

Ételkészítési ismeretek



Vendéglátóipari
szakközép- és
szakmunkásképző
iskolák számára

Ételkészítési ismeretek

A vendéglátóipari szakközép- és szakmunkásképző
iskolák számára

Negyedik kiadás

**A Munkaügyi Minisztérium megbízásából kiadja
a Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó Rt., Budapest, 1994**

írta:
Pető Gyula

Lektorálta:
Görög Rudolf
Jung Márton
Karcagi Ferenc
Pár Gyula
Unger Károly

Sajtó alá rendezte:
Iszöcs Miklósi

Készült a Kereskedelmi Minisztérium
személyzeti és oktatási főosztályának irányításával

© Pető Gyula, Budapest, 1988

ISBN 963 222 704 2

I. Általános ismeretek

1. Alapfogalmak

a) *A konyha rendje, munkafegyelme*

A konyhában végezzük a szakmai gyakorlati tevékenység legfontosabb részét, az ételek készítését. A konyha rendjét és munkafegyelmét alapvetően az határozza meg, hogy ott a gyakorlati ismeretek elsajátítása érdekében olyan termelőtevékenységet végzünk, amely balesetveszélyes. Ennek érdekében a következőket kell betartani:

- gépeket, készülékeket csak akkor működtethetünk, ha már rendelkezünk a szükséges kezelési ismeretekkel;
- a használat közben bekövetkezett meghibásodást, gép- vagy készülék-, valamint egyéb károkat - törés, csorbulás stb. haladéktalanul jelentsük;
- a sérülést, balesetet vagy esetleges rosszulétet azonnal hozzuk az illetékes vezető tudomására;
- a kéziszerszámokat (kések, pecsenyevilla stb.) úgy kell használni, hogy ne okozzanak balesetet;
- halkan beszéljünk, hogy ne zavarjuk társaink munkáját;
- forró anyagokkal figyelmesen bánjunk, hogy a forrázást, az égést elkerüljük.

b) *Általános higiéniai követelmények*

Munkánk egyik alapvető követelménye, hogy mindig tiszták, ápoltak legyünk. Szakmánkban fontos a kifogástalan külső, mert enélkül nem készíthetünk higiénikus ételt, nem nyerhetjük meg a fogyasztók bizalmát.

A konyhába csak munkaruhába öltözve léphetünk, sapkával, illetve fejkenődővel a fejünkön. Az első teendő az alapos kézmosás szappannal, körömkefével, majd a kezek szárítása.

Munkánkat mindig tisztán, higiénikusan végezzük. Ha szükséges, két munkafázis között is mossunk kezét. Gondoljunk arra, hogy mi sem fogyasztanánk szívesen olyan ételt, amely nem megfelelő körülmények között készült. Ügyel-

jünk arra, hogy a munkaasztal, a tűzhely és a kéziszerszámok mindig tiszták legyenek. Ne tűrjük a rendetlenséget, az élelmiszerek, a kéziszerszámok összevisszaságát. A hulladékot, szemetet azonnal ki kell dobni a hulladéktárolóba.

c) Kötelező orvosi vizsgálat

Csak a kötelező orvosi vizsgálat megfelelő (negatív) eredménye alapján lehet a gyakorlaton részt venni, a konyhába, a tanműhelybe lépni.

Amennyiben hasmenést vagy egyéb olyan tünetet észlelünk, amiből fertőzésre következtethetünk, akkor a fertőzött személynek azonnal el kell távoznia a gyakorlatról, orvoshoz kell fordulnia.

2. A konyhák és kapcsolódó helyiségek

A termelőtevékenységet, az ételek készítését a konyhában végzik. A termelésnek megfelelően kialakítják a kapcsolódó helyiségek rendszerét is. Ez egyben megfelel az áru útjának is. A kapcsolódó helyiségekben gondoskodnak az élelmiszerek átvételéről, raktározásáról, előkészítéséről.

Gazdasági bejáró, átvevőhelyiség

A gazdasági bejárót úgy kell kialakítani, hogy ne érintkezzen az étteremmel és a konyhával, s gépkocsival megközelíthető legyen. Ez egyúttal a személyzeti bejáró is lehet. A gazdasági bejárón keresztül érkeznek az élelmiszerek a vendéglátó üzembe. Itt azonnal az átvevőhelyiségbe kerül az élelmiszer, ahol elvégzik a mennyiségi és minőségi vizsgálatot.

Az átvevőhelyiség felszerelési tárgyai: a mérlegek, a különböző méretű asztalok, a minőségi átvételhez szükséges műszerek. A göngyölegraktárt az áruátvevő helyiség közelében, a moslék- és szeméttároló helyiségeket pedig a gazdasági bejárat közelében kell elhelyezni.

a) A raktárak

Az élelmiszerek raktározásának, tárolásának az a célja, hogy a termeléshez mindig legyen kellő mennyiségű és minőségű nyersanyag. A raktárakat úgy kell telepíteni, hogy azok az átvevőhely közelében legyenek. Így sok felesleges munka, üzemen belül végzett szállítás, árumozgatás takarítható meg. A raktárak közelében kell elhelyezni az előkészítő helyiségeket. Ez is rövidíti az áru útját.

Szárászáruraktár

A szárászáruraktárban a lisztet, a rizst, a cukrot, a búzadarát, a zsemlemorzsat, a konzerveket, a száraz hüvelyeseket, a fűszereket, a zsiradékot, a tojást, a füstölt húskészítményeket, a kenyeret, a pékárut stb. egymástól elkülönítve tárolják.

A szakszerűen kialakított szárászáruraktár jól szellőztethető, száraz, hűvös hőmérsékletű, hézagmentes padlózatú, műkö burkolatú, meszelt falú és mennyezetű helyiség.

A tárolás módját az élelmiszerek tulajdonságai és csomagolásuk határozza meg. Biztosítani kell, hogy egyes élelmiszerek mint pl. a liszt és a cukor, ne szívjanak magukba nedvességet. A füstölt húskészítményeket felfüggesztve tárolják, hogy ne avasodjanak meg. Néhány élelmianyagot zsákokban tárolnak, 20-30 cm magas, ráccsal ellátott dobogóra helyezve, hogy ne fülledjenek be. A fűszereket és más erős illatú anyagokat légmentesen záródó edényekben kell tartani.

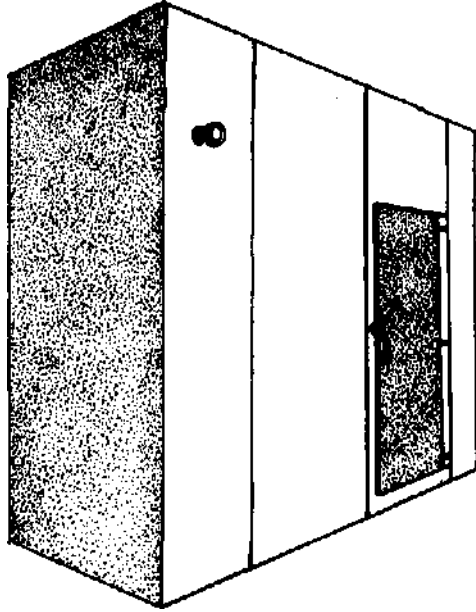
A szárászáruraktárban elsősorban polcokat használnak a tároláshoz. Erre a legcélszerűbb az előre gyártott elemekből készített Dexion-Salgó polcrendszer, amely jól használható és könnyen átalakítható. Itt az árukészlet jól áttekinthető és szakosítható. Új lehetőség a konténeres tárolás, amely egyszerűsíti az átvételt, a tárolást, szállítást. A szárászáruraktárban mérőeszközökre és -edényekre (pl. gyorsmérlegek, űrmértékek, fűszerlapát, mérőkanalak) van szükség az élelmiszerek kiméréséhez.

Földesáruraktár

A földesáruraktárban burgonyát, vöröshagymát, sárgarépat, petrezselyemgyökeret tárolnak. Biztosítani kell, hogy a levegő hőmérséklete és páratartalma alacsony legyen, így a mikroorganizmusok kevésbé tudják károsítani, rothasztani a magas víztartalmú, romlékony élelmiszereket. A helyiség falait betonnal vagy cementes vakolattal burkolják: így a helyiség tisztítása, mosása könnyen végezhető. A zöldség- és főzelékféléket kis mennyiségben rekeszekben, ládáokban, nagyobb mennyiségben halmokban tárolják. A zöldség- és főzelékféléket jól áttekinthetően kell elhelyezni, hogy a romlás első jelei időben szembetűnjenek, és a romlott darabokat eltávolíthassák.

Hűtőraktárak

A hűtvetárolás, ill. -raktározás napjainkban egyre jobban terjed. A korszerű ételkészítéshez több száz féle élelmiszert használunk fel. Ezek jelentős része csak



1. ábra. összerakható hűtőkamra

hűtve szállítható és tárolható. A hűtőtárolásnál az élelmiszereket szakosítva kell tárolni. Ezt a szabályt különösen a tejtermékek, húsok, húskészítmények, zöldség- és főzelékfélék, továbbá a gyümölcsök, készételek tárolásánál kell szigorúan betartani, így nem fordulhat elő fertőzés vagy romlás.

Ehhez használnak:

- hűtőkamrát,
- mélyhűtőt és
- hűtőszekrényt.

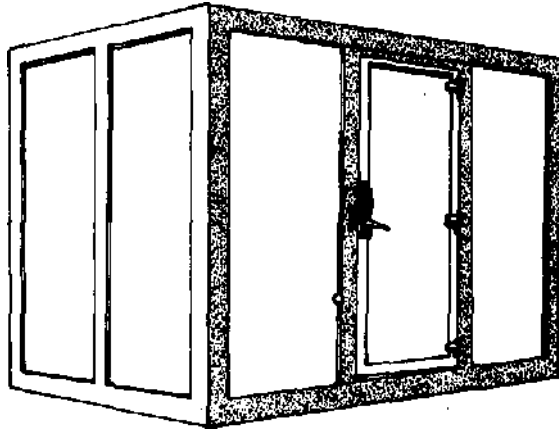
A hűtőkamra előhűtőtérrel egybeépített, jól szigetelt falakkal és ajtóval ellátott helyiség. Falai csempével, padlózata műkövel borított, tisztításuk így könnyen végezhető. A húshűtőkamra falaira húshorgok vannak szerelve, ezekre függesztik fel a vágóállatok húsrészeit. A falak mentén polcrendszer van. Ott tárolják a különböző belsőégeket, szárnyasaprólékot, csontokat (1. ábra).

Használat szerint megkülönböztetünk

- húshűtőkamrát,
- tej hűtőkamrát,
- készételhűtő-kamrát,
- primőr- és gyümölcs-hűtőkamrát.

Ezek tárolási hőmérséklete: (+ 2 °C)-(+ 4 °C).

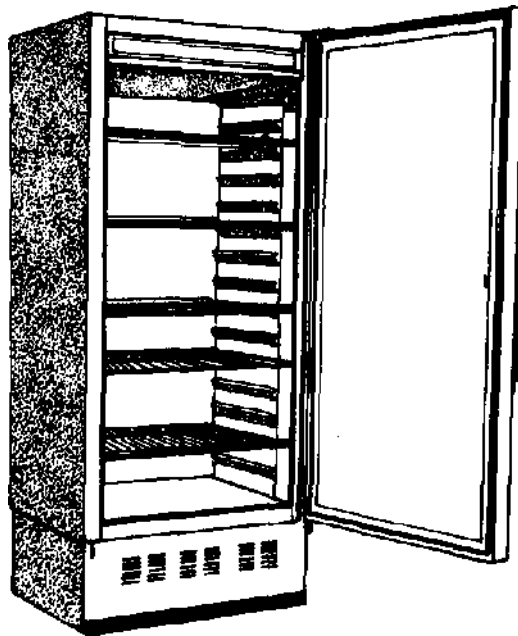
A mélyhűtőkamrák segítségével a vendéglátóipar egyre többet használ fel az iparilag előkészített, mélyhűtött élelmiszerekből. A mélyhűtött élelmiszerek



2. ábra. Összerakható mélyhűtőkamra

minőségének megóvását a hűtőlánccal biztosítjuk. A hűtőlánc az élelmiszer előállításától a vendéglátó üzemig biztosítja a megfelelő alacsony hőmérsékletet, s így a kifogástalan minőség megőrzését.

A mélyhűtött élelmiszereket a szükséges védőcsomagolással látják el. A mélyhűtő így jól kihasználható, mivel sokféle élelmiszert tárolhatnak együtt (2. ábra).



3. ábra. Hűtőszekrény

Tárolási hőmérséklet: (- 18 °C)-(- 25 °C).

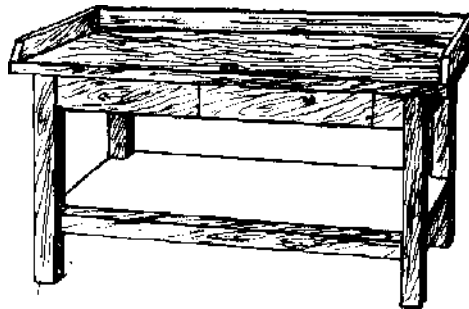
A hűtőszekrény elvileg bárhol üzembe helyezhető, ahol erre szükség van. Könnyen tisztítható, önműködően szabályozza az állandó alacsony hőmérsékletet. Fontos, hogy ezekben valósítsuk meg a szakosított tárolást (3. ábra).
Tárolási hőmérséklet: (+ 4 °C)-(+ 6 °C).

Göngyölegraktár

Az átvevőhelyiség és a raktárak közelében kell kialakítani a göngyölegraktárt. **Itt** raktározzák az elszállításig a megüresedett göngyölegeket, a zsákokat, a hordókat, az üvegeket stb.

Kéziraktár

A konyha közvetlen közelében található. A konyhában felhasználásra kerülő napi árumennyiség átmeneti tárolására szolgál. Berendezése: asztal (4. ábra), polcok, mérleg.



4. ábra. Fa munkaasztal

Textilraktár

A vendéglátó tevékenységhez szükséges textíliákat tárolják itt.

b) Az előkészítők

A különböző élelmiszereket a raktárakból vételezik. Az élelmiszerek egy részét előkészítés nélkül, másik részét csak előkészítés után használhatjuk fel az ételkészítésben.

Földesáru-előkészítő

A zöldség-előkészítőbe általában földdel, homokkal erősen szennyezett anyagok kerülnek. Tisztításuk sok vizet igényel. A földesáru-előkészítő falai és padlózata műkövel borított. A padlózatában védőrácscsal ellátott lefolyó van.

Berendezési tárgyai között van legalább 2-3 beépített medence, bádog- vagy rozsdamentes acéllemezzel borított munkaasztalok, burgonyahámozó gép, salátacentrifuga, egyetemes konyhagép, főzőzsámoly.

A keletkező hulladékot jól záródó edényben kell tárolni, amelyet naponta el kell szállítani. Az edény tisztítását, fertőtlenítését is naponta kell végezni.

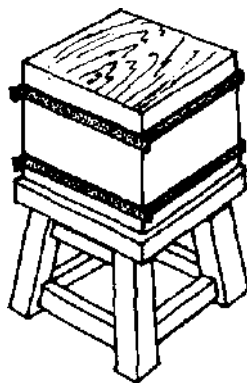
Húselőkészítő

Közvetlenül az előhűtővel egybeépített húshűtőkamra mellett célszerű elhelyezni. Jól szellőztethető, hűvös helyiség legyen. A falait csempézik, és húshorgokat szerelnek rájuk. A padlózata csúszásgátló műkövel van borítva, és rácscsal ellátott lefolyó biztosítja a takarításkor felhasznált víz elvezetését. Hideg és meleg folyó vívről is gondoskodni kell.

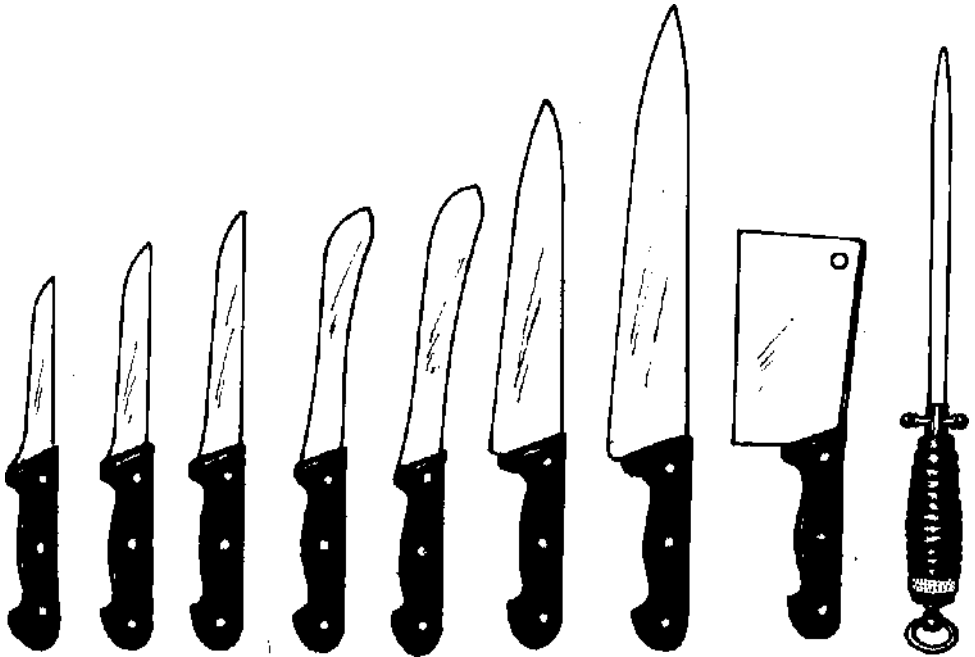
A húselőkészítőben végzett tevékenység kétféle lehet:

- teljes húselőkészítés: bontás, csontozás, húsrészek szétválasztása;
- befejező húselőkészítés: húsrészek szétválasztása, aprítás, őrlés, szeletelés, lazítási eljárások.

Korábban a vendéglátóipari melegkonyhás üzletek végezték a teljes húselőkészítést is. Az üzemekbe a vágóállatokat egészben, félben vagy negyedekben szállították a vágóhídról. Tehát ott végezték a bontás, a csontozás igen nehéz és költséges munkaműveleit.



5. ábra. Húsvágó töke



6. ábra. A húselőkészítő szerszámai

Napjainkban inkább a befejező húselőkészítés a jellemző. Így a melegkonyhás vendéglátó üzletek általában tökehúst kapnak a központi húselőkészítőből. A tökehús befejező előkészítése leegyszerűsíti a konyhamészáros munkáját.

A húselőkészítéshez eszközökre, felszerelésekre és berendezésekre van szükség. Húsvágó tőkét (5. ábra), munkaasztalokat, vágódeszkákat, gépeket, kéziszerszámokat (6. ábra), hűtőszekrényeket és hűtőládákat kell a munkához biztosítani. A gépek - a húsórló gép, az univerzális konyhagép, a csontfűrész, a hússzövő gép -, valamint a kéziszerszámok használata fokozott figyelmet követeli. Be kell tartani és tartatni a munkavédelmi előírásokat, hogy a baleseteket elkerüljük.

A húselőkészítőben fokozottan kell ügyelni a tisztaságra, a higiéniai előírások betartására. A munka közben és a munka befejezésekor gondoskodni kell a kéziszerszámok, a gépek és az eszközök tisztántartásáról, fertőtlenítéséről. Biztosítani kell a hulladék rendszeres elszállítását.

Házelőkészítő

Építészeti szempontból hasonló a húselőkészítőhöz. Itt is található hűtőszekrény, hűtőláda, munkaasztalok és kéziszerszámok. A kéziszerszámokat - különféle méretű tisztítókéseket, pikkelykaparókat, szeletelő- és bontókéseket, bárdó-

kat - kizárólag a halak feldolgozásához szabad használni. Legyenek biztosítva megfelelő méretű mosómedencék, valamint a hideg és a meleg folyó víz.

Az élő halak tárolásához üvegezett medencére van szükség. Ennek folyamatos vízcseréjét biztosítani kell, hogy az élő halak ne pusztuljanak el oxigén hiányában.

Szárazáru-előkészítő

Az élelmiszerek - elsősorban a gabonaneműek és hüvelyesek - válogatására szolgál.

c) A termelőhelyiségek

A konyhában az előkészített, a nyers, a félkész és a késztermékekből ételeket készítenek. Az ételek készítéséhez különféle gépeket, eszközöket, berendezéseket, készülékeket használnak.

Az ételkészítéshez szükséges a szakmai ismeretek és szabályok alapos megértése és elsajátítása is.

A termelőhelyiségek kialakítását is előírások határozzák meg. A falakat kb. 1,8 m magasságig csempével, felette meszeléssel fedik. A padlózatot csúszásgátló műkövel borítják. Helyenként ráccsal fedett lefolyókat helyeznek el. Fontos az egyenletes világítás és a kifogástalanul működő elszívóberendezés. A termelőhelyiségeket úgy kell kialakítani, hogy áttekinthetőek és ellenőrizhetőek legyenek, hiszen itt egymástól részben eltérő, de jól összehangolt munkát kell végezni.

A termelőhelyiségeket a közlekedőfolyosók kötik össze, és határolják el egymástól. A közlekedőfolyosók célszerű kialakításával biztosítják az áruk higiénikus szállítását, és így a dolgozókat sok felesleges mozgástól kímélik meg.

Melegkonyha

A melegkonyha központi helyet foglal el a melegkonyhás vendéglátóipari üzletekben. Itt készítik a leveseket, a főzelékeket, a köreteket, a salátákat, a mártásokat, az éttermi melegtésztákat, a meleg előételeket és a húsételeket. Ennek megfelelően a különböző munkaterületeket úgy kell telepíteni és megszervezni, hogy a konyhafőnök, illetve a helyettese az egész termelőtevékenységet könnyen áttekinthesse és irányíthassa.

A melegkonyha legfontosabb berendezési tárgyai:

- tűzhelyek,
- sütőkemencék,

- főzőszámolyok,
- főzőüstök,
- egyéb sütőkészülékek: szalamander, grillsütő, olajgyorssütő (fritou), valamint a tálalóberendezések:
- vízmedencés étel-melegentartó pult (bain-marie),
- melegíthető tálalópult,
- tálalóasztalok.

A korszerű konyhákhoz ún. blokkokat alakítottak ki. Ez azt jelenti, hogy az azonos méretűre tervezett berendezési tárgyakat, tűzhelyeket, gázsütőket stb. egy tömbben - blokkban - helyezik el a konyhában úgy, hogy az minden oldalról jól megközelíthető, használható legyen. Az azonos méretűre tervezett berendezési tárgyaknak a gyártó cégek a Modul, az Euronorm, a Gastronorm stb. elnevezést adták. Ez minden esetben azonos méreteket és a berendezési tárgyak meghatározott kombinációját jelenti.

Az ételkészítés egyes munkafolyamatait munkaasztalokon végzik, amelyeket rozsdamentes acéllemezzel borítanak.

A tésztafélék készítését keményfa borítású asztalokon végzik. Az ételkészítéshez felhasználnak még különböző kéziszerszámokat, edényeket és eszközöket is.

Hidegkonyha

A hidegkonyhában a hideg ételeket, előételeket, szendvicseket, salátákat, dísztalakat stb. készítik.

A hidegkonyha feladata szerint kétféle lehet:

- önálló (központi) hidegkonyha,
- melegkonyhához kapcsolódó hidegkonyha.

Az *önálló hidegkonyha* feladata, hogy a hidegkonyhával nem rendelkező vállalati üzleteket ellássa jó minőségű hidegkonyhai termékekkel.

Részei:

- gépterem: itt a termeléshez szükséges gépek vannak, amelyekkel előkészítik az élelmiszereket (aprítás, kockázás, szeletelés);
- főzőkonyha: itt az előkészített élelmiszereket főzik, párolják, sütik;
- feldolgozó konyha: itt a késztermékek készítése (sonkatekercs, töltött tojás stb.) folyik;
- tálalókonyha: a különböző részlegekből érkező élelmiszerekből itt alakítják ki a végtermékeket (pl. szeletelnek, tálalnak, díszítenek, hidegtalakat állítanak össze);
- expedíció: itt állítják Össze (csomagolják és előkészítik a szállításhoz) az előzetes rendelésnek megfelelően elkészített termékeket.

A központi hidegkonyhán található gépek, berendezések eszközök legnagyobb része megegyezik a melegkonyhán használtakkal.

Melegkonyhához kapcsolódó hidegkonyha kialakítása ott szükséges, ahol tevékenysége gazdaságos, és ezt indokolja a melegkonyhás vendéglátó üzlet várható forgalma. Az előkészítő tevékenységet a melegkonyha és kapcsolódó helyiségei látják el. A hidegkonyha közvetlenül a melegkonyhához kapcsolódik, de légterük csempézett fallal és üveglapokkal van egymástól elválasztva.

Cukrászüzem

A hidegkonyhához hasonlóan létesíthető önálló, központi cukrászüzem és melegkonyhás vendéglátóipari üzemben kialakított cukrászkonyha.

Feladatuk a cukrászsütemények, parfék stb. előállítása, a félkész és késztermékek folyamatos termelése.

A *cukrászüzemben* található:

- tésztakészítő,
- sütő- és főzőrészleg,
- kikészítő részlegek,
- expedíció.

A tésztakészítő részlegben állítják elő a különböző alaptésztákat.

A sütő-, főzőrészlegben sütik a nyers alaptésztákat, főzik a fondant, a különféle krémeket stb.

A kikészítő részlegben állítják össze a cukrászsüteményeket. Itt történik a töltés, tekerceselés, szeletelés stb. Itt kapják meg a cukrászsütemények végleges formájukat és itt végzik a különféle díszítési eljárásokat is.

A cukrászsüteményeket ezután az expedícióba küldik, ahol előkészítik a szállításhoz. A cukrászüzemhez kapcsolódó cukrászda esetében lehetőség van a közvetlen értékesítésre is. A cukrász üzemek ben kialakíthatják az Önálló, jól elkülönített fagyaltkészítő helyiségeket is.

A melegkonyha mellé telepített *cukrászkonyhát* úgy kell kialakítani, hogy a két termelőrészleg tevékenysége szigorúan elkülönített legyen.

A cukrászüzem gépei különböznek a többi termelőrészleg gépeitől; dagasztógép, hengergép, fondantgép, habverő és keverőgép, habfúvó gép stb.

Kávéskonyha

A kávéskonyha feladata, hogy a reggelivel és az uzsonnával kapcsolatos igényeket kielégítse; tehát az ide beosztott szakács elkészítse a különböző hideg és meleg reggeliféléket, különféle poharas krémeket, tejes és egyéb alkoholmentes italokat, valamint a melegszendvicseket.

Berendezése: kisméretű tűzhely, főzőszámoly, kávéfőzőgép stb.

Felszerelése: önműködő kenyérpíró gép, kenyérszeletelő, habfúvó gép és kávéőrlő, továbbá serpenyők, szeletsütők, kisméretű lábosok és fazekak.

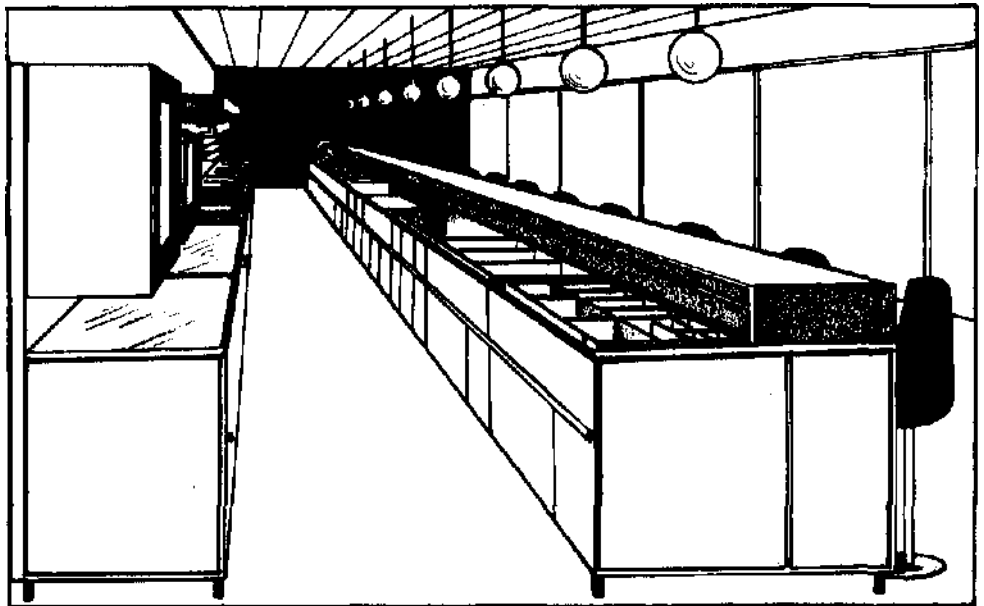
A szükséges méretű hűtőszekrény és az önálló mosogató biztosítja az elkülönített tevékenységet.

d) Az ételbár

Az ételbárban ugyanazon a helyen valósul meg a termelés és az értékesítés. Mindez a fogyasztó előtt történik, tehát a szakszerűségnek, a higiénának, a gyors munkavégzésnek fokozott szerepe van. Fontos a kulturált magatartás is. Az ételbárban a termelést és az értékesítést szakácsok és vendéglátó eladók végzik.

Az ételbárban elsősorban roston sült húskételeket, meleg és hideg szendvicseket, meleg előételeket, salátákat, hideg és meleg leveseket, hidegkonyhai készítményeket, alkoholmentes turmixitalokat készítenek és értékesítenek. Mivel a vendég előtt csak a befejező munkavégzésre (keverés, pírítás, roston sütés, csőben sütés, bő zsírban sütés) van lehetőség, ezért az ételbárban csak magas fokon előkészített termékeket használhatunk fel.

Az előkészítést (sütést, főzést) külön erre a célra kialakított konyhában, vagy



7. ábra. Ételbár

kapcsolódó hagyományos étterem esetében annak konyhájában kell elvégezni. Mindkét esetben szükséges, hogy közvetlenül az ételbár helyisége mögött egy megfelelően gépesített, hűtőkkel felszerelt befejező konyha legyen. Itt végzik például a szeletelt húsok ízesítését, bundázását.

A befejező tevékenységhez, a termeléshez megfelelő mennyiségű és kapacitású gépet és készüléket kell biztosítani. Ezek hiányában a munka lassúvá válik, ami megengedhetetlen és összeegyeztethetetlen az ételbárban végzett tevékenységgel. Az a jó ételbár, amely egyszerre elégíti ki magas színvonalon a termelés és az értékesítés követelményeit. Gyorsan, látványosan, hogy a vendég ne várjon sokat.

A vendég az ízléssel kialakított bárpult mellett elhelyezett magasított széken foglal helyet. A bárpult másik oldalán készítik el a megrendelt ételt és italt. Itt találunk a vendégnek az emblémával díszített papírabrosszal, a szükséges evőeszközökkel, ízesítőszerekkel és fűszerekkel (7. ábra).

A bárpulttal határolt terület a termelőrész. Itt vannak a rozsdamentes acéllemezrel borított munkaasztalok, a sütőkészülékek és a melegen tartó készülékek, valamint a salátahűtő pultok, amelyek szabvány- (modul-) méretben készülnek. Ezek jól összeilleszthetők.

Gondoskodni kell a keletkezett égéstermékek és a gőz elszívásáról, a kifogástalan levegőcseréről. Erre szolgálnak a gépsor fölé helyezett elszívó készülékek.

Fontos, hogy az ételbárba lépő vendég azonnal meggyőződjön a kulturált vendéglátásról. Ezt szolgálja a dolgozók kifogástalan külső megjelenése, előzékeny, udvarias magatartása és a tiszta környezet. Megfelelő színes fényképekkel, megvilágított diaképekkel, ízléses étlapokkal kell a fogyasztót tájékoztatni az ételek választékáról és a fogyasztói árakról.

e) A kiegészítő helyiségek

A termelőtevékenység zökkenőmentes végzése érdekében szükség van kiegészítő (nem termelő) tevékenységre is. Ehhez külön helyiségeket kell kialakítani, amelyek kapcsolódnak a termelőhelyiségekhez.

Mosogatók

A termeléshez, de az értékesítéshez is sok edényre, eszközre van szükség. Ezeket a felhasználás után négy fázisban kell tisztítani, zsírtalanítani, fertőtleníteni, öblíteni, majd szárítani.

Fekete mosogató: itt a termeléssel közvetlenül összefüggő (konyhai) edényeket, eszközöket tisztítják meg.

Fehér mosogató: itt tisztítják a vendég által használt, az értékesítéssel kapcsolatos edényeket és evőeszközöket.

A mosogatást újabban géppel végzik, mert gyorsabb, gazdaságosabb és a korábban végzett mosogatás nem volt elég higiénikus és hatékony. A gépi mosogatás elsősorban a fehér mosogatóra jellemző. A mosogatógép lehet szakaszos vagy folyamatos üzemelésű.

A mosogatást négy fázisban kell végezni:

- mosás, meleg - kb. 40-45 °C-os - zsiroidószeres vízben,
- öblítés, meleg folyó vízzel,
- rövid áztatás fertőtlenítőszeres (szterogénolos stb.) vízben,
- forró folyó vizes öblítés, szárítás.

f) Szociális helyiségek

Az üzem dolgozói részére személyzeti étkezőt, öltözőt és zuhanyozót kell kialakítani. Az öltözőt úgy kell tervezni, hogy a személyzeti bejáratától először oda érkezzenek a dolgozók, majd onnan már munkaruhába öltözve menjenek a termelőhelyiségekbe. Az öltözőben zárható szekrényeket, megfelelő világítást, fűtést, valamint székeket kell biztosítani. A zuhanyozóban és a WC-hez kapcsolódó mosdóban gondoskodni kell hideg és meleg vízzel.

A szociális helyiségek állapota, színvonala részben meghatározza a dolgozók munkahelyi közérzetét.

g) Irodák

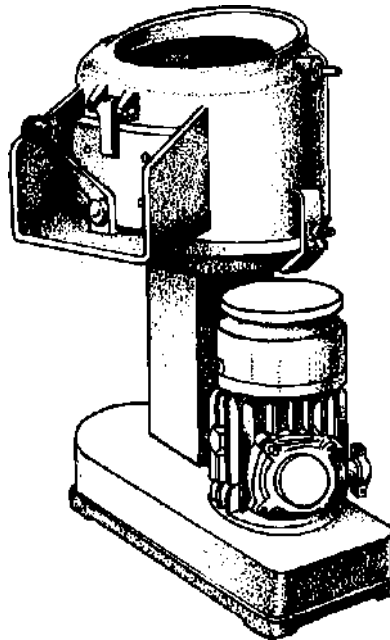
Az irodákban a termeléssel és az értékesítéssel összefüggő ügyviteli, adminisztrációs munkát végzik.

3. A termelés gépei és kezelésük

a) Az előkészítő és termelőhelyiségek gépei

Burgonyahámzó gép

A burgonyahámzó gépek jelentős része koptatással és vízszugárral tisztítja a burgonyát. A géppel természetesen tisztítható még sárgarépa, cékla, retek, petrezselyemgyökér is. Ezek a gépek akkor működnek a legjobban, ha közelítően egyforma nagyságú, válogatott zöldségfélét tisztítunk együtt.



8. ábra. Burgonyahámzó gép

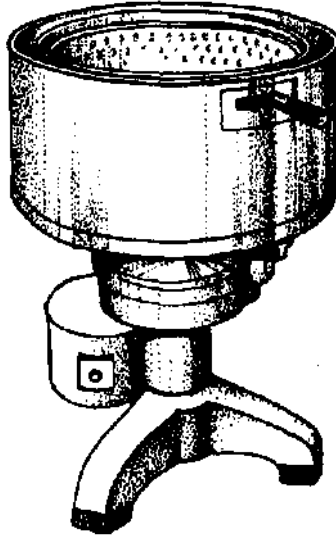
Üzemeltetés: megindítjuk a gépet, kinyitjuk a csatlakozó vízvezeték, majd a garatnyíláson keresztül a gépbe öntjük a zöldséget. A gép függőleges hengere és az alul levő bolygatókorong durva műkö bélélése a folyamatos mozgás eredményeképpen lekoptatja a burgonya, zöldség felületét. Amikor a zöldség felülete tiszta lesz, kinyitjuk a kiömlőnyílás ajtaját, és egy edénybe engedjük a zöldséget, burgonyát. Ezután a gépet leállítjuk, és a vízcsapot elzárjuk.

(8. ábra)

Centrifuga

Burgonya, zöldségfélék gyors víztelenítésére szolgál. Hasonlóan működik, mint a háztartási centrifuga.

(9. ábra)



9. ábra. Centrifuga

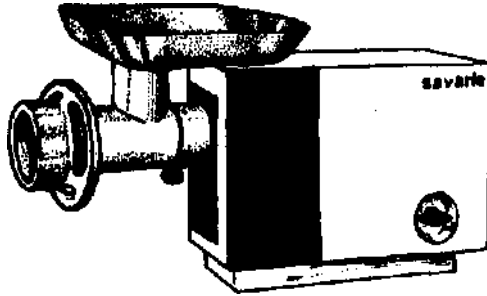
Húsdaráló gép

Vagdaltak, rakott és töltött ételek, kolbászfélék alapanyagainak őrlését végezzük a húsdaráló géppel.

Két fő részből áll: az elektromos hajtóműből és a gépet burkoló házból. A csatlakozó agyat a hajtómű kinyúló részére helyezük, csavarral rögzítjük. Ebbe helyezük az öntöttvas csigát, a tárcsákat és a késeket, valamint a távtartó gyűrűt. A zárókarikát ráhúzzuk. Az etetőtálat a garatnyíláshoz rögzítjük, majd bekapcsoljuk a gépet. A kockákra vagy csíkokra darabolt csont nélküli húst a garatnyílásba helyezük, majd tömőfával a csigamenetek közé nyomjuk. A hús-őrölt csak tömőfával szabad használni.

Őrlés után az őrlőfejet részeire szedjük, meleg vízben lemoszuk, majd szárazra töröljük.

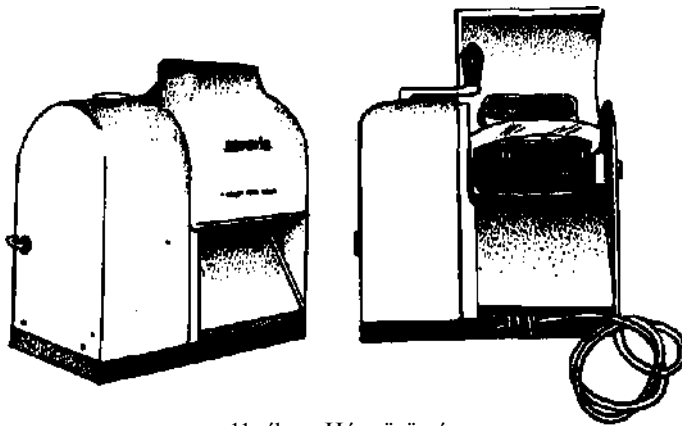
(10. ábra)



10. ábra. Húsdaráló gép

Hússzövő gép

A szeletelt húsok lazítására, a megfelelően előkészített apróhúsok összedolgozására használjuk. Ez utóbbi műveletnél a kevésbé értékes apróhúsokból szeletet készíthetünk. A műveletet az egymással szembeforgó késhengerek végzik.



11. ábra. Hússzövő gép

Az előkészített szeletek elválasztását fésűsor végzi, amely a hengerek alatt helyezkedik el. Ki kell hangsúlyozni, hogy az apróhúsból készített hússzelet nem egyenértékű a minőségi húsból vágott szelettel.

(11. ábra)

Gyorsvágógép (kutter)

A gyorsvágógéppel az élelmiszerek különféle méretű felaprítását végezzük.

Üzemeltetés: az előkészített élelmiszert a vágótálba helyezük, majd ráhajtjuk a tál fedelét. Beindítjuk a gépet; így körkörös mozgásba hozzuk a vágótálat és az acélból készített késrendszert. Folyamatosan ellenőrizzük az aprítás minőségé-



12. ábra. Gyorsvágó gép nyitott fedéllel, 3 késsel

gét. Amennyiben ez megfelelő, akkor a gépet leállítjuk. A felaprított élelmiszert habkártyával kivesszük a vágótálból. *Fokozottan balesetveszélyes gép!* (12. ábra)

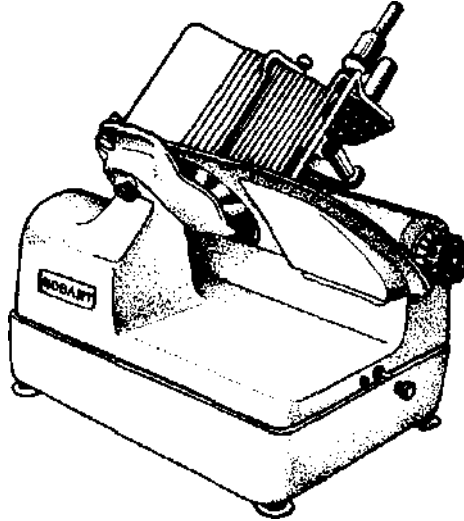
Felvágottszeletelő gép

Sonka, felvágottak, szalámi, hideg sülték, sajtok szeletelésére használjuk.

Üzemeltetés: a szalámiról, sajtról stb. lehúzzuk a burkolóanyagot. A sültékből szeletelés előtt gondosan eltávolítjuk a csontokat és a csontszilánkokat. A szeletelésre szánt élelmiszereket előzőleg jól hűtsük le, így szebb, szabályosabb szeleteket tudunk kialakítani. A szeletelésre előkészített élelmiszert a továbbítószánra helyezük, majd a karmos rögzítőlappal szilárdan lefogjuk. Beállítjuk a szükséges szeletvastagságot a szabályozó tárcsával. Ellenőrizzük, hogy a vágótárcsa előtt pontosan illeszkedik-e a védőpánt! A gépet bekapcsoljuk, majd a

felszeletelt élelmiszert időnként elvesszük. Használat után a gépet áramtalanítjuk, majd meleg vízzel tisztára mossuk, és szárazra töröljük. A gép vágótárcsáját időnként élesíteni kell.

{13. ábra)

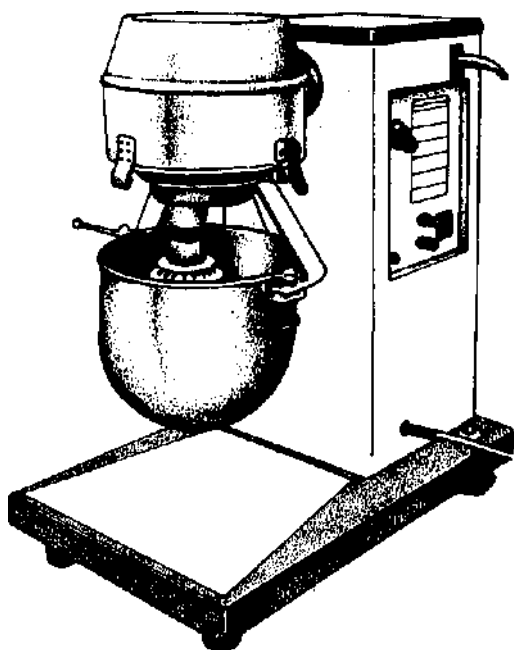


13. ábra. Hobart felvágótszdetelo gép

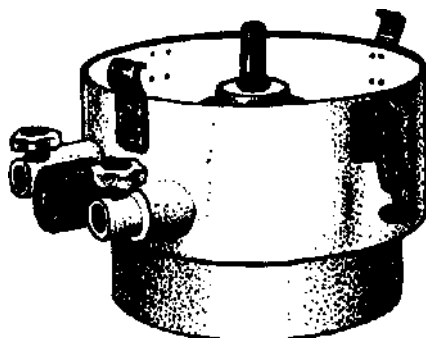
Egyetemes konyhagép és segédgépei

Az egyetemes konyhagép segédgépeivel együtt sokféle előkészítő művelet végzésére képes. A nagy, a közepes és a kis teljesítményű alapgépek jól beváltak a különböző adagszámú konyhákban.

Az alapgépben található az elektromos motor és a hajtómű, amelyeket szilárd fémburkolat takar. Az alapgépek gördíthetők, tehát a termelésben ott használhatók, ahol erre szükség van. Ezért kocsira szerelve vagy gördülő állványzattal gyártják őket. Az alapgépek teljesítményüktől függően 1, 2 vagy 4 sebességgel működtethetők. A segédgépet az alapgép fémburkolatából kiálló feltűzőcsonkra kell rögzíteni. Ezt a műveletet csak akkor szabad elvégezni, ha az alapgép áll. (14. és 15. ábra)



14. ábra. Egyetemes konyhagép, habverő segédgéppel felszerelve

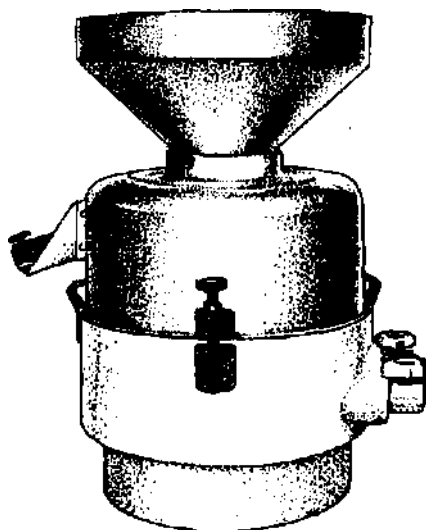


15. ábra. Csatlakozómű

Szeletelő, vágó, gyaluló és reszelt segédgép

A cserélhető és állítható késtárcsák biztosítják a különféle alakú és vastagságú darabolást. Burgonya, sárgarépa, káposzta, zeller, vöröshagyma, sajt darabolására szolgál.

(16. ábra)



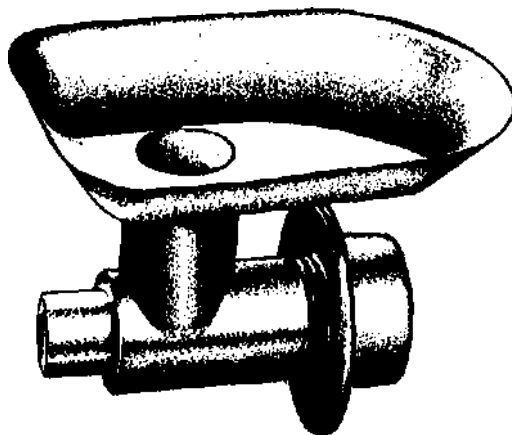
16. ábra. Szeletelő, vágó, gyaluló és reszelő segédgép

Kockavágó segédgép

A szeletelő segédgép továbbfejlesztett változata, amely rendelkezik csíkvágó késtárcsával és kockavágó késtárcsával is. A kívánt méretűre felszeletelt élelmiszereket csíkokra, majd kockára darabolja.

Húsdaráló segédgép

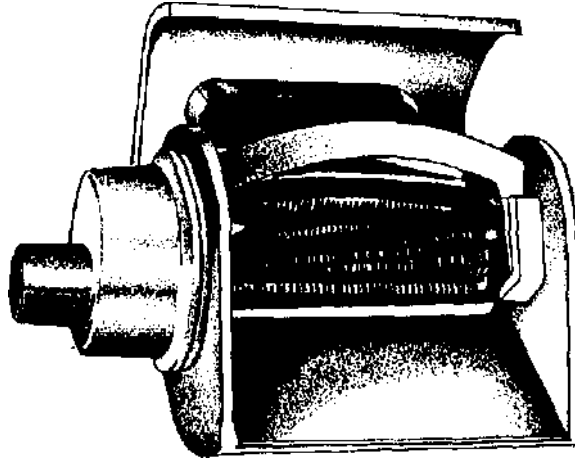
A korábban ismertetett húsdarálóhoz hasonlóan működik.
(17. ábra)



17. ábra. Húsdaráló segédgép

Húszövő segédgép

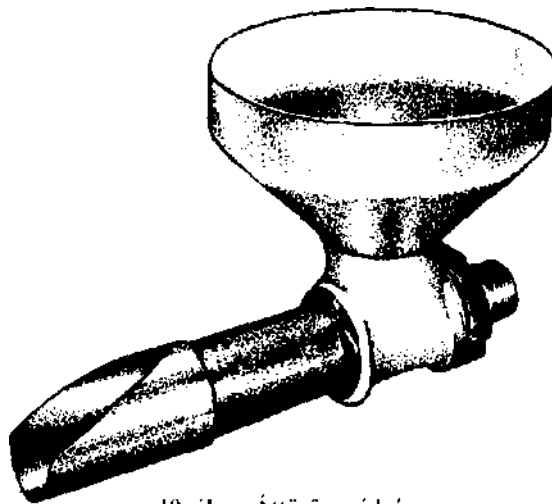
A kapacitása kisebb, mint az önálló húszövő gépé, működési elve azonos. (18. ábra)



IX. ábra. Húszövő segédgép

Áttörő segédgép

Főtt élelmiszerek (bab, borsó, burgonya, paradicsom stb.) áttörésére szolgál. Az áttörés finomsága a különböző lyukméretű - cserélhető - betétekkel változtatható.



19. ábra. Áttörő segédgép

Habverő segédgép

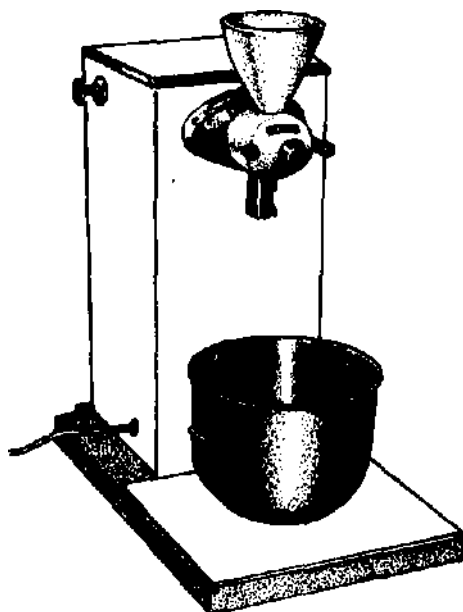
Az alapgéphez habüst csatlakoztatható, amelyben habot verhetünk, vajkrémet habosíthatunk és tésztát keverhetünk. A habverő segédgépnél fontos, hogy a habüstöt szilárdan rögzítsük.

A keverő szerszámok: habverő kosár, vajkrémkeverő kar, tésztakeverő kar. A keverőszerszámok rögzítése a szerszám tengelyen történik bajonettzárral.

Fűszerőrlő segédgép

Fűszerek különböző finomságú őrlésére alkalmas. Az őrlés finomsága szabályozható. Csak működésbe hozott gépbe szabad fűszert önteni, ellenkező esetben a gép nem indul el.

(20. ábra)

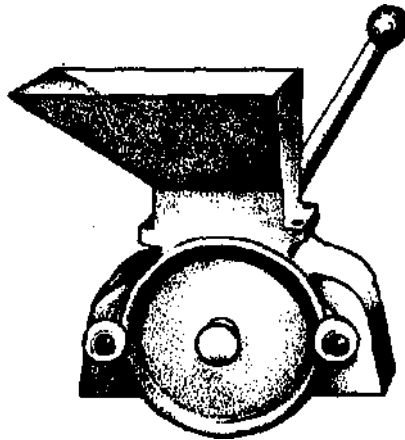


20. ábra. Fűszerőrlő segédgép egyetemes konyhagépre szerelve

Mákórló segédgép

Az előbbi gép pontos mása. Sem az egyik, sem a másik gépet nem szabad más anyag őrlésére használni.

(21. ábra)

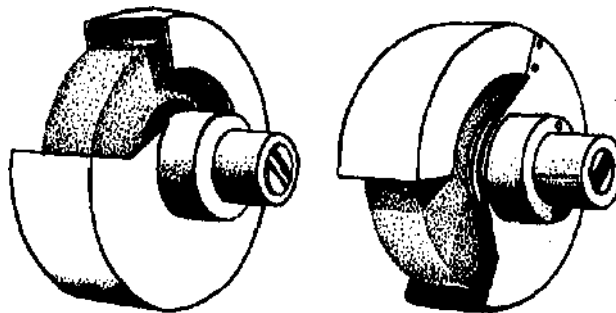


21. ábra. Mákórló segédgép

Késélező és késtisztító segédgép

Az életlen és kicsorbult kéziszerszámok élezésére, tisztítására szolgál. Az élezést végző köszörűkő alulról vízbe merül. Ezzel biztosítjuk a köszörülés közben keletkezett hő csökkenését, a kéziszerszámok pengéjének megóvását a kilágyulástól. A késtisztításhoz nemezkorongot használunk. Mindkét korongot védőpajzzsal burkoljuk.

(22. ábra)



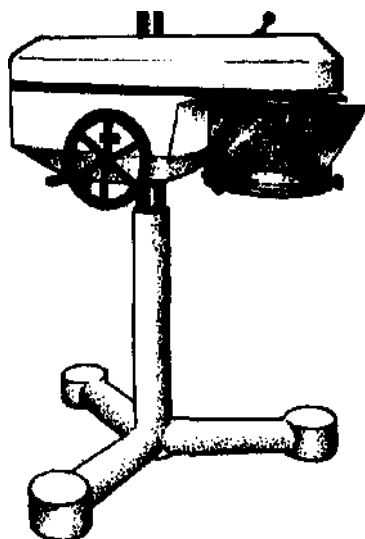
22. ábra. Késélező és késtisztító segédgép

Galuskaszaggató segédgép

Lyukakkal sűrűn ellátott acéllemezből készül, amelyet a megfelelő méretű főzőedény fölé helyeznek, és rögzítenek, összekapcsolják az alapgéppel. Működésbe hozzák a gépet, és az összeállított tésztát az acéllemezre öntik. A forgásban levő terelőlapát a tésztát átnyomja a lyukakon, amely így a forró főzővízbe kerül.

Az egyetemes konyhagépek segédgépeit speciálisan kiképzett szekrényben tárolják.

(23. ábra)



23. ábra. Galuskaszaggató segédgép

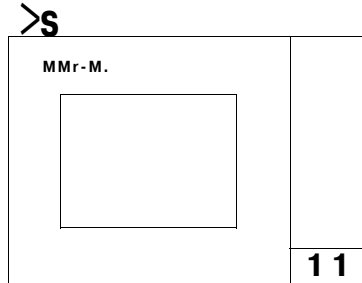
Mikrohullámú készülék

A modern konyha, a korszerű ételkészítés egyik fontos eszköze a mikrohullámú készülék.

Előnye az, hogy előre főzött vagy mélyhűtött ételeket gyorsan, csekély veszteség mellett lehet megfőzni, illetve fölmelegíteni.

A mikrohullámú készülékkel - amely ránézésre a hagyományos sütőkhöz hasonlít - új főzési eljárásra van lehetőség, a korábbi órákkal szemben, néhány perc alatt.

Működése a következő: hőforrása egy rövidhullámú adókészülék - magnetron -, amely mikrohullámokat hoz létre. Ezek a mikrohullámok az ételek víz- és zsírmolekuláit rezgésbe hozzák, így hő keletkezik az anyagokon - az ételeken



24. ábra. Mikrohullámú készülék

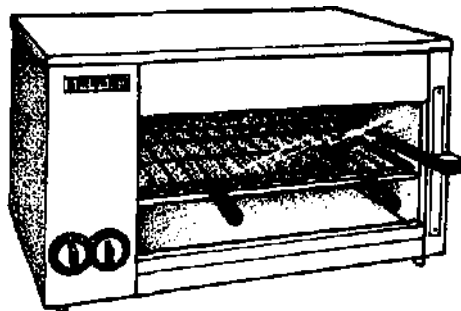
- belül. Az ételek belülről kifelé, saját nedvükben - levükben - melegszenek föl, illetve főnek meg. Ennek megfelelően az étel felszíne nem pirul meg. A pirítást utólag pl. szalamanderben végezhetjük el, a mikrohullámú készülékből való kiemelést követően. A modernebbeket a programozható, a felszín pirítását is elvégző készülékkel kombinálják.

Fontos szabály, hogy a készülékbe csak tűzálló üveg-, porcelán-, kerámia-, kőedény és műanyag edényeket helyezhetünk el. A fémedények erre nem alkalmasak, mert visszaverik a mikrohullámokat. Hasonlóképpen nem használhatók az arany- vagy ezüstszegélyes, illetve -díszítésű edények sem. A fémes felületről visszaverődő hullámoktól energia vesz el, a készülék károsodhat, és arányosan megnő az elkészítési idő.

(24. ábra)

Szalamander

A szalamandert, azaz pirítókészüléket csőben sült ételek, felületi pirítást igénylő készítmények, meleg szendvicsek készítésénél használjuk.



25. ábra. Szalamander

A készülékben a készítmények felületét piritjuk meg. A piritás foka, erőssége növelhető vagy csökkenthető a hőmérséklet-szabályzóval vagy a föl-le mozgatható ráccsal, amelyre a készítményeket helyezzük. A piritás időtartama a korszerűbb készülékeken előre programozható. A beprogramozott idő elteltével a készülék hangjelzést ad.

(25. ábra)

b) A gépek kezelése, működtetésük

A gépek szakszerű kezelésével, tisztításával, ápolásával, karbantartásával biztosítjuk, hogy azok hosszú ideig működőképesek legyenek; segítsék, könnyítsék a termelést.

A gépeket csak az működtetheti, aki azokat szakszerűen tudja kezelni.

A gépek mozgó alkatrészeihez, segédgépeihez nyúlni tilos és veszélyes!

Csak leállított, kikapcsolt gépből vehetjük ki az előkészített (felaprított, darabolt, felvert stb.) élelmiszert!

Aki a termelésben dolgozik, annak tilos gyűrűt, karórát, karlancot és nyakláncot viselni. Köteles a haját jól leszorítani a munka megkezdése előtt. A munkaruha jól simuljon a testhez, így elkerüljük, hogy a gépek mozgó, forgó részeibe akadva balesetet okozzon.

A gépek elektromos kapcsolóihoz csak száraz kézzel szabad nyúlni. A kapcsolókat és egyéb elektromos szerelvényeket felbontani, azokba belenyúlni életveszélyes és tilos!

Amennyiben a gépek érintésekor gyenge rázást vagy bizsergést érzünk, a gépet azonnal ki kell kapcsolni, mert zárlat keletkezett, amely életveszélyes. A gépek csatlakozóvezetékei hibátlan szigetelésűek legyenek, és lehetőleg ne kerüljenek a termelőhelyiség padlózatára, mert így szintén balesetet okoznak.

c) Balesetelhárítás

A termelőmunka balesetveszélyes lehet, ha rosszak a munkakörülmények, ha fegyelmezetlenek és gondatlanok a dolgozók.

Komoly balesetek forrása lehet a rosszul kialakított és berendezett üzem, ahol nincs elég hely a közlekedésre és az anyagmozgatásra. A rosszul szervezett, irányított munka következtében a dolgozók zavarják, akadályozzák egymást a különböző gépek, berendezések rendeltetésszerű használatában. Veszélyes lehet a forró folyadék, zsiradék szállítása, a csúszós padlózat, a forró ételekkel teli, nehéz edények figyelmetlen mozgatása. Ugyancsak komoly baleseteket okozhatnak a gépek mozgásban levő részei, valamint a szakszerűtlenül használt

kéziszerszámok. A balesetek elkerülésének érdekében a következő szabályokat kell betartani:

- A közlekedőutakat mindig hagyjuk szabadon, a gépeket és berendezési tárgyakat úgy kell elhelyezni, hogy azok ne gátolják a munkavégzést, a dolgozók mozgását és az anyagmozgatást;
- a csúszós (zsíros, vizes) padlózatot azonnal fel kell törölni és zsírtalanítani;
- a konyhában az éles és hegyes kéziszerszámokat csak lefelé fordítva szabad tartani. Az élével fölfelé fordított kés súlyos baleseteket okozhat;
- forró folyadékot, zsiradékot, ételeket csak hibátlan füllel, fogóval ellátott fedetlen edényben szállíthatunk. Nehéz edények szállítását mindig két ember végezze. A megtöltött edényeket mindig teljes alapterületükkel helyezzük a munkaasztalra vagy az állványra, így nem borulhatnak le;
- mozgó gépbe nyúlni tilos!
- csak kikapcsolt gépeket, készülékeket szabad javítani, különféle részeitet zsírozni, olajozni.

Ügyeljünk arra, hogy bő zsírban sütéskor a zsír ne fusson ki, illetve ne lobbanjon lángra, mert tűz keletkezhet. A gázkészülékek begyújtását a gyújtóláng szakszerű begyújtásával kezdjük, így elkerüljük a robbanásveszélyt.

Kérdések:

1. *Melyek az egyes termelőhelyiségek feladatai?*
2. *Hogy vannak kialakítva az egyes termelő- és előkészítő helyiségek?*
3. *Hogyan kell működésbe hozni a burgonyahámozó gépet és a húsórló gépet?*
4. *Milyen segédgépekkel tudjuk kiegészíteni az egyetemes konyhagépet?*
5. *Milyen balesetek fordulhatnak elő a konyhában, és hogyan lehet ezeket megelőzni?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Csak megfelelő gyakorlati ismeretek birtokában üzemeltessünk konyhagépeket!
2. Bármilyen rendellenességet tapasztalunk a gépek működésében, azonnal hívjunk segítséget!

II. Vágóállatok

A húсок, elsősorban az izomszövet, sok teljes értékű fehérjét tartalmaznak. A húсокban a B-vitamin-csoport tagjai is megtalálhatók. Az izomszövetek nagy lápértékű, könnyen emészthető anyagok. A kötőszövetek nehezen emészthetők. A zsírszövetek nehezen emészthetők, és sok kilojoule-t (kalóriát) tartalmaznak. A csontszövetek táplálkozás-élettani szempontból kevésbé értékesek.

A vágóállatokat a felhasználáshoz, ételkészítéshez csontozni, bontani kell. A bontással és a csontozással a különböző húsrészeket kapjuk. Ezeket a húsrészeket konyhatechnikailag egymástól eltérően dolgozzuk fel, tehát elengedhetetlen a pontos, szakszerű munka.

A helyes csontozáshoz és a bontáshoz jól kell ismerni a különböző húsrészeket és a különböző húsrészekben található csontok fekvését. Ha rosszul végezzük a munkát, belehasíthatunk értékes húsrészekbe.

A vágóállat húsának minőségét a következő tényezők együttesen határozzák meg: az állat kora, neme, táplálkozása és életmódja, tartásának körülményei, a levágás módja és a hús érlelése, kezelése.

A belsőségek táplálkozás-élettani szempontból a hússal egyenértékűek, sok A- és D-vitamint is tartalmaznak.

Higiéniai előírások

A húсок bontását és csontozását csak az előírt higiéniai szabályok ismeretében szabad végezni:

A bontást és a csontozást csak kifogástalanul tiszta, higiénikus munkaruhával rendelkező szakember végezheti.

A bontást és a csontozást megelőzően alaposan kezét kell mosni!

Ellenőrizni kell, hogy a bontáshoz és a csontozáshoz használt eszközöket, szerszámokat az előző munkaművelet befejezése után megtisztították-e!

Ellenőrizni kell, hogy a fából készült munkaasztalok (húsvágó tőke, vágódeszkák) megfelelnek-e a higiéniai előírásoknak!

Ellenőrizni kell, hogy a csontozásból és a bontásból nyert húsrészek, csontok megfelelő tisztaságú edénybe kerülnek-e!

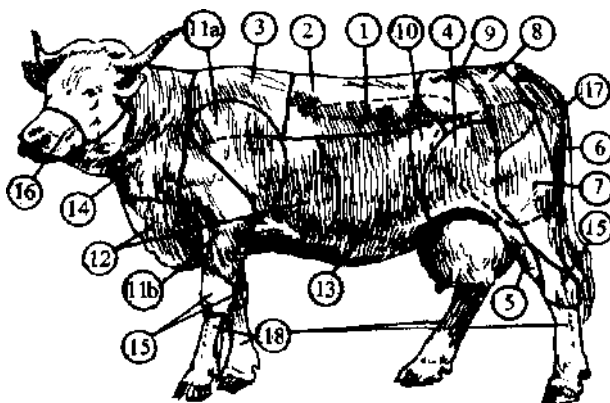
Balesetvédelmi előírások

A húsok bontását és csontozását csak a balesetvédelmi előírások ismeretében végezhetjük. A csontozáshoz és a bontáshoz csontozókötenyt kell használni, amely védelmet nyújt a munkavégzéshez. Fontos, hogy a kések és a bárdok élesek legyenek. A tompa szerszámok - az erőlködés következtében - vágott vagy szúrt sérülést okozhatnak. Az esetleges sérüléseket azonnal el kell látni.

1. A marhahús

A marhahús részei, felhasználásuk

(26. ábra)



26. ábra. A marha részei: 1. Bel szín-vesepecsenye 2. Lapos hálszín 3. Magas hátszín 4. Felsál 5. Gömbölyű felsál 6. Fehérpecsenye 7. Feketepecsenye 8. Hegyes fartő 9. Csipőfartő 10. Hamis fartő 11a Lapocka vastag része 11b Lapocka vékony része 12. Szegyeleje 13. Szegyhátulja 14. Nyak 15. Lábszárak 16. Fej 17. Uszály (fark) 18. Lábak

A jó minőségű marhahús finom rostozatú, zsírral arányosan átszótt, márványozott. Tapintása rugalmas, színe élénkpiros, és lédús.

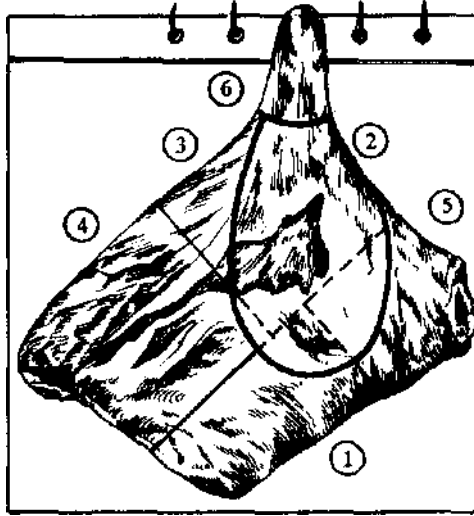
A marhahús részei

Felhasználásuk módja	
Bélszín	Száraz pácban érleljük, tűzdeljük. Szeletelve, párolva, egészben sütve
Lapos hátszín	
Magas hátszín	
Felsál	Szeletelve, párolva
Gömbölyű felsál	
Fehérpecsenye	
Feketepecsenye	
Hegyes fartó	
Csípőfartó	Főzve, párolva
Hamis fartó	
Lapocka vastag része	
Lapocka vékony része	Főzve
Szegy eleje*	
Szegy hátulja*	
Nyak	
Lábszárok	Pörköltnek, tokánynak, gulyásnak
Fej	Salátának
Láb	
Uszály	Levesnek
Apróhúsok	Pörköltnek, tokánynak
Belsősegek:	
Fejvelő	Rántva, forrázva
Nyelv*	Főzve, füstölve
Szív	Pörköltnek, gulyásnak
Tüdő	Savanyúan
Máj	Pírítva, párolva stb.
Lép	Püréhez
Vese	Pörköltnek
Pacal	Pörköltnek, becsináltak
Tőgy (tejmirigy)	Pörköltnek

A *-gal jelölt részeket füstölve is készítik!

A marha bontása

A marhát hosszában félbevágva, azután két darabba vágva, vagyis negyedelve kapják a vendéglátóipari egységek.



27. ábra. Negyed marha elejének részei: 1. Magas hátszín 2. Lapocka 3. Szegye eleje 4. Szegye hátulja 5. Nyak 6. Első lábszár



28. ábra. Negyed marha hátuljának részei: 1. Comb 2. Lapos hátszín és bélszín 3. Hátszín széle

A negyed marha elejének húsrészei:

magas hátszín (rostélyos),

lapocka,

szegy eleje,

szegy hátulja,

nyak,

első lábszár.

(27. ábra)

A negyed marha hátuljának húsrészei:

comb,

lapos hátszín, bélszín (vagy vesepecsenye)

hátszín széle.

(28. ábra)

A marhacomb részei:

felsál,

gömbölyű felsál,

fehérpecsenye, feketepecsenye,

hegyes (spicc) fartő,

csípőfartő,

hamis fartő,

vastag lábszár,

lábszár.

a) A negyed marha elejének bontása és csontozása

A marha első negyedét a lábszár inas részénél a húskampóra akasztjuk úgy, hogy a csontos része felénk legyen. Ezután a bal kezünkkel megfogjuk a vastag szegy végét, magunk felé feszítjük, majd a lapocka és a vastag szegy közötti húst és a hártját a lapocka végződéséig végigvágjuk. A lapocka végződésénél levő porcogót bárdal eltörjük. Ezután a nyak kezdetétől lefűrészeljük a rostélyosról a szegyet úgy, hogy a rostélyoson 25-25 cm-es bordacsontok maradjanak. így a marha első negyedéről levesszük a szegyet. A lapockán még rajta maradt a rostélyos és a nyak. Bal kezünkkel a rostélyos alá nyúlunk, és a lapátsont, valamint a porcogós rész között a lapockáról levágjuk a rostélyost a nyakkal együtt. Ezután a nyakat a rostélyossal együtt csonttal lefelé a tőkére helyezzük, a húst a hetedik bordacsontnál átvágjuk, majd bárdal a rostélyost lecsapjuk.

Ha a szarvasmarha első negyedét tőkén bontjuk, akkor a csontos felével lefelé helyezzük a tőkére, úgy, hogy a lábszár velünk szemben, a rostélyos oldala pedig felénk legyen. Bal kezünkkel megfogjuk a felső lábszárt, felfelé feszítjük, majd

a lapocka és vastag szegy közötti húst és hártát a lapocka mellett végigvágjuk. Ezután a lapocka végződésénél levő porcogót eltörjük. A lapockát kézzel felfelé feszítjük, majd a lapockacsont végződése és a porcogó között késsel levágjuk. Ezután a húst úgy megfordítjuk, hogy a húsos rész legyen alul. A nyak kezdetétől a szegyét a rostélyosról lefűrészeljük, vagy bárdal levágjuk úgy, hogy a rostélyoson 20-25 cm-es bordacsontok maradjanak. Így a tőkén maradt a rostélyos a nyakkal együtt. Ezeket úgy választjuk szét, hogy a húst a hetedik bordacsontnál késsel átvágjuk, és a rostélyosról bárdal levágjuk a nyakat.

Marhalapocka

A lapockát külső oldalával lefelé fordítva helyezük el a húsvágó tőkén úgy, hogy a lábszár felénk legyen. Ezután a karcsont és a lábszárcsont közepén a húst végigvágjuk, majd a lábszár és a karcsont közötti forgónál az ínszalagot átvágjuk. Bal kezünkkel a lábszárt megfeszítjük úgy, hogy a lábszár felső forgóját kézzel könnyen ki tudjuk fordítani. A csonttól a lábszárhúst lefejtjük. Ezután a harmadik forgónál a lapátcsontot és a karcsontot összetartó ínszalagot átvágjuk, majd a csont és a csonthártya között haladva, a karcsontot a húsból kifejtjük.

A lapátcsontot, illetve a lapockacsonton levő felső húsrétegeket a lapockacsont szélénél levő vékony hártán éles késsel végigvágjuk. A forgónál a csonthártát átvágjuk, és a kés fokával a csonthártya és a csont között a húst lefejtjük. Ezután bal kezünkkel a lapocka alsó végét lefelé nyomjuk és a forgónál levő hártát körülvágjuk. Ezáltal a forgócsont a húsból kiemelkedik, majd késfenő acéllal a lapockacsont és a csonthártya között a húst lefeszítjük. A lapockacsontot ruhával megfogva erős rántással lehúzzuk a húsról. Így megkapjuk a lábszárt, a lapocka vastag részét és a Stefánia részt, amely a lapockában húzódik a lapátcsont alatt.

Marhaszegy

A marhaszegyet húsos oldalával helyezük a tőkére úgy, hogy a vastagabb rész felénk legyen. A szegyen levő bordacsontok végződésénél a hártát a porcogóval együtt átvágjuk, majd a bordacsontok mellett levő hártát bontókéssel jobbról balra lefejtjük. Ezután a szegyét csontos oldalával magunk felé fordítva a tőkére állítjuk, majd a bordacsont és a porcogó átvágott részénél erős nyomással megtörjük, ezután a bárd fokával a csontok közötti részt óvatosan leütögetjük. A bordacsontokat ruhával megfordítjuk, és kihúzzuk. A porcogós részt a húsról lefejtjük. Így megkapjuk a kicsontozott szegy elejét és hátulját.

Ha a marhaszegyet leveshez készítjük elő, akkor a csontozatlan szegyét

csontos oldalával a tőkére helyezük, és 12-15 cm-es csíkokra vágjuk; így nyerjük az ún. csonthúst.

Nyak

A nyakrészt csontos oldalával a tőkére fektetjük, két oldalán a csigolyacsontokról a mélyedésig lefejtjük a húst. A nyak részénél levő véres húsrészt és a nyakcsonton maradt kisebb húsdarabokat letisztítjuk.

Magas hátszín (rostélyos)

A rostélyost úgy helyezük a húsvágó tőkére, hogy a bordacsontok alul, a gerinccsont felé eső része pedig tőlünk balra legyen. Ezután a gerinccsontot a bordacsontig lefejtjük. A gerinccsontot a rostélyosról bárdal vágjuk le. A rostélyost ezután úgy helyezük el, hogy a húsos része alul, a rostélyos csont pedig velünk szemben, hosszában legyen. Egy hosszabb késsel a rostélyos és a bordacsontok között, közvetlen a csont mellett a húst lefejtjük, vigyázva arra, hogy a vastag húsba ne vágjunk bele.

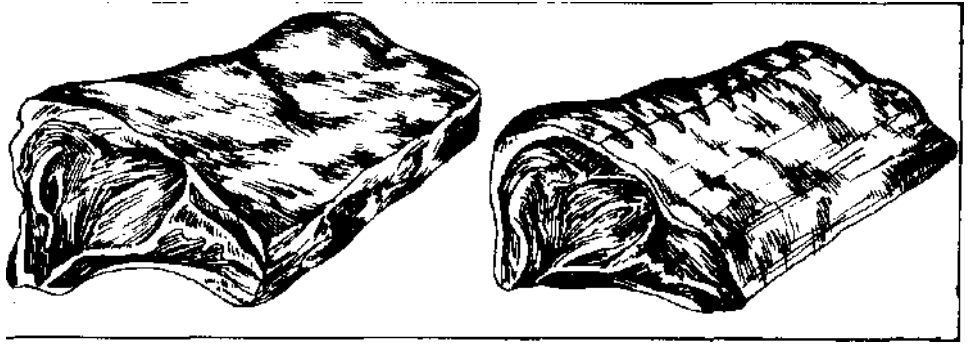
A kicsontozott rostélyoson levő ehetetlen húsborító részt lefejtjük. A rostélyoson levő ínszalagot és a felesleges faggyús részeket letisztítjuk. Ezután a bordacsontokat bárdal elkülönítjük a gerinccsonttól.

b) A negyed marha hátuljának bontása és csontozás

A negyed marha hátulját úgy akasztjuk fel a horogra, hogy a csontos része felénk legyen. A combról kiinduló hasaalja részt a medencecsont alsó részéig levágjuk. A combban levő forgócsont aljánál és a medencecsont felső részénél a bélszínfej kezdeténél körbevágjuk. Bal kezünkkel a bélszínfejet magunk felé húzzuk, majd a medencecsont és a bélszínfej alatti hártvánál a csonttól lefejtjük a bélszínfejet, és a medencecsont alsó (porcogós) részét. Ezután a medencecsont alsó végződésénél a lapos hátszín kezdeténél a húst úgy vágjuk át, hogy a vágás a gerinccsont első csigolyarészének ízületéhez essen. Az ízülettartó szalagot átvágjuk, bal kezünkkel a hátszín megfogjuk és az ízületnél a combról levágjuk.

Lapos hátszín

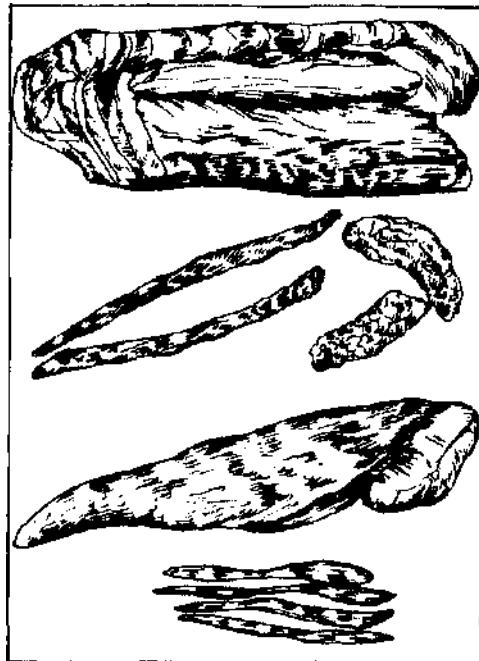
A lapos hátszín csontos oldalával helyezük a húsvágó tőkére. A puha hátszín és a lapos hátszín közötti húsos, faggyús rétegnél úgy vágjuk le a puha hátszín,



29. ábra. Lapos hátszín

hogy a lapos hátszínen kb. 3-4 cm-es faggyús húsréteg maradjon. Ezután a lapos hátszínen levő két bordacsontot bárdal levágjuk. így megkapjuk a hátszín szélét, melyet leveshúsnak készítünk elő.

A lapos hátszínét ugyanúgy csontozzuk ki, mint a magas hátszínét: először késsel elválasztjuk a húst a csonttól, egészen a bordacsontig hatolva. Utána a bordacsontok mellett késsel bevágjuk a gerinccsontig, végül - hogy lehetőleg semmi hús ne maradjon a csonton - lefejtjük a lapos hátszínét a csontjáról.



30. ábra. A bélszín letisztítása

A hátszint a rajta levő felesleges inaktól és kisebb húsdaraboktól megtisztítjuk. A hátszín felső részén végighúzódnó vastag inat 2-3 cm szélességben lefejtjük. Az alsó részén levő 2-3 cm-nyi széles, húsos, faggyús részeket ferdén levágjuk (29. ábra).

Ha a bélszínen rajta van a pacsoni, akkor először azt vágjuk le faggyús részével együtt a bélszínfejről. Ezután a bélszín szélén végighúzódnó inas oldalhúst levágjuk a bélszín és a húshártya között. A bélszint a hártvás oldalára fordítjuk és faggyús, inas részeitől letisztítjuk, majd a bélszint a felső részén végighúzódnó hártvától tisztítjuk meg. A bélszínről letisztított kisebb húsdarabokat apróhúsnak készítjük elő (30. ábra).

Marhacomb

A marhacombot úgy akasztjuk a horogra, hogy a medencecsont felénk legyen. Ezután a medencecsont alsó részén levő keresztcsontot bárdal levágjuk. A farkot a fartőről a fartóhegynél és a gerinccsontnál levágjuk, majd a medencecsont kezdetétől a fehérpecsenye és a felsál közötti faggyús réteget átvágjuk, egészen a felső lábszár és a combcsont forgójáig. Ezután a combcsont felső részétől lefelé haladva, a felsál, a fehér- és a feketepecsenye közötti hártván a bontókéssel befelé hatolunk egészen a combcsontig, majd egy hasítással a csonthártvát végigvágjuk.

Ezt követően a gömbölyű felsál és a hosszú felsál szélénél a hártvát és a húst a combcsont felső részétől a medence forgócsontjáig a csonthártvával együtt átvágjuk, majd a felsál felső részénél lyukat szúrunk. Ujjunkkal a lyukba nyúlva a felsált magunk felé húzzuk, majd a combcsont és lábszárcsont felső forgójánál az inakat és a csonthártvát késsel óvatosan szétvágjuk. Ezután a felsált kézzel lefelé húzva a combcsont és a csonthártva között lefejtjük a medencecsont forgójáig. A medencecsont forgóját és a combcsontot összetartó inszalagot átvágjuk. Így a combcsontról lefejtettük a felsált. Most a medencecsont forgója és a hús között átvágjuk a hártvát. A medencecsont mindkét oldalán a csonton levő és a hús közötti hártvát bevágjuk. A fehérpecsenye és a fartó részénél a medencecsont végét a húsból kiszabadítjuk úgy, hogy mind mélyebben hatolunk be a csonthártvába a csontok közé. Utána a fartőről lehúzzuk a medencecsontot a felsállal együtt.

A lábszárról és a combcsonttól a fartót úgy fejtjük le, hogy a kulcsont feletti ínba akasztjuk a horgot. Most a húson levő csonthártvát a lábszár felső részétől kezdve kétoldalt a kilátszó csont mellett kissé bevágjuk, a combcsont alsó forgójáig.

Ezután a lábszár felső kezdeténél átvágjuk a csonton levő inakat, a csonthártvával együtt, és így lefelé haladva a lábszárcsonttól, majd a combcsonttól a fartót a lábszárral együtt lefejtjük. Bal kezünkkel a fartó alá nyúlunk, kissé

megemeljük és a combcsont alsó forgójáról a fartót késsel levágjuk. A lábszár és a combcsont még egyben van a horgon. Ezt késsel, a lábszár és a combcsont közötti Összetartó inas részénél kettévágjuk.

A marhacomb részeire bontása: a kicsontozott combot külső oldalával a húsfeldolgozó asztalra vagy tókére helyezük úgy, hogy a lábszár felénk legyen. Ezután a gömbölyű felsál és a csípőfartó közötti faggyús húsréteget bevágjuk az alsó hártýáig.

A feketepecsenye és a gömbölyű felsál mellett húzóódó, a hamis fartót összekötő hártýákat a gömbölyű felsál két oldalán bevágjuk a gömbölyű felsálon levő alsó hártýáig. A gömbölyű felsált magunk felé húzva az alsó hártýáról lefejtjük. A gömbölyű felsál lefejtése után a csípőfartó és a hegyes fartó között húzóódó hártýán végighaladva levágjuk a csípőfartót, a hamis fartóveit együtt, majd a csípőfartó és a hamis fartó között levő hártýa mentén levágjuk a hamis fartót.

A vastag (felső) lábszárról levágjuk a lábszárt, majd a fekete- és fehérpecsenyét, valamint a vastag lábszár között levő hártýa mentén levágjuk a vastag lábszárt. Ezt követően a fehérpecsenye végződésénél keresztbe levágjuk a hegyes fartót a fekete- és fehérpecsenyeről, majd különválasztjuk a feketepecsenyét a fehérpecsenyétől. Ezután a felsál medencecsont-mélyedéseiben levő húst kifejtjük, és lefejtjük a medencecsontot. A felsál szélén levő faggyús húsos részt levágjuk, és lefejtjük a felsálborító deklivel együtt. Ez utóbbi egy hártýa réteggel elválasztott kb. 2 cm vastag húslap, amely a felsált borítja.

A felsál vastagabb végződésénél levő inas húsrészt egyenesen levágjuk, és a húsbortó deklivel együtt apróhúsnak használjuk fel.

c) A marha belsőségei és előkészítésük

A marha belső részei a következők: nyelv, fejvelő, máj, tüdő, lép, szív, vese, pacal, tejmirigy (tőgy). Ha a marha belső részeit nem dolgozzuk fel azonnal, akkor jól hűtő hűtőszekrénybe kell helyezni őket. Hűtés előtt a következő műveleteket kell elvégezni:

A *nyelvről* a gégenyúlványt és a torokhúst levágjuk. A nyelvet letisztítjuk, jól lekaparjuk, hideg vízben lemossuk és felhasználásig hűtőszekrényben felakasztva tároljuk.

A *fej ve löt* langyos vízbe beáztatjuk, és hártýáitól megtisztítjuk. Forrásban levő sós, citromos vagy gyengén ecetes vízbe tesszük, amikor felforrt, a tűzről levesszük. Saját levében hagyjuk kihűlni. A kihűlés után hideg vízzel leöblítjük, majd zománcozott vagy porcelánedénybe tesszük. Sós, citromos vizet öntünk rá, hűtőbe helyezzük.

A *májról* lehúzzuk a hártýát és belső oldalából kivágjuk a vércsatornákat. Ezután tiszta edényben hűtőszekrénybe helyezzük. Felhasználás előtt hideg vízben lemossuk, és tiszta ruhával leszárítjuk.

A *tüdőt*, a lépet és a szívet jól megmossuk, és vöröshagymával, fokhagymával, babérlevéllel, sóval ízesített vízben puhára főzzük. Saját levében kihűtjük, utána levéből kiszedjük. Tiszta edénybe téve hűtőszekrénybe helyezzük.

A *vesét* faggyújától letisztítjuk, lapjával párhuzamosan kivágjuk belőle az ereket, és a szükségletnek megfelelően feldaraboljuk. Leforrázzuk, és hideg vízzel lemoszuk. A víztől lecsurgatjuk. Edénybe tesszük, a hűtőszekrénybe helyezzük.

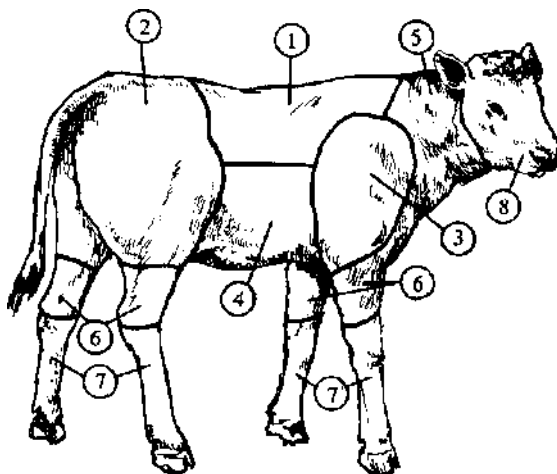
A *pacalt* bő vízben többszöri áztatással tisztára mossuk, kb. 1 órai főzéssel előfőzzük. Lecsurgatjuk, és metéltre vágjuk. Felhasználásig a hűtőben tároljuk.

A *tőgyet* (tejmirigyet) többször váltott hideg vízben kiáztatjuk, majd zöldséges, fűszeres lében puhára főzzük. Ha megpuhult, hideg vízzel lehűtjük, leszűrjük, és tiszta ruhával szárazra töröljük. Hűtőben tartjuk felhasználásig.

2. A borjúhús

A borjúhús részei, felhasználásuk (31. ábra)

A borjúhús könnyen emészthető, laza szerkezetű, könnyű rostozatú hús. Tejre emlékeztető illatú, zsírszegény, magas víztartalmú, rózsaszínű hús.



31. ábra. A borjú részei: 1. Gerinc 2. Comb 3. Lapocka 4. Szegy 5. Nyak 6. Csülök 7. Lábak 8. Fej

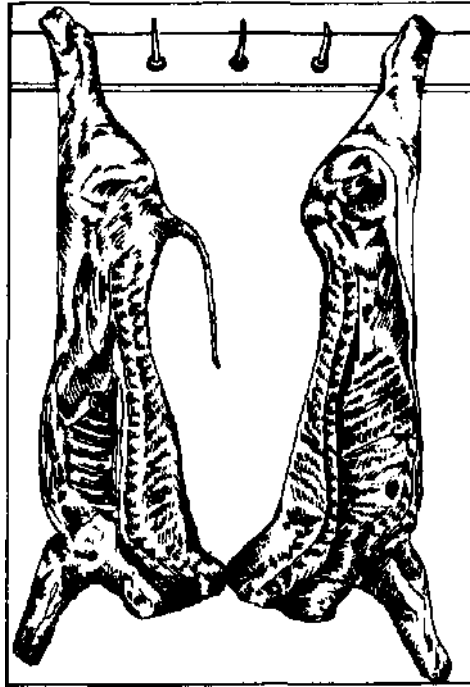
A borjúhús részei

Felhasználásuk módja	
Gerinc	Egészben sütve, szeleteire
Karaj	
Vesék	
Szűzpecsenye	
Comb	
Felsál	
Dió	
Rózsa	
Frikandó	
Lapocka	Egészben sütve, apróhúsnak
Szegy	Töltve, egybesütve
Nyak	Apróhúsnak
Csülök	Egészben sütve, apróhúsnak
Apróhúsok	Pörköltnek, becsinálnak stb.
Fej	Forrázva, rántva
Láb	Kocsonyának
Belsőségek:	
Fejvelő	Forrázva, rántva
Nyelv	Főzve, párolva
Máj	Párolva, tűzdelve, rostton pirítva
Tüdő, szív	Savanyúan
Lép	Pürének
Mirigy	Párolva, rántva, ragunak
Vese	Roston, ragunak
Fodor	Pörköltnek, becsinálnak

A borjú bontása

A borjút bőréből kifejtve, fej és láb nélkül, egészben vagy félbevágva kapjuk a vágóhídról. Ha egész borjút kapunk, akkor a hátsó csülöknél, a két hátsó combot jól kifeszítve akasztjuk a húshorogra úgy, hogy a hasürege felénk legyen. Ezután a mellcsont közepén a húst a porcogós résznél kettévágjuk egészen a nyakig. Ezt követően a vesén levő vesefagyút a gerinc közepén kettévágjuk. A faroktól kezdve a gerincsont és csigolyacsont közepén haladva bárdal vagy nagy csontvágó késsel a borjút kettéhasítjuk (32. ábra).

A borjút a szegynél megfogjuk, majd a vesés kezdeténél a második és a harmadik bordacsont között a húst, a második bordacsont alatt a csigolyát



32. ábra. Egész borjú kettéhasítva

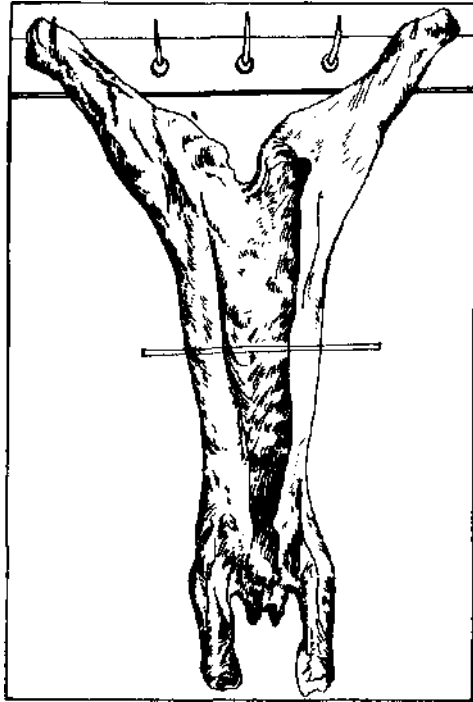
késsel vagy bárdal átvágjuk. így a borjút elejére és hátuljára osztottuk (33. ábra). Az egészben maradt borjúhátulját borjústuccnak nevezzük.

A borjústucc a következő részekből áll: két hátsó comb, két vesés (benne levő szívpecsenyékkel és vesékkel).

Ha a borjústuccot a gerincnél kettéhasítjuk, akkor a két negyed borjú hátulját kapjuk. Borjúgerinc készítésekor az egész borjút nem hasítjuk ketté, mert a két karajnak és a két vesének egyben kell maradnia. Ezt a következőképpen bontjuk:

Az egész borjút a két hátsó láb inainál fogva a húskampóra akasztjuk, majd a mellcsont közepén a húst a porcogós részénél lefelé haladva kettévágjuk a nyak végződéséig. Ezt követően bal kezünkkel a lapockát a lábszárnál megfogjuk, kifelé feszítjük és a húst átvágjuk a szegy között levő összekötő hártya mentén a legyezőcsont végéig, a csont és a porcogó között átvágva a lapockát, levágjuk a borjú elejéről. Ezután a vesés mellett mindkét borjúcomb széléről levágjuk a lebernyeget egészen a szegyig.

A szegyől lefelé haladva a húst a nyak kezdetéig végigvágjuk a bordacsontokon úgy, hogy a gerincen 6-8 cm-es bordacsontok maradjanak. A vágáson haladva a gerincről lefűrészeljük a szegyét. A másik oldalon levő szegynél ugyanígy járunk el. Most a hatodik és hetedik bordacsont között levágjuk a



33. ábra. Fent: Hgész borjú hátulja (borjústucc)
Lent: Egész borjú eleje

nyakat a gerincről. így még a két comb és a gerinc marad egyben. Ezután a comb mindkét oldalán levő forgócsont kezdetétől a medencecsont alsó részéig lefejtjük a szűzpecsenyét.

A medencecsont végződésénél átvágjuk a húst. Az első csigolyacsont ízületét átvágva levesszük a combról a gerincet. így megkaptuk a borjúgerincet, a benne levő szűzpecsenyékkel és vesékkal együtt. A gerincet húsos oldalával a tőkére helyezzük, és a vesés részről lefejtjük a vesefaggyút a vesékkal együtt. Ezt követően a csigolyacsont mindkét oldalára kifejtjük a szűzpecsenyét. Most a gerincet csontos oldalára fordítjuk, és mindkét oldalon lefejtjük a gerincet fedő húsborítót (deklit). A gerincen levő bordacsontokat egyenesre vágjuk, és a gerincen levő vastag nyakínt lefejtjük. Ezután a gerincet felállítjuk úgy, hogy a csontos része tőlünk jobbra essen, majd a vesés rész kezdetétől a gerincből kivágjuk a csigolyacsontot. A gerincet csontos oldalával a tőkére fordítjuk, bevagdaltjuk a gerinccsontot és az inakat.

a) A borjú elejének bontása és csomózása

A borjú elejét úgy helyezzük a húsvágó tőkére, hogy a csontos oldala lefelé és a lábszár velünk szemben legyen. Ezután a lábszárt megfogjuk, a lapockát magunk felé húzzuk.

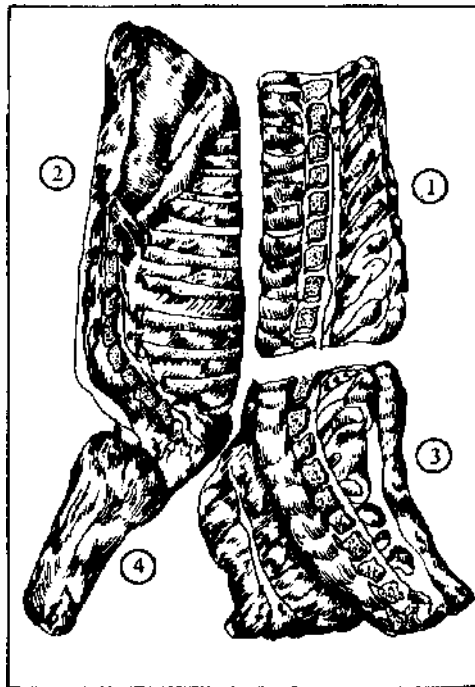
A szegyfej és közvetlen a lapocka mellett átvágjuk a húst, majd a lapocka és a szegy között levő legyezőcsont és porcogó közötti részt átvágva levágjuk a lapockát a borjú elejéről. Ezt követően a borjú elejét húsos felével lefelé fordítjuk és a karaj kezdetétől a bordás végződésig bárdal levágjuk a szegyet úgy-hogy a karaj kezdeténél 8-10 cm-es bordacsont maradjon.

Ezután a karajt csontos oldalával lefelé tesszük a húsvágó tőkére és a karaj kezdetétől számítva a hetedik bordacsontnál a húst késsel, a csigolyacsontokat pedig bárdal átvágjuk, így megkapjuk a borjú elejének a részeit.

Ezek a következők:

- lapocka,
- szegy,
- karaj,
- nyak.

(34. ábra)

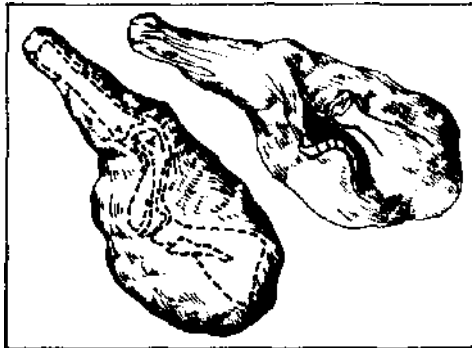


34. ábra. Borjú eleje: 1. Karaj 2. Szegy 3. Nyak 4. Lapocka

Borjúlapocka

A lapockát húsos oldalával helyezzük a húsvágó tőkére úgy, hogy a csülök velünk szemben legyen. Ezután a legyezőcsontot és a karcsontot összetartó hártját, ínszalagot a legyezőcsont forgójánál, a csont jobb oldali szélén indulva lefejtjük. Bal kezünkkel a legyezőcsont alsó részét lefelé nyomjuk, így kiemelkedik a csont forgója. A hús közötti csonthártyát körülvágjuk, és a kiálló csontot a forgónál ruhával megfogva egy erélyes rántással a húsról lehúzzuk. Ezután a lapockát megfordítjuk, hogy a csülök legyen felénk. A lapocka és a karcsont forgójánál a húst és az inakat átvágva levesszük a csülköt. Ha a csülköt egészben használjuk fel, a két végéről bárdal levágjuk a csontot.

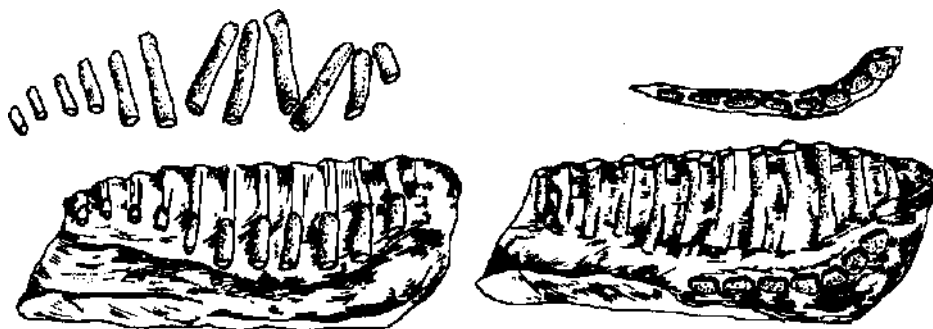
A csülökcsontról lefejtett húst madárkának nevezzük. A lapockában levő karcsont felső részén a húst átvágjuk, és kétoldalt közvetlen a csont mellett haladva kifejtjük a húsból a csontot. A lapockán rajtamaradt apróhúsokat letisztítjuk (35. ábra).



35. ábra. Borjúlapocka kicsontozása

Borjúszegegy

A borjúszegegyet úgy helyezzük a húsvágó tőkére, hogy a bordacsontok fölfelé, a mellcsont pedig felénk legyen. A bordacsont végződésénél és a mellcsont porcogós kezdeténél a szegyfejtől kiindulva az utolsó bordacsontig átvágjuk a csonthártyát az ízületeknél. A szegy vastag részét mindkét kezünkkel ruhával megfogjuk, és az egész szegyvet a bordacsontok végére állítjuk. Egy erős nyomással az átvágásnál a bordacsontokat megtörjük, és a csonthártyából kibuktatjuk. Ezután fenőacéllal vagy bárd fokával a csontok között levő húst leveregetjük. Most a húsból kiálló csontokat ruhával megfogjuk, és egy-egy csavarással egyenként kihúzzuk azokat. Ezt követően a szegyvet megfordítjuk, hogy a vastagabb része tőlünk jobbra essen. A mellcsont felső részéi a hús és a csont



36. ábra. a) A borjúszegycsont kicsontozása I. b) A borjúszegycsont kicsontozása II.

között a porcogóig bevágjuk, ügyelve arra, hogy a húst ne vágjuk be, majd az alsó húsos porcogós résznél a csont mellett szintén végigvágjuk, és a porcogóról a kés hegyével a mellcsontot levágjuk (36/a és b ábra).

Borjúkaraj

(37. ábra)

A borjúkarajról lefejtjük a karajt borító húsrészt (deklit) (38. ábra), és az apróhúshoz tesszük. Ezt követően a karajt úgy helyezzük a húsvágó tőkére.



37. ábra. Borjúkaraj



38. ábra. A deklit lefejtése a borjúkarajról

•**hogy** a húsos oldala lefelé, a bordacsontok végződése pedig felénk legyen. A karajban levő bordacsontok közepén a csonthátyát a bordacsont végződéséig átvágjuk. A karajt gerincsontijával lefelé fordítjuk, hogy a húsos része felénk, a bordacsontok pedig ellenkező irányban legyenek. Ezután fenőacéllal a bordacsont mindkét oldaláról leverjük a húst egészen a vastag húsig.

Ezután a bordacsontokról levert húst lefejtjük. Késsel lefejtjük a gerincsontot, és a karajhús közötti húst és a gerincsontot bárdal levágjuk. Most a karajt úgy állítjuk a húsvágó tőkére, hogy a bordacsontok tőlünk jobbra essenek és



39. ábra. A borjúkaraj előkészítése bordának I.



40. ábra. A borjúkaraj előkészítése bordának II



41. ábra. A borjúkaraj előkészítve bordának I.



42. ábra. A borjúkaraj előkészítve bordának II.

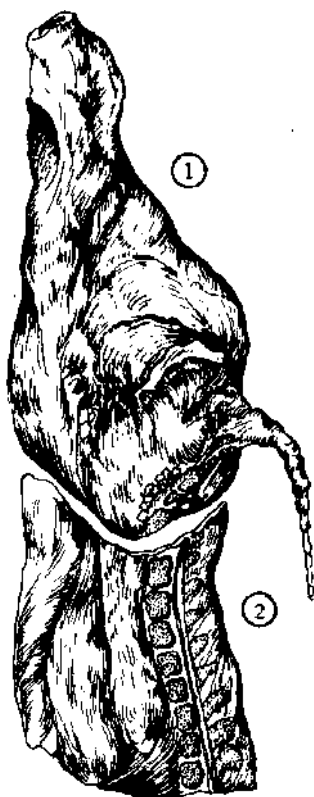
így a bordacsont tövénél a csigolyacsontot levágjuk a karajról. Ezután felszeleltjük, így kapjuk a bordákat (39-42. ábra).

Borjúnyak

A nyakrészt csontos oldalával a tőkére fektetjük, két oldalán a csigolyacsontokról a mélyedésig lefejtjük a húst. A nyakon levő vastag nyakínt a húsról lefejtjük, és a nyak végződésén levő véres húsrészt levágjuk. A nyakcsonton maradt kisebb húsdarabokat is letisztítjuk.

b) A borjú hátuljának bontása és csontozása

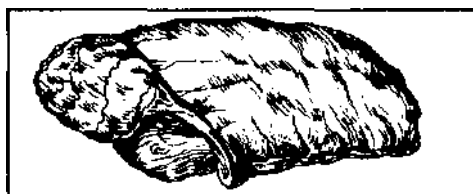
A borjú hátulját húsos oldalával helyezük a tőkére úgy, hogy a medencecsont felénk legyen. Ezután a comb felső részén levő hárttyát lefejtjük a húsról. A szűzpecsenyéről lefejtjük a faggyút a vesével együtt. A medencecsont forgójától kezdve a csigolyacsont mellett haladva a veséről lefejtjük a szűzpecsenyét. Ezt követően levágjuk a combról a vékony hasalji részt, egészen a medencecsont alsó porcogós végéig. A vesés kezdeténél és a medencecsont végződéséről elvágjuk a porcogós részt. Ezután a gerincsonton levő csigolyacsontot késsel vagy bárdal keresztbe átvágva kapjuk a vesést (43. ábra).



43. ábra. Borjú hátulja: 1. Comb 2. Vesés

Borjúvesés

A borjúvesést (44. ábra) húsos részével fektetjük a tökére, és a vésésről levágjuk a hasajji részt. Most a tőkén a húst megfordítjuk úgy, hogy a gerinccsont tőlünk balra essen, majd a gerinccsontról lefejtjük a húst, és bárdal levágjuk a gerinccsontot. Ezután megfordítjuk, és a bordatő kezdetétől levágjuk róla a csigolyacsontot.

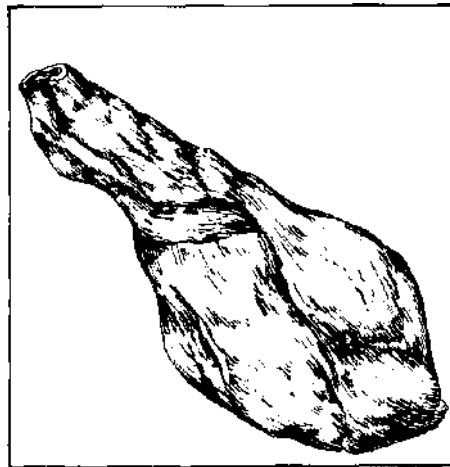


44. ábra. Borjúvesés vesével

Borjúcomb

A borjúcomb (45. ábra) külső oldalával úgy helyezzük a tőkére, hogy a medencecsont felénk legyen, a csülök pedig tőlünk távol. A fark tövétől a gerinc mellett haladva a combról levágjuk a farkot a gerincsel együtt. Ezután a medencecsont mélyedésében levő húst a csonttól lefejtjük, majd a medencecsont felső részén levő porcogót a csontig levágjuk (lefaragjuk). Most a medencecsont felső része és a frikandó széle között levő porcogóra a bárd fokával ráütünk. Így kibuktatjuk a húsból a medencecsont felső részét a forgócsontig. A késsel átvágjuk a forgócsonton levő inat és ínszalagot, amely a combcsontot köti össze a medencecsonttal. Ezután a medencecsont alatt a csont és hús közötti hártyát bevágjuk, majd a forgótól lefelé haladva közvetlen a csont mellett lefejtjük a csonttól a húst. Ezután a combot megfordítjuk, hogy a csülök felénk legyen. A frikandófej és a csülök közötti hártyán haladva a combcsont és csülök forgójáig hatolunk.

A csontozást úgy folytatjuk, hogy a felsál és a dió között levő hártyán haladva a combcsont felső részétől a forgóig a csonton átvágjuk a húst a csonthártyával együtt. Ezután mindkét oldalán a csontot és a csonthártyát késsel bevágjuk. Bal kezünkkel megfogjuk a combcsont felső végét, és magunk felé húzva a csonthár-

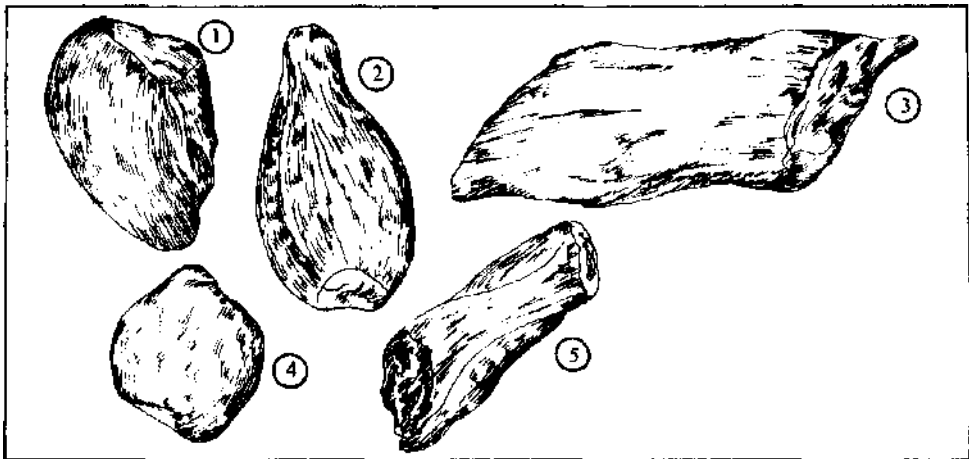


45. ábra. Borjúcomb

tyát körülvágjuk a forgó alatt. A bárd fokával a forgócsont alatt a hús közötti porcogóra ütünk, és így a csonttól leválik a hús egészen a forgócsontig. Hasonló módon vágjuk le a combról a csontot.

A borjúcomb részekre bontása (46. ábra):

A kicsontozott borjúcombról a felsál és a frikandó között levő hártya mentén



46. ábra. A borjúcomb részei: 1. Felsál 2. Dió 3, Frikandó 4. Rózsa 5. Csülök

haladva lefejtjük a felsált. A felsálon levő húsborító deklit lefejtjük. Ezután a dió két oldalán az összekötő hárttyát megeresztjük, majd a rózsa és a dió kezdeténél levő húsrészt átvágjuk az alsó hárttyáig és a hárttyáról lefejtjük a diót. A frikandó és a rózsa még egyben van. A frikandón levő rózsát a frikandó és rózsa közötti hárttyán haladva lefejtjük. A rózsát az inas húsoktól és hárttyáitól megtisztítjuk. Ha a borjúfrikandót frissensülteknek használjuk, akkor részeire bontjuk: az összekötő hárttyák között elválasztjuk egymástól a feketepecsenyét és a frikandófejet. A frikandófejet nem használhatjuk szelethúsnak.

Borjúláb

A borjúlábat megtisztítjuk a szőrétől. Csontozás előtt a rajta maradt szőrszálakat leperzseljük, és éles késsel lekaparjuk. Ezután a nagy körmök között az összetartó izmot és bőrt a köröm csuklójáig átvágjuk, majd a lábszár közepén az int és a bőrt a csontig bevágjuk. Ezt követően a lábat a másik oldalára fordítjuk, közepén a bőrt csontig bevágjuk, majd a lábszárt és a lábat bal kezünkben tartva a köröm csuklójánál levő összetartó int átvágjuk. A jobb kezünkben levő ruhával a körmöt megfogjuk, kissé megcsavarjuk, és erős rántással a csonttól a lábat lehúzzuk. Ügyeljünk arra, hogy a láb ne szakadjon be.

c) A borjú belsőégei és előkészítésük

A borjú belső részei a következők: fejvelő, nyelv, máj, tüdő, lép, szív, mirigy, vese, fodor.

A borjúvelő, nyelv és máj előkészítése és tárolása azonos a marhahúsnál tanultakkal.

Ha a tüdőn a nyelőcső rajta van, akkor lefejtjük. Jól megmossuk, a szívvel és a léppel együtt vöröshagymával, babérlevéllel, sóval ízesített vízben puhára főzzük. Mikor megpuhult, hideg vízben hűtjük, jól lecsurgatjuk, felhasználásig hűtőszekrényben tároljuk.

A mirigyről levágjuk az oldalán levő véres részeket, és gyengén sózott, citromos vízben megfőzzük. Azonos módon tároljuk, mint a borjúvelőt.

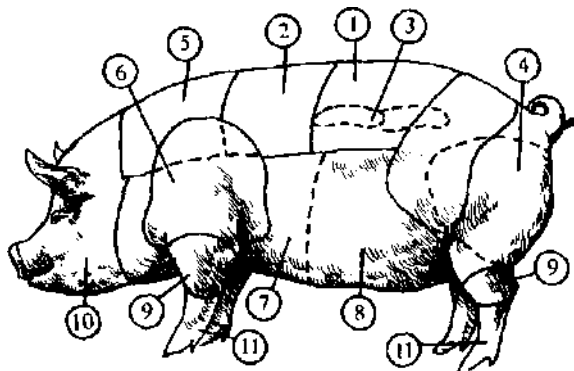
A vesét a rajta levő zsiradékkal együtt kissé körülfaragjuk, és feldolgozásig a hűtőszekrényben tartjuk.

A fodort sós vízben előfőzzük, jól lehűtjük, és feldolgozásig a hűtőszekrényben tartjuk.

3. A sertéshús

A sertéshús részei, felhasználásuk (47. ábra)

A sertéshús rugalmas tapintású, enyhén savanykás illatú. Színe világosabb, mint a marhahúsé. Felülete kissé zsíros.



47. ábra. A sertés részei: 1. Rövidkaraj 2. Hosszúkaraj 3. Szívpecsenye 4. Comb 5. Tarja 6. Lapocka 7. Oldalas 8. Dagadó 9. Csülök 10. Fej 11. Láb

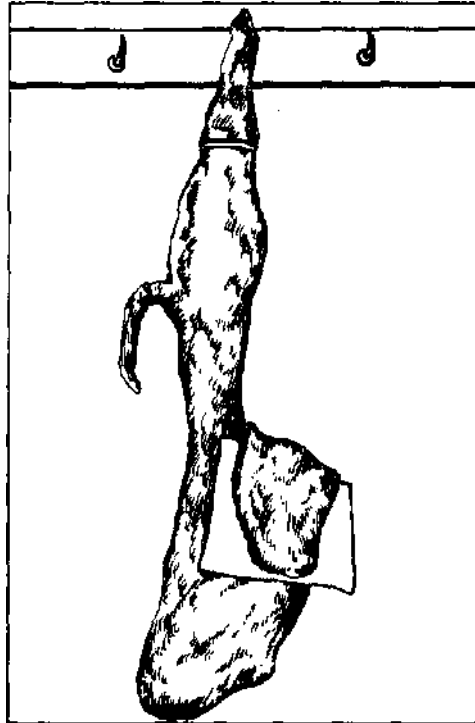
A sertéshús részei

Felhasználásuk módja	
Rövidkaraj	Egészben sütvé, szeletelve
Hosszúkaraj	Egészben sütvé, szeletelve
Szűzpecsenye	Egészben sütvé, szeletelve, burkolva
Tarja*	Szeletelve, frissen sütvé
Comb*	
Felsál	Szeletelve, frissen sütvé
Dió	Szeletelve, frissen sütvé, egészben sütvé
Rózsa	Szeletelve, frissen sütvé, egészben sütvé
Frikandó	Szeletelve, frissen sütvé, párolva
Lapocka*	Apróhúsnak, egészben sütvé
Oldalas*	Egészben sütvé, apróhúsnak
Dagadó	Töltve, egészben sütvé, apróhúsnak
Csülök*	Főzve, egészben sütvé, apróhúsnak
Apróhúsok	Pörköltnek, tokánynak, darált húsnak
Fej*	Kocsonyának
Láb*	Kocsonyának, pörköltnek, rántva
Belsőségek:	
Fej ve lő	Rántva, vesével, pirítva
Nyelv*	Főzve
Szív	Savanyúan, pörköltnek
Lép	Májpuréhez
Máj	Májpuréhez, roston, pirítva, rántva
Vese	Roston, ragukhoz, velővel pirítva
Háló	Húsok burkolásához használjuk

A *-gal jelölt részeket füstölve is készítik!

a) A fél sertés bontása

A sertést kettéhasítva, bőrből és szalonnájából kifejtve kapjuk konyháinkra. A fél sertést a csülöknél fogva akasztjuk horogra úgy, hogy a húsos része felénk legyen. Ezután a fej és a tarja között levő húst átvágjuk, majd a csigolyacsont és a fejcsont forgója között az int átvágva levesszük a fejet. Ezt követően bal kezünkkel megfogjuk a lapockán levő lábat, magunk felé húzzuk, az oldalas és a lapocka között levő húst átvágjuk, majd a lapocka és az oldalas közötti hártján haladva lefejtjük a lapockát a legyezőcsont végéig. így levágjuk a tarjáról a lapockát, amely az oldalason és a tarján fekszik. Ezután a dagadót a comb és a rövidkaraj széle mellett haladva levágjuk egészen a bordacsontig



48. ábra. A dagadó elválasztása a karajtól

(48. ábra). Az oldalast a karajról a nyak végződéséig lefűrészeljük úgy, hogy a hosszúkaraj kezdeténél 6-8 cm-es bordacsontok maradjanak. így megkapjuk az oldalast a dagadóval.

A dagadót az első bordacsonttól kezdve félkör alakban levágjuk az oldalastól. A combot karajjal és tarjával együtt megfordítjuk úgy, hogy a csontos része felénk legyen, A medencecsont forgójától kezdve a medencecsont alsó részéről lefejtjük a szűzpecsenyét. Tovább haladva a gerinccsont mellett a karajból kifejtjük a szűzpecsenyét.

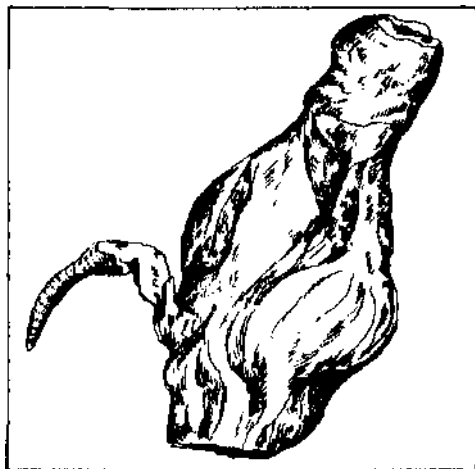
A medencecsont végződésénél a comb és a karaj közötti húst az első csigolyacsont ízületénél átvágva, levesszük a combról a karajt. A karajt a csontos oldalával a tőkére helyezzük, majd a második és harmadik bordacsontnál elválasztjuk a tarjától. A combról és a lapockáról térdízületnél bárdal levágjuk a lábat. így a fél sertést részeire bontva megkapjuk a combot, a karajt, a szűzpecsenyét, a lapockát, az oldalast, a tarját, a fejet és a lábakat.

Sertéscomb

(49. ábra)

A combot külső felével úgy helyezzük a tükére, hogy a medencecsont felénk legyen. A medencecsont alsó végéről bárdal levágjuk a gerinccsontot, majd a combról a farkot a combon maradt gerinccsonttal együtt. Ezután a medencecsont mélyedéséből kifejtjük a húsrészt, zsiradékkal együtt.

A medencecsont felső végét a frikandó szélétől és a felsál kezdetétől a hús és csont között haladva kifejtjük a forgóig. Majd a csont felső végét bal kezünkkel



49. ábra. Sertéscomb

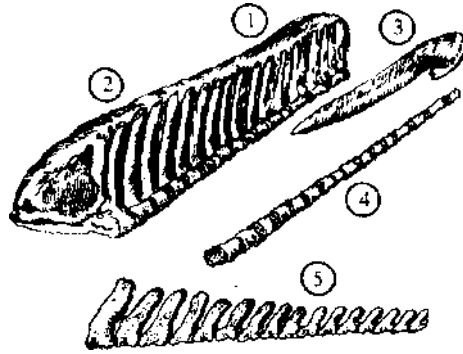
megfogjuk, a combcsont és a forgó körül az összetartó int átvágjuk, és így elválasztjuk a medencecsontot a combcsonttól. Ezután a medencecsont mindkét oldalán végigvágjuk a hús és a csont közötti hárttyát.

A forgótól kezdve lefelé haladva lefejtjük a combról a medencecsontot. Ezt követően a combot csülökkel magunk felé fordítjuk. A csülök és a combcsont közötti forgónál átvágjuk az összetartó inakat egészen a frikandófej és a csülök-hús közötti hárttyáig. így a csülköt a combról le tudjuk venni. Ezután a felsál és a dió közötti részt a combcsontig átvágjuk. Bal kezünkkel megfogjuk a felsált, kissé felfelé húzzuk, majd a felsált a frikandóval összekötő hárttya mentén levesszük a felsált. Ezután lefejtjük a felsálon levő deklit.

A combcsont csülök felőli forgójától kezdve kétoldalt a csont mellett a csonthárttyát végigvágjuk, és a comb felső részét magunk felé feszítjük. A forgó alatt az int átvágjuk, és vagy egy kéznyomással lenyomjuk a csonttól a húst a forgóig, vagy késsel a csont mellett lefejtjük a combról a csontot. Ezután levesszük a diót és a rózsát a frikandó közötti hárttyán haladva. így a combot részeire bontva kapjuk a frikandót, a felsált, a diót a rózsával együtt és a csülköt.

Sertéskaraj

A karajban a szűzpecsenye általában még benne van. A karajt húsos oldalával úgy helyezük a tükére, hogy a bordacsontok tőlünk balra legyenek. A szűzpecsenyét a csigolyacsont mellett haladva kifejjük a karajból.

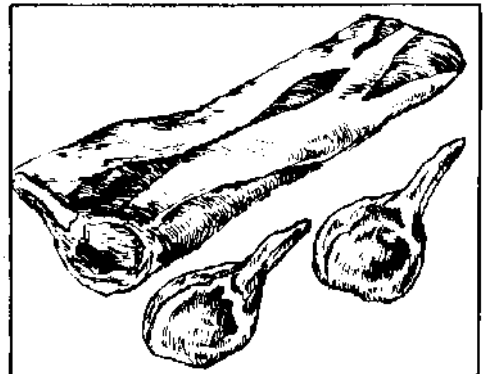


50. ábra. Sertéskaraj csonlozása: 1. Rövidkaraj 2. Hosszúkaraj 3. Szűzpecsenye 4. Bordatöcsont 5. Gerinccsont

A karajt húsos oldalával felfelé helyezük a tükére úgy, hogy a gerinccsont tőlünk jobbra legyen. Most közvetlen a gerinccsont és a hús között haladva kiskéssel végigfejjük egészen a bordacsontok tövéig, vigyázva, hogy a gerinccsonton ne maradjon hús. Ezután a gerinccsontot a karajtól bárdal egész hosszában levágjuk, majd a karajt úgy fordítjuk a tükére, hogy a gerinc felőli húsos rész legyen alul, a bordák pedig jobbra essenek, és így kivágjuk a karajból a csigolyacsontot (50. ábra). A karaj két részből áll, a hosszú- és a rövidkarajból. A rövidkaraj (51. ábra) soványabb, a hosszúkaraj zsírosabb. Ez utóbbin bordacsontok is vannak (52. ábra).



51. ábra. Rövidkaraj szeletelése



52. ábra. Hosszúkaraj szeletelése

Sertéslapocka

A sertéslapockán levő csülköt a lábszárcsont és karcsont forgójánál bárdal levágjuk. Ha a csülköt nem egészben értékesítjük, akkor a lábszárcsontról a húst lefejjük. Ezután a sertéslapockát úgy helyezük a tőkére, hogy a húsos fele alul, a legyezőcsont pedig felénk legyen.

A legyezőcsont és a karcsont között levő int átvágva, a két csontot különválasztjuk. A legyezőcsont jobb oldalán haladva a húst a csonthártyával együtt végigvágjuk, és a csonton levő húsréteget lefejjük. Bal kezünkkel a legyezőcsont alsó végét lefelé nyomjuk, és a forgó alatt a húst és a csonthártyát átvágjuk, majd a csont mindkét oldalán haladva a csonthártyát végigvágjuk. Ezután bal kezünkkel a lapockára nehezedünk, jobb kezünkkel a legyezőcsont végét konyharuhával megfogjuk, és a húsról lehúzzuk. Most a lábszár és a karcsont tetején végigvágjuk a csontot, a húst. A lábszár kezdetétől lefelé haladva, közvetlen a csont mellett a lapockából kifejtjük a lábszár- és karcsontot.

Sertésoldal

A sertésoldalt csak akkor csontozzuk ki, ha töltésre vagy darált hús készítésére használjuk fel. Ilyenkor az oldalasról a dagadót nem vágjuk le.

Az oldalt húsos oldalával lefelé tesszük a tőkére, ezután a bordacsontok mindegyikén kétoldalt, a kés hegyével a csont tetején végigvágjuk a csonthártyát. Lenyomkodjuk a csont hegyéről a húst, és konyharuhával egyenként kihúzzuk. Ezután a porcogós részt fejtjük le a húsról, vigyázva, hogy az oldalt se lyukasszuk ki. Ha a sertésoldalt sültnek készítjük elő, akkor 3-4 csíkban hosszában bárdal vágjuk fel a csontjával együtt.

Sertésfej

A sertésfejről az állkapocs mindkét oldalán a húst lefejjük, ezután az állkapocsot jó erősen megfogjuk és lehúzzuk a fejről. Ezt követően késsel a fej mindkét oldalán lefejjük a fejhúst.

Sertésláb

A sertéslábat jól leperzseljük, lekaparjuk, a körmöket bárdal levágjuk, és hosszában kettévágjuk.

Sertésfarok

A sertés farkát leperzseljük és tisztára lekaparjuk.

A bőrös sertés bontása és csontozása megegyezik a fél sertés bontásával és csomózásával, azzal a különbséggel, hogy mielőtt a bontáshoz kezdünk, a bőrről éles késsel lekaparjuk az esetleg rajta maradt szőrszálakat.

b) A sertés belsőségei és előkészítésük

A sertés belső részei: a velő, a nyelv, a tüdő, a szív, a lép, a máj, a vese, a háló. A sertésvelő, -nyelv, -máj, -tüdő, -szív és -lép előkészítése, tárolása megegyezik a marha belső részeinél ismertettekkel.

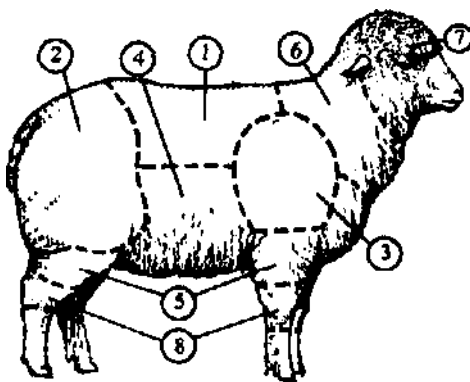
A sertésveséről először lehúzzuk a hárttyát. Lapjára fektetve hosszában kettévágjuk, a benne levő ereket kivágjuk. Ezután gyengén sós, forrásban levő vízzel leforrázzuk, majd hideg vízzel lehűtjük, és tiszta ruhával szárazra töröljük. Tiszta edénybe téve hűtőszekrényben tároljuk felhasználásig.

A serteshálót (hashárttyát), amely zsiradékkal átszótt hárttyaréteg, jégsekényben tartjuk felhasználásig, felhasználás előtt bő vízben jól kiáztatjuk, át-mossuk.

4. A bárány- és ürühús

A bárány- és ürühús részei, felhasználásuk (53. ábra)

A bárányhús sovány, zsírszegény, illata tejre emlékeztet, rózsaszín, könnyen emészthető.



53. ábra. A bárány és ürü részei: 1. Gerinc 2. Comb 3. Lapocka 4. Szeg (mell) 5. Csülök 6. Nyak 7. Fej 8. Láb

Az ürühús jellegzetes, a hazai fogyasztók számára kissé szokatlan szagú húsnak számít. Az ürühús felszíne helyenként faggyús, tapintása rugalmas.

Az ürühús részei

	Felhasználásuk módja
Gerinc	Egészben sütve, szeletelve
Comb	Párolva
Lapocka	Apróhúsnak, tekerceselve-egészben sütve
Nyak	Apróhúsnak
Szegy	Apróhúsnak, töltve
Fej	Főzve
Belsőségek	Főzve, frissen sütve

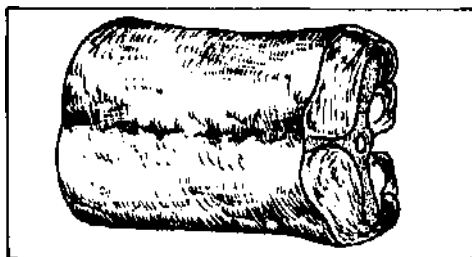
Juhfélék (bárány és ürü)

A fiatal, 6 hetes juhot báránynak, később birkának, a fiatal korában ivartalanított kost ürünek nevezzük.

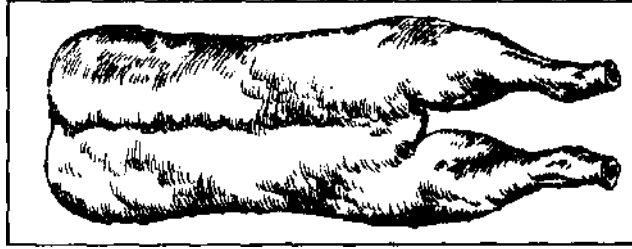
A bárány és ürü bontása

A bárányt és ürüt általában egészben, bőrből kifejtve kapjuk a konyháinkra. Ha bárány- vagy ürübordákat akarunk készíteni, akkor az egész bárányt vagy ürüt hosszában kettéhasítjuk. További bontásuk megegyezik a fél sertés bontásával. (54., 55. ábra)

Ha a bárány- vagy ürügerincet egészben akarjuk sütéshez előkészíteni, azt a borjúgerinc bontásához és csontozásához hasonlóan végezzük. Ha a bárány- vagy ürücombot egybesütve készítjük, akkor a combot nem vágjuk fel, hanem



54. ábra. Ürü vesés



55. ábra. Báránycomb gerinccel

a csontot kihúzzuk a combból. Ezt úgy végezzük el, hogy a csülök és a medencecsont kibontása után a combcsont mindkét végén a húst a csonthártyával együtt körülvágjuk és a kés hegyével a csonttól a húst lenyomjuk. Így kihúzzuk a csontot a combból.

Ha a bárányszegyet megtöltve készítjük, a borjúszegehez hasonlóan csontozzuk ki.

Egyéb ételfélék készítéséhez a bárány- és ürühúst vékony csontjaival együtt dolgozzuk fel.

Kérdések:

- 1. Melyek a marhahús részei?*
- 2. Melyek a sertéshús részei?*
- 3. Melyek a borjúhús részei?*
- 4. Melyek a bárány- és az ürühús részei?*
- 5. Hogyan kell az egyes vágóállatok belsősegeit előkészíteni?*
- 6. Milyen módon lehet az egyes vágóállatok húsrészeit felhasználni?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A bontást és csontozást mindig éles szerszámmal végezzük!
2. A bontás és csontozás közben ne kapkodjunk, mert balesetet okozhatunk!
3. Bontáskor, csontozáskor használjuk a védőfelszereléseket!

III. Ételkészítés

1. A termelés, az ételkészítés helye a vendéglátóipari tevékenységben

A vendéglátóipar termeléssel, értékesítéssel és szolgáltatással foglalkozik. Ezt egészíti ki az árubeszerzés és a raktározás. Ezen belül a termelés fontos helyet foglal el.

A következőkben a termelés részfolyamataival ismerkedünk meg.

2. Nyersanyagok kiválasztása, előkészítése

A nyersanyagok kiválasztását mindig gondosan kell végezni. Azt kell figyelembe venni, hogy milyen nyersanyagok felelnek meg legjobban az étel jellegének, az alkalmazott hőbehatásnak. Az előkészítés során ügyelni kell arra, hogy a nyersanyagok megtartsák eredeti tulajdonságaikat. Minden munkaműveletet szakszerűen végezzünk, hogy ne vagy csak a legkisebb mértékben csökkenjen a nyersanyagok eredeti táplálkozásélettani értéke.

3. Elkészítő tevékenység

Az elkészítő munkafolyamat alatt nyersanyagainkból, élelmiszereinkből ételeket készítünk. Az előkészített nyersanyagok felpuhítását különböző hőbehatási eljárásokkal: főzéssel, sütéssel, párolással és gőzöléssel végezzük. A felsorolt hőbehatási eljárásokkal az élelmiszereket felpuhítjuk, fogyaszthatóvá tesszük.

4. Kiegészítő tevékenység

Az előkészítő és az elkészítő tevékenységet különféle kiegészítő műveletekkel tesszük teljessé. Ilyen művelet pl. a bundázás, sűrítés, dúsítás, ízesítés, fűszerezés.

5. Befejező tevékenység

A befejező tevékenység során történik az ételek készentartása:

- melegen tartásuk 60-80 °C-on,
- hűtve tartásuk 6-8 °C-on.

Tálalásuk az étel jellegének megfelelően történik. A készentartáshoz lehetőleg fajansztégelyt vagy rozsdamentes edényeket használjunk, fedővel ellátva. így óvjuk ételünk táplálkozásélettani és élvezeti értékét. A tálalásnál különös gondot fordítsunk arra, hogy a vendég megfelelő hőmérsékleten, az előírt mennyiségben és szakszerűen tálalva kapja meg a kívánt ételt. A díszítés minden esetben feleljen meg az étel jellegének. A díszítéshez csak fogyasztható élelmiszert szabad használni.

6. A termeléshez szükséges eszközök

Az egyes munkaműveletek elvégzéséhez eszközökre van szükség, ezek különböző anyagúak, formájúak és méretűek lehetnek.

Ezekkel alakítjuk ki az élelmiszerek alakját: nyújtjuk és daraboljuk a tésztákat, szeleteljük a különféle húsrészeket, formázzuk a süteményeket stb.

Burgonyanyomó	Burgonya, túró áttöréséhez.
Citromlehuzó	Citrom, narancs, uborka díszítéséhez.
Csepegtetőrács	Zsírban sültételek, mártásokkal, bevonóanyagokkal átvont ételek, sütemények csepegtetéséhez.
Csirágtisztító	Csirág külső részének eltávolításához.
Derelyemetsző	Levesbetétek, tészták alakításához.
Fazekak különféle méretben	Főzéshez.
Fémnyárs	Nyáron sült ételek felhúzására, sütéséhez.
Galuskaszaggató deszka	Galuska alakításához.
Gyorsforralók	Mártások, íz- és zamatkivonatok készítéséhez.
Habüstök	Habok felveréséhez, krémek, parfék összekeveréséhez, kikeveréséhez.
Habverők	Habok felveréséhez, mártások keveréséhez.
Habzsák	Tojás hab, tejszín hab, tojáskrém, tojásos burgonyapép alakításához.
Halfőző edény	Lyukacsos betéttel ellátott hosszúkás alakú edény, fedővel.
Húsverő kalapács	Húsok kiveregetéséhez.

Idomcsövek	Tejszínhab, tojáshab, tojásos burgonyapép alakításához.
Karalábévájó	Karalábé kifűrásához, burgonya, sárgarépa gömbölyűre alakításához.
Kenökések	Saláták, sütemények formázásához.
Kenőtoll	Tészták kenegetéséhez.
Kécek	Daraboláshoz, szeleteléshez, tisztításhoz, aprításhoz.
Konzervnyitó	Konzervek bontásához.
Kukta	Nagy nyomású főzéshez használt, légmentesen zárható edény.
Lapátkanál	Tálaláshoz.
Lábasok különféle méretben	Főzéshez, pároláshoz, gőzöléshez.
Merőkanalak	Tálaláshoz, folyadékok méréséhez.
Nyújtófa	Tészták alakításához, nyújtásához.
Nyújtótábla	Tészták alakításához, vékonyításához.
Palacsintasütők	Palacsinták sütéséhez, tojáslepény készítéséhez.
Reszelők	Különféle anyagok reszeléséhez.
Rostély	Roston sült ételek felhűzésára, sütésére.
Serpenyők	Pirításhoz, sütéshez.
Sodrófa	Gyűrt tészták nyújtásához, sodrásához.
Sütőtepsik	Sültek, tészták sütéséhez.
Sütővillák	Sültek forgatásához.
Szagatók	Tészták alakításához.
Sziták	Szitáláshoz, átszűréshez, áttöréshez.
Szűrők	Különféle anyagok szűréséhez.
Tojásvágó	Fűtt tojás szeleteléséhez.
Tortakarikák	Torták formájának kialakításához.
Tökgyalu	Tök és burgonya vékony csíkokra gyalulásához.
Tűzdelőtű	Szalonnával való tűzdeléshez.
Uborkagyaiu	Uborka vékonyra darabolásához.
Vágódeszkák	Nyersanyagok, sültek darabolásához, szeleteléséhez.
Zománczott tepsik	Húsételek, éttermi melegtészták készítéséhez.

IV. Levesek

A levesek csaknem minden nép étkezési kultúrájában fontos helyet foglalnak el. Fogyasztásuk igen egészséges: jó hatással van az emberi szervezetre. Fedezik a folyadékszükséglet egy részét, ugyanakkor a levesben kioldódott értékes tápanyagok, a különféle vitaminok és ásványi sók könnyen felszívódnak. A szakszerűen elkészített levesek illatukkal, színükkel fokozzák az étvágyat, előkészítik a gyomrot a további ételek befogadására és emésztésére.

A levesek készítésénél az alábbi szempontokat kell figyelembe venni:

- csak hibátlan minőségű nyersanyagot használjunk fel;
- a levesek nyersanyagait mindig azonos nagyságúra daraboljuk;
- a levesek főzését mindig lassan, egyenletesen végezzük, így jobban kioldódnak az alapanyagok ízei és zamatanyagai, színanyagai;
- a leveseink legyenek ízletesek, de óvatosan fűszerezzük, mert az erős fűszerek csökkentik a következő ételek élvezeti értékét. A levesek ne legyenek laktatóak, telítő hatásúak, mert hátráltatják az ételsor további ételeinek emésztését. Ez alól csak az egytálételek kivételek, amelyeket főfogásként is adhatunk.

A levesek táplálkozásélettani és élvezeti értékét részben meghatározza a levesek színe. Ezt elsősorban az alapanyagból kioldódó színyanyagok, másodsorban a rántáshoz felhasznált járulékos anyagok adják (petrezselyemzöld, fűszerpaprika stb.). A leveseinket megfelelő hőfokon kell tálalni. A meleg leveseket - forróan (kb. 60-80 °C-on), a hideg leveseket jól lehűtve (kb. 6-8 °C-on) kell tálalni.

A levesek csoportosítását az 1. táblázat szemlélteti.

I. táblázat

Levesek csoportosítása

Híg levesek	Sűrített levesek	Összetett levesek	Különleges levesek
Húsleves jellegű levesek	Egyszerű sűrített levesek	Újházy tyúkhúsleves	Fecskefészekleves
Magyaros híg levesek	Pürévelcsek	KislúiaUeuk	Cápauszonyieves
Erőlevesek	Krémlevesek	Pethes leves	Kengurufarok-leves
	Gyümölcslevesek	Orjaleves	Teknősbékaleves
	Nyáklevesek	Ököruszály leves	

1. Híg levesek

a) Húsleves jellegű levesek

HŰSLEVES (Bouillon)

Ajánlott anyaghányad

Marhahús	1,40 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Marhacsont	0,50 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Só	0,03 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Zellergumó	0,15 kg	Gyömbér	0,005 kg
Karalábé	0,10 kg	Sáfrány	0,005 kg
Kelkáposzta	0,10 kg	Javasolt folyadékmennyiség (felére beforralva)	6,00 l

A javasolt folyadékmennyiségnél figyelembe vettük a párolgási veszteséget.

A marhahúst - fartő, szegy stb. - és a marhacsontot, miután jól megmostuk, hideg vízben feltesszük főni. A levest megsózzuk, lassan felforraljuk. A tetején keletkező habot szűrőkanállal leszedjük, és mérsékelt tűzön tovább főzzük.

Az ételek anyaghányada itt és a továbbiakban is mindig ajánlott, amely 10 személynek megfelelő mennyiség. Ez arányosan növelhető vagy csökkenthető.

Főzésnek nevezzük azt az ételkészítési eljárást, amikor az élelmiszereket bő vízben vagy folyadékban forrásig hevítjük, majd folyamatosan biztosítva a közel 100 °C körüli hőmérsékletet, felpuhítjuk.

A főzést kezdhethetjük hideg vízben. Ebben az esetben tartalmaz levest - lét - kapunk, mivel a hús rostjai nem záródnak azonnal, tehát kioldódnak az ízanyagok. A forró vízbe helyezett hús fehérjei a forró folyadék hatására kicsapódnak. Az így puhára főzött hús ízanyagai nem oldódnak ki a levesbe. A hús így értékesebb marad ízanyagokban, a leves pedig nem lesz olyan tartalmaz, mint az előbbi esetben.

A szükséges zöldségfélét, a petrezselyemgyökeret, a zellert, a sárgarépát lekaparjuk, a karalábét, a vöröshagymát, a fokhagymát megtisztítjuk, a kelkáposzta sérült leveleit eltávolítjuk. A tisztított zöldségfélét többször váltott vízben jól megmossuk. A tisztított, nyers sárgarépából egy kis darabot félreteszünk.

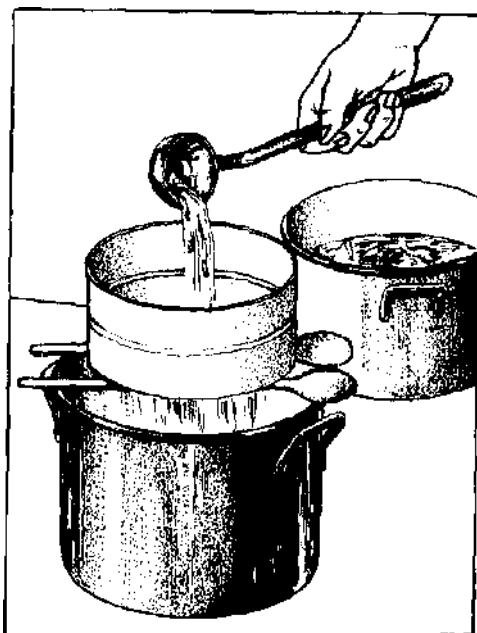
A leveshez 1-1,5 órai lassú forralás után hozzáadjuk a zöldségfélét, fűszerezzük, lassan készre főzzük.

Időközben ellenőrizzük az egyes húsdarabokat. A puhára főtt húsokat óvatosan kiemeljük a levesből, és tálalásig melegen tartjuk, míg a többit a szükséges ideig tovább főzzük.

Ellenőrizzük a leves ízét, és ha szükséges, akkor utanasózunk.

Ételeink ízesítésénél gyakran előforduló hiba, hogy nem ismerjük lel a só hiányát az ételben. Ez sok esetben arra vezet, hogy mindennel próbálunk ízesíteni, fűszerezni. A végeredmény az, hogy az ételünk elveszti jellegét, torzítjuk ízhatását. Fontos szabály tehát, hogy először a sózást végezzük el. Természetesen figyelembe kell venni a lehetséges folyadékvesztést (párolgást), amitől töményebb lesz az étel sótartalma. A só adagolását minden esetben részletekben kell végezni. Közötte gyakran kóstoljunk. A teljes sózást lehetőség szerint az étel befejezésével együtt végezzük. Ne feledjük: a megfelelően adagolt só kiemeli az étel jellegét, a nyersanyagok ízanyagait. A lúladagolt só élvezhetetlenné teszi az ételt, és kedvezőtlen hatású az emberi szervezetre. Leveseink ízesítésénél egyre inkább elterjed a gyárilag előállított ízesítők használata (Vegeta, Delikát, Maggi, Knorr). Mértékkel használva valóban növelik az ételek élvezeti értékét. Ha azonban sokat adagolunk ételeinkhez, akkor azok sablonossá, azonos ízűvé válnak. Adagolásuknál vegyük figyelembe, hogy részben a sót is pótolják.

Amennyiben a leves színe nem megfelelő, akkor a félretett sárgarépat lereszeljük, és a leves tetejéről leszedett zsírban lassan pároljuk, majd a leveshez adjuk. Az elkészült levest levesszük a tűzhelyről. A még benne lévő húsdarabokat



56. ábra. Húsleves szűrése

kiemeljük, és kb. 15 percig pihentetjük a levest. A levest merőkanállal óvatosan merve szitán keresztül átszűrjük (56. ábra).

A leveszöldséget szép egyforma hasábokra, a főtt húst kockára daraboljuk, és egy kevés húslevessel leöntve tartjuk melegen tálalásig.

A főtt húst szeletelve főételként is tálalhatjuk. Ilyenkor alma-, uborka- stb.

1. folyamatábra

HÚSLEVES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Marhahús Marha ritkacsont	A megmosott húst és csontot hideg vízbe helyezünk és felforraljuk, majd lehabozzuk. 1,5 óráig lassan főzzük.	A kioldódó habszerű anyagokat lemerjük a leves tetejeről, hogy az ne legyen zavaros.
Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zeller gumó Karatyúk Kelkáposzta Vöröshagyma Fokhagyma Só Egész bors Gyömbér Sáfrány	A megtisztított, feldarabolt zöldségeket, fűszereket a leveshez adjuk. Lassan főzzük, ízesítjük sóval.	A zöldségek íz- és színanyagai, valamint a fűszerek hatóanyagai kioldódnak a levesben. A lassú főzés eredményeképpen a leves tiszta, átlátszó lesz.
	A kész levesből kiemeljük a puhára főtt marhahúst és a zöldségeket.	A túlságosan puhára főtt anyagokat nem tudjuk kiemelni és darabolni.
Reszelt sárgarépa Leveszír	A reszelt sárgarépát a leves zsirjában pároljuk, majd a leveshez adjuk.	A párolt sárgarépa megfelelő színárnyalatot ad a húslevesnek.
Kockára vágott hús Hasábokra vágott zöldségek Petrezselyemzöld	A levest pihentetjük, majd merőkanállal merve szitán átszűrjük. Forrón tálaljuk a betétekkel, tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.	A szűrést óvatosan véghezvük, hogy a leves kristálytiszta maradjon. A forró leves elősegíti az ételsor további ételeinek emésztését.
BOUILLON		

mártást és sós burgonyát adhatunk hozzá. Ha velős csontot is főztünk a levesben, akkor azt a következő módon tálalhatjuk:

- a velős csontból forrón kiütött velőt gyorsan a frissen pirított kenyérszeletekre kenjük. Sózzuk, borsozzuk, forrón tálaljuk;
- a velős csontot hasábokra darabolt zöldséggel együtt tálba rakjuk, forró húslevest merünk rá, és lefedjük. Külön frissen pirított kenyérszeleteket, fűszereket adunk hozzá;
- a csontból egészben kiütött velőt az előbb leírt módon tálaljuk, zöldségek nélkül.

A jó húsleves kristálytisza, aranyárga színű. Ízét alapvetően a hús, a csont és a zöldségek ízharmóniája adja. Felszínén legfeljebb apró aranyárga zsírcseppek lehetnek.

Tálalása: az előmelegített tálalóedénybe (kiontó csészébe vagy levestálba) adagoljuk a darabolt zöldséget és a húst, valamint a levesbetétet. Ráöntjük a forró levest, és a tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

CSONTLEVES (Soupe des os)

Húsleves

Főzés

Ajánlói anyaghányad

Marhacsont 1,50 kg

A többi megegyezik a húslevesnél leírtakkal.

A nagyobb marhacsontokat csontfűrészsel óvatosan feldaraboljuk. Így nem keletkezhetnek csontszilánkok. Az egyenlő nagyságúra darabolt csontokat többször váltott hideg vízben alapos dörzsöléssel megmossuk, leforrázzuk, majd újra lemossuk.

A könyv felépítése lehetővé teszi, hogy a tananyagot egymásra építsük.

Az új ételek neve alatt feltüntetjük azokat a korábbi ismereteket, technológiai eljárásokat, amelyekre támaszkodni lehet.

Ezek visszakereshetők a betűrendes tárgymutatóban, ahol megtalálhatók a szükséges oldalszámok is.

Pl.: Csontleves (Soupe des os)

Húsleves

(itt a korábbi ismeret a húsleves, amit a csontleves készítésénél jól hasznosíthatunk.)

A csontleves főzését is hideg vízben kezdjük. A további munkaműveletek mindenben megegyeznek a húslevesnél tanultakkal. Mivel a csontleves nem olyan tartalmas, mint a húsleves, ezért célszerű hússal, belsőségekkel készült tartalmasabb betétekkel tálalni.

A csontleveshez hasonlóan készítjük a csontlét, de nem sózzuk meg és nem adunk hozzá vöröshagymát, fokhagymát. A leszűrt csontlét az erőleves készítésénél, sűrített leveseknél, mártásoknál stb. használjuk fel.

A leszűrt csontié felöntésével, lassú forralásával, majd szűrésével kapjuk a másodlét, melyet a csontlénél leírtak szerint használunk fel.

TYÚKLEVES (Poule au pot)

Húsleves

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Tyúk 1 Vi db	2,25 kg	Egész bors	0,005 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Petrezselyemgyökér	0,30 kg	Javasolt folyadék-	
Zellergumó	0,20 kg	mennyiség	
Vöröshagyma	0,05 kg	(felére beforralva)	6,00 l
Só	0,03 kg		

A tyúklevest a húsleveshez hasonlóan készítjük. Erre a célra idősebb, hízott tyúkot kell felhasználni. A jól megtisztított, megmosott tyúkot zsineggel formázzuk, azaz a lábakat és a szárnyakat a testhez kötjük, majd feltesszük főni. Figyelmesen elvégezzük mindazokat a műveleteket, amelyeket a húsleves készítésénél már megismertünk. A tyúklevesnél a nyers sárgarépával való színezésre nincs szükség, mivel a tyúkhúsból bőségesen oldódnak ki színanyagok.

Tálaláskor a tyúkot negyedekbe daraboljuk, a levestálba helyezük, hasábokra darabolt zöldségekkel és a levesbetéttel együtt. Rámerjük a forró levest, és a tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Amennyiben a tyúkleves hús nélkül tálaljuk, a darabolt tyúkhhoz különböző mártásokat (pl. tejszínes gombamártást, paradicsommártást) és petrezselymes burgonyát adunk.

LIBALEVES (Bouillon d'oie)

Húsleves

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Soványabb liba	2,50 kg	Gyömbér	0,005 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Só	0,03 kg
Petrezselyemgyökér	0,30 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zellergumó	0,20 kg	Javasolt folyadék-	
Vöröshagyma	0,05 kg	mennyiség	
Fokhagyma	0,005 kg	(felére beforralva)	6,00l
Egész bors	0,005 kg		

A libalevest a marhahúsleveshez hasonlóan készítjük. A legalkalmasabb húsrészek a lezsírozott hátrész, mellcsont és a különböző aprólékok, szív, szárny, nyak. A levest kissé erősebben kell fűszerezni, így az egész borson kívül adunk hozzá gyömbért is. A sárgarépával való színezéstől itt is eltekinthetünk.

Tálaláskor a puhára főtt húsos részeket vagy a csontról lefejtett, feldarabolt húst, valamint a hasábokra feldarabolt zöldségeket beletesszük a levestálba. Rámerjük a forró levest és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

A libaleves jellegzetes betétje a maceszgombóc vagy a daragaluska. Amennyiben a leves teteje nagyon zsíros lenne, akkor ezt lemerjük, mert étvágyrontó és egészségtelen.

FÁCÁN LEVES (Soupe de faisan)

Húsleves

Finommetélt

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Fácán 2 db	1,80 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Sárgarépa	0,25 kg	Só	0,03 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zellergumó	0,20 kg	Javasolt folyadék-	
Vöröshagyma	0,08 kg	mennyiség	
Paradicsompüré	0,05 kg	(felére beforralva)	6,001
Egész bors	0,005 kg		

A megtisztított fácánt zsineggel formázzuk meg, sózzuk, a húsleveshez hasonlóan egy kevés paradicsompürével készítjük el, illetve főzzük meg. Hasonlóan a libaleveshez fűszerezzük egész borssal, de kakukkfűvei is. A kész levesből kiemeljük a húst, metéltre vágjuk, a zöldségeket hasonlóan, majd finommetélttel együtt tálba helyezzük, és rámerjük a forró levest. Tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

h) Magyaros híg levesek

GULYÁSLEVES (Soupe goulache)

Csontió

Főzés

Csipetke

Ajánlóiit anyaghányad

Csontléhez:

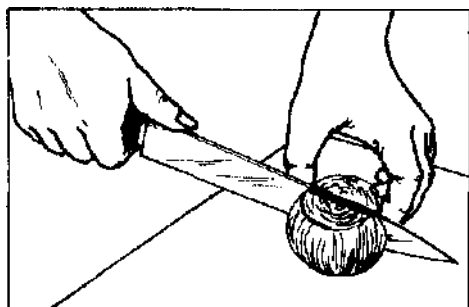
Sertéscsont	0,50 kg	Javasolt folyadék-	
Sárgarépa	0,30 kg	mennyiség	
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	(félére beforralva)	6,00 l
Zellergumó	0,15 kg		

Gulyásleveshez:

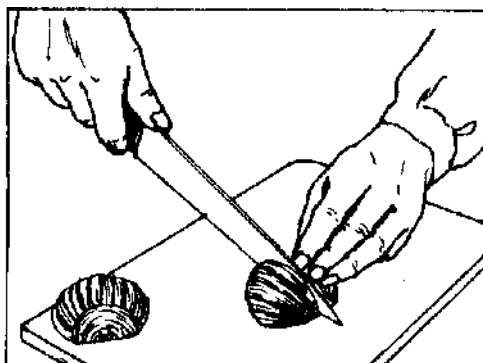
Marha apróhús	0,50 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Sertézsír	0,10 kg	Paradicsom	0,08 kg
Fokhagyma	0,01 kg	vagy lecsó	0,20 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Burgonya	1,50 kg
Fűszerpaprika	0,015 kg	Javasolt folyadék-	
Só	0,03 kg	mennyiség	
Köménymag	0,005 kg	(csontléből készítve)	3,00 l

Csipetkéhez:

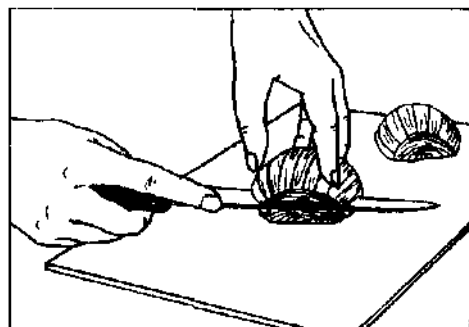
Liszt	0,12 kg
Só	0,01 kg
Tojás	1 db



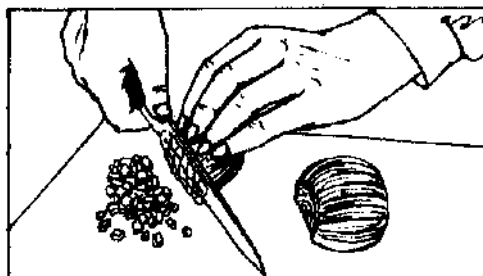
a)



b)



c)



d)

57. ábra. Finomra vágott hagyma

A gulyásleves készítéséhez a legalkalmasabb húsrészek a marhalábszár és az apróhúsok, amelyeket a csomózáskor nyerünk. A gulyásleveshez először pörköltalapot kell készíteni. Ezt a jövőben gyakran fogjuk használni a magyaros ételek készítéséhez. Alkotórészei a sertézsír, a finomra vágott vöröshagyma (57. ábra), és a jó minőségű, tűzpiros csemege fűszerpaprika.

A nem túl forró sertézsírhoz hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, gyakori kevergetéssel aransárgára pirítjuk. Az edényt lehúzzuk a tűzhelyről, hozzáadjuk a fűszerpaprikát, gyorsan elkeverjük, majd felöntjük egy kevés hideg vízzel. Az edényt visszahelyezzük a tűzhelyre, és a pörköltalapot lassan zsírára pirítjuk.

A pörköltalaphoz hozzáadjuk az 1 cm oldalú kockára darabolt marhahúst. Megsózzuk, fűszerezük őrölt köménymaggal, összezúzott fokhagymával, jól elkeverjük, majd fedő alatt lassan pároljuk. Ha saját levét elfőtte, zsírára pirítjuk. Ezután annyi vízzel engedjük fel, amennyi a hús párolásához szükséges.

Párolásnak nevezzük azt a hőbehatási eljárást, amikor rövid lében vagy mártásban, fedő alatt puhítjuk meg ételünket. A párolást végezhetjük fedő nélkül is. Ebben az esetben bizonyos idő múlva a folyadék elpárolog, az anyagok lepirulnak. Így kellemes pörzsanyagokat kapunk. A lepirított anyagokat ezután felöntjük folyadékkal, és folytatjuk a párolást.

A párolás, piritás műveletét folyamatosan kell végezni. Így a rövid lében történő párolás mellett kialakulnak a pörköltre jellemző pörzsanyagok.

Ha a hús majdnem felpuhult, zsírára pirítjuk. Hozzáadjuk az 1-1 cm-es kockákra darabolt burgonyát, zöldpaprikát és paradicsomot vagy a lecsót. Az anyagokat addig pároljuk, amíg a burgonya üveges nem lesz. Ekkor csontlével felöntjük és lassan készre főzzük. Ha szükséges, sóval utánaízesítjük. A levesbetéteknél leírt módon elkészítjük a csipetkét, külön kifőzzük, és tálaláskor adjuk a levesbe.

HAMIS GULYÁSLEVES

Pörköltalap

Csontlé

Csipetke

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont 0,50 kg

Sárgarépa 0,30 kg

Petrezselyemgyökér 0,25 kg

Zellergumó 0,15 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség

(felére beforralva) 6,00 l

Csipetkéhez:

Liszt 0,12 kg

Tojás 1 db

Só 0,01 kg

2. folyamatábra

GULYÁSLEVES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Sertézsír Vöröshagyma Fűszerpaprika	A felmelegített zsirban a finomra vágott vöröshagymát aranyárgára piritjuk. Hozzáadjuk a fűszerpaprikát, elkeverjük és felengedjük hideg vízzel. Lassan zsirjára piritjuk.	A piritott vöröshagyma, a fűszerpaprika adja az étel jellegét, tűzpiros színt.
Marha apróhús Só Köménymag Fokhagyma	A pörköltalaphoz adjuk a kockára vágott húst. Ízesítjük és fűszerezzük. Rövid lében fedő alatt pároljuk. Szakaszosan zsirjára piritjuk, majd kevés vízzel újra felöntjük.	A szakaszosan végzett párolás és piritás hatására kialakulnak azok a pörzsanyagok, amelyek hozzájárulnak az étel jellegéhez.
Kockára vágott burgonya Zöldpaprika Paradicsom vagy Lecsó	A majdnem puha húshoz hozzáadjuk a kockára darabolt anyagokat. Addig pároljuk, amíg a burgonya üveges nem lesz. Csontlével felengedjük, készre főzzük, utánizesítjük.	A párolással készített burgonya jobban bírja a melegen tartást, kevésbé esik szét.
Csipetke	A készre főzött levesbe beleszórjuk a külön kifőzött csipetkét.	A csipetkét külön kell kifőzni. Ellenkező esetben a burgonya és a hús szétfőhet, mire a csipetke megpuhul.
SOUPE GOULACHE		

Hamis gulyásleveshez:

Zsír	0,10 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Paradicsom	0,08 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	vagy	
Burgonya	1,00 kg	Lecsó	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Javasolt folyadék-	
Köménymag	0,005 kg	mennyiség	
Só	0,03 kg	(csontieából készítve)	3,00 l

Az ismert módon pörköltalapot készítünk, amelyben rövid ideig pároljuk a kockára vágott burgonyát, majd felöntjük csontlével, és lassan főzzük. Amikor a burgonya félig megfőtt, hozzáadjuk a megmosott, egyenletes kockára darabolt zöldpaprikát és friss paradicsomot, télen lecsót. Puhára főzzük, és külön kifőzött csipetkét teszünk bele.

LEBBENCSSLEVES (Soupe lebbencs)

Csontlé
Pörköltalap
Lebbencstészta

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Lebbencstésztahoz:

Liszt	0,12 kg
Tojás	1 db
Só	0,01 kg

Lebbencsleveshez:

Burgonya	0,50 kg	Lecsó	0,15 kg
Só	0,03 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l
Sertézsír	0,04 kg		
Füstölt szalonna	0,15 kg		
Vöröshagyma	0,05 kg		

A füstölt szalonnát apró kockákra daraboljuk. Lassan kisütjük, majd linómra vágott vöröshagymát adunk hozzá, amelyet aranyárgára pirítunk. Ekkor meghintjük fűszerpaprikával, majd azonnal hozzáadjuk az 1 x 1 cm-es kockára darabolt burgonyát. Lassan, gyakori kevergetéssel tovább pirítjuk, majd hozzáadjuk a darabolt lecsót és sót. Csontlével vagy másodlével felengedjük és lassan főzni kezdjük. Közben az elkészített lebbencstészta zsír nélkül, tehát szárazon aranyárgára pirítjuk, majd a leveshez adjuk, és készre főzzük. Ha szükséges, sóval utánízestjük. Forrón tálaljuk.

TARHONYALEVES (Soupe aux farvelli)

Tarhonya
Csontlé

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 I

Tarhonyához:

Liszt	0,15 kg
Tojás	1 db
Só	0,01 kg

Tarhonyáié veshez:

Füstölt szalonna	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,05 kg	Zöldpaprika	0,15 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Paradicsom	0,08 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Burgonya	1,00 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 I
Só	0,03 kg		

A tarhonyát, az apró kockákra vágott és kiolvasztott szalonnával együtt, zsíron aransárgára pirítjuk. Finomra vágott hagymát, egy kevés zúzott fokhagymát keverünk hozzá, meghintjük fűszerpaprikával, és csontlével vagy másodlével felengedjük. Megsózzuk és törött borsal fűszerezük. Ha felforrt, kockára vágott burgonyát, zöldpaprikát, paradicsomot, télen lecsót teszünk hozzá, és az egészet puhára főzzük. Nagyobb mennyiség készítésekor a tarhonyát szárazon aransárgára pirítjuk. Ezután tesszük hozzá a zsírt, az apró kockákra vágott füstölt szalonnát, a finomra vágott vöröshagymát, a zúzott fokhagymát. A továbbiakban a fentieknek megfelelően készítjük.

GOMBÓCLEVES (Soupe aux quenelles)

Burgonyagombóc

Csontlé

Pörköltalap

Tejföl hozzáadása ételekhez

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg	Só	0,02 kg
Sárgarépa	0,25 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,00 I
Petrezselyemgyökér	0,25 kg		
Zellergumó	0,10 kg		

Gombócleveshez:

Vöröshagyma	0,12 kg	Tejföl	0,20 l
Fűszerpaprika	0,005 kg	Javasolt folyadék-	
Zsír	0,10 kg	mennyiség	
Petrezselyemzöld	1 csomó	(csontiéből készítve)	2,50 l
Törött bors	0,005 kg		

Burgonyagombóchoz:

Burgonya	0,30 kg
Liszt	0,10 kg
Só	0,005 kg
Tojás	1 db
Zsír	0,02 kg

A levesbetéteknél leírt módon burgonyagombócokat készítünk.

Tartalmas csontlevet készítünk, majd leszűrjük. A vöröshagymát finomra vágjuk. A zsírban aranysárgára pirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről és hozzákeverjük a fűszerpaprikát. Hideg vízzel felöntjük, a tűzhelyre visszatoljuk, majd újra zsírjára pirítjuk. Ekkor felöntjük csontlével, hozzáadjuk a finomra vágott zöldpetrezselymet, törött borsot, és felforraljuk. Közben belefőzzük a gombócokat, és lassan készre főzzük.

c) Erőleves és módozatai

ERŐLEVES (Consommé)

Csontié

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Marhacsont	0,50 kg	Javasolt folyadék-	
Sárgarépa	0,30 kg	mennyiség	
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	(felére beforralva)	6,00 l
Zellergumó	0,15 kg		

Erőleveshez:

Szárnyasaprólék	0,25 kg	Petrezselyemgyökér	0,30 kg
Sorvány marhahús	0,50 kg	Zellergumó	0,15 kg
Ritka marhacsont	0,75 kg	Kelkáposzta	0,15 kg
Tojásfehérje	4 db	Fokhagyma	0,01 kg
Paradicsompüré	0,08 kg	Gomba	0,05 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Vöröshagyma	0,05 kg

Só	0,03 kg
Egész bors	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

Előkészítjük a nyersanyagokat. A sovány marhahúst gorombára daráljuk. A zöldségeket megtisztítjuk, és szeleteljük. A szárnyasaprólékot és a ritka marhacsontot összedaraboljuk, leforrázzuk, majd lemoszuk. A ritka marhacsont nem tartalmaz csontvelőt.

A gomba szárának földes részét vékonyan lefaragjuk. A barna színű, sérült részeit, esetleg a spóratartó lemezeket óvatosan kivágjuk. Többször váltott hideg vízben alaposan megmossuk, majd az utolsó vízből szitára szedjük, és lecsepegtetjük. A gombát szeletekre vágjuk.

Egy fej vöröshagymát héjával együtt megmosunk és kettévágunk. A kettévágott vöröshagymát vágási felületével a tűzhely lapjára helyezünk és jól megpirítjuk. Ez hozzájárul az erőleves aranysárga színének kialakításához.

Megfelelő méretű fazékba tesszük a tojásfehérjét, és kissé felverjük. Paradicsompürét, egy kevés vizet adunk hozzá, és tovább keverjük. Hozzá tesszük a gorombára darált sovány marhahúst. Fakanállal mindent jól összekeverünk, majd hozzáadjuk az előkészített zöldségeket, a szárnyasaprólékot, a csontot, a fűszereket, a vöröshagymát, a gombát és egy kevés vizet. Nyáron adhatunk hozzá zöldpaprikát, paradicsomot, zellerzöldjét és zöldpetrezselymet.

Mindent alaposan összekeverünk, majd felöntjük zsírtalanított másodlével vagy csontlével. Ezek hiányában vizet adunk hozzá.

A fazekat a tűzhelyre helyezzük. A fazék tartalmát forrásig melegítjük, és nagyon alaposan kevergetjük a fakanállal. Erre azért van szükség, mert az erőlevesben levő tojásfehérje könnyen leragadhat a fazék fenekére a többi anyaggal együtt. A leves így égett, kozmás ízű lesz.

A levest lassan kell főzni. Egy idő múlva azt tapasztaljuk, hogy a leves tetején majdnem összefüggő réteget képez a darált hús, a tojásfehérje és a zöldség. Ez a réteg kis idő múlva a forrás helyén felszakad és itt figyelemmel kísérhetjük a leves forrását. A levest lassan, egyenletesen 4-5 órán keresztül főzzük.

A kész levest le vesszük a tűzhelyről, és legalább 15 percig pihentetjük. A levest merőkanállal merve leszűrjük keményítőtmentes, tiszta vizezett konyharuhával bélelt szűrőn keresztül. Ezután a levest lezsírozzuk. A leves tetejéről kanállal lemerjük a zsírt. A maradék zsírcseppeket a leves tetejére terített papírszalvétával távolítjuk el, amely magába szívja a zsiradékot. A levest sóval ízesítjük. Szükség szerint színezzük égetett cukorfestékkel, hogy színe aranysárga legyen. Forrón, előmelegített csészében tálaljuk (58. ábra).

Az erőleves a nyári hónapokban hidegen is tálalható. Ilyenkor jól előhűtjük. Az erőleves illata, színe a húslevesre emlékeztet, de ízében, illatában annál

sokkal tartalmasabb. Felülete feltétlenül zsírmentes. Az erőleves kristálytisztá legyen, amelyben a levesbetét színe, formája pontosan felismerhető. Az erőleves zavarossá válik, ha:

- a tojásfehérje mennyisége nem volt elég,
- a leves gyorsan forrt,
- pihentetés nélkül szűrtük le a levest,
- a szűrést nem megfelelő eszközökkel és szakszerűséggel végeztük.



58. ábra. Erőleves csészében

Amennyiben a leszűrt leves nem lenne kristálytisztá, deríteni kell tojásfehérjével. A tojásfehérjét egy kevés hideg vízzel keverőtálban puha habbá verjük. A leves felét lassan hozzákeverjük. Az egészet visszaöntjük a fazékban levő leveshez. Jól összekeverjük. Folytonos keverés közben lassan felforraljuk. Az ismert módon pihentetjük, leszűrjük.

A levesbe kevert tojásfehérje mind az erőleves elkészítésekor, mind a derítés alkalmával megalvad, és feljön a leves tetejére. A megalvadó tojásfehérje magával ragadja a kicsapódó, majd lebegő anyagokat, és így a leves kristálytisztá lesz. Az erőlevesnek nagyon sok változata van. Elnevezése a betétek, illetve a benne főzött anyagok szerint változik.

DUPLA ERŐLEVES (Consommé double)

Erőleves

Az erőlevest készítjük el, de húslevessel engedjük fel és főzzük készre.

SZÁRNYAS ERŐLEVES (Consommé volaille)

Erőleves

Jérce, fogoly, fácán stb. erőleves úgy készül, hogy a főzésben levő erőleveshez szárnyashúst is adunk. A főtt szárnyas melle húsát metéltre vágva adjuk az erőlevesbe betétként.

DERÍTETT GULYÁSLEVES (Consommé a la hongroise)

Erőleves

Gulyásleves

3. folyamatábra

ERŐLEVES		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tojásfehérje Paradicsompüré Darált marhahús Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó Kelkáposzta Fokhagyma Gomba Vöröshagyma Égész bors</p>	<p>Az előkészített anyagokat a felsorolás sorrendjében alaposan összekeverjük fazékban. Csontlével vagy másodlével felengedjük.</p>	<p>Fontos az előkészített anyagok alapos összekeverése, így jobban érvényesül a tojásfehérje derítő hatása.</p>
	<p>A fazékat a tűzhelyre helyezzük. Forrásig állandóan keverjük a levest egy fakanállal. A levest ezután lassan, egyenletesen főzzük 4-5 órán át.</p>	<p>Ha a levest nem kevergetjük forrásig, a tojásfehérje lócg a fazék aljára. A leves élvezhetetlen lesz. Ha a leves erősen forr, zavaros lesz.</p>
<p>Só</p>	<p>A kész levest pihentetjük. Konyharuhán leszűrjük, zsírtalanítjuk. Sóval izesítjük, majd égetett cukorfestékkel színezzük. Forrón tálaljuk.</p>	<p>A levest pihentetni kell. Ellenkező esetben a leves nem lesz kristálytisztá. A levest aranysárga színárnyalatúra kell festeni.</p>
CONSOMMÉ		

A derített gulyásleves az erőleves és gulyásleves kombinációja. Gulyáslevest készítünk, amit tartalmaz húslevessel engedünk fel. A kész gulyáslevest leszűrjük. Levét az erőleveshez hasonlóan derítjük (tojásfehérjével), darált marhahússal főzzük 2-3 órán át, majd leszűrjük. A gulyáslevesbe főzött 0,5 x 0,5 cm-es kockára vágott gulyáshúst és burgonyát közben leöblítjük, majd csipetkével együtt adjuk a levesbe betétként.

HALERŐLEVES (Consommé de poissons)

Főzés
Derítés

Ajánlott anyaghányad

Halalapléhez:

Halcsont	1,50 kg
Só	0,02 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Egész bors	0,01 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,00 l

Haler (Heveshez):

Tojásfehérje	5 db
Paradicsompüré	0,05 kg
Víz	0,02 l
Javasolt folyadék- mennyiség (halalapléből készítve)	2,50 l

A megtisztított, megmosott halcsontot a sóval, a vöröshagymával, az egész borssal és az 5 liter vízzel kb. felére befőzzük, közepes erősségű tűzön. Ezután leszűrjük, így kapjuk a halalaplevet. Kellő nagyságú fazékban habverővel jól összekeverjük a tojásfehérjét paradicsompürével és 2 dl hideg vízzel. Állandóan keverve hozzáadjuk a halalaplevet. Tűzhelyre állítva forrpontig kevergetjük, amíg a halerőleves tetejére feljön a tojásfehérje. Ez a tojásfehérje-réteg, amely közben kicsapódik, teszi kristálytiszttá a halerőlevest azáltal, hogy megköti a lebegő anyagokat.

A halerőlevest lassan, egyenletesen főzzük. Ha kellő tisztaságú és íze megfelelő, levesszük a tűzhelyről, majd pihentetjük. Vizezett konyharuhán keresztül óvatosan merve szűrjük le. Ezután lezsírozzuk papírszalvétával, ha kell, megsózzuk. Forrón előmelegített porceláncsészébe merjük.

Betétként adhatunk bele külön kifőzött, leöblített, kockára vágott halhúst, tojáskocsonyát.

VADERŐLEVES (Consommé de gibier)

Erőleves

Ajánlott anyaghányad

Lásd Erőlevesek

Vadcsont alapléhez:

Ritka vadcsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Zellergumó	0,15 kg
Egész bors	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Vaderőleveshez: (az erőleves anyagain kívül)

Őrölt sovány vadhús	0,50 kg
Póréhagyma	0,10 kg
Babérlevél	2 db
Vöröshagyma	2 db
Gomba	0,20 kg
Kakukkfű	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (vadcsontból készítve)	3,00 l

A vaderőleves az erőlevesnél tanult módon, vadcsontalaplével felöntve készíjtjük el, és fejezzük be. A vaderőleveshez adható betétként tojás kocsonya, fűj tojás, zöldségfélék.

ERŐLEVES TOJÁSKOCSONYÁVAL (Consommé a la Royal)

Az erőlevesbe tojás kocsonyát adunk tálaláskor.

ERŐLEVES FRIDATTÓ (Consommé au fridatto)

Erőleves

Palacsinta készítése

A palacsintákat föltekerjük, és kb. 0,5 cm-es széles metéltre vágjuk, majd a leveshez adjuk.

ERŐLEVES MADRIDI MÓDRA (Consommé a la madriléne)

Erőleves

Paradicsom hámozása

Metéltre vágás

Ajánlón anyaghányad

Lásd Erőlevesek

Sóska 0,30 kg Paradicsom 0,40 kg

A friss, érett paradicsomot leforrázzuk, héját lehúzzuk, csutkáját kivágjuk. Magját, levét óvatosan kinyomkodjuk és kockára daraboljuk. A jól megmosott sóskát metéltre vágjuk. A paradicsomot és a sóskát az előmelegített levescsészébe szedjük, és ráöntjük a forró erőlevest.

ERŐLEVES NEMZETI MÓDON (Consommé national)

Erőleves

Tojás kocsonya

Ajánlott anyaghányad

Lásd Erőleves és tojás kocsonya

Paradicsompüré 0,05 kg Parajpüré 0,05 kg

A tojás kocsonya nyersanyagait összekeverjük, majd arányosan három részre osztjuk. Az egyik részéhez a paradicsompürét, a másik részéhez a parajpürét keverjük hozzá, míg a harmadikat meghagyjuk eredeti formájában. Mindháromat az ismert módon átszűrjük. Gőzöljük. Gondosan lehűtjük, daraboljuk, majd óvatosan átmoszuk. A háromféle színű tojás kocsonyát az előmelegített csészébe szedjük, és rámerjük a forró erőlevest.

ERŐLEVES STRASSBURG1 MÓDRA (Consommé á la Strasbourg)

Erőleves

Ajánlott anyaghányad

Lásd Erőlevesek

Borpárlat	0,10 l	Madeirabor	0,10 l
Égetett tésztafánk		Libamájpüré	0,30 kg
diónyi méretű	30 db		

Az ismert módon elkészített erőleveshez borpárlatot, madeirabort adunk.

A forró erőlevest előmelegített levescsészébe merjük és külön tálaljuk mellé az égetett tésztafánkokat, libamájpürével betöltve.

ERŐLEVES TAVASZI MÓDRA (Consommé á la printanier)

Erőleves

Ajánlott anyaghányad

Lásd Erőlevesek

Sárgarépa	0,15 kg	Csirág	0,10 kg
Gomba	0,08 kg	Zöldbab	0,10 kg
		Zöldborsó	0,10 kg

A levesben főtt sárgarépát, gombát, zöldbabot egyenletes darabokra vágjuk. A főtt zöldborsót, csirágfejeket hozzáadjuk, és az erőlevesbe tálaljuk.

2. Sűrített levesek

Leveseink jelentős részét valamilyen módon sűrítjük. Ez növeli a levesek kalóriaértékét. A sűrített leveseket rántással, habarással, lisztiszórással sűrítjük. A levesek sűrítésénél - és általában a sűrítésnél - figyelembe kell venni, hogy egyes alapanyagok a főzés alkalmával önmagukban is sűrítik a levest (pl. bab, kelvirág, zöldborsó, burgonya).

Rántás készítésénél először a zsiradékot (sertészsír, olaj, vaj) melegítjük (nem forrosítjuk!) egy lábasban. Hozzáadjuk a lisztet, és a szükséges színárnyalat elérésig pirítjuk. Fakanállal állandóan keverjük, majd leveszszük a tűzhelyről. Felengedjük hideg folyadékkal, majd habverővel simára, csomómentesre keverjük. A rántást szűrőn keresztülöntve, fakanállal állandóan keverve, adjuk a forrásban levő leveshez. A rántás a magyar konyha leggyakrabban alkalmazott sűrítési módja.

Világos rántáshoz: a lisztet csak felhabzásig hevítjük, és nem pirítjuk. A liszt színe nem változik meg, de elveszti nyers ízét.

A zsemleszínű rántást elnevezéséhez híven zsemleszínűre pirítjuk. A liszt pirításakor kellemes pörzsanyagokat kapunk.

A cukorral pirított barna rántás készítésénél a melegített zsiradékban először a cukrot pirítjuk aranyárgára. Csak ezután adjuk hozzá a lisztet, és pirítjuk barnára. Itt fokozott óvatossággal kell végezni a pirítást, mert a liszt könnyen eléghet.

A *rántásokhoz* - a pirítás meghatározott szakaszában - különböző tinómra vágott vagy por alakú járulékos anyagokat adhatunk. Ezek lehetnek zöldpetrezselyem, vöröshagyma, fokhagyma, fűszerpaprika stb. A rántásokhoz hozzáadott járulékos anyagok növelik az ételek élvezeti és táplálkozásélettani értékét. Ebben az esetben nem szűrjük át a folyadékkal fölengedett rántást.

A zsírral készített rántáson kívül ismert még a száraz rántás. Ez a francia konyha egyik jellegzetes sűrítési eljárása. A lisztet szárazon, zsír nélkül pirítjuk a megfelelő szín eléréséig.

A *lisztszórást* ott célszerű alkalmazni, ahol kevés zsiradékban és lében párolással puhítottuk az alapanyagokat. A puhára párolt alapanyagokról a folyadékot elpárologtatjuk, így visszamarad a felhasznált zsiradék. Erre hintjük rá a lisztet. Jól átfogatjuk, illetve megpirítjuk a lisztet az alapanyagokkal együtt, majd felengedjük a szükséges folyadékkal. A lisztszórás előnye, hogy nem kell külön rántást készíteni.

Habarással elsősorban a gyümölcsleveseket sűrítjük. A habaráshoz többnyire valamilyen tejterméket (tejföl, tejszín, tej) használunk. A habarás egyes esetekben készíthető vízzel is. Ehhez keverjük hozzá habverővel a szükséges mennyiségű lisztet. A habarást a rántáshoz hasonlóan adjuk az ételekhez. A habarás készíthető még étkezési keményítővel is.

Sűrítés után a leveseket megfelelő ideig kell forralni. Erre elsősorban azért van szükség, hogy ne legyen érezhető a lisztíz, amit a rántástól, a habarástól vagy lisztszórástól sok esetben átvesz. Másodsorban arra is gondolnunk kell, hogy a nem kellően forralt levesben, ételben a liszt leülepedik. Alja túl sűrű és egyben étvágyrontó lesz. Az ilyen leves tárolás közben könnyen megromlik.

A sűrített levesek élvezeti és táplálkozásélettani értékét jelentősen növeljük, ha víz helyett csontlét vagy másodlét, esetleg egyéb folyadékot (füstöltlé, hal-alapíé) használunk, a leves jellegének megfelelően.

A levesek alapanyagait, amelyeket nem egészben használunk fel, mindig szép, egyenletes darabokra vágjuk. Ezzel elősegítjük az alapanyagok egyenletes felpuhulását és a leves étvágykeltő hatását.

Az alapanyagokat puhára kell főzni, de óvakodjunk a túlfőzésüktől, mert ilyen állapotban sűrítéskor, keveréskor és tálaláskor könnyen Összetörnek az alapanyagok, fgy csökken a leves esztétikai és élvezeti értéke.

a) Egyszerű sűrített levesek

ZÖLDBORSÓLEVES GALUSKÁVAL (Soupe aux petit pois avec noques)

Csontié

Világos rántás vagy lisztszórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforralva)	6,00 l

Zöldborsóleveshez:

Friss zöldborsó	0,90 kg
Cukor	0,03 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,12 kg
Liszt	0,12 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontiéból készítve)	3,00 l

Galuskához:

Liszt	0,10 kg	Só	0,01 kg
Tojás	1 db	Víz	0,06 l

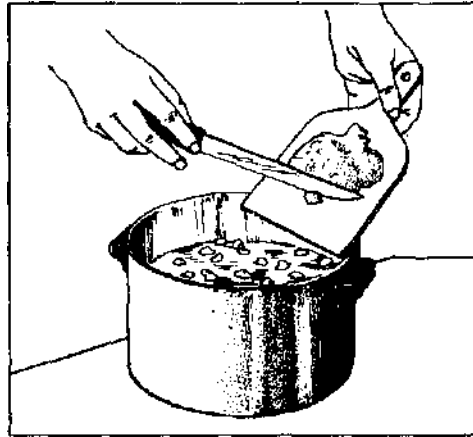
A zöldborsó elnevezés mindig szemes, friss vagy mélyhűtött zöldborsót jelent. A zöldborsót a leszűrt csontlében tesszük fel főni. Levét sóval és egy kevés cukorral ízesítjük. A zöldborsót puhára főzzük.

Világos petrezselyemzöldes rántást készítünk. Ezzel sűrítjük a levest, amit aztán lassan beforralunk. Ízlés szerint egy kevés törött borssal is ízesíthetjük.

Ha a zöldborsó még gyenge, akkor elonyösebb megoldás, ha zsíron puhára párolva készítjük, és meghintjük finomra vágott zöldpetrezselyemmel. Lisztszórással sűrítjük, és csak ezután engedjük fel a leszűrt csontlével.

A készre forralt levesbe szaggatjuk a galuskát. Először összeállítjuk a galuskatésztát. A tojást felütjük egy keverőtálba. Egy kevés vizet és sót adunk hozzá. Ezután hozzáadjuk a lisztet. A galuskatésztát fakanállal keverjük össze. Az összekeverés nem jelenti azt, hogy a galuskatésztát ki kell dolgozni. Amikor a tojás és a víz keveréke összeállt a liszttel, akkor a galuskatészta elkészült.

A galuskatésztát a keverőtálból a vizezett szaggató deszkára öntjük. A tésztából - kés segítségével - ujjnyi vastag csíkot vágunk. A csíkot a szaggatódeszka szélére toljuk. A kés lapjával a tésztacsíkot lelapítjuk. A késsel apró galuskákat szaggatunk (vágunk) a tésztából, és a forrásban levő levesbe toljuk a kés lapjával. A szaggatás közben a kést többször a levesbe mártjuk, hogy a galuskatészta ne ragadjon a késhez (59. ábra).



59. ábra. Galuskaszaggatás

4. folyamatábra

ZÖLDBORSÓLEVES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csontlé Zöldborsó Só Cukor	A zöldborsót csontlében puhára főzzük, ízesítjük.	A zöldborsó főzését mérsékelt tűzön végezzük, így a szemek egyenletesen főnek meg.
Zsír Liszt Petrezselyemzöld	Világos rántást készítünk, melyhez finomra vágott petrezselyemzöldet adunk. A levest sűrítjük a rántással és jól kiforraljuk.	A rántásban kioldódnak a petrezselyemzöld színanyagai. A rántással a levest jól ki kell forralni, mert különben az íze a rántásra fog emlékeztetni.
Liszt Tojás Só Törött bors	A levest újból ízesítjük, szükség szerint, majd bele-szaggatjuk a galuskát és készre főzzük. Forrón tá-laljuk.	A leveseket – és minden ételt – a befejező művelet előtt kóstolni kell. A galus-kákat apróra kell szaggat-ni, hogy az megfeleljen a leves jellegének.
SOUPE AUX PETIT POIS		

A galuskákkal a levest készre forraljuk. A galuskából néhány szemet kiemelünk, és átvágunk. Amennyiben a közepén nem látunk nyers tésztacsíkot, a galuska átfőtt. Nagyobb mennyiség készítése esetén a galuskát külön sós vízben főzzük ki. A készre főzött galuskát leszűrjük, alaposan leöblítjük, és lecsepegtetjük. A galuskát ebben az esetben a tálaláskor adjuk a leveshez.

Az elkészített levest forrón tálaljuk. A leves tálalásánál ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan jusson a levesben levő alapanyagból és levesbetétből.

SZÁRNYASAPRÓLÉK-LEVES VAJAS GALUSKÁVAL

(Potage ragouts de volaille avec gnocchi au beurre)

Csontlé

Világos rántás

Párolás

Vajas galuska készítése

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Borjúcsont 0,50 kg

Sárgarépa 0,15 kg

Petrezselyemgyökér 0,15 kg

Zellergumó 0,10 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség

(felére beforralva) 6,00 l

Vajas galuskához:

Tojás 2 db

Vaj 0,07 kg

Liszt 0,10 kg

Só 0,005 kg

Szárnyasaprólék-leveshez:

Liszt 0,12 kg

Zöldborsó 0,18 kg

Gomba 0,08 kg

Törött bors 0,002 kg

Szárnyasaprólék 0,60 kg

Sárgarépa 0,15 kg

Petrezselyemgyökér 0,15 kg

Zellergumó 0,10 kg

Vöröshagyma 0,03 kg

Só 0,03 kg

Petrezselyemzöld 1 csomó

Zsír 0,10 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség

(csontléből készítve) 3,00 l

A tanultak alapján elkészítjük és leszűrjük a csontlevest. A szárnyasaprólékot tisztítjuk, majd csapókéssel egyenlő, apró darabokra vágjuk. Jól átmoszuk, hogy az esetleges csontszilánkok ne maradjanak az aprólék között.

A feldarabolt szárnyasaprólékot az elkészített csontlében tesszük fel főni, felforralás után lassan, egyenletesen főzzük. Ezalatt forró zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk a kb. 5 mm oldalú kockára vágott zöldségeket, a zöldborsót, majd a szeletelt gombát és a finomra vágott petrezselyemzöldet. Az egészet felöntjük egy kevés csontlével, és fedő alatt készre pároljuk.

A készre főzött aprólékhoz adjuk az együtt párolt zöldségfélét. Az egészet egy kevés sóval izesítjük. Világos petrezselyemzöldes rántást készítünk. A levest a rántással sűrítjük. Egy kevés törött borssal fűszerezük. A levest lassan készre forraljuk. A levesbe betétként vajas galuskát adunk.

TEJFÖLÖS BABLEVES (Soupe aux flageolet)

Csontié
Zsemleszínű rántás
Csipetke

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 ke
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Tejfölös bableveshez:

Száraz bab	0,30 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,12 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Só	0,03 kg
Tejföl	0,25 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,0 l

Csipetkéhez:

Liszt	0,12 kg
Tojás	1 db
Só	0,01 kg

A száraz babot gondosan átválogatjuk, hogy idegen anyag ne maradjon közötté. Utána többször váltott vízben megmossuk.

A babot és általában a szárított hüvelyeseket áztatással készítjük elő a főzéshez. Ajánlatos már előző este beáztatni. Az áztatás célja, hogy a beszáradt bab a víz felvételével megduzzadjon. Így a bab főzéskor könnyen puhul. A beáztatáshoz használt vizet a főzés előtt leöntjük, és a babot többször váltott vízzel leöblítjük.

A babot az elkészített csontlében vagy füstöltlében tesszük fel főni. Felforrálás után egyenletesen forraljuk.

Főzés közben elkészítjük a zsemleszínű fűszeres rántást. A zsemleszínű, pirított rántáshoz hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, a sóval pépesre dörzsölt fokhagymát, majd a fűszerpaprikát. A rántást levesszük a tűzhelyről és felöntjük hideg vízzel. Hozzáadjuk a tejfölt. Habverővel simára, csomómentesre keverjük.

A felpuhított babhoz hozzáadjuk a rántást, lassan forraljuk. A levest sózzuk. Ha a levest füstöltlével készítettük, akkor a sózást nagyon óvatosan kell végezni. A kiforralt levest megkóstoljuk, ha szükséges, újból ízesítjük sóval.

Külön csipetkebetétet készítünk hozzá, amit tálaláskor adunk a levesbe.

A bablevest készíthetjük még benne főtt kolbásszal, karikára vágott páros debrecenivel, valamint füstölt csülökkel vagy füstölt oldalassal. Itt fokozottan ügyeljünk a sózásra, mert ezekből a nyersanyagokból sok só oldódik ki a főzés folyamán.

GOMBALEVES CSIPETKÉVEL (Soupe aux champignons)

Csontlé

Lisztszórás

Csipetke

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Gombaleveshez:

Gomba	0,30 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,12 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Törött bors	0,002 kg
Só	0,03 kg
Tejföl	0,25 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

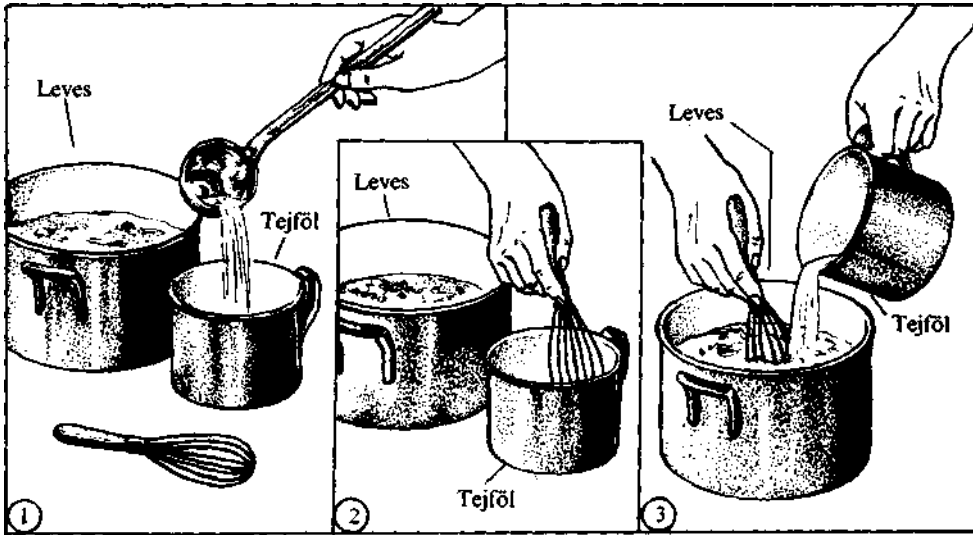
Csipetkéhez:

Liszt	0,12 kg
Tojás	1 db
Só	0,01 kg

Az elkészült csontlevet leszűrjük. Az előkészített gombát szeletekre vágjuk. A petrezselyemzöldet és a vöröshagymát finomra összevágjuk. A finomra vágott vöröshagymát zsíron megpirítjuk. Hozzáadjuk a szeletelt gombát, és erős tűzön, fedő nélkül, állandóan kevergetve pirítjuk.

A pirítás során a gomba levet ereszt, amely közben elpárolog, tehát zsírára sül. Hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet. Jól átforgatjuk, majd az egészet meghintjük a liszttel. Kissé tovább pirítjuk, és felöntjük az elkészített csontlével. Ízesítjük sóval és törött borssal. Jól kiforraljuk és tejfölt adunk hozzá.

A tejföl forró ételhez keverését a következők szerint végezzük (60. ábra):



60. ábra. A tejföl hozzáadása az ételhez

A tejfölt egy edényben habverővel simára keverjük. Állandóan keverve folyamatosan hozzáöntjük a leves felét. Amikor ez megtörtént, az egész tejfölös lét - állandó keverés közben - visszaöntjük a levesbe. Ha nem így adjuk a tejfölt a forró ételekhez, akkor az kicsapódhat, pelyhes lesz.

A levest újból kiforraljuk, és állandóan kevergetve, ha szükséges, utánízesítjük, külön kifőzött csipetkebetéttel tálaljuk.

A leves készíthető rántással is. A lepírt gombát felengedjük csontlével. Világos petrezselymes rántással sűrítjük. Sóval, törött borssal ízesítjük. Lassan készre forraljuk. Hozzáadjuk a tejfölt.

TEJFÖLÖS BURGONYALEVES (Soupe aux pommes de terre au crème aigre)

Csontié
Zsemleszínű rántás
Csipetke
Tejföl hozzáadása ételekhez

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg	Javasolt folyadék-	
Sárgarépa	0,30 kg	mennyiség	
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	(felére beforralva)	6,00 l
Zellergumó	0,20 kg		

Tejfölös burgonyaleveshez:

Burgonya	1,00 kg	Tejföl	0,25 kg
Só	0,03 kg	Javasolt folyadék-	
Zsír	0,08 kg	mennyiség	
Liszt	0,10 kg	(csontléből készítve)	3,001
Petrezselyemzöld	1 csomó		

Csipetkéhez:

Liszt	0,12 kg
Só	0,01 kg
Tojás	1 db

A megtisztított burgonyát 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. Csontlében fel tesszük főni. Amikor a burgonya megpuhult, zsemleszínű rántással sűrítjük, sóval ízesítjük. Zsírban párolt, finomra vágott petrezselyemzöldet adunk a leveshez. Lassan forraljuk. Végül hozzáadjuk a tejfölt. Külön kifőzött csipetkét adunk hozzá betétként.

MAGYAROS BURGONYALEVES (Soupe aux pommes de terre á la hongroise)

Tejfölös burgonyaleves

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertécsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(felére beforralva)	6,00 l

Magyaros burgonyaleveshez:

Burgonya	1,00 kg
Só	0,03 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,10 kg
Vöröshagyma	0,08 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Zöldpaprika	0,20 kg
Paradicsom	0,08 kg
vagy	
Lecsó	0,20 kg
Tejföl	0,25 kg
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(csontléből készítve)	3,00 l

Csipetkéhez:

Liszt 0,12 kg
Só 0,01 kg
Tojás 1 db

A tejfölös burgonyalevesbe nyáron kockára vágott paprikát, paradicsomot, télen lecsót teszünk. A finomra vágott hagymát zsírban aranysárgára pirítjuk, a tűzhelyről levesszük, fűszerpaprikát keverünk hozzá, majd a leveshez adjuk. Egy kevés törött borssal ízesítjük.

Külön kifőzött csipetkét adunk hozzá betétként.

ZÖLDSÉGLEVES (Soupe de légumes)

Csontlé
Lisztszórás
Galuska

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont 0,50 kg
Sárgarépa 0,30 kg
Petrezselyemgyökér 0,25 kg
Zellergumó 0,20 kg
Javasolt folyadék-
mennyiség
(felére beforralva) 6,001

Zöldségleveshez:

Sárgarépa 0,30 kg
Petrezselyemgyökér 0,25 kg
Zellergumó 0,20 kg
Gomba 0,10 kg
Zöldborsó 0,10 kg
Zsír 0,10 kg
Kelvirág 0,10 kg
Törött bors 0,005 kg
Petrezselyemzöld 1 csomó
Liszt 0,10 kg
Só 0,02 kg
Javasolt folyadék-
mennyiség
(csontléből készítve) 3,00 l

Galuskához:

Liszt 0,10 kg Tojás 1 db
Só 0,01 kg Víz 0,061

A kb. 5 mm-es kockákra vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellert, gombát, továbbá a friss zöldborsót, a rózsáira szedett kelvirágot zsíron lassan pároljuk. Sóval, törött borssal ízesítjük, és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Amikor megpuhultak a zöldségek, zsírára pirítjuk, és meghintjük liszttel. Felengedjük csontlével, és lassan forraljuk. Ha szükséges, sóval újra ízesítjük. Betétként galuskát főzünk a levesbe.

KELVIRAGLEVES (Soupe aux choux fleurs)

Csontie
Világos rántás
Galuska

Ajánlott anyaghányad

<i>Csón</i>	<i>tléhez:</i>	<i>Kelvirágleshez:</i>	
Sertécsont	0,50 kg	Kelvirág	1,00 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Zsír	0,08 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	Liszt	0,10 kg
Zellergumó	0,20 kg	Só	0,03 kg
Javasolt folyadék- mennyiség		Törött bors	0,005 kg
(felére beforralva)	6,00 l	Tej	0,25 l
		Petrezselyemzöld	1 csomó
		Javasolt folyadék- mennyiség	
		(csontléből készítve)	3,00 l

Galuskához:

Liszt	0,10 kg	Tojás	1 db
Só	0,01 kg		

A megtisztított, vízben jól kiáztatott, majd megmosott kelvirágot rózsáira szedjük. Leszűrt csontlében tesszük fel főni. Világos, petrezselymes rántást készítünk. A levest rántással sűrítjük. ízesítjük sóval, egy kevés törött borsal. Tejet adunk hozzá, és lassan készre forraljuk. Betétként galuskát szaggatunk a levesbe.

KÁPOSZTALEVES (Soupe de choucroute)

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Savanyú káposzta	0,80 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Babérlevél	2 db	Fűszerpaprika	0,01 kg
Zsír	0,08 kg	Füstölt oldalas	0,40 kg
Liszt	0,10 kg	Tejföl	0,30 kg
Vöröshagyma	0,08 kg	Kolbász (füstölt)	0,40 kg
Javasolt folyadék- mennyiség			
(felére beforralva)	5,40 l		

Korhelylevesnek is nevezik, az újévi étlap jellegzetes levese.

A savanyú káposztát felhasználás előtt megkóstoljuk, mivel gyakran előfor-

dul, hogy a kelleténél savanyúbb vagy sós. Ebben az esetben hideg vízben átmoszuk. Ha ezt nem tennénk meg, a savanyú káposztával készített étel élvezhetetlenül sós vagy savanyú lenne.

A savanyú káposztára vizet öntünk, babérlevelet adunk hozzá. Beletesszük a füstölt oldalast, és az egészet puhára főzzük. Zsemleszínű rántást készítünk, finomra vágott vöröshagymával, zúzott fokhagymával, fűszerpaprikával. A levesből kivesszük az időközben megpuhult oldalast, majd a zsemleszínű rántással sűrítjük a levest, és lassan forraljuk. Ha szükséges, sóval óvatosan utánaízesítjük. Tejfölt adunk hozzá, egy kevés citromlével ízesítjük. A levest a kicsontozott, kockára vágott oldalassal, karikára vágott főtt kolbásszal tálaljuk. A leves tetejét egy kevés tejföllel, paprikaszínnel díszítjük.

Paprikaszínt a magyaros ételek díszítéséhez használjuk. Óvakodjunk a túladagolástól, mert nagy mennyiségben étvágyrontó! A paprikaszín készítéséhez sertézsírra, jó minőségű tűzpiros fűszerpaprikára és vízre van szükség.

A zsírt kis lábasban megmelegítjük. Lehúzzuk a tűzhelyről. Hozzáadjuk a fűszerpaprikát, és gyorsan elkeverjük. Ezalatt meggyőződünk arról, hogy a fűszerpaprika színanyagai kioldódtak-e a zsírban, majd felöntjük hideg vízzel és lassan kiforraljuk. Ezután pihentetjük. A zsírt lemerjük a víz tetejéről és ha szükséges, átszűrjük. A jó paprikaszín tűzpiros színű. Gyakran előforduló hiba, hogy készítés közben a fűszerpaprika elég. Ebben az esetben a paprikaszín sötétebb színű és keserű ízű lesz. Ezt nem szabad felhasználni.

ZÖLDBABLEVES (Soupe aux haricots verts)

Csontie

Zsemleszínű rántás

Csipetke

Tejföl ételhez adása

Ajánlott anyaghányad

Csón tléhez:

Sertéscsont	0,50 kg	Só	0,01 kg
Sárgarépa	0,25 kg	Javasolt folyadék-	
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	mennyiség	
Zellergumó	0,10 kg	(felére beforralva)	6,00 l

Zöldbableveshez:

Zöldbab	1,20 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Só	0,02 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Zsír	0,08 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Liszt	0,12 kg	Tejföl	0,30 l
		Ecet (10%-os)	0,03 l

Petrezselyemzöld 1 csomó
 Javasolt folyadék-
 mennyiség
 (csontléből készítve) 3,00 l

Csipetkéhez:

Liszt 0,12 kg
 Tojás 1 db
 Só 0,005 kg

Tartalmas csontlevet készítünk, majd leszűrjük. A friss zöldbabot megtisztítjuk, megmossuk, majd 2 cm-es darabokra vágjuk kissé rézsútosan. A vöröshagymát apróra vágjuk, a zöldpetrezselymet szintén. A fokhagymát pépesre dörzsöljük. Csipetkét készítünk, ha elkészült, kifőzzük. Zsemleszínű rántást készítünk, amelyhez hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, fokhagymát, petrezselyemzöldet és fűszerpaprikát. A rántást felöntjük hideg vízzel, és habverővel simára keverjük. A rántást a forrásban levő leveshez adjuk állandóan keverve. A levest ízesítjük sóval, egy kevés ecettel, és készre forraljuk. Végül az ismert módon hozzáadjuk a tejfölt.

A tálaláskor adjuk hozzá a csipetkét.

A forró zöldbablevest előmelegített levescsészében tálaljuk.

b) Pürélevesek

Püréleveseknek nevezzük azokat a leveseket, amelyek alapanyagait csontlében, esetleg vízben főzzük, vagy zsíron, illetve vajon pároljuk puhára. Ezután rántással vagy lisztszórással sűrítjük, jól kiforraljuk a levest, és még forrón szitán áttörjük.

A pürélevesek sűrítésénél - a későbbiek során a krémleveseknél is - figyelembe kell venni, hogy az áttört leves anyaga is sűrít.

PARADICSOMLEVES (Potage purée de tomates)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	
Sárgarépa	0,30 kg	(felére beforralva)	6,001
Petrezselyemgyökér	0,25 kg		
Zellergumó	0,20 kg		

Paradicsomleveshez:

Paradicsom	1,40 kg	Cukor	0,12 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Rizs	0,12 kg
Zellerzöld	1 csomó	Javasolt folyadék-	
Só	0,03 kg	mennyiség	
Zsir	0,08 kg	(csontléből készítve)	3,001
Liszt	0,10 kg		

A friss paradicsomot megmossuk, csutkáját kivágjuk, feldaraboljuk és a hagymával, a zellerzölddel, egy kevés vízzel puhára főzzük. A hagymát, zellerzöldet kiemeljük, majd áttörjük a levest. Csontlével vagy másodlével felöntjük, és felforraljuk. Világos rántással sűrítjük, sóval, cukorral ízesítjük, készre főzzük. Külön kifőzött rizst adunk hozzá tálaláskor betétként.

BURGONYA-PÜRÉLEVES (Potage purée Parmantier)

Tejfölös burgonyaleves

Csontié

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(felére beforralva)	6,001

Burgonya-püréleveshez:

Burgonya	0,80 kg
Só	0,03 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Zellergumó	0,15 kg
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(csontlével készítve)	3,00 1

Az ismert módon burgonyalevest készítünk, tejföl nélkül, egy kevés zellergumót hozzáadva. A kész levest szitán áttörjük, és habverővel simára keverjük.

Betétként külön adjuk hozzá a hámozott, kockára vágott pirított zsemlekockát.

A pirított zsemlekockához a szikkadt zsemlet vékonyan meghámozzuk. A hámozott zsemleléből 5 mm vastag szeleteket, majd ezekből 5 mm széles csíkokat vágunk. A csíkokból egyenletes kockákat vágunk. Sütőlapot zsírral vékonyan bekenünk. Ráhelyezzük a zsemlekockákat, és középmeleg sütőben aransárgára pirítjuk.

BORSÓPÜRÉLEVES (Potage purée pois cassées)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Borsópüréleveshez:

Sárgaborsó	0,40 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,10 kg
Vöröshagyma	0,08 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Só	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

A sárgaborsót kiválogatjuk. Többször váltott, hideg vízben átmoszuk, leöblítjük. Csontlében vagy füstöltlében tesszük fel főni. Puhára főzzük. Világos rántást készítünk, melybe egy kevés finomra vágott vöröshagymát, fűszerpaprikát teszünk.

A levest berántjuk. Sóval, egy kevés törött borssal ízesítjük. Lassan forraljuk. Mikor elkészült, szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Tálaláskor külön pirított zsemlekockákat adunk hozzá.

TÖKPÜRÉLEVES (Potage purées a la Dobrudza)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Tökpüréleveshez:

Sütőtök	0,70 kg	Tejföl	0,30 l
Vaj	0,12 kg	Zsemle	3 db
Liszt	0,08 kg	Citrom	1 db
Só	0,03 kg	Javasolt folyadék-	
Cukor	0,08 kg	mennyiség	
Kapor	1 csomó	(csontléből készítve)	3,00 l

A sütőtököt meghámozzuk. Vékony szeletekre vágjuk. Vajon pároljuk. A puhára párolt tököt csontlével vagy másodlével felengedjük. Világos vajás rántással sűrítjük. Sóval, cukorral, citromlével és finomra vágott kaporral ízesítjük. Lassan forraljuk. Ha elkészült, szitán áttörjük. Habverővel simára kikeverjük. Végül tejfölt és vajat adunk hozzá, habverővel jól összekeverjük. Forrón tálaljuk. Vajban pirított vékony zsemleszeleteket adunk hozzá.

SÓSKALEVES (Potage á l'oseille)

Csontlé
Lisztszórás

Ajánlott anyaghányad

<i>Csontléhez:</i>		<i>Sóskaleveshez:</i>	
Sertéscsont	0,50 kg	Sóska	0,80 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Zsír	0,08 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Zellergumó	0,10 kg	Liszt	0,10 kg
Javasolt folyadék-		Só	0,03 kg
mennyiség		Cukor	0,08 kg
(felére beforralva)	6,00 l	Tejföl	0,30 l
		Zsemle	2 db
		Javasolt folyadék-	
		mennyiség	
		(csontléből készítve)	3,00 l

A kiválogatott és több vízben alaposan átmosott sóskát hagymás zsíron puhára pároljuk. Lisztszórással sűrítjük. Rövid ideig pirítjuk, majd csontlével felengedjük. Sóval, cukorral ízesítjük. Lassan készre főzzük. Szitán áttörjük, végül tejfölt keverünk hozzá. Külön pirított zsemlekockát adunk hozzá. Az elkészített forró levestálba vagy -csészébe merjük. A leves tetejére helyezzük a pirított zsemleszeleteket. Tetejét meghintjük reszelt ementáli sajttal. Sütőben vagy szalamanderban pirosra sütjük. Azonnal forrón tálaljuk.

