  
 makkás kanál libazsír  
 2 csirkemáj  
 só  
 bors  
 metélt petrezselyem.

### **Elkészítési mód:**

A jól megmosott és feldarabolt tyúkot az aprólékkal – kivéve a májat – lábasba és vízbe tesszük és feltesszük főzni. Kicsit főhet, majd a habot levesszük egy kis kanállal. Ezután beletehetjük a megpucolt zöldségeket és a fűszereket. A két szem makkacukor ki ne maradjon, mert attól lesz ízes.

A májgaluskához a májat a kés fokával elkaparjuk pépesre, hozzáütjük a két tojást, libazsírt, megsózzuk, borsozzuk, és jól elkeverjük. Ezután, hozzákeverünk annyi lisztet, hogy jól szaggatható pépet kapjunk. A kész levesből egy kislábasba csak levet öntünk, vissza tesszük a tűzhelyre, és amikor kezd forrni beleszaggatjuk a galuskát. Amikor a galuska megfőtt, azt a lével együtt visszaöntjük a levesbe. Ettől a leves kicsit zavaros lesz de finomabb. Beletesszük a főtt fürjtojásokat, hogy felmelegedjenek.



**Forgács Gábor főétele**

## **Vegyes pecsenye somogyi dödöllével**

2010-12-03



### **Hozzávalók a vegyes pecsenyéhez:**

1 fél kiló sertés oldalas, ne túl zsíros legyen  
 1 fél kiló csirke szárny  
 2 fej fokhagyma  
 2 fej hagyma  
 1 doboz ketchup  
 1/2 kiló méz  
 só  
 őrölt kömény

### **Hozzávalók a somogyi dödölléhez:**

2 kiló krumpli,  
 1 kiló vöröshagyma  
 1/2 kiló liszt  
 1/2 kiló libazsír  
 só

### **A vegyes pecsenye elkészítése:**

Az oldalast megmossuk, majd egyenlő darabokra vágjuk. Lábasba tesszük, mellé tesszük a gerezdekre szedett, megpucolt 1 fej fokhagymát, jól megsózzuk, megszórjuk egy mokkáskanál őrölt köménymagot. Felöntjük vízzel – épp hogy ellepje, és félpuhára főzzük. A csirke szárnyal ugyan ezt tesszük egy másik lábasban. Ha megfőttek egyenként kiteszük a darabokat egy szűrőre és jól lecsöpögtetjük. Majd egy nagy tálban összekeverünk 2 üveg ketchup 1 üveg mézzel. Egyenként megpörgetjük benne a húsokat és szépen sorban egy sütő tepsire tesszük. Betesszük a sütőbe és 200 fokon ropogósra sütjük.

### **A somogyi dödölle elkészítése:**

A krumplit héjában, jól megsózott vízben puhára főzzük. Megpucoljuk és egy nagy tálban összenyomkodjuk. Keverésközben hozzáadunk egy evőkanál libazsírt és annyi lisztet, hogy kemény pépet kapjunk. A maradék zsírt megolvasztjuk és az apróra vágott hagymát pirosra sütjük benne. Levesszük a lángról. A krumplipépből két evőkanál segítségével nagy gombócokat formázunk, majd megforgatjuk a hagymás zsírban, hogy jó hagymás legyen, azután sütőlapra tesszük szépen sorban. Előmelegített sütőbe tesszük és 250 fokon picit megpirítjuk.

**Forgács Gábor desszertje**

## **Csúsztatott palacsinta**

2010-12-03



### **Hozzávalók:**

5 tojás  
5 dkg vaj  
10 dkg liszt  
2 dl tej  
10 dkg vaníliás cukor  
5 dkg áfonya lekvár  
1/2 deci édes vörösbor  
olaj a sütéshez

### **Elkészítési mód:**

A vajat habosra keverjük és a tojásoknak a sárgáját hozzáadjuk, és jól elkeverjük. Hozzáadjuk lassan, keverve a lisztet – hogy ne csomósodjon – majd a tejet és egy csipetnyi sót. A tojások fehérjét egy csipet cukorral keményre verjük, majd lazán hozzákeverjük lassan óvatosan, hogy ne törjön össze. A forró olajban csak az egyik oldalát sütjük meg, majd óvatosan egy tálra csúsztatjuk, megszórjuk vaníliás cukorral, majd megcsöpögtetjük az áfonyalekvárban elkevert vörösborral. Ezt addig ismételjük, amíg el nem fogy. Az utolsót fordítva tegyük a tetejére. Azt már csak cukrozzuk. Forrón tálaljuk.