MAJ PÜRÉLEVES (Potage purée de foie)

Csontlé

Zsemleszínű rántás

Pírtott zsemlekočka

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont 0,50 kg

Sárgarépa 0,30 kg

Petrezselyemgyökér 0,20 kg

Zellergumó 0,10 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség
(felére beforralva) 6,00 l

Májpüréleveshez:

Sertésmáj 0,50 kg

Zsír 0,08 kg

Vöröshagyma 0,05 kg

Liszt 0,08 kg

Majoránna 0,005 kg

Törött bors 0,005 kg

Vörösbor 0,20 l

Babérlevél **VI db**

Zsemle 3 db

Javasolt folyadék-
mennyiség
(csontléből készítve) 3,00 l

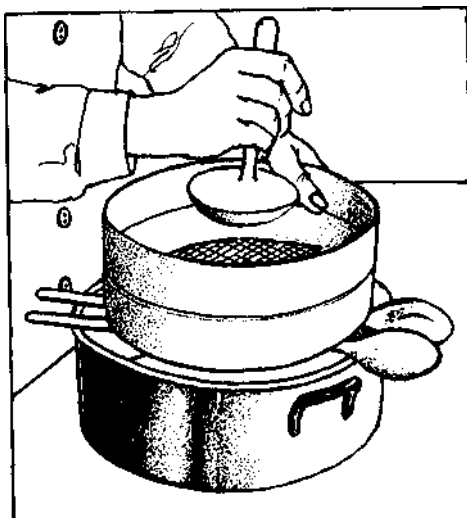
Tartalmas csontlevet főzünk, amelyet leszűrünk. A sertésmájat megdaráljuk, a vöröshagymát finomra vágjuk. A sertésszírból megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát. Hozzáadjuk a darált májat. Jól lepírtjük. Hozzáadjuk a fűszereket, majd felöntjük csontlével, és behelyezzük a babérlevelet. Lassan főzzük. Ha elkészült, zsemleszínű rántással sűrítjük, lassan kiforraljuk. Kiemeljük a babérlevelet, és a forró levest szitán áttörjük, majd hozzáadjuk a vörösborral, amivel jól összeforraljuk. A májpüréleves forrón, előmelegített levescsészében tálaljuk. Külön pírtott zsemlekočkát adunk hozzá.

c) *Krémlevesek*

A krémleveseket a pürélevesekhez hasonlóan készítjük (61. ábra), de a pároláshoz, rántás készítéséhez vaját használunk. A krémleveseket még legírozunk és montírozunk is. Ezekhez a műveletekhez tejszínt és tojássárgáját, illetve vajat használunk.

A legírozással és a montírozással növeljük krémleveseink táplálkozásélet-tani és élvezeti értékét. Így kellemes pasztellszínűek lesznek, amely előnyösen befolyásolja az étkezést.

Legírozáshoz friss tejszínt és tojássárgáját használunk. A tejszínt és a tojássárgáját habüstben vagy keverőtálban összekeverjük. A levest levesz-szük a tűzhelyről. Forralni már nem szabad. A levest merőkanálból vékony sugárban a legírhez öntjük. Habverővel állandóan keverjük. Így keverjük a leves felét össze a tejszínnel és a tojássárgájával. Ezután az egész



61. ábra. Krémlevesek áttörése szitán

keveréket szintén vékony sugárban és habverővel állandóan keverve visszaöntjük a maradék leveshez.

A montírozáshoz vaját használunk. A legírozott krémlevesbe tehát apró vajdarabkákat teszünk. A levest közben habverővel kevergetjük. A meleg levesben a vajdarabkák elolvadnak. A leves így tetszetősebb és táplálóbb lesz.

A legírozott, montírozott leveseket és más ételeket nem szabad forralni, mert a leveshez kevert tejszín, tojássárgája és vaj kicsapódik a levesben. Ez étvágyrontó, és csökkenti a leves élvezeti értékét.

A krémleveseket tálalásig vízfürdőben tartjuk melegen. Ilyenkor egy kevés vaját morzsolunk a tetejére, amely megóvja a levest a felületi bőrösödéstől. A víz nem forrhat, mert a krémlevesben levő tojássárgája, tejszín és vaj kicsapódik.

ZELLERKRÉMLEVES (Potage crème de céleri)

Csontlé
Lisztszórás
Legírozás
Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Borjúcsont	0,50 kg	Javasolt folyadék-	
Sárgarépa	0,20 kg	mennyiség	
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	(felére beforralva)	5,00 l

Zellerkrémle veshez:

Liszt	0,12 kg	Zellerzöld	1 csomó
Törött fehér bors	0,001 kg	Só	0,03 kg
Tejszín	0,15 l	Vaj	0,10 kg
Tej	0,20 l	Javasolt folyadék-	
Tojássárga	2 db	mennyiség	
Zsemle	2 db	(csontléből készítve)	2,5 l
Zellergumó	0,90 kg		

A megtisztított és megmosott zellert vékony karikára vágjuk. Vajon, gyakori kevergetéssel, lassan pároljuk. Liszttel meghintjük, jól átforgatjuk, majd az előre elkészített tartalmas csontlével felengedjük. Sóval ízesítjük, egy kevés törött fehér borssal fűszerezünk.

Nyáron adhatunk hozzá cérnával összekötött zellerzöldet is, amit az áttörés előtt kiemelünk a levesből. Ezután tejet adunk hozzá. Lassan forraljuk.

A kész levest szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Legírozzuk, és montírozzuk. A jó krémleves nyers tejszín sűrűségű. Tálalásig vízfürdőben tartjuk melegen. Tálaláskor külön adunk hozzá egy kevés vajban pirított zsemlekockát.

ZÖLDBORSÓKRÉMLEVES (Potage crème de petit pois)

Csontlé

Világos rántás vagy lisztszórás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Borjúcsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(felére beforralva)	5,00l

Zöldborsókrémleveshez:

Zöldborsó	0,80 kg
Só	0,03 kg
Liszt	0,12 kg
Cukor	0,02 kg
Tejszín	0,15 l
Tej	0,20 l
Tojássárga	2 db
Vaj	0,10 kg
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(csontléből készítve)	2,5 l

5. folyamatábra

ZÖLDBORSÓKRÉMLEVES

Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Csontlé Zöldborsó Só Cukor	A zöldborsót csontlében puhára főzzük, közben ízesítjük.	A puhára főzést közepes forralással végezzük, hogy jobban kioldódjanak az íz- és zamatanyagok.
Vaj Liszt Tej	Világos vajas rántással sűrítjük, majd tejet adunk hozzá, jól kiforraljuk.	A rántás hozzáadásánál vegyük figyelembe, hogy az áttört zöldborsó is sűríti a levest.
Tojássárgája Tejszín Vaj Zsemlekocka	A levest szitán áttörjük, habverővel simára keverjük. Legírozzuk, montírozzuk. Forrón előmelegített csészébe tálaljuk. Pírtott zsemlekockát adunk hozzá.	Ha nem keverjük simára a levest, csomós maradhat. A legírozás és a montírozás után a levest nem szabad forralni, mert kipelyhesedik.
POTAGE CRÈME DE PETIT POIS		

A megtisztított friss vagy mélyhűtött zöldborsót csontlében megfőzzük, közben ízesítjük sóval, egy kevés cukorral. Világos, vajas rántással sűrítjük. Tejet adunk hozzá. Lassan készre forraljuk. Még forrón, szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Legírozzuk, montírozzuk.

A friss zsenge zöldborsót párolással puhítjuk. A vajon párolt zöldborsót lisztszórással sűrítjük. Csontlével felengedjük. Tejet adunk hozzá. Sóval, cukorral ízesítjük. Lassan forraljuk. Szitán áttörjük, legírozzuk, montírozzuk.

Ha konzerv zöldborsóból készítjük a krémlevest, akkor először megkóstoljuk a zöldborsót és külön a levét. Gyakran előfordul, hogy a felhasznált tartósítószer kellemetlen mellékízt ad a konzervnek. Ebben az esetben a lét nem használjuk fel, hanem leszűrjük a zöldborsóról. A zöldborsót pedig többször váltott hideg vízben leöblítjük. Ezt az eljárást minden konzervkészítménynél végezzük el - ha szükségesnek tartjuk - a felhasználás előtt.

A zöldborsót ezután szitán áttörjük, hozzáadjuk a saját levét, valamint

a szükséges mennyiségű csontlét. Sóval, cukorral ízesítjük, tejet adunk hozzá. Világos, vajas rántással sűrítjük. Lassan készre forraljuk. Legírozuk, montírozzuk.

A levest tálalásig vízfürdőben tartjuk melegen. Forrón, előmelegített csészében tálaljuk. Külön adunk hozzá vajban pirított zsemlekockát.

CSIRÁGKRÉMLEVES (Potage crème d'asperges)

Csontlé

Világos rántás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,00 l

Csirágkrémleveshez:

Csirág	0,60 kg
Só	0,03 kg
Cukor	0,06 kg
Vaj	0,10 kg
Liszt	0,10 kg
Tejszín	0,30 l
Tojássárga	3 db
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,50 l

A megtisztított és megmosott csirágot úgy rakjuk a vágódeszkára, hogy a fejek egy vonalba kerüljenek. A fejeket kb. 2,5 cm hosszúságban levágjuk. A fejeket sós, gyengén cukros vízben külön megfőzzük. A többi részt karikára vágjuk, és tartalmaz csontlében puhára főzzük. Főzés közben a lét sóval és egy kevés cukorral ízesítjük. A levest világos vajos rántással sűrítjük. Tejet adunk hozzá. Lassan forraljuk. Szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Legírozuk, montírozzuk.

A levest forrón, előmelegített csészében tálaljuk. A levesbe a külön megfőzött, leszűrt csirágfejeket adjuk betétként.

GOMBAKRÉMLEVES (Potage crème de champignon)

Gombaleves

Lisztszórás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,001

Gombakrémleveshez:

Gomba	0,30 kg
Só	0,03 kg
Vaj	0,14 kg
Liszt	0,12 kg
Tejszín	0,301
Tojássárga	3 db
Zsemle	2 db
Törött bors	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,5 l

Gombalevest készítünk, de a pároláshoz vaját használunk. A kész, kiforralt levest szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Legírozzuk, montírozzuk. Külön adunk hozzá vajban pirított zsemlekockát.

GESZTENYEKRÉMLEVES (Potage crème Clermont)

Csontlé

Világos rántás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,05 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,001

Gesztenyekrémleveshez:

Gesztenye	0,70 kg
Só	0,03 kg
Cukor	0,08 kg
Zellerzöld	1 csomó
Vaj	0,14 kg
Liszt	0,10 kg
Tejszín	0,30 l
Tojássárga	3 db
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,5 l

A megmosott gesztenyék domború oldalán a héjat keresztirányban bevágjuk. Sütőlapra ujjnyi vastagon konyhasót terítünk. Ebbe helyezzük vágással felfelé a gesztenyéket. Sütőben 140 °C-on kb. 25 percig sütjük. Ezután kivesszük a

sütőből a gesztenyét, és késsel meghámozzuk. Az előkészített gesztenyét csontlében puhára főzzük. Közben sóval, cukorral ízesítjük. Adunk hozzá cérnával összekötött zellerzöldet is, amit áttörés előtt kivesszünk a levesből.

A levest világos, vajas rántással sűrítjük. Tejet öntünk hozzá. Lassan készre forraljuk. Forrón, szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. A tanult módon legírozzuk, montírozzuk. Forrón, előmelegített csészében tálaljuk. Külön adunk hozzá vajban pirított zsemlekockát.

KUKORICA-KRÉMLEVES (Potage crème de mais)

Csontlé
Világos rántás
Legírozás
Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,00 l

Kukorica-krémleveshez:

Kukorica, morzsolt	0,80 kg
Só	0,03 kg
Cukor	0,05 kg
Vaj	0,14 kg
Liszt	0,10 kg
Tejszín	0,30 l
Tojássárga	3 db
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,50 l

A kukoricaszemeket finom tárcsával felszerelt darálón megőröljük. A kukoricapürét felöntjük csontlével. Sóval, egy kevés cukorral ízesítjük. Világos, vajas rántással sűrítjük, és lassan forraljuk. Végül szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Legírozzuk, montírozzuk. A levest forrón, előmelegített csészében tálaljuk néhány szem kukoricával. Külön adunk hozzá vajban pirított zsemlekockákat.

RÁKKRÉMLEVES (Potage bisque d'écrevisses)

Csontlé - borjúcsontból
Rák előkészítése, főzése
Világos, vajas rántás
Legírozás
Rizibizi

Ajánlott anyaghányad

<i>Rákkremleveshez:</i>		Fehérbor	0,30 l
Levesrák	30 db	Borpárlat	0,10 l
Sárgarépa	0,20 kg	Tejszín	0,25 l
Fehérrépa	0,10 kg	Tojássárga	4 db
Zellergumó	0,05 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Rákvaj	0,04 kg
Fokhagyma	0,005 kg	Rizibizi	1 adag
Egész bors	0,005 kg	<i>Csontléhez:</i>	
Kakukkfű	0,005 kg	Borjúcsonat	0,80 kg
Babérlevél	1 db	Sárgarépa	0,25 kg
Paradicsompüré	0,06 kg	Fehérrépa	0,15 kg
Só	0,03 kg	Zellergumó	0,05 kg
Vaj	0,35 kg	Só	0,02 kg
Liszt	0,15 kg	<i>Rákvajhoz:</i>	
		Vaj	0,10 kg
		Fűszerpaprika	0,01 kg

Az élő rákokat a felhasználás előtt alaposan megsikáljuk gyökérkefével, majd bő, hideg vízben gondosan leöblítjük. Tartalmas borjúcsonatlét készítünk. A megtisztított, megmosott zöldségeket és vöröshagymákat szeletekre vágjuk, és vajban gyakori kevergetéssel lepírítjuk. Közben hozzáadjuk a babérlevelet, a fokhagymát, az egész borsot, a kakukkfűvet, a babérlevelet, majd a paradicsompürét és a sót. A rákok faroklemezeit eltávolítjuk, és a zöldségekkel együtt néhány percre pároljuk. Ezután a borpárlattal leöntjük, és meggyújtjuk. Ha a borpárlat leégett, hozzáadjuk a tartalmas csontlét és a fehérbort. Az egészet fedővel lefedjük, és kb. 15 percre főzzük. Ekkor kiemeljük a megfőtt rákokat, és az ismert módon megtisztítjuk. A kifejtett húst félretesszük, hasonlóan a 10 legjobb fejtort, amelyet gondosan kitisztítottunk, kimostunk, kiszárítottunk. A rákhús kifejtésekor nyert rákpáncélt a főzésben levő leveshez adjuk, apróra tört formában.

A levest lassan főzzük, legalább 3 órán át. Ekkor szitán keresztül leszűrjük; nem törjük át! A levest világos, vajas rántással sűrítjük, és lassan, habverővel állandóan kevergetve, kiforraljuk. Közben ízesítjük sóval, fűszerezzük cayenne-i borssal, majd borpárlatot adunk hozzá. A kész levest legírozzuk, montírozzuk rákvajjal, és a következő módon tálaljuk:

A fejtörökbe töltjük a rákhús felével és a reszelt sajttal összekevert rizibizit. A rákhús másik felét a levesben meglegítjük.

A rizibizivel betöltött fejtort előmelegített levescsészébe helyezzük, rámerjük a forró rákkremleves a rákhússal együtt. Tetejére frissen melegített rákvajat locsolunk.

A rákkremleves más módszerrel is sűríthető. A világos vajas rántás helyett

étkezési keményítővel készített vizes habarással sűrítjük a forrásban levő levest. Ebben az esetben a levest alaposan ki kell forralni, hogy a leves állománya megfelelő, sima, csomómentes legyen. Bár a hazai gyakorlatban ez a módszer kevésbé terjedt el, óriási előnye, hogy az adagonként befejezett, rendelésre készített leves gyorsabban befejezhető. Ezenkívül az így sűrített leves felülete sokkal fényesebb, tetszetősebb lesz, a levesre jellemző halvány rózsaszín színanyag jobban érvényesül.

A rákkrémlevesnél különösen fontos, hogy a lehető legforróbban tálaljuk. Ellenkező esetben igen étvágyrontó lehet!

Rákvajhoz a mozsárban összetört rákpáncél egy részét vajban lassan megpirítjuk. Egy kevés élénk színű, jó minőségű fűszerpaprikát adunk hozzá. Gyorsan összekeverjük, majd felöntjük vízzel, és rövid ideig lassan forraljuk. Ezután az egészet leszűrjük, majd hűtőben hűtjük. A hűtést követően a felszínen elhelyezkedő rózsaszín vaj egy darabban leemelhető, és már használható is.

RÁKKRÉMLEVES - Konzerv rákhúsból - (Potage bisque d'écrevisses au conserv)

Világos rántás

Legírozás

Montírozás

Halalapié

Ajánlott anyaghányad

Rákkonzerv	0,60 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Liszt	0,08 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Vaj	0,15 kg	Babérlevél	1 db
Só	0,02 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Tojássárga	4 db	Borpárlat	0,05 l
Tejszín	0,15 l	Halalapié	21
Fűszerpaprika	0,005 kg		

A rákkrémlevest rákkonzervből is készíthetjük.

Először igen tartalmas halalaplét készítünk. A rákkonzervet leszűrjük. Az apróbb húsrészeket a konzervléhez adjuk, a nagyobbakat kockákra vágjuk, és borpárlattal meglocsoljuk, majd a hűtőszekrénybe helyezük felhasználásig.

A konzervlét az apróbb rákhúsokkal együtt felforraljuk, majd hozzáadjuk a tartalmas halalaplét, és lassan főzzük. Fűszerzacskóba babérlevelet, kakukkfűvet és megtisztított fokhagymát teszünk. A forrásban lévő rákkrémleves-alaphoz adjuk, és lassan főzzük. Kb. 30 perc múlva a fűszerzacskót eltávolítjuk. Világos, vajas rántást készítünk, amellyel sűrítjük a levest. A levest alaposan kiforraljuk, majd szitán áttörjük. A levest ezután legírozzuk, montírozzuk, majd

ízesítjük borpárlattal, és cayenne-i borssal. Ezután hozzáadjuk a borpárlattal érlelt, kockákra vágott rákhúst.

A rákkrémleveset egy kevés ártalmatlan ételfestékkel (breton) halvány rózsaszínűre színezzük.

A levest forrón előmelegített porcelán levescsészében tálaljuk. Vajjal készített paprikaszínnel locsoljuk meg a tetejét.

d) Gyümölcslevesek

A gyümölcsleveseket általában a gyümölcsidevényben készítjük friss gyümölcsökből. A gyümölcsleveseket készíthetjük még konzervből, valamint mélyhűtött alapanyagból is. Ez utóbbinak igen nagy a táplálkozásélettani jelentősége, mivel majdnem a friss gyümölcshöz hasonló mennyiségben tartalmazzák az értékes vitaminokat, ásványi sókat. A gyümölcsleveseket a magyar konyha habarással sűríti. A gyümölcslevesek színét és élvezeti értékét többféle módszerrel javíthatjuk.

Gyümölcspürét készítünk. A puhára főzött gyümölcs felét szűrőkanállal kiemeljük a levesből és még forrón, szitán áttörjük, majd a behabart leveshez visszaadjuk.

Fűszerkivonatot (redukció) készítünk. Egy kevés vízbe szegfűszeget, egész fahéjat, citromhéjat teszünk. Az egészet lassan kb. felére főzzük, leszűrjük. A fűszerkivonatot a leveshez adjuk, ízesítés céljából.

A gyümölcsleveset alacsony hőmérsékleten, 6-8 °C-ra hűtve tálaljuk. A gyümölcsleveset tehát jóval a tálalás előtt kell elkészíteni, hogy legyen idő a lehűtésére. Csak így érvényesül a nyári melegben üdítő, frissítő hatásuk.

HIDEG MEGGYLEVES (Potage froid aux griottes)

Habarás

Gyümölcspüré

Fűszerkivonat

Ajánlott anyaghányad

Meggy	1,20 kg	Só	0,005 kg
Cukor	0,30 kg	Tejszín	0,30 l
Szegfűszeg	0,005 kg	Tej	0,50 l
Fahéj	0,005 kg	Vörösbor	0,20 l
Citrom	1 db	Liszt	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		

Vízbe sót és cukrot teszünk, majd felforraljuk. Hozzáadjuk a kimagozott

6. folyamatábra

HIDEG MEGGYLEVES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só Cukor Meggy	Ízesített vízben a kimagozott meggyet puhára főzzük. A meggy egy részét kiemeljük a vízből, szitán áttörjük, a leveshez adjuk.	Az áttört meggy sűríti a levest, így kevesebb habarást kell hozzáadni, továbbá javítja a színhatást.
Tejszín Liszt Tej Citromhéj Szegefűszeg Fahéj Vörösbort Citromlé Cukor	A forrásban levő leveshez hozzáadjuk a habarást, a fűszerkivonatot és a tejet. Jól kiforraljuk. Hozzáadjuk a vörösbort, citromlét, egy kevés cukrot.	A levest jól forraljuk ki, ellenkező esetben a leves tárolás közben leülepedik, étvágyrontó lesz.
	A levest lehűtjük, majd hűtőszekrénybe helyezzük. Előhűtött porceláncsészében tálaljuk.	A levest jól le kell hűteni. Ellenkező esetben sokat veszít élvezeti értékéből.
POTAGE FROID AUX GRIOTTES		

meggyet és újra felforraljuk. Tejszínes habarással sűrítjük. Hozzáadjuk a fűszerkivonatot és a tejet. Gyorsan felforraljuk. Végül hozzáadjuk a vörösbort is. Citromlével és ha szükséges még, cukorral ízesítjük. A levest lehűtjük, majd porcelántégelybe öntjük, és lefedve hűtőszekrénybe helyezzük. A hideg meggy-levest jól felkeverjük a tálalásnál, hogy minden adagba arányosan jusson a meggyből. A hideg meggyleves előhűtött porceláncsészében tálaljuk.

HIDEG ALMALEVES (Potage froid aux pommes)

Habarás
Fűszerkivonat

Ajánlott anyaghányad

Alma	1,20 kg	Só	0,005 kg
Cukor	0,25 kg	Tejszín	0,25 l
Fahéj	0,005 kg	Tej	0,50 kg
Szegfűszeg	0,005 kg	Liszt	0,10 kg
Citrom	1 db	Fehérbor	0,20 l
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		

A legjobb, ha savanykás ízű almából készítjük a hideg almalevest. Az almát jól megmossuk, majd vékonyan meghámozzuk. Ezután négyfelé daraboljuk, a féregrágtá és az elszíneződött részeket kivágjuk. Az almát leöblítjük hideg vízzel, és egyenletes 5x5 mm-es kockákra daraboljuk. A leves főzőlevébe cukrot, egy kevés sót teszünk, majd felforraljuk. Ekkor hozzáadjuk a kockára darabolt almát, valamint az átszűrt citromlét. Újra felforraljuk, és hozzászűrjük az elkészített fűszerkivonatot. Miután meggyőződünk arról, hogy az alma puhára főtt, a levest tejszínes habarással sűrítjük. Tejet, fehérbort adunk hozzá, készre forraljuk. Cukorral, egy kevés citromlével ízesítjük. Lehűtjük, majd hűtőszekrénybe tesszük. A hideg almalevest jól lehűtve, előhűtött porceláncsészében tálaljuk.

HIDEG EPERKRÉMLEVES (Potage froid crème de fraise)

Ajánlott anyaghányad

Eper	1,00 kg	Keményítő	0,12 kg
Cukor	0,26 kg	Tejszín	0,30 l
Maraschino likőr	0,15 l	Tejszín (habhoz)	0,20 l
Szegfűszeg	0,005 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l
Fahéj	0,005 kg		
Citrom	1 db		

Az epert megtisztítjuk, jól megmossuk. Személyenként 2 szem szép eper félbevágunk. Porcukorral meghintjük, és hűtőszekrénybe tesszük. A többi eper cukros vízben puhára főzzük, tejszínes keményítős habarással sűrítjük, majd ízesítjük még Maraschino likőrrel, fűszerkivonattal és egy kevés sóval. A puhára főzött eper levével együtt szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Lehűtjük, majd hűtőszekrénybe helyezük. Ha a leves eléggé lehűlt, tejszint keverünk hozzá. Citromlével, Maraschino likőrrel ízesítjük. Tálaláskor a levescsészébe rakjuk az előkészített eperszemeket. Rámerjük a jéghideg levest. A leves tetejére tejszínhabgaluskákat fecskendezünk csillagsóval ellátott habzsákból.

HIDEG EGRESLEVES (Potage froid aux groseilles)

Ajánlott anyaghányad

Egres	0,80 kg	Liszt	0,12 kg
Só	0,02 kg	Tejszín	0,20 l
Cukor	0,30 kg		
Tejföl	0,30 l		
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		

Az egrest megtisztítjuk, megmossuk. A vízbe egy kevés sót és cukrot teszünk. Felforraljuk, és tejföls habarással sűrítjük. Mikor a leves a habarással együtt újra felforr, beletesszük az egrest, és lassan, óvatosan készre főzzük. Ha az egrest gyorsan főzzük, akkor kirepedhet, és a magja kifő. A levest tejszínnel dúsítjuk. Lehűtjük, majd hűtőszekrénybe tesszük. A hideg egresievest előhűtött csészében tálaljuk.

HIDEG ÓSZIBARACK-KRÉMLEVES (Potage froid crème melba)

Habarás

Ószibarack	1,20 kg	Citrom	1 db
Cukor	0,30 kg	Tejszín	0,30 l
Borpárlat	0,20 kg	Liszt	0,12 kg
Só	0,01 kg	Fehérbor	0,20 l
Tejszín (habhoz)	0,20 l		
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		

Az őszibarackot meghámozzuk, félbevágjuk, magját eltávolítjuk. Az őszibarack kb. egyharmad részét 5x5 mm-es kockákra daraboljuk. Meghintjük porcukorral, borpárlatot öntünk rá, és hűtőszekrénybe helyezzük. A többi őszibarackot szeletekre vágjuk. Cukros, gyengén sós vizet forralunk. Ebbe belerakjuk a szeletelt őszibarackot, és puhára főzzük. Közben vékonyan hámozott citromhéjat egy kevés vízben felforralunk, és levét az őszibarackhoz öntjük. A levest tejszínes habarással sűrítjük, készre forraljuk. A levest szitán áttörjük, habverővel simára keverjük, hűtjük. Cukorral, citromlével, fehérborral ízesítjük. Hozzákeverjük a kockára vágott, érlelt őszibarackkockákat. Az egészet hűtőszekrénybe tesszük.

A hideg őszibarack-krémlevest előhűtött porceláncsészékben tálaljuk. Habzsákból egy kevés tejszínhabot fecskendezünk a tetejére.

GÖRÖG GYÜMÖLCSLEVES (Potage froid aux fruits á la grec)

Ajánlott anyaghányad

Narancs juice	1,80 l	Narancs	0,20 kg
Tejszín	0,20 l	Mandarin	0,20 kg
Triple sec likőr	0,10 l	Körte	0,15 kg
Őszibarack	0,20 kg	Ananász	0,20 kg
Ribiszke	0,20 kg	Szőlő	0,20 kg
Citrom	2 db		
Konzerv gyümölcsle	1,00 l		

A gyümölcsöket apró kockákra daraboljuk és a triple sec-kel meglocsolva jól lehűtjük. A narancs juice-t a tejszínnel és a konzerv gyümölcslevekkel összekeverjük, és jól lehűtjük. Hozzákeverjük a gyümölcsöket és lefedve hűtőszekrényben tároljuk. Közben hozzáadjuk a kicsavart citromlevet. A görög gyümölcsleveset előhűtött porceláncsészébe merjük. Ügyeljünk arra, hogy minden adagra arányos mennyiségű gyümölcsöt, illetve tejszínes gyümölcslevet merjünk.

e) Nyáklevések

A nyáklevéseket gabonafélékből készítjük, elsősorban a betegek és csecsemők részére. A nyákleves készíthető rizsből, darából, búzából, árpagyöngyből, zabpehelyből, kukoricapehelyből.

A nyákleveshez tartalmas csontlét készítünk. Ezt leszűrjük, majd beletesszük a gabonafélét. A nyáklevest hosszú ideig, lassan főzzük. Ezalatt a gabonaféle keményítőtartalma teljesen kioldódik. Ettől a leves állománya sűrű lesz. A kész levest szükség szerint sóval ízesítjük, majd leszűrjük. A levest táplálóbbá tehetjük, ha végül legírozzuk, esetleg montírozzuk.

KUKORICA-NYÁKLEVES (Potage crème de mais)

Főzés

Csontlé

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	
Sárgarépa	0,30 kg	(felére beforralva)	6,00l
Petrezselyemgyökér	0,25 kg		
Zellergumó	0,10 kg		

Kukorica-nyákleveshez:

Kukoricapehely	0,40 kg	Vaj	0,05 kg
Só	0,02 kg	Javasolt folyadék-	
Tej	0,301	mennyiség	
Tejszín	0,201	(csontléből készítve)	3,001
Tojássárga	1 db		

A tartalmasra főzött leszűrt csontléhez hozzákeverjük a kukoricapelyhet, megsózzuk. Habverővel gyakran megkeverve lassan főzzük, hogy a kukoricapehely teljesen szétessen a levesben. Hozzáadjuk a tejet, amellyel szintén jól összeforraljuk. A levest leszűrjük, legirozzuk, montírozzuk. Forrón, előmelegített csészében tálaljuk.

3. Összetett levesek

A különleges vagy összetett levesek csoportjába a hazai és a nemzetközi konyha jellegzetes készítményei tartoznak. Ezek a levesek többnyire valamilyen húsból és még sokféle nyersanyagból készülnek. Levesbetétek nagyon változatosak. Az összetett levesek készítésekor arra kell ügyelni, hogy a felhasznált nyersanyagok arányban legyenek egymással. Tálaláskor minden adagba egyenletesen osszuk el a puhára főzött anyagokat és a levesbetétet. A különleges levesek egytálételként is ajánlhatók, mivel igen táplálók és sokféle anyagot tartalmaznak.

UJHÁZY-TYÚKLEVES (Pot-au-feu de poule á l'Ujházy)

Húsleves
Tyúkleves
Finommetélt

Ajánlott anyaghányad

Ujházy-tyúkleveshez:

Tyúk (kb. 2Vz db)	3,75 kg	Gomba	0,15 kg
Sárgarépa	0,35,kg	Zöldborsó	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,30 kg	Kelvirág	0,30 kg
Zellergumó	0,20 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vöröshagyma	0,05 kg	Javasolt folyadék-	
Só	0,04 kg	mennyiség	
Egész bors	0,002 kg	(felére beforralva)	6,001
Paradicsompüré	0,02 kg		

Finommetélthez:

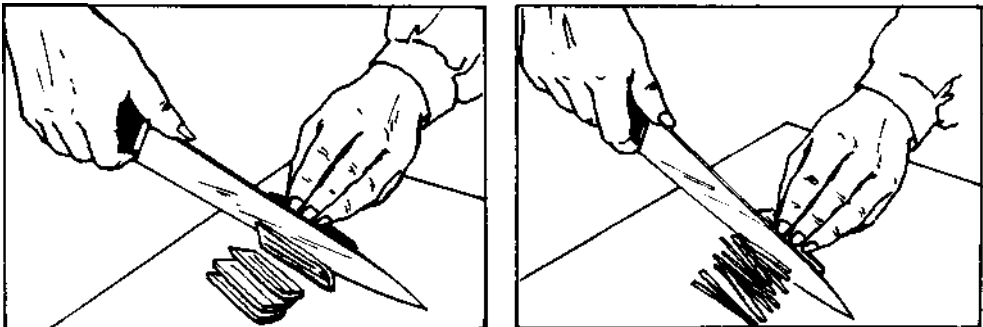
Liszt	0,12 kg
Tojás	1 db
Só	0,01 kg

A tyúkokat a tyúklevesnél tanultak alapján pontosan előkészítjük, majd puhára főzzük. Az egész borsot fűszerzacskóba tesszük, és a levesbe helyezzük. Az étel elkészültekor kiemeljük. A puha zöldségeket vékony (kb. 2 mm) vastagságú lapokra, majd kb. 2 mm-es metéltekre (julienne-re) vágjuk, majd a tyúkhús levében melegen tartjuk (62. ábra).

A tisztított, szeletekre vágott gombát, a friss vagy mélyhűtött zöldborsót, a kelvirágrózsákat egy kevés, gyengén sós vízben külön-külön puhára főzzük. A konzerv zöldborsót előbb megkóstoljuk, ha szükséges, többször leöblítjük hideg vízzel. Tálalásig a puhára főzött levesbetéteket melegen tartjuk. Elkészítjük a finommetéltésztát, kifőzzük, leöblítjük, majd a leves tetejéről leszedett zsíros levesben tartjuk melegen. A puhára főtt tyúkokat kiemeljük a levesből. A tyúkokat feldaraboljuk, lábasba helyezzük. Egy kevés levest öntünk alá, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A hús kiemelése után a levest rövid ideig pihentetjük - üleptjük -, majd merőkanállal óvatosan merve szitán átszűrjük. Kóstoljuk, ha szükséges, sóval újból ízesítjük. Ha nagyon zsíros lenne, tetejéről lemerjük a zsírt. A levest előre melegített levestálba - topfba - tálaljuk.

A negyedekbe darabolt főtt tyúkhúst a levestálba helyezzük. A húsos és a csontos részeket, valamint a combot és a mellét minden adagba arányosan elosztjuk. Erre helyezzük a finom metéltre vágott zöldségeket, a szeletelt gombát, a zöldborsót, a kelvirágrózsákat, a finommetéltésztát, és felöntjük a forró levessel úgy, hogy az egészet ellepje. Tetejét finomra vágott petrezselyemzölddel szórjuk meg.



62. ábra. Metélt - julienne - zöldség vágása

Az Ujházy-tyúkleveshez körítésként petrezselymes újbургonyát és paradicsommártást vagy ecetes tormát adunk.

Az Ujházy-tyúklevest újabban csészében is tálalják, tehát a vendég így kisebb adagot kap. Ebben az esetben a csontról leszedjük a húst, és hasonlóan a zöldséghez, illetve a finommetéltésztához, ezt is metéltre daraboljuk. A csészébe először a metéltre darabolt húst, majd a többi betétet helyezzük, a tanultak alapján. Erre merjük a forró levest. Végül a leves tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Ha az Ujházy-tyúklevest csészében tálaljuk, mártást és köretet nem adunk hozzá.

KIS HÚSFAZÉK (Petité marmite)

Húsleves
Tyúkleves
Főzés

Ajánlott anyaghányad

Marhahús - fartő	1,00 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Tyúk 1 db	1,50 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Só	0,02 kg
Petrezselyemgyökér	0,30 kg	Egész bors	0,005 kg
Zellergumó	0,20 kg	Zöldborsó	0,20 kg
Karalábé	0,10 kg	Kelvirág	0,20 kg
Kelkáposzta	0,10 kg	Gomba	0,20 kg
Velős csont	0,80 kg	Zsemle (pirításhoz)	10 db
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l		

A kis húsfazék különleges francia leves, amelyet marhahúsból és tyúkhúsból kell készíteni.

A megtisztított tyúkot, marhahúst, velős csontot a húsleveshez hasonlóan főzzük meg, félig. A húsokat, a velős csontot és a zöldségfélét kiemeljük a levesből. A levest pihentetjük, és szitán keresztülmerve leszűrjük. A velős csontot egy kevés húslevesben melegen tartjuk. A marhahúst felszeleteljük, a tyúkot feldaraboljuk, a főtt zöldségeket hasábokra vágjuk. Tűzálló levestálakba adagoljuk adagonként a húsokat, a darabolt zöldségeket, továbbá a zöldborsót, kelvirágrózsákat és a szeletelt gombát. Rámerjük a forró levest, és lefedjük a tűzálló tál tetejével. A tálakat vízzel felöntött tepsibe helyezzük. Azételt sütőben elkészítjük (kb. 3-4 órán át).

A kis húsfazekat saját levestálával együtt tálaljuk. A tálalás pillanatára a pirított zsemleszeletekre kenjük a forró velőt, amelyet megsóunk és meghintünk törött borssal. Ezt a levessel együtt szolgáljuk fel.

PETHES-LEVES (Pot-au-feu á la Pethes)

Húsleves
Főzés
Finommetélt
Ecetes torma

Ajánlott anyaghányad

Marhafartó	1,40 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Marhacsontvelő	0,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Só	0,02 kg
Petrezselyemgyökér	0,30 kg	Egész bors	0,005 kg
Zellergumó	0,20 kg	Zsemle (pirításhoz)	10 db
Karalábé	0,10 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Kelkáposzta	0,10 kg	Ecetes torma	5 adag
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforrálva)	6,00 l	<i>Finommetélthez:</i> Liszt	0,12 kg
		Tojás	1 db
		Só	0,01 kg

Hasonlóan készítjük, mint a húsleveset. Mielőtt teljesen elkészülne a leves, ujjnyi vastagra szeletelt csontvelőt adunk hozzá, készre főzzük. A finommetéltet megfőzzük. A levest levestálban tálaljuk. Először behelyezzük a szép szeletekre vágott marhafartót, a finommetéltet, a hasábokra vágott vegyes zöldséget, a benne főtt csontvelőkarikákat. Ezután rámerjük a forró, időközben zsírtalanított levest. A leves tetejét meghintjük finomra vágott metélőhagymával. Külön damasztzalvétába csomagolt pirított zsemleszeleteket és mártáscsészében ecetes tormát adunk hozzá.

ORJALEVES (Soupe hongroise aux côtes de porc)

Húsleves
Forrázás
Hasábokra darabolás
Lúdgége tészta

Ajánlott anyaghányad

Sertés gerincscsont	2,00 kg	Só	0,02 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Egész bors	0,01 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg	Torma	0,10 kg
Zellergumó	0,20 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Fokhagyma	0,01 kg	<i>Lúdgége tésztahoz:</i> Liszt	0,12 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforrálva)	6,00 l	Tojás	1 db
		Só	0,01 kg

A sertés egyben kicsontozott gerinccsontját orjacsontnak nevezzük, amelyen húst is hagyunk. Az orját az adagszámnak megfelelően darabokra vágjuk, leforrázzuk, és a húsleveshez hasonlóan készítjük el. Az egész borsot, a vöröshagymát, a fokhagymát fűszerzacskóba kötve helyezzük a levesbe, a leves elkészülte után kidobjuk. A lehabozott levesbe rakjuk a hasábokra vágott zöldségeket, megsózzuk, és lassan készre főzzük.

Tálaláskor az előmelegített levestálba először a húsos csontdarabokra helyezzük, rászedjük a külön kifőzött lúdgége tésztaát, majd rámerjük a forró levest a zöldségekkel együtt. Külön, frissen reszelt tormát adunk hozzá.

ÖKÖRUSZÁLYLEVES (híg) (Ox tail claire)

Húsleves

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Húsleveshez:

Marhahús	0,80 kg
Marhacsont ritka	0,40 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,15 kg
Karalábé	0,10 kg
Kelkáposzta	0,10 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Só	0,02 kg
Javasolt folyadék- mennyiség belére beforralva)	6,001

ököruszály leveshez:

ököruszály	1,50 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Zellergumó	0,10 kg
Zsír	0,05 kg
Egész bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Kakukkfű	0,005 kg
Borpárlat	0,051
Só	0,01 kg
Metélőhagyma	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (húslevesből készítve)	3,00 l

A faggyútól megtisztított, jól megmosott ököruszályt 2-3 cm-es darabokra vágjuk. A karikára vágott vegyes zöldséggel együtt tepsibe helyezzük. Ráöntjük a zsírt, és sütőbe helyezve gyakori kevergetéssel aransárgára pirítjuk. Az egészet fazékba öntjük, ügyelve arra, hogy a pirításhoz felhasznált zsír ne kerüljön bele. Felöntjük a kb. 3 l tartalmas húslevessel, majd fűszerzacskóban hozzáadjuk az egész borsot, a kakukkfűvet, a vöröshagymát, és lassan főzzük. Közben gondosan leszedjük a tetején összegyűlt zsiradékot. A főzést legalább 3-4 óráig lassan végezzük. Ha a leves elkészült, pihentetjük, majd leszűrjük vizezett konyharuhán keresztül. Ezután lezsírozzuk kanállal, majd papírszalvétával. Ha szükséges, sóval ízesítjük, és hozzáadjuk a borpárlatot, esetleg madei-

rabort. Közben a csontokról leszedjük a húst, a húslevesben főzött zöldségekből pedig mogyoró méretű golyókat vágunk ki, karalábévájó segítségével.

A húst és a kivájt zöldséggolyókat előmelegített levescsészébe szedjük, majd rámerjük a forró levest. Tetejére finomra vágott metélőhagymát adhatunk.

Ha a leszűrt ökörszályleves zavaros lenne, akkor az erőlevesnél tanult módon tojásfehérje és egy kevés paradicsompüré hozzáadásával derítjük, majd kellő lassú forralás és pihentetés után vizezett konyharuhán keresztül leszűrjük.

ÖKÖRSZÁLYLEVES (sűrített) (Ox-Tail-Lie)

Ökörszályleves (híg)

Száraz rántás

Ajánlott anyaghányad

Fenti levesmennyiség	3,00 l
Liszt	0,15 kg
Paradicsompüré	0,05 kg

A lisztből száraz rántást készítünk, és lehűtjük.

Az ismert módon elkészített ökörszálylevesből egy keveset, kb. 3 dl-t lemerünk, és kihűtjük, majd simára keverjük a paradicsompürével és a száraz rántással. Ezt a forrásban levő leveshez adjuk, amellyel jól összeforraljuk, szitán átszűrjük. A húst és a kivájt zöldséggolyókat előmelegített levescsészébe szedjük, majd rámerjük a forró levest.

NYÍRSÉGI GOMBÓCLEVES (Potage aux quenelles de Nyírség)

Főzés

Világos vajas rántás

Bátonokra darabolás

Burgonyagombóc

Ajánlott anyaghányad

Borjúhús	1,00 kg	Sárgarépa	0,25 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Zellergumó	0,10 kg
Gomba	0,10 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Zöldborsó	0,10 kg	Só	0,02 kg
Egész bors	0,005 kg	Citrom	1 db
Vaj	0,08 kg	Liszt	0,09 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Tejszín	0,20 kg
		Kelvirág	0,10 kg
		Javasolt folyadékmennyiség (felére beforralva)	5,00 l

Burgonyagombóchoz:

Burgonya	0,30 kg
Tojás	1 db
Liszt	0,10 kg
Só	0,005 kg
Zsír	0,02 kg

Burgonyagombócot készítünk. A borjúhúst kb. 1 x 1 cm-es kockákra, a zöldségfélét bátonokra, a gombát szeletekre vágjuk, a megtisztított, megmosott kelvirágot rózsáira szedjük.

A jól megmosott borjúhúst hideg vízben tesszük fel főni. Ha felforrt, tetejéről óvatosan lemerjük a habot kanállal. Hozzáadjuk az előkészített zöldségeket, majd kis vászonzacskóba kötve az egész borsot és vöröshagymát. A gombát kevés vajon puhára pároljuk. A húst és a zöldségeket majdnem puhára főzzük, a fűszerzacskót lapátkanállal kiemeljük a levesből. Világos vajas rántást készítünk finomra vágott petrezselyemzölddel, amellyel sűrítjük a levest, és hozzáadjuk a burgonyagombócokat, valamint a vajon párolt gombát. Lassan forraljuk, közben ízesítjük sóval, egy kevés átszűrt citromlével, majd hozzáadjuk a tejszínt, és készre forraljuk.

A levest forrón, előmelegített levescsészében tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a húsból, a zöldségekből és a burgonyagombócból. A leves tálalását óvatosan végezzük, mert a burgonyagombóc igen sérülékeny, könnyen összetörik.

JÓKAI-BABLEVES (Soupe d'haricots sec á la Jókai)

Tejfölös bableves

Ajánlott anyaghányad

Füstölt sertécsülök	1,20 kg	Liszt	0,12 kg
Sárgarépa	0,15 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zeller	0,10 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Só	0,02 kg	Tejföl	0,15 l
Zsír	0,08 kg	Debreceni kolbász	5 pár
Száraz bab	0,40 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	5,00 l

Csipetkéhez:

Liszt	0,12 kg	Só	0,01 kg
Tojás	1 db		

A füstölt sertéscsülköt hideg vízben alaposan lemossuk. A száraz babot a tanultak alapján időben beáztatjuk. A füstölt sertéscsülköt a beáztatott, előkészített száraz babbal és a tisztított egész zöldségekkel puhára főzzük. A zöldségeket ezután kiemeljük. A füstölt sertéscsülköt is kiemeljük. Lefedve melegen tartjuk. A levest a bablevesnél tanult módon sűrítjük, ízesítjük. Hozzáadjuk a lemosott debreceni kolbászt. Lassan készre forraljuk. A levesből kiemeljük a debrecenit. Kettévágjuk, sűrűn beirdaljuk. Egy kevés zsírban ropogósra sütjük.

A puhára főzött csülköt a csont eltávolítása után arányos részekre daraboljuk az adagszámnak megfelelően. Az előmelegített levestálba helyezzük a darabolt csülköket és a csipetkét. Rámerjük a forró bablevest. Tetejét meglocsoljuk tejföllel és paprikaszínnel. Az utolsó pillanatban személyenként fél pár kettévágott, ropogósra sütt debrecenit helyezünk a levesben lévő csülökre.

A Jókai-ablevest is tálalhatjuk csészében. Ebben az esetben a puhára főzött sertéscsülköt apró 5x5 mm-es kockákra vágjuk. A kockákra vágott sertéscsülköt a csipetkével együtt a csészébe helyezzük. Rámerjük a forró levest. Tetejét szintén meglocsoljuk tejföllel és paprikaszínnel. A debrecenit hosszában kettévágjuk, majd vékonyra felszeleteljük. Egy kevés zsírban gyorsan átpirítjuk, majd a levesbe helyezzük.

CSORBALEVES BÁRÁNYBÓL (Ciorbe de miel)

Legírozás

Ajánlott anyaghányad

Ciberéhez:

Kenyér (héjával együtt)	0,50 kg	Korpa	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		

Csorbaleveshez:

Bárányhús	1,00 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg	Zellergumó	0,20 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vaj	0,12 kg	Liszt	0,10 kg
Tojássárga	2 db	Tejszín	0,20 l
Citrom	1 db	Javasolt folyadék- mennyiség (ciberéié)	3,00 l

A csorbaleves alapja a leforrázott kenyérrel együtt langyos helyen erjesztett korpáié - a cibere. A kész cibereét leszűrjük, és ezzel készítik a csorbaleves különféle változatait.

A bárányhúst 1x1 cm-es kockákra daraboljuk. Ugyancsak így daraboljuk fel a sárgarépát, a petrezselyemgyökeret, a zellert.

A kockára vágott húst és zöldséget egy kevés vajon puhára pároljuk. Bőven meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, sózzuk, és felöntjük a ciberével. Lassan főzzük. Ha elkészült, vajas rántással sűrítjük, jól kiforraljuk. A tejfölt a tojássárgával összekeverjük. A legírozáshoz hasonlóan adjuk a leveshez.

A levest végül citromlével ízesítjük. A csorbaleves készíthető még csirkéből, pacalból, borjúhúsból, malacból.

PALÓCLEVES (Potage a la Palóc)

Pörköltalap

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Ürühús	1,00 kg	Zsír	0,12 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Babérlevél	2 db	Köménymag	0,005 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Burgonya	0,30 kg
Zöldbab	0,30 kg	Liszt	0,10 kg
Tejföl	0,30 l		
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l		
- burgonyához	1,00 l		
- zöldbabhoz	1,00 l		

Pörköltalapot készítünk. Beletesszük az 1 x 1 cm-es kockákra darabolt ürühúst. Sóval ízesítjük, egy kevés törött borssal, babérlevéllel, finomra darált köménymaggal és zúzott fokhagymával fűszerezünk. A húst fedővel lefedve rövid lében lassan pároljuk. Ha a hús zsírára sül, egy kevés vizet öntünk hozzá, és tovább pároljuk. A szakaszos zsírára sütést többször megismételjük. Közben az 1 x 1 cm-es kockára darabolt burgonyát sós vízben puhára főzzük. A 2 cm-es darabokra vágott zöldbabot sós vízben puhára főzzük. A puhára párolt ürühúshoz hozzáadjuk a burgonyát és a zöldbabot a levével együtt. Az egészet lassan forraljuk. Ha szükséges, sóval ízesítjük. Zsemleszínű rántást készítünk egy kevés fűszerpaprikával. Ezzel sűrítjük a levest. Jól kiforraljuk, majd a tanult módon tejfölözzük.

A forró levest előmelegített levestálban tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba egyformán tálaljunk húst, burgonyát és zöldbabot.

OLASZ ZÖLDSÉGLEVES (Minestra)

Pirítás

Metéltre (julienne-re) darabolás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Olasz zöldségleveshez:

Sárgarépa	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,30 kg
Zeller	0,20 kg
Kelkáposzta	0,30 kg
Karalábé	0,15 kg
Burgonya	0,40 kg
Só	0,03 kg
Császárszalonna	0,15 kg
Paradicsompüré	0,10 kg
Törött bors	0,002 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Spagetti	0,10 kg
Rizs	0,05 kg
Vöröshagyma	0,06 kg
Reszelt sajt	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l

Tartalmas csontlét készítünk. A császárhúst apró kockákra daraboljuk. Gyakori kevergetéssel lassan kiolvasztjuk a zsírtját. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, és üvegesre pírítjuk. Beletesszük a paradicsompürét vagy a forrázott és hámozott, cikkekre darabolt friss paradicsomot. Ezután a metéltre (julienne-re) vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellert, kelkáposztát, karalábét, burgonyát.

Az egészet fedővel lefedjük és - gyakori kevergetéssel - lassan puhára pároljuk. Közben sóval ízesítjük, törött borssal és finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezük. Az egészet felöntjük tartalmas csontlével. Lassan forraljuk. Mikor a leves majdnem elkészült, apróra tördelt spagettit és rizst adunk hozzá. Lassan készre főzzük a levest. A levest azért kell lassan főzni, hogy szép tiszta maradjon, ne legyen zsíros. A levest forrón, előmelegített csészékben tálaljuk. A reszelt sajtot külön adjuk hozzá, amelyet a vendég ízlésének megfelelően szór a levesbe. A legjobb, ha parmezán sajtot adunk az olasz zöldségleveshez.

FRANKFURTI LEVES (Potage de choux á la Francfort)

Csontlé

Zsemleszínű rántás

7. folyamatábra

FRANKFURTI LEVES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csontlé Zsír Vöröshagyma Kelkáposzta Fokhagyma Só Törött bors Majoránna Petrezselyemzöld	Zsírban pirított vöröshagymán puhára pároljuk a metéltre vágott kelkáposztát. Fűszerezük, majd csontlével felöntjük, puhára főzzük.	A párolással értékes íz- és zamatanyagokat kapunk. A harmonikus fűszerezéssel kidomborítjuk a leves jellegét.
Liszt Zsír	A levest zsemleszínű rántással sűrítjük, jól kiforraljuk.	A leves alapos kiforralása fontos: így kapjuk meg a kellő sűrűséget.
Virsli Tejföl	Az elkészített levesbe pirított virslikarikákat és tejfölt adunk. Forrón tálaljuk.	A virslikarikák és a tejföl adják a leves jellegét. A tejfölt a legirozashoz hasonlóan kell a leveshez adni, ellenkező esetben kipelyhesedhet.
POTAGE DE CHOUX À LA FRANCFORT		

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertécsont	0,50 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadékmennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Frankfurti leveshez:

Só	0,03 kg
Zsír	0,08 kg
Liszt	0,12 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Kelkáposzta	1,00 kg
Fokhagyma	0,005 kg
Törött bors	0,005 kg
Majoránna	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Virsli	0,30 kg
Tejföl	0,20 l
Javasolt folyadékmennyiség	3,00 l

A finomra vágott hagymát zsírban üvegesre pirítjuk. Hozzáadjuk az összezúzott fokhagymát és a vékony metéltre vágott kelkáposztát. Sóval ízesítjük, törött borssal, majoránnával, finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Egy kevés csontlét öntünk hozzá. Fedővel lefedjük, és lassan pároljuk. Időnként megkeverjük.

Ha a kelkáposztát félig puhára pároltuk, felöntjük csontlével. A levest lassan főzzük. Zsemleszínű rántással sűrítjük. A levest, ha szükséges, újból ízesítjük. A virsliről a bőrt lehúzzuk, vékony karikákra vágjuk. Egy kevés forró zsírban a virslikarikákat gyorsan megpirítjuk. A virslikarikákat a lassú forrásban levő leveshez adjuk. Lassan forraljuk, ha szükséges, újból ízesítjük. Az elkészített levesbe belekeverjük a tejfölt. A levest forrón tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy minden levesbe egyformán kerüljön pirított virslikarika.

A leves úgy is készíthető, hogy a virsli hozzáadása előtt a levest szitán áttörjük. Habverővel simára keverjük. Ezután adjuk hozzá a pirított virslikarikákat.

FRANCIA ZÖLDSÉGLEVES (Potage garbure)

Metéltre (julienne-re) vágás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Borjúcsont	0,50 kg	Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l		

Francia zöldségleveshez:

Fejes káposzta	0,20 kg	Kelkáposzta	0,20 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Petrezselyemgyökér	0,10 kg
Zellergumó	0,10 kg	Karalábé	0,10 kg
Póréhagyma	0,15 kg	Vajbab	0,08 kg
Zöldborsó	0,05 kg	Kelvirág	0,10 kg
Kelbimbó	0,05 kg	Só	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Majoránna	0,005 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Libacomb	0,60 kg	Zsemle	5 db
Sajt	0,20 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

Franciaországban nagyon közkedvelt leves. Az idénynek megfelelő zöldségfé-

lékből készítik. A metéltre vágott fejes káposztát, a kelkáposztát, a sárgarépat, a petrezselyemgyökeret, a zellert, a karalábét, a karikára vágott póréhagymát, a kifejtett vajbobot, a zöldborsót, a rózsáira szedett kelvirágot, a félbevágott kelbimbót vajon pároljuk.

Sóval ízesítjük, törött borssal, kakukkfűvel, majoránnával, finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Felengedjük csontlével, és lassan főzzük.

A levesbe megsütött libacombokat (confit d'oie) vagy malacfarkat, esetleg füstölt kolbászt is belefőzhetünk.

Tálalás előtt a zöldségek egy részét szűrőkanállal kiemeljük a levesből, jól lecsepegtetjük. Szárazon pirított zsemleszeletekre helyezzük a zöldségeket. Tetejére reszelt sajtot hintünk, és szalamanderban pirosra sütjük.

A forró levest levestálba merjük a benne főtt, kockákra darabolt húsokkal együtt. A frissen pirított zsemleszeleteket mellé tálaljuk.

BORSCSLEVES (Bortsch á la russe)

Húsleves

Csontleves

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

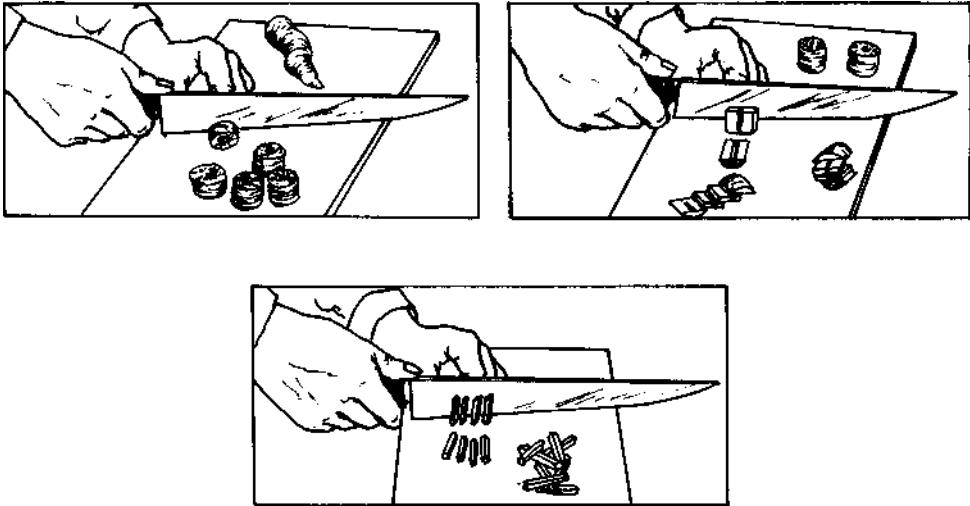
Csontléhez:

Marhacsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyöker	0,15 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforralva)	6,00 l

Borscsleveshez:

Marhafartó	0,50 kg
Liszt	0,08 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Torma	0,05 kg
Egész bors	0,005 kg
Só	0,03 kg
Babérlevél	1 db
Ecet	0,03 l
Tejföl	0,30 l
Cékla	0,30 kg
Fejes káposzta	0,25 kg
Zsír	0,08 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

Először csontlevest készítünk. A csontlevest leszűrjük, majd a behelyezett marhafartót puhára főzzük. Mind a csontié készítéséhez, mind a marhafartó puhára főzéséhez csak sót és egész borsot használunk. Mialatt a marhafartót lassan főzzük, elkészítjük a többi anyagot is. A fejes káposztát megtisztítjuk, megmossuk, 2x2 cm-es kockákra daraboljuk. A zöldségeket - sárgarépa,



63. ábra. Sárgarépa hasábokra (bátonokra) darabolása

petrezselyemgyökér, zeller - és a céklát megtisztítjuk, és lemossuk. A zöldségeket és a céklát 0,5 cm vastag és kb. 2 cm hosszú hasábokra - bátonokra - daraboljuk (63. ábra).

A marhafartó főzőlevéhez adjuk a bátonokra darabolt zöldségeket, a céklát, a káposztát, és fedő alatt puhára főzzük. A puhára főzött marhafartót kiemeljük a főzőléből, és kockákra daraboljuk. Világos rántást készítünk, amiben egy kevés finomra vágott vöröshagymát is pirítunk. A rántással sűrítjük a főzőlevet, amibe visszarakjuk a kockára darabolt marhafartót. Lassan forraljuk, ízesítjük sóval, kevés ecettel. Babérlevelet is adunk hozzá. Végül hozzáadjuk a reszelt tormát, és tanult módon tejfölözzük. Ha a leves nem lenne szép rózsaszínű, nyers céklalevet adunk hozzá.

A levest forrón, előmelegített tálalóedényben tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy mind a főtt marhafartóból, mind a zöldségekből arányosan tálaljunk minden adagba.

FRANCIA HAGYMALEVES (Soupe á l'oignon gratiné)

Csontié

Lisztiszórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont 0,50 kg

Sárgarépa 0,30 kg

Petrezselyemgyökér 0,25 kg

Zellergumó 0,20 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség

(felére beforralva) 6,00 l

Francia hagymaleveshez:

Vöröshagyma	0,60 kg	Zsemle	2 db
Póréhagyma	0,35 kg	Ementáli sajt	0,30 kg
Vaj	0,10 kg	Javasolt folyadék-	
Liszt	0,10 kg	mennyiség	
Só	0,03 kg	(csontléből készítve)	3,001

A szeletekre vágott vöröshagymát és a póréhagymát vajon aranysárgára pirítjuk. Meghintjük liszttel, felengedjük, jól kiforraljuk. Zsúrkenyérből vagy zsemleléből 3-4 mm vastag szeleteket vágunk. Sütőben aranysárgára pirítjuk. Az elkészített forró levest levestálba vagy csészébe merjük.

A leves tetejére helyezük a pirított zsúrkenyér- vagy zsemleszeleteket. Tetejét meghintjük reszelt ementáli sajttal. Szalamanderban pirosra sütjük. Azonnal, forrón tálaljuk.

SZOLJANKA (Soupe soljanka)

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Metéltre (julienne-re) darabolás

Ajánlott anyaghányad

Savanyú káposzta	0,40 kg	Fehérbor	0,10 l
Füstölt szalonna	0,08 kg	Paradicsompüré	0,05 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Só	0,01 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zellergumó	0,15 kg	Kapribogyó	0,03 kg
Gomba	0,05 kg	Babérlevél	2 db
Ecetes uborka	0,10 kg	Citrom	1 db
Javasolt folyadék-		Tejföl	0,301
mennyiség		Virslit	0,30 kg
(felére beforralva)	5,00 l		

A savanyú káposztát megkóstoljuk és ha szükséges, kissé átmoszuk, majd átvágjuk. Az apró kockákra vágott szalonnát kiolvasztjuk, hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, lepirítjuk. Hozzáadjuk a metéltre vágott vegyes zöldséget, a szeletelt gombát, a savanyú káposztát, a metéltre vágott uborkát. Lassan pároljuk, majd zúzott fokhagymát, kápribogyót, olajbogyót, babérlevelet, néhány citromszeletet teszünk bele.

Vízzel felengedjük, uborkalevet adunk hozzá, és lassan főzzük. Közben virslit karikára vágunk, és a leveshez adjuk.

A kész levest előmelegített tálalótálba merjük, ügyelve arra, hogy minden

adagba arányosan kerüljön minden anyagból. Egy kanál tejfölt adunk még hozzá.

A szoljanka készülhet még virsli helyett hússal, szárnyassal vagy hallal is.

SÖRLEVES (Soupe á la bière)

Fűszerkivonat

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Liszt	0,04 kg	Vaj	0,03
Sör	2,00 l	Só	0,01
Cayenne-i bors	0,005 kg	Cukor	0,03 kg
Tejszín	0,201	Tojássárga	2 db

Fűszerkivonathoz:

Fehérbor	0,201	Szegfűszeg	0,005 kg
Fahéj	0,005 kg	Citrom	1 db

A fűszerkivonatot elkészítjük, majd leszűrjük, és a sörrel együtt fölforraljuk. Elkészítjük a világos, vajas rántást, amelyet fölengedünk a sörrel, és kiforralunk. Közben a levest ízesítjük cayenne-i borssal, cukorral, majd átszűrjük. Legírozunk, montírozzuk. Sokáig nem tartható melegen, ezért jobb, ha kb. 10 adagonként készítjük.

Előmelegített csészébe merjük a levest.

BORLEVES (Soupe de vin)

Fűszerkivonat

Ajánlott anyaghányad

Borleveshez:

Fehérbor	1,00 l
Cukor	0,15 l
Tojássárga	6 db
Liszt	0,05 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (víz)	1,00l

Fűszerkivonathoz:

Szegfűszeg	0,005 kg
Fahéj	0,005 kg
Citrom	1 db
Fehérbor	0,201

A fehérbort és vizet 1 : 1 arányban összekeverjük. A habüstben a cukrot, a lisztet tojássárgával és egy kevés, még hideg hígított borral simára keverjük. Hozzáöntjük a leszűrt fűszerkivonatot, és a hígított, időközben felforralt bort.

A habüstöt vízfürdőbe állítjuk és a tartalmát forrpontig, tehát kihabosodásig,

sűrűsödésig habverővel állandóan keverjük. Készítés közben ügyeljünk arra, hogy a víz ne forrjon fel.

A kész levest azonnal, előmelegített porceláncsészében tálaljuk. A borleves befejezését a tálalás időpontjához kell időzíteni, mert csak rövid ideig tartható melegen.

4. Különleges levesek

A különleges levesek jellemzője, hogy egy adagba általában 0,8 dl-t tálalunk, kisméretű, előmelegített porceláncsészében, amelyet saját tetejével fedünk be.

Ezek a levesek hozzánk konzerv formájában érkeznek, de lehetőség van arra, hogy egy kevés jó minőségű erőlevest, borpárlatot, madeirabort is adjunk hozzájuk.

Tálalásuknál a következőkre kell különös gondot fordítani:

- a porceláncsésze forró legyen;
- a leves forró legyen;
- a levesben található eredeti betéteket arányosan adagoljuk minden csészébe;
- itt különösen fontos a gyors felszolgálás, mert a kis mennyiségű leves gyorsan lehűl.

A különleges levesek az alábbiak lehetnek:

- Fecskefészekleves,
- Cápauszonyleves,
- Kengurufarok-leves,
- Teknősbékaleves.

5. Levesbetétek

MÁJGOMBÓC (Gnocchi au quenelles de foie)

Ajánlott anyaghányad

Borjú- vagy sertésmáj	0,25 kg	Só	0,03 kg
Zsemle	2 db	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Majoránna	0,005 kg
Tojás	2 db	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vöröshagyma	0,03 kg	Liszt	0,03 kg

A májat megdaráljuk. A zsemleket vízbe beáztatjuk, majd megduzzadás után kinyomkodjuk. A tojásokat lemossuk, majd egyenként felütjük, hogy meggyőződjünk használhatóságukról. Keverőtálba rakjuk a darált májat, a kinyomott zsemleket, a tojásokat. Hozzáadjuk a sót, a törött borsot, a majoránna.

A vöröshagymát finomra vágjuk, sertézsírban aranyárgára pírítjuk, majd lehúzzuk a tűzhelyről. Hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet. Gyorsan elkeverjük fakanállal, és azt fogjuk tapasztalni, hogy a finomra vágott petrezselyemzöld színanyagai kioldódtak a sertézsírban.

Ez az eljárás rendkívül fontos az ételkészítésben. Az ételek kellemes színéhez, illatához a zsírban kioldott természetes színanyagok is hozzájárulnak.

A keverőtálba öntjük a vöröshagymát, illetve petrezselyemzöldet is. Mindent alaposan összekeverünk fakanállal, és fél óráig pihentetjük.

Sós főzőlevet készítünk nagy lábasban. Kb. 2 cm átmérőjű gombócokat formázunk vízbe mártott kézzel. Néhány gombócot a főzőlébe helyezünk, majd fedővel lefedjük a lábast és főzzük. Ezt nevezzük próbafőzésnek. Ha a próbafőzésnél azt tapasztaljuk, hogy a gombócok szétesnek, akkor lisztet kell a gombóc anyagához keverni. Ha túl kemény, akkor egy kevés zsírt. Ezután a gombócokat egyszerre rakjuk a főzővízbe. A főzőlevet nem szabad erősen forralni, mert a gombócok sérülhetnek, esetleg széteshetnek. A lábasban levő gombócokat időnként óvatosan felkeverjük, nehogy összetömörüljenek a lábas alján.

Elvégezzük a gombócok ellenőrzését. Ha a kettévágott gombóc színe, vágási felülete egységes, kissé rugalmas állományú, a főzést befejezzük. A gombócokat levesszük a tűzhelyről, és a főzőlében tartjuk tálalásig. Ezalatt a gombócok kissé megduzzadnak, ami együtt jár a gombócok állományának kismértékű felpuhulásával is.

Nagyobb mennyiség készítésekor előre megformázzuk a gombócokat, és sütőlemezre helyezük egymás mellé.

A befőzést egyszerre végezzük. A májgombócokat szűrőkanállal emeljük ki a főzőléből úgy, hogy ne törjenek össze.

Ugyanebből az alapanyagból galuskát is készíthetünk, illetve formázhatunk. (Lásd daragaluska-formázás)

DARAGALUSKA (Quennelles de semoule)

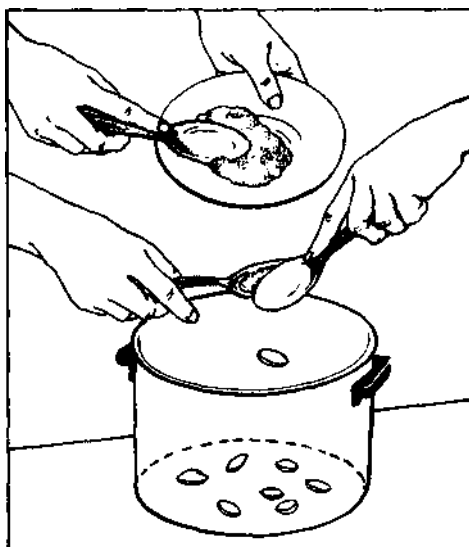
Ajánlott anyaghányad

Búzadara	0,20 kg	Só	0,01 kg
Zsír	0,10 kg	Tojás	2 db

A nyersanyagokat pontosan kimérjük. A búzadarát átszitáljuk. A hideg zsírt keverőtálban fakanállal jól elkeverjük, majd hozzáadjuk az egész tojásokat is. Ezzel tovább keverjük. Megsózzuk, majd hozzáadjuk a búzadarát is. Az egészet összekeverjük, és legalább fél óráig pihentetjük.

A főzőlevet elkészítjük, és megsózzuk. A galuskákat beszagatjuk a főzőlébe. Az evőkanalat a forrásban levő vízbe mártjuk és a galuskákat hosszúkás alakúra megformázzuk.

A művelet két kanállal is végezhető. Az egyik kanálban levő daragaluska



64. ábra. Daragaluskák vízbe szaggatása

tésztából egy másik - forró vízbe mártott - kanállal alakítjuk ki a daragaluskát (64. ábra).

A vizet ne forraljuk erősen, mert a galuskák egymásnak ütődnek, és összetörnek. A főzést tehát lassú tűzön végezzük. A lábast időnként nagyon óvatosan mozgassuk meg. Erre azért van szükség, hogy a daragaluskák ne tömörüljenek össze a lábas fenekén. A daragaluskák felpuhulását ellenőrizni kell. Ha az átvágott daragaluska belsejében nem találunk nyers részt, a daragaluskák felpuhultak, a főzést befejezzük. Ezután saját főzőlevében tartjuk melegen tálalásig.

A daragaluskákat szűrőkanállal emeljük ki a főzőléből úgy, hogy azok ne törjenek össze.

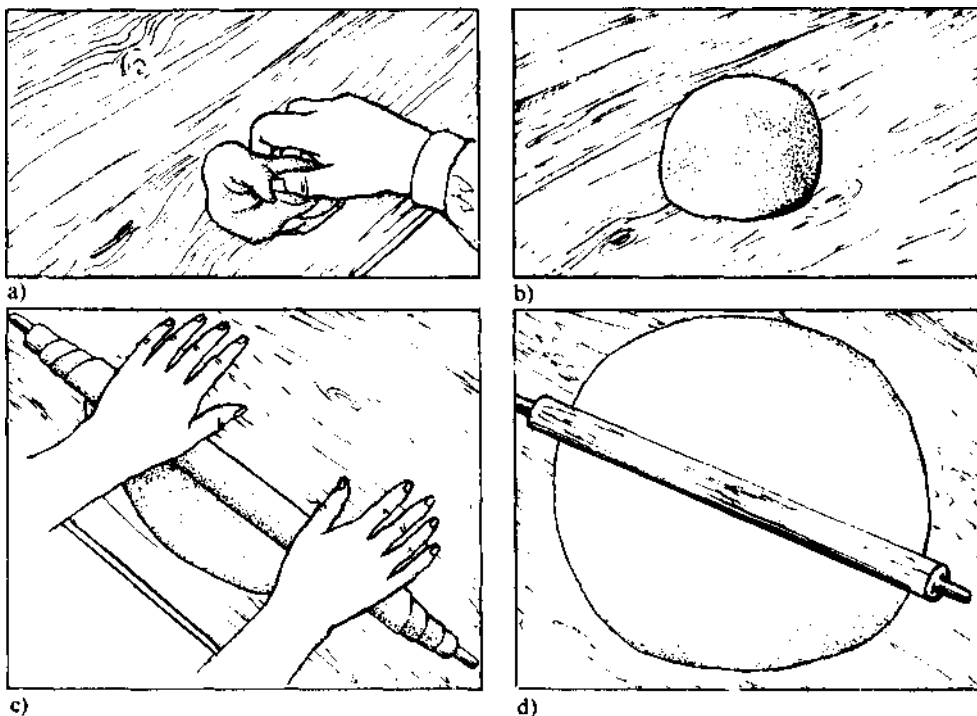
GYÚRT TÉSZTA

Ajánlott anyaghányad

Liszt	0,12 kg	Só	0,01 kg
Tojás	1 db		

Levesbetétnek csak tojással, víz nélkül gyúrt tésztákat készíthetünk. Ez növeli a levesek élvezeti és tápértékét.

A lisztet megszitáljuk. A tojásokat lemoszuk, majd egyenként felütjük, hogy használhatóságukról meggyőződjünk. A lisztet a nyújtótábla közepére öntjük. Közepébe mélyedést készítünk, ahová beleöntjük a tojásokat. A tojássárgáját a tojásfehérjével összekeverjük, majd folyamatosan összedolgozzuk a liszttel.



65. ábra. Gyúrt tészta készítése

- a) Gyúrt tészta kidolgozása
- b) Gömbölyűre formázott cipó pihentetése zsírral lekenve
- c) Gyúrt tészta sodrása
- d) Kisodort gyúrt tészta

A csomós, egyenetlen tésztát gyúrással alaposan kidolgozzuk. A tészta sima és csomómentes legyen. A tészta akkor kezelhető jól, ha állománya sem túl puha, sem túl kemény. A kidolgozott tésztából gömbölyű cipókat alakítunk ki. A felületüket zsírral vékonyan bekenjük, és konyharuhával letakarva pihentetjük. Zsírral azért kenjük be a tésztát, mert különben felülete kiszárad. A tészta pihentetésére azért van szükség, mert a frissen összegyúrt tészta még kemény és nem nyújtható, illetve sodorható.

A pihentetett cipókat ezután kinyújtjuk. A sodrófával vékonyított, nyújtott tésztát állandóan forgatjuk, hogy vastagsága egyenletes, formája kör alakú legyen (65. ábra).

A nyújtáshoz minimális mennyiségű lisztet használunk, mert a szikkadáskor ez repedezetté teszi a tészta felületét, és főzéskor könnyebben összetapad.

A kb. 3 mm vastagságúra nyújtott tésztát a sodrófára tekerjük, és hajszálvékonyra sodorjuk.

Az elvékonyított tésztát tiszta konyharuhán szikkasztjuk. Az így előkészített

tészta sokféle leves betéteként használható fel. A kinyújtott gyúrt tésztából készíthetünk még meleg előételeket és éttermi melegtésztákat.

FINOMMETÉLT (Vermicelle)

Gyúrt tészta

A szikkasztott, de még hajlítható tésztát felcsavarjuk a sodrófára és hosszában éles késsel végigvágjuk.

Ezután a tésztaalapokat hosszában félbehajtjuk, majd hajszálvékony metéltet vágunk belőle. Gyakran előforduló hiba, hogy a tészta összeragad, mivel a tésztát szükségtelenül összenyomjuk, vagy életlen késsel végezzük a darabolást.

A feldarabolt tésztát bő, sós vízben megfőzzük. Amikor a tészta a víz felszínére feljön, akkor elkészült. A tésztát azután leszűrjük, hideg vízzel alaposan leöblítjük. A leves tetejéről leszedett zsiradékkal összekeverjük.

EPERLEVÉL (Fraise bande de pâte)

Gyúrt tészta

A vékonyra kinyújtott tésztát derelyevágóval kis, ferde négyszögekre daraboljuk. Húslevesben, csontlevesben tálalhatjuk.

LÚDGÉGE TÉSZTA (Pâte gesier d'oie)

Gyúrt tészta

Jellegzetes magyaros levestészta. Az eperlevélhez hasonlóan daraboljuk fel a gyúrt tésztát. A tészta darabokat erre a célra szolgáló recés deszkán tollszárszerű fapálcikával összezsavarjuk. A tészta kívülről recés lesz, és alakja a lúdgégéhez hasonlít.

Falusi lakodalmi ebédek kedvelt levesbetétje.

RESZELT TÉSZTA (Pate rapée)

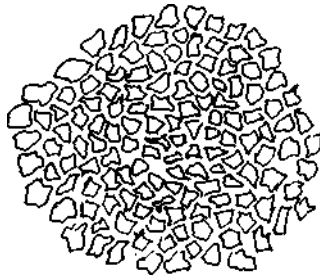
Gyúrt tészta

A szokásosnál jóval keményebb tésztát gyúrunk. A tésztát nem nyújtjuk ki, hanem nagyobb lyukú reszelőn lereszeljük. Kifőzzük és a finommetélthez vagy az eperlevélhez hasonlóan húslevesben, csontlevesben stb. tálaljuk.

LEBBENCSTÉSZTA (Pâte lebbencs)

Gyúrt tészta

A vékonyra kisodort gyúrt tésztát megszáritjuk, majd kisebb - szabálytalan - darabokra tördeljük (66. ábra). Ezzel a tésztával készítjük a lebbencsleves.



66. ábra. Szikkasztott lebbenctészta

CSIPETKE (Pâte mince hongroise)

Reszelt tészta

A jó kemény gyúrt tésztát a megfelelő pihentetés után 2-3 mm vastagságúra nyújtjuk. Kézzel apró darabkákra csipegetjük, hogy nagysága a rizsszemhez hasonlítson. A tésztát megfőzzük, a csipetkét gulyáslevesbe, bográcsgulyásba adjuk betétként.

TOJÁSKOCSONYA (Royal)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	4 db	Só	0,005 kg
Egész tojás	1 db	Szerecsendió	0,005 kg
Tej	0,1 l	Vaj	0,02 kg

A tojássárgáját és az egész tojást a hideg tejjel, a sóval, a reszelt szerecsendióval jól összekeverjük, habverő segítségével. Magas peremű tűzálló tálal kivajazunk, majd finom szitán keresztül beleszűrjük az összekevert anyagokat. A tálal lefedjük a tetejével, és félig vízzel telt lábasba ún. vízfürdőbe - tesszük. Fedővel lefedjük. A lábast óvatosan a sütőbe helyezzük, és kb. 20 percig gőzöljük. Ez azt jelenti, hogy a lábasban levő víz hőmérséklete csak 70-80 °C-os lehet, tehát nem forrhat.

A gőzölés kíméletes hőbehatási eljárás. Az értékes tápanyagok kioldódása, a vitaminok károsodása egészen kis mértékű. A gőzölés másik módja, amikor az előkészített anyagokat - elsősorban zöldségfélét, szárnyashúst, halfilét - egy lyukakkal sűrűn ellátott betétbe tesszük. Ezt nagyobb edénybe helyezzük. Az edényt lezárjuk, és a keletkező gőzben az anyagokat puhára gőzöljük.

Gőzöléssel készítik a tojás kocsonyán kívül a pástétomokat, a felfújtakat, a vargabélest stb. is.

A gőzölés végezhető gőzölőszekrényben is. Itt pontosan beállítható a gőznyomás és a gőzölési idő is.

Amennyiben a víz felforr, a tojáskocsonya lyukacsos lesz. Ha a tojáskocsonya elkészült (tehát állománya megszilárdult), akkor kivesszük a sütőből. Késsel körbevágjuk, majd edénnyel együtt bő hideg vízbe tesszük. A hőkülönbség és az alaposan végzett kivajazás eredményeképpen a tojáskocsonya elválk az edény falától. A tojáskocsonyát a teljes kihűlésig hagyjuk a hideg vízben. Azután óvatosan zsírpapírral borított vágódeszkára helyezzük, és 5 x 5 mm-es kockákra daraboljuk. A kockákat bő hideg vízben átmoszuk, gyakran váltott, illetve leöntött vízben. Erre azért van szükség, mert a vágáskor apró törmelékek keletkeznek, illetve tapadnak a tojáskocsonya oldalaihoz. így előfordulhat, hogy a gondosan elkészített kristálytisztá erőleves zavaros lesz a szakszerűtlenül kezelt tojáskocsonyától.

RÁNTOTT BORSÓ (Pâte pois frites)

Ajánlott anyaghányad

Liszt	0,07 kg	Tojás	1 db
Só	0,01 kg	Tej	0,1 l
Olaj	0,50l		

A tojást, a tejet, a lisztet, a sót habverővel habüstben jól összekeverjük, hogy sűrű palacsintatészta-szerű legyen. Mély serpenyőben olajat melegítünk, s ha az forró, felfelé fordított reszelőn keresztül belecsepegtetjük a tésztát. Ha a tészta-szemek pirosra sülték, lapátkanállal csepegtetőrácsra szedjük.

TÜDŐS TÁSKA (Pochettes de mou)

Ajánlott anyaghányad

Sertéstüdő	0,20 kg	Só	0,01 kg
Zsír	0,04 kg	Törött bors	0,005 kg
Tojás	3 db	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Csontleves	0,10 l	Liszt	0,20 kg
Tojás (kenéshez)	1 db		

A tüdőt vízben puhára főzzük, majd hidegen ledaráljuk. Finomra vágott vöröshagymát zsírban megpirítunk, beletesszük a tüdőt, a fűszereket, a finomra vágott petrezselyemzöldet, s az egészet lepirítjuk, majd egy kevés liszttel meghintjük, egy kevés levessel felforraljuk, és 1 tojást keverünk hozzá, hogy jó sűrű töltelékot kapjunk. A többi tojásból levestésztát gyúrunk, és vékonyra kinyújtjuk, mint a finommetéltet. A kinyújtott tésztaalapot behajtjuk, ezáltal kétfelé

osztjuk. A tészta egyik felére kis halmokat helyezünk a tüdővagdalékból. A közőket tojással megkenjük, a tésztalevél másik felét ráhajtjuk, és derelyevágóval feldaraboljuk, majd a táskákat sós vízben vagy levesben kifőzzük. Lehet úgy is készíteni, hogy a tészta egy sor halmot rakunk, megkenjük tojással a közőket, ráhajtjuk a tészta, megnyomkodjuk, és kerek kiszúróval kis félholdakat szúrunk ki belőle.

PISKÓTATEKERCS (Roulade)

Ajánlott anyaghányad

Tojás	2 db	Liszt	0,08 kg
Só	0,01 kg	Zsír	0,01 kg

A tojásfehérjéből kemény habot verünk, óvatosan hozzávegyítjük a lisztet, adunk hozzá egy picit sót, és zsírral megkent és lisztezett tepsiben vékonyra kenve megsütjük.

Töltjük: májjal, sonkával, velővel, gombával, sajttal, majd föltekerjük, és kb. 1 cm széles szeletekre vágjuk. Külön tálpapírral ellátott fémtálcára helyezve adjuk az erőleves mellé.

VELŐGOMBÓC (Quenelles de cervelles)

Ajánlott anyaghányad

Sertésvelő	0,20 kg	Tojás	1 db
Vaj	0,03 kg	Tojássárga	1 db
Só	0,01 kg	Zsemlemorzsa	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Törött bors	0,005 kg

A borjú- vagy sertésvelőt vízben hártájától megtisztítjuk és leforrázzuk, utána ruhára tesszük, majd összevagdaljuk. Vajban megpirítjuk, fűszerezük, hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet és az egész tojással, a tojássárgájával és annyi zsemlemorzsával keverjük össze, hogy kis gombócokat tudjunk formázni belőle. Forró levesben vagy sós vízben kifőzzük. Ebben tartjuk melegen tálalásig.

FINOM ZSEMLEGOMBÓC (Quenelles de pain)

Ajánlott anyaghányad

Zsír	0,05 kg	Zsemle	2 db
Tojás	1 db	Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó		

Az egyik zsemlét beáztatjuk, kicsavarjuk, a másikat apró kockákra vágjuk. A finomra vágott vöröshagymát lepirítjuk. A zsírt és a tojást tálban jól elkeverjük, hozzákeverjük az áztatott zsemlét, a kockákra vágott zsemlét, a pirított vöröshagymát és a fűszereket. Apró gombócokat formálunk belőle, és gyengén sózott vízben vagy forró levesben kifőzzük. Ebben tartjuk melegen tálalásig. Hús- vagy ragulevesbe adhatjuk.

SŐBERL

Ajánlott anyaghányad

Tojás	3 db	Liszt	0,06 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Só	0,01 kg

A 3 tojásfehérjét kemény habbá verjük, ezután a sárgáját, finomra vágott petrezselyemzöldet, 6 dkg lisztet és egy csipetnyi sót keverünk hozzá. Kikent, kilisztezett tepsire kisujjni vastagságúra kenjük, és megsütjük. Apró téglalapokra vágva adjuk a leveshez.

MACESZGOMBÓC (Quenelles de pain azyme)

Ajánlott anyaghányad

Macesz	0,15 kg	Libazsír	0,08 kg
Tojás	2 db	Vöröshagyma	0,05 kg
Só	0,01 kg	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Gyömbér	0,005 kg

A macesz felét beáztatjuk, a másik felét finomra törjük. A zsírt habosra keverjük, beletesszük a tojást, a finomra vágott, pirított vöröshagymát, a finomra vágott petrezselyemzöldet, a fűszereket és végül a finomra tört maceszt. Ezután jól összekeverjük. Fél óráig pihentetjük, vizes kézzel kis gombócokat készítünk belőle. Sós vízben vagy húislevesben, lefedve 20-30 percig lassan főzzük.

APRÓ TÉSZTAFÁNK (Profiterolles)

Ajánlott anyaghányad

Víz	0,041	Zsír	0,04 kg
Liszt	0,04 kg	Tojás	1 db
Só	0,005 kg		

Először lisztpépet készítünk. A vizet a sóval, zsírral fölforraljuk, hozzáadjuk a lisztet állandóan kevergetve, addig amíg el nem válik az edény falától. Levesz-

szük a tűzhelyről, és hozzákeverjük a tojást. Csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük és zsírozott, lisztezett sütőlemezre apró félgömböket fecskendezünk, sütőben lassan megsütjük, szárítjuk. Kettévágva tölthető libamájpuréval, vadhúspuréval.

PALACSINTAMETÉLT (Fridattó)

Ajánlott anyaghányad

Tojás	1 db	Só	0,01 kg
Liszt	0,09 kg	Tej	0,05 l
Szódavíz	0,10 l	Olaj	0,10 l

A palacsintához előírt anyagokat habüstben habverővel csomómentesre keverjük, majd megsütjük. Minden palacsintát leitatunk az olajtól papírszalvétával. Ha van rá lehetőség, akkor süssük teflonedényben. Mindkét esetben arra kell törekedni, hogy minél kevesebb olaj maradjon a palacsintákon, mert az feljön az erőleves tetejére.

BURGONYAGOMBÓC (Quenelles de pommes de terre)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	0,50 kg	Liszt	0,17 kg
Tojás	1 db	Zsír	0,05 kg
Só	0,01 kg		

Az alaposan megmosott burgonyát héjában megfőzzük, lehűtjük, meghámozzuk, majd szitán áttörjük, összedolgozzuk a többi anyaggal, és apró, diónyi méretű gombócokat formázunk belőle, majd levesbe főzzük vagy sós vízben kifőzzük.

FÁSGALUSKA (Noquelettes)

Ajánlott anyaghányad

Hús (színhús)	0,30 kg	<i>Lisztpéphez:</i>	
Só	0,01 kg	Víz	0,04 l
Törött bors	0,005 kg	Zsír	0,04 kg
Tojás	2 db	Liszt	0,04 kg
Tejszín	0,10 l	Só	0,005 kg
		Tojás	1 db

Lisztpépet készítünk az ismert módon. A húst - amely lehet szárnyas-, vadhús, borjú- vagy sertéshús - többször megdaráljuk, majd szitán áttörjük. Hozzá-

adjuk a lisztpépet, a sót, a törött borsot, a tojást, egy kevés tejszínt, és alaposan összekeverjük. Az apró májgaluskához hasonlóan formázzuk. Zománcozott, vaj ázott tepsibe helyezük egymás mellé a fásgaluskákat. Egy kevés tartalmas csontlevet öntünk rá, és lefedve sütőbe helyezük, lassan megpároljuk.

RIZS (Riz)

Ajánlott anyaghányad

Rizs 0,12 kg Só 0,01 kg

A kiválogatott, megmosott rizst kb. 2 liter sós vízben puhára főzzük. Leszűrjük, többször leöblítjük.

VAJAS GALUSKA (Gnocchi au beurre)

Ajánlott anyaghányad

Tojás 3 db Liszt 0,15 kg
Vaj 0,10 kg Só 0,01 kg

A vajas galuskához a vaját habosra keverjük keverőtálban. Hozzáadjuk egyenként az egész tojásokat, és mindegyiket eldolgozzuk. Sózzuk, belekeverjük a lisztet. A vajas galuskát a galuskához hasonlóan deszkáról szaggatjuk a levesbe, késsel. Főzési próbát végzünk a galuskánál tanultak alapján. Ha a vajas galuska tésztaját lágynak találjuk, egy kevés lisztet, ha keménynek, egy kevés vajat adunk hozzá. Nagyobb mennyiség esetén a vajas galuskát külön is kifőzhetjük.

Kérdések:

1. Milyen sűrítési eljárásokat tanultunk meg a levesek készítésénél?
2. Milyen hőbehatási eljárásokat tanultunk meg a levesek készítésénél?
3. Milyen levescsoportokról tanultunk?
4. Hogyan készítjük a húslevest?
5. Hogyan készítjük a gulyáslevest?
6. Hogyan készítjük az erőlevest?
7. Hogyan készítjük a zöldborsólevest?
8. Hogyan készítjük a zellerkrémlevest?
9. Hogyan készítjük a hideg meggylevest?
10. Hogyan készítjük az orosz borscslevest?
11. Hogyan rendszerezzük a leveseket?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A híg leveseket mindig lassan, egyenletesen kell főzni, hogy ne legyenek zavarosak!
2. A nyersanyagokat mindig egyenletes nagyságúra daraboljuk fel!
3. Ügyeljünk a rántások pirítására, hogy az megfeleljen az étel jellegének!
4. A sűrített leveseket jól forraljuk ki!
5. A meleg leveseket forrón, a hideg leveseket jól lehűtve tálaljuk!

V. Főzelékek

A főzelékek fontos szerepet töltenek be táplálkozásunkban, mivel sokféle vitamint és ásványi sót tartalmaznak. Megfelelően egészségítik ki húsból készült ételinket, rostanyagtartalmuk előnyösen befolyásolja az emésztést.

A főzelékféle meghatározó része egy ételsornak, ha hússal vagy egyéb hozzávalóval, töltött vagy rétegezett formában készítjük. Nagyon fontos, hogy minden ételsor tartalmazzon valamilyen főzeléket.

A főzelékeket készíthetjük:

- konzervből, amelyek nem igényelnek főzést. A konzervet levélvel együtt használjuk fel, ha az megfelelő minőségű és nem torzítja a főzelék ízhatását;
- mélyhűtött alapanyagból, amelyet nem engedünk kiolvadni, hanem még fagyott állapotban tesszük a főzővízbe, illetve kezdjük a párolást, főzést;
- leggyakrabban friss zöldségféléből. Tisztításuk után a mosást igen gondosan végezzük!

A darabolt anyag minden esetben tetszetős és egyenletes legyen. Ügyeljünk arra, hogy a főzelékek alapanyagát ne főzzük nagyon puhára, és a főzőlé mennyisége annyi legyen, amennyi éppen ellepi.

A korai zöldborsót, karalábét, karottát ne főzzük, hanem valamilyen zsiradékon pároljuk puhára, és ennek megfelelően lisztzórással sűrítsük. A magyar konyhán a főzelékeket általában rántással, habarással sűrítjük. Fontos célkitűzés, hogy a rántások mennyiségét csökkentsük. Ezzel egyidejűleg a főzelékek saját pürésített anyagával pótoljuk a rántás egy részét, hogy csökkentsük a főzelékek szénhidrát-tartalmát, és növeljük élvezeti és táplálkozásélettani értéküket.

1. Sűrített főzelékek

A sűrített főzelékeket a sűrítőeljárást követően megfelelő ideig gondosan forralni kell. Ha nem így járunk el, a főzelékekhez adott sűrítőanyag leülepszik a főzelék aljára. Így a főzelék felül híg, alul pedig sűrű, étvágyrontó lesz. Melegentartás alkalmával így könnyen megromlik, megsavanyodik.

KELKÁPOSZTA-FŐZELÉK (Légume de choux frissées)

Csontié

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforralva)	4,00 l

Kelkáposzta-főzelékhez:

Kelkáposzta	2,00 kg
Só	0,03 kg
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,15 kg
Törött bors	0,005 kg
Burgonya	1,00 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Fűszerpaprika	0,002 kg
Köménymag	0,002 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,00 l

A kelkáposztát megtisztítjuk, sérült leveleit eltávolítjuk. Előbb félbe-, majd kb. 2x2 cm-es darabokra aprítjuk. Váltott bő, hideg vízben megmossuk. Ha a kelkáposzta öreg, le kell forrázni. Forrásban levő vízbe tesszük a kelkáposztát, forraljuk, fakanállal vízbe nyomkodjuk, jól átkeverjük. A forrázott kelkáposztát leszűrjük, leöblítjük. Ha a forrázást elmulasztjuk, a főzelék íze kesernyész lesz.

A forrázást néhány anyagnál azért végezzük, hogy kellemetlen íz- és illatanyagait csökkentjük. Ha csontot vagy húst forrázunk, akkor a forrázást követő szűrés után a húst bő hideg vízben leöblítjük. Erre azért van szükség, hogy a keletkezett habot, a kicsapódott egyéb anyagokat eltávolítsuk. Ez mindenféle hús és csont forrázására vonatkozik.

A forrázás másik módja, amikor a darabolt, szeletelt, salátának való nyersanyagot egyszer felforraljuk, majd leszűrjük, és hideg vízzel leöblítjük. A nyersanyag állománya így puhább lesz, és esetleg kellemetlen ízét, illatát elveszti. Alkalmazható például hagymánál, káposztánál.

A forrázás harmadik lehetősége, amikor forró folyadékot, tejet öntünk előkészített, darabolt anyagokra. Itt az a célunk, hogy a darabolt anyag állományát puhává tegyük, felpuhítsuk a ráöntött forró folyadékkal. Máglyarakás, mákos guba, forrázott mák, forrázott diótöltelék készítésénél alkalmazzuk.

A megtisztított burgonyát egyenletes, 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. A vöröshagymát apróra vágjuk, a fokhagymát sóval pépesre dörzsöljük. A forrázott

kelkáposztát forrásban levő csontlébe helyezzük. Felforraljuk, megsózzuk, köménymaggal, törött borssal fűszerezzük. Hozzáadjuk a burgonyát, fedővel lefedjük, majd teljesen puhára főzzük.

Zsemleszínű rántást készítünk. Belekeverjük a vöröshagymát, a fokhagymát, mindkettővel jól elkeverjük. Végül a tűzről levéve gyorsan hozzákeverjük a fűszerpaprikát. Azonnal felengedjük hideg vízzel, és habverővel simára keverjük.

A rántást a főzelékhez adjuk állandó keverés mellett. A főzeléket felforraljuk, megízleljük. Szükség szerint utánízésítjük, majd mérsékelt tűzön időnként óvatosan megkeverve készre főzzük. A kelkáposzta-főzelék készítésénél ügyeljünk arra, hogy mindkét nyersanyag egy időben puhuljon meg. A főzelék készentartása vízfürdőben történik. Tetejére pecsenyelevet vagy egy kevés húslevest öntünk, hogy ne bőrösödjön.

FINOMFŐZELÉK (Macédoine de légumes)

Csontié

Világos rántás vagy lisztszórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	6,00 l

Finomfőzelékhez:

Sárgarépa	0,90 kg
Petrezselyemgyökér	0,80 kg
Karalábé	0,50 kg
Kelvirág	0,50 kg
Zöldborsó	0,20 kg
Só	0,03 kg
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,15 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Cukor	0,06 kg
Tej	0,30 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

A megtisztított és megmosott sárgarépát, petrezselyemgyökeret és karalábét 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. A kelvirágot rózsáira szedjük, beáztatjuk, és megmossuk. A petrezselyemzöldet finomra vágjuk. A konzerv zöldborsót leszűrjük, és ha szükséges, jól lemossuk.

A konzervek levét felhasználás előtt meg kell kóstolni. Amennyiben azt tapasztaljuk, hogy a lé nem megfelelő, akkor leszűrjük, és a konzerv tartalmát szitára helyezve alaposan átmoszuk hideg vízzel.

A kockára vágott zöldségeket, a karalábét, a kelvirágot kellő nagyságú lábasba helyezük. Annyi csontlét vagy vizet öntünk rá, hogy ellepje. Felforraljuk, megsózzuk, és fedő alatt puhára főzzük.

A konzerv zöldborsót a puhára főzött zöldségekhez, karalábéhoz, kelvirághoz adjuk. Világos rántást készítünk, hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet. Hideg vízzel felengedjük. A rántást habverővel simára keverjük, a főzelékhez adjuk. Felforraljuk, tejet adunk hozzá. Sóval és cukorral ízesítjük.

A főzeléket óvatosan kevergetve, mérsékelt tűzön lassan kiforraljuk. Jó ízt ad a főzeléknek, ha a végén vajban párolt, finomra vágott petrezselyemzöldet adunk hozzá.

Ha a zöldségek, a karalábé és a zöldborsó még korai, gyenge, akkor a főzeléket párolással puhítjuk, és lisztszórással sűrítjük.

Lehetőleg tálalás idejére készítjük el a finomfőzeléket. Azonnal forrón, előmelegített tálban tálaljuk. Borjúsülthöz, frissen sült borjúszeletekhez, vagdalt húsokhoz adhatjuk. Gyengén édes, semleges íze miatt a marha- és sertéshúsételekhez nem illik, ezekhez csak a vendég külön kívánságára adjuk.

Ha nem azonnal tálaljuk, vízfürdőben tartjuk melegen. Tetejére egy kevés húslevest öntünk, vagy vajat morzsolunk, hogy ne bőrösödjön be, ne száradjon ki.

ZÖLDBABFŐZELÉK (Légume aux haricots verts)

Csontié

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (félére beforralva)	6,001

Zöldbabfőzelékhez:

Zöldbab	2,00 kg
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,15 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Fokhagyma	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,03 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,02 l
Cukor	0,03 kg
Tejföl	0,30 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	3,00 l

A friss zöldbabot megtisztítjuk, megmossuk, és kissé ferde, 2 cm-es darabokra

8. folyamatábra

ZÖLDBABFŐZELÉK		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csontlé Zöldbab	A feldarabolt zöldbabot csontlében puhára főzzük.	A főzést közepes ütemben végezzük, hogy a zöldbab ne főjön szét.
Zsír Liszt Fokhagyma Vöröshagyma Petrezselyemzöld Fűszerpaprika	A zsemleszínű fűszeres rántással sűrítjük a főzeléket, tejfölt adunk hozzá.	A rántáshoz adott anyagokat óvatosan pároljuk, nehogy elégjenek. A tejföl hozzáadását óvatosan végezzük.
Só Cukor Ecet	Sóval, ecettel, cukorral ízesítjük, készre forraljuk, forrón tálaljuk.	Az ízesítés után alaposan forraljuk ki a főzeléket, hogy érvényesüljenek az íz- és zamatanyagok.
LÉGUME AUX HARICOTS VERTS		

vágjuk. A vöröshagymát finomra aprítjuk. A fokhagymát sóval pépesre dörzsöljük. A petrezselyemzöldet alapos mosás után finomra vágjuk. A zöldbabot csontlében vagy vízben puhára főzzük. Zsemleszínű rántást készítünk, melyben megpároljuk a vöröshagymát.

Hozzáadjuk a fokhagymát, a petrezselymet, végül a fűszerpaprikát. Hideg vízzel felengedjük, habverővel simára keverjük. A főzelékhez adjuk a rántást, jól elkeverjük, és felforraljuk. Tejfölözzük, újra felforraljuk. Sózzuk, majd ecettel és cukorral ízesítjük. Újból jól kiforraljuk.

Ecetben vagy sóban tartósított zöldbabból is készíthetjük a főzeléket. Alapos áztatás után úgy készítjük el, mint a friss zöldbabot.

Ha a főzelékhez mélyhűtött zöldbabot használunk, ugyanúgy készítjük, mint a frisset. Fontos, hogy a zöldbabot fagyott állapotban kezdjük főzni. Ha a zöldség- és főzelékfélét hagynánk fölolvadni, elfolynának értékes nedvanyagok, ennek következtében pedig állományuk összeesne, és ízanyagaik jelentős része elveszne.

Amikor a konzerv zöldbabból készítjük a főzeléket, az elkészített rántást csontlével és konzervlével engedjük fel. Tejfölözzük és ízesítjük a már ismertetett módon. Ezt a közepsűrűségű „mártást” jól kiforraljuk, majd

hozzáadjuk a darabolt, puha konzervbabot. Utánízesítjük, jól felforraltjuk.

A zöldbabfőzelék készentartása megegyezik a többi főzelékével. Tálaláskor a tetejére egy kevés tejfölt locsolunk és vékonyan megöntözzük paprikaszínnel.

Leginkább sertéssülthöz, frissen sült sertésszelethez, vagdalt húshoz tálaljuk.

TÖKFŐZELÉK (Légume de courage)

Csontie

Habarás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,40 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Tökfőzelékhez:

Tök	2,50 kg
Só	0,06 kg
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,15 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Kapor	1 csomó
Ecet (10%-os)	0,02 l
Tejföl	0,30 l
Cukor	0,02 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,00 l

A tök két végét levágjuk. Vékony pengéjű éles késsel meghámozzuk. Hosszában kettévágjuk, és a belső részét evőkanál segítségével kikaparjuk. A barnás foltokat, megpuhult részeket kivágjuk. A tök húsát hideg vízben megmossuk. Tökgyalun legyaluljuk. Mindig hosszában haladva gyaluljuk, hogy szép egyenletes, hosszú szálakat kapjunk. Ezután megsózzuk. A só vízlevonó hatású. Kivonja a tök víztartalmának egy részét, azonkívül ízesíti, puhítja is. Rövid ideig tartjuk a sóban, majd kicsavarjuk.

A vöröshagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk. A kaporcsomót alaposan megmossuk, lecsurgatjuk. A megtisztított kaptot csomóba összefogjuk, a szárát levágjuk, majd finomra vágjuk.

A felhevített zsírban az apróra vágott vöröshagymát megfonnyasztjuk. Úgy pírítjuk meg, hogy világos maradjon. Hozzáadjuk az előkészített tököt. Óvatosan elkeverve, fedő alatt, gyors tűzön saját levében félig puhára pároljuk, közben hozzáadjuk a finomra vágott kaptot és egy kevés ecetet. Csontlevet is adunk hozzá.

Tejfölös habarást készítünk. Finom szitán átszűrve állandó keverés közben

9. folyamatábra

TÖKFŐZELÉK		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gyalult tök Só	A legyalult tököt besóz- zuk, majd kis idő múlva kicsavarjuk.	A só vízelvonó hatású, a besózott zöldség- és főze- lékfélék nedvességtartal- mát részben kioldja.
Zsír Vöröshagyma Kapor Ecet Csontlé	A kicsavart tököt hagymás zsíron pároljuk, hozzáad- juk a finomra vágott kap- rot és ecetet, valamint csontlevet.	Azért adunk ecetet a főze- lékhez, hogy az izhatáson túl a gyalult tök megtartsa formáját, ne essen szét.
Liszt Tejföl Fűszerpaprika Cukor Só	A főzeléket tejfölös haba- rással sűrítjük, ízesítjük, lassan készre forraljuk, forrón tálaljuk.	A főzeléket nem szabad erősen forralni, mert a tej- föl kipelyhesedhet.
LÉGUME DE COURAGE		

hozzáadjuk a tökhöz. Óvatosan megsózzuk, cukorral ízesítjük. Mérsékelt tűzön készre forraljuk.

A tökfőzelékbe ízlés szerint egy kevés pirospaprikát is tehetünk, a kapor hozzáadása után.

A tökfőzelékbe tejföl helyett tejszínt is tehetünk, fele mennyiségben.

A sózott vagy ecetben tartósított tököt felhasználás előtt alaposan kiáztatjuk. A mélyhűtött tököt - amely eljárás eltér a többi mélyhűtött főzelékfélékétől - részleges felengedés után ugyanúgy készítjük el, mint a frissen gyalult tököt.

A főzeléket vízfürdőben tartjuk melegen. Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. A tetejére egy kevés tejfölt locsolunk.

Többnyire sertéssülthöz, frissen sült sertésszelethez, vagdalt húsokhoz tálaljuk.

TEJSZÍNES PARAJFŐZELÉK (Légume d'épinards)

Csontlé

Világos rántás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,40 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Tejszínes parajfőzelékhez:

Mélyhűtött paraj vagy	1,50 kg
Friss paraj	2,50 kg
Só	0,05 kg
Zsír	0,12 kg
Liszt	0,20 kg
Fokhagyma	0,005 kg
Törött bors	0,005 kg
Tej	0,40 l
Szódabikarbóna	0,005 kg
Tejszín	0,15 l
Vaj	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,00 l

Parajpürét készítünk. A friss parajt kiválogatjuk. A szárát letépjük. Többször váltott bő, hideg vízben alaposan megmossuk, majd lecsurgatjuk. Egy nagy lábasban a paraj mennyiségéhez viszonyítva sok vizet forralunk, és megsózzuk. Ha felforr, hozzáadjuk a szódabikarbónát és a parajt. Felforraljuk, és mérsékelt tűzön, időnként megkeverve puhára főzzük. A szódabikarbónát azért adjuk a vízhez, hogy a paraj megtartsa zöld színét. Leszűrjük, leöblítjük, és még melegen, szitán vagy gép segítségével pépessé törjük.

A fokhagymát sóval péppé zúzzuk. Világos rántást készítünk. Hozzáadjuk a fokhagymát, gyorsan elkeverjük benne és azonnal felengedjük forró tejjel és csontlével. Habverővel simára keverjük. Mindig annyi csontlevet adunk hozzá, hogy közepsűrűségű „mártást” kapjunk. Hozzáadjuk az áttört parajt vagy a mélyhűtött parajpürét. Gyorsan simára keverjük. Megsózzuk, törött borssal ízesítjük, és jól kiforraljuk. Ha túl sűrűnek találjuk, akkor annyi forró csontlével engedjük fel, hogy közepsűrűségű legyen. Végül hozzáadjuk a tejszínt. Ízét javíthatjuk, ha tálalás előtt egy kevés vajat keverünk el benne, montírozzuk.

Vízfürdőben tartjuk melegen. Tetejére vajdarabkákat morzsolhatunk vagy egy kevés csontlevet önthetünk, hogy ne bőrösödjön. Frissen tálalva a legértékesebb. Néhány órai állás után sokat veszít ízéből, esetleg elveszti élénk zöld színét.

Leggyakrabban borjúsülthöz, frissen sült borjúszelethez, tojásételekhez, bundás zsemléhez adhatjuk.

ZÖLDBORSÓFŐZELÉK (Légume de petit pois)

Csontlé

Világos rántás vagy lisztszórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Zöldborsófőzelékhez:

Zöldborsó	2,00 kg
Liszt	0,12 kg
Cukor	0,08 kg
Vaj	0,05 kg
Zsír	0,10 kg
Só	0,03 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,00 l

Forrásban levő csontlébe tesszük a mélyhűtött vagy friss, megmosott zöldborsót. Megsózzuk, és fedő alatt egyenletes tűzön puhára főzzük. Világos rántásba finomra vágott petrezselyemzöldet teszünk. Hideg vízzel felengedjük, simára keverjük. A főzeléket berántjuk. Elkeverjük ízesítjük sóval, cukorral, majd mérsékelt tűzön néha megkeverve puhára főzzük.

Serpenyőben egy kevés vajat vagy zsírt hevítünk, ebben finomra vágott petrezselyemzöldet párolunk, és a berántott főzelékhez keverjük. Ez növeli a főzelék élvezeti és táplálkozás-élettani értékét.

A gyenge, idei cukorborsót zsíron vagy vajon párolva, lisztszórással sűrítve készítjük el, majd felöntjük csontlével és a fentieknek megfelelően befejezzük.

A zöldborsófőzeléket vízfürdőben tartjuk melegen. A tetejére egy kevés vajat morzsolunk vagy csontlevet öntünk, hogy ne bőrösödjön.

A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk. Borjúsülthöz, frissen sült borjúsülethez, jércesülthöz, vagdalt húshoz tálaljuk.

KARALÁBÉFŐZELÉK (Légume au chou-rave)

Csontlé

Világos rántás vagy lisztszórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Karalábéfőzelékhez:

Karalábé	2,00 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Liszt	0,12 kg	Vaj	0,05 kg
Cukor	0,08 kg	Javasolt folyadék-	
Tej	0,20 l	mennyiség	
Zsír	0,10 kg	(csontléből készítve)	2,00 l
Só	0,03 kg		

A karalábét megtisztítjuk, jól megmossuk és kb. 0,5 x 0,5 mm-es kockákra vágjuk. Annyi csontlében tesszük fel főni, hogy ellepje. Felforraljuk, és mérsékelt tűzön puhára főzzük. Világos petrezselymes rántással sűrítjük. Tejet keverünk hozzá. Lassan forraljuk. Sóval, törött borssal és egy kevés cukorral ízesítjük. A korai karalábét nem főzzük, hanem zsíron vagy vajon pároljuk, lisztszórással sűrítjük. Ilyenkor még a zsenge leveleit is felhasználjuk; vékony metéltre vágva pároljuk a karalábéval együtt.

A főzeléket vízfürdőben tartjuk melegen. Tetejére egy kevés vaját morzsolunk vagy csontlevet öntünk.

A karalábéfőzeléket leggyakrabban borjúsülthöz, vagdalt húshoz tálaljuk. A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk.

SÁRGARÉPA-FŐZELÉK (Légume de carottes)

Csontlé
Lisztszórás
Világos rántás
Montírozás

Ajánlott anyaghányad

<i>Csontléhez:</i>		<i>Sárgarépa-főzelékhez:</i>	
Sertéscsont	0,50 kg	Sárgarépa	2,00 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Liszt	0,12 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Cukor	0,06 kg
Zellergumó	0,10 kg	Tej	0,20 l
Javasolt folyadék-		Tejszín	0,10 l
mennyiség		Zsír	0,10 kg
(felére beforralva)	4,00 l	Só	0,02 kg
		Petrezselyemzöld	2 csomó
		Vaj	0,05 kg
		Javasolt folyadék-	
		mennyiség	
		(csontléből készítve)	2,00 l

A megtisztított és jól megmosott sárgarépat 5x5 mm-es kockákra vagy hasábokra (bátonokra) vágjuk. Zsíron vagy vajon, mérsékelt tűzön, lassú párolással fedő alatt majdnem puhára pároljuk. Zsírára pirítjuk, megszórjuk liszttel. Együtt tovább pirítjuk, majd tejjel és csontlével felengedjük. A finomra vágott petrezselyemzöldet vajon pároljuk, és a főzelékhez keverjük.

Sóval, egy kevés cukorral ízesítjük, és jól kiforraljuk. Tálalás előtt tejszínnel és nyers vajjal javíthatjuk, montírozzuk. A mélyhűtött sárgarépakockát gyengén sózott csontlében főzzük puhára, és világos petrezselymes rántással sűrítve készítjük el.

A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk.

KELBIMBÓFŐZELÉK (Légume de chou de Bruxelles)

Csontlé

Világos rántás

Forrázás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00l

Kelbimbófőzelékhez:

Kelbimbó	2,00 kg
Liszt	0,10 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,02 kg
Zsír	0,08 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Törött bors	0,005 kg

A megtisztított, megmosott friss (67. ábra) vagy mélyhűtött kelbimbókat forrásban levő vízben leforrázzuk, majd leöblítjük. Csontlében puhára főzzük.



67. ábra. Kelbimbó

Világos rántást készítünk. Egy kevés finomra vágott hagymát, finomra vágott petrezselyemzöldet teszünk bele. Hideg húslevessel felengedjük, és habverővel simára keverjük. Hozzáöntjük a puha kelbimbóhoz, törött borssal fűszerezzük, és jól kiforraljuk. A kelbimbófőzeléket egybensült ürühúshoz, párolással készített marhahúsokhoz adhatjuk. Forrón, előmelegített tálba tálaljuk.

LUCSKOS KÁPOSZTA

Csontlé

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Lucskos káposztához:

Fejes káposzta	3,00 kg
Köménymag	0,005 kg
Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,12 kg
Fokhagyma	0,001 kg
Tejföl	0,25 l
Só	0,03 kg
Borsikafű (csombor)	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,12 kg
Vöröshagyma	0,08 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Javasolt folyadékmennyiség (csontléből vagy füstöltléből készítve)	2,00 l 2,00 l

Erdélyi eredetű étel. A megtisztított fejes káposztát kb. 1 cm széles metéltre vágjuk, és megmossuk. Csontlébe vagy füstöltlébe tesszük fel főni. Megsózzuk, köménymagot, csombort (borsikafű) és törött borsot teszünk bele.

A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, kiolvasztjuk, majd leszűrjük. Zsírjában zsemleszínű rántást készítünk, amelyben finomra vágott vöröshagymát párolunk, végül fokhagymapépet és fűszerpaprikát adunk hozzá. A rántást fölengedjük hideg vízzel, habverővel simára keverjük. A főzelékhez adjuk, készre forraljuk.

Füstölt húsokhoz, vagdalt húsokhoz, egészben sült sertéshúsokhoz, frissen sült sertésszeletekhez, sült kolbászhoz tálalhatjuk. A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk, tetejére szórjuk a kiolvasztott szalonnát.

LENCSEFŐZELÉK (Légume de lentilles)

Csontie

Cukorral pirított barna rántás

Hüvelyesek áztatása

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertécsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére bepárolva)	4,001

Lencsefőzelékhez:

Lencse	1,00 kg
Zsír	0,10 kg
Vöröshagyma	0,08 kg
Babérlevél	2 db
Fűszerpaprika	0,005 kg
Ecet (10 %-os)	0,03 l
Só	0,03 kg
Liszt	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Cukor	0,06 kg
Mustár	0,05 kg
Tejföl	0,25 l
Javasolt folyadékmennyiség (csontléből, vagy füstöltléből készítve)	2,00 l 2,00 l

Előző este a lencsét gondosan átválogatjuk, többször váltott hideg vízben tisztára mossuk, beáztatjuk. Áztatás után az áztatólevet leöntjük és többször váltott vízben jól átmoszuk a lencsét. A vöröshagymát finomra vágjuk, a fokhagymát pépesre dörzsöljük.

A lencsét csontlében vagy füstöltlében tesszük fel főni. Annyi csontlevet öntünk rá, hogy bőven ellepje. Erre azért van szükség, mert a lencse sok folyadékot vesz fel főzés közben. Sózzuk, babérlevelet, egész vöröshagymákat teszünk bele. Lassú tűzön forraljuk. A hagymákat a főzés befejezésekor kiemeljük a főzelékből.

Cukorral pirított barna rántást készítünk. A rántásban puhára pároljuk a finomra vágott vöröshagymát, majd a tűzről levéve hozzáadjuk a fokhagymapépet és a fűszerpaprikát. A rántáshoz egy kevés hideg vizet öntünk. Habverővel simára keverjük és a forrásban levő lencséhez adjuk. Sóval, mustárral, cukorral, egy kevés ecettel ízesítjük. Lassan készre forraljuk, közben tejfölt adunk hozzá.

A főzelék ízét javítja, ha a főzéshez füstöltlét használunk, vagy szalonnabőrt teszünk a főzővízbe.

Ha az elkészített főzeléket szitán áttörjük, lencsepürét kapunk. A lencsepüré sok esetben besűrűsödik. Ilyenkor csontlevet adunk hozzá, és habverővel simára keverjük.

Az elkészített vízfürdőben tartjuk melegen. A tetejére egy kevés tejfölt és paprikaszínt locsolhatunk.

A lencsefőzeléket füstölt húsokhoz és sült vadszárnyasokhoz adhatjuk.

BURGONYAFŐZELÉK (Légume de pommes de terre)

Csontié

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

<i>Csón</i>	<i>t</i>	<i>léhez:</i>	<i>Burgonyafőzelékhez:</i>	
Sertéscsont		0,50 kg	Burgonya	2,00 kg
Sárgarépa		0,30 kg	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér		0,20 kg	Liszt	0,12 kg
Zellergumó		0,10 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség			Só	0,03 kg
(felére beforralva)	4,00 l		Zsír	0,10 kg
			Vöröshagyma	0,08 kg
			Javasolt folyadék- mennyiség	
			(csontléből készítve)	2,00 l

A burgonyát megtisztítjuk, megmossuk. Karikára vágjuk, és megfelelő méretű lábasba tesszük. Annyi csontlevet öntünk rá, hogy ellepje. Sózzuk, egy kevés törött borssal fűszerezzük, babérlevelet teszünk bele. Felforraljuk, és fedő alatt, mérsékelt tűzön puhára főzzük.

Zsemleszínű rántást készítünk, melyben finomra vágott vöröshagymát párolunk. A tűzről levéve egy kevés fűszerpaprikát is adhatunk hozzá. Hideg vízzel felengedjük és habverővel simára keverjük. A rántást óvatosan a puhára főzött burgonyához keverjük. Sóval ízesítjük, és lassan készre főzzük. Ha az elkészített burgonyafőzelékhez tejfölt, vajban párolt finomra vágott kaprot, vagy vajban párolt finomra vágott petrezselyemzöldet adunk, akkor:

- tejfölös burgonyafőzeléket (pommes de terre á la crème) vagy,
- kapros burgonyafőzeléket (légume de pommes de terre au fenouils) vagy
- petrezselymes burgonyafőzeléket (légume de pommes de terre au persil) kapunk.

TEJSZÍNES KUKORICAFOZELEK (Légume de mais au crème)

Csontié

Világos rántás

Montírozás

Kukorica-krémleves

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Tejszínes kukoricafőzelékhez:

Morzsolt kukorica	2,00 kg
Liszt	0,12 kg
Tejszín	0,20 l
Vaj	0,10 kg
Só	0,03 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	2,00 l

A kukoricát a kukorica-krémlevesnél tanult módon puhára főzzük. A kukoricaszemeket lábásba tesszük. Annyi csontlevet öntünk rá, hogy ellepje. Sózzuk, majd felforraljuk. Világos, vajas rántást készítünk. Hideg csontlével felengedjük, és habverővel simára keverjük. A forrásban levő kukoricaszemekhez keverjük a rántást. Lassan forraljuk, közben tejszínt adunk hozzá. A kész főzelékhez állandó keverés mellett vajdarabkákat adunk, montírozzuk. A főzelékhez ízlés szerint vajon párolt finomra vágott petrezselyemzöldet adhatunk. A főzeléket vízfürdőben tartjuk melegen. Tetejére apró vajdarabkákat morzsolunk. Forrón, előmelegített tálban tálaljuk.

A tejszínes kukoricafőzelékhez frissen sült borjúszeleteket, borjúsültet, borjúhús vagdaltat adhatunk.

SZÁRAZBABFŐZELÉK (Légumes d'haricots sec)

Zsemleszínű rántás

Hüvelyesek áztatása

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Szárazbabfőzelékhez :

Száraz bab	1,00 kg
Zsír	0,10 kg
Vöröshagyma	0,08 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Só	0,03 kg
Liszt	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l
Tejföl	0,25 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből vagy füstöltléből készítve)	2,00 l 2,00 l

A száraz babot kiválogatjuk, megmossuk. Már előző nap vízbe áztatjuk. A babszemek az áztatás következtében megduzzadnak. A babot ezután lemosuk többször váltott vízben, majd feltesszük főni csontlében vagy füstöltlében, és babérlevelet adunk hozzá.

Zsemleszínű rántást készítünk, melyben finomra vágott vöröshagymát párolunk, majd sóval pépesre dörzsölt fokhagymát, fűszerpaprikát adunk hozzá. Hideg vízzel felöntjük, és habverővel simára keverjük.

A puhára főzött babhoz adjuk a rántást. A főzeléket lassan készre forraljuk. Szükség szerint sóval, egy kevés ecettel ízesítjük. Ha a főzelékhez tejfölt adunk, akkor tejfölös babfőzeléket kapunk. Vízfürdőben tartjuk melegen a tálalásig.

A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk.' A tetejére egy kevés pecsenyelét vagy paprikaszínt locsolunk.

A szárazbabfőzeléket sertéssülthöz, füstölt húsokhoz, sült kolbászhoz, vagdalthoz adhatjuk.

FEJTETTBABFŐZELÉK (Légume de haricots frais ecorsées)

Csontlé

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csont léhez:

Sertéscsont 0,50 kg

Sárgarépa 0,30 kg

Petrezselyemgyökér 0,20 kg

Zellergumó 0,10 kg

Javasolt folyadék-
mennyiség
(felére beforralva) 4,00 l

Fejtettbabfőzelékhez:

Fejtett bab 1,50 kg Ecet (10%-os) 0,03 l

Zsír 0,10 kg Petrezselyemzöld 1 csomó

Vöröshagyma 0,08 kg Tejföl 0,30 l

Só 0,03 kg Javasolt folyadék-
mennyiség

Liszt 0,12 kg (csontléből készítve)' 2,00 l

Fokhagyma 0,01 kg

Fűszerpaprika 0,005 kg

A frissen fejtett babot megmossuk és csontlébe tesszük. Megsózzuk és puhára főzzük. Zsemleszínű rántást készítünk. A rántásban finomra vágott hagymát párolunk, majd finomra vágott petrezselyemzöldet, pépesre zúzott fokhagymát és fűszerpaprikát adunk hozzá. Hideg vízzel felöntjük, és habverővel simára keverjük. A főzeléket berántjuk, és lassú forralás után ecettel, sóval ízesítjük.

Végül tejfölt is keverünk bele, majd még néhány percig lassan forraljuk. Vízfürdőben tartjuk melegen a tálalásig. A fejtettbabfőzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk. Frissen sült vagy egészben sült sertéshúsokhoz tálalhatjuk.

SZÁRAZBORSÓ-FŐZELÉK (Légume de pois cassés)

Csontié

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Sertéscsont	0,50 kg
Sárgarépa	0,30 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	4,00 l

Szárazborsó-főzelékhez :

Száraz borsó	1,00 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg
Liszt	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,08 kg
Só	0,03 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből vagy füstöltléből készítve)	2,00 l 2,00 l

A száraz borsót kiválogatjuk, megmossuk, csontlében vagy füstöltlében tesszük fel főni. ízlés szerint sózzuk.

Zsemleszínű rántást készítünk. Ebbe egy kevés fűszerpaprikát és törött borsot adunk. Felengedjük hideg vízzel, és habverővel simára keverjük. A puhára főzött felesborsóhoz adjuk a rántást. A főzeléket lassan készre forraljuk. Szükség szerint újraízesítjük.

Ha az elkészített főzeléket szitán áttörjük, akkor borsópüré-főzeléknek nevezük. A kész főzeléket vízfürdőben tartjuk melegen.

A tetejére egy kevés pecsenyelevet öntünk, hogy ne bőrösödjön.

Füstölt húsokhoz, vagdalt húsokhoz, egészben sült sertéshúsokhoz, frissen sült sertésszeletekhez, sült kolbászhoz tálalhatjuk.

A főzeléket forrón, előmelegített tálban tálaljuk.

2. Egyéb főzelékek

a) Angolos főzelékek

A megtisztított, megfelelően feldarabolt főzelékféléket sós vízben puhára főzzük. Leszűrjük, ízlésesen tálba halmozzuk. A még forró főzelékre szeletelt vajat teszünk. A vajszeletek a forró főzelékre olvadnak. A főzelék így kellemes ízű, illatú lesz.

ZÖLDBAB ANGOLOSAN (Haricots verts á l'anglaise)

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Zöldbab	2,50 kg	Só	0,03 kg
Vaj	0,20 kg		

A fiatal, gyenge zöldbabot vagy vajbabot megtisztítjuk, és egészben hagyjuk. (Ha mélyhűtött zöldbabbal dolgozunk, akkor azt sós, forrásban levő vízben főzzük meg. Ha konzerv zöldbabot használunk, leöblítjük, sós vízben felforraltjuk.) Az elkészített zöldbabot leszűrjük és forrón, előmelegített tálra helyezzük.

A zöldbabot a tálon hosszirányba ízlésesen elrendezzük. Azonnal tetejére helyezzük a szeletelt vajat.

Ha nem azonnal tálaljuk, saját levében tartjuk melegen tálalásig. Külön köretként adhatjuk borjúsülthöz vagy frissen sült borjúszeletekhez. A párizsi kőrítés fontos alkotóeleme. Angolos főzeléket készíthetünk még:

- karottából (carottes au beurre). A karotta kétféle alakú lehet. Kb. dió méretű, tehát gömb alakú (68. ábra), míg a másik kisujnyi méretű. A mi viszonylag nagyméretű sárgarépánk nem karotta. A karotta tehát mindig kis-méretű, amely nem igényel darabolást. A karottát mindig primőrként, a szezon első terméseként gyűjtik be, amikor még a mérete kicsi.

- kelbimbóból (choux de Bruxelles au beurre),
- zöldborsóból (petit pois au beurre),
- kelvirágból (chou-fleur au beurre),
- csirágból (asperges au beurre),
- kukoricából (mais au beurre),
- articsókából (artichauts au beurre),
- broccoliból (broccoli au beurre),
- feketegyökérből (salsifis au beurre),
- póréhagymából (poireau au beurre),
- kigyóuborkából (concombres au beurre)

Az articsóka felhasználása nálunk ritka. Általában tartósítva, konzerv formá-

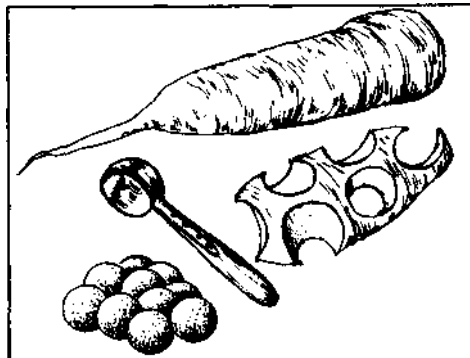
10. folyamatábra

ZÖLDBAB ANGOLOSAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só Zöldbab	A zöldbabot annyi sós vízben, amennyi ellepi, lassan puhára főzzük, és ebben tartjuk melegen tálalásig.	Ha több vizet használunk a puhára főzéshez, több ízanyag oldódik ki a zöldbabból a kelléténél.
Vaj	A forró főzeléket lapátkanállal kiemeljük a vízből és izlésesen a tálalótátra rendezzük. Vajszeleteket helyezünk a tetejére.	A főzeléket jól csepegtesük le, mert ellenkező esetben az összefolyó főzőlé rontja az étel minőségét. Ha a zöldbab nem elég forró, a vajszeletek nem olvadnak rá a főzelékre.
HARICOTS VERTS À L'ANGLAISE		

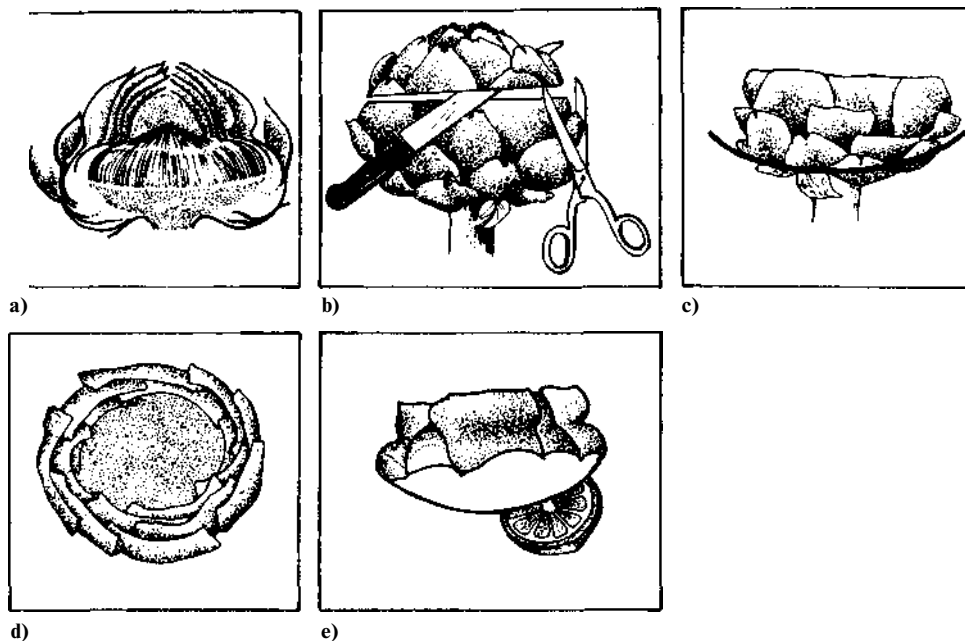
jában találkozhatunk vele. Franciaországban, Olaszországban nagyon népszerű főzeléknövény, frissen főzve, vajjal fogyasztják (69. és 70. ábra).

A brokkoli a kelvirághoz hasonlítható konyhakerti növény. Kisebb, széteső halványzöld virágai vannak.

Elkészítése: a brokkolit megtisztítjuk, vastagabb szárát kivágjuk, majd jól megmossuk, és enyhén sózott vízben puhára főzzük. Leszűrjük, és forrón, előmelegített tátra helyezzük. Tetejére vajszeleteket teszünk.



68. ábra. Sárgarépa formázása gömb alakúra



69. ábra. Articsóka előkészítése

A feketegyökér tisztítását gyorsan kell végezni. Ellenkező esetben a megtisztított feketegyökér barna színű lesz, oxidálódik. A megtisztított feketegyökérre citromos vízbe kell tenni főzésig. Mikor az összesét megtisztítottuk, zsineggel összekötjük, és sós, gyengén citromos vízben puhára főzzük. Kiemeljük a vízből, lecsepegtetjük, majd még forrón damasztaszalvétával borított tálcára emeljük, a zsinet eltávolítjuk.

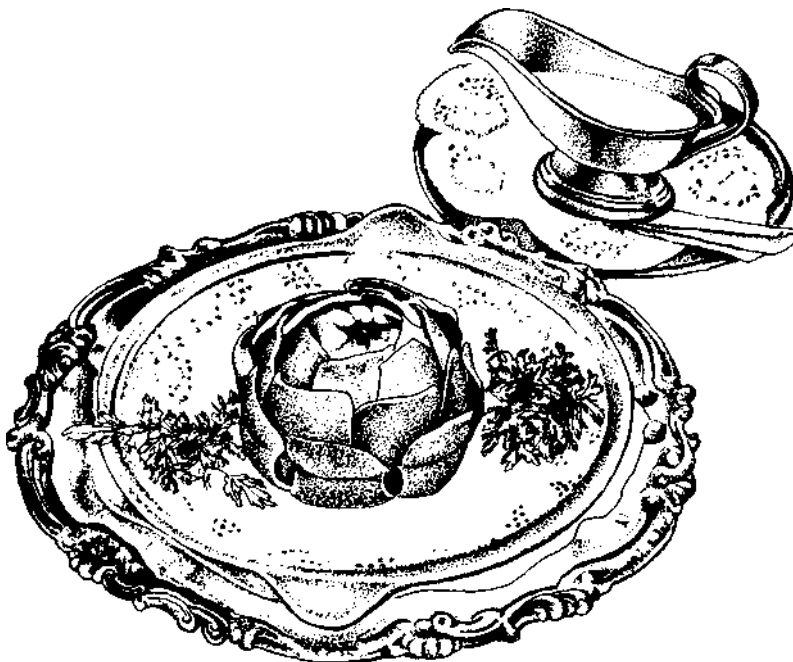
Előmelegített mártáscsészében melegre olvasztott vajjal adunk hozzá.

Patisson angolosan (Patisson au beurre)

A megtisztított, megmosott, hámozott patisszont - más néven spanyol articsókát - sós vízben puhára főzzük. Leszűrjük, és azonnal felszeleteljük. Ízlésesen tálcára helyezzük, és a még forró patisszonra vajszeleteket helyezünk.

b) Franciás főzelékek

A franciásan, párolással készült főzelékhez a zöldségfélét a darabolás után sós vízben félig puhára főzzük. Ezután leszűrjük, és vajon puhára pároljuk. Sóval, finomra vágott petrezselyemzölddel és a főzelék jellegének megfelelő fűszerrel ízesítjük.



70. ábra. Articsóka tálalva

A másik készítési módhoz az előkészített zöldségfélét, amely primőr és könnyen puhul, vajon pároljuk, majd egy kevés csontlével felöntjük és puhára pároljuk. A párolt főzelékeket gőzöléssel is készíthetjük. A főzelékeket szűrőbetéttel ellátott gőzölőedénybe helyezük, puhára pároljuk. Ez az eljárás óvja a legjobban a vitamintartalmat és az ásványi sókat.

KAROTTA FRANCIÁSAN (Carottes braisé)

Bátonokra (hasábra) darabolás

Ajánlott anyaghányad

Karotta	2,00 kg	Cukor	0,05 kg
Só	0,02 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vaj	0,20 kg		

A megtisztított, megmosott sárgarépát hasábokra vágjuk a már ismertett módon. Ha karottával dolgozunk, megtisztítjuk, megmossuk. A sárgarépát vagy karottát sós vízben majdnem puhára főzzük. Leszűrjük és vajon lassan pároljuk. Közben sóval, finomra vágott petrezselyemzölddel és egy kevés cukorral ízesítjük. Forrón, előmelegített tálra tálaljuk.

11. folyamatábra

KAROTTA FRANCIÁSAN

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Karotta Só	A karottát egyenletes hasábokra (bâtonokra) vágjuk. Sós vízben majdnem puhára főzzük, leszűrjük.	Ha a karottát nem vágjuk egyenletesen, akkor nem puhul fel egyszerre.
Vaj Só Petrezselyemzöld Cukor	A karottát vajon – lassan – puhára pároljuk. Sóval, petrezselyemmel, cukorral ízesítjük. Forrón tálaljuk.	A párolást lassan kell végezni, így jobb íze lesz a főzeléknek.

CAROTTES BRAISÉ

Franciásan, párolással készíthető még:

- zöldborsó (petit pois braisé)
- zöldbab (haricots verts braisé)
- kelbimbó (choux de Bruxelles braisé)
- zeller (celleri braisé)
- feketegyökér (salsifis braisé)
- paraj (épinards braisé)
- brokkoli (broccoli braisé)
- patisszon (patisson braisé)

Kukorica vajban párolva (Mais braisé)

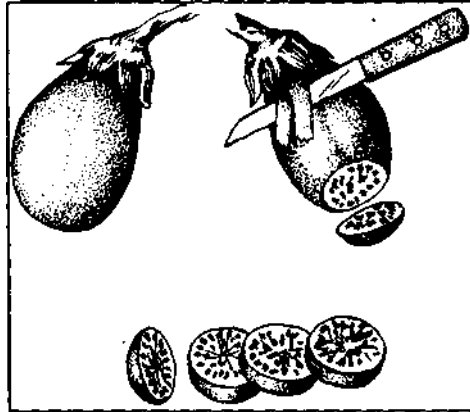
Kukorica-krémleves

A kukoricaszemeket a kukorica-krémlevesnél tanultak alapján elkészítjük. A kukoricaszemeket egy kevés vajon lassan pároljuk. Ízesítjük sóval, finomra vágott petrezselyemzölddel és reszelt szerecsendióval. A kukoricát forrón, előmelegített tálra halmozzuk.

TÖRÖKPARADICSOM VAJBAN PÁROLVA (Aubergines braisé)

Ajánlott anyaghányad

Törökparadicsom	2,50 kg	Vaj	0,10 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó		



71. ábra. Törökparadicsom előkészítése

A törökparadicsomot - más néven tojásgyümölcsöt - fakéssel vagy műanyag késsel gyorsan meghámozzuk. Ha nem így járunk el, a törökparadicsom barna színű lesz, oxidálódik. A törökparadicsomot ceruza vastagságú szeletekre vágjuk (71. ábra), és tiszta konyharuhán szétterítve gyorsan leszárítjuk. A szeleteket vajon puhára pároljuk, sóval, törött fehér borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel ízesítjük. Forrón, előmelegített tálra halmozzuk.

c) *Lengyeles főzelékek*

A lengyeles főzelékeket az angolos főzelékekhez hasonlóan főzéssel vagy gőzléssel puhítjuk meg. A felhígított alapanyagot leszűrjük, és forrón, előmelegített tálra tálaljuk. A tetejére vajban pirított zsemlemorzsát teszünk.

Elkészítjük a pirított zsemlemorzsát. Lábasban vaját olvasztunk. Belerakjuk a megszitált zsemlemorzsát, és állandó keverés közben aransárgára pirítjuk. Az elkészített forró zsemlemorzsát megsózzuk, majd evőkanállal a forró főzelékre helyezük, vagy külön előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá.

KELVIRÁG LENGYELESEN (Choux fleurs a la Polonaise)

Ajánlott anyaghányad

Kelvirág	2,50 kg	Vaj	0,25 kg
Só	0,05 kg	Zsemlemorzsza	0,20 kg

A megtisztított, rózsáira szedett, kiáztatott, lemosott kelvirágot sós vízben puhára főzzük. (A mélyhűtött kelvirágot fagyott állapotban kezdjük főzni.) A puhára főzött kelvirágot lapátkanállal kiemeljük a főzőléből, és lecsepegtet-

jük. A kelvirágot még forrón, előmelegített tátra helyezzük. Leöntjük frissen elkészített, forró vajban pirított, sózott zsemlemorzzával. A lengyeles főzelékféle úgy is tálalható, hogy a zsemlemorzst külön mártáscsészében adjuk a főzelékhez.

Lengyelesen (vajban pirított zsemlemorzzával) készíthető még

- zöldbab (haricots verts a la Polonaise)
- csirág (asperges á la Polonaise)
- brokkoli (broccoli a la Polonaise)
- feketegyökér (salsifis á la Polonaise)
- kigyóuborka (concombres a la Polonaise)

A tanult főzelékek csoportosítását a 2. táblázat szemlélteti.

2. táblázat

Főzelékek csoportosítása

Súrtított főzelékek	Egyéb főzelékek
Friss főzelékek Primőr főzelékek Szárított főzelékek	Angolos főzelékek Franciás főzelékek Lengyeles főzelékek Különleges főzelékek

d) Különleges főzelékek

PÁROLT KÁPOSZTA (Choux braisés)

Ajánlott anyaghányad

Fejes káposzta	3,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Cukor	0,08 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Köménymag	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l		

A fejes káposztát előkészítjük: A fejes káposzta sérült leveleit eltávolítjuk. A káposztát félbevágjuk, a torzsát mindkét félből kivágjuk. Jól megmossuk hideg vízben, majd éles késsel vékony metéltre vágjuk. A metéltre vágott káposztát besózzuk, majd fél órai állás után kicsavarjuk. A vöröshagymát félbe-, majd szeletekre vágjuk.

Megfelelő nagyságú lábasban zsírt melegítünk. Hozzáadjuk a cukrot, és aranyárgára pirítjuk. Beletesszük a szeletekre vágott vöröshagymát, gyorsan elkeverjük, majd beletesszük a köménymagot. A köménymag pillanatok alatt pirulni kezd. A köménymag pirulása után azonnal hozzáadjuk a kicsavart

káposztát. Ezután lassan, egyenletesen - gyakori kevergetéssel - puhára pároljuk, közben hozzáadjuk az ecetet. Készre pároljuk, hogy folyadék ne maradjon alatta. A kész párolt káposzta aranysárga színű. Ízében harmonikusan illeszkedik a cukor, a köménymag és az ecet. Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Sertéssülthöz, kacsá- és libasülthöz adhatjuk.

PEZSGÓS KÁPOSZTA (Choux braisés au champagne)

Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Fejes káposzta	3,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Cukor	0,08 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Köménymag	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,011	Pezsgő (száraz)	0,20 l

A párolt káposztához jóval kevesebb ecetet adunk és a végén pezsgőt öntünk rá.

A pezsgős káposztát ropogós malacsülthöz adjuk köretként.

BOROS KÁPOSZTA (Choux braisés au vin)

Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Fejes káposzta	3,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Cukor	0,08 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Köménymag	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,01 l	Fehérbor (száraz)	0,20 l

A párolt káposztához jóval kevesebb ecetet adunk. Száraz fehérbort öntünk hozzá és ezzel pároljuk készre. A párolt káposztát készíthetjük vörös káposztából is. Ebben az esetben vörösbort öntünk hozzá.

PÁROLT VÖRÖS KÁPOSZTA ALMÁVAL (Choux rouge braisés aux pommes)

Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Vörös káposzta	3,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Cukor	0,08 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Köménymag	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l	Alma	0,40 kg

A vörös káposztából készített párolt káposztához cikkekre vágott borízú almát adunk. Ezzel fejezzük be a káposzta párolását.

PÁROLT VÖRÖS KÁPOSZTA GESZTENYÉVEL (Choux rouge braisée aux marrons)

Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Vörös káposzta	3,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Cukor	0,08 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Köménymag	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l	Gesztenye	0,30 kg

A vörös káposztából párolt káposztát készítünk. A gesztenyekrémlevesnél tanultak alapján előkészítjük a gesztenyét. A megtisztított gesztenyét a káposztához keverjük, és együtt készre pároljuk.

PÁROLT GYÖNGYHAGYMA (Perle oignons braisé)

Ajánlott anyaghányad

Gyöngyhagyma	2,00 kg	Köménymag	0,005 kg
Olaj	0,08 l	Só	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Cukor	0,05 kg
Vaj	0,04 kg		

A megmosott, megtisztított gyöngyhagymát pirított cukor, olaj és vaj keverékében köménymaggal fedő alatt aranyárgára pároljuk. Közben sózzuk, borsozzuk. Ügyeljünk arra, hogy ne pároljuk túl puhára, mert akkor sokat veszít élvezeti értékéből.

PÁROLT HAGYMA CIKKEKBEN (Oignons tranche au braisé)

Párolt gyöngyhagyma

Ajánlott anyaghányad

Vöröshagyma	2,00 kg	Köménymag	0,005 kg
Olaj	0,08 l	Só	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Vaj	0,04 kg
Cukor	0,05 kg		

A cikkekre vágott vöröshagymafejeket a párolt gyöngyhagymánál ismertetett módon elkészítjük.

LECSÓ

Ajánlott anyaghányad

Zöldpaprika	2,50 kg	Vöröshagyma	0,20 kg
Paradicsom	1,00 kg	Só	0,03 kg
Füstölt szalonna	0,10 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Zsír	0,10 kg		

A lecsó jellegzetes magyaros étel. Nagyon sokféle hozzávalóval tehető változatossá (kolbász, tojás, császárhús stb.). A későbbiek során sok olyan ételt ismerünk meg, amelyben a lecsó adja az étel jellegét. A lecsó húsos, nem csípős zöldpaprikából és jó kemény húsú paradicsomból készül. A lecsó készíthető még mélyhűtött paradicsomból és paprikából is. Ebben az esetben a mélyhűtött paradicsomot és paprikát fel kell engedtetni. A felengedettség csak részleges legyen, különben a paradicsom és a paprika nem darabolható. Ha a paradicsomot és a paprikát teljesen kiolvasztjuk, sokat veszít élvezeti értékéből. A lecsó konzervből is készíthető. Ebben az esetben a cikkekre darabolt paprikát kiemeljük a paradicsomléből. A paradicsomlének csak kb. az $\frac{1}{3}$ -át használjuk fel.

A friss paradicsomot bő vízben megmossuk, kivágjuk a csomóját. A paradicsomot cikkekre daraboljuk. A paprikát is megmossuk. A szárrészt és a magházat eltávolítjuk. A paprikát félbe-, majd negyedekbe vágjuk. Amennyiben azt tapasztaljuk, hogy a paprika erős, az ereit éles késsel kivágjuk, esetleg le is forrázhatjuk.

A füstölt szalonnát kockákra vágjuk, és lábasban kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a szeletekre vágott vöröshagymát, amit aranysárgára pirítunk. Lehúzzuk a tűzhelyről, és hozzáadjuk a fűszerpaprikát, elkeverjük. Belerakjuk a cikkekre vágott paradicsomot és zöldpaprikát. Lassú tűzön, fedő nélkül pároljuk. Közben sózzuk, gyakran keverjük.

A mélyhűtött és a konzerv alapanyagot is akkor adjuk a fűszerpaprikával elkevert pirított vöröshagymához, amikor a frisset. A jó lecsó tűzpiros színű, a zöldpaprikától és a paradicsomtól sűrű, tartalmas.

Készítésénél gyakran visszatérő hiba, hogy nagyon zsírosra vagy nagyon csípősre készítik. Mindkettő helytelen, mert rendkívül egészségtelen és étvágyrontó.

Kérdések:

- 1. Hogyan rendszerezzük a főzelékeket?*
- 2. Mi a forrázás gyakorlati jelentősége?*
- 3. Milyen hőbehatási és sűrítési eljárást célszerű alkalmazni a primőr főzelékek-nél?*

4. *Hogyan készítjük a tökfőzeléket?*

5. *Hogyan készítjük a kelkáposzta-főzeléket?*

6. *Hogyan készítjük az angolos, franciás, lengyeles főzelékeket?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A főzelékek nyersanyagait mindig egyenletesen daraboljuk fel, hogy egy időben főjenek puhára.
2. A sűrített főzelékeket jól forraljuk ki.
3. A főzelékeket mindig jó forrón, előmelegített tálra tálaljuk.

VI. Köretek

A köretek egészítik ki a hús-, hal- és egyéb ételeinket. Fontos, hogy a köret megfeleljen az étel jellegének. Hagyományos ételeinkhez még a korszerűség jegyében sem adhatunk másféle köretet, mint a szokásos; például a ropogós malacsülthöz párolt káposztát és sült burgonyát adunk, paprikás csirkéhez pedig galuskát. Ha nem így tennénk, megváltoztatnánk az étel jellegét. A köretek kevesebb zsiradékkal készítsük, hogy megfeleljenek a korszerű táplálkozás követelményeinek.

A köreteknek ízletesnek, tetszetősnek, forrónak és étvágykeltőnek kell lenniük, hogy emeljék a húsétel élvezeti értékét.

Fontos, hogy a köretek ne főzzük nagyon puhára, mert ez csökkenti a főétel élvezeti értékét.

Fontos a főétel és a hozzáadott köret megfelelő aránya. A túl sok köret elnyomja a főételt, míg a kevés köret nem elégíti ki az étvágyat.

A köretek lehetõleg külön tálaljuk a főételtől. Erről részletesen szólunk a húsételek tálalásánál.

Hazánkban még mindig indokolatlanul túlzott mértékű a magas kalóriaértékű, burgonyából, gabona- és tésztaféléből készült köretek fogyasztásának aránya. A jövőben jóval több gyümölcs-, főzelék- és zöldségköretet kell fogyasztani, mert ezek könnyebben emészthetők és értékesebbek táplálkozás-élettani szempontból.

1. Burgonyából készíthető köretek

A burgonyaköretekhez lehetőleg nagy szemű, ép burgonyát használjunk. Erre azért van szükség, hogy a köretet gazdaságosan tudjuk darabolni. A darabolásnál keletkező hulladékot is felhasználhatjuk burgonyapüré, tojásos burgonyapép készítéséhez. Visszatérő probléma, hogy a megtisztított burgonyát a szükségesnél hosszabb ideig tároljuk - áztatjuk - hideg vízben. Ez rendkívül káros, mert kioldjuk a burgonya értékes C-vitamin tartalmát. A forgalomba kerülő mélyhűtött burgonyaköretekre is az vonatkozik, mint a zöldség- és főzelékfélékre. Még fagyasztott állapotban kezdjük főzésüket, illetve sütésüket. Ha nem így járunk el, a burgonya összeesik, és sokat veszít élvezeti értékéből.

A bámulást (oxidációt) gátló tartósítósó vegyszerekkel lefűjt, megtisztított burgonyát felhasználás előtt jól mossuk meg. Csak ezután használjuk fel.

a) Bő zsírban sült burgonyaköreték

A bő zsírban sült burgonyaköretékhez a burgonyát megtisztítjuk, jól megmossuk, leöblítjük, a kívánt formára daraboljuk. A sütés kezdetéig bő hideg vízben tartjuk, hogy ne barnuljon meg. A burgonyát a sütés előtt kiemeljük a vízből, jól lecsurgatjuk, majd tiszta konyharuhára terítjük. A konyharuhát a burgonyával együtt szorosan feltekerjük. A burgonyával együtt feltekert konyharuha két végét szorosan összefogjuk, és a munkasztalhoz ütögetjük. A konyharuhával így szárazra itatjuk a burgonyát a víztől.

Ha a burgonyát vizesen tesszük a bő zsírba, akkor balesetet idézhetünk elő. A forró zsiradék a víztől felhabzik. A zsír kifut a tűzhelyre, amely belobban, tüzet és balesetet okozhat. A burgonyát mindig bő, forró zsírban sütjük. Ha kelleténél több burgonyát teszünk a zsírba, akkor a zsír hőfokát lehűtjük, a sütés lelassul, a burgonya elázik. A túl forró zsírban sült burgonya gyorsan színt kap, belül azonban nyers marad. Ha nem elég forró zsírban kezdjük a sütést, a burgonya sok zsírt szív magába, ami egészségtelen, étvágyrontó és nem gazdaságos.

Sütés közben a burgonyát állandóan kevergetni kell, hogy minden darab egyenletesen süljön.

A sütést lehetőleg úgy időzítjük, hogy a burgonyaköret a tálalás pillanatára készüljön el. A burgonyaköretet a tálaláskor sózzuk meg. Ha a burgonyát előre megsózzuk, akkor nem lesz ropogós, hanem meglágyul.

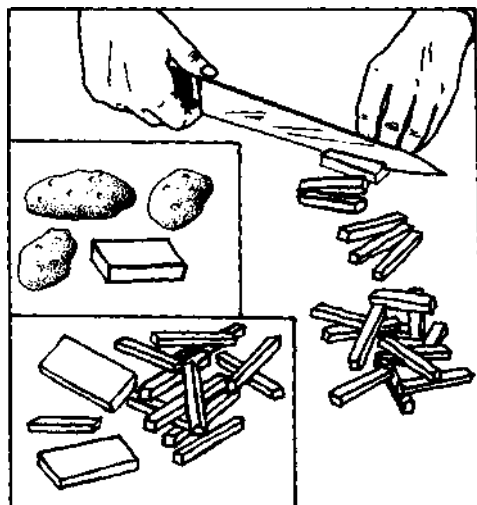
A sütést bő zsírban vagy olajban végezzük. Bő zsírban a burgonyán kívül bundázott hús-, hal- és szárnyasételeket, meleg előételeket, éttermi melegtésztákat sütünk. A bő zsírban sült ételeket mindig frissen, rendelésre kell készíteni. A bő zsírból kiemelt ételt rácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük. A bő zsírban sült ételeket tálpapírral ellátott fémtátra tálaljuk.

HASÁBBURGONYA (Pommes frites)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,03 kg
Olaj	1,00 l		

A megtisztított burgonyát alaposan lemossuk, megszárazítjuk. A burgonya minden oldalát szabályosan levágjuk. Ebből 1 cm vastag, 3-4 cm magasságú négyzetes lapokat vágunk. A lapokból 1 cm-es négyzetes hasábokat vágunk.



72. ábra. Hasábburgonya darabolása

(72. ábra) A darabolt hasábburgonyát vízbe helyezzük. Sütés előtt leszárítjuk, majd az ismertetett módon sütjük. A készre sült burgonyát forrón tálaljuk. Sózzuk, majd tálalópapírral ellátott fémtálra halmozzuk. Ha mélyhűtött hasáb-

12. folyamatábra

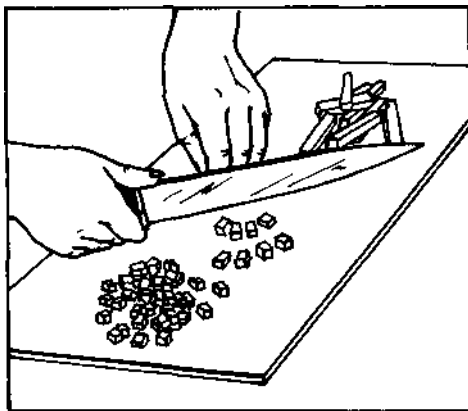
HASÁBBURGONYA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Burgonya	A burgonyát 1 cm vastag és kb. 3-4 cm hosszú hasábokra vágjuk, vízbe helyezzük.	A burgonyát azért kell egyenletesre vágni, hogy egyszerre süljön át. Ha nem helyezzük vízbe, akkor megbarnul.
Olaj Só	A burgonyát alaposan leszárítjuk, majd bő zsírban gyakori kevergetéssel pirosra sütjük. Lapátkanállal kiemeljük, jól lecsepegtetjük. Sóval meghintve tálaljuk.	Ha vizesen helyezzük a burgonyát a zsírba, tüzet és balesetet okozhat. A készre sült burgonyát jól csepegtessük le, mert ellenkező esetben étvágyrontó és egészségtelen.
POMMES FRITES		

burgonyát kell felhasználni, illetve sütni, még fagyott, kemény állapotban kell a sütést elkezdni.

KOCKABURGONYA (Pommes Parmantier)

Lásd Hasáburgonya

A burgonyát a hasáburgonyának megfelelően daraboljuk 1x1cm vastagságú négyzetes hasábokra. Ezekből a hasábokból alakítjuk ki a kockákat. A burgonyát az ismertetett módon leszárítjuk, sütjük, tálaljuk. (73. ábra)



73. ábra. Kockaburgonya darabolása

MOGYORÓBURGONYA (Pommes noisettes)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

A burgonyából kisméretű karalábévájó segítségével golyókat szúrunk ki. A mogyoróburgonyát az ismertetett módon leszárítjuk, sütjük, majd tálaljuk.

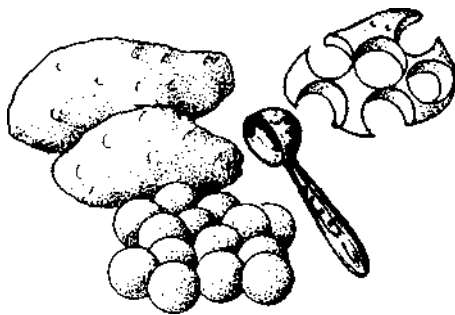
A mogyoróburgonyához hasonlóan kapjuk a párizsi burgonyát (pommes parisiennes). (74. ábra) A párizsi burgonyához nagyobb méretű karalábévájót használunk.

SZALMABURGONYA (Pommes paille)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

Julienne-re (metéltre) darabolás



74. ábra. Párizsi burgonya készítése

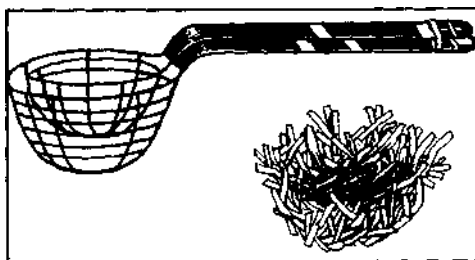
A megtisztított burgonyát 1-2 cm-es lapokra, majd metéltekre daraboljuk. A darabolást egyenletesen végezzük, hogy a szalmaburgonya egyenletesen süljön. A szalmaburgonyát az ismertetett módon leszárítjuk, majd tálaljuk.

BURGONYAFÉSZEK (Nid de pommes de terre)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

A metéltre vágott burgonyát leszárítjuk. Az erre a célra szolgáló fémkosarat kibéleljük a szalmaburgonyával, majd belenyomjuk a másik, valamivel kisebb méretű kosarat. A kosarak nyelét összekapcsoljuk, majd a kosarat bő forró zsírba merítjük. A burgonyafészket aranyárgára sütjük. Kiemeljük a zsírból az összekapcsolt kosarakat. Kinyitjuk, majd a készre sült burgonyafészket óvatosan rácsra borítjuk, és lecsepegtetjük. A burgonyafészkekbe párolt zöldségfélét, ragukat tálalhatunk. (75. ábra)



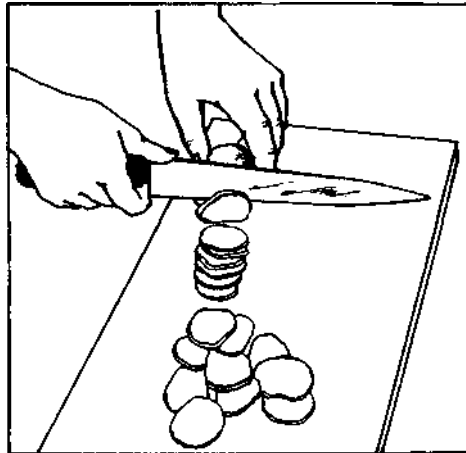
75. ábra. Burgonyafészek

KARIKACSÖRGŐ BURGONYA (Pommes chips)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

A megtisztított és megmosott burgonyát hosszanti irányra merőlegesen 2 mm vastag karikákra daraboljuk. A feldarabolt burgonyát az ismertetett módon leszárítjuk, sütjük, majd tálaljuk. (76. ábra)



76. ábra. Burgonya darabolása karikacsörgőhöz

RÁCSOS BURGONYA (Pommes gaufrettes)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

A hámozott nyers burgonyát hullámos élű gyalun gyaluljuk le. A burgonyával minden lehúzás után fél fordulatot teszünk. Ezáltal a burgonya egyik oldalán húzódó kis vájatok a másik oldalon levő vájatokra merőlegesek lesznek. A kereszteződéseknél kis lyukacsok keletkeznek. A leeső burgonyaszemek rácshoz hasonlóak.

A rácsos burgonyát az ismertetett módon leszárítjuk, sütjük, majd tálaljuk.

PÁRNABURGONYA (Pommes soufflées)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasáburgonya

A középnagyágú burgonyákat kb. 3 mm vastag szeletekre vágjuk. Megmosuk, leszárítjuk.

Közepes hőmérsékletű, nem túl forró zsiradékba helyezük a szeleteket. Addig kevergetjük, amíg a burgonyaszeletek hólyagosodni nem kezdenek. Ekkor a burgonyaszeleteket szűrőkanállal kiemeljük a zsiradékból és másik edénybe forró zsiradékba helyezük. A burgonyaszeletek a hőkülönbség hatására felfúvódnak, párnához hasonló formájuk lesz. Szűrőkanállal kiemeljük, lecsepegtetjük, sózzuk, majd tálpapírral borított fémtátra tálaljuk. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

SZELETBEN SÜLT BURGONYA (Pommes Pont-neuf)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasábburgonya

A nagyobb nyers burgonyát kb. 1 cm vastag és 6-7 cm hosszú szeletekre vágjuk. A hasábburgonyához hasonlóan sütjük meg. Ha a hasábburgonyából, a kockaburgonyából, a mogoróburgonyából, a párizsi burgonyából, a szeletben sült burgonyából nagyobb mennyiséget készítünk, akkor a burgonyát közepes hőmérsékletű zsiradékban üvegesre elősütjük. Rácsra szedjük. A tálalás pillanatában a burgonyát visszahelyezzük a forró zsírba, készre sütjük.

ROPOGÓS BURGONYA (Pommes allumette)

Ajánlott anyaghányad

Lásd Hasábburgonya

A megtisztított, megmosott burgonyát kb. kétszeres vastagságúra daraboljuk a szalmaburgonyához viszonyítva, majd bő forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük.

BORDÁZOTT BURGONYA (Pommes calorettes)

Ajánlott anyaghányad

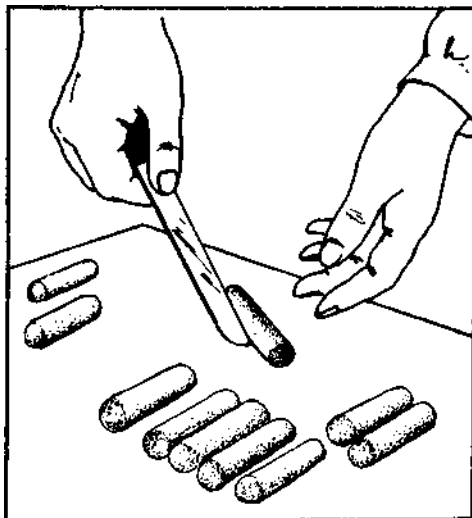
Lásd Hasábburgonya

A megtisztított, megmosott nyers burgonyát hosszanti irányára merőlegesen recézett késsel szeletekre vágjuk.

BURGONYAROPOGÓS (Croquettes de pommes de terre)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,50 kg	Liszt	0,15 kg
Tojás	7 db	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Só	0,04 kg	Olaj	0,50 l
Szerecsendió	0,005 kg		



77. ábra. Burgonyaropogós formázása

A burgonyát megtisztítjuk, megmossuk, majd 2x2 cm-es kockákra daraboljuk. A burgonyaropogós készíthető még a formázáskor keletkező burgonyahulladékból is, amely például hasábburgonya, mogyoróburgonya stb. darabolásakor visszamarad.

A burgonyát fazékba tesszük. Annyi vizet öntünk rájuk, hogy ellepje, majd megsózzuk. A burgonyát puhára főzzük, leszűrjük, és még forrón áttörjük szitán. Az áttört burgonyát összekeverjük négy tojássárgájával, ízesítjük sóval, reszelt szerecsendióval. A burgonyaropogós anyagát jól összedolgozzuk. Zománcozott sütőlapon szétkenjük, és hűtjük. A burgonyaropogósból kb. 1,5 cm vastag és 6 cm hosszú hengereket formázunk lisztezett gyúrotáblán habhártya segítségével. (77. ábra) A burgonyaropogózt bundázzuk.

A bundázás egyik módja, amikor az anyagokat lisztbe, tojásba, majd zsemlemorzzába mártjuk. A bundázott ételeket mindig bő, forró zsírban sütjük. A bundázott, bő zsírban sült ételeket tálpapírral ellátott fém táltra tálaljuk.

A lisztbe, tojásba, zsemlemorzsába bundázott ropogóst újraformázzuk. Előfordulhat, hogy a bundázás közben a burgonyaropogós megsérül. A burgonyaropogóst forró, bő zsírban sütjük meg aranyárgára. A burgonyaropogóst lapátkanállal emeljük ki a zsírból és rácsra helyezzük, lecsepegtetjük.

A következő hibák fordulhatnak elő a burgonyaropogós készítésénél:

- A burgonyát nem jól szűrjük le, vizes marad. A víztől a burgonyaropogós puha lesz, nehezen formálható. A sütés közben az ilyen burgonyaropogós könnyen kireped, kifolyik a forró zsírba.
- A rosszul, hiányosan bundázott burgonyaropogós kireped, kifolyik a forró zsírba.
- Gyakran előforduló hiba, hogy egyszerre túl sok ropogóst helyezünk a forró, bő zsírba. A zsír ettől lehűl, a burgonyaropogósok bundája elázik, a burgonyaropogós szétfolyik a zsírban.

b) Főtt burgonyaköreték

A főtt burgonyaköretékhez lehetőleg olyan burgonyafajtát használjunk, amely nem esik szét főzés közben. Kivételt képez a burgonyapüré, ahol ez nem jelent gondot, hiszen az alapanyagokat áttörjük. A főtt burgonyaköreték készítésénél nagyon fontos, hogy azonos nagyságúra daraboljuk a burgonyát. Ha nem így járunk el, a burgonya nem egyszerre puhul meg. Az egyik szem kemény, a másik puha lesz. A főtt burgonyaköreték főzővizét a szokásosnál jobban sózzuk. Csak így biztosítható, hogy a leszúrt burgonyaköret kellően ízesített legyen. Ha a főtt burgonyaköretet nem azonnal tálaljuk, melegentartásukhoz a főzővíz szükséges. Ebben az esetben a burgonyát nem főzzük meg teljesen, mert a főzővízben tovább puhul. A burgonyát ilyenkor szűrőkanállal emeljük ki a főzővízből, a tálalás ütemének megfelelően. A főtt burgonyaköreték készíthetők gőzöléssel is.

A főtt burgonyaköretet sokféle fűszernövényvel tehetjük változatossá, kakukkfűvei, rozmaringgal, kaporral, bazsalikommal, oregánóval, zellerzölddel, petrezselyemzölddel. A leszúrt burgonyát meghintjük vagy összerázzuk a friss, finomra vágott vagy szárított, összemorzolt fűszernövényel.

PETREZSELYMES BURGONYA (Pommes de terre au persil)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,05 kg		

A burgonyát a burgonyaropogósnál tanult módon előkészítjük, és daraboljuk. A darabolt burgonyát fazékba tesszük. Annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje, majd megsózzuk. Puhára főzzük, leszűrjük. A leszúrt burgonyát óvatosan összerázzuk a finomra vágott petrezselyemzölddel. Forrón tálra halmozzuk. Ha

13. folyamatábra

PETREZSELYMES BURGONYA

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Burgonya	A megtisztított, megmosott burgonyát 2 × 2 cm-es kockákra vágjuk.	A darabolást egyenletesen végezzük, hogy a köret teljesítésig legyen és egyszerre puhuljon meg.
Só	Puhára főzzük annyi sós vízben, amennyi ellepi. Ügyeljünk arra, hogy ne főjön szét a burgonya.	Ha a víz a kelleténél több, a burgonya elveszti ízét. A szétfőtt burgonya étvágyrontó.
Petrezselyemzöld	A burgonyát leszűrjük és óvatosan összerázzuk finomra vágott petrezselyemzölddel.	A keverést óvatosan végezzük. Ellenkező esetben összetörjük a burgonyát.

POMMES DE TERRE AU PERSIL

a burgonyát más fűszernövényekkel rázzuk össze, akkor az elnevezését arról kapja (pl. kapos burgonya, svéd konyha).

A petrezselymes burgonyát főleg borjúhúsból és halból készült ételekhez adjuk.

ÚJ BURGONYA (Pommes de terre nouvelles)

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,50 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,05 kg	Vaj	0,05 kg

Az újburgonya kb. dió nagyságú. Természetesen ennél lehet kisebb és nagyobb is. Célszerű az újburgonyát a szemek nagysága szerint összeválogatni, és együtt készíteni. Az újburgonyát nem hámozzuk, hanem kaparással tisztítjuk.

Az újburgonyát tisztítás és mosás után, ha a szemek a dió nagyságánál nem nagyobbak, párolással készítjük. A megtisztított újburgonyát lábasba helyezük. Vajat adunk hozzá, sózzuk, majd egy kevés vizet aláöntve, fedővel fedve, lassú tűzön puhára pároljuk. Mikor majdnem puha, meghintjük valamilyen finomra vágott fűszernövényekkel, óvatosan összerázzuk. Forró, előmelegített tálra tálaljuk.

Ha az újburgonya nagyobb szemű, akkor a tisztítás és mosás után kockára daraboljuk, majd a petrezselymes burgonyához hasonlóan elkészítjük.

CSEMEGE MÉLYHÚTOTT BURGONYA

Újburgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,00 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,05 kg	Vaj	0,05 kg

A kb. dió nagyságú mélyhűtött burgonyát még fagyott, kemény állapotban tesszük fel sós, forrásban levő vízben főni. A főzése rövidebb időt igényel, mint a többi, friss burgonyaköreté. A csemege mélyhűtött burgonyát az újburgonyához hasonlóan meghintjük valamilyen finomra vágott fűszernövényvel, és forrón, előmelegített tálra tálaljuk.

BURGONYAPÜRÉ (Purée de pommes de terre)

Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Tej	1 l
Só	0,04 kg	Vaj	0,10 kg

A burgonyát a burgonyaropogósnál tanult módon tisztítjuk, mossuk, daraboljuk. Sós vízben puhára főzzük, leszűrjük, még forrón szitán áttörjük. Így kapjuk a burgonyapelyhet. Az áttörést úgy végezzük, hogy a burgonyapelyhet azonnal egy acél habüstbe, vagy más, a kikeverésnek megfelelő edénybe kerüljön. Hozzáadjuk a forró tej felét és a vaját. Acél habverővel habosra keverjük, majd folyamatosan kevergetve hozzáadjuk a tej másik felét.

A hozzáadott tej mennyisége mindig a burgonya minőségétől függ. Esetenként nincs szükség az összes tejjel, mert a burgonya magas víztartalmú. Így a burgonyapüré kevesebb tejjel is megfelelő sűrűségű lesz (pl. ellaburgonya). Máskor több tejet kell felhasználni, mert a burgonya sokkal több tejet képes megkötni (pl. desiré).

A kész burgonyapüré kanállal könnyen formázható, habszerű, hófehér színű, nem folyik.

A burgonyapürét sóval ízesítjük, majd vízfürdőbe helyezzük. Tetejére vajdarabkákat morzsolunk, vagy egy kevés meleg tejet öntünk, hogy ne bőrsödjön. A burgonyapürét forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejét forró vízbe mártott kanállal díszítjük. A burgonyapürét angolos bélszínhez, vajas borjúszelethez, kímélő étrendekhez adhatjuk.

Az áttört burgonyából nyert burgonyapelyhnek szintén nagy jelentősége van

a kímélő étrendekben. Emészthetősége, élvezeti és táplálkozásélettani értéke mással nem pótolható.

SÓS BURGONYA (Pommes de terre au sel)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,04 kg
----------	---------	----	---------

A burgonyát a burgonyaropogósnál tanult módon tisztítjuk, mossuk, daraboljuk. A petrezselymes burgonyánál tanult módon főzzük puhára. Leszűrjük, azonnal forrón tálaljuk főtt marhahúshoz, pörkölthöz, tokányfélékhez.

VAJAS BURGONYA (Pommes de terre au beurre)

Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,04 kg	Vaj	0,05 kg

Sós burgonyát készítünk. Forrón leszűrjük. Vajban finomra vágott petrezselyemzöldet párolunk. Ráöntjük a leszűrt burgonyát, óvatosan összekeverjük.

A vajas burgonyát főleg halételekhez adjuk. A petrezselymes, sós és vajas burgonyaköretet más alakúra is formázhatjuk: gömbölyű alakúra, hordó alakúra, cikkekre.

TÖRT BURGONYA (Pommes de terre aux oignons)

Pirított vöröshagyma

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,15 kg		

A burgonyát a burgonyaropogósnál tanult módon tisztítjuk, mossuk, daraboljuk, majd sós vízben puhára főzzük. A puhára főzött burgonyát összetörjük. A finomra vágott vöröshagymát fűszerpaprika nélkül a pörköltalagnál tanult módon aranyárgára pirítjuk.

Az összetört burgonyához hozzáadjuk a pirított vöröshagymát, sóval, törött borssal ízesítjük, és összekeverjük. Vékonyan kizsírozott sütőtepsibe egyenletesen szétterítjük. Középméleg sütőben átforrósítjuk. Teteje közben aranyárgára pirul. A forró tört burgonyát lapátkanállal vágjuk ki, és emeljük az előmelegített

tálra. Aranysárgára pirított teteje mindig felülre kerüljön. A tört burgonyát ropogós libasülthöz, pirított sertésmájhoz adhatjuk.

BORÍTOTT BURGONYA (Pommes sautées aux oignons)

Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Zsemlemorzsa	0,10 kg

A borított burgonyát *stírzelt* burgonyának is nevezik. Tört burgonyát készítünk. A palacsintasütőt sertézsírral vékonyan kikenjük. Meghintjük zsemlemorzzával.

Egyenletesen kb. 2 cm vastagságban - szétterítjük a tört burgonyát a palacsintasütőben. Lassú tűzön megpirítjuk. A pirítás közben a palacsintasütőt óvatosan rázogattjuk, hogy a tört burgonya mindenütt egyenletesen piruljon. Ha a tört burgonya alsó része megpirult, lapostányért helyezünk a palacsintasütőre. A tört burgonyát gyors mozdulattal a tányérra borítjuk. A lapostányérról visszacsúsztatjuk a palacsintasütőbe a tört burgonyát, és a másik felét is megpirítjuk. Ha a tört burgonya alsó fele is megpirul, előmelegített tálra borítjuk.

PAPRIKÁS BURGONYA (Pommes de terre á la hongroise)

Pörköltalap

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,50 kg	Paradicsom	0,10 kg
Zsír	0,10 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,10 kg	Lecsó	0,20 kg
Köménymag	0,005 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Zöldpaprika	0,30 kg	Fokhagyma	0,01 kg

A gulyáslevesnél tanult módon pörköltalapot készítettünk. Beletesszük az összezúzott fokhagymát és egy kevés darált köménymagot. A pörköltalaphoz adjuk a hosszúkás cikkekre vágott burgonyát, és sóval ízesítjük. Lassú tűzön állandóan, óvatosan kevergetve néhány percig pároljuk. Hozzáadjuk a cikkekre vágott zöldpaprikát, paradicsomot, télen a lecsót. Arra mindig ügyeljünk, hogy a paradicsom kevesebb - kb. egyharmad - része legyen a zöldpaprikának. Ellenkező esetben az étel savanykás ízű lesz a sok paradicsomtól. Ezzel is néhány percig pároljuk. Ezután a burgonyát felengedjük annyi vízzel, hogy majdnem ellepje. A paprikás burgonyát lassan, egyenletesen, fedővel letakarva főzzük. Főzés közben többször óvatosan megrázzuk, esetleg megkeverjük, hogy a bur-

gonya egyenletesen puhuljon. A végén azt tapasztaljuk, hogy a burgonya a víz jelentős részét magába szívta. A kész paprikás burgonyának tartalmas pörköltleve van. A paprikás burgonyát készíthejük virslivel, kolbásszal.

BURGONYAGÁNICA

Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,50 kg	Só	0,04 kg
Törött bors	0,005 kg	Liszt	0,40 kg
Zsír	0,10 kg	Tejföl	0,30 l

A burgonyaropogósnál tanult módon burgonyapelyhet készítünk. Még forrón sót, törött borsot és lisztet keverünk hozzá, jól összedolgozzuk. Meleg zsírba mártott evőkanállal a daragaluskához hasonlóan galuskákat formázunk belőle. Zsírral vékonyan kikent sütőtepsibe helyezük a galuskákat. Meglocsoljuk tejjel, és sütőben pirosra sütjük.

Azonnal, forrón, előmelegített tálon tálaljuk. Úgy is tálalható, hogy kiolvasztott füstölt szalonnán pírított vöröshagymát locsolunk a tetejére.

c) Főtt-sült burgonyaköreték

A főtt-sült burgonyaköreték jellemzője, hogy a burgonyát héjában főzzük puhára. Ezután kihűtjük, majd hámozzuk. A hámozott burgonyát a köret jellegének megfelelően daraboljuk, majd sütjük vagy pírítjuk.

PIRÍTOTT BURGONYA (Pommes sautées)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,20 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

A burgonyát többször váltott hideg vízben tisztára mossuk. Fazékba tesszük, annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje, majd megsózzuk. A burgonyát puhára főzzük, leszűrjük. Szétrakjuk, hogy mielőbb kihűljön. A burgonyát meghámozzuk, és kb. 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeletelést óvatosan végezzük, hogy szép egyenletes karikákat kapjunk. Serpenyőben egy kevés zsírt forrosítunk. Beletesszük a karikára vágott burgonyát, és gyakori forgatással, rázogatással aranyárgára pírítjuk. A pírítás közben ügyeljünk arra, hogy a burgonyakarikák ne törjenek össze. Végül a pírított burgonyát sózzuk, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, óvatosan összerázzuk. Forrón, előmelegített

14. folyamatábra

PIRÍTOTT BURGONYA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Burgonya Só	A tisztára mosott burgonyát héjával együtt sós vízben puhára főzzük, leszűrjük, majd hűtjük.	A burgonyát ne főzzük túl puhára, mert a későbbiek során nem tudjuk felszeletelni.
	A burgonyát meghámozzuk, majd egyenletes, kb. 3-4 mm vastag karikákra daraboljuk.	Ha nem egyenletes a burgonya darabolása, akkor a piritást sem tudjuk egyenletesen végezni.
Zsír	Egy kevés zsírt hevítünk, majd belerakjuk a karikákra vágott burgonyát. Gyakori forgatással, kevergetéssel aranyárgára piritjük a burgonyakarikákat.	A burgonyakarikákat azért kell forgatni, kevergetni, hogy mindkét oldaluk egyenletesen megpiruljon.
	A burgonyát sózzuk, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel és azonnal tálaljuk.	Ha a burgonya kihül, akkor étvágyrontó hatása lesz.
POMMES SAUTÉES		

tálra halmozzuk. A piritott burgonyát mindig frissen, rendelésre kell készíteni. Egészben sült húshoz, frissensültekhez adhatjuk.

VELESÜLT BURGONYA (Pommes chateaux)

Piritott burgonya

A héjában főzött, hámozott burgonyát cikkekre vágjuk. Az elnevezésének megfelelően a félig megsütött húshoz mellé kell helyezni a cikkekre vágott burgonyát, majd megsózni. A hús és a burgonya sütését együtt kell befejezni. Sütés közben a burgonyát a sült hús zsírjával locsolgatjuk.

Ha nagyobb mennyiséget készítünk, az összegyűjtött sült húshoz zsírjában sütjük meg a cikkekre vágott burgonyát. Az elkészített burgonyát a sült hús mellé tálaljuk, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

c) Rakott és töltött burgonyaköreték

A rakott burgonyaköretékhez a burgonyát a főtt-sült burgonyaköretékhez hasonlóan készítjük elő. A burgonyát tehát héjában főzzük, majd karikára vágjuk.

FRANCIA RAKOTT BURGONYA (Pommes de terre fourrées a la française)

Pírított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,00 kg	Tejföl	0,50 l
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,10 kg	Szerecsendió	0,005 kg
Só	0,04 kg	Zsemlemorzsa	0,08 kg
Tojás	10 db		

A burgonyát a pírított burgonyához hasonlóan megfőzzük, és karikára vágjuk. A tojások felét (5 db-ot) keményre főzzük. A tojásokat hideg vízbe helyezük. Felforraljuk, és forrástól számított 10 percig főzzük. A tojásokat ezután hideg vízben lehűtjük, hámozzuk, és tojásvágóval karikára vágjuk.

A többi 5 db tojást óvatosan kettéválasztjuk. Ezt a műveletet úgy kell végezni, hogy tojássárga ne kerüljön a fehérjébe, mert akkor a fehérjét nem tudjuk habbá verni. Mind a tojássárgáját, mind a tojásfehérjét szárazra törölt tiszta habüstbe engedjük. A tojásfehérjéből habverővel kemény habot verünk, az alábbiak szerint:

A habüstöt a tojásfehérjével együtt hűtőszekrénybe helyezzük. Ha meggyőződünk arról, hogy jól lehűlt, kiemeljük a hűtőszekrényből.

Tiszta, száraz habverővel, folyamatosan visszatérő, „Z” alakú mozgással verjük a tojásfehérjét.

A habverés vége felé, mikor a hab kezd szilárdulni, többször ellenőrizzük a hab állományát, nehogy túlverjük. A jól felvert hab hófehér fényben csillogó, szilárd állományú. Ha a habverőt kiemeljük belőle, a habverőn levő hab csúcsosan válik el a habüstben maradó habtól. A túlvert hab nem csillog, közelről nézve pelyhes, állománya laza, rövid időn belül összefolyik a habüstben.

A tojássárgáját a vajjal és a tejjel habosra keverjük, sóval ízesítjük, törött borssal, reszelt szerecsendióval fűszerezük. Óvatosan hozzákeverjük a karikára vágott burgonyát és a főtt, karikákra vágott tojást. Végül belekeverjük a tojásfehérjéből vert kemény habot. Ezzel is óvatosan összekeverjük. Magas szélű, tűzálló tálat vagy zománcozott sütőtepsit zsírral kikenünk. Morzsával meghintjük, majd beleöntjük az összekevert anyagokat, Tetejére zsemlemorzsat hintünk, meglocsoljuk a maradék zsírral. Középméleg sütőben sütjük meg. A sütés

15. folyamatábra

FRANCIA RAKOTT BURGONYA		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Burgonya Só	A burgonyát héjában megfőzzük, meghámozzuk, karikára vágjuk. A főtt tojást karikára vágjuk.	A burgonyát nem szabad szétfőzni, mert az étel élvezhetetlen lesz.
Tojássárgája Tojásfehérje Vaj Tejföl Só Törött bors Szerecsendió Burgonya	A tojássárgáját vajjal, tejjel habosra keverjük. Fűszerezzük, majd óvatosan hozzákeverjük a karikára vágott tojást és burgonyát. Végül a tojáshabot keverjük hozzá.	A burgonyát és a tojást óvatosan kell bekeverni, hogy ne törjük össze.
	A keveréket zsirozott, morzsázott edénybe öntjük. Tetejére zsemlemorzsza, olvasztott zsír, reszelt sajt kerül. Sütőben, közepmeleg hőmérsékleten pirosra sütjük, forrón tálaljuk.	A sütést csak közepmeleg sütőben végezhetjük. Ha a sütő forró lenne, a burgonya teteje elég, belseje nyers marad.

POMMES DE TERRE FOURRÉES À LA FRANCAISE

befejezésére a rakott burgonya átsül, teteje ropogósra sül. Azonnal tálalni kell, mert ellenkező esetben kiszárad, sokat veszít élvezeti értékéből.

Ha nagyobb mennyiséget készítünk és hosszabb ideig kívánjuk melegen tartani, akkor besamelmártást is keverünk a habosra kevert tojássárgájához, tejjel és vajhoz. Ezzel biztosítjuk, hogy a rakott burgonya hosszabb ideig sem szárad ki. A besamelmártás készítésével a későbbiek során ismerkedünk meg.

SVÁJCI RAKOTT BURGONYA (Pommes de terre fourrées à la Suisse)

Francia rakott burgonya

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,00 kg	Tejföl	0,501
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,10 kg	Szerecsendió	0,005 kg

Tojás	10 db	Zsemlemorzsa	0,08 kg
Só	0,04 kg	Sajt	0,10 kg

Francia rakott burgonyát készítünk azzal a különbséggel, hogy a reszelt sajt kétharmad részét a burgonyához keverjük. Zsírral kikent, morzsázott, magas szélű tűzálló tálba öntjük a burgonyát.

Tetejére hintjük a maradék reszelt sajtot és vajdarabkákat, majd sütőben pirosra, ropogósra sütjük.

SONKÁS RAKOTT BURGONYA (Pommes de terre fourrées au jambon)

Francia rakott burgonya

Ajánlott anyaghányad

Lásd Francia rakott burgonya

+ sonka 0,40 kg

A francia rakott burgonyához hasonlóan készül. Finomra vagy apró kockákra vágott sonkát keverünk hozzá.

TÖLTÖTT BURGONYA (Pommes de terre farcies)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,00 kg	Sárgarépa	0,25 kg
Só	0,04 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sajt	0,10 kg	Zellergumó	0,15 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vaj	0,08 kg

A héjában főtt burgonyát hűtjük, meghámozzuk. Félbevágjuk, a belsejét karalábévájával kivájjuk. Apró kockákra vágott főtt, leszűrt zöldségeket összekeverünk sóval, reszelt sajttal, finomra vágott petrezselyemzölddel. Megtöltjük a kivájt burgonyákat a töltelékkel. Kivajazott tűzálló tálba tesszük. Tetejére vékony szelet sajtot helyezünk. Középméleg sütőben pirosra sütjük. A burgonya tölthető még: darált pörkölt hússal, gombavagdalékkal, kolbászhússal, májpuréval.

e) Egyéb burgonyaköretetek

TOJÁSOS BURGONYAPÉP (Pommes duchesse)

Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	2,00 kg	Só	0,04 kg
Tojássárga	7 db	Szerecsendió	0,005 kg
Vaj	0,08 kg		

A burgonyaropogósnak megfelelően tojásos burgonyapépet készítünk. Nyomózsákba csillagsövet helyezünk, majd beletöltjük a tojásos burgonyapépet. A tojásos burgonyapépet tűzálló vagy fémtál szélére fecskendezzük a habzsák-ból. Tetejét olvasztott vajjal meglocsoljuk. A tál szélén levő tojásos burgonyapép különböző ételek körítése és egyben díszítése. Az ételt a burgonyapéppel együtt szalamanderban gyorsan aranyárgára pirítjuk.

LAPCSÁNKA

Ajánlott anyaghányad

Tojás	4 db	Liszt	0,36 kg
Só	0,02 kg	Tej	0,20 l
Víz	0,40 l	Burgonya	0,80 kg
<i>Sütéshez:</i>	0,30 l olaj		

Másképpen cicegének is nevezik. A burgonya kivételével minden anyagot összekeverünk csomómentesre. Ezután hozzáreszeljük és folyamatosan beleke-verjük a nyers, hámozott burgonyát, hogy ne barnuljon meg. A tésztát a palacsintához hasonlóan sütjük meg palacsintasütőben, közepes ütemben, hogy jól átsüljön. A lapcsánkát melegen, megsózva kell tálalni, tálpapírral ellátott tálon.

A lapcsánka ízesíthető fokhagymával. Egy másik változatát juhtúróval réte-gezzük, sütőben jól átsütjük, és cikkekre vágva forrón tálaljuk.

BURGONYA FÓLIÁBAN (Pommes de terre au fólia)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	3,00 kg	Só	0,05 kg
Vaj	0,10 kg		

Az egyforma méretű burgonyákat jól megmossuk, és még vizesen besózzuk, majd alumíniumfóliába csomagoljuk. Sütőben lassan készre sütjük. Fóliában adjuk asztalra még forrón. Külön vaját adunk hozzá.

3. táblázat

Burgonyaköreték csoportosítása

Bő zsírban sült burgonyaköreték	Főtt burgonyaköreték	Főtt-sült burgonyaköreték	Rakott és töltött burgonyaköreték	Egyéb burgonyaköreték
Hasábburgonya Szalmaburgonya Kockaburgonya Mogyoróburgonya Burgonyafészek Karikacsörgő burgonya Burgonyaropogós Rácsos burgonya Szeletben sült burgonya Ropogós burgonyaszeletek Bordázott burgonya	Petrezselymes burgonya Újburgonya Burgonyapüré Sós burgonya Tört burgonya Borított burgonya Paprikás burgonya Burgonyagánica	Pírított burgonya Velesült burgonya	Rakott burgonya Töltött burgonya	Tojásos burgonya- pép Lapcsánka Burgonya fóliában

2. Gabonafélékből készíthető köreték

PÁROLT RIZS (Ris braisé)

Ajánlott anyaghányad

Rizs	0,60 kg	Zsír	0,06 kg
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Javasolt folyadék- mennyiség	1,20 l

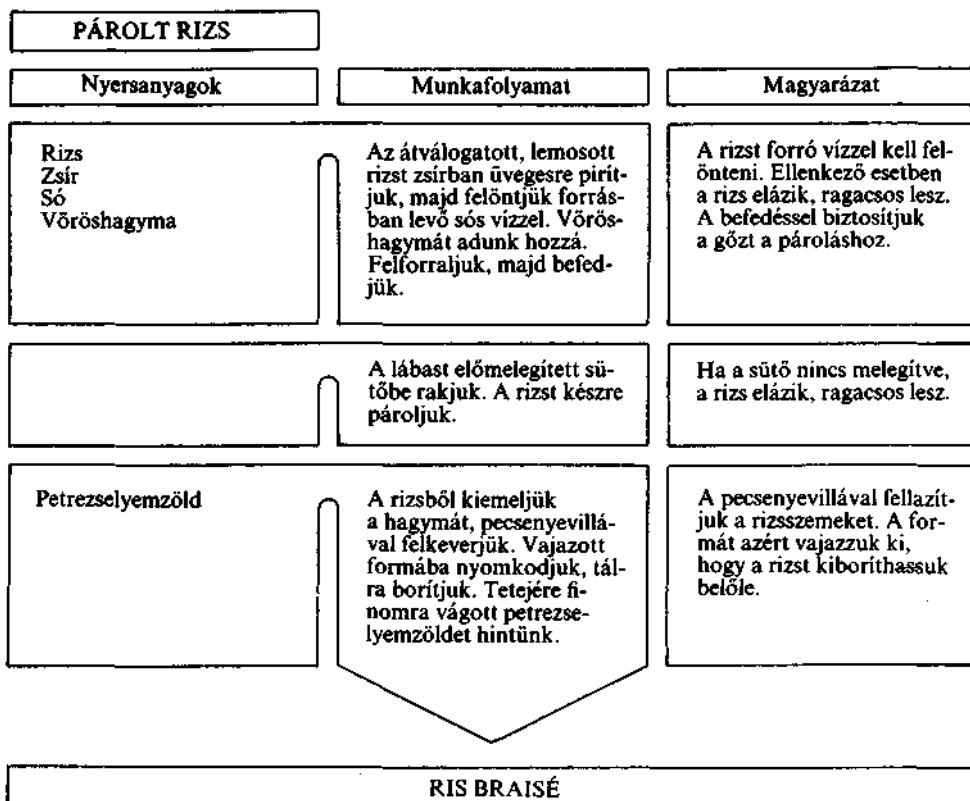
A rizst átválogatjuk, megmossuk többször váltott hideg vízben. Szitára öntjük, lecsepegtetjük. A vöröshagymát megtisztítjuk, lemossuk.

A sütőt begyújtjuk, hogy forró legyen. A rizs kétszeres súlyának megfelelő (1,2 l) mennyiségű vizet forralunk, sóval együtt. Lábasban zsírt melegítünk. Belerakjuk a rizst. Lassan, állandó keveréssel üvegesre pirítjuk. Felengedjük a forrásban levő sós vízzel. Belerakjuk a vöröshagymát. Fedővel lefedjük, felforraljuk. A lábasban levő lefedett rizst berakjuk a forró sütőbe, kb. 30 percig pároljuk. Ha letelt az idő, kiemeljük a lábast a sütőből. Leemeljük a fedőt, és kivesszük a vöröshagymát. A rizst megkóstoljuk. Ha szükséges, sózzuk, és ezután pecsenyevillával könnyedén felkeverjük a rizst. Ha jól dolgoztunk, a rizsszemek nem tapadnak össze, különállóak.

A párolt rizst lefedve, vízfürdőben kell melegen tartani tálalásig.

A párolt rizst vajazott tálalókanálba, csészébe nyomkodjuk. Ebből borítjuk ki az előmelegített tálra. Tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A párolt rizst borjúsülthöz, frissen sült natúrszeletekhez, becsináltakhoz adjuk.

16. folyamatábra



A párolt rizst nemcsak köretnek készítjük. Fontos eleme néhány darált húsból készült étel töltelékének: töltött káposzta, töltött paprika, rakott káposzta. Ezekhez nem pároljuk teljesen puhára, mert a további főzéskor, pároláskor úgyszólván kellően megpuhul.

A töltelékrisz készítéséhez általában egyszeres mennyiségű vizet használunk, így a rizs félig puhul meg.

Gyakran visszatérő probléma, hogy a párolt rizs nem tud kétszeres mennyiségű vizet magába szívni. Ez a rizs minőségétől függ, amit a készítés előtt kell megvizsgálni. Ha úgy ítéljük, hogy a rizs rosszabb minőségű, töredezett, esetleg gipszes szemek vannak benne, akkor másfélszeres mennyiségű vízzel készítsük.

BATTHYANY-RIZS (Ris á la Batthyány)

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Rizs	0,60 kg	Zsír	0,06 kg
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	1,2 l		

A rizst a párolt rizshez hasonlóan kell elkészíteni. A különbség az, hogy a rizst kissé megpirítjuk. Így ízében és színében mutat majd eltérést.

GOMBÁS RIZS (Ris aux champignons)

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Rizs	0,60 kg	Gomba	0,20 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vöröshagyma	0,05 kg		

A megtisztított, többször váltott vízben megmosott gombát leszárítjuk. Apró kockákra vágjuk. Serpenyőben vaját melegítünk. Belerakjuk a gombát. Sóval ízesítjük, törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Puhára pároljuk. A gombát a kész párolt rizshez keverjük. A párolt rizshez hasonlóan tálaljuk.

Párizsi körítéshez adhatjuk.

SONKÁS RIZS (Ris au jambon)

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Lásd párolt rizs	Sonka	0,20 kg
	Törött bors	0,005 kg

A sonkát apró kockákra vágjuk, egy kevés vajban pároljuk, majd párolt rizshez keverjük. Sóval, törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel ízesítjük. A párolt rizshez hasonlóan tálaljuk.

RIZIBIZI (Ris aux petit pois)

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Lásd Párolt rizs

Zöldborsó	0,30 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Sajt	0,10 kg	Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg		

A zöldborsót vajon puhára pároljuk, sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezük, petrezselyemzöldet adunk hozzá. A párolt rizshez hozzákeverjük a zöldborsót és a reszelt sajtot. A párolt rizshez hasonlóan tálaljuk. Rántott libamájhoz, párizsi körítéshez adhatjuk.

PULISZKA

Ajánlott anyaghányad

Szitált kukoricadara	0,40 kg	Vaj	0,05 kg
Só	0,03 kg	Olaj	0,2 l
Javasolt folyadék- mennyiség	0,8 l		

A puliszkához szitált kukoricadarára van szükségünk. A kukoricadara kétszeres súlyának megfelelő (0,8 liter) mennyiségű vizet forralunk. Sót és olajat adunk hozzá. A forrásban lévő vízhez adjuk a kukoricadarát. Habverővel gyorsan simára keverjük. Ha felforr, sűrűsödni kezd. Mérsékelt tűzön lassan forraljuk kb. 4-5 percen át. A kész puliszka sűrű állományú. Olvasztott vajba mártott kanállal tálaljuk. Erdélyi tokányhoz adják. A puliszkát másképpen kukoricakásának is nevezik.

Néhány helyen juhtúróval rétegezik, és vajjal meglocsolva sütőben pirosra sütik, tálra borítva tálalják. Elnevezése: karimás kása.

PIRÍTOTT DARA (Garniture de semoule)

Ajánlott anyaghányad

Dara	0,90 kg	Zsír	0,06 kg
Só	0,03 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

A darát megszitáljuk. Zsíron világosbarnára pirítjuk. A dara súlyához viszonyítva másfélszeres mennyiségű sós, forrásban levő vízzel felöntjük. Gyorsan összekeverjük és befedjük. Sütőben néhány perc alatt készre pároljuk. Tálalás előtt sütővillával felkeverjük.

A gabonafélékből készült köretek csoportosítása a 4. táblázatban látható.

4. táblázat

Gabonafélékből készült köretek csoportosítása

Rizsből készült köretek	Kukoricából készült köretek	Darából készült köretek
Párolt rizs Batthyány-rizs Gombás rizs Sonkás rizs Rizibizi	Puliszka	Pirított dara

3. Tésztafélékből készíthető köretek

GALUSKA (Noques)

Galuska

Ajánlott anyaghányad

Liszt	0,80 kg	Zsír	0,20 kg
Só	0,05 kg	Tojás	3 db
Javasolt folyadék- mennyiség	0,40 l		

Először sós vizet forralunk egy fazékban.

Összeállítjuk a galuskatésztát. A tojásokat keverőtálba felütjük. Egy kevés vizet és sót adunk hozzá. Ezután hozzáadjuk a szitált lisztet. A galuskatésztát fakanállal keverjük össze. Amikor a tojás és a víz keveréke egyneművé vált a liszttel, akkor a galuskatészta elkészült. A galuskatésztát a vizezett szaggatódeszkára öntjük a keverőtálból. A tésztából egy kés segítségével ujjnyi vastag csíkot vágunk. A csíkot a szaggatódeszka szélére toljuk. A kés lapjával a tésztacsíkot lelapítjuk. A késsel apró galuskákat szaggatunk (vágunk) a tésztából, és a forrásban levő vízbe toljuk őket a kés lapjával. A szaggatás közben a kést többször a vízbe mártjuk, hogy a galuskatészta ne ragadjon a késhez. A galuskával a főzővizet tovább forraljuk. A galuskákból néhány szemet kiemelünk, és átvágjuk. Ha a közepén nem látunk nyers tésztacsíkot, a galuska átfőtt. A készre főzött galuskákat leszűrjük, alaposan leöblítjük és lecsepegtetjük. Megfelelő méretű lábasban zsírt melegítünk. Belekeverjük a galuskát, sózzuk, és átforgatjuk. Azonnal, forrón, előmelegített tálra rakjuk.

Sokféle ételhez, így paprikáshoz, pörkölthöz tálalhatjuk körítésként.

Önálló ételként tojásos galuskát készíthetünk belőle.

17. folyamatábra

GALUSKA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só	Sós vizet forralunk egy megfelelő méretű fazékban.	A galuskát csak akkor kell összeállítani, ha a víz forr.
Tojás Só Liszt	Keverőtálban tojással, vízzel, liszttel és sóval összeállítjuk a galuskatésztát. A tésztát nem szabad kidolgozni. Vizezett szaggatódeszkről a forrásban levő vízbe szaggatjuk.	A kidolgozott galuskatészta nyúlós lesz, így nehezen formázható, szaggatható. A víznek állandóan fornia kell, különben a galuska elázik.
	A kész galuskát leszűrjük, alaposan leöblítjük, majd forró zsírban átfogatjuk. Forrón tálaljuk, előmelegített tálra.	A galuskát alaposan le kell öblíteni, mert különben összeragad, ragacsos lesz.
NOQUES		

ZSEMLEGOMBÓC (Quenelles de pain)

Ajánlott anyaghányad

Zsemle	5 db	Vöröshagyma	0,05 kg
Tojás	3 db	Só	0,05 kg
Liszt	0,30 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,12 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség	0,3 l		

A szikkadt zsemleket 1 x 1 cm-es kockákra vágjuk. Vékonyan kizsírozott sütőlemezre helyezük a zsemlekockákat, majd sütőben aransárgára pirítjuk. A finomra vágott vöröshagymát egy kevés zsírban aransárgára pirítjuk.

A tűzről lehúzzuk, és hozzákeverjük a finomra vágott petrezselyemzöldet. Külön edényben felütjük a tojásokat, egy kevés vizet adunk hozzá, jól összekeverjük, majd sót és törött borsot keverünk bele. A pirított zsemlekockákat keverőtálba rakjuk. Rálocsoljuk a tojásos vizet. Hozzáadjuk a pirított hagymát, valamint a lisztet. Jól összekeverjük, majd hideg vízbe mártott kézzel egy gombócot formázunk. A forrásban levő vízben főzési próbát végzünk. Ha a

gombóc puha és szétfő, lisztet, ha túl kemény, egy kevés vizet keverünk hozzá. Ezután megformázzuk az összes gombócot, és sós vízben puhára főzzük. A zsemlegombócokat tálalásig a sós főzővízben tartjuk melegen. Szűrőkanállal emeljük ki a vízből, lecsepegtetjük és tálra rakjuk. Vadas nyúlgerinchez, savanyú tüdőhöz adhatjuk.

TARHONYA (Farvelli)

Gyúrt tészta

Ajánlott anyaghányad

Tarhonya	0,60 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Só	0,03 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	1,20 l

A tarhonya eredetileg keményre gyúrt, csak tojással készült tészta volt. A keményre gyúrt tésztát rostán nyomták keresztül. Alakja apró, szabálytalan lett. Az így nyert tésztát szárították.

Ma már túlnyomórészt gyárilag készített, tömörített tarhonyából készítjük a tarhonyaköretet.

A sütőt begyújtjuk, hogy forró legyen. A tarhonya súlyához viszonyítva kétszeres (1,20 l) mennyiségű sós vizet forralunk. A tarhonyát zsíron aransárgára pirítjuk. Egy kevés finomra vágott hagymát adunk hozzá. Ezzel is pirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, és fűszerpaprikát adunk hozzá. Gyorsan elkeverjük, majd felöntjük a sós, forrásban levő vízzel. Felforraljuk, fedővel lefedjük. A forró sütőbe helyezzük, és készre pároljuk. Miután a tarhonyát kiemeltük a sütőből, pecsenyevillával fölkeverjük. (A tarhonya készíthető vöröshagyma és fűszerpaprika nélkül is.) A tarhonyát lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A tarhonyát forrón, előmelegített tálra halmozzuk. Marhapörkölthöz adjuk.

BURGONYAGOMBÓC (Quenelles de pommes de terre)

Ajánlott anyaghányad

Burgonya	1,50 kg	Tojás	4 db
Só	0,03 kg	Liszt	0,66 kg
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg

A héjában főtt burgonyákat meghámozzuk. Szitán áttörjük, és kihűtjük. A burgonyát keverőtálba tesszük. Súlyához viszonyítva egyharmad rész lisztet, egytized rész zsírt, sót, törött borsot, tojássárgáját adunk hozzá. Jól összedolgozzuk. Egyenlő nagyságú gombócokat formázunk és sós vízben puhára főz-

zük. Tálalásig saját főzőlevében tartjuk melegen. Mártásos húsételekhez adhatjuk.

SONKÁS BURGONYAGOMBÓC (Quenelles de pommes de terre au jambon) Burgonyagombóc

Ajánlott anyaghányad

Lásd Burgonyagombóc

Sonka 0,25 kg

A burgonyagombóc kész tésztájába finomra vágott sonkát keverünk. A gombócokat formázzuk, kifőzzük. Forrón tálaljuk, melegített tejföllel locsoljuk meg.

SZÉLES METÉLT (Lasagne)

Gyúrt tészta

Ajánlott anyaghányad

Liszt 0,48 kg Tojás 4 db

Só 0,03 kg Vaj 0,05 kg

A gyúrt tésztát vékonyra sodorjuk. 15-20 cm hosszú, 6-8 mm széles metéltekre vágjuk. Sós vízben kifőzzük. Leszűrjük, majd vízzel leöblítjük, lecsepegtetjük. Lábasban vaját melegítünk, a tésztát forrósítjuk, sózzuk. Vízfürdőben tartjuk melegen. Forrón, előmelegített tála tálaljuk. Mártásos húsételekhez adjuk.

PIROS METÉLT (Lasagne rouge)

Széles metélt

Ajánlott anyaghányad

Lásd Széles metélt

Paradicsompüré 0,08 kg

Az olasz konyha jellegzetes készítménye. Gyúrt tésztát készítünk, de paradicsompürét is dolgozunk a tésztába. A színe ettől piros lesz. A továbbiakban ugyanúgy járunk el, mint a széles metéltnél.

ZÖLD METÉLT (Lasagne vert)

Széles metélt

Ajánlott anyaghányad

Lásd Széles metélt

Parajpüré 0,08 kg

Gyúrt tésztát készítünk áttört parajpürével. Ettől színe zöld lesz. A továbbiakban ugyanúgy járunk el, mint a széles metélnél.

CSÓTÉSZTA (Maccaroni)

A csótészta kb. fél centiméter vastagságú, csőszerű tészta. A piros, illetve a zöld metélthez hasonlóan színezhető. Kifőzése, melegentartása ugyanúgy történik, mint a széles metélnél.

SPAGETTI (Spaghetti)

A spagetti 2-2,5 mm vastagságú kerek átmérőjű, kb. 20 cm hosszú tömör tészta. A piros és a zöld metélthez hasonlóan színezhető. Kifőzése, melegentartása ugyanúgy történik, mint a széles metélnél. Az olasz konyha ezenkívül gyakran készíti a canellonit, tortellinit, raviolit.

Ezekkel majd a meleg előtételeknél ismerkedünk meg részletesen. Az olaszok a főtt tésztákat (pastasciutta) nem főzik teljesen puhára. A vaját nem keverik a tésztahoz, hanem a forró tészta tetejére morzsolják. Az olaszoknál a főtt tészták nélkülözhetetlen kísérője a reszelt pármai (parmezán) sajt.

VAJAS FÉLHOLDOK (Fleurons)

Ajánlott anyaghányad

Liszt	0,25 kg	Vaj	0,25 kg
Só	0,01 kg	Ecet (20%-os)	0,005 l
Víz	0,125 l	Tojás	1 db

Vajas tésztából készítjük. A vajas tészta készítésével a későbbiek során ismerkedhetünk meg. A tésztát kb. 3 mm vastagságúra nyújtjuk. Recés szélű, lisztbe mártott pogácsaszaggatóval félholdakat vágunk ki a tésztából. A félholdakat sütőlemezre helyezük. Tetejét felvert tojással bekenjük. Ügyeljünk arra, hogy a tojás ne csurogjon le, mert a tészta sütés közben nem tud felemelkedni.

A félholdakat forró, 200-220 °C-os hőmérsékletű sütőben készre sütjük.

Mártásos halételekhez adjuk körítésként. A tálat körberakjuk a vajas félholdak egy részével, a többit külön tálpapírral ellátott fémtálon adjuk hozzá. A neuronokat természetesen más alakúra is formázhatjuk.

5. táblázat

Tésztaféllekből készült köretes csoportosítása

Galuska	Gombócok	Tarhonya	Gyúrt tészta	Vajas tészta
---------	----------	----------	--------------	--------------

4. Vegyes és gyümölcsköretek

A vegyes köretek fogyasztása táplálkozásélettanilag indokolt. Minél többféle ételmszerből állítjuk össze köreiteinket, ételeinket, annál biztosabb, hogy minden fontos tápanyaghoz hozzájut szervezetünk. A vegyes köretek - az elnevezés is erre utal - többféle más-más színű és ízű, valamint darabolású ételmszerekből állnak. Ez biztosítja a változatosságot, az étkezés esztétikai örömét. A vegyes köretek, és általában a köretek tálalásánál ügyeljünk arra, hogy mennyiségükkel ne nyomjuk el a főételt.

Összetett zöldségköretek

PÁRIZSI KÖRÍTÉS (Garniture á la parisienne)

Angolos főzelékek

Franciás főzelékek

Lengyeles főzelékek

Bő zsírban sült burgonyaköretek

Bundázás (liszt, tojás, morzsa)

Sonkás rizs

Ajánlott anyaghányadok

Franciás karotta	3 adag	Angolos zöldbab	2 adag
Kelvirág lengyelesen	3 adag	Franciás zöldborsó	2 adag
Csirág lengyelesen	2 adag	Angolos paraj	3 adag
Rántott gombafej	2 adag	Szalmaburgonya	2 adag
Sonkás rizs	2 adag		

Párizsi körítésként: angolosan, franciásan, lengyelesen készített főzelékeket, bő zsírban sült burgonyaköretet, rizsköretet adunk. Ezenkívül adhatunk még: bundázott, bő zsírban sült főzeléket, főzelékfelfűjtat, főzelékropogóst, csőben sült főzelékeket, töltött főzelékfélét. Ezekkel a későbbiek során a meleg zöldség- és főzelék-előételeknél ismerkedünk meg.

A párizsi körítés összeállításánál mindig figyelembe kell venni a főzelékek színét, készítési módját. A párizsi körítést kör alakú tálra tálaljuk. Közepére általában a rizsköretet tesszük. A rizsköret köré helyezük a főzelékeket és a bő zsírban sült burgonyaköretet. A főzelékeket a készítési módoknak és a színüknek megfelelően helyezük egymás mellé (pl. franciás karotta, angolos zöldbab, kelvirág lengyelesen, franciás zöldborsó, csirág lengyelesen, angolos paraj, rántott gombafej, szalmaburgonya, sonkás rizs).

A rizsköret megválasztásánál gondolni kell arra, hogy milyen zöldségköretet terveztünk a párizsi körítésbe. Jelen esetben azért választottuk a sonkás rizst, mert rántott gombafej és franciás zöldborsó már szerepel a köretek között.

Tehát nincs lehetőség gombás rizs vagy rizibizi beállítására. Ha a zöldborsó helyett kelbimbót készítettünk franciásan, akkor beállíthatnánk a rizibizit. Ugyanígy, ha a rántott gombafej helyett rántott törökparadicsomot készítenénk, akkor beállíthatnánk a gombás rizst.

A párizsi körítés elemei minden esetben egyenlő mennyiségben, forrón kerüljenek a tálra. A párizsi körítést úgy is lehet tálalni, hogy tojásos burgonyapéppel arányos részekre osztjuk a tálalótálat. Vajjal meglocsoljuk, majd szalamanderben megpirítjuk. A tojásos burgonyapéppel kialakított részekben helyezzük el a különféle köreteket.

TAVASZI KÖRÍTÉS (Garniture printaniére)

Bátonokra (hasábokra) darabolás

Franciás főzelékek

Ajánlott anyaghányad

Sárgarépa v. karotta	0,40 kg	Kelbimbó	0,20 kg
Zöldborsó	0,20 kg	Zöldbab	0,40 kg
Kelvirág	0,30 kg	Csirág	0,25 kg
Gomba	0,20 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,08 kg		

A megtisztított karottát bátonokra, a megtisztított zöldbabot és a csirágot 2-2 cm-es darabokra vágjuk. A kelvirágot rózsáira szedjük, beáztatjuk, majd megmossuk. A kelbimbó külső leveleit leszedjük, jól megmossuk, leforrázzuk. A zöldségeket majdnem puhára főzzük annyi sós vízben, amennyi ellepi, majd leszűrjük. Megfelelő méretű lábasban vajat melegítünk. Belerakjuk a szeletelt gombát. Sóval ízesítjük, törött borssal és finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Puhára pároljuk, majd hozzáadjuk a zöldségeket. Az egészet könnyedén összerázzuk. Ügyeljünk arra, hogy a tavaszi körítés ne törjön össze! Egy kevés vajas pecsenyelevet öntünk rá. Jól összeforraljuk. Forrón, előmelegített tálra tálaljuk.

Tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

ZÖLD KÖRET (Garniture vert pré)

Francia főzelékek

Ajánlott anyaghányad

Zöldborsó	0,30 kg	Paraj	0,30 kg
Zöldbab	0,30 kg	Zöldcsirág	0,30 kg
Kelbimbó	0,30 kg	Brokkoli	0,30 kg
Só	0,03 kg		

Külön-külön franciásan elkészítjük a következő zöldségeket: zöldborsó, paprika, zöldbab (haricot vert), zöldcsirág, kelbimbó, brokkoli.

Az előkészített táltra halmozzuk külön-külön a zöldségfélét úgy, hogy az árnyalatok jól érvényesüljenek. Azonnal, forrón tálaljuk.

VIRÁGÁRUSLÁNY-KÖRET (Garniture á la bouquetière)

Francia főzelékek

Tojásos burgonyapép

Ajánlott anyaghányad

Tojásos burgonyapép	5 adag	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Zellergumó	0,20 kg
Zöldborsó	0,20 kg	Zöldbab	0,20 kg
Csirág	0,20 kg	Kelvirág	0,20 kg
Vaj	0,10 kg	Újburgonya	0,30 kg

Gömbölyűre kiszúrt sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellergumót, apró újburgonyát, zöldborsót, 2-2 cm-es darabokra vágott zöldbabot és csirágot, valamint rózsáira szedett kelvirágot sós vízben külön-külön majdnem puhára főzünk. Leszűrjük, és olvasztott vajban puhára pároljuk a zöldségeket.

Tojásos burgonyapépből (pommes duchesse) kosarakat sütünk, amibe a köreteket ízlésesen elrendezzük.

Gyümölcsköretek

A gyümölcsköreteket készíthetjük:

- friss,
- mélyhűtött és
- konzerv alapanyagokból.

A gyümölcsköretek fogyasztása táplálkozásélettanilag indokolt, mert könnyen emészthetőek. Sok vitamint és ásványi sót tartalmaznak. Elősegítik a húskételek könnyebb emésztését, változatos színeikkel esztétikailag értékesebbé teszik az ételeket.

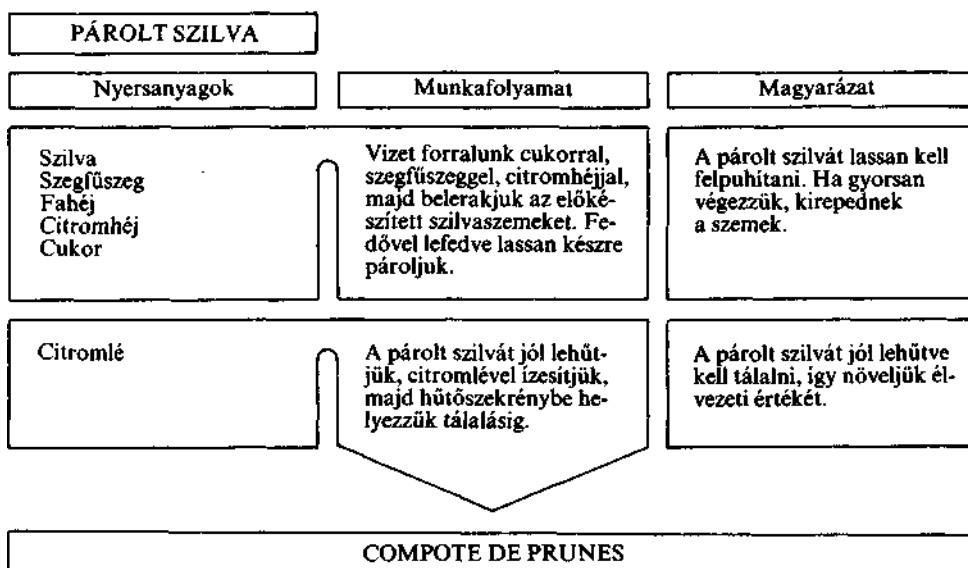
SZILVA (Prunes)

Ajánlott anyaghányad

Szilva vagy	1,40 kg	Szegfűszeg	0,005 kg
Aszalt szilva	0,60 kg	Fahéj	0,005 kg
Cukor	0,18 kg	Citrom	1 db
		Javasolt folyadék- mennyiség	1,2 l

A szilva szárát leszedjük. A szilvát jól megmossuk, majd a magot kinyomjuk a szár helyén. Ezt a műveletet úgy kell végezni, hogy a szilva lehetőleg egybe maradjon. Kb. egy liter vizet felforralunk a cukorral, a szegfűszeggel, a fahéjjal és a citrom vékonyan hámozott héjával. A forrásban levő lébe helyezük a szilvát, lefedve lassan készre pároljuk. Saját levével együtt hűtjük le, egy kevés citromlével ízesítve. Készíthető mélyhűtött szilvából is. Ebben az esetben a szilvát fagyos állapotban helyezük a forrásban levő folyadékba. Az aszalt szilvát felhasználás előtt többször váltott vízben megmossuk, majd beáztatjuk. Ezután az ismert módon elkészítjük.

18. folyamatábra



ALMA (Pommes)

Ajánlott anyaghányad

Alma	1,50 kg	Citrom	1 db
Szegfűszeg	0,005 kg	Cukor	0,15 kg
Fahéj	0,005 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	1,2 l

A főztlét a párolt szilvánál tanult módon elkészítjük. Az almát jól megmossuk, meghámozzuk. A félbevágott almából kivágjuk a magházat, majd az alma nagyságától függően negyedekbe vagy nyolcadokba daraboljuk. A darabolt almát a forrásban levő citromos lében puhára pároljuk. Saját levében hűtjük le.

Az almát egészben is készíthetjük. Az egészben lévő almát hullámos élű késsel

hámozzuk, majd kör alakú kés segítségével a magházat kitoljuk. Az ismert módon puhára pároljuk.

A másik lehetőség, hogy az egészben előkészített almát citrommal bedörzsöljük. A félig puhára sült csirke mellé helyezük. Az egészet befedjük alumíniumfóliával. A sütet együtt fejezzük be.

ANANÁSZ (Ananas)

Ajánlott anyaghányad

Ananászkonzerv	1,10 kg	Szerecsendió	0,005 kg
Vaj	0,10 kg		

Az ananászkarikákat kiemeljük a léből, leszárítjuk. Serpenyőben vajat melegítünk. A vajba egy kevés reszelt szerecsendiót teszünk. Az ananászkarikákat a vajban lassan átpároljuk. Előmelegített tálra tálaljuk az ananászkarikákat, úgy, hogy azok félig takarják egymást. Párolt jércéhez adhatjuk.

BANÁN (Banán)

Ajánlott anyaghányad

Banán	1,40 kg	Narancs	1 db
Vaj	0,10 kg		

A kemény, nem túl érett banánokról lehúzzuk a héjat. Rézsútosan felszeleljük, kb. 1 cm vastag szeletekre. A narancshéjat vékonyan lehámozzuk és hajszálvékony metéltekre vágjuk. Serpenyőben vajat melegítünk. Belerakjuk a metéltre vágott narancshéjat, kissé átpároljuk, hogy a narancshéj szín- és illatanyagai kioldódjanak. Belerakjuk a banánkarikákat, és óvatosan rázogatva készre pároljuk.

KÖRTE (Poire)

Ajánlott anyaghányad

Körte	1,60 kg	Cukor	0,10 kg
Citrom	1 db	Vaj	0,10 kg
Szegfűszeg	0,005 kg		
Javasolt folyadék- mennyiség	1,20 l		

Lehetőleg kemény alexanderkörtéből készítsük. A körtét vékonyan meghámozzuk. Félbevágjuk, majd a magházat eltávolítjuk. Jól megmossuk, és enyhén cukros vízben puhára főzzük. A citrom héját vékonyan lehámozzuk, hajszálvé-

kony metéltekre vágjuk. Serpenyőben vajat melegítünk, belerakjuk a metéltre vágott citromhéjat, lassan pároljuk. A vajba helyezzük a körtéket úgy, hogy a domború részük legyen fölül. Minden körtébe egy szem szegfűszeget szúrunk. A körtéket lassan pároljuk a vajban. Közben a citromhéjas vajjal locsolgatjuk a körtéket.

A körtéket előmelegített tálra helyezzük, és meglocsoljuk a vajjal.

A vegyes és gyümölcsköretek a 6. táblázatban csoportosítva láthatók.

6. táblázat

Vegyes, és gyümölcsköretek csoportosítása

Vegyes köretek	Gyümölcsköretek
Párizsi körítés Tavaszi körítés Zöld köret Virágáruslány-köret	Szilva Alma Ananász Banán Körte

7. táblázat

Köretek csoportosítása

Burgonyából készült köretek	Gabonafélékből készült köretek	Tésztafélékből készült köretek	Vegyes és gyümölcsköretek
Bő zsirban sült burgonyaköretek	Rizs (Kukoricából)	Galuska Gombócok	Összetett Zöldségköretek
Főtt burgonyaköretek	Puliszka Dara	Tarhonya Gyúrt tészták	Gyümölcsköretek
Főtt-sült burgonyaköretek		Vajas tészták	
Rakott és töltött burgonyaköretek			
Egyéb burgonyaköretek			

Kérdések:

1. Mi a köretek szerepe a táplálkozásban a főételek mellett?
2. Milyen köretcsoportokat készíthetünk a burgonyából?
3. Milyen köreteket készíthetünk a gabonaneműekből?
4. Milyen köreteket készíthetünk a tésztafélékből?
5. Milyen szempontok szerint állítják össze a párizsi körítést?
6. Hogyan készítjük a párolt szilvát?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A köreteket ne főzzük, illetve ne pároljuk túl puhára, mert az lerontja a főétel minőségét!
2. A köretek ízesítését, fűszerezését nagy figyelemmel végezzük. A túlfűszerezett köret elnyomja a főétel ízét!
3. A köreteket mindig forrón tálaljuk!

VII. Saláták

A saláták - elsősorban a nyers saláták - ideális kiegészítői főételeinknek, ízeikkel, színeikkel változatossá teszik az étkezést. Értékes vitaminokat és ásványi sókat tartalmaznak. Elősegítik az ételek emésztését.

A salátafogyasztás sok országban az előétel szerepét tölti be. A skandináv országokban nagy kultusza van az étkezést bevezető nyers zöldség- és főzeléklélék fogyasztásának. Ezek addig állnak az asztalon, amíg minden vendég meg nem érkezik. A saláták élénk színeikkel, ropogós szerkezetükkel jól lehűtve, üdítő, frissítő ízeikkel igen alkalmasak az étkezés bevezetésére, az étvágy felkeltésére és fokozására.

A saláták készítéséhez csak kifogástalan minőségű, friss árut szabad felhasználni. Az éttermekben egyre gyakrabban találkozni a színvonalas salátabárokkal, a vendég előtt, a vendég kívánságának megfelelően előkészített salátákkal, amelyek emelik az étkezés színvonalát. Fontos, hogy minden ételsorban legyen saláta. A jó salátakeverés titka az ízesítők és a fűszerek harmonikus arányainak kialakítása. Nagyon fontos, hogy a saláta jól előkészített, megfelelően hűtött legyen.

A salátakészítéshez nélkülözhetetlenek a finom ecetek és olajok. Különösen a borecet, az almaecet, a tárkonyecet és a fűszerezett ecetek adnak kitűnő zamatot salátáinknak, de egyes salátákat citromlével is ízesíthetünk. Az olajok közül elsősorban a napraforgó- és olívaolajat használjuk. A salátaízesítéshez használt só igen finom, por alakú legyen, hogy gyorsan oldódjon a salátaöntetben. A salátákat különféle öntetekkel, dresszingeikkel készíthetjük. Ezek teszik a salátákat változatossá. A dresszing kifejezés a salátakultusz elterjedésével is egyre használatosabb.

Hazánkban a salátaecet készítése terjedt el. Forralt, lehűtött vízbe sót, cukrot és ecetet keverünk. A három ízesítőanyagának harmonikusan kell összesimulnia. A kész salátaecetet tálalásig hűtőszekrényben tároljuk. A salátát ebbe a salátaecetbe mártjuk, majd előhűtött üvegtányérra helyezzük.

1. Öntetek

- a) *Ecet-olaj alapú öntetek*
- b) *Majonéz alapú öntetek*
- c) *Tejtermékből készült öntetek*
- d) *Hollandi mártás alapú öntetek*
- e) *Paradicsom alapú öntetek*

ECET-OLAJ ÖNTET (Dressing á l'huile et vinaigrette)

Ajánlott anyaghányad

Víz	0,40 l	Ecet(10%-os)	0,10 l
Só	0,01 kg	Cukor	0,04 kg
Olaj	0,10 l	Víz	0,50l

Az ecetet vízzel, sóval, cukorral jól összekeverjük, majd hozzáadjuk az olajat. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

FRANCIA ÖNTET (Dressing á la francaise)

Ajánlott anyaghányad

Tojás	5 db	Ecet (10%-os)	0,05 l
Olaj	0,10 l	Mustár	0,05 kg
Törött bors	0,005 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Petrezselyemzöld	1 csomó		

Főtt, áttört tojássárgája, ecet, olaj, mustár, törött bors, finomra vágott metélőhagyma és petrezselyemzöld keverékéből készül, ízlés szerint. Mindent jól összekeverünk. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

MÁRVÁNYSAJTOS ÖNTET (Dressing au roquefort)

Ajánlott anyaghányad

Márványsajt	0,25 kg	Olaj	0,10 kg
Citrom	1 db	Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg	Borecet (5%-os)	0,10l

Áttört márvány sajtból készül. A sajtához egy kevés olajat, citromlevet, borecetet, sót és törött borsot keverünk. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

FINOMFÜVES ÖNTET (Dressing au vinaigrette)

Ajánlott anyaghányad

Ecetes uborka	0,15 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Tárkonylevél	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Kapribogyó	0,08 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Borecet (10%-os)	0,08 l	Olaj	0,10 l
Só	0,02 kg	Törött bors	0,005 kg
Víz	0,20 l		

Ecetes uborkát, vöröshagymát, tárkonylevelet, petrezselyemzöldet, kapribogyót, metélőhagymát finomra vágunk, és borecetet, olajat, valamint törött borsot keverünk hozzá. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

A salátadressingekkel kapcsolatban le kell szögezni, hogy nincsenek és nem is lehetnek merev előírások, szabályok. Minden olyan anyag, amely jellegében összeülnek, felhasználható dressingek készítéséhez.

b) Majonéz alapú öntetek

MAJONÉZES ÖNTET (Dressing au mayonnaise)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	2 db
Olaj	0,30 l
Mustár	0,05 kg
Tejföl	0,15 l
Só	0,02 kg
Citrom	1 db
Törött bors	0,005 kg

Majonézből, tejfölből, citromléből, mustárból készül sóval ízesítve, törött borssal fűszerezve. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

ZÖLD ÖNTET (Dressing vert)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	2 db	Olaj	0,30 l
Mustár	0,05 kg	Tárkony	0,03 kg
Parajpüré	0,20 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Petrezselyemzöld	1 csomó		

Majonéból, parajpüréből, finomra vágott tárkonylevélből, petrezselyemzöldből és metélőhagymából készül. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

c) Tejtermék alapú öntetek

TEJFÖLÖS ÖNTET (Dressing au crème aigre)

Ajánlott anyaghányad

Tejföl	0,40 l	Citrom	1 db
Olaj	0,10 l	Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg	Kapor vagy Metélőhagyma	1 csomó

Friss tejfölből készül, amihez citromlevet, egy kevés olajat, sót, törött borsot, finomra vágott kaporot vagy metélőhagymát keverünk. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

JUGHURTOS ÖNTET (Dressing au yogourt)

Ajánlott anyaghányad

Joghurt	0,40 l	Só	0,01 kg
Olaj	0,05 l	Törött bors	0,005 kg
Metélőhagyma	1 csomó	Citrom	1 db
Zellergumó	0,10 kg		

A reszelt zellergumót, finomra vágott metélőhagymát és a többi anyagot a joghurthoz keverjük. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

d) Hollandi mártás alapú öntetek

HOLLANDI ÖNTET (Dressing hollandaise)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	6 db	Tejszín	0,20 l
Só	0,02 kg	Olaj	0,20 l
Citrom	1 db	Cayenne-i bors	0,005 kg

A tojássárgát és a tejszínt, vízfürdőn habos tömeggé verjük, majd le vesszük

a vízfürdőről. Ekkor állandóan keverve vékony sugárban csurgatva hozzáöntjük az olajat, és ízesítjük sóval, citromlével, fűszerezük cayenne-i borssal.

A hollandi mártást ezután lehűtjük, és sokféle anyaggal ízesítve készíthetjük el: pl. ketchuppal, metélőhagymával, mandulával, mogyoróval, pisztáciával, tárkonylevéllel, petrezselyemzölddel. Hűtőben tároljuk felhasználásig.

e) *Paradicsom alapú öntetek*

PARADICSOMOS ÖNTET (Dressing au tomato)

Ajánlott anyaghányad

Ketchup	0,20 l	Citrom	1 db
Narancs	1 db	Tárkony	0,01 kg
Só	0,01 kg	Ranett alma	0,20 kg

A reszelt almához keverjük a citrom és narancs levét, a sót, a finomra vágott tárkonyt és a ketchupot. Hűtőben tároljuk.

Paradicsomos alapú öntetet készíthetünk még tormával, fokhagymával, vörshagymával, uborkával.

2. Nyers saláták

FEJES SALÁTA (Saladé laitue)

Ajánlott anyaghányad

Fejes saláta	10 db	Só	0,03 kg
Ecet (10%-os)	0,05 l	Cukor	0,06 kg
Olaj	0,05 l	Javasolt folyadék- mennyiség	1,00 l

A fejes saláta sérült leveleit eltávolítjuk. A salátát többször váltott vízben megmossuk, majd zuhanyrózsa alá tartva fejezzük be az előkészítést. A fejes salátát leveleivel lefelé szitára borítjuk, és hűtőbe helyezünk. Tálaláskor kivesszük a fejes salátát - és nagyságától függően - 4, 6 vagy 8 cikkbe vágjuk. A cikkekre darabolt salátát a jól előhűtött salátaecetbe mártjuk, majd előhűtött üvegtálra helyezünk. A cikkeket egymáshoz támasztjuk úgy, hogy vágási felületük kifelé legyen.

A fejes salátánál még az alábbi megoldások ismertek:

- ízlés szerint meglocsolhatjuk egy kevés olajjal is;
- A primőr fejes salátához cikkekre vágott főtt tojást is lehet adni;

- A fejes salátát úgy is készíthetjük, hogy leveleit kisebb darabokra tépkedjük vagy vágjuk. A dresszingeek közül ízlés szerint valamelyikkel összekeverjük és előhűtött üvegtányérra tálaljuk;
- Kívánságra a felszolgáló kiviszi a vendégnek az előkészített fejes salátát és a dresszingeet. Ez utóbbit a vendég ízlésének megfelelően önmaga ízesíti, majd összekeveri a salátalevelekkel.

A fejes salátához hasonlóan készíthetjük

- az endíviasalátát (saladé d'endive),
- a madársalátát (saladé Valérianelle),
- és a cikóriasalátát (saladé chicorée).

FORRÁZOTT SALÁTA (Saladé de laitue bouillie)

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	0,501	Füstölt szalonna	0,10 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Fejes saláta	10 fej

A forrázott salátát csak rendelésre készítjük. A fejes salátát cikkekre vágjuk. A füstölt szalonnát apró kockákra daraboljuk, kiolvasztjuk, majd a tepertőt leszűrjük. A zsírhoz zúzott fokhagymát adunk és felengedjük az előkészített salátaecettel. A lébe belerakjuk és átforgatjuk a cikkekre vágott fejes salátát. Melegen tálaljuk.

UBORKASALÁTA (Saladé des concombres)

Ajánlott anyaghányad

Friss uborka vagy		Törött bors	0,005 kg
Mélyhűtött uborka	1,60 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Ecet (10%-os)	0,05 l	Só	0,03 kg
Olaj	0,06 l	Fokhagyma	0,005 kg
Cukor	0,08 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	0,80 l

Az uborkát előkészítjük. Meghámozzuk, végeit megkóstoljuk, ha keserű, levágjuk. Legyaluljuk, majd besózzuk. A sózás hatására az uborkaszeletek levét engednek, felpuhulnak. Rövid idő múlva az uborkát kicsavarjuk, és az előhűtött, mérsékelten sózott salátalébe keverjük. Összezúzott fokhagymát adunk hozzá. A jól lehűtött uborkasalátát üvegtányérra tálaljuk. Tetejére néhány csepp olajat locsolunk, meghintjük fűszerpaprikával és törött borssal. Tálalható tejföllel, finomra vágott kaporral is.

19. folyamatábra

UBORKASALÁTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só Uborka	Az uborkát megmossuk, majd meghámozzuk. Végeit megkóstoljuk. A keserű részt levágjuk. Ezután legyaluljuk, majd sóval összekeverjük.	Ha a keserű részek a salátába kerülnek, élvezhetetlen lesz. A besózott uborka leveit enged, egyben felpuhul.
Só Ecet Cukor	A besózott uborkát kicsavarjuk, majd a jól előhűtött, mérsékeltén sózott salátalébe keverjük. Hűtőbe helyezzük.	A salátalét figyelmesen kell sózni, hiszen a sóval összekevert, később kicsavart uborkában még maradt só.
Olaj Fűszerpaprika Törött bors	A jól előhűtött salátát üvegtányérra tálaljuk. Tejetére néhány csepp olajat locsolunk, majd törött borsot és fűszerpaprikát hintünk rá.	Az élvezeti érték csak úgy biztosítható, ha a salátát jól lehűtve tálaljuk.
SALADE DES CONCOMBRES		

Ha a salátát kígyóuborkából készítjük, nem kell meghámozni!

PAPRIKASALÁTA (Saladé de poivrons)

Forrázás
Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,20 l	Zöldpaprika	1,50 kg
Só	0,05 kg		

A megmosott zöldpaprikát kicsumázzuk. Vékony karikákra vágjuk, leforrázzuk, majd hideg vízzel leöblítjük, és az előhűtött salátaecetbe rakjuk. Ha a paprika még gyenge, akkor nem forrázzuk, hanem megsózzuk, és rövid idő múlva kinyomkodjuk, majd só nélkül készített salátaecetbe adjuk.

PARADICSOMSALATA (Saladé de tomates)

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	0,80 l	Paradicsom	1,50 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Olaj	0,05 l
Metélőhagyma	1 csomó	Só	0,01 kg

A paradicsomot megmossuk. A csumáját kivágjuk. Ezután a paradicsomot meghámozzuk. Egy pillanatra forró vízbe mártjuk, majd a héját lehúzzuk. A hámozott paradicsomot egyenletes szeletekre vágjuk. ízlésesen üvegtátra rendezzük a szeleteket. Meghintjük finomra vágott vöröshagymával, petrezselyemzölddel, törött borssal, meglocsoljuk salátaecettel és néhány csepp olajjal. A hagyma és a petrezselyemzöld helyett metélőhagymát is használhatunk.

HAGYMASALÁTA (Saladé d'oignons)

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,20 l	Vöröshagyma	1,50 kg
Olaj	0,05 l	Törött bors	0,005 kg

A vöröshagymát vékony karikákra vágjuk. Besózzuk, majd rövid idő múlva kinyomkodjuk. A hagymát sótlan salátaecetbe helyezzük, jól lehűtjük. A hagymasalátát üvegtányérra tálaljuk. Tetejére néhány csepp olajat locsolunk, meghintjük törött borssal.

KÁPOSZTASALÁTA (Saladé de choux)

Párolt káposzta

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,2 l	Fejes káposzta	1,50 kg
Ecet (10%-os)	0,06 l	Só	0,05 kg
Olaj	0,06 l	Cukor	0,04 kg
		Köménymag	0,02 kg

A fejes káposztát a párolt káposztánál tanult módon előkészítjük, majd 2-3 mm széles metéltre daraboljuk. Besózzuk, majd rövid idő múlva kinyomkodjuk. Jól előhűtött, só nélkül készített salátaecetbe rakjuk. Köménnyel ízesítjük. A káposztasalátát előhűtött üvegtányérra tálaljuk. Olajjal meglocsoljuk.

3. Főzve készült saláták

A főzve készült saláták alapanyagait főzzük, ha szükséges, daraboljuk, és az előhűtött salátaecetbe rakjuk. A főzve készült salátákat legalább egy napig kell hűtőben érlelni.

CÉKLASALÁTA (Saladé de betteraves rouges)

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,50 l	Cékla	2,00 kg
Ecet	0,03 l	Cukor	0,05 kg
Só	0,04 kg	Köménymag	0,005 kg
		Torma	0,05 kg

A cékla gyökerét nem szabad levágni, mert főzés közben kifőnek a színanyagok.

A céklát jól megmossuk, és bő vízben puhára főzzük. Ha a cékla megfőtt, leszűrjük, hideg vízzel leöblítjük, meghámozzuk. Hullámos élű késsel szeletekre vágjuk, és előhűtött salátaecetbe helyezzük. Köménymaggal és reszelt tormával ízesítjük. Jól lehűtjük. Előhűtött üvegtányéron tálaljuk.

Tálaláskor tehetünk a tetejére egy kevés frissen reszelt tormát.

BURGONYASALÁTA (Saladé de pommes de terre)

Forrázás

Rakott burgonya

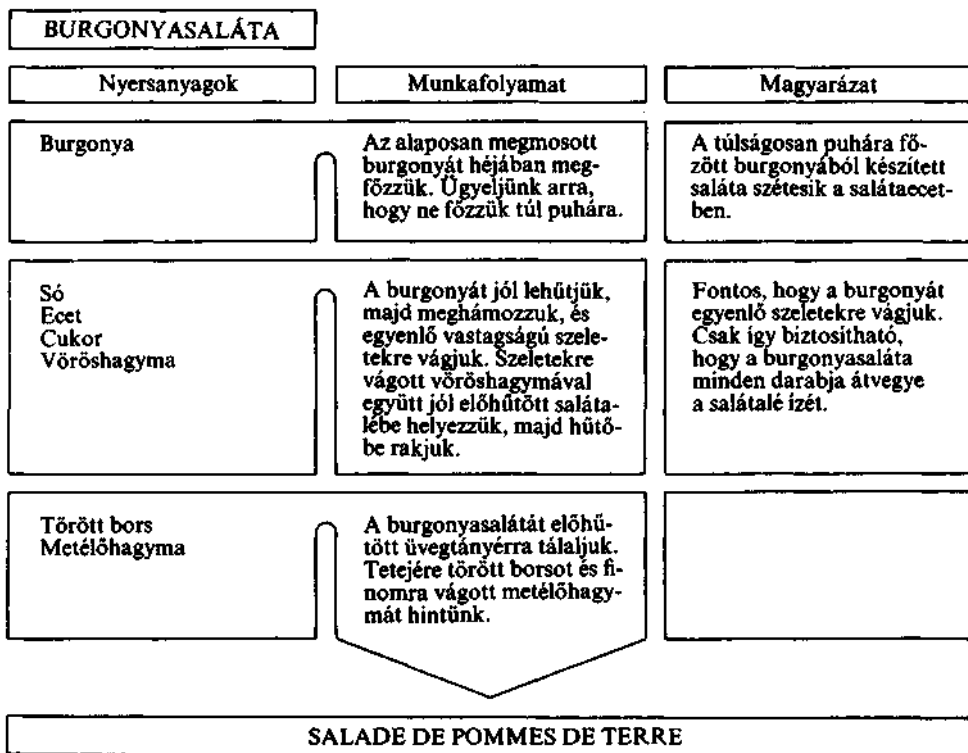
Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,50 l	Burgonya	2,00 kg
Ecet (10%-os)	0,08 l	Cukor	0,04 kg
Só	0,04 kg	Vöröshagyma	0,25 kg
Törött bors	0,005 kg	Metélőhagyma	1 csomó
		Olaj	0,05 l

A burgonyát (lehetőleg kifliburgonyát) a rakott burgonyánál tanult módon megfőzzük, meghámozzuk, hűtjük, szeleteljük. A burgonyakarikákat forrázott hagymaszeletekkel együtt jól előhűtött salátaecetbe helyezzük. A burgonyasalátát üvegtányérra tálaljuk. Tetejét meghintjük törött borszal és finomra vágott metélőhagymával. Néhány csepp étolajjal meglocsoljuk.

20. folyamatábra



ZÖLDBABSALÁTA (Saladé de haricots verts)

Zöldbab angolosan

Finomfüves (Vinaigrette) dresszing

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,40 l	Zöldbab	2,00 kg
Só	0,04 kg	Tárkony	0,04 kg
Ecet (10%-os)	0,06l	Kapribogyó	0,05 kg
Cukor	0,06 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Csemegeuborka	0,10 kg
Metélőhagyma	1 csomó	Olaj	0,1 l
		Törött bors	0,005 kg

A zöldbabot a tanult módon puhára főzzük. Lehűtjük, és tálalásig salátalében tartjuk. ízlésesen üvegtányérra tálaljuk, meglocsoljuk finomfüves dresszinggel.

BABSALATA (Saladé de Soissons)

Hüvelyesek áztatása

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,2l	Bab (fehér)	0,80 kg
Babérlevél	2 db	Vöröshagyma	0,30 kg
Törött bors	0,005 kg		

A nagy szemű fehér babot (salátababot) a tanult módon előkészítjük, beáztatjuk. Ezt követően lemoszuk. A babot lassú forralással, sós vízben, babérlevéllel puhára főzzük. Leszűrjük, leöblítjük. Jól előhűtött salátaecetbe rakjuk a babot. Szeletelt vöröshagymát is adunk hozzá. Előhűtött üvegtányérra tálaljuk, tetejére törött borsot hintünk.

ZELLERSALÁTA (Saladé de céleri)

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,20 l	Zellergumó	1,50 kg
Só	0,04 kg	Citrom	1 db
Cukor	0,05 kg	Olaj	0,05 kg
Ecet	0,08 l	Törött bors	0,005 kg

A zellergumót megtisztítjuk, megmossuk, hullámos élű késsel vékonyra szeleteljük, és sós, citromos vízben puhára főzzük. Arra ügyeljünk, hogy a szeletek ne legyenek túl puhák, mert akkor a zeller a salátaecetben szétesik. A puhára főzött zellerszeleteket leszűrjük, és salátaecetet öntünk rá. Együtt hűtjük le, majd hűtőbe helyezük. Előhűtött üvegtányérra tálaljuk, tetejét meghintjük törött borssal, meglocsoljuk étolajjal.

KELVIRÁGSALÁTA (Saladé de choux fleurs)

Kelvirág lengyelesen

Finomfüves (Vinaigrette) dresszing

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,20 l	Kelvirág	1,50 kg
Só	0,03 kg	Tárkony	0,04 kg
Cukor	0,06 kg	Kapribogyó	0,05 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Csemegeuborka	0,10 kg
Metéőhagyma	1 csomó	Vöröshagyma	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Olaj	0,10 l

A kelvirágot sós vízben puhára főzzük a tanult módon. Saját levében hűtjük. A kelvirágrózsákat ízlésesen tálra rendezzük, és meglocsoljuk finomfüves dresszingszeggel.

CSIRÁGSALÁTA (Saladé d'asperges)

Kelvirágsaláta

Finomfüves (Vinaigrette) dresszing

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,00 l	Csirág	1,40 kg
Só	0,03 kg	Kapribogyó	0,06 kg
Cukor	0,08 kg	Csemegeuborka	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vöröshagyma	0,04 kg
Metélőhagyma	1 csomó	Olaj	0,08 l
Tárkony	0,04 kg	Törött bors	0,005 kg

A megtisztított és kötegbe kötött csirágot sós, citromos vízben puhára főzzük. Két centiméteres darabokra vágjuk, ízlésesen üvegtányérra rendezzük, és meglocsoljuk finomfüves dresszingszeggel.

BROKKOLISALÁTA (Saladé de broccoli)

Kelvirágsaláta

Finomfüves (Vinaigrette) dresszing

Ajánlott anyaghányad

Salátaecet	1,00 l	Brokkoli	1,40 kg
Só	0,04 kg	Kapribogyó	0,04 kg
Cukor	0,04 kg	Csemegeuborka	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vöröshagyma	0,04 kg
Metélőhagyma	1 csomó	Olaj	0,06 kg
Tárkony	0,04 kg	Törött bors	0,005 kg

A brokkolit pontosan a kelvirágsalátának megfelelően készítjük el. Arra ügyeljünk, hogy a brokkolit sokkal kevesebb ideig kell főzni. Ha mélyhűtött brokkolit készítünk, akkor azt fagyott állapotban helyezük a forrásban levő sós vízbe.

A megfőzött brokkolit salátaecetbe helyezük, jól lehűtjük. Tálaláskor a brokkolit lapátkanállal üvegtányérra helyezük, és meglocsoljuk finomfüves dresszingszeggel.

4. Tartósított saláták

A kifogástalan minőségű alapanyagokat sós, ecetes, kissé cukros lében tartósítjuk. Különbféle fűszereket is teszünk bele: kaprot, egész borsot, mustármagot, koriandermagot, meggylevelet, szőlőlevelet, babérlevelet, tormát stb.

A tartósított salátákat szintén jól lehűtve kell tálalni.

KOVÁSZOS UBORKA (Concombres á la levure)

Ajánlott anyaghányad

Uborka	2,00 kg	Kenyér	0,20 kg
Kapor	2 csomó	Fokhagyma	0,01 kg
Só	0,04 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

Egészséges, nagyjából egyforma nagyságú uborkákat alaposan megmosunk, középen bevágjuk, végeiből kicsit levágunk, és hordóba vagy üvegbe rakjuk. Kaprot, egy kevés fokhagymát adunk hozzá. Tetejére pirított kenyérdarabokat teszünk, és felöntjük sós, langyos vízzel. Ropogósabb és ízletesebb lesz, ha egy kevés ecetet is öntünk hozzá. Úgy takarjuk be szitával vagy tüllel, hogy a levegő érje. 4-5 napig langyos helyen érleljük. Ezalatt az uborka megérik. Tetejéről a kenyeret leszedjük, az uborkát tiszta edénybe átrakjuk. Levét rászűrjük. Az uborkát hűtjük, félbe- vagy negyedekbe darabolva tálaljuk. Hámozva is tálalhatjuk. A hámozott uborka mellé jégkockát teszünk. 1-2 szál friss kaporral díszítjük, és saját levéből egy keveset ráöntünk.

VEGYES SALÁTA (Saladé variée)

Az ismertetett

- friss,
- főtt és
- tartósított salátákból legalább négyfélét együttesen tálalunk.

A saláták választásánál vegyük figyelembe a saláták szín- és ízhatásait. (Pl. nem célszerű paradicsomsaláta mellé céklasalátát helyezni, hasonló színhatásuk miatt.)

A vegyes saláta nagyon ízléses lesz, ha azt tisztított fejessaláta-levelekre tálaljuk.

CSALAMÁDÉ (Saladé verte melée)

Ajánlott anyaghányad

Uborka	0,30 kg	Fejes káposzta	0,30 kg
--------	---------	----------------	---------

Zöldparadicsom	0,30 kg	Zöldpaprika	0,30 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Só	0,04 kg	Ecet (20%-os)	0,08 l
Egész bors	0,005 kg	Babérlevél	4 db
Mustármag	0,005 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

A káposztát vékonyra gyaluljuk, a többi anyagot karikára vágjuk, majd sóval összekeverjük, és 5 l-es befőttesüvegbe helyezzük, majd pihentetjük 5-6 órát. A vizet fölforraljuk a fűszerekkel és az ecettel, majd lehűtjük. Átszűrve az összevágott anyagokra öntjük, és a tetejét gondosan bekötvé, hűvös helyen érleljük, tároljuk.

SÓS UBORKA (Concombres au sel)

Ajánlott anyaghányad

Uborka	2,00 kg	Kapor	1 csomó
Egész bors	0,005 kg	Torma	0,05 kg
Só	0,04 kg	Meggyfalevél	5 db
		Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

A vizet sóval fölforraljuk. Hibátlan, közepes nagyságú uborkákat megmossunk, majd nagy edénybe helyezzük, és leforrázzuk a sós vízzel. Uborkásüveg aljára tesszük a megtisztított meggyfalevelet, kaprot, egész borsot. Erre állítjuk egymás mellé a leforrázott uborkákat, és ráöntjük az időközben újra fölforralt, majd lehűtött sós vizet. Tetejére tormaszleteket helyezünk. Jól lezárjuk, hűvös helyen érleljük, tároljuk.

KÁPOSZTÁVAL TÖLTÖTT ECETES PAPRIKA (Poivrons farcis de choucroute au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Fejes káposzta	2,00 kg	Torma	0,10 kg
Zöldpaprika	3,00 kg	Ecet (10%-os)	0,15 l
Só (sózni a káposztát)	0,03 kg	Vasfű	0,005 kg
Csombor	0,005 kg	Kapor	1 csomó
Mustármag	0,005 kg	Cukor	0,08 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	3,00 l	Meggyfalevél	6 db
Só (vízhez adva fölforralni)	0,04 kg		

A fejes káposztát vékonyra gyaluljuk, majd besózzuk, és egy napig állni hagyjuk. Ezután levétől kicsavarjuk. Húsos fehér zöldpaprikát kicsumázunk, és megtöltjük a káposztával. A vizet sóval, ecettel, cukorral főforraljuk.

Egy 5 l-es befőttesüveg aljára helyezük az ízesítőket a torma kivételével. Nyílásaikkal lefelé szorosan egymás mellé állítjuk a betöltött paprikákat, majd fölöntjük a lehűtött folyadékkal, és a tetejére tormaszleteket helyezünk. Kistányérral lefedve néhány napig hidegen érleljük. Ezután szükség szerint még fölönthetjük folyadékkal, hogy ellepje. Gondosan lekötjük, és hűvös helyen érleljük, tároljuk.

CSEMEGEUBORKA (Chornichons au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Uborka	2,00 kg	Torma	0,05 kg
Ecet (10%-os)	0,20 l	Só	0,04 kg
Egész bors	0,005 kg	Cukor	0,09 kg
Szőlőlevél	2 db	Babérlevél	3 db
		Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

Az uborkákat megmossuk, leforrázzuk. Nagy befőttesüveg aljára helyezük az ízesítőket a torma kivételével. Az uborkákat szorosan egymás mellé állítjuk, és közérakjuk a tormaszleteket.

A vizet felforraljuk a sóval, a cukorral, az ecettel, majd lehűtjük, és az uborkákra öntjük, hogy ellepje.

Az üveg nyakához keresztbe falapocskákat helyezünk, amivel leszorítjuk az üvegbe rakott uborkát. Ezt minden esetben el kell végezni.

Az üveget gondosan bekötjük. Hűvös helyen érleljük, tároljuk.

ECETES PAPRIKA (Piments blancs au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Almapaprika	2,00 kg	Só	0,04 kg
Ecet (10%-os)	0,40 l	Cukor	0,05 kg
Egész bors	0,005 kg	Babérlevél	2 db
Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l	Torma	0,05 kg

Egyforma, jó húsos, frissen szedett közepes méretű almapaprikákat alaposan megmosunk, majd nagy befőttesüvegbe helyezük. Közéjük szorítjuk a babérlevelet, tormaszleteket.

A vizet főforraljuk a sóval, a cukorral, az ecettel, az egész borssal, majd

kihűtjük. Ráöntjük a paprikára, néhány óráig állni hagyjuk, kistányérral lefedjük, majd ha szükséges, a lével utántöltjük. Az üveg nyakához keresztbe falapocskát helyezünk, majd gondosan bekötjük. Hűvös helyen érleljük, tároljuk.

ECETES DINNYE (Melón au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Dinnye	2,00 kg	Só	0,10 kg
Timsó	0,002 kg	Mésztej	0,005 l
Ecet (10%-os)	0,50 l	Egész bors	0,005 kg
Szőlőlevél	5 db	Torma	0,05 kg
		Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

Savanyításra csakis a frissen szedett, éretlen, apró, legfeljebb átlagosan narancsméretű, sértetlen sárga- vagy görögdinnye alkalmas. Nagyméretű befőttesüveg aljába rakjuk a szőlőlevelet, az egész borsot és a tormát. Ráhelyezzük az egyforma méretű dinnyéket. A vizet főlforraljuk a többi anyaggal, majd feltöltjük vele. Az üveg nyakához keresztbe falapocskát helyezünk, majd gondosan bekötjük.

Hűvös helyen érleljük, tároljuk.

ECETES ZÖLDPARADICSOM (Tomato au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Paradicsom	2,00 kg	Só	0,08 kg
Egész bors	0,005 kg	Szegfűbors	0,005 kg
Babérlevél	3 db	Ecet	0,35 kg
Benzoésavas-nátrium	0,002 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

Savanyításra csakis frissen szedett, sima felületű, feszes paradicsomok a megfelelőek. A paradicsomokat jól megmossuk, majd nagy befőttesüvegbe tesszük. A többi anyagot jól főlforraljuk, lehűtjük, és a paradicsomra öntjük. Gondosan bekötjük, hűvös helyre téve érleljük, tároljuk.

ECETES SZILVA (Prunes au vinaigre)

Ajánlott anyaghányad

Szilva	2,50 kg	Borecet (5%-os)	0,40 l
Cukor	0,40 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l

A nem teljesen érett, sértetlen, egyforma méretű szilvákat alaposan lemossuk, lecsepegtetjük. A vizet fölforraljuk a többi anyaggal együtt, majd lehűtjük. A szilvát nagy befőttesüvegbe rakjuk, és ráöntjük az ízesített vizet.

Gondosan bekötjük. Hűvös helyen érleljük, tároljuk.

ECETES VEGYESZÖLDSÉG (Mixed-pickles)

Ajánlott anyaghányad

Kukorica (apró)	0,25 kg	Gyöngyhagyma	0,20 kg
Zöldparadicsom	0,25 kg	Karotta	0,20 kg
Csiperkegomba	0,20 kg	Kelbimbó	0,20 kg
Kelvirágrózsa	0,20 kg	Fehér bab (előre beáztatva)	0,20 kg
Fehérrépa	0,20 kg	Sárgadinnye (apró)	0,20 kg
Só	0,07 kg	Cukor	0,05 kg
Ecet (10%-os)	0,20 l	Egész bors	0,005 kg
Koriandermag	0,005 kg	Babérlevél	3 db
Javasolt folyadék- mennyiség	2,50 l		

A megtisztított és megmosott alapanyagokat leforrázzuk, majd ³4 literes üvegekbe rakjuk vegyesen. A vizet a többi anyaggal fölforraljuk, lehűtjük, a zöldségekre öntjük, és gondosan bekötjük. Hűvös helyre helyezve érleljük, és tároljuk.

8. táblázat

Saláták csoportosítása

Nyers saláták	Főve készült saláták	Tartósított saláták
Uborkasaláta	Céklasaláta	Kovászos uborka
Fejes saláta	Burgonyasaláta	Csalamádé
Forrázott saláta	Babsaláta	Sós uborka
Paprikasaláta	Zöldbabsaláta	Káposztával töltött ecetes paprika
Paradicsomsaláta	Zellersaláta	Csemegeuborka
Hagymasaláta	Kelvirágsaláta	Ecetes paprika
Káposztasaláta	Brokkolisaláta	Ecetes dinnye
	Vegyes saláta	Ecetes zöldparadicsom
		Ecetes szilva

Kérdések:

- 1. Mi a saláták táplálkozás-élettani jelentősége?*
- 2. Hogyan készül a salátaecet?*
- 3. Hogyan készítjük a dresszingekeket?*
- 4. Hogyan kell készíteni a fejes és az uborkasalátát?*
- 5. Hogyan kell készíteni a cékla- és a zellersalátát?*
- 6. Miért kell a salátákat hűtve tálalni?*

Gyakorlati jó tanácsok:

- 1. A salátaecetet mindig időben készítsük el, és jól hűtsük le!*
- 2. A salátákhoz csak kifogástalan minőségű, friss nyersanyagokat használhatunk fel!*
- 3. A salátákat jól lehűtve, előhűtött tányérra kell tálalni!*

VIII. Mártások

A mártások változatossá teszik hideg és meleg étелеinket. Sokféleképpen ízesíthetők, fűszerezhetők, amivel növeljük az ételek értékét. A mártások minősége alapvetően meghatározza az ételek élvezhetőségét. A levesben főtt marhahús, tyúkhús vagy párolt, főtt halszelet egymagában elfogyasztva, sem jelentős tápértéket, sem élvezeti értéket nem képvisel. Sokféle mártással táplálóbbá, ízletessé tehetjük ezeket az ételeket.

A meleg mártások élvezeti értékét növeli a legírozás és a montírozás.

A legírozott és montírozott ételeket, mártásokat forralni már nem szabad, mivel alkotóelemeik kicsapódnak, étvágyrontóvá válnak (lásd krémlevesek készítése).

A mártások értékes alap- és járulékos anyagaikkal (tej, tejszín, vaj, tojás stb.) jelentősen növelik az ételek tápértékét.

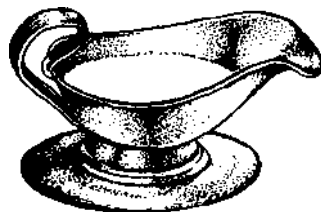
A mártások színe minden esetben feleljen meg az étel jellegének. Ez például azt jelenti, hogy barna alapszínű ételhez barnamártást, illetve abból készített mártást adunk (pl. Wellington-bélszínhez madeiramártást).

Világos színű ételhez világos, pasztellszínű mártást kell adni (pl. kaszinótojás-hoz tartármártást).

Mártásaink legyenek sűrűek, bevonóképesek, csomómentes állományúak. Bársonyosságuk tetszetősebbé teszi az ételeket.

A mártáskészítés szabályai:

- A meleg mártásokat hosszan tartó forralással kell készíteni, így az ízek harmonikusan egybeforrnak.



78. ábra. Mártás tálalva

- A mártások ízesítését többszöri kóstolással ellenőrizzük, míg a legtökéletesebb ízig eljutunk.
 - A meleg mártásokat vízfürdőben lefedve kell melegen tartani és forrón tálalni.
 - A hideg mártásokat hűtőben kell tárolni és jól lehűtve tálalni.
 - Egy adag ételhez általában 1 dl mártást adunk, amellyel az ételt átvonjuk, a maradékot külön mártásoscsészében tálaljuk hozzá (78. ábra).
- A mártások élvezeti és tápértékének növelése érdekében
- alapieveket,
 - rövid leveket,
 - íz- és zamatkivonatokat használunk fel.

1. Alapievek

Az alapieveket (fond-okat) bőrökből, csontokból, inakból főzzük a mártás jellegének megfelelő járulékos és fűszerező anyagokkal.

CSONTALAPLÉ (Bouillon)

Ajánlott anyaghányad

Sertés- v. borjúcsont	0,40 kg	Sárgarépa	0,25 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Zellergumó	0,10 kg
Só	0,03 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l
		(felére beforralva)	

A csontokat, a zöldségeket lemossuk, leforrázzuk. A csontléhez hasonlóan készítjük, 2-3 órán át főzzük. A kész alaplét leszűrjük, lezsírozzuk.

SZÁRNYASALAPLÉ (Fond de volaille)

Ajánlott anyaghányad

Szárnyascson, -aprólék	0,40 kg	Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Zellergumó	0,10 kg
Só	0,02 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	2,00 l
		(felére beforralva)	

Ugyanúgy készítjük, mint a csontalaplét. Készítéséhez szárnyascsonatot, szárnyasaprólékot stb. használunk fel.

HALALAPLÉ (Fond de poisson)

Ajánlott anyaghányad

Halcsont, halfej	0,60 kg	Só	0,04 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l		

Halcsontból, halféjből stb. készítjük. A felhasználás szerint kell fűszerezni, jellegét kialakítani. Halászléhez vöröshagymával készítjük, halmártáshoz citromlével ízesítjük.

BARNA ALAPLÉ (Fond brun)

Ajánlott anyaghányad

Borjú- v. sertéscsont	0,50 kg	Cukor	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Sárgarépa	0,20 kg
Só	0,03 kg	Zellergumó	0,10 kg
Paradicsompüré	0,08 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Babérlevél	2 db	Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	3,00 l

A feldarabolt csontokat és zöldségeket egy kevés zsiradékon vöröshagymával, cukorral, paradicsompürével sütőben megpirítjuk. Vízzel vagy másodlével felengedjük, és 4-5 órát főzzük. Az elpárolgott folyadékot pótoljuk. A habját és a zsírt folyamatosan leszedjük.

VADBÓL KÉSZÜLT ALAPLÉ (Fond de gibier)

Ajánlott anyaghányad

Vadcsont	0,50 kg	Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Zellergumó	0,10 kg
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Paradicsompüré	0,05 kg	Cukor	0,05 kg
Babérlevél	2 db	Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,20 l
Vörösbor	0,80 l		

A barna alapléhez hasonlóan készül. A vad jellegének megfelelően fűszerezük, a felöntéshez fele részben vörösbort is használunk.

2. Rövid levek

Az alapievekből készítjük az ún. rövid leveket (court-bouillon) is.

A rövid leveket az alapievek beforralásával készítjük. Hús- és halételeknél használjuk fel őket. A leszűrt rövid levekhez az ételjellegének, színének megfelelően fehér- vagy vörösbort is adunk.

3. íz- és zamatkivonatok

Az íz- és zamatkivonatok kiforralással készült rövidre főzött levek, amelyekben fűszereket és egyéb anyagokat főzünk, majd leszűrjük. Fajtái:

- a húskivonat,
- a gombakivonat és
- a fűszerkivonat.

HÚSKIVONAT (Demi glace)

Ajánlott anyaghányad

Alapié 1,00 l

A húskivonatot úgy kapjuk, hogy az alaplevet vagy rövid levet méz sűrűségűre befőzzük.

A kivonatok az alapievek adta változatokban készülhetnek. Hónapokig tárolhatók hűtőben, porcelántégelybe öntve.

Felhasználáskor a húskivonatból késsel hasítunk ki egy darabot, és a forrásban levő ételhez adjuk, amely jellegzetes ízű és fényes felületű lesz.

GOMBAKIVONAT (Essence de champignon)

Ajánlott anyaghányad

Gomba 0,30 kg Alapié 0,60 l

A szeletelt gombaszárat az ételjellegének megfelelő alaplében lassan rövidre bepároljuk. Leszűrjük, és felhasználjuk.

FÜSZERKIVONAT (Fumets essence)

Ajánlott anyaghányad

Fehérbor	0,15 l	Vöröshagyma	0,05 kg
Tárkonyecet	0,05 l	Babérlevél	1 db

a) Francia alapmártások

Világos mártások

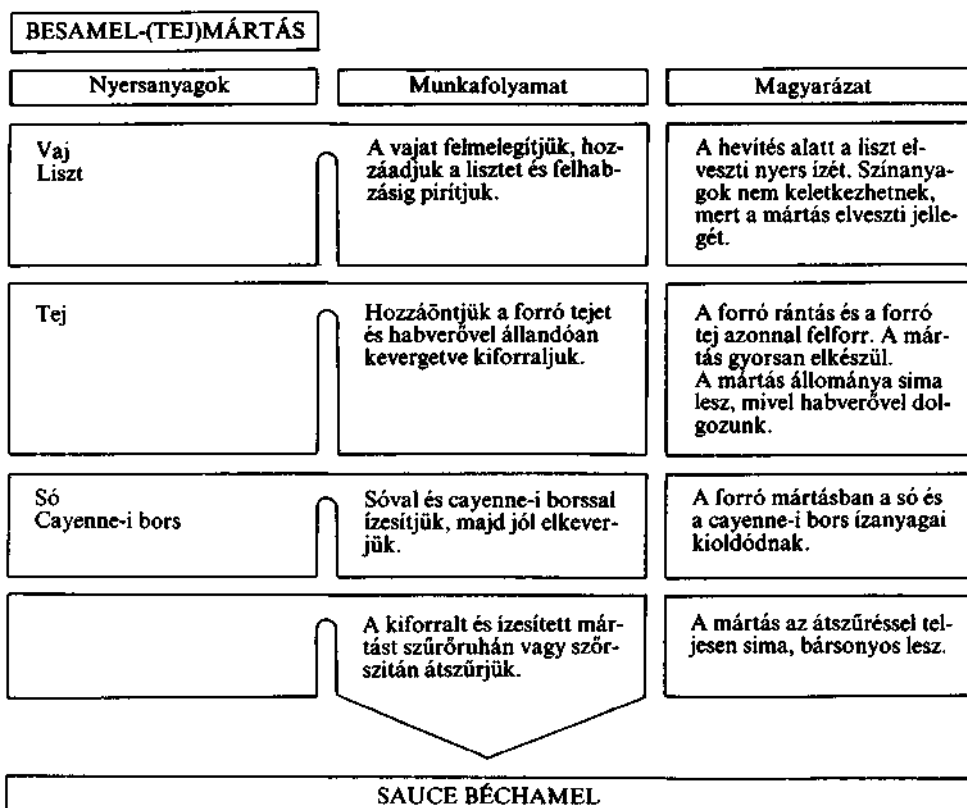
TEJMÁRTÁS (Sauce béchamel)

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,14 kg	Tej	0,90 l
Liszt	0,12 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Só	0,02 kg		

A tejmártás vajból, lisztből és tejből készülő alapmártás. Önálló mártásként nem találjuk; más mártások alapjául szolgál. Zománcozott teflon- vagy acél-edényben világos vajas rántást készítünk. Habverővel kevergetve forró tejjel felengedjük. Sóval, cayenne-i borssal ízesítjük, és állandóan kevergetve kiforral-

21. folyamatábra



SAUCE BÉCHAMEL

NEM ÖNÁLLÓ MÁRTÁS!

juk. Szűrőruhán átszűrjük, belemorzsoljuk a visszahagyott vaját, simára keverjük.

Fontos, hogy a vajban pirított lisztet (rántást) a felhabzás pillanatában engedjük fel a forró tejjel. Habverővel simára keverjük. Ha hideg tejjel engedjük fel a rántást, akkor jelentős többletmunkára számíthatunk. A hideg tej lassítja a mártás forrpontjának elérését. Ilyen esetben a mártás könnyen megcsomósodik, esetleg leég. A tejmártás színe tejfehér, ízében semleges, a felhasznált cayenne-i borsot inkább sejtetni, mint érezni lehet. Illata, íze a vaj és a tej ízére, illatára emlékeztet.

BÁRSONYOS MÁRTÁS (Sauce veloutée)

Ajánlott anyaghányad

Alapléhez:

Borjúcsont	0,40 kg	Sárgarépa	0,15 kg
Szárnyasaprólék	0,30 kg	Petrezselyemgyökér	0,10 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Javasolt folyadék-	
Gomba	0,06 kg	mennyiség	
Egész bors	0,005 kg	(felére beforralva)	1,60 l

Bársonyos mártáshoz:

Liszt	0,12 kg
Só	0,02 kg
Vaj	0,15 kg
Javasolt folyadék-	
mennyiség	
(csontléből készítve)	0,80 l

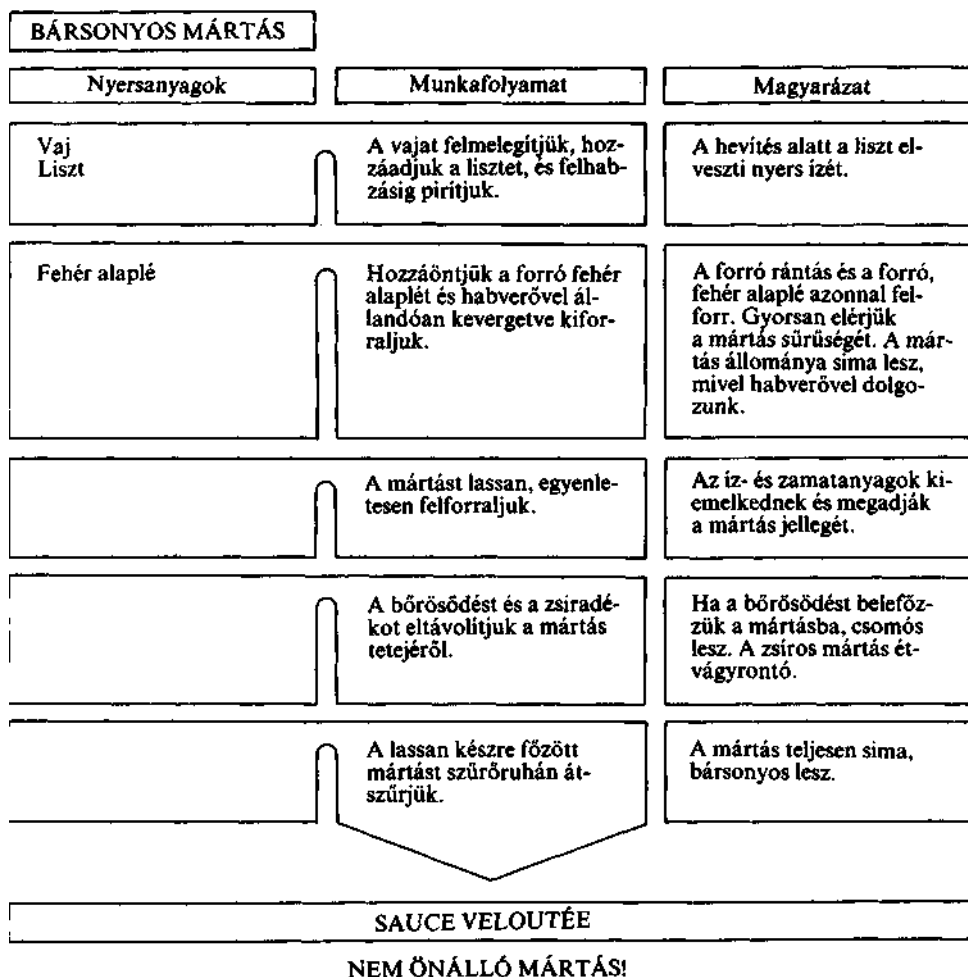
Világos, vajas rántást készítünk, amelyet 0,8 l forró csontalaplével felengedünk. Habverővel simára keverjük, és lassan kiforraljuk. A lassú forralás eredményeképpen a mártás tetejére feljön a zsiradék, és bőrsődik. A kész mártást átszűrjük.

I A fehér alapié készítéséhez a csontokon, inakon és egyéb anyagokon kívül gombaszárat és egész borsot is adunk.

A rántást mindig az étel jellegéhez illő alaplével kell felengedni.

A fehérmártás ízében és illatában az alaplére és a vajra emlékeztet. Színe a fehér és a krémszín átmenete. A mártás bársonyos simaságú, fényes felületű. A kész fehérmártást önálló mártásként nem tálaljuk fel. A mártás készíthető fehér alaplével, szárnyasalaplével, halalaplével stb.

22. folyamatábra



Felvert mártások

HOLLANDI MÁRTÁS (Sauce hollandaise)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárgája	12 db	Só	0,03 kg
Tejszín	0,30 l	Cayenne-i bors	0,005 kg
Vaj	0,45 kg	Citrom	1 db

A hollandi és a többi felvert mártást mindig rendelésre, frissen kell készíteni.

23. folyamatábra

HOLLANDI MÁRTÁS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaj	A vajat felolvasztjuk, tetejéről az írórt eltávolítjuk. Melegben tartjuk.	A felolvasztott vajból kívánunk a nem zsírszerű anyagok: kb. 20%. Ha ezt a mártáshoz kevernénk, rontaná a mártás állományát, esetleg kicsapódna.
Tejszín Tojássárgája	Az anyagokat króm habüstbe öntjük és vízfürdőre állítjuk. Habverővel habos tömeggé verjük.	A hő hatására a tojások sárgája sűríti a tejszínt. A habverővel levegőt viszünk a sűrű mártásba. Ez a tojások sárgájával sűrített mártást könnyű, habszerű állományúvá teszi.
Vaj	A mártást levesszük a vízfürdőről. Először cseppekben, majd vékony sugárban hozzákeverjük az olvasztott vajat. A keverést habverővel végezzük.	A vajat nem adhatjuk egyszerre a mártáshoz, mert a mártás kicsapódik. A folyamatos keverés elősegíti a mártás és a vaj emulzióját. A mártáshoz kevert vaj sűrűbbé és bársonyossá teszi a mártást.
Só Citromlé	A mártást izesítjük, jól összekeverjük.	Az alapos keveréssel az izesítőanyagok alkotóelemei jól kioldódnak.

SAUCE HOLLANDAISE

ÖNÁLLÓ MÁRTÁS!

A hollandi mártás tejszínből, tojássárgájából és vajból készített mártás. A hollandi mártás többféle mártás alapja lehet. Önálló mártásként is felszolgálhatjuk.

Vajat olvasztunk, tetejéről az írórt eltávolítjuk, langyos állapotban tartjuk melegben. Krómacél habüstbe tojássárgáját és tejszínt adunk.

Vízfürdőbe állítjuk, és habverővel végzett gyors mozdulatokkal habosra verjük. (Ügyeljünk arra, hogy a víz ne forrjon fel, mert a mártás kicsapódik!)

A mártást ezután levesszük a vízfürdőről és vékony sugárban adagolva, habverővel állandóan keverve hozzáadjuk a langyos vajat. Sóval, citromlével és cayenne-i borssal izesítjük.

A kész hollandi mártás könnyű, habszerű állományú, felülete bársonyos,

színe élénksárga. Finom vaj-, tejszín, a citromlétől enyhén pikáns, a cayenne-i borstól alig érezhetően csípős. Ha a mártást melegen kell tartanunk, akkor állítsuk vízfürdőbe. A víz hőmérséklete nem lehet több mint 50-60 °C. Amennyiben a vízfürdő hőmérséklete magasabb lenne, esetleg felforrna, a kész mártás kicsapódik.

A hollandi mártást Nyugat-Európában nem tejszínnel, hanem vízzel vagy fehérborral készítik, amelyet előbb összeforrálnak tárkony szárral, borssal, majd leszűrnek. Ebben az esetben a folyadékmennyiséget kb. egyharmad résszel csökkentik. Ezt egyébként meleg majonéznek is nevezik, amely ízében semlege-sebb, színe halványabb.

BÉARNI MÁRTÁS (Sauce béarnaise) - helytelenül: berni mártás

Hollandi mártás

Fűszerkivonat

Ajánlott anyaghányad

Vöröshagyma	0,05 kg	Babérlevél	1 db
Tárkonyecet	0,05 l	Fehérbor	0,10 l
Egész bors	0,005 kg	Tojássárga	12 db
Tárkony	0,02 kg	Tejszín	0,30 l
Vaj	0,45 kg	Só	0,02 kg
Cayenne-i bors	0,005 kg	Citrom	1 db

Fűszerkivonatot készítünk. Apróra vágott vöröshagymát, tárkony szárat, gombára törött borsot, babérlevelet tárkonyecettel és fehérborral beforralunk. Leszűrjük, hűtjük. A hollandi mártás alapanyagával (tejszín, tojássárga) vízfürdőn habos tömeggé verjük. Levesszük a tűzhelyről, majd vékony sugárban hozzáadjuk az olvasztott vajat. Sóval, citromlével, cayenne-i borssal és finomra vágott tárkonylevéllel ízesítjük. Félig sült húsokhoz, ürübordákhoz stb. adható.

Barnamártások

BARNA- VAGY SPANYOL MÁRTÁS (Sauce espagnole)

Száraz rántás

Ajánlott anyaghányad

Marhacsont (ritka)	0,50 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Borjúcsont	0,50 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Babérlevél	2 db
Sárgarépa	0,15 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zellergumó	0,10 kg	Liszt	0,15 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Vörösbor	0,25 l

Gomba	0,05 kg	Só	0,03 kg
Kristálycukor	0,10 kg	Javasolt folyadék-	
Szalonnabőr	0,06 kg	mennyiség (barna alapié)	2,00 l

Az apróra vágott ritka bojtú- és marhacsontot egy kevés zsírban barnára pirítjuk. Hozzáadjuk a karikára vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellergumót, vöröshagymát, gombaszárat, és tovább pirítjuk. Ezután kristálycukrot adunk hozzá, amelyet aransárgára pirítunk a többi anyaggal együtt. A cukor pirítása után paradicsompürét adunk a lepírtott anyagokhoz, amit rozsdabarna színig pirítunk. A paradicsompürével együtt pirítjuk a fűszereket: kakukkfűvet, babérlevelet, egész borsot, továbbá a fokhagymát és a szalonnabőrt. Az egészet felöntjük barna alaplével vagy csontlével. Sóval ízesítjük. Lassan főzzük 3-4 órán át. A kész mártást száraz rántással sűrítjük. Lassan kiforraljuk, szitán áttörjük. A mártást átszűrhetjük még sűrű szövésű ruhán - etaminon az ábrán látható módszerrel (79. ábra).

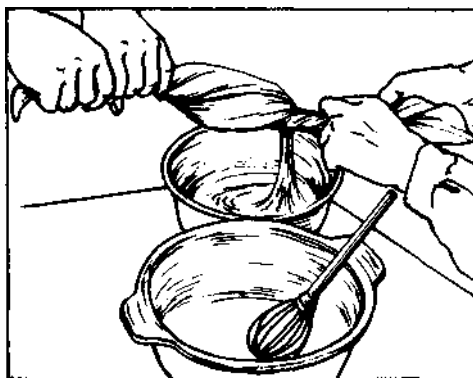
Ügyeljünk arra, hogy a mártást nem szabad áttölni. Az átszűrt mártást gondosan lezsírozzuk, utóízesejtjük és a vörösbort hozzáadva kiforraljuk. Ha szükséges, beforraljuk, hogy állománya bevonóképes legyen.

Ha nem áll rendelkezésünkre a szükséges idő, akkor a mártást kuktában készítjük. Ebben az esetben a mártás felöntése után az edényt légmentesen lezárjuk, majd egy órán keresztül lassan főzzük.

A száraz rántáshoz a lisztet zsiradék nélkül, gyakori kevergetéssel pirítjuk egy serpenyőben. A barnára pirított lisztet hűtjük, majd hideg vízzel felöntjük és habverővel simára keverjük.

A jó barnamártás sötétbarna színű, bársonyos simaságú. A pirítás ízanyagai, színanyagai, a fűszerek és a vörösbort harmonikusan simulnak össze, jól biztosítják a mártás ízhatását, a színével összhangban.

A nagyvadak csontjából a barnamártáshoz hasonlóan készíthetünk mártást.



79. ábra. Barnamártás szűrése

24. folyamatábra

BARNA vagy spanyol mártás

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Zsír Borjú ritkacsont Marha ritkacsont	Az apróra darabolt csontokat zsírban barnára pirítjuk.	Értékes íz- és színanyagokat kapunk a piritással.
Szeletelt sárgarépa Petrezselyem Zellergumó Vöröshagyma Gombaszár	Hozzáadjuk a szeletelt zöldségféléket, tovább pirítjuk.	További értékes íz- és illatanyagokat nyerünk.
Kristálycukor	A kristálycukrot aransárgára pirítjuk az anyagokkal.	A cukros piritással kialakul a mártás jellegzetes szín- és ízanyaga.
Paradicsompüré Kakukkfű Babérlevél Egész bors Fokhagyma Szalonnabőr	A paradicsompürével átpirítjuk a többi anyagot, majd hozzáadjuk a fűszereket és a szalonnabőrt.	A lepirított paradicsompüré pörzsanyagaival gazdagítja a mártást. A fűszerek illóolajtartalma kioldódik.
Barna alaplé Só	A lepirított anyagokat felöntjük, sózzuk. A mártást felforraljuk és lassan főzzük. Főzés közben lezsirozzuk.	A lepirított anyagok felületéről leoldódnak a pörzsanyagok.
Száraz rántás	A vízzel simára kevert rántással sűrítünk.	A lisztben levő keményítő kioldódik, sűrít.
	A csontokat eltávolítjuk. A kész mártást szitán át-szűrjük.	A felpuhult zöldségeket netörjük át, mert a mártás nem lesz egyenmű.
Vörösbor	A mártást forraljuk, lezsirozzuk. Hozzáadjuk a bort, ha kell, beforraljuk.	Az átforralt mártás tetejéről a zsír könnyen eltávolítható. A beforralással a mártás bevonóképes lesz.

SAUCE ESPAGNOLE

ÖNÁLLÓ MÁRTÁS

Ekkor az ízhatás fokozása érdekében erdei gyümölcsöket (som, szeder, szamóca, kökény, ribizske) főzhetünk a mártásba.

A barnamártás sűríthető még lisztszórással vagy cukros barna rántással is.

b) Francia alapmártásokból készíthető mártások

Világos mártásokból készülő mártások

Tejmártásból készülő mártások

GRATINMÁRTÁS (Sauce au gratin)

Legírozás

Montírozás

Besamelmártás

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,14 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Liszt	0,12 kg	Tojássárga	2 db
Só	0,03 kg	Tejszín	0,10 l
Tej	0,90 l		

Sűrű besamelmártást készítünk. Ha elértük a kellő sűrűséget, levesszük a tűzhelyről. A krémleveseknél tanult módszerrel legírozzuk, montírozzuk. A mártás legyen bevonóképes.

Csőben sült kelvirág, csirág, makaróni stb. készítéséhez használjuk.

MORNAY-MÁRTÁS (Sauce Mornay)

Gratinmártás

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,14 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Liszt	0,12 kg	Tojássárga	2 db
Só	0,03 kg	Tejszín	0,10 l
Tej	0,90 l	Reszelt sajt	0,08 kg

A legírozott besamelmártásba reszelt sajtot keverünk. Legjobb, ha parmezán sajtot használunk. Ennek hiányában az ementáli sajt is megfelelő.

SAJTMÁRTÁS (Sauce fromage)

Besamelmártás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,14 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Liszt	0,16 kg	Tojássárga	2 db
Só	0,03 kg	Tejszín	0,10 l
Tej	0,90 l	Törött bors	0,005 kg

A besamel mártást legírozzuk, reszelt sajtot és törött borsot keverünk bele. Zöldségfelfűjtakhoz, gombaropogóshoz stb. adjuk.

RÁKMÁRTÁS (Sauce aux écrevisses)

Besamel mártás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,12 kg	Tojássárga	4 db
Liszt	0,10 kg	Borpárlat	0,10 l
Só	0,03 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Tej	0,50 l	Rákvaj	0,10 kg
Tejszín	0,15 l		

A besamel mártást legírozzuk, rákvajjal montírozzuk, borpárlattal, cayenne-i borsal ízesítjük. Rákkal, hallal, tojással készült ételekhez használjuk. A besamel mártásból készíthető még a bíboros mártás és a fehér hagyma mártás.

A tejmártásból készíthető mártások összefoglalása az 1. sémán látható.

Bársonyos mártásból készülő mártások

SUPRÉME MÁRTÁS (Sauce suprême)

Bársonyos mártás

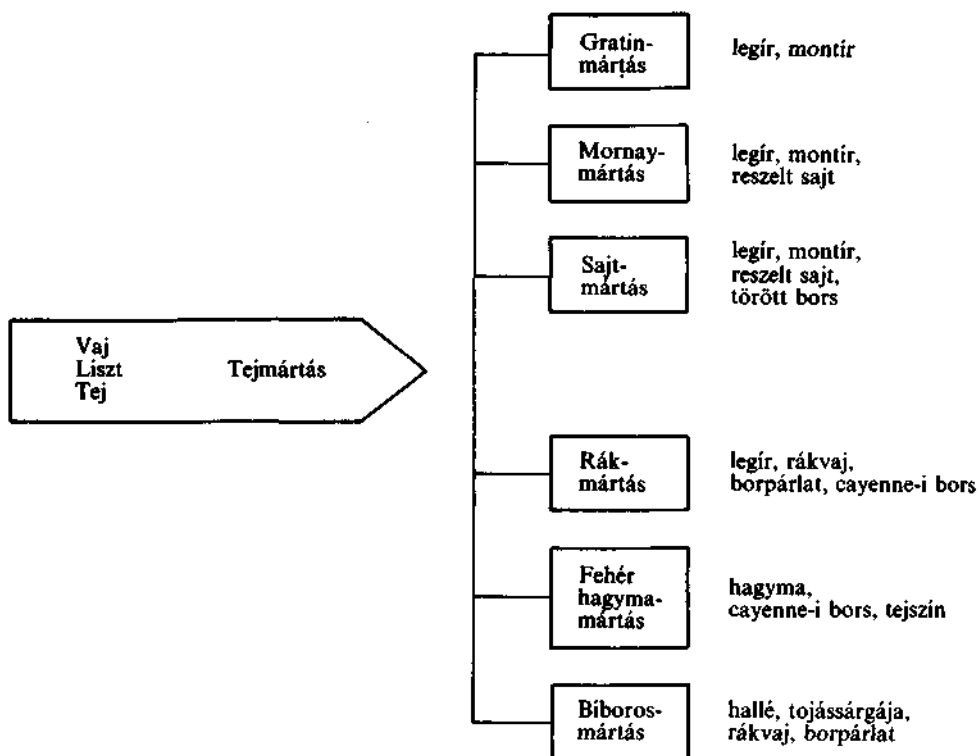
Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

<i>Csontléhez:</i>		Gomba	0,06 kg
Borjúcsont	0,50 kg	Cayenne-i bors	0,005 kg
Szárnyasaprólék	0,30 kg	Vaj	0,15 kg
Sárgarépa	0,15 kg	Liszt	0,10 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Só	0,02 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Egész bors	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség		Tejszín	0,20 l
(felére beforralva)	1,60 l	Tojássárga	2 db

TEJMÁRTÁS ALAPÚ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA



Borjúcsontból és szárnyasaprólékból tartalmaz fehér alaptervet készítünk. A világos vajas rántást ezzel az alaplével (0,8 liter) engedjük fel. Sóval, cayenne-i borszal ízesítjük. Legírozunk, montírozunk. Átszűrjük és citromlével ízesítjük. Szárnyasból, borjúból készített ételekhez adható.

CSIRKEMÁRTÁS (Sauce de poulette)

Suprême mártás

Ajánlott anyaghányad

Suprême mártás	10 adag	Gomba	0,20 kg
Vaj	0,05 kg	Citrom	1 db

A suprême mártáshoz vajon párolt, kockára vágott gombát és átszűrt citromlé adunk.

Tojásételekhez, velőhöz, szárnyasokhoz stb. adható.

FEHERBORMARTAS (Sauce vin blanc)

Világos rántás

Legírozás

Montírozás

Ajánlott anyaghányad

Halalapié	0,80 l	Só	0,02 kg
Vaj	0,20 kg	Tejszín	0,15 l
Liszt	0,12 kg	Tojássárga	4 db
Fehérbor	0,30 l	Citrom	1 db

A világos, vajos rántást felengedjük az átszűrt halalaplével, sóval ízesítjük, kiforraljuk. Hozzáadjuk a fehérbort, és tovább forraljuk. Legírozzuk, montírozzuk, átszűrjük. Átszűrt citromlével ízesítjük.

Meleg tojásételekhez, fehér húsú halételekhez stb. adható.

VELENCEI MÁRTÁS (Sauce vénétienne)

Fehérbormártás

Parajfőzelék

Ajánlott anyaghányad

Fehérbormártás	9 adag
Parajpüré	0,20 kg

A kész fehérbormártáshoz parajpürét keverünk. Hal- és tojásételekhez adjuk. A bársonyos mártásból készülő mártások összefoglalása a 2. sémán látható.

Felvert mártásokból készülő mártások

Hollandi mártásból készülő mártások

TEJSZÍNHABOS MÁRTÁS (Sauce mousseline)

Hollandi mártás

Ajánlott anyaghányad

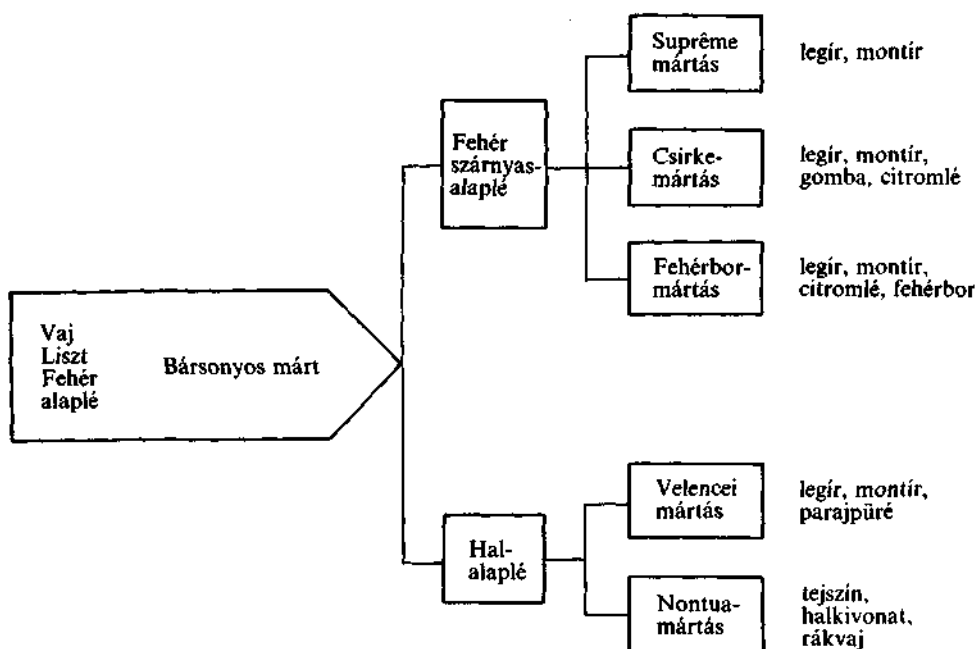
Hollandi mártás	8 adag
Tejszínhabhoz:	
Tejszín	0,20l

A kész hollandi mártáshoz közvetlenül a tálalás előtt óvatosan tejszínhabot keverünk. Csirágához, fehér húsú halételekhez adható mártás.

MOSZKVAI MÁRTÁS (Sauce moscovite)

Hollandi mártás

BÁRSONYOS MÁRTÁS ALAPÚ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA

*Ajánlott anyaghányad*

Hollandi mártás	10 adag	Kaviár	0,08 kg
Rákvaj	0,05 kg		

A kész hollandi mártáshoz kaviárt és olvasztott rákvajat keverünk a tálalás előtti pillanatban. A legcélszerűbb a vörös kaviár alkalmazása, mivel ez összhangban van a rákvaj színével. Meleg tojásételekhez és halételekhez adható mártás.

FIRENZEI MÁRTÁS (Sauce de Florence)

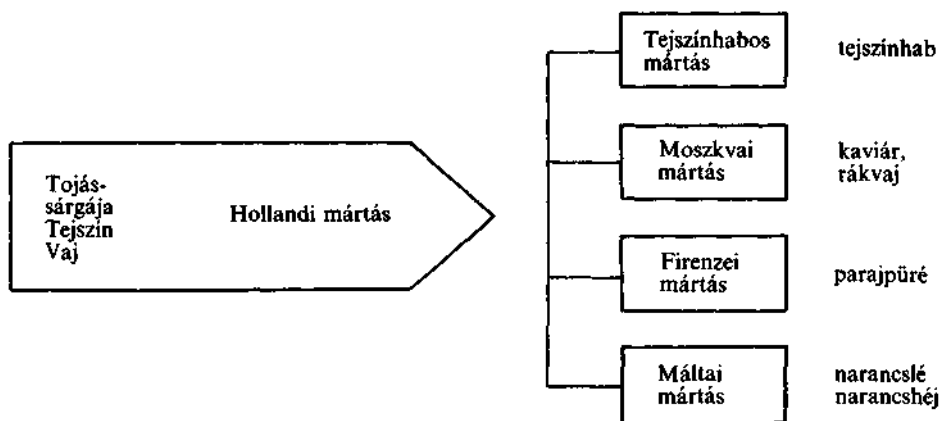
Hollandi mártás
Parajfőzelék

Ajánlott anyaghányad

Hollandi mártás	10 adag	Parajpüré	0,10 kg
-----------------	---------	-----------	---------

A kész hollandi mártáshoz parajpürét keverünk. Meleg tojásételekhez és halételekhez adható mártás.

HOLLANDI MÁRTÁSBÓL KÉSZÜLŐ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA



MÁLTAI MÁRTÁS (Sauce malthaise)
Hollandi mártás

Ajánlott anyaghányad

Hollandi mártás 10 adag Narancs 1 db

A kész hollandi mártást citromlé helyett átszűrt narancslével és reszelt narancshéjjal ízesítjük.

A hollandi mártásból készíthető mártásokat a 3. sémában foglaltuk össze.

Béarni mártásból készíthető mártások:

CHORON-MÁRTÁS (Sauce Choron)

Béarni mártás

Ajánlott anyaghányad

Béarni mártás 10 adag Ketchup 0,08 l

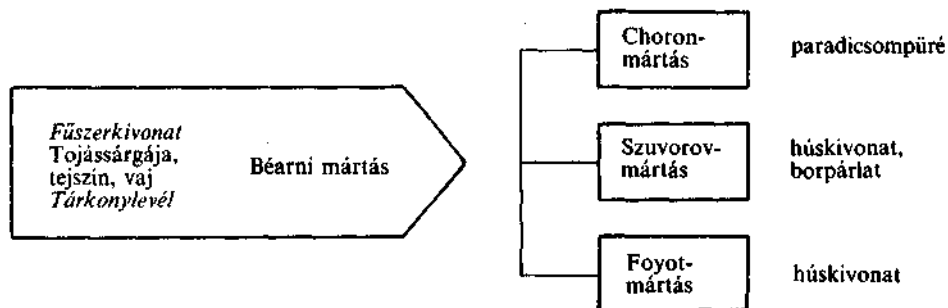
A kész béarni mártáshoz paradicsompürét vagy ketchupot keverünk a tálalás előtti pillanatban.

FOYOT-MÁRTÁS (Sauce Foyot)

Béarni mártás

Demi glace \

BÉARNI MÁRTÁSBÓL KÉSZÜLŐ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA

*Ajánlott anyaghányad*

Béarni mártás	10 adag	Húskivonat	0,03 kg
---------------	---------	------------	---------

A béarni mártáshoz húskivonatot adunk.

SZUVOROV-MARTAS (Sauce Sauvaroff)

Béarni mártás
Demi glace

Ajánlott anyaghányad

Béarni mártás	10 adag	Húskivonat	0,03 kg
Borpárlat	0,05 l		

A béarni mártásból készíthető mártásokat a 4. sémában foglaltuk össze.

*Barnamártásból készülő mártások***MADEIRAMÁRTÁS (Sauce Madére)**

Barnamártás vagy spanyolmártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	10 adag	Madeirabor	0,10 l vagy
Vörösbor, száraz	0,20 l	Borpárlat	0,06 l

A kész barnamártást madeiraborral, ennek hiányában száraz vörösborral és borpárlattal ízesítjük, majd összeforraljuk. Marhahúsból készült ételekhez adjuk.

RŐBERT-MARTÁS (Sauce á la Róbert)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	10 adag	Törött bors	0,005 kg
Mustár	0,08 kg	Cukor	0,02 kg
Ecetes uborka	0,30 kg		
Vörösbor	0,25 l		

A kész barnamártást kockára vágott ecetes uborkával, mustárral, törött borssal, cukorral, vörösborral rövid ideig forraljuk. Szűzsülthöz, frissen sült sertésbordához adjuk.

EGRI MÁRTÁS (Sauce egri)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	10 adag	Egri bikavér	0,20 l
-------------	---------	--------------	--------

A kész barnamártást Egri bikavérrel lassan összeforraljuk.

TOKAJI MÁRTÁS (Sauce á la Tokaj)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	10 adag	Tokaji száraz szamorodni	0,20 l
Szőlő	0,30 kg		

A barnamártást tokaji száraz szamorodnival, szőlőszemekkel forraljuk össze.

BURGUNDI MÁRTÁS (Sauce bourguignonne)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	10 adag	Burgundi vörösbor	0,20 l
-------------	---------	-------------------	--------

A barnamártást burgundi vörösborral forraljuk össze.

FINOMFÜMÁRTÁS (Sauce aux fines herbes)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	8 adag	Vaj	0,05 kg
Vöröshagyma	0,06 kg	Gomba	0,15 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vörösbor	0,20 l
Só	0,01 kg	Törött bors	0,005 kg

Vajban finomra vágott hagymát, gombát és petrezselyemzöldet pirítunk, törött borssal fűszerezzük. Vörösborral felöntjük, bepároljuk, és a barnamártáshoz adjuk. Jól összeforraljuk.

A barnamártás alapú mártások összefoglalása az 5. sémán látható.

Az eddig tanult francia alapmártásokat a 10. táblázatban foglaljuk össze.

10. táblázat

Francia alapmártások összefoglalása

Világos mártások		Felvert mártások		Barna- vagy spanyol mártások	
tejmártás	bársonyos mártás	hollandi mártás	béarni mártás	spanyol mártás	barna vadmártás
Vaj Liszt	Vaj Liszt	Tojássárga Tejszín Vaj	<i>Redukció</i> Tojássárga Tejszín Vaj Tárkony	Pirított csont Zöldség Cukor Paradicsompüré Fűszerek	Pirított nagyvadak csontja stb.
Tej	Fehér alapié Szárnyas Hal stb.	–	–	Barna alapié, – Vörösbor	y. ^{a 01} készü l ^ alapié, Erdei gyümölcsök stb.

c) *Egyszerű meleg mártások*

Az egyszerű meleg mártásokat rántással, habarással és lisztszórással sűrítjük. Ezeknél a mártásoknál közös alapmártásra nem lehet hivatkozni.

Ehhez a mártáscsoporthoz tartoznak a magyar konyha jellegzetes készítményei. Legtöbbjük illatos fűszernövényekből, zöldségféléből készül.

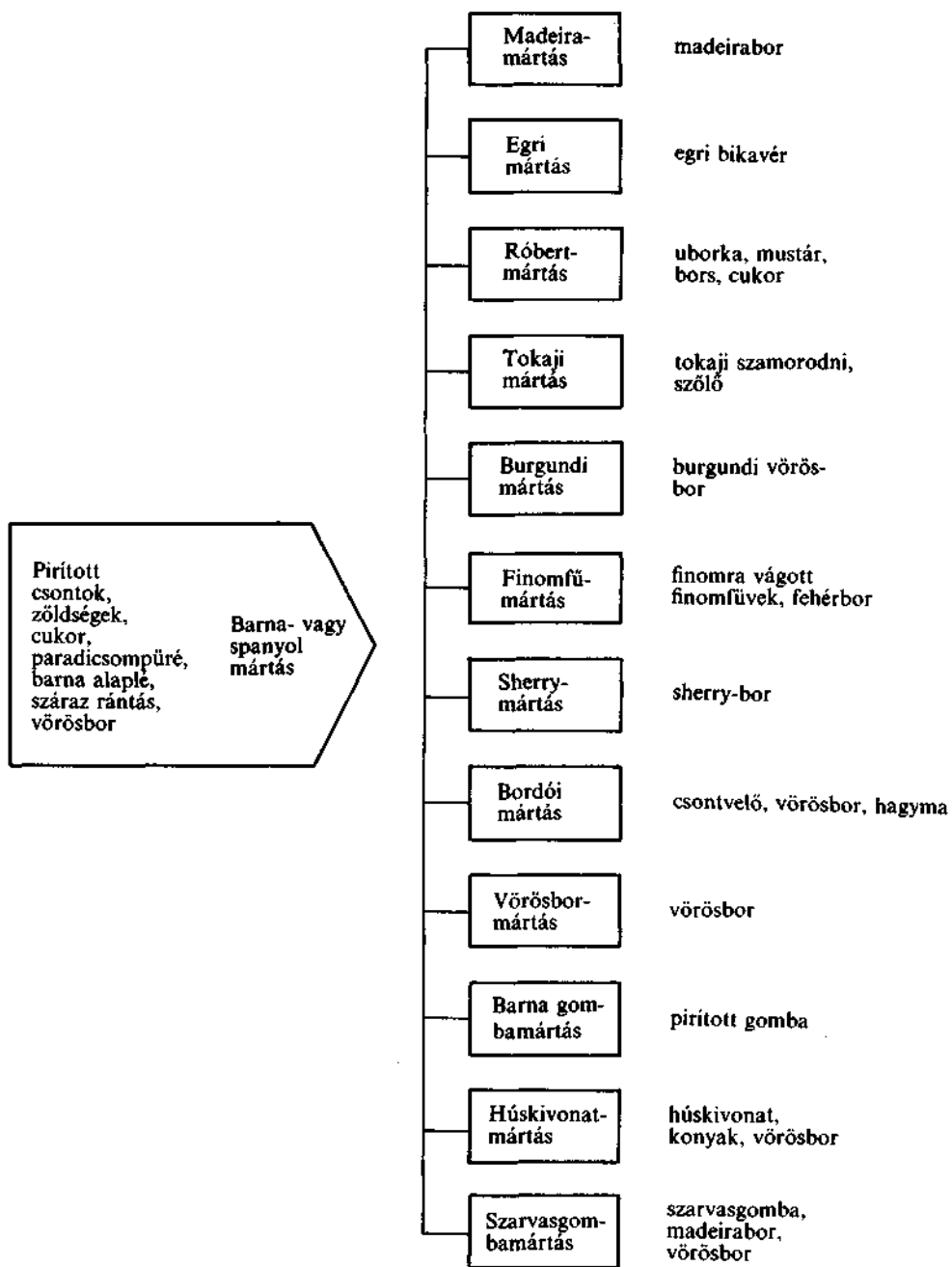
Az egyszerű meleg mártásokat elsősorban főtt húsokhoz: marhahúshoz, tyúkhúshoz adjuk.

Ételeinket néhány esetben a mártással együtt készítjük el, és tálaljuk: például töltött paprikához paradicsommártás, tejszínes gombás érmékhez tejszínes gombamártás stb.

PARADICSOMMÁRTÁS (Sauce au tomate)

- Csontió
- Zsemleszínű rántás

BARNAMÁRTÁS ALAPÚ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA
--



Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Paradicsommártáshoz:

Paradicsompüré	0,30 kg
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,12 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Só	0,02 kg
Cukor	0,10 kg
Zellerzöld	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Zsemleszínű rántást készítünk, csontlével (0,8 l) felengedjük. Belekeverjük a paradicsompürét, sóval, egy kevés cukorral ízesítjük. Zellerzöldet és hagymát teszünk bele. Fél óráig főzzük, majd leszűrjük. Töltött paprikához, tojásételekhez használjuk.

HAGYMAMÁRTÁS (Sauce aux oignons)

Csontié

Cukorral pirított barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	1,60 l

Hagymamártáshoz:

Vöröshagyma	0,20 kg
Liszt	0,10 kg
Só	0,02 kg
Tejföl	0,25 l
Zsír	0,08 kg
Cukor	0,06 kg
Ecet (10%-os)	0,05 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Cukorral pirított barnamártást készítünk. Beletesszük a szeletekre vágott vöröshagymát, áthévtjük, csontlével felengedjük. Sóval, cukorral, egy kevés ecettel ízesítjük. Ha a hagyma megpuhult, a mártást átszűrjük. Főtt marhahúshoz tálaljuk.

TORMAMÁRTÁS (Sauce raifort)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Tormamártáshoz:

Torma	0,20 kg
Liszt	0,12 kg
Só	0,02 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l
Zsír	0,10 kg
Tejföl	0,30 l
Cukor	0,03 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Világos rántást készítünk, csontlével felengedjük és kiforraljuk. Ecettel, sóval, cukorral ízesítjük. A reszelt és forrázott tormát hozzátéve, tejfölt keverünk bele, és rövid ideig forraljuk. Főtt marhahúshoz, főtt tyúkhúshoz adhatjuk.

AJÓKAMÁRTÁS (Sauce á l'anchois)

Csontié

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Ajókamártáshoz:

Ajóka	0,15 kg
Liszt	0,10 kg
Só	0,01 kg
Zsír	0,08 kg
Tejföl	0,25 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Zsemleszínű rántást készítünk, csontlével felengedjük. Finomra vagdalt ajókát, tejfölt keverünk hozzá. Kiforraljuk, és átszűrjük. Főtt marhahúshoz tálaljuk.

SÓSKAMÁRTÁS (Sauce á l'oseille)

Csontié

Lisztzórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Sóskamártáshoz:

Sóska	0,80 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Só	0,02 kg
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,10 kg
Liszt	0,12 kg
Cukor	0,08 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

A megtisztított, megmosott sóskát hagymás zsíron pároljuk. Liszttel meghintjük, csontlével felengedjük, kiforraljuk. Sóval, cukorral ízesítjük, és tejfölt keverünk bele. Rövid ideig tartó főzés után áttörjük, újból fölforraljuk. Főtt marhahúshoz adjuk.

FOKHAGYAMAMÁRTÁS (Sauce a l'ail)

Csontlé

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Fokhagymamártáshoz:

Fokhagyma	0,05 kg
Liszt	0,10 kg
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,08 kg
Só	0,03 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Zsemleszínű rántást készítünk, reszelt fokhagymát keverünk hozzá, és csontlével felengedjük. Habverővel simára keverjük. Sóval ízesítjük, beledjük a tejfölt, és felforraljuk. Főtt marhahúshoz adjuk.

ZSEMLEMÁRTÁS (Sauce aux petit pains)

Fokhagymamártás

Csontlé

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség belére beforralva)	1,60 l

Zsemlemártáshoz:

Fokhagyma	0,03 kg
Liszt	0,06 kg
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,04 kg
Zsemle	2 db
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

A fokhagymamártáshoz hasonlóan készítjük, de kevesebb rántással és fokhagymával. A mártás így kissé hígabb lesz. Amikor elkészült, forró levesbe áztatott zsemlet keverünk bele habverővel. Ettől kellő sűrűségű lesz. Főtt marhahúshoz adjuk.

KAPORMÁRTÁS (Sauce aux fenouil)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Kapormártáshoz:

Kapor	3 csomó
Liszt	0,10 kg
Ecet (10%-os)	0,05 l
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,08 kg
Só	0,03 kg
Cukor	0,06 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Világos rántást készítünk, finomra vágott kaprot adunk hozzá. Csontlével felengedjük, és jól felkavarjuk. Ecettel, sóval, cukorral ízesítjük, tejfölt keverünk bele. Főtt marhahúshoz, töltött tökhoz tálaljuk.

UBORKAMÁRTÁS (Sauce aux concombres)

Csontié

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség belére beforralva)	1,60 l

Uborkamártáshoz:

Ecetes uborka	0,25 kg
Liszt	0,10 kg
Só	0,02 kg
Zsír	0,08 kg
Tejföl	0,30 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Az ecetes uborkát meghámozzuk, apró kockákra vágjuk. Világos rántást készítünk, belekeverjük az uborkát, jól átforrósítjuk, csontlével felengedjük, és rövid ideig főzzük. Sóval, cukorral, uborkaecettel ízesítjük, és tejfölt keverünk hozzá. Főtt marhahúshoz adjuk.

ZELLERMÁRTÁS (Sauce au céleri)

Csontlé

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Zellermártáshoz:

Zellergumó	0,30 kg
Liszt	0,10 kg
Cukor	0,03 kg
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,08 kg
Só	0,02 kg
Törött bors	0,005 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

A kockákra darabolt zellert egy kevés zsíron pároljuk, csontlével felengedjük, puhára főzzük. Világos rántással sűrítjük. Sóval, cukorral ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, és tejfölt adunk hozzá. Főtt marhahúshoz adjuk.

BAKONYI MÁRTÁS (Sauce á la Bakony)

Csontlé

Habarás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg
Sárgarépa	0,15 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Bakonyi mártáshoz:

Tejföl	0,30 l
Csiperkegomba	0,45 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg
Vöröshagyma	0,10 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg
Liszt	0,10 kg
Só	0,02 kg
Zsír	0,05 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

A csiperkegombát cikkekre vágjuk, kockákra vágott füstölt szalonna zsírján egy kevés hagymával pároljuk, amíg a levét el nem fővi. Meghintjük egy kevés pirospaprikával, csontlével felengedjük. Tejfölös habarással sűrítjük. Jól kiforraljuk. Húsételekhez, halakhoz, tojásételekhez használjuk.

KAPRI MÁRTÁS (Sauce aux capres)

Csontlé

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Sárgarépa	0,25 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Kaprimártáshoz:

Kapribogyó	0,10 kg
Liszt	0,10 kg
Cukor	0,04 kg
Tejföl	0,30 l
Zsír	0,08 kg
Só	0,02 kg
Ecet (10%-os)	0,03 l
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

Világos rántást készítünk, csontlével felengedjük, habverővel simára keverjük, és jól kiforraljuk. Hozzáadjuk a kaprit, sóval, cukorral, egy kevés ecettel ízesítjük, és tovább főzzük. Végül hozzáadjuk a tejfölt. Főtt marhahúshoz, főtt borjú- vagy marhanyelvhez adjuk.

TEJSZÍNES GOMBAMARTAS (Sauce aux champignons)

Csontié
Lisztzórás

Ajánlott anyaghányad

Csontléhez:

Csont	0,40 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Zellergumó	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség (felére beforralva)	1,60 l

Tejszínes gombamártáshoz:

Gomba	0,45 kg
Vaj	0,12 kg
Liszt	0,10 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Tejszín	0,25 l
Só	0,02 kg
Törött bors	0,002 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Javasolt folyadék- mennyiség (csontléből készítve)	0,80 l

A finomra vágott hagymát zsírban megpirítjuk. Hozzáadjuk a szeletelt gombát és a finomra vágott petrezselyemzöldet. Erős tűzön zsírára pirítjuk. Ekkor meghintjük liszttel, majd tovább pirítjuk, és csontlével felengedjük. Sózzuk, törött borssal ízesítjük. Elkeverjük benne a tejszínt, és kiforraljuk. Főtt marhahúshoz, borjúszeletekhez, csirkéhez adjuk.

5. Gyümölcsmártások

A gyümölcsmártások készítése lényegében megegyezik a gyümölcsleveseknél tanultakkal. Hasonlóan a gyümölcslevesekhez, itt is eredményesen használhatók a friss és a gyorsfagyasztott gyümölcsök.

MEGGYMÁRTÁS (Sauce aux griottes)

Habarás

Ajánlott anyaghányad

Megye	0,50 kg	Só	0,01 kg
Citrom	1 db	Fahéj	0,005 kg
Szegfűszeg	0,005 kg	Tejföl	0,30 l
Liszt	0,10 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	1,00 l

A kimagozott meggyet cukros, gyengén sós, citromhéjjal, fahéjjal és szegfűszeggel fűszerezett vízben felfőzzük. Tejfölös habarással sűrítjük. Főtt húsokhoz adjuk.

RIBISZKEMÁRTÁS (Sauce aux groselles)

Habarás

Ajánlott anyaghányad

Ribiszke	0,50 kg	Só	0,01 kg
Citrom	1 db	Liszt	0,10 kg
Tejföl	0,30 l	Javasolt folyadék- mennyiség	1,00 l

Cukros, gyengén sós vizet citromhéjjal felfőzünk, tejfölös habarással sűrítjük. Lassan forraljuk, beletesszük a leszárazott, megmosott gyümölcsöt, és már csak rövid ideig főzzük. Főtt csirke- és marhahúsokhoz adjuk.

EGRESMÁRTÁS (Sauce aux groseilles)

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Egres	0,50 kg
Cukor	0,08 kg
Vaj	0,08 kg
Tejföl	0,30 l
Só	0,01 kg
Citrom	1 db
Liszt	0,10 kg
Javasolt folyadék- mennyiség	0,80 l

A megtisztított és megmosott egrest vízben feltesszük főni. Sózzuk, cukorral és citrommal ízesítjük. Világos, vajas rántást készítünk, ezzel sűrítjük. Hozzáadjuk a tejfölt, simára keverjük, és jól felforraljuk. Főtt marhahúshoz tálaljuk.

ALMAMÁRTÁS (Sauce aux pommes)

Világos rántás

Ajánlott anyaghányad

Alma	0,60 kg	Só	0,01 kg
Cukor	0,08 kg	Liszt	0,10 kg

Szegfűszeg	0,005 kg	Fahéj	0,005 kg
Citrom	1 db	Vaj	0,08 kg
Tej	0,30 l	Tejföl	0,30 l
Javasolt folyadék- mennyiség	0,70l	Citrom	1 db

Az almát meghámozzuk, szép apró kockákra vágjuk, és egy kevés cukorral, szegfűszeggel, sóval, citromhéjjal ízesített vízben felpuhítjuk. Világos, vajas rántást készítünk, tejjel felengedjük, simára keverjük és besűrítjük a mártást. Tejfölt adunk hozzá, felforraljuk, simára keverjük. Fehérborral és citrommal ízesítjük. Főtt marhahúshoz tálaljuk.

6. Hideg mártások

A hideg mártásokat mind a hidegkonyhai, mind a melegkonyhai készítményekhez adhatjuk. Mivel a hidegkonyhai és melegkonyhai készítményekkel csak később fogunk megismerkedni, ezért a mártások mellett feltüntetjük, hogy milyen ételekhez adhatjuk.

a) Majonéz alapú mártások

A hidegkonyha egyik igen fontos alapanyaga a majonéz, amely igen változatosan színezhető és ízesíthető. A mártások készítésén kívül a salátákhoz, „majonézekhez”, egyéb hidegkonyhai termékekhez, azok bevonásához, díszítéséhez használjuk.

MAJONÉZ (Mayonnaise)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	6 db	Só	0,02 kg
Olaj	1 l	Citrom	1 db
Mustár	0,05 kg		

A friss tojássárgáját zománcozott keverőtálba tesszük, megsózzuk, hozzáadjuk a mustárt, és habverővel elkeverjük. Ezután az étolajat vékony sugárban adagolva, folytonos keverés mellett hozzáadjuk (1 liter olaj - 6 tojássárgája). Ügyeljünk arra, hogy az olajat jól elkeverjük a tojássárgájával. Egyszerre ne sok olajat öntsünk bele, mert a majonéz összefut, és az olaj különválik a tojássárgájától.

A majonéz készítésekor az olajnak sem túl hidegnek, sem túl melegnek nem szabad lennie, mert ez is a majonéz összefutását okozhatja. Ha ez mégis előfordul, akkor egy kevés mustárt adunk hozzá, és habverővel addig keverjük, amíg újból összeáll. Ha az összefutott majonéz a mustárral nem áll össze, akkor külön edényben néhány tojássárgájával és egy kevés olajjal friss majonézt kezdünk keverni. Amikor ez jó kemény, állandóan keverve hozzáadjuk az összefutott majonézt. Végül hozzákeverjük az átszűrt citromlét.

A jól elkészített majonéz tömény, sima állományú. íze pikáns, színe élénksárga. A majonéz önmagában nem mártás.

A majonézmártást Richelieu bíboros szakácsa találta fel 1756-ban, amikor az egyesült francia csapatok a Menorca szigetén levő Mahón falut elfoglalták. Ennek öröme a bíboros a feltalált mártást elnevezte „mahonnaise”-nak. Azóta csiszolódott készítésében és elnevezésében is a mai majonézmártásig.

MAJONÉZMÁRTÁS (Sauce mayonnaise)

Majonéz

A majonézhez citromlevet, cayenne-i borsot és egy kevés tejszínt keverünk. Hideg halételekhez, hideg tojásételekhez adjuk.

TARTÁRMÁRTÁS (Sauce tartare)

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	3 db	Fehérbor	0,15 l
Mustár	0,08 kg	Porcukor	0,04 kg
Só	0,02 kg	Citrom	1 db
Tejszín	0,40 l	Cayenne-i bors	0,005 kg
Olaj	0,50 l		

A majonézt fehérborral, tejszínnel hígítjuk, mustárral jól elkeverjük, egy kevés porcukrot, citromlevet, sót, cayenne-i borsüt teszünk bele. Bundázott ételekhez (borjúláb, rántott velő), halakhoz, hideg tojás-, hal- és salátaételekhez használjuk.

REMULÁDMÁRTÁS (Sauce remoulade)

Majonéz

Vinaigrette-vagdalék

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	3 db	Metélőhagyma	1 csomó
Olaj	0,50 l	Vöröshagyma	0,05 kg
Mustár	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Kapribogyó	0,08 kg	Tárkonylevél	0,03 kg

Törött bors	0,005 kg	Tejszín	0,20 l
Ecetes uborka	0,10 kg	Só	0,02 kg

A majonézmártásba mustárt, törött borsot, finomra vágott ecetes uborkát, vöröshagymát, kapribogyót, petrezselyemzöldet és tárkonylevelet keverünk, és egy kevés tejszínnel hígítjuk. Hideg előételekhez adjuk.

TEJSZÍNHAPOS MÁRTÁS (Sauce Chantilly)

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	8 adag	Tejszín	0,20l
Só	0,01 kg	Citrom	1 db

A majonézmártást citromlével és sóval ízesítjük. Keményre vert tejszínhabot keverünk hozzá. Hideg halételekhez, hideg csirághoz adjuk.

ZÖLDMÁRTÁS (Sauce vert)

Parajpüré - parajfőzelék

Majonéz

Ajánlott anyaghányad

Tojássárga	3 db	Fehérbor	0,10 l
Olaj	0,50l	Metélőhagyma	1 csomó
Mustár	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,02 kg	Tárkonylevél	0,02 kg
Paraj	0,10 kg	Tejszín	0,10 l

A majonézbe főtt, áttört hideg parajt, sót, apróra vágott metélőhagymát, tárkonylevelet, petrezselyemzöldet keverünk. Fehérborral, tejszínnel hígítjuk. A mártás színének halványzöldnek kell lenni. Hideg hal- és tojásételekhez adjuk.

TIROLI MÁRTÁS (Sauce tyrolienne)

Majonéz

Ajánlott anyaghányad

Majonéz	8 adag	Ketchup	0,20l
Fehérbor	0,10 l	Tejszín	0,10 l
Só	0,01 kg	Fehér bors	0,005 kg
Cukor	0,03 kg		

A majonézbe „angol paradicsommártást” (ketchup), fehérbort, tejszínt, sót, cukrot és fehér borsot keverünk. Hideg húshoz adjuk.

AURÓRAMÁRTÁS (Sauce Aurore)

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Tartármártás 9 adag Paradicsompüré 0,05 kg

A tartármártásba egy kevés paradicsompürét keverünk, hogy rózsaszínű legyen. Hideg húshoz adjuk.

MOSZKVAI MÁRTÁS (Sauce moscovite)

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Tartármártás 9 adag Kaviár 0,02 kg

A sűrű tartármártáshoz kaviárt keverünk. Hideg hal- és tojásételekhez adjuk.

GRIBICHE-MÁRTÁS (Sauce gribiche)

Majonézmártás

Vinaigrette-vagdalék

Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	8 adag	Tojás	1 db
Ecetes uborka	0,08 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Tárkonylevél	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Kapribogyó	0,04 kg	Tejszín	0,10 l

A majonézmártásba sót, finomra vágott főtt tojást, ecetes uborkát, metélőhagymát, tárkonylevelet, petrezselyemzöldet és kapribogyót keverünk. Felöntjük annyi tejszínnel, hogy jó sűrű, tartalmas mártást nyerjünk. Hideg húshoz, velőhöz, halakhoz tálaljuk.

SVÉD MÁRTÁS (Sauce suédoise)

Majonézmártás

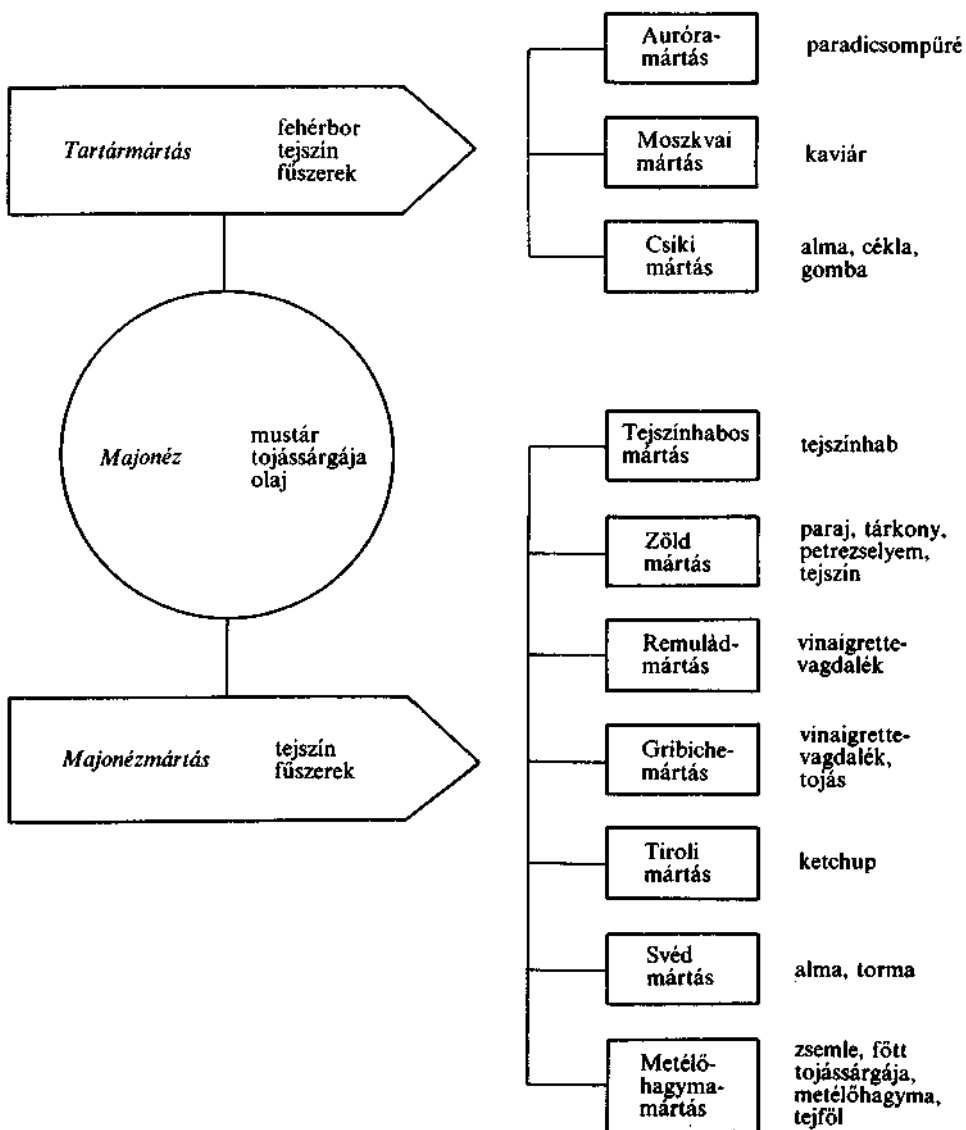
Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	8 adag	Alma	0,10 kg
Torma	0,05 kg	Só	0,01 kg
Porcukor	0,02 kg	Citrom	1 db

A majonézmártáshoz reszelt almát és reszelt tormát keverünk, sóval, porcu-
kossal és citromlével ízesítjük. Hideg húsokhoz adjuk.

6. séma

MAJONÉZ ALAPÚ MÁRTÁSOK ÖSSZEFOGLALÁSA



CSÍKI MARTAS (Sauce csíki)

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Tartármártás	8 adag	Alma	0,10 kg
Cékla	0,10 kg	Gomba	0,10 kg
Olaj	0,051	Metélőhagyma	1 csomó

A meghámozott almát, főtt céklát és az olajban párolt gombát kis kockákra vágjuk. Mindezeket belekeverjük a kész tartármártásba, és finomra vágott metélőhagymával ízesítjük.

METÉLŐHAGYMA-MÁRTÁS (Sauce ciboulette)

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	7 adag	Tej	0,20 l
Zsemle	1 db	Tojás	2 db
Só	0,01 kg	Fehér bors	0,005 kg
Citrom	1 db	Metélőhagyma	1 csomó
Tejföl	0,201		

Hámozott, tejszínen áztatott, kicsavart zsemlét szitán áttörünk, és a majonézmártáshoz keverjük. Kemény tojások sárgáját szitán áttörjük, és a zsemelével elkevert majonézmártáshoz adjuk. Sózzuk, törött fehér borsal, citromlével ízesítjük, hozzákeverjük a finomra vágott metélőhagymát és a tejfölt. Meleg és hideg főtt marhafartőhöz adjuk.

A majonéz alapú mártásokról a 6. séma nyújt áttekintést.

b) Egyéb hideg mártások

Az egyéb hideg mártásoknak közös alpmártásuk nincs. Néhány mártást salátaecettel, tehát: sóval, cukorral, ecettel és vízzel keverünk össze. Ezek készítését már tanultuk a salátánál.

ECETES TORMA (Raifort au vinaigre)

Salátaecet

Ajánlott anyaghányad

Torma	0,25 kg	Ecet (10%-os)	0,061
Só	0,02 kg	Javasolt folyadék-	
Cukor	0,05 kg	mennyiség	0,401

A tormát megreszeljük, és leforrázzuk. Ecetes, cukros, sós vízzel keverjük össze a tormát. Víz helyett zsírtalan, hideg húslevest is használhatunk, mert így sokkal finomabb. Meleg és hideg főtt húsokhoz használjuk.

ALMÁS TORMA (Raifort au pommes)

Ecetes torma

Ajánlott anyaghányad

Torma	0,25 kg	Ecet (10%-os)	0,06 l
Só	0,02 kg	Alma	0,25 kg
Cukor	0,05 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	0,50 l

A kész ecetes tormába nyers reszelt almát keverünk. Ha citromlével ízesítjük, finomabb lesz.

CÉKLÁS TORMA (Raifort aux betterave)

Ecetes torma

Ajánlott anyaghányad

Torma	0,25 kg	Ecet (10%-os)	0,06 l
Só	0,02 kg	Cékla	0,20 kg
Cukor	0,05 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	0,40 l

A kész ecetes tormához ugyannyi főtt, reszelt céklát keverünk. Hideg sült-höz adjuk.

VINAIGRETTE-MÁRTÁS (Sauce vinaigrette)

Salátaecet

Vinaigrette-vagdalék

Ajánlott anyaghányad

Ecet	0,04 l	Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,02 kg	Tárkonylevél	0,03 kg
Cukor	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Ecetes uborka	0,15 kg	Olaj	0,05 l
Metélőhagyma	2 csomó	Kapribogyó	0,08 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Javasolt folyadék- mennyiség	0,40 l

A vízbe sót, cukrot, ecetet keverünk. Reszelt hagymát, finomra vágott tár-

konylevelet, metélőhagymát, kapribogyót, petrezselyemzöldet és ecetes uborkát teszünk bele. Törött borssal fűszerezzük, és olajat keverünk bele. Hideg borjúvelőhöz, forrázott borjúfejhez stb. adjuk.

RAVIGOTE-MÁRTÁS (Sauce ravigote)

Vinaigrette-mártás

Ajánlott anyaghányad

Mustár	0,05 kg	Tojás	2 db
Ecet (10%-os)	0,04 l	Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,02 kg	Tárkonylevél	0,03 kg
Cukor	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Ecetes uborka	0,15 kg	Olaj	0,05 l
Metélőhagyma	2 csomó	Kapribogyó	0,08 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Javasolt folyadék- mennyiség (víz)	0,40 l

A kész vinaigrette-mártásba mustárt és apróra vágott kemény tojást keverünk. Hideg halakhoz, csiréghoz, kelvirághoz, borjúvelőhöz, borjúlábhoz és salátákhoz adjuk.

CUMBERLAND-MÁRTÁS (Sauce Cumberland)

Ajánlott anyaghányad

Ribizskekocsonya	0,70 kg	Borpárlat	0,05 l
Narancs	1 db	Cayenne-i bors	0,005 kg
Citrom	1 db	Angol mustár	0,01 kg
Vörösbor	0,20 l		

A mártás alapja az áttört ribizskekocsonya. Ehhez keverjük a többi anyagot. A narancs- és citromhéjat vékonyan lehámozzuk, finom metéltre vágjuk, és vörösborban bepároljuk. Jól lehűtjük. A borral együtt belekeverjük a mártásba. Cayenne-i borsot, narancs- és citromlevet, egy kevés borpárlatot és angol mustárt adunk hozzá. Ha sűrű lenne, vörösborral hígítjuk. A mártást vadhúsokhoz és vadszárnyasokhoz adjuk.

7. Zománcmártások

A zománcmártásokat hideg tojás-, hal- és húsételek bevonására használjuk.

A mártásba még melegen kocsonyásító anyagokat (zselatin, aszpik) keverünk. A meleg alapú mártásokba feloldott zselatint, a hideg alapú mártásokba olvasztott aszpikot keverünk. Ettől a mártás a bevont hideg anyag felületén megdermed.

A zománcmártásokat színezhetjük, ügyelve arra, hogy azok finom pasztellszí-
nűek legyenek. Az erős színek étvágyrontóak, ízléstelenek.

FEHÉR ZOMÁNCMÁRTÁS (Sauce chaud-froid blanche)

Fehérmártás

Ajánlott anyaghányad

Fehérmártás	8 adag	Tejszín	0,101
Zselatin	0,06	kg	

ízletes fehérmártást készítünk, kiforraljuk, a keletkezett bőrösödést és zsira-
dékot gondosan eltávolítjuk. A forró mártásba belekeverjük a hideg vízbe
áztatott zselatint. A mártást átszűrjük finom szűrőruhán. Ezután lehűtjük, majd
nyers tejszínt keverünk bele, amitől szép fehér lesz.

Lehűtve hideg halak, szárnyasok, tojásételek bevonására használjuk. A bevo-
nandó anyagokat drótrácsra tesszük, és a rácsot nagyobb tálra állítjuk, a
folyékony állományú hideg zománcmártást rámerjük, hogy a mártás mindenhol
befedje. A bevont anyagokat tálalásig, illetve díszítésig hűtőben tartjuk. Halak,
tojásételek, galantinok bevonására használjuk.

SÁRGA ZOMÁNCMÁRTÁS (Sauce chaud-froid jaune)

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	9 adag		
Zselatin	0,04	kg	aszpikhoz
Víz	0,15	l	

A majonézmártást langyosra hűtött folyékony aszpikkal összekeverjük. To-
jásételek, halak bevonására használjuk.

ZÖLD ZOMÁNCMÁRTÁS (Sauce chaud-froid vert)

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad

Majonézmártás	8 adag	Tárkonylevél	0,05 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Zselatin	0,04 kg aszpikhoz
Metélőhagyma	1 csomó	Víz	0,15 l
Paraj	0,20 kg		

A nyers parajt zöldpetrezselyemmel, metélőhagymával, tárkonylevéllel mosárban pépesre törjük. Levét szűrőruhán keresztül leszűrjük. Ezt a zöld lét a tűzhely szélén lassan melegítjük. A különvált sárgás üledékről a tiszta zöld részt leszűrjük. Kihűtjük és folyékony aszpikkal összekevert majonézmártáshoz adjuk.

PIROS ZOMÁNCMÁRTÁS (Sauce chaud-froid rouge)

Paradicsommártás

Ajánlott anyaghányad

Paradicsommártás	9 adag
Zselatin	0,06 kg

BARNA ZOMÁNCMÁRTÁS (Sauce chaud-froid brun)

Barnamártás

Ajánlott anyaghányad

Barnamártás	9 adag
Zselatin	0,06 kg

Tartalmas, ízletes barnamártást készítünk, lassan kiforraljuk, a bőrösödést és a zsírt eltávolítjuk, végül zselatint keverünk bele. Vadszárnyasokhoz és vadhúsokhoz használjuk.

Kérdések:

- 1. Hogyan készítjük a besamelmártást?*
- 2. Milyen mártásokat készíthetünk belőle?*
- 3. Hogyan készítjük a veloutée-mártást?*
- 4. Milyen mártásokat készíthetünk belőle?*
- 5. Hogyan készítjük a hollandi mártást?*
- 6. Milyen mártásokat készíthetünk belőle?*
- 7. Hogyan készítjük a spanyol mártást?*

8. *Milyen mártásokat készíthetünk belőle?*
9. *Hogyan készítjük a bakonyi mártást?*
10. *Hogyan készítjük a majonézmártást?*
11. *Milyen mártásokat készíthetünk belőle?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A mártások készítéséhez mindig használjunk habverőt, hogy azokat simára, csomómentesen keverhessük!
2. Ügyeljünk, hogy a mártások bevonóképesek legyenek.
3. A mártásokat úgy fűszerezzük, hogy azok ne nyomják el az étel jellegét.

IX. Halakból és egyéb hidegvérű állatokból készíthető ételek

A halak húsa igen tápláló, könnyen emészthető. Sok teljes értékű fehérjét, A- és D-vitamint, valamint táplálkozás-élettani szempontból értékes ásványi sókat tartalmaz. A halakat és a többi hidegvérű állatot mindig friss állapotban kell felhasználni. A halak húsa és a hidegvérű állatok húsa magas víztartalma miatt könnyen megromlik. Amennyiben a romlás legkisebb jelét is tapasztaljuk, felhasználásuk tilos, mert súlyos mérgezést okozhatnak.

A friss hal jellemzője, hogy a szeme élénk színű, csillogó és telt, rugalmas. A kopolyút felemelve megállapítható, hogy a kopolyúlemezek élénkörös színűek és tiszták. Az állott vagy romlott halakat szürkés nyálka borítja. Szemük homályos, beesett. A kopolyúlemezek szürkés színűek, nyálkásak. A hal bűzös szagot áraszt. Felhasználni tilos!

A tengeri halak általában mélyhűtötten kerülnek konyháinkra. A - mélyhűtött - fagyasztott tengeri halak, halfilék a tenger jellegzetes szagát árasztják, amely olykor szokatlan. Bármilyen halfélét vagy hidegvérű állatot, amely - mélyhűtött - fagyasztott formában érkezett, a felengedtetés után azonnal fel kell használni. A hal húsa akkor a legízletesebb, ha az állat közepes nagyságú. A kisméretű halak húsa még nem elég ízletes, míg az idősebb halak húsa esetenként túlságosan zsíros, így étvágyrontó lehet. Ilyenkor a felesleges zsiradékot az előkészítést követően el kell távolítani.

A halételek készítésénél nagyon fontos az

- alapievek,

- a borok,

- az ízesítőszeres és

- a fűszerek, valamint a hőbeadási eljárások szakszerű alkalmazása, hogy mindezek biztosítsák az étel jellegének érvényesülését.

A halak bontása, filézése után visszamaradó halcsontokból, halfejekből tartalmaz halalapié készíthető. Ezt az étel jellegének megfelelően kell ízesíteni, fűszerezni. A párolólében (halalaplében, boros halalaplében) készített halételek levét leszűrjük a halról. Ezután a párolólét beforraljuk, amely ezáltal még tartalmasabb lesz, majd az étel jellegét adó mártáshoz szűrjük, és jól összeforraljuk.

A borok alkalmazásával kidomborítjuk, emeljük a halételek élvezeti értékét,

jellegét. A fehérborok közül elsősorban a száraz ízhatású (savanykás), míg a vörösborok közül a kissé fanyar ízhatású borokat használjuk fel.

A halak ízesítése, fűszerezése elsősorban a halhús színétől, készítési módjától, az alkalmazott hőbehatási eljárástól függ. A fehér húsú halakból készített ételeket mérsékeltebben, míg a barna húsú halakból készített ételeket markánsabban, erősebben fűszerezzük.

1. A halak csoportosítása

A halakat az alábbi csoportokra osztjuk:

- édesvízi halak,
- tengeri halak,
- vándorhalak.

Egyéb szempontként vehetjük figyelembe, hogy a halfajta ragadozó (rablóhal), tehát más halakkal táplálkozik, vagy „szelíd” táplálkozást folytatva elsősorban vízi növényekkel él.

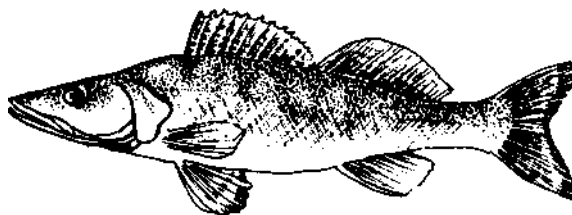
Konyhatechnológiai felhasználás szempontjából megkülönböztetjük még a halakat a halhús színe szerint. Ennek megfelelően a világosabb húsú halakat *fehér húsú halaknak*, míg a sötétebb színűeket *barna húsú halaknak* nevezzük.

a) Édesvízi fehér húsú halak

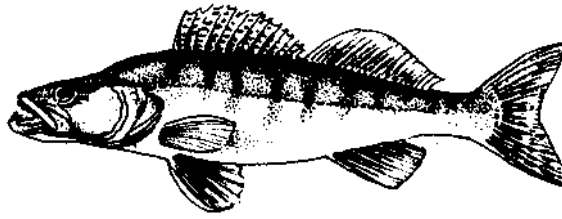
A *süllő* (sandre) és *fogas* (fogach) a legnemesebb magyar halak. Különösen a balatoni süllő és fogas húsa igen ízletes. A fehér húsa - amelynek külső oldala helyenként enyhén ezüstös színű - igen gyenge, finom rostozatú. A hal húsa szálkamentes, testét pikkelyek borítják. A folyami süllő és fogas színe valamivel árnyaltabb, helyenként enyhén ezüstösszürke.

A süllő és a fogas egy halfaj, amelynél a kisebb példányokat 1,5 kg-ig süllőnek, míg e súlyhatár fölött fogasnak nevezzük.

Sokféle módon készíthető, így szeletelve, csíkokban, párolva, továbbá egybenschütve és természetesen hidegen is. (80. és 81. ábra)

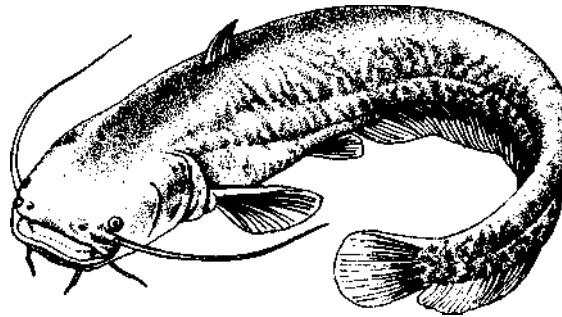


80. ábra. Süllő



81. ábra. Fogas

A *harcsa* (glanis) jellegzetes, jóízű, finom rostrozatú, szálkamentes hal. Lapos fejjű, széles szájú, csupasz testű, háta szürkés árnyalatú, hasa fehér. A harcsa nagyobb példányai eléggé zsírosak. A halhús vastagabb részeit szeletelve készítjük. A vékonyabb részeket halászléhez használjuk. Ha a harcsát szeleteljük, a bőrét lehúzzuk az esetleges zsiradékkréteggel együtt. (82. ábra)

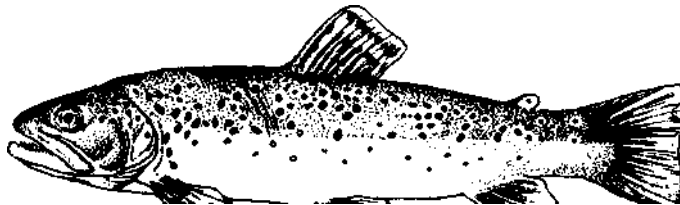


82. ábra. Harcsa

A törpeharcsát általában nyúzva, egészben sütve, rántva készítjük.

A *pisztráng* (truite) húsa rendkívül ízletes, szálkamentes. Testét apró pikkelyek borítják. Sebes folyású, tiszta vizű hegyi patakokban él. A vízből kifogva csak rövid ideig él. Mivel frissen elkészítve a legízletesebb, célszerű azonnal feldolgozni, elkészíteni. Több fajtája ismeretes, de a konyhatechnológiában leggyakrabban felhasználtak a

- sebespisztráng és a
- szívárványos pisztráng.



83. ábra. Pisztráng

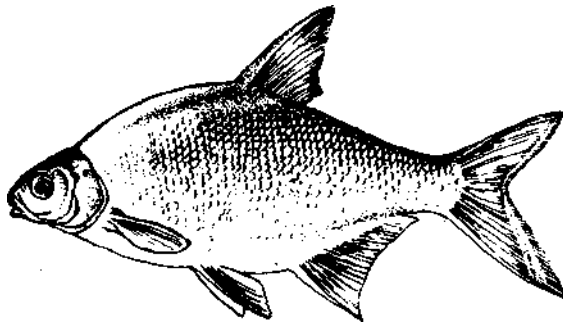
Oldalai pikkelyesek, 15-30 cm hosszúságúak. Főleg sütvé, főzve, különféle mártásokkal készítik. Mivel a pisztrángok kellemes ízhatásukon kívül dekoratívák, ezért szívesen készítik el hidegen is, különféle formában és töltve. (83. ábra)

A *csuka* (brochet) húsa fehér, igen ízletes, de szálkás. A testét borító pikkelyek a sötétzöldtől a szürkéig bármelyik árnyalatban előfordulhatnak, alkalmazkodva a környezet színeihez. Készíthetjük főzve, töltve-egészben sütvé és hidegen. (84. ábra)



84. ábra. Csuka

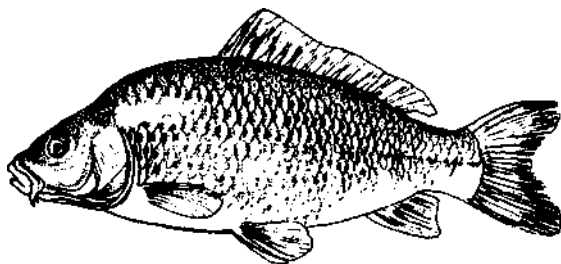
A *keszeg* (bréme) fehér húsú, ezüstözött pikkelyekkel borított hal. Húsa jóízű, de erősen szálkás. Leggyakrabban rostos sütvé készítik. A kisebb példányokat a szardíniához hasonlóan olajos hálnak is feldolgozzák, vagy marináltan készítik. Ez utóbbi készítési módok eredményeképpen szálkáik felpuhulnak, és a hal könnyen fogyasztható lesz. (85. ábra)



85. ábra. Keszeg

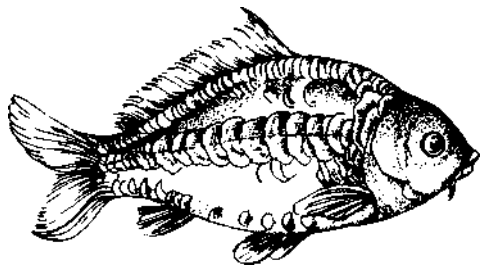
b) Édesvízi barna húsú halak

A *ponty* (carpe) a legismertebb és legnépszerűbb hazai halaink egyike. Húsa rendkívül ízletes, a nagyobb példányok esetenként eléggé zsírosak. Bár húsa igen szálkás, fogyasztása a legelterjedtebb a többi halfajtához viszonyítva. A ponty a magyarosan készített halételek egyik leghálásabb és leggyakoribb alapanyaga. A halászlé legfontosabb és meghatározó hozzávalója. Több változata ismert.



86. ábra. Folyami ponty

A *folyami pontyot* mindenütt pikkelyek borítják (86. ábra), teste karcsúbb, áramvonalasabb, mint a *tükörpontyé*. A *tükörpontyot* csak helyenként borítják pikkelyek (87. ábra), míg a többi helyen elvastagodott, zölde árnyalatú bőrréteg látható. A *tükörponty* alkatilag teltebb, szélesebb, és ennek megfelelően általában súlyosabb és zsírosabb, mint az azonos korú *folyami ponty*.

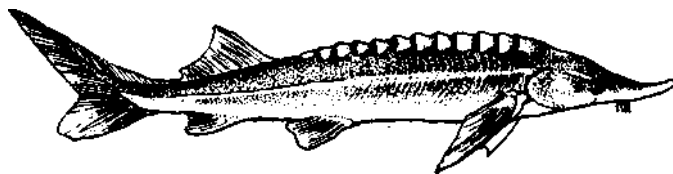


87. ábra. Tükörponty

A *tükörpontyot* halastavakban tenyésztik - miután szeretik a napsütötte iszapos vizeket -, így előfordulhat, hogy iszapszagú és -ízű a húsa. Ezt a makacs mellékkörülményt csak a főzést, sütést követően, a fogyasztáskor lehet észrevenni. Ennek megelőzésére a halastavakban tenyésztett *tükörpontyokat* élő állapotban néhány napig állandóan cserélődő friss vízben „áztatjuk”, úsztatjuk.

A *folyami* és *tükörpontyon* kívül ismert még a *vadponty*”, amely nyugalmas vizeinket lakja. A megszokott méretű haltól eltérően 10-15 kg-os példányai sem ritkák. Húsa igen jóízű, és szokatlanul nagy mérete ellenére sem túlságosan zsíros.

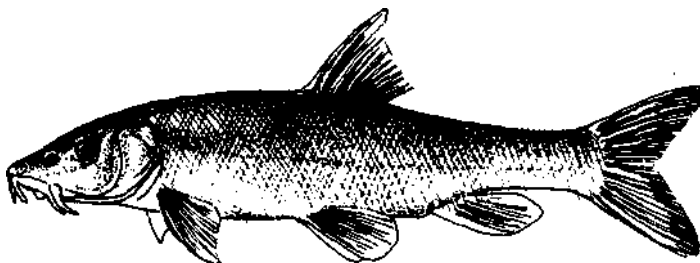
A *kecsege* (sterlet) húsa különlegesen finom ízű, gyenge, finom rostozatú, szálkamentes. Húsának színe a világossárgától a sárgásbarnáig minden árnyalatban előfordulhat, legyen az kisebb vagy nagyobb, fiatalabb vagy idősebb példány. A *kecsegének* igen jellegzetes, hosszúkás, hegyesen végződő feje van. Testét a világoszöldtől a sötétzöld árnyalatig terjedő elvastagodott bőr borítja, amely helyenként páncélszerűen kemény.



88. ábra. Kecsege

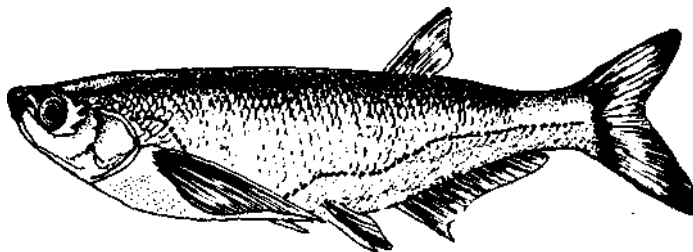
Ez a halfajta nem rendelkezik gerinccel, ennek helyén rugalmas gerinchúr található. Melegen és hidegen egyaránt készíthető. (88. ábra)

A *márna* (borbeau) a pontyhoz hasonló, de annál jóval szálkásabb, igen jóízű hal. A halászlé egyik fontos ízt adó hala. Készíthető sütve és főzve. (89. ábra)



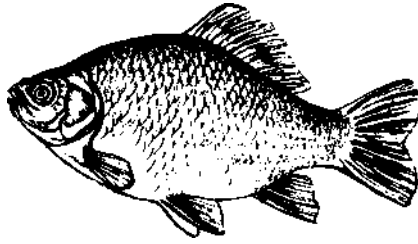
89. ábra. Márna

A *garda* (pelecus) elsősorban a Balatonban tenyészik. Kisméretű hal, amely ritkán éri el a 30 cm-es hosszúságot és az 1 kg-os súlyt. Nyúlánk testű, lapított alakú, pikkelyekkel borított, eléggé szálkás hal. Főleg pácolva, marináivá készítjük, amelynek eredményeképpen szálkái felpuhulnak. (90. ábra)



90. ábra. Garda

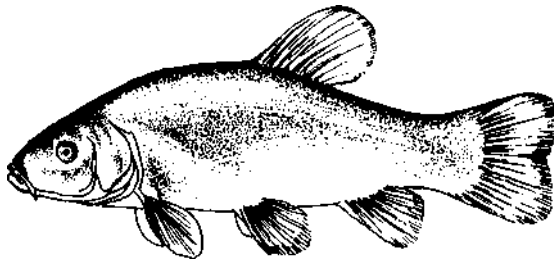
A *kárász* (carassin) lapos testű, kisebb méretű hal, amelyet pikkelyek borítanak. Húsa ízletes, de nagyon szálkás. Sütve, pácolva, marináivá készíthető. (91. ábra)



91. ábra. Kárász

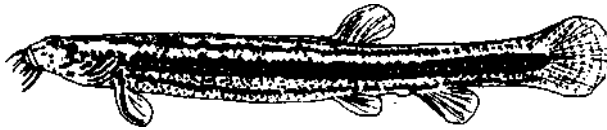
A *compó* (tauche) aranysárga színű, szálkás apróhal. Húsa ízletes. Főleg sütve készíthető. (92. ábra)

A *csíkhal* (goujon) hosszúkás alakjában kissé a kígyóra emlékeztető hal,



92. ábra. Compó

amelynek húsa eléggé zsíros. Húsa nem szálkás, igen jóízű. Készíthető főzve, sütve. (93. ábra)

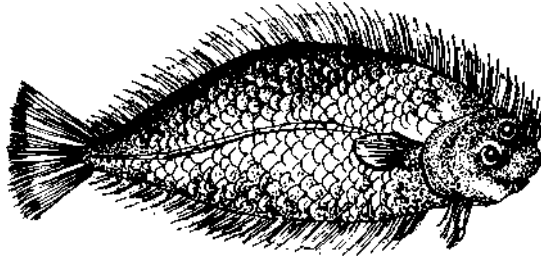


93. ábra. Csíkhal

c) Tengeri fehér húsú halak

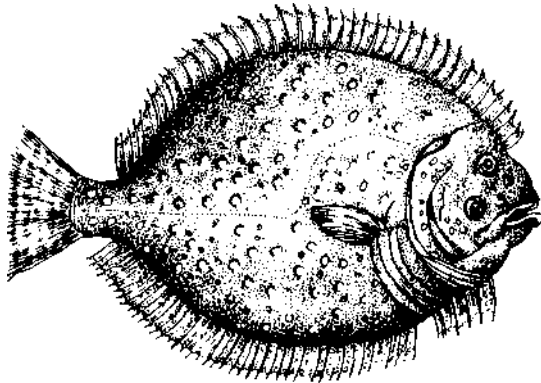
A *tengeri nyelvhal* (sole) igen lapos testű hal, amelyről filézéssel négy darab hófehér 3-4 mm vastag, szálkamentes filét nyerhetünk. Készíthető frissensütéssel, de hidegen is sokféle változatban. (94. ábra)

A *kövi félszegűszó* (turbót), a kisebb, fiatalabb példányait (turbotin) egészben használhatjuk fel. A nagyobb, 2 kg-os súlyt meghaladó példányokat a filézést



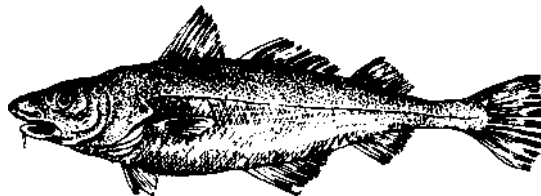
94. ábra. Tengeri nyelvhal

követően szeletekben használjuk fel. Húsa szálkamentes, igen finom rostozatú, fehér színű. Készíthető sütve, főzve és hidegen is. (95. ábra)



95. ábra. Kövi félszegúszó

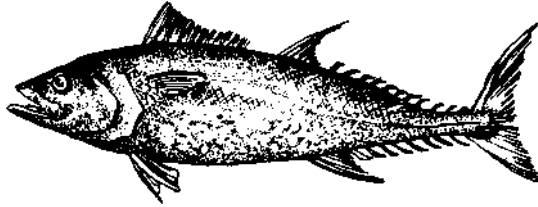
A *tőkehal* (merluche) húsa fehér, nagyon tápláló, szálkamentes. Készíthető sütve, főzve esetleg hidegen is. (Májából készül a csukamáj olaj.) (96. ábra)



96. ábra. Tőkehal

d) *Tengeri barna húsú halak*

A *tonhal* (thon) szálkamentes húsu, erősen halzsírízű és -szagú hal. A halra jellemző, hogy a nagyobb példányok elérik a 4-5 méter hosszúságot és a 400 kg körüli súlyt is. Készíthető sütve, főzve, de hidegen is. Szardíniához hasonlóan is szívesen készítik, kapribogyóval ízesítve. (97. ábra)



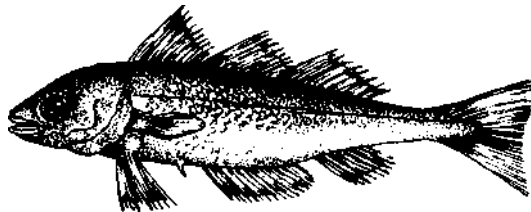
97. ábra. Tonhal

A *makréla* (macquereau) húsa igen ízletes, de eléggé zsíros. A kisebb példányok roston sütve, a nagyobbak filézve készíthetők. (98. ábra)



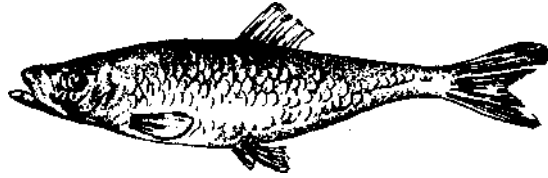
98. ábra. Makréla

A *merlan* (merlan de mer) kisméretű, szardíniaszerű hal, főleg roston sütve készíthető. (99. ábra)



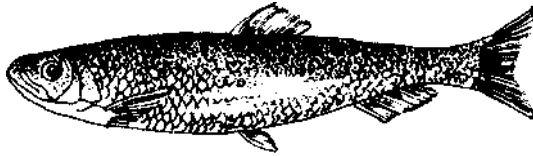
99. ábra. Merlan

Szardínia (sardine) apró testű, igen ízletes, de rendkívül szálkás hal. Főleg olajban tartósítva készíthető „szardíniaként”, továbbá olajban sütve. (100. ábra)



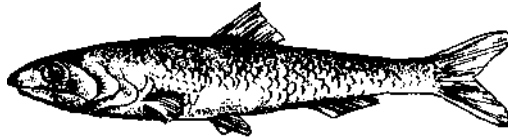
100. ábra. Szardínia

A *sprottni* (sprat) a szardíniához hasonló, kisméretű hal. Olajban tartósítva vagy sütve készíthető. (101. ábra)



101. ábra. Sprottni

Az *ajóka* (anchois) kis testű, sötétbarna húsú hal. Sózva és olajban tartósítva kerül forgalomba, összetekerve. Ajókapasztát is készítenek belőle ízesítés céljára (102. ábra)

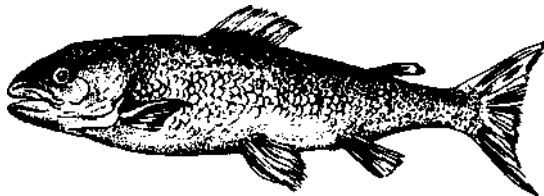


102. ábra. Ajóka

e) Vándorhalak

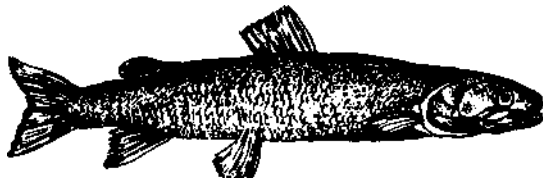
A vándorhalakra az a jellemző, hogy egy ideig folyókban, majd tengerben élnek.

A *lazac* (saumon) a legjobb ízű halak közé tartozik. Rendkívül sok faja ismeretes. A fajok elnevezésüket általában arról a folyóról vagy tengerről kap-



103. ábra. Rajnai lazac

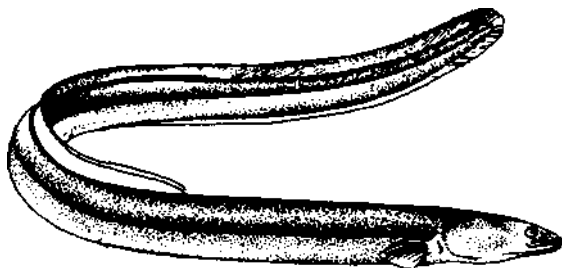
ják, ahol a legnagyobb mennyiségben halászhatók. A lazacok legfinomabb fajtái a rajnai (103. ábra) és a dunai lazac (104. ábra). Hátuk szürkéskékes, hasuk fehér, pikkelyeik ezüstösen fénylenek.



104. ábra. Dunai lazac,

A lazacfélék húsa a rózsaszín minden változatában előfordulhat. Példányai lehetnek 4-5 kg-osak, de nem ritkák a 30 kg-osak sem. Húsuk készíthető sütve, főzve, hidegen. Ezenkívül a német és a skandináv konyhatechnológia szívesen használja fel a füstölt és az olajban tartósított lazachúst. Az élénk rózsaszín lazachús kedvelt díszítőeleme a hidegkonyhának. Ikrájából nagyon jó minőségű kaviár készíthető.

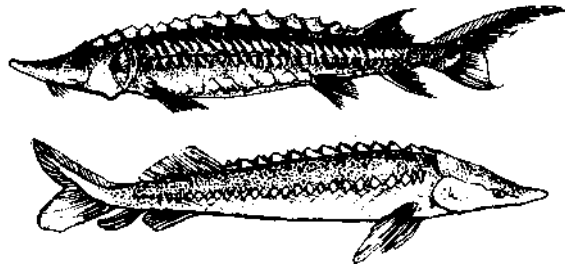
Az *angolna* (anguille) kígyószerű, hosszúkás alakú, pikkely nélküli hal, amelynek húsa kissé zsíros, szálkamentes, igen jóízű. Készíthető főzve, sütve, hidegen. Nagyon gyakran készítik füstölve, olajban tartósítva. (105. ábra)



105. ábra. Angolna

A *tok* (esturgeon) a kecsagéhez hasonlóan nem rendelkezik gerinccel, helyén gerinchúr található. Több faja ismeretes, de mindegyik jóval nagyobb a kecsegénél. Egyes példányai elérik a 30-80 kg-ot is. Húsa kissé sárgás színű, igen finom ízű. Készíthető sütve, főzve, hidegen. Ikrájából készül a legjobb minőségű kaviár. (106. ábra)

A *viza* (huso) nagyméretű, szintén gerinchúros hal, amelynek húsa szálkamentes. Egyes példányai elérik a 10 métert is, így súlyuk 200 kg-nál is több lehet. Húsa igen ízletes, amely készíthető sütve, főzve, de hidegen is. Ikrájából kitűnő



106-107. ábra. Tok és viza

minőségű kaviár készíthető. Ikra elsősorban a nagyobb halakban található olyan mennyiségben, amelyből gazdaságosan készíthető kaviár. (107. ábra)

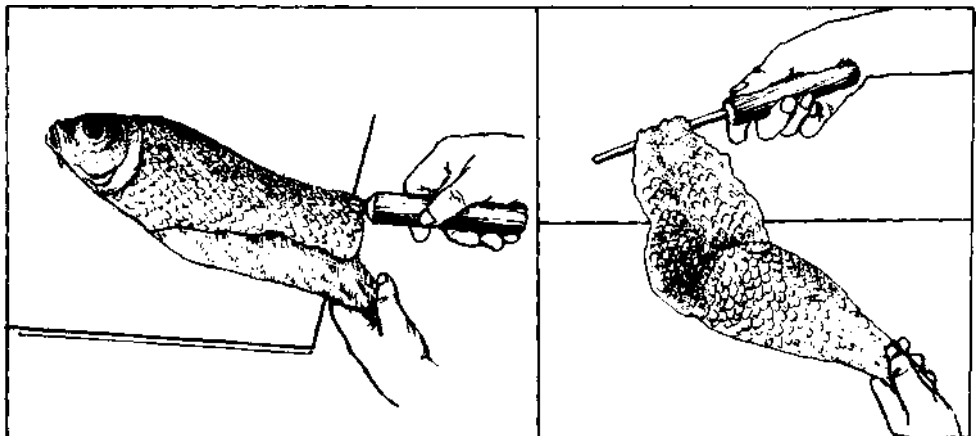
f) A halak előkészítése

Kábítás;

Az élő halat feldolgozás előtt a fejére mért erős ütéssel elkábítjuk. Ha szükséges, a műveletet megismételjük.

Pikkelyezés;

A pikkelyekkel borított halak pikkelyeit el kell távolítani. A halat a munkaszalatra fektetjük, bal kezünkkel megfogjuk a farkát. Éles és hegyes késsel az összefüggő réteget alkotó pikkelyek és bőr közé szúrunk. Folyamatosan haladva egészen a fejig lefejtjük a pikkelyeket. A művelet közben arra kell ügyelni, hogy a bőrt lehetőleg ne vágjuk be. A másik lehetőség az, hogy a pikkelyeket pikkelykaparóval vagy a kés élével a faroktól a fejig folyamatosan haladva lekaparjuk. (108. ábra)

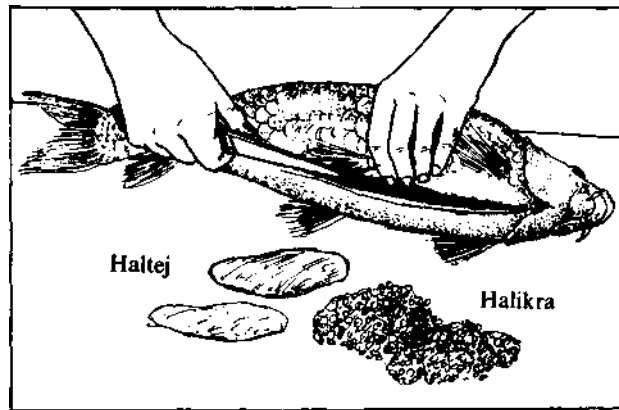


108. ábra. Pikkelyezés

A lepikkelyezett halat ezután szárazra töröljük.

Bontás, belsőségek eltávolítása;

A halat óvatosan bontjuk, belezzük. Éles és hegyes késsel a végbéltől a fejig haladva felvágjuk a halat. A műveletnél arra ügyeljünk, hogy csak a húst vágjuk át. Ha esetleg mélyebbre hatolunk, a késsel szétvághatjuk a belsősegeket, és ami a legnagyobb gondot okozhatja, az epét. A kiömlő epe nemcsak elszínezi, de keserűvé, élvezhetetlenné teszi a belsősegeket: így a tejet, az ikrát, továbbá a halhúst. Ebben az esetben az epével szennyezett részeket le kell mosni. Ha ez nem segít, akkor ki kell vágni az epével szennyezett részeket. Ezután óvatosan kiemeljük a hal belsősegeit. (109. ábra) A kibontott hal tejét, ikráját megtisztítjuk a belektől, zsiradéktól és óvatosan szárazra töröljük. Felhasználásig hűtőszekrénybe helyezük. A kibontott halat kívül-belül szárazra töröljük, hűtőszekrénybe helyezük.



109. ábra. Bontás, belsőségek eltávolítása

A fej eltávolítása, megtisztítása;

A hal fejét a halgerinc vékony szeletével együtt vágjuk le. A hal fejét ezután megtisztítjuk. Kés hegyével kiemeljük a szemeket, kivágjuk a kopoltyúlemezeket és a keserűfogát. Ha ez utóbbi a halfejben marad, keserűvé teszi az ételt. A megtisztított halfejet alaposan megmossuk, szárazra töröljük, majd felhasználásig a hűtőszekrénybe helyezük.

Halderék feldolgozása;

A halderékről levágjuk az uszonyokat és a farkat.

„U” alakú halszelet készítése;

Elsősorban pontyból készítjük. A haldereket hosszanti irányára merőlegesen a csontokkal együtt kb. 1-1,5 cm vastag szeletekre vágjuk fel. Mivel a halderék a farok felé keskenyedik, ezért a szeletek súlyát úgy biztosítjuk, hogy a szeleteket

egyre szélesebbre vágjuk. Az „U” alakú halszeleteket rántva, roston vagy halászléhez használhatjuk fel.

Laposfiú készítése;

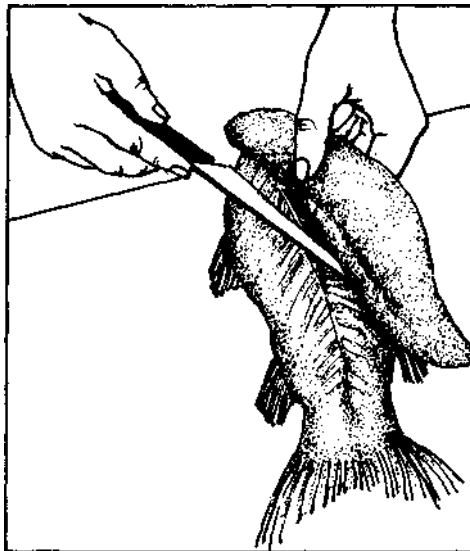
Laposfiút leginkább pontyból, harcsából készítünk. A hal elvékonyodó, ún. haltörzs alatti részét kivágjuk. A laposfiúéknak különösen a pontynál van jelentősége, mivel ezzel a művelettel szálkamentes halhúshoz jutunk. A laposfiút rántva, csíkokra vagy kockákra vágva halászléhez használhatjuk fel.

Haltörzs feldolgozása;

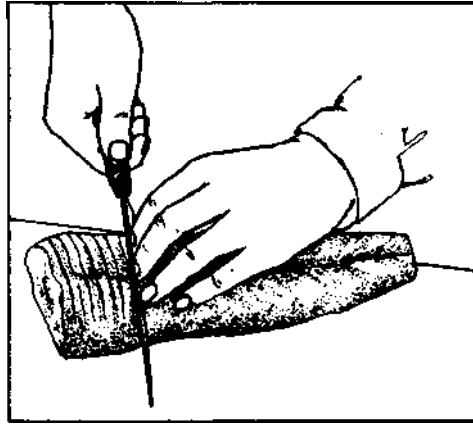
A laposfiú mellett különösen a pontynál, amelynél szálkás húsú haltörzs marad, szükségeszerű megoldásként kínálkozik a beirdalás, szálkátlanítás. A haltörzs mindkét oldalán kb. 1 mm sűrűségben éles késsel a gerinccsontig beirdaljuk, azaz átvágjuk a szálkákat. így a haltörzs fogyasztásánál nem kell figyelembe venni a szálkákat. A szálkátlanított haltörzset halászléhez használhatjuk fel.

Filézés;

A halderékről mindkét oldalról lefejjük a halhúst a következő módon. A gerinccsont mentén haladva, a gerinccsontra tartott éles, hegyes csontozókéssel lefejjük a halhúst, amelyet halfiúéknak nevezünk. A filézést megelőzően a halderékat alaposan szárazra kell törölni, mert ha az csúszkál a vágódeszkán, a halfilézés nem lesz tökéletes, így a gerinccsonton a szükségesnél több halhús marad. A halfiúéket felhasználásig hűtőszekrénybe helyezzük. A gerinccsontot a halfejhez rakjuk, amelyeket halalapié készítéséhez használhatunk fel. (110. ábra)



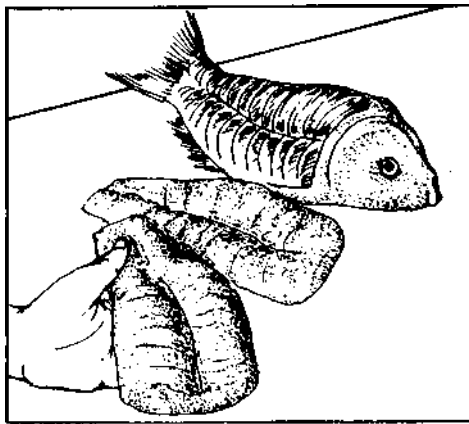
110. ábra. Filézés (ponty)



111. ábra. Beirdalás, szálkátlanítás (ponty)

Beirdalás, szálkátlanítás;

Kizárólag a szálkás halaknál van szükség ennek a műveletnek az elvégzésére. A halfilét bőrös oldalával a vágódeszkára fektetjük úgy, hogy a halfilé vastagabb része legyen felénk. Éles, vékony pengéjű késsel a halfilét 1 mm sűrűségben a bőrig beirdaljuk, azaz átvágjuk a szálkákat. (111. ábra) A műveletnél arra kell ügyelni, hogy a bőrt ne vágjuk át. Az így előkészített halfilét fogyasztásánál a szálkákat nem kell figyelembe venni. A szálkátlanított halfilét hűtőszekrénybe helyezük. (112. ábra)



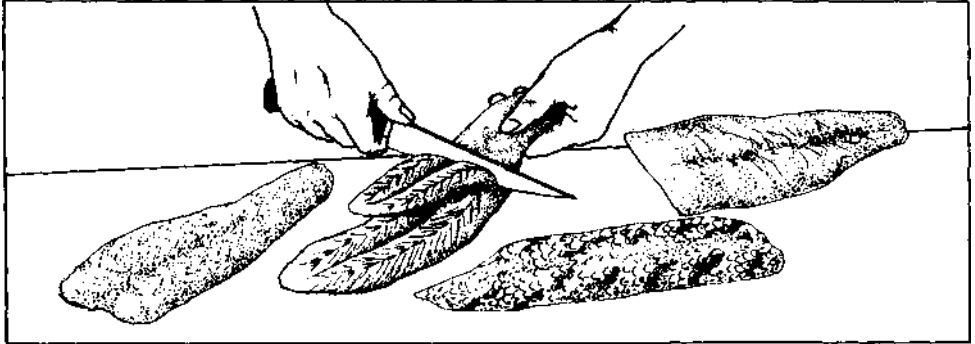
112. ábra. Beirdalt, szálkátlanított halfilé (ponty)

Bőr lefejtése, nyúzása;

A halfilékről a bőr lefejtése, nyúzása a következő módon történik:

A halfilét bőrös oldalával a vágódeszkára fektetjük úgy, hogy a farok felőli része legyen felénk. A halfilét végét megfogjuk, majd az éles és vékony pengéjű kést a bőr és a hús közé toljuk. A kést folyamatosan, figyelmesen előretoljuk, pengéjét hegyes szögben a bőrre tartva, mialatt a kezünkben levő bőrt könnyedén magunk felé húzzuk.

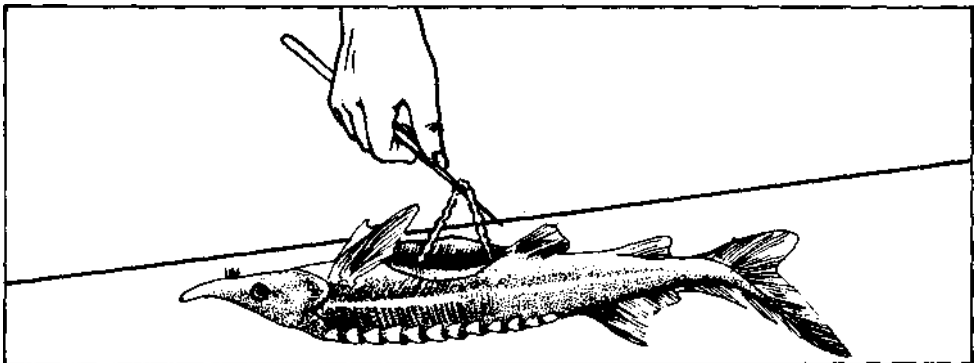
A bőr nélküli filét felhasználásig hűtőszekrénybe helyezük. (113. ábra)



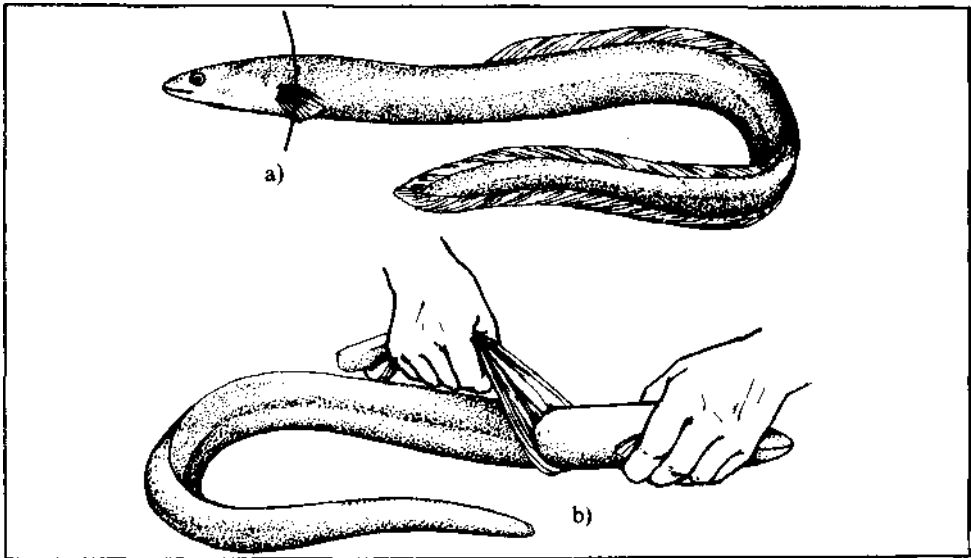
113. ábra. A bőr lefejtése, nyúzása (süllő)

Kecsege előkészítése;

A kibontott, szárazra törölt kecsége belsejének középpontjába beleszúrjuk a pecsenyevillát. A villát kifordítjuk, és kihúzzuk a gerinchúrt. Ezután a halat néhány másodpercre forró vízbe mártjuk, vagy forró tűzhelylapon megforgatjuk, majd a kecségét borító elvastagodott bőrt, páncélt kis késsel gondosan lefejtjük. (114. ábra)



114. ábra. A kecsége gerinchúrtjának kivétele



115. ábra. Az angolna bőrének lehúzása

Angolna bőrének nyúzása;

Az angolnát a fejénél fogva horogra akasztjuk. Éles késsel a fejénél a bőrt körbevágjuk, majd a bőrt megfogjuk és lassan lehúzzuk. (115. ábra)

Fagyasztott, mélyhűtött halak kezelése, felhasználása;

A fagyasztott, mélyhűtött formában érkezett halaknál fontos követelmény, hogy azon a felengedtetés, kiolvadás legkisebb jele se legyen tapasztalható, azaz a halnak a fagyasztástól kökeménynek, szín, szag szempontjából kifogástalannak kell lennie. Amennyiben felengedtetés, kiolvadás tapasztalható, akár csak részlegesen is, a halak már nem fagyaszthatók tovább. Ez nemcsak higiéniaileg kifogásolható, hanem „újrafagyasztás” alkalmával a halhús sokat veszít minőségéből, élvezeti értékéből is.

A felengedett, kiolvasztott halat rövid időn (V⁻3 órán) belül fel kell használni, mert ha tovább tároljuk, később használjuk fel, ételmérgezést okozhat.

2. Egyéb hidegvérű állatok

Az egyéb hidegvérű állatokat föloszthatjuk folyami-édesvízi és tengeri fajtákra. Az egyéb hidegvérű állatok lehetnek:

- rákok,
- csigák,
- kagylófélék,
- teknősbékafélék,
- tengeri puhatestűek.

Bár hazánkban a választékuk, fogyasztásra alkalmas fajtáik nem túl nagy számban ismertek, ezt ellensúlyozza konyhatechnológiánk sokféle készítési módja.

Elsősorban a mediterrán országokban, de minden tengermenti országban szinte számtalan fajtájuk ismert; ezt igazolja elnevezésük is: a „tenger gyümölcsei”.

Az egyéb hidegvérű állatoknál is fontos szabály, hogy csak frissen érkezett, élő, mozgó állat használható fel. Amennyiben a legkisebb kétség merül fel az állatok minőségét illetően, még a várható veszteség ellenére sem szabad feldolgozásokkal, értékesítésükkel kísérletezni, mert igen súlyos ételmérgezést okozhatnak!!!

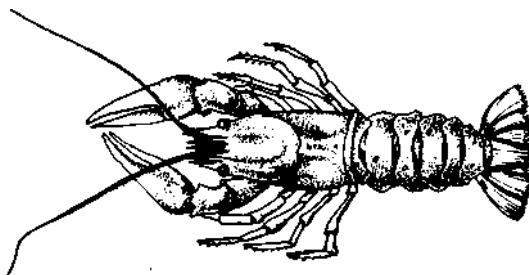
A fagyasztott, mélyhűtött formában érkezett állatokat vagy azonnal fel kell használni, vagy rögtön gondoskodni kell a folytatólagos fagyasztásról, mélyhűtésről.

Ha a felengedtetés, kiolvadás legkisebb jele tapasztalható, az állatot azonnal fel kell használni!

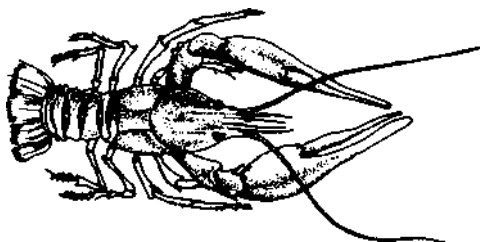
a) Folyami-édesvízi hidegvérű állatok

A *rákok* hazánkban a folyókban és a tavakban találhatók. A folyami rák zöldesszürke árnyalatú, zömök testű, kemény, vastag páncélzatú (116. ábra).

A tavi rák hosszúkásabb formájú, színe sötétzöld, vékonyabb páncélzatú (117. ábra).



116. ábra. Folyami rák



117. ábra. Tavi rák

A hazai rákok közül legízletesebb a zalai rák.

A rákoknak az ollóiban és az uszályában van fehér, finom rostozatú, jóízű hús.

Megkülönböztetünk

- szőlő,
- adag,
- ragu és
- leversrákot.

Ezzel a rákok nagyságát is meghatároztuk a legnagyobbtól a legkisebbig. A rákból készíthetünk meleg és hideg ételeket. A rákot csak friss állapotban szabad átvenni. Ilyen esetben a rákokat élő állapotban hosszabb-rövidebb ideig is tárolhatjuk fonott vesszőkosárban. A kosárba friss csalánlevelet helyezünk, amelyet meglocsolunk friss vízzel, majd ráhelyezzük a rákokat, a kosarat pedig lefedjük.

A rák előkészítése, főzése;

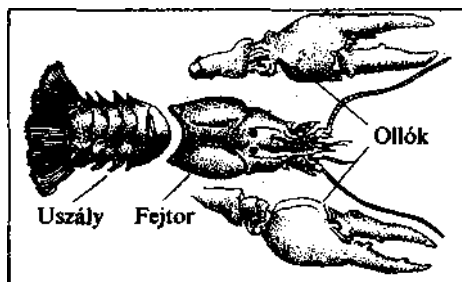
A friss, élő rákot minden oldalán, de különösen az alsó részén alaposan megsikáljuk gyökérkefével, majd bő, hideg vízben alaposan leöblítjük. Ezután a fák testét erősen megfogjuk úgy, hogy az ollóit ne tudja nyitogatni, az uszályt pedig ne tudja behajlítani. Az így megfogott rák uszályán levő középső faroklemezt 90 fokos szögben óvatosan elcsavarjuk, majd a belével együtt lassan kihúzzuk. Ha a kihúzást gyorsan végezzük, a bél elszakad, és a rák uszályában marad, amit a főzést követően kell eltávolítani. Ez nemcsak többletmunka, de emiatt szét kell vágni az uszály húsát is.

Az előkészített, megtisztított rákot forrásban lévő sós, köménymagos, petrezselymes vízbe dobjuk. (Egyes helyeken a petrezselymet kaporral helyettesítik.) A rákot addig főzzük, amíg a páncélja vörös színű nem lesz. Ekkor a vízből kiemeljük, hideg vízzel lehűtjük. Ezután óvatosan részeire szedjük.

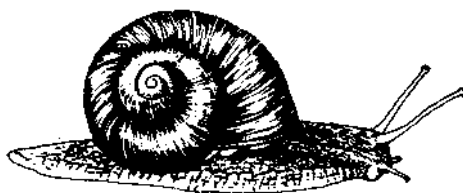
A rák a következő részekből áll:

- ollók,
- fej tor,
- uszály.

(118. ábra)



118. ábra. A rák részei



119. ábra. Eticsiga

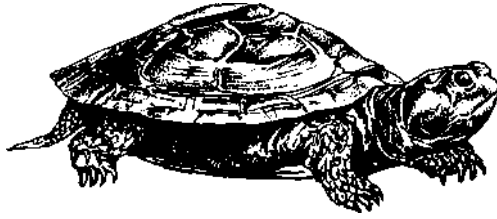
A részeire szedett rákot ezután megtisztítjuk. Az ollókból és az uszályból kifejtjük a húst, amelyet porcelánedényben, naponta váltott sós vízben 2-3 napig tárolhatunk. A fejtorból kiszedjük a belsőégeket, ügyelve arra, hogy a tapogatókat ne törjük le. A fejtor belső részét alaposan kimossuk, kiszárítjuk. A rák tisztításakor kapott rákpáncélból *rákvajat* készítünk. A rákpáncélt mozsárban apróra törjük. Ezután vajban igen lassan, gyakori kevergetéssel pirítjuk a rákpáncélt. A pirítást követően lehúzzuk a tűzhelyről, és édesnemes minőségű fűszerpaprikát keverünk hozzá, jól elkeverjük. Ezután felöntjük vízzel, és lassan főlforraljuk, majd leszűrjük, és porcelántégelybe öntjük. Hűtőben lehűtjük, így a folyadék tetején megdermedt élénkpiros színű vajat leemeljük. A *rákvajat* ezután újra fölmelegítjük, hogy a benne levő folyadék maradéktalanul elpárologjon. Ezt követően porcelántégelybe öntjük, lehűtjük és hűtőszekrényben tároljuk, lefedve. A rákvaj színében utal a megfőzött rák piros színére, íze pedig őrzi a rákra jellemző íz- és illatanyagokat.

A *csiga* (escargot) legismertebb faja hazánkban a szőlőskerti csiga vagy éticsiga (119. ábra), amelynek a felhasználása késő ősztől javasolt két hónapon át. A csiga fogyasztásának az a feltétele, hogy a csigaház nyílását minden körülmények között vékony szigetelő mézsréteg borítsa.

A csiga előkészítése a következő módon történik:

A csigát alaposan megmossuk, a mézsréteget eltávolítjuk, majd sós, gyengén ecetes vízben megfőzzük. A csigákat lehűtjük, leöblítjük, és a csigahúst a csigaházból kiemeljük. A csigahúst megtisztítjuk. A fekete részeket levágjuk róla, és alaposan leöblítjük, leszárítjuk. Felhasználásig hűtőszekrénybe helyezük. A csigát stílusosan úgy tálalják, hogy a húsból készített töltelékot visszatöltik a csigaházba. Ehhez a csigaházat meg kell tisztítani. A csigaházakat szódabikarbónás vízben jól kifőzzük, leszűrjük, lehűtjük. A benne levő maradékokat alaposan kikaparjuk, majd kiöblítjük. Tiszta konyharuhára borítva leszárítjuk. Ezután langyos sütőben alaposan kiszárítjuk. Dobozban száraz, hűvös helyen tárolhatjuk felhasználásig.

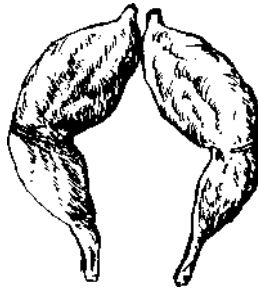
A *teknősbéka* (tortue) fajai közül hazánkban a mocsári teknős az ismert. A teknőst hátsó lábainál fogva felfüggesztjük. Így egy idő múlva a fejét kidugja, melyet gyors mozdulattal levágunk. Az állatot jól kivéreztetjük. Az előkészített teknősbéka páncéljának házát kétoldalt felhasítjuk. A páncélon levő húst óvatosan lefejtjük úgy, hogy a belsőégeket közben óvatosan eltávolítjuk. A lefejtett



120. ábra. Teknősbéka

húst alaposan megmossuk, majd húsleveshez hasonlóan puhára főzzük. A teknősbéka húsa megfőzve a borjúlábhoz hasonlít. (120. ábra)

A *béka* (grenouille) combjai igen finomak, gyenge rostozatúak. Kizárólag az ún. vízibéka combjai alkalmasak fogyasztásra. A vízibéka jellemzője, hogy sötétzöld hátú, három sárga csíkkal, fekete foltokkal tarkítva. A békacomb fogyasztására a legjobb idő az ősz, ilyenkor a legízletesebb. A bőrükből kifejtett békacombokat bepácoljuk. Citromlevet csepegtetünk rá, és összekeverjük egy kevés zúzott fokhagymával, finomra vágott petrezselyemzölddel és olajjal. A felhasználás előtt a békacombokat kivesszük a pácból, és szárazra töröljük. (121. ábra)



121. ábra. Békacombok

b) Tengeri hidegvérű állatok

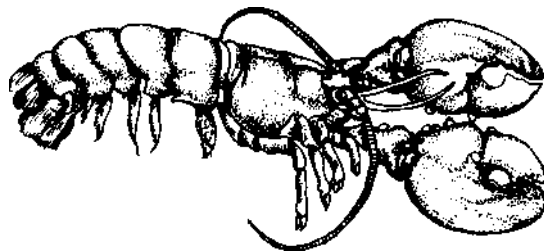
A *rákok* számtalan faja ismert, amelyek a tengermenti országok étkezésében mindennapi alapanyagok.

A tengeri rákok fajaira jellemző, hogy az egészen nagy, akár 50-90 cm-es óriásoktól, az egészen kis méretű 8-10 cm-es példányok is előfordulnak. A fajok egy része nem rendelkezik ollókkal. Ezeknél a fajoknál azonban az uszály általában hosszabb és vastagabb, mint az ollókkal rendelkezőknél.

A *homár* (homard) ollós rák, amelynek nagyobb példányai elérik az 50 cm-t is. A homár, testfelépítésében hasonlít a folyami rákhoz. Színe a zöld sokféle

árnyalatában fordul elő, de a legjellemzőbb az olajzöld. Húsa a gyűrűs uszályban és széles ollókban található. A fejtörben lévő velő (corail) az ínycseck kedvenc csemegéje. A rák előkészítését a folyami rákéhoz hasonlóan kell végezni, de néhány különbséggel. Mivel a rák jóval nagyobb, így az ollók „csípése”, az uszályok éles szélei igen veszélyesek lehetnek. Az előkészítő műveletet tehát figyelemmel kell végezni. Mivel e rák nagyméretű, így főzése tovább tart, mint a folyami ráké.

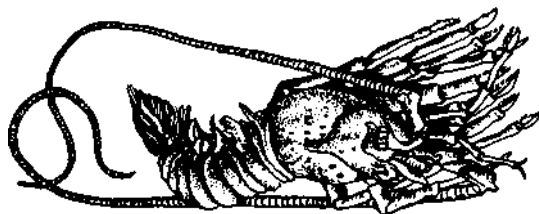
A homár kedvelt alapanyaga mind a meleg, mind a hideg ételeknek. (122. ábra)



122. ábra. Homár

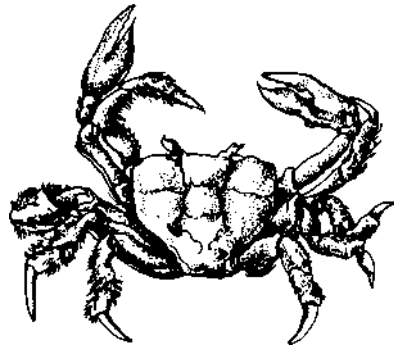
A *languszt*a (langouste) igen nagy testű, ollók nélküli rák, amelynek példányai között nem ritkák az 50-90 cm nagyságúak. Jellemzője, hogy öt pár lábbal és igen hosszú, a test mögé nyúló tapogatóval rendelkezik. A languszt uszályában levő hófehér hús igen finom rostozatú, jóízű. A homárhoz hasonlóan főzzük meg.

A languszt kedvelt alapanyaga mind a meleg, mind a hideg ételeknek és a díszítéseknek. (123. ábra)



123. ábra. Languszt

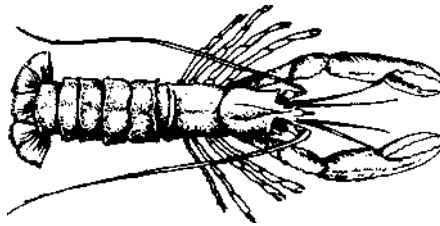
A *tengeri pók* (crabe) nagy, tenyérszerű méretű, ollós rákféle, amely kissé ovális alakú. Páncélzata igen kemény, testméretéhez viszonyítva kevesebb húsa van, mint a homárnak vagy a langusztának. Húsa jóízű, főzve készítjük el, mint a többi rákfélét. A hidegkonyha kedvelt alapanyaga. Húsából kellemes ízű, igen



124. ábra. Tengeri pók

tápláló salátákat lehet készíteni, amely az előkészített páncélba visszatöltve igen tetszetős látvány. (124. ábra.)

A *szkámpi* (scampi) a folyami rákokhoz hasonló méretű, ólomszürke páncélzatú, ollós rák. Húsa nagyon ízletes. A folyami rákokhoz hasonlóan lehet előkészíteni. Hidegen vagy melegen, erős, jellegzetes szaga miatt, jó fűszeresen készítik. (125. ábra)



125. ábra. Szkámpi

A garnéla, *krevett* (crevette) zöldessárga páncélzatú, ollóval nem rendelkező rák. Húsa ízletes. A folyami rákokhoz hasonlóan lehet előkészíteni. Erős, jellegzetes szaga miatt főleg hideg ételekhez, salátákhoz használják fel. (126. ábra)



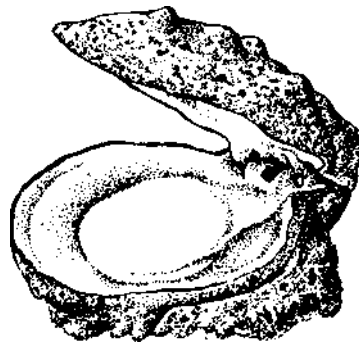
126. ábra. Garnéla (krevett)

A *kagylófélék* igen ízletes húsúak. Itt is fontos szabály, hogy csak kifogástalan minőségű árut használjunk fel. Alapkövetelmény - minden esetben -, hogy az

átvett kagylók szorosan zártak legyenek. Ha a legkisebb rést tapasztaljuk a két kagylóhéj között, azok már nem használhatók fel, mert súlyos, életveszélyes mérgezést okozhatnak.

Az *osztriga* (l'huître) a legismertebb és legjobb ízű kagylóféle. Tápértéke magas, amely megegyezik a legjobb haléval. Az osztriga az Európa körüli tengerek partjain, de különösen a déli részek ún. „osztrigapadjain” tenyészik. Apály idején ezekről az osztrigapadokról gyűjtik be a kellő méretűre nőtt osztrigákat. Sok faja ismert, de legjobb minőségűek az ostende-i és a marennes-i osztrigák. A friss állapotban érkezett osztrigát jól lehűtve kell tárolni, úgy lepréselve, hogy a kagylóhéjak ne repedjenek el, és a felhasználásig zártan maradjanak.

Az osztrigát méretétől függően a legkisebbtől a legnagyobbig felhasználhatjuk levesnek, ragunak, csőben sütve vagy nyersen fogyasztva. Nyers fogyasztáskor az osztrigához citromot és törött borsot adnak. (127. ábra)



127. ábra. Osztriga

A *mul* (moule) általában kisebb méretű, mint az osztriga, színe fekete. A kagylót kizárólag főzve készítik, ill. fogyasztják. A jól megmosott, letisztított, leöblített kagylókat sós, zelleres vízben megfőzzük, majd héjából kifejtjük. Ezután azonnal fogyasztható még meleg állapotban vagy felhasználható leve-
sek, raguk készítéséhez. (128. ábra)



128. ábra. Mul

A *tengeri puhatestűek* igen változatos színűek, állományúak és nem utolsósorban alakúak. Hazánkban nem túlzottan ismertek, de egyre több fajtájukkal találkozhatunk elsősorban mélyhűtött és konzerv formában. A mélyhűtött formában érkezettek jellemző, hogy általában előfőztek, tehát további főzést igényelnek, míg a konzerváltak már azonnal fogyaszthatók, vagy levesekhez, mártásokhoz, ragukhoz keverhetők.

3. Halakból készíthető ételek

a) Édesvízi fehér húsú halakból készíthető ételek

SÜLLŐ EGÉSZBEN SÜTVE (Sandre rôtie)

Pikkelyezés
Bontás, belsőségek eltávolítása
Tartármártás
Hasáburgonya vagy
Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Süllő	10 db	Citrom	3 db
Só	0,10 kg	Tartármártás	5 adag
Zsemlemorzsa	0,20 kg	Hasáburgonya	10 adag
Olaj	1,50 l	vagy	
Fejes saláta	2 db	Petrezselymes burgonya	10 adag

A süllő pikkelyeit pikkelykaparóval gondosan lekaparjuk. Ezután óvatosan kibontjuk, belsőseit eltávolítjuk. Az uszonyokat a gerincről és a has alatti részről levágjuk. A kopolyút és a szemeket kiszedjük. A süllőt megmossuk, majd alaposan leszárítjuk.

A süllőt kívülről kb. 0,5 cm távolságban beirdaljuk. Kívül, belül sózzuk, rövid ideig állni hagyjuk, hogy a só jól átjárja a hal húsát. A szájába egy darab nyers burgonyát helyezünk, hogy ebben a nyitott formában süljön majd készre. Ezután a süllőt meghajlítjuk, kifli alakúra formázzuk, zsemlemorzsaiban megforgatjuk. Forró olajba helyezük, mindkét oldalát pirosra sütjük úgy, hogy közben locsolgatjuk a forró olajjal. A készre sütt süllőt csepegtetőrácsra emeljük lapátkanál segítségével, ügyelve arra, hogy ne törjön el. Szájából óvatosan eltávolítjuk a sült burgonyát. Fémről készült halastálra tálpapírt helyezünk. Erre helyezük orrával és farkával felfelé a ropogósra sült halat. Körberakjuk hasáburgonyával vagy petrezselymes burgonyával. A süllő szájába és a tál két



129. ábra. Süllő egészben sütve

végére citromgerezdeket helyezünk. Salátalevével díszítjük. Külön adunk hozzá jól előhűtött tartármártást mártásoscsészében. (129. ábra)

A süllőt roston is süthetjük. Ebben az esetben a süllőt sütés előtt olvasztott vajba mártjuk; A halat rostsütőre helyezzük, majd vajjal kengetve sütjük pirosra mindkét oldalát.

FOGASSZELETEK JÓ ASSZONY MÓDRA (Filets de fogach á la bonne femme)

- Lisztos vaj
- Vajas burgonya
- Halalapié
- Bontás, belsejégek eltávolítása
- Filézés
- Bőr lefejtése, nyúzása

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiúé (színhús)	1,80 kg	Vaj	0,25 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Gomba	0,40 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Fehérbor	0,30 l
Tejszín	0,25 l	Vajas burgonya	10 adag

A fogas filzéséből visszamaradt halcsontokból tartalmas halalaplét készítenk és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezzük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben puhára pároljuk. A fogasszeleteket lapátkanállal lábasba szedjük. A fehérboros párolólét beforraljuk. Vajban finomra aprított hag-

25. folyamatábra

FOGASSZELETEK JÓ ASSZONY MÓDRÁ		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Fogas	A filézésből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk, amelyet leszűrünk.	A tartalmas halalaplé hozzájárul az étel jellegéhez.
Fehérbor Só	Az előre besózott halfilétet fehérboros halalaplében lassan puhára pároljuk.	A párolást azért kell lassan végezni, mert a halhús könnyen széteshet.
	A halfilét lapátkanállal lábasba emeljük, a fehérboros halalaplét beforraljuk.	Ha nem lapátkanállal emeljük ki a halfilét, összetörhetjük.
Vaj Vöröshagyma Gomba Só Bors Petrezselyemzöld Liszt	Vajban párolt vöröshagymán szeletelt gombát pirítunk. Fűszerezük, majd felöntjük a beforralt alaplével. Lisztes vajjal sűrítjük, tejszínt adunk hozzá, lassan készre forraljuk.	A mártás lassú kézzreforralásával összesimulnak a különböző ízanyagok, és a mártás kellő sűrűségű lesz.
	A mártást a halfilékre öntjük, lassan összeforraljuk, forrón tálaljuk.	A halfilé átveszi a gombamártás ízeit.

FILETS DE FOGACH À LA BONNE FEMME

mát párolunk. Szeletelt gombát adunk hozzá, amellyel lepirítjuk. Sóval ízesítjük, finomra vágott petrezselyemzölddel és törött borssal fűszerezük. Felengedjük a párolólével, és lassan forraljuk. Lisztes vajjal sűrítjük, tejszínt adunk hozzá, és lassan készre forraljuk. Az elkészített mártást a lábasban lévő fogaszzeletekre öntjük és összeforraljuk. Előmelegített halastálra tálaljuk, külön vajas burgonyát adunk hozzá.

SÜLLŐSZELETEK SÜTVE (Filets de sandre rötis)

- Bontás, belsősegek eltávolítása
- Filézés
- Bőr lefejtése, nyúzása
- Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Süllőfiié (színhús)	1,80 kg	Citrom	3 db
Só	0,03 kg	Fejes saláta	2 db
Liszt	0,12 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
Olaj	0,201		

A süllőfiiékről a bőrt lenyúzzuk, majd a filéket szeletekre vágjuk, és besózzuk. Ezután lisztbe mártjuk, majd egy kevés forró olajban pirosra sütjük. A sütésnél nagyon ügyeljünk arra, hogy a süllőszeletek ne száradjanak ki, mert ez csökkenti az étel élvezeti értékét.

Fém halastátra tálpapírt teszünk, erre helyezük a süllőszeleteket úgy, hogy a korábbi bőrös oldalaik legyenek fölfelé. Petrezselymes burgonyával körítjük, citromgerezdeket helyezünk mellé, salátalevéllal díszítjük.

SÜLLŐSZELETEK VAJJAL (Filets de sandre au beurre)

- Bontás, belsőségek eltávolítása
- Filézés
- Bőr lefejtése, nyúzása
- Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Süllőfiié (színhús)	1,80 kg	Vaj	0,10 kg
Só	0,02 kg	Fejes saláta	2 db
Sós burgonya	10 adag		

A süllőfiiékről a bőrt lenyúzzuk, majd a filéket szeletekre vágjuk, és besózzuk. Enyhén sózott vízben lassan puhára főzzük. Lapátkanállal óvatosan előmelegített tátra emeljük a süllőszeleteket. Melléhelyezzük a sós burgonyát. A süllőszeleteket meglocsoljuk olvasztott vajjal, majd az egészet salátalevéllal díszítjük.

SÜLLŐSZELETEK FORRÁZVA (Filets de sandre bouilli)

- Bontás, belsőségek eltávolítása
- Filézés
- Bőr lefejtése, nyúzása
- Metéltre - julienne-re - vágás
- Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Süllőfiié (színhús)	1,80 kg	Babérlevél	1 db
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Sárgarépa	0,15 kg	Torma (reszelve)	0,10 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Sós burgonya	10 adag

Zellergumó	0,05 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Citrom	1 db		

A süllő filézéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk, és leszűrjük. A süllőszeleteket ezután besózzuk, és állni hagyjuk. A zöldségfélét - sárgarépa, petrezselyemgyökér, zellergumó - metéltre, julienne-re vágjuk, és a babérlevéllel, vöröshagymával együtt a halalapléhez adjuk. Lassan főzzük. Amikor a zöldségek majdnem megpuhultak, kivesszük a babérlevelet és a vöröshagymát. Ezután hozzáadjuk a süllőszeleteket és fél citrom levét. Fedő alatt lassan puhára főzzük.

A süllőszeleteket lapátkanállal óvatosan előmelegített tálra emeljük. A tetejére tálaljuk a metélt zöldségfélét. Az egészet meglocsoljuk forró levéllel. Mellé helyezük a sós burgonyát. Díszítjük salátalevéllel, és citromszeletekre halmozott reszelt tormával körberakjuk. Ez utóbbit kis petrezselyemlevélkével díszítjük.

SÜLLŐSZELETEK RÁNTVA (Filets de sandre frites)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Bundázás

Bő zsírban sütés

Hasáburgonya

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Süllőfiú (színhús)	1,80 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,02 kg	Liszt	0,15 kg
Citrom	3 db	Zsemlemorzsza	0,25 kg
Fejes saláta	1 db	Tojás	5 db
Hasáburgonya	10 adag	Olaj (sütéshez:)	0,80 l
Tartármártás	5 adag		

A süllőfilékről a bőrt lenyúzzuk, majd a filéket szeletekre vágjuk, és besózzuk. Rövid idő múlva lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzsába forgatjuk. Bő olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük, és alaposan lecsepegtetjük.

Fém halastálat tálpapírral borítunk, amelyre felhalmozzuk a frissen sült hasáburgonyát. Tetejére helyezük ízlésesen a rántott süllőszeleteket úgy, hogy félig fedjék egymást. Az egészet díszítjük fejessaláta-levelekkel és citromgerezdekkel.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

A süllőszeleteket tálalhatjuk petrezselymes újbургonyával és remuládmártással is.

SÜLLŐSZELETEK FEHÉRBORMÁRTÁSBAN (Filets de sandre au vin blanc)

Bontás, belsejégek eltávolítása
Filézés
Bőr lefejtése, nyúzása
Halalapié
Fehérbormártás
Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Süllőfiúé (színhús)	1,80 kg	Gomba	0,20 kg
Vaj	0,12 kg	Tejszín	0,20 l
Liszt	0,08 kg	Tojássárga	4 db
Fehérbor	0,30 l	Citrom	1 db
Só	0,02 kg	Vajas burgonya	10 adag

A süllő filezéséből visszamaradt csontokból tartalmazó halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott süllőszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezük. Minden egyes süllőszeletre egy-egy gombafejet helyezünk. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben készre pároljuk. A süllőszeleteket a gombafejekkel együtt - lapátkanál segítségével - halastálra helyezük. A fehérboros halalaplevet kissé beforraljuk, majd fehérbormártást készítünk belőle, amellyel átvonjuk a halastálra helyezett süllőszeleteket.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK KESZTHELYI MÓDRA (Filets de fogach á la Keszthely)

(Az 1958-as brüsszeli világkiállításra készült, nagy közönségsikert elért étel)

Bontás, belsejégek eltávolítása
Filézés
Bőr lefejtése, nyúzása
Halalapié
Fehérbormártás
Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiúé (színhús)	1,80 kg	Gomba	0,25 kg
Vaj	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

Liszt	0,08 kg	Tejszín	0,20 l
Fehérbor	0,30 l	Tojássárga	4 db
Só	0,02 kg	Vajas burgonya	10 adag
Zöldpaprika	0,25 kg		
Paradicsom	0,20 kg		

A fogas filézéséből visszamaradt csontokból tartalmazó halalaplét készítünk, majd leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérborot. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és sütőben puhára pároljuk. A fogasszeleteket - lapátkanál segítségével - halastálra helyezük. A fehérboros halalapléből fehérbormártást készítünk, és felhasználásig vízfürdőben tartjuk melegen, fedővel lefedve.

A paradicsomot néhány pillanatra forró vízbe mártjuk, majd óvatosan lehúzzuk a héját. Ezután magjait óvatosan kinyomkodjuk. A paradicsomot, a zöldpaprikát és a gombát 5x5 mm-es kockákra vágjuk, majd vajon lassan puhára pároljuk. Hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet és egy kevés sóval ízesítjük. Az egész ragut a melegen tartott mártáshoz keverjük, majd átvonjuk vele a halastálra helyezett fogasszeleteket.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK JEAN BART-MÓDRA (Filets de fogach á la Jean Bárt)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Tejmártás

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiúé (színhús)	1,80 kg	Tejszín	0,20 l
Vaj	0,15 kg	Tojássárga	4 db
Só	0,02 kg	Tejmártás	6 adag
Vöröshagyma	0,08 kg	Sajt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Gomba	0,35 kg	Vajas burgonya	10 adag
Fehérbor	0,30 l		

A fogas filézéséből visszamaradt csontokból tartalmazó halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezük.

Vajban megpároljuk a finomra vágott vöröshagymát, hozzáadjuk a szeletekre vágott gombát, majd a sót, a törött borsot, a finomra vágott petrezselyemzöldet. Az egészet jól lepírtjuk.

A fogasszeletekhez adjuk a halalaplét, a fehérbort, a pirított gombát. Az edényt vajazott zsírpapírral letakarjuk, és sütőben puhára pároljuk. Mialatt a fogasszeletek a sütőben párolódnak, jóízű tejmártást készítünk. Az időközben puhára párolódott fogasszeletet kivajazott halastálra emeljük lapátkanál segítségével. A hal párolólevét - a gombával együtt - beforraljuk, majd hozzáadjuk a tejmártást, és összeforraljuk. Ezután tejszín és tojássárga keverékével legírozzuk a mártást. A mártás akkor jó, ha ízében a halra és a gombára utal, állománya bevonóképes, tehát a fogasszeletekről nem folyik le.

Ezután a halastálra helyezett fogasszeleteket átvonjuk a mártással. Tetejére reszelt sajtot, zsemlemorzsát hintünk, vajdarabkákat teszünk rá. Forró sütőben vagy szalamanderban pirosra sütjük.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK MORNAY MÓDRA (Filets de fogach á la Mornay)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Mornay-mártás

Tojásos burgonyapép

Ajánlott anyaghányad

Fogasfié (színhús)	1,80 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Só	0,02 kg	Fehérbor	0,30 l
Vaj	0,08 kg	Tojásos burgonyapép	10 adag
Sajt	0,08 kg	Mornay-mártás	6 adag

A fogas filézéséből visszamaradt csontokból tartalmazó halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeletet kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezzük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben lassan készre pároljuk. A fogasszeletekről leöntjük a fehérboros halalaplét, és lassan beforraljuk. Jóízű Mornay-mártást készítünk, amelyhez hozzákeverjük a fehérboros halalaplét. Sima, csomómentes tojásos burgonyapépet készítünk, amellyel körbefecskendezzük a kivajazott halastálat. A tál közepére egy kevés Mornay-mártást teszünk, amelyre ráhelyezzük - lapátkanál segítségével - a puhára párolt fogasszeletet, majd bevonjuk a többi Mornay-mártással. Tetejére reszelt sajtot, zsemlemorzsát hintünk, vajdarabkákat teszünk rá. Forró sütőben vagy szalamanderben pirosra sütjük. (130. ábra)



130. ábra. Fogasszeletek Mornay módra

FOGASSZELETEK KANCELLÁR MÓDRA (Filets de fogach á la chancelier)

Bontás, belsőségek eltávolítása
 Filézés
 Bőr lefejtése, nyúzása
 Halalapié
 Fehérbormártás
 Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfié (színhús)	1,80 kg	Tejszín	0,20 l
Vaj	0,12 kg	Tojássárga	4 db
Liszt	0,08 kg	Citrom	1 db
Fehérbor	0,30 l	Kaviár	0,04 kg
Só	0,02 kg	Vajas burgonya	10 adag

A fogas filezéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezzük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben készre pároljuk. A fogasszeleteket lapátkanál segítségével halastálra helyezzük. A fehérboros halalapléből fehérbormártást készítünk, amelyhez a végén hozzákeverjük a kaviárt.

A kaviárral elkevert fehérbormártással átvonjuk a halastálra helyezett fogasszeleteket.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK BÍBORNOK MÓDRA (Filets de fogach a la cardinal)

Bontás, belsőségek eltávolítása	Rák előkészítése, főzése
Filézés	Rákvaj készítése
Bőr lefejtése, nyúzása	Rákmártás
Halalapié	Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiúé (színhús)	1,80 kg	Gomba	0,20 kg
Vaj	0,05 kg	Szarvasgomba	0,02 kg
Rákmártás	6 adag	Rákvaj	0,04 kg
Fehérbor	0,20 l	Só	0,02 kg
Rákhús	0,10 kg	Vajas burgonya	10 adag

A fogas filzéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe tesszük. Minden egyes fogasszeletre egy-egy faragott - turnérozott - gombafejet helyezünk. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben lassan puhára pároljuk. A fogasszeleteket a faragott gombafejekkel együtt - lapátkanál segítségével - halastálra helyezzük. A fehérboros halalapié egy részében megmelegítjük a rákhúst, míg a többi halalaplét egészen rövidre beforraltjuk. Jóízű rákmártást készítünk, amelyhez hozzáadjuk a rövidre beforralt halalaplét. A megmelegített rákhúst a fogasszeletekre helyezük a gombafejek köré, majd az egészét átvonjuk a rákmártással.

A kitálalt étel tetejét gazdagon meglocsoljuk melegített rákvajjal, és szarvasgombával díszítjük.

Az ételhez külön vajas burgonyát adunk.

FOGASSZELETEK FIRENZEI MÓDRA (Filets de fogach á la florentine)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filzés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Gratinmártás

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiúé	1,80 kg	Gratinmártás	6 adag
Só	0,02 kg	Sajt	0,08 kg
Vaj	0,10 kg	Paraj	0,50 kg
Törött bors	0,005 kg	Szódabikarbóna	0,005 kg
Fehérbor	0,30 l	Vajas burgonya	10 adag

A megtisztított, megmosott, alaposan lecsepegtetett parajt sós, enyhén szóda-bikarbónás vízben megfőzzük. Ezután leszűrjük, leöblítjük, és gondosan lecsepegtetjük, majd levétől kicsavarjuk. Felmelegített vajban gyorsan megpároljuk, közben ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal. Jóízű gratinmártást készítünk.

A fogas filzéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk,

és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, alacsony peremű edénybe helyezük. Ráöntjük a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben puhára pároljuk. A fogasszeletekről leöntjük a fehérboros halalaplét, és lassan rövidre beforraljuk. A gratinmártáshoz hozzákeverjük a rövidre beforralt fehérboros halalaplét. A mártásnak bevonóképesnek kell lenni.

A halastálat gondosan kivajazzuk, majd az előkészített parajból talapzatot készítünk, amelyre ráhelyezzük a puhára pácolt fogasszeleteket. Az egészet átvonjuk az elkészített bevonóképes mártással. Tetejére reszelt sajtot hintünk, vajdarabkákat teszünk rá. Forró sütőben vagy szalamanderban pirosra sütjük.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK DUGLÉRE MÓDRA (Filets de fogach a la Dugléré)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Fehérbormártás

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiié (színhús)	1,80 kg	Citrom	1 db
Só	0,02 kg	Tejszín	0,20 l
Vaj	0,15 kg	Tojássárga	4 db
Liszt	0,08 kg	Paradicsom	0,40 kg
Törött bors	0,005 kg	Vöröshagyma	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vajas burgonya	10 adag
Fehérbor	0,30 l		

A fogas filzéséből visszamaradt csontokból tartalmaz halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, magas peremű edénybe helyezük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk és a sütőben lassan puhára pároljuk.

A paradicsomot néhány pillanatra forró vízbe mártjuk, majd óvatosan lehúzzuk a héját. Ezután magjait kinyomkodjuk, majd 5x5 mm-es kockákra vágjuk.

Vajban finomra vágott vöröshagymát párolunk, majd hozzáadjuk a kockákra vágott paradicsomot. Lassan pároljuk, mialatt beletesszük a finomra vágott petrezselyemzöldet, ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, végül lepirítjuk.

A puhára párolt fogasszeleteket lapátkanál segítségével óvatosan halastátra helyezük. A fehérboros halalapléből jóízű fehérbormártást készítünk, amelyhez óvatosan hozzákeverjük a lepirított paradicsomot, majd átvonjuk vele a halastátra helyezett fogasszeleteket.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK WALEWSKA MÓDRA (Filets de fogach á la Walewska)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Rák előkészítése, főzése

Gratinmártás

Tojásos burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfié (színhús)	1,80 kg	Gratinmártás	5 adag
Só	0,02 kg	Rákhús	0,10 kg
Vaj	0,05 kg	Sajt	0,08 kg
Fehérbor	0,30 l	Tojásos burgonyapép	10 adag

A fogas filezéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplét készítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, magas peremű edénybe helyezzük. Ráöntjük a halalaplét és a fehérbort. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben lassan puhára pároljuk. A fogasszeletekről a fehérboros halalaplét leöntjük, és lassan rövidre beforraljuk.

Jóízű gratinmártást készítünk, amelyhez hozzákeverjük a rövidre beforralt fehérboros halalaplét. A mártásnak bevonóképesnek kell lenni.

A halastálat gondosan kivajazzuk, amelynek szélét ízlésesen körbefecskendezzük tojásos burgonyapéppel. A tál közepére egy kevés mártást teszünk, amelyre lapátkanál segítségével ráhelyezzük a fogasszeleteket. A mártás többi részéhez hozzákeverjük az előkészített rákhúst, majd bevonjuk vele a fogasszeleteket. Tetejére reszelt sajtot hintünk, vajdarabkákat teszünk rá.

Forró sütőben vagy szalamanderban pirosra sütjük.

FOGASSZELETEK CARÉME MÓDRA (Filets de fogach á la Caréme)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Halalapié

Fehérbormártás

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Fogasfilé (színhús)	1,80 kg	Tejszín	0,20 l
Só	0,02 kg	Tojássárga	4 db
Vaj	0,15 kg	Tárkonylevél	1 csomó
Liszt	0,08 kg	Worcester-mártás	0,003 l

Fehérbor	0,30 l	Gomba	0,20 kg
Citrom	1 db	Vajas burgonya	10 adag

A fogas filézéséből visszamaradt csontokból tartalmas halalaplétkészítünk, és leszűrjük. Az előre besózott fogasszeleteket kivajazott, magas peremű edénybe helyezzük. Minden egyes fogasszeletre egy-egy faragott - turnérozott - gombafejet helyezünk. Az egészet vajazott zsírpapírral letakarjuk, és a sütőben lassan puhára pároljuk. A fogasszeleteket a faragott gombafejekkel együtt - lapátkanál segítségével - halastálra helyezzük. A fehérboros halalaplétből jóízű fehérbormártást készítünk, amelyhez a végén hozzáadjuk a finomra vágott friss tárkonylevelet és worcester-mártást. Az elkészített mártást szükség szerint sóval utánízesítjük. A mártással átvonjuk a halastálra helyezett fogasszeleteket.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

FOGASSZELETEK GUNDEL MÓDRA (Filets de fogach a la Gundel)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Filézés

Bőr lefejtése, nyúzása

Bő zsírban sütés

Mornay-mártás

Tojásos burgonyapép

Fogasszeletek firenzei módra

Ajánlott anyaghányad

Fogasfiié (színhús)	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,02 kg	Liszt	0,15 kg
Paraj	0,40 kg	Tojás	5 db
Törött bors	0,005 kg	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Vaj	0,15 kg	<i>Sütéshez:</i>	
Mornay-mártás	6 adag	Olaj	0,80 l
Tojásos burgonyapép	10 adag		
Sajt	0,08 kg		

A parajt a „fogasszeletek firenzei módra” technológiának megfelelően elkészítjük.

Jóízű tojásos burgonyapépet és bevonóképes Mornay-mártást készítünk. Az előre besózott fogasszeleteket lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzzába forgatjuk. Bő zsírban pirosra, ropogósra sütjük. Lapátkanál segítségével csepegtetőrácsra emeljük, és alaposan lecsepegtetjük.

Az elkészített parajból a kivajazott halastálon talapzatot készítünk, amelyre ráhelyezzük a rántott fogasszeleteket. A jóízű tojásos burgonyapéppel körbecskendezzük a halastálat, majd a parajra helyezett fogasszeleteket átvonjuk

Mornay-mártással. Tetejére reszelt sajtot hintünk, vajdarabkákat teszünk rá. Forró sütőben vagy szalamanderban pirosra sütjük.

HARCSASZELETEK ROSTON (Filets de glanis grillé)

Kábítás
Bontás, belsőségek eltávolítása
Filézés
Bőr lefejtése, nyúzása
Rostonsütés
Vajas burgonya
Gribiche-mártás

Ajánlott anyaghányad

Harcsafiié (színhús)	1,80 kg	Fejes saláta	1 db
Só	0,02 kg	Citrom	3 db
Zsemlemorzsa	0,15 kg	Vajas burgonya	10 adag
Olaj	0,25 l	Gribiche-mártás	5 adag

A harcsafiié a bőrrel együtt lefejtjük a zsiradékot is. Ezután felszeleteljük, besózzuk, majd állni hagyjuk. Rövid idő múlva szitált zsemlemorzsaiba forgatjuk mindkét oldalát.

A sütés előtt közvetlenül, olajba mártjuk az előkészített harcsaszeleteket, majd faszénparázs fölött izzó rostélyra helyezük, és mindkét oldalukat megsütjük.

Fém halastálat tálpapírral borítunk, amelynek egyik oldalára tálaljuk a forró vajas burgonyát. Ízletesen melléhelyezzük a rostonsült harcsaszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Az egészet díszítjük fejessaláta-levelekkel és citromgerezdekkel.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött gribiche-mártást adunk hozzá.

A *harcsaszeletek roston* készíthető *fűszeres vajjal* is. (Filets de glanis á la maitre d'hôtel) Ebben az esetben a még forrón tálalt harcsaszeletek tetejére egy-egy fűszeres vajkarikát helyezünk. Ez ráolvad a forró harcsaszeletekre, és átadja kellemes íz- és illatanyagait.

HARCSASZELETEK MOLNÁRNÉ MÓDRA (Filets de glanis á la meunière)

Kábítás
Bontás, belsőségek eltávolítása
Filézés
Bőr lefejtése, nyúzása
Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Harcsafiié (színhús)	1,80 kg	Vaj	0,25 kg
Só	0,04 kg	Citrom	4 db
Liszt	0,10 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,10 kg	Vajas burgonya	10 adag
Fejes saláta	1 db		

A harcsafiié a bőrrel együtt lefejtjük a zsiradékot is. Ezután felszeleteljük, besózzuk, majd állni hagyjuk. Két citromot meghámozzunk, majd felszeleteljük. A másik két citrom levét kicsavarjuk, és átszűrjük. A petrezselyemzöldet finomra vágjuk.

A harcsaszeleteket lisztbe mártjuk. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, amelyben pirosra sütjük a harcsaszeletek mindkét oldalát. Halastál egyik felére tálaljuk az elkészített vajas burgonyát. Mellé tálaljuk ízlésesen a frissen sült harcsaszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Minden harcsaszeletre egy-egy citromszeletet helyezünk.

Ekkor elkészítjük a *barna vajat*. Serpenyőben habzásig hevítjük a vajat. Ekkor hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet, gyorsan elkeverjük, majd hozzáöntjük az átszűrt citromlevet. Egy kevés sót adunk hozzá. Ezután hirtelen fölforraljuk és meglocsoljuk vele a kitalált harcsaszeleteket.

„Molnárné módra” készíthető még a süllő- és a fogasszelet is.

PISZTRÁNG KÉKRE FŐZVE (Truite au bleu)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Főzés

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Pisztráng (egész)	10 db	Citrom	2 db
Só	0,03 kg	Vajas burgonya	10 adag
Vaj	0,12 kg	Fejes saláta	1 db
Ecet (5%-os)	0,10 l		

A pisztrángot óvatosan bontjuk fel, a már ismert módon úgy, hogy a halat borító nyálka rajta maradjon. A pisztrángokat belülről besózzuk. (A nyálka fog elszíneződni a technológia eredményeképpen, amely az étel jellegzetes színét adja.)

Tányérba öntjük a szükséges mennyiségű ecetet. Az ecetbe megforgatjuk egyenként a pisztrángokat, majd néhány percig állni hagyjuk. Az előkészített pisztrángokat sós vízben, közepes tűzön puhára főzzük. A puhára főzött pisztrángokat lapátkanál segítségével óvatosan előmelegített halastálra emeljük.

Olvasztott vajjal gazdagon meglocsoljuk. A pizstrángokat salátalevéllal és citromgerezdekkal díszítjük.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

A *pizstráng kékre főzve* tálalható damaszt ruhaszalvétára is. Ebben az esetben nemcsak elegánsabb a tálalás, de a frissen megfőzött pizstráng - a damaszt ruhaszalvétába behajtogatva - forróbban érkezik a vendég elé. A pizstráng kicsomagolása a vendég előtt, az eltávozó pára illatai étvágyfokozó hatásúak.

Ha a pizstrángot ruhaszalvétában hajtogatva tálaljuk, akkor az olvasztott vajat külön előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá.

PISZTRÁNG TEJSZÍNLABOS MÁRTÁSSAL (Truite au sauce mousseline)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Főzés

Tejszínhabos mártás

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Pizstráng (egész)	10 db	Citrom	2 db
Só	0,03 kg	Tejszínhabos mártás	5 adag
Vaj	0,12 kg	Vajas burgonya	10 adag
Ecet (5%-os)	0,10 l	Fejes saláta	1 db

A pizstrángot a már ismertetett módon kékre főzve készítjük el. A puhára főzött pizstrángokat lapátkanál segítségével óvatosan előmelegített halastálra emeljük. Olvasztott vajjal gazdagon meglocsoljuk.

A pizstrángokat salátalevéllal és citromgerezdekkal díszítjük.

Külön előmelegített mártásoscsészében tejszínhabos mártást adunk hozzá.

PISZTRÁNG MANDULÁVAL SÜTVE (Truite grillé aux amande)

Bontás, belsőségek eltávolítása

Pikkelyezés

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Pizstráng (egész)	10 db	Liszt	0,12 kg
Tej	0,5 l	Mandula	0,15 kg
Só	0,03 kg	Vajas burgonya	10 adag

A pizstrángot óvatosan kibontjuk, pikkelyeit eltávolítjuk, majd gondosan szárazra töröljük kívül, belül. Az előkészített pizstrángokat ezután tejbe áztatjuk, amelyben többször megforgatjuk, hogy mindenütt érvényesüljön a tej ízjavító és puhító hatása.

Közben előkészítjük a mandulát. Vizet forralunk, amelybe beleöntjük a mandulát. Néhány percig forraljuk, majd leszűrjük. Ezután a héját könnyedén lehúzzuk. A mandulát ezután leszárítjuk, metéltre összevágjuk. A pisztrángot kiemeljük a tejből és gondosan leszárítjuk. Ezután besózzuk, majd lisztbe forgatjuk.

Serpenyőben egy kevés vajat melegítünk, amelyben lassan készre sütjük a pisztrángokat. A sütés vége felé hozzáadjuk az előkészített mandulát, és együtt fejezzük be az étel készítését.

A készre sült pisztrángokat lapátkanál segítségével előmelegített halastálra tálaljuk. A tetejére öntjük a vajas mandulát.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

TÖLTÖTT CSUKA (Brochet farcie)

Kábítás

Pikkelyezés

Céklás torma

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Csuka (egész)	2 db	Vaj	0,15 kg
Só	0,03 kg	Gomba	0,30 kg
Tej	0,50 l	Fehérbor	0,30 l
Zsemle	4 db	Céklás torma	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Citrom	3 db
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vajas burgonya	10 adag
Tojás	5 db		

A kábított és pikkelyeitől megtisztított csuka szemeit, kopoltyúlemezeit kiszedjük, majd a csukát gondosan lemossuk és szárazra töröljük.

Ezután a csukát felbontjuk, de nem a szokásos módon. A csuka hátát a gerincsonthoz mentén óvatosan felbontjuk a hasüregig. Kiemeljük a gerincsonthoz, majd a belsősegeket. A hasüreget ezután figyelmesen kimossuk, hogy teljesen tiszta legyen, majd jó szárazra töröljük.

A csuka húsnak egy részét belülről lefejtjük, ügyelve arra, hogy a csuka oldalát, a bőrét ne sértsük meg. Ezután a csukát belülről besózzuk, és betöltésig állni hagyjuk.

Elkészítjük a töltelék: A zsemleket tejben beáztatjuk, majd ha alaposan megduzzadtak, akkor kinyomkodjuk. A lefejtett csuka húsat, a beáztatott, kinyomkodott zsemelével együtt ledaráljuk. Az apró kockákra vágott gombát a vaj mennyiségének felében lepírítjuk. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd végül hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet. A ledarált csuka

húsához és az áztatott zsemlehez hozzákeverjük a lepirított gombát, továbbá az egész tojásokat.

A töltelékét betöltjük az előkészített csukába, nem túl szorosan, majd óvatosan összevarrjuk. Az összevarrásnál ügyelni kell arra, hogy a cérnát ne húzzuk meg túl erősen, mert elvágja a csuka bőrét, és a töltelék a keletkezett nyíláson a párolás alkalmával kifolyhat.

A betöltött csukákat kivajazott, magas peremű edénybe helyezzük. Ráöntjük a fehérbort, majd vajazott zsírpapírral lefedjük, és a sütőben lassan készre pároljuk. Párolás közben gyakran meglocsoljuk saját levével. Így sokkal jobb ízű lesz. A felülete puhább lesz, tehát könnyebben lehet majd szeletelni a tálalás alkalmával.

A készre párolt csukát tálalás előtt lefedve pihentetjük, majd óvatosan kihúzzuk belőle a cérnát.

A csukát vékony pengéjű, éles késsel szeleteljük fel kb. 1 cm vastag szeletekre, a csuka hosszanti irányára merőlegesen vagy kissé rézsútosan. A szeleteket a fejhez kissé ferdén támasztva tálaljuk, enyhén széthúzva, hogy a töltelék vágási felülete a hússal együtt érvényesüljön. A kitálalt csukát a vajjal átforralt párolólevével gazdagon meglocsoljuk. Citromgerezdekkel díszítjük.

Külön vajas burgonyát és jól lehűtött mártásoscsészében céklás tormát adunk hozzá.

A töltött csuka ismeretében készíthető még:

Töltött fogas (fogach farcie)

Töltött harcsa (glanis farcie)

Töltött ponty (carpe farcie)

Töltött pisztráng (truite farcie)

Töltéskor a fogasból a közepes, a harcsából és a pontyból a kisebb, soványabb, míg a pisztrángból a legnagyobb példányokat dolgozzuk fel.

KESZEG SÜTVE (Bréme rôtie)

Pikkelyezés

Bontás, belsőségek eltávolítása

Fej eltávolítása

Velesült burgonya

Ajánlott anyaghányad

Keszeg	10 db	Fűszerpaprika	0,005 kg
Só	0,03 kg	Olaj	0,601
Liszt	0,10 kg	Velesült burgonya	10 adag
Fejes saláta	1 db		

A keszegeket pikkelyezzük, bontjuk, a belsőségeket eltávolítjuk, majd a fejeket levágjuk az első gerincszelettel együtt.

Az előkészített keszegeket hosszanti irányukra merőlegesen vagy enyhén rézsútosan sűrűn beirdaljuk a gerinccsontig. Arra ügyeljünk, hogy a gerinccsontot ne vágjuk át, mert így sütés közben a keszegek könnyen eltörhetnek. Ezután kívül-belül jól besózzuk a keszegeket, és állni hagyjuk. Közben elkészítjük a *paprikás lisztet*. A megszitált liszthez keverjük a fűszerpaprikát.

Az előre besózott keszegeket a paprikás lisztbe forgatjuk, a felesleget lerázuk. Serpenyőben olajat melegítünk, amelyben a keszegek mindkét oldalát megsütjük pirosra, ropogósra, közepes ütemben, hogy húsuk ne maradjon nyers közepén sem.

A keszegeket úgy sütjük, hogy a vége felé hozzáadjuk a héjában főtt, hámozott, cikkekre vágott burgonyát. A keszegeket és a burgonyát együtt sütjük készre. Ha elkészültek, lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük mind a keszegeket, mind a velesült burgonyát, és alaposan lecsepegtetjük. A velesült burgonyát tálpapírral fedett halastálra halmozzuk, majd ízlésesen mellé helyezzük a sült keszegeket úgy, hogy félig fedjék egymást. A tálalást salátalevéllal díszítjük.

A keszeg sütvé ismeretében készíthető még:

Márna sütvé (Borbeau rőtje)

Garda sütvé (Pelecus rőtje)

Kárász sütvé (Carassin rőtje)

Compó sütvé (Tauche rőtje)

b) Édesvízi barna húsú halakból készíthető ételek

PONTYHALÁSZLÉ (Bouillabaisse de carpe á la hongroise)

Kábítás

Pikkelyezés

Bontás, belsőségek eltávolítása

Fej eltávolítása, megtisztítása

Haltörzs feldolgozása

Filézés

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Ponty	4,00 kg	vagy	
Só	0,04 kg	Lecsó	0,20 kg
Vöröshagyma	0,50 kg	Fűszerpaprika	0,05 kg
Zöldpaprika	0,30 kg	Cseresznyepaprika	0,005 kg
Paradicsom	0,10 kg		

A kábított, pikkelyeitől megtisztított, kibontott pontyot szárazra töröljük, majd levágjuk az uszonyait, a farkát és a fejét az első gerinccsonttal együtt.

A fejet megtisztítjuk, a haldereket kifilézzük. A belsőségek közül óvatosan kivesszük a tejet, ül. az ikrát.

A filézésből nyert csontokat és fejet jól megmossuk. Bő vízben rakjuk fel főni, közben hozzáadjuk a szeletekre vágott vöröshagymát és a sót. Lassan főzzük, hogy tartalmas halalaplét kapjunk.

A halfiléket közben szálkátlanítjuk, azaz sűrűn beirdaljuk, majd kb. 2 cm széles szeletekre felvágjuk. Mind a beirdalt, szálkátlanított halszeleteket, mind a haltejet és halikrát besózzuk és hűtőszekrénybe helyezzük.

Közben a halalaplét lassan főzzük, hogy az tartalmas legyen. A hosszú ideig főzött, tartalmas halalapié fölé tartott kezünk felületére rátapadnak a gőzzel eltávozó enyvadó (kollagén) anyagok. Ez biztos jele annak, hogy a halalapié tartalmas, tehát leszűrhető. A halalaplét ezután leszűrjük. Ízlés szerint áttörni is lehet, ettől a halászlé sűrűbb, tartalmasabb lesz.

A leszűrt halalaplét lassan forraljuk. A felszínén összegyűlt halzsírra óvatosan ráhintjük a jó minőségű, tűzpiros fűszerpaprikát. Miután meggyőződünk róla, hogy a fűszerpaprika szín- és ízanyagai maradéktalanul feloldódtak, hozzáadjuk az előkészített halfiléket, a haltejet és halikrát. Lassan főzzük, majd hozzáadjuk a kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy a lecsót. Ezután megsózzuk és lassan készre főzzük. (Amíg van friss paradicsom, zöldpaprika, addig azt adjuk a halászléhez, ezek hiányában adjunk hozzá lecsót!)

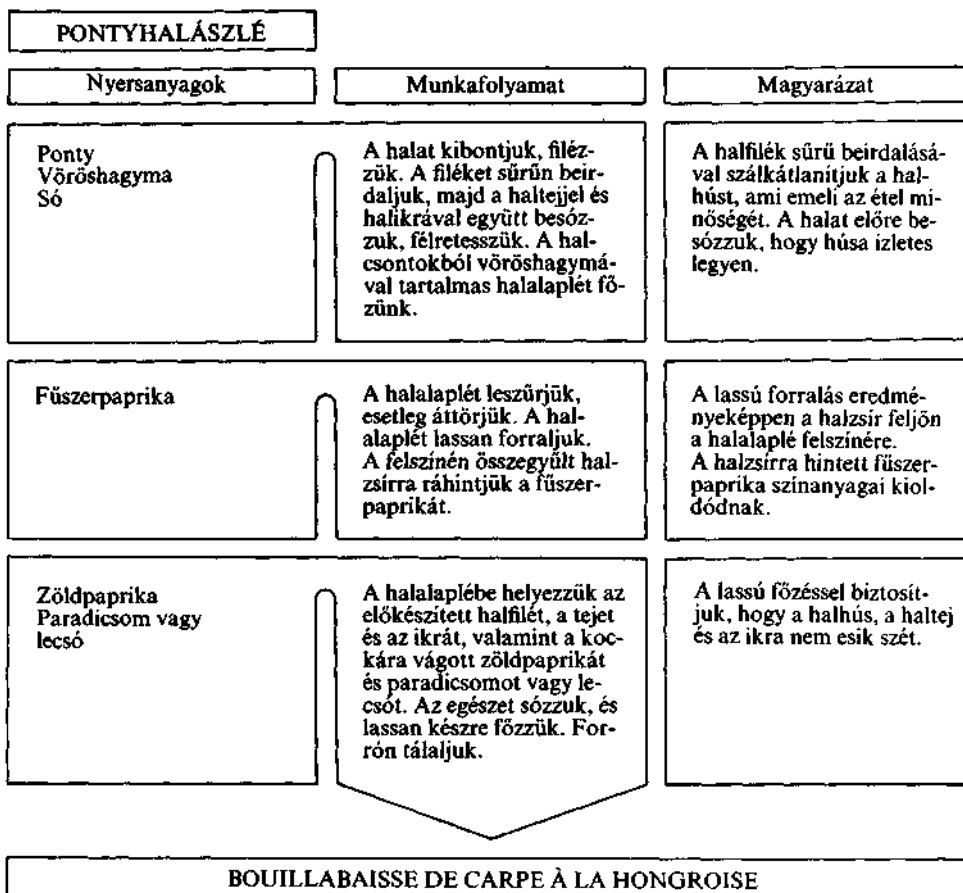
A halászlét ízlés szerint ízesítjük egy kevés cseresznyepaprikával is. Ebben az esetben azonban nagyon kell vigyázni arra, hogy az étel ne legyen túlságosan csípős, mert elnyomja az étel jellegét, és élvezhetetlenné teszi. Ez egyben udvariatlanság a vendéggel szemben. Mivel a halászlé felszolgálása alkalmával cseresznyepaprika-őrleményt is adunk az asztalra, a túlzott fűszerezést, a csípős íz kialakítását rá kell bízni a vendégre.

A tűzről levéve azonnal forrón tálaljuk.

A halszeleteket, a halikrát és a tejet óvatosan tálaljuk, hogy ne törjenek össze, és minden adagba, mindenképp egyenlő arányban tálalunk belőlük. A halászlét levestálban, bográcsban, esetleg tűzálló tálban tálaljuk.

A halászlét porcelán levescsészében (0,2 l-es) is tálalhatjuk. Ebben az esetben mind a halfilét, mind a belsőségeket apró kockákra vágva adjuk a halalapléhez, így készítjük el, főzzük készre a halászlét.

A halászlével kapcsolatban meg kell jegyezni, hogy tájegységenként sokféle változata, módoszata van. Ezt színesítik az egyes tájegységekre jellemző halfajták változatai, a készítési szokások, a gasztronómiai hagyományok, de a hozzáadható fűszerpaprika fajtája, minősége is. Példaképpen említhető a többféle halból készített halászlé vagy az adalékanyagok (pl. burgonya, lebbenctészta, csipetke stb.) számtalan változata.



PÖRKÖLT PONTY (Carpe á la hongroise)

- Kábítás
- Fej eltávolítása
- Pikkelyezés
- Bontás, belsősegek eltávolítása
- Filézés
- Beirdalás, szálkátlanítás
- Halaplé
- Pörköltalap
- Galuska

Ajánlott anyaghányad

Pontyfiúé (színhús)	1,80 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,10 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Só	0,03 kg	Lecsó	0,25 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Galuska	10 adag
Liszt	0,08 kg		

Az előkészített pontyot kifilézzük, majd sűrűn beirdaljuk. A rendelkezésre álló csontokból tartalmas halalapléet készítünk.

A beirdalt pontyfiúét kb. 3 cm széles szeletekre daraboljuk. Besózzuk, majd lisztben megforgatjuk. Ezután serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, majd benne a pontyszeleteket elősütjük. A pontyszeleteket lábasba szedjük, és zsírjában tartalmas pörköltlevet készítünk, amelyhez halalapléet adunk. A pörköltlevet az elősütött halszeletekre öntjük és fedővel lefedve lassan pároljuk. Közben sót, kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá. Az elpárolgó lét minden esetben halalaplével kell pótolni.

A pörkölt pontyot nem szabad kevergetni, mert összetörik. Az ételt tehát óvatosan rázogatni kell. (A szükségesnél több zsiradékot lemerjük az étel tetejéről.)

Ha az étel elkészült, a pontyszeleteket óvatosan halastálra rendezzük, és meglocsoljuk a pörköltlével. Zöldpaprika- és paradicsomkarikákkal díszítjük.

Külön forró galuskaköretet adunk hozzá.

LECSÓS PONTY (Carpe au letcho)

Pörkölt ponty

Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Pontyfiúé (színhús)	1,80 kg	Paradicsom	0,25 kg
Zsír	0,10 kg	Zöldpaprika	0,40 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Só	0,03 kg	Lecsó	0,40 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Sós burgonya	10 adag
Liszt	0,08 kg		

A pörkölt pontynál ismertetett módon kell az ételt elkészíteni, de az ajánlott anyaghányadnak megfelelően több zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá. A lecsós pontyhoz a fenti anyagokat cikkekre vágva adjuk hozzá.

A lecsós pontyhoz tálaláskor külön sós burgonyát kell adni.

PAPRIKÁS PONTY (Carpe au paprika)

Pörkölt ponty

Habarás

Galuska

Ajánlott anyaghányad

Pontyfiú (színhús)	1,80 kg	Tejföl	0,40 l
Zsír	0,10 kg	Paradicsom	0,10 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Só	0,03 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,01 kg	Lecsó	0,20 kg
Liszt	0,12 kg	Galuska	10 adag

A pörkölt pontynál ismertetett módon elősütjük az előkészített halszeleteket és lábasba szedjük.

Zsírjában tartalmas pörköltlevet készítünk, amelyet szintén halalaplével öntünk fel. Sót, apró kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá. Lassan pároljuk, zsírjára pirítjuk, majd újra felöntjük halalaplével. Lassan kiforraljuk, majd tejfölös habarással sűrítjük a tartalmas pörköltalapot. A tejfölös, paprikás mártást habverővel állandóan kevergetve lassan kiforraljuk, közben szükség szerint sóval utánizesítjük.

A kész, jól kiforralt mártást szitán keresztül a lábasban levő elősütött halszeletekre szűrjük. Lassan, időnként óvatosan rázogatva a pontypaprikást készre pároljuk.

Ha az étel elkészült, a pontyszeleteket ízlésesen előmelegített halastálra rendezzük. Bőségesen meglocsoljuk a tejfölös, paprikás mártással. Tetejére tejfölt, paprikaszínt locsolunk. Nyáron zöldpaprika- és paradicsomkarikákkal díszítjük.

Külön forró galuskaköretet adunk hozzá.

Egyes vidékeken a galuska helyett csuszatésztával tálalják.

A pörkölt, lecsós és paprikás pontyhoz a párolás szakaszában hozzáadhatjuk a tejet és az ikrát is. A hozzáadott belsőségek súlya nem jelenti a pontyfiú súlyának csökkentését.

DOROZSMAI MOLNÁRPONTY (Filets de carpe „Dorozsma” á la meunier)

Pörkölt ponty

Habarás

Ajánlott anyaghányad

Pontyfiú (színhús)	1,40 kg	Só	0,02 kg
Zsír	0,08 kg	Gomba	0,30 kg
Füstölt szalonna	0,25 kg	Tejföl	0,40 l

Vöröshagyma	0,20 kg	Paradicsom	0,15 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,08 kg	Csusza tészta	10 adag

Az előkészített pontyot kifilézzük, majd sűrűn beirdaljuk. A beirdalt pontyfiét kb. 3 cm széles szeletekre daraboljuk. Ezután a füstölt szalonnából vágott csíkokkal gazdagon megtűzdeljük, majd besózzuk, és állni hagyjuk.

A rendelkezésre álló csontokból tartalmas halalaplét készítünk. Az előre megtűzdelte és besózott halszeleteket lisztben megforgatjuk, majd egy kevés forró zsírban mindkét oldalát pirosra sütjük. Zsírjában pörköltlevet készítünk, amelyben megpároljuk a szeletekre vágott gombát, az apró kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót. Ha a gombás pörköltlé zsírjára pirul, minden esetben halalaplével engedjük fel. Ha a gomba megpuhult, tejfölös habarással sűrítjük, és jól kiforraljuk. Ekkor az elkészített tejfölös, paprikás, gombás mártáshoz hozzáadjuk a halszeleteket, és gyakori rázogatóssal készre pároljuk.

Mialatt a pontyszeletek párolódnak, csuszatésztát forrósítunk. Ha a pontyszeletek megpuhultak, kiemeljük a mártásból. A mártást összekeverjük a forró csuszatésztával, előmelegített halastálra halmozzuk. Tetejére helyezük ízlésesen a puhára párolt pontyszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Az ételt sütőben jól átforrósítjuk. Tetejét díszítjük karikára vágott zöldpaprikával és paradicsommal, majd meglocsoljuk tejföllel és paprikaszínnel.

Az étel másképpen is készíthető:

A csuszatésztával összekevert mártás közé rétegezzük az elősütött pontyszeleteket. Tetejére tejfölt locsolunk, majd sütőben készre sütjük.

RÁCPONTY (Carpe á la racines)

Kábítás

Pikkelyezés

Bontás, belsőségek eltávolítása

Fej eltávolítása, megtisztítása

Filézés

Beirdalás, szálkátlanítás

Halalapié

Tejfölös habarás

Ajánlott anyaghányad

Ponty	3,00 kg	Fűszerpaprika	0,03 kg
Burgonya	2,00 kg	Zöldpaprika	0,30 kg
Tejföl	0,80 l	Paradicsom	0,15 kg
Füstölt szalonna	0,20 kg	vagy	
Zsír	0,15 kg	Lecsó	0,30 kg

Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Vöröshagyma	0,30 kg		

Az előkészített pontyot kifilézzük, majd sűrűn beirdaljuk. A beirdalt pontyfiét kb. 3 cm széles szeletekre daraboljuk. Ezután a füstölt szalonnából vágott csíkokkal gazdagon megtűzdeljük, majd besózzuk és állni hagyjuk. Ezután a tűzdelte pontyszeleteket lisztbe forgatjuk, és egy kevés zsírban elősütjük mindkét oldalukat, hogy szép piros legyen.

A ponty előkészítése és filézése alkalmával nyert csontokból tartalmas halalaplét készítünk, amelyet leszűrünk. A felszínén összegyűlt halzsírra óvatosan ráhintjük a jó minőségű, tűzpiros fűszerpaprikát. Miután meggyőződünk róla, hogy a fűszerpaprika szín- és ízanyagai maradéktalanul feloldódtak, tejfölös habarással sűrítjük. Az így kapott tejfölös-paprikás mártást habverővel állandóan kevergetve kiforraljuk, közben ízlés szerint sóval ízesítjük. A szeletekre vágott vöröshagymát zsírban megpirítjuk. A burgonyát héjában megfőzzük, meghámozzuk, karikákra vágjuk, majd egy kevés zsírban megpirítjuk.

Karikákra vágjuk a zöldpaprikát és a paradicsomot. Ennek hiányában a lecsót leszűrjük a levétől és a paprikadarabokat metéltre vágjuk.

Kakastaréjt készítünk a maradék füstölt szalonnából. A szalonnából a bőrével együtt kb. 0,5 cm vastag és 5-6 cm hosszú szeleteket vágunk. A szalonnát ezután 1 cm távolságban a bőréig bevágjuk.

Ekkor következik a rácponty összeállítása, rétegezése.

Magas peremű tepsit vagy tűzálló lábast zsírral kikenjük. Belerakjuk az előkészített burgonyát, a vöröshagymát, a zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót, egymásra rétegezve, majd az előkészített pontyszeleteket. Ezután ráöntjük a halalapléből főzött tartalmas, tejfölös paprikás mártást, meglocsoljuk tejföllel. Végül elhelyezzük a tetején a kakastaréjokat.

A rétegezett rácpontyot középmeleg sütőben helyezzük, és lassan készre sütjük.

A rácpontyot lapátkanállal tálaljuk előmelegített halastálra. Ennek során arra kell ügyelni, hogy minden adagba arányosan jusson a pontyszeletekből és a hozzávalókból, tetejére pedig kakastaréj kerüljön.

A rácpontyot díszítjük karikákra vágott zöldpaprikával, paradicsommal, majd meglocsoljuk tejföllel, paprikaszínnel. A kakastaréjt ízlés szerint fűszerpaprikába mártva tehetjük az étel tetejére.

A rácponty készítésével kapcsolatban meg kell jegyezni, hogy többféle készítési módja ismert és elfogadott.

Gyakran „mártás” nélkül, minden réteget gazdagon meglocsolva tejföllel és kész lecsóval készítik a rácpontyot. Ebben az esetben minden réteget külön meg kell sózni. Készíthető úgy is a rácponty, hogy a pontyszeleteket a rétegek közé helyezik el.

27. folyamatábra

RÁCPONTY		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Ponty Só Liszt Zsír Szalonna	A pontyot filézzük, beirdaljuk, sózzuk, majd szalonnával tűzdeljük. Lisztbe mártjuk, és elősütjük.	A jól beirdalt hal szálkamentes lesz.
Tejföl Liszt Fűszerpaprika Zsír Só	A halcsontokból halalaplétfőzünk, fűszerpaprikával színezzük, majd tejfőléshabarással sűrítjük. Kiforraljuk, leszűrjük.	A tartalmas halalaplétből készült mártás hozzájárul az étel jellegének kialakításához.
Vöröshagyma Zöldpaprika Paradicsom vagy lecsó Zsír	A szeletelt vöröshagymát zsírban üvegesre pároljuk. Héjában főtt burgonyát meghámozunk, majd karikára vágjuk. Szintén karikára vágunk zöldpaprikát és paradicsomot.	Az anyagokat lehetőleg egyforma vastagságra szeleteljük, hogy az izhatás mindenütt azonos legyen.
Kakastaréj szalonnából Tejföl	Zsírozott tepsibe rétegezzük a burgonyát, a vöröshagymát, a zöldpaprikát, a paradicsomot vagy lecsót, majd az elősütött halhúst. Rétegenként sózzuk. Ráöntjük a mártást és egy kevés tejfőlt. A tetejére rakjuk az előkészített kakastaréjt, és sütőben sütjük. Forrón tálaljuk, ügyelve arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a halból és a többi anyagból.	A tepsibe lerakott rétegeket egyenként sózni kell a megfelelő izhatás érdekében. A sütést közepmeleg sütőben végezzük, hogy a rácponty jól átsüljön.

CARPE À LA RACINES

A felsorolt módokkal közel sem merítettük ki a készítési lehetőségeket, de a következőkre minden készítési módnál ügyelni kell:

Az étel minden esetben tartalmazza, közel hasonló arányban a felsorolt alapanyagokat. A füstölt szalonna és a hal jellemző íz- és illatanyagai mellett kellő módon érvényesüljenek a zöldpaprika, a paradicsom, a vöröshagyma, továbbá a fűszerpaprika jellemzői, összhangban a tejfől kellemesen savanykás ízével, a felhasznált burgonya mellett.

Bármelyik készítési módot alkalmazzuk, vegyük figyelembe, hogy a burgonya az utólagos piritás ellenére könnyen elázhat! Ennek elkerülése érdekében a burgonyát ne főzzük meg teljesen, hiszen ez a sütés alkalmával tovább puhul.

PONTY BAKONYI MÓDRA (Carpe á la Bakony)

Kábítás
Pikkelyezés
Bontás, belsőségek eltávolítása
Fej eltávolítása, megtisztítása
Filézés
Beirdalás, szálkátlanítás
Halalapié
Bakonyi mártás
Galuska

Ajánlott anyaghányad

Ponty	2,40 kg	Liszt	0,10 kg
Csiperkegomba	0,45 kg	Tejföl	0,50 l
Füstölt szalonna	0,15 kg	Só	0,02 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Zsír	0,10 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Galuska	10 adag

Az előkészített pontyot kifilézzük, majd sűrűn beirdaljuk. A beirdalt pontyfiét kb. 3 cm széles szeletekre daraboljuk. Ezután besózzuk, és állni hagyjuk.

A ponty előkészítése és filézése alkalmával nyert csontokból tartalmas halalaplét készítünk, amelyet leszűrünk.

A pontyszeleteket lisztbe forgatjuk, majd egy kevés zsírban elősütjük mindkét oldalukat, hogy szép piros legyen. Ezután lábasba szedjük a pontyszeleteket. A zsírban, amelyben a pontyszeleteket elősütöttük, gyengén megpirítjuk az apró kockákra vágott füstölt szalonnát. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát és a cikkekre vágott csiperkegombát. Lassan pároljuk, gyakori kevergetéssel, addig amíg a leve teljesen el nem párolog. Ekkor lehúzzuk a tűzhelyről, és fűszerpaprikát keverünk hozzá. Visszatoljuk a tűzre, és hozzáadjuk a tartalmas halalaplét. Lassan főforraljuk, közben sóval ízesítjük. Ha meggyőződünk róla, hogy megfelelő ízű, tejfölös habarással sűrítjük és jól kiforraljuk.

Az elkészített mártást ráöntjük a lábasban levő elősütött pontyszeletekre, és fedővel lefedve lassan pároljuk. Közben időnként óvatosan rázogatójuk az ételt, hogy ne égjen le. Ha az étel a párolás következtében besűrűsödik, halalaplévet adunk hozzá.

Az ételt készre pároljuk, szükség szerint utánízesítjük.

A pontyszeleteket óvatosan előmelegített halastálra tálaljuk, és bőségesen

merünk rá a mártásból. Tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk. Külön galuskaköretet adunk hozzá.

Bakonyi módra készíthetők még a következő halak: süllő, fogas, harcsa, kecsge. A bakonyi módra készítményhez a galuska helyett esetenként csuszát adnak köretként.

PONTY ORLY-I MÓDRA (Filét de carpe á l'Orly)

Kábítás
Pikkelyezés
Bontás, belsőségek eltávolítása
Fej eltávolítása
Filézés
Beirdalás, szálkátlanítás
Vajas burgonya
Paradicsommártás vagy
Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Pontyfié (színhús)	1,40 kg	<i>Orly-i tésztához:</i>	
Só	0,02 kg	Liszt	0,30 kg
Liszt	0,06 kg	Tojás	4 db
Citrom	3 db	Sör	0,40 l
Fejes saláta	1 db	Olaj	0,08 l
Vajas burgonya	10 adag	Só	0,01 kg
Paradicsommártás	5 adag	<i>Sütéshez:</i>	
vagy		Olaj	0,80 l
Tartármártás	5 adag		

Az előkészített pontyot kifilézzük, majd sűrűn beirdaljuk. A beirdalt pontyfiét kb. 3 cm széles szeletekre daraboljuk. Ezután besózzuk, és állni hagyjuk.

Közben elkészítjük az *orly-i tésztát*. Habüstben, habverővel gondosan összekeverve a tojássárgájához adjuk a sört, sót, az olajat és a szitált lisztet. A tojásfehérjéből kemény habot verünk, és a habüstben levő anyagokhoz keverjük.

Az előkészített, besózott pontyszeleteket lisztbe forgatjuk, a felesleget lerázzuk. Ezután a pontyszeleteket belemártjuk az orly-i tésztába, majd forró olajba helyezük, és szép pirosra, ropogósra sütjük. A készre sütött pontyszeleteket lapátkanál segítségével csepegtetőrácsra emeljük, és gondosan lecsepegtetjük.

Tálpapírral ellátott fém halastálra halmozzuk a frissen készre sütött pontyszeleteket. Az ételt díszítjük citromgerezdekkel és salátalevéllal.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

A mártással kapcsolatban le kell szögezni, hogy eredetileg előmelegített mártásoscsészében forró paradicsommártást adtak az ételhez, amely még ma is

gyakori, de egyre inkább lehet találkozni - a vendégek étkezési szokásváltozását tükrözve -, hogy külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adnak az ételhez.

A ponty orly-i módra nemcsak szeletekben, hanem csíkokban is készíthető. Ebben az esetben legalább egyharmaddal több tésztát kell készíteni, a beirdalt halfiét pedig 1 cm széles csíkokra kell darabolni.

Ehhez az ételhez - különösen ha csíkokban készítjük - frissen süötött rántott petrezselymet tálalunk a tetejére. Ennek készítése a következő: A petrezselyemzöldről leszedjük a leveleket, és bő vízben lemoszuk, majd leszárítjuk. Ezután szűrőkanálba tesszük, majd bő forró zsírba merítjük. Pecsényevillával kevergetve pillanatok alatt ropogósra sütjük, kiemeljük a zsírból, és jól lecsepegtetjük.

KECSEGE KÁRPÁTI MÓDON (Sterlet a la Kárpát)

Kecsege előkészítése

Halalapié

Rák előkészítése, főzése

Rákvaj

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Kecsege	5 db	Csiperkegomba	0,35 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Kapor	1 csomó	Vaj	0,15 kg
Halalapié	1,50 l	Törött fehér bors	0,005 kg
Rákhús	0,40 kg	Tejszín	0,20 l
Rák vaj	0,03 kg	Vajas burgonya	10 adag

Tartalmas halalaplét készítünk, majd leszűrjük.

Az előkészített kecségéket félkör alakúra formázzuk. Ezt a következő módon végezzük:

A kecsége csőrszerűen végződő, hegyes fejrészével átszűrjük a húsos farokrészt. A kecségét azután besózzuk és kivajazott, magas peremű tepsibe helyezük. Ráöntjük a tartalmas halalaplét, és befedjük vajazott zsírpapírral. Középmeleg sütőbe helyezük, és lassan készre pároljuk. A halalaplét leöntjük róla és a szükséges mennyiségre beforraljuk.

Ekkor elkészítjük az étel jellegét adó *kapros rákragut*.

A csiperkegombát 5x5 mm-es kockákra daraboljuk, majd vajban lassan pároljuk. Ha leve elpárolgott, hozzáadjuk a finomra vágott kaprot, amellyel gyengén lepirítjuk. Ekkor hozzáadjuk a lisztet. Lassan átpirítjuk, gyakori kevergetéssel, majd habverővel állandóan kevergetve felöntjük a kecsége párolásakor kapott, beforralt halalaplével. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött fehér borssal.

Lassan, állandóan kevergetve kiforraljuk. Közben a rákhúst a csiperkegombához hasonlóan daraboljuk fel, és a forrásban levő anyagokhoz adjuk. Végül tejszínt adunk hozzá, és készre forraljuk. Az elkészített kapros rákragut ráöntjük a kecskére és óvatosan - kevergetés nélkül - finoman rázogatva összeforraljuk. A kapros rákragut ezt követően vajjal feljavítjuk, montírozuk.

A kecskéket igen óvatosan - lapátkanál segítségével - előmelegített halastálra emeljük, majd gazdagon rámerünk a kapros rákraguból. Tetejére frissen melegített rákvajat csepegtetünk.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

KECSEGE NYÁRSON SÜTVE (Sterlet á la brochet)

Kecsége előkészítése

Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Kecsége	5 db	Vajas burgonya	10 adag
Só	0,03 kg	Citrom	3 db
Olaj	0,15 l	Fejes saláta	1 db

Az előkészített kecskéket besózzuk, és állni hagyjuk. Ezután a kecskéket nyárstűre húzzuk. Izzó faszénparázs fölött, olajjal kengetve, folyamatos forgatással a kecskéket nyáron készre sütjük. Sütés közben ügyelni kell arra, hogy a forgatás és az izzó faszénparázs hőmérséklete állandó legyen. Csak így biztosítható az egyenletes sütés.

A készre sütött kecskéket előmelegített halastálra helyezzük. Díszítjük citromgerezdekkel és fejessaláta-levével.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

A *kecsége nyáron sütve* tálalható *fűszeres vajjal* is (Sterlet au brochet á la maitre d'hôtel). Ebben az esetben a még forrón tálalt nyáron sült kecskére fűszeres vajkarikákat helyezünk. Ez azonnal ráolvad a kecskére, és átadja kellemes íz- és illatanyagait.

Ezen kívül a kecskéből nagyon kellemes *kecsgepörkölt* (Sterlet á la hongroise), kecsgepaprikás (Sterlet au paprika) készíthető a pontynál ismertetett módszerrel.

A kecsége elengedhetetlen hozzávalója az ún. vegyes (többféle) halból készített halászlének.

HALFATÁNYÉROS (Poissons assortie)

Kábítás

Pikkelyezés

Bontás, belsősegek eltávolítása

„U” alakú halszeletek készítése

Laposfiú készítése

Filézés
 Bőr lefejtése, nyúzása
 Beirdalás, szálkátlanítás
 Kecsege előkészítése
 Pirított burgonya
 Ecetes zöldparadicsom
 Céklasaláta
 Uborkasaláta
 Káposztával töltött ecetes paprika
 Paradicsomsaláta

Ajánlott anyaghányad

Pontyfilé (színhús)	0,40 kg	Paradicsomsaláta	2 adag
Harcsafilé (színhús)	0,40 kg	Fejes saláta	1 db
Süllőfié (színhús)	0,40 kg	<i>Sütéshez:</i>	
Kecsege	1 db	Olaj	0,80 l
Só	0,03 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Liszt	0,06 kg	Liszt	0,10 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Tojás	4 db
Gombafej	0,20 kg	Zsemlemorzsa	0,15 kg
Pirított burgonya	5 adag	<i>Orly-i tésztához:</i>	
Ecetes zöldparadicsom	2 adag	Liszt	0,30 kg
Céklasaláta	2 adag	Tojás	4 db
Uborkasaláta	2 adag	Sör	0,40 l
Káposztával töltött		Olaj	0,08 l
ecetes paprika	2 adag	Só	0,01 kg

Az előkészített pontyot és süllőt kifilézzük. Ezután a pontyfiét beirdaljuk, szálkátlanítjuk, míg a süllőfiléről lenyúzzuk a bőrt. A pontyfiléről levágjuk a laposfiét. A harcsáról levágjuk a zsírosabb részeket, és ezeket kb. 1 cm-es csíkokra vágjuk. Ezután a harcsát „U” alakú szeletekre vágjuk. A kecségét nyársra húzzuk. A beirdalt pontyfiét kb. 3 cm széles szeletekre, míg a süllőfiét 1 cm széles csíkokra vágjuk. Ez utóbbit a szakirodalom szalagoknak (goujon) nevezi.

Az előkészített halakat besózzuk, és állni hagyjuk. Ezután elkészítjük a halfatányérost.

A pontyszeleteket rántva, a süllőfiéből vágott csíkokat - szalagokat - orly-i módra, a harcsaszeleteket a gombafejekkel együtt roston és a kecségét nyárson sütjük meg. Ez utóbbi két halat a füstölt szalonnából készített kakastaréjjal kenetjük sütés közben. A pontyból nyert laposfiét vékony, 1 cm-es csíkokra vágjuk. Mind a laposfiéből, mind a harcsából vágott csíkokat belisztezzük, majd bő zsírban gyakori kevergetéssel ropogósra sütjük. Nagyon fontos, miután

zsíros részekről van szó, hogy a sütést addig végezzük, amíg a halcsíkokból a lehető legjobban kisül a zsírtartalom. Ez utóbbi készítményt stílszerűen haltöpörtyűnek nevezik.

Megfelelő méretű ovális alakú fatányért ízlésesen, változatosan körítünk a felsorolt vagy éppen a rendelkezésre álló salátafélékkel úgy, hogy azok színeikben étvágykeltő látványt nyújtsanak. A fatányér közepére halmozzuk a pirított burgonyát.

Dísznyársat készítünk, amelyre ráhúzunk a kakastaréjból, roston sült gomba-fejekből, a kétféle haltöpörtyűből.

A fatányéros közepére halmozott pirított burgonyára tálaljuk ízlésesen és változatosan a különféle halkészítményeket. Közepébe szúrjuk az előkészített dísznyársat.

A halfatányéros sokféle halból állítható össze. Fontos szabály, hogy legalább 3-4 féle halból készítsük, amelyben minden körülmények között legyen rántott, orly-i, roston, nyárson sült készítési mód, továbbá haltöpörtyű. A dísznyárs elengedhetetlen tartozéka a halfatányérosnak, amelyet az alkotóelemekből kell összeállítani, mintegy kiemelten biztosítva az étel látványát, a fogyasztást megelőző pillanatokban.

11. táblázat a.,

A halakból készíthető ételek összefoglalása

Módozat	Mártás	Jelleget adó anyagok	Köret	Technológia
Fogasszeletek jó aszszony módra	Tejszínes, fehérboros mártás		Vajas burgonya	Párolás
Fogasszeletek vajjal	-	Vaj	Sós burgonya	Főzés
Fogasszeletek forrázva		Zöldségek, torma	Sós burgonya	Főzés
Süllőszeletek fehérbormártásban	Fehérbor	-	Vajas burgonya	Párolás
Fogasszeletek keszt-helyi módra	Fehérbor	Zöldpaprika, paradicsom, gomba	Vajas burgonya	Párolás
Fogasszeletek Jean Bárt* módra	Besamel	- Gomba, fehérbor	Vajas burgonya	Csőben sütés
Fogasszeletek Mornay módra	Mornay		Tojásos burgonyapép	Csőben sütés
Fogasszeletek kancellár módra	Fehérbor	-> kaviár	Vajas burgonya	Párolás
Fogasszeletek bíbornok módra	Rák	Gomba, szarvasgomba, rákhús	Vajas burgonya	Párolás
Fogasszeletek firenzei módra	Gratin	Paraj	Vajas burgonya	Csőben sütés
Fogasszeletek Dugléré módra	Fehérbor	Paradicsom	Vajas burgonya	Párolás

11. táblázat b.,

Módozat	Mártás	Jelleget adó anyagok	Köret	Technológia
Fogasszeletek Walewska módra	Gratin	-> Rákhús	Tojásos burgonyapép	Csőben sütés
Fogasszeletek Caréme módra	Fehérbor	- Tárkony Worcester martas	Vajas burgonya	Párolás
Harcaszeletek Molnárné módra	-	Barna vaj, citrom	Vajas burgonya	Sütés
Pisztráng kékre főzve	-	Ecet	Vajas burgonya	Főzés
Töltött csuka	Céklás torta	Zsemle, halhúsos töltelék	Vajas burgonya	Párolás
Pörkölt ponty*	-	Pörkölt alap	Galuska	Elősütés, párolás
Lecsós ponty	-	Lecsó	Sós burgonya	Elősütés, párolás
Paprikás ponty	Tejfölös paprikás	-	Galuska	Elősütés, párolás
Dorozsmai molnár-ponty	-	Füstölt szalonna, pörköltlé, gomba, zöldpaprika, paradicsom, tejföl, csuszatésza		Elősütés, sütés
Rácponty	Tejfölös paprikás	Füstölt szalonna, zöldpaprika, paradicsom, burgonya		Elősütés, sütés
Ponty bakonyi módra	Bakonyi		Galuska	Elősütés, párolás
Ponty orlyi módra	Paradicsom v. tártmártás	Orlyi ill. sörtésza	Vajas burgonya	Sütés bő zsírban
Kecsege Kárpáti módra	Tejszínes	kapros ráragu	Vajas burgonya	Párolás

c) *Tengeri fehér húsú halakból készíthető ételek*

TENGERI NYELVHALSZELETEK FINOMFÜVEKKEL (Filets de sole au fines herbes)

Halalapié
Vajas burgonya
Fehérbormártás

Ajánlott anyaghányad

Tengeri nyelvhalfilé (színhús)	1,40 kg	Tárkonylevél	1 csomó
Só	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Fehérbor	0,30l	Turbolya	1/2 csomó
Vaj	0,05 kg	Rozmaring	1/2 csomó
Fehérbormártás	6 adag	Vajas burgonya	10 adag

A kifilézett, előre besózott nyelvhalzszeleteket kivajazott, magas peremű edénybe helyezük. Ráöntjük a fehérbort, és hozzáadjuk a finomra vágott tárkonylevelet és petrezselyemzöldet, továbbá az apróra morzsolt turbolyát és rozsmaringot. Vajazott zsírpapírral letakarjuk, és középmeleg sütőben lassan készre pároljuk. Közben jóízű fehérbormártást készítünk. A puhára párolt nyelvhalzszeletekről leöntjük a finomfüves párolólevet, és jól beforraljuk, majd a kész fehérbormártáshoz adjuk. Ezután jól kiforraljuk.

A tengeri nyelvhalzszeleteket előmelegített halastálra helyezük, és átvonjuk a kész mártással.

Külön vajas burgonyát adunk hozzá.

TENGERI NYELVHALSZALAGOK SÜTVE (Filets de sole en goujon)

Hasáburgonya

Rántott petrezselyemzöld

Gribiche-mártás

Ajánlott anyaghányad

Tengeri nyelvhalfilé (színhús)	1,40 kg	Olaj	0,80 l
Só	0,03 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Liszt	0,10 kg	Hasáburgonya	10 adag
Citrom	3 db	Gribiche-mártás	5 adag

A nyelvhalfilét kb. 1 cm széles szalagokra vágjuk. Ezután tejbe áztatjuk. Kb. 10 perc múlva a tejet leszűrjük a halcsíkokról. Ezután konyharuhán gondosan leszárítjuk a halcsíkokat, majd besózzuk, és állni hagyjuk. A halcsíkokat sütés előtt lisztbe forgatjuk, a felesleget lerázzuk. Felhevített olajban pirosva, ropogásra sütjük a halcsíkokat. Lapátkanállal csepegtetőrácsra szedjük, és alaposan lecsepegtetjük. Ezután megsütjük a rántott petrezselyemzöldet.

Tálpapírral fedett fém halastálra halmozzuk a frissen sült hasáburgonyát.

Erre tálaljuk a frissen sült tengeri nyelvhalcsíkokat, majd rászórjuk a rántott petrezselyemzöldet. Citromgerezdekkel díszítjük.

Külön mártásoscsészében jól előhűtött gribiche-mártást adunk hozzá.

d) Tengeri barna húsú halakból készíthető ételek

TONHALSZELETEK ROSTON (Thon grillée)

Vajás burgonya

Ravigote-mártás

Ajánlott anyaghányad

Tonhalfiúé (színhús)	1,80 kg	Citrom	3 db
Só	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
Olaj	0,151	Vajas burgonya	10 adag
Ravigote-mártás	5 adag		

A kifilézett tonhalat adagonként egy szeletbe vágjuk, majd besózzuk mindkét oldalukat, és állni hagyjuk. Kb. 10 perc múlva olajjal bekenjük és forró rostélyra helyezve mindkét oldalukat megsütjük. Rostély hiányában serpenyőben egy kevés olajat hevítünk, és ebben sütjük meg a tonhalszeleteket.

Előmelegített halastálra tálaljuk hosszanti irányban a forró vajas burgonyát, amelyre ráhelyezzük a készre sült tonhalszeleteket, úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Citromgerezdekkel és fejessaláta-levelekkel díszítjük.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött ravigote-mártást adunk hozzá.

TONHALSZELETEK ROSTON FŰSZERES VAJJAL (Thon grillée á la maitre d'hôtel)

Fűszeres vaj
Vajas burgonya

Ajánlott anyaghányad

Tonhalfilé (színhús)	1,80 kg	Fűszeres vaj	0,20 kg
Só	0,03 kg	Citrom	3 db
Olaj	0,151	Vajas burgonya	10 adag
Fejes saláta	1 db		

Az előbbi készítménynek megfelelően megsütjük a tonhalszeleteket, és a vajas burgonyával együtt tálaljuk.

Adagonként 2-3 fűszeres vajkarikát helyezünk a frissen sült tonhalszeletek-re. Citromgerezdekkel és fejessaláta-levelekkel díszítjük.

e) Vándorhalakból készíthető ételek

LAZACSZELETEK ROSTON (Saumons grillées)

Vajas burgonya
Remuládmártás

Ajánlott anyaghányad

Lazacfiúé (színhús)	1,80 kg	Vajas burgonya	10 adag
Só	0,03 kg	Remuládmártás	5 adag

Olaj	0,15 kg	Citrom	3 db
Fejes saláta	1 db		

A kifilézett lazacból vágott szeleteket besózzuk, és állni hagyjuk. Kb. 10 perc múlva olajjal bekenjük a szeleteket, és forró rostélyra helyezve mindkét oldalukat megsütjük. Rostély hiányában serpenyőben egy kevés olajat hevítünk, és ebben sütjük meg a lazacszeleteket.

Előmelegített halastálra tálaljuk hosszanti irányban a forró vajos burgonyát, amelyre ráhelyezzük a készre sült lazacszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Citromgerezdekkel és fejessaláta-levelekkel díszítjük.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött remuládmártást adunk hozzá. A lazacszeleteket a tonhalszeletekhez hasonlóan tálalhatjuk fűszeres vajjal is (Saumons grillées a la maitre d'hôtel).

4. Hidegvérű állatokból készíthető ételek

RÁKPÖRKÖLT (Ragout d'écrevisses á la hongroise)

Rák előkészítése, főzése

Rákvaj készítése

Erőleves

Montírozás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Rákhús	0,80 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Erőleves	0,60 l
Vaj	0,20 kg	Párolt rizs	6 adag
Só	0,02 kg		

A frissen kifejtett rákhúst egyenletes, kb. 5x5 cm-es kockákra daraboljuk.

Kisméretű nyeles gyorsforralóban vagy teflonedényben készítjük el a rákpörköltet, amelyet más célra nem szabad használni.

Az edényben vajat melegítünk, amelyhez hozzáadjuk a kockákra vágott rákhúst. Óvatos kevergetéssel, hogy ne törjük össze, a rákhúst lassan pároljuk a vajban. Ha a leve elpárolgott, lehúzzuk a tűzhelyről, és hozzákeverjük a jó minőségű fűszerpaprikát. Hozzáöntjük az időközben felmelegített tartalmas erőlevest, és visszahelyezve a tűzhelyre, lassan forraljuk. Elkészítjük a lisztes vajat (beurre manie). A rákpörköltet megkóstoljuk, szükség szerint sóval ízesítjük, majd a lisztes vajjal sűrítjük. Lassan készre forraljuk, végül egy kevés vajjal montírozzuk.

A rákpörköltet nagyon forrón tálaljuk köretesedényben (timbale), tetejére egy kevés rákvajat csepegtetünk. Másik köretes edényben párolt rizst adunk hozzá.

A rákpörköltet mindig frissen, rendelésre kell készíteni.

A rákpörkölt készíthető konzervrákból is. Ebben az esetben a felnyitott konzerv tartalmát meg kell kóstolni. Erre azért van szükség, mert olykor ezek a készítmények túl sok sóval készülnek. Ilyen esetben a levét nem használhatjuk fel, esetenként még leöblítést is alkalmazni kell. A konzervrákból készített ételek sózását ennek figyelembevételével kell végezni.

KAPROS RÁKRAGU (Ragout d'écrevisses au fenouil)

Rák előkészítése, főzése

Rákvaj készítése

Párolás

Lisztzórás

Monti rozás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Rákhús	0,80 kg	Kapor	1 csomó
Liszt	0,12 kg	Csiperkegomba	0,40 kg
Vaj	0,20 kg	Erőleves	0,50 l
Törött fehér bors	0,005 kg	Rákvaj	0,03 kg
Só	0,02 kg	Párolt rizs	6 adag

A csiperkegombát 5x5 mm-es kockákra daraboljuk, majd vajban lassan pároljuk. Ha a leve elpárolgott, hozzáadjuk a finomra vágott friss kaprot, amellyel gyengén lepírítjuk. Ekkor hozzáadjuk a lisztet. Lassan átpírítjuk, gyakori kevergetéssel, majd habverővel állandóan kevergetve felöntjük az időközben felmelegített tartalmas erőlevessel. ízesítjük sóval, fűszerezük törött fehér borssal. Lassan, állandóan kevergetve kiforraljuk. Közben a rákhúst a csiperkegombához hasonlóan daraboljuk, és a forrásban levő anyagokhoz adjuk. Végül tejszínt adunk hozzá, és készre forraljuk.

Az elkészített rákragut vajjal montírozzuk, finomítjuk. A kapros rákragut nagyon forrón tálaljuk köretesedényben (timbale), tetejére rákvajat csepegtetünk. Másik köretesedényben párolt rizst adunk hozzá.

A kapros rákragut mindig frissen, rendelésre kell készíteni.

A kapros rákragu készíthető konzervrákból is. Itt is azokat a szempontokat kell figyelembe venni, amelyeket a rákpörköltnél ismertettünk.

RÁKMERIDON (Meridon d'écrevisses)

Rák előkészítése, főzése

Rákvaj készítése

Párolt rizs

Rákmártás

Ajánlott anyaghányad

Rákhús	0,60 kg	Csiperkegomba	0,30 kg
Só	0,02 kg	Szarvasgomba	0,005 kg
Vaj	0,08 kg	Rákmártás	6 adag
Cayenne-i bors	0,005 kg	Párolt rizs	6 adag
Rákvaj	0,04 kg		

Párolt rizst és jóízű rákmártást készítünk.

Az előkészített, megfőzött rákokat kibontjuk. Adagonként számítva 2 db fejtort, tehát összesen 20 db-ot gondosan megtisztítunk, kimossuk, kiszárítjuk. A többi rákpáncélt fölhasználhatjuk rákleves vagy rákvaj készítéséhez.

A kifejtett rákhúsból adagonként 2-3 db szép rákollót és rákfarkat félrete-szünk díszítés céljára.

A többi rákhúst és a csiperkegombát 5x5 mm-es kockákra daraboljuk, és egy kevés vajon gyengén megpároljuk. Ízesítjük sóval, majd hozzákeverjük a rákmártás kb. egyharmadát és a párolt rizst. Az egészet ízesítjük cayenne-i borsal, majd könnyedén összekeverjük.

Megfelelő méretű kivajazott edény alját ízlésesen kirakjuk a félretett rákol-íókkal és rákfarkokkal, továbbá a vékonyra szeletelt szarvasgombával. Beletölt-jük könnyedén, de hézagmentesen a kész „meridonrizs” kb. háromnegyed ré-szét. Ezt vízfürdőbe helyezzük, befedjük, és lassan kigőzöljük. Közben a mara-dék „meridonrizzsel” betöltjük az előkészített 20 db fej tort, és a vízfürdő fölé helyezzük.

A rákmeridon tálalása a következő:

Előmelegített, mélyebb, kör alakú tál közepére borítjuk a kigőzölt rákmeri-dont. Körbeöntjük a jóízű forró rákmártással. A „meridonrizzsel” betöltött fejtorokat félig a rákmártásba helyezzük úgy, hogy a tapogatójuk kifelé álljon, a fejtorok másik fele a kör alakú tál szélére kerüljön. Az egész készítményt gazdagon meglocsoljuk frissen olvasztott rákvajjal. Mindig frissen, rendelésre készítjük.

Miután a szarvasgomba rendkívül ritka és drága alapanyag, ezért felhasz-nálásától esetenként eltekintünk. Ebben az esetben faragott - turnérozott - gombát készítünk, és ezzel díszítjük a rákmeridont a rákhús mellett, a kivajazott edényben. Gyakran keverik be a „meridonrizst” a fenti anyago-kon kívül friss, vajon párolt primőr cukorborsóval is.

A rákmeridon természetesen készíthető konzervrákból is. Itt is azokat a szempontokat kell figyelembe venni, amelyeket ismertettünk a rákpör-kölnél. Természetesen a fejtör alkalmazásától el kell tekinteni. A rákhús-

ból készült ételeknél a vendéget pontosan tájékoztatni kell arról, hogy az étlapon lévő étel friss- vagy konzervrákból készül-e. A konzervrák mellett egyre gyakrabban van lehetőség igen jó minőségű, mélyhűtött, viszonylag egyforma rákfarkak, esetleg rákollók felhasználására.

A mélyhűtött formában érkezett rákhúst a következő módon kell előkészíteni: Bár a mélyhűtött rákhús általában előfőzött, állománya a fogyasztás szempontjából még nyersnek minősül. Ezért meg kell főzni. Forrásban levő sós vízbe dobjunk a kőkeményre fagyasztott rákhúst. Lefedjük, és megvárjuk, amíg felforr. Ekkor fedő nélkül főzzük néhány percig, az idő minden esetben függ a rákhús előfőzöttségi fokától, a hús vastagságától. A rákhúst saját levében hűtjük ki, és hűtőszekrénybe helyezük. Felhasználása ezután mindenben megegyezik a konzervrákéval.

Ha a mélyhűtött rákot kiengedtetve - fölolvastva - adjuk a forrásban levő vízhez, szinte biztos, hogy a rákhús szétesik, használhatatlan lesz.

12. táblázat

Hidegvérű állatokból készíthető ételek

Módozat	Mártás	Jelleget adó anyagok	Köret	Technológia
Rákpörkölt		fűszerpaprikás lé, erőlevessel, rákhús, rákvaj	Párolt rizs	Párolás
Kapros ráragu	tejszínes	kapros ráragu	Párolt rizs	Párolás
Rákmeridon	rákmártás	rákhús, csiperkegomba, rákvaj	Párolt rizs, szarvasgomba	Párolás, gőzölés

BEKACOMB RÁNTVA (Cuisse de grenouille frites)

Békacombok előkészítése, pácolása

Bundázás

Bő zsírban sütés

Rántott petrezselyemzöld

Vajas burgonya vagy

Párolt rizs

Remuládmártás vagy

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Pácoláshoz:

Citrom	3 db
Fokhagyma	0,02 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó
Olaj	0,50 l

Bundázáshoz:

Liszt	0,20 kg
Tojás	5 db
Zsemlemorzsza	0,30 kg

Sütéshez:

Olaj	1,00 l
------	--------

Békacombok	60 pár	Vajas burgonya	10 adag
Só	0,02 kg	vagy	
Petrezselyemzöld	2 csomó	Párolt rizs	10 adag
Citrom	4 db	Remuládmártás	5 adag
Fejes saláta	1 db	vagy	
		Tartármártás	5 adag

A bőrükből kifejtett békacombokat a következő módon pácoljuk be:

A békacombokat porcelánedénybe helyezzük. Citromlevet csepegtetünk rá, majd összekeverjük egy kevés zúzott fokhagymával, finomra vágott petrezselyemzölddel és olajjal. A békacombokat így érleljük hűtőszekrénybe helyezve legalább 1 napig.

A békacombokat felhasználás előtt kivesszük a pácból, és szárazra töröljük. Ezután a combokat összetartó csontokat átvágjuk, majd levágjuk a combcsontok kiálló végeit.

A combokat - adagonként hat párat (12 db-ot) - besóznak. Rövid ideig állni hagyjuk. Ezután bundázzuk. Lisztbe, felvert tojásba és szitált zsemlemorzsába forgatjuk a békacombokat.

A békacombokat bő, forró olajba tesszük és pirosra, ropogósra sütjük. A békacombokat lapátkanállal csepegtetőrácsra szedjük, és alaposan lecsepegtetjük. Ezután elkészítjük a rántott petrezselyemzöldet.

A vajas burgonyát vagy párolt rizst tálpapírral borított kör alakú fémtálra halmozzuk. Erre gúla alakban elhelyezzük a békacombokat, elvékonyodó végükkel fölfelé. Tetejére halmozzuk a frissen sült rántott petrezselyemzöldet, majd díszítjük citromgerezdekkel és fejessaláta-levével.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött remulád- vagy tartármártást adunk hozzá.

TEKNŐSBÉKA RÁNTVA (Tortue frites)

Teknősbéka előkészítése

Főzés

Bundázás

Bő zsírban sütés

Rántott petrezselyemzöld

Párolt rizs

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Teknősbékahús	0,60 kg	Só	0,02 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Citrom	3 db
Zellergumó	0,05 kg	Fejes saláta	1 db

Párolt rizs	10 adag	<i>Sütéshez:</i>	
Tartármártás	5 adag	Olaj	1,00 l
<i>Bundázáshoz:</i>			
Liszt	0,20 kg		
Tojás	5 db		
Zsemlemorzsa	0,30 kg		

Az előkészített teknősbéka húsát a húsleveshez hasonlóan puhára főzzük, majd saját levében kihűtjük. Ezután leszárítjuk, és vékony, kb. 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk.

A teknősbékaszeleteket besózzuk, majd lisztbe, felvert tojásba, szitált zsemlemorzsaiba forgatjuk.

Bő, forró olajba helyezük a bundázott teknősbékaszeleteket, és pirosra, ropogósra sütjük. Ezután lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük a szeleteket, és alaposan lecsepegtetjük. Rántott petrezselyemzöldet készítünk. Tálpapírral borított fémtálra párolt rizst halmozunk, amelynek tetejére ízlésesen elhelyezzük a rántott teknősbékaszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Tetejére halmozzuk a rántott petrezselyemzöldet.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

13. táblázat

Egyéb hidegvérű állatok csoportosítása

rákok		kagylók	egyéb
<i>Édesvízi rákok</i>	<i>Tengeri rákok</i>	Osztriga	Csiga
Folyami	Homár	Mul	Teknősbéka
Tavi	Languszta		Béka
	Tengeri pók		
	Szkámpi		
	Garnéla (Krevett)		

Kérdések:

- 1. Hogyan történik a halak előkészítése?*
- 2. Hogyan csoportosítjuk a halakat?*
- 3. Hogyan készítjük a pisztrángot kékre főzve?*
- 4. Hogyan készítjük a fogasszeleteket jó asszony módra?*
- 5. Hogyan készítjük a fogasszeleteket Jean Bárt módra?*
- 6. Hogyan készítjük a halászlét?*
- 7. Hogyan készítjük a pörkölt pontyot?*
- 8. Hogyan készítjük a rácpontyot?*

- 9. Hogyan csoportosítjuk az egyéb hidegvérű állatokat?*
10. Hogyan történik az édesvízi rákok előkészítése?
11. Hogyan készítjük a rákmeridont és a kapros rákragut?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Csak friss, ül. kifogástalan minőségű halakat és hidegvérű állatokat szabad felhasználni!
2. A halakat felhasználás előtt időben sózzuk meg, hogy az étel ízletes legyen!
3. Az elkészített halakból és hidegvérű állatokból készített ételeket azonnal tálalni kell, mert szükségtelen melegentartásuk folyamán sokat veszítenek élvezeti értékükből!

X. Marhahúsból készíthető ételek

A marhahúsból számtalan húsétel készíthető. Különböző módozatai szinte minden nép ételválasztékában megtalálhatók. A marhahúsból készített ételek illatai és ízei erőteljesek. A marhahús sok fehérjét és kivonatanyagot tartalmaz.

A marhahús minősége függ az állat

korától,
nemétől,
táplálásától,
vágási körülményeitől,
a hús érlelésétől, pácolásától, konyhatechnológiai előkészítésétől.

A jó marhahús szerkezete rostos és tömör, vágási felülete faggyúval egyenletesen átszótt, így márványozott. Előkészítése és elkészítése gondosságot, pontos szaktudást igényel. Ezek hiányában előfordulhat, hogy az étel rágós, élvezhetetlen lesz.

1. Bélszínből és hátszínből egészben sütéssel készíthető ételek

a) Bélszínből egészben sütéssel készíthető ételek

A bélszínből (vesepecsenye) és hátszínből (lapos és magas hátszín) készíthetők a legfinomabb marhahúsételek.

A bélszín és hátszín felhasználás előtt előkészítjük, majd érleljük.

A bélszín előkészítése

┌ A bélszín felületét bőrszerű hártyaréteg borítja, amelyet éles késsel fejtünk le. A késsel pontosan a hártya alá szúrunk, majd azt felemeljük. A kés

pengéjének élet ferdén felfelé tartva, óvatosan toló mozgást végzünk. így fejtjük le csíkonként a bélszint borító hártýaréteget. Ügyeljünk arra, hogy a bélszint ne vágjuk be és lehetőség szerint a hártýát húsmentesen fejtjük le. Ezután a bélszint letisztítjuk. Levágjuk felületéról a faggyút és a csontozás következtében keletkező egyenetlen húsrészeket. (A lefaragott húsrészeket - faggyú nélkül - vagdalt vagy tatárbifsztek készítéséhez félreteszünk.)

A következõ müvelet a pácolás száraz pácban. A pácolt húrok állománya attól puha, omlós lesz.

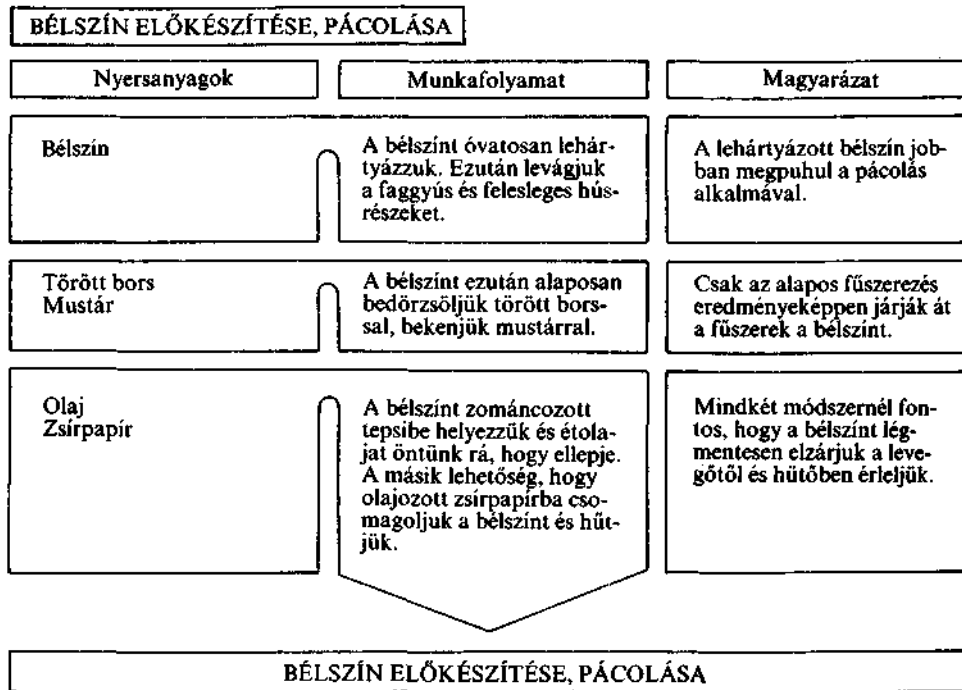
Az elõkészített bélszint bedörzsoljuk törött borssal, majd vékonyan bekenjük mustárral. Ezután a bélszint zománcozott tepsibe helyezük. Annyi étolajat öntünk rá, hogy ellepje. Hûtõszekrénybe helyezük, és 4-6 napig hûtve érleljük.

Ez a száraz pácolás egyik módja, kisebb mennyiség esetében.

A másik módon a törött borssal és mustárral elõfûszerezett bélszint olajozott zsírpapírba tekerjük, és hûtõszekrénybe helyezük. Itt 2-3 napig hûtve érleljük. Ez a mód 1-2 bélszín pácolására alkalmas.

A lehártýazott bélszint nagyobb mennyiségben is pácolhatjuk. így legalább 1 hétig tárolhatjuk is a bélszíneket. Nagyobb edénybe lábakkal

28. folyamatábra



ellátott rácsot helyezünk, arra rakjuk sorba az előkészített bélszíneket, majd annyi olajat öntünk rá, hogy ellepje.

A bélszint naponta kiemeljük az olajból. Az olajat óvatosan leöntjük úgy, hogy az edény aljában összegyűlt húsléből ne kerüljön bele. Ezután kiontjuk a húslevet, kitisztítjuk az edényt és a rácsot. Visszahelyezzük a rácsot és a bélszint az edénybe, majd ráöntjük az olajat.

A hátszín előkészítése

A lapos hátszínről és a magas hátszínről lefejtjük az inakat, a felesleges húsdarabokat és a faggyús részeket.

A lapos és a magas hátszint a bélszínhez hasonlóan száraz pácban érleljük.

ANGOLOS BÉLSZÍN (Filét de boeuf a l'anglaise)

Száraz pác

Előszűtés

Burgonyapüré

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,40 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,04 kg	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Burgonyapüré	10 adag
Zsír	0,15 kg		

A fiatal, hízott, letisztított bélszint napokkal a felhasználás előtt pácban érleljük a hűtőben. A bélszint kiemeljük a száraz pácból. Letöröljük róla az olajat.

A bélszint formázzuk, hurokkötéssel henger alakúra alakítjuk.

Nem szabad sem túl szorosra, sem túl lazára hurkolni. A kötözéshez vékony zsineget használunk.

A *bélszint* ezután megsózzuk, majd *előszűtjük*. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk. Belerakjuk a bélszint, és gyakori forgatással minden oldalát, valamint a végeit pirosra sütjük. A forgatást lapátkanállal végezzük. *Az angolosan készült húsokba - és általában a sültetekbe - ne szúrjunk pecsenyevillával, mert értékes levük kifolyik.* Ezután zárt hőben, sütőben folytatjuk a sütést.

A *zárt hőben sütés* azt jelenti, hogy az egyben sült hús vagy tészta sütőben, kemencében sül. A hőmérséklet hőfokszabályozóval tetszés szerint szabályozható. A hőáramlás is szabályozható, irányítható a zárt téren belül. így kialakíthatunk felső, középső, illetve alsó hőáramlást, a hőáramlás szabályozásával érhetjük el, hogy az egyben sült hús (vagy tészta) vastagságától, állományától függően alulról fölfelé vagy fölülről lefelé süljön át. A középső, minden oldalról egyenletes hőmérsékletet biztosító sütést, sok eset-

29. folyamatábra

ANGOLOS BÉLSZÍN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só Törött bors Bélszín	A bélszint száraz pácban érleljük, majd hurokkötőzéssel formázzuk. Sózzuk, borsozzuk.	A pácolás alkalmával a hús puha lesz. A hurokkötőzés henger alakot biztosít.
Zsír	Egy kevés forró zsirban elősütjük, majd sütőben forgatva megsütjük. A készre sültt bélszínről eltávolítjuk a zsineget. A bélszín akkor jó, ha tapintása gyengén rugalmas.	Az elősütést forró zsirban végezzük, hogy kéreg alakuljon ki a bélszinen. A bélszint azért forgatjuk, hogy minden oldalról egyformán süljön.
Burgonyapüré	A bélszint langyos helyen tartjuk tálalásig. A bélszint a rostokra merőlegesen szeleteljük fel, majd előmelegített tálra tálaljuk. Külön adunk hozzá burgonyapürét.	Ha a bélszint forró helyre helyezzük, kihúzódik, nem lesz angolos. Ha a szeletelést nem merőlegesen végezzük, akkor a fogyasztáskor szálkásodik, rágós lesz és a színe sem érvenyesül kellően.
FILET DE BOEUF À L'ANGLAISE		

ben felső felületi pirosítással kell befejezni (például az éttermi meleg tésztáknál), hogy az átsült tészta felülete aranysárgára, étvágykeltővé piruljon.

A bélszint serpenyővel együtt közepes hőmérsékletű sütőbe tesszük, és vastagságától függően 15-20 percig sütjük. Sütés közben a serpenyőben forgatjuk, és saját zsírával locsolgatjuk.

Az angolos bélszint addig sütjük, amíg tapintással megállapíthatjuk, hogy állománya gyengén rugalmas. Így biztos, hogy a felszeletelt bélszín vágási felülete rózsaszín (angolos) lesz. A készre sült bélszint kiemeljük a sütőből, és tálalásig langyos (nem forró!) helyen, lefedve melegen tartjuk.

A bélszín sütéséhez felhasznált zsír egy részéből pecsenyelevet készítünk.

A pecsenyeléhez előkészítjük a paradicsompürét, a lisztet és a vizet. A serpenyőben levő zsírt felmelegítjük. Ha a sültből lé is visszamaradt a zsiradékban, akkor azt elpárologtatjuk, azaz zsírára pirítjuk. Mikor a zsiradék sercegni kezd, belerakjuk a paradicsompürét.

30. folyamatábra

PECSENYELÉ		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Pecsenyészir	A serpenyőben levő pecsenyészirt lepirítjuk, azaz a folyadékot elpárologtatjuk.	Ha a zsiradékban folyadék marad, a további anyagokat nem tudjuk lepirítani.
Paradicsompüré	A paradicsompürét hozzáadjuk és gyakori kevergetéssel rozsdabarnára pirítjuk.	Fontos az alapos gyakori kevergetés, hogy a paradicsompüré jól lepiruljon, és megfelelő színű legyen.
Liszt	Hozzáadjuk a lisztet és tovább pirítjuk, amíg a liszt átveszi a paradicsompüré színét.	Ha a lisztet nem pirítjuk le megfelelően, a pecsenyelé lisztízű lesz.
Só	Felengedjük vízzel, jól kiforraljuk, és sóval izesítjük. Szitán átszűrjük, majd lezsirozzuk.	Ha nem forraljuk ki jól a pecsenyelevet, egy idő múlva leülepszik.
JUS		

Gyakori kevergetéssel rozsdabarnára pirítjuk. Hozzáadjuk a lisztet, rövid ideig tovább pirítjuk, hogy átvegye a paradicsompüré színét.

Ekkor felöntjük hideg vízzel és habverővel simára keverjük. Sózzuk, lassan forraljuk, hozzáöntjük a készre sült bélszín pihentetés közben kiszivárgott levét. A tetején keletkező habot szűrőkanállal lemerjük.

Az elkészült pecsenyelét átszűrjük. A tetején lévő zsírt leszedjük. Tálalásig vízfürdőbe helyezük.

A bélszínt vágódeszkára helyezük. Eltávolítjuk a kötőzörsineget. A bélszínt a rostok irányára merőlegesen vagy rézsútosan vágjuk. A szeleteket úgy helyezük a táltra, hogy azok félig fedjék egymást. A szeleteket a visszahagyott zsírral vékonyan átfényezzük. A forró pecsenyelevet mártásoscsészében adjuk. A burgonyapürét külön, előmelegített tálban tálaljuk.

TÚZDELT BÉLSZÍN (Filét de boeuf piqué)

Angolos bélszín,
Pecsenyéié
Burgonyapüré
vagy
Angolos zöldbab
Angolos kelbimbó
Angolos brokkoli

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,40 kg	Liszt	0,03 kg
Só	0,04 kg	Burgonyapüré	10 adag
Törött bors	0,005 kg	vagy	
Füstölt szalonna	0,20 kg	Angolos zöldbab	4 adag
Zsír	0,15 kg	Angolos kelbimbó	3 adag
Paradicsompüré	0,03 kg	Angolos brokkoli	3 adag

A bélszínt az angolos bélszínénél tanult módon pácoljuk, majd szalonnacsíkokkal tűzdeljük.

A *tűzdelés lényege* az, hogy a hús rostjai közé a rostokkal párhuzamos irányban szalonnacsíkokat fűzünk a tűzdelőtű segítségével. A tűzdeléssel előkészített húсок ízletesebbek. Rostozatuk puhább lesz a kiolvadó szalonnacsíkok hatására.

A füstölt szalonnából kb. 4-5 cm hosszúságú és kb. 3 mm vastag csíkokat vágunk. A szalonnacsíkot a tűzdelőtű végében rögzítjük. A tűzdelőtűt a bélszín rostjaival párhuzamosan kb. 5 mm mélységben áthúzzuk a húson úgy, hogy a szalonnacsíkok végei kb. 1-1 cm hosszúságban a bélszínen kívül maradjanak. A szalonnacsíkokat párhuzamosan, egymástól kb. 1 cm távolságra tűzdeljük a húsba. Ezt pontosan végezzük, mert így tetszetős vágási felületet kapunk a szeletelésnél. Ha a tűzdeléssel körbeértünk, akkor új sort kezdünk. Az új sornál támpontot nyújtanak a szalonnacsíkok végei, amelyek kilógnak a húsból. Így a tűzdeléshez felhasznált szalonnacsíkok végei találkoznak. Ezzel biztosítható, hogy minden szelet tűzdelte bélszín tartalmazzon szalonnát.

A továbbiakban a bélszínt formázzuk, ízesítjük, elősütjük, majd készre sütjük az angolos bélszínhez hasonlóan. Melegen tartása és tálalása is azonos. Köretként angolos módon készített főzelékféléket vagy burgonyapürét adhatunk hozzá.

A bélszínből egészben sütéssel készíthető ételek munkafolyamatainak *összefoglalása*:

hártyázás,

pácolás,
 tüzdelés (csak a tűzdelte bélszínnél),
 formázás,
 ízesítés,
 sütés,
 melegen tartás.

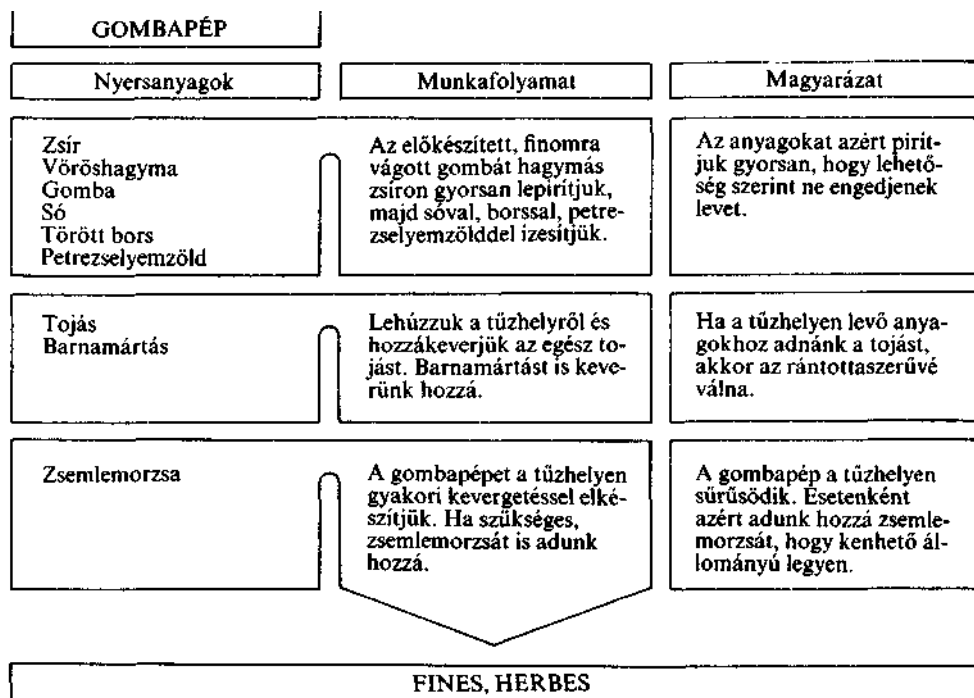
b) Bélszínből burkolással készíthető egészben sült ételek

A burkolással készült egészben sült bélszínszeletek előkészítése és elősütése megegyezik az előzőekkel. Az elősütött bélszínt hideg helyre tesszük. Ezalatt gombapépet készítünk.

GOMBAPÉP (Fines herbes)

Gomba	0,80 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Zsemlemorzsa	0,10 kg
Vöröshagyma	0,08 kg	Tojás	2 db
Só	0,02 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

31. folyamatábra



A megtisztított, megmosott, leszárított gombát egészen finomra vágjuk. A zsírban a finomra vágott vöröshagymát aranyárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a levétől kinyomkodott gombát. Lassan, együtt pirítjuk. Sóval, törött borssal ízesítjük, majd hozzátesszük a finomra vágott petrezselyemzöldet. Mikor a leve elpárolgott, lehúzzuk a tűzről. Hozzákeverjük a felvert egész tojásokat. Ízlés szerint egy kevés barnamártást is adhatunk hozzá. Visszahelyezzük a tűzhelyre, és egy kevés zsemlemorzsát teszünk bele.

Addig kevergetjük a tűzön, amíg kenhetővé, jól formázhatóvá válik. A gombapépet felhasználásig hideg helyre tesszük.

A burkolással készült bélszínételek összefoglalásánál jól látható, hogy az elősütött bélszínre milyen jelleget adó anyagok kerülnek.

14. táblázat

Bélszínből burkolással készíthető egészben sült ételek módozatainak összefoglalása

Bélszín Wellington módra	Elősütött bélszín	Gombapép	Vajastészta
Bélszín Boston módra	Elősütött bélszín	Gombapép	Libamájszeletek Sertésháló
Bélszín Colbert módra	Elősütött bélszín	Gombapép	Forrázott kelkáposztalevelek Angolszalonna-lapok Sertésháló
Bélszín Pompadour módra	Elősütött bélszín	Gombapép	Tojásos burgonyapép

BÉLSZÍN WELLINGTON MÓDRA (Filét de boeuf á la Wellington)

Elősütés
Angolos bélszín
Pecsenyéié
vagy
Finomfűmártás
Gombapép
Vajastészta
Párizsi körítés

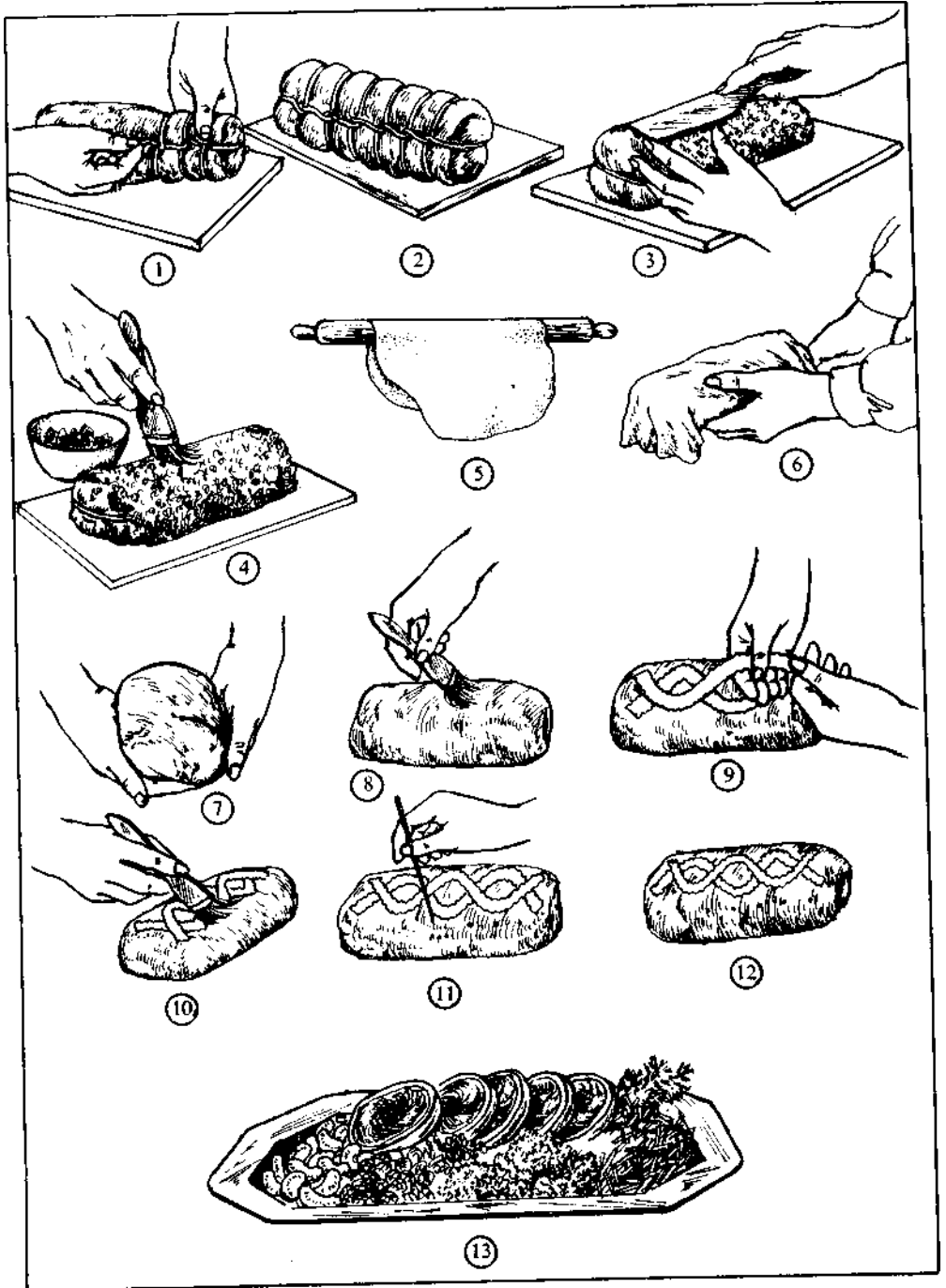
Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,20 kg	Vajastészta	0,60 kg
Zsír	0,10 kg	Tojás	1 db
Só	0,03 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Liszt	0,08 kg
Gombapép	0,60 kg	Párizsi körítés	10 adag
		Finomfűmártás	5 adag

BÉLSZÍN WELLINGTON MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Elősütött bélszín Gombapép Egész tojás	Az elősütött bélszín vajazott sütőlemezre helyezük, és egyenletesen bevonjuk gombapéppel, majd bekenjük felvert tojással.	A bélszín egyenletesen vonjuk be gombapéppel, mert ez befolyásolja az egyenletes átsülést. A tojás rögzíti majd a tésztát a bélszínhez.
Vajastészta Egész tojás	A vajastésztát 2-3 mm vastagra nyújtjuk. Széleiből tésztacsíkot vágunk le.	A tészta nem lehet vastagabb, mert nem sül jól át. A tésztacsíkot díszítésre használjuk.
	A bélszín a vajastészta burtába burkoljuk, majd bekenjük felvert tojással, és tésztacsíkkal díszítjük.	A tojással bekent vajastészta föltapad a díszítőcsíkkal, és szép pirosra sül.
	A Wellington-bélszín oldalát, ill. a vajastésztát megszurkáljuk pecsenyevillával. A Wellington-bélszín sütőbe helyezzük és 15-20 percig sütjük. A sütőből kiemeljük és pihentetjük kb. 15-20 percet.	A szurkálás helyén a gőz eltávozik a Wellington-bélszínből. Ha tovább sütjük a Wellington-bélszín, nem lesz rózsaszínű a vágási felülete. Csak a pihentetett Wellington-bélszín szeletelhető szépen.
	A bélszín óvatosan szeleteljük, és párizsi köritéssel tálaljuk. Külön pecsenyevet vagy finomfűmártást adunk hozzá.	Figyelmesen szeleteljük a Wellington-bélszín, hogy a burkolás ne váljon le!
FILET DE BOEUF À LA WELLINGTON		

Az elősütött, kihűtött bélszín vékonyan vajazott sütőlemezre helyezük. A bélszín oldalait egyenletesen, kb. 5 mm vastagságban bevonjuk a kihűtött gombapéppel. Az alsó részét és a végeit nem kenjük be.

Az elősütésből visszamaradt zsírból pecsenyevet készítünk. Márványasztalon a vajastésztát nyújtófával kinyújtjuk kb. 2-3 mm vastagságúra. A széleitől kb. 1 cm széles csíkokat vágunk le derelyemetsző veivel. Ezeket félretesszük díszítés céljára. A vajazott sütőlemezre helyezett, gombapéppel bevont bélszín felvert egész tojással bekenjük.



131. ábra. Belső Wellinton módra készítése

A kinyújtott vajastésztát a nyújtófára csavarjuk, majd óvatosan ráterítjük a bélszínre úgy, hogy mindenütt befedje.

A bélszín óvatosan egyik, majd másik oldalára döntjük, közben a tésztát aláhajtjuk. A végeit szintén aláhajtjuk. A tésztába csomagolt bélszín bekenjük felvert, egész tojással, a tetejét díszítjük az előre levágott tésztacsíkokkal, amiket kissé rányomkodunk, ezt szintén megkenjük a felvert, egész tojással. A tésztát néhány helyen megszúrjuk tűzdelőtűvel. Ez azért szükséges, hogy a sütés közben keletkező gőzök eltávozhassanak, a tészta ne repedjen ki!

A vajastésztába burkolt bélszín ezután forró sütőben készre sütjük. Ügyeljünk arra, hogy a tészta felülete egyenletesen szép pirosra, a bélszín félangolosra, rózsaszínűre süljön. A sütési idő a bélszín nagyságától függően 15-20 perc. A sütőből kiemelt bélszín a tálalást megelőzően langyos helyen 15 percig pihentetjük. így szebb, tetszetősebb szeleteket tudunk vágni belőle.

Tálaláskor vékony pengéjű éles késsel adagonként kb. 1 cm vastag szeleteket vágunk, majd előmelegített táltra helyezük a szeleteket. Párizsi köréssel tálaljuk. Saját pecsenyelevét vagy finomfűmártást adunk hozzá mártásoscsészében (131. ábra).

BÉLSZÍN BOSTON MÓDRA (Filét de boeuf á la Boston)

Elősütés

Angolos bélszín

Pecsenyéié

Gombapép

Sertésháló előkészítése

Finomfűmártás

Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,20 kg	Sertésháló	3 db
Zsír	0,10 kg	Tojás	1 db
Só	0,03 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Liszt	0,08 kg
Gombapép	0,60 kg	Párizsi körítés	10 adag
Libamáj	0,40 kg	Finomfűmártás	5 adag

Az elősütött, kihűtött bélszín sütőlemezre helyezük. A bélszín oldalait egyenletesen kb. 5 mm vastagságban bevonjuk gombapéppel; alsó részét és a végeit nem kenjük be!

A libamájból kb. 5 mm vastag szeleteket vágunk, és sózzuk, borsozzuk. A sertéshálót alaposan kiáztatjuk többször váltott hideg vízben, majd konyharuhára terítjük, és jól leszárítjuk.

A sütőlemezre helyezett, gombapéppel bevont bélszínre helyezük az előkészí-

tett libamáj szeleteket. Ügyeljünk arra, hogy a libamáj szeletek pontosan illeszkedjenek, de maradjon hézag. Ezután a bélszín beleburkoljuk a sertéshálóba. A sertésháló végeit a bélszín alá hajtjuk jó szorosan.

A sertéshálóba burkolt bélszín bekenjük felvert egész tojással. Ügyeljünk arra, hogy csak a szükséges mennyiségű tojást használjuk fel. A felesleges lefolyik a készítmény oldalán, és a sütés befejezésére elég.

A sertéshálóba burkolt bélszín ezután forró sütőben készre sütjük. Ügyeljünk arra, hogy a felülete egyenletesen szép pirosra, a bélszín félangolosra, rózsaszínre süljön! A sütési idő a bélszín nagyságától függően 15-20 perc.

A sütőből kiemelt bélszínről leöntjük a sütés közben a sertéshálóból kiszült zsírt. A bélszín a tálalást megelőzően langyos helyen legalább 15 percig pihentetjük, így szebb, tetszetősebb szeleteket tudunk vágni belőle. Tálaláskor vékony pengéjű éles késsel adagonként kb. 5 mm vastag szeleteket vágunk, majd előmelegített tála helyezzük a szeleteket. Párizsi körítéssel tálaljuk. A saját pecsenyelevét vagy finomfűmártást adunk hozzá mártásoscsészében.

BÉLSZÍN COLBERT MÓDRA (Filét de boeuf a la Colbert)

Előszütés

Angolos bélszín

Pecsenyéié

Gombapép

Sertésháló előkészítése

Finomfűmártás

Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,40 kg	Sertésháló	3 db
Zsír	0,10 kg	Tojás	1 db
Só	0,03 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg	Liszt	0,08 kg
Gombapép	0,60 kg	Párizsi körítés	10 adag
Kelkáposzta	0,80 kg	Finomfűmártás	5 adag
Angolszalonna	0,40 kg		

A kelkáposztát megtisztítjuk, megmossuk, majd sós vízben leforrázzuk, és leszűrjük. A kelkáposztaleveleket tiszta konyharuhára fektetjük, és gondosan leszárítjuk. Jó húsos vastag angolszalonnát lehütünk, hogy könnyen szeletelhető legyen. Bőrét levágjuk, majd felvágottszeletelő géppel egyenletes, kb. 2-3 mm vastag szeletekre vágjuk.

Az előszütött, kihűtött bélszín sütőlemezre helyezzük. A bélszín oldalát egyenletesen, kb. 5 mm vastagságban bevonjuk gombapéppel; az alsó részét és a végeit nem kenjük be!

A sütőlemezre helyezett, gombapéppel bevont bélszint beborítjuk a kelkáposztalevelekkel, majd a felszeletelt angolszalonnával. Ezután a bélszint beburkoljuk a sertéshálóba. A sertésháló végeit jó szorosan a bélszín alá hajtjuk.

A sertéshálóba burkolt bélszint bekenjük felvert egész tojással. Ügyeljünk arra, hogy csak a szükséges mennyiségű tojást használjuk fel. A felesleges lefolyik a készítmény oldalán, és a sütés befejezésére elég. A sertéshálóba burkolt bélszint ezután forró sütőben készre sütjük. Ügyeljünk arra, hogy a felülete egyenletesen szép pirosra, a bélszín félangolosra, rózsaszínre süljön. A sütési idő a bélszín nagyságától függően 15-20 perc.

A sütőből kiemelt bélszínről leöntjük a sütés közben a sertéshálóból kiszült zsírt. A bélszint a tálalást megelőzően langyos helyen legalább 15 percig pihentetjük, így szebb, tetszetősebb szeleteket tudunk vágni belőle. Tálaláskor vékony pengéjű éles késsel adagonként kb. 5 mm vastag szeleteket vágunk, majd előmelegített táltra helyezük a szeleteket. Párizsi körítéssel tálaljuk. A saját pecsenyelevét vagy finomfűmártást adunk hozzá mártásoscsészében.

BÉLSZÍN POMPADOUR MÓDRA (Filét de boeuf á la Pompadour)

Előszítés

Angolos bélszín

Pecsenyéié

Gombapép

Tojásos burgonyapép

Finomfűmártás

Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,20 kg	Tojás	1 db
Zsír	0,10 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Párizsi körítés	10 adag
Gombapép	0,60 kg	Finomfűmártás	5 adag
Tojásos burgonyapép	0,90 kg		

Az előszített, kihűtött bélszint sütőlemezre helyezük. A bélszín oldalait egyenletesen kb. 5 mm vastagságban bevonjuk gombapéppel; végeit nem kenjük be!

Jóízű tojásos burgonyapépet készítünk. Csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük, majd a bélszín hosszanti oldalával párhuzamosan, jó szorosan a bélszínre fecskendezzük alulról fölfelé. Ügyeljünk arra, hogy a burgonyapép hézagmentesen fedje a bélszint, egyenletes vastagságban.

A tojásos burgonyapéppel fedett bélszint óvatosan bekenjük felvert egész tojással. Ügyeljünk arra, hogy a csillagcsővel kialakított minta megmaradjon,

továbbá arra, hogy csak a szükséges mennyiségű tojást használjuk fel. A felesleges lefolyik a készítmény oldalán, és a sütés befejezésére elég!

A tojásos burgonyapéppel fedett bélszint ezután forró sütőben készre sütjük. Ügyeljünk arra, hogy a felülete egyenletesen szép pirosra, a bélszín félangolosra, rózsaszínre süljön. A sütési idő a bélszín nagyságától függően 15-20 perc.

A készre sült bélszint kiemeljük a sütőből. A bélszint a tálalást megelőzően langyos helyen legalább 15 percig pihentetjük. Így szebb, tetszetősebb szeleteket tudunk vágni belőle.

Tálaláskor vékony pengéjű éles késsel adagonként kb. 5 mm vastag szeleteket vágunk, majd előmelegített tálra helyezük a szeleteket. Ügyeljünk arra, hogy a tojásos burgonyapép ne csússzon le a készítmény tetejéről! Párizsi körítéssel tálaljuk. A saját pecsenyelevét vagy finomfűmártást adunk hozzá mártásoscsészében.

STEFÁNIA VAGDALT BÉLSZÍN (Filét de boeuf haché á la Stéphanie)

Pecsenyéi

Virágáruslány-köret

Ajánlott anyaghányad

Bélszínnyesedék	0,80 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Sertés-apröhús	0,40 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsemle	4 db	Majoránna	0,005 kg
Tojás	9 db	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,06 kg
Zsír	0,20 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Virágáruslány-köret	10 adag
Fokhagyma	0,01 kg		

Öt tojást keményre főzünk, lehűtjük, majd meghámozzuk. Végeikből 2-3 mm-t levágunk, hogy egymáshoz illeszthetők legyenek. A bélszín tisztításakor visszamaradt apröhúst és a sertés-apröhúst vékony csíkokra vágjuk, majd finomra daráljuk. A zsemleket beáztatjuk, ha teljesen megduzzadtak, kinyomkodjuk, és a húсок után ledaráljuk. A ledarált húst és zsemlet, 3 tojást keverőtálba tesszük. A finomra vágott vöröshagymát zsírban aranyárgára pirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, ekkor hozzáadjuk a finomra vágott petrezselyemzöldet és a zúzott fokhagymát, majd gyorsan elkeverjük. Az egészet a keverőtálban levő anyagokhoz öntjük. Gondosan megmosott kézzel az egészet alaposan összegyúrjuk, hogy a massa egynemű legyen.

A vagdalt húst szitált zsemlemorzzával vékonyan meghintett deszkára helyezük. Kenőkéssel téglalap alakúra alakítjuk, úgy, hogy kb. 2 cm vastag legyen. Középen hosszanti irányban mélyedést alakítunk ki, majd megkenjük felvert, egész tojással. A levágott végű főtt tojásokat hosszában szorosan a vagdaltra

STEFÁNIA VAGDALT BÉLSZÍN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Bélszínnyesedék Sertés-apróhús Zsemle Zsir Vöröshagyma Petrezselyemzöld Fokhagyma	A finomra őrölt húsokat keverőtálba helyezzük. Hozzáadjuk a kinyomkodott őrölt zsemlet, a zsírban pirított vöröshagymát, ill. petrezselyemzöldet és a fokhagymát.	A finomra őrölt hús, ill. az áztatott, szintén finomra őrölt zsemle jól egyneműsíthető, tehát a vagdalt egynemű állományu lesz.
Egész tojás Só Törött bors Majoránna Főtt tojás	Hozzáadjuk az egész tojásokat, sót, fűszereket, és az egészet alaposan összegyúrjuk. A főtt tojásokat meghámozzuk, és a végekből 2-3 mm-t levágunk.	A vagdalt csak úgy szeletelhető, ill. adagozható, ha jól összegyúrtuk a sütés előtt. A főtt tojások végeit levágjuk, hogy jól egymáshoz illeszkedjenek.
Zsemlemorzsa	A vagdalt húst morzsázott vágódeszkán kiterítjük. Mélyedést alakítunk ki benne. Megkenjük felvert tojással és behelyezzük a főtt tojásokat, levágott végeiket egymásnak támasztva. A vagdalt húst ráhajtjuk a tojásra és összenyomkodjuk.	A morzsázott deszkán a vagdalt hús felszeletelhető. A mélyedésbe azért kenünk felvert tojást, hogy a főtt tojások sütés közben a vagdalthoz süljenek. A vagdalt húst jól nyomkodjuk össze, nehogy szétessen a sütésnél.
	A vagdalt húst gyakori locsolgatással megsütjük, 10-15 percnyi pihentetés után óvatosan felszeleteljük.	A vagdalt húst pihentetni kell, hogy tálalásnál szépen szeletelhessük.
FILET DE BOEUF HACHÉ À LA STÉPHANIE		

helyezzük. A vagdalt hús széleit és végeit ráhajtjuk a tojásokra, és könnyedén, hézagmentesen összenyomkodjuk. Kizsírözött sütőtepsibe helyezzük, úgy, hogy az összenyomkodott rész kerüljön alulra. Felületét bekenjük 1 felvert, egész tojással, majd olvasztott zsírral meglocsoljuk.

A vagdalt húst középmeleg sütőben lassan készre sütjük, közben saját zsírjával gyakran locsolgatjuk. Ügyeljünk arra, hogy a hús jól süljön át, de ne süssük tovább a kellénél, mert akkor sokat veszít súlyából, és így nem tudjuk a kellő adagszámot tálalni belőle!

A sütés mértékét pecsenyevillával vizsgáljuk. Beleszúrjuk a vagdaltba. Ha a pecsenyevilla nehezen jön ki, felülete ragadós, a szúrás helyén nedv szivárog, akkor még nem sült át, tehát tovább sütjük. Ha a pecsenyevilla könnyen kihúzható, és felülete nem ragad, akkor a vagdalt hús elkészült, kivesszük a sütőből. A zsíráját serpenyőbe öntjük és pecsenyelevet készítünk belőle. A vagdaltat tálalás előtt 1-15 percig pihentetjük.

Pihentetés után kenőkéssel a vagdalt alá vágunk, majd felemeljük és vágódeszkára helyezük. Vékony pengéjű, éles késsel rézsútosan szeleteljük, ügyelve arra, hogy a tojáskarikák ne essenek ki a szeletekből. A szeleteket úgy helyezük a táltra, hogy a tojáskarikák csak félig fedjék egymást. A forró pecsenyelevet melléöntjük.

A virágáruslány-köretet ízlésesen helyezük mellé, hogy színei jól érvényesüljenek.

ej Hátszínből egészben sütéssel készíthető ételek

A konyhába érkező lapos és magas hátszín az ismert módon előkészítjük, majd száraz pácban hűtőszekrénybe helyezve érleljük.

ANGOLOS HÁTSZÍN (Roastbeef á l'anglaise)

Száraz pác
Angolos bélszín
Pecsenyéié
Ananász
Szilva
Alma

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín	1,40 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,05 kg	Ananász	4 adag
Törött bors	0,005 kg	Szilva	3 adag
Zsír	0,12 kg	Alma	3 adag
Liszt	0,08 kg		

A száraz pácból kiemelt lapos hátszín vágódeszkára helyezük. Felső, gyengén faggyús részét kb. 2 cm távolságban, egymásra merőlegesen, 1-2 mm mélységben, sakktáblaszerűen behasítjuk. Erre azért van szükség, hogy a lapos hátszín ne zsugorodjon össze sülés közben.

A lapos hátszín ezután az angolos bélszínnel tanult módszerrel ízesítjük, majd elősütjük, ill. sütjük. Sütési ideje természetesen hosszabb, mivel a lapos

34. folyamatábra

ANGOLOS HÁTSZÍN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Lapos hátszín	Az előkészített, pácolt hátszín faggyús részét sakk-táblaszerűen behasítjuk.	A behasítást azért kell elvégezni, hogy a lapos hátszín sütés közben ne zsugorodjon össze.
Só Bors Zsír	Sózzuk, borsozzuk, elősütjük, majd sütőben gyakori locsolgatással készre sütjük.	A locsolgatással biztosítjuk, hogy a hátszín nem szárad ki, nem lesz kérges.
Gyümölcsköret	Langyos helyen pihentetjük, majd a rostokra merőlegesen felszeleteljük az angolos hátszínt. Külön gyümölcsköretet adunk hozzá.	Csak a pihentetett hátszín szeletelhető szépen.

ROASTBEEF À L'ANGLAISE

hátszín vastagabb, így ez kb. 25-30 perc is lehet. Zsírjából pecsenyelevet készítünk, amelynek tetejéről a zsírt lemerjük, félretesszük.

Az angolos hátszín pihentetése, melegen tartása azonos az angolos bélszínnél ismertetettel. A felszeletelt angolos hátszínt tálra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A félretett zsírral vékonyan átfényezzük.

A gyümölcsköretet külön tálra tálaljuk, és úgy helyezzük el, hogy a különféle színek jól érvényesüljenek.

TÚZDELT HÁTSZÍN (Roastbeef á l'anglaise piqué)

- Száraz pác
- Túzdelt bélszín
- Angolos hátszín
- Pecsenyéié
- Kelbimbó angolosan
- Karotta franciásan
- Kelvirág lengyelesen

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín	1,40 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,05 kg	Füstölt szalonna	0,30 kg

Törött bors	0,005 kg	Kelbimbó angolosan	3 adag
Zsír	0,12 kg	Karotta franciásan	4 adag
Liszt	0,08 kg	Kelvirág lengyelesen	3 adag

Az előkészített, pácolt hátszín szalonnacsíkokkal tűzdeljük. A füstölt szalonnából kb. 4-5 cm hosszúságú és kb. 3-4 mm vastag csíkokat vágunk. A szalonnacsíkokat a tűzdelőtű végében rögzítjük. A tűzdelőtűt a hátszín rostjaival párhuzamosan kb. 5 mm mélységben áthúzzuk a húson úgy, hogy a szalonnacsíkok végei kb. 1-1 cm hosszúságban a hátszínen kívül maradjanak. A szalonnacsíkokat párhuzamosan, egymástól kb. 1 cm távolságra tűzdeljük a húsba. Ezt pontosan végezzük, mert így tetszetős vágási felületet kapunk a szeletelésnél. Ha a tűzdeléssel körbeértünk, új sort kezdünk. Az új sornál támpontot nyújtanak a szalonnacsíkok végei, amelyek kilógnak a húsból. Így a tűzdeléshez felhasznált szalonnacsíkok végei találkoznak. Ezzel biztosítható, hogy minden szelet tűzdelt hátszín tartalmazzon szalonnát.

Ezután a hátszín megsózzuk, meghintjük törött borssal, majd egy kevés forró zsírban elősütjük minden oldalát. Ezután sütőbe helyezzük, és vastagságától függően kb. 25-30 percig sütjük. Sülés közben saját zsírával gyakran locsolgatjuk, lapátkanállal forgatjuk.

Ha a tűzdelt hátszín elkészült, kiemeljük a sütőből, és tálalásig langyos (nem forró!) helyen, lefedve, melegen tartjuk.

Zsírából pecsenyelevet készítünk, amelynek tetejéről a zsírt lemerjük, félretesszük.

A tűzdelt hátszín tálalása azonos az angolos hátszín tálalásával. A felszeletelt tűzdelt hátszín tálra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A félretett zsírral vékonyan átfényezzük. A főzelékfélét ízlésesen tálaljuk mellé úgy, hogy színeik jól érvényesüljenek. A forró pecsenyelevet előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá.

ANGOLOS MARHAGERINC (Côte de boeuf á langlaise)

Száraz pác
 Angolos hátszín
 Pecsenyéié
 Paraj angolosan
 Kelbimbó angolosan
 Zöldbab angolosan
 Zöldborsó angolosan

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,60 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,05 kg	Paraj angolosan	3 adag
Törött bors	0,005 kg	Kelbimbó angolosan	2 adag

Zsír	0,12 kg	Zöldbab angolosan	3 adag
Liszt	0,08 kg	Zöldborsó angolosan	2 adag

A készítményhez jó minőségű, jól érett magas hátszín használunk. Mindenben az angolos hátszínél leírtaknak megfelelően járunk el. Mivel a magas hátszín jóval vastagabb és szélesebb, mint a lapos hátszín, így a sütése legalább 45-60 percig tart, az elősütést követően. Itt is fontos sütés közben, hogy saját zsírával gyakran locsolgassuk, illetve lapátkanállal forgassuk a magas hátszín.

Ha az angolos marhagerinc elkészült, kiemeljük a sütőből, és tálalásig langyos (nem forró) helyen lefedve melegen tartjuk. Zsírjából pecsenyelevet készítünk, amelynek tetejéről a zsírt lemerjük, félretesszük. Az angolos marhagerinc tálalása azonos a tűzdelt hátszín tálalásával. Mivel azonban az angolos marhagerinc sokkal vastagabb, mint az angolos hátszín vagy a tűzdelt hátszín, így ebből általában egy adagba egy szeletet adunk. A felszeletelt angolos marhagerincet a tátra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A félretett zsírral vékonyan átfényezzük. A főzelékfélét izlésesen mellé tálaljuk úgy, hogy színeik jól érvényesüljenek. A forró pecsenyelevet előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá.

A marhagerinc úgy is készíthető rendezvényekhez, hogy a csonttal együtt sütjük. Ez igen nagy gyakorlatot igényel, mivel a csont mellett sokkal nehezebb megállapítani a hús sütési fokát. Sütés közben így még fokozottabb jelentősége lesz a gyakori locsolgatásnak az egyenletes sülés érdekében.

Ha a hús elkészült, pihentetjük, majd ezt követően lefejtjük a csonttól. A csontot gondosan megtisztítjuk, hogy szép tiszta legyen, majd az egyenletesen felszeletelt húst a tátra helyezett csontra rendezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A félretett zsírral vékonyan átfényezzük. A főzelékfélét izlésesen mellé tálaljuk úgy, hogy színeik jól érvényesüljenek. A forró pecsenyelevet előmelegített mártásoscsészébe adjuk hozzá.

d) ízesített vajak

Az egészben sütéssel vagy frissensütéssel készült bélszín- és hátszínszeletekre a tálalás pillanatában gyakran helyezünk ízesített vajkarikákat. Ezek a frissen sültött forró hússzeletekre ráolvadnak, tehát növelik élvezeti értéküket.

FŰSZERES VAJ (Beurre maitre d'hôtel)

Ajánlott anyaganyag

Vaj	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 cs
Só	0,01 kg	Citrom	1 db
Törött bors	0,005		

35. folyamatábra

FÜSZERES VAJ		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaj Só Törött bors Petrezselymzöld Citromlé	A vajat fakanállal habosra kikeverjük. Ezután hozzákeverjük a sót, törött borsot, finomra vágott petrezselymzöldet és citromlevet.	Csak a jól kikevert vajban oldódnak az ízesítő anyagok.
Zsírpapír	A fűszeres vajat zsírpapírra helyezük, majd kb. 2,5 cm átmérőjű rudat formázunk belőle a zsírpapírba csomagolva.	A fűszeres vajat zsírpapírba kell csomagolni, mert ezt a vaj nem tudja eláztatni.
	Hűtőszekrénybe helyezük, és megfelelő ideig hűtjük a fűszeres vajat. Tálaláskor forró vízbe mártott késsel daraboljuk a fűszeres vajat.	Csak jól lehűtött fűszeres vajat lehet szakszerűen felszeletelni. A vajat csak forró vízbe mártott késsel tudjuk egyenletesen szeletelni.
BEURRE MAÎTRE D'HÔTEL		

A sót átszitáljuk, a citrom levét kicsavarjuk, majd átszűrjük. A petrezselymzöldet finomra vágjuk. A vajat fakanállal jól kikeverjük. Hozzákeverjük a sót, a törött borsot, a finomra vágott petrezselymet, a citrom átszűrt levét. A fűszeres vajat zsírpapírra tesszük, kb. 2-2,5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle, majd beletekerjük a zsírpapírba, kialakítjuk végleges nád alakú formáját, és hűtőszekrénybe helyezük.

Tálaláskor kicsomagoljuk a fűszeres vajrudat. Forró vízbe mártott késsel adagonként 2-3 vékony karikát vágunk belőle, amit azonnal a forró hússzeletekre helyezünk.

MUSTÁROS VAJ (Beurre moutarde)

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,10 kg	Só	0,005 kg
Mustár	0,03 kg	Citrom	1/2 db

A sót átszitáljuk, a citrom levét kicsavarjuk, majd átszűrjük. A vajat fakanállal jól kikeverjük. Hozzákeverjük a sót, a mustárt, a citrom átszűrt levét.

A mustáros vajat zsírpapírra tesszük, kb. 2-2,5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle, majd beletekerjük a zsírpapírba, kialakítjuk végleges rúd alakú formáját, és hűtőszekrénybe helyezzük.

Tálaláskor kicsomagoljuk a fűszeres vajrudat. Forró vízbe mártott késsel adagonként 2-3 vékony karikát vágunk belőle, amit azonnal a forró hússzeletek-re helyezünk.

METÉLŐHAGYMÁS VAJ (Beurre ciboulette)

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,10 kg	Só	0,005 kg
Metéľőhagyma	3 csomó		

A sőt megszítáljuk, a metéľőhagymát finomra vágjuk. A vaját fakanállal jól kikeverjük. Hozzákeverjük a sőt, a metéľőhagymát. A metéľőhagymás vaját zsírpapírra tesszük, kb. 2-2,5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle, majd beletekerjük a zsírpapírba, kialakítjuk végleges rúd alakú formáját és hűtőszekrénybe helyezzük.

Tálaláskor kicsomagoljuk a fűszeres vajrudat. Forró vízbe mártott késsel adagonként 2-3 vékony karikát vágunk belőle, amit azonnal a forró hússzeletek-re helyezünk.

PARADICSOMOS VAJ (Beurre tomates)

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,10 kg	Só	0,005 kg
Paradicsompüré	0,02 kg	Ketchup	0,02 kg

A sőt átsítáljuk. A vaját fakanállal jól kikeverjük. Hozzákeverjük a sőt, a paradicsompürét, a ketchupot. A fűszeres vaját zsírpapírba tesszük, kb. 2-2,5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle, majd beletekerjük a zsírpapírba, kialakítjuk végleges rúd alakú formáját, és hűtőszekrénybe helyezzük.

Tálaláskor kicsomagoljuk a fűszeres vajrudat. Forró vízbe mártott késsel adagonként 2-3 vékony karikát vágunk belőle, amit azonnal a forró hússzeletek-re helyezünk.

TÁRKONYOS VAJ (Beurre l'estragon)

Ajánlott anyaghányad

Vaj	0,10 kg	Só	0,005 kg
Tárkonylevél	1 csomó	Tárkonyecet	0,005 l

A sót átszitáljuk. A tárkonylevelet finomra vágjuk. A tárkonyecetet leszűrjük. A vajat fakanállal jól kikeverjük. Hozzákeverjük a sót, a tárkonylevelet, a tárkonyecetet. A fűszeres vajat zsírpapírra tesszük, kb. 2-2,5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle, majd beletekerjük a zsírpapírba, kialakítjuk végleges rúd alakú formáját, és hűtőszekrénybe helyezük.

Tálaláskor kicsomagoljuk a fűszeres vajrudat. Forró vízbe mártott késsel adagonként 2-3 vékony karikát vágunk belőle, amit azonnal a forró hússzeletekre helyezünk.

2. Bélszínből és hátszínből frissensütéssel készíthető ételek

A frissen sült ételekről tudnunk kell, hogy azokat a vendég rendelésére, kívánságainak figyelembevételével készítjük.

Készítésük a többi ételhez viszonyítva sokkal rövidebb ideig tart. Élvezeti értékük friss, forró állapotban a legmagasabb, ezért a frissensülteket az elkészítés után azonnal tálalni kell.

a) Bélszínből frissensütéssel készíthető ételek

A bélszín kiemeljük a száraz pácból, és vágódeszkára helyezük. A bélszín három egymástól jól elhatárolható részre oszthatjuk:

bélszínfej,
bélszínderék,
bélszínfarok.

Mindegyik részből meghatározott nagyságú és súlyú frissensülteket készíthetünk (132. ábra).

bélszínfejből:

bélszínflekken vagy bélszínlángos (1 adag 1 db); egyenként	18-20 dkg
bélszíncsíkok, ceruza vastagságú csíkokra vágva	16-18 dkg
tatárbifsztek finomra vágva	16-18 dkg

bélszínderékből:

dupla bélszínjava (Chateaubriand) 1 adag 1 db kb.	28-36 dkg
bélszínjava (beefsteak) 1 adag 1 db kb.	14-18 dkg
bélszínszeletek (tournedos) 1 adag 2 db, egyenként	8-10 dkg

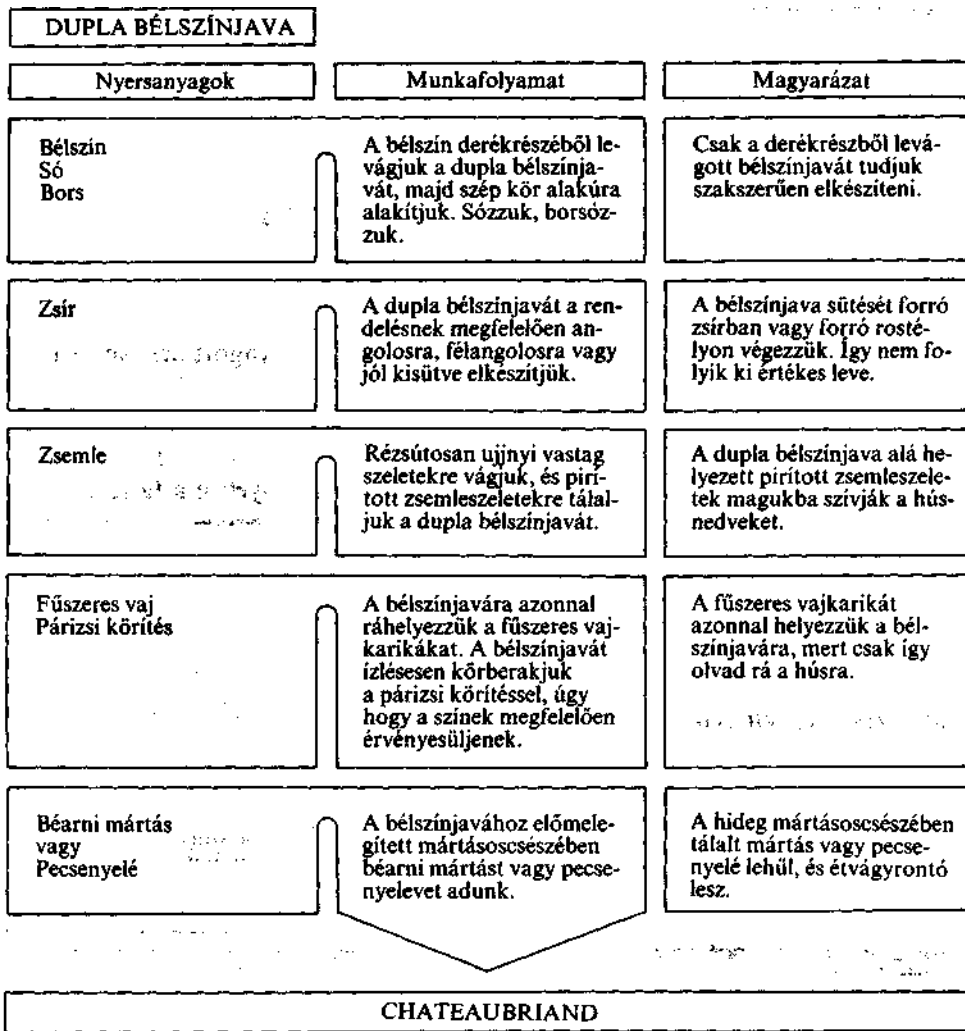
15. táblázat

Bélszínből frissensütéssel készíthető ételek összefoglalása

Módozat	Alap	Mártás	Köret	Jelleget adó anyag
Rossini	zsemleszelet	madeiramártás	szalmaburgonya	rostonsült szárnyasmáj, gombafej
Vadász	zsemleszelet	barnamártás	párolt rizs	pirított kocka, szárnyasmáj, barnamártás
Villafranca	zsemleszelet	madeiramártás	szalmaburgonya	tojáslepény, pirított gomba
Strassburgi	zsemleszelet	madeiramártás	szalmaburgonya	libamájpüré szarvasgomba
Budapest	párolt rizs	-	rácsos burgonya	pörköltlé, szalonna, szárnyasmáj, gomba, zöldpaprika, paradicsom, zöldborsó
Gazdag	zsemleszelet	madeiramártás	szalmaburgonya	borjúmirigy, gomba, libamáj, kakastaréj, kakasvese, marhanyelv, olajbogyó, fás galuska, szarvasgomba
Kedvenc	zsemleszelet	madeiramártás	mogyoróburgonya	rostonsült libamáj, csirágfejek
IV. Henrik	zsemleszelet	béarni mártás	mogyoróburgonya	articsókatalp, vajjas zöldborsó
Royal	zsemleszelet	béarni mártás	mogyoróburgonya	szarvasgomba
Medici	zsemleszelet	Choronmártás	szalmaburgonya	szarvasgomba
Bordói	zsemleszelet	bordói mártás	szalmaburgonya	csontvelőkarikák
Mac-Mahon	zsemleszelet	vajas pecsenyéié	ropogós burgonyaszeletek	rostélyos hagyma
Godard	zsemleszelet	madeiramártás	szalmaburgonya	borjúmirigy, gomba, libamáj, kakastaréj, kakasvese
Monte-Carlo	zsemleszelet	vajas pecsenyéié	franciás zöldborsó, mogyoróburgonya	tükörtojás, szarvasgomba, füstölt marhanyelv

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	3,60 kg	Zsemle	5 db
Só	0,03 kg	Párizsi körítés	10 adag
Törött bors	0,005 kg	Béarni mártás	5 adag
Zsír	0,15 kg	vagy	
Fűszeres vaj	0,10 kg	Pecsenyéié	5 adag



A dupla bélszínjavát a pácolt bélszín középső derékrészéből vágjuk le. Mindkét oldalát sózzuk, borsózzuk. A rendelésnek megfelelően azonnal készre sütjük. A sütést követően rézsütösen, ujjnyi vastag szeletekre vágjuk a dupla bélszínjavát. A tálra helyezzük a pirított zsemleszeleteket, majd erre a felszeletelt dupla bélszínjavát. A tetejére ízlés szerint néhány karika ízesített vajat is helyezhetünk. A párizsi körítést ízlésesen a hús köré helyezzük. Külön mártást vagy pecsenyelevet adunk hozzá mártásoscsészében.

BÉLSZÍNJAVA VICTOR HUGÓ MÓDRA (Beefsteak á la Victor Hugó)

Hasábburgonya

Béarni mártás

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Béarni mártás	5 adag
Só	0,02 kg	Ajókagyűrű	10 db
Zsír	0,15 kg	Hasábburgonya	10 adag
Törött bors	0,005 kg	Fejes saláta	1 db
Zsemle	5 db		

A bélszín középső részéből levágjuk a bélszínjavát. A levágott bélszínjava kb. 2 cm vastag legyen. Amennyiben vékonyabb a szükségesnél, akkor zsinnyel körbekötjük, nem túl szorosan. A bélszínjavát a dupla bélszínjavához hasonlóan sütjük.

A megsütött bélszínjavát a pirított zsemleszeletekre helyezve a táltra rakjuk. Mindegyiket átvonjuk kész béarni mártással, tetejükre egy-egy ajókagyűrűt helyezünk, majd az egészet körberakjuk hasábburgonyával. A tálalt salátalevéllel díszítjük.

37. folyamatábra



BÉLSZÍNSZELETEK VADÁSZ MÓDRA (Tournedos á la chasseur)

Barnamártás

Párolt rizs

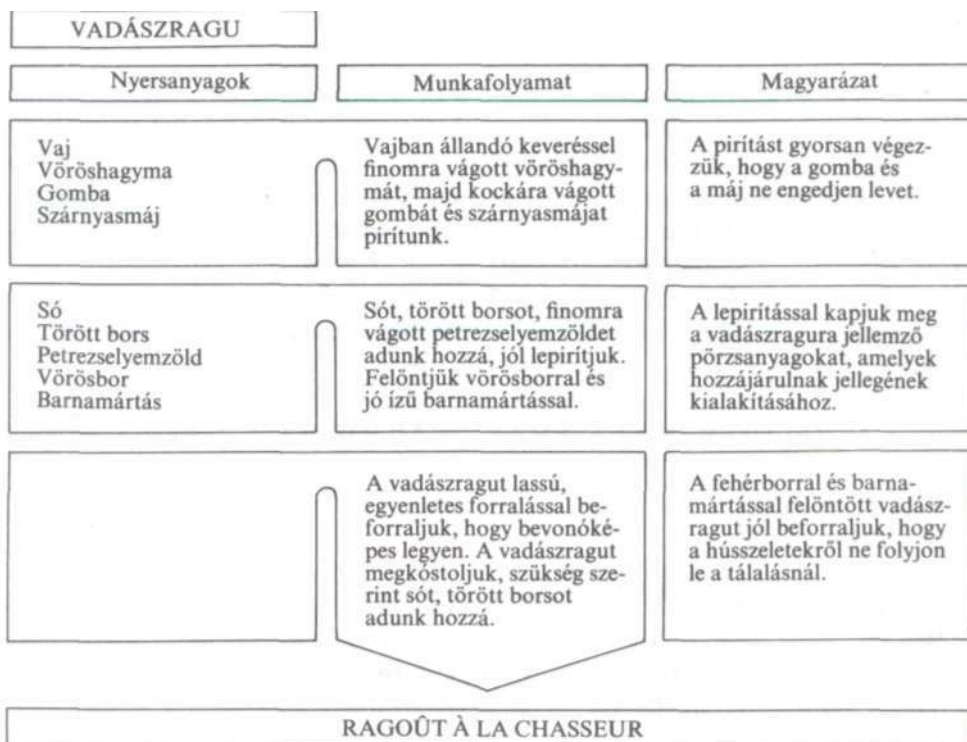
Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Gomba	0,30 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Törött bors	0,005 kg	Zsemle	10 db
Zsír	0,15 kg	Barnamártás	10 adag
Vaj	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag
Vöröshagyma	0,08 kg	Fejes saláta	1 db
Szárnyasmáj	0,30 kg	Vörösbor	0,10 l

Elkészítjük a vadászragut. Finomra vágott vöröshagymát vajban pirítunk. Hozzáadjuk a kockára vágott gombát, a szárnyasmáját, és zsírára pirítjuk.

Sóval, törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel ízesítjük, majd lepirítjuk. Hozzáöntjük a vörösborot és a barnamártást. Mérsékelt tűzön beforraljuk, hogy állaga bevonóképes legyen. A bélszín középső részéből levágjuk a

38. folyamatábra



szeleteket, majd az ismert módon megsütjük. A bélszínszeleteket a pirított zsemleszeletekre, illetve a tálra helyezzük. A tál végeibe pudingformába vagy levescsészébe formázott rizst borítunk, tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

A bélszínszeleteket átvonjuk a forró vadászraguval. A tálat salátalevelekkel díszítjük.

BÉLSZÍNSZELETEK ROSSINI MÓDRA (Toumedos á la Rossini)

Madeiramártás

Párolt rizs

Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Madeiramártás	5 adag
Só	0,03 kg	Párolt rizs	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Szalmaburgonya	5 adag
Zsír	0,15 kg	Fejes saláta	1 db
Gomba	0,20 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Libamáj	0,15 kg		
Zsemle	10 db		

Az előkészített gombafejeket megsózzuk, megborsozzuk. A libamájszeleteket szintén megsózzuk, megborsozzuk, majd a gombafejeket és a libamájszeleteket egy kevés zsírban vagy rostoson megsütjük. A pirított zsemleszeleteket elkészítjük.

A bélszín középső részéből levágjuk a szeleteket, majd az ismert módon megsütjük. A bélszínszeleteket a pirított zsemleszeletekre, illetve a tálra tesszük. Erre helyezzük a libamájszeleteket és a gombafejeket. Az egészet bevonjuk jóízű, bevonóképes madeiramártással. A tál végeibe pudingformában vagy levescsészében előkészített párolt rizst borítunk, tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk. Körberakjuk szalmaburgonyával, és salátalevéllel díszítjük.

BÉLSZÍNSZELETEK VILLA FRANCA MÓDRA (Tournedos á la Villa Franca)

Madeiramártás

Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Madeiramártás	5 adag
Só	0,03 kg	Szalmaburgonya	10 adag
Törött bors	0,005 kg	Fejes saláta	1 db
Zsír	0,15 kg		

<i>Tojáslepényhez:</i>			
Vaj	0,08 kg	Tojás	10 db
Vöröshagyma	0,08 kg	Tejszín	0,10 l
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vaj	0,10 kg
Gomba	0,20 kg	Só	0,15 kg

Az előkészített gombát szeletekre vágjuk. A vöröshagymát finomra vágjuk. A vajban megpirítjuk a vöröshagymát, hozzáadjuk a gombát és lepirítjuk. Sót, törött borsot, finomra vágott petrezselyemzöldet adunk hozzá.

Tojáslepényeket készítünk. A tojásokat habüstben felütjük, majd sót és tejszínt keverünk hozzá. Serpenyőben vajat melegítünk, majd belekeverjük az összekevert tojásokat. Pecsényevillával óvatosan kevergetjük, a másik kezünkkel a serpenyőt könnyedén rázogatójuk, amíg az egész meg nem szilárdul és egyenletesen vékony lepényszerű nem lesz. A kész tojáslepényeket tányérra borítjuk. A pirított zsemleszeleteket elkészítjük.

A bélszín középső részéből levágjuk a szeletet, majd az ismert módon megsütjük. A bélszínszeleteket a pirított zsemleszeletekre, illetve a tálra helyezzük. A bélszínszeleteken egyenletesen szétterítjük a pirított gombát. Az egészet beborítjuk a tojáslepényekkel úgy, hogy a pirított, eredetileg alsó oldaluk kerüljön fölültre. Körberakjuk szalmaburgonyával és díszítjük salátalevéllal.

Mártásoscsészében jóízű, forró, bevonóképes madeiramártást adunk hozzá.

BÉLSZÍNSZELETEK MONTE-CARLO MÓDRA (Tournedos a la Monte-Carlo)

Zöldborsó franciásan
Pecsényéié
Mogyoróburgonya

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Füstölt marhanyelv	0,10 kg
Só	0,03 kg	Szarvasgomba	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg	Zöldborsó franciásan	5 adag
Zsír	0,15 kg	Zsemle	10 db
Tojás	20 db	Mogyoróburgonya	5 adag
Pecsényéié	5 adag	Fejes saláta	1 db
Vaj	0,05 kg		

Jóízű franciás zöldborsót készítünk, amelyet tálalásig melegen tartunk. Vajas pecsenyelevet készítünk.

Tükörtojásokat sütünk, amelyeket pogácsaszaggatóval azonos méretűre kiszúrunk. A tojás fehér részét háromszögletűre vágott füstölt marhanyelv- és szarvasgombaszeletekkel díszítjük.

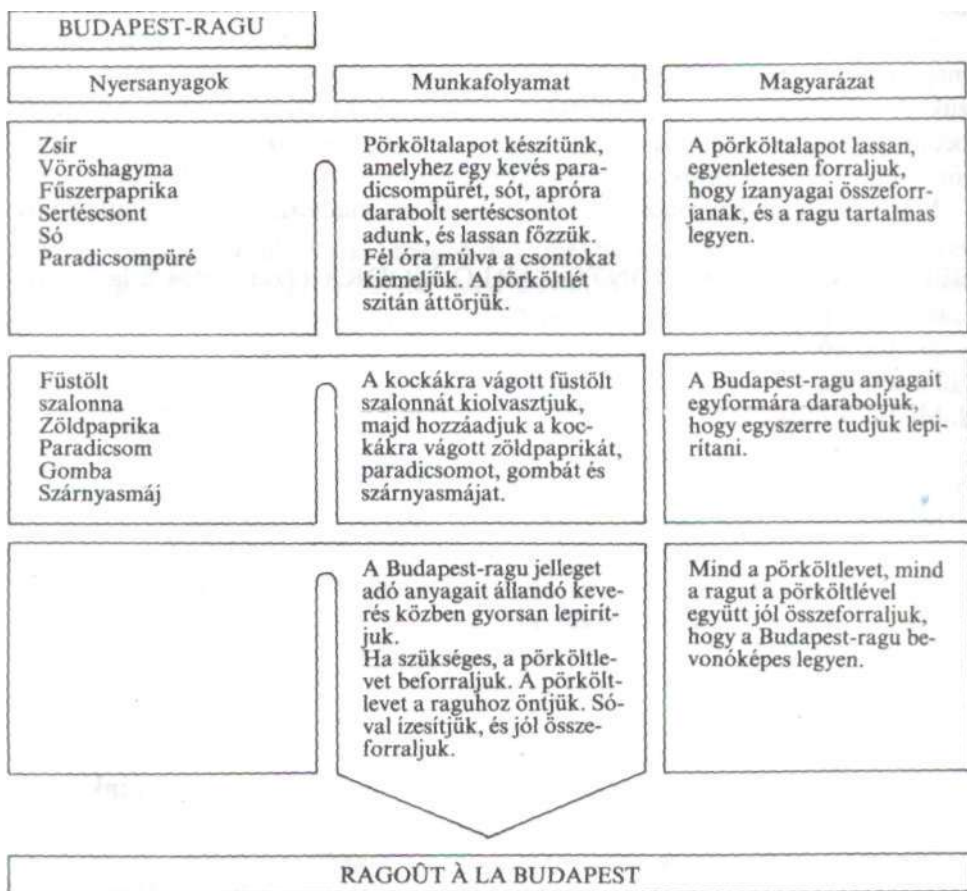
Mogyoróburgonyát sütünk és melegen tartjuk tálalásig.

A bélszín középső részéből levágjuk a szeleteket, majd megsütjük. A bélszín-szeleteket a pirított zsemleszeletekre, illetve a tálra helyezzük, majd átvonjuk egy kevés vajás pecsenyelével. Minden egyes bélszínszeletre helyezünk egy-egy előkészített tükörtojást. A bélszínszeleteket körberakjuk a franciás zöldborsóval és mogyoróburgonyával. Az egészet salátalevéllal díszítjük.

BÉLSZÍNÉRMÉK BUDAPEST MÓDRA (Médailles de boeuf a la Budapest)

- Pörköltalap
- Párolt rizs
- Rácsos burgonya

39. folyamatábra



Ajánlott anyaghányad

Bélszín	1,80 kg	Sertéscsont	0,40 kg
Zsír	0,20 kg	Só	0,04 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Szárnyasmáj (libamáj)	0,25 kg	Paradicsom	0,15 kg
Gomba	0,20 kg	Zöldborsó	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Párolt rizs	5 adag
Fűszerpaprika	0,02 kg	Rácsos burgonya	5 adag

Elkészítjük a Budapest-ragut. 10 dkg zsírban megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát, lehúzzuk a tűzhelyről, hozzáadjuk a fűszerpaprikát. Gyorsan elkeverjük, majd vízzel felöntjük. Hozzáadjuk az apróra darabolt sertéscsontot. Sóval ízesítjük, lassan főzzük kb. 30 percig. Ezután a csontokat kiemeljük. A pörköltét beforraljuk, majd szitán áttörjük. A zöldborsót vízben megfőzzük, leszűrjük. A kockára vágott szalonnát gyengén lepirítjuk. Hozzáadjuk a kockára vágott zöldpaprikát, a paradicsomot, a gombát, a szárnyasmájat. Rövid pirítás után hozzáöntjük a pörkölt levét, és felforraljuk.

A sütésre előkészített bélszínérméket félangolosra sütjük, tálra helyezzük. Leöntjük a forró raguval, és a tetejére melegített zöldborsót hintünk. Rácsos burgonyával, párolt rizzsel körítjük.

MATRÓZHÚS PÁRIZSIASAN (Matelote de viande á la parisienne)

Száraz pác
Vörösbormártás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Bélszín (fej)	1,40 kg	<i>Habart tojáshoz:</i>	
Zsír	0,15 kg	Tojás	10 db
Vöröshagyma	0,15 kg	Vaj	0,10 kg
Só	0,04 kg	Tejszín	0,10 l
Törött bors	0,005 kg		
Barnamártás	5 adag		
Vörösbor	0,20 l		
Petrezselyemzöld	1 csomó		
Párolt rizs	10 adag		

Mindig frissen, rendelésre készítjük!

A bélszínfejből ceruza vastagságú csíkokat vágunk úgy, hogy a rostokat merőlegesen átvágjuk. A vöröshagymát finomra vágjuk, zsíron pirítjuk, hozzáadjuk a csíkokra vágott húst, és félig lepirítjuk. Sóval, törött borssal ízesítjük, majd felöntjük a vörösbormártással, összeforraljuk.

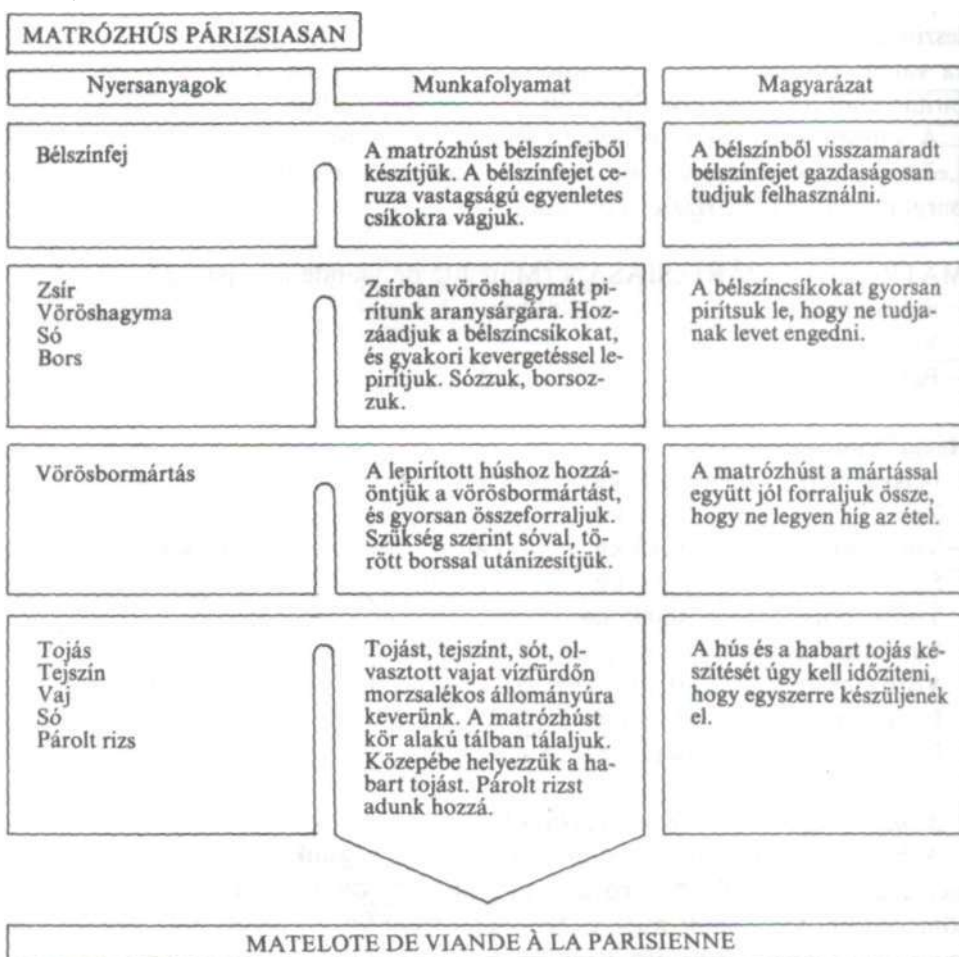
Közben elkészítjük a habart tojást. Habüstbe vagy gyorsforralóba egész tojásokat, tejszínt, sót, olvasztott vaját adunk, majd jól összekeverjük. Vízfürdőben állandóan kevergetjük, amíg kissé morzsalékos, formázható állományú nem lesz.

A matrózhúst kör alakú tálra rendezzük, közepén mélyedést alakítunk ki, amelybe belehelyezzük a habart tojást.

A matrózhúshoz külön párolt rizst adunk, amelynek tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

A bélszínből frissensütéssel készíthető ételek választékát egy jellegzetes, szinte az egész világon ismert étellel fejezzük be. Ez a vagdalthoz hasonlóan készülő étel, népszerű nevén a „hamburger”.

40. folyamatábra



HAMBURGER (Hachée de boeuf)

Borjújava natúr sütése

Ajánlott anyaghányad

Marhahús	1,00 kg	Zsír	0,10 kg
Só	0,015 kg	Zsemle	10 db
Vöröshagyma	0,35 kg	Fejes saláta	1 db
Törött bors	0,005 kg	Ketchup	0,15 l
Uborka	0,10 kg		

Alapanyaga általában a bélszín vagy igen jó minőségű marhahús, amely zsírt alig tartalmaz. A hamburgerrel kapcsolatban el kell oszlatni egy téveszmét. Bár kijelenthetjük, hogy a hamburgert elsősorban bélszínből kellene készíteni, készíthető jó minőségű, ún. extrém minőségű marhahúsból is. Magyarországon marhahúsból - ritka kivételektől eltekintve - kizárólag a bélszín és a hátszínnek készülnek sütéssel, ill. frissensütéssel. Ez az angolszász országokban, Nyugat-Európában nem így van. Itt hasonlóan a sertés-, a borjúhúshoz, a marhahús több része is alkalmas frissensütésre, illetve hamburgerkészítésre.

A lehartyázott, érlelt bélszínt vagy igen jó minőségű marhahúst finomra daráljuk, majd sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, finomra vágott vöröshagymát adunk hozzá. A további fűszerezést a mindig egyéni ízlésnek megfelelően végezzük. A magyar ízlésnek jobban megfelel, ha a finomra vágott vöröshagymát pirítva adjuk a hamburgerhez.

Az egészet jól összedolgozzuk majd ujjnyi vastag, kb. 8-10 cm átmérőjű pogácsákat formázunk belőle. A húspogácsákat rostsütőn vagy natúrsütéssel készre sütjük. A zsemlet kettévágjuk, majd vágási felületét enyhén megpirítjuk. A zsemle alsó felére helyezük a frissen készre sült vagdaltat. Felületére egy kevés fűszeres mustárt vagy fűszeres paradicsommártást (ketchupot) adagolunk. Vöröshagymakarikákat, uborkaszeleteket és salátaleveleket helyezünk bele, majd befedjük a zsemle másik felével.

Azonnal felszolgáljuk.

A hamburger, a vagdalt bélszín az *ételbárok jellegzetes készítménye*, amely a felhasznált fűszerekkel, ízesítővel a zsemle különféle ízesítésével és formázásával változatosan készíthető el. Táplálkozásélettani szempontból azért értékes, mert a vagdalt kizárólag húst tartalmaz.

Külföldön sok helyen a hamburgert az éttermek étlapján „steak”-nak nevezik, ami a mi fogalmaink szerint zavaró, ezért a „steak”-re mindig rá kell kérdezni, hogy miből és hogyan készül.

A *különféle fűszerkeverékek* ízei, illatai rendkívül kellemesek, harmonikusak, amelyek emelik a roston, illetve natúran sült vagdalt húsok, így a hamburger élvezeti értékét.

SAJTOS HAMBURGER (Hachée de boeuf au fromage)

Hamburger

Ajánlott anyaghányad

Marhahús	1,00 kg	Zsír	0,10 kg
Só	0,015 kg	Sajt (trappista)	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Zsemle	10 db
Fejes saláta	1 db		

(Angolszász területen „cheese burger”-nak nevezik.)

Az ismert módon hamburgert készítünk. A sajtot vékonyan felszeleteljük. A hamburgert két vékony szelet sajt közé illesztve tesszük a zsemlebe, majd jól átmelegítjük, hogy a sajt összeolvadjon a hússal és a zsemelével. Salátalevéllal díszítve tálaljuk.

b) Hátszínből frissensütéssel készíthető ételek

Száraz pácban érlelt lapos és magas hátszínből a bélszínnél tanultaknak megfelelően kell a frissensülteket készíteni.

magas hátszínből (133. ábra):

rostélyos (côte de boeuf) (1 adag 1 db) 14-18 dkg

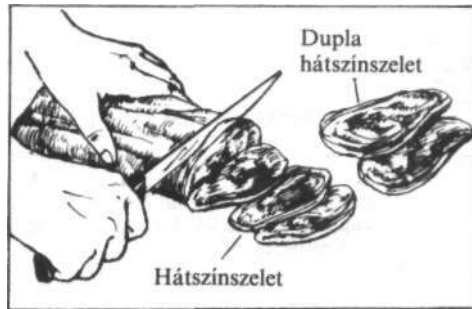


133. ábra. A letisztított magas hátszínből szeletelt rostélyos

lapos hátszínből (134. ábra):

hátszínszelet (rumpsteak) (1 adag 1 db); 14-18 dkg

dupla hátszínszelet (entrecôte) (1 adag 1 db) 28-36 dkg



134. ábra. A letisztított lapos hátszínből szeletelt húsok

HAGYMÁS ROSTÉLYOS (Cote de boeuf á la lyonnaise)

Hasáburgonya

Száraz pác

Pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Vöröshagyma	0,60 kg
Só	0,04 kg	Hasáburgonya	10 adag
Zsír	0,68 kg	Liszt	0,08 kg

Rostélyos hagymát készítünk. A megtisztított, megmosott vöröshagymából körbefutó lapjaival párhuzamosan egy szeletet lehasítunk 2-3 mm vastagságban. Erre az alapra állítjuk a vöröshagymát, hogy biztonságosan tudjuk szeletelni. Ezután a vöröshagymát 1-2 mm vastag karikákra szeleteljük, a szár felőli részétől elindulva. A karikákra szétszedett hagymát megsózzuk, majd lisztben jól átforgatjuk. A lisztezett hagymakarikákat, bő, forró zsírban aranyárgára sütjük. Lapátkanállal csepegtetőrácsra szedjük, szétterítjük, és lecsepegtetjük. Lehetőleg mindig frissen készítjük, hogy ropogós legyen.

A magas hátszint kiemeljük a száraz pácból, és felszeleteljük. A felszeletelt rostélyosokat gyengén kiveregetjük, inas széleit bevagdadjuk, és előfűszerezük. Ezt úgy végezzük, hogy a szeleteket egyenként meghintjük törött borssal, majd vékonyan bekenjük mustárral. Minden rostélyost olajba mártunk, majd porcelánedénybe egymásra helyezük, és a hűtőszekrénybe rakjuk.

Rendeléskor a rostélyost kiemeljük a porcelántáliból, megsózzuk, majd a frissensütéssel készíthető bélszínételeknél tanult módon megsütjük. A sütéshez a rostélyos hagyma készítéséhez használt zsiradékból vegyünk.

A rostélyost tálra helyezzük. Mellétálaljuk a sült burgonyát. A hússzeletek tetejére halmozzuk a frissen sültöt, ropogós hagymakarikákat. A tál végeit salátalevéllal díszítjük. Külön mártásoscsészében forró pecsenyelevet adunk hozzá.

41. folyamatábra

ROSTÉLYOS HAGYMA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vöröshagyma	A megtisztított vöröshagymából egy kis darabot levágunk, hogy a karikázás-kor ne billegjen.	A levágott hagymalap helyére állított vöröshagyma biztonságosan szeletelhető.
	A vöröshagymát ezután 1-2 mm-es vastag karikákra szeleteljük a szár felőli résztől elindulva.	A szár felőli résztől szeletelt hagyma nem esik szét szeletelés közben.
Liszt	A vöröshagymát óvatosan karikákra szedjük, majd lisztben könnyedén átforogatjuk. A felesleges lisztet óvatosan lerázzuk a hagymakarikákról.	A vöröshagyma-karikákkal óvatosan dolgozzunk, hogy ne törjenek el, megtartsák formájukat. A felesleges liszt a zsírban elég, szennyezi a zsíradéket.
Zsír	A hagymakarikákat bő forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük, állandó keveréssel.	A hagymakarikákat állandóan kevergetjük, hogy egyenletesen süljenek.
OIGNON À LA LYONNAISE		

HÁTSZÍNSZELET (Rumpsteak)

Száraz pác
Hagymás rostélyos
Béarni mártás
Pecsenyéié
Angolos zöldbab
Franciás karotta

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín	1,40 kg	Franciás karotta	5 adag
Só	0,03 kg	Béarni mártás	5 adag
Zsír	0,08 kg	vagy	
Angolos zöldbab	5 adag	Pecsenyéié	5 adag

A száraz pácban érlelt lapos hatszínből szeleteljük a hátszinszeleteket. A hagymás rostélyosnál ismertetett módon előfűszerezzük, majd sütésig tovább érleljük hűtőszekrényben.

Sütése megegyezik a rostélyos sütésével.

A készre sült hússzeletet kissé rézsütösen 3-4 szeletbe vágthatjuk, azonnal tálra helyezzük. Angolos zöldbabbal és franciás karottával körítjük. Külön mártásoscsészében béarni mártást vagy pecsenyelevet adunk hozzá.

HÁTSZÍNSZELET UDVARMESTER MÓDRA (Rumpsteak á la maitre d'hôtel)

Fűszeres vaj
Hátszínszelet
Pecsenyéié
Hasáburgonya

42. folyamatábra

HÁTSZÍNSZELET UDVARMESTER MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Lapos hatszín	A lapos hatszínből levágjuk a hátszinszeleteket, majd gyengén kiveregetjük. Inas széleit késsel bevagdossuk.	Az inakat át kell vágni, mert sütés közben a húst összerántják.
Törött bors Mustár Olaj	A hátszinszeleteket előfűszerezzük törött borssal, kevés mustárral, majd egy kevés olajba mártjuk, és hűtőbe helyezzük.	Az előfűszerezett és az olajba mártott hússzelet puhább, rostosabb lesz.
Só Zsír	A hátszinszeleteket sózzuk, majd forró rostélyon vagy zsírban a rendelésnek megfelelően, hirtelen megsütjük.	A hátszinszeletet forró rostélyon vagy zsírban kell sütni. Ellenkező esetben a hús rágós lesz.
Fűszeres vaj Hasáburgonya	A hátszinszeleteket tálra helyezzük. Tetejére azonnal fűszeres vajkarikákat helyezünk és hasáburgonyával körítjük.	Csak a frissen sült hátszinszeleten olvadnak el a fűszeres vajkarikák.
RUMPSTEAK À LA MAÎTRE D'HÔTEL		

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín	1,40 kg	Zsír	0,08 kg
Fűszeres vaj	0,20 kg	Hasábburgonya	10 adag
Só	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
		Pecsenyéié	5 adag

A hátszínszeleteket az ismert módon előkészítjük, megsütjük. Ferdén 3-4 szeletbe vágjuk, majd tálra helyezük. Tetejére rakjuk a fűszeres vajkarikákat, mellé bő zsírban sült burgonyát helyezünk, és a tál végeit fejessaláta-levével díszítjük.

Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá.

DUPLA HÁTSZÍNSZELET (Entrecôte)

Dupla bélszínjava
Párizsi körítés
Béarni mártás

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín	3,60 kg	Zsemle	5 db
Só	0,05 kg	Párizsi körítés	10 adag
Törött bors	0,01 kg	Béarni mártás	5 adag
Zsír	0,10 kg		

A dupla hátszínszeletet jól érett lapos hátszínből vágjuk le, 2 cm vastagságban. A hátszínszeletet húsverő kalapáccsal vagy a húsbárd lapjával enyhén megveregetjük, illetve meglapítjuk.

Sütése és tálalása megegyezik a dupla bélszínjavánál ismertetettel. A dupla hátszínszelethez párizsi körítést adunk úgy, hogy annak változatos színei jól érvényesüljenek.

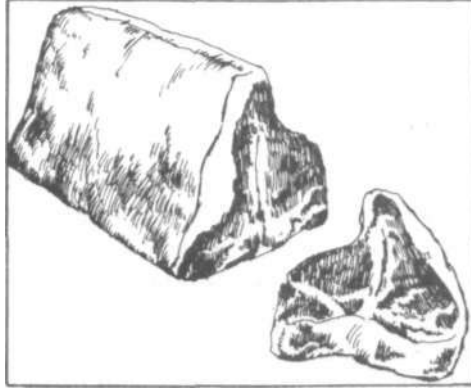
Mártásoscsészében béarni mártást adunk hozzá.

HÁZMESTER-SZELET (Steak de boeuf concierge)

Száraz pác
Hátszínszelet
Párizsi körítés
Béarni mártás

Ajánlott anyaghányad

Lapos hátszín (csonttal, bélszínnel)	kb. 6,00 kg	Zsemle	10 db
Só	0,08 kg	Párizsi körítés	10 adag
Törött bors	0,015 kg	Béarni mártás	10 adag
Zsír	0,15 kg		



135. ábra. Házmaster-szelet (Porterhouse v. T-Bone-steak)

A házmaster~szelet - angol nevén a *Porterhouse Steak* vagy *T-BoneSteak* - az angol-amerikai konyha specialitása. A készítményhez a korábban jól bepácolt lapos hátszín használják fel csonttal és bélszínnel együtt. A húsdarabot a csontos felére állítják. Így a csont fordított T betű formát mutat. Ezután vágják le adagonként csontfűrészsel a kb. 0,60 kg-os szeleteket. A lapos hátszínnek, csontnak, bélszínnek azonos vastagságúnak kell lennie, amely kb. 2-2,5 cm-t jelent. A szelet vastagságát természetesen mindig a csontok szélessége határozza meg (135. ábra).

A „házmaster-szeletet” ezután megsózzuk, törött borssal meghintjük, majd a hátszínszelethez hasonlóan megsütjük. A készítmény kb. 3-4 személy részére elegendő, jellegzetessége, hogy a csont mellett a hátszín-, illetve a bélszínszelet angolosabb marad.

Tálalás előtt a hátszín- és bélszínszeletet lefejtjük a csonttól. A csontot elhelyezzük a tálalótálra rakott pirított zsemlekruetonokra, majd eredeti helyükre visszahelyezzük a kissé rézsútosan felszeletelt hátszín-, ül. bélszínszeletet. Párizsi köritést adunk hozzá úgy, hogy annak változatos színei jól érvényesüljenek. Mártásoscsészében béarni mártást adunk hozzá.

3. Párolással készíthető marhahúsételek

A párolás azt jelenti, hogy nyersanyagainkat valamilyen mártásban vagy rövid lében, fedő alatt puhára pároljuk. A pároláshoz a húst felapríthatjuk kockákra, csíkokra, szeletelhetjük vagy egészben, nagyobb darabokban hagyhatjuk.

A párolás időtartama a hús tömegétől függően rövidebb, illetve hosszabb lehet, de természetesen függ még a hús minőségétől is. A kockákra vagy csíkokra darabolt húsokat kb. 1-1,5 óráig, a szeletelt húsokat kb. 1,5-2 óráig pároljuk. Az egészben készített húsok párolása általában 3-4 órát igényel. A kuktában

végzett párolás időtartama kb. egyharmada a szokásosnak, egyben kíméli a húsokban levő tápanyagokat.

Mind a szeletben, mind az egészben párolt húsoknál az *elősütés fontos műveletét alkalmazzuk.*

Miután a szeletben, illetve az egészben levő húsokat ízesítettük sóval és az étel jellegének megfelelően fűszereztük, minden oldalukat lisztbe mártjuk. Ezután egy kevés, de forró zsírban gyorsan megpirítjuk, illetve elősütjük felületüket. Az elősütés alkalmával kellemes pörzs- és ízanyagok keletkeznek a hús felületén. A lisztbe azért mártjuk a húst, mert a liszt elősegíti a felületi kéregképződést. Az így kialakított kéreggel biztosítjuk, hogy párolás közben a hús értékes íz- és zamatanyagai csak részben oldódnak ki.

A továbbiakban a párolást lassú tűzön, mérsékelt ütemben kell végezni, mert csak így alakulnak ki a párolásra jellemző illat- és zamatanyagok.

A párolást mindig igen gondosan végezzük! Ha mártásban pároljuk a szeleteket vagy az egészben levő húst, gondoskodjunk folyamatos ellenőrzéséről. Gyakran előfordul, hogy a mártás folyadéktartalma elpárolog, tehát a mártás besűrűsödik, és így könnyen leéghet. A folyadékvesztéséget folyamatosan pótolni kell. A rövid lében pácolt, kockákra, csíkokra darabolt marhahúsételekről ugyancsak gyorsan elpárolog a folyadék. Ezt szintén szakaszosan pótolni kell, különben ételeink leéghetnek, kellemetlen ízűvé válhatnak.

A párolással készült ételeink felszínén minden esetben összegyűlik az ételben levő zsiradék jelentős része. Ha ez túlságosan sok, le kell merni, mert étvágyrontó, és hátrányosan befolyásolja az emésztést.

A pároláshoz készített mártásokat vagy pörköltalapot különös gonddal kell készítenünk. A mártásoknak, illetve a rövid leveknek harmonikus egységet kell alkotniuk a bennük párolt húsfélével.

a) Egészben párolt marhahúsételek

PÁROLT MARHASÜLT (Boeuf braisé)

Barnamártás

Elősütés

Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (felsál vagy gömbölyű felsál)	1,40 kg	Egész bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Babérlevél	2 db
Zellergumó	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Liszt	0,15 kg
		Vörösbor	0,25 l

Gomba	0,05 kg	Só	0,04 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Burgonyaropogós	10 adag
Kristálycukor	0,05 kg		
Paradicsompüré	0,10 kg		
Kakukkfű	0,005 kg		

Felsálból vagy gömbölyű felsálból készítjük a párolt marhasültet. Az egy vagy legfeljebb két darabban levő húst megsózzuk, megborsozzuk. Minden oldalát lisztbe mártjuk, majd elősütjük. A húst kiemeljük a zsírból.

A zsírban barnamártásalapot készítünk, amibe visszahelyezzük a húst, és kb. 3-4 óra alatt lassan puhára pároljuk. A készre párolt húst kiemeljük a mártás-

43. folyamatábra

PÁROLT MARHASÜLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Marhahús Só Törött bors Liszt Zsír	A marhahúst sózzuk, borsozzuk, majd oldalait lisztbe mártjuk, és gyorsan elősütjük.	Az elősütéssel kellemes pörzsanyagok és színyanyagok keletkeznek.
Barnamártás anyagai	A húst kiemeljük, és a zsírban jó ízű barnamártást készítünk, amelybe visszahelyezzük a húst.	A zsírban a barnamártásnál tanult módon lepírítjuk az összes anyagot.
	A húst a mártásban gyakori kevergetéssel, folyadékpótlással puhára pároljuk.	A mártás párolás közben besűrűsödik, ezért csontlét kell utána önteni.
Liszt	A puhára párolt húst kiemeljük a mártásból, és megre tesszük. A mártást sűrítjük, jól kiforraljuk, majd leszűrjük. A mártást lezsírozzuk, sóval utánízésítjük, majd összeforraljuk.	A besűrített mártást jól forraljuk ki, hogy ne legyen rántásízű, ill. megfelelő sűrűségű legyen.
	A rostokra merőlegesen szeletelt húst átvonjuk a forró mártással.	A hússzeleteket forró mártással vonjuk át, hogy ne hűljön ki az étel.
BOEUF BRAISÉ		

ból. A húst külön edénybe helyezük. Egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk. Lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A mártás mindenben feleljen meg a jó minőségű barnamártásnak.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén felszeleteljük, és a tálra helyezük, úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró barnamártással.

A burgonyaropogóst külön tálaljuk tálpapírral borított fémtálon.

PÁROLT MARHASÜLT GOMBÁVAL (Boeuf braisé au champignons)

Barnamártás

Előszűtés

Párolt marhasült

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (felsál vagy gömbölyű felsál)	1,40 kg	Paradicsompüré	0,10 gy
Zsír	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	2 db
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Gomba	0,25 kg	Liszt	0,12 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vörösbors	0,201
Vöröshagyma	0,10 kg	Só	0,04 kg
Kristálycukor	0,05 kg	Párolt rizs	10 adag

A párolt marhasülthöz hasonlóan készítjük el a húst, illetve a barnamártást.

A készre párolt húst kiemeljük a mártásból. A húst külön edénybe helyezük, egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

Egy kevés zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk a szeletekre vágott gombát (0,20 kg-ot), a maradék 0,05 kg gomba a mártásba került). ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Jól lepirítjuk. A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk. Hozzáadjuk a pirított gombát, jól összeforraljuk. Lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártás mindenben feleljen meg a jó barnamártásnak, de domináljon a pirított gomba íze is.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén felszeleteljük, és a tálra helyezzük, úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró gombás barnamártással. Külön párolt rizst adunk hozzá.

STEFÁNIA-MARHASÜLT (Boeuf braise a la Stéphanie)

Barnamártás
Előszítés
Párolt marhasült
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (fehérpecsenye)	1,40 kg	Egész bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Liszt	0,15 kg
Gomba	0,05 kg	Vörösbor	0,20 l
Vöröshagyma	0,10 kg	Só	0,04 kg
Kristálycukor	0,05 kg	Tojás	6 db
Paradicsompüré	0,05 kg	Burgonyaropogós	10 adag

A tojásokat megfőzzük, lehűtjük, meghámozzuk, majd végeikből 2-3 mm-t levágunk, hogy a betöltés alkalmával egymáshoz illeszkedjenek. A húst közepén felszúrjuk hosszanti irányával párhuzamosan. A tojásokat egymás után betöltjük a húsba, óvatosan, hogy ne törjenek össze.

A betöltött húson levő nyílást eltűzzük hurkapálcával.

A párolt marhasülthöz hasonlóan elkészítjük a húst, illetve a barnamártást.

A készre párolt húst kiemeljük a mártásból. A húst külön edénybe helyezzük, egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk. Lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A mártás feleljen meg a jó minőségű barnamártásnak, azzal a különbséggel, hogy árnyalatnyit világosabb, mivel kevesebb paradicsompürét használtunk fel a mártás készítéséhez.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel, ügyelve arra, hogy a tojásokat ne törjük össze, így azokból is szép szeleteket kapunk, a hússal együtt. A szeleteket tálra helyezzük úgy, hogy a tojáskarikák jól láthatók legyenek, a szeletek félig fedjék egymást. A forró mártással a hússzeleteket félig bevonjuk úgy, hogy a tojások láthatóak legyenek.

A burgonyaropogóst külön tálaljuk tálpapírral borított fémtálra.

NEMZETI MARHASÜLT (Boeuf braisé á la nationale)

Barnamártás
Előszütés
Párolt marhasült
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (fehérpecsenye)	1,40 kg	Egész bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	1 db
Sárgarépa	0,10 kg	Liszt	0,15 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Vörösbor	0,20l
Vöröshagyma	0,10 kg	Só	0,04 kg
Kristálycukor	0,05 kg	Párolt rizs	10 adag
Paradicsompüré	0,05 kg		

Tűzdeléshez:

Sárgarépa	0,15 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Ecetes uborka	0,15 kg

A húsba a rostokkal párhuzamosan éles, hegyes késsel beleszúrunk, majd a kés pengéje mellett ezekbe a vágásokba toljuk váltakozva a tűzdeléshez előkészített sárgarépát, petrezselyemgyökeret, ecetes uborkát.

A párolt marhasülthöz hasonlóan elkészítjük a húst, illetve a barnamártást. A készre párolt húst kiemeljük a mártásból. A húst külön edénybe helyezük, egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízésítjük, újból kiforraljuk. Lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A mártás feleljen meg a jó minőségű barnamártásnak, azzal a különbséggel, hogy árnyalatnyit világosabb, mivel kevesebb paradicsompürét használtunk fel a mártás készítéséhez.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel, ügyelve arra, hogy a zöldségek, illetve az uborka ne essenek ki a hússzeletekből. A szeleteket a táltra helyezük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket félig átvonjuk a forró mártással.

Külön párolt rizst adunk hozzá.

ZNAIMI MARHASÜLT (Boeuf braisé á la Znaim)

Barnamártás
Előszütés

Párolt marhasült
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (fehérpecsenye)	1,40 kg	Egész bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Liszt	0,15 kg
Gomba	0,05 kg	Fehérbor	0,20 l
Vöröshagyma	0,10 kg	Só	0,04 kg
Kristálycukor	0,05 kg	Ecetes uborka	0,20 kg
Paradicsompüré	0,05 kg	Párolt rizs	10 adag

Tűzdeléshez:

Ecetes uborka 0,40 kg

A húsba a rostokkal párhuzamosan éles, hegyes késsel beleszúrunk, majd ezekbe a vágásokba toljuk az ecetes uborkákat.

A párolt marhasülthöz hasonlóan elkészítjük a húst, ül. a barnamártást.

A készre párolt húst kiemeljük a mártásból. A húst külön edénybe helyezzük, egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk. Az ecetes uborkát metéltre vágjuk, a mártáshoz adjuk, egy kevés uborkalével együtt. Jól kiforraljuk, majd lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A mártás feleljen meg a jó minőségű barnamártásnak, azzal a különbséggel, hogy valamivel világosabb, mivel kevesebb paradicsompürét használtunk fel a készítéséhez, illetve vörösbort helyett fehérbort adtunk a mártáshoz.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel, ügyelve arra, hogy az uborka ne essen ki a hússzeletekből. A szeleteket a tálra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró mártással.

Külön párolt rizst adunk hozzá.

SZALONNÁS MARHASÜLT (Boeuf braise au lard)

Barnamártás
Előszütés
Párolt marhasült
Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (felsál vagy gömbölyű felsál)	1,40 kg	Egész bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Liszt	0,15 kg
Gomba	0,05 kg	Fehérbor	0,20l
Vöröshagyma	0,10 kg	Só	0,04 kg
Kristálycukor	0,05 kg	Füstölt szalonna	0,30 kg
Paradicsompüré	0,05 kg	Tört burgonya	10 adag

A füstölt szalonnából csíkokat vágunk. A szalonnacsíkokkal megtűzdeljük a húst a rostokkal párhuzamosan, egymástól kb. 1 cm-es távolságban.

A párolt marhasülthöz hasonlóan elkészítjük a húst, ül. a barnamártást, de közben hozzáadjuk a füstölt szalonna bőrét. A készre párolt húst kiemeljük a mártásból.

A húst külön edénybe helyezük, egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot száraz rántással sűrítjük, jól kiforraljuk, majd szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk. Lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. A mártás feleljen meg a jó minőségű barnamártásnak, azzal a különbséggel, hogy valamivel világosabb, mivel kevesebb paradicsompürét használtunk fel, illetve a vörösbor helyett fehér bort adtunk a mártáshoz.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel. A szeleteket a tálra helyezük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró mártással.

Külön tört burgonyát adunk hozzá.

PÁROLT MARHASÜLT KRÉMMÁRTÁSBAN (Boeuf braise a la crème)

Előszűtés

Tejfölös habarás

Zsemlegombóc

Ajánlott anyaghányad

Marhahús (hamis fartő)	1,40 kg	Kristálycukor	0,10 kg
Zsír	0,12 kg	Egész bors	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Babérlevél	1 db
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Liszt	0,15 kg

Fehérbor	0,20 l	Tejföl	0,30 l
Citrom	1 db	Só	0,04 kg
Mustár	0,06 kg	Zsemlegombóc	10 adag

A húst megsózzuk, megborsozzuk, lisztbe forgatjuk, majd forró, de kevés zsírban minden oldalát elősütjük. Ezután kiemeljük a húst a zsírból. A zsírban megpirítjuk a karikára vágott zellergumót, a sárgarépat, a petrezselyemgyökereket, a szeletelt vöröshagymát, majd végül a kristálycukor felét. Az egészet felöntjük egy kevés vízzel, hozzáöntjük a fehérbort, ízesítjük sóval, fűszerezzük babérlevéllel, kakukkfűvel, egész borssal, fokhagymával, reszelt citromhéjjal. Belehelyezzük a húst és fedő alatt lassan készre pároljuk.

A húst külön edénybe helyezük, egy kevés húslevest vagy pecsenyelevet öntünk alá és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A mártásalapot ezután sűrítjük. A tejfölt egy kevés vízzel és liszttel habverő segítségével simára keverjük. Először a habaráshoz keverjük hozzá a mártásalap levének felét, majd az egészet a mártásalaphoz adjuk állandó keverés közben. A mártást lassan kiforraljuk, közben ízesítjük sóval, kristálycukorral, mustárral, citromlével.

A mártás akkor kész, ha sima, egyenletes, bevonóképes állományú lett, íze harmonikus, enyhén pikáns. A mártást szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk, lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A melegen tartott húst a rostokra merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel. A szeleteket a táltra helyezük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró mártással, majd az egészet tejföllel meglocsoljuk.

16. táblázat

Egészen párolt marhahúsételek összefoglalása

Módozat	Mártás	Jelleget adó anyag	Köret
Párolt marhasült	Barnamártás	-	Burgonyaropogós
Párolt marhasült gombával	Barnamártás	Gomba	Párolt rizs
Stefánia-marhasült	Barnamártás	Főtt tojás	Burgonyaropogós
Nemzeti marhasült	Barnamártás	Sárgarépa, petrezselyemgyökér, uborka, ecetes	Párolt rizs
Znaimi marhasült	Barnamártás	Ecetes uborka	Párolt rizs
Szalonnás marhasült	Barnamártás	Szalonna	Tört burgonya
Párolt marhasült krémmártásban	Krémmártás	Tejföl, mustár, citrom	Zsemlegombóc

(Az ételt másképpen „Vadas marhasült”-nek is nevezik.)
Külön zsemlegombócot adunk hozzá.

b) Szeletben párolt marhahúskételek

PÖRKÖLT ROSTÉLYOS (Côte de boeuf a la hongroise)

Elősütés
Pörköltalap
Párolás
Petrezselymes burgonya
vagy
Tarhonya

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Köménymag	0,005 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,10 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,15 kg	Lecsó	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,03 kg	vagy	
Füstölt szalonna	0,10 kg	Tarhonya	10 adag

A magas hátszínből levágott szeleteket kissé kiverjük, hártvás részeit bevagdossuk, besózzuk, majd mindkét oldalát lisztbe mártjuk. A szeleteket egy kevés forró zsírban gyorsan elősütjük, és lábasba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást.

A visszamaradt zsírban egy kevés kockára vágott füstölt szalonnát pirítunk, amibe pörköltalapot készítünk. Ezt ráöntjük a lábosban levő hússzeletekre. Sóval ízesítjük, összezúzott fokhagymával, darált köménymaggal fűszerezzük. Lassan, fedővel lefedve pároljuk.

Párolás közben kockára vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk a párolódó rostélyoshoz. Szükség szerint csontlével felöntjük. A szeleteken levő pörköltlének tartalmaznak, élénkpiros színűnek kell lennie.

A puhára párolt rostélyosokat előmelegített tálra tálaljuk, rámerjük a forró pörköltlét. Tetejét karikára vágott zöldpaprikával díszítjük. Köretként petrezselymes burgonyát vagy tarhonyát adhatunk hozzá.

SERPENYŐS ROSTÉLYOS (Côte de boeuf en casserole)

Paprikás burgonya
Pörkölt rostélyos
Párolás

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Burgonya	2,00 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,12 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,15 kg	Lecsó	• 0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Köménymag	0,005 kg
		Fejes saláta	1 db

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből és cikkekre vágott burgonyát, zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk a pörköltléhez, összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi. A rostélyosokat a burgonya tetejére helyezzük, és az egészet fedővel lefedve lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval. Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezzük először előmelegített tálra. Erre merjük a paprikás burgonyát, majd tetejére karikára vágott zöldpaprikát helyezünk, sálatalevéllel díszítjük.

KASZINÓROSTÉLYOS (Côte de boeuf a la casino)

Előszütés
Pörköltalap
Párolás
Serpényős rostélyos

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Köménymag	0,005 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,15 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,01 kg	Lecsó	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Burgonya	2,00 kg
Tojás	5 db	Zöldborsókonzerv	0,30 kg
		Fejes saláta	1 db

A tojásokat megfőzzük, lehűtjük, megtisztítjuk. A konzerv zöldborsót, ha szükséges, többször váltott hideg vízben áztatjuk, alaposan leöblítjük, hogy jellegzetes „konzervíze” csökkenjen.

A burgonyát megtisztítjuk, majd egyforma dominó alakúra daraboljuk.

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből és dominó alakúra vágott burgonyát, cikkekre vágott zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk

44. folyamatábra

KASZINÓROSTÉLYOS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Marhahús Só Liszt Zsír	A gömbölyű felsárból levágott szeleteket kiveregetjük, bevagdossuk. Sózzuk, lisztbe mártjuk, majd elősütjük.	A szeleteket kiveregetjük, bevagdossuk, hogy elősütés közben ne zsugorodjanak össze.
Fűszerpaprika Köménymag Só	A hússzeleteket pörköltalapon pároljuk, sóval ízesítve, köménymaggal fűszerezve. Mikor a hússzeletek majdnem puhára párolódtak, kiemeljük őket.	A hússzeleteket azért emeljük ki, mert a párolást a burgonyával együtt fejezzük be.
Burgonya Paradicsom Zöldpaprika	A pörköltléhez adjuk a dominó alakú burgonyát, cikkekre vágott paradicsomot, zöldpaprikát. Lassan pároljuk, majd felöntjük csontlével. A rostélyosokat a tetejére helyezzük, készre pároljuk.	A burgonyát azért kell a felöntés előtt párolni, hogy jobban magába vegye a pörköltalap ízét, ne legyen főtt ízű.
Főtt tojás Zöldborsó	A tálra helyezzük a hússzeleteket. Rámerjük a burgonyát. Tetejére főtt tojáscikkeket, zöldborsót helyezünk.	A húst azért helyezzük alulra, mert az étel jellegének ez felel meg.
CÔTE DE BOEUF À LA CASINO		

a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi. A rostélyosokat a burgonya tetejére helyezzük, és az egészet, fedővel lefedve, lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval. Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezük először előmelegített tálra. Erre merjük a burgonyát, majd a tetejére hintjük a cikkekre vágott főtt tojást, melegített zöldborsót. Salátalevéllal díszítjük.

LECSÓS ROSTÉLYOS (Côte de boeuf á la letcho)

- Elősütés
- Pörköltalap
- Lecsó

Párolás
Pörkölt rostélyos
Petrezselymes burgonya
vagy
Tarhonya

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Zöldpaprika	0,60 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,40 kg
Liszt	0,10 kg	vagy	
Zsír	0,12 kg	Lecsó	0,40 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Köménymag	0,005 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
		vagy	
		Tarhonya	10 adag
		Fejes saláta	1 db

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből, és cikkekre vágott zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, visszatesszük a húst, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi, és az egészet fedővel lefedve, lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval. Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezük először az előmelegített tálra. Erre merjük a lecsót, majd tetejére karikára vágott zöldpaprikát helyezünk, salétalevéllel díszítjük.

HORTOBÁGYI ROSTÉLYOS (Côte de boeuf á la Hortobágy)

Elősütés
Pörköltalap
Párolás
Pörkölt rostélyos
Daragaluska

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Zöldpaprika	0,35 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	vagy	
Zsír	0,12 kg	Lecsó	0,30 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Köménymag	0,005 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Fejes saláta	1 db

Daragaluskához:

Búzadara	0,20 kg
Zsír	0,10 kg
Só	0,01 kg
Tojás	2 db

Daragaluskát készítünk, amelyet tálalásig a főzővízben tartunk melegen.

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből, és cikkekre vágott zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi. A rostélyosokat hozzátesszük, és az egészet fedővel lefedve, lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval. Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezük először előmelegített táltra. Bőségesen meglöcsöljük a jóízű lecsós pörköltlével. Ennek a tetejére helyezük a főzővízből kiemelt, alaposan lecsepegtetett daragaluskát.

Salátalevéllal díszítjük.

DEBRECENI ROSTÉLYOS (Côte de boeuf á la Debrecen)

Elősütés

Pörköltalap

Párolás

Serpenyős rostélyos

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Köménymag	0,005 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,10 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,15 kg	Lecsó	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Debreceni kolbász	0,30 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Burgonya	2,00 kg
Füstölt szalonna	0,10 kg	Fejes saláta	1 db

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből és cikkekre vágott burgonyát, zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi.

A rostélyosokat a tetejére helyezük, és az egészet lassan készre pároljuk, fedővel lefedve. A debrecenit hozzáadjuk, és együtt pároljuk. Közben a füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, és lassan kiolvasztjuk. A rostélyosok mellől

kiemeljük a debrecenit, karikákra vágjuk és lepirítjuk a füstölt szalonnával együtt. A szalonnával együtt lepirított debreceniről a zsírt leszűrjük, majd a karikákat az ételhez adjuk. (A visszamaradt zsír más magyaros ételekhez felhasználható.) Ha szükséges, közben ízesítjük sóval.

Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezük először előmelegített tára. Erre merjük a burgonyát. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a debreceniből és a szalonnából.

Salátalevéllal díszítjük.

ALFÖLDI ROSTÉLYOS (Côte de boeuf a l'Alföld)

Elősütés

Pörköltalap

Párolás

Serpenyős rostélyos

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Köménymag	0,005 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,15 kg
Zsír	0,10 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,15 kg	Lecsó	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Burgonya	1,60 kg	Zellergumó	0,05 kg
Füstölt szalonna	0,10 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
		Fejes saláta	1 db

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből, és egyenletes hasábokra vágott burgonyát, zöldségeket, cikkekre vágott paprikát, paradicsomot vagy lecsót adunk a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi. A rostélyosokat a burgonya tetejére helyezük és az egészet fedővel lefedve, lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval.

Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezük először előmelegített tára. Erre merjük a zöldséges burgonyát.

Tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk. Salátalevéllal díszítjük.

SZEGEDI ROSTÉLYOS (Cote de boeuf á la Szeged)

Elősütés

Pörköltalap

Párolás

Serpenyős rostélyos

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Burgonya	1,60 kg
Só	0,04 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Liszt	0,10 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zsír	0,10 kg	Zellergumó	0,05 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Fokhagyma	0,01 kg	Fejes saláta	1 db
Fűszerpaprika	0,03 kg		
Füstölt szalonna	0,10 kg	<i>Csipetkéhez:</i>	
Köménymag	0,005 kg	Liszt	0,12 kg
Zöldpaprika	0,25 kg	Tojás	1 db
Paradicsom	0,15 kg	Só	0,01 kg
vagy			
Leccsó	0,20 kg		

A húst a pörkölt rostélyoshoz hasonlóan feltesszük párolódni. Csipetkét készítünk, amelyet megfőzünk, és leszűrünk. Tálalásig félretesszük.

Amikor a hús majdnem puhára párolódott, kiemeljük a pörköltléből és egyenletes kockákra vágott burgonyát, zöldségeket, cikkekre vágott paprikát, paradicsomot vagy leccsót adunk a pörköltléhez. Összekeverjük, rövid ideig pároljuk, majd felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, amennyi majdnem ellepi. A rostélyosokat a burgonya tetejére helyezzük és az egészet fedővel lefedve, lassan készre pároljuk. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval.

Tálaláskor a puhára párolt rostélyosokat helyezzük először előmelegített táltra. Erre merjük a zöldséges burgonyát és csipetkét szórunk a tetejére.

Finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk rá. Salátalevéllal díszítjük.

TEJFÖLÖS, ZÖLDSÉGES ROSTÉLYOS (Cote de boeuf á la Esterházy)

Elősütés

Párolás

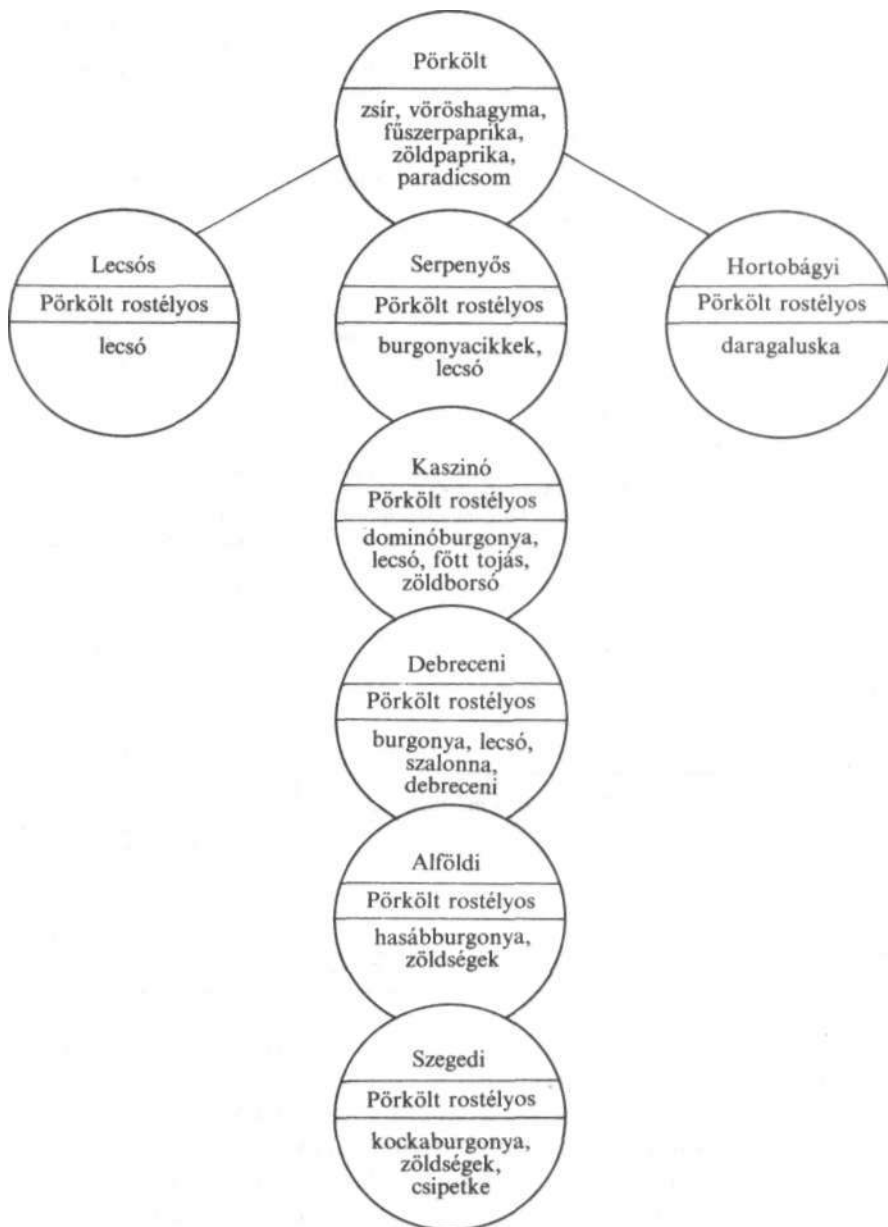
Julienne-re (metéltre) darabolás

Makaróni

Ajánlott anyaghányad

Magas hátszín	1,40 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,04 kg	Babérlevél	2 db
Liszt	0,10 kg	Tejföl	0,70 l
Zsír	0,20 kg	Citrom	1 db
Sárgarépa	0,25 kg	Fehérbor	0,20 l
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Cukor	0,05 kg
Zellergumó	0,10 kg	Mustár	0,05 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó

ROSTÉLYOSOK



45. folyamatábra

TEJFÖLÖS, ZÖLDSÉGES ROSTÉLYOS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Marhahús Só Liszt Zsír	A marhahús levágott szeleteit kiveregetjük, bevagdossuk. Sózzuk, lisztbe mártjuk, majd elősütjük.	A szeleteket kiveregetjük, bevagdossuk, hogy elősütés közben ne zsugorodjanak össze.
Zsír Vöröshagyma Liszt Fehérbor	A visszamaradt zsírban finomra vágott vöröshagymát, lisztet pirítunk, majd felöntjük csontlével, fehérborral.	A pirítást mérsékelten végezzük, hogy erős pörzsanyagok ne keletkezzenek.
Só Törött bors Babérlevél	Habverővel simára keverjük. Sóval, törött borssal, babérlevéllel ízesítjük és a hústra szűrjük, majd pároljuk.	A „mártást” simára keverjük, hogy egynemű, csomómentes legyen.
Zsír Vöröshagyma Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó Só Petrezselyemzöld Tejföl Citromlé Mustár Cukor Bors	A metéltre vágott zöldségeket hagymás zsíron lassan, félig megpároljuk. A húst sóval, törött borssal, petrezselyemzölddel ízesítjük, majd a tejfölt, sót, cukrot, citromlevet, mustárt és a zöldségeket hozzáadjuk.	A felsorolt ízesítővel pikáns ízhatást tudunk kialakítani. Nagyon fontos szempont, hogy az ízesítők harmonikusan egészítsék ki egymást.
	A húst a mártással együtt előmelegített tálra tálaljuk, tejfőllel meglocsoljuk.	Fontos, hogy minden húshoz arányosan tálaljunk a zöldséges mártásból.
CÔTE DE BOEUF À LA ESTERHÁZY		

A hússzeleteket előkészítjük, majd az ismert módon elősütjük, és lábosba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást.

A visszamaradt zsírban egy kevés finomra vágott vöröshagymát párolunk. Felöntjük vízzel és fehérborral. Babérlevelet és egy kevés törött borsot adunk hozzá. Állandóan keverve lassan kiforraljuk, majd szitán keresztül a húsrá szűrjük. Az egészet óvatosan rázogatva, fedő alatt lassan pároljuk. Közben a metéltre vágott zöldségeket egy kevés hagymás zsíron, csontlé hozzáadásával

félpuhára pároljuk. Sóval ízesítjük, törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Ha a hús majdnem puhára párolódott, hozzáadjuk a tejfölös habarást. Sóval, cukorral, citromlével, mustárral ízesítjük, végül hozzáadjuk a metéltre vágott, félpuhára párolt zöldségeket. Az egészet nagyon lassan készre pároljuk. A rostélyos mártása rövid, nem túl sűrű, tartalmaz, kissé pikáns ízű, krémszínű legyen.

A hússzeleteket előmelegített tálra helyezzük, és átvonjuk a forró zöldséges mártással, meglocsoljuk tejföllel, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A makarónit külön edényben tálaljuk.

(Az ételt másképpen Esterházy-rostélyosnak is nevezik.)

ROZSDÁS MARHAFELSÁL (Tranche de boeuf á la rouillement)

Elősütés

Pirítás

Párolás

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marhafelsál	1,40 kg	Füstölt szalonna	0,05 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Lestyán	0,005 kg
Zsír	0,12 kg	Paradicsompüré	0,05 kg
Liszt	0,06 kg	Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg	Fehérbor	0,2 l
Fokhagyma	0,005 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag

A marhafelsálból levágott szeleteket kissé kiverjük, hártyás részeit bevagdossuk, besózzuk, majd mindkét oldalukat lisztbe mártjuk. A szeleteket egy kevés forró zsírban gyorsan elősütjük, és lábosba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást.

A visszamaradt zsírban a kockákra vágott füstölt szalonnát kiolvasztjuk, amelyben megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát, az összezúzott fokhagymát, majd a paradicsompürét. Felöntjük a fehérborral és összeforraljuk. Ezt ráöntjük a lábosban levő hússzeletekre. Sóval ízesítjük, törött borssal, lestyánnal fűszerezzük. Lassan, fedővel lefedve pároljuk.

Párolás közben a párolódó rostélyosokhoz szükség szerint egy kevés csontlevet öntünk, ha zsírjára pirulna. Az étel szakaszos, de óvatos zsírjára pirításával érjük el, hogy az valóban rozsdabarna színű lesz. A szeleteken levő párolólének tehát tartalmaznak, rozsdabarna színűnek kell lennie.

A puhára párolt rostélyosokat előmelegített tálra tálaljuk, rámerjük a forró párolólét. Köretként petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

c) Töltött rostélyosok

A töltött rostélyosokhoz a száraz pácban érlelt húst nyitott szeleteléssel készítjük elő, ahogyan ezt a dupla hátszínszeletnél megismertük. Ezután a szeleteket gondosan kiterítjük a vágódeszkán, és húsverő kalapáccsal óvatosan vékonyra veregetjük. Ezt a műveletet figyelmesen végezzük, nehogy sérülést okozzunk a szeleten! Ha ez mégis bekövetkezik, akkor a következő módon járunk el: külön kis szelet húst vékonyra kiveregetünk, majd a sérülésre ráhelyezzük, és könnyedén rányomkodjuk. A töltéskor, illetve a felcsavaráskor a sérülést fedő hússzeletnek belül kell lenni.

A kiterített hússzeletet ezután sóval ízesítjük, majd az étel jellegének megfelelően fűszerezük. Egyenletesen elosztjuk a felületén a töltelék, ügyelve arra, hogy a széleit 2 cm szélességben üresen hagyjuk. A rostélyosok széleit a két rövidebb oldalon felhajtjuk a töltelékre, majd a rostélyosokat fölcavarjuk. A betöltött rostélyosokat az angolos bélszínél tanult módon hurokkötőzéssel henger alakúra formázzuk.

Ezután a rostélyost sóval ízesítjük, valamint az étel jellegének megfelelően fűszerezük. A rostélyost lisztben forgatjuk, majd egy kevés zsírban elősütjük. Az elősütés közben a rostélyos forgatását lapátkanállal végezzük. Nagyon ügyeljünk arra, hogy a rostélyos ne sérüljön meg, mert akkor a töltelék kifolyik.

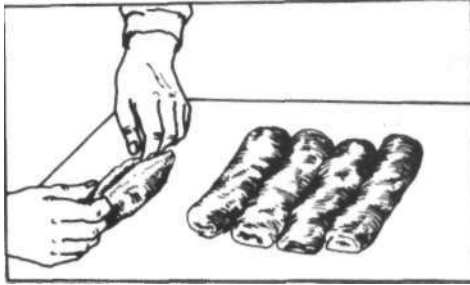
CSÁKY-ROSTÉLYOS (Côte de boeuf farcie á la Csáky)

Az étel Csáky Sándor egykori híres és kiváló magyar szakács, „A XX. század szakácsművészete” c. könyv szerzőjének emlékére készült.

Elősütés
Pörköltalap
Párolás
Tejfölös habarás
Vajas galuska

Ajánlott anyaghányad

Rostélyos	1,40 kg	Paradicsom	0,20 kg
Só	0,05 kg	vagy	
Zsír	0,25 kg	Lecsó	0,45 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Tojás	10 db
Fűszerpaprika	0,02 kg	Füstölt szalonna	0,15 kg
Zöldpaprika	0,60 kg	Tejföl	0,70 l
		Liszt	0,08 kg
		Vajas galuska	10 adag



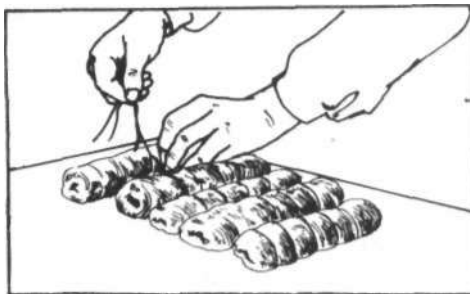
136. ábra. A Csáky-rostélyos betöltése

Tartalmas lecsót készítünk füstölt szalonnával, amelyet lehúzzunk a tűzhelyről. A jól összekevert egész tojásokat a lecsóhoz adjuk. A tűzhelyen addig kevergetjük a lecsót a tojással, amíg az közepes, formálható sűrűségű nem lesz. A töltelékét megkóstoljuk, ha szükséges, sóval ízesítjük, és újra összekeverjük, majd hűtjük.

A nyitott szeleteléssel előkészített rostélyosokat óvatosan kiveregetjük, sóval ízesítjük. A lehűtött tojásos lecsót betöltjük a rostélyosba (136. ábra), majd hurokkötőzéssel henger alakúra formázzuk, végül megsózzuk (137. ábra).

A rostélyost lisztbe forgatjuk, elősütjük, majd lábasba helyezzük. Abban a zsírban, amiben az elősütést végeztük, tartalmas pörköltalapot készítünk. A pörköltalapot a lábasba helyezett rostélyosokra öntjük. Fedővel lefedjük, mérsékelt tűzön lassan pároljuk. Közben megkóstoljuk, ha szükséges, a pörköltlevet sóval ízesítjük. Ha a leve elpárologna, egy kevés csontlével vagy vízzel pótoljuk, hogy az étel ne égjen le. A pörköltlébe egy kevés karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot is adunk.

A majdnem puhára párolt rostélyosokat kiemeljük a pörköltléből, majd a zsineget óvatosan eltávolítjuk róluk. A rostélyosokat megfelelő méretű lábasba helyezzük, és fedővel lefedjük. A másik lábasban levő pörköltlevet tejfölös



137. ábra. A Csáky-rostélyos kötözése

46. folyamatábra

CSÁKY-ROSTÉLYOS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Füstölt szalonna Vöröshagyma Zöldpaprika Paradicsom Só Tojás	Tartalmas lecsóhoz tojást adunk, majd tűzön addig kevergetjük, amíg állománya formázható lesz.	A lecsós tojás csak akkor tölthető be megfelelően, ha állománya jól formázható.
Rostélyos Só Bors Lecsó Liszt Zsír	A nyitott szeleteléssel előkészített rostélyosokat kivergetjük, sózzuk, borsozzuk, betöltjük lecsóval. Kötözzük, lisztbe mártjuk, majd elősütjük.	A kötözést úgy végezzük, hogy a rostélyos egyenletes rúd alakú legyen. Az elősütéssel alakítjuk ki a kellemes porzsanyagokat.
Zsír Vöröshagyma Fűszerpaprika Só Tejföl Liszt	A betöltött rostélyosokat pörköltlében puhára pároljuk. A rostélyosokat kiemeljük. A pörköltlét tejföls habarással sűrítjük, jól kiforraljuk és a rostélyosokra szűrjük. Együtt készre pároljuk.	A tejföls habarással sűrített pörköltléből paprikás mártást készítünk, amely bevonóképes és csomómentes legyen.
Vajas galuska Tejföl Paprikaszín	A ferdén felszeletelt rostélyost tátra helyezzük és körülöntjük a mártásával. Melléhelyezzük a vajas galuskákat. Tejföllel, paprikaszínnel locsoljuk.	A rostélyost csak körülöntjük a mártással, hogy érvényesüljön a töltelék szép vágási felülete.
CÔTE DE BOEUF FARCIE À LA CSÁKY		

habarással sűrítjük, és habverővel állandóan keverve lassan kiforraljuk. Közben kóstoljuk, ha szükséges, sóval utánizesítjük.

A készre forralt paprikás mártást a rostélyosokra szűrjük finom szőrszítán keresztül, majd a húst készre pároljuk. Ügyeljünk a felpuhítás mértékére, mert a túl puha hús nehezen szeletelhető, könnyen sérül és így nehezen tálalható!

Tálaláskor a rostélyosokat kissé rézsútosan folszeleteljük, és előmelegített tátra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A töltött rostélyos-szeleteket bőven körülöntjük a paprikás mártással. A szeletek két oldalán helyezzük el az adagszámnak megfelelően a vajas galuskákat.

Az egészet meglocsoljuk tejföllel és paprikaszínnel.

A Csáky-rostélyos formázható még alufóliában is. Ebben az esetben az elősütést nem tudjuk alkalmazni, de az alufólia használata kizárja annak lehetőségét, hogy az esetleg vékonyra kiveregetett rostélyosok kilyukadjanak a párolás folyamán, és a töltelék kifolyjon.

BAJOR TÖLTÖTT ROSTÉLYOS (Cote de boeuf farcie á la bavaroise)

Elősütés
Párolás
Tejfölös habarás
Párolt rizs
vagy
Csőtészta

Ajánlott anyaghányad

Rostélyos	1,40 kg	<i>Töltelékhez:</i>	
Zsír	0,12 kg	Vaj	0,08 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Tojás	4 db
Zellergumó	0,10 kg	Tejföl	0,30 l
Vöröshagyma	0,08 kg	Sonka	0,40 kg
Kristálycukor	0,10 kg	Burgonya	0,40 kg
Kakukkfű	0,005 kg	Só	0,005 kg
Babérlevél	1 db	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg		
Törött bors	0,005 kg		
Liszt	0,15 kg		
Egész bors	0,005 kg		
Fehérbor	0,20 l		
Citrom	1 db		
Mustár	0,06 kg		
Tejföl	0,30 l		
Só	0,04 kg		
Párolt rizs	10 adag		
vagy			
Csőtészta	10 adag		

A burgonyát héjában megfőzzük, lehűtjük, majd meghámozzuk. A burgonyát és a sonkát egyenletes 5-5 mm-es kockákra vágjuk. A vaját és a tojásokat habosra keverjük, hozzáadjuk a jó sűrű tejfölt, a sót, a törött borsot, majd a kockákra vágott burgonyát és sonkát.

A nyitott szeleteléssel előkészített rostélyosokat óvatosan kiveregetjük, sóval ízesítjük, meghintjük törött borssal. A töltelékkel betöltjük a rostélyosokba és föltekerjük, majd hurokkötőzéssel henger alakúra formázzuk.

A betöltött rostélyost sózzuk, borsozzuk, lisztbe forgatjuk, majd forró, de kevés zsírban minden oldalát elősütjük. Ezután kiemeljük a zsírból. A zsírban megpirítjuk a karikára vágott zellergumót, a sárgarépat, a petrezselyemgyökert, a szeletelt vöröshagymát, majd végül a kristálycukor felét. Az egészet felöntjük egy kevés vízzel, hozzáöntjük a fehérbort, ízesítjük sóval, fűszerezzük babérlevéllel, kakukkfűvel, egész borssal, reszelt citromhéjjal. Belehelyezzük a betöltött rostélyosokat, és fedő alatt lassan készre pároljuk. Ezután a betöltött rostélyosokat külön edénybe helyezzük, egy kevés húslevest vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig, közben a zsinetet eltávolítjuk a betöltött rostélyosokról.

A mártásalapot ezután sűrítjük. A tejfölt egy kevés vízzel és liszttel habverővel simára keverjük. Először a habaráshoz keverjük hozzá a mártásalap levének felét, majd az egészet a mártásalaphoz adjuk állandó keverés, forralás közben. A mártást lassan kiforraljuk, közben ízesítjük sóval, kristálycukorral, mustárral, citromlével. A mártás akkor készült el, ha sima, egyenletes, bevonóképes állományú lett, íze harmonikus, enyhén pikáns.

A mártást szitán átszűrjük. Az átszűrt mártást lezsírozzuk, utánízesítjük, újból kiforraljuk, lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A melegen tartott rostélyost hosszanti irányára merőlegesen vagy ferdén szeleteljük fel. A szeleteket a tálra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A szeleteket átvonjuk a forró mártással, majd az egészet tejföllel meglócsoljuk.

Külön adhatunk hozzá párolt rizst vagy csótésztát.

4. Főzéssel készíthető marhahúsételek

FŐTT MARHAFARTÓ (Culotte de boeuf boullie)

Főzés

Húsleves

Sós burgonya

Paradicsommártás

Ecetes torma

Ajánlott anyaghányad

Marhafartó	1,40 kg	Zöldborsó	0,20 kg
Sárgarépa	0,30 kg	Kelvirág	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Kelbimbó	0,20 kg
Zellergumó	0,15 kg	Zöldbab	0,20 kg
Karalábé	0,10 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Kelkáposzta	0,10 kg	vagy	

Vöröshagyma	0,05 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Fokhagyma	0,01 kg	Sós burgonya	10 adag
Só	0,03 kg	Paradicsommártás	5 adag
Egész bors	0,005 kg	vagy	
		Ecetes torma	5 adag

A csipőfartó, a hamisfartó, a hegyesfartó a legalkalmasabb a főtt marhafartó készítéséhez.

A kiválasztott húsrészt egy, esetleg két darabba hasítjuk úgy, hogy abból a tálalásnál szép tetszetős szeleteket tudjunk vágni a rostokra merőlegesen vagy rézsútosan. A húst forró vízben kezdjük el főzni úgy, hogy a marhafartó íz- és zamatanyagai csak részben oldódjanak a főzőlébe, tehát tartalmaz főtt húst kapjunk. A továbbiakban mindenben úgy járunk el, ahogy azt megismertük a húsleves készítésénél. Főzés közben időnként ellenőrizzük a húsdarabokat, és amelyek már puha állományú, azt lapátkanállal óvatosan kiemeljük a levesből. A hús főzésénél nagyon ügyeljünk arra, hogy a hús ne főjön túl puhára, mert így sokat veszít súlyából, szeletelésnél szétesik, és nehezen tálalható.

A puha marhafartót megfelelő nagyságú lábosba helyezük és egy kevés húslevest öntünk alá. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláshoz előkészítjük a levesben főtt zöldségeket. A megfőtt zöldségeket kiemeljük a levesből, és egyenletes hasábokra (bátonokra) vágjuk. Külön edénybe helyezük, húslevest öntünk alá és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A marhafartóhoz még zöldborsót, kelvirágrózsát, kelbimbót, vajbabot is főzhetünk külön-külön gyengén sós vízben.

A főtt marhafartót előmelegített tálra tálaljuk. A rostokra merőlegesen felvágott szeleteket a tál közepére helyezük úgy, hogy azok félig fedjék egymást. A forró zöldségköretekkel körberakjuk a hússzeleteket úgy, hogy a színek váltakozva kövessék egymást. A hússzeleteket és a zöldségeket megöntözzük forró húslevessel, majd meghintjük egy kevés finomra vágott petrezselyemzölddel vagy metélőhagymával.

Azonnal, forrón tálaljuk, külön sós burgonyát és mártásoscsészében paradicsommártást vagy ecetes tormát adunk hozzá.

A főtt marhafartóhoz adhatunk még kapor-, meggy- vagy sóskamártást is.

FÜSTÖLT MARHASZEGY SÓLETTEL (Poitrine de boeuf fumée au cassoulet)

Füstölt húsok előkészítése

Száraz hüvelyesek előkészítése

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Füstölt marhaszegy	1,00 kg	Zsír	0,20 kg
Száraz bab	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg

Árpkása	0,25 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Tojás	10 db
		Só	0,01 kg

A nagy szemű babot előző este átválogatjuk, többször váltott vízben alaposan megmossuk, majd beáztatjuk. A füstölt marhaszeget többször váltott vízben jól megmossuk. A vöröshagymát finomra vágjuk, a fokhagymát a kés lapjával összezúzzuk.

Az árpkását többször váltott vízben alaposan megmossuk, majd leszűrjük. A babról leszűrjük az áztatóvizet. Újból megmossuk, és nagy, öntöttvas lábosba tesszük a babot, a vöröshagymát, a fokhagymát. Hozzáadjuk a fűszerpaprikát, a zsírt. Hideg vízzel felengedjük, és erős tűzön felforraljuk. Ekkor hozzáadjuk a füstölt marhaszeget. Ezzel felforraljuk, óvatosan sózzuk, mivel a füstölt marhaszegy eléggé sós, majd fedővel lefedjük. Mérsékelt hőfokú sütőbe helyezzük, és kb. 3-4 órán át lassan készre főzzük.

A befejezés előtt kb. 1,5 órával óvatosan hozzáadjuk a megfőzött, meghámozott tojásokat és az előkészített árpkását. A lassú főzést együtt fejezzük be. Az elkészített sólet tetejéről lemerjük a paprikaszínt. A puha állományú füstölt marhaszeget kiemeljük a sóletből, és lábosba helyezzük. Egy kevés csontlét vagy füstöltlét öntünk alá, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A megfőzött tojásokat is kiemeljük a sóletből. Külön füstölt lében vagy csontlében tartjuk melegen tálalásig.

A sóletet pecsenyevillával óvatosan fellazítjuk, ha szükséges, utánízesítjük. Vízfürdőben tartjuk melegen, fedővel lefedve.

A sóletet előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére helyezzük a rostokra merőlegesen szeletelt füstölt marhaszeget. A kettévágott főtt tojást a tál két végére helyezzük.

Tetejét megöntözzük a sóletről leszedett paprikaszínnel, és azonnal, forrón tálaljuk.

A sólet készíthető még füstölt libamellel, töltött libanyakkal is.

┌ A sóletet hagyományosan agyagedényben készítették. A tetejét légmentesen lezárták, nedves, formázható agyaggal. Ezután helyezték a sütőbe.

FÜSTÖLT MARHASZEGY BÉCSI RICSETTEL (Poitrine de boeuf fumée au cassaulet á la viennoise)

Füstölt húsok előkészítése

Száraz hüvelyesek előkészítése

Főzés

Ajánlott anyaghányad

Füstölt marhaszegy	1,00 kg	Egész bors	0,01 kg
Száraz bab	1,00 kg	Babérlevél	2 db

Árpkása	0,25 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Zellergumó	0,15 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Zsír	0,15 kg
Paradicsompüré	0,04 kg	Zöldborsó	0,30 kg
		Só	0,01 kg

A nagy szemű babot előző este átválogatjuk, többször váltott hideg vízben alaposan megmossuk, majd beáztatjuk. A füstölt marhaszegyet többször váltott langyos vízben jól megmossuk. A vöröshagymát és a megtisztított zöldségeket felszeleteljük. Az egész borsot durvára törjük. A fokhagymát a kés lapjával összezúzzuk. Az árpkását többször váltott vízben alaposan megmossuk, majd leszűrjük. A babról leszűrjük az áztatóvizet és gondosan leöblítjük.

Nagy, öntöttvas lábosban felmelegítjük a zsírt. Hozzáadjuk a felszeletelt vöröshagymát és a zöldségeket. Lepirítjuk, majd hozzáadjuk a paradicsompürét és a fokhagymát. Kissé megpirítjuk, és felengedjük hideg vízzel. Hozzáadjuk az előkészített babot, árpkását, füstölt marhaszegyet, babérlevelet, durvára törött borsot. Lassan felforraljuk, és a tetején szétterülő zsiradékra hintjük a fűszerpaprikát. Óvatosan sózzuk, mivel a füstölt marhaszegy elég sós. Fedővel lefedjük, majd mérsékelt hőfokú sütőbe helyezzük, és kb. 3-4 órán át lassan készre pároljuk.

A befejezés előtt kb. fél órával hozzáadjuk a zöldborsót. Fedővel lefedve lassan készre pároljuk. Az elkészített bécsi ricset tetejéről lemérjük a zsiradékot. A puha állományú füstölt marhaszegyet kiemeljük a bécsi ricsetből, és lábasba helyezzük. Egy kevés csontlevet vagy füstöltlevet öntünk alá, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A bécsi ricsetet pecsenyevillával óvatosan fellazítjuk, ha szükséges, óvatosan utánízésítjük sóval. Vízfürdőben tartjuk melegen, fedővel lefedve.

A bécsi ricsetet előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére helyezzük a rostokra merőlegesen szeletelt füstölt marhaszegyet. Tetejét megöntözzük a bécsi ricset tetejéről leszedett zsírral, és azonnal forrón tálaljuk.

5. Apróhúsból készíthető marhahúsételek

MARHAPÖRKÖLT (Pörkölt de boeuf)

Pörköltalap

Párolás

Tarhonya

vagy

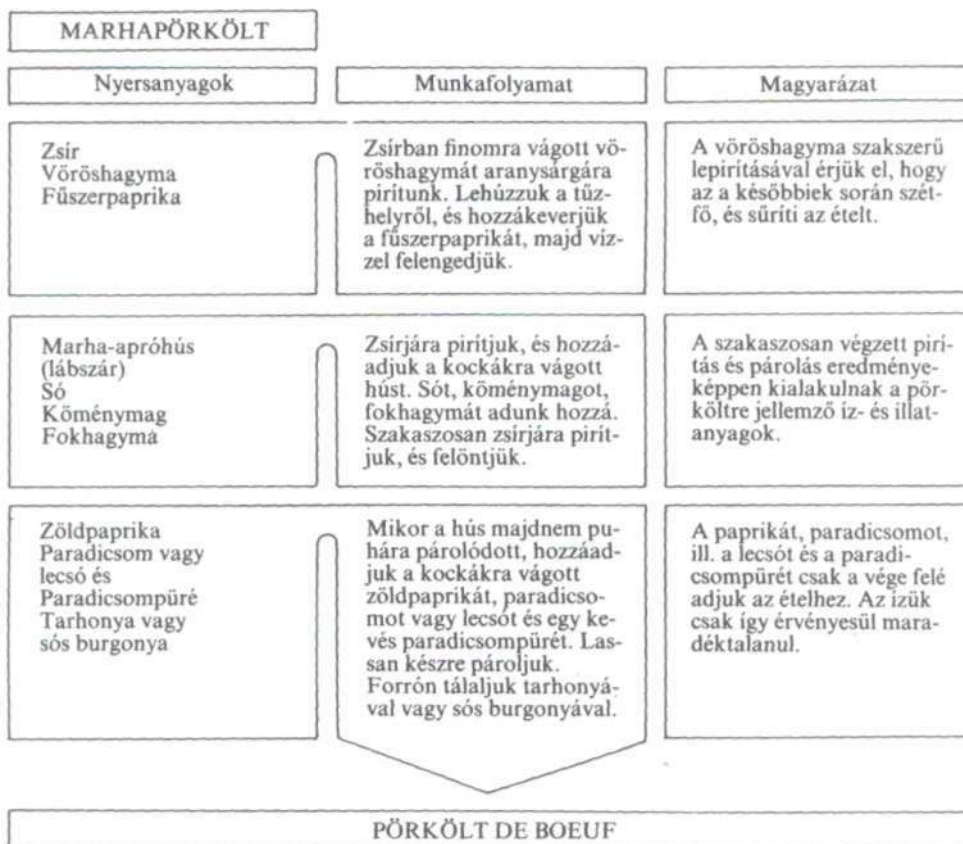
Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Lecsó	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,04 kg	Tarhonya	10 adag
Köménymag	0,01 kg	vagy	
		Sós burgonya	10 adag

A zsírt lábosban felmelegítjük. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát. Gyakori kevergetéssel aranyárgára piritjük. A lábost lehúzzuk a tűzhelyről, majd hozzáadjuk a fűszerpaprikát és gyorsan elkeverjük. Egy kevés hideg vízzel

47. folyamatábra



felöntjük, és a tűzhelyre visszahelyezve zsírára pirítjuk. A pörköltalaphoz hozzáadjuk a 3-4 dkg-os, egyenletes kockákra vágott lábszárhúst vagy egyéb apróhúst. Hozzáadjuk a kés lapjával összezúzott fokhagymát, az őrölt köménymagot, egy kevés sót. Fedővel letakarva, gyakori kevergetéssel pároljuk. Párolás közben a hús kevés levet enged, amelyet lassan elpárologtatunk, és a húst zsírára pirítjuk.

Ezután a húst újból egy kevés vízzel felengedjük, és lassan pároljuk. Ezt a műveletet többször megismételjük. Így tartalmaz pörköltlevet nyerünk. Mikor a hús majdnem puhára párolódott, újból zsírára pirítjuk. Hozzáadjuk a kockákra vágott zöldpaprikát, a paradicsomot, ezek hiányában a lecsót, a paradicsompürét és lassan pirítjuk. Az egészet felöntjük vízzel vagy csontlével, szükség szerint sóval ízesítjük, lassan készre pároljuk. A jó marhapörkölt sötétvörös színű, tartalmaz, sűrű levű. Tetején vékony rétegben paprikaszín látható. A marhapörköltet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A marhapörköltet előmelegített tálra, tarhonyával vagy sós burgonyával tálaljuk, tetejére karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot teszünk.

PUSZTAPÖRKÖLT (Pörkölt de boeuf á la pusztá)

Marhapörkölt

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Köménymag	0,01 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,03 kg	Lecsó	0,30 kg
Só	0,04 kg	Burgonya	1,50 kg

Tartalmaz, jó ízű marhapörköltet készítünk. Mikor a hús majdnem puhára párolódott, cikkekre vágott burgonyát, kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá. Egy kevés vizet vagy csontlét adunk hozzá, sóval utánízésítjük, és fedő alatt lassan készre pároljuk. A pusztapörköltet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk, minden adagba arányosan elosztva a húst és a burgonyát. Tetejére karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot teszünk.

PÁSZTORHÚS (Ragoüt de boeuf á la berger)

Marhapörkölt

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Köménymag	0,01 kg
Zsír	0,10 kg	Zöldpaprika	0,25 kg

Vöröshagyma	0,25 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,03 kg	Lecsó	0,30 kg
Füstölt szalonna	0,10 kg	Burgonya	1,20 kg
Só	0,04 kg	Tarhonya	0,40 kg

Füstölt szalonnát apró kockákra darabolunk, kiolvasztjuk, majd leszűrjük. Zsírjából pörköltalapot, majd abban marhapörköltet készítünk. Mikor a hús majdnem puhára párolódott, zsírjára pirítjuk, majd 5 cm-es kockákra vágott burgonyát, szárazon aranysárgára pirított tarhonyát, majd kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá. Jól elkeverjük, sóval ízesítjük, majd felöntjük a szükséges mennyiségű csontlével vagy vízzel. Fedővel lefedjük, felforraljuk, majd sütőben készre pároljuk.

Ha elkészült, kiemeljük a sütőből, szükség szerint sóval utániésítjük, pecsenyevillával fölkeverjük, és forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot teszünk.

BOGRÁCSGULYÁS (Goulache en casserole)

Marhapörkölt
Csipetke

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,15 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,03 kg	Lecsó	0,20 kg
Köménymag	0,01 kg	Burgonya	1,20 kg

Csipetkéhez:

Liszt	0,14 kg
Tojás	1 db
Só	0,005 kg

A magyar konyha jellegzetes, közkedvelt, népszerű készítménye. Igen tápláló egytálétel, amely tartalmaz húst, burgonyát és gyúrt tésztát.

Fontos, hogy lábszárhúsból készítsük, mert így valóban gazdag lesz íz- és zamatanyagokban. A lábszárhúst kb. 1 cm-es, egyenletes kockákra daraboljuk. Tartalmas marhapörköltet készítünk belőle. Mikor a hús majdnem puhára párolódott, zsírjára pirítjuk. Hozzáadjuk az 1 cm-es kockákra vágott burgonyát és a szintén kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót. Egy kevés csontlével felöntjük, és addig pároljuk, amíg a burgonya üveges, áttetsző

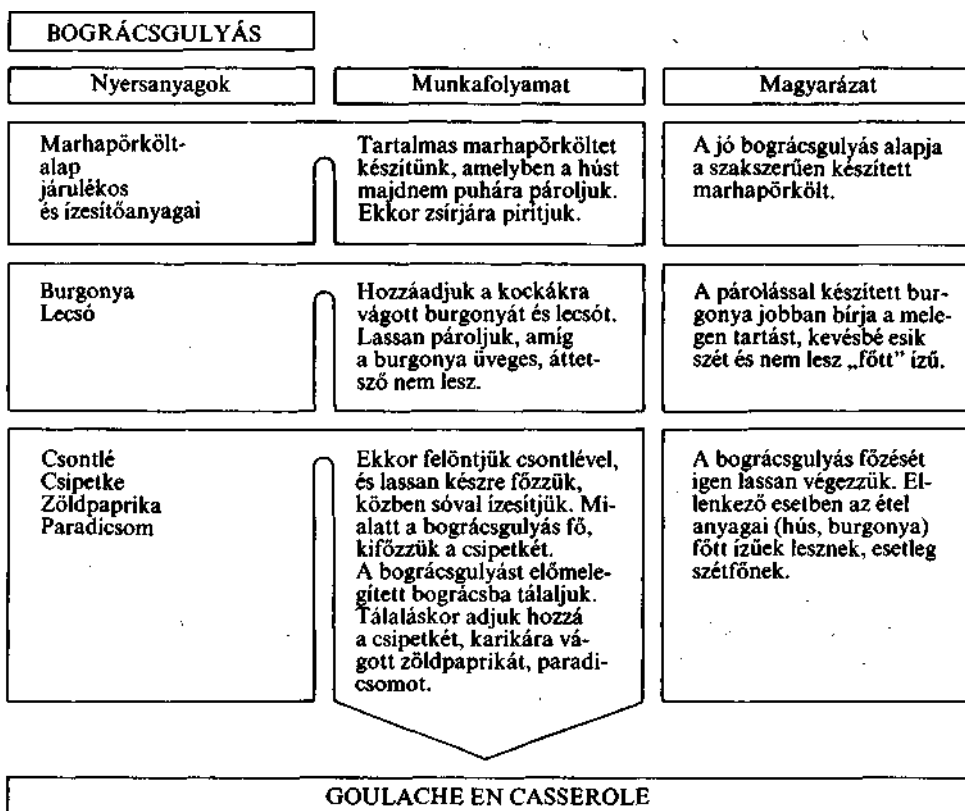
nem lesz. Ekkor megfelelő mennyiségű csontlével felöntjük, sóval ízesítjük, és lassan készre főzzük.

Gyakran előfordul, hogy a tévesen értelmezett magyaros ízek elérése végett cseresznyepaprikával méregerősre fűszerezik a bográcsgulyást. Ez súlyos hiba, amit nem szabad elkövetni. A cseresznyepaprikát mindig külön kell a bográcsgulyához és általában a fűszerpaprikával készült magyaros ételekhez adni.

A bográcsgulyást erre a célra rendszeresített kis bográcsokban tálaljuk. Az adagolást gondosan végezzük, úgy, hogy minden bográcsba az előírt mennyiségű hús és burgonya kerüljön. Ugyanígy ügyeljünk arra, hogy a bográcsgulyás „zsíros színét”, a paprikaszínt is egyenletes, fogyasztható mennyiségben tálaljuk.

A külön kifőzött csipetkét a tálaláskor adjuk a bográcsgulyához. Tetejére karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot teszünk.

48. folyamatábra



ALFÖLDI GULYÁS (Goulache á la mode d'Alföld)

Bográcsgulyás

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Leccsó	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Burgonya	1,00 kg
Köménymag	0,01 kg	Sárgarépa	0,25 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
		Zellergumó	0,10 kg

A bográcsgulyáshoz hasonlóan készítjük úgy, hogy a burgonyán kívül kockára vágott vegyes zöldséget is teszünk hozzá. Csipetke nélkül tálaljuk.

SZEGEDI GULYÁS (Goulache de boeuf á la Szeged)

Alföldi gulyás

Csipetke

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Burgonya	1,00 kg
Zsír	0,15 kg	Sárgarépa	0,25 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Zellergumó	0,10 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg		
Köménymag	0,01 kg	<i>Csipetkéhez:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,14 kg
Zöldpaprika	0,25 kg	Tojás	1 db
Paradicsom	0,12 kg	Só	0,009 kg
vagy			
Leccsó	0,20 kg		

Alföldi gulyást készítünk, melybe tálaláskor csipetkét teszünk.

KOLOZSVÁRI GULYÁS (Goulache de boeuf a la Kolozsvár)

Bográcsgulyás

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús (lábszár)	1,40 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Paradicsom	0,12 kg

Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,03 kg	Lecsó	0,20 kg
Köménymag	0,01 kg	Burgonya	1,20 kg
		Fejes káposzta	0,50 kg

A bográcsgulyáshoz hasonlóan készítjük. A burgonyával együtt cikkekre vágott fejes káposztát is adunk hozzá.

Tálaláskor minden adagba egy-egy darab főtt fejeskáposzta-cikket teszünk.

SZERB GULYÁS (Goulache á la serbe)

Bográcsgulyás

Ajánlott anyaghányad

Marha-aprónhús (lábszár)	1,40 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,03 kg	Lecsó	0,20 kg
Köménymag	0,01 kg	Burgonya	1,20 kg
		Kelkáposzta	0,60 kg

A bográcsgulyáshoz hasonlóan készítjük. A burgonyával együtt cikkekre vágott, forrázott kelkáposztát is adunk hozzá.

Tálaláskor minden adagba egy-egy darab főtt kelkáposzta-cikket teszünk.

CSÁNGÓ GULYÁS (Goulache á la csángó)

Bográcsgulyás

Ajánlott anyaghányad

Marha-aprónhús (lábszár)	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Lecsó	0,15 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Burgonya	1,20 kg
Köménymag	0,01 kg	Savanyú káposzta	0,50 kg
Só	0,03 kg		

A savanyú káposztát kimossuk, hogy ne legyen savanyú, majd szálait átvágjuk.

A savanyú káposztát a burgonyával együtt adjuk a bográcsgulyásalaphoz, majd készre főzzük.

Tálaláskor ügyeljünk arra, hogy mindenből arányosan kerüljön a bográcsba.

BORSOS TOKÁNY (Tokány au poivre)

Párolás
Párolt rizs
vagy
Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	1,40 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Zsír	0,15 kg	Fehérbor	0,20 l
Vöröshagyma	0,25 kg	Párolt rizs	10 adag
Só	0,02 kg	vagy	
Törött bors	0,005 kg	Sós burgonya	10 adag
Fokhagyma	0,01 kg		

A tokányfélékhez a húst 5-6 cm hosszú, ceruza vastagságú csíkokra vágjuk, a rostokra merőlegesen vagy rézsútosan.

Lábosban zsírt melegítünk. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, és állandó keverés közben aranysárgára pirítjuk. Fölengedjük egy kevés vízzel vagy csontlével, és lassan zsírára pirítjuk.

Hozzáadjuk a csíkokra darabolt húst. Sóval ízesítjük, hozzáadjuk az összevált fokhagymát és a törött borsot. Gyakori kevergetéssel addig pároljuk, amíg zsírára nem pirul. Egy kevés csontlével vagy vízzel újból felöntjük. Ezt a szakaszos párolást, illetve pirítást többször végezzük el, mert így alakulnak ki a tokány értékes pörzsanyagai és jellegzetes színe, sűrű leve. Mikor a hús majdnem puhára párolódott, újból zsírára pirítjuk. Egy kevés paradicsompürét adunk hozzá. A paradicsompürével rozsdabarnára pirítjuk, majd felöntjük fehérborral és egy kevés csontlével. Lassan készre pároljuk. Megkóstoljuk, ha szükséges, utánaízesítjük.

A jó borsos tokány sűrű, tartalmas, rozsdabarna színű. Gyakran előforduló hiba, hogy a paradicsompürét korábban adják a húshoz a kellesténél. Ez gátolja a hús állományának felpuhulását. A borsos tokányt fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Előmelegített tálra tálaljuk, külön párolt rizst vagy sós burgonyát adhatunk hozzá.

ERDÉLYI TOKÁNY (Tokány a la Transsylvanie)

Borsos tokány
Párolás
Puliszkeköret

Ajánlott anyaghányad

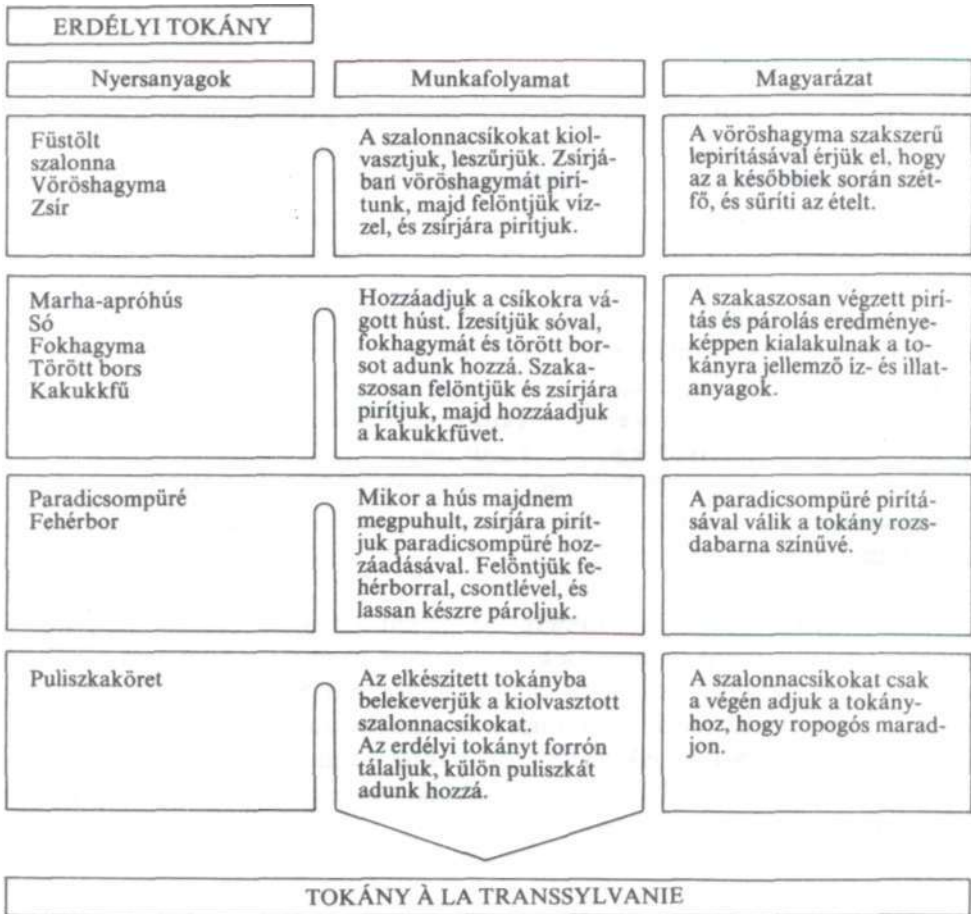
Marha-apróhús	1,40 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Kakukkfű	0,005 kg

Füstölt szalonna	0,10 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Fehérbor	0,20l
Fokhagyma	0,01 kg	Puliszkekötet	10 adag
Só	0,02 kg		

A szalonnát csíkokra vágjuk, kiolvasztjuk, majd leszűrjük. A szalonnacsíkokat félretesszük. A füstölt szalonna zsírában finomra vágott vöröshagymát piritunk, majd a továbbiakban a borsos tokánynak megfelelően készítjük el az ételt. Félfővéskor összemorzolt kakukkfűvel fűszerezzük a tokányt. Az elkészített erdélyi tokányba belekeverjük a félretett szalonnacsíkokat, és újból összeforraljuk. Az erdélyi tokányt forrón, előmelegített tálra tálaljuk.

A puliszkát külön adjuk hozzá.

49. folyamatábra



M ÉSZÁROSTOKÁNY (Tokány á la boucher)

Párolás

Erdélyi tokány

Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	1,30 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,10 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Fehérbor	0,20 l
Fokhagyma	0,01 kg	Virsli	0,25 kg
Só	0,015 kg	Tört burgonya	10 adag

Az elkészített erdélyi tokányhoz karikára vágott, egy kevés zsírban megpirított virslikarikákat keverünk. Tálaláskor ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a virsliből. A mészárostokányhoz tört burgonyát adhatunk.

GOMBÁS MARHATOKÁNY (Tokány de boeuf aux champignons)

Párolás

Borsos tokány

Tejfölös habarás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	1,30 kg	Fehérbor	0,20 l
Zsír	0,15 kg	Gomba	0,30 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Tejföl	0,30 l
Só	0,02 kg	Liszt	0,05 kg
Törött bors	0,005 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Majoránna	0,005 kg	Párolt rizs	10 adag
Paradicsompüré	0,04 kg		

Borsos tokányt készítünk, fokhagyma nélkül, kevesebb paradicsompürével. Közben pirított gombát készítünk. A finomra vágott vöröshagymát zsírban aranyárgára pirítjuk, hozzáadjuk a szeletelt gombát. Sóval ízesítjük, egy kevés borssal fűszerezzük, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

A pirított gombát az elkészített tokányhoz adjuk, morzsolt majoránnával fűszerezzük. Tejfölös habarással sűrítjük, és készre forraljuk. Szükség szerint sóval utánízesítjük.

Köretként párolt rizst adunk hozzá.

HERÁNY-TOKÁNY (Tokány á la Herány)

Pörköltalap
Forrázás
Párolás
Tejfölös habarás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	0,50 kg	Só	0,04 kg
Sertés-apróhús	0,50 kg	Fűszerpaprika	0,03 kg
Borjúvese	0,40 kg	Törött bors	0,005 kg
Gomba	0,25 kg	Tejföl	0,40 l
Füstölt szalonna	0,15 kg	Liszt	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Párolt rizs	10 adag
Vöröshagyma	0,20 kg		

Jellegzetes erdélyi eredetű étel. Marhahúsból, sertéshúsból, borjúveséből, gombából készül tejfölös habarással.

A marhahúst és a sertéshúst csíkokra vágjuk. A borjúveséről a zsiradékot a hártáival együtt eltávolítjuk. A borjúvesét lapjával párhuzamosan középen kettévágjuk. A vizeletcsatornákat késsel kivágjuk, majd hosszanti irányára merőlegesen vékony csíkokra vágjuk. Leforrázzuk, hideg vízzel leöblítjük, leszárítjuk. A megtisztított, megmosott gombát szintén szeletekre vágjuk. Pörköltalapot készítünk, és zsírjára pirítjuk. Hozzáadjuk a csíkokra vágott marhahúst, és egy kevés sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük. Fedő alatt, rövid lében szakaszosan megpirítva félpuhára pároljuk. Ekkor hozzáadjuk a sertéshúst és a szakaszos pirítást, illetve párolást tovább folytatjuk, fedő alatt.

Közben az apró kockákra vágott füstölt szalonnát serpenyőben kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a feldarabolt borjúvesét és gombát. A szalonnával lepirított borjúvesét és a gombát a párolódó húshoz adjuk. A puhára párolódott tokányt tejfölös habarással sűrítjük, sóval, egy kevés törött borssal ízesítjük, majd készre forraljuk.

A jó Herány-tokányban a húshoz, a borjúveséhez, a gomba és a füstölt szalonna ízei összhangban vannak, és az ételt kellemes bársonyossá teszi a tejfölös habarás.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tála tálaljuk, tetejét megöntözzük tejföllel és paprikaszínnel. Külön párolt rizst adunk hozzá.

50. folyamatábra

HERÁNY-TOKÁNY		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Zsír Vöröshagyma Fűszerpaprika Marha-apróhús Só	Pörköltalapon szakaszosan pirítva, párolva, félig puhára pároljuk a csikokra vágott marhahúst, és izesítjük.	A szakaszos párolás, pirítás eredményeképpen kellemes pörzsanyagok keletkeznek.
Sertés-apróhús Füstölt szalonna Gomba Borjúvese	Ekkor hozzáadjuk a csikokra vágott sertéshúst, és együtt puhára pároljuk. Szalonnával lepirított gombát és vesét adunk hozzá. Rövid ideig pároljuk.	A félig puhára párolt marhahús és a sertéshús együtt párolódik puhára.
Tejföl Liszt Só Törött bors	A tokányt tejfölös habarással sűrítjük, és lassan készre forraljuk, sóval izesítjük, törött borsot adunk hozzá, majd lassan készre forraljuk.	A tejfölös habarással sűrített tokányt lassan forraljuk, hogy a tejföl ne csapódjon ki.
Tejföl Paprikaszín Párolt rizs	A tokányt forrón tálaljuk, tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk. Rizsköre-tet adunk hozzá.	Minden esetben forrón tálaljuk. Ízei csak így érvényesülnek.
TOKÁNY À LA HERÁNY		

HÉTVEZÉR-TOKÁNY (Tokány á la hongroise)

Pörköltalap	Párolt rizs
Párolás	vagy
Tejfölös habarás	Galuska

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	0,50 kg	Liszt	0,05 kg
Borjú-apróhús	0,40 kg	Zsír	0,10 kg
Sertés-apróhús	0,50 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Só	0,02 kg

Zöldpaprika	0,25 kg	Párolt rizs	10 adag
Paradicsom	0,12 kg	vagy	
vagy		Galuska	10 adag
Lecsó	0,20 kg		
Tejföl	0,40 l		

A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd lábosban kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a finomra vágott hagymát, amit aranysárgára pirítunk. Lehúzzuk a tűzhelyről, hozzáadjuk a fűszerpaprikát, amivel gyorsan elkeverjük. Egy kevés vízzel felöntjük, és zsírára pirítjuk.

A háromféle húst egyenletes csíkokra daraboljuk. A pörköltalapba beleteszük a marhahúst, amelyben félig puhára pároljuk. Arra ügyeljünk, hogy a párolást szakaszosan mindig pirítással fejezzük be, majd újból felöntjük egy kevés csontlével vagy vízzel. A félig puhára párolt marhahúshoz hozzáadjuk a sertéshúst, majd kis idő múlva a borjúhúst, a kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót. Az egészet készre pároljuk, majd tejfölös habarással sűrítjük. Lassan készre forraljuk. Szükség szerint sóval utánízésítjük.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A hétvezér-tokányt forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejét megöntözzük tejföllel, paprikaszínnel. Külön párolt rizst vagy galuskát adunk hozzá.

SAVANYÚ VETRECE (Ragoût de boeuf á l'aigre)

Pörköltalap
Párolás
Tejfölös habarás
Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Marha-apróhús	1,40 kg	Só	0,025 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Fehérbor	0,20 l
Zsír	0,10 kg	Tejföl	0,35 l
Vöröshagyma	0,20 kg	Liszt	0,05 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Mustár	0,03 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Citrom	1 db
Törött bors	0,005 kg	Tört burgonya	10 adag
Babérlevél	2 db		

Erdélyi eredetű étel. Az apróhúst a tokánynak megfelelő csíkokra vágjuk. A füstölt szalonnát vékony csíkokra vágjuk, majd kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a zsírt, a finomra vágott vöröshagymát, és lehúzzuk a tűzhelyről. Hozzákeverjük a fűszerpaprikát, egy kevés összezúzott fokhagymát, majd csontlével vagy vízzel felöntjük. Ezután zsírára pirítjuk, és hozzáadjuk a csíkokra vágott húst. Sóval

puhára párolódik. Ha a pacal puhára párolódott, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig

Forrón, előmelegített tátra tálaljuk. Tört burgonyát vagy sós burgonyát adunk hozzá.

BECSINÁLT PACAL CITROMMAL (Banquette triples au citron)

Pacal előkészítése

Főzés

Zsemleszínű rántás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Pacal	2,00 kg	Tejszín	0,201
Fokhagyma	0,01 kg	Liszt	0,08 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó	Só	0,03 kg
Citrom	1 db	Törött bors	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,12 kg	Párolt rizs	10 adag

A fokhagymát pépesre zúzzuk, petrezselyemzöldet és citromhéjat finomra vágunk. Az előkészített pacalt a pacalpörköltökhöz hasonlóan daraboljuk. Csontlében tesszük fel főni.

A szalonnát apró kockákra vágjuk, kiolvasztjuk, leszűrjük, zsírjához lisztet adunk, amelyet zsemleszínűre pirítunk. Hozzáadjuk az előkészített fokhagymát, a petrezselyemzöldet, a citromhéjat. Felengedjük egy kevés hideg vízzel, és habverővel simára keverjük.

Az időközben puhára főzött pacalt a rántással sűrítjük, tejszínt adunk hozzá, lassan készre forraljuk. Közben sóval ízesítjük, egy kevés törött borsot, citromlét adunk hozzá.

Az ételt forrón tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá. Mind a pacalt, mind a párolt rizst meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

BELSŐSÉGPÖRKÖLT (Pörkölt d'entrailles)

Marhapörkölt

Párolás

Sós burgonya

vagy

Galuska köret

Ajánlott anyaghányad

Tőgy (tejmirigy)	0,60 kg	Só	0,04 kg
Marhaszív	0,35 kg	Vöröshagyma	0,40 kg
Marhamáj	0,45 kg	Babérlevél	2 db

Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Lecsó	0,25 kg
Zöldpaprika	0,25 kg	Sós burgonya	10 adag
		vagy	
		Galuska	10 adag

A tőgyet előkészítjük. A jól megmosott tőgyről lehúzzuk a bőrét, majd húsát darabokra vágjuk. Hideg vízben tesszük fel főni. Mikor felforrt, a levét leöntjük, hideg vízzel leöblítjük. Újra feltesszük főni, közben sót, tisztított vöröshagymát, egy kevés babérlevelet adunk hozzá. Puhára főzzük, majd kockákra daraboljuk.

Az alaposan megtisztított, megmosott marhaszívet kockákra vágjuk, és pörköltszerűen majdnem puhára pároljuk. Ekkor hozzáadjuk a kockákra darabolt tőgyet, a marhamáját és az egészet együtt készre pároljuk.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Sós burgonyát vagy galuskát adunk hozzá.

FÜSTÖLT MARHANYELV (Langue de boeuf fumée)

Főzés
Burgonyapüré
vagy
Borsópüré

Ajánlott anyaghányad

Füstölt marhanyelv 1,20 kg
Burgonyapüré 10 adag
vagy
Borsópüré 10 adag

A füstölt nyelvet többször váltott hideg vízben jól megmossuk, ezután bő vízben puhára főzzük. Ha a főzőlé nagyon sós, akkor leöntjük, és másik vízben fejezzük be a marhanyelv főzését. A puhára főzött nyelvet lapátkanállal óvatosan kiemeljük a léből, és bő, hideg vízben lehűtjük. Ezután minden oldaláról lefejtjük érdes bőrét, valamint a zsíros részeket. A megtisztított nyelvet saját főzőlevében tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor a főtt marhanyelvet hosszanti irányára kissé rézsütösen szeleteljük fel. Arra ügyeljünk, hogy a nyelv keskenyebb végéből is viszonylag nagyobb felületű szeleteket vágjunk.

A szeleteket forrón, előmelegített tálra rendezzük, saját forró levével megöntözzük. Külön burgonyapürét vagy borsópürét adunk hozzá.

MARHANYELV MADEIRAMÁRTÁSSAL (Langue de boeuf á la sauce Madeira)

Főzés
Húsleves
Madeiramártás
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Füstölt marhanyelv	1,20 kg	Madeiramártás	5 adag
Sárgarépa	0,20 kg	Burgonyaropogós	10 adag
Petrezselyemgyökér	0,15 kg		
Zellergumó	0,05 kg		
Vöröshagyma	0,05 kg		
Egész bors	0,005 kg		

A megtisztított, alaposan megmosott marhanyelvet a húsleveshez hasonlóan puhára főzzük. Lapátkanállal óvatosan kiemeljük, hideg vízben lehűtjük, majd bőrét lefejtjük. A marhanyelvet jóízű madeiramártásba helyezzük, és lassan összeforraljuk.

A marhanyelvet tálaláskor felszeleteljük, és forrón, előmelegített tálra helyezzük. Leöntjük a madeiramártással. Köretként külön burgonyaropogóst adunk hozzá.

PÁROLT MARHAMÁJ (Foie de boeuf braise)

Tűzdelés
Elősütés
Párolás
Barnamártás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Marhamáj	1,20 kg	Barnamártás	5 adag
Füstölt szalonna	0,20 kg	Vörösbor	0,20 l
Só	0,01 kg	Párolt rizs	10 adag
Törött bors	0,005 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Liszt	0,05 kg		

A párolt marhamáj, készítéséhez csak a növendék marha mája felel meg, melynek színe világosabb, állománya puhább, mint az idősebb állaté. A májról lefejtjük a hártját, kivágjuk az esetleges ércsatornákat, majd leszárítjuk.

A májat szalonnacsíkokkal megtűzdeljük, megsózzuk, megborsozzuk, majd

lisztbe forgatjuk. Minden oldalát elősütjük. Az elősütött májat barnamártásba helyezzük, vörösbort adunk hozzá, és puhára pároljuk.

A puhára párolt májat a tűzdelés irányára merőlegesen vagy rézsütösen vékony szeletekre vágjuk. Forrón, előmelegített tálra rendezzük a szeleteket, majd átvonjuk az átszűrt barnamártással. Külön párolt rizst adunk hozzá, tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

TÓGY RÁNTVA (Pis frites)

Tógy előkészítése

Főzés

Bundázás

Bő zsírban sütés

Párolt rizs

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Tógy	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,10 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Tojás	4 db
Fokhagyma	0,01 kg	Zsemlemorzsa	0,25 kg
Egész bors	0,005 kg		
Babérlevél	2 db		
Sárgarépa	0,15 kg		
Petrezselyemgyökér	0,10 kg		
Zelligumó	0,05 kg		
Olaj	0,60 l		
Petrezselyemzöld	1 csomó		
Párolt rizs	10 adag		
Tartármártás	5 adag		

A tógyet jól megmossuk, majd bőrét lehúzzuk. Hideg vízben tesszük fel főni. Mikor felforrt, a levét leöntjük, hideg vízzel leöblítjük. Újra feltesszük főni. Sót, tisztított vöröshagymát, fokhagymát, babérlevelet, egész borsot, zöldségeket adunk hozzá, és lassan puhára főzzük. Ha megfőtt, főzőlevében kihűtjük, kiemeljük, majd lepréseljük.

A jól lehűtött, lepréselt tógyet fölszeleteljük, majd megsózzuk. Ezután bundázzuk: lisztbe, tojásba, zsemlemorzsaiba forgatjuk, majd bő, forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük. Csepegtetőrácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

Tálpapírral borított fémtálra párolt rizst tálalunk, amelyre ráhelyezzük a frissen sült tógyszeleteket. Tetejére rántott petrezselymet helyezünk. Külön tartármártást adunk hozzá.

ÖKÖRSZÁJ RÁNTVA (Plais de boeuf frites)

Főzés
Bundázás
Bő zsírban sütés
Párolt rizs
Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Ökörszáj	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,10 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Tojás	4 db
Fokhagyma	0,01 kg	Zsemlemorzsa	0,25 kg
Egész bors	0,005 kg		
Babérlevél	2 db		
Sárgarépa	0,15 kg		
Zellergumó	0,05 kg		
Petrezselyemgyökér	0,10 kg		
Olaj	0,60 l		
Petrezselyemzöld	1 csomó		
Párolt rizs	10 adag		
Tartármártás	5 adag		

Az ökörszájat jól megtisztítjuk, megmossuk, majd a fűszerekkel és a zöldségekkel együtt a húsleveshez hasonlóan puhára főzzük. Levében kihűtjük, kiemeljük, majd lepréseljük.

A jól kihűtött, lepréselt ökörszájat folszeleteljük, majd megsózzuk. Ezután bundázzuk: lisztbe, tojásba, zsemlemorzsaába forgatjuk, majd bő, forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük. Csepegtetőrácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

Tálpapírral borított fémtálra párolt rizst tálalunk, majd ráhelyezzük a frissen sült ökörszáj szeleteket. Tetejére rántott petrezselymet helyezünk. Külön tartármártást adunk hozzá.

17. táblázat

Marhahúsból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Bélszínből és hátszínből egészben sütéssel készíthető marhahúskételek	Bélszínből és hátszínből frissensütéssel készíthető marhahúskételek	Párolással készíthető marhahúskételek	Főzéssel készíthető marhahúskételek	Apróhúsból készíthető marhahúskételek	Marhahússóségekből készíthető ételek
---	---	---------------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------

Kérdések:

- 1. Hogyan pácoljuk a bélszín és a hátszín?*
- 2. Hogyan készítjük a Wellington-bélszín?*
- 3. Milyen frissen sült ételeket készíthetünk a bélszínből?*
- 4. Milyen sütési fokozatai vannak a bélszínből készült frissen sült ételeknek?*
- 5. Hogyan kell a bélszínből készült frissensülteket tárolni?*
- 6. Hogyan készítjük a „Budapest” és a „Vadász” ragut?*
- 7. Hogyan történik a húsok elősütése a párolással készíthető marhahúskéteknél?*
- 8. Mire kell fokozottan ügyelni a párolással készíthető marhahúskéteknél?*
- 9. Miért kezdjük a főtt marhafartó főzését forró vízben?*
- 10. Hogyan készítjük elő a rostélyost a töltéshez?*
- 11. Milyen két hőbeadási eljárással készítjük a tokány- és a pörköltféléket?*

Gyakorlati jó tanácsok :

1. A bélszín és a hátszín előkészítését, pácolását, szeletelését mindig gondosan végezzük, így kifogástalan minőségű ételeket kapunk!
2. Az egybensütéssel készíthető bélszín és a hátszín ételek elősütését kevés, de forró zsírban végezzük!
3. Az egészben sütéssel készíthető ételeket sütés közben többször ellenőrizzük, hogy vágási felületük rózsaszín, félangolos legyen!
4. A frissensütéssel készíthető ételeket a tárolás ütemének megfelelően, azonnal készítsük, igen forró zsírban vagy rostélyon!
5. A szeletben frissensütéssel készített ételeket minden esetben pirított zsemle-szeletre tálaljuk, hogy a húsból kifolyó nedveket magába szívja. A szeletek nem válnak rágóssá!
6. A párolással készíthető ételek elősütését forró zsírban, gyorsan kell végezni!
7. A párolással készíthető ételeket folyamatosan ellenőrizni kell, mert a gyors folyadékpárolgás következtében könnyen leéghetnek!
8. A töltött rostélyoshoz a hús szeletelését, kiveregetését gondosan végezzük, hogy azok egyenletes vastagságúak legyenek!
9. A párolással készíthető marhahúskételek mártásait a mártásoknál tanult szabályok alapján készítsük!
10. A pörkölt- és tokányfélék puhára párolásánál szakaszosan alkalmazzuk a rövid lében párolást és a pirítást!

XI. Borjúhúsból készíthető ételek

A borjúhús jelentősége a diétás, kímélő ételmezésben

A szakszerűen nevelt és táplált borjú csak tejet fogyaszt. Ennek megfelelően a borjúhús illata tejre emlékeztető, laza szerkezetű, puha rostozatú. A hús rózsaszínű, alig tartalmaz zsiradékot, könnyen emészthető, értékes fehérjéket tartalmaz. Az esetleges zsírt természetesen feldolgozás előtt levágjuk a húsról.

A borjúhús pótolhatatlan a diétás és kímélő ételmezésben.

A diétás és kímélő ételmezésben felhasznált borjúhúst elsősorban főzéssel, párolással, gőzöléssel, alufóliába csomagolva készítjük el. Nagyon fontos, hogy a pirítás és a sütés különböző módozatait ne alkalmazzuk, mert így pörzsanyagok keletkeznek a hús felületén, amely hátráltatja az emésztést, megterhelést jelent a gyomornak.

A hús, valamint az ételek sózását mérsékelten kell végezni. A diéta előírásait figyelembe véve inkább finomra vágott zöldpetrezselyemmel, zeller zöldjével pótoljuk a sót. A fűszereknél ki kell zárni az erős, csípős, izgató hatású fűszereket, amelyek izgathatják az emésztőcsatornát.

Az ételekhez felhasznált zsiradék mennyiségét lehetőleg minimálisra kell csökkenteni. Jó, ha elsősorban növényi zsiradékokat használunk a diétás és kímélő ételek készítéséhez.

1. Egészen sütéssel készíthető borjúhúsételek

Egészen sütésre alkalmas húsrészek a következők:

a gerinc,	a frikandó,	a szegy,
a karaj,	a dió,	a nyak,
a vesés,	a rózsza,	a csülök.
a szűzpecsenye,	a lapocka.	

Az egészen sütéssel készült borjúsülteket mindig középmeleg, nem túl forró sütőben sütjük zöldségágyra helyezve. Sütés közben saját pecsenyelevével locsolgatjuk, hogy a hús ne száradjon ki, valamint felülete pirosra süljön, és tálaláskor szépen tudjuk szeletelni. Egy kevés vizet csak akkor öntünk alá, ha

saját, sütéskor keletkezett leve elpárolgott, és a hús még nem elég puha, tehát további sütést igényel.

Tálalás előtt a borjúsültet langyos helyen lefedve pihentetjük, csak ezt követően szeleteljük. *A felszeletelt fehér borjúsültet soha ne öntsük le a pecsenye levével!* Zsírával fényezzük, míg a pecsenye levét öntsük mellé, vagy külön mártásoscsészében adjuk a sülthez.

A borjúsültet mindig rostokra merőlegesen vagy rézsütösen szeleteljük egyenes vastagságú szeletekre.

BORJÚGERINC ORLOFF MÓDRA (Selle de veau á l'Orloff)

Borjúgerinc előkészítése

Gombapép készítése

Mornay-mártás

Párizsi körítés

Pecsenyéié

Sütés

Ajánlott anyaghányad

Borjúgerinc	3,50 kg	Mornay-mártás	5 adag
Só	0,05 kg	Zsemlemorzsa	0,08 kg
Gombapép	0,45 kg	Reszelt sajt	0,10 kg
Vaj	0,10 kg	Liszt	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
		Párizsi körítés	10 adag

A gerincet előkészítjük. A gerinc mindkét oldaláról lefejtjük a húst borító hártját. Ezután a gerincet húsos oldalával a húsvágó tőkére helyezük. Lefejtjük róla a veséket a faggyúval együtt, valamint a szűzpecsenyéket. Ezután a gerincet a tőkén felállítjuk és a gerincvezetékbe vaspálcát szúrunk, hogy a gerinc sütés közben ne változtassa az alakját. Ezután a gerincet a csontos oldalára fektetjük. A tetején látható gerincscsontot és inakat csapókéssel óvatosan átvágjuk a húsig. Ezzel biztosítjuk, hogy sütés közben a gerinc ne zsugorodjon össze. A gerincet minden oldalról megsózzuk. Sütőtepsibe helyezük, meleg zsírral leöntjük, és gyakori locsolgatással puhára sütjük. A gerinc akkor készült el, ha tapintásra rugalmas, felülete pirosra sült. *A gerincbe pecsenyevillával ne szúrjunk, mert értékes nedvanyagai kifolynak a szúrás helyén!* A gerincet lapátkanállal kiemeljük a sütőtepsiből és hűvös helyen kihűtjük, zsírából pecsenyelevet készítünk. Közben előkészítjük a gombapépet, valamint a Mornay-mártást.

A borjúgerincből a csontok mentén haladva kétoldalt óvatosan lefejtjük a húst. A csontot vajazott sütőtepsire helyezük, majd a hús helyét vékonyan bekenjük gombapéppel. A húst 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeletek vágási felületére szintén gombapépet kenünk, majd visszahelyezzük a gerinc-

BORJÚGERINC ORLOFF MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúgerinc Só Zsír	Az előkészített gerincet gyakori locsolgatással pirosra, puhára sütjük, majd kihűtjük.	A gerincet gyakran locsoljuk, hogy ne száradjon ki.
Gombapép anyagái	A gerincről lefejtjük a húst, és felszeleteljük. A gerincssontot és a szeleteket bekenjük gombapéppel. A húst visszahelyezzük a gerincre.	A szeleteket a gerinc szélességében helyezük vissza, nehogy lecsússzanak a gerincről.
Gombapép Mornay-mártás Vaj Reszelt sajt Morzsa	A gerinc felületét is bekenjük a maradék gombapéppel, majd gondosan átvonjuk Mornay-mártással. Tetejére reszelt sajtot, zsemlemorzsat hintünk, vajjal meglocsoljuk.	A gerincet mindenütt vonjuk át a Mornay-mártással. Csak így lesz egységes ízű és formájú a borjúgerinc.
Párizsi körítés	A gerincet forró sütőben pirosra sütjük. Azonnal tálaljuk párizsi körítéssel.	A gerinc nem melegíthető, nem tartható melegen, azonnal tálalni kell.
SELLE DE VEAU À L'ORLOFF		

csontra eredeti formájában. A visszamaradt gombapürével az egész gerinc felületét vékonyan bekenjük. A gerincet bevonjuk a Mornay-mártással. Tetejére reszelt sajtot, zsemlemorzsat hintünk, megöntözzük olvasztott vajjal. Forró sütőben pirosra sütjük. Ha elkészült, lapátkanállal alányúlunk, és a tálalótátra helyezük. Az előre elkészített párizsi körítéssel ízlésesen körberakjuk úgy, hogy a köretek színei jól érvényesüljenek. A pecsenyelevet külön mártásoscsészében adjuk hozzá.

BORJÚVESÉS SÜTVE (Longe de veau rôtie)

- Borjúgerinc
- Sütés
- Pecsenyéié
- Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Borjúgerinc	3,50 kg	Liszt	0,05 kg
Só	0,05 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Párizsi körítés	10 adag

A gerincet a második és a harmadik bordacsont között elhasítjuk keresztben, így kapjuk a borjúvesést, amelyen rajta vannak a vesék és a szűzpecsenyék. Ezután a vesést a borjúgerincnél tanult módon előkészítjük azzal a különbséggel, hogy az alsó csontos oldalán nem vágjuk le a csigolyacsontokat, mert így a veséket bevágnánk. Helyette hegyes, éles késsel a csigolyák találkozási pontjainál beszúrunk, azaz óvatosan átvágjuk, kb. kétharmad részben.

A borjúvesést a borjúgerinchez hasonlóan sütjük meg. Ezután a veséket és a szűzpecsenyét lefejtjük a vésésről.

A borjúvesést csonttal együtt szeleteljük fel. Minden egyes szeletre 2 vesekarikát és szűzpecsenyeszeletet helyezünk. A borjúvesést forrón, előmelegített táltra helyezzük. Mellőntjük saját pecsenyelevét, párizsi körítéssel körítjük.

BORJÚSÜLT TAVASZIASAN (Rôtie de veau á la printanière)

Sütés

Vajas pecsenyéié

Tavaszi körítés

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúcomb	1,40 kg	Zöldbab	0,30 kg
Só	0,05 kg	Kelvirág	0,30 kg
Zsír	0,15 kg	Csirág	0,25 kg
Vaj	0,10 kg	Gomba	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Karotta	0,30 kg	Liszt	0,03 kg
Kelbimbó	0,20 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zöldborsó	0,20 kg	Párolt rizs	10 adag

A borjúcombót a borjúgerinchez hasonlóan készre sütjük. Tálalásig fedővel lefedve langyos helyen melegen tartjuk.

A sült sajtát zsírjából elkészítjük a pecsenyelevet, amelybe a végén vajat teszünk, és jól összeforraljuk. A karottát bátonokra, a zöldbabot 2 cm-es darabokra, a tisztított csirágot szintén 2 cm-es darabokra daraboljuk. A kelvirágot rózsáira szedjük.

A zöldségfélét, valamint a zöldborsót sós vízben külön-külön puhára főzzük, és leszűrjük. A megtisztított gombát szeletekre vágjuk, vajon puhára pároljuk. Közben sóval ízesítjük, egy kevés törött borssal fűszerezzük, és meg-

52. folyamatábra

BORJÚSÜLT TAVASZIASAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúcomb Só Zsír	A borjúcombot gyakori locsolgatással puhára sütjük úgy, hogy felülete piros legyen a sütés befejezésére.	A borjúcombot sütés közben gyakran kell locsolgatni, hogy ne száradjon ki.
Tavaszi körítés anyagai Liszt Paradicsompüré	Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Zsírjából pecsenyelevet készítünk. Közben elkészítjük a tavaszi ragut.	A borjúsültet azért fedjük le, hogy ne száradjon ki tálalásig.
Vaj Petrezselyemzöld Párolt rizs	A tavaszi raguhoz pecsenyelevet, vaját, petrezselyemzöldet adunk, pároljuk. A sültet rostokra merőlegesen szeleteljük, és tálra rakjuk. Melléhelyezzük a tavaszi ragut, és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Párolt rizst adunk hozzá.	A tavaszi ragu úgy lesz jellegzetes, ha a borjúsült pecsenyelevével pároljuk, majd vaját és petrezselyemzöldet adunk hozzá.
RÔTIE DE VEAU À LA PRINTANIÈRE		

hintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A puhára párolt gombához hozzáadjuk a puhára főtt zöldségfélét. Vaját és vajas pecsenyelevet adunk hozzá, majd rövid ideig pároljuk a tavaszi körítést. Megkóstoljuk, ha szükséges, sóval utánízésítjük.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A borjúsültet a rostokra merőlegesen vagy kissé ferdén szeleteljük egyenletes, kb. 3-4 mm vastag szeletekre. A szeleteket forrón, előmelegített tálra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A forró tavaszi körítést a hússzeletek mellé helyezzük. A tavaszi körítést finomra vágott petrezselyemzölddel hintjük meg. Külön adunk hozzá párolt rizst és mártásoscsészében vajas pecsenyelevet.

STEFÁNIA-BORJÚSÜLT (Rôtie de veau á la Stéphanie)

Borjúsült
Vajas pecsenyéié
Gombás rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúcomb	1,40 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,05 kg	Vaj	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Tojás	5 db
Liszt	0,03 kg	Gombás rizs	10 adag

A főtt tojást a Stefánia vagdalt bélszínél tanultak alapján előkészítjük.

A borjúdiót vagy borjúfrikandót hosszúkás, keskeny pengéjű hegyes késsel felszúrjuk úgy, hogy a főtt tojásokat hosszanti irányba könnyedén betölthessük. A nyílást hurkapálcikával rögzítjük, majd a borjúsültnél tanult módon a húst puhára sütjük. Zsírjából pecsenyelevet készítünk, vajjal.

A Stefánia-borjúsültet körültekintően szeljeljük fel, nehogy a főtt tojás kiessen a szeletekből. Tálra rendezzük, gombás rizst adunk hozzá. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá a vajás pecsenyelevet.

TÖLTÖTT BORJÚSZEGY (Poitrine de veau farcie)

Borjúszegy előkészítése, kicsontozása

Sütés

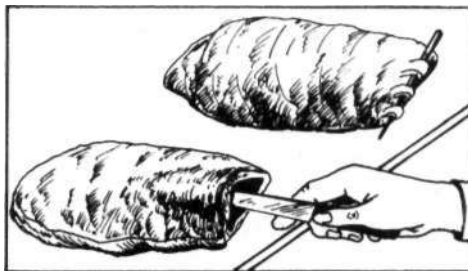
Pecsenyéié

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúszegy csonttal	2,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,05 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Zsír	0,15 kg	Liszt	0,03 kg
Zsemle	5 db	Paradicsompüré	0,03 kg
Tojás	5 db	Párolt rizs	10 adag

A zsemleket vízbe áztatjuk. *A borjúszegyeket kicsontozzuk, majd hosszú keskeny pengéjű hegyes késsel felszúrjuk a töltéshez* (138. ábra). A felszúrást a szegy hosszanti irányával párhuzamosan végezzük. A szélesebb végétől toljuk a kést óvatosan a keskenyebb irányba. A művelet nagy gyakorlatot, körültekintést



138. ábra. Borjúszegy felszúrása és eltűzése

53. folyamatábra

TÖLTÖTT BORJÚSZEGY		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúszegegy Zsemle	A kicsontozott borjúszegegyet óvatosan felszűrjük. A zsemlet beáztatjuk, majd kinyomjuk.	A borjúszegegyet óvatosan szűrjük fel, hogy ne keletkezzen lyuk rajta.
Tojás Zsír Petrezselyemzöld Só Törött bors	A tojásokat jól kikeverjük. Hozzáadjuk a szitán áttört zsemleket, zsírban párolt petrezselyemzöldet, sót, törött borsot, és összekeverjük.	A töltelék csak akkor lesz egynemű, ha a zsemlet áttörjük és mindent jól összekeverünk.
Só Zsír	A töltelékét habzsák segítségével a borjúszegegybe töltjük, majd végeit összetűzzük. Sózzuk, és gyakori locsolgatással készre sütjük. A borjúszegegyet fedővel lefedve tartjuk melegen, közben locsoljuk.	A töltött borjúszegegyet gyakran locsolgassuk. Ha a töltött borjúszegegy kiszárad, kirepedhet, és nehezen szeletelhető.
Párolt rizs	A borjúszegegyet hosszanti irányára merőlegesen szeleteljük. Párolt rizzsel tájaljuk.	A borjúszegegyből így kapunk az adagszámnak megfelelő számú szeletet.
POITRINE DE VEAU FARCIE		

igényel. A késsel a szegyhús közepén kell haladni. Ha a késsel eltérünk a megfelelő iránytól, a szegy alsó vagy felső részét kihalásíthatjuk. Ha ez megtörténik, akkor túvel és cérnával vagy hosszúkás, vékony acél hústúvel a hasítást összetűzzük. A felszúrt szegybetöltés előtt ellenőrizzük. Fial borjú esetében előfordulhat, hogy a borjúszegegy széleit, az alsó és felső részt csak vékony hártya tartja össze. Ebben az esetben is az összetűzést kell alkalmazni, hogy a töltelék ne folyjon ki a szegyből sütés közben.

Zsemles töltelékét készítünk. A petrezselyemzöldet finomra vágjuk, és egy kevés zsírban rövid ideig pároljuk, hogy szín- és illatanyagai kioldódjanak. Az időközben megduzzadt zsemleket kinyomkodjuk, szitán áttörjük. Keverőtálban a tojásokat és a zsír egyharmad részét jól kikeverjük. Hozzáadjuk a szitán áttört zsemleket, a zsírban párolt petrezselyemzöldet. Sóval ízesítjük, törött borsal

fűszerezjük. Jól összekeverjük, majd az egészet habzsákba töltjük. A habzsák segítségével egyenletesen a borjúszegebe töltjük.

A borjúszege végét összetűzzük. Kívülről megsózzuk, majd sütőtepsibe helyezük, leöntjük a langyos zsírral. A borjúszeget középmeleg sütőben sütjük a borjúsülthöz hasonlóan. A töltött borjúszeget sütés közben gyakran kell locsolgatni, mert különben felülete kiszárad, kireped, a töltelék kifolyik. Ha a borjúszege felülete kiszárad, nehezen szeletelhető. A készre sült töltött borjúszege állománya rugalmas, felülete hasonló a borjúsült felületéhez.

A töltött borjúszeget langyos helyen fedővel lefedve tartjuk tálalásig. A szeletelést elősegíti, ha eközben saját zsírával locsolgatjuk, mert így felülete puhább, de egyben tetszetősebb is lesz.

Tálalás előtt a cérnát, illetve az acél hústűt eltávolítjuk. A borjúszeget hosszanti irányára merőlegesen vagy kissé ferdén szeleteljük. A szeleteket előmelegített tála helyezzük, a pecsenyelevet mellőntjük. Párolt rizst adunk hozzá.

BÉCSI BORJÚSZEGY (Poitrine de veau á la viennoise)

Borjúszege előkészítése, kicsontozása

Húsleves

Spanyol mártás

vagy

Suprême mártás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúszege csonttal	2,00 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Sárgarépa	0,20 kg	Liszt	0,10 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Tojás	4 db
Zellergumó	0,05 kg	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Só	0,04 kg		
Egész bors	0,005 kg		
Vöröshagyma	0,05 kg		
Olaj	0,50 l		
Spanyol mártás	5 adag		
vagy			
Suprême mártás	5 adag		
Párolt rizs	10 adag		
Fejes saláta	1 db		

A kicsontozott borjúszegyet megmossuk, és a leveshúshoz hasonlóan puhára főzzük. A főzőlevéből lapátkanállal óvatosan kiemeljük. Zománcozott tepsibe helyezük, lepréseljük, és hűtőszekrényben jól lehűtjük. Ezután hosszanti irányára kissé ferdén felszeleteljük kb. 5 mm vastag szeletekre. A szeleteket lisztbe, tojásba, zsemlemorzsába mártjuk, majd bő, forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük. A sütést követően gondosan lecsepegtetjük a szeleteket.

A szeleteket tálpapírral ellátott tálra tálaljuk. Minden szeletre egy-egy hámozott citromkarikát helyezünk, majd salátalevéllal díszítjük. Párolt rizst és külön mártásoscsészében saját főzőlevéből készített suprême mártást vagy spanyol mártást adunk hozzá.

BORJÚCSÜLÖK PÉKNÉ MÓDRA (Jarret de veau a la boulangère)

Sütés

Pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Borjúcsülök (csonttal) 5 db	4,00 kg	Vöröshagyma	0,80 kg
Só	0,05 kg	Liszt	0,08 kg
Zsír	0,20 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Burgonya	2,00 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Törött bors	0,005 kg		

A borjúcsülök minden esetben 2 személyes, mivel mérete, súlya kb. 0,80 kg. Ez hozzávetőleg 0,35-0,40 kg húst tartalmaz.

A borjúcsülköt besózzuk, lábosba helyezük. Langyos zsírral leöntjük, és a borjúcomb sütésének megfelelően félpuhára sütjük. Sütés közben gyakran kell forgatni, saját zsírjával locsolgatni.

Elkészítjük a pékné-köretet. A csülök mellé cikkekre vágott burgonyát és cikkekre vágott vöröshagymát helyezünk. Az egészet sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Mindent jól összekeverünk, majd középmeleg sütőben együtt készre sütjük. A borjúcsülköt másik lábosba emeljük, és átszedjük mellé a pékné-körítést. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Zsírjából pecsenyelevet készítünk, és azt is fedve tartjuk melegen tálalásig. A pecsenyéié egy részét a csülök alá öntjük, hogy ne száradjon ki.

Tálaláskor a csülökről a húst lefejtjük, lehetőleg úgy, hogy az egy darabban maradjon. A csülökcsontot a tálra tesszük. A csülökről lefejtett húst hosszanti irányára merőlegesen felszeleteljük és a csülökcsontra visszahelyezzük.

A pékné-köretet a felszeletelt csülök köré, egy részét a tetejére tálaljuk. Meglocsoljuk a pecsenyéié egy részével, majd az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

A maradék pecsenyelevet külön mártásoscsészében adjuk hozzá.

VAJAS BORJUCSULOK (Jarret de veau au beurre)

Borjúcsülök
Sütés
Vajas pecsenyéié
Rizibizi

Ajánlott anyaghányad

Borjúcsülök (csonttal) 5 db	4,00 kg	Liszt	0,04 kg
Só	0,05 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Zsír	0,20 kg	Rizibizi	10 adag
Vaj	0,08 kg		

A borjúcsülköt puhára sütjük. Zsírjából pecsenyelevet készítünk, amelybe a végén vaját keverünk. Ebben a vajas pecsenyelében tartjuk a csülköt tálalásig.

A csülökhúst a tanultak alapján tálaljuk. A tálra rendezett, felszeletelt húst megöntözzük a vajas pecsenyelével. Külön rizibizi köretet adunk hozzá.

2. Frissensütéssel készíthető borjúhúsételek

A frissensütéssel készíthető borjúhúsételeket, mint minden frissensültet, rendelésre, a tálalás előtt készítjük el.

Frissensültek készítésére alkalmas húsrészek:

felsálból, frikandóból:

borjúszelet (1 adag 1 db; egyenként 14-18 dkg)

dióból:

borjújava (1 adag 1 db; egyenként 14-18 dkg)

rózsából, frikandóból:

borjúfiié (1 adag 1 db; egyenként 8-10 dkg)

karajból:

borjúborda (1 adag 2 db; egyenként 8-10 dkg)

szűzpecsenyéből:

borjúszeletkék (1 adag 5-6 db; egyenként 2-3 dkg)

borjúérmék (1 adag 3 db; egyenként 5-6 dkg).

BÉCSI SZELET (Escalope de veau a la viennoise)

Nyitott szelet
Bundázás
Bő zsírban sütés
Hasáburgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjűfelsál	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,10 kg
Hasábburgonya	10 adag	Tojás	4 db
Citrom	2 db	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Tojás	3 db		
Ajókagyűrű	10 db		
Fejes saláta	1 db		
Olaj	0,50l		

A borjűfelsálból nyitott szeleteléssel egy kb. 14-18 dkg-os szeletet levágunk. Kivergetűk, ahol szükséges, a hűshártyát a kés fokával bevágjuk, hogy sűtés közben ne zsugorodjon össze. Sózzuk, majd lisztbe, felvert egész tojásba és zsemlemorzsaába forgatjuk. Bű zsírban pirosra, ropogásra sűtűk. Csepegtető-rácsra emelűk, hogy a felesleges zsír lecsurogjon róla.

Fémáltalra tálpapírt, majd arra bű zsírban frissen sűtött lecsepegtetett hasábburgonyát helyezűnk. Erre rakjuk a bécsi szeletet. A bécsi szelet közepére hámozott citromkarikát, fűtt tojászeletet és ajókagyűrűt helyezűnk. A bécsi szeletet salátalevéllal díszítűk, és azonnal, forrón felszolgáljuk.

Borjűjávána nevezűk azt a vastagabb borjűszeletet, amelyet meghatározott súlyhatáron belül (14-18 dkg) egy darab kb. 1 cm vastag szeletben vágunk le a borjűcomb részéből, a dióból. A borjűjava alakra és súlyra is leginkább a bélszínből vágott bélszínjávához (beefsteakhez) hasonlít. A levágott borjűjavát nem veregetűk ki hűsverő kalapáccsal, hanem a hűsbárd lapjával könnyedén meglapítjuk. Így a rostok meglazulnak, sűtés közben jobban megpuhulnak. A borjűjava formája továbbra is kör alakú, kb. 7-8 mm vastag, tetszetős marad.

Ezután a borjűjava szélén lévő hűshártyát a kés fokával bevágjuk, hogy sűtés közben ne zsugorodjon össze. Natúr sűtéssel megsűtűk.

A borjűjava mindkét oldalát megsózzuk, majd lisztbe forgatjuk. (A lisztbe mártott hűst tárolni nem szabad, azonnal sűtni kell!) A serpenyűben egy kevés zsírt hevítűnk, amibe belehelyezűk az előkészített borjűjavát. Nyílt láng felett forró zsírban kezdűk a sűtést. Ha a borjűjava egyik oldala szép piros, ropogásra sűlt, a pecsenyevilla ágai közé véve (nem beleszűrva) a másik oldalára fordítjuk, és megsűtűk a másik oldalát is. Ekkor levessűk az erős tűzről, és mérsékelt hűmérsékleten sűtűk tovább mindaddig, amíg a vastag hűsszelet közepe át nem sűl, meg nem puhul.

Ha a borjű nem volt elég fiatal, a hűsa túlságosan rostos, akkor a mérsékelt hűfokú sűtés közben a serpenyűt fedűvel lefedűk. Az így keletkező gűzben a hűs puha, omlós állományú lesz. A sűtés időtartama kb. 4-5, esetleg 6 perc a hűs minőségétől függően.

A borjújáváat kiemeljük a zsírból. A serpenyőből a zsírt másik edénybe öntjük, ügyelve arra, hogy a keletkezett értékes pörzsanyagok, az esetleges húsnedvek a serpenyőben maradjanak. *Elkészítjük a természetes pecsenyelevet (jus).*

A serpenyőben maradt pörzsanyagokat és kiszivárgott húsnedveket egy kevés csontlével felöntjük, és gyorsan összeforraljuk. Szükség szerint sóval ízesítjük. Ezt a műveletet pillanatok alatt kell elvégezni, hogy ezalatt a hús ne hűljön ki. Ez a természetes pecsenyéié.

A kész pecsenyelevet az étel jellegétől függően a borjújávára öntjük vagy külön mártásoscsészében adjuk hozzá.

Vajas pecsenyelevet (jus au beurre) is készíthetünk.

Az előbbi módon elkészített forrásban levő pecsenyeléhez vajdarabkákat adunk, összeforraljuk.

BORJÚJAVA DUNA MÓDRA (Steak de veau á la Duna)

Habart tojás (matrózhús párizsian)

Borjújava natúr sütése

Tejfölös habarás

Párolt rizs

Kockaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Só	0,03 kg	Csontié	0,401
Liszt	0,10 kg	Tejföl	0,20 l
Zsír	0,15 kg	Tejszín	0,201
Tojás	10 db	Zöldpaprika	0,15 kg
Vaj	0,10 kg	Paradicsom	0,05 kg
Gombafej	10 db	Párolt rizs	5 adag
Vöröshagyma	0,05 kg	Kockaburgonya	5 adag

A brüsszeli vilákiállításon 1958-ban nagy közönségsikert elért étel.

A felszeletelt borjújáváat vékony pengéjű hegyes késsel óvatosan felszúrjuk, hogy tölthető legyen a kialakított nyílás. Habart tojást készítünk, kihűtjük. Az elkészített, kihűtött habart tojást betöltjük a borjújávába, és a nyílást fogvájóval összetűzzük. A borjújava mindkét oldalát sózzuk, majd lisztbe mártjuk.

Az ismert módon pirosra sütjük, ügyelve arra, hogy jól átsüljön. A borjújáváat serpenyőben sütjük meg natúr sütéssel úgy, hogy minden darabhoz egy darab gombafejet is sütünk. A tálalás befejezésére a zsírban, amiben a borjújáváat és a gombafejeket sütöttük, *paprikás mártást készítünk*, a Csáky-rostélyosnál tanultak alapján. Zsírban finomra vágott vöröshagymát aranysárgára pirítunk. Lehúzzuk a tűzhelyről, és hozzákeverjük a fűszerpaprikát. Felöntjük vízzel vagy

54. folyamatábra

BORJÚJAVA DUNA MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúdió Tojás Tejszín Só	A megfelelő vastagságúra szeletelt borjújavadat felszúrjuk, és habart tojással betöltjük. Fogvájóval összetűzzük a nyilást.	Ha a borjújava nem elég vastag, akkor nem tudjuk felszúrni és betölteni.
Só Liszt Zsír Gombafej	A borjújavadat sózzuk, lisztbe mártjuk, majd egy kevés zsírban közepes hőmérsékleten gombafejekkel együtt puhára sütjük.	A borjújavadat közepes hőmérsékleten kell sütni, hogy átsüljenek középen is.
Zsír Vöröshagyma Fűszerpaprika Tejföl Liszt Zöldpaprika Paradicsom Párolt rizs Kockaburgonya	A sütéshez felhasznált zsírban, gyorsan bevonóképes paprikás mártást készítünk. A borjújavára helyezzük a gombafejeket, majd tálra rakjuk. Átvonjuk paprikás mártással. Párolt rizzsel, kockaburgonyával körítjük.	A paprikás mártást gyorsan kell készíteni, hogy a hús nehegy kihűljön és rágós legyen. Az ételt azonnal tálaljuk.
STEAK DE VEAU À LA DUNA		

csontlével, sózzuk, majd zsírára pirítjuk, és hozzáadjuk a kockákra vágott zöldpaprikát, paradicsomot.

Újból felöntjük csontlével, felforraljuk. Tejfölös habarással sűrítjük, sóval ízesítjük. Lassan készre forraljuk, végül tejszínt adunk hozzá. A mártást szitán átszűrjük, újra fölforraljuk.

A borjújavadat előmelegített tálra helyezzük, tetejére gombafejeket teszünk. Az egészet leöntjük paprikás mártással. Tetejét megöntözzük tejföllel, paprikaszínnel. Párolt rizzsel, és bő zsírban sült kockaburgonyával körítjük.

BORJÚJAVA MURÁT MÓDRA (Steak de veau a la Murát)

Borjújava natúr sütése

Kockaburgonya

Vajas pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,03 kg	Vaj	0,06 kg

Liszt	0,08 kg	Sonka	0,25 kg
Zsír	0,10 kg	Tárkonylevél	0,02 kg
Paradicsompüré	0,04 kg	Tárkonyecet	0,01 l
		Kockaburgonya	10 adag

A borjújavát az ismert módon készre sütjük. Zsírjából vajas pecsenyelevet készítünk, amihez a végén finomra vágott tárkonylevelet, egy kevés tárkonyecetet adunk, és összeforraljuk. A sonkát felszeleteljük, majd egy kevés zsírban hirtelen megsütjük, és a tárkonyos pecsenyelébe helyezük, összeforraljuk. A jól átsütött borjújavát előmelegített táltra helyezük. A tetejére sonkaszeletet helyezünk. Leöntjük a vajos, tárkonyos pecsenyelével. A bő zsírban sült kockaburgonyával beborítjuk, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

BORJÚJAVA HOLSTEIN MÓDRA (Steak de veau á la Holstein)

Borjújava natúr sütése

Pirított burgonya

Vajas pecsenyéié

Uborkasaláta

Paradicsomsaláta

Céklasaláta

Burgonyasaláta

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Ajókagyúrú	10 db
Só	0,03 kg	Pirított burgonya	10 adag
Liszt	0,08 kg	Uborkasaláta	2 adag
Zsír	0,15 kg	Paradicsomsaláta	2 adag
Paradicsompüré	0,04 kg	Céklasaláta	3 adag
Vaj	0,06 kg	Burgonyasaláta	3 adag
Tojás	10 db	Fejes saláta	1 db

A borjújavát az ismert módon megsütjük.

Tükörtojást készítünk. Tükörtojássütőben egy kevés zsírt hevítünk. A tojást óvatosan beleengedjük, ügyelve arra, hogy a sárgája egyben maradjon. Lassan készre sütjük. A tojásfehérje mindenütt süljön át, a sárgája maradjon félig nyers. A készre sült tükörtojást lapátkanállal a tükörtojássütőből óvatosan kiemeljük úgy, hogy a sárgája egyben maradjon. Ha a tükörtojást serpenyőben sütötük, akkor nagyobb átmérőjű fánkkiszúróval kör alakúra alakítjuk. A megfelelő méretű, kör vagy ovális alakú tálalótálat félig körberakjuk fejessaláta-levelekkel. Erre különféle salátákat helyezünk úgy, hogy azok színeikben változatosan kövessék egymást: uborkasaláta, paradicsomsaláta, burgonyasaláta, céklasaláta.

A tálalótál közepére pirított burgonyát halmozunk. Tetejére helyezük a borjújavát és leöntjük egy kevés vajas pecsenyelével. Közepére rakjuk a tükörtojást. A tükörtojás közepére egy darab ajókaagyürüt helyezünk óvatosan úgy, hogy a sárgája ne repedjen ki. Azonnal tálaljuk.

BORJÚJAVA JÓ ASSZONY MÓDRA (Escalope de veau á la bonne femme)

Borjújava natúr sütése
Bő zsírban sült kockaburgonya
Vajas pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,08 kg	Gomba	0,25 kg
Zsír	0,10 kg	Gyöngyhagyma	0,30 kg
Császárhús	0,30 kg	vagy	
Vaj	0,06 kg	Vöröshagyma	0,30 kg
		Kockaburgonya	10 adag
		Petrezselyemzöld	1 csomó

A borjújavát az ismert módon megsütjük, majd saját vajas pecsenyelevében tartjuk melegen tálalásig fedővel lefedve.

Elkészítjük a jó asszony ragut. A császárhúst 1 x 1 cm-es kockákra vágjuk, majd serpenyőben kissé kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a gyöngyhagymát (ennek hiányában a kockákra vágott vöröshagymát) és a kockákra vágott gombát. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Erős tűzön gyorsan piritjük. Hozzákeverjük a bő zsírban sült kockaburgonyát.

A borjújavát előmelegített tálra helyezük, leöntjük a forró, vajas pecsenyelével. A tetejére halmozzuk a forró jó asszony ragut, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal, forrón szolgáljuk fel.

BORJÚJAVA KREOL MÓDRA (Steak de veau a la creole)

Borjújava natúr sütése
Paradicsom forrázása
Vajas pecsenyéié
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Vaj	0,06 kg
Só	0,03 kg	Gomba	0,40 kg
Liszt	0,08 kg	Paradicsom	0,50 kg

Paradicsompüré	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Vöröshagyma	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag

A borjújává az ismert módon megsütjük, majd saját vajas pecsenyelevében tartjuk melegen tálalásig fedővel lefedve.

A friss paradicsomot leforrázzuk, héját lehúzzuk, magját, levét kinyomkodjuk, húsát egyenletes, 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk.

Elkészítjük a „kreol” jelleget adó ragut. Zsírban finomra vágott vöröshagymát aranyárgára pirítunk. Hozzáadjuk az 1 x 1 cm-es kockákra vágott gombát. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Ekkor hozzáadjuk a paradicsomot, és tovább pirítjuk. Felöntjük egy kevés vajas pecsenyelével, ha szükséges, utánízesítjük sóval, készre forraljuk, illetve pirítjuk, hogy az egész ragujellegű legyen.

A borjújává előmelegített tálra helyezük. A tetejére halmozzuk a ragut, meglocsoljuk a maradék pecsenyelével. Párolt rizst adunk hozzá köretként. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

BORJÚJAVA DUBARRY MÓDRA (Steak de veau á la Dubarry)

Kelvirág lengyelesen
Gratinmártás
Borjújava natúr sütése
Vajas pecsenyéié
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúdió	1,40 kg	Kelvirág	1,20 kg
Só	0,03 kg	Gratinmártás	10 adag
Liszt	0,08 kg	Sajt	0,06 kg
Paradicsompüré	0,03 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Vaj	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag
Zsír	0,10 kg		

A borjújává az ismert módon megsütjük, majd vajazott sütőlapra helyezük.

A puhára főzött kelvirágból halmokat alakítunk ki, amelyeket a borjújávára helyezünk. Az egészet bevonjuk gratinmártással. Tetejét meghintjük reszelt sajttal és egy kevés szitált zsemlemorzzával. Vajdarabkákat helyezünk rá, és sütőben vagy szalamanderben pirosra sütjük.

A borjújává lapátkanállal előmelegített tálra helyezük. Párolt rizzsel körítjük, de adható köret nélkül is. Külön mártásoscsészében vajas pecsenyelevet adunk hozzá.

BORJUBORDÁK PAPIRHÜVELYBEN (Côtelettes de veau en papillote)

Kockaburgonya

Madeiramártás

Borjújava natúr sütése

Ajánlott anyaghányad

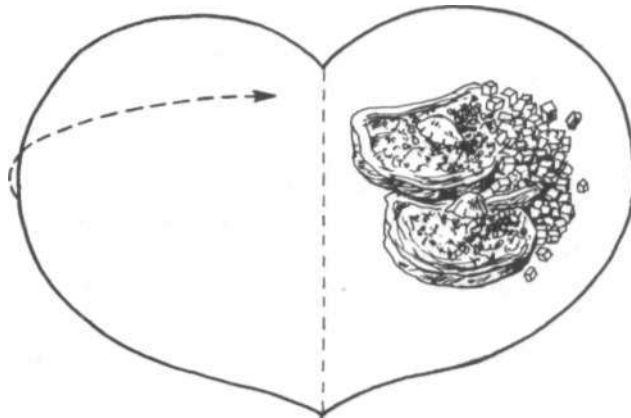
Borjújava	1,40 kg	Gomba	0,30 kg
Só	0,05 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,08 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,20 kg	Madeiramártás	5 adag
Vaj	0,15 kg	Kockaburgonya	10 adag
Sonka	0,30 kg	Zsírpapír	5 ív
Libamáj	0,25 kg		

A borjúbordákat a borjúkarajból szeleteljük. A bordacsontokról a húst és a hártát a bordatőcsontig alaposan letisztítjuk. (A letisztított húst vagdalthoz vagy pörköltöz lehet felhasználni.)

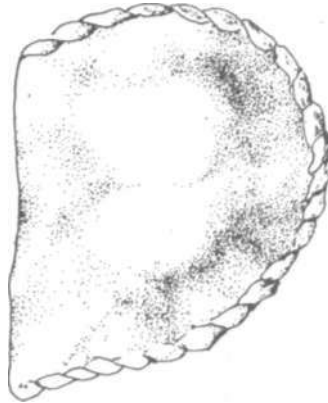
A borjúbordákat a borjújavanál ismertetett módon natúr sütéssel megsütjük.

Kockákra vágott libamájat és gombát vajon megpirítunk. Közben sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezünk, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A raguhoz a végén jóízű madeiramártást öntünk, sűrűre beforraljuk. A kockaburgonyát pirosra, ropogósra sütjük.

A sonkát felszeleteljük, és vajban megpirítjuk. Fél ív fehér zsírpapírt hosszanti irányára merőlegesen összehajtjuk és félszív alakúra vágjuk. A papírt szétnyitjuk, így egész szív alakot kapunk. Az egyik felét vajjal bekenjük, majd a sütőlemez közepére helyezzük. A zsírpapír vajazott oldalára zsírban sült kockaburgonyát halmozunk. Erre tesszük a vajban pirított sonkaszeletek felét és a



139. ábra. Borjúbordák papírhüvelyben előkészítése



140. ábra. Borjúbordák papírhüvelyben

bordákat. A bordákra a madeiramártással összekevert ragut helyezzük, majd az egészet befedjük a maradék vajban pirított sonkaszeletekkel (139. ábra). A papír másik felét az alsó papírral együtt a széleken, jó szorosan összesodorjuk (140. ábra).

A sütőlemezt forró sütőbe helyezzük. Az étel kb. 8-10 perc múlva készül el. Felülete sötétbarna színűvé válik, térfogata a keletkezett gőzöktől megnő. A papírhüvelyt óvatosan előmelegített fémtálra húzzuk, és azonnal tálaljuk (141. ábra).



141. ábra. Borjúbordák papírhüvelyben tálalva

55. folyamatábra

BORJÚBORDÁK PAPIRHÜVELYBEN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúborda Só Liszt Zsír	Az előkészített bordákat sózzuk, lisztbe mártjuk és natúrsütéssel megsütjük.	A bordákat úgy kell megsütni, hogy ne száradjanak ki.
Vaj Libamáj Gomba Só Törött bors Petrezselyemzöld	Vajon lepirítjuk a kockákra vágott libamájat, és a gombát. Sóval ízesítjük. Törött borsot, petrezselyemzöldet adunk hozzá.	Az anyagokat ne pirítsuk le nagyon, mert további hőbehatást is fogunk alkalmazni.
Madeiramártás Sonka Vaj	A ragut összeforraljuk madeiramártással. Kockaburgonyát sütünk. A sonkaszeletet vajban megpirítjük.	A ragut azért kell összeforralni, hogy jó sűrű legyen.
Vaj Zsírpapír	A szív alakúra vágott vajzott zsírpapíron egymásra helyezzük: a kockaburgonyát, a sonkaszeleteket, a bordákat, a ragut.	Az egymásra helyezett anyagok pontosan fedjék egymást, hogy ízeik összeüljenek.
Madeiramártás	A zsírpapír széleit szorosan összesodorjuk, majd az egészet sütőben megsütjük. Azonnal tálaljuk, madeiramártást adunk hozzá.	A papírt szorosan sodorjuk össze. Ha nem így járunk el, akkor a papírhüvely nem fűvődik fel.
CÔTELETTES DE VEAU EN PAPILOTTE		

A borjúbordák papírhüvelyben készítményhez külön mártásoscsészében madeiramártást adunk.

A borjúborda készíthető még alumíniumfóliában is.

BORJÚBORDÁK MILÁNÓI MÓDRA (Côtelettes de veau à la milanaise)

Makaróni

Julienne-re darabolás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Ajánlott anyaghányad

Borjúborda	1,40 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Só	0,03 kg	Gomba	0,30 kg
Liszt	0,10 kg	Sonka	0,25 kg
Tojás	4 db	vagy	
Zsemlemorzsa	0,20 kg	Füstölt marhanyelv	0,25 kg
Olaj	0,50 l	Törött bors	0,005 kg
Citrom	2 db	Paradicsompüré	0,35 kg
Makaróni	0,90 kg	Parmezán sajt	0,10 kg
Vaj	0,20 kg	Fejes saláta	1 db

Elkészítjük a *milánói makarónit*: Vajban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk a julienne-re vágott gombát és a füstölt marhanyelvet vagy sonkát. Jól összekeverjük, majd hozzáadjuk a paradicsompürét, amivel lepirítjuk, ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd összekeverjük a puhára főtt makarónival és a reszelt parmezán sajt felével. Fedővel letakarva tartjuk melegen tálalásig.

Az előkészített borjúbordákat megsózzuk, majd lisztbe, felvert egész tojásba és reszelt sajttal összekevert zsemlemorzzába mártjuk. Bő zsírban pirosra, ropogósra sütjük és csepegtetőrácsra emeljük a borjúbordákat.

A milánói makarónit forrón, az előmelegített tál egyik oldalára tálaljuk. Tetejét meghintjük reszelt parmezán sajttal. Melléhelyezzük a frissen sült borjúbordákat. Minden borjúbordára egy-egy hámozott citromkarikát helyezünk. A tál két végét salátalevével díszítjük, és azonnal felszolgáljuk.

BORJÚJAVA TAVASZIASAN (Côtelettes de veau á la printanière)

Borjúbordák előkészítése

Borjújava natúr sütése

Vajas pecsenyéié

Tavaszi körítés

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúborda	1,40 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Só	0,04 kg	Zöldborsó	0,20 kg
Liszt	0,10 kg	Kelvirág	0,30 kg
Zsír	0,10 kg	Gomba	0,20 kg
Vaj	0,10 kg	Kelbimbó	0,20 kg
Paradicsompüré	0,04 kg	Zöldbab	0,30 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó	Csirág	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Párolt rizs	10 adag

A borjúbordákat az ismert módon előkészítjük, majd a borjújávához hasonlóan natúr sütéssel megsütjük. Saját zsírjából vajas pecsenyelevet készítünk. Közben elkészítjük a tavaszi körítést, amelyhez egy kevés vajas pecsenyelevet öntünk, jól összeforraljuk.

A forró tavaszi körítést előmelegített tálra tálaljuk. Melléhelyezzük a bordákat, és meglocsoljuk vajas pecsenyelével. Párolt rizst adunk hozzá körítésként. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A maradék vajas pecsenyelevet külön mártásoscsészében adjuk az ételhez.

VAGDALT BORJÚBORDA (Côtelettes de veau hachées)

Stefánia vagdalt bélszín

Natúr sütés

Vajas pecsenyéié

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,20 kg	Zsír	0,10 kg
Zsemle	5 db	Só	0,03 kg
Tej	0,50 l	Törött fehér bors	0,005 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó	Zsemlemorzsa	0,10 kg
Vaj	0,08 kg	Liszt	0,04 kg
Tojás	4 db	Paradicsompüré	0,04 kg
Tejszín	0,05 l	Párolt rizs	10 adag

A hártáitól megtisztított borjúhúst finom tárcsával ellátott húsdarálón megdaráljuk. A zsemlet tejben áztatjuk, majd ha megduzzadt, kinyomkodjuk, szitán áttörrük.

A finomra vágott petrezselyemzöldet vajban pároljuk, hogy íz- és illatanyagai kioldódjanak.

Keverőtálba helyezzük a megdarált borjúhúst, az áztatott, kinyomkodott, szitán áttört zsemlet, a vajban párolt, finomra vágott petrezselymet, az egész tojásokat, egy kevés tejszínt, sót és egy kevés törött fehér borsot. Az egészet jól összedolgozzuk. Vízbe mártott kézzel kb. 12 dkg-os súlyú borda alakú vagdaltakat formálunk. A vagdalt borjúbordákat szitált zsemlemorzsaába mártjuk, és egy kevés zsírban, natúr sütéssel készre sütjük. A sütést közepes hőmérsékleten végezzük, hogy a vagdalt hús átsüljön. A készre süttött vagdalt borjúbordákat csepegtetőrácsra helyezzük. Zsírjából vajas pecsenyelevet készítünk.

A vagdalt borjúbordákat forrón, előmelegített tálra tálaljuk, majd egy kevés vajas pecsenyelével leöntjük. Párolt rizst adunk hozzá körítésként. A maradék vajas pecsenyelevet külön mártásoscsészében adjuk a vagdalt borjúbordához.

FINOM BORJUBORDA (Côtelettes de veau fines)

Borjúsült
Besamelmártás
Bundázás
Bő zsírban sütés
Burgonyapüré

Ajánlott anyaghányad

Borjúsült	1,00 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Tojás	2 db	Tojás	4 db
Só	0,03 kg	Liszt	0,10 kg
Fehér törött bors	0,005 kg	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Olaj	0,50 l		
Citrom	2 db		
Besamelmártás	5 adag		
Burgonyapüré	10 adag		

A borjúsült végeit és főtt borjú-apróhúsokat finom tárcsával ellátott húsdarálón kétszer megdaráljuk. Sűrű besamelmártást készítünk, habverővel állandóan keverve jól kiforraljuk. A mártás akkor jó, ha elválik az edény falától. Ezután lehűtjük.

A besamelmártáshoz keverjük a megdarált borjúhúst és 2 tojássárgáját. Sóval ízesítjük, fehér törött borssal fűszerezzük, és alaposan összekeverjük.

Az egészet zománcozott sütőlapra kenjük, jól lehűtjük. Lisztezett márványlapon, lisztezett kézzel a vagdalt borjúbordával megegyező formára alakítjuk. Lisztbe, felvert egész tojásba, majd szitált zsemlemorzsaiba mártjuk a finom borjúbordákat. Ezután újra formázzuk, ha azok megsérültek bundázás közben. Bő zsírban pirosra, ropogósra sütjük, majd lapátkanállal csepegtetőrácsra szedjük.

Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk, cikkekre vágott citrommal díszítjük. Forró burgonyapürét adunk hozzá, külön tálon.

PIRÍTOTT BORJÚÉRMÉK PIRÍTOTT BURGONYÁVAL (Médaillesons de veau sauté aux pommex sautées)

Natúr sütés
Vajas pecsenyéié
Pirítás
Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjú szűzpecsenye	1,40 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Só	0,04 kg	Vaj	0,08 kg

Zsír	0,10 kg	Burgonya	1,50 kg
Liszt	0,10 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó

A borjúpecsenyéből 5-6 dkg-os szeleteket (érméket) vágunk. Húsverő kalapáccsal kiveregetjük az érméket. Megsózzuk, majd mindkét oldalukat lisztbe mártjuk. A borjúérméket egy kevés zsírban pirosra sütjük. Az érméket másik serpenyőbe vagy lábosba szedjük. A sütéshez felhasznált zsírból vajas pecsenyelevet készítünk.

Külön serpenyőben, egy kevés felhevített zsírban szeletekre vágott főtt burgonyát ropogósra, aransárgára pirítunk. A burgonyát megsózzuk, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, majd óvatosan összerázzuk a puhára párolt borjúérméssel. Az egészet forrón, előmelegített tálra halmozzuk. Meglocsoljuk egy kevés vajas pecsenyelevél, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

Azonnal, forrón tálaljuk. A maradék pecsenyelevet külön mártásoscsészében adjuk hozzá.

PIRÍTOTT BORJÚÉRMÉK MAGYAROSAN (Médailles de veau sauté á la hongroise)

Pirított érmék
Pirított burgonya
Pörköltlé
Lecsó

Ajánlott anyaghányad

Borjú szűzpecsenye	1,40 kg	Zöldpaprika	0,50 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,30 kg
Liszt	0,08 kg	vagy	
Zsír	0,20 kg	Lecsó	0,50 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Pirított burgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,02 kg		

A borjúérméket natúr sütéssel megsütjük. Zsírjából pörköltlevet készítünk, amelybe az érméket helyezzük. Lecsót adunk hozzá, amivel összeforraljuk, majd az érméket kiemeljük. Megkóstoljuk, ízlés szerint sózzuk. Közben elkészítjük a pirított burgonyát, majd összerázzuk a lecsóval. Az egészet előmelegített tálra halmozzuk. Tetejére helyezzük az érméket, rájuk a karikára vágott zöldpaprikát és a paradicsomot.

PIRÍTOTT BORJÚÉRMÉK PALATÍNUS MÓDRA (Médailles de veau á la Palatinus)

Pirított borjúérmék magyarosan

Ajánlott anyaghányad

Borjú szűzpecsenye	1,40 kg	Zöldpaprika	0,50 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,30 kg
Zsír	0,20 kg	vagy	
Liszt	0,08 kg	Lecsó	0,50 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Pirított burgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,02 kg	Libamáj	0,25 kg
		Zöldborsó	0,15 kg
		Petrezselyemzöld	1 csomó

A lecsóval összeforralt érméket kiemeljük a lecsóból. A lecsót óvatosan összekeverjük a frissen készített pirított burgonyával, majd előmelegített táltra halmozzuk. Tetejére helyezük a borjúérméket, és a vékonyra szeletelt, rostos sült libamájszeleteket. Az egészet meghintjük melegített főtt zöldborsóval, finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

BORJÚÉRMÉK GAZDAGON (Médailles de veau á la financière)

Madeiramártás
Szalmaburgonya
Fásgaluska
Pirított borjúérmék

Ajánlott anyaghányad

Borjú szűzpecsenye	1,40 kg	Szarvasgomba	0,03 kg
Só	0,04 kg	vagy	
Liszt	0,08 kg	Róka gomba	0,10 kg
Vaj	0,10 kg	Kakastaréj	10 db
Vöröshagyma	0,08 kg	Kakasvese	10 db
Gomba	0,20 kg	Olívabogyó	10 db
Libamáj	0,15 kg	Szárnyas fásgaluska	20 db
Borjúmirigy	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Füstölt főtt marhanyelv	0,12 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
		Madeiramártás	5 adag
		Szalmaburgonya	10 adag

A borjúérméket a pirított borjúérmékhez hasonlóan elkészítjük.

Gazdagragut készítünk: Vajban finomra vágott vöröshagymát pirítunk, majd hozzáadjuk az 1 x 1 cm-es kockákra vágott gombát, a libamájat, a főtt borjúmi-

rigyet, a füstölt főtt marhanyelvet, a szeletekre vágott szarvasgombát vagy rókagombát, továbbá a kakastaréjt, kakasvesét, az olívbogyót és a szárnyas fásgaluskát. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Madeiramártást adunk hozzá, és jól összeforraljuk.

Az érméket előmelegített tálra rendezzük úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Az érmékre merjük a forró gazdagragut, és szalmaburgonyával körítjük.

Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, és azonnal felszolgáljuk.

A frissensütéssel készíthető borjúhúsételek összefoglalása:

18. táblázat

Frissensütéssel készíthető borjúhúsételek

Módozat	Mártás	Köret	Jelleget adó anyag
Duna	paprikás mártás	párolt rizs, kockaburgonya	habart tojás, natúr gombafej
Murát	~	kockaburgonya	tárkonyos vajás pecsenyéié, pirított sonkaszelet
Holstein	-	pirított burgonya, vegyes saláta	tükörtojás, ajókaagyűrű
Jó asszony	-	kockaburgonya, gyöngyhagyma, gomba, császárhús	
Kreol		párolt rizs	vöröshagyma, paradicsom, gomba, vajás pecsenyéié
Dubarry	gratinmártás	párolt rizs	főtt kelvirág, morzsa, sajt, vaj
Papírhüvelyben	madeiramártás	kockaburgonya	libamáj, gomba, sonkaszelet
Milánói	-	makaróni, paradicsom, sonka, gomba, reszelt sajt	
Tavaszi		párolt rizs	karotta, zöldborsó, zöldbab, gomba, csirág, kelvirág, kelbimbó
Magyarosan	-	pirított burgonya, lecsó	
Palatínus	-	pirított burgonya, lecsó, libamájselet, zöldborsó	
Szentgyörgyi		párolt rizs	pirított gomba, zöldpaprika, paradicsompaprika, vajás pecsenyéié

3. Párolással készíthető borjúhúsételek

BORJÚPÖRKÖLT (Pörkölt de veau)

Pörköltalap

Galuskaköret

Párolás

Marhapörkölt

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,02 kg	Lecsó	0,20 kg
Só	0,04 kg	Galuskaköret	10 adag

A borjúpörköltet lábszárhúsból, lapockából készítjük, így lesz a legízletesebb. A húst 3-4 dkg-os, egyenletes kockákra vágjuk. Zsírt hevítünk, melyben a finomra vágott vöröshagymát aranysárgára pirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, és hozzákeverjük a fűszerpaprikát. Felengedjük vízzel vagy csontlével, és zsírára pirítjuk. Ekkor hozzáadjuk a kockákra vágott húst. Sóval ízesítjük és lassan párolni kezdjük. Mikor levét elfőtte, hozzáadjuk a kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót.

A borjúpörköltet a marhapörköltnél megismert módon szakaszosan rövid lében pároljuk, illetve zsírára pirítjuk, majd egy kevés csontlével vagy vízzel újra felöntjük. A szakaszos párolás és a pirítás eredményeképpen tartalmas pörköltlevet kapunk.

A borjúpörkölt mérsékelten vörös színű. Leve sűrű, tartalmas, a szétfőtt vöröshagymától bársonyos.

A borjúpörköltet újra megkóstoljuk, ha szükséges, sóval utánízésítjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A borjúpörköltet forrón, előmelegített tálra tálaljuk, tetejére néhány zöldpaprika-karikát helyezünk. Külön forró galuskaköretet adunk hozzá.

BORJÚPAPRIKÁS (Ragoût de veau au paprika)

Borjúpörkölt

Tejfölös habarás

Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

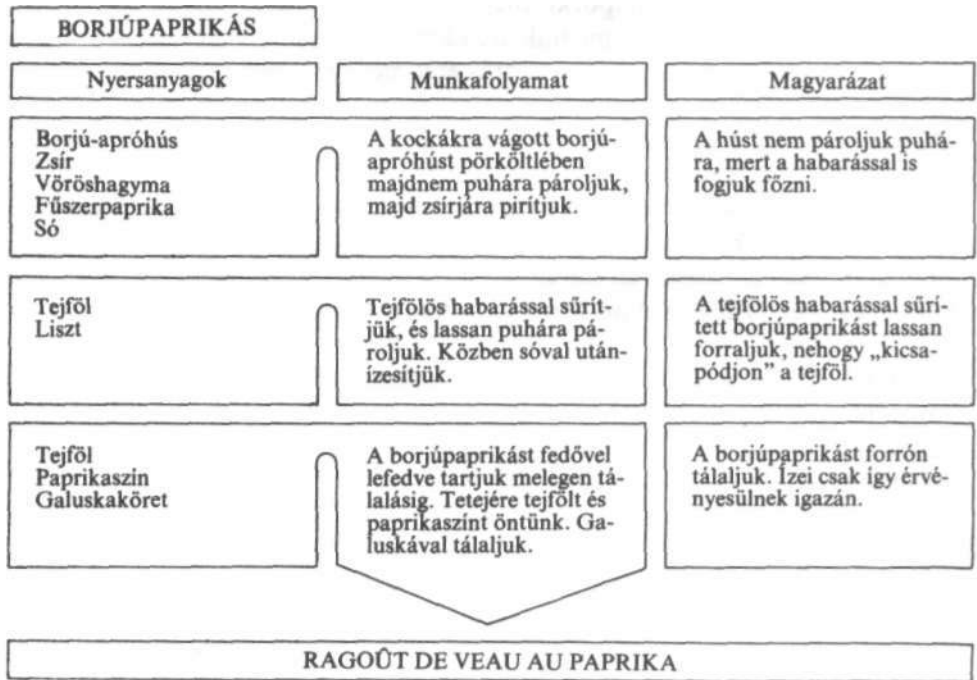
Borjú-apróhús	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,015 kg
Zsír	0,15 kg	Só	0,04 kg
Vöröshagyma	0,15 kg		

Zöldpaprika	0,25 kg	Lecsó	0,20 kg
Paradicsom	0,12 kg	Tejföl	0,60 l
vagy		Liszt	0,05 kg
		Galuskaköret	10 adag

Az előbbi leírásnak megfelelően borjúpörköltet készítünk. A különbség az, hogy a borjúpaprikához készített pörköltalaphoz kevesebb vöröshagymát és fűszerpaprikát használunk fel. A paprikás így nem lesz olyan erőteljes ízű. A majdnem puhára párolt borjúpörköltet zsírára piritjuk. Tejfölös habarással sűrítjük, ízlésünknek megfelelően sózzuk, és lassan kiforraljuk. Tetejéről a paprikaszínt lemerjük. A húst a tejfölös habarással együtt pároljuk puhára. Szükség szerint csontlevet vagy vizet adunk hozzá. Tovább forraljuk, majd újra megkóstoljuk, ha szükséges, utánízesítjük. A jó borjúpaprikás világos, pasztell-színű, csomómentes állományú, felülete bársonyos. A borjúpaprikás „mártásának” sem túl sűrűnek, sem túl hígnek nem szabad lennie.

Gyakran előforduló hiba, hogy a mártás túlságosan híg. További habarással a mártás mennyisége a húshoz és a hozzávalókhöz viszonyítva sok lesz. Így az étel elveszti jellegét. Másik hibalehetőség, hogy a habarással túlságosan sűrű lesz a borjúpaprikás. Itt az a megoldás látszik kézenfekvőnek, hogy a mártást csontlével vagy vízzel a kívánt mértékben felöntjük. A végeredmény ebben az

56. folyamatábra



esetben is az, mint az előbb. Az étel nem felel meg a borjúpaprikással szemben támasztott követelményeknek. A borjúpaprikást fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. A tálalásnál ügyeljünk arra, hogy a húsból és a mártásból minden adagba arányosan kerüljön. Tetejét megöntözzük tejjel és paprikaszínnel. Külön forró galuskaköretet adunk hozzá.

MEXIKÓI BORJÚTOKÁNY (Tokány á la Mexicain)

Borjúpörkölt

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjú-aprósér	1,40 kg	Gomba	0,25 kg
Zsír	0,20 kg	Zöldborsó	0,30 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Paradicsom	0,12 kg
Só	0,04 kg	vagy	
Paradicsompüré	0,06 kg	Lecsó	0,25 kg
		Párolt rizs	10 adag

A borjúhúst 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk, eltérően a többi tokánytól. A borjúpörköltnél tanult módon félpuhára pároljuk. Ekkor hozzáadjuk a paradicsompürét és a kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót. Néhány percig az egészet közepes hőmérsékleten pírítjuk. Ezután felöntjük a szükséges mennyiségű csontlével vagy vízzel. Ízlés szerint sózzuk és lassan pároljuk.

A gombát 1 cm-es kockákra daraboljuk. Egy kevés zsírban puhára pároljuk. A gombát a mexikói tokányhoz adjuk, és az egészet puhára pároljuk, szükség szerint sóval utánízesítjük. A mexikói borjútokány tartalmaz, színe világosabb a marhapörkölténél. A mexikói borjútokányt fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A tálalás időpontjára megfőzzük a zöldborsót és saját levében tartjuk melegen.

A mexikói borjútokányt forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejét meghintjük a leszűrt, főtt zöldborsóval. Külön párolt rizst adunk hozzá.

BORJÚRIZOTTÓ (Risotto de veau)

Párolás

Párolt rizs

Paradicsommártás

vagy

Vajas pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,40 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,20 kg	Rizs	0,60 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Sajt	0,15 kg
Só	0,04 kg	Paradicsommártás	10 adag
Törött bors	0,005 kg	vagy	
Gomba	0,20 kg	Vajas pecsenyéié	5 adag
Zöldborsó	0,20 kg		

A borjú-apróhúst 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. Felhevített zsírban finomra vágott vöröshagymát aranyárgára piritünk. Felöntjük egy kevés csontlével vagy vízzel, majd lassan zsírjára piritjük. Hozzáadjuk a kockákra darabolt húst. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük. Fedővel lefedve lassan félpuhára pároljuk. 1 x 1 cm-es kockákra vágott gombát adunk hozzá, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Közben szükség szerint kevés csontlevet öntünk hozzá. Fedővel lefedve rövid lében pároljuk.

Ezalatt egy másik lábosban zsírt hevítünk, amelyben a rizst üvegesre piritjük. A rizst hozzáadjuk a másik lábosban levő húshoz és gombához. Jól összekeverjük, majd a rizs minőségétől függően, súlyának arányában felöntjük másfél-szeres vagy kétszeres mennyiségű forró vízzel. Szükség szerint sózzuk; majd felforraljuk. A borjúrizottót fedővel lefedjük és előmelegített, középmeleg sütőbe helyezük. A sütőben puhára pároljuk. A párolás kb. 20-25 percig tart. A borjúrizottót a sütőből kiemeljük, megkóstoljuk, szükség szerint sózzuk, pecsenyevillával óvatosan felkeverjük. Hozzákeverjük a külön puhára főzött, leszűrt "zöldborsót, valamint a reszelt sajt felét.

A borjúrizottót fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A borjúrizottót kivajazott levescsészébe nyomkodjuk, nem túl szorosan, majd az előmelegített tálalótálra borítjuk. Tetejére hintjük a maradék sajtot. Külön mártásoscsészében paradicsommártást vagy vajas pecsenyevilevet adunk hozzá.

VAJAS BORJÚSZELET (Filets de veau au beurre)

Előszűtés
Vajas pecsenyéié
Párolás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúrőzsa vagy -frikandó	1,40 kg	Vaj	0,08 kg
Só	0,03 kg	Párolt rizs	10 adag
Liszt	0,08 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,10 kg		

A borjúrózsából vagy -frikandóból levágjuk a borjúszeleteket, majd kissé kiveregetjük. A kés fokával a borjúfié szélén levő hárttyákat bevágjuk. Mindkét oldalát sózzuk, majd lisztbe mártjuk. Egy kevés forró zsírban pirosra sütjük. Kör alakban helyezük a lábosba a filéket úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Elkészítjük a vajás pecsenyelevet. A serpenyőben levő zsírban egy kevés lisztet pírítunk, állandóan kevergetve. Ügyeljünk arra, hogy a liszt pírítása mérsékelt legyen, tehát a színe ne változzon! A zsírban pírított lisztet felöntjük csontlével vagy vízzel, sóval ízesítjük. Habverővel állandóan kevergetve jól kiforraljuk. A tetején keletkező habot szűrőkanállal lemerjük, majd a pecsenyelevet állandóan kevergetve jól kiforraljuk. Ezután szitán keresztül a lábosban levő fűekre szűrjük. Vajat adunk hozzá, és lassan készre pároljuk. Párolás közben többször ellenőrizzük, ha szükséges, pótoljuk az elpárolgott folyadékot csontlé hozzáadásával.

A puhára párolt filéket előmelegített tálra tálaljuk úgy, hogy azok félig fedjék egymást. A filéket a vajás pecsenyelével megöntözzük. Köretként párolt rizst adunk hozzá, majd az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

CITROMOS VAJAS BORJÚSZELET (Filets de veau au beurre avec citron)

Vajas borjúszelet
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjűfrikandó	1,40 kg	Vaj	0,08 kg
Só	0,03 kg	Citrom	3 db
Liszt	0,08 kg	Párolt rizs	10 adag
Zsír	0,10 kg		

A vajás borjúszelethez hasonlóan elkészítjük a borjűfrikandót. A vajás pecsenyeléhez citromlevet és egy kevés reszelt citromhéjat adunk. Jól összeforraljuk.

A borjűfiét előmelegített tálalótálra tálaljuk. Megöntözzük a citromos, vajás pecsenyelével, majd minden borjűfilére egy karika hámozott citromot helyezünk. Párolt rizst adunk hozzá.

A vajás borjűszelet ismeretében készíthető még:

Zöldborsós borjűszelet	(Filets de veau aux petit pois),
Csírágos borjűszelet	(Filets de veau aux asperges),
Gombás borjűszelet	(Filets de veau aux champignons).

PAPRIKÁS BORJÚSZELET (Escalope de veau au paprika)

Borjűpaprikás

57. folyamatábra

CITROMOS, VAJAS BORJÚSZELET

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjúfrikandó Só Zsír Liszt	Az előkészített borjúszele- teket sózzuk, és lisztbe mártjuk, majd gyengén elősütjük. A szeleteket lá- basba szedjük.	Az étel jellege úgy kívánja, hogy ne keletkezzenek markáns pörzsanyagok.
Liszt Vaj	A visszamaradt zsírban rö- vid ideig egy kevés lisztet pirítunk. Felöntjük csont- lével, és habverővel kever- getve kiforraljuk, vajat adunk hozzá.	Jól összekeverjük habverő- vel, hogy sima és csomó- mentes legyen.
Citrom	A vajás pecsenyelevet a borjúszeletekre szűrjük. Lassan puhára pároljuk. Közben egy kevés reszelt citromhéjat, citromlevet adunk hozzá. Ízlés szerint utánízésítjük.	A citrommal végzett izesi- tésnél ügyeljünk arra, hogy az étel ne legyen túlságo- san savanyú.
Párolt rizs	A párolólével tálalt szele- tekre citromkarikát helye- zünk. Párolt rizst adunk hozzá.	A rizst külön tálaljuk, hogy a párolólét ne szívja magába.

FILETS DE VEAU AU BEURRE AVEC CITRON

Vajas borjúszelet
Párolás
Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Borjúrózsa vagy -frikandó	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,12 kg
Liszt	0,09 kg	vagy	
Zsír	0,15 kg	Leccsó	0,20 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Tejszín	0,201
Fűszerpaprika	0,02 kg	Tejföl	0,501
		Galuskaköret	10 adag

A borjúszeleteket a vajás borjúszeletnél tanult módon elősütjük, majd lábos-

ba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Az elősütéshez használt zsírban pörköltalapot készítünk, amit a húsrá öntünk. Megsózzuk, és hozzáadjuk az apró kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót.

A szeleteket majdnem puhára pároljuk. Ha szükséges, egy kevés csontlé hozzáadásával pótoljuk a folyadék veszteséget. A szeleteket lapátkanál segítségével másik lábosba szedjük. A pörköltlevet tejfölös habarással sűrítjük. Egy kevés tejszínnel dúsítjuk, sózzuk, majd habverővel állandóan keverve készre forraljuk. A mártás akkor jó, ha mindenben megfelel a borjúpaprikásnál készített „mártásnak”. A mártást szitán keresztül a szeletekre szűrjük, majd készre pároljuk. Megkóstoljuk, ha szükséges, utánizesítjük sóval.

A szeleteket előmelegített tálra helyezzük úgy, hogy azok félig fedjék egymást, majd megöntözzük paprikás mártással. Tetejére tejfölt és paprikaszínt öntözünk. Külön galuskaköretet adunk hozzá.

TEMESVÁRI BORJÚSZELET (Filets de veau á la Temesvár)

Paprikás borjúszeletek

Galuska

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjúrózsa vagy -frikandó	1,40 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,12 kg
Liszt	0,09 kg	vagy	
Zsír	0,15 kg	Lecsó	0,20 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Tejszín	0,20 l
Zöldbab	0,30 kg	Tejfölt	0,50 l
Fűszerpaprika	0,02 kg	Galuska	10 adag
		Párolt rizs	10 adag

Az elkészített paprikás borjúszeletekhez a végén 2 cm-es darabokra vágott, puhára főzött, levétől leszűrt zöldbabot adunk, amivel összeforraljuk.

A temesvári szeleteket hasonlóan rendezzük az előmelegített tálra, mint a paprikás borjúszeleteket. Tetejére tejfölt és paprikaszínt öntözünk. Párolt rizst adunk hozzá.

FRANCIA BORJÚRAGU (Ragoût de veau a la francaise)

Pirítás

Pecsenyéié

Mogyoróburgonya

Párolás

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,20 kg	Sárgarépa	0,30 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Zellergumó	0,10 kg
Liszt	0,10 kg	Gomba	0,20 kg
Zsír	0,12 kg	Kelvirág	0,40 kg
Paradicsompüré	0,06 kg	Vaj	0,05 kg
Csontié	0,60l	Petrezselyemzöld	2 csomó
Fehérbor	0,20l	Mogyoróburgonya	10 adag

A borjúhúst kb. 3-4 dkg-os kockákra daraboljuk. A borjúhúst egy kevés sóval, törött borssal és liszttel összekeverjük. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, amelyben a húst hirtelen megpirítjuk, majd lapátkanállal lábosba átszedjük. A zsírban pecsenyelevet készítünk. Először paradicsompürét pirítunk a zsírjában rozsdabarnára, majd lisztet adunk hozzá. Ha a lisztet is kellően lepírtottuk, csontlével felöntjük. Jól kiforraljuk, habverővel állandóan kevergetve, majd a hústra szűrjük szitán keresztül a pecsenyelevet. Hozzáadjuk a fehérbort, és mérsékelt tűzön, fedő alatt pároljuk, gyakori kevergetéssel.

Közben sárgarépából, petrezselyemgyökérből, zellergumóból karalábévájóval kis golyókat fúrunk ki, amelyeket egy kevés sós vízben puhára főzünk. A gombát 1 cm-es kockákra daraboljuk, vajban puhára pároljuk, sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezük és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

Mikor a hús majdnem puhára párolódott, hozzáadjuk a zöldségfélét és a vajon párolt gombát. Az egészet együtt pároljuk készre. Egy kevés vajat adunk hozzá. Megkóstoljuk és ha szükséges, sóval utánízestjük.

A francia borjúragut forrón, előmelegített tálra tálaljuk és az utolsó pillanatban a tetejére szórjuk a bő zsírban sült mogyoróburgonyát. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, és azonnal felszolgáljuk.

4. Főzéssel készíthető borjúhúsételek

BORJUBECSINALT (Fricassée de veau)

- Párolás
- Főzés
- Világos, vajas rántás
- Bátonokra vágás
- Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,40 kg	Gyömbér	0,005 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Sáfrány	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Vaj	0,10 kg
Gomba	0,10 kg	Liszt	0,12 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zöldborsó	0,15 kg	Tejszín	0,20 l
Só	0,04 kg	Párolt rizs	10 adag
Citrom	1 db		

A borjú-apróhúst kb. 3-4 dkg-os kockákra daraboljuk. A húst egy kevés zsíron a hasábokra vágott zöldségfélékkel gyakori kevergetéssel pároljuk. Hideg vízzel felöntjük. Felforraljuk, majd a folyadék tetejéről a habot szűrőkanállal folyamatosan lemerjük. Hozzáadjuk a kis vászonzacskóba kötött gyömbért, sáfrányt, vöröshagymát és az egész borsot. Ez utóbbit *fűszerzacskónak* nevezük. Sóval ízesítjük. A húst és a bátonokra darabolt zöldségeket majdnem puhára főzzük. A fűszerzacskót lapátkanállal kiemeljük. Vajban lisztet pirítunk az első felhabzásig. A rántást levesszük a tűzhelyről, majd egy kevés hideg vízzel felöntjük. A habverővel simára keverjük. A simára kevert rántást szitán keresztül a forrásban levő becsinálthoz adjuk. Jól elkeverjük, ügyelve arra, hogy a húst és a zöldséget ne törjük össze. Ekkor hozzáadjuk a vajon párolt, kockákra darabolt gombát és a sós vízben puhára főzött zöldborsót. Lassan készre forraljuk. Megkóstoljuk, szükség szerint utánízesítjük, tejszínnel dúsítjuk.

A borjúbecsinált levének valamivel sűrűbbnek kell lenni a folyékony tejszín állományánál. A jó borjúbecsinált kellemes világos pasztellszínű, amelynek felülete bársonyos.

A készre forralt borjúbecsináltat egy kevés átszűrt citromlével ízesítjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére, valamint a külön tálalt párolt rizsre finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

BORJÚBEC SINÁLT KELVIRÁGGAL (Fricassée de veau aux chou-fleurs)

Borjúbecsinált

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Borjú-apróhús	1,40 kg	Citrom	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Vaj	0,10 kg
Zellergumó	0,10 kg	Liszt	0,12 kg
Gomba	0,10 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

58. folyamatábra

BORJÚBECSINÁLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjú-apróhús Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó	A húst kockákra, a zöldségeket hasábokra vágjuk. Pároljuk, majd hideg vízzel felöntjük és főzzük. Ha felforrt, lehabozzuk, majd sózzuk.	A hideg vízben maradéktalanul kifőnek a hús izanyagai, és a főzőlé nem lesz zavaros.
Egész bors Vöröshagyma Gyömbér Sáfrány Só	Hozzáadjuk a fűszereket, a fűszerzacskót. Lassan főzzük, sóval ízesítjük.	A húst és a zöldségeket lassan kell főzni, hogy ízeik maradéktalanul kifőjenek.
Vaj Liszt Gomba Zöldborsó	A fűszerzacskót kiemeljük. Világos, vajas rántással sűrítjük, összeforraljuk. Hozzáadjuk a vajon párolt gombát, főtt zöldborsót, majd összeforraljuk.	A rántást úgy keverjük hozzá, hogy a hús és a zöldségek ne törjenek össze.
Citrom Tejszín Párolt rizs	A becsináltat citrommal ízesítjük, tejszínnel dúsítjuk. A borjúbecsinálthoz tálaláskor külön párolt rizst adunk.	A párolt rizst nem tálalhatjuk a becsinált mellé, mert elázik a becsinált levétől.
FRICASSÉE DE VEAU AUX CHOU-FLEURS		

Vöröshagyma	0,05 kg	Tejszín	0,201
Zöldborsó	0,15 kg	Párolt rizs	10 adag
Só	0,04 kg		
Kelvirág	0,40 kg		

A borjúbecsinálthoz hasonlóan készítjük. A különbség az, hogy a sárgarépat, petrezselyemgyökert, zellergumót egészben főzzük bele.

Ha puhára főztük a zöldségféléket, lapátkanállal kiemeljük. A rózsáira szedett, megtisztított, megmosott kelvirágot külön sós vízben megfőzzük, leszűrjük. Levét a becsinálthoz adjuk.

A becsináltat sűrítjük világos, vajas rántással. Sóval ízesítjük, tejszínnel dúsítjuk, majd lassan készre főzzük. Végül hozzáadjuk a kelvirágot, egy kevés átszűrt citromlével ízesítjük. Párolt rizst adunk hozzá.

Készíthető még:

Borjúbecsinált gombával

(Fricassée de veau aux champignons),

Borjúbecsinált csirággal

(Fricassée de veau aux asperges),

Borjúbecsinált zöldborsóval

(Fricassée de veau aux petit pois).

5. Borjúbelsősegekből készíthető ételek

BORJÚNYELV RÁNTVA (Langue de veau frite)

Húsleves

Bundázás

Bő zsírban sütés

Hasáburgonya

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Borjúnyelv	1,20 kg
Só	0,04 kg
Sárgarépa	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Zellergumó	0,05 kg
Egész bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,05 kg
Olaj	0,50 kg
Citrom	0,50 kg
Fejes saláta	1 db
Tartármártás	5 adag
Hasáburgonya	10 adag

Bundázáshoz:

Liszt	0,08 kg
Tojás	4 db
Zsemlemorzsa	0,20 kg

A megtisztított borjúnyelvet jól megmossuk. A leveshúshoz hasonlóan puhára főzzük. Ha megfőtt, lapátkanállal hideg vízbe emeljük, hűtjük, majd bőrét kis késsel lehúzzuk. A nyelvet tiszta konyharuhán leszárítjuk, majd egyenletes, kb. 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket megsózzuk, lisztbe, felvert egész tojásba, szitált zsemlemorzsaiba megforgatjuk. Bő zsírban mindkét oldalukat pirosra sütjük, majd csepegetőrácsra szedjük.

Tálapírral fémtátra tálaljuk a nyelvseleteket, bő zsírban sült hasáburgonyával, citromgerezdekkel körítjük. Salátalevéllel díszítjük. Külön mártásoscsészében tartármártást adunk hozzá.

BORJÚLÁB RÁNTVA (Bied de veau frite)

Borjúláb előkészítése

Forrázás
Bundázás
Bő zsírban sütés
Hasábburgonya
Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Borjúláb	5 db	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,05 kg	Liszt	0,12 kg
Egész bors	0,005 kg	Tojás	6 db
Olaj	1,001	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Tartármártás	5 adag		
Hasábburgonya	10 adag		

Az előkészített, kicsontozott borjúlábat lepörzsöljük, lekaparjuk, majd kicsontozzuk. Többször váltott hideg vízben alaposan megmossuk. A borjúlábat feltesszük főni, amikor felforr, levét leöntjük, jól megmossuk. A borjúlábat újra feltesszük főni, és puhára főzzük, leszűrjük, hideg vízzel leöblítjük, tiszta konyharuhán leszárítjuk. A borjúlábakat zománcozott tepsire helyezük, morzsába forgatjuk. Bő, forró zsírban lassan készre sütjük. Lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük.

Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk, bő zsírban sült hasábburgonyával. Külön mártásoscsészében tartármártást adunk hozzá.

BORJÚMÁJ RÁNTVA (Foie de veau frits)

Bundázás
Bő zsírban sütés
Hasábburgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúmáj	1,20 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,02 kg	Liszt	0,08 kg
Olaj	0,50 l	Tojás	4 db
Hasábburgonya	10 adag	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Fejes saláta	1 db		

Az előkészített, lehártyázott borjúmájat egyenletes, 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk. Gyengén megsózzuk, lisztbe, felvert egész tojásba és zsemlemorzsába forgatjuk. A májszeleteket forró olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd csepegtetőrácsra emeljük, gondosan lecsepegtetjük.

A májszeleteket tálpapírral ellátott fémtálon tálaljuk, bő zsírban sült hasábburgonyával körítjük, salátalevéllel díszítjük.

PIRÍTOTT BORJÚMÁJ (Foie de veau sauté)

Pirítás

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúmáj	1,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag

A májat ceruza vastagságú egyenletes csíkokra vágjuk. Serpenyőben zsírt hevítünk. Hozzáadjuk a szeletekre vágott vöröshagymát. Állandó keveréssel aranyárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a csíkokra vágott borjúmájat, és gyakori kevergetéssel, erős tűzön készre pirítjuk.

A pirított borjúmájat lehúzzuk a tűzhelyről. Fűszerezzük törött borssal, összemorzolt majoránnával. Sózni nem szabad, mert kemény lesz!

Rögtön, előmelegített tálra tálaljuk. Petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

PIRÍTOTT BORJÚMÁJ MAGYAROSAN (Foie de veau sauté á la hongroise)

Pirított borjúmáj

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúmáj	1,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,01 kg		

A pirított borjúmájat elkészítjük, amelyet a végén fűszerpaprikával is fűszerezzünk.

Rögtön előmelegített tálra tálaljuk. Petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

BORJÚVESE ROSTON (Rognons de veau grillée)

Száraz pác

Roston sütés

Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúvese (faggyús)	1,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,02 kg	Szalmaburgonya	10 adag
Olaj	0,10 l	Fejes saláta	1 db

A friss borjúveséket kb. 3 mm vastag szeletekre vágjuk hosszanti irányukra

merőlegesen vagy kissé rézsútosan, faggyúval együtt. Meghintjük törött borssal, majd bekenjük olajjal. Zománcozott edénybe helyezük az előfűszerezett borjúveseszeleteket, majd hűtőszekrényben érleljük. A sütést megelőzően a borjúveseszeleteket letöröljük az olajtól. Besózzuk, majd izzó rostélyra helyezük és mindkét oldalukat hirtelen megsütjük.

A sütést követően azonnal előmelegített tálra helyezzük a még forró borjúveseszeleteket úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Körberakjuk frissen sült szalmaburgonyával, és salátalevéllel díszítjük.

BORJÚVESE ROSTON FŰSZERES VAJJAL (Rognons de veau a la maitre d'hôtel)

Száraz pác
Roston sütés
Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúvese (faggyús)	1,20 kg	Fűszeres vaj	0,20 kg
Só	0,02 kg	Szalmaburgonya	10 adag
Olaj	0,10l	Fejes saláta	1 db
Törött bors	0,005 kg		

A friss borjúveséket kb. 3 mm vastag szeletekre vágjuk hosszanti irányukra merőlegesen vagy kissé rézsútosan, faggyúval együtt. Meghintjük törött borssal, majd bekenjük olajjal. Zománcozott edénybe helyezük az előfűszerezett borjúveseszeleteket, majd hűtőszekrényben érleljük. A sütést megelőzően a borjúveseszeleteket letöröljük az olajtól. Besózzuk, majd izzó rostélyra helyezük és mindkét oldalukat hirtelen megsütjük.

A sütést követően azonnal előmelegített tálra helyezzük a még forró borjúveseszeleteket úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Mindegyikre egy-egy vékony szelet fűszeres vajkarikát helyezünk, amely azonnal ráolvad a forró borjúveseszeletekre. Körberakjuk frissen sült szalmaburgonyával, és salátalevéllel díszítjük.

BORJÚVESE NYÁRSON (Rognons de veau á la brochette)

Száraz pác
Rostélyos hagyma

Ajánlott anyaghányad

Borjúvese (faggyús)	1,20 kg	Gomba	0,50 kg
Só	0,02 kg	Gyöngyhagyma	0,50 kg
Olaj	0,10l	Metélőhagyma	1 csomó
Törött bors	0,005 kg	Vajas pecsenyéié	5 adag
Fejes saláta	1 fej		

Rostélyos hagymához:

Vöröshagyma	0,50 kg	Só	0,02 kg
Liszt	0,08 kg	Olaj	0,50 l

A friss borjúveséket faggyúval együtt lapjában kettévágjuk. Meghintjük törrött borssal, majd bekenjük olajjal. Zománcozott edénybe helyezük az előfűszerezett borjúveséket, majd hűtőszekrényben érleljük. A sütést megelőzően a borjúveséket kiemeljük a hűtőszekrényből, és letöröljük az olajtól. Az érlelt, lapjában kettévágott borjúveséket (adagonként 2 db-ot) faggyús felével kifelé U alakúra hajlítjuk, majd feltűzzük egymás mellé nem túl szorosan a nyárstűre, nyársra helyezük, és állandó forgatás közben az izzó faszénparázs fölött készre sütjük.

Közben elkészítjük a rostélyos hagymát.

A készre süttött, nyárson sült borjúveséket előmelegített táltra helyezük. Tetejére halmozzuk a frissen süttött rostélyos hagymát és salátalevelekkel díszítjük.

A borjúvese nyárson úgy is készíthető, hogy a lapjában kettévágott borjúvesék mellé nagyobb, kb. gesztenye méretű gyöngyhagymát és gombafejeket húzunk. Az egészet együtt sütjük készre, majd a tálalás pillanatában meghintjük frissen finomra vágott metélőhagymával. Külön forró vajas pecsenyelevet adunk hozzá mártásoscsészében.

BORJÚMIRIGY BARNA VAJJAL (Ris de veau au beurre noir)

Főzés

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúmirigy	1,40 kg	Vaj	0,10 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Citrom	2 db	Kapribogyó	0,02 kg
Egész bors	0,005 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag

A borjúmirigyét körbefaragjuk éles késsel, majd jól megmossuk. Ezután sós, citromos vízben addig áztatjuk, amíg ki nem fehéredik. Ekkor leöblítjük és leszárítjuk, majd sós, citromos vízben egy kevés egész borssal lassan puhára főzzük.

A borjúmirigyét lapátkanállal kiemeljük a főzővízből. Lecsepegtetjük és éles késsel vékony, kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. Melléhelyezzük a petrezselymes burgonyát és meglocsoljuk a tálalás pillanatára elkészített forró barna vajjal.

Barna vajat az alábbiak szerint készítünk: a citrom levét kicsavarjuk. A petrezselyemzöldet és kapribogyót finomra vágjuk. A vajat serpenyőben barna hab-

zásig hevítjük, majd lehúzzuk a tűzhelyről. Gyorsan hozzákeverjük a petrezselyemzöldet és kapribogyót. Beleöntjük a citromlevet, majd a tűzhelyre tolva főlforraljuk, és a tálon levő felszeletelt borjúmirigyszeletekre locsoljuk.

BORJÚMIRIGYSZELETEK RÁNTVA (Ris de veau au frites)

Főzés
Bundázás
Bő zsírban sütés
Petrezselymes burgonya
Remuládmártás

Ajánlott anyaghányad

Borjúmirigy	1,20 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Citrom	2 db	Tojás	4 db
Egész bors	0,005 kg	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Olaj	0,50 l		
Petrezselymes burgonya	10 adag		
Remuládmártás	10 adag		
Fejes saláta	1 db		

A borjúmirigyet körbefaragjuk éles késsel, majd jól megmossuk. Ezután sós, citromos vízben addig áztatjuk, amíg ki nem fehéredik. Ekkor leöblítjük, és leszárítjuk, majd sós, citromos vízben egy kevés egész borssal lassan puhára főzzük.

A borjúmirigyet lapátkanállal kiemeljük a főzővízből. Lecsepegtetjük és éles késsel vékony, kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. A borjúmirigyszeleteket sózzuk, majd lisztbe, felvert egész tojásba, zsemlemorzsaába forgatjuk. Bő, forró olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

Petrezselymes burgonyával együtt tálra rendezzük. Minden egyes borjúmirigyszeletre egy-egy citromkarikát helyezünk. Salátalevéllel díszítjük.

Külön, jól lehűtött remuládmártást adunk hozzá mártásoscsészében.

BORJÚVELŐ RÁNTVA (Cervelle de veau au frite)

Borjúvelő előkészítése
Bundázás
Bő zsírban sütés
Párolt rizs
Tartármártás

Ajánlott anyaghányad

Borjúvelő	1,00 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,03 kg	Liszt	0,10 kg
Olaj	0,50 lit	Tojás	4 db
Citrom	2 db	Zsemlemorzsa	0,25 kg
Párolt rizs	10 adag		
Fejes saláta	1 db		
Tartármártás	5 adag		

A fejelőt langyos vízbe áztatjuk, majd hártýáit lehúzzuk. Enyhén sós, citromos, forrásban lévő vízbe tesszük a fejelőt. Lassan felforraljuk, majd a tűzről levesszük. Saját levében kihűtjük. Ezután óvatosan hideg vízzel leöblítjük, majd zománcozott vagy porcelán edénybe helyezzük. Sós, citromos vizet öntünk rá, és hűtőben tároljuk felhasználásig.

Készítéskor a velőt kiemeljük a sós, citromos vízből. Tiszta konyharuhán alaposan leszárítjuk, majd megsózzuk. Ezután lisztbe, felvert egész tojásba, zsemlemorzsaiba forgatjuk. Alakját kissé formázzuk, hogy pogácsára hasonlító legyen. Bő, forró olajban pirosra, ropogásra sütjük, majd lapátkanállal csepegtetőtálra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

Tálpapírral ellátott fémtálra halmozzuk a párolt rizst. Erre helyezzük a rántott borjúvelőt. Minden egyes darabra egy-egy citromgerezdet helyezünk. Salátalevéllal díszítjük. Külön jól lehűtött tartármártást adunk hozzá mártásos-csészében.

BORJÚFODOR (Pacal) PÖRKÖLT (Pörkölt au tripe de veau)

Pörköltalap

Párolás

Tört burgonya

vagy

Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Pacal	2,00 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Lecsó	0,25 kg
Fűszerpaprika	0,03 kg	Sós burgonya	10 adag

A borjú gyomrát másképpen fodornak is nevezzük, de ismertebb a pacal elnevezés.

A pacalt előkészítjük. A pacalt erős szálú gyökérkefével jól letisztítjuk. Több-

szőr váltott, hideg vízben alaposan megmossuk. Ha szükséges, gyengén ecetes vízben tovább áztatjuk, majd újból leöblítjük többször váltott hideg vízzel.

Ezután gyengén sós vízben félpuhára főzzük, leszűrjük, majd bőséges hideg vízzel leöblítjük.

A pacalt a tokányhoz hasonlóan csíkokra daraboljuk. Jóízű pörköltalapot készítünk, amihez hozzáadjuk a csíkokra vágott pacalt. Sóval ízesítjük, majd összezúzott fokhagymát, kockákra darabolt zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót adunk hozzá, és fedő alatt lassan pároljuk. Mindig annyi csontlét vagy vizet adunk hozzá, hogy a pacalt majdnem ellepje. Csak így biztosítható, hogy puhára párolódik. Ha a pacal puhára párolódott, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tála tálaljuk. Tört burgonyát vagy sós burgonyát adunk hozzá.

BECSINÁLT FODOR CITROMMAL (Tripe de veau au citron)

Pacal előkészítése

Főzés

Zsemleszínű rántás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Pacal	2,00 kg	Tejszín	0,20 l
Fokhagyma	0,01 kg	Liszt	0,08 kg
Petrezselyemzöld	2 csomó	Só	0,03 kg
Citrom	1 db	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,12 kg	Párolt rizs	10 adag

A fokhagymát pépesre zúzzuk, a petrezselyemzöldet és a citromhéjat finomra vágjuk.

Az előkészített pacalt a pacalpörköltöz hasonlóan daraboljuk fel. Csontlétben tesszük fel főni.

Zsírban a lisztet zsemleszínűre pírítjuk. Hozzáadjuk az előkészített fokhagymát, petrezselyemzöldet, citromhéjat. Felengedjük egy kevés hideg vízzel és habverővel simára keverjük.

Az időközben puhára főzött pacalt a rántással sűrítjük, lassan készre forraljuk, tejszint adunk hozzá. Közben sóval ízesítjük, egy kevés törött borsot, citromlét adunk hozzá.

Az ételt forrón tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá.

Mind a pacalt, mind a párolt rizst meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

A borjúhúsból készíthető ételek összefoglalása:

Borjúhúsból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Egészben sütéssel készíthető borjúhúskételek	Frissensütéssel készíthető borjúhúskételek	Párolással készíthető borjúhúskételek	Főzéssel készíthető borjúhúskételek	Borjúbelsősegből készíthető ételek
--	--	---------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------

Kérdések:

1. *Hogyan történik a borjúgerinc előkészítése?*
2. *Mire kell ügyelni a borjúsült sütésénél?*
3. *Hogyan készítjük a töltött borjúszeget?*
4. *Hogyan készítjük a borjújavát Duna módra?*
5. *Hogyan készítjük a borjúbordát papírhüvelyben?*
6. *Hogyan készítjük a borjúérméket magyarosan?*
7. *Milyen frissensülteket készíthetünk a borjúhúsból? Mekkora a súlyuk, darab-számuk?*
8. *Mi a különbség a borjúpörkölt és a borjúpaprikás között?*
9. *Hogyan daraboljuk a mexikói borjútokányhoz a húst?*
10. *Melyik ételhez hasonlít a mexikói borjútokány készítése?*
11. *Hogyan készítjük a citromos, vajjas borjúszeletet?*
12. *Milyen ételeket készíthetünk a vajjas borjúszelet ismeretében?*
13. *Hogyan készítjük a borjúrizottót?*
14. *Hogyan készítjük a borjúbecsináltat?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A borjúgerinc előkészítését végezzük szakszerűen, különben sütés közben összezsugorodik!
2. A sültbe ne szúrjunk pecsenyevillával, mert értékes levük kifolyik!
3. A töltött borjúszeget ne töltsük meg túlságosan, mert sütés közben a töltelék kirepeszti a húst!
4. A sültet sütés közben gyakran locsolgassuk saját zsírjával!
5. A frissensülteket mindig forró zsírban süssük! Ha nem így járunk el, a hús elázik, zsírt szív magába és nem sül át!
6. A frissensülteket azonnal tálaljuk, mert melegen tartás közben jelentős mértékben veszítenek élvezeti értékükből!
7. A párolással készíthető borjúhúskételeket folyamatosan ellenőrizzük, mert az erős párolgás következtében könnyen leéghetnek!
8. A párolással készíthető borjúhúskételek folyadékvesztését folyamatosan pótolni kell!

XII. Sertéshúsból készíthető ételek

A sertéshúsból sok olyan ételt készíthetünk, amelyek a magyaros konyha jellegzetes ételei, büszkeségei. Ilyenek többek között:

- a ropogós malacsült,
- a disznótoros hurka,
- a kolbászfélék,
- a töltött káposzta,
- a töltött paprika.

A sertés szinte valamennyi részét füstölten is készítik, illetve kaphatjuk. Ezek: a fej, a farok, a lábak, a tarja, a karaj, az oldalas, a csülök, a comb, a lapocka, továbbá a nyelv. A füstölt húsrészeket felhasználás előtt a füstölt marhaszeghez hasonlóan többször váltott langyos vízben jól megmossuk, szükség esetén áztatjuk.

A sertéshús egyes részei több-kevesebb zsírt tartalmaznak. Ez a húrostok között és a húsrészek felületén egyaránt megtalálható. A sertéshúsból készült ételek jelentős része ezért nehezen emészthető, telítő hatású.

A sertéshúsból készült ételek fogyasztása rendkívül népszerű hazánkban, kellemes íz- és illatanyagaik következtében. A könnyebb emészthetőség érdekében a hússok előkészítésének szakaszában a felületi zsírréteget el kell távolítani. A hőbehatást lehetőleg úgy kell megválasztani, hogy a hús zsírtartalma minél nagyobb mértékben kiolvadjon. A frissen sült natúrszeleteknél pedig részesítsük előnyben a *teflonbevonatú* serpenyőket, mivel ezekben nagyon kevés zsiradékkal vagy zsiradék nélkül is tudunk sütni, vagy alkalmazzuk a rostonsütést!

1. Egészben sütéssel készíthető sertéshúsételek

Egészben sütéssel elkészíthető húsrészek: a rövidkaraj, a hosszúkaraj, a rózsa, a dió, a frikandó, az oldalas, a dagadó, a szűzpecsenye, a tarja, a lapocka, a csülök, továbbá a bőrös süldő, valamint a malac.

Az egészben sütéssel készíthető sertéshúsételeket minden esetben középmeleg

sütőben sütjük. A húst a borjúsültekhez hasonlóan sütés közben saját zsírával gyakran locsoljuk, hogy szép pirosra süljön, és felülete ne száradjon ki.

A sütés mértékét, a hús állományát mindig ellenőrizni kell. A szükségesnél tovább süttöt hús nehezen szeletelhető, száraz, élvezhetetlen lesz. Itt is fontos szabály, hogy a húsba nem szúrhatunk pecsenyevilával, mert értékes leve kifolyik.

A hús sütését a tálalás, illetve a szeletelés előtt legalább 15 perccel be kell fejezni. A húst azután langyos helyen, lefedve tartjuk tálalásig. így könnyen szeletelhető lesz, és megtartja élvezeti értékét.

A sertéssülteket mindig jól lezsírozott pecsenyelével kell tálalni, hiszen a sertéshús elég sok zsírt tartalmaz. A csontot is tartalmazó húsrészeket mindig nagyon gondosan daraboljuk, adagoljuk. A húst először éles késsel átvágjuk a csontig, majd csapókéssel erős, határozott mozdulattal rácsapunk a csontra. Ezt a mozdulatot csuklóból végezzük, így biztosabb, hogy nem csapunk mellé. A szakszerűtlenül darabolt csontos húsrészekben csontszilánkok keletkeznek, amely zavarja a vendéget az étel fogyasztásában. A feldarabolt húsrészeket úgy adagoljuk, hogy minden adagba arányosan kerüljön csontosabb, illetve húso-sabb részekből.

A sertéshúst minden esetben jól átsütjük. Angolosan, félig átsütve nem készítjük.

SERTÉSSÜLT (Róti de porc)

Pirított burgonya

Párolt káposzta

Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Sertéscomb, -lapocka v. -tarja	1,40 kg	Liszt	0,08 kg
Zsír	0,20 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Pirított burgonya	5 adag
Só	0,04 kg	Párolt káposzta	5 adag

A sertéssült készítéséhez a comb részeit, elsősorban a diót, a frikandót, a rózsát, továbbá a lapockát, esetleg a tarját használjuk fel.

A kicsontozott, részekre bontott combról vagy más húsrészekről a túl zsíros részeket levágjuk (parírozzuk). A húsrészeket bedörzsöljük sóval. Az egészet sütőtepsibe helyezzük, negyedekbe vágott vöröshagymával együtt. Meleg zsírral leöntjük és középmeleg sütőbe tesszük. A sültet sütés közben gyakran locsolgatjuk saját zsírával. Ha saját leve elpárolgott, egy kevés vizet is öntünk mellé. Amikor egyik oldala pirosra sült, lapátkanállal megfordítjuk. A sütés időtartama a húsdarabok nagyságától és minőségétől függ. A fiatal sertés húsa előbb, az idősebbé később sül puhára.

Ha a húсок puhára sültek, lábosba emeljük, és lefedjük fedővel. Vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. Zsírjából az ismert módon pecsenyelevet készítünk. A pecsenyelevet leszűrjük, gondosan lemerjük a felszínén összegyűlt zsírt.

A kész pecsenyeléből egy keveset a sült alá öntünk. Tálaláskor a húst a rostokra merőlegesen vagy rézsútosan szeleteljük kb. 3-4 mm vastag szeletekre. Az előmelegített tálalótálra halmozzuk a pirított burgonyát és a párolt káposztát. Melléhelyezzük a hússzeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást.

Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá.

A sertéssült ismeretében készíthető még:

Köményes sertéssült (Rôtie de porc au cumin),

Fokhagymás sertéssült (Rôtie de porc aux ail).

Ezeknél az ételeknél köménymaggal fűszerezzük, illetve fokhagymagerezdekkel tűzdeljük a húst.

CSEMEGE SERTÉSKARAJ (Carré de porc rôtie)

Karaj előkészítése

Sertéssült készítése

Pirított burgonya

Párolt káposzta

Pecsenyéé készítése

Ajánlott anyaghányad

Süldő rövidkaraj	1,40 kg	Liszt	0,08 kg
Só	0,04 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Köménymag	0,005 kg	Pirított burgonya	5 adag
Zsír	0,10 kg	Párolt káposzta	5 adag

Az előkészített süldőkarajt a sertéssültnek megfelelően sütjük, majd tálaljuk.

BŐRÖS SERTÉSKARAJ (Carré de porc frais)

Karaj előkészítése

Sertéssült készítése

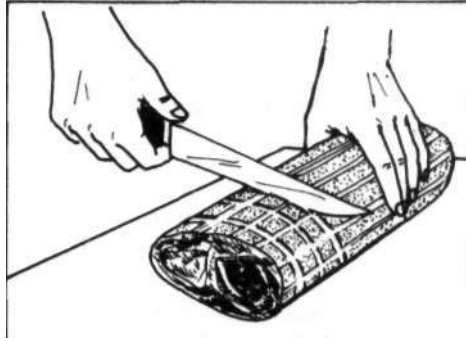
Párolt káposzta

Tört burgonya

Pecsenyéé készítése

Ajánlott anyaghányad

Bőrös karaj	2,00 kg	Liszt	0,08 kg
Só	0,04 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Köménymag	0,005 kg	Tört burgonya	5 adag
Zsír	0,10 kg	Párolt káposzta	5 adag



142. ábra. Bőrös sertéskaraj bőrének behasítása

A bőrös sertéskarajt a süldőből készítjük, amelyet bőrével és az alatta levő zsírréteggel együtt bontunk részeire, a fél sertés bontásának megfelelően.

A bőrös sertéskarajról eltávolítjuk a gerinc- és bordacsontokat.

Lábosban vizet forralunk, amelybe 2-3 percre beletartjuk a karaj bőrös oldalát. A forró víztől kissé összehúzódott és megkeményedett bőrt átvágjuk a karaj hosszanti vonalában, majd a bordatőcsontokkal párhuzamosan kb. fél cm szélességben, ügyelve arra, hogy a szalonnába és a húsba ne hasítsunk bele (142. ábra).

Ezután a karaj húsos oldalát megsózzuk, köménymaggal fűszerezzük. Sütőtepsibe helyezük úgy, hogy a bőrös része felül maradjon. Erre azért van szükség, hogy a bőr pirosra, ropogósra süljön. A bőrös karajt gyakran locsoljuk saját zsírával.

A készre sült bőrös karajt lábosba helyezük bőrös oldalával felfelé. A bőrös karajt nem fedjük le, mert bőre felpuhul, nem lesz ropogós. Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

A bőrös karajt felszeleteljük. A szeleteket előmelegített tálra rendezzük úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Párolt káposztát és tört burgonyát adunk hozzá. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet tálalunk mellé.

A bőrös sertéskaraj ismeretében készíthetünk még bőrös sertéssültet combból és lapockából. Ebben az esetben a leforrázott bőrt az angolos hátszínhez hasonlóan négyzetesen hasítjuk be, hogy a hús ne zsugorodjon össze, és kellően átsüljön.

TÖLTÖTT SERTÉSDAGADÓ (Tendron de porc farcie)

Zsemlés töltelék

Borjúszegy sütése

Pecsenyéié készítése

Párolt rizs

59. folyamatábra

BŐRÖS SERTÉSKARAJ		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Bőrös karaj	Az előkészített bőrös karaj bőrös oldalát forró vízbe mártjuk, majd késsel behasítjuk 5 mm-es közőkben.	A karajt azért hasítjuk be, hogy sütéskor ne ugorjon össze és kiszűjön a zsír.
Só Köménymag Zsír	A karajt sózzuk, meghintjük köménymaggal, majd bőrös oldalával felfelé sütőben megsütjük saját zsírával locsolgatva.	A bőrös oldala azért marad főlül, hogy ropogós maradjon a bőr.
Paradicsompüré Liszt Párolt káposzta Hagymás tört burgonya	Zsírjából pecsenyelevet készítünk. A karajt a bőr behasításával párhuzamosan szeleteljük fel. Párolt káposztával, tört burgonyával tálaljuk jó forrón.	Az előre behasított bőr mentén könnyen szeletelhetjük a bőrös karajt.
A készítés és a tálalás módja		
CARRÉ DE PORC FRAIS		

Ajánlott anyaghányad

Sertésdagadó	1,60 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,06 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,15 kg	Liszt	0,08 kg
Zsemle	5 db	Paradicsompüré	0,03 kg
Tojás	5 db	Párolt rizs	10 adag

Elkészítjük a zsemlés tölteléket a töltött borjúszegynél tanult módon. Felszúrjuk a sertésdagadót, betöltjük a tölteléket. Ezután összevarrjuk cérnával, vagy acél hústűvel összetűzzük. A betöltésnél itt is fontos szabály, hogy a töltést ne végezzük túl szorosan. Ha a betöltéssel a sertésdagadó túlságosan feszessé válik, majdnem biztos, hogy sütés közben kireped, a töltelék pedig kifolyik.

A sertésdagadót megsózzuk, majd sütőtepsibe tesszük. Egy kevés olvasztott zsírral leöntjük, és középmeleg sütőben készre sütjük.

Sütés közben gyakran locsolgatjuk saját pecsenyezsírával. Ha leve elpárolgott, egy kevés vízzel pótolhatjuk. Amennyiben a töltött sertésdagadót sütés közben nem locsoljuk, felülete kiszárad, kireped, a töltelék kifolyik. A száraz, kirepedt töltött sertésdagadót nehezen lehet szeletelni, gazdaságosan adagolni.

A sertésdagadóba ne szúrjunk pecsenyevillával, mert kirepedhet, tölteléke kifolyhat.

A készre sült sertésdagadó tapintásra rugalmas, felülete pirosra sült. A töltött sertésdagadót lapátkanállal lábosba emeljük, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Saját pecsenyészírájának egy részét mellőntjük, amivel tálalásig többször locsolgatjuk.

A maradék pecsenyészírból pecsenyelevet készítünk az ismert módon.

Tálaláskor a töltött sertésdagadót lapátkanállal a vágódeszkára emeljük. A cernát vagy a hústűt eltávolítjuk. Vékony pengéjű éles késsel hosszanti irányára merőlegesen kb. 5 mm vastag szeleteket vágunk belőle. A szeleteket az előmelegített táltra helyezük úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Párolt rizzsel tálaljuk. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá.

TÖLTÖTT SERTÉSDAGADÓ MÁJJAL (Tendron de porc farcie au foie)

Zsemlés töltelék

Töltött sertésdagadó

Pecsenyéié készítése

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Sertésdagadó	1,60 kg	Zsemle	4 db
Só	0,06 kg	Tojás	5 db
Zsír	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Sertésmáj	0,20 kg	Liszt	0,08 kg
Bazsalikom	0,005 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Majoránna	0,005 kg	Párolt rizs	10 adag
Törött bors	0,005 kg		

Apró kockákra daraboljuk a sertésmáját. Hagymás zsíron gyorsan lepirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, majd fűszerezzük bazsalikommal, törött borssal és egy kevés összemorzolt majoránnával. A kihűtött pirított májat zsemlés töltelékhez keverjük.

A továbbiakban mindenben úgy járunk el, mint a töltött sertésdagadónál. Párolt rizzsel tálaljuk.

TÖLTÖTT OLDALAS (Côte de porc farcie)

Oldalas előkészítése

Párolt rizs

Velesült burgonya

Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Sertésoldalas, -dagadó	1,20 kg	Velesült burgonya	10 adag
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Koriander	0,005 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Törött bors	0,005 kg		

Töltelékhez:

Sertés-apróhús	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Rizs	0,20 kg	Só	0,03 kg
Császárhús	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Tojás	3 db
Fokhagyma	0,01 kg		

Az oldalast az ismert módon előkészítjük. A dagadót rajta hagyjuk az oldalason, majd a csontokat és a porcogót eltávolítjuk.

Ezután az oldalast húsvágó tőkére helyezzük. A bárd lapjával egyenletes ütésekkel mérünk rá, úgy, hogy rostjai fellazuljanak, és vékonyabb, kb. 5 mm vastagságú legyen. Az előkészített oldalast sóval ízesítjük, majd törött borszal és egy kevés finomra őrölt korianderrel fűszerezzük.

Elkészítjük a húsos-rizses tölteléket: A sertés-apróhúst közepes méretű tárcsával ellátott húsdarálón megdaráljuk. Párolt rizst készítünk egyszeres mennyiségű vízzel, majd kihűtjük.

A császárhúst apró kockákra daraboljuk. Lábosban kiolvasztjuk, majd hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, és aranyárgára pirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, és hozzáadjuk a pépesre zúzott fokhagymát, a fűszerpaprikát.

A darált húst, a párolt rizst, a pirított császárhúst, a pirított vöröshagymával, a fűszerekkel együtt, valamint sót, törött borsot és az egész tojást keverőtálban alaposan összekeverjük. A tölteléket az előkészített húson szétterítjük kb. 1 cm vastagságban. Az egészet feltekerjük hosszabb oldalával párhuzamosan.

A tekercset az angolos bélszínél ismertetett módon hurokkötéssel formázzuk sem túl szorosan, sem túl lazán. A húst sózzuk, majd a sertéssülthöz hasonlóan készre sütjük. Mikor félig puhára sült a tekercs, héjában főtt, hámozott, negyedekre vágott burgonyát helyezünk mellé. Együtt készre sütjük, ezután a zsineget eltávolítjuk. A tekercset langyos helyen pihentetjük. A tálaláskor a húst kb. 1 cm vastag szeletekre vágjuk.

Előmelegített tálra helyezzük a szeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Körberakjuk a velesült burgonyával, és azonnal felszolgáljuk.

SERTÉSOLDALAS SÜTVE (Côte de porc róti)

Párolt káposzta

Pirított burgonya

Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Sertésoldalas	2,20 kg	Liszt	0,08 kg
Só	0,04 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Köménymag	0,005 kg	Pirított burgonya	5 adag
Vöröshagyma	0,15 kg	Párolt káposzta	5 adag

A sertésoldalast csontjával együtt, a csontokra merőlegesen kb. 8-10 cm széles csíkokra daraboljuk a húsvágó tőkén, bárdal. Besózzuk, és sütőtepsibe helyezük, meghintjük köménymaggal és negyedekbe vágott vöröshagymát helyezünk mellé. Középmeleg sütőben készre sütjük. Zsírt nem öntünk alá, mivel az oldalas elég zsíros. Szükség szerint egy kevés vizet öntünk alá. Ha az oldalas puhára sült, lábosba szedjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

A sertésoldalast feldaraboljuk, figyelembe véve, hogy minden adagba arányosan kerüljön zsírosabb és soványabb rész. A párolt káposztát és a pirított burgonyát előmelegített tálra halmozzuk, majd melléhelyezzük a feldarabolt oldalast. Forró pecsenyelevél meglocsoljuk.

SERTÉSCSÜLÖK SÜTVE (Jarret de porc róti)

Pecsenyéié készítése

Pirított burgonya

Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Sertéscsülök (csonttal) 5 db	4,00 kg	Liszt	0,08 kg
Só	0,05 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Köménymag	0,005 kg	Pirított burgonya	5 adag
Zsír	0,15 kg	Párolt káposzta	5 adag

A sertéscsülköt alaposan letisztítjuk, a szőrszálakat leperzseljük és lekaparjuk. A csülök két végéről a csontot bárdal levágjuk. A csülköt alaposan megmossuk, majd besózzuk, meghintjük köménymaggal. Középmeleg sütőbe helyezzük, zsírjával gyakran locsolgatva puhára sütjük.

Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

Tálaláskor a csontról a borjúcsülöknél ismertetett módon lefejtjük a húst. A húst felszeleteljük, majd a csontra visszahelyezzük.

A tálra helyezett csülök mellé halmozzuk a pirított burgonyát és a párolt káposztát. A saját pecsenyelevél megöntözzük.

SERTÉSCSÜLÖK PÉKNÉ MÓDRA (Jarret de porc á la boulangère)

Borjúcsülök pékné módra

Ajánlott anyaghányad

Sertéscsülök (csonttal) 5 db	4,00 kg	Vöröshagyma	0,80 kg
Só	0,05 kg	Liszt	0,08 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsompüré	0,08 kg
Burgonya	2,20 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Törött bors	0,005 kg		

Az előkészített csülköt a borjúcsülök pékné módra készítményhez hasonlóan készítjük el, és tálaljuk.

SZÜZSÜLT HÁLÓBAN (Filét de porc en crépinette)

Bélszín Boston módra
Pecsenyéié készítése
Párizsi körítés
Madeiramártás

Ajánlott anyaghányad

Szűzpecsenye	1,20 kg	Tojás	1 db
Zsír	0,10 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Párizsi körítés	10 adag
Gombapép	0,50 kg	Madeiramártás	5 adag
Libamáj	0,30 kg	vagy	
Sertésháló	2 db	Pecsenyéié	5 adag

A szűzpecsenyét a bélszínhez hasonlóan letisztítjuk. Megsózzuk, törött borsal fűszerezünk, majd elősütjük. Elkészítjük a gombapépet, a libamáj szeleteket és előkészítjük a sertéshálót.

A szűzpecsenyét vajazott sütőlapra helyezük és a „bélszín Boston módra”
-i—f,uiAon átvnniuk a gombapéppel, ráhelyezzük a libamájszele-
teket, majd a sertésaiioa
sütőben készre sütjük.

Vékony pengéjű éles késsel a szűzpecsenye hosszanti irányára merőlegesen vagy rézsútosan kb. 1 cm vastag szeletekre vágjuk. Forrón, előmelegített tálalótálra helyezzük a szeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Ügyeljünk arra, hogy a szeletek ne essenek szét, amikor a tálra helyezzük.

Párizsi körítéssel tálaljuk, külön mártásoscsészében madeiramártást vagy pecsenyelevet adhatunk hozzá. A szűzpecsenye elkészíthető még a burkolással készült bélszínételek ismeretében:

Wellington,
Colbert,
Pompadour módra.

MALACSUŁT (Cochon de lait róti)

Sűtés

Pecsenyėiė készűtėse

Pezsgűs pőrolt káposzta

Hasábburgonya

Ajánlott anyaghányad

Malac bontva	3,50 kg	Sőr	0,20 l
Sű	0,10 kg	Liszt	0,08 kg
Majoránna	0,005 kg	Paradicsompűrė	0,03 kg
Zsűr	0,20 kg	Pezsgűs pőrolt káposzta	5 adag
Szalonna	0,20 kg	Hasábburgonya	5 adag

Jellegzetes szilveszteri étel, amelyet fiatal, legfeljebb hathetes szopűs malacbűl kell készűteni.

A levágást követűen a malacot alaposan kivėreztetjűk, fejűt lefelė tartva. Ezután az egűsz állatot forrű, kb. 85-90 °C-os hűmėrsékletű vűzbe engedjűk 1-2 percre. Erre azért van szűksűg, hogy a szűrűt kűnnyebben lekaparhassuk. A malacot kiemeljűk a vűzbűl, és evűkanalai a szűrt lekaparjűk. A kűrműk vėgeit lecsavarjűk, majd az egűsz malacot hideg vűzben jűl megmossuk. Ezután ېles kűssel a bűr felűletėn maradt szűrt leborotválnűk. Újra jűl megmossuk, tiszta konyharuhával szűrazra tőrűljűk. Kėt hásűs lábán a kűrműktűl a tėrd felė haladva felhasűtűk a bűrt 4-5 cm-es hosszűságbán. Az ېgy kialakított pánt műgűtt találnűk az inakat. A malacot hásűs lábával fűlfelė, az inaknál fogva hasűregėvel kifelė fordűtva hűshorogra akasztűk.

A malacot kibontűk: ېles, hegyes kűssel a vėgbeltűl a kėt comb kűzűtt haladva űvatosan átválnűk a hűst ېs a medencecsontot. űgyeljűnk arra, hogy a belekbe ne hasűtsunk bele! A vágást folytatva, a hasaalját egűszben a mell porcogűs rėszėig felválnűk. Ezután kűrűlválnűk a vėgbelet, majd űvatosan lefelė hűzzűk a kűst a gyomorig. Ezt követűen bal kezűnkkel a gyomor alá nyűlűnk, majd a beleket a jobb kezűnkkel űvatosan tartva kiemeljűk a belsű rėszeket. A gyomorrűl eltáválnűtűk a májat ېs a lėpet. A májrűl az epűt űvatosan leválnűk. A malac mellűt azután továbbsűtűk pontosan kűzėpen, egűszben a fejig haladva. Kiemeljűk a tűdűt a szűvvel ېs a nyelvvel egyűtt, jűl megmossuk, majd hűshorogra akasztűk.

A malacrűl az esetleges vűrt vagy egyűb szennyezűdűst lemossuk, szűrazra tőrűljűk. Ezután hűtűben tőrűljűk hűshorogra fűggesztve.

A malacot elűkűszűtűk a sűtėshez. A malacot hűsvágű asztalra helyezzűk. A lábakat tėrd alatt az űzűletnėl beválnűk, hogy azok visszahajthatűak legyenek. Ezután a malacot a gerincėre fordűtűk, majd a mellsű ېs hásűs lábait szűtfeszűtűjűk. Csapűkűssel faroktűl a fejėig haladva behasűtűk a csűgolyacsontokat.

Ügyeljünk arra, hogy a gerincet ne vágjuk át teljesen, mert akkor sütés közben a bőr, illetve a malac kettéhasad.

A malacot belülről bedörzsöljük sóval, összemorzsolts majoránnával. A malac bőrét kívülről nem érheti só, mert akkor sütés közben könnyen felhólyagzik. Megfelelő nagyságű sütőtepsire rácsot fektetünk. A rácsra azért van szükség, hogy a sütés közben keletkező lé lecsuroghasson. A malac bőre így ropogós marad, nem ázik el a pecsenyelében. A malac hasüregébe tisztára mosott gömbölyű fadarabot helyezünk, azért, hogy sütés közben a malac ne repedjen be, megtartsa eredeti formáját. A malacot hasüregével lefelé a ráccsal ellátott tepsire helyezjük. Bevágott lábait visszahajtjuk, formára igazítjuk. Száját kés lapjával kinyitjuk és egy almát helyezünk bele. Farkára és füleire alufóliából vagy zsírpapírból készített tölcseért húzunk, hogy sütés közben ne égienek le. Bőrét mindenütt bekenjük hideg zsírral.

A malacot középmeleg sütőbe helyezjük. Szalonnadarabot sűrűn beirdalunk a bőrre, majd sörbe mártjuk, és ezzel kengetjük a malacot sütés közben. A sütés időtartama kb. 2-2,5 óra. A malac sülésének mértékét úgy ellenőrizzük, hogy pecsenyevillával a nyakába szúrunk. Ha a kifolyó lé már nem véres, hanem tiszta, átlátszó, akkor a malac megsült, így kiemeljük a sütőből. A készre sült malac fejét sütés után azonnal levágjuk csapókéssel, hogy a hasüregben levő gőz eltávozhasson. Ha nem így járunk el, a malac ropogósra sült bőre felpuhulna. Ezután a malacot csapókéssel a gerinccsont vonalában hosszában kettévágjuk. Tiszta sütőlapra helyezve bőrrel fölfelé tartjuk melegen tálalásig.

A malacot tálaláskor úgy daraboljuk, hogy minden adagba arányosan jusson egy darab húsosabb, egy darab csontosabb rész.

Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk a malacsültet. Külön pezsgős párolt káposztát és hasábburgonyát adunk hozzá. Saját lezsírozott, forró pecsenyevét külön mártásoscsészében adjuk hozzá.

Kívánságra a malac fejét is tálaljuk. A fejet hosszában kettévágjuk úgy, hogy a velő és a nyelv egyformán legyen a két félben.

2. Frissensütéssel készíthető sertéshúsételek

A frissensütéssel készíthető sertéshúsételeket mindig forró zsírban, rendelésre készítjük közvetlenül a tálalás előtt.

Frissensültek készítésére alkalmas húsrészek:

rövidkarajból (1 adag 2 db; egyenként 8-10 dkg)

hosszúkarajból:

sertésborda (1 adag 2 db; egyenként 8-10 dkg)

szűzpecsenyéből:

sertészeletkék (1 adag 5-6 db; egyenként 2-3 dkg)

sertésérmék (1 adag 3 db; egyenként 5-6 dkg)

tarjából:

sertésflekken (1 adag 1 db; egyenként 12-14 dkg)

dióból:

sertésjava (1 adag 1 db; egyenként 14-18 dkg)

felsálból:

sertésszelet (1 adag 2 db; egyenként 7-8 dkg)

bőrös karajból:

borda (1 adag 1 db; egyenként 14-18 dkg)

NATÚR SERTÉSBORDA (Cotelette de porc au naturelle)

Borjúborda előkészítése

Natúr sütés

Hasáburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Zsír	0,15 kg
Só	0,04 kg	Hasáburgonya	10 adag
Liszt	0,05 kg		

Natúr sertésbordát csak fiatal sertés karajából készíthetjük. Az idősebb sertés karajából készített natúr sertésborda nem puhul meg, rágós marad; így ez utóbbit mindig párolással készítjük.

A fiatal sertés karajáról bárdal levágjuk a gerincscsontot, ügyelve arra, hogy a bordacsont a karajon maradjon, és ne sérüljön meg. A karajt felszeleteljük. A húst éles késsel átvágjuk a bordacsontig, majd határozott mozdulattal csapókéssel vagy bárdal levágjuk a bordákat. A bordacsontokról a zsírt és hártját a bordatőcsontig alaposan letisztítjuk. A zsírral és a hártjával együtt levágott, letisztított húsrészeket vagdalthoz, töltelékekhez, pörköltökhöz, tokányhoz lehet felhasználni. A bordákat húsverőkalapáccsal gyengén kiverjük. Széleit bevagdossuk, hogy sütés közben ne zsugorodjanak össze. A bordák mindkét oldalát sózzuk, majd lisztbe mártjuk.

A bordákat egy kevés forró zsírban pirosra sütjük. A sütésnél ügyeljünk arra, hogy a bordák jól átsüljenek, de ne száradjanak ki. Gyakran előforduló hiba, hogy a bordacsont mellett a hús véres marad! Ezért a sütés befejezésekor a serpenyőt kissé megdöntjük, többször meglocsoljuk a bordacsont mellett levő részt saját pecsenyезsírával spicckanál segítségével.

A bordákat azonnal tálaljuk előmelegített tála. A bordákat úgy helyezzük el, hogy azok félig fedjék egymást, és a bordacsontok egy irányban legyenek. Hasáburgonyával körítjük, azonnal felszolgáljuk. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá.

A bordákat roston is süthetjük. Ez a hőbehatási eljárás a klasszikus ételkészítés

ma is igen korszerű változata, haladó hagyománya. A bordákat az ismert módon előkészítjük. Mindkét oldalukat sózzuk. Olajba vagy olvasztott zsírba mártjuk. Faszénparázs felett vagy elektromosan, esetleg gázzal hevített öntöttvas rostélyra helyezük a bordákat. 1-3 perc múlva megfordítjuk ezeket és a másik oldalukat is pirosra sütjük. A roston sült bordák (hússzeletek) igen ízletesek, kellemesek íz- és illatanyagaik. Felületük tetszetős a sütés közben keletkezett sötétbarna barázdáktól, amelyet a rostély „égetett” a hússzeletre.

Napjainkban az ételbárokban reneszánszát éli a roston sült ételek készítése. A roston sütéshez a húsokat igen gondosan kell megválasztani és előkészíteni. A túl öreg állat húsból készített rostonsült nehezen sül át, rágós marad, és a hosszú sütési idő alatt eléghet. Az előkészítésnél a hússzeletet gondosan tisztítjuk meg a felesleges zsiradéktól és inaktól. A *marhahúsból készített rostonsültet* felhasználás előtt pácoljuk, előfűszerezzük. A többi állat húsból készített rostonsültet felhasználás előtt *előfűszerezzük*, illetve *sózzuk*. A sózás helyett egyre gyakrabban alkalmazzák a különféle frissensültekhez a *húspuhítókat*. A *húspuhító* konyhasótartalmú ízesítő, amelyet a sütés előtt kb. 10-15 perccel a húsról hintünk. Ez a hús rostjait fellazítja, az étel állománya a sütés után omlósabb lesz. A húspuhítókat a konyhasónak megfelelően kell használni. Alkalmazásakor már nincs szükség a hússzelet sózására.

A rostonsültelnél előszeretettel használjuk a különféle fűszereket, illetve fűszerkeverékeket. Gyakran előfordul, hogy a túlságosan megfűszerezett hússzeleten a fűszer elég, így a hús keserű, élvezhetetlen lesz. A hússzeletek fűszerezését mindig mértékkel végezzük.

A korábban tanult:

borjújava Duna módra,
borjújava Holstein módra,
borjújava Murát módra,
borjújava jó asszony módra,
borjújava kreol módra,
borjújava Dubarry módra,
borjúbordák papírhüvelyben,
borjúbordák milánói módra,
borjúérmék gazdagon

ismeretében a natúr sütéssel, illetve a roston sült sertésbordákat hasonlóképpen is készíthetjük.

Ezeken kívül még sokféle készítési móddal ismerkedünk meg a jövőben. A hús jellege, színe határozza meg, hogy mikor melyik készítési módot alkalmazhatjuk. Az adott húsfajtához választott készítési mód meghatározásához nagy gyakorlat kell, amelyet nem szabad a véletlenre, a fantáziára bízni.

NATÚR SERTÉSÉRMÉK (Médailles de porc naturelle)

Pirított borjúérmék
Natúr sütés
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Szűzpecsenye	1,40 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,04 kg	Párolt rizs	10 adag
Liszt	0,10 kg	Zsír	0,10 kg
Paradicsompüré	0,03 kg		

A sertésszűzpecsenyeről letisztítjuk a hártját. Hosszanti irányára kissé rézsútosan felszeleteljük. Az érmék gyengén kiveregetjük, sózzuk, majd lisztbe mártjuk.

A sertésérméket a pirított borjúérmékhez hasonlóan elkészítjük, párolt rizzsel körítjük, és azonnal felszolgáljuk.

PIRÍTOTT SERTÉSÉRMÉK PALATÍNUS MÓDRA (Médailles de porc á la Palatínus)

Pirított borjúérmék Palatínus módra

Ajánlott anyaghányad

Sertésszűzpecsenye	1,40 kg	Pirított burgonya	10 adag
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,50 kg
Liszt	0,08 kg	Paradicsom	0,30 kg
Zsír	0,25 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,20 kg	Lecsó	0,50 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Zöldborsó	0,20 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Libamáj	0,15 kg

A „pirított borjúérmék Palatínus módra” készítményhez hasonlóan készítjük el a sertésérméket is. A sertésérméket valamivel tovább kell párolni a pörköltlében, mint a borjúérméket, hogy puhára párolódjanak. Ha elkészült, forrón, előmelegített tála tálaljuk, azonnal felszolgáljuk.

BRASSÓI APRÓPECSENYE (Ragoût de porc á la Brassó)

Pirított burgonya
Tokány darabolása
Pirítás

60. folyamatábra

PIRÍTOTT SERTÉSÉRMÉK PALATINUS MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Sertés-szűzpecsenye Borjúérmék magyarosan anyagai	A sertésérméket a borjúérmék magyarosan készítményénél tanult módon elkészítjük.	A sertésérméket valamivel tovább kell párolni, mint a borjúérméket.
Libamáj Só Liszt Zsír Zöldborsó	Libamájszeleteket sütünk roston. Zöldborsót puhára főzünk sós vízben, majd leszűrjük.	A libamájszeleteket rövid ideig sütjük, nehogy kiszáradjanak.
	A lecsós burgonyát óvatosan tálra halmozzuk. Tetejére helyezzük az érméket és a libamájszeleteket, majd rászórjuk a főtt zöldborsót.	Minden érmére egy darab frissen sült libamájszeletet helyezünk.
Petrezselyemzöld	Az érmékre finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk és azonnal tálaljuk.	Az ételt azonnal tálaljuk. Ellenkező esetben kihűl, és étvágyrontó lesz.
MÉDAILLONS DE PORC À LA PALATINUS		

Ajánlott anyaghányad

Sertésszűzpecsenye	1,40 kg	Füstölt szalonna	0,08 kg
Só	0,03 kg	Pirított burgonya	10 adag
Bors	0,005 kg	Zsír	0,10 kg
Fokhagyma	0,01 kg		

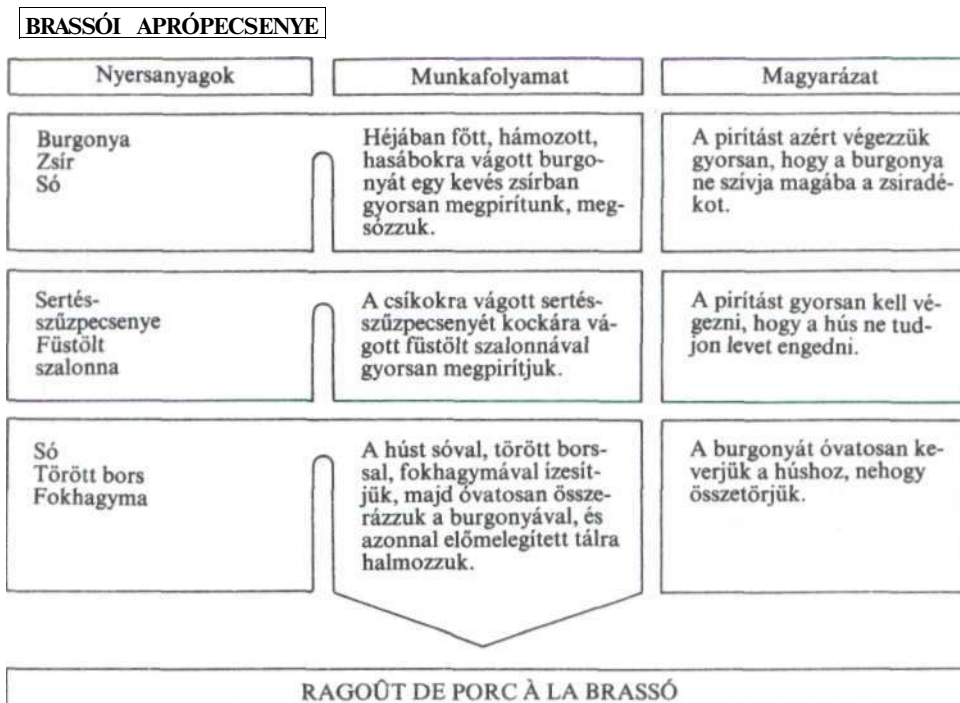
Mindig frissen, rendelésre készítjük. Héjában főtt burgonyából hasábokat (bátonokat) darabolunk. Egy kevés forró zsírban folyamatosan, óvatos keveréssel, rázogatással jól megpirítjük.

Mialatt a burgonyát pirítjuk, elkészítjük a húst. A sertésszűzpecsenyét hosszanti irányára merőlegesen kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket a tokánynál tanultaknak megfelelően ceruza vastagságú csíkokra vágjuk.

Sertésszűzpecsenye hiányában rövidkarajt vagy rózsát is felhasználhatunk.

A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk. Serpenyőben félig kiolvasztjuk, majd hozzáadjuk a zsírt. Belerakjuk a csíkokra vágott húst. Erős tűzön, gyakori

61. folyamatábra



kevergetéssel, gyorsan megpirítjuk. Közben sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük. Mikor majdnem elkészült, hozzáadjuk a kés lapjával összezúzott fokhagymát.

A lepirított húst a burgonyához adjuk. Gyors mozdulatokkal összerázzuk.

A brassói aprópecsenyét még forrón, előmelegített tálra halmozzuk. Azonnal felszolgáljuk. A brassói aprópecsenyére is vonatkozik, hogy ha nem tálaljuk azonnal, levet enged, rágós lesz, elveszti jellegét, élvezeti értékét.

SERTÉSFLEKKEN (Escalopede porc grillé)

Sertésstarja előkészítése

Roston sütés

Natúr sütés

Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertésstarja	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Só	0,03 kg	Zsír	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg		

Pirított burgonya	10 adag	Ecetes dinnye	0,20 kg
Savanyított fejes káposzta	0,30 kg	Káposztával töltött	
Ecetes zöldparadicsom	0,30 kg	ecetes paprika	10 db

A sertésflekkent sertésstarjából készítjük. A súlyhatárt figyelembe véve egy darab nagy szeletben vágjuk le a sertésflekkent. A sertésflekkent kiveregetjük, majd mindkét oldalát sózzuk, őrölt borssal, nagyon kevés fűszerpaprikával fűszerezzük.

Mindig frissen sütjük meg, előre elkészíteni nem szabad, mert rágós lesz!

A *sertésflekkent süthetjük rostsütőn* is. Rostsütő hiányában serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, amiben pirosra sütjük a sertésnekken mindkét oldalát.

Mialatt a sertésflekkent sül, a fatányért körítjük a salátákkal és cikakáposztával. Ez utóbbit egészen savanyított káposztából kapjuk úgy, hogy cikkekre daraboljuk. A cikakáposztán kívül jellegzetes körítése a fatányérnak az ecetes zöldparadicsom, ecetes dinnye, káposztával töltött ecetes paprika.

A körített fatányér közepére halmozzuk a frissen pirított burgonyát. Tetejére helyezük a sertésflekkent. Azonnal felszolgáljuk.

(A sertésflekkent készíthető ízlés szerint fokhagymával is.)

TORDAI LACIPECSENYE (Côte de porc á la Torda)

Bőrös sertéskaraj
Nytott szeletelés
Roston sütés
vagy
Natúr sütés
Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Bőrös sertéskaraj	2,00 kg	Pirított burgonya	10 adag
Só	0,04 kg	Savanyított fejes káposzta	0,30 kg
Liszt	0,08 kg	Ecetes zöldparadicsom	0,30 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Ecetes dinnye	0,20 kg
Zsír	0,15 kg	Káposztával töltött ecetes paprika	10 db

A südő sertés karajából készítjük a tordai lacipecsenyét. A bőrt és a szalonaréteget a karajon hagyjuk. Ezután a karajt kicsontozzuk, majd felszeleteljük. A szeletelésnél a *nyitott szeletelést* alkalmazzuk. Előbb egy szeletet vágunk le, de nem vágjuk át, majd a következőt teljesen átvágjuk. A szeletet kiterítjük, kb. 2 cm-es távolságban bevágjuk. A szeletet sózzuk, ha natúr sütéssel sütjük, paprikás lisztbe mártjuk, ha roston sütjük, fűszerpaprikával fűszerezzük. A szeletet pirosra, ropogósra sütjük.

Mialatt a hússzelet sült, a fatányért a sertésflekkennél tanult módon körítjük salátákkal. Közepére halmozzuk a pirított burgonyát, majd ráhelyezzük a frissen sült tordai lacipecsenyét. Azonnal felszolgáljuk. A tordai lacipecsenyé készíthető ízlés szerint fokhagymával is.

ERDÉLYI FATÁNYÉROS (Grillade assortie a la Transsylvanie)

Roston sütés

Natúr sütés

Kakastaréj

Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Bélszín	0,80 kg	Pirított burgonya	10 adag
Borjúcomb	0,80 kg	Savanyított fejes káposzta	0,30 kg
Sertéskaraj	1,00 kg	Ecetes zöldbparadicsom	0,30 kg
Só	0,03 kg	Ecetes dinnye	0,20 kg
Füstölt szalonna	0,25 kg	Káposztával töltött ecetes	
Fűszerpaprika	0,005 kg	paprika	10 db

Az erdélyi fatányéroshoz minden esetben háromféle húst kell felhasználni;

- sertéshúst, amiből a sertéskarajt szeleteljük, így bordát,
- marhahúst, amiből a bélszínt szeleteljük, így bélszínfilét,
- borjúhúst, amiből a borjúcombot szeleteljük, így borjúfiét

kapunk.

A hússzeleteket előkészítjük, majd sózzuk, borsozzuk.

Füstölt szalonnából *kakastaréjt* készítünk. Amennyiben a hússzeleteket natúr sütésű *sütjük meg*, a *kakastaréjt serpenyőben kiolvasztjuk*, és ebben a zsírban sütjük meg a hússzeleteket. Ha a hússzeleteket roston (rostélyon) sütjük meg, akkor sütés közben a kakastaréjjal kengetjük a hússzeleteket.

Gyakran tapasztalható a gyakorlatban, hogy a kakastaréjt külön sütik meg. Ez hiba, mivel a füstölt szalonna íz- és illatanyagai így nem emelik a hússzeletek, az erdélyi fatányéros élvezeti értékét. A kakastaréj eredeti funkciója ez lenne.

A tálaláshoz előkészített fatányérost a sertésflekkennél ismertetett módon körítjük különféle salátákkal. Itt is akkor járunk el stílusosan, ha a salátakörítés cikakáposztából, ecetes zöldbparadicsomból, ecetes dinnyéből és káposztával töltött ecetes paprikából áll.

A körített fatányérra halmozzuk a pirított burgonyát. Tetejére helyezzük a frissen sült hússzeleteket. A kakastaréjt fűszerpaprikába mártjuk, majd dísznyársra vagy kisméretű bugylibicskára húzzuk. A nyársat vagy a bugylibicskát a fatányér, illetve a húsok közepére tűzzük.

Azonnal felszolgáljuk.

VEGYES ROSTONSÜLT (Mixed grill)

Roston sütés
Szalmaburgonya
Ecetes vegyes zöldség (Mixed pickles)

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj (rövid)	0,50 kg	Kolbász vékony bélben	
Sertésszűzpecsenye	0,40 kg	(sütni való)	0,40 kg
Borjúkaraj	0,50 kg	Gombafej	0,30 kg
Borjúsűzpecsenye	0,30 kg	Paradicsom	0,30 kg
Ürűgerinc	0,50 kg	Zöldpaprika	0,30 kg
Libamáj	0,20 kg	Vöröshagyma	0,30 kg
Borjűvese	0,30 kg	Törökparadicsom	0,30 kg
Füstölt szalonna	0,25 kg	Só	0,03 kg
Pácolt hasaalja (bacon)	0,25 kg	Szalmaburgonya	5 adag
		Ecetes vegyes zöldség	5 adag

A gombafejeket besózzuk, a kisebb, kb. gesztenye méretű vöröshagymákat a száruk felől behasítjuk keresztirányban. A zöldpaprikát, a paradicsomot, a törökparadicsomot szeletekre vágjuk, és besózzuk.

A füstölt szalonnából kakastaréjt vágunk, a füstölt hasaaljából kis tekercseket készítünk. A húsféléket 5-6 dkg-os szeletekbe vágjuk, és besózzuk.

Az összes előkészített anyagot izzó rostélyra helyezzük, roston megsütjük. Sütés közben a szalonnából és a füstölt hasaaljából kiolvadó zsírral kenegetjük a többi anyagot.

Ha minden elkészült, a roston sült hússzeleteket, kolbászt és köreteket azonnal *ízlésesen* fémtálra tálaljuk úgy, hogy a színek és az ízek változatosan kövessék egymást.

Dísznyársakat készítünk, amelyre a választék és színek figyelembevételével a roston sült köretekből egy-egy darabot húzunk, majd a tál közepén levő anyagokba tűzzük. A tálat rendszerint frissen sült szalmaburgonyával és ecetes vegyes zöldséggel (mixed pickles) körítjük.

A *mixed pickles* ecetes vegyes zöldség, amely kisméretű kukoricát, gyöngyhagymát, zöldparadicsomot, karottát, csiperkegombát, kelbimbót, kelvirágrózsákat, babot tartalmaz. Ez a választék ízlés szerint szűkíthető, illetve bővíthető.

EGYVELEG VAGY BŐSÉGTÁL (Pot-pourri)

Roston sütés
Natúr sütés
Bundázás
Bő zsírban sütés
Párolt rizs
Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	0,50 kg	Párolt rizs	5 adag
Borjúmáj	0,50 kg	Szalmaburgonya	5 adag
Borjúvelő	0,30 kg	Olaj	0,80 l
Sertésszűzpecsenye	0,40 kg	Fejes saláta	3 db
Libamáj	0,20 kg		
Pontyfiíé	0,50 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Gombafej	0,30 kg	Liszt	0,10 kg
Paradicsom	0,30 kg	Zsemlemorzsa	0,20 kg
Virsli	0,40 kg	Tojás	4 db
Só	0,04 kg		
Petrezselyemzöld	2 csomó	<i>Tojáslepenyhez:</i>	
		Tojás	5 db
		Só	0,005 kg
		Zsír	0,05 kg

Az egyveleg vagy bőségtál általában minden étterem étlapján megtalálható valamilyen fantáziánévvvel, amely az étteremre utal. Ez rendszerint több személyre készül, rendelésre. Az egyveleghez vagy bőségtálhoz felhasználhatunk a fentiekén kívül ürübordát, borjúbordát, bélszínfilét, borjúsűzpecsenyét, báránycombót, halfélétet, továbbá törökparadicsomot, szalonnát, különféle ropogósokat, friss kolbászfélétet natúr vagy roston sütvve. Az alapanyag jellegének megfelelően alkalmazhatjuk a bundázást (liszt, tojás, zsemlemorzsa), ezen kívül a sörtésztában sütést.

Az egyveleg vagy bőségtál jellegének megfelelő tál közepére helyezzük a köreteket. Erre halmozzuk a roston vagy natúr sütéssel sült és bundázott húsokat, halfélétet és egyéb alkotóelemeket. ízlés szerint az egészet letakarjuk tojáslepennyel. Dísznyársat készítünk az anyagok egy részéből, amelyet a tálalt étel közepébe tűzünk. A tál jellegének megfelelően salátával körítjük, illetve díszítjük, majd azonnal felszolgáljuk.

RABLÓHÚS NYÁRSON (Brochette á la brigand)

- Borjúsűzpecsenye előkészítése
- Sertéssűzpecsenye előkészítése
- Bélszín előkészítése
- Céklasaláta
- Csemegeuborka
- Csalamádé
- Píritott burgonya

Ajánlott anyaghányad

Borjúsűzpecsenye	0,60 kg	Gombafej	0,60 kg
Sertéssűzpecsenye	0,60 kg	Liszt	0,20 kg
Bélszín	0,60 kg	Zsemle	5 db
Só	0,05 kg	Zsír	1,00 kg
Törött bors	0,005 kg	Céklasaláta	0,40 kg
Burgonya	1,00 kg	Csemegeuborka	0,30 kg
Füstölt szalonna	0,40 kg	Csalamádé	0,30 kg
Vöröshagyma	0,60 kg	Pirított burgonya	5 adag

A bélszín vékonyabb részét (farkot), a borjú- és a sertéssűzpecsenyét lehártyazzuk. Mindegyikből egyenletes vastagságú érméket vágunk. Minden adag rablólúsról háromszor két szelet érmét számítunk. Az érméket kissé kiveregetjük, majd kör alakúra formázzuk. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezük.

Karikákra szeleteljük a burgonyát, lapjaira szedjük a vöröshagymát, kiválogatjuk a gombafejeket. A gombafejeket az alapos mosás után besózzuk. A füstölt szalonnából 2-3 mm vastag, kb. 3 cm átmérőjű négyzeteket vágunk.

Az előkészített nyersanyagokat kihegyezett hurkapálcára húzzuk váltakozva úgy, hogy a két végére burgonyakarika kerüljön. A rablólús nyersanyagait úgy kell a hurkapálcára húzni, hogy ne legyenek túl szorosan, mert középen nem sülnék át!

Az egészet henger alakúra formázzuk, lisztbe forgatjuk, majd bő középmeleg hőmérsékletű zsírban pirosra sütjük. Ha a zsír túlságosan forró, a hús és a többi anyag csak kívülről sül meg, belül pedig nyers marad!

A készre sült rablólúsról csepegtetőrácsra emeljük, majd a hurkapálca helyére dísznyársat szúrunk. Az ovális alakú fatányért salátafélékkel körítjük. A fa tányér két végére zsemlekrutont helyezünk, középre pirított burgonyát halmozunk. A rablólúsról a fatányérra helyezük úgy, hogy a dísznyárs, illetve a rablólús két vége a zsemlekrutonra kerüljön. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

VAGDALTHÚS-POGÁCSA (Hachée de porc au naturelle)

Stefánia vagdalt bélszín

Hamburger

Natúr sütés

Pecsenyéi készítés

Burgonyapüré

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	0,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Sertésdagadó	0,40 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

Sertésoldalas (csont nélkül)	0,40 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsemle	4 db	Majoránna	0,005 kg
Tojás	4 db	Zsemlemorzsa	0,10 kg
Só	0,04 kg	Liszt	0,06 kg
Zsír	0,20 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Burgonyapüré	10 adag

A vagdalthús-pogácsához apróhúsokat, sertésdagadót, kicsontozott sertésoldalast használunk.

A húst finomra daráljuk, majd a Stefánia vagdalt bélszínhez hasonlóan elkészítjük.

A hamburgerhez hasonlóan formázzuk, majd szitált zsemlemorzsaiba forgatjuk. Natúr sütéssel megsütjük.

Forrón tálaljuk. Burgonyapürét vagy valamilyen sűrített főzeléket, külön mártásoscsészében pedig pecsenyelevet adunk hozzá.

A vagdalt hús természetesen formázható még szelet, borda, szűzpecsenye alakúra is. Így az elnevezése ennek megfelelően módosul

vagdalt sertésszeletre,
vagdalt sertésbordára vagy
vagdalt szűzpecsenyére.

3. Párolással készíthető sertéshúskételek

A párolással készíthető sertéshúskételeket készíthetjük egészben, szeletben vagy apróhúsból.

a) Egyben párolt sertéshúskételek

PÁROLT SERTÉSCOMB (Porc braisé)

Csontió
Hurokkötözés
Párolás
Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéscomb	1,40 kg	Petrezselyemgyökér	0,20 kg
Zsír	0,15 kg	Zellergumó	0,10 kg
Só	0,04 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Gomba	0,05 kg

Liszt	0,12 kg	Fehérbor	0,20 l
Paradicsompüré	0,08 kg	Tört burgonya	10 adag

A comb részeit, elsősorban a frikandót, a rózsát és a diót használjuk fel erre a célra.

A húsdarabokat hurokkötözéssel formázzuk. Sózzuk, majd sütőtepsibe vagy lábosba helyezzük. Szeletekre vágott sárgarépat, petrezselyemgyökeret, zellergumót, vöröshagymát, gombát helyezünk mellé. Forró zsírral leöntjük a húsdarabokat és a sütőbe helyezzük.

Sütés közben gyakran meglocsoljuk saját zsírával. Ha a húsdarabok félig puhára sültek, kiemeljük az edényből. A zöldségeket lábosba öntjük, meghintjük liszttel, jól megpirítjuk, majd paradicsompürét adunk hozzá. Gyakori kevergetéssel rozsdabarnára pirítjuk, majd felöntjük fehérborral és sertéscsontból főzött csontlével. Lassan kiforraljuk, ízlés szerint ízesítjük sóval. A „mártásba” behelyezzük a húsdarabokat, és készre pároljuk. A puha húsdarabokat kiemeljük a mártásból, a zsinet eltávolítjuk. A húsdarabokat lábosba helyezzük, egy kevés csontlevet öntünk alá. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A mártást szőrszítán átszűrjük, nem törjük át. Lezsírozzuk, majd szükség szerint beforraljuk mártás sűrűségűre. Ízlés szerint ízesítjük sóval.

A húsdarabokat vékony pengéjű éles késsel a rostokra merőlegesen vagy rézsútosan felszeleteljük. A szeleteket tálra rendezzük úgy, hogy azok félig fedjék egymást, majd átvonjuk a forró, bevonóképes, rozsdabarna, bársonyos mártással. Tört burgonyával tálaljuk. Azonnal felszolgáljuk.

PÁROLT SERTÉSCOMB GOMBÁVAL (Porc braisé aux champignons)

Párolt sertéscomb
Pirított gomba
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Sertéscomb	1,40 kg	Gomba	0,30 kg
Zsír	0,15 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,04 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Sárgarépa	0,20 kg	Liszt	0,12 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Paradicsompüré	0,08 kg
Zellergumó	0,10 kg	Fehérbor	0,20 l
Vöröshagyma	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag

Párolt sertéscombót készítünk. A kész mártáshoz pirított gombát adunk, amivel alaposan összeforraljuk. Tálalása megegyezik a párolt sertéscomb tálalásával. Külön párolt rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PÁROLT SERTÉSCOMB FOKHAGYMÁVAL (Porc braisé aux ail)

Párolt sertéscomb

Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéscomb	1,40 kg	Gomba	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Fokhagyma	0,02 kg
Só	0,04 kg	Liszt	0,12 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Paradicsompüré	0,08 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Fehérbor	0,20 l
Zellergumó	0,10 kg	Tört burgonya	10 adag
Vöröshagyma	0,10 kg		

A sertéscomb részeit - dió, rózsa - a hurokkötözés előtt fokhagymagerezdekkel tűzdeljük. A továbbiakban pontosan úgy járunk el, mint a párolt sertéscombnál.

Az ételhez tört burgonyát adunk. Azonnal felszolgáljuk.

TEJFÖLÖS MADÁRKÁK (Pupitte de porc á l'aigre)

Párolt sertéscomb

Sertéscsülök

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Csontozott, bőr és zsiradék nélküli csülökhús, frikandófejjel	1,40 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Zsír	0,10 kg	Liszt	0,10 kg
Só	0,03 kg	Fehérbor	0,20 l
Sárgarépa	0,15 kg	Mustár	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Tejföl	0,20 l
Zellergumó	0,08 kg	Citrom	2 db
		Petrezselyemzöld	1 csomó
		Párolt rizs	10 adag

A sertéscsülköt a frikandófejjel együtt választjuk le a combról. Kifejtjük a csontot, majd lefejtjük róla a bőrt és a zsiradékot. így kapjuk a „madárka” elnevezésű húsrészt. Azért nevezik így, mert a párolt vagy főtt húsrészből vágott szeletek kiterjesztett szárnyú madárra emlékeztetnek.

A madárkát a párolt sertéscombhoz hasonlóan készítjük el, azzal a különbséggel, hogy nem adunk hozzá paradicsompürét. Az elkészített mártásba a kiforrálás után tejfölt keverünk. ízesítjük egy kevés citromlével, reszelt citromhéjjal, egy kevés mustárral.

A felszeletelt húst átvonjuk a mártással. Külön párolt rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

b) Szeletben párolt sertéshúsételek

A szeletben párolt sertéshúsételekhez a hússzeleteket minden esetben kiveregetjük, sózzuk, az étel jellegének megfelelően fűszerezzük. Lisztbe mártjuk, majd egy kevés zsírban elősütjük. Az elősütött szeleteket lábasba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást.

SERTÉSBORDA HENTES MÓDRA (Côtelettes de porc á la charcutière)

Bordák előkészítése
Elősütés
Pecsenyéié készítése
Hasáburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Ecetes uborka	0,25 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsompüré	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Füstölt szalonna	0,15 kg	Hasáburgonya	10 adag
Gépsonka	0,20 kg		

A sertésbordákat az ismert módon előkészítjük. Kiveregetjük, sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, majd lisztbe forgatjuk.

A bordákat egy kevés zsírban elősütjük, majd lábasba szedjük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. A visszamaradt zsírban paradicsompürét pirítunk rozsdabarnára, majd hozzáadjuk a lisztet. Addig pirítjuk, amíg a liszt át nem veszi a pirított paradicsompüré színét. Felöntjük vízzel. Habverővel állandóan keverve lassan kiforraljuk. Kóstoljuk, szükség szerint sóval ízesítjük. A sózásnál vegyük figyelembe, hogy a füstölt szalonna, a gépsonka és az ecetes uborka is tartalmaz sót. A pecsenyéié tetején keletkezett habot kanállal lemerjük. A pecsenyelét szitán keresztül a bordákra szűrjük. A lábost fedővel lefedjük, és a bordákat lassan pároljuk. Többször ellenőrizzük, szükség szerint egy kevés vizet vagy csontlevet öntünk a bordákra, nehogy leégjenek.

Mialatt a bordák párolódnak, elkészítjük a *hentesragut*. A jelleget adó anyagokat (füstölt szalonna, gépsonka, ecetes uborka) kb. 2 mm vastag metéltekre vágjuk. A szalonnát serpenyőben félig kiolvasztjuk, hozzáadjuk a gépsonkát és az ecetes uborkát. Gyorsan átpirítjuk, majd egy kevés pecsenyelevet merünk rá a bordákról. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A hentesragut a

párolódó bordákra öntjük, és együtt készre pároljuk. A bordákat előmelegített tálra tálaljuk úgy, hogy a bordacsontok egy irányban legyenek, és a bordák félig fedjék egymást. A bordákat meglocsoljuk a hentesraguval összeforralt pecsenyelével. Külön hasáburgonyát adunk hozzá. Tetejét meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

Azonnal felszolgáljuk.

FRANCIA SERTÉSBORDA (Côtelettes de porc á la française)

Bordák előkészítése

Előszütés

Pecsenyéié készítése

Rakott burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Fehérbor	0,20 l
Só	0,03 kg	Paradicsompüré	0,05 kg
Liszt	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Rakott burgonya	10 adag

A bordákat előkészítjük, előszütjük, majd pecsenyelében puhára pároljuk, amelyhez egy kevés fehérbort is adunk.

Rakott burgonyát készítünk. Sütőben pirostra, ropogósra sütjük, ügyelve arra, hogy a közepe is jól átsüljön. A puhára párolt bordákat az előmelegített tál egyik oldalára tálaljuk úgy, hogy azok félig fedjék egymást, és a bordacsontok egy irányban legyenek. A rakott burgonyát a tálalótál másik oldalára tálaljuk lapátkanál segítségével. A bordákat bőven megöntözzük saját pecsenyelevelével.

Azonnal felszolgáljuk.

SERTÉSBORDA PARASZTOSAN (Côtelettes de porc á la paysan)

Bordák előkészítése

Előszütés

Pecsenyéié készítése

Kockaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,30 kg
Liszt	0,10 kg	Füstölt szalonna	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Törött bors	0,005 kg
Paradicsompüré	0,08 kg	Kockaburgonya	10 adag

A bordákat előkészítjük, elősütjük, majd pecsenyelében puhára pároljuk az ismert módon.

Elkészítjük a parasztos ragut. Az 1 cm-es kockákra vágott füstölt szalonnát állandó keverés mellett kiolvasztjuk. Hozzáadjuk az 1,5x5 mm-es kockákra vágott vöröshagymát és aranysárgára pirítjuk. A zsírt leszűrjük róla, majd összekeverjük frissen sült kockaburgonyával (pommes Parmantier). Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük, és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A bordákat az előmelegített tál közepére tálaljuk. Meglocsoljuk saját pecsenyelével. A tetejére halmozzuk a parasztos ragut. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

SERTÉSBORDA FRANKFURTI MÓDRA (Côtelettes de porc á la francfortaise)

Bordák előkészítése
Elősütés
Kelkáposzta forrázása
Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Majoránna	0,005 kg
Paradicsompüré	0,08 kg	Kelkáposzta	0,50 kg
vagy		Virslis	0,25 kg
Paradicsom	0,20 kg	Füstölt szalonna	0,10 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Pirított burgonya	10 adag

A bordákat előkészítjük, elősütjük, majd lábosba helyezzük úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Zsírjában finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk a paradicsompürét, nyáron a friss, hámozott, kockákra vágott paradicsomot, amivel tovább pirítjuk. Kevés összezúzott fokhagymát is adunk hozzá. Csontlével felöntjük. Sóval ízesítjük, törött borssal, egy kevés összemorzolt majoránnával fűszerezzük. Fedővel lefedve lassan pároljuk. Ha szükséges, párolás közben egy kevés csontlevet vagy vizet öntünk a bordákra.

Mialatt a bordák párolódnak, a cikkekre vágott kelkáposztát leforrázzuk. A kelkáposztát leszűrjük, lecsepegtetjük, lábosba helyezzük. Megsózzuk, törött borssal, összemorzolt majoránnával fűszerezzük. A bordákról egy kevés párolólét merünk a leforrázott kelkáposztára, majd fedő alatt puhára pároljuk. A füstölt szalonnát apró kockákra daraboljuk, félig kiolvasztjuk. A virsli bőrét lehúzzuk, karikákra vágjuk, a szalonnához adjuk. Erős tűzön megpirítjuk, majd a bordákra öntjük. Együtt készre pároljuk.

Előmelegített tál közepére tálaljuk a puhára párolt bordákat, a virsli, szalon-

nás párolólével együtt. Az egyik oldalra halmozzuk a pirított burgonyát, a másikra a kelkáposztát, saját levével megöntözve. Azonnal felszolgáljuk.

BAKONYI SERTÉSBORDA (Côtelettes de porc à la Bakony)

Bordák előkészítése

Elősütés

Pörköltalap

Tejfölös habarás

Galuskaköre

62. folyamatábra

BAKONYI SERTÉSBORDA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Sertéskaraj Só Liszt Zsír Füstölt szalonna Vöröshagyma	Az elősütött bordákat lábasba rendezzük. A visszamaradt zsírban kockákra vágott füstölt szalonnát, vöröshagymát piritunk.	A bordákat úgy helyezzük a lábasba, hogy félig fedjék egymást. Így kevésbé tudnak lesülni, leégni.
Gomba Fűszerpaprika Só	Hozzáadjuk a cikkekre vágott gombát, majd zsírjára piritjuk. Beletesszük a fűszerpaprikát, és felöntjük. Sóval ízesítjük.	Azért piritjuk zsírjára az anyagokat, mert a fűszerpaprika csak zsírban oldódik maradéktalanul.
Zöldpaprika Paradicsom Tejföl Liszt	Hozzáadjuk a kockákra vágott zöldpaprikát, paradicsomot, majd a bordákra öntjük. Lassan puhára pároljuk. Ekkor kiemeljük a bordákat, és tejfölös habarással sűrítjük, kiforraljuk. Visszahelyezzük a bordákat, összeforraljuk.	A bordákat azért helyezzük vissza a bakonyi mártásba, hogy átvegyék a mártás ízét, színét.
Tejföl Paprikaszín Galuska	A bordákat mártással leöntve tálaljuk. Tetejére tejfölt, paprikaszínt locsolunk. Külön galuskaköröt adunk hozzá.	A galuskát nem tálalhatjuk az étel mellé, mert magába szívja a mártást és elázik.
CÔTELETTES DE PORC À LA BAKONY		

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Só	0,04 kg	Paradicsom	0,10 kg
Zsír	0,15 kg	vagy	
Liszt	0,12 kg	Lecsó	0,15 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Gomba	0,40 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
		Tejföl	0,351
		Galuskaköret	10 adag

A bordákat előkészítjük, elősütjük, majd lábosba szedjük. Az apró kockákra vágott füstölt szalonnát az elősütéshez felhasznált zsírban megpirítjuk. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, és üvegesre pirítjuk. Beletesszük a cikkekre vágott gombát, és lassan pároljuk. Ha a leve elpárolgott, meghintjük fűszerpaprikával. Gyorsan elkeverjük, majd felöntjük csontlével vagy vízzel és a bordákra öntjük. Kockákra vágott paradicsomot és zöldpaprikát vagy lecsót adunk hozzá. Fedővel lefedve lassan pároljuk, közben kóstoljuk, szükség szerint ízesítjük sóval.

A puhára párolódott bordákat kiemeljük a lábosból. Tejfeles habarással sűrítjük a párolólevet. Sóval ízesítjük, lassan készre forraljuk. Az elkészített bakonyi mártásba visszahelyezzük a bordákat. Lassan összeforraljuk. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A bordákat forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Megöntözzük a mártással. Tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk. Külön köretestálban galuskát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

SERTÉSBORDA SAVOYAI MÓDRA (Cötelettes de porc savoyard)

Húsleves

Bordák előkészítése

Elősütés

Ajánlott anyaghányad

Sertéskaraj	1,40 kg	Zsír	0,20 kg
Só	0,03 kg	Vöröshagyma	0,30 kg
Törött bors	0,005 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Liszt	0,10 kg	Sajt	0,15 kg
Burgonya	2,00 kg	Vaj	0,10 kg
		Húsleves	1,001

A bordákat előkészítjük, elősütjük. A megtisztított nyers burgonyát 2 mm vastag korongokra vágjuk, és bő, forró zsírban üvegesre sütjük, leszűrjük, lecsepegtetjük. A szeletekre vágott vöröshagymát zsírban üvegesre pároljuk.

A burgonyát és a vöröshagymát megsózzuk, törött borssal fűszerezzük, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel, majd óvatosan összekeverjük. A burgonya felét kizsírozott tepsibe vagy magas peremű tűzálló tálba tesszük. Erre helyezük sorjában az elősütött bordákat, majd az egészet befedjük a burgonya másik felével. Annyi tartalmas húsleveset öntünk rá, hogy ellepje a burgonyát. Tetejét bőven meghintjük reszelt sajttal, majd megöntözzük olvasztott vajjal.

Középméleg sütőben sütjük meg úgy, hogy a burgonya és a hús megpuhuljon, teteje pedig pirosra, ropogósra süljön. A sütési idő kb. 25-30 perc.

Tálaláskor a bordákat a burgonyával együtt tálaljuk úgy, hogy a burgonya pirosra, ropogósra sült teteje kerüljön felülre. Azonnal felszolgáljuk.

A korábbiakban tanult

lecsós rostélyos,
debreceni rostélyos,
szegedi rostélyos,
alföldi rostélyos,
paprikás borjúszelet,
temesvári borjúszelet,
borjúbordák papírhüvelyben,
borjúbordák milánói módra,
borjúbordák tavasziasan,
mintájára is elkészíthetjük a sertésbordákat.

20. táblázat

Szeletben párolt sertéshúsételek összefoglalása

Módozat	Köret	Jelleget adó anyag
Hentes	hasáburgonya	sonka, szalonna, uborka, pecsenyéié
Francia	rakott burgonya, fehérboros pecsenyéié	
Parasztos	kockaburgonya, szalonna, vöröshagyma, pecsenyéié	
Frankfurti	pirított burgonya	vöröshagyma, paradicsompüré, fokhagyma, kelkáposzta, virsli, füstölt szalonna
Provanszi	hasáburgonya	barnamártás, fehérbor, vöröshagyma, paradicsom, fokhagyma
Bakonyi	galuska	szalonna, vöröshagyma, fűszerpaprika, gomba, tejfölös habarás
Savoyai	karikaburgonya, vöröshagyma, húsleves, reszelt sajt, olvasztott vaj	

c) *Apróhúsból készíthető sertéshúsételek*

SERTÉSPÖRKÖLT (Pörkölt de porc)

Marhapörkölt
Galuskaköret
vagy
Tarhonyaköret

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Paradicsom	0,12 kg
Zsír	0,15 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,20 kg	Lecsó	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Galuskaköret	10 adag
Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Só	0,04 kg	Tarhonyaköret	10 adag
Zöldpaprika	0,25 kg		

A sertéspörköltet a marhapörkölthöz hasonlóan készítjük el. Igen jóízű, tartalmaz lesz, ha csontjáról lefejtett csülökhúsból készítjük. A jó sertéspörkölt élénkvörös színű, tartalmaz, sűrű állományú, felülete bársonyos. Felületén vékony rétegben paprikaszín látható.

Itt is - mint minden pörkölnél - fontos készítési szabály, hogy a pörkölés és a párolás felváltva kövesse egymást. így alakul ki a pörkölt jellegzetes íz- és illatanyaga, sűrű, tartalmaz állománya.

Ha a sertéspörkölt felszínén vastagon áll a paprikaszín, akkor lemerjük, mert az étvágyrontó. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk, arányosan elosztva a húst és a sűrű, tartalmaz pörköltlevet. Körítésként galuskát vagy tarhonyát adunk hozzá. Nyáron egy-egy karika paradicsommal és zöldpaprikával díszíthetjük a pörköltet. Azonnal felszolgáljuk.

A sertéspörkölt ismeretében további ételek készíthetők.

SERTÉSPAPRIKÁS (Paprikás de porc)

Sertéspörkölt
Tejfölös habarás
Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Zsír	0,15 kg	Só	0,04 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Fokhagyma	0,005 kg

Zöldpaprika	0,20 kg	Tejföl	0,501
Paradicsom	0,10 kg	Liszt	0,05 kg
vagy		Galuskaköret	10 adag
Lecsó	0,20 kg		

Sertéspörköltet készítünk, de kevesebb vöröshagymával és fűszerpaprikával. A húst majdnem puhára pároljuk. Tejfölös habarással sűrítjük, és készre főzzük. A jó sertéspaprikás egy árnyalattal sötétebb, mint a borjúpaprikás.

A sertéspaprikást fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített táltra tálaljuk. Tetejére tejfölt és paprikaszínt öntözünk. Külön galuskát adunk hozzá. Azonnal tálaljuk.

MALACPÖRKÖLT (Pörkölt de cochon de lait)

Sertéspörkölt
Tarhonyaköret

Ajánlott anyaghányad

Malachús	2,00 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Paradicsom	0,12 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	vagy	
Fokhagyma	0,01 kg	Lecsó	0,20 kg
		Tarhonyaköret	10 adag

Fiatal malacból, bőrével, csontjaival, lábaival, farkával, belsősegeivel együtt készítjük. A jól leperzselt, megtisztított, megmosott malacot kb. 4-5 dkg-os kockákra vágjuk.

A malacpörköltet a sertéspörköltéhez hasonlóan készítjük, de valamivel rövidebb ideig kell párolni, mivel a malac húsa jóval előbb párolódik puhára.

A malacpörkölt tetején összegyűlt, a szokásosnál több paprikaszínt lemerjük. A malacpörköltet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Előmelegített táltra tálaljuk, ügyelve arra, hogy egyformán adjunk a csontos, zsírosabb részekből, valamint a belsősegekből.

Köretként tarhonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

BÁCSKAI RIZESHÚS (Viande de porc au riz á la Bácska)

Sertéspörkölt

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Zsír	0,15 kg	Só	0,04 kg
Vöröshagyma	0,20 kg		

Fokhagyma	0,01 kg	vagy	
Zöldpaprika	0,40 kg	Lecsó	0,40 kg
Paradicsom	0,20 kg	Rizs	0,60 kg

A sertéspörköltet félpuhára pároljuk. Közben bőségesen adunk hozzá cikkekre vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót.

Mialatt a pörkölt párolódik, a rizst kiválogatjuk, megmossuk, jól lecsepegtetjük. Egy kevés zsírban üvegesre pirítjuk, majd felöntjük másfélszeres mennyiségű forró vízzel. Ízlés szerint ízesítjük sóval. Felforraljuk, fedővel lefedjük, majd középmeleg sütőbe helyezzük. Kb. 35-40 percig pároljuk. Ezután kiemeljük a sütőből, szükség szerint sóval ízesítjük, majd pecsenyevillával könnyedén fölkeverjük.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A bácskai rizseshúst levescsészébe nyomkodjuk, nem túl szorosan, majd a tálalótálra borítjuk. Tetejére egy-egy karika zöldpaprikát és paradicsomot helyezünk. Azonnal felszolgáljuk.

Ha a bácskai rizseshúst nagyobb mennyiségben készítjük, akkor külön készítjük a pörköltet és a párolt rizst. A tálalás ütemének megfelelően 5-10 adagonként keverjük össze a pörköltet a rizzsel.

SZÉKELYGULYÁS (Ragoüt de porc a la Székely)

Sertéspörkölt

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Tejfölös habarás

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Zsír	0,20 kg	Köménymag	0,005 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Savanyú káposzta	2,00 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Tejföl	0,70 l
Só	0,04 kg	Liszt	0,06 kg

A sertéspörköltet félpuhára pároljuk. Ízlés szerint ízesítjük sóval. Hozzáadjuk az összezúzott fokhagymát és az őrölt köménymagot.

A kimosott és felvágott savanyú káposztát a pörköltökhöz adjuk. Annyi sótlan csontlével vagy vízzel öntjük fel, amennyi majdnem ellepi. Fedővel lefedjük, lassan pároljuk. Megkóstoljuk, szükség szerint sóval ízesítjük. Mikor a hús és a káposzta puhára párolódott, tejfölös habarást adunk hozzá. Összekeverjük, ügyelve arra, hogy a húst ne törjük össze, majd lassan készre forraljuk. Ha szükséges, sóval utánízesítjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A jó székelygulyás világos rózsaszínű. Íze kellemesen savanykás a tejföltől és a savanyú káposztától. A fokhagyma és a köménymag íz- és illatanyagai összesi-

63. folyamatábra

SZÉKELYGULYÁS		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Sertés-apróhús Zsír Vöröshagyma Fokhagyma Fűszerpaprika Só	A sertés-apróhúst pörköltként elkészítjük. Sóval ízesítjük, fokhagymát, köménymagot adunk hozzá. Félpuhára pároljuk.	A pörköltet azért pároljuk félpuhára, mert még párolni fogjuk a továbbiakban.
Savanyú káposzta	Hozzáadjuk az előkészített, kimosott savanyú káposztát. Csontlével felöntjük, és lassan puhára pároljuk.	A káposztát mindig moszuk át, mert savanyú ízhátásával az ételt fogyaszthatatlanná teheti!
Tejföl Liszt Paprikaszín	A puhára párolt ételt tejfőlös habarással sűrítjük, kiforraljuk. A székelygulyást tejfőllel és paprikaszínnel meglocsolva tálaljuk. Azonnal felszolgáljuk.	A tejfőlös habarással sűrített ételt lassan forraljuk, nehogy a tejfől kicsapódjon.
RAGOÛT DE PORC À LA SZÉKELY		

múlnak az étellel. Gyakran előforduló hiba, hogy a székelygulyás erősen köménymag ízű. Esetenként nagyon savanyú a káposztától vagy élénkpiros a felhasznált fűszerpaprika túl nagy mennyiségétől.

A székelygulyást forrón, előmelegített táltra tálaljuk úgy, hogy minden adagba arányosan kerüljön a húsból és a káposztából. Tetejére tejfőlt és paprikaszínt öntözünk.

Azonnal felszolgáljuk.

A székelygulyás jobb ízű lesz, ha oldalasból, dagadóból, csülök lefejtett húsából készítjük. Helyenként a székelygulyásba a befejezés előtt finomra vágott friss kaprot is kevernek. Ebben az esetben kevesebb fűszerpaprikával készítik.

TARHONYÁS SERTÉSHÚS (Ragoût de porc au farvelli)

Bácskai rizseshús

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,15 kg	Zöldpaprika	0,40 kg

Vöröshagyma	0,20 kg	Paradicsom	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	vagy	
Só	0,04 kg	Lecsó	0,40 kg
		Tarhonya	0,60 kg

A bácskai rizseshúshoz hasonlóan készítjük. A készítés megfelelő szakaszában hozzáadjuk a tarhonyát és a bácskai rizseshúshoz hasonlóan készre pároljuk.

Azonnal felszolgáljuk.

SERTÉS GYUVECS (Djuvets de porc)

Sertéspörkölt

Félpuhára párolt rizs

Lecsó

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,20 kg	Paradicsom	0,25 kg
Zsír	0,20 kg	Burgonya	0,60 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Törökparadicsom	0,40 kg
Só	0,04 kg	Rizs	0,30 kg
Fokhagyma	0,02 kg	Törött bors	0,005 kg
Zöldpaprika	0,50 kg	<i>Csontléhez:</i>	
		Csont	0,50 kg
		Só	0,01 kg

Szerb eredetű étel. Félpuhára párolt, jó fűszeres sertéspörköltet készítünk. A rizst félpuhára pároljuk (lásd húsos, rőses töltelék). Tartalmas, jó sűrű lecsót készítünk. A megtisztított burgonyát vékony karikákra vágjuk. A törökparadicsomot 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. A lábost vagy a sütőpepsit zsírral kikenjük. Az előkészített anyagokat váltakozva rétegezzük a kizsírozott edénybe. Az egyes rétegeket meghintjük törött borssal, majd egy kevés sóval is ízesítjük.

Az egészet felöntjük annyi csontlével, amennyi éppen ellepi. Az edényt befedjük, és sütőben kb. 1,5 óra alatt készre pároljuk. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Arra ügyeljünk, hogy minden adagba arányosan adjunk a húsból és a többi anyagból. Azonnal felszolgáljuk.

ERDÉLYI RAKOTT KÁPOSZTA (Choucroute á la Transsylvanie)

Félpuhára párolt rizs

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Ajánlott anyaghányad

Sertés-aprónhús	1,20 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Majoránna	0,005 kg
Savanyú káposzta	1,50 kg	Füstölt kolbász	0,30 kg
Rizs	0,50 kg	Füstölt szalonna	0,15 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Tejföl	0,401
Só	0,04 kg		

Félpuhára párolt rizst készítünk. (Lásd húsos, rizses töltelék.) Felhevített zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Meghintjük fűszerpaprikával, majd hozzáadjuk az előkészített savanyú káposztát. Csontlével felengedjük, hogy éppen ellepje, törött borssal fűszerezzük. Puhára pároljuk úgy, hogy a leve közben elpárologjon. Felhevített zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Lehúzzuk a tűzhelyről. Hozzáadjuk a fűszerpaprikát, összezúzott fokhagymát. Jól összekeverjük, majd belerakjuk a megdarált sertéshúst. Erre a célra zsírosabb aprónhúsok és a dagadó a legjobb. Sóval ízesítjük, törött borssal, összemorzolt majoránnával fűszerezzük. Mérsékelt tűzön, állandó keveréssel félig puhára pároljuk. Apró kockákra vágott füstölt szalonnát félig kiolvasztjuk, majd hozzáadjuk a karikákra vágott füstölt kolbászt. Gyorsan lepirítjuk, majd a húshoz keverjük.

Mélyebb tepsit vagy lábast zsírral kikenjük és az alját kibéleljük a káposzta harmadával. Ezután szétterítjük a félpuhára párolt rizs felét, majd a húst egyenletesen elosztjuk rajta.

Beborítjuk a káposzta másik harmadával, a maradék hússal és tejjel megöntözzük. Erre helyezük a maradék rizst, majd a maradék káposztát.

Az egészet megöntözzük tejjel, paprikaszínnel. Középméleg sütőben kb. egy óra alatt puhára pároljuk úgy, hogy a teteje a sütés befejezésére pirosra süljön.

Fedővel lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített tálra tálaljuk adagonként, egyenletes kockákra vágva. A tálalást lapátkanállal végezzük úgy, hogy a pirosra sült része legyen felül. Tetejét megöntözzük tejjel és paprikaszínnel.

Azonnal felszolgáljuk.

HAJDÚKÁPOSZTA (Choucroute au lard)

Pörköltalap

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Kakastaréj készítése

Ajánlott anyaghányad

Füstölt csülök	(5 db)	Fokhagyma	0,01 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Savanyú káposzta	2,00 kg
Zsír	0,15 kg	Burgonya	1,00 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Füstölt szalonna	0,20 kg

A füstölt sonka csülökrészét lefejtjük, majd csonttal együtt 4 egyenlő részre fűrészeljük úgy, hogy ne keletkezzen csontszilánk. Jól megmossuk.

Pörköltalapot készítünk. Felöntjük vízzel, belehelyezzük a csülökdarabokat, és kb. 1 órán át fedővel lefedve lassan főzzük. Hozzáadjuk az előkészített savanyú káposztát, és 10 hámozott, nagyméretű burgonyát. Az egészet lassan puhára főzzük úgy, hogy a leve közben elpárologjon. Az ételt óvatosan kell keverni, mert a burgonya és a hús könnyen összetörik. *Az étel sózását óvatosan végezzük, mert mind a káposzta, mind a csülök sós!*

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A tálalás időpontjára füstölt szalonnából kakastaréjt készítünk, ropogósra sütjük. Forrón, előmelegített tála tálaljuk a füstölt húst. Rámerjük a káposztát. Tetejére helyezzük a fűszerpaprikába mártott kakastaréjt, melléhelyezzük a félbevágott vefelőtt burgonyát. Azonnal tálaljuk.

CSIKÓSTOKÁNY (Tokány de porc á la csikós)

Pörköltalap
Tokányra darabolás
Pörkölt készítése
Tejfölös habarás
Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,40 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Zsír	0,10 kg	Paradicsom	0,10 kg
Füstölt szalonna	0,20 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,20 kg	Lecsó	0,35 kg
Fűszerpaprika	0,02 kg	Tejföl	0,60 l
Só	0,04 kg	Liszt	0,06 kg
		Galuskaköret	10 adag

A sertéshúst az ismert módon ceruza vastagságú csíkokra vágjuk. A vékony csíkokra vágott füstölt szalonnát lábosba félig kiolvasztjuk. Egy kevés zsírt, majd finomra vágott vöröshagymát adunk hozzá. Pörköltalapot készítünk belőle. Ezután hozzáadjuk a csíkokra vágott sertéshúst. Sóval ízesítjük, lassan, fedő alatt, szakaszosan pároljuk, illetve piritjük. Közben beletesszük az apró

kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot vagy lecsót. Mikor majdnem puhára párolódott, tejfölös habarást adunk hozzá.

Szükség szerint sóval ízesítjük, lassan, egyenletesen készre pároljuk. A jó csikóstokány világos rózsaszínű, sem túl híg, sem túl sűrű. A tejfölös paprikás mártás mindenben megegyezik a sertéspaprikás mártásával.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejét megöntözzük tejföllel és paprikaszínnel. Külön galuskaköretet adunk hozzá.

SERTÉSTOKÁNY (Tokány de porc)

Borsos tokány

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Sertés-aprónhús	1,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsompüré	0,06 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Fehérbor	0,20l
Só	0,03 kg	Párolt rizs	10 adag
Törött bors	0,005 kg		

A csíkokra vágott húst a borsos tokánynak megfelelően készítjük el, kevesebb paradicsompürével.

Melegen tartása, tálalása mindenben azonos a borsos tokánynál tanultakkal. Párolt rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

FRANKFURTI SERTÉSTOKÁNY (Tokány de porc á la francfortaise)

Sertéstokány

Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertés-aprónhús	1,40 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsompüré	0,06 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Fehérbor	0,20l
Só	0,03 kg	Virslit	0,30 kg
Törött bors	0,005 kg	Sós burgonya	10 adag

Az elkészített sertéstokányhoz hozzáadjuk a bőrtől lehúzott, karikára vágott, pirított virslit. Jól összeforraljuk. Kóstoljuk, szükség szerint utánízesítjük sóval. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Sós burgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

4. Főzéssel készíthető sertéshúsételek

TORMÁS SERTÉSHÚS (Viande de porc au raifort)

Főzés

Ecetes torma

Ajánlott anyaghányad

Sertésláb, fej, fark	2,40 kg	Sárgarépa	0,20 kg
Só	0,04 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Egész bors	0,005 kg	Zellergumó	0,05 kg
Fokhagyma	0,03 kg	Reszelt torma	0,10 kg
Fűszerpaprika	0,005 kg	vagy Ecetes torma	10 adag

A sertéslábakat, farkat, fejet jól megtisztítjuk, nagyobb darabokra vágjuk. Bő, többször váltott vízben jól megmossuk. Annyi hideg vízben tesszük fel főni, hogy ellepje. Felforralás után a tetején keletkezett habot lemerjük. Sóval ízesítjük, egész borszal fűszerezzük. Fokhagymát, egy kevés fűszerpaprikát adunk hozzá. Lassan főzzük. Kb. fél órai főzés után bezöldségeljük sárgarépával, petrezselyemgyökérrel, zellergumóval. Lassú egyenletes forralással puhára főzzük.

A feldarabolt részeket mély tálba tálaljuk. Rámerjük a forró, átszűrt főzőlé, beletesszük a hasábokra vágott zöldségeket. Külön frissen reszelt tormát vagy ecetes tormát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

SAVANYÚ MALACAPRÓLÉK (Cochon de lait a l'aigre)

Főzés

Zsemleszínű rántás

Ajánlott anyaghányad

Malacláb	10 db	Fokhagyma	0,005 kg
Malacbelsőség	1,00 kg	Citrom	1 db
Só	0,03 kg	Cukor	0,02 kg
Babérlevél	2 db	Mustár	0,05 kg
Zsír	0,15 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Tejföl	0,40 l
Vöröshagyma	0,05 kg		

A megtisztított malaclábakat, szívet, tüdőt, májat stb. 4-5 dkg-os egyenletes kockákra vágjuk. Hideg vízbe tesszük fel főni. Ha felforrt, a tetején keletkezett habot lemerjük. Sóval ízesítjük, babérlevéllel fűszerezzük, lassan puhára főzzük.

Közben zsemleszínű rántást készítünk, amelybe finomra vágott vöröshagyma-

mát, összezúzott fokhagymát, reszelt citromhéjat teszünk. A rántást hideg vízzel felöntjük, habverővel simára keverjük. A forrásban levő malacaprólékhoz adjuk állandó keveréssel. Jól kiforraljuk, közben sóval, cukorral, mustárral, citromlével ízesítjük, fűszerezzük törött borssal és tejfölt adunk hozzá. Újból felforraljuk, ha szükséges, sóval és citromlével utánízesítjük.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített mély tálba tálaljuk. Tetejére tejfölt öntözünk. Azonnal felszolgáljuk.

TÖLTÖTT KÁPOSZTA (Choucroute farcie)

Húsos, rizses töltelék

Pörköltalap

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Ajánlott anyaghányad

Sertés-aprónhús	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,03 kg
Savanyúkáposzta-levél	1,00 kg	Majoránna	0,005 kg
Savanyú káposzta	2,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Rizs	0,20 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,20 kg	Tojás	4 db
Füstölt szalonna	0,15 kg	Tejföl	0,701
Vöröshagyma	0,20 kg	Liszt	0,06 kg
Fokhagyma	0,01 kg		

Az ismert módon elkészítjük a húsos, rizses tölteléket. A császárhús helyett szalonnát használunk hozzá. A savanyított káposztafejeket leveleire szedjük. A levelek közepén végighúzódnó vastag erezetet éles késsel levágjuk úgy, hogy a levél könnyen betölthető, hajlítható legyen.

A káposztaleveleket betöltjük. A szétterített leveleken egyenlő arányban elosztjuk a tölteléket. A leveleket összecsavarjuk, két végét benyomjuk.

Pörköltalapot készítünk, amelyhez hozzáadjuk az előkészített savanyú káposzta kétharmad részét. A betöltött káposztákat ráhelyezzük, majd tetején szétterítjük a káposzta egyharmad részét. Ezután felöntjük annyi csontlével vagy vízzel, esetleg füstöltlével, hogy majdnem ellepje. Ez utóbbi esetben a sózást óvatosan, többszöri kóstolás után kell végezni.

Fedővel letakarva, lassan puhára főzzük. A főzési idő kb. 1,5 óra.

A puhára főtt töltelékeket másik lábosba szedjük, lapátkanál segítségével.

A savanyú káposztát tejfölös habarással sűrítjük, lassan forraljuk. Kóstoljuk, szükség szerint utánízesítjük sóval. A töltelékeket visszahelyezzük a káposzta tetejére. Óvatosan rázogatva, összeforraljuk.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra helyezük a töltelékét. Rámerjük a káposztát. Tetejét megöntözzük tejföllel, paprikaszínnel. Azonnal felszolgáljuk.

A jó töltött káposzta illata fűszeres, étvágykeltő. Íze enyhén savanykás a savanyú káposztától és a jó minőségű tejföltől.

Felülete rózsaszínű, bársonyos. Az aprókáposzta kissé „ropogós” legyen. A túlpuhított aprókáposzta étvágyrontó, csökkenti az étel élvezeti értékét.

Gyakran előforduló hiba, hogy az étel túlságosan zsíros, fűszeres. Az ilyen étel egészségtelen, káros az emésztésre, torzítja az étel jellegét.

A töltött káposzta készíthető még benne főtt sertésdagadóval, oldalassal, csülökhússal, fejhússal, házikolbásszal is. A benne főtt húsok növelik a káposzta élvezeti értékét.

KOLOZSVÁRI TÖLTÖTT KÁPOSZTA (Choucroute a la Kolozsvár)

Töltött káposzta

Roston sütés vagy natúr sütés

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,00 kg	Debreceni kolbász	0,30 kg
Savanyúkáposzta-levél	1,00 kg	Füstölt szalonna	0,25 kg
Savanyú káposzta	2,00 kg	Fűszerpaprika	0,03 kg
Rizs	0,20 kg	Majoránna	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,15 kg	Só	0,04 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Tojás	4 db
Fokhagyma	0,01 kg	Tejföl	0,70 l
Sertéskaraj	0,60 kg	Liszt	0,06 kg

Töltött káposztát készítünk, amelybe debreceni kolbászt is főzünk. Az elkészített ételből kiemeljük a debrecenit.

Tálaláskor a debrecenit hosszában félbevágjuk, sűrűn beirdaljuk, és egy kevés zsírban pirosra, ropogósra sütjük. A sertésbordát az ismert módon roston vagy natúr sütéssel megsültjük, kakastaréjjal együtt.

A forró aprókáposztát az előmelegített tálba merjük. Ráhelyezzük a töltelékét. Mellétámasztjuk a roston vagy natúr sült bordákat. Tetejére helyezzük a debrecenit és a fűszerpaprikába mártott kakastaréjt. Tejföllel és paprikaszínnel megöntözzük. Azonnal felszolgáljuk.

64. folyamatra

KOLOZSVÁRI TÖLTÖTT KÁPOSZTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Húsos rizses töltelék anyagai Savanyúkáposzta-levél	A húsos, rizses töltelék betöltjük az előkészített savanyúkáposzta-levelek- be jó szorosan.	A betöltést szorosan vé- gezzük, nehogy a töltelék szétesen párolás közben!
Zsír Vöröshagyma Fűszerpaprika Savanyú káposzta	Pörköltalapra helyezük az előkészített savanyú ká- poszta kétharmadát, majd a töltelék, és befedjük a maradék savanyú ká- posztával.	A savanyú káposztát jól mossuk ki, mert savanyú ízhatásával az ételt tönkre- teheti!
Tejföl Liszt	Felöntjük csontlével, és puhára főzzük. A töltelé- keket kiemeljük, és tejfölös habarással sűrítjük. A töl- telékeket visszahelyezzük és összeforraljuk.	A töltelékkel a habarás után is összeforraljuk az ételt, hogy kialakuljanak a szükséges ízanyagok.
Sertésborda Debreceni Tejföl Paprikaszín Kakastaréj	Az aprókáposztát tálba merjük. Ráhelyezzük a töl- teléket, roston sült bordát, kakastaréjt és debreceni tejfőllel, paprikaszínnel meglocsoljuk. Azonnal tá- laljuk.	Az ételt azonnal tálaljuk. Ha kihűl, étvágyrontó, és nehezen emészthető.
CHOUROUTE À LA KOLOZSVÁR		

TÖLTÖTT PAPIKA (Pimet farci)

Húsos, rizses töltelék
Petrezselymes burgonya
Paradicsommártás

Ajánlott anyaghányad

Sertés-apróhús	1,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Zöldpaprika	20 db	Tojás	3 db
Zsír	0,05 kg	Rizs	0,25 kg
Vöröshagyma	0,08 kg	Paradicsommártás	10 adag
Fokhagyma	0,005 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
Só	0,03 kg		



143. ábra. Paprika csumázása

Jóízű paradicsommártást főzünk, de cukorral nem ízesítjük.

Húsos-rizses töltelékét készítünk, amelyhez zsírban pirított vöröshagymát is adunk.

Az egyforma nagyságú zöldpaprikákat megmossuk, majd kicsumázzuk. (143. ábra). A húsos-rizses töltelékkel hézagmentesen betöltjük a zöldpaprikákat (144. ábra). A betöltést figyelmesen végezzük! Gyakran előforduló hiba, hogy a zöldpaprika üreges marad, és főzés közben összeesik. A másik hibalehetőség, hogy a paprikákat túl feszesre töltjük. Ilyenkor a zöldpaprika kireped, leválk a töltelékről.

A betöltött zöldpaprikákat a paradicsommártásba helyezzük, és lassan, óvatos rázogatással készre főzzük. Keverni nem szabad, mert a töltött paprikák összezúzódnak.

A puhára főzött töltött paprikát a végén ízesítjük egy kevés cukorral. Megkóstoljuk, ha szükséges, sóval utánízesítjük.



144. ábra. Paprika töltése

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón előmelegített tálra tálaljuk a töltött paprikát. Átvonjuk a mártással. Külön petrezselymes burgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

Ha a zöldpaprika nyár elején még drága, akkor fele arányban gombócokat formázunk a húsos, rizses töltelékből. Ezeket a töltött paprikákkal együtt helyezzük a mártásba és főzzük puhára.

5. Füstölt sertéshúsok

A füstölt húsok előkészítésére és főzésére nagy gondot kell fordítanunk. A füstölt húsokat főzés előtt többször váltott langyos vízben jól átdörzsöljük, lemossuk, majd áztatjuk.

A füstölt húsok főzését mindig hideg vízben kezdjük. A főzést lassan, egyenletesen végezzük. Ha főzés közben a főzőlé nagyon sós lesz, akkor ezt leöntjük a füstölt húsról, és másik vízben folytatjuk a főzést.

MELEG SONKA (Jambon chaude)

Füstölt húsok előkészítése és főzése

Főzés

Burgonyapüré

Ajánlott anyaghányad

Sonka 1,60 kg

Torma 0,10 kg

Burgonyapüré 10 adag

A meleg sonka készíthető *kötözött sonkából*, amelyben nincs csont, és hurokkötözéssel van formázva. Főzése kb. 25-30 perc, 1 kg sonkára számítva, ha nem túl öreg sertésből készítették. Rostosabb sertéshús esetében a főzés 1 kg sonkára számítva 35 perc is lehet.

A kötözött sonkát az előkészítés után puhára főzzük. A kötözőzsineget eltávolítjuk és a sonkát lábosba helyezzük. Egy kevés főzőlevet öntünk alá és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A kötözött sonkát rostjaira merőlegesen vagy kissé rézsútosan szeleteljük, vékony pengéjű éles késsel. A szeleteket forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Megöntözzük saját forró főzőlevével. Külön burgonyapürét és reszelt tormát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

Egész sonkából is készíthetünk meleg sonkát. Ezt *parasztsonkának* nevezik. A parasztsonka külső fele bőrrel fedett. Tartalmazza a csontokat és a csülköt is. Főzési ideje 1 kg sonkára számítva kb. 35^40 perc. Öreg sertésből készített sonka esetében ez az idő 45 perc is lehet.

A puhára főzött *parasztsonkát* egy kevés főzőlevet aláöntve, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Tálaláskor az egyes húsrészek rostjaira merőlegesen szeleteljük fel bőrrel együtt a sonkát, vékony pengéjű éles késsel.

Forrón, előmelegített tálra rendezzük a szeleteket. Megöntözzük saját forró főzőlevével. Külön burgonyapürét és reszelt tormát, húsvétkor főtt tojást is adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PÁROLT SONKA (Jambon braise)

Madeiramártás

Burgonyaropogós

Füstölt húsok előkészítése és főzése

Ajánlott anyaghányad

Kötözött vagy parasztsonka	1,60 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Babérlevél	2 db
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zellergumó	0,10 kg	Liszt	0,15 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Vörösbor	0,25 l
Kristálycukor	0,05 kg	Só	0,04 kg
Paradicsompüré	0,10 kg	Burgonyaropogós	10 adag

A kötözött vagy parasztsonkát kb. kétharmad részben puhára főzzük. A kötözött sonkáról a zsineget eltávolítjuk. A sonkát madeiramártásban puhára pároljuk. A mártást nem ízesítjük előzetesen sóval, mert túlságosan sóssá válhat a sonkától.

A puhára párolt sonkát kiemeljük a mártásból. Lábosba helyezük, egy kevés főzőlevet öntünk alá. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A sonkát a rostokra merőlegesen felszeleteljük, majd az előmelegített tálra helyezük. Átvonjuk a forró mártással. Külön burgonyaropogóst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A párolt sonka ismeretében a *füstölt sertésnyelv (langue de porc fumée)* hasonlóan készíthető.

KENYÉRBEN SÜLT FÜSTÖLT CSÜLÖK (Jarret de porc fumée au pain)

Füstölt hús előkészítése és főzése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad

Füstölt csülök	5 db	Só	0,03 kg
Burgonya	0,90 kg	Élesztő	0,08 kg
Liszt	1,00 kg	Zsír	0,10 kg

A füstölt sertéscsülköt előkészítjük, puhára főzzük, lehűtjük, kicsontozzuk, szeletekre vagy nagyobb kockákra vágjuk.

Kenyértésztát készítünk burgonyával. A burgonyát héjában megfőzzük, meghámozzuk, szitán áttörjük. Az átszitált 1 kg lisztet keverőtálban meglangyosítjuk, megrege helyezve. Kb. 3-3,5 dl langyos vízben feloldjuk a 0,03 kg sót.

Kovászt készítünk. Kb. 1 dl langyos vízhez hozzáadjuk az élesztőt és 1 evőkanál langyos lisztet, jól összekeverjük. Langyos helyen pihentetjük. Ha a kovász térfogata kétszeresére nőtt, felülete buborékos, illata émelyítően alkoholra emlékeztet, felhasználhatjuk.

A keverőtálban levő liszthez öntjük a kovászt, az áttört burgonyát, a sós, langyos vizet. Összedolgozzuk, dagasztjuk a tésztát, hogy elváljon az edény falától, közben még annyi langyos vizet adunk hozzá, hogy jól dagasztható legyen a tészta állománya. Ekkor beledolgozzuk a meglangyosított zsiradék felét (0,05 kg), majd lisztezett nyújtódeszkán öt egyenlő cipóra osztjuk a tésztát.

A cipókat megfordítjuk, és a közepébe helyezük az előkészített csülökhúst. A cipókat óvatosan a kizsírozott kuglófformába helyezük. Kb. 40-45 percig pihentetjük, kelesztjük langyos helyen.

A kelesztés eredményeképpen a tészta térfogata kétszeresére növekszik. Állománya könnyűvé, hólyagossá válik.

Amennyiben a kelt tésztát tovább kelesztjük, akkor a sütés befejezésével a tészta összeesik. A kelt tészta térfogata a sütőben tovább növekszik. A tészta szerkezete így nagyon elvékonyodik, amit csak a sütés közben keletkezett gázok és gőzök tartanak. Sütés után a kihűtött tészta összeesik, mivel a tészta elvékonyodott szerkezete nem képes saját súlyát megtartani.

A kuglófformában levő tésztát középmeleg sütőbe helyezük, és kb. 35-40 perc alatt készre sütjük. A tésztát az előmelegített tálalótálra borítjuk. Azonnal felszolgáljuk.

Ha a kenyérben sült füstölt csülköt nem szolgáljuk fel azonnal, akkor a kuglófformában hűtjük ki. Tálalás előtt alufóliával lefedjük, majd középmeleg sütőben fölmelegítjük.

6. Disznótoros

így ír Krúdy Gyula a disznótor ízes, illatos, zamatokban gazdag fehér asztaláról: „könnyebb egy színdarabról véleményt alkotni a színházi premieren, mint a fűszerek elegendőségéről a disznó feldolgozásánál”.

Télen a disznótorokon megismerkedhetünk a sertés gerincéből készített orjalevessel, amit a húsleveshez hasonlóan készítenek. Belefőzik a lábakat, a farkat, a füleket, a fejet, a sertés mócsingos, bőrkés darabjait. Az aransárga orjalevesbe lúdgégetésztát teszünk, tetejére finomra vágott metélőhagymát hintünk.

Ezt követi a *levesben főtt húsok és egyéb részek* felszolgálása *ecetes tormával* vagy *frissen reszelt tormával*. A *toros káposzta* szinte mindenkit kielégít a benne főtt *töltött káposztával, oldalassal, dagadóval, csülökkel, lábakkal és farkkal*, valamint a tetejére helyezett frissen sült natúr sertésbordákkal.

A toros káposzta azonban nem egymagában érkezik. A másik tálon láthatók a párolt káposztára és tört burgonyára tálalt frissen sült *kolbász- és hurkafélék*.

A házi sült kolbászhoz (saucisse de porc röti) a *zsírosabb húsrészeket* használjuk fel. A húst valójában nem daráljuk, mert úgy a hús roncsolódik - pépes állományú lesz -, hanem egy speciális görbe pengéjű késsel *finomra aprítjuk*. A kolbászt sóval ízesítjük, fűszerpaprikával, törött borssal fűszerezzük. Ízlés szerint adunk még hozzá összezúzott fokhagymát vagy fokhagymalét.

Készíthető *citromos kolbász* (saucisson au citron) is. A finomra aprított húst sóval, reszelt citromhéjjal, átszűrt citromlével ízesítjük, törött fehér borssal fűszerezzük.

A kolbászféléket a jól kitisztított sertésvékonybélbe töltjük.

Kétféle hurkát készíthetünk:

A *véres hurka* (boudin) alapanyaga a vágáskor felfogott friss vér.

Sertésarját, tokaszalonnát sós vízben puhára főzünk. Kihűtjük, apró kockákra vágjuk. Szikkadt zsemlet szintén apró kockákra vágunk, sütőben aransárgára pirítjuk. A zsemlekockákra ráöntjük a főzőlé egy részét. Hozzáadjuk a vért, a kockákra vágott sertésarját és a tokaszalonnát. Sóval ízesítjük, törött borssal, őrölt szegfűszeggel, összemorzolt majoránnával fűszerezzük, majd finomra vágott pirított vöröshagymát adunk hozzá. Jól összekeverjük. Megkóstoljuk, ízlés szerint utánízesítjük, utánfűszerezzük. Ha szükséges, adunk hozzá egy kevés főzőlét.

A jól előkészített, megtisztított vastagbélbe töltjük a tölteléket. Végeit, valamint a hosszabb hurkákat 20-25 cm-es távolságban zsineggel elköttjük.

A *májjas hurkához* (andouille) a sertéstüdőt, húsos tokaszalonnát lassan puhára főzzük. Ha megfőtt, levéből kiemeljük, kihűtjük. A nyers májjal és léppel együtt megdaráljuk a tüdőt és a tokaszalonnát. A főzőlében a rizst puhára főzzük, kihűtjük. Finomra vágott vöröshagymát zsírban aransárgára pirítunk.

A ledarált anyagokhoz adjuk a puhára főzött rizst, pirított vöröshagymát.

ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal, összemorzolt majoránnával, fűszerpaprikával, finomra őrölt szegfűborssal. Jól összedolgozzuk. Megkóstoljuk, ízlés szerint utánízesítjük, utánfűszerezük. Szükség szerint egy kevés főzőlevet is adhatunk hozzá.

A töltelékét az előkészített vastagbélbe töltjük. Végeit, valamint a hosszabb hurkákat 20-25 cm-es távolságban zsineggel elkötjük. (Egyes vidékeken a májas hurkához rizs helyett kölest vagy árpagyöngyöt adnak.)

A véres és a májas hurkát ezután *megabáljuk*. Az *abálás* alkalmával a forró, 80-90 °C-os vízbe helyezzük a hurkaféléket, és *forralás nélkül* lassan megfőzzük. A hurkafélék abálása kb. 15-20 percig tart. Ezután óvatosan kiemeljük a hurkákat a vízből és kihűtjük.

A hurkákat sütőtepsibe helyezzük. Pecsényevillával néhány helyen megsúrjuk, hogy a sütés közben keletkező gőzök eltávozhassanak.

A hurkákra egy kevés zsírt öntünk, és középmeleg sütőben készre sütjük. A sütési idő kb. 25-30 perc.

A hurkákat kissé rézsütösen feldaraboljuk, és azonnal tálaljuk.

A hurkákkal együtt tokaszalonnát is lehet abálni. A puhára párolt tokaszalonnát kihűtjük, majd jó minőségű fűszerpaprikába forgatjuk.

A *házi disznótorost* tálalhatjuk a töltött káposztával együtt. Ebben az esetben a töltött káposzta töltelékét kisebbre, kb. 5 cm hosszúságúra alakítjuk ki, amelyet a tál közepére tálalunk. Körberakjuk a tört burgonyával, párolt káposztával, majd ráhelyezzük a sült kolbászt, a hurkákat és a natúr bordákat.

7. Sertésbelsősegekből készíthető ételek

A korábban tanult:

belsősegpörkölt,
párolt marhamáj,
borjúnyelv rántva,
borjúláb rántva,
borjúmáj rántva

ismeretében a sertés belsősegei is hasonlóan készíthetők el.

SERTÉSMÁJSZELETEK ROSTON (Escalope de foie de porc grillé)

Roston sütés
Natúr sütés
Hasáburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertésmáj	1,40 kg	Zsír	0,20 kg
Só	0,04 kg	Hasábburgonya	10 adag
Liszt	0,10 kg		

A májat kb. 2-3 cm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket mindkét oldalukon sózzuk, majd zsírba mártjuk, és rostsütőn mindkét oldalát megsütjük.

A roston megsütött májszeleteket azonnal, forrón tálaljuk. Az előmelegített tál egyik oldalára halmozzuk a hasábburgonyát, másik oldalára helyezük a májszeleteket. Külön pecsenyelevet adunk hozzá mártásoscsészében.

Azonnal felszolgáljuk.

A májszeleteket rostsütő hiányában egy kevés zsírban natúrsütéssel is megsüthetjük. Ebben az esetben a sózott szeletek mindkét oldalát lisztbe mártjuk, majd az ismert módon megsütjük.

SERTÉSMÁJSZELETEK MARSALL MÓDRA (Escalope de foie de porc á la Maréchal)

Kakastaréj

Sertésmájszeletek roston

Hasábburgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertésmáj	1,40 kg	Zsír	0,20 kg
Só	0,04 kg	Füstölt szalonna	0,20 kg
Liszt	0,10 kg	Hasábburgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,01 kg		

Az előkészített májszeleteket roston megsütjük. Közben a szalonnából készített kakastaréjjal kengetjük a májszeleteket.

A készre sült májszeleteket tálra helyezük, hasábburgonyával körítjük. A kakastaréjt fűszerpaprikába mártjuk, és a májszeletekre helyezük. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá.

A májszeleteket rostsütő hiányában natúrsütéssel sütjük meg serpenyőben. Ebben az esetben a kakastaréjokat serpenyőben félig kiolvasztjuk, majd a lisztbe mártott májszeleteket a szalonnazsírban megsütjük.

PIRÍTOTT SERTÉSMÁJ (Foie de porc sauté)

Pirítás

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertés máj	1,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,25 kg	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag

A májat ceruza vastagságú csíkokra vágjuk. Serpenyőben zsírt hevítünk. Hozzáadjuk a szeletekre vágott vöröshagymát. Állandó keveréssel aranyárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a csíkokra vágott sertés májat, és gyakori kevergetéssel, erős tűzön készre pirítjuk. A pirított sertés májat lehúzzuk a tűzhelyről. Fűszerezük törött borssal, összemorzolt majoránnával. Sózni nem szabad, mert kemény lesz!

Azonnal, előmelegített tálra tálaljuk. Petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

PIRÍTOTT SERTÉSMÁJ MAGYAROSAN (Foie de porc sauté á la hongrois)

Pirított sertés máj
Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertés máj	1,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,25 kg	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,30 kg	Petrezselymes burgonya	10 adag
Fűszerpaprika	0,01 kg		

Pirított sertés májat készítünk fűszerpaprikával.

Azonnal előmelegített tálra tálaljuk. Petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

PIRÍTOTT VESE VELŐVEL (Rognons de porc sauté au cervelle)

Sertésvese előkészítése
Fejvelő előkészítése
Pirítás
Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Sertésvese	0,80 kg	Törött bors	0,005 kg
Sertésvelő	0,60 kg	Majoránna	0,005 kg
Zsír	0,30 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Tört burgonya	10 adag
Só	0,02 kg		

A pirított vesét velővel mindig frissen, rendelésre készítjük.

Az előkészített sertésvesét vékony csíkokra vágjuk.

Az előkészített sertésvelőt vágódeszkán apróra összevágjuk.

65. folyamatábra

PIRÍTOTT VESE VELŐVEL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Zsír Vöröshagyma Sertésvese	Zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk, amelyhez hozzáadjuk az előkészített, csíkokra vágott vesét.	Fontos, hogy a vesét úgy készítsük elő, hogy kellemetlen szaga megszűnjön!
Sertésvelő	Mikor a sertésvese majdnem puha, hozzáadjuk az előkészített, finomra vágott sertésvelőt, és lassan pirítjuk.	A sertésvelőt nagyon finomra vágjuk, hogy krémszerűvé essen szét az ételben.
Só Törött bors Fűszerpaprika Majoránna Tört burgonya	Az ételt ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal, fűszerpaprikával, majoránnával. Azonnal tálaljuk. Tört burgonyát adunk hozzá.	Azonnal tálalni kell. Ellenkező esetben sokat veszít élvezeti értékéből.
ROGNONS DE PORC SAUTÉ AU SERVELLE		

Serpenyőben finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Beletesszük a csíkokra vágott sertésvesét, és lassan pirítjuk. Mikor a sertésvese majdnem puha, hozzáadjuk a sertésvelőt, és tovább pirítjuk. Ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal, fűszerpaprikával és összemorzolt majoránnával.

Azonnal, előmelegített tálra tálaljuk. Tört burgonyát adunk hozzá, és felszolgáljuk.

┌ Szokás tojással is készíteni. A pirítás utolsó szakaszában felvert egész tojást adunk hozzá és ezzel fejezzük be a pirítást.

SZALONTÜDŐ ZSEMLEGOMBÓCCAL (Mou de porc aigre avec quenelles)

Szív és tüdő előkészítése

Cukorral pirított barna rántás

Zsemlegombóc

Ajánlott anyaghányad

Sertéstüdő és -szív	2,50 kg	Citrom	1 db
Só	0,05 kg	Fűszerpaprika	0,01 kg

Zsír	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Babérlevél	2 db
Vöröshagyma	0,10 kg	Cukor	0,08 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Mustár	0,10 kg
Ecetes uborka	0,10 kg	Zsemlegombóc	10 adag
Kapribogyó	0,02 kg	Tejföl	0,20 l

Az előkészített és megfőzött szívről, tüdőről leszűrjük a főzölét. A tüdőt és a szívet kihűtjük, majd a tokánynak megfelelően csíkokra vágjuk.

A vöröshagymát, a fokhagymát, az ecetes uborkát, a citromhéjat, a babérlevelet, a kapribogyót finomra vágjuk. Cukorral pirított barna rántást készítünk. Hozzáadjuk a finomra vágott anyagokat és a fűszerpaprikát. Gyorsan elkeverjük, majd felöntjük a főzölével. Habverővel állandóan keverve lassan kiforraljuk, átszűrjük. Ízesítjük sóval, citromlével, mustárral, cukorral, fűszerezük

66. folyamatábra

SZALONTÜDŐ ZSEMLEGOMBÓCCAL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Sertéstüdő és -szív Vöröshagyma	Az előkészített és megfőzött tüdőt és szívet leszűrjük, majd csíkokra vágjuk.	A tüdőt és a szívet ne főzzük nagyon puhára, mert a továbbiakban szétfőhet.
Vöröshagyma Fokhagyma Ecetes uborka Citromhéj Babérlevél Kapribogyó	A vöröshagymát, a fokhagymát, az ecetes uborkát, a citromhéjat, a babérlevelet, a kapribogyót finomra vágjuk.	Az anyagokat egészen finomra kell vágni, hogy ízeiket teljesen átadják az ételnek.
Zsír Liszt Cukor Főzölé	Cukorral pirított barna rántáshoz hozzáadjuk a finomra vágott anyagokat. Felöntjük a visszahagyott főzölével. Habverővel keverve kiforraljuk, sóval ízesítjük, átszűrjük.	A „mártást” habverővel keverve forraljuk fel, hogy sima és csomómentes legyen.
Citrom Mustár Cukor Törött bors	Hozzáadjuk a citromlét, a mustárt, a cukrot, a borsot, csíkokra vágott anyagokat és összeforraljuk. Zsemlegombóccal tálaljuk.	Az ízesítővel „pikáns” ízhatót kell elérni.

MOU DE PORC AIGRE AVEC QUENELLES

törött borssal. Hozzáadjuk a csíkokra vágott tüdőt és szívet, lassan összeforraljuk. Megkóstoljuk, szükség szerint a felsorolt ízesítővel utánízesítjük, illetve fűszerezünk.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített tálba tálaljuk ügyelve arra, hogy a csíkokra vágott belsőségek és a „mártás” arányosan kerüljön minden adagba. Tetejére tejfölt és paprikaszínt öntözünk. Zsemlegombócot adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

A jó minőségű szalontüdő pikáns ízű, majdnem mártás sűrűségű. Íze és illata harmonikus a lassú főzés eredményeképpen. A különféle ízesítők, és a cukorral pírított barna rántás egységes egészet alkotnak.

21. táblázat

Sertéshúsból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Egészben sütéssel készíthető sertéshúskételek	Frissensütéssel készíthető sertéshúskételek	Párolással készíthető sertéshúskételek	Főzéssel készíthető sertéshúskételek	Füstölt sertéshúsok	Disznótoros	Sertésbelsőségekből készíthető ételek

Kérdések:

- 1. Milyen húsrészeket készíthetünk főzéssel?*
- 2. Milyen húsrészeket készíthetünk frissensütéssel? - Súlyuk, darabszámuk?*
- 3. Milyen húsrészeket készíthetünk párolással?*
- 4. Hogyan kell a füstölt húsokat előkészíteni főzéshez?*
- 5. Miért kell az egészben sütéssel készülő sertéshúskételeket sütés közben saját zsírával, pecsenyelevével locsolni?*
- 6. Hogyan készítjük a töltött sertésdagadót?*
- 7. Hogyan készítjük a bőrös sertéskarajt?*
- 8. Miért kell a roston sült ételeket sütés közben zsírral vagy szalonnából készített kakastaréjjal kengetni?*
- 9. Hogyan készítjük a brassói aprópecsenyét és a tordai lacipecsenyét?*
- 10. Hogyan készítjük a sertésbordát hentes módra?*
- 11. Milyen két hőbehatási eljárással készítjük a pörkölt- és tokányféléket?*
- 12. Hogyan készítjük a húsos, rizses tölteléket?*
- 13. Hogyan készítjük a pírított sertésmájat?*
- 14. Milyen fűszereket használunk a szalontüdő készítéséhez?*

Gyakorlati jó tanácsok :

1. A húsrészeket csak pontos, szakszerű előkészítés után használjuk fel a különböző ételekhez!
2. A füstölt húsokat csak a szükséges előkészítés után használjuk fel!
3. A sültet sütés közben gyakran locsolgassuk saját zsírjával, pecsenyelevükkel, hogy a hús ne száradjon ki, felülete pirosra süljön!
4. A bőrös sertéskarajt bőrével fölfelé süssük, hogy ropogósra süljön!
5. A különböző frissensülteket mindig az előírt súly figyelembevételével szeletjük, illetve daraboljuk.
6. A frissensülteket mindig forró zsiradékban, magas hőmérsékleten süssük!
7. A frissensülteket elkészítés után azonnal tálalni kell! Ha nem így járunk el, a frissensültek levet engednek, rágóssá válnak.
8. A párolással készíthető ételeket folyamatosan ellenőrizzük, mert az erős párolgás eredményeképpen könnyen leéghetnek.
9. A pörkölt- és tokányfélék puhára párolásánál egymást követően kell alkalmazni a rövid lében párolást és a piritást!
10. A belsőségekből készíthető ételek készítése előtt ismételjük át az egyes belsőségek előkészítését!

XIII. Háziszárnyasokból készíthető húsételek

A háziszárnyasok húsának minősége függ az állat korától,
nemétől,
fajtájától,
táplálásától,
vágási körülményeitől,
a vágás és a felhasználás között eltelt időtől.

A háziszárnyasokat húsuk színe szerint csoportosítjuk, így ismerünk fehér húsú és barna húsú háziszárnyasokat.

Fehér húsú háziszárnyasok

A fehér húsú háziszárnyasok húsának színe a vajszíntől a világos rózsaszínig terjed. Rostozatuk általában finom. Magas a fehérje- és víztartalmuk, éppen ezért könnyen emészthetők. A fehér húsú háziszárnyasoknak nagy jelentősége van a diétás- és kímélő étkeztetésben.

A fehér húsú háziszárnyasok a következők:

Csibe. Fiatal, kb. 40-50 dkg súlyú, 7-8 hetesnél nem idősebb állat. Általában frissen sütvé (rántva, párizsiasan) készítjük.

Csirke. Fiatal, kb. 70-80 dkg súlyú, 12 hetesnél nem idősebb állat. Általában frissen sütvé, párolva, egészben sütvé készítjük.

Jérce. 3-7 hónapos nőivarú állat. Súlya 1-1,2 kg, mellcsontjának vége porcos, rugalmas. Az idősebb állat mellcsontja keményebb, merev. Töltve, egészben sütvé, párolva, mellét lefejtve, fiének készítjük.

Tyúk. 1 hónaposnál idősebb, nőivarú állat. Súlya 1,5-2,5 kg is lehet. Mellcsontjának vége elcsontosodott, nem hajlítható. Lába erős, gyűrűs. Gyakran zsírosra hízik. Zsíra jóízű, sárga színű. Főzéssel levesnek vagy párolással készítjük.

Kappan. Fiatal, kb. 3 hónapos korában ivartalanított kakas, melynek súlya

1,2-1,5 kg lehet. Húsa igen finom rostozatú, joizu, esetenként gyengén zsírosra hízik. Egészen sűtve, párolva, főzve készítjük.

Kakas. 7 hónaposnál idősebb hímivarú állat. Súlya 1,2-2,5 kg. Lábán sarkantyú van. Mellcsontjának vége elcsontosodott, nem hajlítható. A kifejlett állat húsa rostosabb, mint a tyúké. A kakast főzve, párolva készítjük.

Pulyka. Fehér húsz háziszárnyasaink közül a legnagyobb, legsúlyosabb testű állat. 8 hónapos korára 6-10 kg súlyú is lehet. A fiatal állat lábai simák, fényesek, míg az idősebb pulyka lábai fénytelenek, durvák, recések. A pulyka mellehúsa különösen finom rostozatú, omlós. Így ezt külön lefejtve, fiiének is felhasználjuk.

Barna húsz háziszárnyasok

A barna húsz háziszárnyasok húszának színe a világosbarnától a sötétbarnáig terjed. Húszuk eléggé rostos, ezért nehezebben emészthető, mint a fehér húsz háziszárnyasoké. Zsírtartalmuk elég nagy, amely a bőr alatti kötőszövetekben és a hasüregben rakódik le. Ezen kívül az izmok is jelentős mennyiségű zsírt tartalmaznak.

A barna húsz háziszárnyasok a következők:

Kacsa. A leggyorsabban fejlődő baromfi. Kb. 2 és fél hónap alatt 2-3 kg súlyt is elérhet. A fiatal állat csőrének alsó része könnyen hajlítható. Az ilyen kevésbé zsíros fiatalabb állatot nevezik peccsenyekacsának. Mája értékes, igen gazdag íz-, illat- és zamatanyagokban. A hímállat neve gácsér.

A kacsát egészen sűtve, párolva készítjük.

Liba. Nagy testű, zsíros állat, amely elérheti a 9-10 kg-os súlyt is. Az idősebb állat neve lúd. A fiatal idei libát, melynek csőre még hajlékony, egybentsűtéssel készítjük. Az idősebb, nagy testű, zsírosra hízott lúd csőre kemény. Egészen sűtéssel elkészíteni nem lenne célszerű és gazdaságos. Ezért a hízott ludat feldarabolva készítjük el párolva, főzve, sűtve, továbbá vagdaltnak, apróléknak.

A hizlalás eredményeképpen a libamáj aránytalanul nagyra nőhet, amely igen jó ízű, puha állományú, zsíros szerkezetű. Az állat mája jóval értékesebb, mint a húsa. Sűtve, pirítva, rántva, pástétomnak készítjük a májat.

Gyöngytyúk. Súlya 1,5 kg is lehet. A fiatal állat lába fényes és sima, mellcsontjának vége rugalmas. Az idősebb állat lába recés, mellcsontja merev. Legértékesebb része a finom rostozatú, viszonylag vastag mellehúsa, amely szépen fejlett. A combjai ezzel szemben aránylag kicsik. Felépítése a fácánéhoz hasonlít. Húszának íze a vadszárnyasokéhoz hasonlít. A vadászati idény befejezése után a fácánt pótolja, de nem helyettesíti.

1. Egészben sütéssel, töltéssel készíthető háziszárnyasételek

A háziszárnyasok előkészítése: A háziszárnyasok általában kibontva, *konyhakész* állapotban lábak, fej, nyak nélkül érkeznek. A kibontott, konyhakész háziszárnyasokba visszahelyezik a szívet, a májat, a megtisztított zúzát, ezeket felhasználás előtt kiemeljük.

A háziszárnyasok érkehetnek belek nélkül is, úgy, hogy a szív, a zúza és máj még bennük van. A lábak, a fej, a nyak a szárnyason vannak. Ebben az esetben a lábakat az ízületnél levágjuk. A nyakbőrt a fejnél körbevágjuk, majd a gerincig letoljuk. Ezután a nyakat a fejvel együtt levágjuk a gerincnél. A fejet a nyakról levágjuk. Ezután óvatosan kiemeljük a májat, a szívet és a zúzát. A májról az epét óvatosan levágjuk. A zúzát szétnyitjuk, megtisztítjuk, megmossuk.

A lábokról a külső pikkelyes szaruréteget lehúzzuk, a körmöket levágjuk. *Ettől a munkafolyamattól kezdve azonos a háziszárnyasok előkészítése.* A háziszárnyast megtisztítjuk a visszamaradt tollaktól, tokoktól. A hasüregben levő tödőt, egyéb bontásból származó maradványokat alaposan kitisztítjuk. A begyet kiemeljük a gégemaradványokkal együtt. A szárnyas végbelénél levő zsírmirigyet kihalásítjuk. A végbelet megtisztítjuk, ha szükséges, óvatosan körbevágjuk.

TÖLTÖTT JÉRCE (Poularde farcie)

Rizibizi
Pecsenyéié készítése
Zsemlés töltelék

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Liszt	0,03 kg
Só	0,05 kg	Tojás	5 db
Zsír	0,20 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vaj	0,15 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsemle	5 db	Rizibizi	5 adag
Paradicsompüré	0,03 kg		

Jérce előkészítése töltéshez. A nyakbőrt fölemeljük. A középső és mutatóujjunkkal a nyaktól a combig haladva óvatosan *fölszedjük a bőrt a jérce mellén.* A jóízű zsemlés töltelékét sima csővel ellátott habzsákba töltjük. A nyaknál kialakított nyíláson keresztül a habzsákkal betöltjük a töltelékét a jérce bőre alá. A töltelékét eligazítjuk úgy, hogy mindenhová egyenlő arányban kerüljön (145. ábra). Ezután a bőrt visszahajtjuk, és fogvájóval a jérce hátához rögzítjük. A rögzítést ne végezzük túl feszesen, mert a töltelék sütés közben megduzzad.



145. ábra. Csirke töltése

A kissé lazábban rögzített bőr a megduzzadt tölteléknek biztosítja a helyet. Így érzük el, hogy a töltelék nem repeszi ki a vékony bőrt és nem folyik ki.

A jércét belülről alaposan besózzuk. A szárnyakat visszahajtjuk a jérce alá, így a töltött jérce nem borul fel sütés közben. Ha a töltött jérce felborul, bőre a sütőtepsihez ragadhat, így kirepedhet, és a töltelék kifolyhat. A hasüreg bontásánál kialakított bőrpánt alatt bebújtatjuk a combvégeket, majd a végbélnyílásnál kihúzzuk őket. A combokat az ízületnél fogva kissé felemeljük. Kihegyezett hurkapálcát szúrunk keresztül a combhajlat alatt úgy, hogy a hurkapálca a betöltött mell alatt hatoljon át a másik combhajlatba.

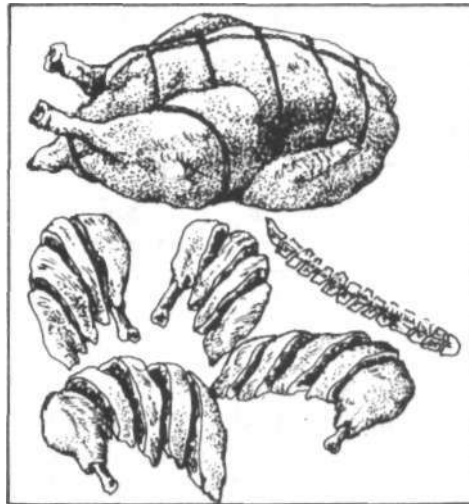
Ezután zsineggelformázzuk, rögzítjük a töltött jércét. A combvégeket megfelelő hosszúságú zsineggel egymáshoz és a farokrészhez kötjük. A zsineget ezután kétoldalt ráhurkoljuk a hurkapálca végeire, majd a jérce alatt tovább vezetve ráhurkoljuk a jérce szárnyaira. Végül a zsineg két végét nem túl szorosan összekötjük a két szárny találkozásánál. A jércét kívülről besózzuk, majd hátára fektetve vékonyan kizsírozott sütőtepsibe helyezzük. Hideg zsírral vékonyan bekenjük a töltött jércét, majd közepmeleg sütőbe helyezzük. Gyakori locsolgatással pirosra, ropogósra sütjük. Ha szükséges, sütés közben egy kevés vizet öntünk a töltött jérce alá. A készre sült jércét langyos helyen lefedve, legalább 15-20 percig pihentetni kell, hogy könnyebben tudjuk darabolni.

Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

A töltött jércét feldaraboljuk (146. ábra). A töltött jércét fölemeljük, és a pihentetés alatt a hasüregen összegyűlt húsnedveket a pecsenyeléhez szűrjük. A jércét hátára fektetjük. Eltávolítjuk a fogvájót, a hurkapálcát és a zsineget. Átvágjuk a combokat rögzítő bőrpántot. Hosszú pengéjű, éles késsel átvágjuk a betöltött mellet. A jérce felső, kettévágott részét óvatosan szétfeszítjük.

A gerincet ezután kihasítjuk a töltött jércéből. Csapókéssel a gerinc jobb, majd bal oldalára csapunk. Ha így kihasítottuk a gerincet, megkapjuk a két félbe vágott töltött jércét.

A félbevágott töltött jércét hasüreggel lefelé a vágódeszkára fordítjuk. A mellet és combot összetartó bőrt óvatosan átvágjuk. A mellet kissé rézsútosan felszeleteljük - legalább 4-5 darabba -, majd összetoljuk eredeti formájába.



146. ábra. Töltött jérce darabolása

A combot az ízületnél óvatosan átvágjuk. Ha a comb felső része a közepesnél nagyobb méretű, félbe-, negyedekbe vághatjuk, majd újból összetoljuk.

A töltött jércét azonnal előmelegített táltra tálaljuk. A mellét kissé széthúzva, legyező alakban helyezzük el. Melléhelyezzük a comb felső részét, és hozzátámasztjuk a comb alsó, elvékonyodó részét csonttal fölfelé. A feldarabolt szárnyast egy kevés pecsenyészírral átfényezzük. A rizibizit a táltra borítjuk. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

GÖDÖLLŐI TÖLTÖTT JÉRCE (Poularde farcie á la Gödöllő)

Töltött jérce

Párolt rizs

Pecsenyéié

Alma

Szilva

Ananász

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Liszt	0,03 kg
Só	0,05 kg	Tojás	5 db
Zsír	0,20 kg	Csirkemáj	0,30 kg
Vaj	0,15 kg	Gomba	0,30 kg
Zsemle	5 db	Petrezselyemzöld	1 csomó
Füstölt szalonna	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Paradicsompüré	0,03 kg	Párolt rizs	10 adag

Szilva	4 adag
Alma	3 adag
Ananász	3 adag

Az előkészített csirkemájat és gombát 5 mm-es kockákra daraboljuk. A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd serpenyőbe helyezzük. Állandó keveréssel félig kiolvasztjuk, egy kevés vajat adunk hozzá. Beletesszük a kockákra darabolt csirkemájat és gombát. Lassan megpirítjuk. Közben ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A csirkemájás, gombás ragut kihűtjük. A jóízű zsemlés töltelékhez keverjük a kihűtött ragut. A továbbiakban pontosan úgy járunk el, mint a töltött jércénél.

67. folyamatábra

GÖDÖLLŐI TÖLTÖTT JÉRCE		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Füstölt szalonna Vaj Csirkemáj Gomba	A kockákra vágott szalonnát félig kiolvasztjuk. Vajat, kockákra vágott csirkemájat, gombát adunk hozzá, és gyengén lepirítjuk.	Az anyagokat nem szabad nagyon lepirítani, hiszen sütéskor tovább fognak puhulni.
Zsemlés töltelék anyagai Jérce Só	A lepirított, kihűtött anyagokhoz sót, törött borsot, petrezselyemzöldet adunk, majd a zsemlés töltelékhez keverjük. Habzsákba töltjük.	Habzsák segítségével töltjük a tölteléket a jérce bőre alá.
Jérce Só Majoránna	Az előkészített jérce bőre alá töltjük a tölteléket, nem túl feszesen. A jércét formázzuk, majd sózzuk. A hasüregbe majoránnát hintünk.	Ha a töltelék túl feszes, a jérce bőre kirepedhet, kifolyhat a töltelék!
Zsír Párolt rizs	Hideg zsírral bekenjük, majd gyakori locsolgatással készre sütjük, és pihentetjük. A feldarabolt jércét párolt rizzsel tálaljuk.	A jércét locsolgatni kell, mert ha a bőre kiszárad, kireped, kifolyik a töltelék.
POULARDE FORCIE À LA GÖDÖLLŐ		

A feldarabolt gödöllői töltött jércét párolt rizszel, almával, szilvával és ananással körítjük.

Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

MANDULÁS TÖLTÖTT JÉRCE (Poularde aux amandes)

Töltött jérce
Pecsenyéié
Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Mandula	0,15 kg
Só	0,05 kg	Törött fehér bors	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Gyömbér	0,005 kg
Vaj	0,10 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zsemle	5 db	Liszt	0,03 kg
Tojás	5 db	Szalmaburgonya	10 adag

A mandulát forró vízbe mártjuk; leforrázzuk. Héját lehúzzuk, és vékony szeletekre vágjuk, világosra pirítjuk. A mandulát jóízű zsemlés töltelékhez keverjük, amihez nem adunk petrezselyemzöldet. A töltelékkel reszelt gyömbérral, törött fehér borssal ízesítjük.

A továbbiakban pontosan úgy járunk el, mint a töltött jércénél. A feldarabolt mandulás töltött jércét szalmaburgonyával körítjük. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A töltött jérce ismeretében készíthetünk még:
májjal töltött jércét: darált szárnyasmájjal,
velővel töltött jércét: finomra vágott fejvelővel,
gombával töltött jércét: pirított gombával,
dióval töltött jércét: finomra vágott dióval.

TÚZDELT JÉRCE (Poularde piquée)

Tűzdelés
Háziszárnyasok előkészítése *

Jérce formázása, rögzítése
Gombás rizs

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,04 kg	Liszt	0,03 kg
Zsír	0,15 kg	Majoránna	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,30 kg	Gombás rizs	10 adag

A jércét előkészítjük, majd a füstölt szalonnát csíkokra vágjuk. A szalonna-csíkokkal rézsútosan, gazdagon megtűzdeljük a jércemelleket, valamint a combokat. Belülről ízesítjük sóval, fűszerezzük összemorzolt majoránnával. A jércét rögzítjük. Kívülről sózzuk, majd sütőben gyakori locsolgatással készre sütjük. Zsírjából pecsenyelevet készítünk. A tűzdelte jércét tálalásig, darabolásig langyos helyen pihentetjük fedővel lefedve. A töltött jércénél tanult módszerrel daraboljuk fel, azzal a különbséggel, hogy a mellhúst mindössze 3-4 darabba vágjuk, a jérce nagyságától függően.

A feldarabolt tűzdelte jércét előmelegített tálra rendezzük, gombás rizzsel körítjük. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

TŰZDELTE KAPPAN (Chapon piquée)

Tűzdelte jérce
Gombás rizs

Ajánlott anyaghányad

Kappan	5 db	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,04 kg	Liszt	0,03 kg
Zsír	0,15 kg	Majoránna	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,30 kg	Gombás rizs	10 adag

A tűzdelte jércének megfelelően készítjük.

NYÁRSON SÜLT JÉRCE (Poulard á la broche)

Háziszárnyasok előkészítése
Jérce formázása, rögzítése
Fejes saláta
Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Liszt	0,03 kg
Só	0,04 kg	Szalmaburgonya	10 adag
Zsír	0,20 kg	Fejes saláta	10 adag
Paradicsompüré	0,03 kg		

A jércét az ismert módon előkészítjük, formázzuk, rögzítjük, ízesítjük. Tűzdelve is készíthetjük.

Ezt követi a *nyáron sütés*. A nyárstűt áthúzzuk a végbéltől kiindulva a hasüregen keresztül úgy, hogy a nyelőcső helyén hatoljon át. A nyárstűn csúszatható villapárokcal rögzítjük a jércét két ponton: a mell alatt a szárnyaknál, valamint a combok alatt. A villapárokat a rászerezelt szárnyascsavarak segítségével-

vei rögzítjük a nyárssütőn. Így biztosítjuk, hogy a jérce a nyárstüvel együtt forogjon sütés közben.

A nyárstüre rögzített jércét a nyárssütő készülékbe helyezük, amelyben állandó forgatással pirosra, ropogósra sütjük. Közben lehetőség szerint saját lecsöpögő zsírával kenegetjük.

A modern nyárssütő elektromos motorral és hőforrásokkal működik. Ez utóbbiak felülről és oldalról sütik a jércét. A kiszűrt hús nedve és zsírja az alatta elhelyezett kihúzható edénybe csöpög, amely később felhasználható pecsenyéié készítéséhez. A modern készülékek infrasugárzással sütnek.

Az egészben sütéssel készíthető ételknél az infrasugárzás alkalmazása a leggazdaságosabb, mivel így lesz a legkisebb sütési veszteség. Ezzel együtt az ételnek igen kellemes pörzs- és ízanyagokat nyernek a sütés végére, állományuk pedig lédús marad.

A készre sült nyárson sült jércét lehúzzuk a nyárstról. Rövid ideig pihentetjük, majd a tűzdelte jércéhez hasonlóan daraboljuk, és rögtön tálaljuk.

Pecsenyelevét külön mártásoscsészében adjuk hozzá. A nyárson sült jércéhez fejes salátát adhatunk, de szívesen fogyasztják önmagában is. Azonnal felszolgáljuk.

GESZTENYÉVEL TÖLTÖTT PULYKA (Dinde farcie aux marrons)

Gesztenye előkészítése

Háziszárnyasok előkészítése

Zárt hőben sütés

Pecsenyéié készítése

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

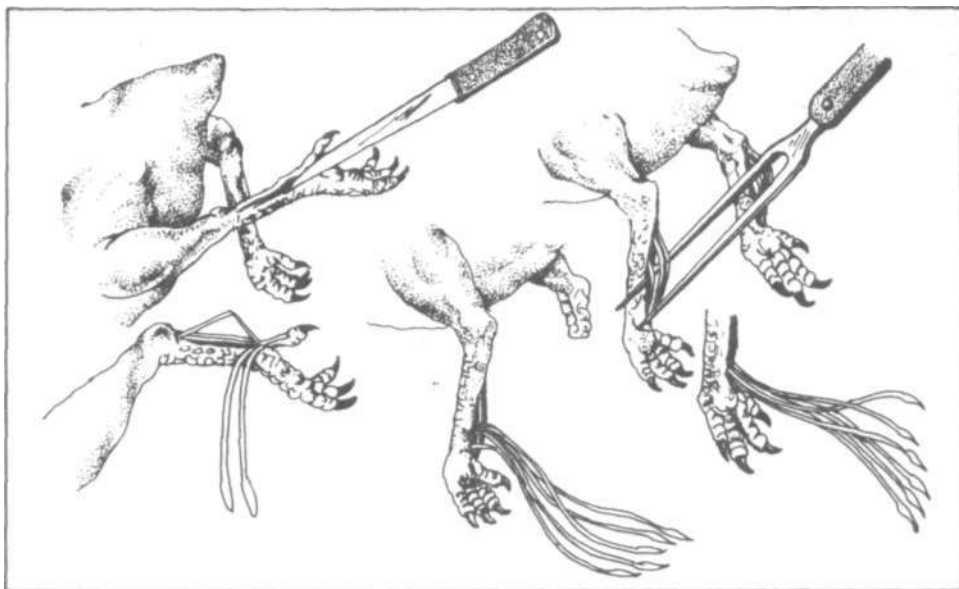
Pulyka (kibontva)	5,00 kg	Tojás	3 db
Zsír	0,25 kg	Törött bors	0,005 kg
Só	0,06 kg	Szerecsendió	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,30 kg	Zsemle	3 db
Sertés-apróhús	0,60 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Tej	0,80 l	Liszt	0,03 kg
Gesztenye	1,00 kg	Párolt rizs	10 adag
Vaj	0,10 kg		

A jércénél tanult módon előkészítjük a pulykát, de a lábakat nem vágjuk le.

Mivel a *pulyka erős kombinakkal rendelkezik, ezeket eltávolítjuk* (147. ábra).

A lábszárcsont külső oldalán a köröm és a térd között a bőrt hosszában óvatosan behasítjuk. Az inakat erős pecsenyevillával egyenként kifeszítjük, és kihúzzuk a combból. Ezután vágjuk le a lábakat az inakkal együtt.

A *pulyka mellcsontját kifejtjük*, mivel a hasüregbe töltjük a töltelékét. A has-



147. ábra. Pulykacomb inainak kihúzása

üreg felől éles, hegyes késsel kifejtjük a mellcsontot szorosan a mellhús és a csont között haladva.

Elkészítjük a gesztenyés töltelékét. Az előkészített - megsütött és meghámozott - gesztenyét tejben puhára főzzük. Leszűrjük, lehűtjük. A sertéshúst finomra daráljuk. A tejbe áztatott zsemlet kinyomkodjuk. Keverőtálban a vaját a tojásokkal habosra keverjük. Hozzáadjuk a sertéshúst, gesztenyét, a kinyomkodott zsemlet. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal és reszelt szerecsendióval. Az egészet jól összedolgozzuk. A pulyka beszózott hasüregébe töltjük a töltelékét. Egyenletesen eligazítjuk, majd erős cérnával bevarrjuk. Kívülről besózzuk, majd a jércénél megismert módon formázzuk, és rögzítjük.

Füstölt szalonnából vékony lapokat vágunk, amelyeket zsineggel a pulyka mellére kötözünk, nem túl szorosan.

Vékonyan kizsírozott tepsibe helyezük a gesztenyével töltött pulykát. Olvasztott zsírral megöntözzük, majd középmeleg sütőben puhára sütjük. Sütés közben saját zsírával locsolgatjuk. Ha szükséges, egy kevés vizet is öntünk alá. Mielőtt majdnem puhára sülné, a szalonnalapokat eltávolítjuk a mellről, és pirosra sütjük. A gesztenyével töltött pulykát darabolás előtt legalább 30 percig pihentetni kell, fedővel lefedve, langyos helyen. Zsírából pecsenyelevet készítünk.

A pulykát feldaraboljuk. Combjai mellett a bőrt behasítjuk a gerincig. A combok és a gerinc találkozásánál a gerincet átvágjuk. Így kapjuk meg a pulyka hátulját és elejét. Az elejéről levágjuk a gerincrészt és a háttára fektetjük. Az

68. folyamatábra

GESZTENYÉVEL TÖLTÖTT PULYKA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Pulyka Gesztenye Tej	A pulykát előkészítjük, a mellsontjait kifejtjük, combinait eltávolítjuk. A gesztenyét megsütjük, megfőzzük tejben.	A combinakat gondosan távolítsuk el, nehogy a combok sütés közben összezsugorodjanak.
Vaj Tojás Sertéshús Gesztenye Zsemle Só Bors Szerecsendió	Vajat tojásokkal habosra keverünk. Hozzáadjuk az őrölt sertéshúst, gesztenyét, áztatott zsemlet, sót, szerecsendiót, törött borsot.	A fűszerezést úgy végezzük, hogy a pulyka ízanyagai érvényesülni tudjanak.
Só Füstölt szalonna	A töltelékét összekeverjük, és a besózott hasüregbe töltjük, majd bevarrjuk. Kívülről besózzuk, formázzuk, rögzítjük. Szalonnalappal burkoljuk, majd sütőben lassan megsütjük.	A gesztenyével töltött pulykát lassan kell sütni, hogy a tölték összesüljön a pulykahússal.
Párolt rizs	Sütés után pihentetjük, majd egyenletes szeletekre vágjuk. Párolt rizsszel tálaljuk.	A pihentetett pulyka könnyebben szeletelhető.
DINDE FARCIE AUX MARRONS		

elejét hosszában kettévágjuk, majd a töltelékkel lefelé a vágódeszkára fektetjük. Hosszanti irányára merőlegesen vagy rézsütösen, óvatosan felszeleteljük kb. 1 cm vastag szeletekre, ügyelve arra, hogy a tölték ne törjön össze. A combot ízületénél átvágjuk, így megkapjuk az alsó és felső részt. A felső részt három, az alsót két részre vágjuk.

A mellszeleteket a töltelékkel együtt és a combot előmelegített tálra tálaljuk, a sütésből visszahagyott zsírral lefényezzük. Mellétálaljuk a párolt rizst. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá.

A gesztenyével töltött pulykához adhatunk ízlés szerint gyümölcsköreket is.

TÚZDELT PULYKA (Dinde piquée)

Háziszárnyasok előkészítése
Pulykacomb inainak eltávolítása
Pecsenyéié készítése
Jérce formázása, rögzítése
Túzdelt jérce
Pulyka darabolása
Ananász
Alma
Szilva

Ajánlott anyaghányad

Pulyka kibontva	5,00 kg	Liszt	0,03 kg
Zsír	0,25 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,06 kg	Ananász	3 adag
Majoránna	0,005 kg	Alma	3 adag
Füstölt szalonna	0,40 kg	Szilva	4 adag

A pulykát a tanult módon előkészítjük. A comb inait kihúzzuk. Belülről ízesítjük sóval, fűszerezzük majoránnával. A pulykát formázzuk, és rögzítjük. A túzdelt jércénél tanultak alapján szalonnacsíkokkal gazdagon megtúzdeldjük a mellehúsát és a combjait.

Kívülről a pulykát besózzuk, majd sütőtepsibe helyezzük. Langyos zsírral meglocsoljuk, és a sütőben pirosra, ropogósra sütjük. Sütés közben gyakran locsolgatjuk saját zsírjával. Ha szükséges, egy kevés vizet is öntünk alá. A puhára sült pulykából kihúzzuk a hurkapálcát, eltávolítjuk a zsineget. Zsírjából pecsenyelevet készítünk. Fedővel lefedve, langyos helyen pihentetjük legalább 15-20 percig. Darabolása és tálalása azonos a gesztenyével töltött pulykánál tanultakkal.

Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Ananásszal, almával, szilvával tálaljuk. Azonnal felszolgáljuk.

KACSASÜLT (Caneton rôtie)

Háziszárnyasok előkészítése
Zárt hőben sütés
Pecsenyéié készítése
Tört burgonya
Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Kacsa	5,00 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Só	0,06 kg	Tört burgonya	5 adag
Majoránna	0,005 kg	Párolt káposzta	5 adag

A pecsenyekacsát a korábban tanult módon előkészítjük.

A kacsát formázzuk úgy, hogy a combvégei alatt 2-3 cm-es hosszúságban behasítjuk a bőrt, amelybe bedugjuk a combvégeket. A kacsát kívül-belül sózzuk, hasüregébe majoránna hintünk. A tepsibe helyezük, és középmeleg sütőben pirosra, ropogósra sütjük. Sütés közben a kacsát lapátkanállal megfordítjuk, hogy egyenletesen süljön minden oldala. Saját zsírával locsolgatjuk, hogy ne száradjon ki a sütés befejezésére. A kacsasült akkor készült el, ha felülete pirosra, ropogósra sült, húsa puha.

A kacsasültet langyos helyen fedővel lefedve legalább 20 percig pihentetjük. Közben zsírából elkészítjük a pecsenyelevet.

A kacsasültet feldaraboljuk. A pihentetett kacsasültet felemeljük, és a pecsenye levéhez szűrjük a hasüregben összegyűlt húsnedvet.

A kacsa mellét éles, hosszú pengéjű késsel hosszában kettévágjuk, majd a kacsát szétfeszítjük. A kacsa gerincét csapókéssel kivágjuk. A félbevágott kacsát hasüregével lefelé a vágódeszkára fektetjük. A combot és a mellet összetartó bőrt átvágjuk. A mellet a jércemellhez hasonlóan 3-4 darabba vágjuk, nagyságtól függően. A combot nagyságától függően egészben hagyjuk, vagy két darabba vágjuk.

Előmelegített tálra tálaljuk a tört burgonyát és párolt káposztát. Erre helyezük a mellszeleteket, illetve a combot. Egy kevés pecsenyelével meglocsoljuk. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

LIBASÜLT (Oison rôtie)

Kacsasült
Pecsenyéié készítése
Tört burgonya
Párolt káposzta

Ajánlott anyaghányad

Liba	5,00 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Só	0,06 kg	Tört burgonya	5 adag
Majoránna	0,005 kg	Párolt káposzta	5 adag
Liszt	0,04 kg		

A fiatal libát a tanult módon előkészítjük. Mellén a bőrt sakktáblaszerűen behasítjuk, hogy a bőr alatti zsírréteg, illetve a hús jól átsüljön. A libát formáz-

zuk, ízesítjük, fűszerezünk, majd készre sütjük. Mivel a libájóval nagyobb testű, mint a kacsá, a sütése is tovább fog tartani.

A pirosra, ropogósra sült libát pihentetjük, daraboljuk, tört burgonyával, párolt káposztával tálaljuk. Saját pecsenyelevét külön mártásoscsészében adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

TÖLTÖTT KACSA (Caneton farcie)

Háziszárnyasok előkészítése
Pulyka mellcsontjának kifejtése
Gödöllői töltött jérce tölteléke
Kacsa formázása
Kacsa darabolása
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Kacsa	5,00 kg	Majoránna	0,005 kg
Só	0,06 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,05 kg	Füstölt szalonna	0,10 kg
Zsemle	4 db	Paradicsompüré	0,03 kg
Tojás	4 db	Liszt	0,03 kg
Kacsamáj	0,30 kg	Párolt rizs	10 adag
Gomba	0,30 kg		

Az előkészített kacsa mellcsontját kifejtjük. Belülről ízesítjük sóval, fűszerezünk összemorzolt majoránnával. Elkészítjük a gödöllői töltött jércénél tanult töltelékkel a kacsa saját májával, és a hasüregbe töltjük. A kacsát bevarrjuk, formázzuk. Kívülről besózzuk, majd sütőtepsibe helyezük, és középmeleg sütőben lassan pirosra, ropogósra sütjük. A sütés után a zsineget eltávolítjuk a kacsából.

Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

A töltött kacsát pihentetjük, daraboljuk. A mellszeleteket a töltelékkel együtt és a combot előmelegített tálra tálaljuk, meglocsoljuk saját pecsenyelevével. Párolt rizst adunk hozzá. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá a visszamaradt pecsenyelevet. Azonnal felszolgáljuk.

2. Frissensütéssel készíthető háziszárnyasételek

RÁNTOTT CSIRKE (Poulet frit)

Háziszárnyasok előkészítése
Bundázás



148. ábra. Csirke feldarabolva rántott csirkéhez

Bő zsírban sütés
 Petrezselymes újbungonya

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,04 kg	Liszt	0,10 kg
Olaj	0,60 l	Tojás	6 db
Petrezselyemzöld	1 csomó	Zsemlemorzsa	0,40 kg
Petrezselymes újbungonya	10 adag		
Fejes saláta	1 db		

Az előkészített *csirkét feldaraboljuk*. A csirke mellét átvágjuk, majd a jércénél tanult módon kivágjuk a gerincét csapókéssel. A combot és a mellet összetartó bőrt átvágjuk. Ezután a combot elhasítjuk az ízületeknél, így megkapjuk az alsó és felső részét. A mellet nagyságától függően egészben hagyjuk vagy két darabba vágjuk. A szárnyak alá hajtjuk a csirke megtisztított zúzáját és máját (148. ábra).

A feldarabolt csirkét besózzuk, majd bundázzuk. Lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzzába forgatjuk. Bő, nem túl forró zsíradékban sütjük a rántott csirkét. Ügyeljünk arra, hogy mind a comb, mind a szárnyak alá hajtott zúza, illetve máj jól átsüljön. A rántott csirkét csepegtetőrácsra emeljük, hogy a felesleges zsíradék lecsepegjen.

Rántott petrezselyemzöldet készítünk. A megmosott petrezselyemről leszedjük a leveleket. A petrezselyemleveleket szűrőkanálba tesszük, majd bő, forró zsírba merítjük. Pecsényevillával kevergetve pillanatok alatt ropogósra sütjük, majd kiemeljük a zsírból, jól lecsepegtetjük.

Tálpapírral ellátott fémtátra halmozzuk a petrezselymes új burgonyát, majd tetejére rendezzük a rántott csirkét. Ráhintjük a frissen készített rántott zöldpetrezselymet. Salátalevelekkel díszítjük. Azonnal felszolgáljuk.

PIRÍTOTT CSIRKE (Poulet sauté)

Háziszárnyasok előkészítése

Pirítás

Párolt rizs

Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Paradicsompüré	0,04 kg
Só	0,05 kg	Zsír	0,10 kg
Liszt	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag
Vaj	0,08 kg		

A csirkét *feldaraboljuk* pirításhoz. Az előkészített csirke mellét átvágjuk, majd a jércénél tanult módon kivágjuk a gerincet csapókéssel. A combot és a mellet összetartó bőrt átvágjuk. A combot és a szárnyat az ízületnél kissé bevágjuk, hogy a csirke mindenütt átsüljön. A feldarabolt csirkét besózzuk, majd lisztbe forgatjuk.

Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk. Belerakjuk a csirkedarabokat, és pirosra sütjük minden oldalukat. A sütés hőmérsékletét ezután mérsékeljük, a serpenyőt fedővel lefedjük, és lassan, gyakori ellenőrzéssel puhára sütjük a csirkedarabokat.

A puhára sült csirkéről a zsírt leöntjük. A zsírból pecsenyelevet készítünk. Egy kevés vajat és pecsenyelevet adunk a csirkéhez. Gyorsan összeforraljuk.

Előmelegített tálra tálaljuk a pirított csirkét, és saját pecsenyelevével bőven megöntözzük. Párolt rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PIRÍTOTT CSIRKE MARENGÓ MÓDRA (Poulet sauté á la Marengo)

Pirított csirke

Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Olajbogyó	10 db
Só	0,05 kg	Zsemle	5 db
Liszt	0,10 kg	Tojás	10 db
Zsír	0,20 kg	Paradicsompüré	0,30 kg
Olaj	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,10 kg	Fehérbor	0,30 l
Vöröshagyma	0,05 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Fokhagyma	0,01 kg	Szalmaburgonya	10 adag
Gomba	0,40 kg		

A csirkét a pirított csirkének megfelelően előkészítjük. Zsírjából vajjas pecse-

PIRÍTOTT CSIRKE MARENGÓ MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Jérce Só Liszt Zsír Vaj	A feldarabolt jércét sóz- zuk, lisztbe mártjuk, majd egy kevés zsírban lassan megtűjük. Zsírjából vaj- pecsenyelevet készítünk.	A jércét lassan kell sütni, hogy jól átsüljön.
Olaj Vöröshagyma Gomba Paradicsompüré Só Fokhagyma Törött bors Petrezselyemzöld Fehérbor Olajbogyó	Finomra vágott vörös- hagymát olajban pirítunk, majd hozzáadjuk a koc- kákra vágott gombát, pa- radicsompürét. Sót, fok- hagymát, törött borsot, petrezselyemzöldet adunk hozzá. Fehérbort, vaj- pecsenyelevet, olajbogyót adunk hozzá, és összefor- raljuk.	A ragu a párolólével együtt nem lehet túl sűrű, mert a későbbiek során még tovább fog sűrűsödni. Így könnyen leéghet.
Tojás Vaj Zsemle	Az egészet a csirkére önt- jük, és lassan pároljuk. Rántott tojásokat és há- romszögletű, vajban pirít- ott zsemlekrutonokat ké- szítünk. A csirkét kör ala- kú tálban tálaljuk, raguval és párolólével együtt.	A marengót kör alakú tál- ra kell tálalni. Ez felel meg az étel jellegének.
	Körberakjuk a zsemlekru- tonokkal, rántott tojások- kal, és meghintjük finomra vágott petrezselyemzöld- del.	Az ételt azonnal tálaljuk, nehogy kihűljön.
POULET SAUTÉE À LA MARENGO		

nyelelevet készítünk. A gombát 5 mm-es kockákra vágjuk. A fokhagymát össze-
zúzzuk. Az olajbogyót kimagozzuk, a petrezselyemzöldet finomra vágjuk. A fi-
nomra vágott vöröshagymát olajban megpirítjuk. Hozzáadjuk a kockákra vá-
gott gombát, a paradicsompürét. Lassan pirítjuk. Közben ízesítjük sóval, fok-
hagymával, fűszerezzük törött borssal, meghintjük finomra vágott petrezse-
lyemzölddel. Felöntjük fehérborral, majd a pirított csirke vaj-
pecsenyelevéből is adunk hozzá. Lassan pároljuk. Végül beletesszük a kimagozott olajbogyókat.
Az egészet a pirított csirkére öntjük és lassan pároljuk. Közben zsemleléből
háromszögletű, vajban pirított krutonokat készítünk.

Elkészítjük a *rántott tojásokat*. Egészen közelről bő forró zsírba vagy olajba engedjük az egész tojásokat. A tojásfehérjéket lapátkanállal a sárgájához igazítjuk. A sütés kb. 1 percig tartson, így biztos, hogy a tojásfehérje megszilárdul, és a sárgája belül lágy marad.

A pirított csirkét előmelegített kör alakú tálra tálaljuk. Bőven meglocsoljuk a ragujával és a párolólevével. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Körberakjuk az adagszámnak megfelelően zsemlekrutonokkal, amelyekre elhelyezzük a rántott tojásokat. Külön szalmaburgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PIRÍTOTT CSIRKE PARMENTIER MÓDRA (Poulet sauté á la Parmentier)

Pirított csirke

Kockaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Paradicsompüré	0,04 kg
Só	0,05 kg	Zsír	0,10 kg
Liszt	0,10 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Vaj	0,08 kg	Kockaburgonya	10 adag

Pirított csirkét készítünk. Zsírjából vajas pecsenyelevet készítünk. A tálalás idejére sütjük frissen a kockaburgonyát.

A pirított csirkét előmelegített tálra tálaljuk. Meglocsoljuk saját vajas pecsenyelevével. Ráhalmozzuk a kockaburgonyát és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

A pirított csirke korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető még:
vadász módra,
tavasziasan,
jó asszony módra,
kreol módra,
magyarosan,
Palatínus módra,
parasztosan.

KIJEVI JÉRCEMELL (Filets de pourlarde á la mode de Kiev)

Bundázás

Bő zsírban sütés

Burgonyapüré

Ajánlott anyaghányad

Jércemell (egész)	5 db	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,04 kg	Liszt	0,10 kg
Reszelt sajt	0,20 kg	Tojás	5 db
Vaj	0,20 kg	Zsemlemorzsa	0,40 kg
Szerecsendió	0,005 kg		
Zsír	0,60 kg		
Burgonyapüré	10 adag		

A jércéről lefejtjük a mellehúsát. A jérce mellén levő bőrt középen végighasítjuk, majd lehúzzuk a gerincig. Ezután levágjuk a bőrt. Éles csontozókéssel pontosan a mellcsont mellett haladva lefejtjük a jérce mellehúsát a szárnycsonttal együtt. Az így kapott húsrészt jércefilének is nevezzük (149. ábra).

A jércefilét hosszában kis hegyes késsel felszúrjuk. A felszúrást óvatosan végezzük, mivel a kilyukasztott fiéből a töltelék kifolyhat sütés közben.

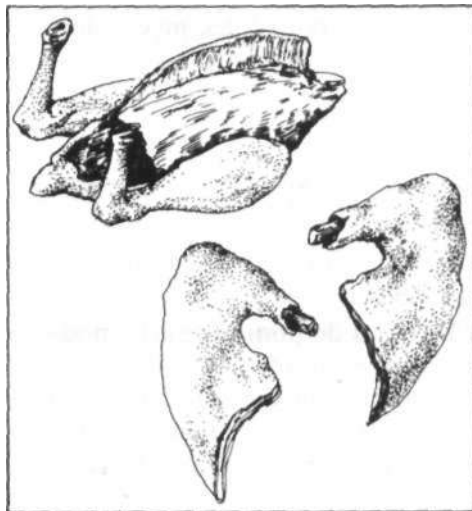
Keverőtálban a vajat habosra keverjük. Hozzáadjuk a reszelt sajtot. Ízesítjük sóval, fűszerezzük reszelt szerecsendióval.

A töltelékét habzsák segítségével a jércefilékbe töltjük. Mélyhűtőben jól kifagyasztjuk.

A betöltött filéket sóval ízesítjük, bundázzuk: lisztbe, felvert tojásba, zsemlemorzsaiba forgatjuk.

Bő, forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük. A sütést úgy végezzük, hogy a jércefilék jól átsüljenek. A filéket csepegtetőrácsra szedjük.

Forrón, tálpapírral ellátott fémtátra tálaljuk. Külön burgonyapürét adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.



149. ábra. Jércemell előkészítve

70. folyamatábra

KIJEVI JÉRCEMELL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Jércefilé	Az előkészített jércemellet óvatosan felszúrjuk, kis-méretű éles késsel.	A műveletet óvatosan vé-gezzük, hogy ne keletkezzen lyuk a jércemellen.
Vaj Sajt Só Szerecsendió	A vajat habosra keverjük, majd hozzáadjuk a reszelt sajtot, sót, szerecsendiót, és a jércemellekbe töltjük habzsák segítségével.	A töltelékkel nem szabad feszesre tölteni a jércemel-let, mert nem sül át.
Liszt Tojás Zsemlemorzsa Zsír	A jércemellet jól kifa-gyasztjuk, majd bundáz-zuk: lisztbe, felvert tojás-ba, zsemlemorzsaába márt-juk, és bő zsírban megsüt-jük.	A bundázást gondosan vé-gezzük, hogy mindenütt fedve legyen a jércemell.
Burgonyapüré	A kijevei jércemellet azon-nal tálaljuk, külön burgo-nyapürét adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.	Ha nem tálaljuk azonnal, kihűl, és a tölték miatt étvágyrontó lesz.
FILETS DE POULARDE À LA MODE DE KIEV		

JÉRCEMELLSZELET PÁRIZSIASAN (Filets de poularde á la parisienne)

Jércemell lefejtése

Bő zsírban sütés

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Jércemell (egész)	5 db	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,04 kg	Liszt	0,10 kg
Zsír	0,50 kg	Tojás	5 db
Petrezselymes burgonya	10 adag		

A jércefiléket sózzuk, lisztbe, felvert tojásba mártjuk, és bő zsírban pirosra sütjük mindkét oldalukat. Csepegtórácsra emeljük. Forrón, tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk. A tálpapírral ellátott fémtál közepére petrezselymes burgonyát halmozunk. Ráhelyezzük a frissen sültött jércemellszeleteket. Azonnal felszolgáljuk.

JÉRCE ROSTON SÜTVE TAVASZI KÖRÍTÉSSEL (Poularde grillée á la printanière)

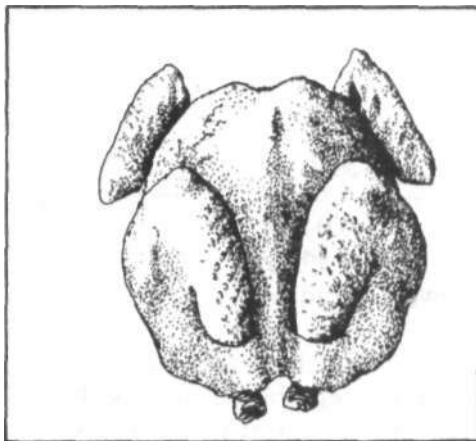
Tavaszi körítés
Háziszárnyasok előkészítése
Roston sütés
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Zöldborsó	0,20 kg
Só	0,04 kg	Kelvirág	0,30 kg
Zsír	0,10 kg	Csirág	0,25 kg
Vaj	0,10 kg	Gomba	0,20 kg
Karotta	0,50 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Zöldbab	0,40 kg	Párolt rizs	5 adag
Kelbimbó	0,20 kg	Pecsenyéié	5 adag

Az előkészített jérce combjainál és szárnyainál az ízületeket kissé bevágjuk, hogy sütésnél átsüljenek, ne maradjanak nyersen, véresen. A jércét a vágódeszkán a hátára fektetjük. A hasüreg irányából erős, keskeny pengéjű kést tolunk keresztül a jércén, hogy a kés vége a nyelőcső helyén jöjjön ki. A gerincet a késsel kihalásztjuk, ügyelve arra, hogy a combok felső részeit ne vágjuk be (150. ábra).

A combvégek mellett a bőrt kb. 2 cm hosszúságban behasítjuk, amelybe a combvégeket beleillesztjük. A szárnyakat visszahajtjuk. Az előkészített jércét kiterítjük a vágódeszkán. Egy másik, kisebb vágódeszkát ráhelyezünk, és meglapítjuk. Mindkét oldalát sózzuk, majd olvasztott zsírba mártott kenőtollal bekenjük.



150. ábra. Jérce roston előkészítve

A jércét forró rostélyra helyezzük, és mindkét oldalát megsütjük. A frissen készre sült jércét leemeljük a rostélyról, és félbevágjuk. A melleket nagyságuktól függően 2 vagy 3 darabba vágjuk. A combokat az ízületeknél átvágjuk.

A mellszeleteket, illetve a combrészeket a tálra rendezzük. Mellé tálaljuk a tavaszi körítést és a párolt rizst. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselemzölddel. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

JÉRCE ROSTON SÜTVE (Poularde grillée)

Jérce roston sütése

Pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Paradicsom	0,60 kg
Só	0,04 kg	Törökparadicsom	0,60 kg
Zsír	0,10 kg	Pecsenyéié	5 adag
Gombafej	0,50 kg		

A jércét az előbbi módon roston megsütjük. A rostélyra a jérce mellé helyezzük a jól megtisztított, besózott gombafejeket, az egész paradicsomot, középen félig keresztbe behasítva a sózott törökparadicsom-szeleteket.

A jércét az ismert módon daraboljuk, és előmelegített tálra tálaljuk. Ízlésesen körberakjuk a roston sült gombafejekkel, paradicsomokkal és törökparadicsom-szeletekkel. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A jérce roston sütvé készíthető még:

jó asszony módra,
kreol módra,
parasztosan.

Ha nem rendelkezünk rostéllyal a sütéshez, akkor a következő módon járunk el:

Az előkészített jérce mindkét oldalát sózzuk, majd lisztbe mártjuk. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk. Belehelyezzük a jércét, amelyre fedőt teszünk. A fedőre két darab 0,5 kg-os megtisztított mérlegrúlyt helyezünk. Erre azért van szükség, hogy a jérce megtartsa formáját és mindenütt átsüljön. A sütést közepes hőmérsékleten végezzük kb. 12-15 percet számítva egy-egy oldalra. A jércét sütés közben többször ellenőrizzük, nehogy leégjen. A jércét az ismert módon daraboljuk, és tálaljuk.

PIRÍTOTT CSIRKEMÁJ (Foie de poulet sautée)

Pirítás
Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Csirkemáj	1,20 kg	Majoránna	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Só	0,02 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Sós burgonya	10 adag
Törött bors	0,005 kg		

A májakat figyelmesen átnézzük. Az epétől színezett részeket óvatosan levágjuk. A májat kb. 1 x 1 cm-es kockákra vágjuk. A vöröshagymát finomra vágjuk. A zsírban a vöröshagymát állandó keveréssel aranysárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a kockákra darabolt májat, és erős tűzön, állandóan keverve gyorsan megpirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről, fűszerezzük egy kevés törött borssal és összemorzolt majoránnával, végül ízesítjük sóval.

Előmelegített tálra tálaljuk. Sós burgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

LIBAMÁJSZELETEK SÜTVE (Filets de foie gras rôtie)

Libamáj előkészítése
Gombás rizs

Ajánlott anyaghányad

Libamáj	1,20 kg	Zsír	0,10 kg
Só	0,02 kg	Gombás rizs	10 adag
Liszt	0,10 kg		

Az előkészített libamájból kb. 4 dkg-os szeleteket vágunk. Ezt lehetőleg úgy végezzük, hogy utólag ne kelljen a szeleteket kiveregetni, mert a libamáj zsíros szerkezetű, puha állományú, így könnyen elkenődhet és sokat veszíthet eredeti súlyából.

A libamáj szeleteket sózzuk, majd lisztbe mártjuk. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, melyben megsütjük a libamájszeletek mindkét oldalát. A libamájszeletekbe ne szúrjunk sütés közben, mert értékes ízanyagai kifolynak.

A frissen sütött libamájszeleteket (1 adag 3 db) forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Mellétálaljuk a gombás rizst. A libamájszeleteket saját zsírjával meglocsoljuk.

Azonnal felszolgáljuk.

LIBAMÁJSZELETEK FINOM FÜVEKKEL (Filets de foie gras aux fines herbes)

Madeiramártás
Párolt rizs
Libamáj szeletek sütve

Ajánlott anyaghányad

Libamáj	1,00 kg	Petrezselyemzöld	2 csomó
Zsír	0,10 kg	Zellerzöld	1 csomó
Só	0,02 kg	Metélőhagyma	1 csomó
Liszt	0,10 kg	Madeiramártás	5 adag
Vöröshagyma	0,10 kg	Párolt rizs	10 adag
Gomba	0,20 kg		

A libamáj szeleteket megsütjük, majd kiemeljük a serpenyőből. A serpenyőben levő zsírhoz nagyon finomra vágott vöröshagymát, gombát, petrezselyemzöldet, zellerzöldet, metélőhagymát adunk. Lassan pároljuk, majd hozzáöntjük a jóízű madeiramártást, és összeforraljuk.

A libamájszeleteket ízlésesen előmelegített táltra helyezzük, leöntjük a finomfűmártással. Párolt rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PIRÍTOTT LIBAMÁJ (Foie gras sautée)

Pirítás
Tört burgonya

Ajánlott anyaghányad

Libamáj	1,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Libazsír	0,20 kg	Majoránna	0,005 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Tört burgonya	10 adag

A szeletelésből visszamaradt libamájdarabkákat csíkokra vágjuk. Libazsírban a finomra vágott vöröshagymát aranyárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a csíkokra vágott libamáját. Állandó keverés közben, erős tűzön gyorsan megpirítjuk. Lehúzzuk a tűzhelyről. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, összemorzolt majoránnával.

Gyorsan összerázzuk, majd előmelegített tálalótálra halmozzuk. Tört burgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

LIBAMÁJSZELETEK LYONI MÓDRA (Filets de foie gras á la lyonnaise)

Libamáj szeletek sütve
Rostélyos hagyma
Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad

Libamáj	1,20 kg	<i>Rostélyos hagymához:</i>	
Só	0,02 kg	Vöröshagyma	0,40 kg
Liszt	0,10 kg	Só	0,02 kg
Zsír	0,10 kg	Liszt	0,10 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Zsír	0,50 kg
Pírtott burgonya	10 adag		

A libamajszeleteket sütve elkészítjük, előmelegített tál egyik oldalára tálaljuk úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Tetejére halmozzuk a frissen sült rostélyos hagymát. A tál másik oldalára tálaljuk a forró pírtott burgonyát. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

Külön mártásoscsészében pecsenyelevet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk. A frissensütéssel készíthető háziszárnyasételek összefoglalása:

22. táblázat

Frissensütéssel készíthető háziszárnyasételek

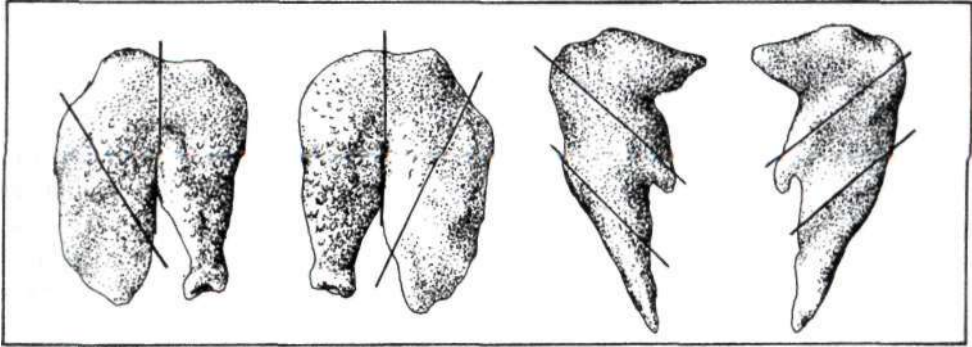
Módozat	Köret	Jelleget adó anyag
Marengo	szalmaburgonya	vöröshagyma, fokhagyma, gomba, olajbogyó, paradicsompüré, fehérbor, zsemlekruton, rántott tojás
Parmantier		kockaburgonya, vajás pecsenyéié
Kijevi jércemell	burgonyapüré	vaj, reszelt sajt, só, szerecsendió

3. Párolással készíthető háziszárnyasételek

A párolást mindig fedővel lefedve végezzük. Így biztosítjuk, hogy kialakulnak a párolásra jellemző íz- és illatanyagok, a hús pedig puhára párolódik.

A rövid lében végzett párolásnál az ételt több alkalommal ellenőrizni kell. Ha a folyadék elpárolgott, egy kevés csontlével vagy vízzel pótolni kell, hogy az étel ne égjen le.

A párolással készíthető szárnyashúsételek jóval előbb párolódnak puhára, mint a vágóállatokból készített ételek. Melegen tartás közben a szárnyasok tovább puhulnak. Ezeket a szempontokat feltétlenül figyelembe kell venni, mert a túlságosan puha állományú szárnyashúsok szétesnek, így nehezen tálalhatók, étvágyrontók lesznek az ételek.



151. ábra. Csirke darabolása pörkölt csirkéhez

PÖRKÖLT CSIRKE (Pörkölt de poulet)

Háziszárnyasok előkészítése

Pörköltalap

Párolás

Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Zöldpaprika	0,20 kg
Zsír	0,20 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,30 kg	Lecsó	0,20 kg
Fűszerpaprika	0,025 kg	Só	0,03 kg
Paradicsom	0,10 kg	Galuskaköret	10 adag

Az előkészített *szárnyast feldaraboljuk*. A csirkét vágódeszkán a hátára fektetjük. A mellét középen hosszirányban kettévágjuk. A mellét óvatosan szétfeszítjük, majd csapókéssel kivágjuk a gerincet. Így félbevágtuk a csirkét. A fél csirke combját és a mellét összetartó bőrt óvatosan átvágjuk.

A mellét nagyságától függően két, esetleg három darabba vágjuk, ügyelve arra, hogy minden darabban arányosan legyen hús és csont.

A combot az ízületnél elhasítjuk, így megkapjuk a comb felső és alsó részét. Ha a csirke túlságosan kis méretű, akkor a mellét és a combot nem daraboljuk tovább (151. ábra).

Lábosban pörköltalapot készítünk. Beletesszük a csirkedarabokat. Sóval ízesítjük, jól összekeverjük, fedővel lefedjük. A csirkét lassan pároljuk, közben egy kevés levet enged. Párolás közben többször óvatosan megkeverjük. Ha a leve elpárolgott, zsírára pirítjuk, majd egy kevés csontlével vagy vízzel pótoljuk. Ha félig puhára párolódott, hozzáadjuk az apró kockákra darabolt zöldpapi-

kát és paradicsomot vagy lecsót. Fedővel lefedve lassan puhára pároljuk. Szükség szerint egy kevés csontlevet vagy vizet adunk hozzá.

Ügyeljünk arra, hogy a pörkölt csirke - hasonlóan a többi pörkölt készítéséhez - egymást követve párolással és pirítással készüljön. Csak így biztosíthatjuk, hogy leve sűrű, tartalmas legyen. Megkóstoljuk, szükség szerint ízesítjük sóval.

Ha a pörkölt csirkét nagyobb mennyiségben készítjük, a majdnem puhára párolt húsdarabokat kiemeljük a pörköltléből. A pörköltlevet szitán áttörjük. A szitán áttört pörköltlébe visszahelyezzük a húsdarabokat és puhára pároljuk.

Az elkészített pörkölt csirke tetejéről lemerjük a szükségesnél több paprikaszínt. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a mellből és a combból. Nyáron zöldpaprika- és paradicsomkarikával díszítjük. Külön forró galuskaköretet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

PAPRIKÁS CSIRKE (Poulet au paprika)

Pörkölt csirke

Párolás

Tejfölös habarás

Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Zöldpaprika	0,20 kg
Zsír	0,20 kg	Paradicsom	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Só	0,03 kg	Lecsó	0,20 kg
Tejföl	0,45 l	Tejszín	0,20 l
Fűszerpaprika	0,02 kg	Galuskaköret	10 adag

Pörkölt csirkét készítünk - mint, ahogy ezt az ajánlott anyaghányad is mutatja - azzal a különbséggel, hogy kevesebb vöröshagymát és fűszerpaprikát adunk hozzá. A puhára párolt melleket és combokat kiemeljük a pörköltléből. Megfelelő méretű lábosba szedjük át, hogy a párolást ebben fejezhessük be.

A pörköltlé tetejéről lemerjük a paprikaszínt. A forrásban levő pörköltlevet tejfölös habarással sűrítjük. Habverővel állandóan kevergetve lassan összeforraljuk. Közben megkóstoljuk, ha szükséges, sóval utánízesítjük. Az elkészített paprikás mártást szitán keresztül a lábosba helyezett csirkemellekre és combokra szűrjük. Lassan készre forraljuk, közben egy kevés tejszínt öntünk hozzá.

A puhára párolt paprikás csirkét fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Itt is fontos szempont, hogy minden adagba arányosan kerüljön a mellből és a combból. A forró paprikás mártással átvonjuk a húsdarabokat. Tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk. Nyáron karikára vágott zöldpaprikával és paradicsommal díszítjük.

A pörkölt és a paprikás csirkét, de minden egyéb párolással készített háziszárnyasételt kicsontozhatunk.

Ebben az esetben a szárnyast kb. háromnegyed részben pároljuk puhára. Ezután a húsdarabokat kiemeljük a párolóléből, és kihűtjük. A csontokat óvatosan kifejtjük kis méretű, éles és hegyes kés segítségével. A kicsontozott húsrészeket visszahelyezzük a párolólébe és együtt pároljuk puhára.

71. folyamatábra

PAPRIKÁS CSIRKE		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csírke Zsír Vöröshagyma Fűszerpaprika Só	A feldarabolt szárnyast pörköltlében pároljuk. Sóval ízesítjük.	Az ételt lassan pároljuk. Ha főzzük, a hús „főtt” ízű lesz.
	Szakaszosan zsírjára pirítjuk, ill. egy kevés csontlével felöntjük. Lassan pároljuk fedővel lefedve.	A szakaszos pirítással, párolással alakulnak ki jellegzetes ízei, illata.
Zöldpaprika Paradicsom	Hozzáadjuk az apró kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot. Majd nem puhára pároljuk.	Azért nem pároljuk puhára, mert még további párolással puhítani fogjuk a csirkét.
Tejföl Liszt Tejszín	A csirkét másik lábasba szedjük, és a párolólét tejfőles habarással sűrítjük. Kiforraljuk, ízesítjük, majd a csirkére szűrjük, és együtt készre pároljuk, tejszínt hozzáadva.	A mártás bevonóképes legyen, hogy a csirkét tállásnál bevonja!
Tejföl Paprikaszín Galuska	A paprikás csirkét tejfőllel és paprikaszínnel megöntözzük. Külön galuskaköretet adunk hozzá.	Az ételt forrón tálaljuk, mert hidegen étvágyrontó!
PÖRKÖLT DE POULET		

Külön forró galuskaköretet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

RIZES CSIRKE (Poulet au riz)

Párolás

Csirke darabolása

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Sárgarépa	0,20 kg
Zsír	0,15 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Zellergumó	0,10 kg
Só	0,03 kg	Gomba	0,15 kg
Törött bors	0,005 kg	Zöldborsó	0,15 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Rizs	0,50 kg

A csirkét a pörkölt csirkénél tanult módon feldaraboljuk.

Felhevített zsírban finomra vágott hagymát aranysárgára pirítunk. Hozzáadjuk a feldarabolt csirkét. Egy kevés szárnyascsontléval vagy vízzel felöntjük, ízesítjük sóval, fűszerezzük egy kevés törött borssal. Fedővel lefedve lassan pároljuk. Közben hozzáadjuk az 1 x 1 cm-es kockákra vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellergumót, gombát és a kifejtett zöldborsót. A párolást úgy végezzük, hogy a félig puhára párolt csirkéről és zöldségről a folyadék elpárologjon, majd zsírjára süljön. Ekkor hozzáadjuk a kiválogatott, alaposan lemosott, lecsepegtetett rizst. Az egészet óvatosan összekeverjük, gyengén pirítjuk, majd a rizs minőségétől függően másfélszeres vagy kétszeres mennyiségű szárnyascsontléval vagy vízzel felöntjük. Felforraljuk, majd ízesítjük sóval, finomra vágott petrezselyemzöldet adunk hozzá. Fedővel betakarjuk, és közepes meleg sütőbe helyezzük, ahol kb. 35-40 perc alatt puhára pároljuk.

A rizses csirkét úgy is készíthetjük, hogy a csirke előkészített és feldarabolt aprólékait, a máját, a szívét, a zúzóját, a nyakát, a lábát és a szárnyát is vele pároljuk.

Az aprólékot tisztítjuk, előkészítjük (152. ábra): A lábokról a körmöket csapókéssel levágjuk. A lábakon levő elszarusodó bőrreteget lefejtjük.

A májról az epét, valamint az epével szennyezett részeket óvatosan levágjuk.

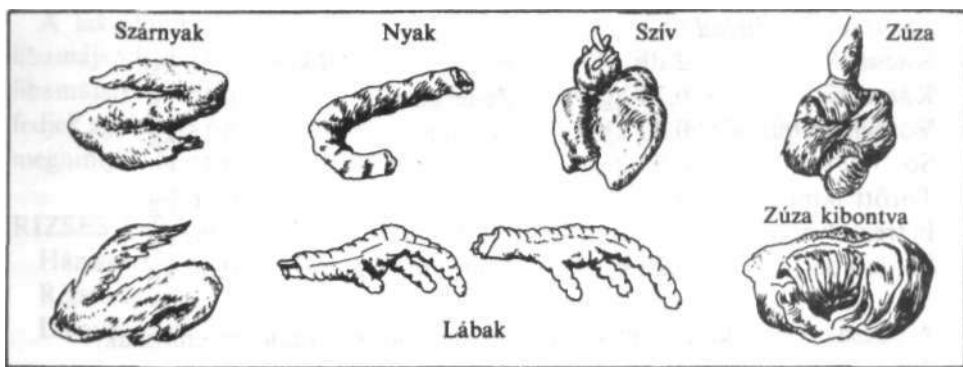
A szívről az érmaradványokat és az esetleges vérrögöket letisztítjuk.

A zúzóját félig behasítjuk, majd kifordítjuk. A zúza belső részét borító bőrreteget a belső tartalommal együtt eltávolítjuk. A zsiradékmaradványokat és az epétől szennyezett részeket levágjuk.

A nyakról a bőrt és a gégecsövet lehúzzuk.

A szárnyat megtisztítjuk az esetleges tokoktól és tollaktól.

Ha a szárnyasból korábban kihalásoltuk a *gerincei*, ezt is az aprólékhoz



152. ábra. Szárnyasaprólék előkészítve

adhatjuk. A gerincről lehúzzuk a bőrt, majd a végbél felőli részről levágjuk a zsírmirigyét. A gerincen levő belső- és vérmaradványokat gondosan letisztítjuk, lemossuk.

Az aprólékot ezután kb. 2 cm-es darabokra vágjuk. A csontos részeket (láb, nyak, szárny, gerinc) határozott ütésekkel, csapókéssel felaprítjuk úgy, hogy lehetőleg minél kevesebb csontszilánk keletkezzen. A csontos részeket ezután lemossuk.

A sütőből kiemeljük a lábost. A fedőt levesszük, a rizses csirkét megköstöljük. Ha szükséges, sóval ízesítjük, majd pecsenyevillával könnyedén fölkeverjük, ügyelve arra, hogy ne törjük össze az alkotóelemeket. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra halmozzuk, ügyelve arra, hogy minden adagba arányosan kerüljön a mellből és a combból. Tetejére finomra vágott zöldpetrezselymet hintünk. Azonnal felszolgáljuk.

A rizses csirke ismeretében készíthető még:

- rizses csirke zöldborsóval (poulet au riz aux petit pois),
- rizses csirke gombával (poulet au riz aux champignons).

Ezekben az esetekben csak zöldborsót, illetve gombát adunk a csirkéhez.

RIZES KACSA (Canard au riz)

Háziszárnyasok előkészítése

Háziszárnyasok aprólékainak tisztítása, előkészítése

Libamáj szeletek sütve

Rizses csirke

Ajánlott anyaghányad

Kacsa	2 db	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Kacsaszír	0,20 kg	Zellergumó	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Gomba	0,15 kg
Só	0,03 kg	Zöldborsó	0,15 kg
Törött bors	0,005 kg	Rizs	0,50 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Liszt	0,06 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Kacsamáj	0,50 kg

A kacsák aprólékait megtisztítjuk, feldaraboljuk, majd megmossuk.

A *kacsákat feldaraboljuk*. A combokat és a mellet összetartó bőrt óvatosan behasítjuk a gerincig. A mellet pontosan középen kettévágjuk. Ezután a mellet óvatosan szétfeszítjük, és kihalásztjuk a gerincet. így megkapjuk a combokat és melleket. A combokat két, a melleket két vagy három darabba vágjuk.

A feldarabolt kacsa húsat és aprólékait a rizses csirkéhez hasonlóan elkészítjük. Készítéséhez kacsaszírt használhatunk.

Az elkészített rizses kacsát forrón, előmelegített tálra halmozzuk. A libamáj-szeletekhez hasonlóan frissen sült kacsamáj-szeleteket sütünk. A rizses kacsa tetejére helyezük a frissen sült kacsamáj-szeleteket. Az egészet meglocsoljuk a sütésből visszamaradt kacsaszírral, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

LAKODALMASKÁSA (Bouillie de noce)

Háziszárnyasok előkészítése

Rizses csirke "• .

Libamáj-szeletek sütvé

Ajánlott anyaghányad

Libacomb	5 db	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Libaszír	0,20 kg	Zellergumó	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Gomba	0,15 kg
Só	0,03 kg	Zöldborsó	0,15 kg
Törött bors	0,005 kg	Rizs	0,50 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Liszt	0,06 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Libamáj	0,50 kg

Az előkészített libáról a kacsa darabolásánál tanult módon lefejtjük a combokat.

A libacombok húsat lefejtjük a csonttól és kb. 1 x 1 cm-es kockákra daraboljuk. A kockákra vágott húst libaszír felhasználásával a *rizses csirkéhez hasonlóan elkészítjük*.

A lakodalmaskását fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A lakodalmaskását forrón, előmelegített tálra halmozzuk. Frissen sütött libamájszeleteket készítünk a tálalás pillanatára. A pirosra, ropogósra sütött libamájszeleteket a lakodalmaskása tetejére helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Az egészet meglocsoljuk a sütéshez felhasznált libazsírral, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

RIZES LIBAAPRÓLÉK (Abats d'oie au riz)

Háziszárnyasok aprólékainak tisztítása, előkészítése

Rizses csirke

Libamájszeletek sütve

Ajánlott anyaghányad

Libaaprólék	2,00 kg	Zellergumó	0,10 kg
Libazsír	0,20 kg	Gomba	0,15 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Zöldborsó	0,15 kg
Só	0,03 kg	Rizs	0,50 kg
Törött bors	0,005 kg	Libamáj	0,40 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Liszt	0,06 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó

A libaaprólékot megtisztítjuk, majd alaposan megmossuk.

A libaaprólékot a rizses csirkéhez hasonlóan elkészítjük, libazsír felhasználásával. A puhára párolt rizses libaaprólékot fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A tálalás pillanatára frissen sütött libamáj szeleteket készítünk.

A rizses aprólékot forrón, előmelegített tálra halmozzuk. Tetejére helyezzük a frissen sütött libamájszeleteket, majd meglocsoljuk a sütéshez felhasznált libazsírral. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

PÁROLT LIBAMELL (Poirine d'oie braisé)

Háziszárnyasok előkészítése

Elősütés

Barnamártás

Párolás

Pírtott burgonya

Ajánlott anyaghányad

Libamell	1,40 kg	Sárgarépa	0,15 kg
Só	0,04 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Zsír	0,15 kg	Zellergumó	0,10 kg
Liszt	0,10 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg	Paradicsompüré	0,08 kg

Kristálycukor	0,05 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Kakukkfű	0,005 kg	Vörösbor	0,20 l
Babérlevél	2 db	Pirított burgonya	10 adag
Egész bors	0,005 kg		

A lakodalmaskása készítésekor visszamaradt mellet csontjával együtt kettévágjuk. A bőrös, zsíros oldalát sakktáblaszerűen beirdaljuk. Sózzuk, törött borssal fűszerezzük, majd egy kevés forró zsírban elősütjük. Az elősütött melleket megfelelő méretű lábosba helyezük.

A zsírban, amelyben elősi'uöttük a melleket, barnamártást készítünk. A mártást ráöntjük a mellekre és lassan puhára pároljuk. A puhára párolt melleket kiemeljük a mártásból. Lábosba helyezük, egy kevés csontlevet aláöntve, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A barnamártást átszűrjük, zsírját leszedjük, ha szükséges, beforraljuk, sóval utánízesítjük. A mártást lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A mellet lefejtjük a csonttól és a mellek hosszanti irányára kissé ferdén 3-4 mm vastagságú szeletekre vágjuk. A szeleteket az előmelegített tálalótálra rendezük, és átvonjuk a mártással. Külön pirított burgonyát adunk hozzá.

Külön kívánságra mártásoscsészében barnamártást adhatunk hozzá.
Azonnal felszolgáljuk.

GOMBÁS JÉRCE (Poularde aux champignons)

Háziszárnyasok előkészítése

Pirított csirke

Lisztszórás

Pirítás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Törött bors	0,005 kg
Só	0,04 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Gomba	0,40 kg	Tejszín	0,10 l
Zsír	0,15 kg	Párolt rizs	10 adag
Liszt	0,12 kg		

Az előkészített jércét a pirított csirkéhez hasonlóan daraboljuk. Sózzuk, lisztbe mártjuk. Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, amelyben a jércét gyorsan elősütjük. A jércét olyan méretű lábosba szedjük, amely megfelel a párolásnak.

A serpenyőben maradt zsírban kevés finomra vágott vöröshagymát, majd szeletelt gombát pirítunk. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Az egészet meghintjük egy kevés liszttel,

gyorsan elkeverjük. Csontlével vagy vízzel felöntjük, lassan készre forraljuk. Az egésztestet a lábosban levő elősütött jércére öntjük. Fedővel lefedjük és lassan puhára pároljuk. Párolás közben többször ellenőrizzük, ha szükséges, egy kevés csontlevet vagy vizet öntünk hozzá, nehogy leégjen. Végül egy kevés tejszínnel dúsítjuk.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített tálban tálaljuk a mártással együtt. Fontos, hogy minden adagba arányosan tálaljunk a mellből és a combból.

Külön párolt rizst adunk hozzá. Mind a gombás jércét, mind a párolt rizst meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

A gombás jérce ismeretében készíthető még:

Zöldborsós jérce (poularde aux petit pois),
Májás jérce (poularde au foie),
Csirágos jérce (poularde aux asperges),
Mandulás jérce (poularde aux amandes).

PÁROLT JÉRCEMELL TEJSZÍNES GOMBAMÁRTÁSSAL (Poitrine de poularde aux champignons á la crème)

Mellhús lefejtése
Gombás jérce
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Jércemell	10 db	Vaj	0,08 kg
Só	0,04 kg	Törött bors	0,005 kg
Gomba	0,40 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,15 kg	Tejszín	0,301
Liszt	0,12 kg	Párolt rizs	10 adag

A jérce mellehúsát az ismert módon kifejtjük. Sózzuk, lisztbe mártjuk, egy kevés zsírban gyorsan elősütjük. A továbbiakban a gombás jércénél ismertetett módon járunk el. A különbség csak az, hogy vöröshagymát nem adunk hozzá. A befejezésénél jóval több tejszínnel dúsítjuk az ételt, mint a gombás jércénél.

A párolt jércemellet fedővel lefedve tartjuk melegen a tálalásig.

Tálaláskor a párolt jércemellet hosszanti irányára kissé ferdén főszeleteljük, majd az előmelegített tálra helyezük, és átvonjuk a forró tejszínes gombamártással. Külön párolt rizst adunk hozzá. Mind a párolt rizst, mind a tejszínes gombamártással átvont főszeletelt jércemelleket meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Azonnal felszolgáljuk.

72. folyamatábra

PÁROLT JÉRCEMELL TEJSZÍNES GOMBAMÁRTÁSSAL		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Jércemell Só Liszt Zsír	Az előkészített jércemelleket sózzuk, lisztbe mártjuk, majd hirtelen elősütjük.	A jércemelleket nem kell átsütni, hiszen párolással készítjük el.
Gomba Só Bors Petrezselyemzöld	A visszamaradt zsírban szeletelt gombát piritunk. Sót, törött borsot, petrezselyemzöldet adunk hozzá.	A fűszerezést mérsékelten végezzük, az étel jellegének megfelelően.
	Liszttel meghintjük, átpiritjuk. Csontlével felöntjük, összeforraljuk. A mellekre öntjük, lassan pároljuk.	Az ételt lassan pároljuk. Így alakulnak ki jellegzetes íz- és illatanyagai.
Tejszín Párolt rizs Petrezselyemzöld	Együtt készre pároljuk, közben tejszínt adunk hozzá. A mártással bevonva tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá. Meghintjük petrezselyemzölddel.	A párolt rizst külön tálaljuk, hogy a rizs ne szívja magába a mártást.
POITRINE DE POULARDE AUX CHAMPIGNONS À LA CRÈME		

SZÉKELY LIBACOMB (Cousse d'oie á la Székely)

Háziszárnyasok előkészítése

Elősütés

Pörköltalap

Párolás

Savanyú káposzta előkészítése főzéshez

Tejfölös habarás

Ajánlott anyaghányad

Libacomb	5 db	Fokhagyma	0,01 kg
Köménymag	0,005 kg	Savanyú káposzta	2,00 kg
Só	0,05 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Zsír	0,20 kg	Tejföl	0,60 l
Vöröshagyma	0,40 kg	Liszt	0,06 kg

A libacombokat leválasztjuk a libáról. A libacombokat és a mellet összetartó bőrt óvatosan behasítjuk egészen a gerincig. A libát a mellére fektetjük. A combok tövének találkozásánál keresztben átvágjuk a gerincet. Így együtt megkapjuk a két combot. Az ismert módon kihalítjuk a gerincet. Ennek eredményeképpen megkapjuk a két combot is.

A libacombokat elősütjük. A combok külső felületén levő zsíros bőrréteget saktáblaszerűen behasítjuk. A combokat sózzuk, majd egy kevés zsírban elősütjük.

A zsírban pörköltalapot készítünk, amihez hozzáadjuk az őrölt köménymagot és a kés lapjával összezúzott fokhagymát. Felöntjük csontlével vagy vízzel. Belehelyezzük az elősütött libacombokat és fedővel lefedve lassan pároljuk. A combokat párolás közben többször megfordítjuk, hogy egyenletesen párolódjanak puhára. Ha szükséges, egy kevés csontlével vagy vízzel pótoljuk a folyadékvesztéséget, nehogy leégjen az étel.

Mint minden magyaros, pörköltalapú ételnél, itt is ügyeljünk arra, hogy az étel rövid lében párolódjon, szakaszosan zsírára pirítva. Ez fokozott figyelmet igénylő feladat.

Gyakran tapasztalható a gyakorlatban, hogy az ételt bőven felöntik folyadékkal. Ebben az esetben az étel „főtt” ízű jellegtelen lesz. Ha a combok kétharmada részben puhára párolódott, hozzáadjuk az előkészített savanyú káposztát. Annyi vízzel vagy csontlével öntjük fel, hogy majdnem ellepje. Együtt pároljuk puhára. Ezután a combokat kiemeljük, másik lábosba helyezzük, fedővel lefedjük.

A káposztát tejfölös habarással sűrítjük. Lassan készre forraljuk. Megkóstoljuk, szükség szerint sóval utánízésítjük. A libacombokat visszahelyezzük a káposztába és lassan összeforraljuk.

Ezután az ételből kiemeljük a combokat és lábosba helyezzük. Egy kevés csontlevet öntünk alá, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A káposztáról lemerjük a szükségesnél több paprikaszínt. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor a combból kifejtjük a csontot. A húst hosszanti irányára merőlegesen vagy kissé rézsútosan felszeleteljük. Az előmelegített tálra helyezzük a felszeletelt combot és rámerjük a forró káposztát. Tetejére tejfölt és paprikaszínt öntözünk. Azonnal felszolgáljuk.

SERPENYŐS LIBACOMB (Cousse d'oie en casserole)

Libacomb leválasztása a libáról

Libacomb elősütése

Pörköltalap

Párolás

Ajánlott anyaghányad

Libacomb	5 db	Vöröshagyma	0,15 kg
Köménymag	0,005 kg	Burgonya	2,00 kg
Só	0,04 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Liszt	0,10 kg	Paradicsom	0,12 kg
Zsír	0,15 kg	vagy	
		Lecsó	0,25 kg

A libacombokat a székely libacombnál tanult módon kétharmad részben puhára pároljuk pörköltlében. Ekkor hozzáadjuk a cikkekre vágott zöldpaprikát, paradicsomot vagy lecsót és a szintén cikkekre vágott burgonyát. Annyi csontlével vagy vízzel öntjük fel, hogy éppen ellepje. Megkóstoljuk, szükség szerint ízesítjük sóval. Fedővel lefedjük, és együtt pároljuk puhára.

A libacombokat kiemeljük és lábosba egy kevés pörköltlevet vagy csontlevet aláöntve, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor a combból kifejtjük a csontot. A húst hosszanti irányára merőlegesen vagy rézsútosan felszeleteljük, majd előmelegített tálra helyezük. Rámerjük a forró serpenyős burgonyát. Tetejére karikára vágott zöldpaprikát és paradicsomot helyezünk. Azonnal felszolgáljuk.

FÜSTÖLT LIBAMELL SÓLETTEL (Poitrine d'oie fumée au cassoulet)

Sólet

Ajánlott anyaghányad

Füstölt libamell	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,02 kg
Száraz bab	1,00 kg	Tojás	10 db
Árpakása	0,25 kg	Só	0,01 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,20 kg		

A füstölt libamellet többször váltott langyos vízben alaposan megmossuk, ha szükséges, áztatjuk, majd a *sóletbe helyezük*, és együtt készre pároljuk. Befejezés előtt kb. fél órával hozzáadjuk az alaposan megmosott tojásokat. Az egészet készre pároljuk. Az elkészített sólet tetejéről lemerjük a szükségesnél több paprikaszínt.

A füstölt libamellet és a főtt tojást kiemeljük a sóletből. A libamellet lábosba helyezük és füstölt- vagy csontlevet aláöntve tartjuk melegen tálalásig. A tojásokat megtisztítjuk, és a libamell mellé helyezük.

A sóletet peccsenyevillával óvatosan felkeverjük, ha szükséges, sóval utánízesítjük. Vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig fedővel lefedve.

A forró sóletet előmelegített tálra tálaljuk. A sóletre helyezük a rostokra

merőlegesen szeletelt forró libamellet. A kettévágott főtt tojást a sóletre tesszük. Tetejét vékonyan megöntözzük a sólet tetejéről lemert paprikaszínnel. Azonnal felszolgáljuk.

4. Főzéssel készíthető háziszárnyasételek

A főzéssel készíthető háziszárnyasok készítésénél fontos, hogy a főzést lassan, egyenletes ütemben végezzük. így biztosítjuk, hogy az étel maradéktalanul tartalmazza majd a szárnyasra jellemző íz- és illatanyagokat.

A főzőlé felszínén összegyűlt habot mindig gondosan merjük le szűrőkanállal, így a főzőlé tiszta, átlátszó lesz.

A különféle húсок puhára főzésének mértékére mindig gondosan ügyeljünk. A főzést minden esetben a teljesen puhára főzés előtt kell befejezni. Figyelembe kell venni a szárnyas korát, nemét, az egyes húsrészek rostozatát. Az idősebb, illetve hím állat húsa rostosabb, a combok rostozata durvább, mint a melleké, tehát főzésük több időt igényel. A teljesen puhára főzött háziszárnyasok melegen tartás közben tovább puhulnak. A sűrítéssel készített ételekben lassabban, a híg ételekben gyorsabban puhulnak tovább az egyes húsdarabok, húsrészek. A szétfőtt, szétesett húsdarabok elvesztik eredeti formájukat. Az ilyen étel nehezen tálalható, étvágyrontó, nem utal az étel jellegére, így a vendég joggal érezheti becsapva magát. A szétfőzött háziszárnyasokból nem adagolható ki a megfelelő adagszám sem.

BECSINÁLT CSIRKE (Fricassée de poulet)

Főzés

Fűszerzacskó

Csirkedarabolás

Bátonokra vágás

Világos rántás

Montírozás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Csirke	5 db	Zellergumó	0,10 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Só	0,04 kg
Egész bors	0,005 kg	Zöldborsó	0,15 kg
Vaj	0,10 kg	Tejszín	0,20 kg
Zsír	0,10 kg	Citrom	1 db
Liszt	0,12 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Gomba	0,12 kg	Párolt rizs	10 adag

73. folyamatábra

BECSINÁLT CSIRKE		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csirke Só	A csirkét feldaraboljuk, és hideg vízben tesszük fel főni. Ha felforr, lehabozzuk, majd sózzuk.	A hideg vízben jól kifőnek a csirkehús izanyagai, és a lé nem lesz zavaros.
Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó Egész bors Vöröshagyma	Beletesszük a bátonokra vágott zöldségeket és a fűszerzacskót. Lassan főzzük, ízesítjük sóval.	A csirkét és a zöldségeket lassan főzzük, hogy izanyagai maradéktalanul kifőjenek.
Vaj Liszt Gomba Zöldborsó	A fűszerzacskót kiemeljük. Világos vajas rántással süritjük, összeforraljuk. Hozzáadjuk a vajon párolt gombát, főtt zöldborsót, és összeforraljuk.	A rántást úgy adjuk a becsinálthoz, hogy a hús és a zöldségek ne törjenek össze.
Citrom Tejszín Párolt rizs Petrezselyemzöld	Az ételt citrommal ízesítjük, tejszínnel dúsitjuk. A becsinálthoz tálaláskor külön párolt rizst adunk. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.	A párolt rizst nem tálalhatjuk a becsinált mellé, mert elázik a becsinált levétől.
FRICASSÉE DE POULET		

A pörkölt csirkénél ismertetett módon feldaraboljuk a csirkét. Hideg vízben feltesszük főni. Ha felforr, a főzőlé felszínén összegyűlt habot szűrőkanállal lemerjük. Hozzáadjuk az időközben bátonokra darabolt sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellergumót. Belehelyezzük a kis vászonzacskóba kötött egész borsot és vöröshagymát. A húst és a zöldségfélét majdnem puhára főzzük, a fűszerzacskót lapátkanállal kiemeljük a főzőléből. Zsírban lisztet pírítunk első felhabzásig. A rántást ezután levesszük a tűzhelyről. Hideg vízzel felöntjük, majd habverővel simára, csomómentesre keverjük. A simára kevert rántást szitán keresztül a forrásban levő becsinálthoz adjuk. Jól elkeverjük, ügyelve arra, hogy a húst és a zöldségeket ne törjük össze. Ekkor hozzáadjuk a vajon párolt kockákra darabolt gombát és a sós vízben puhára főzött zöldborsót főzőlevével együtt. Lassan készre forraljuk, egy kevés átszűrt citromlével ízesít-

jük, tejszínnel dúsítjuk, végül vajdarabkákkal montírozzuk. Megkóstoljuk, szükség szerint sóval utánízesítjük.

A becsinált csirke levének valamivel sűrűbbnek kell lenni a folyékony tejszín állományánál. Felülete kellemes vajszerű, bársonyos legyen. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá. Mind a becsinált csirke, mind a párolt rizs tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk. Azonnal felszolgáljuk.

A becsinált csirke ismeretében készíthető még:

Becsinált csirke csirággal (fricassé de poulet aux asperges),
Becsinált csirke gombával (fricassé de poulet aux champignons),
Becsinált csirke zöldborsóval (fricassé de poulet aux petit pois),
Becsinált csirke kelvirággal (fricassé de poulet aux choux fleur).

TÁRKONYOS JÉRCE (Poularde á l'estragon)

Háziszárnyasok előkészítése

Csirke darabolása

Főzés

Világos rántás

Legírozás

Montírozás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Jérce	5 db	Zsír	0,10 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Liszt	0,12 kg
Egész bors	0,005 kg	Citrom	1 db
Só	0,04 kg	Tejszín	0,20 l
Tárkonylevél	0,01 kg	Tojássárga	4 db
Vaj	0,05 kg	Párolt rizs	10 adag
		Petrezselyemzöld	1 csomó

Az előkészített jércét a paprikás csirkénél tanult módon földaraboljuk. Vízen tesszük fel főni, és sóval ízesítjük. A főzés közben keletkezett habot szűrőkanállal lemerjük a folyadék felszínéről. Fűszerzacskóba vöröshagymát és egész borsot teszünk, majd a jércéhez adjuk. Lassan, egyenletesen főzzük. Mikor a jércét majdnem puhára főztük, világos rántást készítünk. A fűszerzacskót lapátkanállal kiemeljük, majd az ételt sűrítjük a rántással. Lassan forraljuk, közben ízesítjük sóval, egy kevés átszűrt citromlével. Hozzáadjuk a finomra vágott

tárkonylevelet. Az elkészített tárkonyos jércét lehúzzuk a tűzhelyről, és legírozuk, valamint montírozuk. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálba merjük. Gondosan ügyeljünk arra, hogy minden adagba arányosan tálaljunk comb- és mellrészt. Külön párolt rizst adunk hozzá, melyre finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk. Azonnal felszolgáljuk.

23. táblázat

Háziszárnyasokból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Egészben sütéssel, töltéssel készíthető háziszárnyasételek	Frissensütéssel készíthető háziszárnyasételek	Párolással készíthető háziszám- asételek	Főzéssel készíthető háziszárnyasételek
--	---	--	--

Kérdések:

1. *Mitől függ a háziszárnyasok húsának minősége?*
2. *Miért van jelentősége a diétás és kímélő étkezésben a fehér húsú háziszárnyasoknak?*
3. *Milyen jellemző tulajdonságai vannak a
csibének,
csirkének,
jércének,
tyúknak,
koppannak,
kakasnak,
pulykának?*
4. *Hogyan értékelhetjük a barna húsú háziszárnyasokat emészthetőség és táplálkozásélettani szempontból?*
5. *Milyen jellemzői vannak a
kacsának,
libának,
gyöngytyúknak?*
6. *Hogyan történik a háziszárnyasok előkészítése?*
7. *Hogyan történik a jérce előkészítése töltéshez?*
8. *Hogyan formázzuk, illetve rögzítjük a jércét?*
9. *Hogyan készítjük a gödöllői töltött jérce töltelékét?*
10. *Hogyan készítjük a gesztenyével töltött pulykát?*
11. *Hogyan készítjük a kacasültet?*
12. *Miért kell az egészben sütéssel készített háziszárnyasokat sütés közben gyakran locsolgatni?*
13. *Hogyan daraboljuk és készítjük a rántott csirkét és a rántott petrezselymet?*

14. *Hogyan történik a jércefilé kicsontozása?*
15. *Hogyan készítjük a kijeji jércemellet?*
16. *Hogyan készítjük a jércét rostoson?*
17. *Hogyan készítjük a jércét nyárson?*
18. *Hogyan készítjük a pirított csirkét Marengó módra?*
19. *Hogyan történik a csirke darabolása a pörkölt, illetve paprikás csirkéhez?*
20. *Mi a különbség a pörkölt és a paprikás csirke készítése között?*
21. *Milyen jellegzetes körítést kell adni a pörkölt és paprikás csirkéhez?*
22. *Hogyan készítjük a becsinált csirkét?*
23. *Milyen változatait ismerjük a becsinált csirkének?*
24. *Hogyan készítjük a székely libacombot?*
25. *Hogyan történik a háziszárnyasok aprólékainak előkészítése?*
26. *Hogyan készítjük a rizses libaaprólékot?*
27. *Hogyan készítjük a párolt jércemellet tejszínes gombával?*

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A háziszárnyasok előkészítését mindig pontosan, figyelmesen végezzük!
2. A tölteni való jérce bőrét úgy szedjük fel, hogy ne repedjen ki!
A kirepesztett, cérnával összevarrt bőr sütés közben könnyen kirepedhet, a töltelék kifolyhat!
3. Az egészben sütéssel készített háziszárnyasok formázását, illetve rögzítését pontosan végezzük, mert csak így tudjuk sütés után szakszerűen darabolni, adagolni a háziszárnyasokat!
4. Az egészben sütéssel készített - különösen a töltött - háziszárnyasokat sütés közben gyakran öntözzük saját zsírukkal, pecsenyelevükkel, hogy ne száradjanak ki!
5. A rántott csirke sütését közepes hőmérsékleten végezzük, hogy az ízületeknél is átsüljön, tehát ne maradjon nyers és véres!
6. A jércemell fölszúrását a kijeji jércemellhez óvatosan végezzük!
7. A kilyukasztott jércemellből a töltelék sütés közben kifolyik, az étel elveszti jellegét!
8. A pirított csirke sütését lassan végezzük, hogy a szárnyas az ízületeknél is átsüljön!
9. A rostonsütéshez a szárnyas ízületeit félig átvágjuk, hogy a szárnyas az ízületeknél is jól átsüljön!
10. A frissensütéssel készített háziszárnyasételeket azonnal tálaljuk, és felszolgáljuk!
11. A frissensütéssel készített ételeket nem szabad melegen tartani, mert rágósak lesznek, sokat veszítenek élvezeti értékükből!
12. A párolással készített szárnyashúsételeket mindig lassan készítsük, hogy az ételre, illetve a szárnyasra jellemző íz- és illatanyagok kialakuljanak!

13. A párolással készített szárnyashúsételeket többször ellenőrizzük, mert a folyadékpárolgás következtében könnyen leégnek!
14. A folyadékvesztéséget pótolni kell csontlével vagy vízzel!
15. A főzéssel készített ételeknél folyamatosan kísérjük figyelemmel a húsok felpuhulásának mértékét!
16. A túlságosan puha állományú hús nehezen tálalható, étvágyrontó, melegen tartás közben tovább puhul!
17. A háziszárnyasokból készített ételeknél gondosan ügyeljünk arra, hogy minden adag ételbe arányosan tálaljunk a combokból, illetve a mellekből, továbbá a húsosabb és a csontosabb részekből! A barna húsú háziszárnyasoknál (kacsa, liba) a zsírosabb és a soványabb részek megfelelően egészítsék ki egymást minden adag ételben!
18. A magyaros, illetve zsírosabb ételekről minden esetben merjük le a szükségesnél több paprikaszínt, illetve zsiradékot, mert étvágyrontó és csökkenti az ételek élvezeti értékét, emészthetőségét!

XIV. Bárány- és ürühúsból készíthető ételek

A *bárányhús* sovány, zsírszegény, illata tejure emlékeztető, rózsaszínű, könnyen emészthető. A bárány a tavaszi hónapokban kerül az éttermek konyháiba, a piacokra. Különösen a szopós, csak tejen nevelkedett bárányból készíthetünk igen kitűnő ételeket. A bárányhús közvetlen a vágás után a legízletesebb, tehát vágás utáni érlelése szükségtelen. A fiatal bárányhúsnak nagy jelentősége van a diétás és kímélő étkezésben, mert igen könnyen emészthető és magas tápértékű.

A birka, valamint a fiatal korában ivartalanított kos - amelynek neve *ürü* - húsát jellegzetes illata miatt hazánkban nem kedvelik, érdemes azonban étkezési szokásainkon változtatni, mivel a juhfélék húsa könnyen emészthető, táplálkozásélettanilag értékes. A jó minőségű birka- és ürühús zsírral finoman átszótt, márványozott. Egyes helyeken, így a gerinc és a comb felületén is találhatunk vékonyan lerakódott faggyúréteget.

A juhfélék húsának minőségét megítélhetjük a vesékből is. A zsiradékkal vastagon, egyenletesen fedett vesék esetében az állat megfelelően táplált, illetve nevelt. Ez is a jó minőségű húsról utaló ismérv a juhféléknél.

A juhfélék húsának minőségét befolyásolja az állat

kora,
neme,
tápláltsága,
vágási körülményei és a
vágástól eltelt idő.

1. Egészben sütéssel készíthető bárány- és ürühúscelemek

Az egészben sütésre a gerinc és a combok alkalmasak. Esetenként a bárányszegyet töltve is készíthetjük.

A fiatal tejes bárány egészben sütésre igen megfelelő. Ebben az esetben a kibontott bárány fejét nem vágjuk le.

EGÉSZBEN SÜLT BÁRÁNY (Agneau rôtie)

Tüzelés

Zárt hőben sütés

Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Bárány	1 db	Füstölt szalonna	0,40 kg
Só	0,06 kg	Párizsi körítés	10 adag
Törött bors	0,005 kg		

A bárányt hátára fektetjük, majd csapókéssel nem túl mélyen, hosszában behasítjuk a gerincet. A bárány combjait, lapockáit és gerincét a rostokkal párhuzamosan gazdagon megtüzeljük füstöltszalonna-csíkokkal. A lapocka-, illetve combizületeket éles késsel bevágjuk, de nem vágjuk át teljesen. Kívül és belül sózzuk, borsozzuk. A combokat, illetve a lapockákat a fejfelé ellentétes irányban a gerinc mellé rögzítjük kötözőzsineggel. A bárányt sütőtepsibe helyezük. Saját zsírával locsolgatva pirosra, ropogósra sütjük középmeleg sütőben.

A bárányt nyárson is süthetjük: A bárányon nyárstűt tolunk keresztül. A nyakon besúrjuk, a két comb között kihúzzuk. A nyárstűt csúsztható villapárokkal rögzítjük a két végén a bárányt. A lapockáknál és a comboknál a húsbá szúrjuk a villapárokat, majd a szárnyascsavarral rögzítjük. Így biztosítjuk, hogy a bárány sütés közben együtt forog a nyárssal. Sütés közben saját lecsöpögő zsírával locsolgatjuk, kenegetjük. A nyárstűre rögzített bárányt a nyárssütő készülékbe vagy faszénparázs fölé helyezük, és állandó forgatással pirosra, ropogósra sütjük. Sütés közben saját lecsöpögő zsírával locsolgatjuk, kenegetjük. Az elkészített bárányt lehúzzuk a nyárstűről. Először a hátára fektetjük. A combokat és a lapockákat pontosan a szegyet, illetve a gerinc mellett haladva levágjuk a bárányról. Ezután az oldalára fektetjük és levágjuk a szegyet mindkét oldalon. Így megkapjuk a gerincet is.

A combot, lapockát, szegyet és gerincet úgy tálaljuk, hogy minden adagba arányosan kerüljön a húsosabb és csontosabb részekből.

Külön kívánságra a fejét is tálalhatjuk. Határozott mozdulattal, csapókés segítségével a fejét pontosan kettévágjuk úgy, hogy mind a két félben egyforma nagyságú legyen a nyelv és a velő.

A báránysültet párizsi körítéssel tálaljuk. A feldarabolt bárányt saját forró zsírával fényezzük a tálalás pillanatában. Azonnal felszolgáljuk.

FOKHAGYMÁS BÁRÁNYSÜLT (Rôtie d'agneau l'ail)

Zöld köret

Zárt hőben sütés

Pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad

Bárányhús csonttal (comb vagy gerinc)	2,50 kg	Zöldeborsó franciásan	2 adag
Só	0,04 kg	Kelbimbó franciásan	1 aciág
Fokhagyma	0,04 kg	Brokkoli franciásan	2 adag
Zsír	0,20 kg	Zöldebab franciásan	2 adag
Liszt	0,03 kg	Paraj franciásan	2 adag
Paradicsompüré	0,07 kg		

A részeire bontott bárányt *fokhagymával tűzdeljük*. Hegyes, éles késsel kb. 2-2,5 cm mélységben kissé ferden egyenletes távolságban sűrűn beleszúrunk a báránycombokba és a gerincbe. A megtisztított fokhagymagerezdeket a mélyedésekbe toljuk. A báránycombokat és a gerincet sóval bedörzsöljük, majd sütőtepsibe helyezük. Meleg zsírral leöntjük és középmeleg sütőbe helyezük. A báránycombokat vagy gerincet gyakori forgatással, locsolgatással pirosra, ropogósra sütjük.

A fokhagymás báránysültet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Zsírjából jóízű peccsenyevet készítünk. Ha a peccsenyéié elkészült, tetejéről lemerjük

74. folyamatábra

FOKHAGYMÁS BÁRÁNSÜLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Bárányhús csonttal Fokhagyma Só	A részeire bontott bárányt fokhagymával tűzdeljük, sóval bedörzsöljük.	A fokhagymát egyenlő távolságra tűzdeljük a húsba.
Zsír	A bárányhúst zsírral leöntjük, majd sütőben megsütjük gyakori locsolgatással. Zsírjából peccsenyevet készítünk.	A sültet locsolgatni kell. Ellenkező esetben kiszárad, elveszti élvezeti értékét.
Zöld köret	A báránysültet rostjaira merőlegesen felszeleteljük, és tátra rakjuk. Ízlésesen körberakjuk a zöld köretekkel. A húst saját zsírjával átfényezzük, azonnal tálaljuk.	A báránysültet forrón tálaljuk, hogy ízei megfelelően érvényesüljenek.
RÔTIE D'AGNEAU À L'AIL		

a zsírt. A fokhagymás báránysültet rostjaira merőlegesen felszeleteljük. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba egyformán találjunk húsosabb és csontosabb részt.

A báránysültet átfényezzük saját zsírával és ízlésesen körberakjuk a zöld köretekkel. Saját pecsenyelevét külön mártásoscsészében adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A fokhagymás báránysültet úgy is készíthetjük, hogy a *gerincet és a combot kicsontozzuk*. A gerinccsont középső részén a csontozást figyelmen kívül hagyva végezzük, hogy a két filét összetartó hárttyát ne vágjuk át. A filéket ezután egymásra fektetjük úgy, hogy a filéket fedő hárttyaréteg kerüljön kívülre, majd a bélszínnél tanult módon hurokkötözéssel rögzítjük, illetve formázzuk.

A combcsontokat szorosan a csonthártya mentén haladva éles, keskeny pengéjű hegyes késsel körbevágjuk. A csontokat oda-vissza csavargatva meglazítjuk, majd kihúzzuk a combokból. A combokat, hasonlóan a fiiékhez, hurokkötözéssel rögzítjük, illetve formázzuk.

BÁRÁNYGERINC SÜTVE (Selle d'agneau rôtie)

Pecsenyéié készítése

Gombás rizs

Gerinc előkészítése

Ajánlott anyaghányad

Báránygerinc	2,50 kg	Gombás rizs	10 adag
Zsír	0,10 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,03 kg	Liszt	0,03 kg

A báránygerincről a combokat a keresztcsontnál levágjuk. A két lapockát és a nyakat szintén levágjuk. A gerinccel párhuzamosan levágjuk a szegyet. Ezután a báránygerincet a borjúgerincnél ismertetett módon előkészítjük a sütéshez.

Az előkészített gerincet sóval bedörzsöljük, majd sütőtepsibe helyezzük. A fokhagymás báránysültnél ismertetett módon a gerincet puhára sütjük. Zsírából pecsenyelevet készítünk. A pecsenyéié tetejéről a zsiradékot lemerjük.

A báránygerincet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Közben zsírával többször megöntözzük.

Tálaláskor szorosan a gerinccsont mellett haladva éles késsel *lefejtjük a gerincen kétoldalt elhelyezkedő filéket*. A „T” alakú gerinccsontot azután megfordítjuk, majd a veséket, illetve a kis méretű szűzpecsenyéket lefejtjük a gerinccsontról.

A gerinccsontot tálra helyezzük. A filéket kb. 5 mm-es vastag szeletekre vágjuk, és a gerinccsontra visszahelyezzük. A veséket, illetve a szűzpecsenyét

szintén felszeleteljük, és a gerinccsonton végigrakjuk váltakozva úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Saját forró zsírával átfényezzük, és melléhelyezzük a gombás rizst.

Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYGERINC SAVOY MÓDRA (Selle d'agneau á la Savoy)

Báránygerinc sütve
Pírtott gomba
Mornay-mártás
Vajban párolt kelbimbó
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Báránygerinc	2,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Sonka	0,30 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Gomba	0,40 kg	Liszt	0,03 kg
Mornay-mártás	5 adag	Vajban párolt kelbimbó	5 adag
Zsír	0,10 kg	Burgonyaropogós	5 adag
Só	0,03 kg	Vaj	0,05 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Sajt	0,05 kg		

A báránygerincet az ismert módon megsütjük. A filéket lefejtjük a gerinccsontról, majd 3-4 mm vastag szeletekre vágjuk.

Annyi sonkaszeletet vágunk, ahány filét kaptunk a gerincből. Jóízű pírtott gombát készítünk. Mornay-mártást készítünk, amelyhez hozzákeverjük a sütés-kor keletkezett természetes pecsenyelevet.

A gerinccsontot kivajazott tűzálló tálra helyezük. A gerinccsontra visszarakjuk a felszeletelt filéket úgy, hogy közéjük egy-egy sonkaszeletet, illetve pírtott gombát helyezünk. Az egész gerincet egyenletesen átvonjuk a Mornay-mártással, majd meghintjük reszelt sajttal, szitált zsemlemorzzával, és meglocsoljuk olvasztott vajjal.

Forró sütőben pirosra, ropogósra sütjük.

A készre sült gerincet vajban párolt kelbimbóval és burgonyaropogóssal körítjük. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYGERINC ERDÉLYIESEN (Selle d'agneau á la Transsylvanie)

Báránygerinc sütve
Gombapép
Pecsenyéié készítése
Kakastaréj készítése

Párolt rizs
Mogyoróburgonya

Ajánlott anyaghányad

Báránygerinc	2,50 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zsír	0,10 kg	Vaj	0,05 kg
Só	0,03 kg	Tárkonylevél	0,01 kg
Füstölt szalonna	0,20 kg	Párolt rizs	5 adag
Petrezselyemzöld	1 csomó	Mogyoróburgonya	5 adag
Liszt	0,03 kg		

Töltött gombához:

Gombafej	10 db
Szárnyasmáj	0,10 kg
Gombapép	0,30 kg
Sajt	0,05 kg
Vaj	0,05 kg
Zsemlemorzsa	0,05 kg

Töltött paradicsomhoz:

Paradicsom	10 db
Szárnyashús (főtt)	0,25 kg
Besamel mártás	3 adag
Tojás	2 db
Só	0,01 kg
Törött bors	0,005 kg
Vaj	0,05 kg

A báránygerincet megsütjük. A húst lefejtjük a gerincről, felszeleteljük, és eredeti formájában visszahelyezzük a gerincsontra.

Zsírjából jóízű pecsenyelevet készítünk, melyről az elkészítés befejezésével lemerjük a zsírt. Ezután a *pecsenyeléhez* finomra vágott *tárkonylevelet és vajat* keverünk.

Töltött gombafejeket készítünk, amelynek töltelékébe a gombapépbe áttört nyers szárnyasmáját is keverünk. Tetejére reszelt sajtot, zsemlemorzsat, vajdarabkákat teszünk.

Töltött paradicsomot készítünk, amelybe szárnyashúsból készített ropogós anyagát töltjük. Tetejére vajdarabkákat helyezünk.

A töltött gombafejeket és a töltött paradicsomot sütőben megsütjük.

Kakastaréjt készítünk, melyet fűszerpaprikába mártunk.

Mogyoróburgonyát készítünk, tálalásig félretesszük.

Hosszúkás tálon párolt rizsből alapzatot készítünk, amelyre a gerincet ráhelyezzük. A gerinc két végére piramis alakban helyezük el a töltött gombafejeket. A gerinc két oldalán végigrakjuk a töltött paradicsomokat, majd mellétálaljuk a mogyoróburgonyát, és meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A kakastaréjokat a gerincre helyezük, majd meglocsoljuk saját forró pecsenyezsírjával. Külön mártásoscsészében saját tárkonyos, vajas pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

Mind a báránygerinc Savoy módra, mind a báránygerinc erdélyiesen készítményeket leginkább megrendelésre, több személyre készítjük. Ezeket a készít-

menyeket nem célszerű egy-két adagban tálalni, mivel nem azt a látványt, összehatást nyújtják, mint egészben tálalva.

TÖLTÖTT BÁRÁNYSZEGY (Poitrine d'agneau farcie)

Töltött borjúszegegy
Angolos paraj

Ajánlott anyaghányad

Bárányszeggy	2,00 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zsemle	3 db	Só	0,03 kg
Tojás	3 db	Törött bors	0,005 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Angolos paraj	10 adag
Liszt	0,03 kg		

A töltött bárányszegyet a töltött borjúszegegynek megfelelően készítjük. Sütése jóval rövidebb ideig tart. Melegen tartása és tálalása is azonos. Körítésként angolos parajt adunk hozzá. Külön mártásoscsészében tálaljuk saját pecsenyelevét. Azonnal felszolgáljuk.

FÉLIG SÜLT ÜRÜGERINC (Selle de mouton á l'anglaise)

Száraz pác
Előszűtés
Zöld köret
Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Ürügerinc	2,00 kg	Zöld köret	10 adag
Zsír	0,10 kg	Liszt	0,05 kg
Só	0,02 kg	Paradicsompüré	0,03 kg

Az ürügerincről levágjuk a combokat pontosan a keresztcsontnál. Ugyancsak lefejtjük a lapockákat, valamint levágjuk a fejet. A gerincet oldalra fektetjük úgy, hogy tőlünk balra legyen, és levágjuk a szegyet. Ezután az ürügerincet a borjúgerincnél ismertetett módon előkészítjük. Az ürügerinc felületén található hártját lefejtjük, majd száraz pácolással hűtőszekrénybe helyezve érleljük.

Az érlelt ürügerincet kiemeljük a hűtőszekrényből, az olajat letöröljük róla, majd sóval bedörzsöljük. Egy kevés forró zsírban hirtelen előszűtjük minden oldalát. Ezután forró sütőbe helyezük, és félangolosra sütjük a bélszínél ismertetett módon. A húsbba ne szúrjunk pecsenyevillával, mert értékes nedvanyagai kifolynak!

Az ürügerincet kb. 10-15 percig langyos helyen pihentetjük. Közben zsírjából pecsenyelevet készítünk, amelyről a végén lemerjük a zsiradékot.

Tálaláskor az ürügerincen levő húst késsel hosszanti irányára merőlegesen behasítjuk, majd csapókéssel a csontot átvágjuk. Az ürügerincből vágott szeleteket előmelegített tálra helyezzük. Átvonjuk saját forró pecsenyészírával. Ízlésesen körberakjuk zöld körettel.

Az ürügerincet úgy is tálalhatjuk, hogy a gerincen kétoldalt elhelyezkedő húst lefejtjük, majd kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket eredeti formájában visszahelyezzük az egészben levő gerinccsontra. Azonnal felszolgáljuk.

FÉLIG SÜLT ÜRÜCOMB (Gigot de mouton á l'anglaise)

Pecsenyéié készítése

Félig sült ürügerinc

Gombás rizs

Ajánlott anyaghányad

Ürücomb	1,80 kg	Liszt	0,03 kg
Zsír	0,10 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Só	0,03 kg	Gombás rizs	10 adag

A báránycombhoz hasonlóan eltávolítjuk a combcsontokat az ürücombból. Ezután az ürücombot pácoljuk, majd hurokkötözéssel rögzítjük, illetve formázzuk. A továbbiakban a félig sült ürügerincnél ismertetett módon sütjük meg az ürücombot.

Gombás rizzsel tálaljuk. Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

2. Frissensütéssel készíthető bárány- és ürühúsételek

A bárány- és ürühúsból készíthető frissensültek különlegességnek számítanak étlapjainkon, mivel csak az év egy meghatározott időszakában rendelkezünk vele. Különös gondot fordítsunk elkészítésükre, a frissensütés időzítésére és az azonnali tálalásra.

Frissensültek készítésére alkalmas bárányhúsrészek:

karajból:

bárányborda (1 adag 2 db; egyenként 7-8 dkg)

combból:

bárányérmék (1 adag 3 db; egyenként 4-6 dkg)

Frissensültek készítésére alkalmas ürühúsrészek:

gerincből:

ürügerincselet (1 adag 1 db; egyenként 24 dkg)

ürüborda (1 adag 2 db; egyenként 8-10 dkg)

combból:

ürüszület (1 adag 2 db; egyenként 8-10 dkg).

BÁRÁNYBORDÁK VILLEROY MÓDRA (Côtelettes d'agneau a la Villeroy)

Bordák előkészítése

Natúr sütés

Besamel mártás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Zöldborsó angolosan

Zöldbab angolosan

Paraj angolosan

Kelbimbó angolosan

Vörösbormártás

Ajánlott anyaghányad

Báránykaraj	1,60 kg	Zöldborsó angolosan	3 adag
Só	0,02 kg	Zöldbab angolosan	3 adag
Besamel mártás	5 adag	Paraj angolosan	2 adag
Sonka	0,20 kg	Kelbimbó angolosan	2 adag
Tojás	2 db	Vörösbormártás	5 adag
Zsír	0,50 kg		

Bundázáshoz:

Liszt 0,10 kg

Tojás 3 db

Zsemlemorzsa 0,20 kg

A báránybordákat a borjúbordánál ismertetett módon előkészítjük. Mindkét oldalukat sózzuk, lisztbe mártjuk, majd natúrsütéssel megsütjük, és kihűtjük.

Sűrű besamel mártást készítünk, amelyhez hozzákeverjük az apró kockákra vágott sonkát és tojássárgáját. ízesítjük sóval, figyelembe véve, hogy a sonka elég sós, és sótartalmának egy része kioldódik a besamel mártásban.

A kihűtött bordák mindkét oldalát bekenjük a sonkás besamel mártással kb. 2-3 mm vastagságban. Lisztbe mártott kézzel szép formásra igazítjuk a báránybordákat úgy, hogy a sonkás besamel mindenütt egyforma vastagságú legyen, alakja továbbra is bordára utaljon. Ezután bundázzuk: lisztbe, felvert egész

tojásba és szitált zsemlemorzsaiba forgatjuk. A bundázás közben ügyeljünk arra, hogy a sonkás besamel ne sérüljön meg! A bundázás befejezésekor a megsérült, formátlan bordákat újra formázzuk.

Bő forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük a bordákat, majd csepegtetőrácsra szedjük.

A báránybordákat tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk. Külön angolos köretek és mártásoscsészében vörösbormártást adunk hozzá.

A Villeroy módon készített húsételekhez eredetileg szarvasgombamártást kellene adni.

Mivel a szarvasgomba beszerzése komoly gondot jelent, illetve túlságosan megdrágítja ételinket, esetenként kénytelenek vagyunk eltekinteni felhasználásától, ha ez nem befolyásolja alapvetően az étel jellegét.

Tipikus ételink törvényszerűen napról napra változnak, jellegük módosul. Fontos feladatunk, hogy a nemzetközi és a hazai konyha ételkülönlegességeit lehetőség szerint eredeti formájukban megőrizzük, mert ez a magyar vendéglátás érdeke.

Engedményeket csak igen átgondoltan, tapasztalatokban gazdag gyakorlósévek után tehetünk, szem előtt tartva szakmánk igényeit és lehetőségeinket.

Báránybordák készíthetők még:

Milánói módra,
tavasziasan,
roston, zöld körítéssel,
jó asszony módra,
papírhüvelyben,
pékné módra,
magyarosan.

BÁRÁNYÉRMÉK RÁNTVA (Médaillesons d'agneau frites)

Báránycomb kicsontozása
Bundázás
Bő zsírban sütés
Burgonyasaláta

Ajánlott anyaghányad

Bárányhús	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,04 kg	Liszt	0,10 kg
Zsír	0,40 kg	Tojás	5 db
Citrom	3 db	Zsemlemorzsa	0,40 kg
Burgonyasaláta	10 adag		

A kicsontozott bánycombból kb. 4-5 dkg súlyú érmeket vágunk, adagonként 3 db-ot. Az érmeket lehetőleg úgy szeleteljük le a bánycombból, hogy kiveregetésükre ne legyen szükség. Igyekezünk tehát minél nagyobb felületű érmeket levágni. Ha az érmék kis méretűek, a kiveregetés elkerülhetetlen. A kiveregetett szeletkéik súlyvesztése darabonként 1 dkg is lehet, ami összesen 3 dkg egy adag ételnél. Ezzel megkárosítjuk a vendéget.

Az érméken látható inakat a kés hegyével bevagdossuk. Mindkét oldalukat sózzuk, majd lisztbe, felvert egész tojásba, zsemlemorzzába mártjuk.

Bő, forró zsírban az érmeket pirosra, ropogósra sütjük, majd csepegtetőrácsra szedjük.

Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk a bányérméket úgy, hogy mindegyik félig fedje a másikat. Az érmekre karikákra vágott, hámozott citromkarikákat helyezünk.

Külön jól lehűtött burgonyasalátát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYÉRMÉK ROSTON (Médailles d'agneau grillées)

Bánycomb kicsontozása

Roston sütés

Párizsi körítés

Ajánlott anyaghányad

Bánycomb kicsontozva 1,40 kg

Só 0,04 kg

Zsír 0,10 kg

Párizsi körítés 10 adag

A kicsontozott bánycombból az előbbi ételnél ismertetett módon levágjuk az érmeket, majd az inakat bevagdossuk. Az érmék mindkét oldalát sózzuk, majd zsírba mártjuk. Ezután forró rostélyra helyezük az érmeket és mindkét oldalukat megsütjük.

Sütés után azonnal előmelegített tála tálaljuk. Az érmeket úgy helyezük a tála, hogy azok félig fedjék egymást, majd ízlésesen körberakjuk a párizsi körítéssel. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYEPIGRAMMÁK (Épigrammes d'agneau)

Bánycomb kicsontozása

Hurokkötözés

Főzés

Bundázás

Bő zsírban sütés

Gombás rizs

Franciás zöldborsó

Franciás zöldbab
Cikóriasaláta

Ajánlott anyaghányad

Báránycomb kicsontozva	1,40 kg	Cikóriasaláta	5 adag
Só	0,04 kg	Franciás zöldborsó	3 adag
Sárgarépa	0,15 kg	Franciás zöldbab	2 adag
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Olaj	0,60l
Zellergumó	0,05 kg		
Egész bors	0,005 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Gombás rizs	5 adag	Liszt	0,10 kg
Bárányvese	5 db	Tojás	3 db
Paradicsom	0,40 kg	Zsemlemorzsa	0,10 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó		

A báránycombból az ismert módon eltávolítjuk a csontokat. Hurokkötözéssel rögzítjük, illetve formázzuk. A leveshúshoz hasonlóan puhára főzzük, majd lapátkanállal kiemeljük a főzőléből.

A húsról a zsineget eltávolítjuk, és a húst gyengén lepréselve jól lehűtjük.

Az érmékhez hasonlóan három 4-6 dkg-os szeletekbe vágjuk a húst adagonként. A szeleteket sózzuk, majd lisztbe, felvert tojásba és zsemlemorzsaába mártjuk.

Jóízű gombás rizst készítünk.

Hagmás zsíron lepirítjuk az apró kockákra vágott bárányvesét. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Hozzáadjuk az előkészített, apró kockákra vágott paradicsomot. Jól lepirítjuk, majd az elkészített gombás rizshez keverjük.

A bárányszeleteket bő olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd csepegtetőrácsra szedjük.

A pirított bárányvesével és paradicsommal összekevert gombás rizsből alapzatot készítünk az előmelegített tálalótálon. Erre helyezük a frissen készre süttött bárányszeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Az egészet körberakjuk franciás zöldborsóval, illetve zöldbabbal. Külön cikóriasalátát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A frissensütéssel készíthető *ürügerincszeleteket (mouton shops)* és *ürübordákat (côtelettes de mouton)* a frissensütéssel készíthető bélszínételekhez hasonlóan a vendég kívánságának megfelelően:

egész angolosra: véresre (saignant),
félangolosra (à point),
jól kisütve (bien cuit)

készíthetjük.

ÜRÜGERINCSZELET (Mouton shops grillées)

Száraz pác
Roston sütés
Hasáburgonya

Ajánlott anyaghányad

Ürügerinc	2,00 kg
Só	0,03 kg
Zsír	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg
Hasáburgonya	10 adag
Pecsenyéié	5 adag

A fiatal, hízott ürügerincből kb. 1,5 cm vastag szeletet vágunk (153. ábra). Először a húst késsel behasítjuk csontig, majd a csontot fűrészsel átvágjuk. Az ürügerincen kétoldalt látható részben zsíros, részben húsos részt fogvájóval összetűzzük a gerinccsontok alatt. Ezután száraz pácban érleljük.

Az érlelt ürügerincszeletek mindkét oldalát sózzuk, egy kevés törött borssal fűszerezzük. Az ürügerincszeleteket zsírba mártjuk, majd forró rostélyra helyezzük, és megsütjük. A fogvájót kihúzzuk a szeletből.

Forrón, előmelegített tála tálaljuk. Hasáburgonyával körítjük. Külön mártásoscsészében pecsenyelevet is adhatunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

ÜRÜBORDA UDVARHELYI MÓDRA (Côtelettes de mouton á la Udvarhely)

Bordák előkészítése
Roston sütés
Hasáburgonya

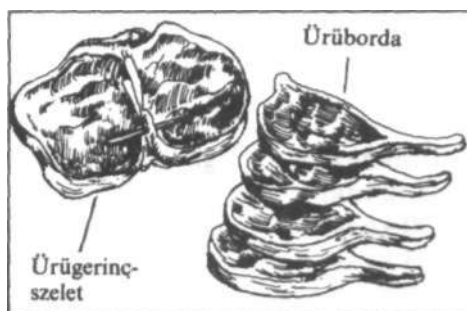
Ajánlott anyaghányad

Ürükaraj	1,60 kg	Paradicsom	0,40 kg
Só	0,03 kg	Törött bors	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,12 kg	Fokhagyma	0,01 kg
Zsír	0,08 kg	Zöldbab	0,50 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Hasáburgonya	10 adag

A paradicsomot leforrázzuk, meghámozzuk, majd magjait óvatosan kinyomkodjuk. Ezután 0,5 x 0,5 cm-es kockákra vágjuk.

A 2 cm-es darabokra vágott zöldbabot sós vízben puhára főzzük. Az előkészített, száraz pácban érlelt ürübordákat rostélyon megsütjük.

Közben apró kockákra vágott füstölt szalonnát serpenyőben kiolvasztunk. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, és aranyárgára pirítjuk. Ekkor



153. ábra. Ürügerincszelet és ürüborda

hozzáadjuk az előkészített, apró kockákra vágott paradicsomot, és jól lepirítjuk.

Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd kés lapjával összezúzott fokhagymát adunk hozzá. A forró zöldbabot leszűrjük, és összekeverjük a többi anyaggal.

A roston sült ürübordákat előmelegített tálalótálra helyezzük, és tetejére halmozzuk az udvarhelyi ragut. Hasáburgonyát adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

ÜRÜBORDA COLBERT MÓDRA (Côtelettes de mouton á la Colbert)

Bordák előkészítése

Roston sütés

Madeiramártás

Franciás csirág

Franciás vajbab

Franciás karotta

Franciás zöldborsó

Franciás kelbimbó

Ajánlott anyaghányad

Ürükaraj	1,60 kg	Madeiramártás	5 adag
Só	0,03 kg	Franciás csirág	2 adag
Zsír	0,08 kg	Franciás vajbab	2 adag
Tárkonylevél	0,01 kg	Franciás karotta	2 adag
Vaj	0,05 kg	Franciás zöldborsó	2 adag
		Franciás kelbimbó	2 adag

Az ürübordákat az ismert módon előkészítjük, majd rostélyon megsütjük.

Közben jóízű madeiramártáshoz finomra vágott tárkonylevelet és vaját adunk, majd jól összeforraljuk.

Csirágót, vajbabot, karottát, zöldborsót, kelbimbót készítünk franciásan.

A frissen sült ürübordákat előmelegített tálra helyezzük, és átvonjuk a forró tárkonyos madeiramártással. Ízlésesen körítjük a franciás főzelékekkel. Azonnal felszolgáljuk.

ÜRÜBORDA ROSTON ZÖLD KÖRETEKKEL (Côtelettes de mouton grillées á la vert-prée)

Bordák előkészítése

Roston sütés

Fűszeres vaj

Angolos zöldbab

Angolos zöldborsó

Angolos kelbimbó

Angolos paraj

Angolos brokkoli

Vajas pecsenyéié

Szalmaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Ürükaraj	1,60 kg	Angolos zöldbab	2 adag
Só	0,03 kg	Angolos zöldborsó	2 adag
Zsír	0,10 kg	Angolos kelbimbó	2 adag
Pecsenyéié	5 adag	Angolos paraj	2 adag
Vaj	0,05 kg	Angolos brokkoli	2 adag
Fűszeres vaj	0,20 kg	Szalmaburgonya	5 adag

Az ürübordákat az ismert módon előkészítjük, majd rostélyon megsütjük. Fűszeres vaját, zöld köretet, szalmaburgonyát készítünk. Pecsenyeléhez vaját adunk, és jól összeforraljuk.

Az ürübordákat a rostélyról előmelegített tálalótálra helyezzük. Minden ürübordára két karika fűszeres vaját helyezünk, majd ízlésesen körberakjuk a zöld köretet alkotó főzelékfélével. A tál két végére szalmaburgonyát halmozunk. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá a vajas pecsenyelevet. Azonnal felszolgáljuk.

KAUKÁZUSI SASLIK (Chachlic caucasien)

Hasáburgonya

Ürűcomb kicsontozása

Roston sütés

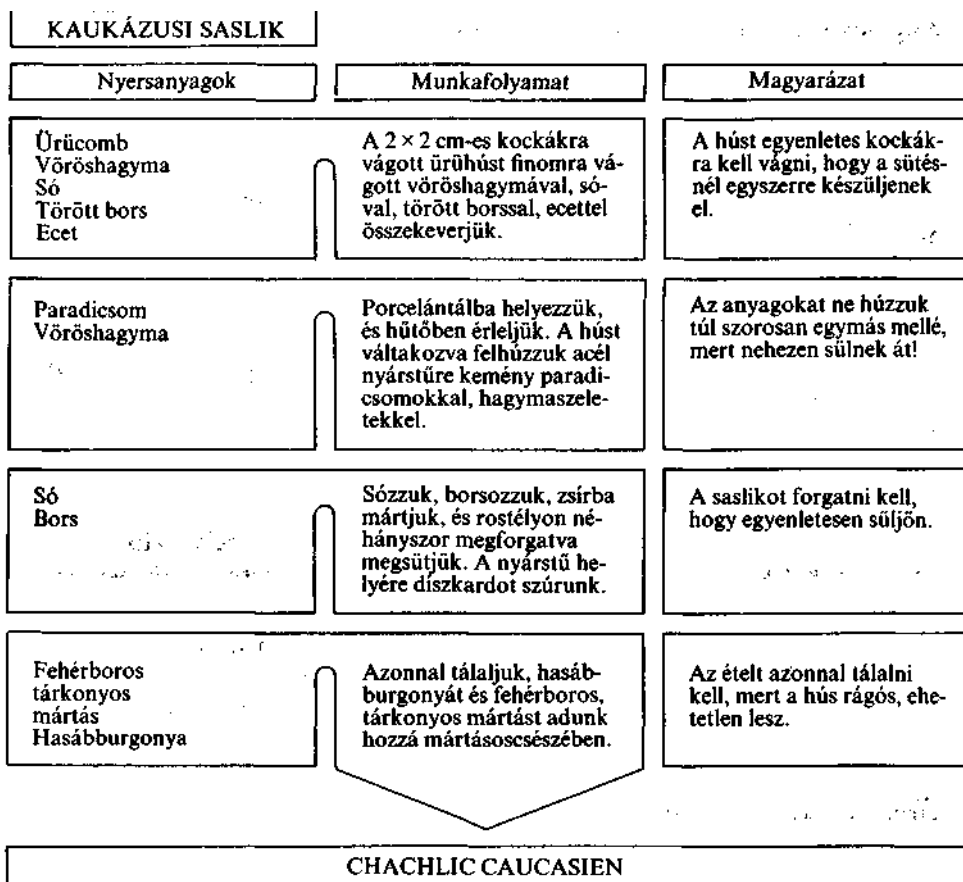
Ajánlott anyaghányad

Üröc comb kicsontozva	1,60 kg	Mártáshoz:	
Paradicsom	0,80 kg	Vaj	0,12 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Üröcson	1,00 kg
Törött bors	0,005 kg	Liszt	0,10 kg
Só	0,04 kg	Só	0,02 kg
Ecet(5%-os)	0,10 l	Fehérbor	0,10 l
Zsír	0,20 kg	Mustár	0,05 kg
Hasábburgonya	10 adag	Tárkonylevél	0,01 kg

A kicsontozott üröc combot részeire bontjuk, majd alaposan letisztítjuk a zsiradékot és az inakat.

Az üröhúst kb. 2 x 2 cm-es egyenletes kockákra daraboljuk. A húst porcelántálba helyezzük. Finomra vágott vöröshagymát, sót, törött borsot, ecetet adunk

75. folyamatábra



hozzá. Jól összekeverjük, majd hűtőbe helyezzük, és néhány óráig pácoljuk. Az ürücsontból tartalmas csontlevet készítünk, majd leszűrjük. A pácolás közben kis méretű, jó kemény paradicsomokat és a húsdarabok méretének megfelelő hagymaszeleteket készítünk elő. Acél nyárstűre húzzuk váltakozva a pácolt ürühúskockákat, paradicsomokat és hagymaszeleteket. Sózzuk, egy kevés törött borssal fűszerezzük. Zsírba mártjuk, majd a rostélyra helyezzük, és néhány-szor megforgatva megsütjük.

A nyárstűt kihúzzuk a saslikból, és helyére díszkardot szúrunk. Előmelegített táltra tálaljuk. Hasáburgonyát helyezünk mellé.

A kaukázusi saslikhoz a következő mártást adjuk:

Világos, vajos rántást az ürücsontból készült tartalmas csontlével felöntünk. Habverővel állandóan keverve jól kiforraljuk. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd egy kevés fehérbort adunk hozzá. Az elkészített mártásba mustárt és finomra vágott tárkonylevelet keverünk.

A mártást külön mártásoscsészében adjuk a saslikhoz. Azonnal felszolgáljuk.

3. Párolással készíthető bány- és ürühúsételek

BÁRÁNYPÖRKÖLT (Pörkölt d'agneau)

Pörköltalap

Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Bány-apróhús	1,80 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,02 kg	Lecsó	0,20 kg
Só	0,03 kg		

A bánypörköltet rendszerint azokból a húsrészekből készítjük, amelyek nem alkalmasak az egészben sütésre, frissensütésre.

Ilyen húsrészek:

- a lapocka,
- a nyak,
- a belsőségek,
- az apróhúsok.

A csontot tartalmazó húsrészeket a csontokkal együtt daraboljuk fel úgy, hogy lehetőleg csontszilánkok ne keletkezzenek. A csontokból kifövő ízanyagok

növelik a bányapörkölt élvezeti értékét. Az összevágott húst többször váltott vízben megmossuk, hogy csontszilánk ne kerüljön az ételbe.

A bányapörköltet a borjúpörkölthöz hasonlóan készítjük el, de még az összevágott belsőségeket is hozzáadjuk.

Melegen tartása és tálalása megegyezik a borjúpörkölnél ismertetett módszerrel. Külön galuskaköretet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYPAPRIKÁS (Paprikás d'agneau)

Bányapörkölt
Tejfölös habarás
Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Bány-apróhús	1,80 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,015 kg	Lecsó	0,20 kg
Só	0,03 kg	Tejföl	0,451
		Liszt	0,05 kg
		Galuskaköret	10 adag

A bányapaprikást a bányapörkölthöz hasonlóan készítjük, de kevesebb vöröshagymával és fűszerpaprikával. A majdnem puhára párolt bányapörköltet tejfölös habarással sűrítjük, és jól összeforraljuk. Szükség szerint egy kevés sóval utánizesítjük.

Melegen tartása vízfürdőben történik fedővel lefedve.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk. Külön galuskaköretet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

BÁRÁNYPILÁF (Pilaw d'agneau)

Csontíé készítése
Párolás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Bánylapocka csonttal	1,80 kg	Só	0,03 kg
Zsír	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Paradicsompüré	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Rizs	0,60 kg

Elsősorban bánylapockából készítjük, de a májat, szívet, tüdőt is hozzáadhatjuk.

A báránylapockát kicsontozzuk. A csontokból a tanult módon jó ízű csontlevet készítünk, majd leszűrjük.

Párolt rizst készítünk, amelyhez a báránycsontokból főzött csontlevet használjuk fel. Mialatt a rizs a sütőben párolódik, elkészítjük a húst és a belsőségeket. A húst a belsőségekkel együtt 1 x 1 cm-es kockákra vágjuk. Zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk aranyárgára, majd hozzáadjuk a húst. Sóval ízesítjük, törött borssal fűszerezzük. Fedővel lefedve lassan pároljuk. Mikor a hús félig puhára párolódott, ha van, hozzáadjuk a kockákra vágott belsőségeket, és együtt puhára pároljuk. A hús párolását úgy fejezzük be, hogy a zsírára pirítjuk. Ekkor paradicsompürét adunk hozzá, amellyel gyengén tovább pirítjuk, majd belerakjuk a kés lapjával összezúzott fokhagymát. Rövid ideig még pirítjuk, majd egy kevés visszahagyott csontlével felöntjük, és összeforraljuk. A forró zsírt és a forró húst megfelelő méretű lábosban összekeverjük. Szükség szerint sóval ízesítjük. Fedővel lefedjük és rövid időre (10-15 percre) sütőbe helyezzük.

A kész báránypiláfot kiemeljük a sütőből, és pecsenyevillával óvatosan fölkeverjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor könnyedén levescsészébe tömködjük a báránypiláfot, majd előmelegített tálalótátra borítjuk. Egy kevés pecsenyelével körülöntjük. Azonnal felszolgáljuk.

ÜRÜPILÁF (Pilaw de mouton)

Báránypiláf

Forrázás

Ajánlott anyaghányad

Báránylapocka csonttal	1,80 kg	Só	0,04 kg
Zsír	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Paradicsompüré	0,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Rizs	0,60 kg

Az ürüpiláfot a báránypiláfnál ismertetett módon készítjük el. Ha az ürünél azt tapasztaljuk, hogy szaga kellemetlen, akkor a kockákra vágott húst, valamint a csontot egyszer leforrázzuk, ezután jól lemossuk, leszárítjuk. Az így előkészített hús, valamint a csont már alkalmas ürüpiláf készítésére. Az ürüpiláf készítési ideje természetesen hosszabb, mint a báránypiláfé, mivel az ürü húsa rostosabb.

ÜRÜPÖRKÖLT (Pörkölt de mouton)

Forrázás

Pörköltalap

Tarhonyaköret

76. folyamatábra

ÜRÜPILÁF		
Nyersanyag	Munkafolyamat	Magyarázat
Báránycsont Zsír Só Rizs	A kicsontozott bárányla- pocka csontjaiból csontle- vet készítünk. A csontlével párolt rizst készítünk.	A csontlevet só nélkül ké- szítjük. Az ételt a későbbi- ek során még többször sózzuk, tehát itt szükségte- len.
Zsír Vöröshagyma Só Törött bors Bárányhús	A kockákra vágott húst hagymás zsíron lepirítjuk. Sót, törött borsot, esetleg a belsőségeket hozzáadjuk. Együtt puhára pároljuk.	A piritás és a párolás a pörköltéhez hasonló sza- kazossággal történjen.
Paradicsompüré Fokhagyma Só	Zsírjára piritjuk. A hozzá- adott paradicsompürével, fokhagymával tovább pi- rítjuk. Csontlével felönt- jük, felforraljuk, sózzuk.	A paradicsompüré piritá- sával kialakulnak az étel színanyagai.
	A rizst és a húst összeke- verjük, és sütőben – fedő- vel lefedve – kézsre párol- juk. Az ürüpiláfort levescsé- széből borítjuk a tálalótál- ra.	A sütőben párolt étel egy- séges ízű lesz.
PILAW DE MOUTON		

Ajánlott anyaghányad

Ürü-apróhús	1,80 kg	Zöldpaprika	0,25 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,02 kg	Lecsó	0,20 kg
Só	0,03 kg	Tarhonyaköret	10 adag

A kicsontozott, 2x2 cm-es kockákra vágott ürühúst (lapocka, nyak, szegy, esetleg apróhúsok, belsőségek) szükség szerint leforrázzuk, majd alaposan le-
mossuk, leszárítjuk.

A húst ezután a marhapörköltnél tanult módon előkészítjük.

Melegen tartása és tálalása mindenben megegyezik a marhapörköltnél tanul-
takkal. Az ürü-pörköltöz tarhonyaköretet adunk. Azonnal felszolgáljuk.

Az ürühúsból a bográcsgulyás ismeretében az alábbi gulyásféléket készíthetjük:

ürügulyás csipetkével (goulach de mouton),
alföldi ürügulyás (goulach de mouton á la mode d'Alföld),
szegedi ürügulyás (goulach de mouton á la Szeged),
kolozsvári ürügulyás (goulach de mouton á la Kolozsvár),
szerb ürügulyás (goulach de mouton á la serbe),
csángó ürügulyás (goulach de mouton á la Csángó).

ÜRÜRAGU (Navarin de mouton)

Csontié
Pirítás
Bátonokra vágás
Párolás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Ürü-apróhús	1,80 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,15 kg	Fokhagyma	0,005 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Sárgarépa	0,20 kg
Paradicsompüré	0,08 kg	Petrezselyemgyökér	0,15 kg
Liszt	0,06 kg	Zellergumó	0,10 kg
Fehérbor	0,20l	Füstölt szalonna	0,05 kg
Só	0,03 kg	Gomba	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg	Gyöngyhagyma	0,10 kg
Kakukkfű	0,005 kg	Zöldborsó	0,10 kg
Babérlevél	2 db	Párolt rizs	10 adag

Az ürühúst 2x2 cm-es kockákra vágjuk, szükség szerint leforrázzuk, majd alaposan lemossuk, leszárítjuk. A csontból csontlevet készítünk, majd leszűrjük. A húst egy kevés felhevített zsírban állandó keveréssel jól megpirítjuk. Ezután a húst lapátkanállal lábosba szedjük, és lefedjük.

A visszamaradt zsírban paradicsompürét rozsdabarnára pirítunk, majd hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, lisztet. Gyorsan lepirítjuk, és felöntjük csontlével, majd fehérborral. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, összemorzolt kakukkfűvel, babérlevéllel. Habverővel állandóan kavargatva kiforraljuk, majd kés lapjával összezúzott fokhagymát adunk hozzá. A párolólevet a húsról öntjük és fedővel lefedve lassan pároljuk.

Mialatt a hús párolódik, bátonokra vágott sárgarépat, petrezselyemgyökert, zellergumót vajon párolunk, egy kevés csontié hozzáöntésével. Apró kockákra vágott füstölt szalonnát serpenyőben kiolvasztunk. Hozzáadjuk a cikkekre

vágott gombát és gyöngyhagymát. Lassan pirítjuk. A zöldborsót sós vízben puhára főzzük, majd leszűrjük.

Az időközben puhára párolt húshoz hozzáadjuk a bátonokra vágott zöldségfélét, a szalonnával lepírtott gombát, gyöngyhagymát és zöldborsót. Lassan összeforraljuk, majd szükség szerint utánízesítjük sóval. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forró, előmelegített tálra tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá. Mind az ürüragu, mind a párolt rizs tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk. Azonnal felszolgáljuk.

PÁROLT ÜRÜCOMB (Gigot de mouton braisé)

Száraz pác
Elősütés
Ürücomb kicsontozása
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Ürücomb	1,40 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Zsír	0,15 kg	Babérlevél	1 db
Só	0,04 kg	Gomba	0,05 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Kristálycukor	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Liszt	0,12 kg
Zellergumó	0,10 kg	Paradicsompüré	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Vörösbor	0,20 l
Kakukkfű	0,005 kg	Burgonyaropogós	10 adag

Az ürücombból az ismert módon a csontot eltávolítjuk, majd száraz pácban érleljük. A pácolás után hurokkötéssel rögzítjük, illetve formázzuk. Ezután sózzuk, törött borssal fűszerezzük, majd egy kevés zsírban elősütjük. A húst lábosba helyezük. A visszamaradt zsírban jóízű barnamártást készítünk. A mártást a húsról öntjük, és puhára pároljuk.

A puhára párolt húst kiemeljük a mártásból, a kötőzsineret eltávolítjuk. A húst lábosba helyezük. Egy kevés csontlevet öntünk alá, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A mártást átszűrjük, a zsírt leszedjük a tetejéről, majd szükség szerint sóval utánízesítjük. Ha a mártás nem elég sűrű, beforraljuk. A mártást fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor az ürücombot a rostokra merőlegesen szeleteljük fel, majd az előmelegített tálalótálra helyezük a szeleteket. Átvonjuk a forró mártással. Külön frissen sült burgonyaropogóst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

A „párolt ürücomb” ismeretében készíthető még:

Párolt ürücomb gombával (Gigot de mouton braisé avec champignons).

ÜRÜCOMB FRANCIÁSAN (Gigot de mouton á la française)

Párolt ürücomb

Tűzdelés

Sonkás rizs

Ajánlott anyaghányad

Ürücomb	1,40 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Liszt	0,12 kg
Só	0,04 kg	Babérlevél	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Paradicsompüré	0,08 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Vörösbor	0,20 l
Zellergumó	0,10 kg	Kristálycukor	0,05 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Sonka	0,30 kg
Gomba	0,05 kg	Füstölt szalonna	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Metélőhagyma	1 csomó
		Sonkás rizs	10 adag

A combot kicsontozzuk, a párolt ürücombnál ismertetett módon pácoljuk. Ezt követően szalonnacsíkokkal és sonkacsíkokkal tűzdeljük meg az ürücombot, a továbbiakban a párolt ürücombnak megfelelően készítjük el. Ugyanúgy tartjuk melegen, és tálaljuk.

A mártással átvont ürühússzeleteket meghintjük finomra vágott metélőhagymával. Külön sonkás rizst adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

MŰSZAKA TÖRÖKÖSEN (Moussaka á la turque)

Báránypiláf

Forrázás

Ajánlott anyaghányad

Bárány-apróhús	1,20 kg	Paradicsompüré	0,15 kg
Zsír	0,20 kg	Törökparadicsom	0,40 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Liszt	0,05 kg
Fokhagyma	0,01 kg	Paradicsom	0,40 kg
Só	0,04 kg	Olaj	0,10 l
Törött bors	0,005 kg	Joghurt	0,40 l
Bazsalikom	0,005 kg	Tojás	4 db
Szurokfű	0,005 kg	Juhsajt	0,20 kg

Az ürühúst az ürüpiláfnál ismertetett módon puhára pároljuk, majd megdaráljuk. Ezután morzsolt bazsalikommal, szurokfűvel fűszerezzük.

A törökparadicsomot fakéssel gyorsan meghámozzuk, majd kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket sózzuk, lisztbe mártjuk, majd forró olajban mindkét oldalukat pirosra sütjük.

Kemény paradicsomokat szintén felszeletelünk 1 cm vastag szeletekre. Sózzuk, borsozzuk, lisztbe mártjuk, majd forró olajban pirosra sütjük.

Joghurtot egész tojással és egy kevés összetört juhsajttal összekeverünk.

Kivajazott tűzálló tál aljára rakjuk a törökparadicsom-szeleteket. Elosztjuk rajta a megdarált ürühúst. Beborítjuk a paradicsomszeletekkel, majd ráöntjük a joghurtos keveréket.

Forró sütőbe helyezzük, pirosra, ropogósra sütjük. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor lapátkanállal emeljük az előmelegített tálalótálra. Azonnal felszolgáljuk.

4. Főzéssel készíthető bárány- és ürühúsételek

TÁRKONYOS BÁRÁNY (Fricassée d'agneau á l'estragon)

Forrázás

Főzés

Fűszerzacskó

Világos rántás

Legírozás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Bárány-apróhús	1,40 kg	Tárkonylevél	0,005 kg
Egész bors	0,005 kg	Tárkonyecet	0,01 l
Vöröshagyma	0,10 kg	Citrom	1 db
Vaj	0,10 kg	Tejszín	0,20 l
Liszt	0,10 kg	Tojássárga	2 db
Tejföl	0,40 l	Párolt rizs	10 adag

A tárkonyos bárányhoz elsősorban a szegyet, a nyakrészt, a lapockát, az apróhúsokat, valamint ha van, a belsőségeket (nyelv, máj, tüdő, szív, lép, vese) használjuk fel. A csontos részeket kicsontozzuk. A húsokat és a belsőségeket kb. 2 x 2 cm-es kockákra vágjuk. A húsokat és a csontot szükség szerint leforrázzuk, jól lemoszuk, leöblítjük. Ezután a csontokból tartalmas csontlevet főzünk, majd leszűrjük.

A csontlében tesszük fel a kockákra vágott húst főni. Sóval ízesítjük, hozzá-

adjuk az egész borsot és vöröshagymát tartalmazó fűszerzacskót, és lassan főzzük. A főzőlé felszínén keletkezett habot szűrőkanállal lemerjük. A félig puhára főzött húshoz hozzáadjuk a kockákra vágott belsőségeket, és együtt puhára főzzük. Ezután a fűszerzacskót kiemeljük.

Világos rántást készítünk vajjal. Hideg vízzel felöntjük, habverővel simára, csomómentesre keverjük. Szitán átszűrve, állandóan keverve a forrásban lévő ételhez adjuk.

Az ételt lassan forraljuk. ízesítjük sóval, egy kevés citromlével, tárkonyecettel, majd hozzáadjuk a finomra vágott tárkonylevelet. Végül tejfölt adunk hozzá. A jó tárkonyos bárány íze kellemesen savanykás, állománya megfelel a becsináltak sűrűségének. Az elkészített tárkonyos bárányt tejszínnel és tojássárgával legírozunk, majd fedővel lefedjük. Vízfürdőbe helyezve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálba merjük. Ügyelünk arra, hogy mind a húsokból, mind a belsőségekből - ha ezt is belefőztük - arányosan tálaljunk minden adagba. Külön párolt rizst adunk hozzá.

A tárkonyos bárány erdélyi eredetű étel, amelyhez eredetileg a megtisztított bárányfejet is hozzáadják, és együtt főzik puhára a húsokkal és belsőségekkel.

Ha a fejet is belefőztük a tárkonyos bárányba, akkor azt csak külön kívánságra tálaljuk. A bárányfejből kivágjuk a nyelvet, majd felszeleteljük, és az előmelegített tálra helyezzük. A fejet pontosan középen kettévágjuk, ügyelve arra, hogy a velő ne sérüljön meg, és szintén az előmelegített tálra helyezzük. Mind a nyelvet, mind a fejet átvonjuk a tárkonyos bárány mártásával. A fejhez, illetve velőhöz citromcikkeket adunk. A tárkonyos bárányfejet szintén párolt rizzsel tálaljuk.

Azonnal felszolgáljuk.

IRLANDI ÜRÜGULYÁS (Irish stew)

Forrázás

Főzés

Hasábokra (bátonokra) vágás

Fűszerzacskó

Ajánlott anyaghányad

Ürülapocka csont nélkül	1,80 kg	Egész bors	0,005 kg
Só	0,04 kg	Babérlevél	0,005 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Sárgarépa	0,35 kg	Burgonya (kifli-	
Petrezselyemgyökér	0,35 kg	burgonya)	1,20 kg
Zellergumó	0,25 kg	Kelkáposzta	1,20 kg
Fokhagyma	0,01 kg		

77. folyamatábra

IRLANDI ÜRÜGULYÁS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Ürülapocka	A leforrázott húst lemosuk, kockákra vágjuk, és hideg vízben tesszük fel főni. A keletkezett habot lemerjük.	A húst esetleges kellemetlen illata miatt kell leforrázni, lemosni.
Kelkáposzta Burgonya	Hozzáadjuk a bátonokra vágott zöldségeket és a fűszerzacskót. Lassan főzzük, sózzuk.	A leves jellegzetes ízei csak a lassú főzés eredményeképpen alakulnak ki.
Zöldségek Babérlevél Kakukkfű	Mikor minden félig puhára főtt, hozzáadjuk a cikkekre vágott kelkáposztát és burgonyát.	A kelkáposztát és a burgonyát egyenletesre vágjuk, hogy egyszerre puhuljanak meg.
Só	Az egészet nagyon lassan főzzük. Kóstoljuk, szükség szerint sóval ízesítjük. A leves akkor készült el, ha a hús, a zöldségfélék és a burgonya teljesen megpuhult. Ekkor kiemeljük a fűszerzacskót is.	A jól készített és időzített levesben minden egyszerre puhul meg.
	A levest forrón tálaljuk. Ügyeljünk arra, hogy minden adagba egyformán kerüljön hús és zöldség.	A levest forrón tálaljuk. Ellenkező esetben étvágyrontó, nehezen emészthető.
IRISH STEW		

A kicsontozott ürülapockáról lefejtjük a zsiradékot, az inakat és a hártját. Az ürühúst 2x2 cm-es kockákra vágjuk. A húst leforrázzuk, alaposan megmosuk, leszárítjuk. A húst bő hideg vízben tesszük fel főni. Sóval ízesítjük, lassan főzzük. A folyadék felszínén keletkező habot szűrőkanállal lemerjük.

Hozzáadjuk a bátonokra vágott sárgarépat, a petrezselyemgyökeret, a zeller gumót, valamint a vöröshagymát, az egész borsot, a fokhagymát, a kevés babérlevelet és a kakukkfűvet tartalmazó fűszerzacskót. A levest nagyon lassan főzzük.

Amikor a hús és a bátonokra vágott zöldség félig puhára főtt, hozzáadjuk a megtisztított, cikkekre vágott kelkáposztát és a kifliburgonyát.

A kifliburgonya magas fehérjetartalma következtében nem fő szét, keményítőtartalma kevésbé fő ki, tehát a leves nem lesz zavaros.

Mivel ma egyre ritkábban jutunk kifliburgonyához, jól pótolhatjuk a Désirée burgonyafajtával is. Ezt a burgonyát kifli alakúra faragjuk. A kelkáposzta egyes időszakokban laza szerkezetű, könnyen szétfő. Így a leves zavaros, jellegtelen, étvágyrontó lesz. Ennek megelőzésére a kelkáposztát a fejes salátához hasonlóan alaposan megtisztítjuk, megmossuk, majd tisztára mosott tüllruhába kötjük jó szorosan, és így adjuk a leveshez. Az elkészített levesből kiemeljük a kelkáposztát, és a levét visszacsorgatjuk a levesbe. Tálaláskor minden adag levesbe helyezünk egy-egy cikk kihalásított kelkáposztát.

A leves készítésénél fontos, hogy a főzést lassan, egyenletesen végezzük. Csak így alakulnak ki a levesre jellemző íz-, illat- és színanyagok. A jó leves kristálytiszta, átlátszó. Színe átmenet az aranysárgából a halványzöldbe, amelyet első sorban a sárgarépa és a kelkáposzta színanyagai adnak. A leves felszínén néhány zsírcsepp látható.

A leves akkor készült el, ha a hús, a bátonokra vágott zöldségfélék, a cikkekre vágott kelkáposzta és a burgonya puhára főtt.

A levest újból megkóstoljuk, szükség szerint sóval utánízésítjük. Kevergetni nem szabad, mert zavaros, törmelékes lesz! A fűszerzacskót kiemeljük a levesből.

Az irlandi ürügulyást vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A forró irlandi ürügulyást előmelegített levestálba merjük. Gondosan ügyelünk arra, hogy minden adagba arányosan tálaljunk a húsból és a többi alkotóelemből. Tetejére finomra vágott petrezselyemzöldet hintünk.

24. táblázat

Bárány- és ürühúsból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Egészben sütéssel és párolással készíthető bárány- és ürühúsételek	Frissensütéssel készíthető bárány- és ürühúsételek	Párolással készíthető bárány- és ürühúsételek	Főzéssel készíthető bárány- és ürühúsételek
--	--	---	---

Kérdések:

- 1. Miért van jelentősége a bárányhúsnak a diétás és kímélő étkezésben?*
- 2. Miért értékes táplálkozás-élettanilag a bárány- és az ürühús?*
- 3. Milyen körülmények befolyásolják a bárány- és az ürühús minőségét?*
- 4. Milyen eljárással tompítható a bárány- és az ürühús kellemetlen szaga?*

5. *Milyen hőbeadási eljárásokkal készíthetjük el a bárány- és az ürühús egyes részeit?*
6. *Hogyan készítjük az egyben sült bárányt?*
7. *Hogyan készítjük a fokhagymás báránysültet?*
8. *Hogyan készítjük az angolos ürügerincet és az angolos ürücombót?*
9. *Milyen frissensülteket készíthetünk a bárányhúsból és az ürühúsból?*
10. *Hogyan készítjük a bárányérméket rántva?*
11. *Hogyan készítjük a bárány epigrammákat?*
12. *Hogyan készítjük az ürübordát udvarhelyi módra?*
13. *Hogyan készítjük a kaukázusi saslikot?*
14. *Hogyan készítjük az ürüpiláfot?*
15. *Milyen változatait ismerjük az ürühúsból készített gulyásnak?*
16. *Hogyan készítjük a párolt ürücombót?*
17. *Hogyan készítjük a műszakát törökösen?*
18. *Hogyan készítjük a tárkonyos bárányt?*
19. *Hogyan készítjük az irlandi ürügulyást?*

Gyakorlati jó tanácsok :

1. Az egészben sütéssel és frissensütéssel készíthető ürühúsokat a felhasználás előtt száraz pácban érleljük!
2. Az egészben sütéssel készíthető ürühúsokat pácolás után zsineggel rögzítjük, illetve formázzuk, majd elősütjük!
3. A frissensütéssel készíthető ürühúsételeket a bélszínnél tanult módon háromféle fokozatban süthetjük meg!
4. Többnyire félangolosra (á point) sütjük meg az ürühúst. Ez rózsaszín vágási felületet biztosít a húsnak!
5. Az egészben sütéssel készített bárány- és ürühúsokat sütés közben gyakran forgassuk, hogy minden oldaluk egyformán süljön és a hús ne száradjon ki!
A húskokba pecsenyevillával ne szúrjunk, mert kifolynak értékes húsnedveik!
6. A frissensütést mindig magas hőmérsékleten, forró zsírban végezzük!
7. A frissensülteket az elkészítés után azonnal tálaljuk, illetve szolgáljuk fel!
8. A párolást mindig fedővel lefedve, közepes hőmérsékleten végezzük, hogy kialakuljanak a húsról jellemző íz-, illat- és színanyagok!
9. A bárány- és ürühúst, illetve a csontokat szükség szerint leforrázzuk, ha azt tapasztaljuk, hogy szaga szokatlan, kellemetlen!
10. A forrázás után fontos az alapos, többszöri leöblítés!
11. Az irlandi ürügulyást lassan, egyenletesen főzzük, hogy a leves ne legyen zavaros!

XV. Vadakból készíthető ételek

A vadakból készíthető ételek fogyasztásának hazánkban jelentős hagyományai vannak. Az idők során kialakult a magyaros vad- és vadszárnyas ételek széles választéka, finomultak a készítési módok és az ízesítési eljárások.

1. A vadak hújának jellemzése

A vadak húsa zsírban szegény, sok kötőszövetet tartalmazó hús. Tejsavtartalmuk magas, ezért a hús általában kemény. A vadhúsok minőségét az állat:

kora,
neme,
tápláltsága,
elejtésének és kivérzésének körülményei,
érlelése,
pácolása határozzák meg.

A vadak hújának színe általában sötét a jelentős mennyiségű festékanyagtól. Fehérjetartalmuk jelentős, 20-26% is lehet.

A vadak húját az előzőek ismeretében a felhasználás előtt érlelni, majd pácolni kell, hogy a húrostok felpuhuljanak.

A vadak húját a többi állatéhoz hasonlóan mélyhűtve is tárolhatjuk.

A mélyhűtés következtében a vadhús rostjai részben felpuhulnak, amit figyelembe kell venni az érlelésnél és a pácolásnál.

2. A vadak csoportosítása

a) Nagyvadak

A nagyvadak elsődleges előkészítése

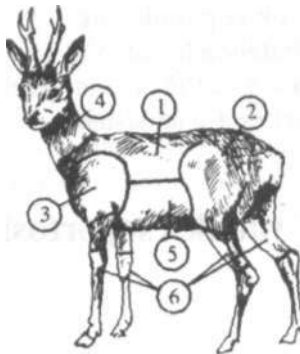


154. ábra. A szarvas részei: 1. Gerinc 2. Comb 3. Lapocka 4. Nyak 5. Szegy 6. Csülök

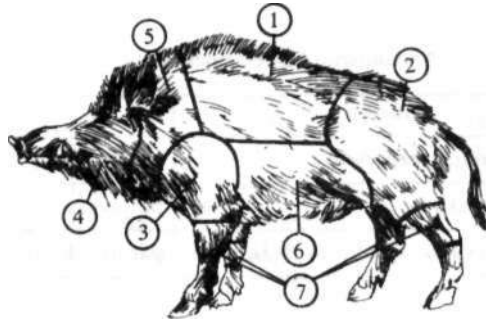
A nagyvadakat közvetlenül az elejtés - vadászat - után kizsigerelik, azaz a belső részeit eltávolítják. A beérkezés után 6-7 napig horogra akasztva érlelik bőrükben hűvös, szellős helyen.

A *szarvast* és az *őzet* ezután nyúzzák. A hátsó lábaiknál fogva húshorogra függesztik. A szegycsontot nyakig felhasítják. A lábszár belső részénél felülről lefelé felhasítják a bőrt, majd folyamatosan lefelé, illetve körbe haladva - a bőrt és a húst elválasztó hártya mentén - lefejtik a bőrt.

Az *őz*: osztályozása, húsrészei és azok javasolt felhasználása megegyezik a szarvaséval, azonban a húsrészek arányosan kisebbek, és kevésbé rostosak.



155. ábra. Az őz részei: 1. Gerinc 2. Comb 3. Lapocka 4. Nyak 5. Szegy 6. Csülök



156. ábra. A vaddisznó részei: 1. Karaj 2. Comb 3. Lapocka 4. Fej 5. Nyak 6. Szegy 7. Csülök

A szarvas (154. ábra), illetve az őz (155. ábra) bontása, csontozása ezután megfelel a borjú bontásának, csontozásának, de tekintettel az őz kisebb méreteire a combot szükségtelen részekre bontani, míg ezt a szarvasnál megtehetjük.

A szarvas és az őz húsrészeit ezután óvatosan lehártyázzuk, majd eltávolítjuk a felesleges nyesedéket, azaz formázzuk.

A vaddisznót (156. ábra) 6-7 napi érlelést követően sem nyúzzák meg. Előkészítését a bőrével együtt végzik. A vaddisznót perzselik - azaz sörtéjét leégetik -, majd utána alaposan lekaparják, letisztítják. Végül megmossák és jól leszárítják.

A vaddisznót ezután a sertésnél ismertetett módon csontozzák ki úgy, hogy az egyes húsrészek felületén a bőr, illetve a zsírréteg megmaradjon. Ez utóbbiakra azért van szükség, mert a vadak húsa elég száraz, rostos, tehát a húsfelületén maradó zsír és bőrréteg növeli a hús élvezhetőségét, elősegíti a rostok felpuhulását. A nagyvadak húsát ezután a megfelelő pácolással tovább puhítják.

SZÁRAZ PAC

Az egészben sütéssel és frissensütéssel készíthető vadhúsok előkészítésénél alkalmazzuk. A száraz pác elkészítése és alkalmazása mindenben megfelel a bélszínnél és hátszínnél tanultakkal. Változatosságot jelent a fűszerek sokfélesége, amelyet a száraz páchoz használhatunk fel.

25. táblázat

A szarvas húsrészeinek osztályozása

Osztály	Húsrész	Javasolt felhasználás
I.	gerinc, karaj	egészben sütve, frissen sütve
II.	comb, lapocka	párolva, főzve
III.	nyak, szegy, apróhúsok, belsek, csülök	főzve, párolva, frissen sütve

A vaddisznó húsrészeinek osztályozása

Osztály	Hús rész	Javasolt felhasználás
I.	gerinc, karaj, szűzpecsenye	egészben sültve, frissen sültve
II.	comb, lapocka	párolva, főzve
III.	fej, nyak, csülök, apróhúsok, belsőségek	párolva, főzve, frissen sültve

FŰSZERKEVERÉK - EGÉSZBEN SÜLT VADHÚSÉTELHEZ

Ajánlott anyaghányad

Törött bors	0,005 kg	Kakukkfű	0,003 kg
Majoránna	0,005 kg	Turbolya	0,003 kg
Fenyőmag	0,005 kg		

Az őrölt és összemorzolt fűszereket összekeverjük, majd átszitáljuk. Jól zárható edényben tároljuk felhasználásig.

FŰSZERKEVERÉK - FRISSEN SÜLT VADHÚSÉTELEKHEZ

*Ajánlott anyaghányad***20 adaghoz**

Törött bors	0,005 kg	Majoránna	0,002 kg
Bazsalikom	0,004 kg	Turbolya	0,001 kg
Kakukkfű	0,003 kg		

Az előzőekben ismertetett módon állítjuk össze a fűszerkeveréket. A fűszerkeverékkel alaposan bedörzsöljük a lehártyázott, száraz pácoláshoz előkészített húsrészt. Ezután olajjal telt edénybe helyezzük, vagy olajjal alaposan bekenjük, és olajozott zsírpapírba csomagolva hűtőszekrényben érleljük.

Az érett hús porhanyós, omlós, ujjal könnyen benyomható.

NEDVES PÁC

A párolással és főzéssel készíthető vadhúsok előkészítésénél alkalmazzuk.

A nedves pác jellemzője, hogy tartalmaz:

- zöldségfélét,
- fűszereket és
- folyadékot.

NEDVES PAC

Ajánlott anyaghányad

Sárgarépa	0,10 kg	Fenyőmag	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Egész bors	0,005 kg
Zellergumó	0,05 kg	Babérlevél	2 db
Vöröshagyma	0,10 kg	Borecet (5%-os)	0,10 l
Fokhagyma	0,011 kg	Bor	0,20 l
Koriandermag	0,005 kg		

A karikára vágott zöldségféléket, vöröshagymát és a többi anyagot a borral és az ecettel, valamint 2,6 liter vízzel főlforraljuk, majd lehűtjük. A lehártyázott húsdarabokat behelyezzük, és hűtőszekrénybe rakjuk. A húsdarabokat 3-4 napig pácoljuk a páclében. Közben a húsdarabokat forgatjuk. Erre azért van szükség, hogy a hús ne fülledjen be.

A bort az ételjellegének megfelelően kell megválasztani, így vadasan készített nyúlcombhoz fehérbort, párolt szarvascombhoz vörösbort kell felhasználni. Az alappácléhez további ízesítőket is adhatunk; így a vadas nyúlcombhoz néhány citromszeletet, míg párolt szarvascombhoz néhány narancsszeletet kell adni.

b) Apróvadak

A vadnyúl előkészítése

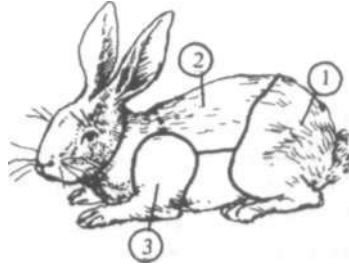
A vadnyulat (157. ábra) elejtés után 3-4 napig bőrében kiakasztva érleljük, *zsigereit eltávolítjuk*. Ezután *bőrét lehúzzuk*, majd *feldaraboljuk*.

Először levágjuk a két lapockáját, majd a combokat a forgócsontnál átvágva, a gerinc végénél. Ezután oldalára fektetjük és a gerincről levágjuk a mellrészt, így megkapjuk a gerincet és a mellrészt. A húsrészeket gondosan lehártyázzuk, a söréteket eltávolítjuk, és a húst a felhasználásnak megfelelően - a nagyvadaknál ismertetett módszer alapján - száraz vagy nedves pácban érleljük.

27. táblázat

A vadnyúl húsrészeinek osztályozása

Osztály	Húsrész	Javasolt felhasználás
I.	gerinc	egészben vagy frissen sülve, párolva
II.	comb	egészben vagy frissen sülve, párolva
III.	lapocka, mell, nyak, belsőségek	párolva, főzve, frissen sülve



157. ábra. A vadnyúl részei: 1. Comb 2. Gerinc 3. Lapocka

A száraz, illetve nedves pácban érlelt húsokat miután a pácból kiemeljük, lecsurgatjuk az olajtól, illetve a páciétól, majd alaposan letöröljük, leszárítjuk.

A vadszárnyasok előkészítése

A következő apróvadakat vadszárnyasoknak nevezzük:

- szalonka*: egészben sütve, belsősegeivel együtt készíthetjük;
- fenyvesmadár*: egészben sütve, belsősegeivel együtt készítjük;
- fogoly*: egészben sütve, párolva;
- fűj*: egészben sütve, párolva;
- fácán*: egészben sütve;
- vadkacsa*: egészben sütve, párolva;
- vadliba*: egészben sütve, párolva.

A vadszárnyasokat elejtés után tollazatukban hagyva érleljük, miután belső részeit eltávolítottuk.

Az érlelés

- szalonka,
- fenyvesmadár,
- fogoly,
- fűj

esetében 2-3 napig hűvös, szellős helyen történik. Ezután a hús érettségét ellenőrizzük. A szárnyasok végbelétől kihúzzuk a legnagyobb ún. faroktollakat. Ha ez könnyen elvégezhető, akkor a hús felpuhult, felhasználható. Ha nem, az érlelést tovább folytatjuk.

Az érlelés

- fácán,
- vadkacsa,
- vadliba

esetében 3-4 napig hűvös, szellős helyen történik, majd a hús érettségét ellenőrizzük.

A *vadszárnyasokat* az érlelés után *szárazon megtisztítjuk tollazatúktól*, tehát kopasztjuk. Ezt a műveletet óvatosan végezzük, hogy a bőrt ne szakítsuk be. A fenyvesmadár és a szalonka további előkészítését az adott ételnél ismertetjük.

A tollazatúktól megtisztított vadkacsát, vadlibát ellenőrizni kell. Gyakran előfordul, mivel gyakran hallal táplálkoznak, hogy erős halszaguk van. Ebben az esetben próbálkozzunk a szárnyasok áztatásával. Ha ez sem eredményes, akkor bőrt óvatosan lefejtjük, az alatta levő zsírréteggel együtt, mivel ez tartalmazza a kellemetlen halszagot.

A nagyvadak és apróvadak másodlagos előkészítése

A vadak húsa az alkalmazott *érlelés* - kiakasztás bőrtben, tollazatútkban -, *pácolás* - száraz pác, nedves pác - következtében felpuhul. Ezek a műveletek azonban önmagukban nem elegendők, mert a vadak húsa száraz, zsírban rendkívül szegény. Ezért további konyhatechnológiai eljárásokat kell alkalmazni.

A vadak húsanak *zsírszegénységét* kétféle módon pótolhatjuk:

- *Tűzdeléssel*: mikor az előre elkészített füstöltszalonna-csíkokat tűzdelőtű segítségével a húrostok közé juttatjuk, a húrostokkal párhuzamosan. A tűzdelést gondosan végezzük úgy, hogy a szalonnacsíkok egymástól egyenlő távolságra legyenek, végeik pontosan egyvonalban lógjanak ki a húsból kb. 1 cm hosszúságban.
- *Szalonnalapokkal burkolás*: a másik módszer, amelyet *bardirozásnak* is neveznek.

Ezt elsősorban az apróvadaknál, a vadszárnyasoknál alkalmazzuk.

A jól lehűtött, merev füstölt szalonnából vékony, kb. 3-4 mm vastag, nagy felületű lapokat vágunk. A füstöltszalonna-lapokba csavarjuk a vadszárnyasokat, majd zsineggel formázzuk. Sütés - hőbehatási eljárás - alkalmával a felhasznált szalonna részben kiolvad, lazítja a vadhús rostozatát, növeli az étel élvezeti értékét.

A vadak elejtése, a vadászat valamikor nagyon hangulatosan fejeződött be, amelyről a „vadászjog” mint szokás a XX. század első harmadáig fennmaradt.

A vadászat befejezésével a vadászok, a hajtók és a vadászkutyák, a vadászkürtök hangja felverte a vadászlak, az erdő csöndjét. A vadászat végén tapasztalható zsvaj, hangoskodás egyenes arányban volt az elejtett vadak mennyiségével, a vadászok sikerével.

Ekkor már minden készen állt ahhoz, hogy a „vadászbjog” mihamarabb az asztalra kerüljön jóféle forraltbjor kíséretében.

A vadászbjaton elejtett nyulakat óvatosan kibjontották, majd a belsőségeket kiemelték. A szívet, tüdjöt, nyelvet az epétől megtisztított májbat és természetesen a fejvelőt óvatosan leszárították, majd igen apróra vágták. Zsírban bőséges mennyiségű finomra vágott vöröshagymát pirítottak, majd hozzáadták az összeaprított belsőségeket.

Rövid ideig pirították és lehúzták a tűzhelyről. Ekkor felvert tojásokat és sokféle fűszert adtak hozzá: például törött borsot, szurokfűvet, bazsalikomot, kakukkfűvet, borókabogyót, koriandert, továbbá összezúzott fokhagymát.

Az edénnyel együtt került a „vadászbjog” az asztalra, sok-sok pirított kenyér szelet és só kíséretében.

Mindenki maga kente és szóta a kenyérét, amelyhez bőven fogyasztottak a jó fűszeres forralt borból. A „vadászbjog” fogyasztása során elevenítették fel a vadászbjat élményeit, és avatták vadásszá azokat az ifjakat, akik első alkalommal vadásztak, és sikerrel ejtettek el vadat.

A „vadászbjog” kifinomultabb formában megmaradt a vadszárnyasok éttermi elkészítésében. Ezt a hagyományt a szalonka és fenyvesmadár belsőségeiből készíthető „szalmi” őrzi, amelyet majd a későbbiek során ismerünk meg.

3. Egészben sütéssel készíthető vadhúsételek

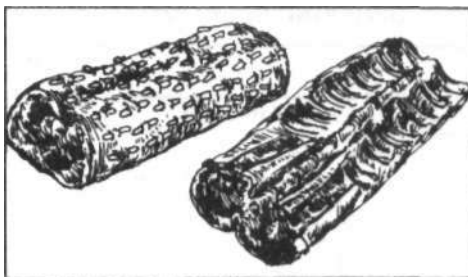
a) Nagyvadakból egészben sütéssel készíthető ételek

ŐZGERINC ANGOLOSAN (Selle de chevreuil á l'anglaise)

Érlelés bőrében
Száráz pác
Tűzdelés
Elősbütés
Zárt hőben sütés
Pecsenyéié készítése
Karotta franciásan
Párolt rizs
Mogyoróburgonya

Ajánlott anyaghányad

Őzgerinc	2,00 kg	Zsír	0,20 kg
Füstölt szalonka	0,30 kg	Paradicsompüré	0,03 kg

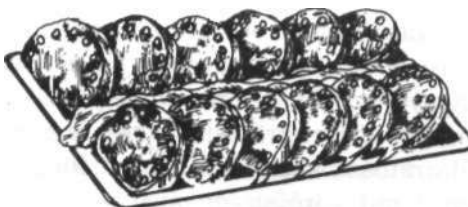


158. ábra. Tűzdelt és sütéshez előkészített őzgerinc

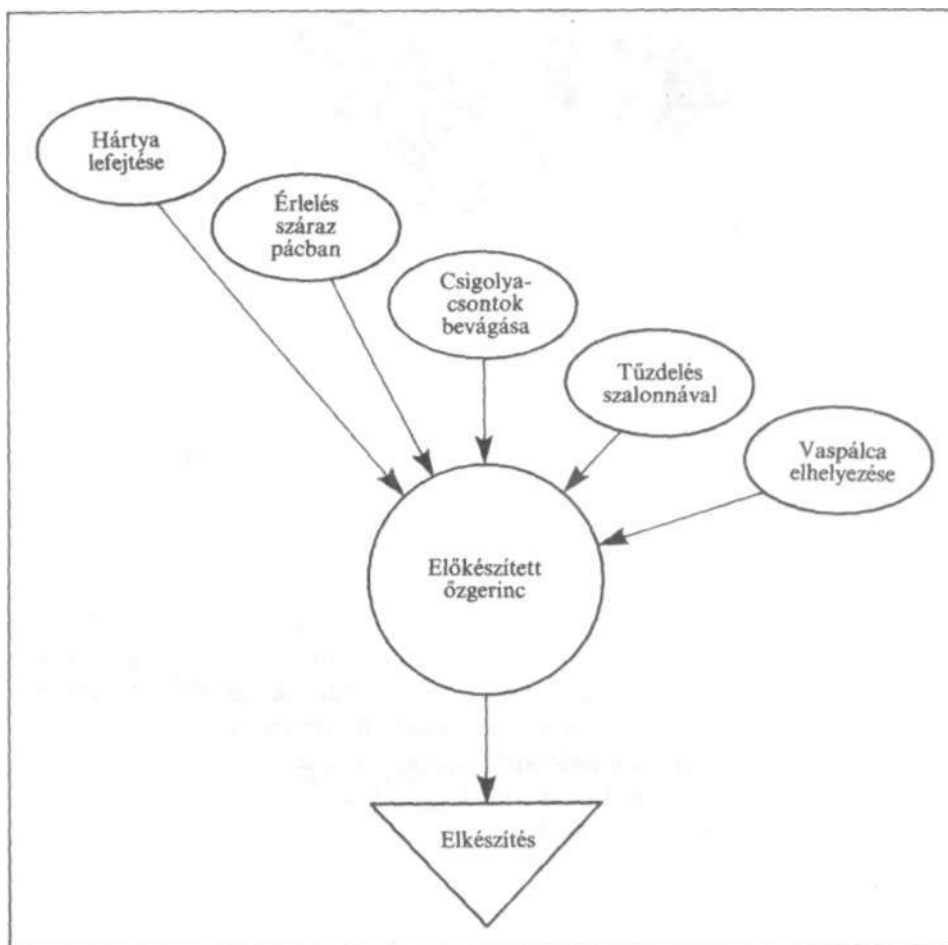
Só	0,04 kg	Mogyoróburgonya	3 adag
Liszt	0,08 kg	Karotta franciásan	4 adag
Törött bors	0,005 kg	Párolt rizs	4 adag
Koriander	0,005 kg	Gomba	0,40 kg

Fiatalabb őz gerincét választjuk ki ehhez az ételhez. A bordacsontokat a gerinc két oldalán egyenlő nagyságúra vágjuk. Lefejtjük a húst borító hártát, majd a gyenge száraz pácban érleljük. Utána kiemeljük a száraz pácból, majd leitatjuk a felesleges olajat. A húsos oldalára fordítjuk, és a csigolyacsontokat hegyes, éles késsel átvágjuk. A gerincet visszafordítjuk, és füstöltszalonnacsíkokkal megtűzdeldjük. Ezután a gerincsatornába tiszta vaspálcát helyezünk (158. ábra). Mind a gerincizületek átvágására, mind a vaspálca elhelyezésére azért van szükség, hogy a gerinc ne változtassa meg a formáját sütés közben. Az előkészített gerincet megsózzuk, törött borssal, őrölt koriánderrel bedörzsöljük. A gerincet forró zsírban elősütjük, majd forró sütőbe helyezzük, és gyakori locsolgatással - kb. 20-30 perc alatt - készre sütjük az angolos bélszínhez hasonlóan. A sütés mértékét folyamatosan ellenőrizzük, hogy a hús belül rózsaszín maradjon.

Amikor elkészült, kiemeljük a sütőből, és tálalásig langyos - nem forró -



159. ábra. Őzgerinc angolosan tálalva



helyen, lefedve tartjuk. Zsírájának egy részéből pecsenyelevet készítünk. A besózott gombafejeket rostoson megsütjük.

Az őzgerincről tálaláskor a gerincscsont két oldalán levő húst óvatosan lefejtjük. A csontot megfordítjuk és alsó oldaláról is lefejtjük a szűzpecsenyét. A lefejtett húst kb. 3-4 mm vastagságú szeletekre - kissé rézsútosan - felszeleteljük, majd a csontra visszahelyezzük. A szeleteket kissé megdöntjük úgy, hogy a hús rózsaszínű vágási felülete és a tűzdelés jól érvényesüljön (159. ábra). A felszeletelt szűzpecsenyét szintén a gerincen helyezzük el a gerincscsont fölé, kissé széthúzva. A gerincre helyezett hússzeleteket a pecsenyészírs egy részével átfényezzük, majd változatosan körítjük a rostos sült gombafejekkel, franciás karottával, párolt rizsszel, mogyoróburgonyával.

Külön mártásoscsészében saját pecsenyelevét adjuk hozzá.

78. folyamatábra

ŐZGERINC ANGOLOSAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Őzgerinc Füstölt szalonna	Az előkészített gerincet száraz pácban érleljük, majd átvágjuk a csigolyacsontokat. Ezután füstölt-szalonna-csíkokkal megtűzdeljük a gerincet.	A száraz pácban puhulnak a húrostok. Az átvágott csigolyacsontokkal megelőzzük a gerinc alakváltozását.
Só Őrölt bors Őrölt koriander Zsír	A gerinccsatornába vaspálcát dugunk. Sózzuk, majd bedörzsöljük őrölt borssal és koriandermaggal. Forró zsírban minden oldalát elősütjük.	A vaspálca biztosítja a gerinc eredeti formáját. Az elősütött húsból nem távoznak el az értékes húsnedvek.
Paradicsompüré Liszt Só	Gyakori locsolgatással készre sütjük az angolos bélszínhez hasonlóan, majd langyos helyen pihentetjük. Zsírjából pecsenyelevet készítünk.	A gerincet gyakran locsolgatjuk saját zsírjával, így nem szárad ki.
Mogyoróburgonya Karotta franciásan Párolt rizs Gombafejek roston	A gerincről kétoldalt lefejtjük a húst és a szűzpecsenyét, majd felszeleteljük. Visszahelyezzük a gerinc-re. Pecszenyészírral fényezzük és körítjük.	A húst rostokra merőlegesen kell szeletelni. A pecsenyészírral átvont hús nem szárad ki.
SELLE DE CHEVREUIL À L'ANGLAISE		

SZARVASGERINC ANGOLOSAN (Selle de cerf á l'anglaise)

Őzgerinc angolosan
Cumberland-mártás
Mogyoróburgonya

Ajánlott anyaghányad

Őzgerinc	3,00 kg	Koriandermag	0,005 kg
Füstölt szalonna	0,30 kg	Zsír	0,20 kg
Só	0,04 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Liszt	0,08 kg	Cumberland-mártás	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Mogyoró burgonya	10 adag

A szarvas elkészítésénél figyelembe kell venni, hogy húsa rostosabb, tehát nehezebben puhul fel, ezért az érlelés és a száraz pácolás idejét meghosszabbíthatjuk.

A továbbiakban a szarvasgerincet hasonlóan készítjük el, mint az őzgerincet, sütési ideje értelemszerűen valamivel hosszabb lesz.

A szarvasgerincet jól előhűtött Cumberland-mártással és mogyoróburgonyával tálaljuk.

b) Apróvadakból egészben sütéssel készíthető ételek

NYÚLGERINC ANGOLOSAN (Rable de hévre a Vanlaise)

Érlelés bőrben
Száraz pác
Tűzdelés
Előszűtés
Zárt hőben sütés
Gombás rizs
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Nyúlgerinc	3,00 kg	Zsír	0,20 kg
Füstölt szalonna	0,30 kg	Burgonyaropogós	5 adag
Só	0,04 kg	Gombás rizs	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Áfonya	0,30 kg

Fiatalabb nyúlgerincet célszerű ehhez az ételhez felhasználni. A mellcsontokat a gerinc teljes hosszúságában egyenlő nagyságúra vágjuk. Óvatosan lefejtjük a gerinchúst borító hártát, majd fűszerkeverékkel bedörzsöljük a gerincet, és száraz pácban érleljük. Ha a gerinc elérte a megfelelő érettségi fokot, kiemeljük a száraz pácból, és a felesleges olajat leitatjuk. A nyúlgerincet húsos oldalára fordítjuk, és a csigolyacsontokat hegyes, éles késsel óvatosan átvágjuk úgy, hogy a húsba ne vágjunk bele. Ezután egyenletesen megtűzdeljük a gerincet füstölt-szalonna-csíkokkal, majd sózzuk, borsozzuk.

A nyúlgerincet forró zsírban gyorsan előszűtjük, majd forró sütőbe helyezük, és gyakori locsolgatással - kb. 10-15 perc alatt - készre sütjük az angolos bélszínhez hasonlóan. A sütés mértékét folyamatosan ellenőrizni kell. A hús akkor jó, ha állománya tapintásra enyhén rugalmas, így biztos, hogy a hús vágási felülete rózsaszín lesz.

A nyúlgerincet az őzgerinchez hasonlóan tartjuk melegen, ill. tálaljuk. A nyúlgerincet átfényezzük saját pecsenyészírával, majd körítjük gombás rizzsel és burgonyaropogóssal. Külön áfonyát adunk hozzá.

79. folyamatábra

NYÚLGERINC ANGOLOSAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Nyúlgerinc Füstölt szalonna	Az előkészített gerincet száraz pácban érleljük, majd átvágjuk a csigolyacsontokat. Ezután füstölt szalonnacsikkokkal megtűzdeljük a gerincet.	A száraz pácban puhulnak a húsrstok. Az átvágott csigolyacsontokkal megelőzzük a gerinc alakváltozását.
Só Őrölt bors Zsír	A megtűzdelte gerincet sózzuk, majd bedörzsöljük őrölt borssal. Ezután kevés forró zsírban minden oldalát elősütjük.	Az elősütött húsból nem távoznak el az értékes húsnedvek.
	Gyakori locsolgatással készre sütjük az angolos bélszínhez hasonlóan, majd langyos helyen pihentetjük.	A gerincet gyakran locsolgatjuk saját zsírjával, így nem szárad ki.
Burgonyaropogós Gombás rizs Áfonya	A gerincről kétoldalt lefejtjük a húst és a szűzpecsenyét, majd felszeleteljük. Visszahelyezzük a gerinc-re. Pecsényezsírral fényezzük és körítjük.	A húst rostokra merőlegesen kell szeletelni. A pecsenyézsírral átvont hús nem szárad ki.
RABLE DE LIÈVRE À L'ANGLAISE		

Az áfonya, illetve az áfonyából egy kevés cukorral készített dzsem növeli a nyúlgerinc élvezeti értékét. Az áfonya jellegzetes erdei gyümölcs, amely zamataanyagaival, színével megfelelően egészíti ki az angolos nyúlgerincet, általában a vadak húsból készült ételeket.

TŰZDELT FÁCÁN (Faisan pigué)

Érlelés tollazatában

Tűzdelés

Zárt hőben sütés

Pecsényéé készítése

Párolt rizs



160. ábra. Fácán tűzdelése

Ajánlott anyaghányad

Fácán	5 db	Párolt rizs	10 adag
Füstölt szalonna	0,35 kg		
Só	0,04 kg	<i>Almapüréhez:</i>	
Majoránna	0,005 kg	Alma	0,50 kg
Zsír	0,20 kg	Cukor	0,05 kg
Liszt	0,08 kg	Szegfűszeg	0,05 kg
Paradicsompüré	0,03 kg	Egész fahéj	0,005 kg.

A tollzatában érlelt fácán középső faroktollát kihúzzuk. Ennek alapján ellenőrizzük a fácánhús érettségét. Ha a faroktoll könnyen kihúzható, akkor már a hús eléggé érett, ha nem, akkor még érleljük. A fácánt ezután szárazon tisztítjuk, azaz eltávolítjuk a tollzatát. Ezt a műveletet gondosan végezzük. Ügyeljünk arra, hogy pihék, tokok ne maradjanak a szárnyason, és a bőr ne repedjen be. Ha a fácánnál azt tapasztaljuk, hogy combjai inasak, akkor a pulykához hasonlóan a combokat eltávolítjuk a száraz tisztítást követően. Ezután leperzseljük, majd ezt követően belsejét szárazra töröljük. Fejét nyakával együtt levágjuk, majd a begyét eltávolítjuk. Lábaikat rajta hagyjuk, csak a karmokat vágjuk le. (A vadszárnyasok lábait nem vágjuk le. Ezzel bizonyítjuk, garantáljuk a fogyasztónak, hogy valóban a megrendelt vadszárnyas került az asztalára.) A fácán mellét és combjait a tűzdelte jércéhez hasonlóan megtűzdeljük füstölt szalonna-csíkokkal. A tűzdelést sűrűn, egyenletesen végezzük (160. ábra). Ezután a fácánt kívül-belül alaposan besózzuk, majd hasüregébe morzsolt majoránna-t hintünk.

A. fácán szárnyait visszahajtjuk, majd a combokat rögzítjük. A combokat az ízületnél fogva kissé felemeljük. Kihegyezett hurkapálcát szúrunk keresztül a combhajlatok alatt úgy, hogy a hurkapálca a mellhús alatt haladjon át a másik combhajlatba. Ezután *zsineggel formázzuk, rögzítjük a fácánt.* A combvégeket megfelelő hosszúságú zsineggel egymáshoz és a farokrészhez kötjük. A zsineget ezután kétoldalt ráhurkoljuk a hurkapálcára, majd a fácán alatt továbbvezetve ráerősítjük a fácán visszahajtott szárnyaira. A zsineg két végét ezután összekötjük. A fácánt hátára fektetve vékonyan kizsírozott tepsibe helyezük. Forró

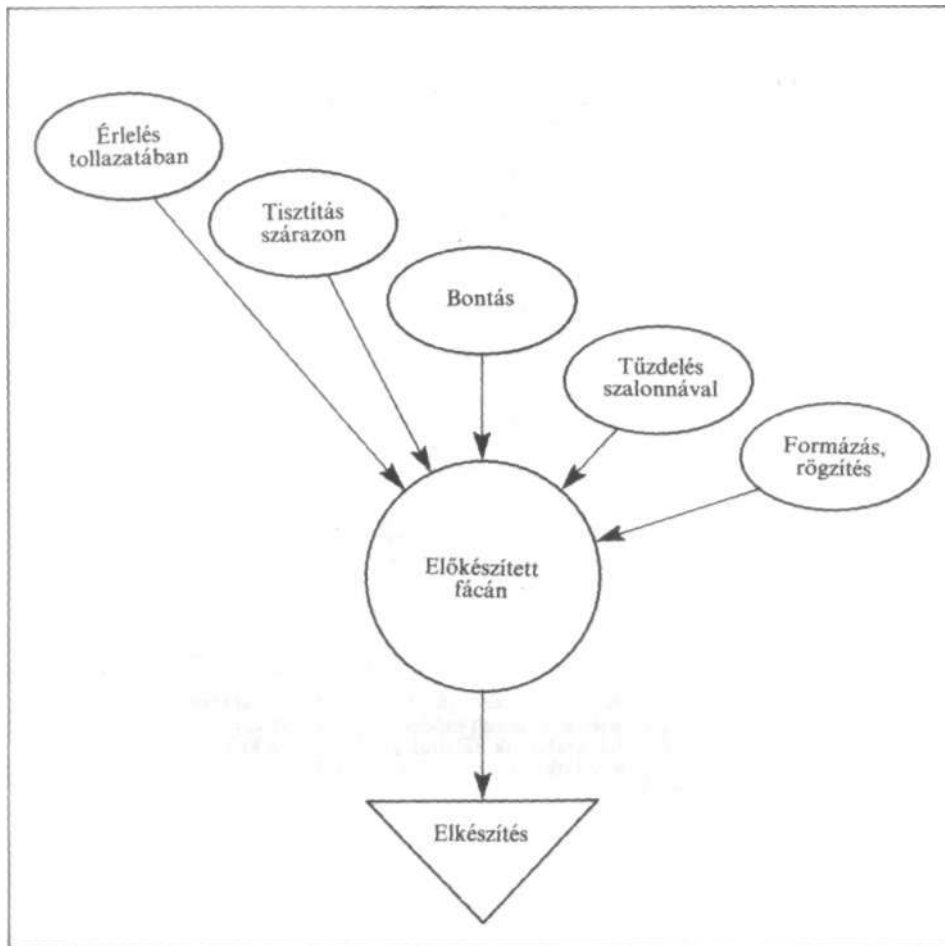
80. folyamatábra

TÜZDELT FÁCÁN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Fácán	A tollzatban érlelt fácánt szárazon tisztítjuk. Ha szükséges, combinait eltávolítjuk, majd kibontjuk, és szárazra töröljük.	A combinakat gondosan távolítsuk el, hogy a combok sütés közben ne zsugorodjanak össze!
Füstölt szalonna Só Majoránna	Fejét nyakával együtt levágjuk. Begyét eltávolítjuk, a körmököt levágjuk. Gazdagon tűzdeljük füstöltzalonna-csíkokkal. Sózzuk, a hasüregbe majoránnát hintünk.	A tűzdeléshez felhasznált füstöltzalonna-csíkok zsirtartalma sütés közben a húrostok közé olvad.
Zsír Paradicsompüré Liszt	A fácánt formázzuk, majd sütőbe helyezzük. Zsírral leöntjük, és gyakori locsolgatással készre sütjük. Zsírjából pecsenyelevet készítünk.	A gyakori locsolgatással süttött hús nem szárad ki, igen élvezetes lesz.
Almapüré Párolt rizs	A fácánt pihentetjük, majd a jércénél tanult módon feldaraboljuk, tálaljuk és körítjük.	A darabolást úgy végezzük, hogy csontszilánkok ne keletkezzenek.
FAISAN PIQUÉE		

zsírral leöntjük, majd sütőbe tesszük. Saját zsírjával gyakran locsolgatva készre sütjük.

A fácán sütését gondosan, gyakori locsolgatással kb. 1-1,5 órán keresztül végezzük. Ha a fácán húsa kiszárad, teljesen élvezhetetlen, rágós lesz.

A készre süttött fácánt langyos helyen, fedővel lefedve tartjuk tálalásig. Zsírjának egy részéből pecsenyelevet készítünk. A fácánt ezek után feldaraboljuk. A szárnyast felemeljük és a pihentetés alatt a hasüregében összegyűlt húsnedveket a pecsenyelehez szűrjük. A fácánt hátára fektetjük. Eltávolítjuk a hurkapálcát és a zsineget. Hosszú pengéjű éles késsel átvágjuk a fácán mellét, majd óvatosan szétfeszítjük. A fából ezután kihalásztuk a gerincet. Csapókéssel a gerinc bal, majd a jobb oldalára csapunk. Így kihalásztuk a gerincet és két félbe vágva megkaptuk a fácánt. A félbevágott fácánt a vágódeszkára fordítjuk hasüreggel lefelé. A combot és a mellet összetartó bőrt óvatosan átvágjuk.



A mellett kissé rézsútosan felszeleteljük, majd összetoljuk eredeti formájába. A combot az ízületeinél vágjuk át.

A fácánt előmelegített tálra tálaljuk. A mellett kissé széthúzva, legyező formában helyezük el, hogy jól érvényesüljön a vágási felülete és a tűzdelés. Melléhelyezzük a comb felső részét, és hozzátámasztjuk a comb alsó, elvékonyodó részét.

A feldarabolt szárnyast pecsenyezsirjával átfényezzük és párolt rizszel körítjük. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá saját pecsenyelevét. Kis üvegtányérkákba tálaljuk a jól előhűtött almapürét.

VADKACSA BIRSALMÁVAL SÜTVE (Canard sauvage rőti aux coings)

Párolás
Zárt hőben sütés
Pirított burgonya
Párolt vörös káposzta

Ajánlott anyaghányad

Vadkacsa	5 db	Liszt	0,05 kg
Só	0,04 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zsír	0,10 kg	Pirított burgonya	5 adag
Füstölt szalonna	0,30 kg	Párolt vörös káposzta	5 adag
Birsalma	1,40 kg		

A fiatal, tollzatában érlelt vadkacsát szárazon megtisztítjuk, megperzseljük, belsejét alaposan szárazra töröljük. Ha a vadkacsa erősen halszagú, a bőrét az alatta lévő zsírréteggel együtt lefejtjük, majd a kacsát szalonnacsíkokkal megtűzdeljük.

A vadkacsát kívül-belül megsózzuk, majd cikkekre vágott (hámozott) birsalmát helyezünk a hasüregbe. Ezután a hasüreget hústűvel összetűzzük.

A kacs combvégei alatt 2-3 cm-es hosszúságban behasítjuk a bőrt, amelyben a combvégeket rögzítjük. Tepsibe helyezük, forró zsírral leöntjük és sütőbe tesszük. Gyakori locsolgatással készre sütjük. Szükség szerint tovább pároljuk fedő alatt. A hústűt ezután távolítjuk el. Zsírjának egy részéből pecsenyelevet készítünk. A vadkacsát langyos helyen fedővel lefedve legalább 10 percig pihentetjük.

A vadkacsát ezután feldaraboljuk. A hasüregéből kivesszük a birsalmát és az összegyűlt húsnedveket az elkészített pecsenyeléhez szűrjük. A kacs mellét hosszú pengéjű éles késsel kettévágjuk, majd óvatosan szétfeszítjük. A kacs gerincét csapókéssel kivágjuk. A félbevágott kacsát hasüregével lefelé vágódeszkára fektetjük. A combot és a mellét összetartó bőrt átvágjuk. A mellét a fácánmellhez hasonlóan felszeleteljük. A combot nagyságától függően egészben hagyjuk vagy két darabba vágjuk.

Előmelegített tálra tálaljuk a pirított burgonyát és a párolt vörös káposztát. Erre helyezük ízlésesen a mellszeleteket és a combot, majd körberakjuk a birsalmával. Az egészet átfényezzük saját zsírral. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá saját pecsenyelevét.

FENYVESMADÁR SÜTVE (Grive rőtie)

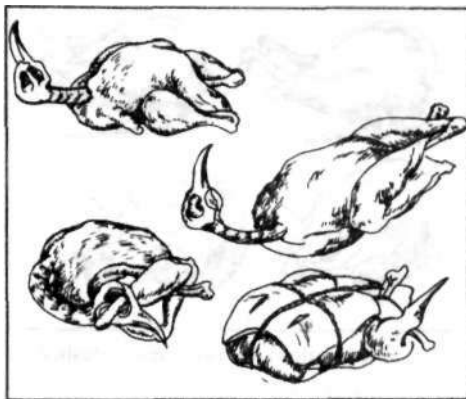
Madeiramártás
Burkolás szalonnával
Zárt hőben sütés
Pecsenyéié készítése
Párolt rizs

81. folyamatábra

VADKACSA BIRSALMÁVAL SÜTVE		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vadkacsa	A tollzatában érlelt vadkacsát szárazon megtisztítjuk, majd kibontjuk, és szárazra töröljük.	A bontást óvatosan végezzük, hogy a bőrt ne szakítsuk be.
Füstölt szalonna Só Birsalma	Ha a vadkacsa halszagú, bőrét óvatosan lefejtjük, majd füstöltzalonnacsikkokkal tűzdeljük. Sós-zuk, majd cikkekre vágott birsalmát töltünk hasüregébe, cérnával bevarrjuk, formázzuk.	A halszagú vadkacsa bőrét lefejtjük. Így csökken a vadkacsa halszaga. A hús zsírszegénységét a szalonnacsikkokkal pótoljuk.
Paradicsompüré Liszt	Tepsibe helyezük. Zsírral leöntjük, majd igen gyakori locsolgatással készre sütjük. A cérnát eltávolítjuk. Zsírjából pecsenyelevet készítünk.	A gyakori locsolgatással süttött hús nem szárad ki, igen élvezetes lesz.
Hagymás tört burgonya Párolt vöröskáposzta	A vadkacsát pihentetjük, majd hasüregéből kiemeljük a birsalmát. A vadkacsát feldaraboljuk, tálaljuk. Kőrítjük birsalmával és a többi körettel.	A pihentetett vadkacsát szebb, egyenletesebb darabokra tudjuk szeletelni.
CANARD SAUVAGE RÔTIE AUX COINGS		

Ajánlott anyaghányad

Fenyvesmadár	10 db	Zsemle	5 db
Só	0,03 kg	Madeiramártás	2 adag
Zsemle	5 db	Vaj	0,10 kg
Őrölt borókamag	0,005 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Füstölt szalonna	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Liszt	0,04 kg	Majoránna	0,005 kg
Paradicsompüré	0,04 kg	Pástétomfűszer	0,005 kg
Szárnyasmáj	0,30 kg	Borpárlat	0,005 l
		Párolt rizs	10 adag



161. ábra. Fenyvesmadár előkészítése sütéshez

A tollzatában belsejével együtt érlelt fenyvesmadarat szárazon megtisztítjuk, leperzseljük, majd kibontjuk. Belső részeiből a begyet és az epét eltávolítjuk, a többit félretesszük. A szárnyason rajtahagyjuk a lábakat és a fejet. A szemeket a fejből eltávolítjuk úgy, hogy a csőrre merőlegesen üreg alakuljon ki.

A szárnyast kívül-belül megsózzuk, majd a lábakat visszahajtjuk úgy, hogy végeik a hasüregbe kerüljenek. A combokat keresztbe fűzzük. A fenyvesmadár hosszú nyakát és fejét visszahajtjuk, majd a szemüregen keresztül jól összeszorítva áthúzzuk a combvégeket (161. ábra). A szárnyast jól bedörzsöljük őrölt borókamaggal. Füstölt szalonnából nagy felületű vékony lapokat vágunk. A szalonnalapba burkoljuk az előkészített fenyvesmadarat. A zsineggel átkötjük, és közepmeleg sütőben gyakori locsolgatással puhára sütjük. Zsírából pecsenyelevet készítünk, amelyhez őrölt borókamagot is adunk.

Elkészítjük a szalmi, amelyről már korábban a „vadászbog”-nál volt szó. A beleket a szárnyasmájjal együtt finomra aprítjuk. Vajban finomra vágott vöröshagymát párolunk, hozzáadjuk a finomra vágott belsejégeket. Ízesítjük sóval, fűszerezük törött borssal, összemorzolt majoránnával, pástétomfűszerrel. Gyorsan lepirítjuk, majd egy kevés madeiramártást keverünk hozzá. Lehúzzuk a tűzhelyről, és néhány csepp borpárlatot adunk hozzá. Az egészet szitán áttörjük.

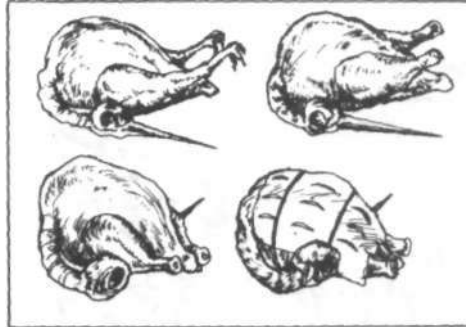
Az elkészített püré neve „szalmi”. Vékony, háromszögletű zsemleszeleteket vajban megpirítunk, majd rákenjük a pürét. A szárnyasról eltávolítjuk a zsineget, és rizsalapra tálaljuk. Meglocsoljuk saját pecsenyezsírával és körberakjuk a szalmival. Külön mártásoscsészében adjuk hozzá saját pecsenyelevét.

ERDEI SZALONKA SÜTVE (Bécasse rôtie)

Madeiramártás

Burkolás szalonnával

Zárt hőben sütés



162. ábra. Szalonka előkészítése sütéshez

Pecsényéié készítése
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Erdei szalonka	10 db	Madeiramártás	2 adag
Só	0,03 kg	Vaj	0,10 kg
Füstölt szalonna	0,20 kg	Vöröshagyma	0,10 kg
Liszt	0,04 kg	Törött bors	0,005 kg
Paradicsompüré	0,04 kg	Majoránna	0,005 kg
Szárnyasmáj	0,30 kg	Pástétomfűszer	0,005 kg
Zsemle	5 db	Borpárlat	0,005 l
		Párolt rizs	10 adag

A tollzatában belsősegeivel együtt érlelt erdei szalonkát megtisztítjuk, leperzseljük, majd kibontjuk. A továbbiakban a fenyvesmadárhoz hasonlóan készítjük elő az erdei szalonkát.

A szárnyast kívül-belül megsózzuk, majd a lábakat visszahajtjuk úgy, hogy ráfeszüljenek a combok alsó részére. A szárnyas hosszú nyakát a fejvel együtt visszahajtjuk a combhoz. Az erdei szalonka szorosan összefogott hegyes csőrét keresztülszúrjuk a combhajlat alatt úgy, hogy az a mell alatt hatoljon át a másik combhajlatba (162. ábra). A szárnyast jól bedörzsöljük őrölt borókamaggal, majd szalonnalapba burkoljuk. Zsineggel átkötjük, és sütőben készre sütjük. Belsősegeiből szalmit készítünk. Zsírjából pecsenyelevet készítünk.

Tálalása megegyezik a fenyvesmadár tálalásával. Esetenként előfordul, hogy az erdei szalonka nagyobb méretű. Ebben az esetben - a szalonnalappal együtt - hosszában kettévágjuk.

FOGOLY SÜTVE (Perdreau rőti)

Tűzdelés
Zárt hőben sütés
Pecsenyéié készítése
Lencsefőzelék

Ajánlott anyaghányad

Fogoly	5 db	Só	0,04 kg
Majoránna	0,005 kg	Lencsefőzelék	5 adag
Füstölt szalonna	0,25 kg	Almapüré	5 adag

A célnak legjobban fiatal fogoly felel meg. Az előkészített foglyot kívül-belül megsózzuk, a hasüregbe morzsolt majoránnát hintünk. A szárnyast a fácánhoz hasonlóan gazdagon megtűzdeljük füstölt szalonna-csíkokkal, majd zsineggel formázzuk.

A fácánhoz hasonlóan sütjük és tálaljuk. Külön *lencsepürét* vagy *almapürét* is adunk hozzá.

A lencsepüréhez jóízű, kissé pikáns lencsefőzeléket készítünk, melyet szitán áttörünk, és habverővel simára keverjük. Mivel előfordulhat, hogy az áttörés után besűrűsödik, ezért egy kevés csontlével vagy mérsékeltén sós füstöltlével hígítjuk, és simára keverjük.

4. Frissensütéssel készíthető vadhúsételek

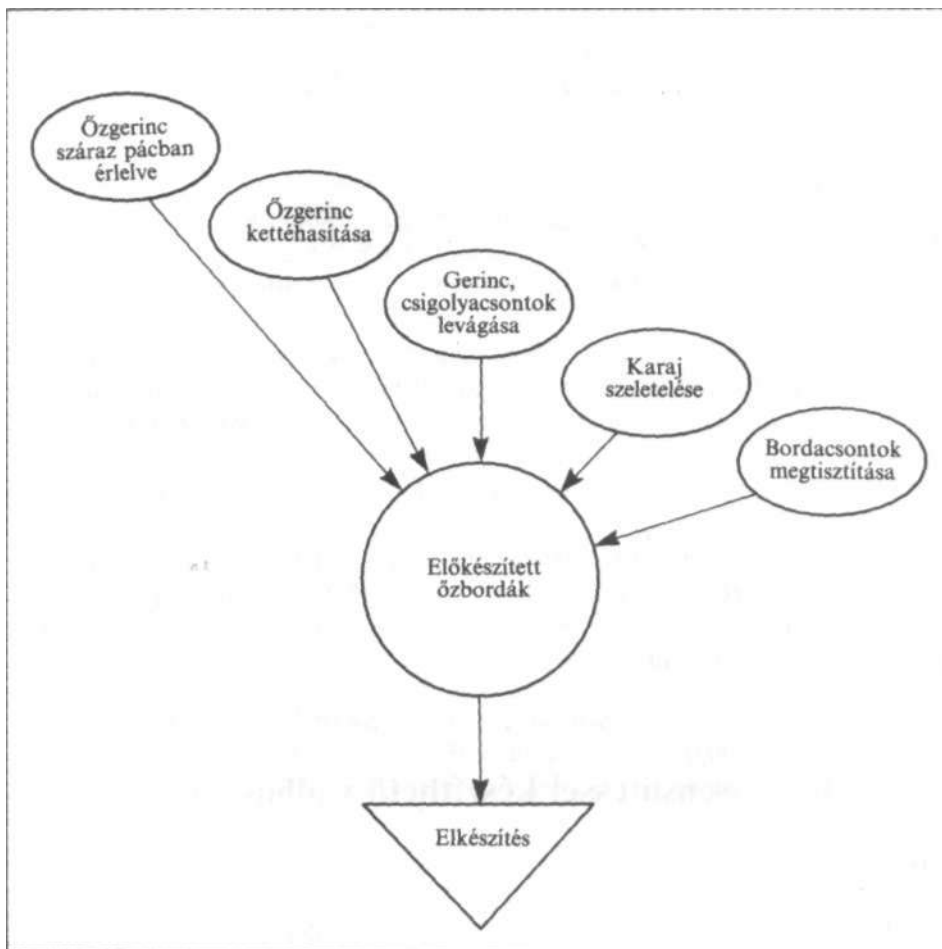
a) Nagyvadakból frissensütéssel készíthető ételek

ŐZBORDÁK ROSTON (Cőtelettes de chevreuil grillées)

Száraz pác
Roston sütés
Hasbáburgonya
Párolt rizs
vagy
Gombás rizs
Madeiramártás
vagy
Cumberland-mártás

Ajánlott anyaghányad

Őzgerinc	2,00 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Só	0,04 kg	Párolt rizs	5 adag



Pástétomfűszer	0,005 kg	vagy	
Törött bors	0,005 kg	Gombás rizs	5 adag
Zsír	0,15 kg	Madeiramártás	5 adag
Hasábburgonya	5 adag	vagy	
		Cumberland-mártás	5 adag

A száraz pácban érlelt őzgerincről leitatjuk az olajat. Az őzgerincet kettéhasítjuk úgy, hogy minél kevesebb csontszilánk keletkezzen. Ezután levágjuk a gerinc- és a csigolyacsontot úgy, hogy a bordacsont ne sérüljön meg. A karajt ezután felszeleteljük. Az őz karaját - lehetőség szerint - úgy osszuk be, hogy minden egyes bordán legyen egy darab bordacsont. Ez igen ízléssé, látványos-

82. folyamatábra

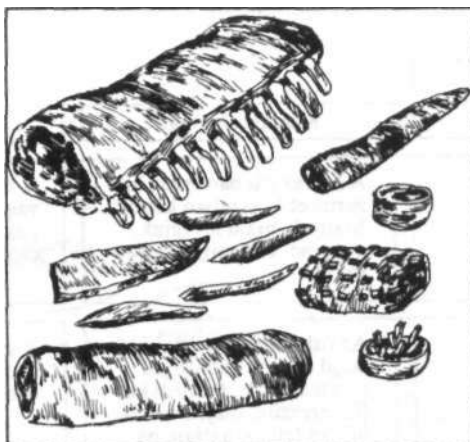
ŐZBORDÁK ROSTON		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Őzgerinc	A száraz pácban érlelt őzgerincet hosszában kettéhasítjuk, majd levágjuk a gerinc- és a csigolyacsontokat.	A hasítást és a csontok levágását óvatosan végezzük, hogy minél kevesebb csontszilánk keletkezzen!
	Az őzkarajt felszeleteljük, majd a bordacsontokat megtisztítjuk. A bordákat fűszerezzük, olajba mártjuk, és felhasználásig pácoljuk.	A további párolás eredményeképpen a húsrstok tovább puhulnak.
Só Törött bors Zsír Pástétomfűszer Hasábburgonya Párolt rizs Madeiramártás	A bordákat sózzuk, borsozzuk, olvasztott zsírba mártjuk, majd izzó rostélyon megsütjük. Tálaljuk, majd körítjük. Meglocsoljuk peccsenyevével. Madeiramártást adunk hozzá.	A sütést csak magas hőmérsékleten szabad végezni. Ha a rostély nem elég forró, a húsnedvek kifolynak és a hús kiszárad.
CÔTELETTES DE CHEVREUIL GRILLÉE		

sá teszi a roston sült őzbordát. A bordacsontokról a hártát és az esetleges húsdarabokat a bordatőcsontig alaposan letisztítjuk éles késsel. Az őzbordákat sütésig bedörzsöljük pástétomfűszerrel. Olajozzuk és hűtőszekrénybe helyezve érleljük.

A bordák oldalait sózzuk, törött borssal meghintjük, olvasztott zsírba mártjuk, majd izzó rostélyra helyezük. Ha egyik oldala megsült, akkor megfordítjuk, és készre sütjük. A bordákba peccsenyevillával beleszúrni nem szabad, mert az értékes húsnedvek kifolynak! A sütést úgy kell végezni, hogy csak egyszer fordítsuk meg az izzó rostélyon a bordákat.

A frissen süötött őzbordákat forró, előmelegített tálra tálaljuk. A bordákat úgy helyezük el, hogy azok félig fedjék egymást, és a bordacsontok egy irányban legyenek. Az egészet meglocsoljuk a sütés közben összegyűlt peccsenyével. ízlésesen körítjük hasábburgonyával és formából kiborított párolt rizzsel. Meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Külön mártásoscsészében forró madeiramártást adunk hozzá.

A roston sült őzbordákat adhatjuk gombás rizzsel és Cumberland-mártással is.



163. ábra. Tűzdelte őzfilé készítése

TŰZDELT ŐZFILÉK (Filets de chevreuil piqué)

Száraz pác
Tűzdelés
Roston sütés
Gombás rizs
Cumberland-mártás

Ajánlott anyaghányad

Őzgerinc	1,60 kg	Olaj	0,101
Füstölt szalonna	0,25 kg	Gombás rizs	10 adag
Só	0,03 kg	Cumberland-mártás	5 adag
Törött bors	0,005 kg		

Az őzgerincet lehártyázzuk, száraz pácban érleljük, majd a húst kétoldalt lefejtjük a gerincről. Ezután megfordítjuk, és lefejtjük a szűzpecsenyét is (163. ábra).

A lefejtett húst kb. 5 mm vastag szeletekre vágjuk. Könnyedén meglapítjuk a szeleteket a kés lapjával, majd keresztirányban megtűzdeljük füstölt szalonnacsíkokkal. Ha nem sütjük azonnal a szeleteket, olajba mártva porcelántálba rakjuk, hűtőszekrénybe helyezük, és tovább érleljük.

A szeleteket kiemeljük, sózzuk, törött borssal meghintjük, majd olajba mártjuk. Izzó rostélyra helyezük, és megsütjük.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk a szeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Az egészet meglocsoljuk a sütés közben összegyűlt pecsenyelével. Gombás rizzsel körítjük. Mártásoscsészében cumberland-mártást adunk hozzá.

TŰZDELT ŐZGERINC VERNON MÓDON (Filets de chevreuil piqués á la Vernon)

Tűzdelt őzfilék
Pirított zsemleszeletek
Choron-mártás
Kockaburgonya

Ajánlott anyaghányad

Őzgerinc	1,60 kg	Olaj	0,10 l
Füstölt szalonna	0,25 kg	Zsemle	5 db
Só	0,003 kg	Choron-mártás	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Kockaburgonya	10 adag

A tűzdelt őzfiléket rostosra megsütjük, majd pirított zsemleszeletekre helyezük. Átvonjuk choron-mártással, és kockaburgonyával körítjük.

TŰZDELT SZARVASÉRMÉK (Médailles de cerf piquées)

Tűzdelt őzfilék
Gombás rizs
Cumberland-mártás

Ajánlott anyaghányad

Szarvasgerinc	1,60 kg	Olaj	0,10 l
Füstölt szalonna	0,25 kg	Gombás rizs	10 adag
Só	0,03 kg	Cumberland-mártás	2 adag
Törött bors	0,005 kg		

Fiatalabb szarvasból készítjük a tűzdelt őzfiléhez hasonlóan.
Gombás rizst és mártásoscsészében cumberland-mártást adunk hozzá.

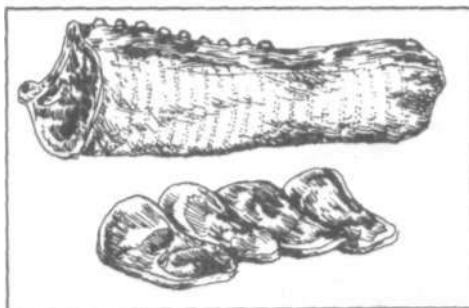
VADDISZNÓBORDÁK ROSTON (Côtelettes de sanglier grillées)

Száraz pác
Roston sütés
Párolt vöröskáposzta gesztenyével

Ajánlott anyaghányad

Vaddisznókaraj	1,80 kg	Burgonya	1,20 kg
Olaj	0,20 l	Párolt vöröskáposzta	
Só	0,03 kg	gesztenyével	5 adag

Fiatalabb vaddisznó gerincét - amelyen a bőre is rajta van - hosszában kettéhasítjuk, így kapjuk a vaddisznókarajt. Ezután levágjuk a gerinc- és csigo-



164. ábra. Vaddisznókaraj és -borda

lyacsontokat. A karajon levő bőrt hosszában, majd arra merőlegesen 1 cm szélességben behasítjuk. A karajt felszeleteljük (164. ábra), majd olajba mártjuk, és hűtőszekrényben érleljük.

A bordákat kiemeljük a száraz pácból, letöröljük az olajtól. Sózzuk, majd izzó rostélyra helyezük és megsütjük. A bordákkal együtt héjában főtt, hámozott, félbevágott burgonyát is helyezünk a rostélyra, amelyet az összegyűlt pecsenyelével locsolgatunk.

Előmelegített tálalótálra halmozzuk a párolt vöröskáposztát gesztenyével. Erre helyezük a bordákat, majd meglocsoljuk a sütéskor összegyűlt pecsenyelével, és körítjük a vele sült burgonyával.

b) Apróvadakból frissensütéssel készíthető ételek

TÚZDELT NYÚLÉRMÉK (Médailles de lièvre piquées)

Tűzdelt őzfilé

Hasábburgonya

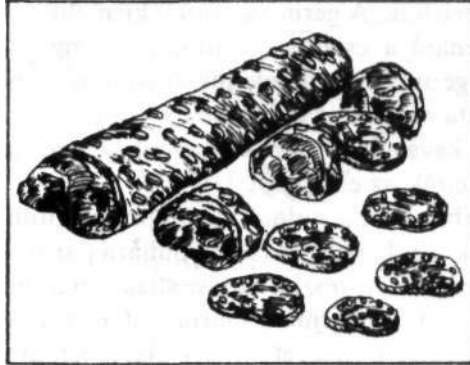
Cumberland-mártás

Ajánlott anyaghányad

Nyúlgerinc	1,40 kg	Hasábburgonya	5 adag
Só	0,03 kg	Cumberland-mártás	5 adag
Olaj	0,15 l		

A tűzdelt nyúlérméket az előkészített nyúlgerincből készítjük, a tűzdelt őzfiléhez hasonlóan (165. ábra). Azt azonban figyelembe kell venni, hogy a nyúlérmék - illetve a nyúlhús - kevésbé rostos, mint az őzhús. Ezért a tűzdelt nyúlérméket rövidebb ideig kell sütni.

A tűzdelt nyúlérméket hasábburgonyával körítjük, külön cumberland-mártást adunk hozzá.



165. ábra. Tűzdelts nyúlérmék készítése

5. Párolással készíthető vadhúsételek

a) Nagyvadakból párolással készíthető ételek

TŰZDELT ÓZGERINC PÁROLVA (Selle de chevreuil piquée et brasée)

Nedves pác
Tűzdelés
Elősütés
Barna vadmártás (10. táblázat)
Párolás
Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Ózgerinc	2,00 kg	Áfonyadzsem	0,30 kg
Só	0,04 kg	vagy	
Füstölt szalonna	0,30 kg	Ribizkedzsem	0,30 kg
Zsír	0,20 kg	Narancs	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	2 db
Vöröshagyma	0,08 kg	Liszt	0,15 kg
Cukor	0,10 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg	Vörösbor	0,30 l
Borókamag	0,005 kg	Burgonyaropogós	10 adag

Idősebb, rostosabb húsú óz gerincéből készítjük. Az ózgerincet lehártyázzuk.

majd nedves pácban érleljük. A gerincet ezután kiemeljük a pácléből és konyharuhával leszárítjuk, majd a csigolyacsontokat az angolos őzgerincnél tanult módon átvágjuk. A gerincet megtűzdeljük füstöltzalonna-csíkokkal, majd a gerinccsatornába tiszta vaspálcát helyezünk. A gerincet sózzuk, bedörzsöljük törött borssal és egy kevés őrölt borókamaggal. A gerincet egy kevés zsírban elősütjük, majd kiemeljük az edényből.

A visszamaradt zsírban barna vadmártás-alapot készítünk, amelybe visszahe-lyezzük a gerincet, és kb. 3-4 óra alatt lassan puhára pároljuk. Közben egy kevés áfonya- vagy ribiszkedzsemet, reszelt narancshéját, narancslevet adunk hozzá.

Ha a gerinc megpuhult, kiemeljük a mártásból, és másik edénybe helyezzük. Egy kevés mártást vagy pecsenyelevet öntünk alá, és lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor a gerincet az angolos őzgerincnél ismertetett módon szeleteljük, tálaljuk, majd átvonjuk forró barna vadmártással.

Külön burgonyaropogóst adunk hozzá.

Mind az „angolos őzgerinc”, mind a „tűzdelte őzgerinc pácolva” tálalható adagonként egy darabban is. Ebben az esetben egy darabban vágjuk le a húst a csonttal együtt.

Az őzgerincet korábban „őzremeknek” is nevezték, amely szakszerűen elkészítve, megfelelően érelve, pácolva valóban remeknek számított.

Mind melegen, mind hidegen kiváló étel az őzremek, de igen fontos, hogy a hozzáadott köretek, mártások is kifogástalan minőségűek legyenek.

PÁROLT SZARVASCOMB (Cuisse de cerf braisée)

Tűzdelte őzgerinc párolva

Burgonyaropogós

Ajánlott anyaghányad

Őzcomb	1,40 kg	Áfonyadzsem	0,30 kg
Só	0,04 kg	vagy	
Füstölt szalonna	0,30 kg	Ribiszkedzsem	0,30 kg
Zsír	0,20 kg	Narancs	1 db
Sárgarépa	0,20 kg	Egész bors	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Zellergumó	0,10 kg	Babérlevél	2 db
Vöröshagyma	0,08 kg	Liszt	0,15 kg
Curkor	0,10 kg	Paradicsompüré	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg	Vörösbor	0,30 l
Borókamag	0,005 kg	Burgonyaropogós	10 adag

83. folyamatábra

PÁROLT SZARVASCOMB		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Szarvascomb Füstölt szalonna Só Őrölt bors Koriandermag	A nedves pácban érlelt szarvascombot leszárítjuk. Füstölt szalonnacsíkokkal tűzdeljük, sózzuk, meghintjük őrölt borssal, koriandermaggal.	A nedves páclében a húsrastok lazultak, puhábbak lesznek.
Liszt, zsír, sárgarépa, petrezselyemgyökér, zellergumó, vöröshagyma, cukor, áfonya, narancs, egész bors, kakukkfű, babérlevél, liszt, paradicsompüré	Lisztbe mártjuk, gyorsan elősütjük. Zsírjában a „tűzdelt őzgerinc párolva” készítménynél tanult módon mártást készítünk.	Az elősütéssel kellemes pörzsanyagok, színanyagok keletkeznek.
	A húst a mártásban lassan puhára pároljuk, majd a rostokra merőlegesen felszeleteljük. A mártást átszűrjük.	A lassú párolás eredményeképpen jól érvényesülnek a vadhús íz- és illatanyagai.
Narancs Burgonyaropogós	A felszeletelt húst tála rendezzük. Átvonjuk mártással, majd tetejére narancsszeleteket helyezünk. Külön burgonyaropogóst adunk hozzá.	A húst rostokra merőlegesen kell felszeletelni.
CUISSÉ DU SERF BRAISÉE		

A kicsontozott, hártýáitól megtisztított szarvascombot nagyobb darabokra vágjuk, majd nedves pácban érleljük. A szarvascombdarabokat kiemeljük a pácléból, majd alaposan szárazra töröljük. A combdarabokat füstöltzalonnacsíkokkal megtűzdeljük a rostokkal párhuzamosan. Sózzuk, meghintjük törött borssal és őrölt borókamaggal, majd zsírban elősütjük.

Ezután mindenben úgy járunk el, mint a „tűzdelt őzgerinc párolva” készítésénél. Jóízű mártást készítünk, amelyben puhára pároljuk az elősütött combot. A puhára párolt húst a rostokra merőlegesen szeleteljük fel. Átvonjuk a barna vad mártással, tetejére narancsszeleteket helyezünk. Külön burgonyaropogóst adunk hozzá.

b) Apróvadakból párolással készíthető ételek

NYÚLCOMB VADASAN (Cuisse de Hévre á la crème)

Nedves pác
Tűzdelés
Elosutes
Párolás
Tejfölös habarás
Zsemlegombóc
vagy
Burgonyagombóc
vagy
Makaróni

Ajánlott anyaghányad

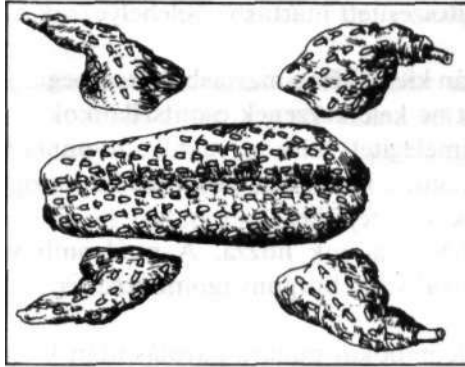
Nyúlcomb	2,80 kg	Fehérbor	0,20 l
Füstölt szalonna	0,30 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Só	0,05 kg	Tárkonylevél	0,005 kg
Zsír	0,20 kg	Mustár	0,05 kg
Sárgarépa	0,20 kg	Kristálycukor	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Citrom	2 db
Zellergumó	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Kapribogyó	0,02 kg
Egész bors	0,005 kg	Zsemlegombóc	10 adag
Babérlevél	3 db	vagy	
Tejföl	0,70 l	Burgonyagombóc	10 adag
Liszt	0,10 kg	vagy	
		Makaróni	10 adag

A combokat kiemeljük a nedves pácából és leszárítjuk, majd gondosan átvizsgáljuk. Annak ellenére, hogy a combokat a nedves pácolás előtt lehártyáztuk, előfordulhat, hogy helyenként hártya marad a combokon. Ezt figyelmesen lefejtjük.

A combokat ezután füstöltszalonna-csíkokkal megtűzdeljük a húrostokkal párhuzamosan. A tűzdelést úgy végezzük, hogy a füstöltszalonna-csíkokból mindenhová egyenletesen jusson (166. ábra).

A nyúlcombokat sózzuk, törött borssal fűszerezzük, majd egy kevés forró zsírban gyorsan elősütjük. A combokat kiemeljük a serpenyőből és megfelelő méretű lábosba helyezük.

A visszamaradt zsírban karikákra vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, zellergumót, vöröshagymát pirítunk kristálycukorral együtt. Amikor minden aranysárgára pirult, hozzáadjuk a kakukkfűvet, a babérlevelet, az egész borsot.



166. ábra. Nyúlrészek tűzdelve

Gyorsan átpirítjuk, majd felöntjük - nyúlcsontokból főzött - csontlével és fehérborral. Sóval ízesítjük.

Hozzáadjuk a szalonnabőrt, a tárkonyt, a mustárt, néhány szem kapribogyót, reszelt citromhéjat. Lassan összeforraljuk, és a lábosban levő combokra öntjük. A nedves pácléből is adhatunk egy keveset a párolóléhez. Fedővel lefedjük és lassan pároljuk a nyúlcombokat. Közben többször megkóstoljuk, s ha szükséges, utánízesítjük. Mikor a nyúlcombok majdnem puhára párolódtak, kiemeljük a párolóléből. Külön edénybe helyezzük. Egy kevés párolólevet öntünk alá, és fedővel lefedve tartjuk melegen.

Tejfölös habarást készítünk. A habarást a párolóléhez adjuk. Habverővel állandóan kevergetve lassan készre forraljuk a mártást. Ha szükséges, közben ízesítjük sóval, majd citromlével, ízlés szerint egy kevés kristálycukorral, mustárral, esetleg fehérborral.

A mártást jól kiforraljuk, majd finom szőrszítán átszűrjük, de ügyeljünk arra, hogy ne törjük át a zöldségeket.

A jó mártás pikáns ízű. A kifogástalan ízt úgy érjük el, ha először sóval ízesítjük a mártást. Csak a sózás megfelelő mértéke után tudjuk megítélni, hogy mennyi kell a többi ízesítőanyagból. A sózás után a savanyú ízt adó citromlevet adjuk a mártáshoz. Ha kialakítottuk a kellemes savanykás ízt, adjuk a mártáshoz a cukrot, a mustárt és a fehérbort. Ezzel a sorrenddel elkerülhetjük azt a gyakran visszatérő ízesítési hibát, hogy valamit túladagolunk, majd egy másik ízesítő anyaggal megpróbáljuk a túlzott ízt kiegyenlíteni, semlegesíteni. A tapasztalat azt mutatja, hogy só hiányában a többi ízesítőanyagból - általában - egyre többet adagolunk, mivel a só nélküli ételeket - nagyon helyesen - jellegtelennek, üresnek érezzük. Ez végül az ízek eltorzulását eredményezi. Alapszabály tehát, hogy először sóval ízesítjük az ételt kb. háromnegyed részben. Csak ezután használjuk a többi ízesítőanyagot.

A felforralt, átszűrt, utóízesített mártásba belehelyezzük a combokat, és lassan összeforraljuk.

A nyúlcombót ezután kiemeljük a mártásból, lecsepegtetjük, kettévágjuk úgy, hogy lehetőség szerint ne keletkezzenek csontszilánkok.

A forró combot előmelegített tálra helyezzük, átvonjuk a mártással. Tetejére hámozott citromból vékony karikákat, középre kapribogyót helyezünk, majd meglocsoljuk simára kevert tejföllel.

Külön zsemlegombócot adunk hozzá. A nyúlcomb vadasan ízlés szerint adható még makarónival vagy burgonyagombóccal is.

A nagyobb nyúlcombokat puhára párolás után kicsontozhatjuk.

A láb felőli, valamint a gerinc felőli combcsontokat éles, hegyes késsel szorosan a csontok mentén haladva, óvatosan körbevágjuk. A combcsontok kiálló végeit konyharuhával megfogjuk. Oda-vissza csavargatással a

84. folyamatábra

NYÚLCOMB VADASAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Füstölt szalonna Só Őrölt bors	A nedves pácban érlelt nyúlcombokat leszárítjuk, majd füstölt szalonnacsíkokkal tűzdeljük. Sózzuk, meghintjük őrölt borsal.	A nedves páclében a húsrstok lazultak, puhábbak lettek.
Zsír, sárgarépa, petrezselyemgyökér, zellergumó, vöröshagyma, kristálycukor, egész bors, babérlevél, kakukkfű, fehérbor, szalonnabőr, tárkony, mustár, kapribogyó, citrom, só	A nyúlcombokat elősütjük és kiemeljük. Ezután zsírjában lepirítjuk a felsorolt anyagokat. Felöntjük csontlével, fehérborral. Szalonnabőrt, tárkonyt, mustárt, kapribogyót, reszelt citromhéjat, páclvet adunk hozzá. Belehelyezzük a combokat, puhára pároljuk.	Az elősütéssel és piritással kellemes pörzsanyagok keletkeznek. Az ízesítő anyagokat úgy adagoljuk, hogy pikáns izhatást érjünk el.
Tejföl Liszt Só	A puha combokat kiemeljük a mártásból és tejföls habarással sűrítjük, kiforraljuk, utánízesítjük, átszűrjük. A húst átvonjuk a mártással, zsemlegombócot adunk hozzá.	A tejföls habarással jól forraljuk ki a mártást, hogy ne legyen „lisztízű”!
CUISSÉ DE LIÈVRE À LA CRÈME		

csontokat eltávolítjuk. A combokat kb. 2 cm vastag szeletekre szeleteljük a rostokra merőlegesen.

Nyúlgerincet is készíthetünk vadasan. Készítése mindenben megfelel a nyúlcomb készítésének, de a párolási idő valamivel rövidebb. Tálalásánál a gerincet csonttal együtt daraboljuk fel. Egy adagba általában 2 db-ot adunk. A gerincet határozott vágással daraboljuk fel, hogy lehetőség szerint ne keletkezzenek csontszilánkok.

NYÚLRAGU (Ragoût de Hèvre)

Csontié
Pirítás
Lisztszórás
Párolás
Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad

Nyúllapocka	2,00 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,10 kg	Mogyoróhagyma	0,25 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Gomba	0,40 kg
Fokhagyma	0,005 kg	Vaj	0,05 kg
Liszt	0,06 kg	Párolt rizs	10 adag
Fehérbor	0,20 l		

A nyúlraguhoz a nyúl lapockáit használjuk fel. A kicsontozott húst a pörkölt-höz hasonlóan kockákra vágjuk, a csontokból tartalmas csontlevet főzünk, majd leszűrjük.

Serpenyőben zsírt hevítünk, amelyben gyakori kevergetéssel gyorsan megpirítjuk a kockákra vágott húst. Finomra vágott vöröshagymát adunk hozzá, amellyel tovább pirítjuk. Egy kevés zúzott fokhagymát, majd lisztet teszünk bele és gyorsan lepírítjuk. Ezután felöntjük csontlével, fehérborral, majd lassan fölforraljuk. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd fedővel lefedve lassan pároljuk.

Közben vajban párolt mogyoróhagymát, cikkekre vágott pirított gombát készítünk. Ha a hús majdnem puhára párolódott, hozzáadjuk a mogyoróhagymát és a gombát, majd lassan befejezzük a párolást.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk, külön párolt rizst adunk hozzá.

NYÚLPÖRKÖLT (Pörkölt de lièvre)

Forrázás
Marhapörkölt
Sós burgonya

Ajánlott anyaghányad

Nyúllapocka	2,00 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Zsír	0,12 kg	Paradicsom	0,12 kg
Vöröshagyma	0,25 kg	vagy	
Fűszerpaprika	0,015 kg	Lecsó	0,20 kg
Só	0,03 kg	Sós burgonya	10 adag

A nyúlporköltöz kicsontozott lapockán kívül, ha van, felhasználhatjuk a hasrészt, a nyakat, a vesét, a májat és a tüdőt.

Mindent egyenletesen kockákra darabolunk. Ezután leforrázzuk, majd többször leöblítjük hideg vízzel.

A húst jól lecsurgatjuk, majd a marhapörköltöz hasonlóan készítjük el. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón előmelegített tálra tálaljuk, külön edényben sós burgonyát adunk hozzá.

NYÚLPAPRIKÁS (Ragoüt de Hèvre au paprika)

Nyúlporkölt
Galuskaköret

Ajánlott anyaghányad

Nyúllapocka	2,00 kg	Paradicsom	0,05 kg
Zsír	0,10 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,20 kg	Lecsó	0,15 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Só	0,03 kg
Zöldpaprika	0,15 kg	Liszt	0,06 kg
		Tejföl	0,30 l
		Galuskaköret	10 adag

A nyúlporköltöt, amelyet kevesebb vöröshagymával és fűszerpaprikával készítünk, tejfölös habarással sűrítjük, lassan készre forraljuk.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejét megöntözzük tejföllel, paprikaszínnel, s külön galuskaköretet adunk hozzá.

FOGOLY KELBEN PÁROLVA (Perdreau au chou)

Fogoly előkészítése
Elősütés
Forrázás
Párolás
Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad

Fogoly	5 db	Sárgarépa	0,15 kg
Só	0,03 kg	Petrezselyemgyökér	0,10 kg
Törött bors	0,005 kg	Zellergumó	0,10 kg
Zsír	0,10 kg	Füstölt kolbász	0,20 kg
Kelkáposzta	1,00 kg	Császárhús	0,20 kg
Majoránna	0,005 kg	Liszt	0,06 kg
		Paradicsompüré	0,06 kg

A pároláshoz idősebb szárnyasokat használunk fel. Az érlelt, megtisztított, kibontott, leperzselt, szárazra törölt szárnyast zsineggel formázzuk, majd kívülről megsózzuk, meghintjük törött borssal.

Forró zsírban gyorsan elősütjük úgy, hogy szép színt kapjanak, majd kiemeljük a szárnyasokat. A zsírból pecsenyelevet készítünk. Közben a megtisztított kelkáposztát cikkekre vágjuk, és sós vízben leforrázzuk, majd leszűrjük.

A zöldségeket vastagabb hasábokra vágjuk, és félig puhára pároljuk.

A császárhúst kb. 5 mm vastag szeletekre, a füstölt kolbászt 8-10 dkg-os darabokra vágjuk.

Az előkészített anyagokat kizsírozott lábosba vagy római tálba (Römertopf) egymásra rétegezzük. A leforrázott kelkáposzta felét beletesszük, megsózzuk, törött borssal, összemorzolt majoránnával ízesítjük. Ráhelyezzük a párolt zöldségeket, majd a félbevágott szárnyasokat. Erre tesszük rá a kolbászt és a császárhússzeleteket, majd beborítjuk a forrázott kelkáposzta másik felével. Ráöntjük a jó ízű pecsenyelét, megsózzuk, fedővel lefedjük, és sütőben puhára pároljuk.

Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig saját párolóedényében.

Tálaláskor a félbevágott foglyokat a jelleget adó anyagokkal együtt - lapátkanál segítségével - előmelegített tálra helyezzük. Bőségesen meglocsoljuk saját pecsenyelevelével.

Ha az ételt római tálban készítettük, akkor abban tálaljuk.

A római tál (Römertopf) finom kerámiából készített téglatest alakú edény, amely hőálló, tehát alkalmas párolásra és sütésre, forró sütőbe helyezve. Az edény két részből áll. Az alsó rész mélyebb. A felső rész lapos, amely pontosan illeszkedik az alsó részre, így az edény párolásra is alkalmas.

6. Főzéssel készíthető vadhúsételek

VADDISZNÓ CSIPKEBOGYÓÍZZEL (Sanglier avec confiture d'églantines)

Fűszerzacskó

Főzés

Petrezselymes burgonya

Ajánlott anyaghányad

Vaddisznó-színhús bőrrel	2,20 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Só	0,06 kg	Borókamag	0,005 kg
Sárgarépa	0,40 kg	Vörösbor	0,5Q l
Petrezselyemgyökér	0,40 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zellergumó	0,15 kg	Torma	0,30 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Citrom	1 db
Fokhagyma	0,001 kg	Csipkebogyóíz	0,30 kg
Egész bors	0,005 kg	Petrezselymes	
Babérlevél	2 db	burgonya	10 adag

Az előkészített vaddisznót kicsontozzuk, és úgy daraboljuk, hogy minden darabon legyen bőr (167. ábra). A húsdarabokat zsineggel formázzuk, illetve kötözzük.

A húst vízben feltesszük főni. Hozzáöntjük a bort, beletesszük a zöldségeket, majd sózzuk. A fokhagymát, az egész borsot, a babérlevelet, a kakukkfűvet és a borókamagot fűszerzacskóba kötözzük és a főzőlébe helyezzük. Az egészet lassan készre főzzük.

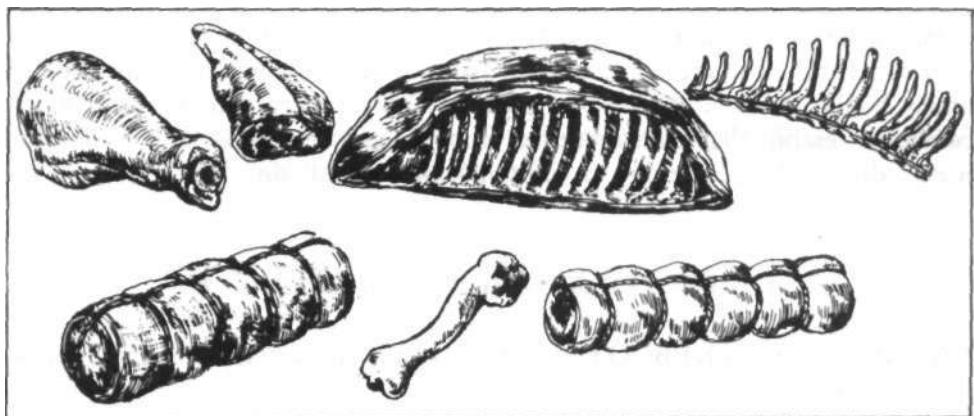
Amikor a hús megpuhult, kiemeljük a léből, másik edénybe helyezzük. Egy kevés levet aláöntve, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A zöldségeket is kiemeljük, metéltre vágjuk, egy kevés főzőlevet öntünk rájuk, így tartjuk melegen tálalásig.

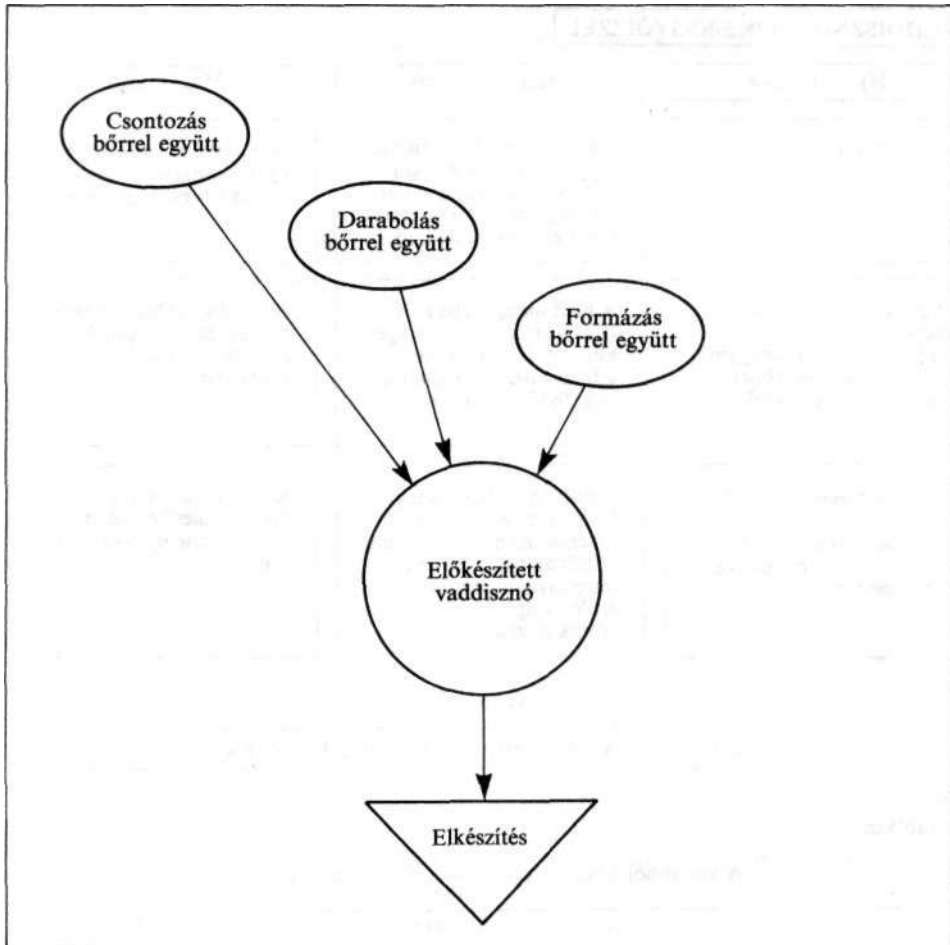
Elkészítjük a tormarózsát. A hámozott citromot karikákra vágjuk.

A tormát lereszeljük, vagy éles késsel tormaforgácsot kaparunk belőle. A tormát kúposán a citromkarikákra halmozzuk. Tetejét céklával, petrezselyemlevéllel díszítjük.

Tálaláskor a zsineget eltávolítjuk a húsról. A forró húst a rostokra merőlege-



167. ábra. Vaddisznó előkészítése főzéshez



sen felszeleteljük. A szeleteket előmelegített tálra rendezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást. Rámerjük a metéltre vágott zöldségeket a forró lével együtt, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. A tetejére helyezzük a tormarózsát.

Kis üvegtányérkában adjuk az ételhez a simára kevert csipkebogyóízt.

Külön petrezselymes burgonyát adunk hozzá.

85. folyamatábra

VADDISZNÓ CSIPKEBOGYÓÍZZEL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaddisznó	Az előkészített vaddisznót úgy csontozzuk és daraboljuk, hogy minden darabon legyen bőr és zsírréteg, majd zsinagra kötözzük.	A bőrével és zsírával együtt dolgozott vaddisznóhús kevésbé lesz száraz.
Vörösbort, sárgarépa, petrezselyemgyökér, zellergumó, vöröshagyma, fokhagyma, egészbors, babérlevél, kakukkfű, borókamag	A húst hideg vízbe helyezzük. Vörösbort, zöldségeket, sót, fűszerzacskót adunk hozzá. Lassan főzzük, fedővel lefedve.	A vaddisznó húsa megpuhul, és íze összeérnek a többi anyaggal a lassú főzés alatt.
Főtt zöldségek Citrom Reszelt torma Petrezselymes burgonya Csipkebogyóíz	A puha húst felszeleteljük. Forró főzőlével leöntve, julienne-zöldséggel, tormarózsával, petrezselymes burgonyával tálaljuk. Külön csipkebogyóízt adunk hozzá.	A húst csak forrón szabad tálalni. Ellenkező esetben nem élvezhető, és étvágyrontó.
SANGLIER À LA CONFITURE D' EGLANTINES		

28. táblázat

A vadakból készíthető ételcsoportok összefoglalása

Egészben sütéssel készíthető vadhúsételek		Frissensütéssel készíthető vadhúsételek		Párolással készíthető vadhúsételek		Készíthető vadhúsételek
nagyvadakból egészben sütéssel készíthető ételek	apróvadakból egészben sütéssel készíthető ételek	nagyvadakból frissen sütéssel készíthető ételek	apróvadakból frissen sütéssel készíthető ételek	nagyvadakból párolással készíthető ételek	apróvadakból párolással készíthető ételek	vaddisznó

Kérdések:

- 1. Milyen tényezők befolyásolják a vadak hújának minőségét?*
- 2. Hogyan csoportosítjuk a vadakat?*
- 3. Melyek a szarvas húsrészei, hogyan osztályozzuk ezeket?*
- 4. Melyek a vaddisznó húsrészei, hogyan osztályozzuk ezeket?*
- 5. Hogyan történik a nagyvadak elsődleges előkészítése?*
- 6. Mit tartalmaz a száraz pác, és hogyan készítjük?*
- 7. Mit tartalmaz a fűszerkeverék, és hogyan készítjük?*
- 8. Milyen módon készítjük a nedves pácot?*
- 9. Milyen eljárással készítjük elő a vadnyulat?*
- 10. Milyen eljárással készítjük elő a vadszárnyasokat?*
- 11. Mi a tűzdelés és a bardírozás?*
- 12. Mit tartalmaz a „szalmi”?*
- 13. Miért a bőrrel együtt használjuk fel a vaddisznót?*
- 14. Miért a lábaival együtt használjuk fel a vadszárnyasokat?*
- 15. Mit tartalmaz a tormarózsa?*
- 16. Miért válhat szükségessé a vadliba és a vadkacsa bőrének lenyúzása?*
- 17. Miért kell a nedves páclébe helyezett húsdarabokat időnként forgatni, ellenőrizni?*
- 18. Miért szükséges, hogy a száraz pácban érlelt húsrészeket az olaj légmentesen elzárja a levegőtől?*

Gyakorlati jó tanácsok:

- 1. A bőrben érlelt nagyvadak és a nyúl zsigerelését, bontását gondosan végezzük!*
- 2. A tollazatukban érlelt vadszárnyasok kopasztását úgy végezzük, hogy pihék és tokok ne maradjanak a bőrükön!*
- 3. A nagyvadak és a nyúl hártýázását úgy végezzük, hogy a húsba ne hasítsunk be, hártýa pedig ne maradjon a húsrészek felületén!*
- 4. A nagyvadak és a nyúl darabolását, csontozását az egyes húsrészek között húzóó határhártýák mentén végezzük!*
- 5. Különös gondossággal végezzük a szalonka és a fenyvesmadár bontását, hogy a belsőségeket kifogástalan állapotban tudjuk felhasználni a szalmihoz!*
- 6. Mindig a legmegfelelőbb húsrészeket, illetve vadszárnyasokat válasszuk ki az egyes vadhúsételek készítéséhez!*
- 7. A fűszerkeverékhez mindig gondosan őrljük, szítáljuk és keverjük a fűszereket, hogy az egész egynemű legyen! A fűszerkeveréket jól záróó edényben tároljuk, hogy ne vegye át más fűszerek illatát!*
- 8. A száraz pácban érlelt húsrészek előfűszerezését, olajozását gondosan végezzük! Ezzel biztosítjuk, hogy a húsrészek tovább puhulnak, érlelőódnék!*

9. Ellenőrizzük, hogy a pácolás alatt az olaj légmentesen zárja-e el a húsdarabokat a levegőtől! Ezzel biztosítjuk, hogy a pácolás közben a hús nem romlik meg.
10. A nedves pácot mindig gondosan forraljuk fel, majd alaposan hűtsük le, így megelőzzük a romlását, savanyodását!
11. A nedves pácba helyezett húsdarabokat többször forgassuk meg, hogy elkerüljük befülledésüket, romlásukat!
12. A száraz, illetve a nedves pácban érlelt húsdarabokat felhasználás előtt gondosan szárítsuk le!

Átgondoltan, pontosan végezzük a vadszárnyasok:

- tüzelését,
- bardírozását,
- formázását, illetve rögzítését és a hőbehatást követő
- melegen tartást,
- darabolást,
- tálalást!

Átgondoltan, pontosan végezzük a nagyvadak és a nyúl:

- tüzelését,
- előkészítését,
- elősütését és a hőbehatást követő
- melegen tartást,
- darabolást,
- tálalást!

II. rész

I. Gyúrt tészták

A gyúrt tésztákkal már korábban megismerkedtünk a levesbetéteknél.

Szólni kell röviden az ún. gyárilag előállított „gyúrt” tésztákról. Ezeket gépekkel állítják össze, illetve gyúrnak, majd nagy nyomáson tömörítik. A tömörített tésztát ezután a szükséges vékonyságúra nyújtják, szintén gépek segítségével. Ezután a tésztát darabolják, szárítják, majd csomagolják.

A gyúrt tészták csomagolásán minden esetben olvasható, amely szerint a tészta 2, 4, 6 vagy 8 tojással készült. Ez azt jelenti, hogy a tésztánál egy kilogramm liszt összegyűjtéséhez hány tojást használtak fel.

Természetesen minél több tojással állítjuk össze a gyúrt tésztát, annál értékesebb táplálkozás-élettanilag. Ezenkívül megnő a tészta víztűrő, azaz főzési vagy más-képpen duzzadóképesége. A több tojással készített tészta fehérjetartalma magasabb, s így kisebb a veszély, hogy elázik a főzővízben.

A több tojással készített, szakszerűen kifőzött gyúrt tészta állománya nem csirizes, kissé rugalmas. Így kevesebb zsiradék hozzákeverésével sem tapad össze a kész tészta. A gyúrt tészták esetében gyakran előfordul, hogy a világossárga színt ételfestékkel kívánják pótolni. Ez közönséges hamisítás, hiszen a tojás tápértéke a megtévesztő színhatás ellenére hiányozni fog a tésztából.

1. Főtt tészták

a) Egyszerű gyúrt tészta

Az átszitált lisztet nyújtótábla közepére halmozzuk. Közepébe mélyedést készítünk, amelybe beleöntjük az előzetesen megmosott, felütött és ellenőrzött tojásokat. A tojássárgáját összekeverjük a tojásfehérjével, egy kevés sóval. Folyamatosan összedolgozzuk a tojást a liszttel, mialatt annyi vizet adunk hozzá, hogy a tészta középke ménységű legyen.

A tészta állománya akkor jó, ha az sem túl puha, sem túl kemény. Az összeállított tésztát, amely még egyenetlen és csomós, gyúrással simára dolgozzuk. A gyúrás jobb kezünkkel végezzük úgy, hogy a tésztatömeget a tenyér és az ujjak szorításában vékonyítjuk, majd összegyúrjuk. Bal kezünkkel segítjük a tésztatömeg folya-



matos forgatását. Így elérjük, hogy a tészta egész tömege egyenletes, sima, csomómentes lesz.

A kidolgozott tésztából gömbölyű cipókat formálunk. Ezek felületét vékonyan bekenjük zsírral, majd konyharuhával letakarva pihentetjük. A tészta felületét azért kell zsiradékkal bekenni, hogy felülete ne száradjon ki. A tészta pihentetése elengedhetetlen, mivel a frissen összegyúrt tészta még kemény, a liszt sikértartalma miatt rugalmasan összehúzódik, nyújtása, elvékonyítása nem sikerül.

A kb. 20 percg pihentetett cipókról letöröljük a zsírt. Ezután kinyújtjuk a tésztát. A sodrófa segítségével egyenletesen vékonyítjuk és nyújtjuk a tésztát, úgy, hogy közben állandóan körbe forgatjuk. Időnként meghintjük a tészta és a nyújtótábla felszínét egy kevés liszttel, hogy a tészta ne ragadjon le a nyújtás közben. Ez a liszt minimális mennyiségű legyen. Ha túl sok lisztet használunk, a tészta felülete a szikkadás alkalmával repedezetté válik, főzés után pedig könnyen összetapadhat.

A kb. 1 mm vastagságúra nyújtott tésztát a sodrófára tekerjük és hajszálvékonyra sodorjuk. A sodrást akkor végezzük szakaszerűen, ha a tésztát az egyes sodrási szakaszokat követően letekerjük a nyújtófáról, majd kb. 45-öt elcsúsztatva újra feltekerjük a sodrófára, és folytatjuk a sodrást.

Sodrás közben gyakran visszatérő probléma a tészta meggyűrődése. Ez akkor következik be, ha a tészta nem volt kellően pihentetve. Ebben az esetben a tésztát tekerjük le a sodrófáról, és igen könnyű, húzó mozdulatokkal és simítással tegyük egyenletessé!

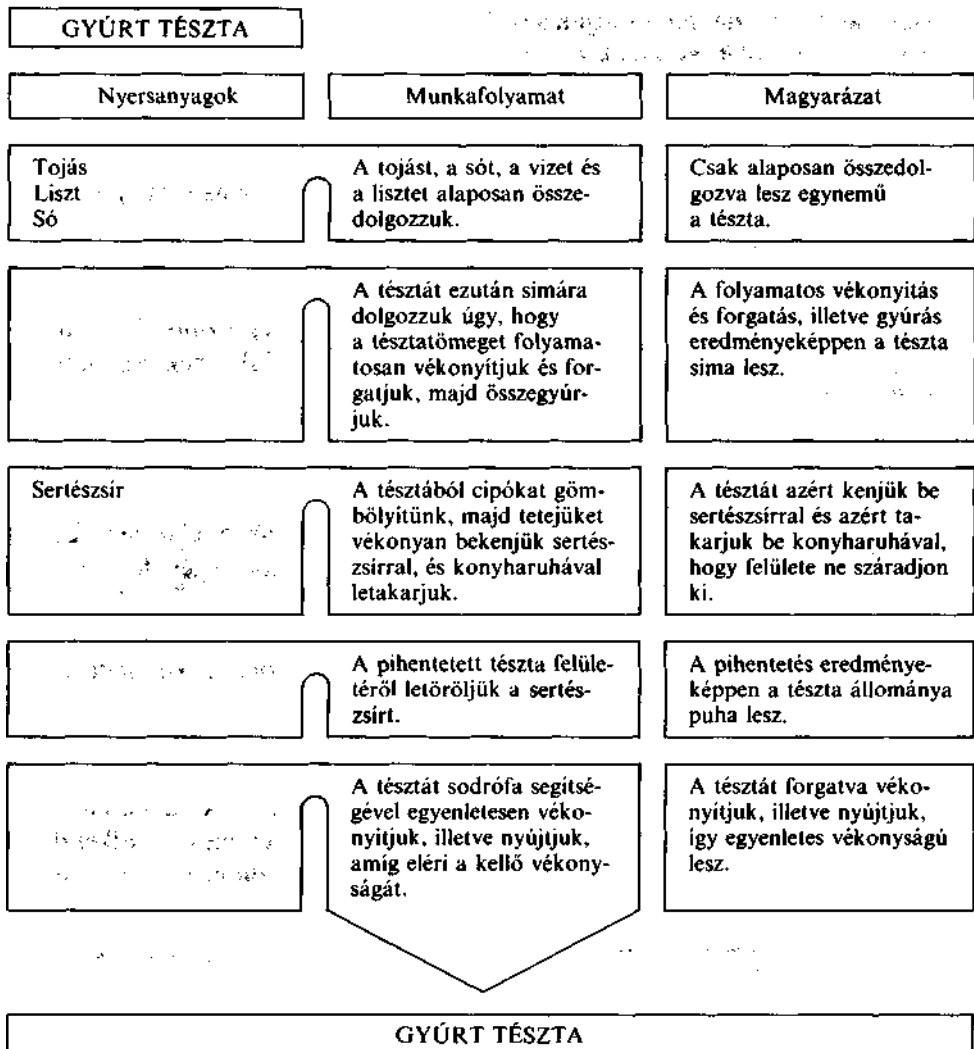
A hajszálvékonyra nyújtott tésztán keresztül már tisztán kivehető a nyújtótábla mintázata.

Ezután a tészta felületén maradt lisztet gondosan leseperjük. A kör alakú tésztát tiszta konyharuhára fektetjük és szikkasztjuk. A tészta akkor darabolható, ha felülete már nem tapad, de a tészta még hajlítható, kissé rugalmas.

A szikkasztott tésztát ezután feldaraboljuk. A daraboláshoz jó éles és széles pengéjű kést használjunk.

A csuszatésztához és a lebbenctésztához a kinyújtott tésztát teljesen megszáritjuk. Ebben az esetben az eredetileg kör alakú tészta felpúposodik, széle bereped, érintésre elpattan, törik.

1. folyamatábra



Diós metélt (Nouilles aux noix)

Gyúrt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Só	0,03	kg
Tojás	6	db	Zsír	0,10	kg
Só	0,01	kg	Dió	0,30	kg
			Porcukor	0,25	kg

A szikkasztott tésztát felcsavarjuk a sodrófára, és hosszában a tésztát egyszer végigvágjuk. A sodrófát levesszük a széthajló tésztaalapokról és hosszában még egyszer végigvágjuk.

A hosszúkás tésztaalapokból 3–4 darabot egymásra helyezünk, majd hosszanti irányára merőlegesen 3–4 mm széles csíkokra vágjuk.

A tésztaacskókat lazán konyharuhára halmozzuk, úgy, hogy az esetleg összetapadt tésztát közben szétrázzuk. Gyakran előforduló hiba, hogy a tésztaacskók összeragadnak. Ennek egyik oka az életlen kés használata lehet, a másik a tészta szükségtelenül erős leszorítása bal kezünk ujjával a vágás közben.

A tészta főzéséhez fazékban bő vizet forralunk, amelyet megsózunk. Jó, ha a vízhez egy kevés zsírt is adunk. Ez meggátolja a tésztaacskók felületének összetapadását főzés közben.

A tésztát a forrásban levő vízhez adjuk, fakanállal állandóan kevergetve. A tésztát lassan főzzük, közben állandó kevergetéssel ellenőrizzük, illetve meggátoljuk, hogy a tészta ne égjen le.

A tésztából akkor veszünk főzési mintát, ha az feljött a főzővíz felszínére. Ekkor kiemelünk néhány tésztaacskót, és átvágjuk. Ha a tésztaacskók vágási felülete egyenesen átfőtt, tehát nem tartalmaz nyers lisztacskót, akkor elkészült. A lisztacskót tartalmazó tészta még nem főtt át, tehát tovább kell főzni.

Az elkészült tésztát óvatosan leemeljük a tűzhelyről, és előre odakészített szitára öntjük, azaz leszűrjük. A leszűrt tésztát bőven leöblítjük hideg vízzel. Erre azért van szükség, hogy a felületén levő elcsirizsedett keményítőt lemoszuk, és ezzel elejét vesszük a tésztaacskók összetapadásának.

Ezután a tésztát könnyedén átfogatva alaposan lecsepegtetjük. Lábasban zsírt melegítünk, melyben a tésztát jól átforrósítjuk, gyakori kevergetéssel. Elkészítjük a cukrozott diót. A diót kiválogatjuk, majd megőröljük. A dióhoz hozzákeverjük az átszitált porcukrot.

A forró metélt tésztát előmelegített tálalóedényre halmozzuk, majd meghintjük a diós porcukorral.

2. folyamatra

DIÓS METÉLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gyúrt tészta (liszt, tojás)	A szikkasztott tésztát 3-4 mm széles csíkokra vágjuk, és konyharuhára halmozzuk.	A tésztát ne nyomjuk össze darabolás közben, mert összetapad.
Só	A metéltre vágott tésztát forrásban lévő, sós vízbe öntjük, és állandóan kevergetve főzzük.	A tésztát állandóan kevergetni kell, mert különben leég.
Zsír	A főzővízhez zsírt is adunk.	Ezzel megátoljuk a tészta-csík összetapadását.
	A tésztából főzési mintát veszünk, amit átvágunk, és megvizsgálunk.	A tészta akkor készül el, ha a tészta-csík nem tartalmaz nyers lisztzemcséket.
	A tésztát ezután leszűrjük, alaposan leöblítjük, lecsepegtetjük, majd meleg zsírral összekeverjük.	A tésztát azért kell alaposan leöblíteni, mert esetleg összetapad, és így nehezen tálalható.
Dió Porcukor	A forró tésztát előmelegített tálalóedényre halmozzuk, és meghintjük diós porcukorral.	A tésztát forrón tálaljuk, mert hidegen étvágyrontó.
NOUILLES AUX NOIX		

Darás metélt (Nouilles á la semoule)

Gyúrt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Pirított dara

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Zsír	0,20	kg
Tojás	6	db	Dara	0,20	kg
Só	0,01	kg	Só	0,02	kg

A diós metélnél ismertetett módon metélt tésztát készítünk. A tésztát ezután kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, lecsepegtetjük. Pirított darát készítünk. A megszitált darát zsíron világosbarnára pirítjuk. Felengedjük másfélszeres mennyiségű sós, forrásban levő vízzel. Felforraljuk, lefedjük, és forró sütőben néhány perc alatt készre pároljuk.

Az elkészített metélt tésztát óvatosan összekeverjük az elkészített pirított darával, közben ízlés szerint megsózzuk.

A darás metéltet sütőben összeforrósítjuk. Lábasba szedjük, fedővel lefedve vízfürdőben tartjuk melegen tálalásig.

A darás metéltet előmelegített tálra tálaljuk. Azonnal felszolgáljuk.

A darás metélt ismeretében készíthető még:

mákos metélt (nouilles au pavot),
túrós metélt (nouilles au fromage blanc),
sajtos metélt (nouilles au fromage),
ízes metélt (nouilles a la confiture).

Az ízes metélt készítésénél, mint már arról korábban szóltunk, a lekvár összekeverhető a jelleget adó anyag friss vagy mélyhűtött változatával is.

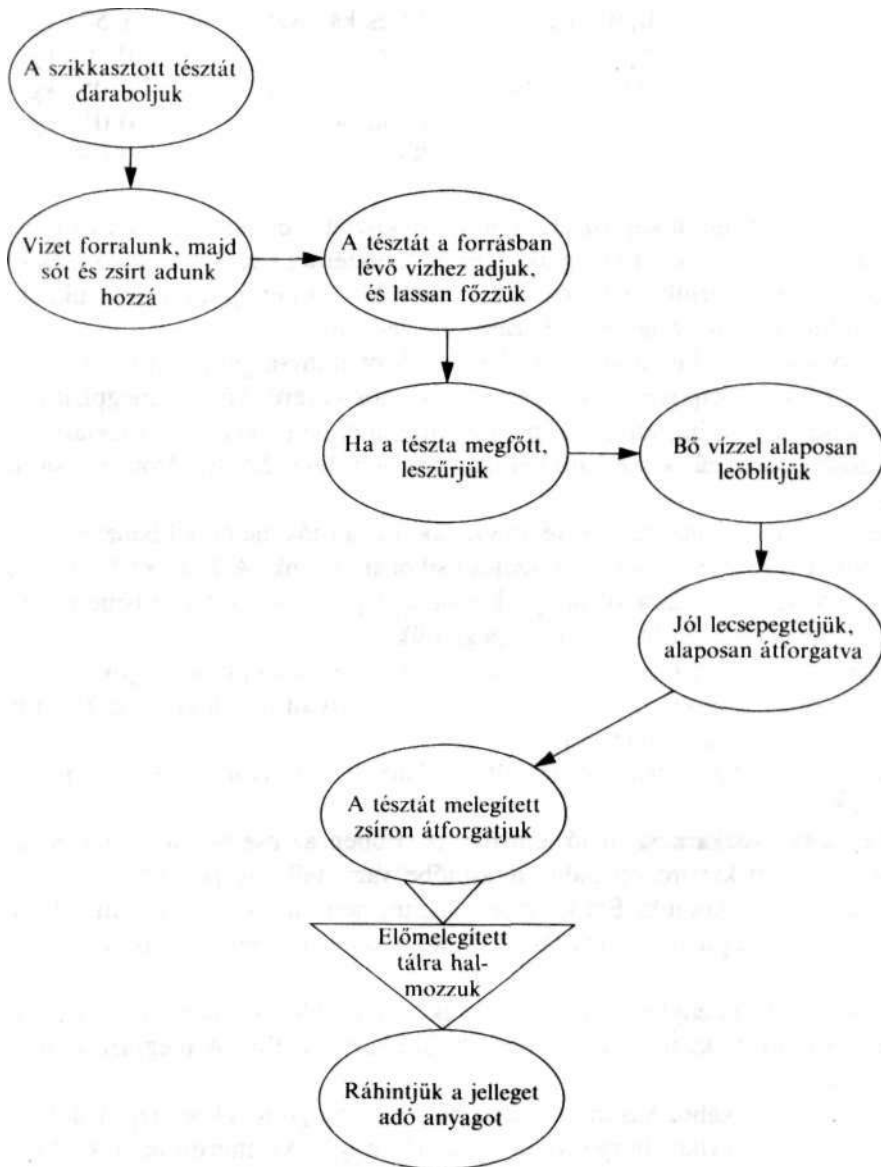
így készíthetők:

málnás metélt (nouilles aux framboises),
szilvás metélt (nouilles au prunes),
barackos metélt (nouilles aux abricots),
meggyes metélt (nouilles aux griottes)
és más ízesítésű metéltek.

A főtt tészták kínálatának van néhány igen fontos szabálya, amelyeket be kell tartani:

A főtt tészták frissen kifőzve a legízletesebbek. Melegentartásuk 1 órán túl pedig már nem kívánatos, mivel a tészta összetapadhat és étvágyrontó lesz. A kifőzött tészták hosszabb ideig (2—3 órán át) történő tárolása, akár melegen, akár jól lehűtve tilos. Az ilyen tészta súlyos mérgezést okozhat! Következésképpen a főtt tésztákat a várható forgalomnak megfelelő mennyiségben, ütemben főzzük ki! A megmaradt tésztát hűtőbe tenni, tárolni tilos!

2. séma A FŐTT TÉSZTA KÉSZÍTÉSE



Káposztás kocka (Nouilles aux choux blancs)

Gyúrt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Fejes káposzta	1,50	kg
Tojás	6	db	Zsír	0,20	kg
Só	0,01	kg	Kristálycukor	0,05	kg
			őrölt bors	0,01	kg
			Só	0,05	kg

Először elkészítjük a káposztát. A fejes káposztát megtisztítjuk, sérült leveleit eltávolítjuk, majd torzsáját kivágjuk. Ezután lereszeljük káposztareszelőn, és kb 4 dkg sóval összekeverjük. A besózott káposztát kb. 15 percig állni hagyjuk, majd alaposan kicsavarjuk, hogy minél szárazabb legyen.

Széles lábasban zsírt hevítünk, amelyben a cukrot aranysárgára pirítjuk. Hozzáadjuk az előkészített káposztát. Az egészet folytonos keverés közben megpirítjuk. A pirítást addig végezzük, amíg a káposzta teljesen el nem veszi folyadéktartalmát, és világosbarna színű, kissé karamellizált ízű nem lesz. Sóval, törött borssal ízesítjük.

Elkészítjük a kockatésztát. A vékonyra sodort, a diós metélnél ismertetett módon lapokra vágott tésztából 2 cm széles csíkokat vágunk. A 2 cm széles csíkokat elfordítva folytatjuk a darabolást, így kockákat kapunk. A tésztát az ismert módon kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, lecsepegtetjük.

A káposztához hozzákeverjük a kockatésztát. Óvatosan összekeverjük, majd fűszerezzük őrölt borssal. Állandóan keverve átforrósítjuk, majd megkóstoljuk. Szükség szerint sóval utánízésítjük.

A forró káposztás kockát előmelegített tálalóedényre halmozzuk. Azonnal felszolgáljuk.

A káposztás kocka készíthető lepirítva is. Ebben az esetben a kész káposztás kockát vékonyan kizsírozott palacsintasütőbe vagy teflonserpenyőbe tesszük, és könnyedén lenyomkodjuk. Ezt követően lassan, nem túl erős tűzön, állandó óvatos rázogatással lepirítjuk a tésztát. A kissé megpirult tésztát lapos tányérra helyezzük.

A tányért és az edényt erősen összefogjuk konyharuhával, majd egy gyors mozdulattal megfordítjuk. Így a tészta pirított fele kerül felülre. A megpirított tésztát azonnal tálaljuk.

A káposztás kockához hasonlóan készíthető még burgonyás kocka (gránátos kocka) is, melynél paprikás burgonya az „ízesítőanyag”. Az éttermi tészták közül jó néhány, annak ellenére, hogy zárófogás, sós alapízű, tehát nem kell meghinteni porcukorral tálaláskor. Mégis gyakran visszatérő tálalási hiba, hogy ezeket a tésztákat megcukrozzák. Természetesen, ha a vendég kívánja, saját kérésére kaphat hozzá porcukrot.

3. folyamatábra

KÁPOSZTÁS KOCKA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Fejes káposzta Só	Az előkészített, lereszelt fejes káposztát besózzuk, majd állni hagyjuk.	A besózott káposzta leveit enged.
	A káposztát 15 perc múlva alaposan kicsavarjuk, hogy minél szárazabb legyen.	Fontos, hogy a káposztát alaposan kicsavarjuk, mert így rövidebb ideig kell majd piritani.
Kristálycukor Zsír	Lábasban cukrot piritunk. Hozzáadjuk a zsírt és az előkészített káposztát, majd állandóan keverve megpirítjuk.	Állandóan kevergetve kell készíteni, piritani a káposztát, mert könnyen leég.
Gyúrt tészta (liszt, tojás)	A kinyújtott, illetve sodort gyúrt tésztát szikasztyjuk, majd 2×2 cm-es négyzetekre vágjuk. A tésztát kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, lecsepegtetjük.	A tésztát úgy főzzük ki, hogy állandóan keverjük. Ellenkező esetben összeta-pad.
Törött bors Só	Az előkészített káposztához hozzákeverjük a tésztát, majd fűszerezzük törött borssal. Jól átforrósítjuk, szükség szerint sóval ízesítjük.	A fűszerezést, sózást a közepizlésnek megfelelően készítjük.
	A káposztás kockát forrón, előmelegített tálalóedényre halmozzuk. Azonnal felszolgáljuk.	A készítményt forrón tálaljuk. Ellenkező esetben étvágyrontó.

NOUILLES AUX CHOUX BLANCS

Túrós csusza (Lasagnes au fromage blanc)

Gyúrt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

4. folyamatra

TÚRÓS CSUSZA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gyúrt tészta (liszt, tojás)	Gyúrt tésztát készítünk, majd megszáritjuk. Ezután tenyérnyi nagyságú darabokra törjük.	A tésztát azért szárítjuk meg, mert így a törés eredményeképpen alakul ki a csuszatészta jellegzetes formája.
Füstölt szalonna	A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd lassan kiolvasztjuk és leszűrjük.	A kiolvasztást lassan kell végezni, hogy végül a füstölt szalonna-kockák ropogósak legyenek.
Só Zsír	A csuszatésztát forrásban lévő vízben főzzük meg, amelyhez sót és zsírt is adunk.	A zsírt azért adjuk a vízhez, hogy a tészta ne tapadjon össze.
Só	A tésztát leszűrjük, alaposan leöblítjük, lecsepegtetjük. A füstölt szalonna kiolvasztásakor nyert forró zsiradékkal összekeverjük, és megsózzuk.	A megfőzött tésztát azonnal össze kell keverni a forró zsiradékkal, mert különben összetapad.
Túró Tejföl	A forró csuszatésztát előmelegített tálalóedényre halmozzuk. Tetejére öszszemorzsolt túrót teszünk, meglocsoljuk tejjel, és ráhintjük a tőpörtyűt. Sütőben átforrósítjuk, és azonnal felszolgáljuk.	A csuszát azért kell átforrósítani sütőben, mert a túró és a tejföl lehűti a tésztát.

LASAGNES AU FROMAGE BLANC

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Zsír	0,10	kg
Tojás	6	db	Tejföl	0,50	l
Só	0,01	kg	Túró	0,50	kg
			Füstölt szalonna	0,30	kg
			Só	0,03	kg

Elkészítjük a gyúrt tésztát, amelyet teljesen megszáritunk, majd fél tenyérnyi nagyságú darabokra tördeljük.

A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd serpenyőben lassan kiolvasztjuk, és leszűrjük. A csuszatésztához feltesszük a vizet forni, amelybe zsírt is teszünk. Erre azért van szükség, hogy a csuszatészta főzés közben ne tapadjon össze. A csuszatésztát a tanult módon kifőzzük, leszűrjük és alaposan leöblítjük, majd lecsepegtetjük.

Széles lábasban felhevítjük a maradék zsírt és a füstölt szalonna kiolvasztásakor nyert zsiradékot. Ebben átforrósítjuk az előkészített csuszatésztát. Sóval ízesítjük, majd újra megkóstoljuk. Ha szükséges, újra megsózzuk.

A tejfölt jól összekeverjük, a túró pedig összemorzsoljuk. A füstölt szalonnából nyert töpörtyűt tálalásig melegen tartjuk.

Tálaláskor a forró csuszatésztát az előmelegített tálalóedényre halmozzuk. Tetejére tesszük az összemorzolt túró, meglocsoljuk gazdagon tejjel, majd ráhintjük a melegen tartott töpörtyűt. Mivel a túró és a tejföl a csuszatészta forró hőmérsékletét nem éri el, célszerű az egészet forró sütőbe helyezni, és jól átforrosítani.

Azonnal felszolgáljuk.

A csuszatészta a káposztás kockához hasonlóan lepirítva is készíthető. Ebben az esetben a tésztához kell keverni az összes járulékos anyagot, tehát: a túró, a tejfölt és a töpörtyűt, majd jól lepirítani.

ízes derelye (Ravioli á la confiture)

Gyúrt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Barackíz	0,40	kg
Tojás	6	db	Vaj	0,20	kg
Só	0,01	kg	Zsemlemorzsa	0,25	kg
			Tojás	1	db
			Porcukor	0,20	kg
			Őrölt fahéj	0,005	kg

A tésztát betöltjük jó sűrű barackízzel (gyümölcsízzel), illetve kialakítjuk a derelye jellegzetes formáját. Az elkészített gyúrt tésztát vékonyra nyújtjuk, illetve sodorjuk. A gyúrt tésztából lisztbe mártott pogácsaszaggatóval kör alakú tésztalapokat szúrunk ki. A tésztalapok közepére sima csővel ellátott habzsákból simára kevert barackízt fecskendezünk ki. A tészta széleit körbekenjük tojásfehérjével. A derelyét félbehajtjuk, és az így félhold alakú tészta egymást fedő széleit összenyomkodjuk. A betöltött tészta gyakran kiszakad, és a főzővízbe folyik a töltelék. Ennek megelőzésére a széleket célszerű az evővilla fokával gondosan összenyomkodni. Ez az eljárás nemcsak célszerű, de a derelye így tetszetősebb is lesz.

A derelyéket kifőzzük, leszűrjük, majd lecsepegtetjük. A vajban aransárgára pirított zsemlemorzsa-hoz hozzákeverjük az ízes derelyéket. A műveletet óvatosan végezzük, hogy a derelyék ne sérüljenek meg.

Az átforrósított ízes derelyéket előmelegített tálalóedényre halmozzuk. Tetejére őrlött fahéjjal összekevert porcukrot hintünk. Azonnal tálaljuk.

A barackíz helyett bármilyen jó minőségű, sűrű állományú ízt is használhatunk.

b) Burgonyával készített gyúrt tészták

A burgonyával készített gyúrt tészták burgonyatartalmuk következtében igen értékesek. Bár rendkívül laktatóak, jóval kevesebb szénhidrátot tartalmaznak, mint a kizárólag liszttel készített gyúrt tészták. A burgonya szénhidráttartalma csak kb. 50%-a azonos mennyiségű lisztének.

Szilvás gombóc (Quenelles aux prunes)

Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Burgonya	2,00 kg	Zsír	0,20 kg
Liszt	0,50 kg	Zsemlemorzsa	0,25 kg
Tojás	4 db	Szilva	0,60 kg
Só	0,03 kg	Porcukor	0,20 kg
		Őrlött fahéj	0,005 kg

Elkészítjük a burgonyás tésztát. A burgonyát alaposan megmossuk, és héjában megfőzzük. Még forrón meghámozzuk, és azonnal összetörjük burgonyanyomóval, majd nyújtótáblán szétterítjük, és hűlni hagyjuk.

Ha az összetört burgonya kihűlt, hozzáadjuk az átszitált lisztet, a zsír egynegyed részét, a sót és a tojásokat. Ezután az egészet összegyúrjuk úgy, hogy a tészta egyenmő, csomómentes, sima állományú legyen.

Az összegyúrt burgonyás tésztából cipókat formálunk, majd felületüket liszttel meghintve, tiszta konyharuhával lefedve rövid ideig pihentetjük.

5. folyamatábra

SZILVÁS GOMBÓC		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Burgonya	A héjában megfőzött burgonyát meghámozzuk, összetörjük, és kihűtjük.	A burgonyát kihűtjük, mert csak így lehet összegyúrní a többi anyaggal.
Liszt Zsír Só Tojás	Az összetört burgonyához hozzáadjuk a lisztet, a sót, a zsírt és a tojást, majd csomómentesre összegyúrnjuk.	A tészta az összegyúrás eredményeképpen sima, csomómentes legyen.
	A tésztából cipókat alakítunk ki. Felületüket liszttel meghintjük, majd konyharuhával lefedve pihentetjük.	A tésztát azért pihentetjük, hogy könnyebben tudjuk nyújtani, formázni.
Szilva Őrölt fahéj Porcukor	A tésztát kisujnyi vastagra nyújtjuk, majd kb. 8 x 8 cm-es négyzetekre vágjuk, közepére helyezük a kimagozott, fahéjas porcukorral megtöltött szilvaszemeket.	A tésztát egyenes vastagságúra nyújtjuk, hogy a gombócok így egyforma nagyságúak legyenek.
	A tészta sarkait a szilvaszemekre hajtjuk, majd gömbölyűre alakítjuk, és sós vízben óvatosan megfőzzük.	A gombócokat úgy alakítuk ki, hogy főzés közben ne essenek szét.
Zsír Zsemlemorzsa	A megfőzött gombócokat kiemeljük a vízből, lecsepegtetjük, és pirított zsemlemorzzában megforगतjuk. Porcukros fahéjjal meghintve tálaljuk.	A gombócokat óvatosan forgassuk meg a zsemlemorzzában.
QUENELLES AUX PRUNES		

A burgonyás tésztát a lisztezett nyújtóablán kisujjnyi vastagra kinyújtjuk, majd késsel kb. 8 x 8 cm-es négyzetekre felvágjuk. A négyzetek közepére helyezünk a kimagozott, fahéjas porcukorral megtöltött szilvaszemeket. A négyzetek sarkait a szilvaszemekre hajlítjuk úgy, hogy a tészta sarkai egy pontban találkozzanak. A szilvaszemet borító tészta széléit és az összeérő sarkokat finom mozdulatokkal összenyomkodjuk, ügyelve arra, hogy a tészta mindenütt egyenletes vastagságban borítsa a szilvaszemet. Ezután a tenyerünkben gömbölyűre formáljuk a szilvaszem gombócokat. Ha a tészta ragadna, a gombócokat egy kevés liszttel meghintve formázzuk. A formázott gombócokat sós, mérsékelten forrásban levő vízben főzzük meg. A főzésnél nagyon ügyeljünk arra, hogy a víz ne forrjon túl erősen, különben a gombócok egymásnak ütődnek, megsérülnek, és szétesnek.

Ha a gombócok feljönnek a víz felszínére, akkor megfőttek. Szűrőkanállal óvatosan kiemeljük a gombócokat. Alaposan lecsepegtetjük, majd összekeverjük a lábasban levő pirított zsemlemorzzával.

A szilvaszem gombócokat fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített tálalóedényre helyezünk a gombócokat, egy adagban általában hármat adunk. A gombócok tetejére őrölt fahéjjal összekevert porcukrot hintünk.

Azonnal tálaljuk.

A szilvaszem gombóc ismeretében készíthető még:

barackos gombóc (quenelles aux abricots),

szilvaízes gombóc (quenelles á la confitures de prunes).

Burgonyametélt (Nouilles aux pommes de terre).

Burgonyás tészta készítése

Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Burgonya	2,00	kg	Zsír	0,20	kg
Liszt	0,50	kg	Zsemlemorzsa	0,25	kg
Tojás	4	db	Porcukor	0,20	kg
Só	0,03	kg	Őrölt fahéj	0,005	kg

Elkészítjük a burgonyás tésztát. Lábasban zsiradékot melegítünk, amelyben a zsemlemorzsát aranysárgára pirítjuk.

A burgonyás tésztát kisujjnyi vastagra nyújtjuk a lisztezett nyújtóablán. A tésztát 5 cm széles csíkokra vágjuk, majd kisujjnyi metélteket vágunk. A metélteket egyenként megsodorjuk tenyerünkkel a lisztezett nyújtóablán. Így szögletes hasábok helyett szép hosszúkás, hengeres formájuk lesz.

A metélteket sós, forrásban levő vízben kifőzzük, leszűrjük, lecsepegtetjük. A burgonyametéltet összekeverjük a lábasban aranysárgára pirított zsemlemorzzával.

A burgonyametéltet fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. Forrón, előmelegített tálalóedényre halmozzuk a burgonyás metéltet, majd tetejére őrölt fahéjjal összekevert porcukrot hintünk.

Azonnal tálaljuk.

c) Túróval készített gyúrt tészták

Áttört tehéntúróval is készíthetünk gyúrt tésztát, a burgonyával készített tésztákéhoz hasonló módon.

A tésztából mindaz elkészíthető, mint a burgonyából készített gyúrt tésztából.

Túrómetélt (Nouilles au fromage blanc)

Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Tehéntúró	1,00	kg	Só	0,01	kg
Tojás	6	db	Zsemlemorzsa	0,25	kg
Só	0,01	kg	Vaj	0,20	kg
Liszt	0,20	kg			

A tehéntúrót szitán áttörjük, majd elkészítjük a vajban pirított zsemlemorzását. A tésztát összeállítjuk a burgonyás tésztához hasonlóan.

Megformázzuk a burgonyametélnél ismertetett módon, majd kifőzzük és leszűrjük. Ezután könnyedén összerázzuk a vajos morzsával. Fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A forró túrómetéltet előmelegített tálalóedényre halmozzuk.

Azonnal tálaljuk.

Túrógombóc (Quenelles au fromage blanc)

Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Túró	1,00	kg	Tejföl	0,50	l
Búzadara	0,15	kg	Só	0,04	kg
Tojás	5	db	Vaj	0,20	kg
Só	0,01	kg	Zsemlemorzsa	0,20	kg

Vajban pirított zsemlemorzását készítünk, amelyet fedővel lefedve melegre helyezünk tálalásig. Elkészítjük a túrógombócot. A túrókat szitán áttörjük, majd keverőtálban hozzákeverjük a búzadarát, a sót és a tojásokat. Az egészet hűtőszekrénybe he-

6. folyamatábra

TÚRÓGOMBÓC		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Zsemlemorzsza Vaj	Vajban piritott zsemlemorzsát készítünk, amelyet tálalásig fedővel lefedve tartunk melegen.	Ügyeljünk arra, hogy a morzsát kellő iz- és színhatásig pirítsuk.
Túró Búzadara Só Tojás	A szitán áttört túróhoz hozzákeverjük a búzadarát, a sót és a tojásokat, majd hűtőbe helyezzük.	Fontos, hogy az anyagokat jól összekeverjük, így a gombóctészta egynemű lesz.
	A pihentetett tésztát kiemeljük a hűtőből és vízbe mártott kézzel egyforma gombócokat formálunk belőle.	Ügyeljünk arra, hogy a gombócok azonos nagyságúak legyenek.
Só	A gombócokat forrásban lévő sós vízben megfőzzük, majd tálalásig a vízben tartjuk.	A gombócok főzését mérsékelt ütemben végezzük, hogy ne sérüljenek meg.
	Tálaláskor kiemeljük a gombócokat szűrőkanállal a főzővízből. Jól lecsepegetjük, majd előmelegített tálalóedényre helyezzük.	A gombócokat óvatosan emeljük ki a vízből, hogy ne sérüljenek meg.
Tejföl	A túrógombócok tetejére vajban piritott zsemlemorzsát és tejfölt locsolunk. Azonnal felszolgáljuk.	Fontos, hogy a készítményt forrón tálaljuk.
QUENELLES AU FROMAGE BLANC		

lyezzük és pihentetjük. *A túrógombóc készítésénél különös gonddal ügyeljünk az anyagok kimérésére!* így lesz készítményünk minőségileg kifogástalan. Ha a túró túlságosan vizes, akkor 2–3 dkg búzadarával többet adhatunk hozzá. Amennyiben túl száraznak találjuk a túrót, úgy 2–3 dkg búzadarával kevesebbet adjunk hozzá.

A pihentetett tésztát kiemeljük a hűtőszekrényből, és vizezett kézzel egyenlő méretű gombócokat formálunk belőle, amelyeket sós, forrásban levő vízben kifőzünk. Mikor a gombócok a víz felszínére jönnek, a főzést befejezzük.

A gombócokat a főzővízben tartjuk melegen tálalásig. Tálaláskor a gombócokat szűrőkanállal kiemeljük a főzővízből, és lecsepegtetjük, majd előmelegített tálalóedényre helyezzük. Egy adagban általában három túrógombócot adunk. A túrógombócok tetejére vajban pirított zsemlemorzsat és tejfölt locsolunk.

Azonnal tálaljuk.

d) Gesztenyével készített gyúrt tészták

(burgonyás tészta)

A gesztenyével készített gyúrt tésztához megfelelő a kész gesztenyemassza, de készíthető friss gesztenyéből is. Ehhez a gesztenyeszemeket megmossuk, leszárítjuk, majd a domború oldalukon a héjat kereszt alakban bevágjuk. Sütőlapra ujjnyi vastag konyhasót terítünk, amelyre vágással felfelé ráhelyezzük a gesztenyéket. Sütőben kb. 140 °C-on 25 perc alatt készre sütjük. Ezután a gesztenyéket meghámozzuk, tejben megfőzzük, majd szitán áttörjük.

A gesztenyés gyúrt tésztát a burgonyás tésztánál ismertetett módon állítjuk össze, majd ennek megfelelően készíthetünk belőle tésztát.

Gesztenyemetélt (Nouilles aux marrons)

Burgonyás tészta

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Friss gesztenye	2,50 kg	Só	0,03 kg
vagy			
Gesztenyemassza	1,50 kg	Vaj	0,10 kg
Liszt	0,30 kg	Méz	0,30 kg
Tojás	6 db	Mák	0,20 kg

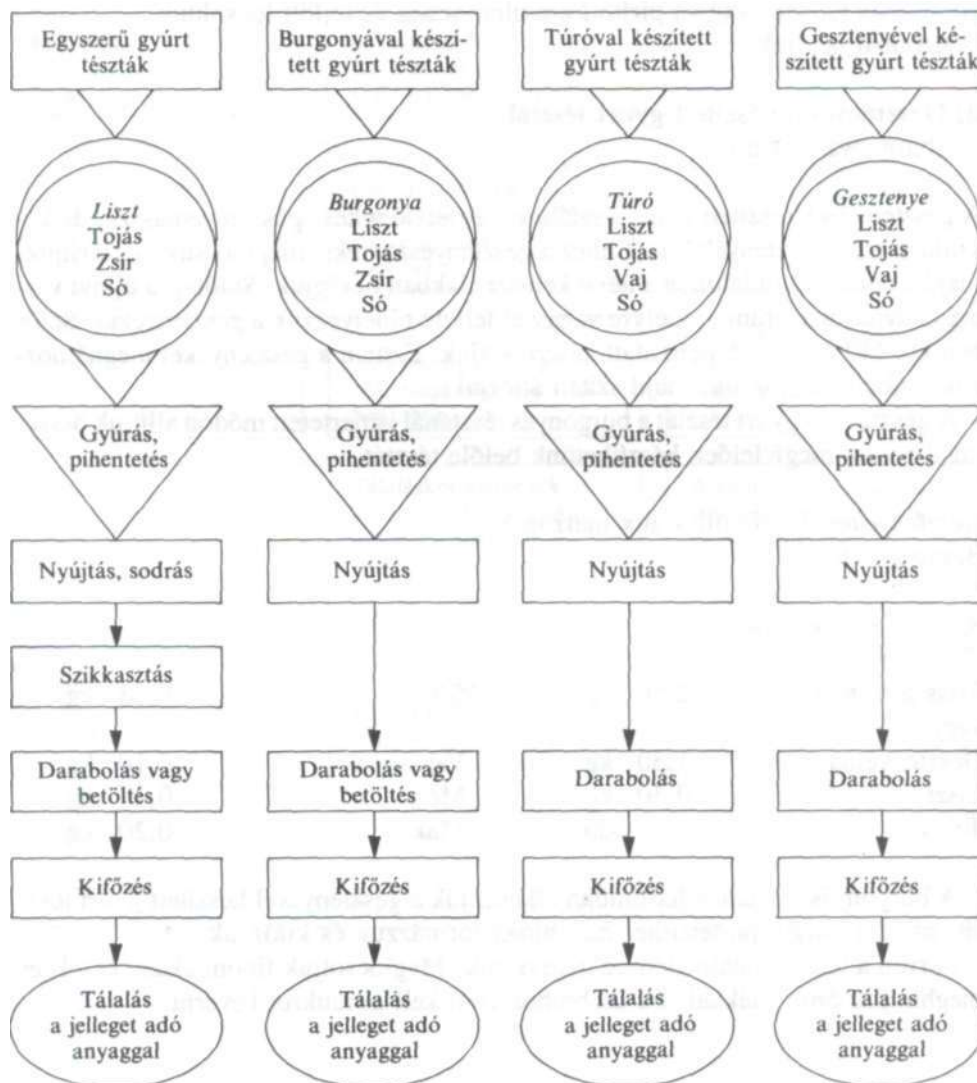
A burgonyás tésztához hasonlóan elkészítjük a gesztenyével készített gyúrt tésztát, majd a burgonyametélthez hasonlóan formázzuk és kifőzzük.

Forrón a leszűrt tálalóedényre halmozzuk. Meglocsoljuk finom akácmézzel, és meghintjük őrölt mákkal. Ez utóbbihoz nem kell porcukrot keverni.

1. táblázat

Főtt tészták összefoglalása			
Egyszerű gyúrt tészták	Burgonyával készített gyúrt tészták	Túróval készített gyúrt tészták	Gesztenyével készített gyúrt tészták

3. séma A GYÚRT TÉSztÁK KÉSZÍTÉSÉNEK ÖSSZEhASONLÍtÁSA



2. Főtt-sült tészták

A főtt-sült tészták egyik alkotóeleme a már ismert főtt tészta, pl. a metélt és kocka-tészta, továbbá a túrómetélt.

Ezek a tésztafélék úgy készülnek, hogy a főtt tésztákat összekeverjük különböző járulékos anyagokkal, majd sütőben megsütjük.

a) Édes főtt-sült tészták

Töltött metélt (Nouilles fourrées)

Gyúrt tészta készítése

Metélt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Tojáshab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80	kg	Tejföl	0,40	l
Tojás	6	db	Kristálycukor	0,25	kg
Só	0,01	kg	Vaníliás cukor	0,01	kg
			Dió	0,15	kg
			Vaj	0,10	kg
			Zsír	0,15	kg
			Tojás	5	db
			Barackíz	0,30	kg
			Citrom	1	db
			Zsemlemorzsa	0,03	kg
			Porcukor	0,08	kg
			Só	0,03	kg

Az ismert módon metélt tésztát készítünk, amelyet leszűrünk, leöblítünk, majd alaposan lecsepegtetünk.

A diót kiválogatjuk, majd megdaráljuk. A citrom héját lereszeljük. A barackízt simára keverjük. A tojásokat szétválasztjuk. A kristálycukor felével kemény habot készítünk a tojásfehérjéből.

Magas peremű, zománczott tepsit zsírral kikenünk, majd zsemlemorzzával meghintünk.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a kristálycukor másik felével és a vajjal. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat és a vaníliás cukrot. Bele-

7. folyamatábra

TÖLTÖTT METÉLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gyúrt tészta (liszt, tojás)	Metélt tésztát készítünk. Kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, majd alaposan lecepegtetjük.	A tésztát alaposan öblítjük le, hogy ne tapadjon össze.
Tojásfehérje Kristálycukor	A tojásokat szétválasztjuk, és a fehérjéből a kristálycukor felével kemény habot verünk.	A tojásfehérjéből vert hab jó kemény legyen.
Tojássárgája Kristálycukor Vaj Citromhéj Vaniliás cukor Tejföl	Habüstben habosra keverjük a tojássárgáját, a kristálycukrot, a vajat. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat, a vaniliás cukrot, a tejfölt és a metélt tésztát, végül óvatosan a tojáshabot.	Az anyagokat jó habosra keverjük, így a készítmény állománya könnyű lesz.
Zsir Zsemlemorzsa Dió Barackiz	A tésztát három részre osztva rétegezzük a zsírozott, morzsával meghintett tepsiben örölt dióval és barackizzal, majd elsimítjuk.	A tésztát osszuk pontosan három részre, így egyenletesen fog átsülni.
	Középmeg sütőben lassan sütjük készre. Ha elkészült, pihentetjük, majd kb. 6 × 6 cm-es kockákra vágjuk.	A sütést lassan végezzük, hogy jól átsüljön a készítmény.
Porcukor	Lapátkanállal előmelegített tálalóedényre emeljük, majd vékonyan meghintjük porcukorral. Azonnal felszolgáljuk.	A tészta kiemelését óvatosan végezzük, hogy ne törjön össze.
NOUILLES FOURRÉES		

teszük a tejfölt és az előkészített metélt tésztát. Az egészet összekeverjük, majd végül óvatosan hozzáadjuk a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Az összekevert tészta egyharmad részét az előkészített tepsibe öntjük. Ráhintjük az őrölt diót, majd ráöntjük a tészta második harmadát, amelyet óvatosan elsimítunk. A kikevert barackízzel megöntözzük a második tésztaréteget, majd ráöntjük a maradék tésztát. Az egész tésztát elsimítjuk habkártya segítségével, hogy felülete egyenletes legyen.

A töltött metéltet középmeleg sütőbe helyezzük, és mérsékelt tűzön készre sütjük. Sütés közben a tésztát többször ellenőrizzük. Ha azt tapasztaljuk, hogy felülete erősebben pirul, akkor lefedjük alumíniumfóliával.

A tészta sütése kb. 1 órát igényel. A tészta állományának átsülését hurkapálcával ellenőrizzük: A hurkapálcát a tészta közepébe szúrjuk, majd kihúzzuk és megvizsgáljuk, ha a hurkapálca felülete nem ragad, a tészta elkészült. Ellenkező esetben a sütést rövid ideig még folytatjuk. Aki nagy gyakorlattal rendelkezik a tészták készítésében, az tapintással is képes megállapítani a sülés mértékét.

A készre sült tésztát kiemeljük a sütőből, és langyos helyen pihentetjük. A töltött metéltet tálaláskor éles késsel óvatosan kb. 6 cm nagyságú kockákra vágjuk. A tésztakocka alá lassan lapátkanalat tolunk, majd óvatosan az előmelegített tálalóedényre emeljük. Vékonyan meghintjük porcukorral.

Azonnal tálaljuk.

Pozsonyi kocka (Pâte en dés Presbourg)

Gyúrt tészta készítése

Kockatészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Tojáshab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80 kg	Tejföl	0,40 l
Tojás	6 db	Kristálycukor	0,25 kg
Só	0,01 kg	Mák	0,30 kg
		Vaj	0,10 kg
		Citrom	1 db
		Mazsola	0,10 kg
		Tojás	5 db
		Zsír	0,15 kg
		Barackíz	0,30 kg
		Vaníliás cukor	0,01 kg
		Zsemlemorzsa	0,03 kg
		Porcukor	0,08 kg
		Só	0,03 kg

8. folyamatábra

POZSONYI KOCKA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gyúrt tészta (liszt, tojás)	Kockatésztát készítünk. Kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, majd alaposan lecsepegtetjük.	A tésztát alaposan öblítjük le, hogy ne tapadjon össze.
Tojásfehérje Kristálycukor	A tojásokat szétválasztjuk, és a fehérjéből a kristálycukor felével kemény habot verünk.	A tojásfehérjéből vert hab jó kemény legyen.
Tojássárgája Kristálycukor Vaj Citromhéj Vaníliás cukor Tejföl Mazsola	Habüstben habosra keverjük a tojássárgáját, a kristálycukrot és a vajat. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat, a vaníliás cukrot, a tejfölt és a kockatésztát, a mazsolát, végül óvatosan a kemény tojás-habot.	Az anyagokat jó habosra keverjük, így a készítmény állománya könnyű lesz.
Zsir Morzsa Mák Barackiz	A tésztát két részre osztva rétegezzük a zsírozott, morzsával meghintett tepsi- sibe, őrölt mákkal és barackizel, majd elsimitjük.	A tésztát pontosan két részre osszuk, így egyenletesen fog átsülni.
	Középmelleg sütőben lassan sütjük készre. Ha elkészült, pihentetjük, majd kb. 6 x 6 cm-es kockákra vágjuk.	A sütést lassan végezzük, hogy jól átsüljön a készítmény.
Porcukor	Lapátkanállal előmelegített tálalóedényre emeljük, majd vékonyan meghintjük porcukorral. Azonnal felszolgáljuk.	A tészta kiemelését óvatosan végezzük, hogy ne törjön össze.
PÂTE EN DÈS PRESBOURG		

A mákot megdaráljuk, 0,2 l vízben felforralunk 0,10 kg kristálycukrot, majd a darált mákra öntjük és összekeverjük.

Az ismert módon kockatésztát készítünk, amelyet megfőzünk, leszűrünk, leöblítünk, majd alaposan lecsepegtetünk.

A citrom héját lereszeljük. A barackízt simára keverjük. A tojásokat szétválasztjuk. A kristálycukor felével kemény habot készítünk a tojásfehérjéből. Magas pere-mű zománcozott tepsit zsírral kikenünk, majd zsemlemorzzával meghintünk. A mazsolát megtisztítjuk, megmossuk és a mákhoz keverjük.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a maradék kristálycukorral és a vajjal. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat és a vaníliás cukrot. Beleöntjük a tejfölt és az előkészített kockatésztát. Az egészet összekeverjük, majd végül hozzáadjuk a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Az összekevert tészta felét az előkészített tepsibe öntjük. A tetejére öntjük a mákot, amelyet elsimítunk. A barackízt a mák tetején szétkenjük, majd ráöntjük a tészta másik felét. Tetejét habkártya segítségével elsimítjuk, hogy felülete egyenletes legyen. A pozsonyi kocka sütése és tálalása mindenben megegyezik a töltött metélnél tanultakkal.

Szőlős metélt (Nouilles au raisin)

Gyúrt tészta készítése

Metélt tészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Tojáshab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,80 kg	Vaníliás cukor	0,01 kg
Tojás	6 db	Tejföl	0,40 l
Só	0,01 kg	Kristálycukor	0,20 kg
		Vaj	0,10 kg
		Citrom	1 db
		Szőlőszem	0,50 kg
		vagy	
		Mazsola	0,20 kg
		Tojás	5 db
O		Zsemlemorzsa	0,03 kg
		Só	0,03 kg
		Porcukor	0,08 kg
		Zsír	0,06 kg

Az ismert módon metélt tésztát készítünk, amelyet leszűrünk, leöblítünk, majd alaposan lecsepegtetünk.

A szőlőszemeket jól megmossuk, lecsepegtetjük, leszárítjuk. Ha mazsolával dolgozunk, a mazsolaszemeket kiválogatjuk, megmossuk, majd beáztatjuk. Ezt követően a mazsolát leszűrjük, lemossuk, lecsepegtetjük. A citrom héját lereszeljük. A tojásokat szétválasztjuk. A kristálycukor felével kemény habot készítünk a tojásfehérjéből. Magas peremű, zománcozott tepsit kikenünk, majd zsemlemorzssával meghintünk.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a kristálycukor másik felével és a vajjal. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat és a vaníliás cukrot. Hozzáadjuk a tejfölt, az előkészített metélt tésztát, a szőlőszemeket vagy a mazsolát.

Az egészet összekeverjük, végül óvatosan hozzáadjuk a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Az összekevert szőlős metéltet az előkészített tepsibe öntjük. Tetejét habkártya segítségével elsimítjuk, hogy felülete egyenletes legyen.

A továbbiakban a töltött metélnél ismertetett módon járunk el.

A szőlős metélt ismeretében a tejföl mennyiségének másfélszeresével készíthető még:

Tejfölös kocka (Pâte en des á la crème).

Stíriai metélt (Nouilles de Styrie)

Töltött metélt

Tojáshab készítése

Túrómetélt

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Tehéntúró	1,00	kg	Tejföl	0,40	l
Liszt	0,20	kg	Zsír	0,10	kg
Tojás	6	db	Vaj	0,10	kg
Só	0,01	kg	Citrom	1	db
			Tojás	6	db
			Só	0,02	kg
			Kristálycukor	0,25	kg
			Vaníliás cukor	0,01	kg
			Tojás	5	db
			Zsemlemorzsa	0,03	kg
			Mazsola	0,10	kg

9. folyamatábra

STÍRIAI METÉLT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Tehéntúró Tojás Liszt Só	Túrómetéltet készítünk. Kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, majd alaposan lecsepegtetjük.	A tésztát alaposan öblítjük le, hogy ne tapadjon össze.
Tojásfehérje Kristálycukor	A tojásokat szétválasztjuk és a fehérjéből a kristálycukor felével kemény habot verünk.	A tojásfehérjéből vert hab jó kemény legyen.
Tojássárgája Kristálycukor Vaj Citromhéj Vanília cukor Tejföl Mazsola Búzadarab	Habüstben habosra keverjük a tojássárgáját, a kristálycukrot és a vajat. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat, a vanília cukrot, a tejfölt és a túrómetéltet, a mazsolát, végül óvatosan a kemény tojás habot és a búzadarabot.	Az anyagokat jó habosra keverjük, így a készítmény állománya könnyű lesz.
Zsir Morzsa	A tésztát a zsírozott morzsával meghintett tepsibe öntjük, majd habkártyával elsimitjük.	A tésztát egyenletesre kell simítani, hogy egyszerre süljön át.
	Középméleg sütőben lassan sütjük készre. Ha elkészült, pihentetjük, majd 6 x 6 cm-es kockákra daraboljuk.	A sütést lassan végezzük, hogy jól átsüljön a készítmény.
Porcukor	Lapátkanállal előmelegített tálalóedényre emeljük, majd vékonyan meghintjük porcukorral.	A tészta kiemelését óvatosan végezzük, hogy ne törjön össze.
NOUILLES DE STYRIE		

Az ismert módon elkészítjük a túrómetéltet. A megformázott metéltet megfőzzük, leszűrjük, alaposan lecsepegtetjük.

A citrom héját lereszeljük. A mazsolát megtisztítjuk, alaposan megmossuk, majd leszárítjuk. A tojásokat szétválasztjuk, a kristálycukor felével kemény habot készítünk a tojásfehérjéből.

Magas peremű, zománczott tepsit zsírral kikenünk, majd zsemlemorzzával meghintünk.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a kristálycukor másik felével és a vajjal. Hozzáadjuk a reszelt citromhéjat és a vaníliás cukrot. Beleöntjük a tejfölt, az előkészített túrómetéltet és a mazsolát. Az egészet összekeverjük, majd óvatosan hozzáadjuk a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Az összeállított tésztát az előkészített tepsibe öntjük, majd a töltött metéltnél tanult módon megsütjük, pihentetjük, és tálaljuk.

A stíriai metélt készíthető cukor nélkül, sós alapízesítéssel. Ebben az esetben nem adunk hozzá cukrot, reszelt citromhéjat, mazsolát és vaníliás cukrot.

b) Sós főtt-sült tészták

Nagyon jóízű főtt-sült tésztákat készíthetünk, amelyre éppen a stíriai metélt is jó példa, ha cukor nélkül készítjük.

Sonkás kocka (Pâte au jambon)

Gyúrt tészta készítése

Kockatészta készítése

Gyúrt tészta kifőzése

Tojáshab készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

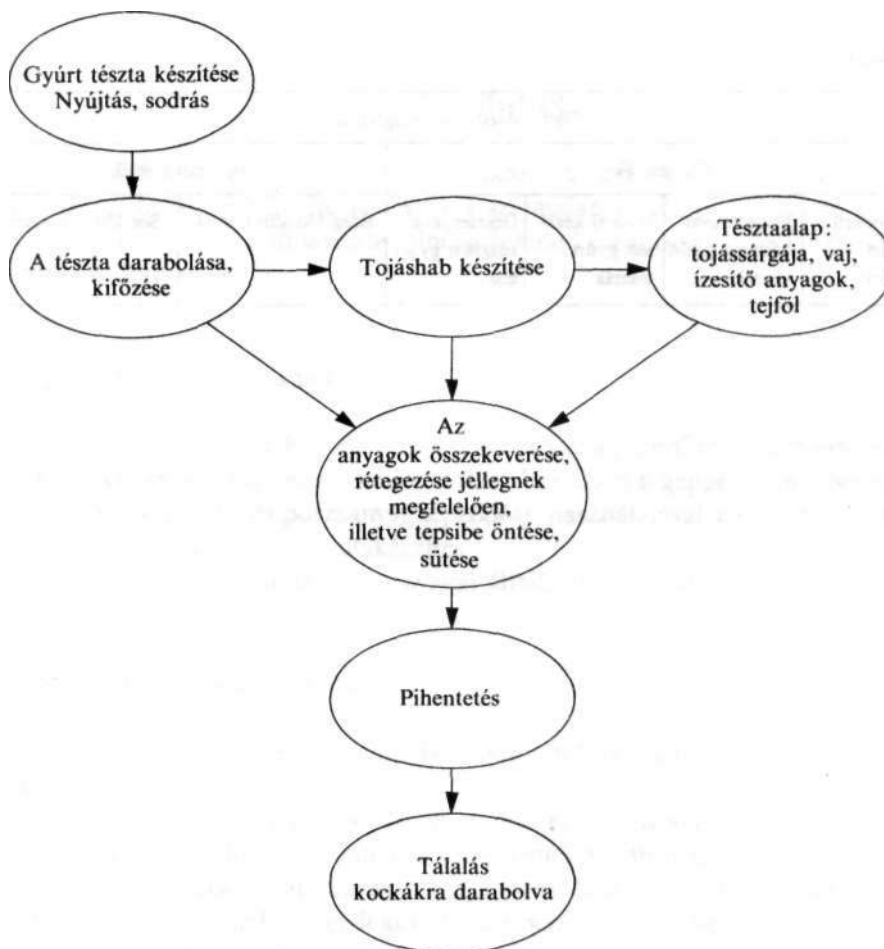
Tésztához:

Liszt	0,80 kg	Zsír	0,06 kg
Tojás	6 db	Zsemlemorzsa	0,03 kg
Só	0,01 kg	Sonka	0,20 kg
		Tarja	0,20 kg
		Só	0,01 kg
		Tojás	5 db
		Tejföl	0,50 l
		Őrölt bors	0,005 kg

Az ismert módon elkészítjük a kockatésztát. A füstölt sonkát és a tarját nagylyukú tárcsával ellátott húsdaralón megdaráljuk. A tojásokat szétválasztjuk. A tojásfehérjékből kemény habot verünk. Magas peremű, zománczott tepsit zsírral kikentünk, majd zsemlemorzsával meghintünk.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a vajjal. Hozzáadjuk a tejfölt. Ezután belekeverjük a darált sonkát és a tarját, továbbá az előkészített kockatésztát. Megkóstoljuk, figyelembe véve, hogy a sonka és a tarja sós, megsózzuk, majd enyhén fűszerezzük őrölt borssal.

4. séma A FOTT-SULT TÉSztÁK KÉSZÍTÉSE



Végül óvatosan hozzákeverjük a tojásfehérjéből készített kemény habot. Az összeállított tésztát az előkészített tepsibe öntjük, majd a töltött metélnél tanult módon megsütjük, pihentetjük és tálaljuk.

Sós alapízű tésztát nem szabad porcukorral meghinteni!
Azonnal felszolgáljuk.

2. táblázat

Főtt-sült tészták összefoglalása

Édes főtt-sült tészták	Sós főtt-sült tészták
------------------------	-----------------------

3. táblázat

Gyúrt tészták összefoglalása					
Főtt tészták				Főtt-sült tészták	
Egyszerű gyúrt tészták	Burgonyával készített gyúrt tészták	Túróval készített gyúrt tészták	Gesztenyével készített gyúrt tészták	Édes főtt-sült tészták	Sós főtt-sült tészták

II. Kevert tészták

A kevert tészták alapanyagait keveréssel állítjuk össze. Állományuk, szerkezetük jóval lazább, mint a gyúrt tésztáké. Jellemzőjük, hogy végleges állományukat csak a hőbehatás után kapják meg.

1. Palacsinták

A palacsintafélék igen népszerűek, mivel viszonylag gyorsan, könnyen és változatosan elkészíthetők. Különböző töltelékkel számtalan formája, módozata ismert. Igen fontos, hogy a palacsintatészta mindig frissen készüljön és még forrón legyen betöltve és tálalva.

a) Hagyományos palacsinták

A hagyományos palacsinták a legismertebbek és legnépszerűbbek. Ezt bizonyítja, hogy készítésükhöz külön gépet konstruáltak. Bár ezzel a géppel nem lehet elérni a hagyományos ízhatást és porzsanyagképződést, használatával leegyszerűsödött és termelékenyebbé vált a palacsintakészítés.

A hagyományos palacsinták alapanyagai általában azonosak:

ezek

- tojás,
- folyadék: víz, szódavíz vagy tej,
- liszt,
- egy kevés só, továbbá cukor, amely maximum 5 dkg lehet egy liter palacsintatészta számára számítva.

A felsorolt anyagokat a leírt sorrendben habverővel habüstben összekeverjük. Fontos, hogy a palacsintatészta sima, csomómentes és körülbelül nyers tejszín sűrűségű legyen. A palacsintatészta állománya akkor lesz jó, ha fokozatosan adagoljuk a lisztet a többi anyaghoz, tehát készítés közben többször ellenőrizzük a sűrűségét. Merőkanállal kimérünk a palacsintatésztából, majd lassan visszacsurgatjuk a

10. folyamatábra

PALACSINTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tojás Tej Szódavíz Liszt Só Kristálycukor</p>	<p>A felsorolt anyagokat a leírt sorrendben habverővel összekeverjük habústben. Sűrűsége feleljen meg a nyers tejszín állományának.</p>	<p>Fontos, hogy a palacsintatészta sima, csomómentes legyen.</p>
<p>Zsír</p>	<p>A palacsintasütőt jól fölforrósítjuk, majd zsiradékot öntünk bele, és körbeforgatjuk, hogy a zsiradék a teljes felületét bevonja.</p>	<p>Fontos, hogy a palacsintasütő forró legyen.</p>
	<p>Belemerjük a jól felkevert palacsintatésztát, majd a palacsintasütőt minden irányba megdöntjük, hogy a palacsintatészta széttérüljön.</p>	<p>A palacsintasütőt gyorsan meg kell dönteni minden irányba, hogy a palacsinta egyenletes vastagságú legyen.</p>
	<p>Ha a palacsinta megszilárdult, és a szélénél felhabzik a zsiradék, a palacsintasütőt könnyedén odaütjük a tűzhely lapjához.</p>	<p>A palacsintát nem szabad túlsütni, mert kiszárad, kemény lesz, esetleg leég.</p>
	<p>Mikor a palacsinta már elmozdult, kenőkéssel óvatosan alányúlunk, és megfordítjuk.</p>	<p>Ügyeljünk arra, hogy a kenőkéssel ne sértsük meg a palacsintát.</p>
	<p>A palacsinta másik oldalát is megsütjük óvatos mozzgatással, majd tányérra borítjuk és lefedjük.</p>	<p>A palacsintákat lefedjük, hogy ne száradjanak ki.</p>
CRÊPES		

habüstbe, és megállapítjuk a sűrűségét. Ha még híg, akkor lisztet adagolunk hozzá, ha esetleg már sűrű lenne, akkor óvatosan tejjel vagy szódavízzel hígítjuk.

A palacsintatésztát minden esetben valamilyen zsiradékban sütjük meg: Ez lehet:

- olaj,
- sertészsír,
- margarin.

A palacsintatészta úgy is készíthető, hogy a végén 1 liter palacsintatésztahoz 1 dl olajat keverünk. Ebben az esetben már nem kell külön zsiradékot felhasználni a palacsinták sütéséhez. Ha a palacsintát teflon palacsintasütőben sütjük, akkor 1 liter palacsintatésztahoz 0,5 dl olajat keverünk.

A palacsintákat a következő módon sütjük meg: Az előforrósított palacsintasütőbe zsiradékot adunk, amelyet felforrósítunk. A palacsintasütőt körbeforgatjuk, hogy a zsiradék a palacsintasütő teljes felületét bevonja. A felesleges zsiradék-mennyiséget kiontjuk. Ezt követően belemerítjük az előzetesen jól felkevert palacsintatésztát.

A palacsintatésztát azért kell minden alkalommal felkeverni, mert a „nyers” liszt könnyen leülepszik. Így a palacsintatészta felül túl híg, alul pedig túl sűrű lesz.

A palacsintasütőt azután gyorsan megdöntjük minden irányba, hogy a palacsintatészta szétterüljön. Így a palacsintatészta az egész palacsintasütő belső felületét egyenletesen bevonja, illetve az esetleg keletkező hézagokat kitölti.

Megvárjuk, míg a palacsinta megszilárdul és a palacsinta szélénél felhabzik a zsiradék. Ekkor a palacsintasütőt könnyedén odaütjük a tűzhely lapjához. Ha a palacsinta már elmozdul, akkor a kenőkéssel óvatosan alányúlunk, és megfordítjuk. A másik oldalát is állandó mozgás mellett megsütjük, majd tányérra borítjuk.

Gundel-palacsinta (Crêpes á la Gundel)

Palacsinta készítése

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Tojás	4	db
Liszt	0,35	kg
Só	0,01	kg
Tej	0,40	l
Szódavíz	0,20	l

Csokoládémártáshoz:

Csokoládé	0,15	kg
Kakaópor	0,05	kg
Tej	0,40	l
Tojás	4	db
Liszt	0,03	kg
Vaníliás cukor	0,005	kg
Rum	0,05	l

Diótöltelékhez:

Dió	0,30	kg
Citrom	1	db
Mazsola	0,04	kg
Tej	0,25	l
Rum	0,05	l
Vaníliás cukor	0,005	kg
Kristálycukor	0,15	kg

A palacsintatésztát elkészítjük az ismert módon, és tányérral lefedve vízfürdőn tartjuk melegen a betöltésig.

Elkészítjük a diótölteléket. A diót megdaráljuk. A citrom héját lereszeljük. A mazsolát megtisztítjuk, majd alaposan megmossuk, és leszárítjuk. Ezután a cukrot felforraljuk a tejjel, majd hozzáadjuk az előkészített mazsolát, a citromhéjat, a diót és a vaníliás cukrot. A diótölteléket levesszük a tűzről, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig vízfürdőben. A rumot a tálalás előtt keverjük a töltelékhez, hogy aromája megmaradjon.

Elkészítjük a csokoládémártást. Három dl tejet fölforralunk a csokoládéval. Habüstben jól összekeverjük a tojássárgákat, a kristálycukrot, a vaníliás cukrot, a megszitált kakaóport, a lisztet és az 1 dl hideg tejet. A felforralt tejet habverővel állandóan keverve vékony sugárban hozzáadjuk a habüstben levő jól összekevert anyagokhoz, majd vízfürdőre helyezve forráspontig kevergetjük. A besűrűsödött csokoládémártást fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig. A rumot tálalás előtt keverjük a csokoládémártáshoz.

A palacsintákat kiterítjük. Kb. 2 mm vastagságban rákenjük a diótölteléket úgy, hogy a palacsinták széle kb. 2 cm szélességben üresen maradjon. A palacsintákat először félbe-, majd negyedekbe hajtjuk. Így a palacsinták formája a háromszöghöz hasonlít.

A háromszögre hajtogatott betöltött palacsintákat csúcsukkal felfelé helyezzük a tálalóedénybe úgy, hogy azok félig fedjék egymást. A palacsintákat átvonjuk a forró csokoládémártással, majd meghintjük porcukorral.

Azonnal felszolgáljuk.

Gyakran tapasztalható, hogy a Gundel-palacsintát felszolgáláskor leöntik melegített rummal és meggyújtva flambírozzák. Kétségtelen, hogy az így készített palacsinta rendkívül látványos és kellemes íz- és pörzsanyagok alakulnak ki. Ez azonban már nem Gundel-palacsinta, hanem ún. „Égő palacsinta”.

A hagyományos palacsinta ismeretében készíthető még:

diós palacsinta (crêpes aux noix),
túrós palacsinta (crêpes au fromage blanc),
barackízes palacsinta (crêpes á la confiture d'abricots),
citromos palacsinta (crêpes au citron).

11. folyamalábra

GUNDEL-PALACSINTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Palacsintatészta Zsír	A palacsintákat megsütjük, majd tányérral lefedve tartjuk melegen a betöltésig.	A palacsintákat lefedjük, hogy ne száradjanak ki.
Kristálycukor Tejszín Mazsola Citromhéj Dió Rum Vaniliás cukor	A cukrot fölforraljuk a tejszínnel, majd hozzáadjuk a mazsolát, a reszelt citromhéjat, a darált diót, a rumot és a vaniliás cukrot. Ha besűrűsödött, levesszük a tűzről, és fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig vízfürdőben.	A diótöltelek akkor jó, ha állománya valamivel sűrűbb, mint egy mártásé.
Tej Csokoládé Tojássárgája Kristálycukor Vaniliás cukor Kakaópor Rum	A 3 dl tejet fölforraljuk a csokoládéval. Habústben jól összekeverjük a tojássárgáját, a kristálycukrot, a vaniliás cukrot, a megszitált kakaóport és az 1 dl hideg tejet. A fölforralt tejet habverővel állandóan keverve, vékony sugárban a habúst tartalmához adjuk, majd vízfürdőn forrpontig kevergetjük. Vízfürdőbe helyezzük tálalásig.	A csokoládémártás állománya akkor jó, ha bevonóképes, csomómentes, sima és bársonyos. A rumot tálalás előtt adjuk a csokoládémártáshoz, hogy íz- és illatanyagai jobban érvényesüljenek.
	A kiterített palacsintákra 2 mm vastagságban rákenjük a diótölteleket, majd félbe-, azután negyedekbe hajtjuk.	A betöltést és hajtogatást gondosan végezzük, hogy a palacsinta háromszög alakú legyen.
Porcukor	A betöltött palacsintákat tálalóedényre helyezük úgy, hogy félig fedjék egymást, és átvonjuk őket a csokoládémártással. Meghintjük porcukorral és azonnal felszolgáljuk.	A készítményt azonnal tálaljuk, mert csak forrón élvezhető igazán.

CRÊPES À LA GUNDEL

Szentgyörgyi-palacsinta (Crêpes á la Szentgyörgyi)

Palacsinta készítése

Tojáshab készítése

Sárga krém készítése

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Tojás	4	db
Liszt	0,35	kg
Só	0,01	kg
Tej	0,40	l
Szódavíz	0,20	l

Sárga krémhez:

Tej	0,50	l
Kristálycukor	0,15	kg
Vaníliás cukor	0,01	kg
Tojássárga	3	db
Krémpor	0,08	kg

Tojáshabhoz:

Tojásfehérje	6	db
Kristálycukor	0,18	kg

Járulékos anyagok:

Citrom	1	db
Vaníliás cukor	0,02	kg
Vaj	0,05	kg

A palacsintákat a korábban ismertetett módon megsütjük. A citromot lereszeljük. Magas peremű zománcozott tepsit kivajazunk. A tojások fehérjéből az előírt mennyiségű kristálycukorral kemény habot verünk.

Elkészítjük a jóízű sárga krémet. A tojássárgákat 1 dl tejjel és a krépporral habüstben simára keverjük. A többi tejet a kristálycukorral és a vaníliás cukorral felforraljuk. A felforralt tejet folyamatosan, habverővel keverve, a habüstben levő anyagokhoz öntjük. Ezután nyílt lángra helyezzük, állandóan kevergetve besűrítjük, majd levesszük a tűzhelyről.

A palacsintákat kiterítjük, majd meghintjük vaníliás cukorral és reszelt citromhéjjal. Ezután föltekerjük. Végeiket „metéltként” levágjuk. A betöltött palacsintákat kb. 3–4 cm hosszúságú darabokra vágjuk. Ezeket vágási felületükre állítva a kivajazott tepsibe helyezzük egymás mellé. Tetejére hintjük a palacsintákból vágott metéltet. Felületén egyenletesen elosztjuk a jóízű sárga krémet. Középméleg sütőbe helyezzük, és lassan készre sütjük.

Ha elkészült, kivesszük a sütőből és jó kemény tojáshabbal beborítjuk, amelyet habkártyával egyenletesre eligazítunk.

Visszahelyezzük a sütőbe és nyitott ajtó mellett a tojáshabot „megszárítjuk”.

Ha elkészült, tehát a tojáshab is megszilárdult, kiemeljük a sütőből. Kb. 15 percig pihentetjük, majd éles, forró vízbe mártott késsel óvatosan föl vágjuk a Szentgyörgyi-palacsintát.

A készítményt lapátkanállal emeljük az előmelegített porcelán tálalótátra.

Tetejét porcukorral meghintjük.

A hagyományos palacsintából készítjük a különféle rakott palacsintákat. A töltelék körének behatárolása helytelen lenne. Mindenféle összeálló töltelék felhasználható rakott palacsinta készítéséhez.

Napjainkban talán még helyénvalóbb a mondás: „varietas delectat” — a változosság gyönyörködtet. Ahol tehát lehetőség nyílik a szakszerűség megőrzése mellett az étkezés változatosabbá tételére, éljünk a lehetőséggel.

Rakott palacsinta (Crêpes superposées)

Palacsinta készítése

Tojás hab készítése

Ajánlott anyaghányag:

Palacsintához

Tojás	4	db
Liszt	0,35	kg
Só	0,01	kg
Tej	0,40	l
Szódavíz	0,20	l

Barackízes töltelékhez:

Barackíz	0,15	kg
Citrom	1	db
Rum	0,03	l

Túrótöltelékhez:

Túró	0,20	kg
Citrom	1	db
Mazsola	0,02	kg
Tojássárgája	1	db
Vaníliás cukor	0,005	kg
Vaj	0,05	kg
Tejföl	0,05	l
Porcukor	0,07	kg
Csokoládé	0,05	kg

Diótöltelékhez:

Dió	0,15	kg
Citrom	1	db
Mazsola	0,02	kg
Tej	0,15	l
Vaníliás cukor	0,005	kg
Kristálycukor	0,07	kg
Rum	0,03	l

Tojás habhoz:

Tojásfehérje	4	db
Kristálycukor	0,12	kg

A palacsintákat az ismert módon elkészítjük, ill. megsütjük. A tojásfehérjéből a cukor felhasználásával kemény habot készítünk. A barackízét simára keverjük a reszelt citromhéjjal és a rummal.

A csokoládét lereszeljük. Elkészítjük a túrótölteléket. A citrom héját lereszeljük. A mazsolát megtisztítjuk, megmossuk, leszárítjuk. A túrót szitán áttörjük, majd hozzáadjuk a vajat, a tejfölt, a mazsolát, a vaníliás cukrot, a reszelt citromhéjat, a tojássárgát és a porcukrot. Az egézet jól összekeverjük.

A diótöltelék anyagait a Gundel-palacsintánál ismertetett módon kell elkészíteni, majd kihűteni. Tűzálló tálat vajjal vékonyan kikenünk, majd felváltva rétegezzük

12. folyamalábra

RAKOTT PALACSINTA

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tojás Só Tej Tojásfehérje Szódavíz Liszt Olaj Kristálycukor</p>	<p>A palacsintákat a tanult módon megsütjük. A tojásfehérjéből a kristálycukorral kemény habot készítünk.</p>	<p>A palacsintákat egyenletesen süssük meg. A tojás-hab jó kemény legyen.</p>
<p>Túró Vaj Tejszín Mazsola Vaniliás cukor Citromhéj Porcukor Tojássárgája</p>	<p>Túrótöltelékét készítünk. A szitán áttört túróhoz vaját, tejszín, mazsolát, vaniliás cukrot, reszelt citromhéjat, porcukrot keverünk.</p>	<p>A töltelék ne legyen túlságosan édes, mert ez elnyomja a töltelék jellegét.</p>
<p>Dió Tejszín Mazsola Citromhéj Vaniliás cukor</p>	<p>A diótöltelékét a Gundel-palacsintánál tanult módon készítjük.</p>	<p>A töltelék kenhető állományú legyen.</p>
<p>Barackíz Csokoládé</p>	<p>A barackízt simára keverjük. A csokoládét lereszeljük.</p>	<p>A csokoládét hűvös helyre helyezzzük felhasználásig, hogy ne olvadjon meg.</p>
<p>Vaj Barackíz Túrótöltelék Csokoládé Diótöltelék</p>	<p>Tűzálló tálat kivajazunk, majd felváltva rétegezzük a palacsintákat a négyféle töltelékkel.</p>	<p>A töltelékek egyenlő vastagságúak legyenek.</p>
<p>Tojás-hab</p>	<p>A rakott palacsintákra halmozzuk a tojás-habot, és kenőkéssel torta alakúra formázzuk. Oldalát recés habkártyával diszítjük, majd sütőben sütjük, illetve szárítjuk.</p>	<p>A sütést, illetve szárítást figyelmesen végezzük, hogy a tojás-hab megszilárduljon, de ne égjen meg.</p>
<p>Porcukor</p>	<p>Ha elkészült, pihentetjük, majd vízbe mártott késsel cikkekre daraboljuk. Porcukorral meghintjük, azonnal felszolgáljuk.</p>	<p>A darabolást könnyű mozdulatokkal végezzük, hogy a tojás-habot ne törjük össze.</p>

a palacsintákat a négyféle töltelékkel: túrókrém, barackíz, csokoládészelék, dió-töltelék. A töltelék kenését, illetve hintését úgy végezzük, hogy a tortaszerűen összeálló rakott palacsinta vastagsága mindenütt egyenletes legyen. *Gyakran ismétlődő hiba, hogy a túlságosan vastagon hintett csokoládészelék a sütés alkalmával megolvad, amely csúszóssá teszi az egyes rétegeket. Így a palacsinta szeletelése igen nehézkessé válik.*

Az utolsó palacsintára nem kerül töltelék. Az elkészített tojáshabot kenőkes segítségével az egymásra rétegezett palacsintákra halmozzuk, majd torta alakúra formázzuk, úgy, hogy mindenütt fedje a palacsintákat.

A rakott palacsinta tetejét és oldalát recés szélű habkártyával mintázzuk. A rakott palacsintát kb. 100 °C-on, sütőben lassan készre sütjük, illetve a tojáshabot szárítjuk. Mire a hab megszilárdul, vághatóvá szárad, addigra a palacsinta és a töltelék is átforrósodik.

Ha a rakott palacsinta elkészül, kiemeljük a sütőből és rövid ideig pihentetjük.

A rakott palacsintát meleg vízbe mártott éles késsel cikkekre vágjuk. *A darabolásnál nagyon ügyeljünk arra, hogy a késsel ne nyomó, hanem fűrészelő mozdulatokat végezzünk.* Amennyiben hirtelen, túl nagy nyomással végeznénk a darabolást, a tojáshabot összetömnénk, a rakott palacsintát szétnyomnánk.

A rakott palacsinta a következő módon is díszíthető:

A tojáshab egy részét csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. A többi habot tortaszerűen a palacsintára formázzuk. Ezután a palacsintát a korábban tanultak alapján sütjük, illetve szárítjuk. Ha a tojáshab állománya már megfelelő, kiemeljük a rakott palacsintát a sütőből. A habzsákban levő tojáshabból kisméretű rózsákat fecskendezünk körbe, a rakott palacsinta tetejének a szélére. A díszítést úgy végezzük, hogy a várható adagszámnak megfelelően, tehát annyi rózsát fecskendezünk, ahány cikke a palacsintát darabolni kívánjuk.

A rakott palacsintát ezután visszahelyezzük a sütőbe, és a díszítést is megszárazítjuk.

A palacsintát feldaraboljuk, majd meghintjük porcukorral. A rakott palacsintából vágott cikkeket lapátkanállal emeljük az előmelegített tálalóedényre.

Azonnal felszolgáljuk.

b) Csúsztatott palacsinták

A csúsztatott palacsinták tésztája tojáshabbal készül, lazább állományú. Így a palacsinták vastagabbak és lágyabbak lesznek. A palacsintáknak csak egyik oldalukat sütjük meg, majd csúsztatással helyezzük egymásra. Az egyes rétegekre kerül a töltelék, a legfelső palacsintát mindkét oldalán megsütjük.

Csúsztatott palacsinta (Crêpes glissées)

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Vaj	0,10	kg
Tej	0,40	l
Liszt	0,30	kg
Tojás	5	db
Tejszín	0,20	l
Porcukor	0,15	kg
Vaníliás cukor	0,005	kg

Sütéshez:

Vaj	0,08	kg
Zsír	0,08	kg

Töltelékhez:

Csokoládé	0,06	kg
-----------	------	----

Elkészítjük a palacsintatésztát: A tojásokat szétválasztjuk. A tojásfehérjéből 10 dkg porcukor felhasználásával kemény habot verünk. Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a maradék porcukorral, vajjal és a vaníliás cukorral. Ezután hozzáöntjük a tejszínt és a tejet. Hozzákeverjük a lisztet, majd a tojásfehérjéből készített kemény habot.

A csokoládét lereszeljük.

Palacsintasütőben zsírt és vajat forrósítunk. A palacsintasütőt körbeforgatjuk, hogy a zsiradék a palacsintasütő teljes felületét bevonja. Ezután belemerjük az előzetesen felkevert palacsintatésztát. A palacsintatészta mennyisége annyi legyen a palacsintasütőben, hogy a palacsinták kb. 5 mm vastagságúak legyenek.

A palacsintasütőt megdöntjük minden irányba, hogy a palacsinta szétterüljön, így a tészta az egész palacsintasütő belső felületét egyenletesen bevonja, és szép kör alakú lesz.

Megvárjuk, amíg a palacsintatészta megszilárdul és a palacsinta széleinél felhabzik a zsiradék. Ekkor a palacsintát gyengén odaütjük a tűzhely lapjához, és finoman megrázzuk, hogy a palacsinta elmozduljon az edény falától. Ekkor a palacsintákat — kb. 5–6 darabot — az előzetesen kivajazott tűzálló tálon egymásra csúsztatjuk. Minden egyes palacsintára bőven hintünk a reszelt csokoládéból. Az utolsó palacsintát, illetve a legfelsőt megsütjük, majd kenőkéssel óvatosan alányúlva megfordítjuk, s megsütjük a másik oldalát is. Ez kerül a tortaszerűen kialakított palacsinta tetejére.

A csúsztatott palacsintát kb. 120 °C-os sütőbe helyezük, és jól felforrósítjuk. Ezalatt a palacsintalapok összesülnek, és beisszák a reszelt csokoládét.

Ha a csúsztatott palacsinta elkészült, kiemeljük a sütőből, és a rakott palacsintához hasonlóan tortacikk formára daraboljuk.

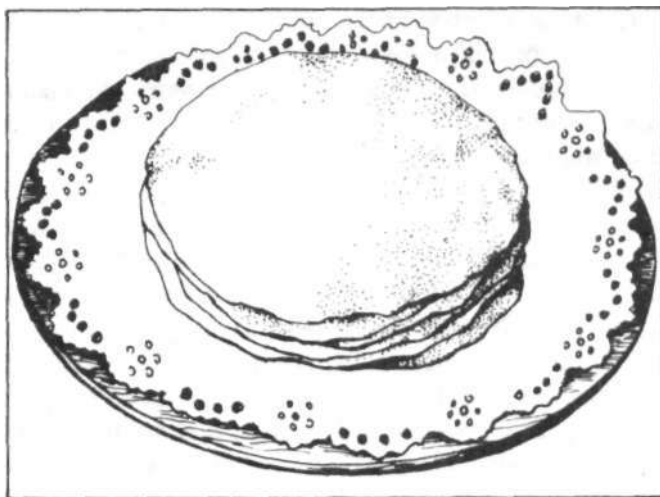
A feldarabolt csúsztatott palacsintát lapátkanállal az előmelegített tálalóedényre helyezük. Vaníliás cukorral meghintve tálaljuk. Puncsmártást adunk hozzá. (1. ábra)

Azonnal felszolgáljuk.

13. folyamatábra

CSÚSZTATOTT PALACSINTA

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tojás Tojásfehérje Porcukor</p>	<p>Elkészítjük a palacsinta-tésztát. A tojásokat szétválasztjuk, majd a tojásfehérjéből 10 dkg porcukor felhasználásával kemény habot készítünk.</p>	<p>A tojáshab jó kemény, szilárd szerkezetű legyen.</p>
<p>Tojás Tojássárgája Porcukor Vaj Vaníliás cukor Tejszín Tej Csokoládé</p>	<p>Habüstben habosra keverjük a tojássárgáját, a porcukrot, a vajat, a vaníliás cukrot. Hozzáadjuk a tejszínt és tejet, majd a lisztet és a tojásfehérjéből készített habot. A csokoládét lereszeljük.</p>	<p>A tojáshabot úgy adjuk hozzá, hogy ne törjön össze.</p>
<p>Zsír</p>	<p>Palacsintasütőben zsírt forrósítunk, majd belemerjük a palacsintatésztát. A palacsintasütőt körbeforgatjuk, hogy a tészta a teljes felületét bevonja.</p>	<p>A műveletet gyorsan végezzük, hogy a palacsintatészta gyorsan szétterüljön a palacsintasütőben.</p>
	<p>Ha a palacsintatészta megszilárdult és széleinél felhabzik a zsiradék, a palacsintasütőt könnyedén odaveregetjük a tűzhely lapjához, finoman megrázogatjuk.</p>	<p>A palacsinták könnyen leéghetnek, ezért fontos, hogy időben odaütöges-sük, és megrázogassuk a palacsintasütőt.</p>
<p>Vaj Csokoládé</p>	<p>A kész palacsintákat kivajazott tűzálló tálra csúsztatjuk, bőven hintünk rájuk a csokoládéból. Az utolsó palacsinta mindkét oldalát megsütjük, majd a többire borítjuk.</p>	<p>Az egyes palacsintákra arányosan hintsünk a reszelt csokoládéból.</p>
<p>Vaníliás porcukor</p>	<p>A palacsintákat sütőben átforrósítjuk, majd cikkekre daraboljuk. Vaníliás porcukorral meghintjük, és felszolgáljuk.</p>	<p>A darabolást könnyű mozdulatokkal végezzük, hogy a palacsinták ne nyomódjanak össze.</p>
CRÊPES GLISSÉES		



1. ábra A csúsztatott palacsinta tálalva

Mágnáspalacsinta (Crêpes á la magnat)

Csúsztatott palacsinta — kizárólag tejszínnel készítve

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Vaj	0,10	kg
Tejszín	0,50	l
Liszt	0,30	kg
Tojás	5	db
Porcukor	0,15	kg
Vaníliás cukor	0,005	kg

Töltelékhez:

Citrom	1	db
Dió	0,10	kg
Narancsdzsem	0,10	kg
Vaníliás cukor	0,01	kg
Puncsmártás	5	adag

Sütéshez:

Vaj	0,08	kg
Zsír	0,08	kg

Palacsintákat sütünk a csúsztatott palacsintánál tanult módon. Elkészítjük a töltelék anyagait. A citrom héját lereszeljük. A diót megdaráljuk. A narancsdzsemet kikeverjük. A diót összekeverjük a vaníliás cukorral és a reszelt citromhéjjal.

A folyamatosan kisütött palacsintákat a csúsztatott palacsintánál ismertért módon rétegezzük a diós keverékkel és a kikevert narancsdzsemmel. A mágnáspalacsintánál az utolsó, azaz a felső palacsinta mindkét oldalát szintén megsütjük, majd a tortaszerűen kialakított készítmény tetejére helyezzük.

A mágnáspalacsintát a csúsztatott palacsintánál ismertetett módon sütőben megsütjük, illetve jól átforrósítjuk, majd daraboljuk, és tálaljuk.

A feldarabolt mágnáspalacsintát lapátkanállal az előmelegített tálalóedényre helyezzük. Vaníliás porcukorral meghintve tálaljuk. Egy adagban általában egy darabot adunk. Külön mártáscsészében puncsmártást adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

A csúsztatott palacsinták vajban is süthetők. Ebben az esetben a tűzhely lapján sokkal rövidebb ideig kell sütni, mert gyorsan leégnek. Miután azt tapasztaljuk, hogy a palacsinták széleinél a vaj felhabzik, leemeljük a tűzhelyről. A palacsintasütőket óvatosan sütőbe helyezzük úgy, hogy hosszú nyeleik a sütő pereménél kilógiának. A sütőajtót néhány percre behajtjuk. Így a palacsinták alul, felül jól át-sülnek. Ekkor a palacsintákat, illetve a palacsintasütőket kiemeljük a sütőből, és az ismert módon rétegezzük. *Ne felejtjük el, hogy a palacsintasütők nyele a sütőben igen átforrósodik, tehát a kiemeléskor konyharuhával fogjuk meg!*

A csúsztatott palacsintákat gyümölcsökkel is készíthetjük. Ebben az esetben az előkészített, meghámozott, kimagozott, kockára vagy lapokra darabolt gyümölcsöt a palacsintatészához keverjük. A sütést vajban célszerű végezni, és sütőben befejezni. A palacsinták közé darált olajos magvakat — diót, mandulát, mogyorót — rétegezhünk. Külön mártáscsészében a jellegnek megfelelő gyümölcsöntetet adhatunk hozzá.

Felhasználható gyümölcsök: alma, eper, málna, szilva, őszibarack, ananász, mandarin, narancs, körte, cseresznye, meggy.

Azonnal felszolgáljuk.

c) Francia palacsinták

A megnevezés megtévesztő lehet, hiszen sokféle ételnevet ismerünk, amelyben szerepel a francia kifejezés, és tudjuk, hogy ez a legtöbb esetben csak a jó hangzást szolgálja. Itt azonban élő gyakorlatot fed a francia palacsinták kifejezés, amelyet Rákóczi János híres magyar szakács hozott magával Franciaországból. Anyagai között van a tejszín és a vaj, amely ízében, állományában, sütés közben kialakuló pörzsanyagaiban olyan többletélvezetet nyújtanak, ami nem hasonlítható össze a hagyományos palacsinták ízeivel. Ezt az ízhatást gazdagítja a vaníliás cukor, a reszelt citrom- és narancshéj, továbbá egy-két evőkanál finom rum, borpárlat vagy likőr.

A francia palacsintákkal kapcsolatban röviden arról a látványról is szólni kell, amelyet a vendég asztalánál végzett munka nyújt. Ez összekapcsolja a felszolgáló és a szakács munkáját, esetenként szükségessé teszi egymás munkájának megismerését, elvégzését. Egyre gyakoribb látvány éttermeinkben, hogy a vendég asztalánál a felszolgáló vagy a szakács — a vendég igényeit figyelembe véve — különféle ételeket készít, illetve befejez.

Ez olyan többletszolgáltatás, amely emeli az éttermi munka színvonalát. A vendég ilyen jellegű „bevonása” az ételkészítésbe növeli a vendég önbizalmát, és fokozza érdeklődését az esetenként monoton, udvariatlan, szakszerűtlen munka ellenében.

A francia palacsintákkal kapcsolatban érdemes szólni a skandinávok és közülük elsősorban a svédek által készített palacsintákról. Ezek hasonlóan készülnek, de reszelt citrom- és narancshéj nélkül. A rakott palacsintákhoz hasonlóan rétegezik erdei gyümölcsökből készített dzsemekkel.

A tortacikkekhez hasonlóan feldarabolt rakott palacsintát a tálalás előtt közvetlenül gyorsan átvonják enyhén cukrozott tejszínhabbal úgy, hogy formája torta alakú legyen. Ezután a palacsintát vékony sugárban meglocsolják az erdei gyümölcsből készített sűrű öntettel.

Francia palacsinta (Crépe á la française)

Hagyományos palacsinták sütése

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,25	kg	Vaníliás cukor	0,005	kg
Porcukor	0,07	kg	Tojás	5	db
Tej	0,25	l	Só	0,001	kg
Vaj	0,05	kg	Tejszín	0,25	l
Citrom	1	db	Rum vagy borpárlat	0,05	l
			Narancs	1	db

Palacsinták sütéséhez:

Vaj	0,10	kg
-----	------	----

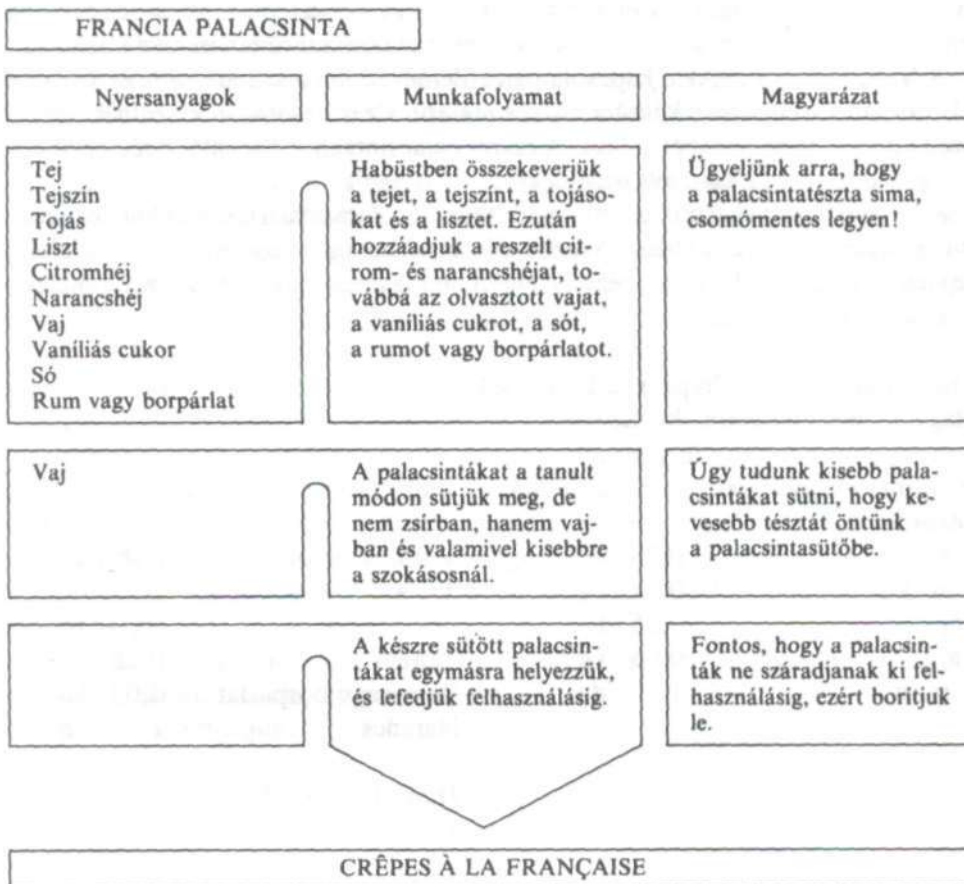
A vaját langyosra olvasztjuk. A citrom- és narancshéjat lereszeljük.

Habüstben habverővel összekeverjük a tejet, a tejszín,-a tojásokat és a lisztet. Ellenőrizzük, hogy a palacsintatészta állománya, sűrűsége megfeleljen a nyers tejszín sűrűségének. Ekkor hozzákeverjük a reszelt citrom- és narancshéjat, az olvasztott vaját, a vaníliás cukrot, a sót és a rumot vagy borpárlatot.

A palacsintatésztát a hagyományos palacsintához hasonlóan sütjük meg, azzal a különbséggel, hogy a palacsintákat kisebbre sütjük. Ezt úgy érzük el, hogy kevesebb tésztát öntünk a palacsintasütőbe. A másik különbség az, hogy a sütéshez felhasznált vaját csak melegítjük, hevíteni tilos, mert elég!

A készre sült palacsintákat egymásra helyezzük felhasználásig, és lefedjük, hogy ne száradjanak ki.

14. folyamatábra



Palacsinta-Susette (Crêpes Susette)

Francia palacsinta készítése

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Liszt	0,25	kg
Porcukor	0,07	kg
Tej	0,25	l
Vaj	0,05	kg
Citrom	1	db
Vaníliás cukor	0,005	kg
Tojás	5	db
Só	0,001	kg

Töltelékhez:

Kockacukor	25	db
Vaj	0,20	kg
Narancs	3	db
Citrom	2	db
Borpárlat	0,20	l
Grand Marnier	0,20	l
vagy		
Narancslikőr	0,20	l

Tejszín	0,25	1
Rum vagy borpárlat	0,05	1
Narancs	1	db

Sütéshez:

Vaj	0,10	kg
-----	------	----

A korábban elkészített palacsintákat kivajazott tűzálló tálban melegre helyezzük. Egy adagban általában három palacsintát adunk, tehát 10 adaghoz 30 palacsintát készítünk. Először előkészítjük a szükséges anyagokat. A kockacukrokat bedörzsöljük a narancs- és citromhéjjal. A narancsok levét kifacsarjuk, majd átszűrjük. Az előkészített anyagok egyötöd részével dolgozunk egyszerre, tehát 2 adag, azaz 6 palacsintát készítünk elő, és a többi anyagot is arányosan 5 egyenlő részre osztjuk.

A serpenyőben megolvasztjuk a kockacukrokat — 5 db-ot — és kissé karamellizáljuk. Hozzáöntjük a narancsléből a kimért — kb. 5 cl — mennyiséget, majd 5 dkg vajat. Az egészet lassan felforraljuk, majd egyenként behelyezzük a palacsintákat. Ezt a műveletet úgy végezzük, hogy a palacsinták mindkét oldalát beleforgatjuk a vajas-cukros-narancsos párolólébe. A palacsintákat igen lassan pároljuk a serpenyőben. Közben többször forgassuk meg, hogy az aromás párolólé minél jobban átjárja a palacsintákat.

Mikor a palacsinták már színben, ízben átvették a párolólé jellemzőit, háromszögletűre hajtogatjuk a serpenyőben úgy, hogy a palacsinták félig fedjék egymást, és a háromszög csúcsai felfelé kerüljenek.

A serpenyőben levő palacsintákra ráöntjük a borpárlatot és a likórt. Néhány pillanatig melegítjük, majd meggyújtjuk a serpenyőben levő alkoholtartalmú folyadékot, és néhányszor megrázogatjuk.

A serpenyőben levő alkoholtartalmú folyadék begyújtásának van néhány fontos szabálya.

Az első az, hogy minden esetben gyufát, vagy hurkapálcát használunk a begyújtáshoz. Gyakran előfordul, hogy ezt a műveletet öngyújtóval végzik, figyelmen kívül hagyva, hogy ennek kellemetlen mellékhatása van, amelyet átvehet a készítmény. A második fontos szabály, hogy nem a serpenyő tartalmát gyújtjuk be. Egy evőkanál rumot visszahagyunk, esetleg flambírozáshoz használt szeszt, amelyet egy evőkanálban begyújtunk, majd ezt öntjük a serpenyőbe.

A palacsinta és egyéb készítmények flambírozása rendkívül látványos, de figyelmet, elővigyázatosságot igénylő tevékenység. A hirtelen begyulladó serpenyő lángjai igen magasra csaphatnak, amely balesetet okozhat. Ha minden elővigyázatosság ellenére a lángok magasra csapnának, a palacsintákat a serpenyő szélére toljuk. Így az éghető alkoholos folyadék jelentős része a serpenyő közepén marad kis felülettel és kerülettel. Az elkészített palacsintákat — 1 adag 3 db — azonnal előmelegített

6. séma A PALACSINTA SUSETTE MÓDRA KÉSZÍTÉSE

A kockacukrokat bedörzsöljük a narancs- és citromhéjjal, majd serpenyőbe rakjuk

A kockacukrokat karamellizáljuk, azután hozzáadjuk a narancslevet és a vaját, s az egészet összeforraljuk

A palacsintákat belehelyezzük a párolólébe, s lassan pároljuk

A párolólében párolt palacsintákat háromszögletűre hajtogatjuk

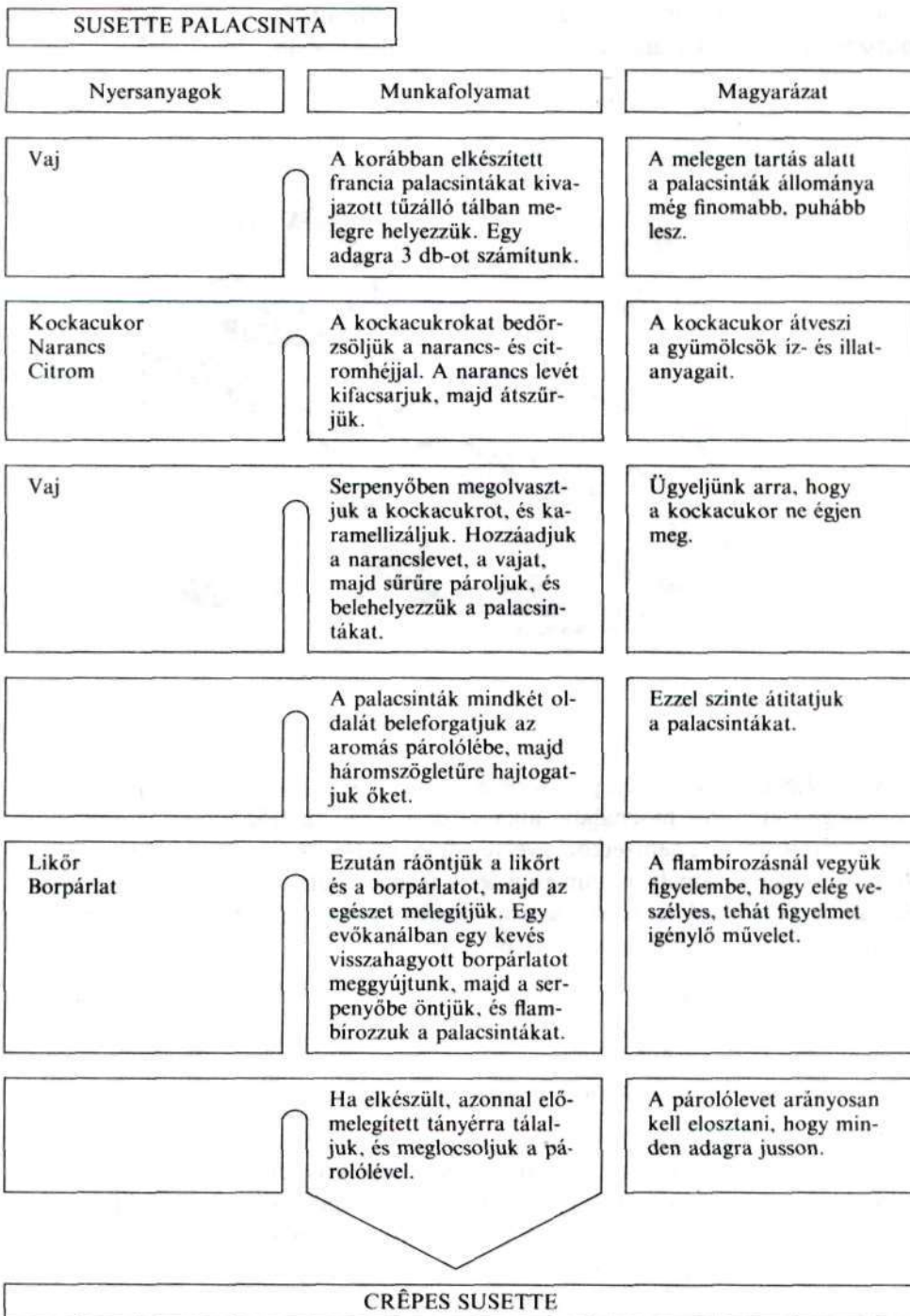
A serpenyőben lévő palacsintákra öntjük a borpárlatot és a likőrt

Rövid ideig melegítjük, majd meggyújtjuk a serpenyőben lévő folyadékot

A palacsintákat rövid ideig óvatosan „flambírozzuk”

A palacsintákat azonnal tálaljuk, és meglocsoljuk a forró, alkoholos lével

15. folyamatábra



deszerttányérra tálaljuk, és meglocsoljuk forró alkoholos lével úgy, hogy mind az 5 adagra arányosan jusson. (2. ábra) Az igazán színvonalas felszolgáláskor a fiambírozást a vendég asztalánál végezzük flambírozó kocsin.



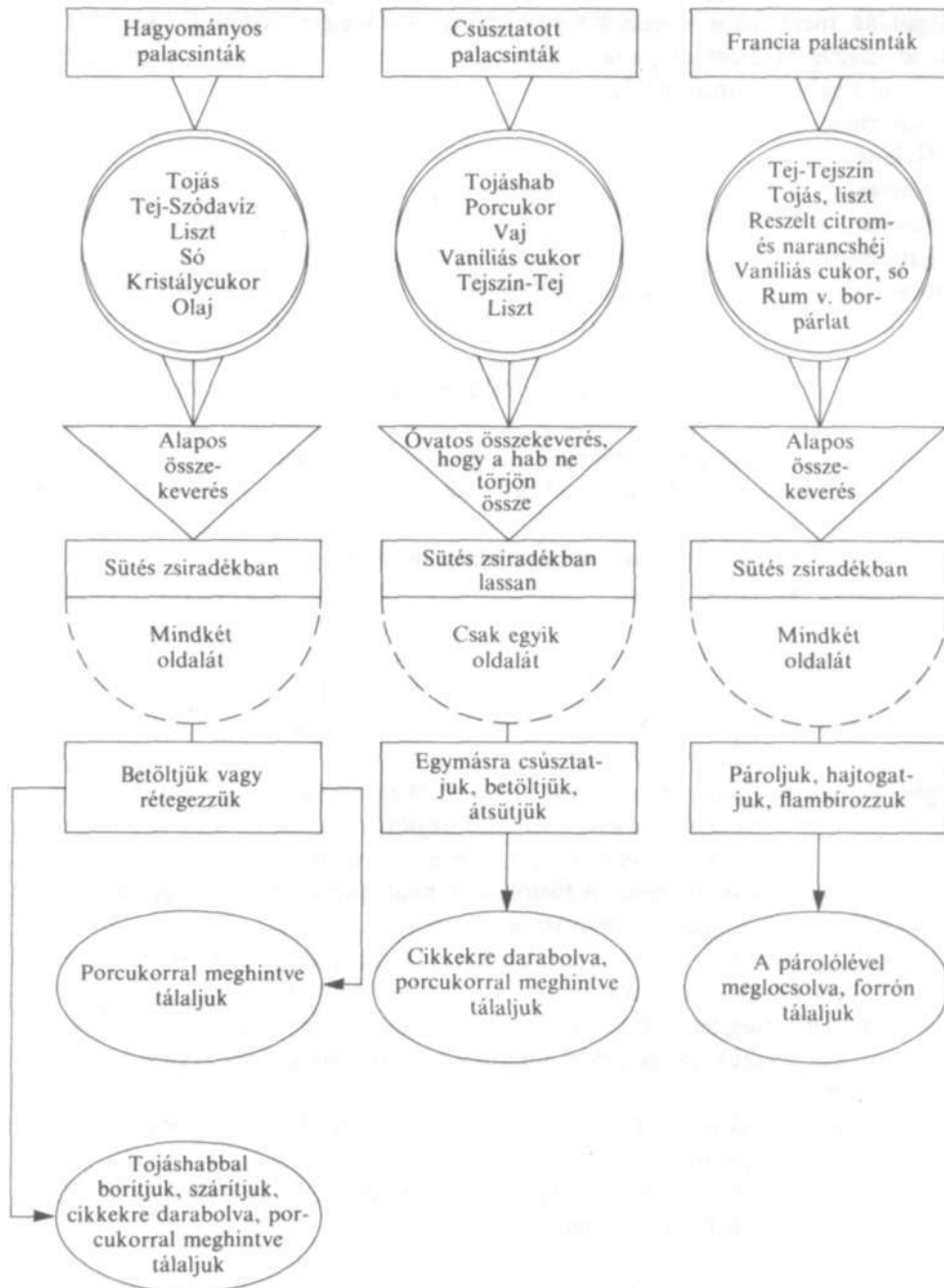
2. ábra A Susette-palacsinta flambírozása

Néhány gondolatot a „crêpes Susette” elnevezésről. Sok vitára adhat okot egy-egy idegen kifejezés használata, alkalmazása. Már az előzőekben is említettük, hogy a gasztronómia nemzetközi nyelve a francia. Nincs olyan szakkönyv vagy tankönyv a világon, amely ne tüntetné fel a francia ételneveket, szakkifejezéseket. Rendkívül rövidlátók lennének, ha nem vennék figyelembe, hogy a világ bármely színvonalasabb szállójában, éttermében a:

pommes frites — hasáburgonyát,
consommé — erőleves,
chaud-froid — zománcmártást,
sauce espagnole — spanyol mártást

jelent. Elszigetelnénk a magyar gasztronómiát, ha ennek az igénynek nem tennék eleget. Sokféle, a nemzetközi gyakorlatban is készített étel megőrizte francia elnevezését, és nincs a hazai nyelvben megfelelője. A szakmai nyelvújítás igen helyesen megtesz mindent a hiányosságok pótlása terén. Sajnos ez sokszor félreértésekre adhat okot. Példaképpen említhető a „crêpes Susette”, amelyet Zsuzsanna palacsintára, „kereszteltek”. Ismert, hogy a „crêpes” kifejezés csak többé-kevésbé felel

7. séma A PALACSINTÁK KÉSZÍTÉSÉNEK ÖSSZEHASONLÍTÁSA



meg a hagyományos palacsintának. A „crêpes Susette” palacsintája, ahogy tanultuk, kisebb és vékonyabb. A „Susette” lefordítása magyarra, Zsuzsannára sem jó megoldás, mert akkor — ennek megfelelően — sok egyéb kifejezést kellene úgy-mond magyarra fordítani, amelyek bevált gyakorlatként élnek a nemzetközi és szakmai nyelvben, mint például:

Gourmet,
Hélène,
Anetté,
Lorette,
Villafranca,
kapcsolódva egy pontos technológiához.

2. Galuskák

A galuskák sós alapízű készítmények (kivétel is van: például a salzburgi galuska). Készítésükhöz szükség van a galuskaköret ismeretére.

Juhtúrós galuska (Noques au fromage blanc de brebis)
Galuskaköret készítése

Ajánlott anyaghányad:

Galuskához:

Liszt	0,80	kg	Füstölt szalonna	0,40	kg
Só	0,04	kg	Só	0,02	kg
Tojás	3	db	Juhtúró	0,50	kg
			Tejföl	0,50	l

Elkészítjük a galuskaköretet. A füstölt szalonnát apró kockákra daraboljuk, majd serpenyőben kiolvasztjuk, és leszűrjük.

A kiolvasztásból nyert zsírhoz tejfölt adunk, hozzákeverjük az előkészített galuskát, jól fölforraljuk és megsózzuk.

Forrón, előmelegített tálalóedényre halmozzuk — lehetőleg tűzálló tálra —, majd tetejére tesszük az összetört juhtúrót és a füstölt szalonna kiolvasztásakor nyert töpörtyűt.

A juhtúrós galuskát rövid időre forró sütőbe helyezzük és jól átforrosítjuk.

Azonnal felszolgáljuk.

Úgy is készíthető, hogy minden egyes anyagot egyszerre keverünk össze, és ezt követően forrosítjuk fel a sütőben.

Sztrapacska (szlovák specialitás)
Galuskaköret készítése

Ajánlott anyaghányad:

Galuskához:

Liszt	0,40	kg	Füstölt szalonna	0,40	kg
Só	0,04	kg	Só	0,02	kg
Tojás	3	db	Juhtúró	0,50	kg
Burgonya	0,50	kg	Tejföl	0,50	l

A nyers burgonyát meghámozzuk. Gyorsan megreszeljük, és annyi lisztet adunk hozzá, hogy galuskatészta sűrűségű legyen.

A burgonyás galuskatészta a galuskánál ismertetett módon sós vízbe szaggatjuk. Kifőzzük, leszűrjük, leöblítjük, és alaposan lecsepegtetjük.

A kifőzött burgonyás galuskát a juhtúrós galuskához hasonlóan készítjük el, tejjel, juhtúróval és a füstölt szalonna kiolvasztásával nyert zsírral és töpörtyűvel.

Jól átforrósítjuk a sütőben.

Azonnal felszolgáljuk.

Tojásos galuska (Noques aux oeufs)

Galuskaköret készítése

Ajánlott anyaghányad:

Galuskához:

Liszt	0,80	kg	Tojás	20	db
Só	0,04	kg	Tejföl	0,30	l
Tojás	3	db	Zsír	0,15	kg

Elkészítjük a galuskaköretet. Kellő méretű lábasban zsírt melegítünk. Közben az egyenként felütött és ellenőrzött tojásokat egy kevés tejjel, sóval összekeverjük. A melegített zsírhoz öntjük az összekevert tojásokat és lágy állományú habart tojást készítünk. Belekeverjük az előkészített galuskát, majd megsózzuk.

Sütőbe helyezzük, és jól átforrósítjuk. Az elkészített tojásos galuskát az előmelegített tálalóedényre halmozzuk.

Azonnal felszolgáljuk.

Salzburgi galuska (Gnocchi á la Salzburg)

Tojáshab készítése

Sütés zárt hőben

Égetett tészta készítése

Főzés

Ajánlott anyaghányad:

Égetett tésztához:

Liszt	0,20	kg
Tej	0,30	l
Vaj	0,15	kg
Só	0,005	kg
Tojás	5	db

Tojás	3	db
Citrom	1	db
Mazsola	0,05	kg
Kristálycukor	0,15	kg
Zsír	0,05	kg
Zsemlemorzsa	0,06	kg

Kifőzéshez:

Tej	1,50	l
Vaníliarúd	1	db

A salzburgi galuskát mindig a rendelésnek megfelelően adagonként kell készíteni.

Égetett tésztát készítünk a képviselőfánknál ismertetett módon, amelyet — ha elkészült —, alaposan összekeverünk az egész tojásokkal. A daragaluskánál ismertetett módon galuskákat szaggatunk az égetett tésztából a forrásban levő, vaníliarúddal ízesített tejbe. Ha a galuskák elkészültek, szűrőkanállal kiemeljük a tejből, és alaposan lecsepegtetjük.

A tojásokat szétválasztjuk. A citrom héját lereszeljük. A mazsolát megtisztítjuk, megmossuk, leszárítjuk. A tojásfehérjéből a kristálycukor felével kemény habot készítünk. Felhasználásig hűtőszekrénybe helyezzük. A tűzálló tálat kikenjük zsírral, és meghintjük zsemlemorzzával. Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgáját a vajjal és a kristálycukor másik felével. Hozzáadjuk az előkészített mazsolát, a reszelt citromhéjat, a kifőzött galuskát és a főzéshez felhasznált tej kb. egyharmad részét. Ezután óvatosan hozzákeverjük a tojásfehérjéből készített kemény habot.

A készítményt beleöntjük az előkészített tűzálló tálba, majd középmeleg sütőben készre sütjük.

Az elkészült salzburgi galuskát kocka alakúra daraboljuk, majd lapátkanál segítségével emeljük az előmelegített tálalóedényre. Meghintjük porcukorral.

Azonnal felszolgáljuk.

3. Morzsafélék

Daramorzsza (Miettes de semoule)

Tojás hab készítése

Sütés zárt hőben

Ajánlott anyaghányad:

Búzadara	0,50	kg	Zsír	0,20	kg
Tojás	6	db	Vaníliás porcukor	0,01	kg
Citrom	1	db	Gyümölcsíz	0,30	kg
Mazsola	0,05	kg			
Kristálycukor	0,20	kg			
Tej	1,00	l			
Vaj	0,08	kg			

A búzadarát gondosan átszitáljuk. A tojásokat szétválasztjuk. A citrom héját lereszeljük. A mazsolát megtisztítjuk, megmossuk, leszárítjuk. A tojásfehérjéből a kristálycukor felével kemény habot készítünk. Felhasználásig hűtőszekrénybe helyezzük. Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgáját a vajjal és a kristálycukor másik felével.

Hozzáadjuk az előkészített mazsolát, az átszitált búzadarát és a tejet. Az egészet összekeverjük, majd óvatosan belekeverjük a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Megfelelő méretű, magas peremű tepsiben zsírt hevítünk. Beleöntjük az összekevert anyagokat, és középmeleg sütőbe helyezzük. A készítményt lapátkanállal gyakran kevergetjük, hogy jól összekeveredjenek a pirult és nyers részek. Készítés közben tapasztalni fogjuk, hogy a tészta állománya megszilárdul, majd morzsalékos lesz.

Ha a daramorzsza elkészült, állománya teljesen morzsalékos lesz. Tálalásig fedővel lefedve tartjuk melegen vízfürdőn.

A daramorzstát tálaláskor előmelegített tálalóedényre halmozzuk. A készítményt meghintjük vaníliás porcukorral.

Külön simára kevert gyümölcsízt adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

Császármorzsza (Miettes á la viennoise)

Daramorzsza

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,60	kg	Tej	0,80	l
Tojás	6	db	Vaj	0,08	kg

Citrom	1	db	Zsír	0,20	kg
Mazsola	0,05	kg	Vaníliás porcukor	0,01	kg
Kristálycukor	0,20	kg	Gyümölcsdzsem	0,30	kg

A császármorzsat a daramorzshoz hasonlóan készítjük. A különbséget az adja, hogy a dara helyett liszttel készítjük.

Mindkét készítményre az a jellemző, hogy a tojás hab hozzákeverése előtt a félkész tészta állománya palacsintatészta sűrűségű. Ha túl sűrű lenne, egy kevés tejet, ha túl híg, egy kevés darát, illetve lisztet adunk hozzá.

Tálaláskor simára kevert gyümölcsdzsemet adunk mártáscsészében, amely lehet barack-, eper- vagy szilvadzsem.

A morzsafélék készíthetők cukor nélkül is, sóval ízesítve.

Ebben az esetben nem adunk hozzá reszelt citromhéjat és mazsolát.

Kukoricamorzsa (Miettes de mais)

Daramorzsa

A kukoricamorzsát kukoricadarából készítjük a daramorzshoz hasonlóan.

4. Egyéb kevert tészták

Bortészta (Pâte de vin)

Tojás hab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Bor	0,40	l
Tojás	5	db
Kristálycukor	0,06	kg
Liszt	0,30	kg

A bortésztához minden esetben savanykás ízű asztali bort használjunk. A tojásokat szétválasztjuk. A tojásfehérjéből a kristálycukor felével kemény habot készítünk. Felhasználásig a hűtőszekrénybe helyezzük.

Nagyméretű habüstben habosra keverjük a tojássárgákat a kristálycukor másik felével. Hozzáöntjük a bort és annyi lisztet keverünk hozzá, hogy állománya palacsintatészta sűrűségű legyen. Ekkor óvatosan hozzákeverjük a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Az elkészített bortésztát rántott gyümölcsök készítésénél használjuk.

Rántott szilva (Beignets aux prunes)

Bortészta

Bő zsírban sütés

Ajánlott anyaghányad:

Bortésztahoz:

Bor	0,40	l	Mandula	0,10	kg
Tojás	5	db	Zsír vagy	1,00	kg
Kristálycukor	0,06	kg	Olaj	1,00	l
Liszt	0,30	kg	Fahéjas porcukor	0,05	kg
			Szilva	0,80	kg

Elkészítjük a bortésztát.

A magvaváló szilvákat megtisztítjuk, megmossuk, kimagozzuk (a magozásnál ügyeljünk arra, hogy lehetőleg kis rés keletkezzen, ahová a mandulát visszacsúsztatjuk). A mandulákat forró vízben leforrázzuk, majd héjukat lehúzzuk. A mandulákat fahéjas porcukorba mártjuk, majd a szilvák közepébe, a magok helyére helyezzük. A szilvákat összehajtjuk és rövid ideig érleljük.

Bő zsírt melegítünk. Előkészítjük a csepegtetőrácsot és a lapátkanalat. A szilvákat könnyedén beleforgatjuk a lisztbe. Ezután a bortésztaába mártjuk, majd bő, most már forró zsírba helyezzük.

A szilvákat addig sütjük, amíg felületük szép aranysárga nem lesz. Ezután lapátkanállal a csepegtetőrácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

A szilvákat tálpapírral fedett tálra halmozzuk. Tetejére fahéjas porcukrot hintünk.

Azonnal felszolgáljuk.

A rántott szilva ismeretében készíthető még:

rántott alma (beignets aux pommes),

rántott ananász (beignets aux ananas),

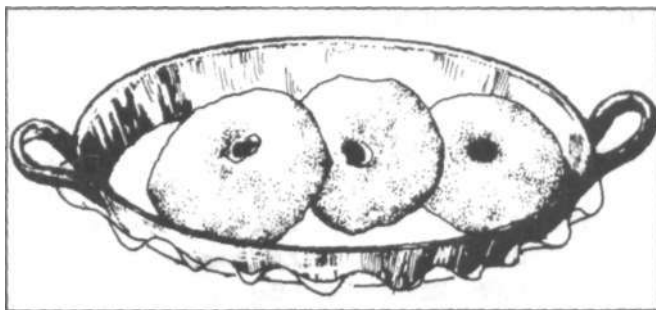
rántott barack (beignets aux abricots),

rántott eper (beignets aux fraises).

A rántott gyümölcsöket mindig frissen, rendelésre kell készíteni. Csak így élvezhetőek maradéktalanul. Az állott készítmény bundája összeesik, elveszti ropogós külső állományát és étvágyrontó lesz. (3. ábra)

A rántott gyümölcskészítményeket más elnevezéssel is olvashatjuk étlapjainkon: például „szilva pongyolában” vagy „alma pongyolában”.

A „köntösben” elnevezés, tehát például „alma köntösben” — nem felel meg a „pongyolában” elnevezés technológiájának. A „köntösben” elnevezés a konyha-technikában annyit jelent, hogy az előkészített gyümölcsöt a méretének megfelelő nagyságú vajtészta lapocskába burkoljuk. Tojással bekenjük, majd középmeleg sütőben megsütjük. Azonnal, forrón tálaljuk, tálpapírral fedett fémtálon.



3. ábra A rántott alma tálalva

Máglyarakás (Charlottes aux pommes)

Forrázás

Tojáshab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Zsemle	10 db	Porcukor	0,08 kg
Alma	0,80 kg	Őrölt fahéj	0,005 kg
Tojás	6 db	Rum	0,05 l
Kristálycukor	0,36 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Tej	1,00 l	Barackíz	0,25 kg
Zsír	0,10 kg	Vaníliás cukor	0,02 kg
		Citrom	1 db

A citrom héját lereszeljük. Az almát megtisztítjuk, szeletekre vágjuk és lassan megpároljuk. Ezután összekeverjük a fahéjas porcukorral.

A szikkadt zsemleket félbe-, majd kb. 0,5 cm-es szeletekre vágjuk, és habüstbe helyezük. A tejet fölforraljuk a vaníliás cukorral, és a habüstben levő zsemleszeletekre öntjük, azaz leforrázzuk. Magas peremű zománczott tepsit zsírral kikenünk, majd zsemlemorzsaival meghintünk.

A tojásokat gondosan szétválasztjuk. A tojássárgáját a kristálycukor felével habosra keverjük. Ezt a keveréket, továbbá a reszelt citromhéjat hozzáadjuk a tejjel leforrázott zsemleszeletekhez, és óvatosan összekeverjük.

Az előkészített magas peremű zománczott tepsibe egyenletesen elosztjuk a zsemleszeletek felét. Erre terítjük az előkészített almaszeleteket, majd a zsemleszeletek másik felét. Az egészet meglocsoljuk rummal, és bekenjük a barackíz kb. háromnegyed részével.

Sütőbe helyezük és közepes hőmérsékleten 25–30 percig lassan sütjük. Közben elkészítjük a kemény tojáshabot a kristálycukor felével, amelyhez a végén hozzáadjuk a barackízt is. Ez utóbbi mind íz-, mind színhatásában változatosabbá teszi a tojáshabot.

Ha a máglyarakás „alapja” a sütőben elkészült, kiemeljük és felületén egyenletesen elosztjuk a tojáshabot, habkártya segítségével. Felszínét habkártyával díszítjük, és visszatesszük a sütőbe.

Ha elkészült, tehát a tojás hab megszilárdult, kiemeljük a sütőből. Kb. 15 percig pihentetjük, majd éles, forró vízbe mártott késsel óvatosan fölvágjuk a máglyarakást.

A készítményt lapátkanállal emeljük az előmelegített porcelán tálalótányérra. Tetejét porcukorral meghintjük.

4. táblázat

Kevert tészták összefoglalása

Palacsinták	Galuskák	Morzsafélék	Egyéb kevert tészták
-------------	----------	-------------	----------------------

Kérdések:

1. Hogyan csoportosítjuk a palacsintákat?
2. Hogyan készítjük a hagyományos palacsintát?
3. Mivel töltjük meg a Gundel-palacsintát?
4. Mivel öntjük le a Gundel-palacsintát?
5. Hogyan tálaljuk a Gundel-palacsintát?
6. Milyen töltelékkel készítjük a rakott palacsintát?
7. Mire kell ügyelni a rakott palacsinta betöltésénél?
8. Hogyan történik a rakott palacsinta beborítása tojás habbal?
9. Hogyan kell a rakott palacsintát feldarabolni?
10. Hogyan készítjük el a csúsztatott palacsinta tésztáját?
11. Hogyan sütjük a csúsztatott palacsintát?
12. Mivel rétegezzük a csúsztatott palacsintát?
13. Mivel rétegezzük a mágnáspalacsintát?
14. Mi a különbség a csúsztatott palacsinta és a mágnáspalacsinta között?
15. Hogyan készítjük a palacsintát „Susette módra”?
16. Milyen galuskakészítményeket ismerünk?
17. Mi a különbség a juhtúrós galuska és a sztrapacska között?
18. Milyen morzsaféléket ismertünk meg?
19. Hogyan készítjük a daramorzsat?
20. Mi a különbség a daramorzsza és a császármorzsa között?
21. Hogyan készítjük a bortésztát?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A hagyományos palacsinták sütése előtt minden esetben keverjük fel a palacsintatésztát!
2. A hagyományos palacsinták sütését gondosan végezzük, hogy a palacsinták ne égjenek meg!
3. A Gundel-palacsintához készített csokoládémártás állománya bevonóképes legyen, hogy jól takarja a palacsintákat!
4. A rakott palacsintát úgy rétegezzük, illetve töltjük be, hogy a palacsinta mindenütt egyforma magas torta formájú legyen!
5. A rakott palacsintát úgy vonjuk át a tojáshabbal, hogy torta formájú legyen!
6. A rakott palacsinta sütését, illetve szárítását lassan végezzük, hogy a palacsinták, illetve a hab jól átforrósodjon, illetve megszáradjon!
7. A csúsztatott palacsintát igen lassan, figyelmesen süssük, mert könnyen leég, és így élvezhetetlen lesz!
8. A csúsztatott palacsintákat úgy csúsztassuk egymásra, hogy a palacsinták szélei pontosan fedjék egymást!
9. A csúsztatott palacsinta és a rakott palacsinta darabolását figyelmesen végezzük, mivel állományuk lágy és könnyen szétnyomható!
10. A palacsinta Susette módra flambírozását figyelmesen végezzük, mert könnyen balesetet idézhetünk elő!
11. A palacsinták készítésénél mindig fontos, hogy azok frissek és forrók legyenek!

III. Kelt tészták

A kelt tészták a magyar konyha legfinomabb készítményei közé tartoznak. Igen nagy szaktudást, figyelmet, gyakorlati tapasztalatot igényel kifogástalan elkészítésük. Fontos, hogy minden esetben megfelelő idő álljon rendelkezésre a kelt tészta készítéséhez, kelesztéséhez, formázásához, kisütéséhez. Csak így érhető el, hogy állománya kifogástalan legyen.

Kelt tészta készítése

Az élesztős gyúrt tésztákat minden esetben meleg helyiségben készítsük, mert az alacsony hőmérsékletre érzékenyek, „megfáznak”.

A lisztet átszitáljuk, majd melegítjük kb. 35 °C-ra. A folyadékot, amely általában tej, szintén 35 °C-ra melegítjük. Nagyon fontos, hogy a tej ennél ne legyen melegebb, különben az élesztőre öntve az élesztőgombák elpusztulnak, és nem tudják kifejteni hatásukat.

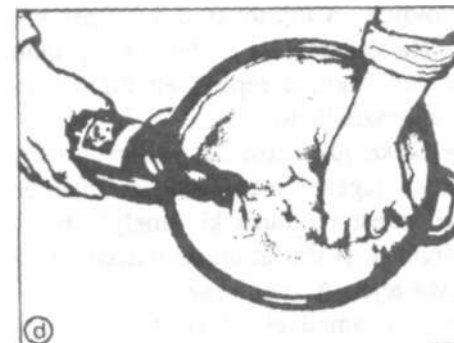
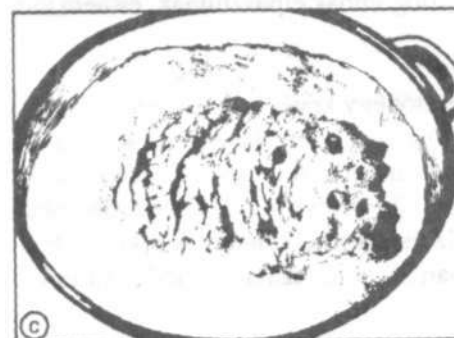
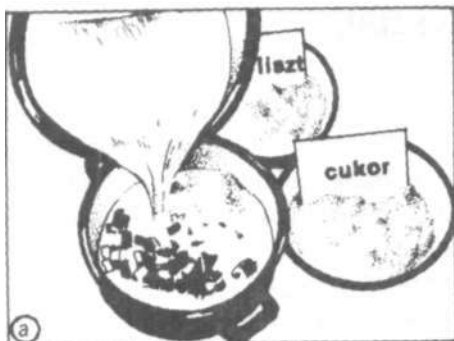
Kovász készítése: A friss, aromás illatú élesztőt egy kevés langyos tejben simára keverjük. Hozzáadunk egy kevés cukrot és langyos lisztet. Az egészet simára keverjük, majd felszínére vékony rétegben lisztet hintünk. Az edényben levő kovászt megfelelő 40 °C-os hőmérsékletű helyen érleljük, kelesztjük. Az élesztőgombák ezalatt elszaporodnak, mialatt széndioxid-gáz és alkohol keletkezik a kovászban.

Az érlelés, illetve a kelesztés ideje általában 20 perc, ezalatt az idő alatt egyéb előkészületi munkák is végezhetők.

A zsiradékot, amely lehet vaj vagy margarin, langyosra olvasztjuk. A sót és a porcukrot átszitáljuk, és egy kevés tejben feloldjuk. A tojásokat szétválasztjuk.

A 20 perc elteltével a kovászt ellenőrizzük. Ha térfogata az eredetinek legalább kétszeresére nőtt, felülete domború lett, a lisztréteg finoman repedezett, állománya rugalmas, kissé nyúlékony, akkor elkészült, felhasználható.

A keverőtálban levő előmelegített liszthez odakészítjük a kovászt, a langyos tejet, feloldott sót és cukrot, a tojássárgákat, a tészta jellegének megfelelő ízesítőket és a langyos zsiradékot. A liszt közepébe kis mélyedést alakítunk ki, amelybe beleöntjük a kovászt, a sót, az ízesítőket, a tojássárgákat. A tésztát lassan összedolgozzuk, közben apránként hozzáadagoljuk a langyos tejet. A gyúrást az egyik kezünkkel végezzük. A másik kezünkben habkártya van, amellyel folyamatosan össze-



4. ábra A kelt tészta készítése
 o—b) A kovász készítése
 c) A kovász felfuttatása a langyosított lisztben
 á) A rum hozzáadása a kelt tésztához
 e) A kelt tészta összedolgozása
 f) A kelt tészta gyúrása
 g) A kelt tészta dagasztása

gyűjtjük a keverőtál oldalára ragadt tésztát, és újra a tésztatömeghez adjuk. A tésztát addig gyúrjuk, dagasztjuk, amíg szép hólyagos nem lesz és el nem válik az edény falától, valamint a kezünktől. (4. ábra)

Ezután hozzáadjuk a zsiradékot, és addig gyúrjuk, amíg a tészta teljesen egyenmő nem lesz. A tésztatömeget nyújtótáblára borítjuk, és gyengén lisztezve gömbölyűre alakítjuk. Visszahelyezzük a lisztezett keverőtálba, tetejére is lisztet hintünk.

A tésztát érleljük, kelesztjük: A tésztát tiszta konyharuhával lefedjük, és langyos, kb. 40 °C-os helyen 30–40 percig kelesztjük, érleljük. Ennek eredményeképpen széndioxid-gáz és alkohol keletkezik a tésztában, amelynek illata a kelesztés, érlelés végén már erősen érezhető. A tészta térfogata megnő, amely az eredeti kétszerese is lehet.

Ha a tészta térfogata a kellő idő alatt nem nő meg eléggé, akkor a tésztát alaposan átgyúrjuk, szellőztetjük. Ezzel a művelettel felfrissítjük az élesztőgombákat, amelynek eredményeképpen az ismételt kelesztés, érlelés hatására a tészta eléri a szükséges térfogatnövekedést.

A jól készített, szakszerűen kelesztett, illetve érlelt tészta állománya laza, enyhén rugalmas, lyukacsos szerkezetű.

A tésztát ezután daraboljuk, nyújtjuk, sodorjuk, fonjuk.

A kialakított, formázott süteményeket újra kelesztjük, érleljük. Ezt követi a készítmények sütése; zárt hőben, bő zsírban vagy faszénparázs fölött.

Ízes bukta (Chausson aux confitures)

Kelt tészta készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	1,00 kg	Citrom	1 db
Porcukor	0,10 kg	Vaj	0,10 kg
Só	0,01 kg	Élesztő	0,05 kg
Tojássárga	6 db	Gyümölcsíz	0,30 kg

Kenéshez:

Tojás 2 db

Szóráshoz:

Liszt 0,10 kg

A sütőlemezt vékonyan bekenjük zsiradékkal.

A gyümölcsízt simára keverjük, majd sima csővel ellátott habzsákba töltjük.

Az egész tojásokat alaposan összekeverjük.

Az elkészített kelt tésztát óvatosan nyújtótáblára borítjuk, majd kb. 1 cm vastagságúra kinyújtjuk.

Ezt követően a tésztát kb. 8–10 cm-es négyzetekre vágjuk. A vágást jó éles késsel

16. folyamatra

GYÚRT ÉLESZTŐS TÉSZTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Liszt Porcukor Tej Élesztő	Kovászt készítünk. A lisztet melegítjük. A kb. 35 °C-os tejhez hozzákeverjük az élesztőt, a porcukrot és a lisztet. Langyos helyen kelesztjük.	A langyos helyen kelesztett kovászból elszaporodnak az élesztőgombák, mielőtt szén-dioxid-gáz és alkohol keletkezik.
Zsiradék Só Porcukor Tej Tojás	A zsiradékot megolvasztjuk. A sőt és a porcukrot langyos tejben feloldjuk. A tojásokat szétválasztjuk.	A kelt tésztáknál fontos, hogy minden anyag langyos hőmérsékletű legyen, mert ez elősegíti a tészta későbbi térfogatnövekedését.
Kovász Tej Só Cukor Tojássárgája	Az előmelegített lisztbe adjuk a kovászt, a tejben feloldott sőt, a cukrot, az ízesítőket, a tojássárgát. A tésztát összedolgozzuk, mielőtt lassan adagoljuk hozzá a langyos tejet. Ezután addig gyúrjuk, dagasztjuk, amíg hólyagos lesz s elválnak az edény falától és a kezünktől.	A gyúrással és dagasztással a tészta állományát lazítjuk, mivel levegőt viszünk szerkezetébe.
Zsiradék Liszt	Hozzádagasztjuk a langyosított zsiradékot. Addig gyúrjuk, amíg a tészta teljesen egynemű nem lesz. Ezután gömbölyítjük, liszttel meghintve, konyharuhával letakarva kelesztjük kétszeres térfogatnövekedésig.	A tésztát 35 °C-os hőmérsékletű helyiségben kell keleszteni, mert ez a legmegfelelőbb az élesztőgombák szaporodásához.
	A tésztát szükség szerint átgyúrjuk, szellőztetjük, ezután daraboljuk, nyújtjuk, sodorjuk, fonjuk.	A tésztát azért szükséges szellőztetni, hogy a friss levegővel elősegítsük a következő kelesztést.
GYÚRT ÉLESZTŐS TÉSZTA		

és könnyű mozdulatokkal végezzük, hogy a tészta ne gyűrődjön fel, és egyenletes vastagságú maradjon.

A négyzet alakúra darabolt tésztára, széleitől számítva 2 cm-re a gyümölcsízből csíkot fecskendezünk. A tésztát ezután fölcavarjuk, és így kialakult a buktaforma.

A gyümölcsízrel betöltött buktákat a zsírozott sütőlemezre helyezük úgy, hogy a tészta széle alulra kerüljön. A buktákat megfelelő távolságra helyezük egymástól, hogy sütés közben a térfogatnövekedés következtében ne érjenek, ül. ne ragadjanak össze.

A buktákat vékonyan bekenjük az előkészített tojásokkal, ügyelve arra, hogy a tojásból csak a szükséges mennyiséget használjuk. Ha túl sok tojást használunk, az lefolyik a tészta oldalán és hátráltatja a tészta kelesztését és sütését.

A tojással bekent tésztát langyos helyen kelesztjük. Ezalatt a térfogata legalább kétszeresére növekszik.

A megkelt tésztát kb. 180–200 °C-ra hevített kemencében sütjük meg. A sütési idő kb. 25–30 perc. A tészta akkor készült el, ha a sütési időt követően erős élesztőillata van.

A teteje aranyárga színű, állománya enyhén rugalmas. Átvágva lyukacsos szerkezetű, térfogata legalább kétszerese a betöltött tésztáénak.

A sütést követően a tésztát langyos helyen pihentetjük, majd kenőkéssel alávágva, leemeljük a sütőlemezről. Tálpapírral ellátott tálalóedényre helyezük a kisütött buktákat, és porcukorral meghintjük. Azonnal felszolgáljuk.

Aranygaluska (Galinettes)

Kelt tészta készítése

Zárt hőben sütés

Tejhab

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	1,00 kg	Élesztő	0,05 kg
Porcukor	0,15 kg	Tej	0,50 l
Só	0,01 kg	Dió	0,25 kg
Tojássárga	6 db		
Citrom	1 db	<i>Szóráshoz:</i>	
Vaj	0,40 kg	Liszt	0,10 kg

Kenéshez:

Tojás	2 db
Zsír	0,06 kg
Zsemlemorzsa	0,03 kg
Tejhab	5 adag

17. folyamatábra

ÍZES BUKTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Zsír Gyümölcsíz	A sütőlemezt vékonyan bekenjük zsírral. A gyümölcsízt simára keverjük, majd sima csővel ellátott habzsákba töltjük.	A sütőlemezt azért kenjük be zsírral, hogy a bukták ne ragadjanak le.
Kelt tészta	A kelt tésztát óvatosan nyújtó táblára borítjuk, s 1 cm vastagra kinyújtjuk, majd 8–10 cm oldalú négyzetekre vágjuk.	A vágást óvatosan végezzük, hogy a tészta ne gyűrődjön fel, egyenletes vastagságú legyen.
	A négyzet alakúra darabolt tésztára széleitől számítva 2 cm-re gyümölcsíz-ből csíkot fecskendezünk, majd a tésztát tekerccsé összecsavarjuk.	A csavarást úgy végezzük, hogy a gyümölcsízt ne nyomjuk ki a tésztából.
	A gyümölcsízzel betöltött tekerceket a zsírozott sütőlemezre helyezük úgy, hogy a tészta széle alulra kerüljön, és a bukták kellő távolságra legyenek egymástól.	A tészta szélének alulra kell kerülnie. Ellenkező esetben sütés közben visszahajlik, elveszti jellegzetes formáját.
Tojás	A tekerceket vékonyan bekenjük összekevert egész tojásokkal, majd langyos helyen kelesztjük.	A tojásokkal úgy kenjük be a tésztát, hogy az oldalán ne folyjon le, mert ez gátolja a kelesztést és a sütést.
	A megkelt tésztát sütőben megsütjük. A sütést követően langyos helyen pihentetjük, majd leemeljük a sütőlemezről. Tálalóedényre helyezük, és porcukorral meghintjük; azonnal felszolgáljuk.	A tészta 25–30 perc alatt készül el. Ezután erős illata van, teteje aranyárga, állománya rugalmas, átvágva lyukacsos szerkezetű.

Kelt tésztát készítünk, amelyhez a végén a szokásosnál több vajat adunk. Kis edényben vaját melegítünk, félretesszük. Megfelelő méretű, magas peremű zománcozott tepsit vagy kuglófformát kikenünk zsírral, majd meghintjük morzsával.

Egy kisebb edénybe lisztet készítünk elő. A diót kiválogatjuk, majd megdaráljuk. A darált diót összekeverjük porcukorral. A kelt tésztát lisztezett nyújtótáblára borítjuk, majd kb. 1 cm vastagra nyújtjuk. Lisztbe mártott pogácsaszaggatóval galuskákat szaggatunk a kelt tésztából.

A galuskákat egyenként az olvasztott vajba mártjuk, majd egymás mellé az előkészített edénybe helyezük. Ha egy teljes sorral elkészültünk, meghintjük cukrozott, darált dióval. Erre újabb tészta réteget helyezünk, majd bekenjük egész tojással.

A tésztát langyos helyre helyezük. Betakarjuk tiszta konyharuhával, és kelesztjük. Mikor a tészta térfogata az eredeti kétszeresére nőtt, leemeljük a tetejéről a konyharuhát. A tésztát kb. 180–200 °C-ra hevített kemencében sütjük meg. A sütési idő legalább 30 perc lesz. A tésztát sütés közben többször ellenőrizni kell. *Ha azt tapasztaljuk, hogy felülete túlságosan hamar pirulna, csökkentjük a kemence hőmérsékletét kb. 160 °C-ra, majd fedjük be a tészta felületét alumíniumfóliával. A tészta akkor készült el, ha erős élesztőillata van. Teteje aranyárga színű, állománya enyhén rugalmas, térfogata legalább kétszeresére nőtt az eredetinek.*

A sütést követően langyos helyen pihentetjük a tésztát, majd óvatosan nyújtótáblára borítjuk. A tésztát szétszedjük úgy, hogy minden aranygaluska külön legyen.

Az aranygaluskákat tálalóedényre halmozzuk, majd meghintjük porcukorral.

Külön mártáscsészében tejszínt adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk. (5. ábra)

Farsangi fánk (Beignets de carnaval)

Kelt tészta készítése

Bő zsírban sütése

Ajánlott anyaghányad:

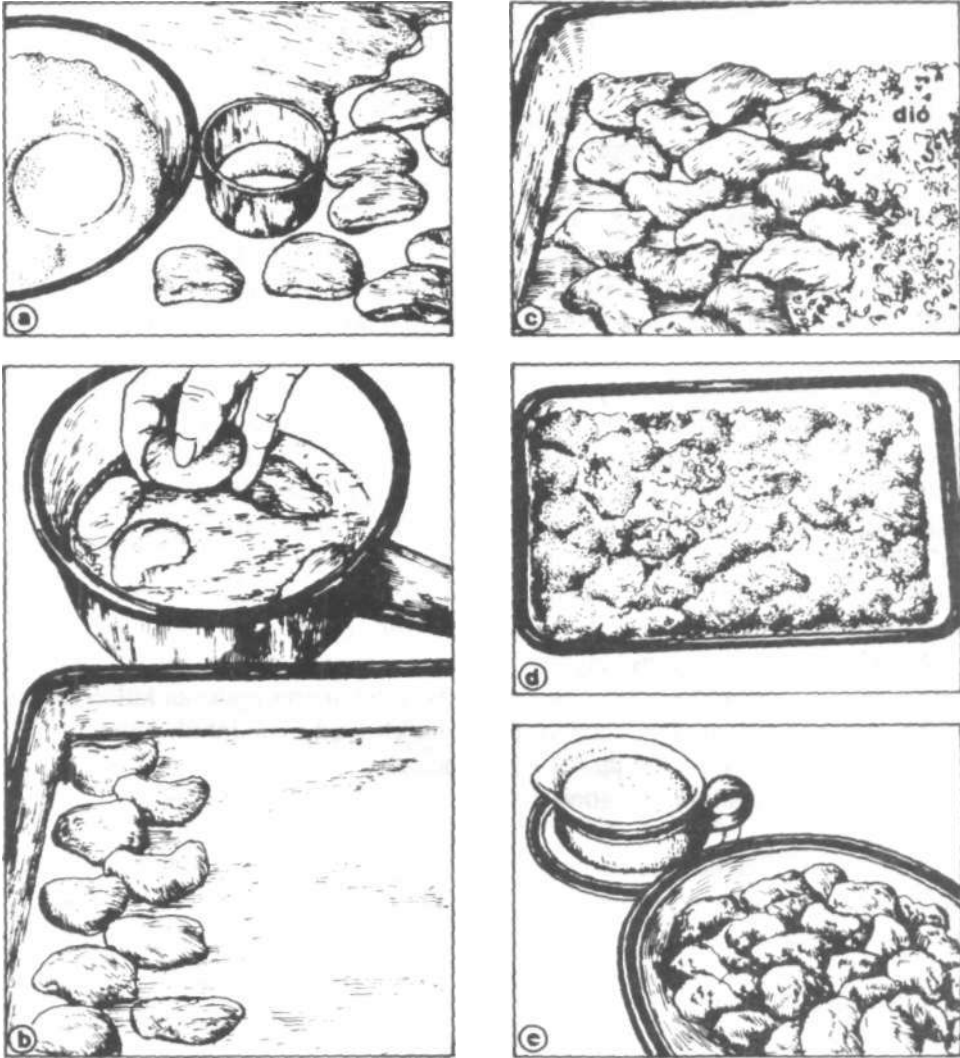
Liszt	1,00 kg	Élesztő	0,05 kg
Cukor	0,10 kg	Tej	0,50 l
Só	0,01 kg	Barackpálinka	0,05 l
Tojássárga	8 db	Rum	0,06 l
Barackíz	0,20 kg	Vaníliás cukor	0,03 kg
Citrom	1 db		
Vaj	0,20 kg		

Sütéshez:

Olaj 1,50 l

Szóráshoz

Liszt 0,10 kg



5. ábra Az aranygaluska készítése

- a) Az aranygaluska szaggatása b) Az aranygaluskák vajba mártása, rétegezése
 c) Az aranygaluska rétegezése cukrozott dióval d) Az aranygaluska kisütve e) Az aranygaluska tálalva

18. folyamalábra

ARANYGALUSKA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Kelt tészta Vaj	Kelt tésztát készítünk, amelyhez a szokásosnál valamivel több vajat adunk. Kis edényben vajat melegítünk. Magas peremű zománcozott tepsit vagy kuglóformát bekenünk zsírral, majd meghintjük morzsával.	A sütőformát azért kell zsírozni, morzsázni, hogy a tészta a sütést követően könnyen kiborítható legyen.
Liszt Dió Porcukor	Kisebb edényben lisztet készítünk elő. A diót kiválogatjuk, megdaráljuk, és porcukorral összekeverjük.	A porcukorral összekevert dióval rétegezzük a tésztát.
Kelt tészta Porcukros dió Tojás	A kelt tésztát lisztezett nyújtótáblára borítjuk, majd lisztbe mártott pogácsaszaggatóval galuskákat szaggatunk belőle. A galuskákat vajba mártogatjuk, és egymás mellé helyezjük az előkészített sütőformába. Ha egy teljes sor elkészült, ráhintjük a porcukorral összekevert diót. Erre kerül a következő tésztaréteg, amit bekenünk egész tojással.	Ügyeljünk arra, hogy a galuskák közelítően azonos méretűek legyenek, így a rétegek egyforma vastagságúak lesznek.
	A tésztát betakarjuk tiszta konyharuhával, és langyos helyen kelesztjük. Ha elérte a kellő térfogatnövekedést, megsütjük. Ha sütés közben a tészta felülete gyorsan pirul, befedjük alumíniumfóliával, és csökkentjük a sütési hőmérsékletet.	A tészta felülete könnyen pirul, ezért fontos az ellenőrzés, szükség szerint az alumíniumfóliával való befedés.
	Ha a tészta elkészült, kimelejük a sütőből, és langyos helyen pihentetjük. Ezután nyújtótáblára borítjuk, és szétszedjük, hogy minden aranygaluska külön legyen.	A szétszedést óvatosan végezzük, hogy a galuskák ne sérüljenek meg.
Porcukor Tejhab	Az aranygaluskát tálalóedényre halmozzuk, meghintjük porcukorral, s azonnal felszolgáljuk. Tejhabot adunk hozzá.	Fontos, hogy a készítményt melegen tálaljuk; ellenkező esetben étvágyrontó lesz.
GALINETTES		

Kelt tésztát készítünk, amelyhez a szokásosnál több tojássárgáját adunk. A jól összedolgozott kelt tésztához végül hozzáadjuk a rumot.

Kis edénybe lisztet és egy kb. 8–10 cm átmérőjű fánkszagatót készítünk elő. Egy tálcat tiszta konyharuhával betakarunk, majd vékonyan meghintjük liszttel.

Megfelelő méretű lábasban olajat melegítünk, és előkészítjük az illeszkedő méretű fedőt, továbbá a zománcozott tepsire helyezett csepegtetőrácsot és lapátkanalat.

A kelesztett tésztát lisztezett nyújtóablára borítjuk, majd kb. 2 cm vastagra nyújtjuk. A fánkszagatót lisztbe mártjuk, majd kiszaggatjuk a fánkokat. Ezt a művelet úgy végezzük, hogy a fánkszagatót hirtelen mozdulattal és nagy erővel nyomjuk meg. Így a tésztából kiszúrt fánkoknak „vágott” széle lesz. Ha a kiszúrás műveletét lassan végezzük, a tésztának nem lesz ún. vágott széle, mivel a tésztát így összenyomjuk. Kisütés után az ilyen fánk nem szalagos, hanem zsemleformájú lesz.

A kiszaggatott fánkokat az előkészített konyharuhával borított tálcára helyezük, egymástól kellő távolságra, hogy az utókelesztés folyamán ne ragadassanak össze.

A fánkokra ezután újabb tiszta konyharuhát borítunk, és langyos helyre téve kelesztjük őket.

A kb. kétszeres térfogatúra kelesztett fánkokat óvatosan felemeljük, és a közepükbe mélyedést alakítunk ki ujjainkkal. Ennél a műveletnél ügyeljünk arra, hogy a fánk „vágott” széle ne ragadjon össze, és ne sérüljön meg.

A fánkokat a mélyedéssel lefelé helyezük a lábasban közepes hőmérsékletűre melegített olajba. A fánkokból egyszerre csak annyit helyezünk az olajba, hogy a sütés hatására a növekvő térfogatú farsangi fánkok ne érjenek össze.

A lábost az előkészített fedővel lefedjük, és a fánkokat így sütjük. Ha egyik oldaluk megsült, és az olaj nem habzik, térfogatuk kb. kétszeresére nőtt, lapátkanállal megfordítjuk. A megfordított fánkokat fedő nélkül sütjük készre.

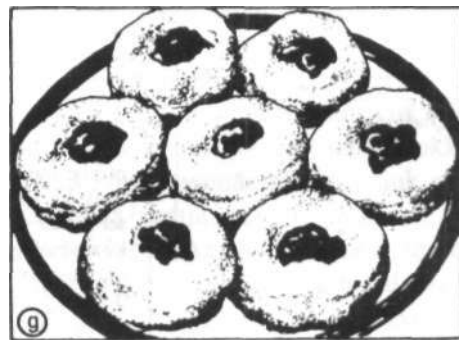
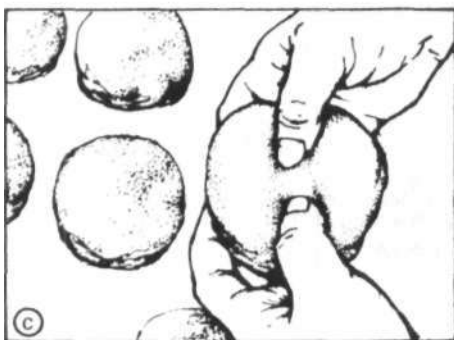
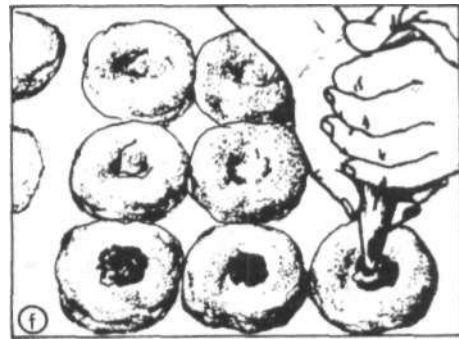
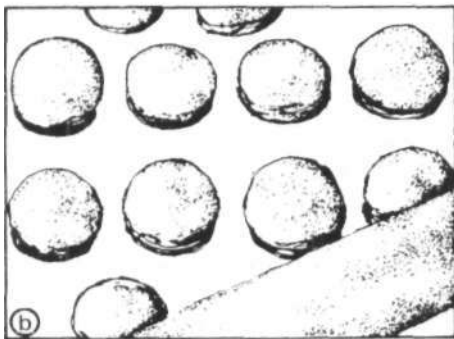
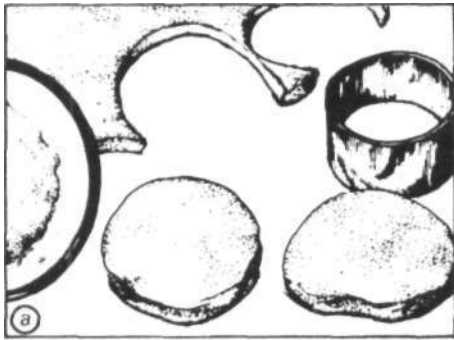
A kétütemű, tehát fedővel és fedő nélkül folytatott sütéssel érjük el, hogy a farsangi fánk eredetileg „vágott” széle szalagos lesz.

A készre sült aranyárga fánkokat lapátkanállal a csepegtetőrácsra emeljük, a sütés előtt kialakított mélyedéssel lefelé, és alaposan lecsepegtetjük.

A barackízhez egy kevés barackpálinkát vagy rumot adunk, amellyel simára keverjük, majd sima csővel ellátott habzsákba töltjük. A lecsepegtetett, de még forró farsangi fánkokat tálpapírral fedett tálalóedényre helyezük a mélyedéssel fölfelé, és meghintjük vaníliás porcukorral.

A közepükbe fecskendezzük az előkészített barackpálinkás barackízt.

Azonnal felszolgáljuk, tálpapírral borított tálon. (6. ábra.)



6. ábra A farsangi fánk készítése
- a) A farsangi fánkok kiszaggatása
 - b) A farsangi fánk kelesztése lisztezett abroszon
 - c) A farsangi fánk előkészítése sütéshez, a mélyedés kialakítása
 - d) A farsangi fánk sütése fedő alatt
 - e) A farsangi fánk rácsra szedése
 - f) A farsangi fánk betöltése barackkízzel
 - g) A farsangi fánk tálalva

19. folyamatábra

FARSANGI FÁNK		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Kelt tészta Tojássárgája Rum Liszt</p>	<p>Kelt tésztát készítünk, amelyhez a szokásosnál több tojássárgáját és még rumot is adunk. Kis edényben lisztet és egy 8-10 cm átmérőjű fánk-szagatót készítünk elő.</p>	<p>A kelt tészta finom szerkezetű, könnyű állományú legyen.</p>
	<p>A kelesztett tésztát lisztezett nyújtóablára borítjuk, majd 2 cm vastagra nyújtjuk.</p>	<p>A fánktesztát egyenlő vastagságúra nyújtjuk, hogy a fánkok vastagsága azonos legyen.</p>
<p>Liszt</p>	<p>A lisztbe mártott fánk-szagatóval hirtelen mozdulattal és nagy erővel kiszagatjuk a fánkokat. A fánkokat lisztezett konyharuhával borított tálcára helyezük, majd másik konyharuhával leborítjuk, majd langyos helyen kelesztjük.</p>	<p>Azért kell hirtelen mozdulattal és nagy erővel kiszagatni a fánkokat, hogy vágott szélük legyen.</p>
<p>Olaj</p>	<p>A megkelt fánkokat óvatosan felemeljük, és közéjükbe mélyedést alakítunk ki, majd a mélyedés felé a lábasban levő középmeleg olajba helyezzük, és sütjük, közben fedővel lefedjük. Amikor az egyik oldaluk megsült, leemeljük a fedőt, a fánkokat megfordítjuk és fedő nélkül fejezzük be a sütést.</p>	<p>A fánkok sütését azért végezzük fedővel, majd fedő nélkül, hogy a szélük szalagos legyen.</p>
<p>Vaniliás porcukor Barackíz Rum</p>	<p>A fánkokat lapátkanállal csepegtető rácsra emeljük, jól lecsepegtetjük. Meghintjük mélyedéssel lefelé vaniliás porcukorral, a mélyedésekbe rumos barackízt töltünk. Azonnal felszolgáljuk.</p>	<p>Fontos, hogy a fánkokat a sütést követően, még melegen felszolgáljuk.</p>
BEIGNETS DE CARNAVAL		

Kürtőskalács (Erdélyi ételkülönlegesség)

Kelt tészta készítése

Mandula előkészítése

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	1,00 kg	Vaj	0,25 kg
Porcukor	0,25 kg	Élesztő	0,05 kg
Só	0,01 kg	Tej	0,50 l
Tojás	6 db	Mandula	0,30 kg
Citrom	1 db	Kristálycukor	0,20 kg
		Rum	0,06 l
		Barackíz	0,30 kg

Jóízű kelt tésztát készítünk. Az egész tojásokból visszamaradó tojásfehérjét a felhasználásig félretesszük.

A mandulát leforrázzuk, meghámozzuk, és finommetéltre vágjuk. Vajat olvasztunk, és előkészítjük a szitált porcukrot.

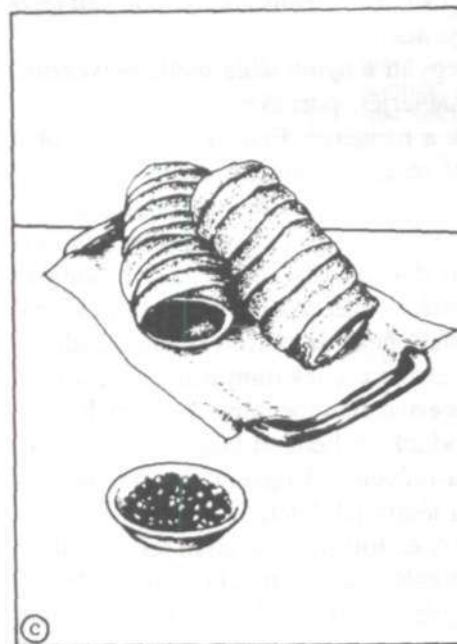
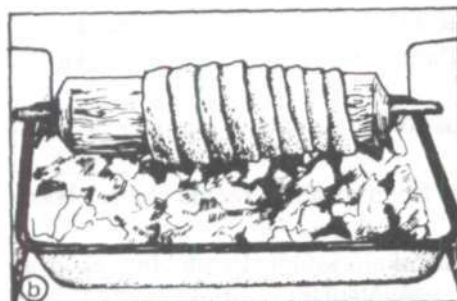
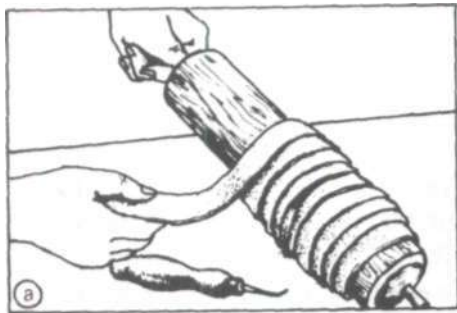
Előkészítjük az izzó faszénparazsat és a kürtőskalácssütőt. Ez utóbbit vékonyan bekenjük vajjal. A kelesztett tésztát lisztezett nyújtótáblára borítjuk, és kb. 0,5 cm vastagra nyújtjuk. Éles késsel kb. 2 cm széles csíkokat vágunk a kinyújtott kelt tésztából úgy, hogy azok minél hosszabbak legyenek.

A kürtőskalácssütő hengert az állvánnyal együtt a nyújtótábla mellé helyezzük. Odakészítjük az előkészített mandulát, tojásfehérjét, porcukrot.

A kezdő tésztacsíkokat gyűrűként ragasztjuk a hengerre. Ezután a tésztacsíkokat felcsavarjuk a hengerre. Ezt a műveletet úgy végezzük, hogy a tésztacsíkok félig fedjék egymást. A tésztacsíkokat a hengerre nyomkodjuk. Ha új tésztacsíkokkal folytatjuk a kürtőskalács feltekerését, a tésztacsíkokat nyomással ragasztjuk egymáshoz. Mikor a hengert teljes hosszában már tészta borítja, az elejéhez hasonlóan tésztagyűrű kialakításával rögzítjük a kürtőskalács végét. Az állványon levő, tésztával borított hengert lassan tekerjük, mialatt tojásfehérjébe mártott kenőtollal alaposan bekenjük. Ezt a műveletet a tésztacsíkok feltekerésének irányával megegyezően végezzük. A tojásfehérjével bekent tésztahengert azután meghintjük a metéltre vágott mandulával, amelyet óvatosan rányomkodunk. A hengert lassan tekerve mindenütt meghintjük kristálycukorral. Ennél a műveletnél ügyeljünk arra, hogy a kristálycukor vastagsága egyenletes legyen a tészta felületén.

Az egészet izzó faszénparázs fölé helyezzük és folyamatos, lassú tekeréssel elkezdjük a kürtőskalács sütését. Mikor a kürtőskalácsra hintett cukor a tészta felületén aransárgára pirul, folytatjuk a cukor hintését a tészta felületére. A cukor hintését addig végezzük, amíg az legalább 2–3 mm vastag rétegben rápirul, illetve rásül a tészta felületére.

A kürtőskalács akkor készült el, ha legalább 20–25 percig sütöttük. A henger végeinél a vaj gyöngyözik, a tészta felületén a cukor aransárgára pirult.



7. ábra A kurtoskalács készítése
 a) A tésztalapok ráhelyezése a hengerre
 b) A kurtoskalács sütése
 c) A kurtoskalács tálalása

Az elkészült kurtoskalácsot a hengerrel együtt leemeljük az állványról, és a tekercseléssel párhuzamosan 3–4 egyenlő méretű darabra vágjuk.

A kurtoskalácsot óvatosan damasztzalvétával fedett tálalóedényre csúsztatjuk. Külön mártás-csészében rumos barackízt adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk. (7. ábra)

A kurtoskalácsot gyakran mandula nélkül, esetleg dióval készítik, de az a változat már nem nevezhető kurtoskalácsnak.

20, folyamatábra

KÜRTÖSKALÁCS

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Kelt tészta Mandula Vaj Porcukor</p>	<p>Jóízű kelt tésztát készítünk. A visszamaradó tojásfehérjét félretesszük. A mandulát leforrázzuk, meghámozzuk, finom metéltre vágjuk. Vajat olvasztunk, előkészítjük a szitált porcukrot.</p>	<p>Fontos, hogy az előkészítő műveleteket pontosan, figyelmesen végezzük.</p>
<p>Vaj</p>	<p>Előkészítjük az izzó faszénparazsat és a megvajazott kürtőskalácssütőt.</p>	<p>A kürtőt gondosan vajazzuk, hogy a tészta ne ragadjon rá a sütést követően.</p>
<p>Kelt tészta</p>	<p>A kelesztett tésztát 0,5 cm vastagra nyújtjuk, majd éles késsel 2 cm-es csíkokat vágunk belőle, amelyeket folyamatosan az előkészített kürtőre, illetve hengerre tekerünk. Az elején és a végén gyűrűként ragasztjuk a tésztát a hengerre.</p>	<p>A tésztacsíkokat úgy tekerjük a hengerre, hogy félig fedjék egymást. Ezután könnyedén a hengerre nyomkodjuk őket, hogy ne eshessenek le.</p>
<p>Tojásfehérje Mandula Porcukor</p>	<p>A visszahagyott tojásfehérjével – kenőtoll segítségével – bekenjük a hengerre tekert tésztát. Ezután meghintjük a mandulával, majd porcukorral.</p>	<p>A tojásfehérjével a tekeréssel párhuzamosan kenjük be a tésztát.</p>
<p>Porcukor</p>	<p>A kész hengert izzó faszénparázs fölé helyezzük, és a tésztát állandó forgatással sütjük, mialatt folytatjuk a porcukor hintését a felületére, amíg el nem éri a 2–3 mm vastagságot.</p>	<p>A forgatást egyenletes ütemben végezzük; így a sütés folyamatos lesz.</p>
<p>Barackíz Rum</p>	<p>Ha a kürtőskalács elkészült, 3–4 darabra vágjuk, leemeljük a faszénparászról, és lecsúsztatjuk a damasztzalvétára. Azonnal felszolgáljuk; külön rumos barackízt adunk hozzá.</p>	<p>A készítményt frissen, forrón kell tálalni.</p>

KÜRTÖSKALÁCS

Cseh fánk (Beignets á la mode Bohémé)

Kelt tészta készítése

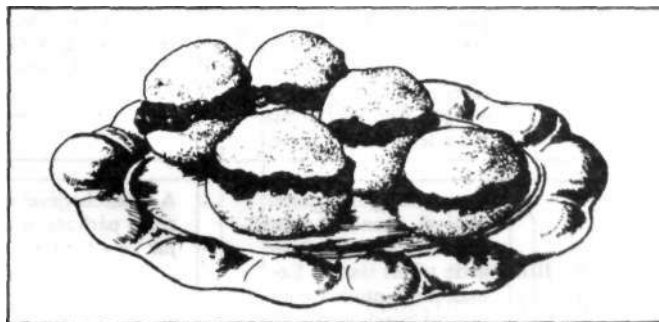
Tojás hab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,80	kg	Élesztő	0,05	kg
Cukor	0,10	kg	Tej	0,05	l
Só	0,01	kg	Vaníliás cukor	0,03	kg
Tojás	4	db	Ribiszkeíz	0,20	kg
Citrom	1	db			
Vaj	0,20	kg			

Sütéshez:

Olaj 0,40 l



8. ábra A cseh fánk tálalása

A szokásosnál valamivel hígabb kelt tésztát készítünk. A megmaradó tojásfehérjéből kemény habot készítünk.

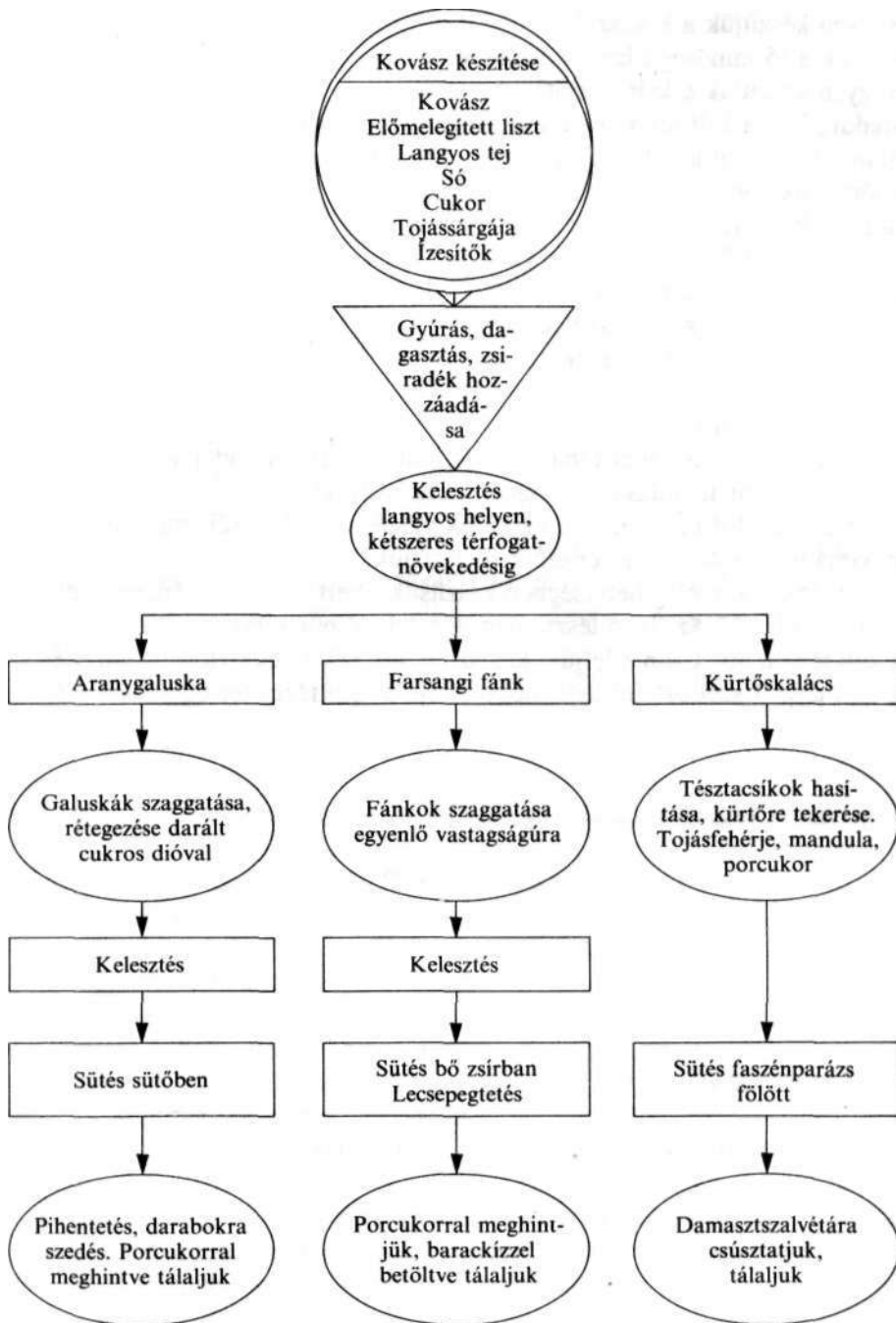
Amikor a kelt tészta térfogata kétszeresére nőtt, óvatosan hozzákeverjük a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Tükörtojássütőben egy kevés olajat hevítünk. Evőkanállal diónyi tésztát adagolunk a tükörtojássütő mélyedéseibe. A mennyiségnél vegyük figyelembe, hogy a tészta térfogata sütés közben a kétszeresére növekszik. A fánkok mindkét oldalát pirosra sütjük, majd csepegtetőrácsra emeljük.

A fánkokat kettesével gyümölcsízzel megkenve összeillesztjük. Forrón tálpapírral borított fémtálra tálaljuk, és meghintjük vaníliás porcukorral. (8. ábra)

Azonnal felszolgáljuk.

8. séma A KELT TÉSztÁK KÉSZÍTÉSE, SÜTÉSÉNEK ÖSSZEHASONLÍTÁSA



Kérdések:

1. Hogyan készítjük elő a kelt tészta alapanyagait?
2. Hogyan készítjük a kovászt?
3. Melyek a jó minőségű kovász ismérvei?
4. Hogyan készítjük a kelt tésztát?
5. Meddig kell a kelt tészta gyúrását, dagasztását végezni?
6. Hány °C-on kell a kelt tésztát érlelni, keleszteni?
7. Miért szükséges a kelt tésztát szellőztetni?
8. Hogyan készítjük az ízes buktát?
9. Hogyan készítjük az aranygaluskát?
10. Hogyan készítjük a farsangi fánkot?
11. Hogyan készítjük a kürtöskalácsot?
12. Hogyan készítjük a cseh fánkot?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A kelt tészta készítésénél fontos az átszitált liszt és tej melegítése 35 °C-ra, a só és a cukor feloldása, a zsiradék langyosítása!
2. A kovászt az előírt sorrendben készítjük megfelelő hőmérsékletű anyagokból, maximálisan + 40 °C-on érleljük, kelesztjük!
3. A kelt tésztákat meleg helyiségben készítsük, mert alacsony hőmérsékleten a tészta megfázik! Az ilyen tészta nem jön fel, tömör szerkezetű lesz!
4. A kelt tésztát 40 °C-on érleljük, kelesztjük kb. kétszeres térfogatnövekedésig!
5. A kelt tésztát szellőztetni kell, hogy elérje a szükséges térfogatnövekedést!

IV. Omlós tészták

Az omlós tészták készítéséhez finomra őrölt simalisztet kell használni. A liszten kívül jelentős mennyiségű zsiradékot és cukrot is tartalmaznak az omlós tészták.

Összeállításukhoz kevés folyadékot, illetve folyadékot tartalmazó anyagokat használunk, így:

- tojássárgáját,
- egész tojást, esetenként
- tojásfehérjét.

A felhasználható zsiradék egy része helyett olajos magvakat is adhatunk a tésztához. Ilyenek a dió, a mogyoró, a mandula, a földimogyoró. A felhasznált zsiradék — vaj, margarin, illetve olajos magvak egyben az omlós tészták lazítását is szolgálják. Az olajos magvak ezenkívül jellegzetes ízhatást is biztosítanak az omlós tésztáknak.

Az omlós tésztákat lazíthatjuk még sütőporral, szálai kálival és szódadikarbónával.

Omlós tészta készítése

Az omlós tészta alap- és járulékos anyagait gyúrással dolgozzuk össze, egyneműsítjük.

A hagyományos omlós tészták fő alapanyagai:

- három rész finomliszt,
- két rész zsiradék: vaj, margarin,
- egy rész porcukor.

A lisztet és a porcukrot megszitáljuk. A zsiradékot szobahőmérsékleten, 18 °C-on tároljuk felhasználásig, hogy állománya ne legyen túlságosan kemény, könnyedén a tésztába tudjuk dolgozni. A tészta gyúrását, egyneműsítését a mennyiségtől függően végezhetjük géppel vagy kézzel.

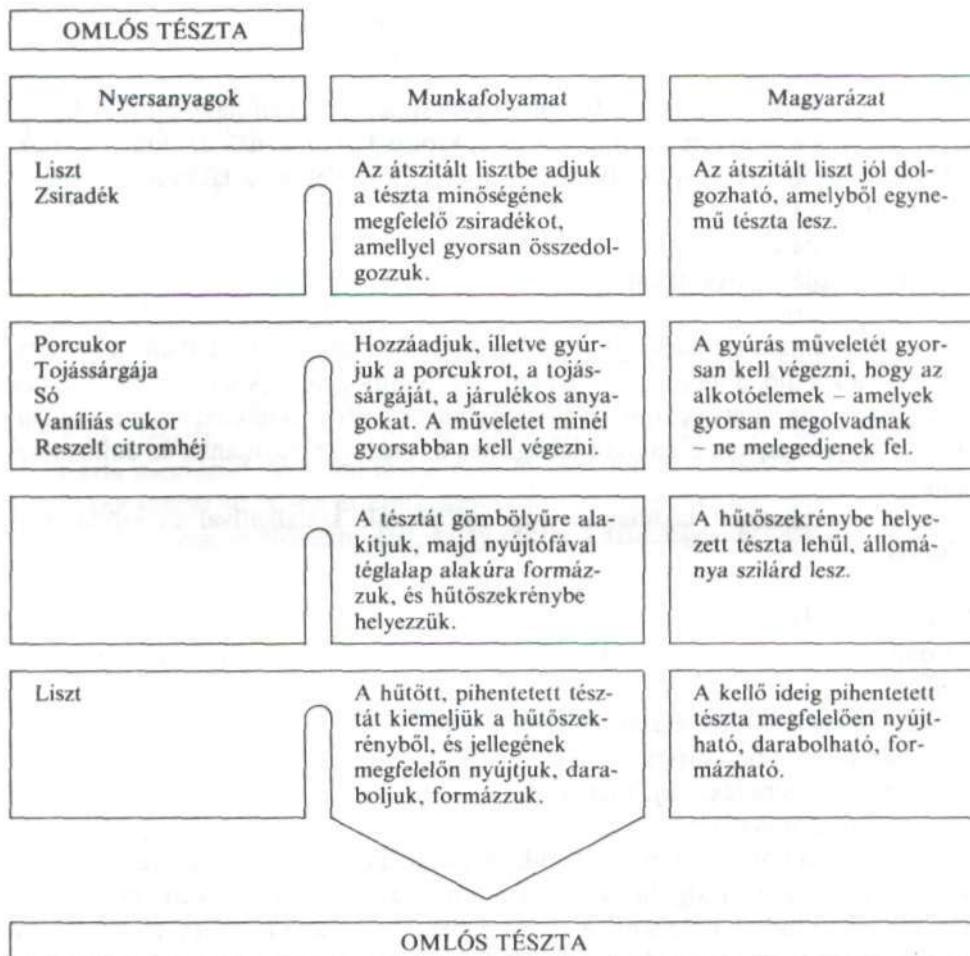
Ha géppel készítjük a tésztát, először a zsiradékot, porcukrot és tojást egyneműsítjük.

Ezután adjuk hozzá az átszitált lisztet és a többi járulékos anyagot. Mikor az omlós tészta már egynemű, kiemeljük a gépből. Lisztezett munkaasztalon gömbölyítjük, majd nyújtófával téglalap alakúra formázzuk.

Lisztezett fémtálcára helyezük, majd kb. 10 °C-os hűtőszekrénybe helyezük, ahol hűtjük és pihentetjük.

Kisebb mennyiségű omlós tésztát kézzel dolgozunk össze a következő módon: Faborítású vagy márványasztalra borítjuk az átszitált lisztet. Hozzáadjuk a zsiradékot,

21.folyamatábra



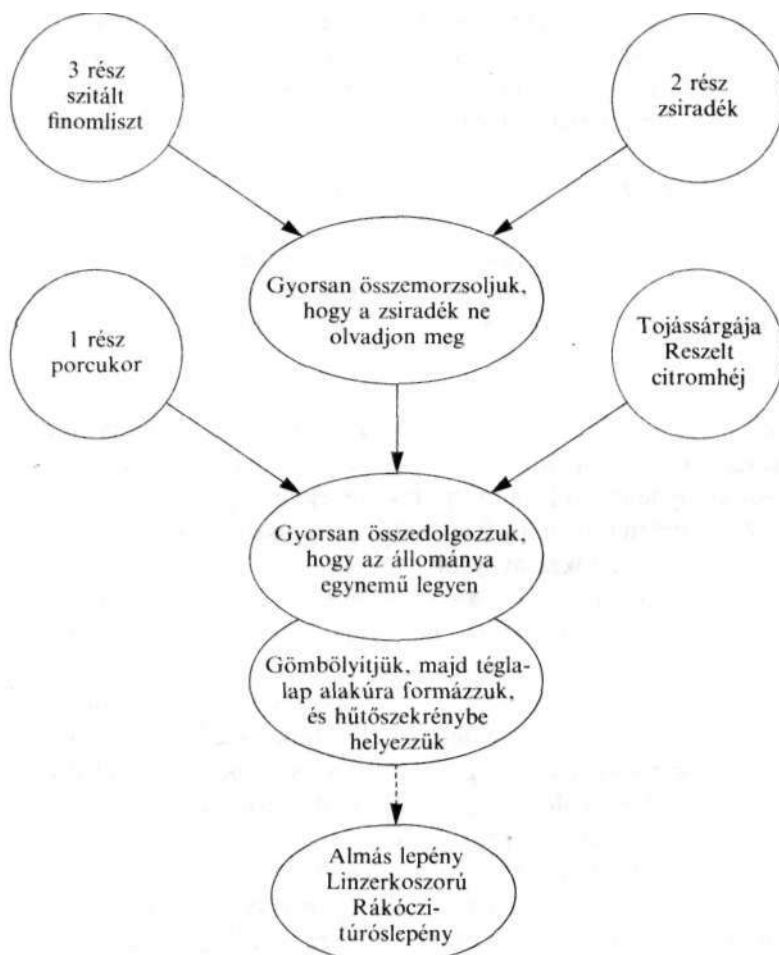
amellyel gyorsan összemorzsoljuk. Ezt a műveletet gyorsan kell végezni. Ellenkező esetben a zsiradék megolvad, és a tészta állománya lágy lesz. Az ilyen tészta állománya a sütés után nem omlós, hanem porhanyós lesz, szaknyelven ez „leégett” tésztának minősül.

Ezután adjuk hozzá a porcukrot, tojássárgát és a járulékos anyagokat. Az egészet gyorsan összedolgozzuk, egyneműsítjük. A műveletet úgy végezzük, hogy a másik kezünkben habkártya van, amellyel a tésztamorzsálékot folyamatosan összekapargjuk, és a tésztához adjuk.

A tésztát gömbölyítjük, majd nyújtófával téglalap alakúra formázzuk és lisztezett fémtálcára helyezzük. Kb. 10 °C-os hűtőszekrénybe helyezzük, ahol hűtjük, és pihentetjük.

A hűtött, pihentetett tésztát ezután darabolhatjuk, alakíthatjuk.

9. séma AZ OMLÓS TÉSZA KÉSZÍTÉSE



Almás lepény (Gâteau aux pommes)

Omlós tészta készítése

Almatöltelék készítése

Ajánlott anyaghányad:

Almatöltelékhez:

Alma	1,00 kg	Cukor	0,22 kg
Darált dió	0,20 kg	Reszelt citromhéj	0,02 kg
Édes morzsa	0,10 kg	Őrölt fahéj	0,01 kg

Elkészítjük az almatölteléket. A diót kiválogatjuk. A citrom héját lereszeljük, az édes morzsát megszitáljuk. A megtisztított, megmosott almát meghámozzuk, magházát eltávolítjuk, majd kb. 3–4 mm vastag szeletekre vágjuk. Ezután lábasba helyezzük, és addig pároljuk, amíg a leve el nem párolog. Ekkor hozzáadjuk a cukrot, a fahéjat, a citromhéjat, a diót. Az egészet összekeverjük, majd kihűtjük.

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

Liszt	0,60 kg	Tojássárga	4 db
Porcukor	0,20 kg	Reszelt citromhéj	0,03 kg
Vaníliás cukor	0,01 kg	Liszt (hintéshez)	0,10 kg
Margarin	0,40 kg		

Az ismert módon elkészítjük az omlós tésztát. A tésztát gömbölyítjük, majd téglalap alakúra formázzuk nyújtófa segítségével. Ezután lisztezett fémtálcára helyezük, hűtőszekrénybe tesszük, ahol hűtjük, és egyben pihentetjük.

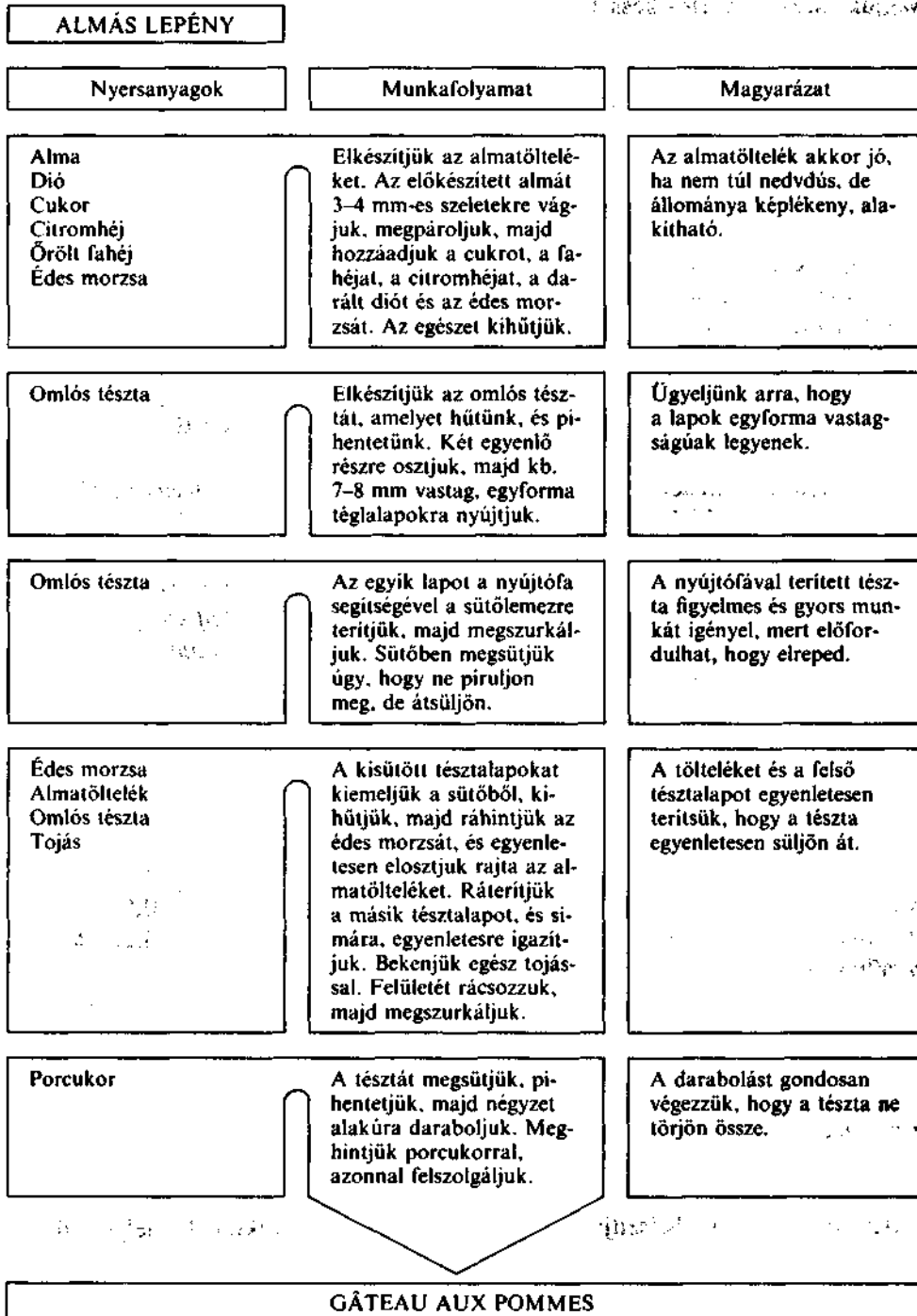
A hűtött és pihentetett tésztát két egyenlő részre osztjuk és 5–6 mm vastag, egyforma téglalap alakú lapokra nyújtjuk.

Az egyik tésztalapot a nyújtófa segítségével a sütőlemezre terítjük, és megszurkáljuk mártóvillával. Ezután 180 °C-ra előmelegített sütőben készre sütjük, de arra ügyeljünk, hogy a tésztalapot ne piruljon meg.

A készre sült tésztalapot kiemeljük a sütőből és kihűtjük. Ezután ráhintjük az édes morzsát, majd felületén egyenletesen elosztjuk a kihűtött almatölteléket. Erre terítjük a másik tésztalapot úgy, hogy az élek és a sarkok pontosan fedjék egymást. A tésztalapot simára, egyenletesre igazítjuk. Ezután a tészta felületét kenőtoll segítségével bekenjük összekevert egész tojással.

Mártóvillával a tészta tojással bekent felületét könnyedén berácsoljuk. Ezt a műveletet úgy végezzük, hogy a mártóvillával egymással párhuzamosan, nem mély barázdákat húzunk a tésztába. Az eredeti irányra merőlegesen a műveletet megismételjük, majd megszurkáljuk a tészta felületét.

Az almás lepényt 180 °C-os gőzmentes sütőben sütjük meg.



GÂTEAU AUX POMMES

Miután kiemeltük a sütőből, kihűtjük, majd egyenletes négyzet alakú darabokra vágjuk fűrészfogú éles késsel.

Az almás lepényeket meghintjük porcukorral, majd tálpapírral fedett tálalóedényre tálaljuk.

Azonnal felszolgáljuk.

Az almás lepény ismeretében készíthető még:

cseresznyés lepény (gâteau aux cerises),

meggyes lepény (gâteau aux griottes),

barackos lepény (gâteau aux abricots),

szilvás lepény (gâteau aux prunes).

A lepények másik készítési módja lehet a tésztaárccos készítés. Ebben az esetben az ismert módon elkészítjük az alsó lapot, amelyet kisütünk, majd ráhelyezzük a töltelékkel. A töltelékre ezután a maradék tésztából sodort ujjnyi vastag tésztaárccal rácsot alakítunk ki. A tésztaárccat kb. 1 cm távolságra helyezük el egymástól a töltelék felületén.

Erre merőlegesen helyezük el a tésztaárccal másikat, szintén egymástól 1 cm távolságra. Az így kialakított tésztaárccsal óvatosan bekenjük összekevert egész tojással. A tésztát az ismert módon sütjük meg.

A tésztaárccos lepény készítése sokkal munkaigényesebb, mint az előbbi készítési mód. Ennek ellenére az utóbbi módszerrel készített lepény sokkal szebb, étvágyfokozóbb és láthatóvá teszi a töltelékkel, amely a lepény jellegét adja.

Linzerkoszorú (Couronnes linsoises)

Omlós tészta készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,45 kg	Tojássárga	3 db
Margarin	0,30 kg	Reszelt citromhéj	0,02 kg
Porcukor	0,15 kg	Dió	0,20 kg
Vaníliás cukor	0,01 kg		

Szóráshoz:

Liszt 0,08 kg

Kenéshez:

Egész tojás 2 db

Töltéshez:

Sárgabarackíz 0,35 kg

Hintéshez:

Porcukor 0,05 kg

Az ismert módon elkészítjük az omlós tésztát, és hűtőszekrénybe helyezük. A diót kiválogatjuk, és apróra daraboljuk. A barackízt jól kikeverjük, és sima idomsóval ellátott habzsákba töltjük. Az egész tojásokat jól összekeverjük.

23. folyamatábra

LINZERKOSZORÚ		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Omlós tészta Dió Barackíz	Omlós tésztát készítünk, amelyet hűtőszekrényben hűtünk, illetve pihentetünk. A kiválogatott diót gorombára daraboljuk. A kikevert barackízt sima idomcsővel ellátott habzsákba töltjük.	A jól hűtött és pihentetett tészta megfelelően nyújtható, formázható.
Omlós tészta	Az omlós tésztát kb. 0,5 cm vastagságúra nyújtjuk, s kb. 5–6 cm átmérőjű, hullámos szélű, kör alakú kiszűrővel lapokat szúrunk ki belőle. Minden második lap közepét kiszűrjük egy kb. 2 cm átmérőjű, tehát kisebb kiszűrővel.	A kiszúrást gondosan végezzük, hogy a tésztakorongok kör alakúak legyenek, szélük ne sérüljön meg.
Tojás Dió	A közepén kiszúrt tésztakorongokat bekenjük egész tojással, és meghintjük gorombára vágott dióval. A sima és a dióval meghintett tésztákat habkártyával óvatosan sütőlemezre csúsztatjuk, majd sütőben megsütjük.	A tésztákat óvatosan csúsztassuk a sütőlemezre, hogy kör alakjuk ne sérüljön meg.
Porcukor Barackíz	Ha a tészta megsült, kihűtjük, majd az alsó sima lapok közepére barackízt fecskendezünk. A dióval meghintett lapokat meghintjük porcukorral, és az alsó, barackízzel fecskendezett lapokra nyomkodjuk enyhe mozdulatokkal. Azonnal felszolgáljuk.	A lapok összeillesztését gondosan végezzük, hogy ne törjenek el.
COURONNES LINSOISES		

A hűtőszekrényben hűtött és pihentetett tésztát lisztezett munkaasztalon 0,5 cm vastagságúra nyújtjuk. Kb. 5–6 cm átmérőjű, hullámos szélű, kör alakú kiszúróval lapokat szúrunk ki a kinyújtott tésztából. Minden második lap közepét kiszúrjuk egy kb. 2 cm átmérőjű, hullámos szélű, kör alakú kiszúróval. Ezeket a koszorú formájú tésztákat bekenjük az összekevert egész tojással, majd felületüket meghintjük az előkészített darabolt dióval.

A sima és a dióval meghintett tésztákat habkártya segítségével óvatosan sütőlemezre helyezük, úgy, hogy formájukat megtartsák.

A tésztát kb. 180 °C-os gőzmentes sütőben sütjük meg úgy, hogy felületük arany-sárga legyen. Ha a tészta megsült, kiemeljük a sütőből, és kihűtjük. A dióval meghintett lapokat meghintjük porcukorral.

Az alsó lapok közepére a habzsákba töltött barackízből halmokat fecskendezünk. Erre helyezük a porcukorral meghintett felső lapokat, amelyeket gyengén az alsó lapra nyomunk. Az elkészített linzerkoszorút tálalóedényre helyezük. (9. ábra)

A linzerkoszorúnál és még néhány készítménynél állandó vitát vált ki a porcukorral végzett hintés szükségessége. Az egyik elgondolás szerint cukrozni azért kell, mert édes süteményekről van szó és a porcukor fehér színével még inkább étvágyfokozóvá teszi a készítményt. A másik elgondolás szerint cukrozni azért nem szükséges, mivel a tészta természetesen tartalmaz cukrot és a sütéssel kialakított étvágyfokozó tésztafelületet elfedjük. Valahol mindkét elgondolás igaz! Éppen ezért a helyes gyakorlat az, ha süteményeinket cukrozzuk, de rendkívül kis mennyiségű porcukorral. Így a tészták felületének sütés által kialakított szín- és pörzsanyagai éppen a kevés hófehér porcukor kontrasztjaként jobban érvényesülnek.

Rákóczi-túróslepény (Gâteau au fromage blanc á la Rákóczi)

Omlós tészta készítése

Túrótöltelék készítése

Tojáshab készítése

Zárt hőben sütés

Szárítás

Ajánlott anyaghányad:

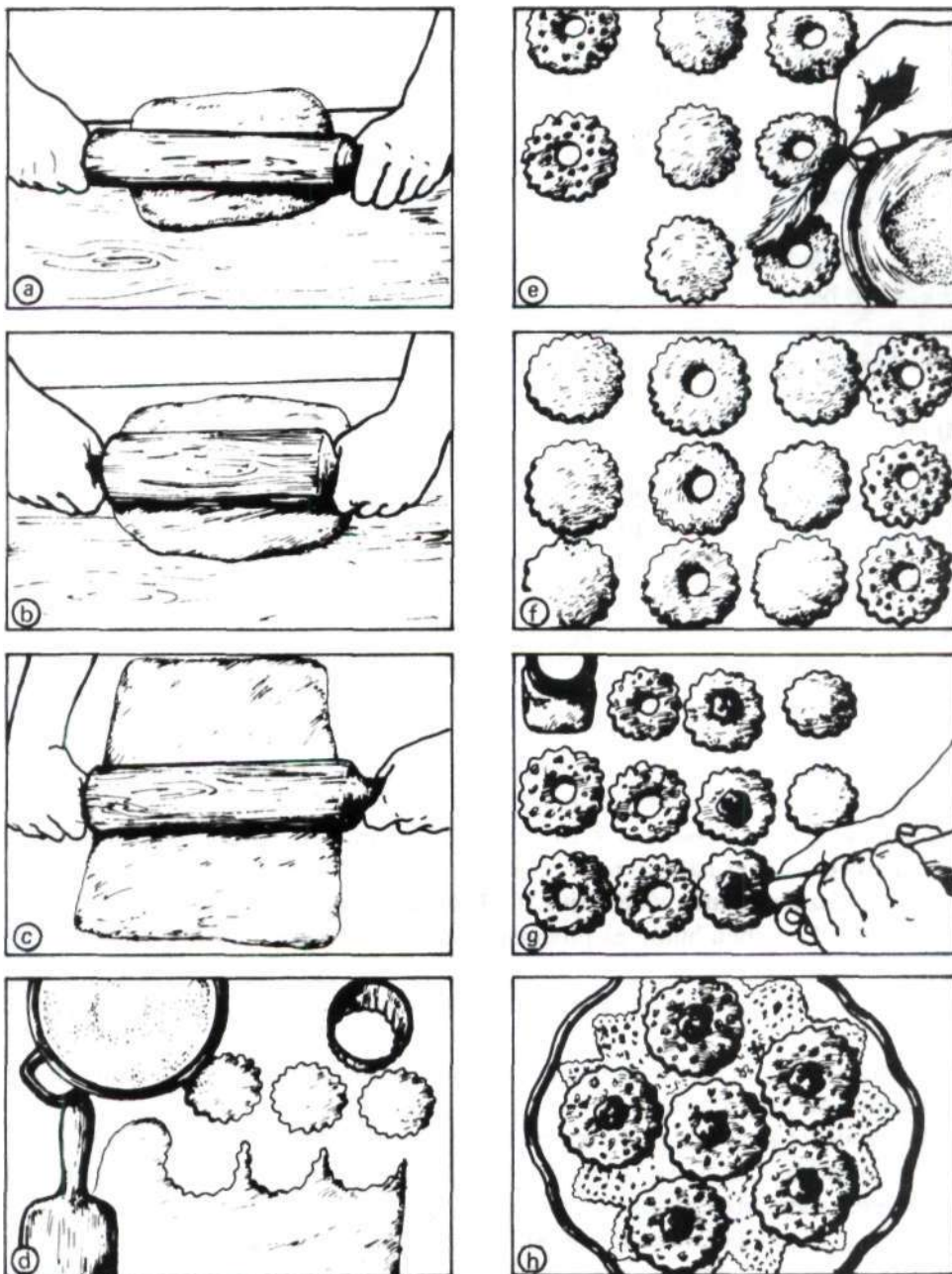
Omlós tésztához:

Liszt	0,60 kg	Margarin	0,40 kg
Porcukor	0,20 kg	Tojássárga	4 db
Vaníliás cukor	0,02 kg	Reszelt citromhéj	0,03 kg

Szóráshoz:

Liszt	0,08 kg
-------	---------

Az ismert módon elkészítjük az omlós tésztát, majd hűtőszekrénybe helyezük.



9. ábra A linzerkoszorú készítése

a) A linzertészta üttögetése b—c) A linzertészta nyújtása

d) A linzerkoszorú kiszúrása e) A linzerkoszorúk bekenése tojással

.) A kisütött linzerlapok és -koszorúk g) A linzerkoszorú betöltése h) A linzerkoszorú tálalva

Ajánlott anyaghányad:

Túrótöltelékhez:

Tehéntúró	0,80 kg	Porcukor	0,20 kg
Tojássárga	4 db	Mazsola	0,05 kg
Reszelt citromhéj	0,03 kg	Zsemle	2 db
Vaníliás cukor	0,02 kg		

A mazsolát kiválogatjuk, megmossuk, és leszárítjuk. A zsemleket meghámozzuk, majd belüket fél centiméteres kockákra daraboljuk. A tehéntúrót szitán áttörjük, majd hozzákeverjük a mazsolát, zsemlekockákat, porcukrot, tojássárgákat, reszelt citromhéjat, vaníliás cukrot.

Ajánlott anyaghányad:

Tojáshabhoz:

Tojásfehérje 8 db	0,20 kg
Kristálycukor	0,40 kg

Fecskendezéshez:

Barackíz	0,25 kg
----------	---------

A tojásfehérjéből habot verünk. Mielőtt teljesen megszilárdulna a hab, hozzáadjuk a kristálycukrot, és azzal fejezzük fe a hab felverését. A tojásfehérjéből készített hab akkor jó, ha állománya szilárd, a habüstből kiemelt habverőn maradó tojás-hab csúcsosan szakad el a habüstben maradó habtól. Fényesen csillogó, amelyben maradéktalanul feloldódott a kristálycukor. A barackízt simára keverjük, majd csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük.

Az előkészületek után elkészítjük a „Rákóczi-túróslepényt”.

A hűtőszekrényben hűtött és pihentetett tésztát lisztezett munkaasztalon 0,5 cm vastagra nyújtjuk.

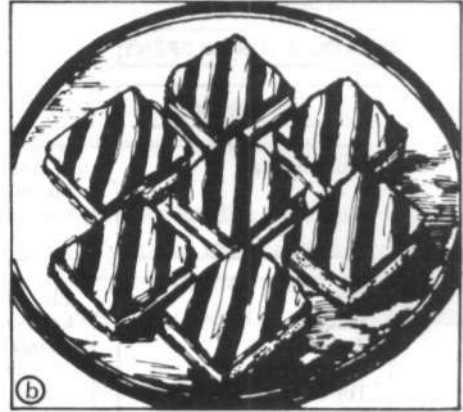
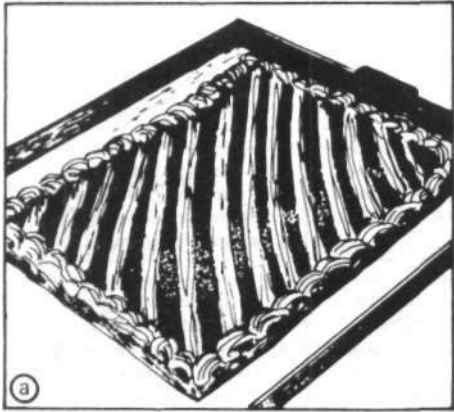
A tésztaalapot a nyújtás segítségével a sütőlemezre terítjük, és megszurkáljuk mártóvíllával.

Ezután 180 °C-ra előmelegített sütőben készre sütjük, de arra ügyeljünk, hogy a tésztaalap ne piruljon meg.

A tésztaalapot kihűtjük, majd egyenletesen elosztjuk felületén a túrótölteléket. A készítményt kb. 150 °C-os sütőbe helyezzük, amelyben lassan készre sütjük. Ha a túróréteg megszilárdult a tésztaalapon, az egészet kiemeljük a sütőből.

A tojásfehérjéből készített habot csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. A tojás-habot a tészta felületére fecskendezzük egymással párhuzamos csíkokban. Ezután kb. 130–140 °C-os gőzmentes sütőbe helyezzük a „Rákóczi-túróslepényt”.

A sütő ajtaját nyitva hagyjuk. A tojáshabot megszártjuk, mialatt arra is ügyeljünk, hogy a tojáshab felülete ne piruljon meg, világos maradjon. Ha a tojáshab felülete megpirul, a készítmény nehezebben szeletelhető.



lü ábra A Rákóczi-túróslepény megsütve, tálalva

Ha a tojáshab megszilárdult, a „Rákóczi-túróslepényt” kiemeljük a sütőből, és kihűtjük. Ezután vékonyan meghintjük porcukorral.

A habzsákba töltött barackízzel befecskendezzük a készítmény felületét. A barackízt a tojáshabcsíkokkal párhuzamosan két-két tojáshabcsík közé fecskendezzük.

Ezután a készítményt feldaraboljuk. Egy fűrészfogú éles kést forró vízbe mártunk, majd az előre bejelölt tésztát könnyű fűrészelő mozdulatokkal feldaraboljuk. Ügyeljünk arra, hogy a tojáshabot és a barackízt ne törjük, illetve ne kenjük össze. A „Rákóczi-túróslepényt” tálalóedényre helyezzük. (10. ábra)

Pozsonyi mákos kifli (Croissant de Presbourg au pavot)

Omlós élesztős tészta készítése

Zárt hőben sütése

Ajánlott anyaghányad:

Omlós élesztős tésztához:

Liszt	0,50	kg	Vaj	0,20	kg
Porcukor	0,05	kg	Élesztő	0,01	kg
Só	0,01	kg	Tej	0,15	l
Tojássárga	4	db			
Citrom	1	db			

Szóráshoz:

Liszt	0,05	kg
-------	------	----

Az omlós élesztős tészta átmenet az omlós és az élesztős tészták között, mivel lazító anyagként alkalmazzuk a zsiradékot (vaj) és az élesztőt. Az omlós élesztős tészták jellemzője, hogy viszonylag hosszabb ideig, 5–6 napig is eltarthatok, sőt

24. folyamatábra

RÁKÓCZI TÚRÓSLEPÉNY

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Omlós tészta	A tanult módon elkészítjük az omlós tésztát, majd hűtőszekrénybe helyezzük.	A tészta hűtése rendkívül fontos, hogy állománya megszilárduljon; így jól nyújtható, formázható.
Túró Mazsola Zsemle Porcukor Tojássárgája Citromhéj Vaníliás cukor	Elkészítjük a túró-töltelék-t. Az áttört túróhoz hozzákeverjük a mazsolát, a zsemlekockákat, a porcukrot, a tojássárgáját, a reszelt citromhéjat, a vaníliás cukrot.	A töltelék ne legyen túlságosan édes, hogy ne nyomja el a túró jellegzetes ízét, zamatát.
Tojásfehérje Kristálycukor Barackiz	A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk, majd csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. A barackizt simára keverjük, és csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük.	A tojás hab szilárd szerkezetű, egynemű legyen.
Túró-töltelék	A hűtött és pihentetett tésztát 0,5 cm vastagra nyújtjuk, sütőlapra terítjük, majd megsütjük, és kihütjük. Ezután egyenletesen elosztjuk felületén a túró-töltelék-t, és megsütjük.	A túró-töltelék-t egyenletesen osszuk el a tészta lap felületén.
Tojás hab Porcukor	Ha a túró-töltelék megszilárdult, a tésztát kiemeljük a sütőből, és tetejére fecskendezzük a tojás habot, egymással párhuzamos csíkokban. Sütőbe helyezzük, a tojás habot megszárítjuk, majd kiemeljük a sütőből és kihütjük, meghintjük porcukorral.	A tojás habot egyenlő vastagságban fecskendezzük a túró-töltelék-re, hogy egyszerre száradjon meg.
Barackiz	A barackizt a tojás habokkal párhuzamosan, a habcsíkok által kialakított mélyedésbe fecskendezzük. Négyzetekre daraboljuk, s azonnal felszolgáljuk.	A darabolást gondosan végezzük, hogy a tojás hab ne sérüljön meg.

GÂTEAU AU FROMAGE BLANC À LA RÁKÓCZI

ezalatt alakul ki igazán a készítmény élvezeti értéke, a jellemző ízanyagok és a megfelelő állomány.

Elkészítjük az omlós élesztős tésztát.

Az omlós élesztős tésztához az élesztőből *nem készítünk kovászt!* A zsiradékot — vaj esetleg margarin — felhasználásig hűvös helyen tároljuk, hogy állománya szilárd maradjon.

A tejhez hozzáadjuk az élesztőt, és csomómentesre keverjük. Az átszitált lisztből a munkaasztalon halmot formázunk, amelynek közepébe mélyedést alakítunk ki. A mélyedésben a *zsiradékot gyorsan összedolgozzuk a liszttel*, majd a tejjel elkevert élesztőt, a tojássárgáját, a porcukrot, a reszelt citromhéjat, a sót adjuk hozzá, amelyekkel egyneművé dolgozzuk.

A műveletet azért kell gyorsan végezni, hogy a tésztában levő zsiradék ne olvadjon meg.

Ha a zsiradék megolvad, a tészta állománya a kisütés után nem omlós, hanem porhanyós lesz. Az ilyen tésztában a liszt kisebb csomókban tapad össze.

Az egynemű tésztát cipó alakúra formázzuk, majd vékonyan meghintjük liszttel, és hűtőszekrénybe helyezzük. A tésztát letakarjuk tiszta konyharuhával, és 15–20 percig hűtjük, pihentetjük.

Elkészítjük a forrázott máktölteléket.

Ajánlott anyaghányad:

Őrölt mák	0,45	kg	Kristálycukor	0,33	kg
Víz			Mazsola	0,04	kg
vagy					
Méz	0,10	kg			
Reszelt citromhéj	0,01	kg			

Kenéshez:

Tojás	2	db
-------	---	----

A mazsolát megtisztítjuk, kiválogatjuk, megmossuk, majd leszárítjuk. A cukrot a vízben felforraltjuk. A mákot egy keverőtálban összekeverjük a mazsolával, a reszelt citromhéjjal. Állandó keverés közben ráöntjük a forró cukros oldatot. Jól összekeverjük, majd hozzáadjuk a mézet. A töltelék finomabb lesz, ha a vizet teljes mértékben mézzel helyettesítjük.

Ebben az esetben a mézet a cukorral lassan fölmelegítjük, és az előbbiekhöz hasonlóan járunk el.

A forrázott máktölteléket ezután kihűtjük.

Betöltjük a pozsonyi mákos kifliket.

A hűtőszekrényben hűtött és pihentetett tésztát 3 dkg-os gömbölyű darabokra alakítjuk, majd ovális alakúra nyújtjuk úgy, hogy kb. 2 mm vastag legyen. A tölteléket

25.folyamatábra

OMLÓS ÉLESZTŐS TÉSZTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Liszt Zsíradék	Az átszitált liszthez adjuk a zsíradékot, amivel igen gyorsan összedolgozzuk.	A tésztahoz minden esetben átszitáljuk a lisztet, hogy könnyebben tudjuk összedolgozni.
Tej Élesztő Tojássárgája Porcukor Só	Ezután hozzáadjuk a tejjel elkevert élesztőt, a tojássárgáját, a porcukrot, a sót, és gyorsan összedolgozzuk, összegyúrjuk.	A tészta összedolgozását gyorsan végezzük, hogy a zsíradék ne olvadjon meg.
Liszt	Az egynemű tésztából cipókat formázunk. Felületüket vékonyan meghintjük liszttel, és hűvös helyre helyezük őket. A tésztát letakarjuk konyharuhával, és kb. 15–20 percig pihentetjük hűvös helyen.	A tésztát hűtve pihentetjük, hogy a zsíradék ne olvadjon meg.
OMLÓS ÉLESZTŐS TÉSZTA		

3 dkg-os darabokra osztjuk. Az oválisra nyújtott tésztaalapok közepére helyezük a 3 dkg-os töltelékalmokat. A tölteléket egyenletesen ellapítjuk a tésztaalapon úgy, hogy a tésztaalap szélére 0,5 cm szélességben ne kerüljön töltelék.

A tölteléket másképpen is betölthetjük. A töltelékből a tésztaalap hosszától 2 cm-rel rövidebb, elkeskenyedő végű „töltelékrudat” alakítunk ki. A töltelékrudat az előkészített tésztaalpra helyezük, hosszanti irányával párhuzamosan.

A tésztát ezután mindkét esetben hosszanti irányával párhuzamosan felgöngyöljük. Ezt a műveletet úgy végezzük, hogy a tészta végei egy kissé csúcsos formájúak legyenek. A hosszúkás, kissé szivar alakú tésztát ezután meghajlítjuk, illetve patkó és ácskapocs alakúra formázzuk. E tészta formázásánál az a szokás, hogy a mákos

26. folyamatábra

POZSONYI MÁKOS KIFLI		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Mák Méz Citromhéj Kristálycukor Mazsola Víz	Elkészítjük a máktöltelék- ket. A cukrot a vízben főforraljuk. Az őrölt má- kot keverőtálban összeke- verjük a mazsolával és a reszelt citromhéjjal. Ál- landóan keverve ráöntjük a forró cukrot, a vizet és a mézet, majd jól összeke- verjük. Ezután kihűtjük.	Csak jó minőségű mákot használjunk, hogy a tölte- lék ne legyen keserű ízű.
Omlós élesztős tészta Forrázott máktöltelék	A hűtött és pihentetett tész- tából 3 dkg-os darabokat gömbölyítünk, majd ová- lisra nyújtjuk úgy, hogy kb. 2 mm vastag legyen a tésztalap. A forrázott mák- töltelékét szintén 3 dkg-os darabokra osztjuk.	A tésztát és a töltelékét pontosan mérjük ki, hogy a kiflik egyformák legye- nek.
Omlós élesztős tészta	A tésztalapokon szétkenjük a töltelékét, majd hosszan- ti irányukkal párhuzamo- san felgöngyöljük úgy, hogy végeik kissé csúcsos for- májúak legyenek. A kifli- ket patkó alakúra hajlít- juk, és sütőlemezre helyez- zük.	A töltelékét úgy kenjük a tésztalapra, hogy annak széle kb. 0,5 cm szélesség- ben üresen maradjon.
Tojássárgája Tojásfehérje	A kifliket ezután tojássár- gájával bekenjük, langyos helyen érleljük, majd to- jásfehérjével is bekenjük. Hűvös helyen pihentetjük, amíg felületükön a tojás meg nem szárad.	A tojássárgájával, majd tojásfehérjével bekent kif- lik felülete márványos lesz.
Porcukor	A kifliket megsütjük, majd kihűtjük, és néhány napig érleljük. Porcukor- ral meghintve tálaljuk.	Az érlelt kiflik izanyagai jobban összeérnek.
CROISSANT DE PRESBOURG AU PAVOT		

kifliket patkó, a diós kifliket ácskapocs alakúra formázzuk. Ez a módszer egyben lehetővé teszi a kiflik töltelék szerinti megkülönböztetését.

A kifliket ezután sütőlemezre helyezzük, egymástól egyenlő kb. 3 cm távolságra, majd simára kevert tojássárgájával bekenjük, és mérsékelt langyos helyen érleljük. Ha a kiflik felületén a tojássárgája megszáradt és a tészta felületén hajszálvékony repedések keletkeztek, akkor tojásfehérjével kenjük be a kifliket. Ezután a kifliket addig pihentetjük hűvös helyen, amíg a felületük megszárad.

A pozsonyi kiflik sütését enyhén gőzös kemencében végezzük, kb. 210 °C-on.

Ha a kiflik megsültek, kihűtjük, majd hűvös helyen tároljuk felhasználásig.

Mint korábban már említettük, az omlós élesztős tészták akkor a legélvezetesebbek, ha néhány napig hűvös helyen pihentetjük, érleljük őket.

Pozsonyi diós kifli (Croissant de Presbourg aux noix)

Omlós élesztős tészta készítése

Pozsonyi mákos kifli készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Omlós élesztős tésztához:

Liszt	0,50	kg	Vaj	0,20	kg
Porcukor	0,05	kg	Élesztő	0,01	kg
Só	0,01	kg	Tej	0,15	l
Tojássárga	4	db			

Szóráshoz:

Liszt	0,05	kg
-------	------	----

Elkészítjük az omlós élesztős tésztát. Ezután elkészítjük a forrázott diótölteléket.

Ajánlott anyaghányad:

Órölt dióbél	0,40	kg	Édes morzsa	0,07	kg
Kristálycukor	0,32	kg	Cukrozott narancshéj	0,04	kg
Mazsola	0,04	kg	Méz vagy víz	0,10	l
Reszelt citromhéj	0,01	kg			

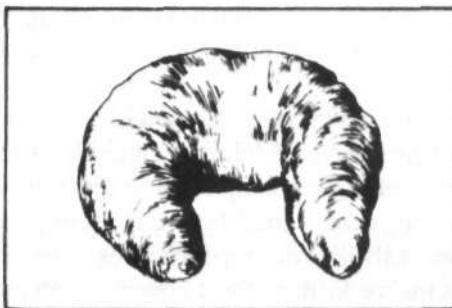
A forrázott diótölteléket a forrázott máktöltékhez hasonlóan készítjük el.

A pozsonyi diós kiflit a pozsonyi mákos kiflivel azonosan betöltjük, bekenjük tojássárgájával, majd tojásfehérjével.

Ezután megsütjük, és hűvös helyen érleljük.

Mind a pozsonyi mákos kifliket, mind a pozsonyi diós kifliket az érlelést követően tálalóedényre helyezük, és igen vékony rétegben meghintjük vaníliás porcukorral (11. ábra).

Azonnal felszolgáljuk.



77. ábra A pozsonyi kifli tálalva

Kérdések:

1. Hogyan készítjük az omlós tésztát?
2. Miért kell a zsiradékot gyorsan eldolgozni az omlós tészták készítésénél?
3. Milyen a liszt, a zsiradék, a porcukor aránya az omlós tésztákban?
4. Hogyan készítjük az almás lepényt?
5. Hogyan készítjük az almás lepény töltelékét?
6. Hogyan készítjük a Rákóczi-túróslepényt?
7. Hogyan készítjük a Rákóczi-túróslepényhez a túró töltelékét?
8. Hogyan készítjük a Rákóczi-túróslepényhez a tojáshabot?
9. Hogyan készítjük a linzerkoszorút?
10. Hogyan készítjük az omlós élesztős tésztákat?
11. Hogyan adjuk az omlós élesztős tésztákhoz az élesztőt?
12. Hogyan készítjük a forrázott máktöltelékét?
13. Hogyan készítjük a forrázott diótöltelékét?
14. Hogyan készítjük a pozsonyi mákos és diós kiflit?
15. Milyen alakúra formázzuk a pozsonyi mákos és diós kiflit?
16. Milyen sorrendben történik a kifli bekenése?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Az omlós tészta összeállítását mindig gyorsan végezzük, hogy a zsiradék ne olvadjon meg! Ha a zsiradék megolvad, a tészta repedezett lesz, könnyen szétesik. Szaknyelven ezt „leégésnek” nevezik. Amennyiben ez előfordulna, akkor a tésztát egy kevés tojásfehérjével gyorsan összedolgozzuk!
2. Az omlós tésztából készített tésztalapokat sütés előtt megszurkáljuk, hogy a sütés közben keletkező gázok eltávozzanak!
3. A pozsonyi kiflihez a tésztát ovális alakúra nyújtjuk, így érjük el, hogy a betöltést követően a felgöngyölt tészta közepén vastagabb, két vége felé elkeskenyedő lesz!
4. A betöltött pozsonyi diós és mákos kiflit gondosan kenjük be simára kevert tojássárgájával, és langyos helyen érleljük! Felületük így lesz repedezett, márványozott. Ezután tojásfehérjével kenjük be, majd hűvös helyen pihentessük, amíg a tojásfehérje meg nem szárad! Így érjük el, hogy a pozsonyi diós és mákos kifli felülete hajszálvékonyan repedezett és szép fényes lesz!
5. A pozsonyi diós és mákos kiflit a sütést követően néhány napig célszerű érlelni, így alakulnak ki igazán jellemző íz- és zamatanyagaik.

V. Rétesek

A rétesek a magyaros konyha jellegzetes készítményei. Táplálkozás-élettani értékük — különösen a gyümölcs- és túró-tölték esetében — vitathatatlan.

A haj szál vékonyra húzott tészta, illetve réteslap szénhidrátartalma elenyésző az értékes töltelékhez viszonyítva.

Töltékként felhasználható: tehéntúró, cseresznye, meggy, alma stb.

A rétes készítéséhez minden esetben „acélos” búzából őrölt, magas sikértartalmú fogós, ül. grízes lisztet kell használni.

A magas sikértartalom a feltétele annak, hogy a rétes jól „húzható”, hajszálvékony legyen. Mivel a rétestészta készítése rendkívül munkaigényes, ezért kidolgozták az üzemi méretű gyártási technológiát is. Így az egyes vendéglátóipari üzletek beszerezhetnek „húzott” réteslapot is. Ennek a betöltése azonos a kézzel „húzott” rétestészta betöltésével.

Rétestészta készítése:

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,60	kg	Zsír	0,08	kg
Só	0,01	kg	Ecet (20%-os)	0,01	l
Tojás	1	db	Víz	0,25	l

A vizet meglangyosítjuk, majd hozzáadjuk a sót és az ecetet. A lisztet nyújtóábla közepére szitáljuk. Halmot formálunk belőle, majd a közepében egy „fészket” alakítunk ki. Ebbe adjuk a tojást és a zsír felét, majd összedolgozzuk a liszttel.

Habkártya segítségével folyamatosan összekaparjuk a tésztát. Közben hozzáadjuk a sós, ecetes, langyos vizet. Az anyagokból lágy állományú tésztát készítünk.

A tésztát addig kell dolgozni, illetve dagasztani, amíg az hólyagos nem lesz, és el nem válik mind a kezünktől, mind a nyújtóáblától. A rétestésztát két egyforma cipóra osztjuk, illetve alakítjuk. Olvasztott zsírral bekenjük. Melegített, nagyobb lábassal leborítva pihentetjük. A pihentetést addig végezzük, amíg a tészta lágy állományú nem lesz és legalább kétszeres alapterületűre nem terül el.

Mialatt a tésztát pihentetjük, előkészítjük a rétestészta húzását. Nagyméretű asztalt abrosszal fedünk, majd jól belisztezzük.

A pihentetett tésztát fölemeljük, ökleinkre helyezzük és enyhe öklöző mozdulatokkal megnöveljük területét és egyben vékonyítjuk. A tésztát ezután az előkészített asztal közepére helyezzük, majd folyamatosan körbejárva húzzuk, illetve vékonyítjuk. Fontos, hogy a kezünk lisztes legyen, illetve közben folyamatosan lisztezzük.

Előfordulhat, hogy a gondos munka ellenére a tészta nem lesz mindenütt egyenletes vastagságú. Ebben az esetben a jól belisztezett tenyerünkkel és alkarunkkal a tészta alá nyúlunk és egyenletes vastagságúra húzzuk a rétestésztát.

Ha a rétestészta elérte a kellő vékonyságot, tehát papírvékonyságú és átlátszó, a tészta húzását befejezzük. A rétestészta vastag széleit letépjük.

A rétestésztát ezután szikkadni hagyjuk. A rétestészta akkor alkalmas a betöltésre, ha felületét érintve, ujaink nem ragadnak hozzá, de még hajlítható, nem törik. A szikkasztott rétestésztát azután betöltjük.

A készen felhasználható réteslapot meg kell vizsgálni felhasználás előtt. Ha felületét érintve nedvesnek találjuk, szintén szikkasztani kell — abroszra terítve.

Almás rétes (Strudel aux pommes)

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Réteslap	4	csg	Zsír	0,15	kg
----------	---	-----	------	------	----

Töltelékhez:

Alma	2,00	kg	Porcukor	0,30	kg
Dióbél	0,10	kg	Őrölt fahéj	0,005	kg
Édes morzsa	0,10	kg	Mazsola	0,05	kg

Elkészítjük az almából a tölteléket.

Kissé savanykás, enyhén borízú, ún. rétesalma a legjobb hozzá. Az almát megmossuk, meghámozzuk, magházát eltávolítjuk, majd szeletekre vágjuk. A mazsolát megtisztítjuk, kiválogatjuk, megmossuk, és leszárítjuk. A diót kiválogatjuk, és megdaráljuk.

Az előkészített almát lábosba helyezzük, és közepes hőmérsékleten addig pároljuk, amíg a leve el nem párolog. Ekkor hozzákeverjük a porcukrot, a mazsolát, a diót, az őrölt fahéjat.

A zsiradékot megolvasztjuk.

A réteslapokat enyhén nedves abroszon széthajtogatjuk, ügyelve arra, hogyha kissé szárazabb lenne a szükségesnél, ne törjük össze. Egy tekercs réteshez általában három réteslapot terítünk egymásra. Minden réteslapot meglocsolunk egy kevés olvasztott zsírral. A réteslap felénk levő szélére rúd alakban helyezzük el az előkészített almatölteléket. *Mind az almatöltelék alá, mind fölé hintünk az édes morzsából, melynek az a szerepe, hogy magába szívja a sütés közben keletkezői al-*

27.folyamatábra

ALMÁS RÉTES		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Alma Dió Porcukor Mazsola Őrölt fahéj	Elkészítjük az almából a töltelékét, amelyhez a legmegfelelőbb a kissé savanykás, enyhén borízú, ún. rétesalma. A töltelékét az almás rétesnél tanult módon kell elkészíteni.	A töltelék akkor jó, ha nem túl nedvdús, de állománya képlékeny, alakítható.
Réteslap Zsír	A réteslapokat a nedves abroszon széthajtogatjuk úgy, hogy az egyes réteslapokat meglocsoljuk olvasztott zsírral. Egy tekereshhez általában három réteslapot használunk.	Az abroszoknak azért kell nedvesnek lenniük, hogy a réteslap ne száradjon meg, tehát könnyen föltekerhessük a betöltött rétest.
Édes morzsa	A réteslap felénk eső szélére rúd alakban helyezük el az almatöltelékét. Alá és fölé édes morzsát hintünk.	Az édes morzsa szerepe az, hogy a sütés közben keletkező almalevet magába szívja.
Zsír	Az abrosz segítségével föltekerjük a rétest, és a szükséges nagyságúra vágjuk. Zsírozott sütőlemezre emeljük úgy, hogy a széle alulra kerüljön. Tetejét szintén meglocsoljuk olvasztott zsírral.	A rétes föltekerését sem túl szorosan, sem túl lazán ne végezzük, mert így vagy kireped, vagy elterül.
Porcukor	Forró sütőben pirosra, ropogósra sütjük. Ezt követően pihentetjük, majd kissé ferdén, 4 cm széles szeletekre vágjuk. Porcukorral meghintjük, azonnal felszolgáljuk.	A rétest forrón tálaljuk, mert csak így érvényesülnek ízei.
STROUDEL AUX POMMES		

maievet. Ezután az abrosz segítségével föltekerjük a rétest a töltelékkel együtt. A sütőlemezt zsírral bekenjük.

A sütőlemez hosszának megfelelő méretre vágjuk a betöltött rétest, majd a zsírral bekent sütőlemezre emeljük az abrosz segítségével. Tetejét szintén meglocsoljuk olvasztott zsírral.

Forró, 210 °C-os sütőben pirosra, ropogósra sütjük. Miután megsült, kiemeljük a sütőből, és rövid ideig pihentetjük, majd kissé ferdén kb. 4 cm széles szeletekre vágjuk.

Lapátkanállal a rétes alá nyúlunk, és tálpapírral fedett tálalóedényre helyezzük. Meghintjük egy kevés porcukorral.

Azonnal felszolgáljuk.

Meggyes rétes (Strudel aux griottes)

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Réteslap	4	csg	Zsír	0,15	kg
----------	---	-----	------	------	----

Töltelékhez:

Meggy	2,00	kg
Dióbél	0,30	kg
Édes morzsa	0,10	kg
Porcukor	0,30	kg
Őrölt fahéj	0,005	kg

A megtisztított meggyet megmossuk, kimagozzuk. A diót kiválogatjuk, és megdaráljuk. A zsiradékot megolvasztjuk. Az abroszt kiterítjük. A réteslapokat az almas rétesnél ismertetett módon egymásra rétegezzük az abroszon, közben zsírral is meglocsoljuk. A réteslap felénk levő szélét meghintjük az édes morzsával, a darált dióval, majd rúd alakban ráhelyezzük a kimagozott meggyet. A töltelékét meghintjük ismét édes morzsával, darált dióval, őrölt fahéjjal és porcukorral.

A továbbiakban a rétest az ismert módon feltekerjük, és méretre vágjuk. A zsírral bekent sütőlemezre emeljük az abrosz segítségével. Tetejét meglocsoljuk olvasztott zsírral, majd az ismert módon megsütjük, és tálaljuk. Tálalás előtt vékonyan meghintjük porcukorral.

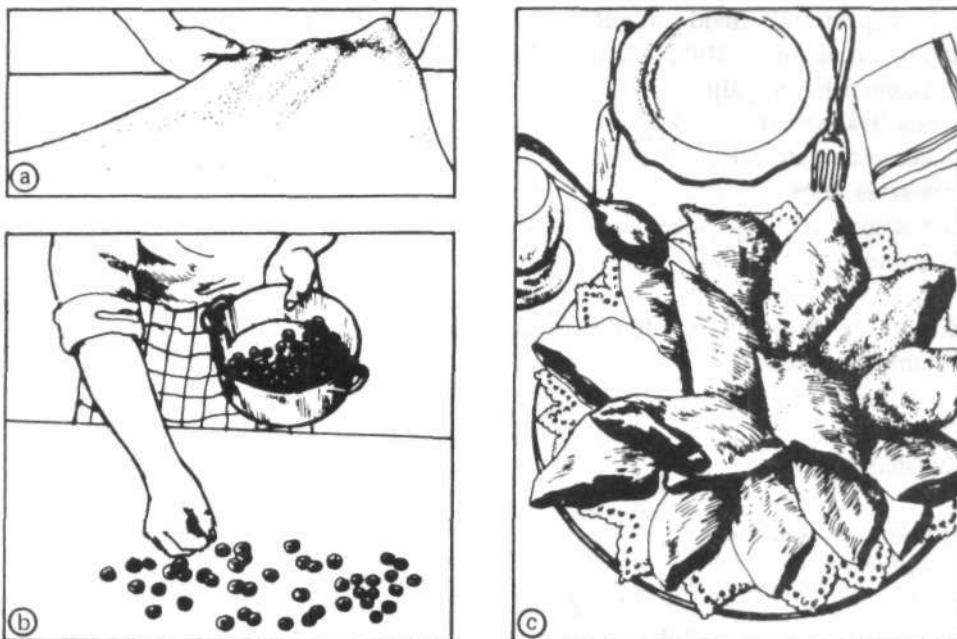
Azonnal felszolgáljuk. (12. ábra)

Túrós rétes (Strudel au fromage blanc)

Zárt hőben sütés

Túrótöltelék készítése

Tojáshab készítése



12. ábra A meggyes rétes készítése

a) A rétes húzása

b) A tölték elhelyezése

c) A meggyes rétes tálalva

Ajánlott anyaghányad:

Réteslap	4	csg	Zsír	0,15	kg
----------	---	-----	------	------	----

Töltékhez:

Tehéntúró	1,00	kg
Tojás	5	db
Vaníliás cukor	0,02	kg
Mazsola	0,05	kg
Búzadara	0,05	kg
Porcukor	0,35	kg
Tejföl	0,30,	l
Citrom	1	db
Vaj	0,10	kg

Jóízű túró-töltéket készítünk a Rákóczi-túroslepény töltékénél megismert módon. A különbség az, hogy nem adunk hozzá zsemlét, illetve hozzáadjuk a tojásfehérjéből készített kemény habot is. A tejfölt felhasználás előtt konyharuhába kötve

jól lecsepegtetjük, majd a töltelékhez adjuk. A kiterített réteslapokat az ismert módon betöltjük, megsütjük, majd tálaljuk.

Azonnal felszolgáljuk.

A tanultak ismeretében készíthető még:

mákos rétes (stroudele aux pavots),

káposztás rétes (stroudele aux choux),

cseresznyés rétes (stroudele aux cerises),

diós rétes (stroudele aux noix).

Vargabéles (Stroudele doublé de fromage blanc)

Finommetélt készítése

Túrótöltelék készítése

Zárt hőben sütés

Tojás hab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Finommetélthez:

Liszt	0,35	kg
Tojás	4	db
Só	0,005	kg

Töltelékhez:

Tehéntúró	1,00	kg	Mazsola	0,05	kg
Tojás	6	db	Porcukor	0,40	kg
Vaníliás cukor	0,02	kg	Tejföl	0,40	l
Búzadara	0,10	kg	Vaj	0,15	kg
Citrom	1	db			
Réteslap	3	csg			

A lisztből és a tojásból egy kevés sóval, víz hozzáadásával elkészítjük a gyúrt tésztát, illetve a finommetéltet az ismert módon. A finommetéltet ezután megfőzzük, leszűrjük, majd alaposan lecsepegtetjük.

Elkészítjük a jóízű túrótölteléket, szintén az ismert módon, amelyhez hozzákeverjük a finommetéltet, végül a tojásfehérjéből készített kemény habot.

Magas peremű zománcozott tepsit olvasztott vajjal bekenünk, majd kibéleljük réteslappal úgy, hogy az 4–5 cm szélességben kilógjon a tepsiből. A réteslapot meglocsoljuk olvasztott vajjal, majd beleöntjük az összekevert anyagokat. Tetejére hajtuk a kilógó réteslapot, majd bededjük a tészta felületének megfelelő méretű réteslappal. Az egész tésztát gazdagon meglocsoljuk olvasztott vajjal.

A vargabélest vízfürdőbe helyezzük, és sütőben lassan készre sütjük. *Sütés közben többször ellenőrizzük a tésztát.* Ha azt tapasztaljuk, hogy teteje túlságosan pi-

VARGABÉLES

Nyersanyagok

Liszt
Tojás
Tojásfehérje
Kristálycukor
Túró
Porcukor
Tojás
Tejföl
Vanília cukor
Búzadara
Mazsola
Citromhéj
Vaj

Munkafolyamat

Finommetéltet készítünk, amelyet megfőzünk, leszűrünk, lecsepegtetünk. Tojásfehérjéből kemény habot készítünk.
Jóízű túrótólteleket készítünk a tanultak alapján, majd hozzákeverjük a finommetéltet és a tojásfehérjéből kristálycukor felhasználásával készített szilárd szerkezetű, kemény habot.

Magyarázat

A metélt minél vékonyabb legyen.
A tojásfehérjéből vert habot úgy keverjük a többi anyaghoz, hogy ne törjük össze.

Vaj
Réteslap

Magas peremű zománczott tepsit kivajazunk, és réteslappal kibéleljük úgy, hogy a réteslap 4-5 cm szélességben kilógjon a tepsiből. A réteslapot meglocsoljuk olvasztott vajjal, majd beleöntjük az összekevert anyagokat, ezekre ráhajtjuk a réteslapok széleit, és rárakjuk a tészta felületének megfelelő méretű réteslapot. Gazdagon meglocsoljuk vajjal.

Fontos, hogy vajjal bőségesen meglocsoljuk a készítményt. Így a réteslapok nem áznak el, és a sütés végére leveles marad a tészta.

A vargabélest vízfürdőbe állítva sütőbe helyezzük, és lassan készre sütjük. Ha szükséges, alumíniumfóliával fedjük, hogy ne égjen meg.

A vízfürdőbe állított készítmény sütése kivételesen, egyenletesebb.

Porcukor

Ha elkészült, kiemeljük a sütőből és pihentetjük. Kockákra vágjuk és lapátkanállal tálalóedényre emeljük. Porcukorral meghintve azonnal felszolgáljuk.

A készítményt mindig forrón tálaljuk.

STROUDEL DOUBLE DE FROMAGE BLANC

rulna, akkor alumíniumfóliával befedjük. A vargabéles sütése legalább 1 órát igényel. A vargabéles akkor készült el, ha a beleszúrt hurkapálca felülete nem ragadós, a tészta felületén levő vaj tiszta, átlátszó.

Ha a vargabéles átsült, kiemljük a sütőből, és langyos helyen pihentetjük kb. 20 percig. A vargabélest éles késsel egyforma kockákra vágjuk, majd lapátkanállal óvatosan a tálalóedényre helyezük, ügyelve arra, hogy ne törjön össze, és megtartsa formáját.

A tálalóedényre helyezett vargabélest vékonyan meghintjük porcukorral.

Azonnal felszolgáljuk.

A vargabéles erdélyi étel, amelyet túró nélkül is készítettek, kizárólag jó sűrű tejföllel. Manapság nagyon sokféle vargabéles-változattal lehet találkozni. Az egyik változatnál finommetélt helyett csuszatésztával keverik be a túróttöltelékét. A másik változatnál a korszerű táplálkozás jegyében különféle gyümölcsöket kevernek a töltékbe. Ez a készítmény azonban már nem nevezhető vargabélesnek, hasonlóan a csuszatésztás megoldáshoz.

Rétestorta (Tourte de stroudel)

Rétestészta készítése

Tejszínhab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Réteslap	4	csg	Gyümölcs	0,50	kg
Tejszín	0,80	kg	Porcukor	0,20	kg
Zselatinpor	0,04	kg	Víz	0,15	l

A magyaros konyha modern készítménye, amely elismerést vívott ki mindenütt a világon, ahol megismerkedtek vele.

Frissen húzott réteslapból egyforma kör alakú lapokat vágunk ki, majd ezeket tiszta sütőlemezre helyezve aranysárgára sütjük és kihűtjük. Elkészítjük a jó kemény állományú tejszínhabot, amelyhez egy kevés porcukrot és feloldott zselatinport is keverünk. Ez utóbbit azért, hogy a tejszínhab állománya tartós, szilárd legyen.

A töltékhez felhasználhatunk málnát, epret, ananászt, őszibarackot és általában minden gyümölcsöt, amely frissen rendelkezésünkre áll.

A gyümölcsöt megtisztítjuk, megmossuk. Felét szitán áttörjük, és az előkészített tejszínhabhoz keverjük. A gyümölcs másik felét apró kockára vágjuk, majd a jellegének megfelelő csemegeborral vagy likőrrel meglocsolva a hűtőszekrényben érleljük.

Kör alakú tálon egymásra rétegezzük az előkészített réteslapokat, a tejszínhabot és a kockára vágott gyümölcsöt. Tetejét díszíthetjük visszahagyott szép gyümölcsdarabokkal és tejszínhabbal. A rétestorta betöltésénél különös gondot fordítsunk

arra, hogy a réteslapok egyenetlenségeit a betöltéssel ill. a töltelékkel egyenlítsük ki.

A rétestortát jól lehűtve kell a tálaláshoz előkészíteni.

Tálaláskor forró vízbe mártott késsel daraboljuk fel a tortákhoz hasonlóan.

Azonnal felszolgáljuk.

A rétestortához felhasználhatunk bekofix és flaum porokat is.

Kérdések:

1. Miért kell a réteslapot betöltés előtt szikkasztani?
2. Miért kell a réteslapokat olvasztott zsírral meglocsolni?
3. Miért kell a rétesek töltéséhez édes morzsát, illetve búzadarát felhasználni?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A réteslapot szikkasztani kell, mert az amúgy is nedves tölteléktől könnyen elázhat!
2. A rétesek töltelékeihez azért kell édes morzsát, illetve búzadarát használni, hogy a nedvességet magukba szívják és a rétes ne ázzon el!
3. A vargabélest lassan, egyenletesen kell sütni, hogy jól átsüljön!

VI. Felvert tészták

A felvert tészták jellemzője, hogy szerkezetük laza, rugalmas és lyukacsos.

A felvert tészták fő alapanyagai:

cukor,
liszt,
tojás.

A felvert tészták készítéséhez minden esetben finomlisztet kell felhasználni. A felhasznált tojás mennyisége a felvert tészták készítésénél több a korábban ismertett tésztákhoz viszonyítva. A felvert tészták szerkezetét a habbá vert tojásfehérje, a habosra kevert tojássárgája, esetleg egész tojás teszi lyukacsossá, könnyűvé.

A felvert tésztákhoz ezenkívül felhasználhatunk járulékos anyagokat is, így:

vizet,
különféle zsiradékot: vaj, margarin,
különféle olajos magvakat: mandula, mogyoró, dió,
kakaóport,
reszelt citromhéjat,
különféle sütőporokat,
cukorfestéket,
őrölt babkávét.

A felvert tésztákhoz felhasznált járulékos anyagok mennyisége és jellege meghatározzák a tészta fajtáját.

Felvert tészta készítése

A legtöbb felvert tészta ún. hidegen készített könnyű felvert. Ez annyit jelent, hogy járulékos anyagot csak ritkán használunk hozzá — esetleg kakaóport — és hidegen verjük fel, ill. habosítjuk a tojásfehérjét, ill. a tojássárgáját.

A hidegen készített könnyű felverték anyaghányada hozzávetőleg egységes. Ez annyit jelent, hogy 1 db tojásra 0,02 kg kristálycukrot és 0,02 kg simalisztet számíthatunk.

Piskótatekercs (Roulade de biscuit)

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	12 db (0,48) kg	Kristálycukor	0,24 kg
Liszt	0,24 kg	Citrom	1 db

Töltelékhez:

Barackíz	0,40 kg
----------	---------

Hintéshez:

Vaníliás cukor

A citrom héját lereszeljük. A tojásokat feltörjük, és mind a sárgáját, mind a fehérjét külön tiszta habüstbe engedjük. A különválasztásnál nagyon ügyeljünk arra, hogy a tojásfehérjébe ne kerüljön sárgája, mert ez gátolja a habképződést, a tojás-hab készítését. A lisztet átszitáljuk.

Ezután a tojássárgákat a kristálycukor egyharmad részével habosra keverjük. A műveletet addig végezzük, amíg a tojássárgája a cukorral legalább háromszoros térfogatúra nem habosodik. A tojásfehérjét habbá verjük. Mikor majdnem felvertük, hozzáadjuk a kristálycukor kétharmad részét.

A kristálycukorral addig verjük a tojáshabot, amíg a kristálycukor teljesen fel nem oldódik és a hab szilárd szerkezetű, hófehér, fényes felületű nem lesz.

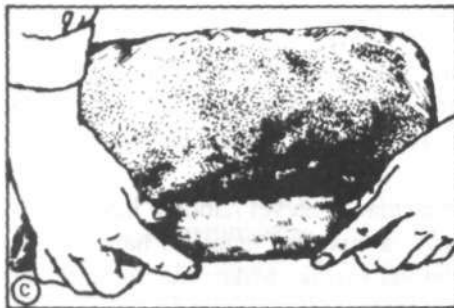
A tojássárgájához egy kevés habot keverünk fakanállal, majd könnyedén hozzákeverjük a többi tojáshabot. A végén óvatosan hozzákeverjük a reszelt citromhéjat és az átszitált lisztet.

Sütőlemezre sütőpapírt — csomagolópapírt — terítünk, majd ráöntjük a piskótátészta. Kenőkes segítségével kb. 1,5 cm vastagra, téglalap alakúra kenjük.

A piskótátészta kb. 160 °C-os, enyhén gőzös sütőben sütjük. A sütési idő kb. 15 perc. *A piskótalap akkor jó, ha tapintásra enyhén rugalmas, felülete világosra sült.* A készre süttött piskótalapot kiemeljük a sütőből. Felületét meglisztezzük, majd megfordítjuk, és a sütőlemezre borítjuk. A piskótalapot rövid ideig így pihentetjük.

Közben a barackízt simára keverjük a reszelt citromhéjjal. A piskótalapról lehúzzuk a papírt, majd egyenletesen szétkenjük rajta az előkészített barackízt, kenőkes segítségével. A piskótalapot ezután hosszabb konyharuhába vagy csomagolópapírba tekerjük. Ezután a munkaasztalra fektetjük úgy, hogy a tekercs széle alulra kerüljön, így érjük el, hogy a szeletelés idején a tekercs megfelelő formájú lesz, és a széle nem válik le. A piskótatekercsset kb. 15–20 perc múlva kitekerjük a konyharuhából, és kb. 1,5 cm szülés szeletekre vágjuk, kissé ferden, fűrészfogú éles késsel.

A piskótatekercsből vágott szeleteket szorosan összetoljuk és a tetejére vaníliás porcukrot hintünk. A szeleteket ezután az előkészített tálalóedényre helyezzük, könnyedén széttolva, úgy, hogy azok félig fedjék egymást.



13. ábra A piskótatekerés készítése
 a) A piskótalap kikenése
 b) A baracklekvár szétkenése a kisütött piskótalapon
 c) A piskótalap föltekérése

Külön mártáscsészében borhabot adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk. (13. ábra)

A felvert tészták készítése igen munka- és időigényes feladat. Ezen segít az új adalékanyag: a „jilk-pasztá”. Ennek alkalmazásakor a tojásokat egyszerre verhetjük fel.

Előnyei:

- kevesebb edény szükséges a felverték készítéséhez,
- nem kell a tojásokat különválasztani,
- ha a tésztát nem sütjük meg azonnal, órákig nem esik össze,
- a „jilk”-kel készült felverték nehezebben száradnak ki, állományuk hosszabb ideig puha, rugalmas marad.

Piskótalap „jilk” pasztával

Ajánlott anyaghányad:

Jilk-pasztá	0,08 kg	Kristálycukor	0,55 kg
Víz	0,30 l	Tojás	18 db
			(0,72) kg
Liszt	0,70 kg	Sütőpor	0,01 kg

29. folyamalábra

PISKÓTATEKERCS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Tojássárgája Kristálycukor $\frac{1}{3}$ része	A tojásokat óvatosan szétválasztjuk, majd a sárgáját a cukor egyharmad részével habosra keverjük.	A tojásokat óvatosan válasszuk szét, hogy a fehérjébe ne kerüljön sárgája, mert ez gátolja a habképződést.
Tojásfehérje Kristálycukor $\frac{2}{3}$ része	A tojásfehérjéből habot verünk, amelyhez felhasználjuk a kristálycukor kétharmad részét.	A habot addig verjük, amíg szilárd szerkezetű, hófehér, fényes felületű nem lesz.
Liszt	A tojássárgájához először óvatosan hozzákeverjük a hab kisebb részét, majd folyamatosan a többbit, végül pedig az átszitált lisztet.	Az összekeverést óvatosan végezzük, hogy a tojáshabot ne törjük össze.
	Sütőlemezre helyezett sütőpapírra kenjük a tésztát úgy, hogy egyenletes vastagságú legyen, és ne törjön össze.	Ha a tészta nem egyenletes vastagságú, sütéskor az egyik fele nyers, a másik pedig túlsütött lesz.
	A tésztát gőzös sütőbe helyezzük, és lassan készre sütjük, ügyelve arra, nehogy a felszíne nagyon megsüljön.	Ha a tészta felszíne megpirul, akkor nehezen lehet feltekerni, és bereped.
	Ha a tészta megsült, kiemeljük a sütőből. Felületét liszttel meghintjük, majd megfordítva nyújtótáblára borítjuk.	Azért hintjük meg a felületét liszttel, hogy ne tapadjon a nyújtótáblához.
Barackíz	Lehúzzuk a sütőpapírt, felületét bekenjük barackízzel és fölcavarjuk. Felszeleteljük, és porcukorral meghintjük. Azonnal felszolgáljuk.	A fölcavarást úgy végezzük, hogy a tésztatekercs se túl szoros, se túl laza ne legyen.
ROULADE DE BISCUIT		

A tojásokat beleengedjük a habüstbe, majd hozzáadjuk a jilk-pasztát, a kristálycukrot, a vizet, a sütőport és a lisztet. Ezután habverőgépből habosra keverjük. A keverést előbb lassú, majd a habosodással párhuzamosan gyorsabb ütemben véghezvük. A habosra kevert piskótatésztát a piskótatekercsnél ismertetett módon kenjük a sütőlemezre, majd valamivel melegebb, kb. 170 °C-os sütőben kisütjük.

A jilk-pasztával készített felverték állománya valamivel tömörebb, mint a hagyományos technológiával készült felvertéké.

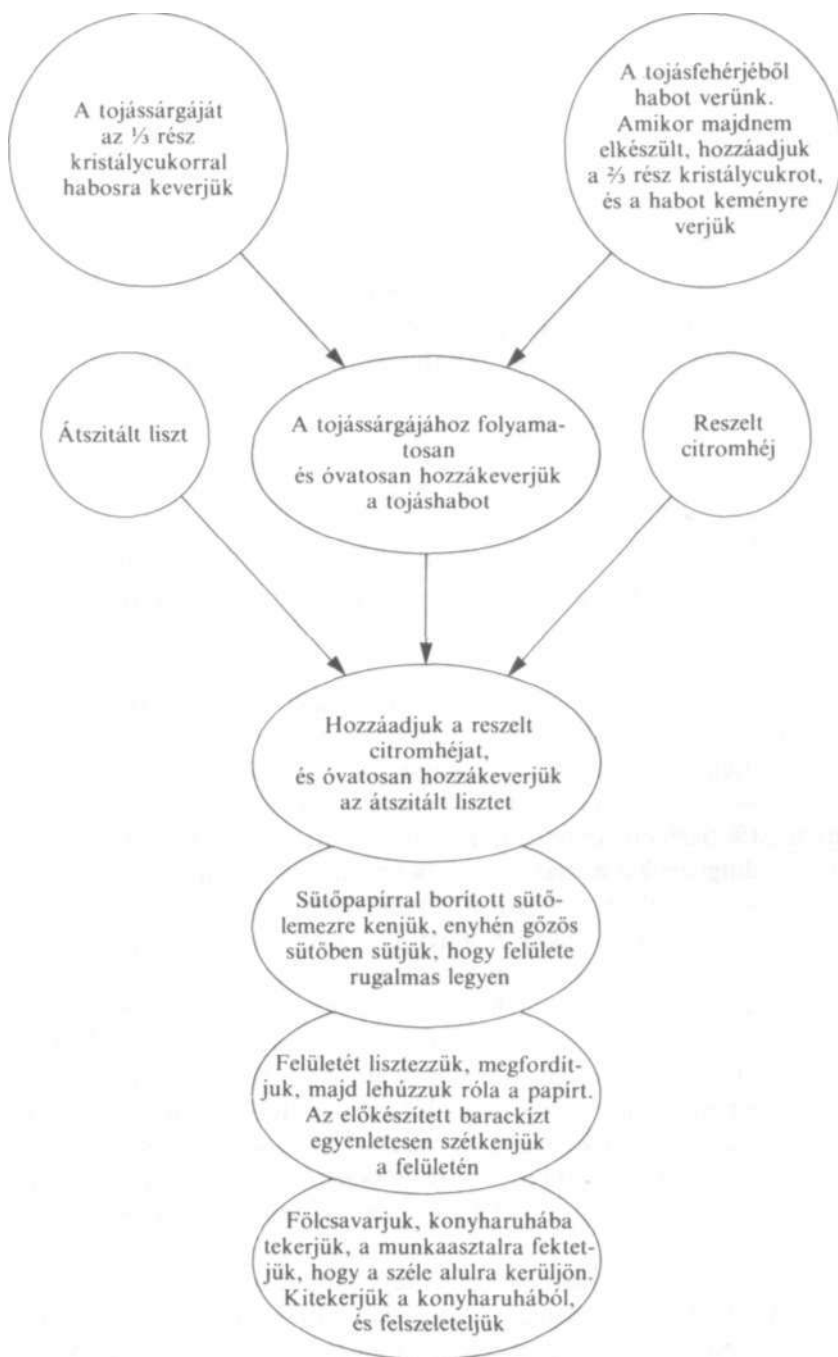
Kérdések:

1. Milyen alapanyagokból készítjük a piskótatekercsset?
2. Miért nem kerülhet a tojásfehérjébe tojássárgája?
3. Hozzávetőleg milyen arányban adjuk a piskótalap készítésénél a tojáshoz a lisztet és a kristálycukrot?
4. Milyen lisztet kell felhasználni a felverték készítéséhez?
5. Miért előnyös a „jilk”paszta felhasználása a felverték készítésénél?
6. Miért kell a betöltött piskótatekercsset konyharuhába tekerni?
7. Miért kell a betekert piskótatekercsset a szélével lefelé a munkaasztalra fektetni?
8. Melyik piskótatekercs szárad ki hosszabb idő alatt: a hagyományos technológiával vagy a „jilk”-pasztával készült?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A tojások számának megfelelően mindig pontosan mérjük ki a kristálycukrot és a lisztet!
2. Óvatosan engedjük le a tojásokat, hogy a tojásfehérjébe ne kerüljön sárgája, mert akkor nem tudjuk kemény habbá verni!
3. A tojáshab bekeverését óvatosan végezzük, hogy állományát ne törjük össze.
4. A kisütött piskótatekercsset mielőbb emeljük ki a sütőből, mert felülete kiszárad, és így a feltekeréskor elreped!
5. A betöltött piskótatekercsset szélével lefelé fektessük a munkaasztalra, hogy a felszeletelt piskótatekercs széle ne váljon le!
6. A felszeletelt piskótatekercsset összetolva, hintsük meg vaníliás porcukorral. A széthúzott szeletek aranysárga vágási felülete fölött jobban érvényesül a hófehér porcukor!

10. séma A PISKOTATEKERCS KÉSZÍTÉSE



VII. Vajastészták

A vajastésztákat két munkaasztalon készítjük. Először az ún. vajas tömegeket, majd az előtésztát. A két alkotóelemet egymásba dolgozzuk, illetve hajtogatjuk. A vajastészta jellemzője, hogy 1:1 arányban tartalmazza a két legfontosabb alkotóelemet, a vajat és a lisztet.

Vajastészta

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,50 kg	Vaj	0,50 kg
Só	0,01 kg	Ecet(20%-os)	0,01 l
Víz	0,25 l		

A lisztet megszitáljuk. A vajat csepegtetőrácsra áttörjük és elkészítjük a vajas tömeget: A vaj 80%-át és a liszt 20%-át gyorsan összegyúrjuk, majd kb. 2 cm vastag téglalapra alakítjuk. Zsírpapírba csomagoljuk és hűtőszekrénybe helyezve lehűtjük. A vízben — 0,25 l — feloldjuk a sót és az ecetet.

A fennmaradt 80% lisztben elmorzsoljuk a 20% vajat, majd az előkészített sóscetes vízzel összedolgozzuk a tésztát. Az egyik kezünkben habkártya van, amivel a tésztát folyamatosan összekaparjuk. Az előtésztát simára dolgozzuk, majd addig gyúrjuk, amíg el nem válik a kezünktől és a nyújtótáblától, továbbá felülete bársonyos nem lesz. Felületét belisztezzük, és nyújtótáblára helyezük. Felületét éles késsel sakktáblaszerűen bevágjuk, majd kb. 20—25 percig pihentetjük. *A tészta felületét azért vágjuk be késsel, hogy a tészta területét, pihentetését elősegítsük.* A pihentetett előtésztát megfordítjuk, és a nyújtófával lóhere alakúra nyújtjuk, úgy, hogy a közepén elférjen a vajas tömeg és a „lóhere” leveleivel takarható legyen.

A vajas tömeget az előtészta közepére helyezük, majd a leveleket ráhajtjuk. Ezután a vajastésztát ütögetjük, majd óvatos nyújtással vékonyítjuk. Ügyeljünk arra, hogy a tésztaalap szabályos téglalap alakú legyen. Ha szükséges, a tésztát alul, fölül lisztezzük.

A tésztát azután felváltva szimplán és duplán hajtogatjuk, kétszer megismételve. A hajtogatások között 20 percig pihentetjük a tésztát a hűtőszekrényben. A hajtogatások alkalmával ügyeljünk arra, hogy az élek és a sarkok fedjék egymást, továbbá

30. folyamatábra

VAJASTÉSZTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaj 80% Liszt 20%	A vaj 80%-át és a liszt 20%-át összegyúrjuk. Tég-lalap alakúra alakítjuk, és hűtőbe helyezzük.	A vajas tömeget jól le kell hűteni, hogy állománya kemény legyen.
Vaj 20% Liszt 80% Só Ecet Viz	Langyos sós-ecetes vízből és a többi anyagból közepkemény tésztát készi-tünk, majd cipóra alakít-juk és pihentetjük. Tetejét sakktablaszerűen behasít-juk.	A tésztát azért pihentet-jük, hogy állománya laza, könnyen nyújtható, for-mázható legyen.
	A pihentetett tésztát lóhe-re alakúra nyújtjuk, majd közepére helyezzük a va-jas tömeget, és ráhajtjuk a tészta „leveleit”.	A leveleket úgy hajtsuk a vajas tömegre, hogy mindenütt fedjék.
	A tésztát először ütöget-jük, azután elnyújtjuk kb. 2 cm vastagra. A tésztát először szimplán, majd duplán hajtogatjuk. Ez-után hűtőszekrénybe he-lyezzük.	A tésztát azért helyezzük hűtőszekrénybe, hogy a vajas tömeg réteges ma-radjon, ne olvadjon a tésztába.
	A hűtőszekrényben pihen-tetett tésztát újrashajtogat-juk szimplán, majd dup-lán, és nedves konyharu-hába csavarva visszahe-lyezzük a hűtőszekrénybe.	A tésztát betakarjuk ned-ves konyharuhába, hogy a felülete ne száradjon ki, ne repedjen be.
VAJASTÉSZTA		

a felhasznált lisztet minden esetben gondosan seperjük le a tészta felületéről. A szimpla vagy egyszerű hajtogatás alkalmával 3, a dupla vagy kettős hajtogatás alkalmával 4 réteget hajtunk egymásra.

A vajastésztát hűtőszekrényben tároljuk felhasználásig. Mind a hajtogatások között, mind a tárolás alkalmával enyhén nedves konyharuhába tekerjük a vajastésztát, hogy felülete ne száradjon ki, ne repedezzen be.

A vajastészta felhasználásával készítjük a tiroli almás rétest.

Tiroli almás rétes (Strudel tyrolienne au pommes)

Almatöltelék elkészítése

Vajastészta készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Vajastésztahoz:

Liszt	0,50	kg
Só	0,01	kg
Víz	0,25	l
Vaj	0,50	kg
Ecet (20%-os)	0,01	l

Almatöltelékhez:

Alma	1,50	kg
Dióbél	0,10	kg
Édes morzsa	0,10	kg
Porcukor	0,25	kg
Őrölt fahéj	0,01	kg
Mazsola	0,08	kg

Kenéshez:

Tojás	2	db
-------	---	----

Az almatölteléket elkészítjük az almás rétesnél ismertetett módon. A vajastésztát is elkészítjük az ismert módszer alapján. Az egész tojásokat fölverjük. Előkészítjük a kenőtollat és a derelyevágót.

A vajastésztát lisztezett nyújtó táblán téglalap alakúra nyújtjuk úgy, hogy kb. 3–4 mm vastag legyen. Széleiből lisztbe mártott derelyevágóval 2 cm széles csíkokat vágunk le, amelyeket a díszítés műveletéig hűtőszekrénybe helyezünk. A kinyújtott tészta lapot meghintjük édes morzsával. Ezután hosszabbik oldalával párhuzamosan a tészta közepén hosszában elhelyezzük az almatölteléket 8–10 cm szélességben, 1,5 cm vastagságban. A tészta két széle legalább 3–4 cm szélességben üres maradjon. A tészta egyik szélét ráhajtjuk a töltelékre, majd bekenjük tojással. Ezután ráhajtjuk a másik szélét, amelyet szintén bekenünk tojással. Az előkészített tésztacsíkot hosszában, enyhén hullámos formában a tészta fölé fektetjük, amelyet szintén bekenünk tojással.

31. folyamalábra

TIROLI ALMÁS RÉTES

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Alma Dió Édes morzsa Porcukor Őrölt fahéj Mazsola Tojás</p>	<p>Az almatöltelék elkészítjük az almás rétesnél tanult módon. Az egész tojásokat fölkeverjük, előkészítjük a kenőtollat és a derelyevágót.</p>	<p>Az almatölték akkor jó, ha nem túl nedvűs, de állománya képlekeny, alakítható.</p>
<p>Vajastésza</p>	<p>A jól lehűtött tésztát lisztetett nyújtótáblán téglalap alakúra nyújtjuk úgy, hogy kb. 3-4 mm vastag legyen. Széleiből lisztbe mártott derelyevágóval 2 cm széles csíkokat vágunk le, amelyeket hűtőszekrénybe helyezünk.</p>	<p>A levágott tészta csíkokkal fogjuk a betöltött tésztá felszínét díszíteni.</p>
<p>Almatölték</p>	<p>A kinyújtott tészta lapot meghintjük édes morzsával, majd hosszabbik oldalával párhuzamosan a tésztá közepén elhelyezük a töltelék kb. 8-10 cm szélességben és kb. 1,5 cm vastagságban. A tésztá két széle legalább 3-4 cm szélesen üresen maradjon.</p>	<p>Fontos, hogy a töltelék egyenlő szélességben és egyenlő vastagságban terítsük el a tésztán.</p>
<p>Tojás</p>	<p>A tésztá egyik szélét ráhajtuk a töltelékre, majd bekenjük tojással. Ráhajtuk a másik szélét, amit szintén bekenünk tojással. A tészta csíkokat enyhén hullámos formában végigfektetjük a tésztán, és azt szintén bekenjük tojással, majd óvatosan sütőlemezre emeljük és tűzdelőtűvel megszurkáljuk.</p>	<p>A tésztát gondosan kenjük be tojással, mert egyrészt egymáshoz ragasztja a tésztafelületeket, másrészt szépen megpirul a sütés alkalmával.</p>
<p>Porcukor</p>	<p>A tésztát sütőben megsütjük, majd pihentetjük. Ezután 3 cm széles szeletekre vágjuk, és tálalóedényre helyezük. Porcukorral meghintjük, azonnal felszolgáljuk.</p>	<p>A tésztát szeletelés előtt pihentetni kell, mert ellenkező esetben felülete ősztörök.</p>

STROUDEL TYROLIENNE

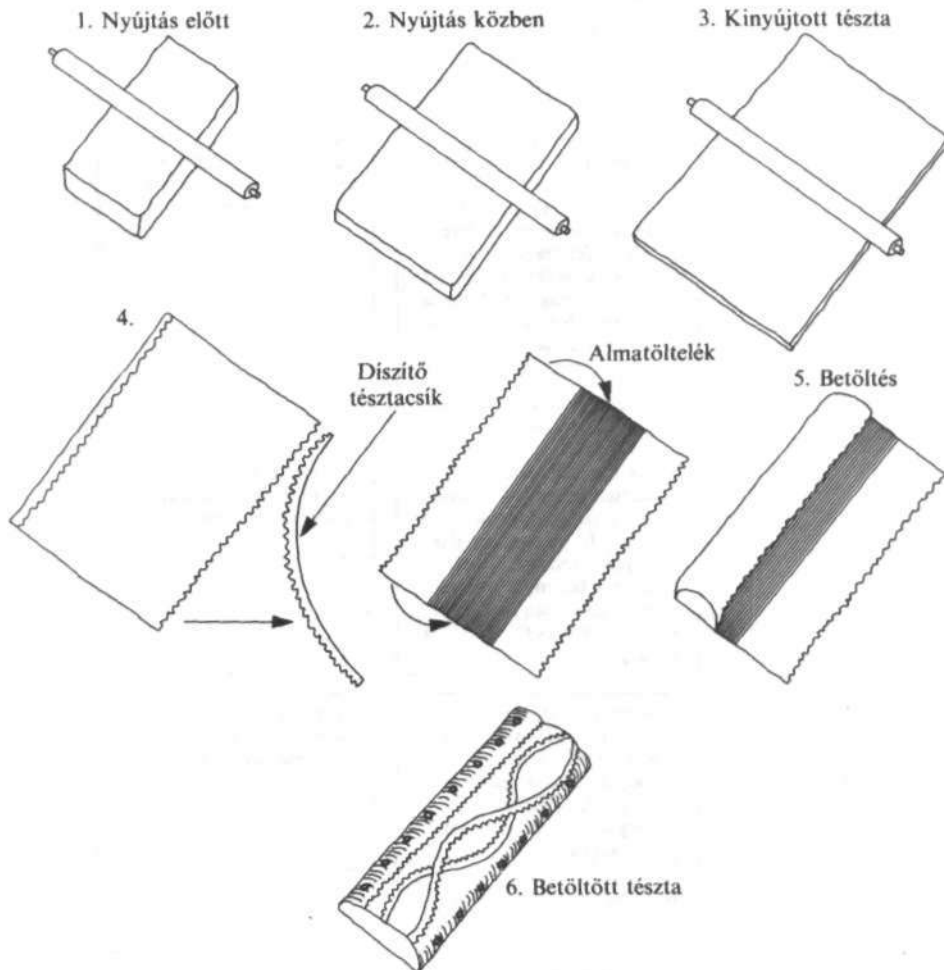
A betöltött tiroli almás rétest óvatosan sütőlemezre emeljük. Megszurkáljuk tűzdelőtűvel, hogy a sütés közben keletkező gőzök eltávozhassanak.

A tiroli almás rétest kb. 200 °C-os sütőbe helyezzük, majd kb. 40 percig sütjük. Ha sütés közben azt tapasztaljuk, hogy a tészta felülete erősen pirulna, alumínium-fóliával betakarjuk és a sütést így folytatjuk. Kb. 15 perccel a sütés megkezdését követően a sütő hőmérsékletét csökkentjük 160 °C-ra, és ezen a hőmérsékleten folytatjuk, illetve fejezzük be a tiroli almás rétes sütését.

Ha a tiroli almás rétes elkészült, kiemeljük a sütőből és kb. 15 percig pihentetjük. Ezután éles késsel kissé ferdén kb. 3 cm széles szeletekre vágjuk.

A tésztát tálalóedényre helyezzük és meghintjük porcukorral.

//. **séma A TIROLI ALMÁS RÉTES
BETÖLTÉSE**



A tiroli almás rétes ismeretében készíthető még:
tiroli cseresznyés rétes (stroudele tyrolienne aux cerises);
tiroli mákos rétes (stroudele tyrolienne aux pavots);
tiroli diós rétes (stroudele tyrolienne aux noix);
tiroli meggyes rétes (stroudele aux griottes),
tiroli túrós rétes (stroudele tyrolienne aux fromage blanc).

Kérdések:

1. Milyen arányban tartalmaz a vajtészta lisztet és vajat?
2. Milyen arányban kell összedolgozni a lisztet és a vajat a vajas tömegnél és az előtésztnál?
3. Hogyan és hány alkalommal történik a vajtészta hajtogatása?
4. Miért kell a vajtészta hajtogatások között és tárolás céljából a hűtőszekrénybe helyezni?
5. Hogyan készítjük a tiroli almás töltelékét?
6. Hogyan készítjük a tiroli almás rétest?
7. Milyen ütemezéssel kell sütni a tiroli almás rétest?
8. Milyen további tiroli réteseket készíthetünk a tiroli almás rétes ismeretében?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A vajtészta két fő alapanyagát minden esetben igen pontosan mérjük ki!
2. A vajas tömeg hűtését kellő ideig végezzük, hogy állománya jól megszilárduljon!
3. Az előtészta hajtogatását kellő ideig pihentessük, hogy állománya jól nyújtható legyen!
4. A vajtészta hajtogatását pontosan végezzük, hogy a tészta sütés közben mindenütt egyformán emelkedjen fel!
5. A vajtészta hajtogatás után jól hűtsük le, hogy állománya réteges, leveles maradjon!
6. A betöltött tiroli almás rétest az előírt hőmérsékleten süssük, hogy jól átsüljön!

VIII. Frissen készített tészták

A frissen készített tészták rendkívül nagy körültekintést, gyakorlatot igényelnek. *Minden esetben rendelésre, frissen készítjük.*

A frissen készített tészták a francia konyha jellegzetes készítményei, amelyek igen jóízűek és mutatósak. Igen fontos, hogy a készítést azonnal kövesse a felszolgálat. A frissen készített tészták nem tarthatók melegen, mivel sokat veszítenének élvezeti értékükből és szép formájukból.

Sült fagylalt (Omletté surprise)

Piskótalap készítése

Tojáshab készítése

Vaníliaparfé készítése

r lambirozas

Ajánlott anyaghányad:

Piskótalaphoz:

Tojás	6	db
Kristálycukor	0,12	kg
Liszt	0,12	kg
Citrom	1	db

Tojáshabhoz:

Tojásfehérje	0,20	kg
Kristálycukor	0,40	kg

Vaníliaparféhoz:

Tejszín	0,70	1
Vaníliás cukor	0,03	kg
Tojássárga	0,15	kg (10 db)
Tojásfehérje	0,25	kg
Tojáslikőr	0,10	l

Flambírozjához:

Rum	0,10 l
Kristálycukor	0,10 kg

Piskótalapot sütünk a piskótatekercsnél ismertetett módon, majd kihűtjük.

Elkészítjük a vaníliaparfét az ismertetett módon, majd félgömb alakú formában keményre fagyasztjuk.

A tojásfehérjéből habot verünk. Mikor a tojáshab majdnem megszilárdult, hozzáadjuk a kristálycukrot, és azzal fejezzük be a hab felferését.

A sült fagyaltnál különösen fontos, hogy a tojáshab szilárd szerkezetű legyen. Ez azért szükséges, mert a sült fagyaltnál a tojáshabot pirítjuk, továbbá a hőtől szigeteli a vaníliaparfét.

A tojáshabot felhasználásig hűtőszekrénybe helyezjük. A felhasznált tojások héjából egy szabályos felet jól lemosunk, leszárítunk, majd félretesszük. A piskótakorongot a vaníliaparfé kerületének megfelelően kör alakú lapos fémtálra helyezzük. A vaníliaparfét kiborítjuk a formából, és jól lehűtjük. Közben nagyobb kör alakú fémtálba apróra zúzott jeget öntünk, és laposra simítjuk. A tállal együtt lehűtött vaníliaparfét kiemeljük a mélyhűtőből és a zúzott jéggel előkészített tállra helyezzük. A vaníliaparfét mindenütt körberakjuk a maradék piskótadarabokkal úgy, hogy formája félgömb alakú maradjon.

Az egészet beborítjuk a tojáshabbal. Kendés segítségével a tojáshabot a parfé formájának megfelelően félgömb alakúra alakítjuk, ügyelve arra, hogy mindenütt egyforma vastagságú legyen. A tojáshab felületét recés habkártyával díszítjük, felületét meghintjük egy kevés kristálycukorral.

A félgömb tetejének közepére helyezük el a tojáshéjat úgy, hogy felszolgáláskor bele tudjuk önteni a rumot. Az egészet rövid időre forró sütőbe helyezzük. A forró levegő áramlását úgy szabályozzuk, hogy a készítmény felülete gyorsan megpiruljon. Ha a sült fagyalt felülete aransárgára pirult, kiemeljük a sütőből. A tojáshéjba rumot öntünk, amelyet meggyújtunk.

Azonnal felszolgáljuk.

A sült fagyaltot vaníliafagyalttal is készítik. Mivel azonban nincs mindenütt lehetőség a fagyalt elkészítésére, ezért a parféval készített sült fagyalt is elfogadható.

A sült fagyalt egyébként, mint a francia konyha jellegzetes készítménye, eredetileg is parféval készült.

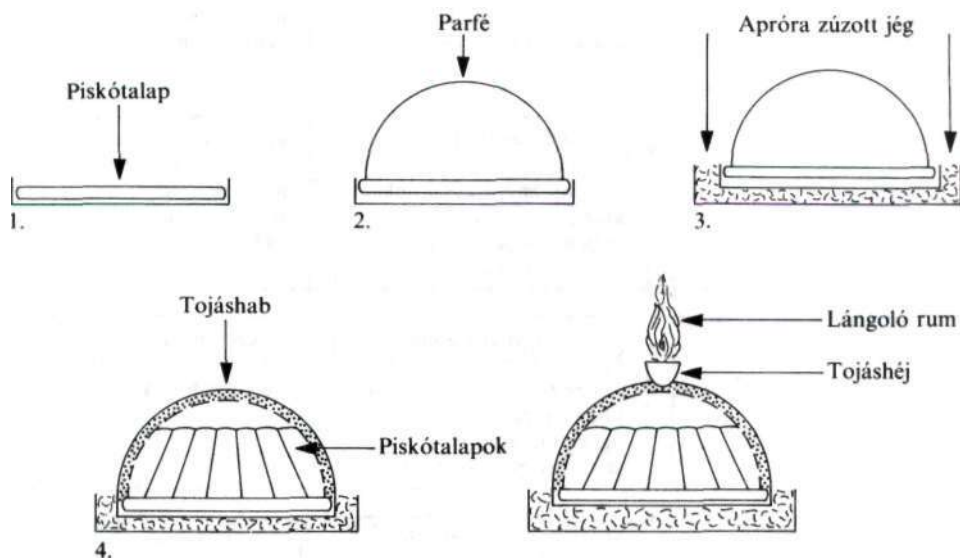
A sült fagyaltot nemcsak piskótalappal, hanem „pischinger” ostyára helyezve, illetve körberakva is készíthetjük. Ez elsősorban Ausztriában szokásos, de másutt is ismert készítési mód. Ez a készítési mód egészül ki a különféle likőrökkel ízesített parfék felhasználásával, továbbá a jelleget adó rummal vagy borpárlattal kevert likőrökkel végzett befejező flambírozással. A sült fagyaltot alkalmi étkezések befejező fogásaként általában több adagban, egyben készítik el. Természetesen egy vagy két adagban is készíthető.

32. folyamatábra

SÜLT FAGYLALT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tojás Liszt Kristálycukor Tejszín Tojás Tojáslikőr Vaniliás cukor Tojásfehérje Kristálycukor</p>	<p>Piskótalapot sütünk a tanult módon. Elkészítjük a vaniliaparfét a tanult módon, és jó keményre fagyasztjuk egy félgömb alakú formában. A tojásfehérjéből kemény habot készítünk a kristálycukor felhasználásával. A felhasznált tojások héjából egy szabályos felet jól kimosunk, megszáritjuk és félretesszük.</p>	<p>Fontos, hogy a piskótalap ne száradjon ki, a parfé jó keményre legyen fagyasztva, a tojás hab szilárd szerkezetű legyen.</p>
<p>Piskótalap Vaniliaparfé</p>	<p>A piskótalapból a vaniliaparfé kerületének megfelelő korongot vágunk ki, amelyet egy megfelelő méretű fémtálra helyezünk. A parfét a formából kiborítjuk, és a piskóta korongra helyezve a mélyhűtőbe helyezzük.</p>	<p>A parfé kiborításának műveletét gyorsan végezzük, hogy ne olvadjon meg.</p>
<p>Tojás hab</p>	<p>Egy nagyobb kör alakú fémtálba apróra zúzott jéget öntünk, és elsimitjük. Erre helyezzük a tállal együtt lehűtött parfét. A parfé oldalait fedjük a maradék piskótalapokkal, majd beborítjuk a tojás habbal úgy, hogy formája félgömb alakú legyen.</p>	<p>A zúzott jéggel telt fémtál lehűti a készítményt, nem engedi, hogy megolvadjon.</p>
<p>Kristálycukor</p>	<p>A tojás hab felületét recés habkártyával díszítjük, majd meghintjük kristálycukorral és a tetejére helyezzük a féltojás héjat. Az egészet néhány percre forró sütőbe helyezzük. Ha felülete megpirult, kiemljük a sütőből. A tojás héjba rumot öntünk és meggyújtjuk. Azonnal felszolgáljuk.</p>	<p>A meggyújtott rum tűzveszélyes, amire ügyelni kell a meggyújtás és a felszolgálás alkalmával.</p>
<p>OMELETTE SURPRISE</p>		

A sült fagylalt készítésénél nagyon fontos a felszolgáló és a szakács jól időzített, összehangolt munkája az elkészített sült fagylalt azonnali flambírozásához, illetve felszolgálásához.

12. séma A SÜLT FAGYLALT KÉSZÍTÉSE



Habfelfújt (Omletté soufflée)

Tojás hab készítése

Flambírozás

Ajánlott anyaghányad:

Tojásfehérje (10 db)	0,25	kg
Kristálycukor	0,40	kg
Barackíz	0,15	kg
Rum	0,10	l

A tojásfehérjéből az ismertetett módon kemény habot készítünk kristálycukor hozzáadásával. Mikor a hab teljesen elkészült, barackízt keverünk hozzá. Egy részét csillagszóval ellátott habzsákba töltjük.

A barackízzel összekevert habot kúpszerűen tűzálló tálra halmozzuk, habkártyával elsimítjuk. A habzsákban levő habbal a felszínét ízlésesen díszítjük, tetejére fél tojás héjat helyezünk.

33. folyamatábra

GYORSPISKÓTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaj Liszt Tojás	A palacsintasütőt vajjal kikenjük, majd egy kevés liszttel meghintjük. A tojásokat óvatosan szétválasztjuk.	A vajazást és a liszt hintését gondosan végezzük, hogy a tészta a sütést követően könnyen kiboruljon.
Tojásfehérje	A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk, amelyhez végül hozzákeverjük a tojássárgáját és az átszitált lisztet.	Az anyagokat óvatosan keverjük össze, hogy a tészta könnyű szerkezetű, habos állományú maradjon.
	A készítményt közepmeleg sütőben lassan, óvatosan készre sütjük. A sütési idő kb. 15 perc. A sütésnél ügyeljünk arra, hogy a készítmény ne száradjon ki.	A készítményt többször ellenőrizzük, hogy felülete ne száradjon ki.
	Ha elkészült, kiemeljük a sütőből, és éles késsel átlós irányba behasítjuk, ügyelve arra, hogy az alja egyben maradjon.	A vágást óvatosan végezzük, hogy az alját ne vágjuk át.
Barackíz Vaníliás porcukor	Ezután tálpapírral borított fémtátra borítjuk. A tészta felületét bekenjük barackízzel, majd a vágás mentén félbehajtuk, és meghintjük vaníliás porcukorral. Azonnal felszolgáljuk.	A készítményt frissen készítjük, és azonnal, forrón felszolgáljuk.
OMELETTE À LA CONFITURE		

Az egészet sütőbe helyezzük, amelyben addig sütjük, amíg felülete szépen meg nem pirul, és fel nem emelkedik.

Ha elkészült, a sütőből kiemeljük, és meghintjük porcukorral. A tojáshéjba rumot öntünk, amelyet meggyújtunk.

Azonnal felszolgáljuk.

Gyorspiskóta (Omletté á la confiture)

Tojáshab készítése

Zárt hőben sütés

Ajánlott anyaghányad (két személyre):

Tojás	3 db	Kristálycukor	0,09 kg
Liszt	0,06 kg	Vaj	0,02 kg
Barackíz	0,06 kg	Vaníliás cukor	0,01 kg

A palacsintasütőt vajjal kikenjük, majd egy kevés liszttel meghintjük. A tojásfehérjéből habot verünk, amelyhez a végén hozzáadjuk a kristálycukrot. Ha a tojáshab állománya jó kemény, óvatosan belekeverjük a tojássárgákat és az átszitált lisztet. Az összekevert anyagokat az előkészített palacsintasütőbe öntjük, majd habkártyával óvatosan elsimítjuk.

A készítményt középmeleg sütőbe helyezzük, és lassan készre sütjük. A sütési idő kb. 15 perc.

A sütésnél ügyeljünk arra, hogy a készítmény ne száradjon ki! Ha elkészült, kiemeljük a sütőből, és késsel átlós irányban behasítjuk a tésztát, úgy, hogy az alja egyben maradjon. Ezután tálpapírral fedett kör alakú fémtátra borítjuk. Így a tészta alsó fele kerül felülre, amely nincs behasítva. A tésztának ezt az oldalát bekenjük a barackízzel, majd félbehajtjuk a hasítás mentén. Így a tészta magassága megket-tőződik és formája kb. félhold alakú lesz.

Tetejére vaníliás porcukrot hintünk.

Azonnal felszolgáljuk.

A készítmény úgy is tálalható, hogy körberakjuk különféle, jól előhűtött és lecsap-pegtetett gyümölcsbefőttekkel.

Kérdések:

1. Milyen ismereteket kell átismételni a sült fagyalt készítéséhez?
2. Hogyan kell előkészíteni a parfét a sült fagyalathoz?
3. Hogyan kell a tojáshabot készíteni?
4. Mi a szerepe a sült fagyalt alá helyezett apróra zúzott jégnek?
5. Miért kell a sült fagyaltot forró sütőben készíteni?

6. Mire kell ügyelni a sült fagylalt flambírozásánál?
7. Hogyan kell készíteni a habfelfújtat?
8. Hogyan kell készíteni a tojáslepényt gyümölcssízzel?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A frissen készített tésztákat minden esetben jól időzítve kell készíteni, hogy azonnal felszolgálhassuk!
2. A sült fagylalthoz szilárd állományú, tökéletes tojáshabot kell készíteni, hogy az megfelelően szigeteljen, és ne folyjon meg a pirítás alkalmával!
3. Csak tökéletesen megfagyasztott parféval készíthetjük a sült fagylaltot!
4. A flambírozást mindig körültekintően és a felszolgálással összehangoltan végezzük, hogy a készítmények ne veszítsenek élvezeti értékükből!

IX. Égetett tészták

Az égetett tésztákat másképpen forrázott tésztáknak is nevezik. Bár értelemszerűen magas hőmérsékleten sűtik meg, és ezért égetett tésztáknak is nevezik, indokolt a forrázott tészta elnevezés is. Ez utóbbi a tészta készítésére utal, mivel a tészta alapanyagait forrpontig hevítve, illetve forralva készítik el.

Az égetett vagy forrázott tészta alapanyagai a készítés sorrendjében a következők: folyadék, zsiradék, liszt, tojás. A tészta készítéséhez felhasználható folyadék lehet víz vagy tej. A zsiradékok közül számításba jöhet vaj, margarin, zsír, esetleg az olaj. A tésztához minden esetben simalisztet kell használni, amelynek magas a sikértartalma. A forrázott vagy égetett tészta járulékos anyaga a só. Esetenként cukrot is adhatunk a tésztához, amely elősegíti sűtés közben a tészta felületének pirulását, színanyagainak jobb kialakulását. Az égetett vagy forrázott tésztát az alkalmazott hőbehatásnak megfelelően kétféle összetételben készíthetjük.

Az egyik tésztafélét sűtőben sűtjük meg. Ennél a folyadék, a zsiradék és a liszt aránya azonos, és kb. megegyezik az egész tojások aránya is, azaz: 1:1:1. A másik tésztafélét bő zsírban sűtjük meg, azt más összetétellel kell készíteni. 0,65 kg tésztához 0,221 folyadék, 0,12 kg zsiradék, 0,15 kg liszt és kb. 5–6 db egész tojás (amely hozzávetőleg 0,20–0,24 kg) szükséges.

Képviselőfánk (Choux á la crème)

Sárga krém készítése

Égetett tészta készítése

Cukrozott tejszínhab készítése

Ajánlott anyaghányad:

Képviselőfánkhoz:

Liszt	0,15	kg
Zsír	0,15	kg
Víz	0,15	l
Só	0,005	kg
Tojás	8	db

Kenéshez:

Tojás	1	db
-------	---	----

<i>Sárga krémhez:</i>			<i>Cukrozott tejszín-</i>	
<i>jei</i>	0,50	l	<i>habhoz:</i>	
Kristálycukor	0,15	kg	Tejszín	0,45 kg
Vaníliás cukor	0,01	kg	Vaníliás cukor	0,01 kg
Tojás	3	db	Porcukor	0,05 kg
Krémpor	0,08	kg	Zselatinpor	0,01 kg

Elkészítjük a jóízű sárga krémet.

A tojássárgákat 0,11 tejjel, krémporral habüstben simára keverjük. A többi tejet a kristálycukor felével és a vaníliás cukorral fölforraljuk. Közben a tojásfehérjéből a kristálycukor másik felével kemény habot verünk.

A forró tejet folyamatosan keverve habverővel a habüstben levő anyagokhoz öntjük, majd a tűzön addig keverjük, amíg sűrű nem lesz. A forró sárga krém egy részét a tojáshabhoz keverjük. Miután az egész egynemű lett, hozzákeverjük a többi is. Ha elkészült, lehűtjük, és csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük, majd felhasználásig hűtőszekrénybe helyezük.

Ezután elkészítjük a cukrozott tejszínhabot, amelyet szintén csillagcsővel ellátott habzsákba töltünk, majd felhasználásig ezt is hűtőszekrénybe helyezük.

Végül elkészítjük a képviselőfánkokat. Gyorsforralóba helyezük a vizet, a zsiradékot és a sót. Erős lángon felforraljuk, majd állandó keveréssel hozzáadjuk a lisztet. Az egészet simára, egyneműre keverjük. *Közben ügyeljünk arra, hogy a tészta ne égjen le!*

Miután azt tapasztaljuk, hogy a tészta összeállt, és elvált az edény falától, levesszük a tűzről, és kihűtjük. Ezután egyenként hozzákeverjük az egész tojásokat. A tészta állománya akkor jó, ha könnyen alakítható, kissé terül. Sütőlemezt igen vékonyan bezsírozunk, majd meghintjük liszttel. A tojással összekevert tésztát kb. 6-os méretű sima idomcsővel ellátott habzsákba töltjük. A tésztából félgömb alakú halmokat fecskendezünk a sütőlemezre. A halmok legalább 6–7 cm távolságra legyenek egymástól, hogy legyen helyük a térfogatnövekedéshez.

A tésztahalmok felületét vékonyan bekenjük felkevert tojással. Ügyeljünk arra, hogy a tojás ne folyjon le a tészta oldalán. A tésztát 210 °C-os kemencébe helyezzük, amelynek sütőtere gőzös. Ha kialakult a tészta megfelelő térfogata, akkor tovább sütjük gőzmentes, 230 °C-os sütőben, hogy a szerkezete és felszíne megszilárduljon.

A tészta akkor készült el, ha felszíne aransárgára sült, szerkezete szilárd, lyukasos, állománya könnyű.

A tésztát ezután kihűtjük, majd kenőkéssel alávágunk. A tészta felső részét egyenes vonalban levágjuk úgy, hogy egyharmad részben tetőt, kétharmad részben az alsó részt kapjuk meg. A habzsákba töltött sárga krémet izlésesen betöltjük a kettévágott tészta alsó részébe. A betöltött képviselőfánkra fecskendezzük a cukrozott tejszínhabot.

A levágott tetők eredeti sült oldalát vékonyan meghintjük vaníliás porcukorral, majd könnyedén a betöltött fánkokra helyezzük. A képviselőfánkokat hűtőszekrényben jól lehűtjük. Azonnal felszolgáljuk. (14. ábra).

Régebben a képviselőfánk felső részét karamellizált cukorba mártották, majd hámozott, metéltre vágott mandulával hintették meg. Ez igen tetszetős megoldás volt, amely munkaigényessége miatt már nem gyakori.



14. ábra A képviselőfánk tálalva

A képviselőfánk ismeretében készíthető még:

Eclairfánk (Eclairs á la Chantilly)

Csokoládéfánk (Beignets au chocolat)

Égetett tészta készítése

Bő zsírban sütés

Csokoládémártás

Ajánlott anyaghányad:

Égetett tésztához:

Zsír 0,18 kg

Liszt 0,21 kg

Víz 0,33 l

Tojás 8 db

Só 0,005 kg

Sütéshez:

Olaj 1,00 l

Csokoládémártás: 5 adag

34. folyamatábra

KÉPVISELŐFÁNK		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Viz Zsír Só Liszt	Fölforraljuk a vizet, a zsíradékot és a sót, majd állandó keverés közben hozzáadjuk a lisztet, és gyorsan simára keverjük.	Fontos, hogy a készítmény állománya sjma, csomómentes legyen.
Tojás	Ha már a tészta egynemű és elválik az edény falától, levesszük a tűzhelyről, és egyenként hozzákeverjük a tojásokat.	A tojásokat csak egyenként veszi magába a tészta.
Zsír Liszt	Ha a tészta összeállt, sima idomcsővel ellátott habzsákba töltjük, majd vékonyan zsírozott, lisztezett sütőlemezre félgömböket fecskendezünk belőle. A tetejüket tojással lekenjük.	Amikor lekenjük tojással, ügyeljünk arra, hogy az oldalán ne folyjon le, mert ez gátolja a tészta térfogatnövekedését.
	A tésztát először gőzös, majd ha a kellő térfogata kialakult, gőzmentes sütőben sütjük készre.	A kétütemű sütéssel alakítható ki a kellő térfogat és szilárd szerkezet.
Sárgakrém Cukrozott tejszínhab	A fánkokat kihütjük, azután alájuk vágunk, és a tészták felső részét levágjuk úgy, hogy az alsó részük legalább az eredeti nagyság kétharmada legyen. Az alsó részt betöltjük sárgakrémmel és tejszínhabbal, majd ráhelyezzük a tetőt és meghintjük porcukorral. Azonnal felszolgáljuk.	Ha a tésztát hűtőszekrényben tároljuk, vegyük figyelembe, hogy a sárgakrém és a tejszínhab könnyen romlik.
CHOUX À LA CRÈME		

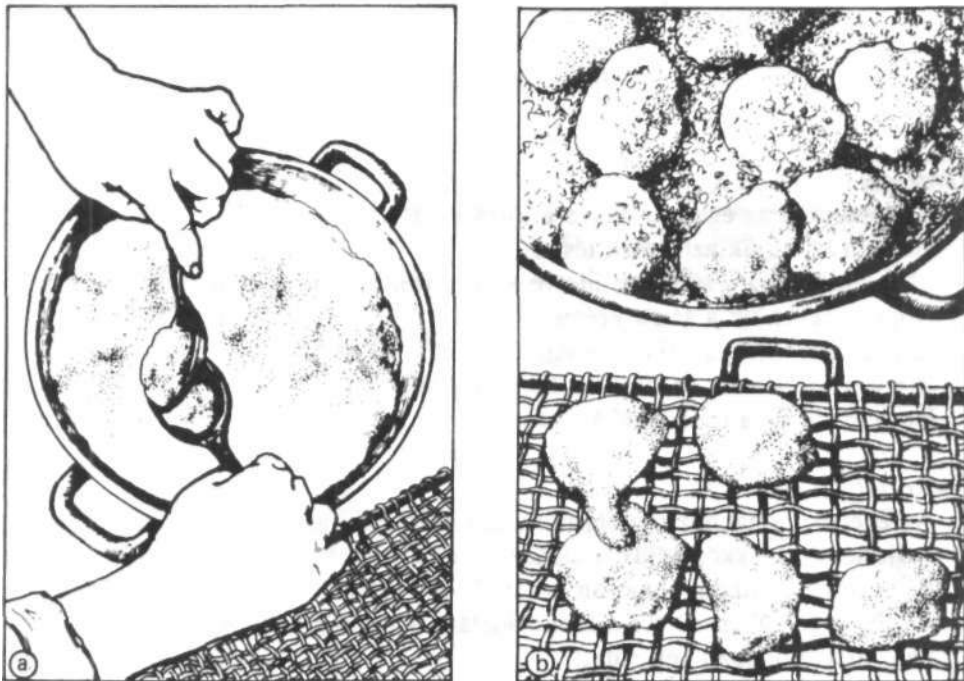
Az ismertetett módon égetett tésztát készítünk, majd lábasban olajat melegítünk. A lábas mellé előkészítjük a csepegtetőrácsot és alá egy tepsit.

Az égetett tésztából evőkanállal diónyi nagyságú darabokat szaggatunk a lábasban levő forró olajba. A fánkokat közepes ütemben lassan sütjük. A sütés folyamán tapasztalni fogjuk, hogy a fánkok térfogata megnő, és a sütés ütemének megfelelően a fánkok maguktól megfordulnak az olajban. Így a fánkok felszíne aranysárgára sül. *Ha szükséges, lapátkanállal elősegítjük a fánkok megforrását.* Ha a fánkok megsültek, lapátkanállal csepegtetőrácsra emeljük, és alaposan lecsepegtetjük. A fánkokat tálpapírral fedett fémtálra halmozzuk, amelyet meghintünk egy kevés porcukorral.

Külön mártáscsészében csokoládémártást adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

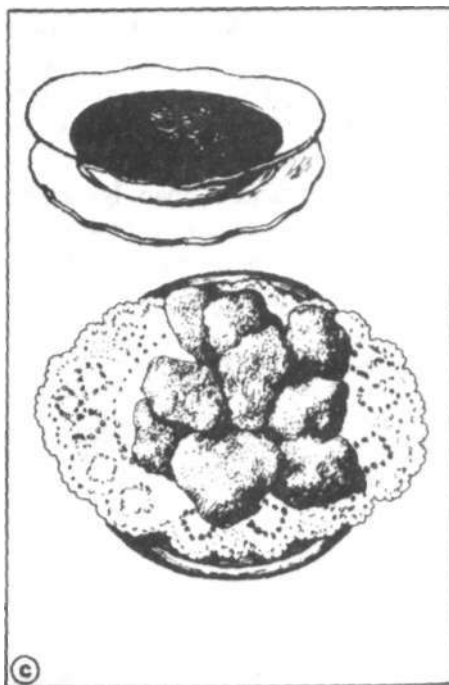
A bő zsírban sült égetett tésztafánk jellegét és elnevezését a hozzá adott mártás adja, mint a fenti példa mutatja. (15. ábra)



15. ábra A csokoládéfánk készítése

a) A csokoládéfánk kiszaggatása

b) A csokoládéfánk sütése



15. ábra A ösokoládéfánk készítése
c) A csokoládéfánk tálalva

Kérdések:

1. Honnan ered az égetett, illetve a forrázott tészta elnevezés?
2. Hogyan készítjük az égetett tésztát?
3. Mi a különbség a sütőben, illetve a bő zsírban sült égetett tészták között?
4. Hogyan készítjük a sárga krémet?
5. Hogyan készítjük a cukrozott tejszínhabot?
6. Hogyan formázzuk és sütjük a képviselőfánkot?
7. Hogyan sütjük a csokoládéfánkot?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Az égetett tésztához mindig pontosan mérjük ki az alapanyagokat!
2. A lisztet csak akkor adjuk a vízhez és a zsírhoz, ha azok fölfortak!
3. A tojásokkal mindig alaposan keverjük el a tésztát!
4. A képviselőfánkot, illetve a csokoládéfánkot mindig kellő hőmérsékletű sütőben, illetve olajban kell sütni!

CSOKOLÁDÉFÁNK

Nyersanyagok

Víz
Zsír
Só
Liszt
Tojás

Munkafolyamat

A tanult módon égetett tésztát készítünk, amelyhez hozzákeverjük az egész tojásokat.

Magyarázat

A tészta sima, csomómentes, egynemű állományú legyen.

Olaj

Lábasban olajat melegítünk, amelybe evőkanál segítségével diónyi nagyságú darabokat szaggatunk. A fánkokat közepes ütemben, lassan sütjük, mialatt azt tapasztaljuk, hogy a fánkok térfogata megnő és megfordulnak az olajban.

Az olaj hőmérséklete nem lehet túl forró, mert a tészta külső része elég, és így nem tud a térfogata megnöni.

Porcukor

Ha a fánkok megsültek, lapátkanállal óvatosan csepegtetőrácsra emeljük, és alaposan lecsepegtetjük.

Fontos, hogy az olajtól alaposan csepegtessük le a fánkokat, mert különben fogyasztásuk étvágyrontó.

Csokoládémártás

Külön mártásoscsészében forró csokoládémártást adunk hozzá.

A mártás a fánkokhoz hasonlóan forró legyen.

BEIGNETS AU CHOCOLAT

X. Felfújtak, pudingok

1. Felfújtak

A felfújtakkal már megismerkedtünk a meleg előételek készítésénél. Alexandre Dumas, nagy francia író, a népszerű *A három testőr* szerzője, igen nagy hozzáértőnek bizonyult a gasztronómia területén. Egy év leforgása alatt írta meg 1869-ben *A konyha nagy szótára* című művét, amely korának és napjainknak is gasztronómiai „bestseller” e maradt. Művében 1200 oldalon keresztül ismerteti és dicsőíti a különféle ételeket, ételcsoportokat. Ezen belül fontos helyet foglalnak el a *felfújtak* is. Ezekről szólva, elmondja, hogy a *könnyedség, a lazaság, az ízek és illatok elegáns harmóniája* a jellemző, minden durva hivalkodást mellőzve, amelyet esetenként a túlfűszerezett és kérgesre sütött húsételek árasztanak.

A felfújtakban az ízek felszabadulnak, és a laza szerkezetben elkeverve maradéktalan élvezetet nyújtanak.

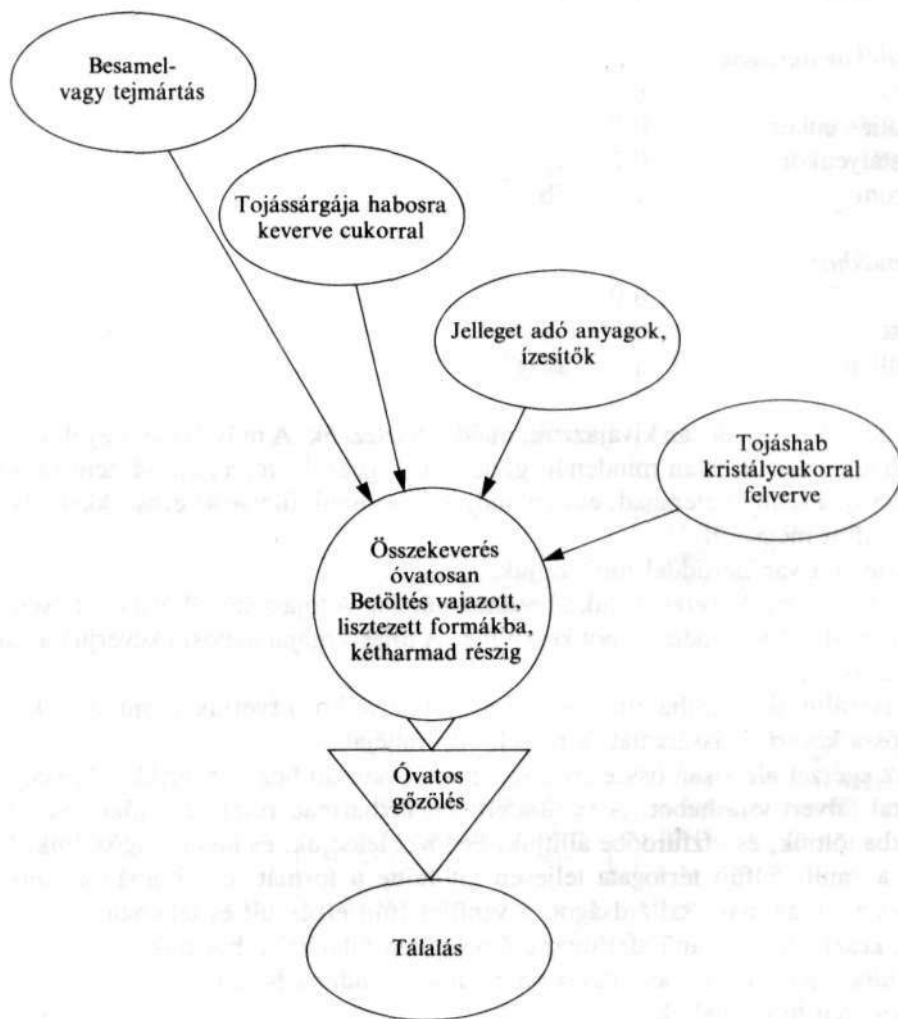
A felfújtak készítésénél fontos a jó időzítés, hiszen egy percig sem állhatnak, jogos a megállapítás: a felfújt csak villanásnyi időt hagy arra, hogy a szakács gyönyörködjön rezgő, remegő művében, a felszolgáló bűvész gyorsaságával felszolgálja, hogy a vendég minden ámulatát elnyerje a remekmű. A jól készített felfújt a tállal együtt megrázva, könnyedén meginog, de gyorsan visszanyeri tartását. Az átvágás pillanatában enyhén elterül, és szinte hallani a könnyű szerkezetet kialakító, tojás habba zárt légbuborékok elpattanását.

A felfújtak alapja a jó sűrűre főzött tejmártás (besamel mártás). A besamel mártáshoz keverjük hozzá a jelleget adó anyagot, a tojássárgát, az ízesítőanyagokat. Ezeket az anyagokat alaposan összekeverjük. Ezután keverjük hozzá a kemény habba vert tojásfehérjét. A felfújt anyagát vajazott, lisztezett felfújt-, vagy másképpen pudingformába töltjük kb. kétharmad részig.

A betöltött formákat ezután vízfürdőbe állítjuk. Fedővel lefedve lassan készre gőzöljük. *A gőzölés közben ügyeljünk arra, hogy a víz ne forrjon fel.* Ha ez mégis bekövetkezne, akkor az odakészített hideg vízből egy keveset a vízfürdőbe öntünk. Gőzölés közben azt tapasztaljuk, hogy a felfújt térfogata megnő, és majdnem teljesen kitölti a gőzöléshez használt formát.

A készre gőzölt felfújtat előmelegített tálra borítjuk. A felfújtakat úgy kell időzíteni, készíteni, hogy azok a tálalás időpontjára készüljenek el. A felfújtakat elkészültük után azonnal tálalni kell. Melegen tartásuk nem oldható meg, mivel szerkezetük laza, ezért könnyen összeesnek, így állományuk tömör lesz.

13. séma A FELFÚJTAK KÉSZÍTÉSE



Vanília/elfújít (Soufflé au vanille)

Besamel mártás

Tojás hab készítése

Gőzölés

Ajánlott anyaghányad:

Besamel mártáshoz:

Liszt 0,12 kg

Tej 0,30 l

Vaj	0,10	kg
Vaníliarúd	1	db

Járulékos anyagok:

Tojás	6	db
Vaníliás cukor	0,02	kg
Kristálycukor	0,20	kg
Citrom	1	db

Formákhoz:

Vaj	0,08	kg
Liszt	0,06	kg
Vaníliamártás	5	adag

A formákat gondosan kivajazzuk, majd kilisztezzük. A műveletnél ügyeljünk arra, hogy a forma falán mindenütt gondosan végezzük, mivel ahová nem jut liszt vagy vaj, a felfújt beheragad, és nem tudjuk kiborítani, illetve az erőszakkal kiborított felfújt megsérül.

A tejet a vaníliarúddal fölforraljuk.

Az ismert módon elkészítjük a besamel mártást. A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk. A tojássárgáját habosra keverjük a vaníliás cukorral.

Összeállítjuk a vaníliafel fűjtat. A besamel mártáshoz keverjük a vaníliás cukorral habosra kevert tojássárgáját, a reszelt citromhéjat.

Az egészet alaposan összekeverjük, majd óvatosan hozzákeverjük a kristálycukorral fölvert tojás habot. A vaníliafel fűjtat kétharmad részig az előkészített formákba töltjük, és vízfürdőbe állítjuk. Fedővel lefedjük, és lassan kigőzöljük. Mikor a vaníliafel fűjtat térfogata teljesen kitöltötte a formát, és állománya elérte a kellően „rugalmas” szilárdságot, a vaníliafel fűjtat elkészült és tálalható.

A készre gőzölt vaníliafel fűjtat előmelegített tálalótálra borítjuk.

Külön mártáscsészében meleg vaníliamártást adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

A vaníliafel fűjtat készíthető lisztpéppel is. Ebben az esetben a kész lisztpéphez a besamel mártás felhasználásához hasonlóan keverjük a többi anyagot, és hasonlóan gőzöljük készre.

Ennek a módszernek az az előnye, hogy a felfújt sokkal tartósabb és legalább 10 percig melegen tartható, mialatt az állománya, minősége változatlan marad.

A készre gőzölt vaníliafel fűjtat előmelegített tálalótálra borítjuk, külön mártáscsészében meleg vaníliamártást adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

36. folyamalábra

VANÍLIAFELFÚJT		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Vaj Liszt Tej Vaniliarúd	A formákat kivajazzuk, kilisztezzük. Besamelmártást készítünk, amelyhez a tejet vaniliarúddal forraltuk fel.	Ezt a műveletet gondosan végezzük, hogy a készítmény a gőzölést követően könnyen kiborítható legyen.
Tojás Kristálycukor Vaniliás cukor	A tojásokat figyelmesen szétválasztjuk, majd a tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk. A tojássárgáját a vaniliás cukorral keverjük.	A tojás hab jó kemény legyen, ez adja a tészta szilárd szerkezetét.
Citromhéj	Összeállítjuk a vaníliafelfűjtat. A besamelmártáshoz keverjük a vaniliás cukorral habosra kevert tojássárgáját, a reszelt citromhéjat, majd a tojásfehérjehabot.	Az összekeverést óvatosan végezzük, hogy a tojás habot ne törjük össze.
	Az összekevert anyagokat kétharmad részig töltjük az előkészített formába, és vízfürdőbe állítjuk. Fedővel lefedjük, és lassan gőzöljük.	A gőzölést lassan, egyenletesen végezzük, hogy a felfűjt ne maradjon nyers.
	Mikor a vaníliafelfűjt térfogata kitöltötte a formát, és állománya kellően megszilárdult, az előmelegített tálatálra borítjuk. Azonnal felszolgáljuk.	A készítményt óvatosan borítsuk, nehogy megsérüljön a felfűjt.
Vaniliamártás	Külön mártásoscsészében meleg vaniliamártást adunk hozzá.	A mártást forrón tálaljuk.
SOUFFLÉ AU VANILLE		

Vaníliafelfűjt (Soufflé au vanille) — lisztpépből

Lisztpép

Tojáshab készítése

Gőzölés

Ajánlott anyaghányad:

Lisztpéhez:

Liszt	0,10	kg
Vaj	0,05	kg
Tej	0,10	l

Formákhoz:

Vaj	0,04	kg
Liszt	0,04	kg

Járulékos anyagok:

Kristálycukor	0,24	kg
Tojás	8	db
Vaníliás cukor	0,05	kg
Vaníliarúd	1	db
Vaníliamártás	5	adag

Az előbbi vaníliafelfűjtnak megfelelően dolgozunk, de jó kemény lisztpéppel.

A meleg vaníliafelfűjt mintájára bármilyen felfűjt készíthető. A vanília helyett vagy éppen a vaníliával együtt adjuk hozzá a jelleget adó anyagot, mint például csokoládé, dió, mogyoró, karamell, mandula, pisztácia, grillázs.

Külön kell szólni a gyümölcsökkel készíthető felfűjtakról. Itt is alapként fogható fel a vaníliafelfűjt, de nem keverjük hozzá a jellegre utaló, illetve a jelleget adó anyagot. Mikor a vaníliafelfűjt elkészült, előmelegített tálalóedényre borítjuk, és leöntjük a jelleget adó gyümölcsöntettel.

Málnafelfűjt (Soufflé au framboise)

Vaníliafelfűjt készítése

Ajánlott anyaghányad:

Vaníliafelfűjtnak megfelelő (vaníliarúd nélkül)

Málnaöntet	0,40	l
------------	------	---

Vaníliafelfűjtat készítünk az ismert módon, de nem használunk vaníliarudat a tej főlforralásához. Mikor az ismert módon elkészített felfűjt elkészült, előmelegített tálalóedényre borítjuk, és leöntjük jó meleg málnaöntettel.

Azonnal felszolgáljuk.

Zabpehelyfelfűjt (Soufflé au porridge)

A zabpehely a magyar gasztronómiában igen szerény helyet foglal el, holott

táplálkozás-élettani értékei — kalcium, kálium, magnézium, vas — igen jelentősök. Kímélő és diétás ételmezésben pedig pótolhatatlan szerepe van.

Tojás hab készítése
Gőzölés

Ajánlott anyaghányad:

Zabpehely	0,20	kg	<i>Formákhoz:</i>		
Tej	0,40	l	Vaj	0,04	kg
Vaníliarúd	1	db	Liszt	0,04	kg
Kristálycukor	0,20	kg	Gyümölcsöntet	5	adag
Tojás	6	db			
Vaníliás cukor	0,02	kg			

A formákat gondosan kivajazzuk, majd kilisztezzük.

A tejet főlforraljuk a vaníliarúddal, majd hozzáadjuk a félig megőrölt zabpelyhet. Az egészet lassan főlforraljuk, majd levesszük a tűzhelyről. Gyakori kevergetéssel kihűtjük, ezalatt azt tapasztaljuk, hogy állománya besűrűsödik. Ezután kivesszük belőle a vaníliarudat.

Ezt követően a vaníliafelfűjtnak megfelelően dolgozunk, ill. készítjük el a zabpehely felfűjtat.

Ha elkészült, valamilyen meleg gyümölcsöntetet adunk hozzá.

A felfűjtak, de a következő részben levő pudingok is elkészíthetők mikrohullámú készülékben. Ez sokkal biztonságosabb megoldás és a készítmények legalább 8–10 percig melegen tarthatók a készülékben a legkisebb minőségromlás nélkül.

Ha a felfűjtat vagy pudingot mikrohullámú készülékben kívánjuk készíteni, néhány szabállyal kell megismerkedni:

A készülékbe nem szabad fémedényt, továbbá aranyozott vagy ezüstözött szélű porcelánedényt helyezni.

Legjobban tűzálló, fajansz-, vagy porcelánedényben készíthető felfűjt vagy puding, amelyhez az edényt csak vajazni kell.

A vanília-, illetve a málna/elfűjt ismeretében készíthető még:

csokoládéfelfűjt (soufflé au chocolat),
citromfelfűjt (soufflé au citron),
mogyorófelfűjt (soufflé aux noisettes),
mandulafelfűjt (soufflé aux amandes),
diófelfűjt (soufflé aux noix),
eperfelfűjt (soufflé aux fraises),
karamellfelfűjt (soufflé au caramel).

2. Pudingok

a) Meleg pudingok

A pudingokat másképpen *duzmának* is nevezik, amely a készítmény régies kifejezése.

A pudingok elsősorban az angol konyha jellemző készítményei, de más országokban is nagy előszeretettel készítik. Charles Dickens angol író a *Karácsonyi ének* című regényében érzékletesen írja le a híres, jellegzetes szilvapuding, illetve „plum-puding” készítésének előkészítését, és a készítés valóságos ceremóniáját. A plum-pudingról meg kell jegyezni, hogy vidékenként, sőt családonként őriznek recepteket, amelyek évszázados hagyományokon alapulnak.

A mai pudingkészítés, ismerve a felfújtak készítését, nem jelent különösebb nehézséget. Ha a kettő készítését összehasonlítjuk, a különbséget a besamelmártás helyett felhasznált anyag adja. Ez az anyag lehet az apró kockákra vágott piskótalap vagy édes morzsa, esetleg hámozott, tejszínben áztatott, kifacsart, szitán áttört zsemle. A felhasznált anyag jellegéből is adódik, hogy a pudingok állománya sokkal szilárdabb, tartósabb, mint a felfújtak. A pudingok ezért rövid ideig, néhány percig melegen tarthatók.

A mai felfújt-, illetve pudingkészítés többé-kevésbé átalakulóban van. A kettő közelít egymáshoz, ami az összetételt illeti. Gyakran tapasztalható a gyakorlatban, hogy a készítményhez fele mennyiségben besamelmártást vagy lisztpépet, fele mennyiségben pedig apró kockára vágott piskótát, édes morzsát vagy hámozott, tejszínben áztatott, kifacsart, szitán áttört zsemlet adnak. Ezt a célszerűség diktálja, hiszen így rövid ideig a készítmény melegen tartható, és nem esik össze. Összefoglalva a pudingok készítését, a felfújtak mintájára készíthető, de a besamelmártás ül. a lisztpép helyett a fent megjelölt három anyag valamelyikét adjuk hozzá. A felfújt- és a pudingkészítés közötti átmenet is elfogadható, hiszen ezzel még részben megőrizzük a felfújt könnyedségét, de állományát tartósabbá tesszük.

Csokoládépuding (Pouding au chocolat)

Tojás hab készítése

Gőzölés

Ajánlott anyaghányad:

Pudinghoz:

„Barna” édes morzsa	0,24	kg
Kakaópor	0,08	kg
Étsokoládé	0,08	kg
Mandula	0,04	kg
Rum	0,03	l

Formákhoz:

Vaj	0,04	kg
Liszt	0,04	kg
Csokoládémártás	5	adag

Vaníliás cukor	0,01	kg
Tojás	8	db
Kristálycukor	0,24	kg

A „barna” édes morzsát kakaóporral készített piskótalapból állítjuk elő. Az elkészített, szikkasztott lapokat nyújtófával összetörjük apróra, majd megszitáljuk.

A formákat kivajazzuk, kilisztezzük. Az étcsokoládét lereszeljük. A mandulát leforrázzuk, héját lehúzzuk, metéltre vágjuk. A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk. A tojássárgáját habosra keverjük a vaníliás cukorral.

Összeállítjuk a csokoládépudingot. A vaníliás cukorral kevert tojássárgájához hozzáadjuk a barna édes morzsát, a rumot, az előkészített mandulát, a kakaóport, a lereszelt csokoládét, továbbá a kristálycukorral fölvert jó kemény tojás habot. A csokoládépudingot kétharmad részig az előkészített formákba töltjük, és vízfürdőbe állítjuk. Fedővel lefedjük, és lassan kigőzöljük. A készre gőzölt csokoládépudingot előmelegített tálalótálra borítjuk.

Külön mártásoscsészében meleg csokoládémártást adunk hozzá.

Azonnal felszolgáljuk.

Gyümölcspuding (Pöuding aux fruits)

Tojás hab készítése

Gőzölés

Ajánlott anyaghányad:

Pudinghoz:

Gyümölcs	0,20	kg
Citrom	1	db
Vaníliás cukor	0,03	kg
Zsemle (szikkadt)	5	db
Tojás	8	db
Kristálycukor	0,24	kg

Formákhoz:

Vaj	0,04	kg
Liszt	0,04	kg
Gyümölcstönet	5	adag

A zsemleket vékonyan meghámozzuk, beáztatjuk, majd gondosan kicsavarjuk, szitán áttörjük. A citrom héját lereszeljük.

A gyümölcstönet apróra vágjuk, vagy szitán áttörjük. A formákat kivajazzuk, kilisztezzük.

A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk. A tojássárgáját habosra keverjük a vaníliás cukorral.

Összeállítjuk a gyümölcspudingot. A vaníliás cukorral habosra kevert tojássárgájához hozzáadjuk a kicsavart, áttört zsemleket, az előkészített gyümölcstönet, a reszelt citromhéjat, továbbá a kristálycukorral fölvert jó kemény tojás habot.

A gyümölcspudingot kétharmad részéig az előkészített formákba töltjük, és víz-

fürdőbe állítjuk. Fedővel lefedjük, és lassan kigőzöljük. A készre gőzölt gyümölcs-pudingot előmelegített tálalótálra borítjuk.

Külön mártásoscsészében jellegében illő meleg gyümölcsöntetet adunk hozzá. Azonnal felszolgáljuk.

Az alábbi gyümölcspudingok készíthetők:

meggyes puding (pouding aux griottes),
cseresznyés puding (pouding aux cerises),
almás puding (pouding aux pommes),
körtés puding (pouding aux poire).

b) Hideg pudingok

A hideg pudingok csak formájukban hasonlítanak a meleg pudingokhoz, készítésük eltér. A hideg pudingokat alaposan le kell hűteni. Ez meghatározza élvezeti értéküket és a hűtés következtében kialakuló kissé rugalmas állományukat.

Diplomatapuding (Pouding á la diplomaié)

Babapiskóta készítése

Hígító cukoroldat készítése

Ajánlott anyaghányad:

Krémalaphoz:

Tej	0,40	1
Zselatinpor	0,01	kg
Rum	0,10	1
Tojássárga	2	db
Liszt vagy	0,06	kg
Krémpor	0,06	kg
Kristálycukor	0,17	kg
Tejszín	0,40	1

Babapiskótához:

Tojás	5	db
Liszt	0,15	kg
Kristálycukor	0,15	kg
Dobcukor	0,03	kg

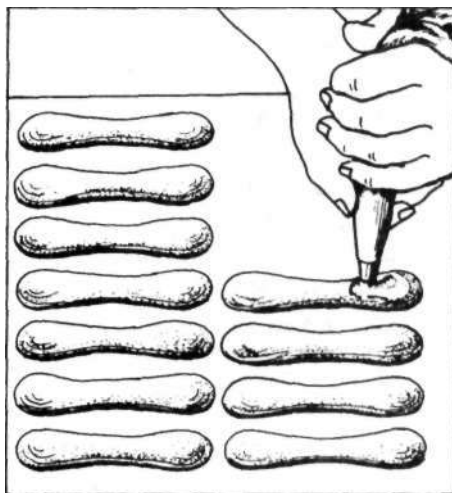
Járulékos anyagok:

Konyakmeggy	20	db
vagy Étcsokoládé	0,10	kg
Rum	0,10	1
Mazsola	0,08	kg

Hígító a cukoroldathoz:

Kristálycukor	0,25	kg
Víz	0,10	1

A babapiskótát elkészítjük. A felverték készítésének megfelelően elkészítjük a babapiskóta tésztáját, majd sima — kb. 6-os — idomcsővel ellátott habzsákba töltjük. Sütőpapírral borított sütőlemezre fecskendezzük a tésztát az ábrának megfelelően (16. ábra). Finom szövésű szitából dobucukorral meghintjük a tészták felületét. Néhány percig állni hagyjuk, majd gőzmentes sütőben kb. 160 °C-on sütjük meg. Sütési ideje 8—10 perc. Ha a készre sült babapiskóták kihűltek, késsel alávágunk.



16. ábra A babapiskóta alakítása

A hígító cukoroldatot elkészítjük. A vizet a cukorral addig forraljuk, amíg gyöngyözni nem kezd, majd kihűtjük. Ezután hozzákeverjük a rumot, és jól lehűtjük. A mazsolát kiválogatjuk, megmossuk, majd jól leszárítjuk. A formákat hűtőbe helyezzük. Ezután elkészítjük a krémalapot. Habüstben összekeverjük a tojássárgákat a kristálycukorral, a liszttel vagy a krépporral, 1 dl hideg tejjel, majd belekeverjük a zselatint. A maradék 3 dl tejet fölforraljuk, és a habüstben levő anyagokhoz öntjük, közben habverővel állandóan keverjük. A habüst tartalmát vízfürdőn habverővel állandóan keverve besűrítjük, majd lehűtjük.

Miközben a főzött krémet hűtjük, a tejszínből kemény habot készítünk. A tejszínhabot szitára helyezzük, és hűtjük felhasználásig, hogy felesleges folyadékartalma lecsöpögjön, és jó hideg legyen.

Ha a főzött krém kihűlt, de még folyékony állományú, hozzákeverjük a rumot és a tejszínhabot.

Előkészítjük a babapiskótát, amelyet gazdagon meglocsolunk a rummal ízesített hígító cukoroldattal. Odakészítjük az óvatosan félbevágott konyakmeggyet, vagy apró kockákra vágott étcsokoládét, a mazsolát és a jól előhűtött nagyobb pudingfor-

37. folyamalábra

DIPLOMATAPUDING		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Tojás Liszt Kristálycukor Rum, mazsola	Babapiskótát sütünk a tanult módon. Hígító cukoroldatot készítünk, amelyet lehütünk, és hozzákeverjük a rumot. A formákat jól lehütjük. A mazsolát előkészítjük.	A babapiskótát világos színűre süssük.
Tojássárgája Kristálycukor Liszt Tej Zselatinpor	Elkészítjük a krémalapot. A tojássárgáját összekeverjük a kristálycukorral, a liszttel, 1 dl hideg tejjel és a zselatinporral. Az egészhez hozzáöntjük a 3 dl forró tejet, majd vízfürdőn besűrítjük és lehütjük.	Ügyeljünk arra, hogy a krémalap sima, csomómentes legyen.
Tejszínhab Rum Mazsola	A tejszínhabot kemény habbá verjük, és hűtőszekrénybe helyezük felhasználásig. A lehűtött krémalaphoz keverjük a rumot és a tejszínhabot.	A tejszínhabot jól hűsük le, mert ez befolyásolja a készítmény minőségét.
Hígító cukoroldat Krém, konyakmeggy Babapiskóta Mazsola	A babapiskótát gazdagon meglocsoljuk a hígító cukoroldattal, majd kibéleljük vele az előhűtött formákat. A formában ezután váltakozva rétegezzük a krémet, a konyakmeggyet, az áztatott babapiskótát és a mazsolát. Az utolsó réteg krém legyen. Óvatosan odaütögetjük a formát, hogy buborékmentes legyen, majd habkártával lesimitjük, és hűtőszekrényben dermesztjük.	A babapiskótával szintetikusan rakjuk körbe a formát, ügyelve arra, hogy ne törjenek el. A rétegzést úgy végezzük, hogy mindenből arányosan jusson az alsó, a középső és felső rétegekbe.
Puncsmártás	Tálaláskor a pudingot forró vízbe mártjuk, majd előhűtött tálalóedényre borítjuk. Puncsmártással leöntjük. Azonnal felszolgáljuk.	A pudingot csak rövid ideig tartjuk a forró vízben, mert nagyon megdagadhat.
POUDING À LA DIPLOMATE		

mákat. A beáztatott babapiskótával óvatosan kibéleljük a pudingformákat. Ezután váltakozva egymásra rétegezzük a krémet, a konyakmeggyet, az áztatott piskótát, a mazsolát. Mire a forma majdnem megtelik, ügyeljünk arra, hogy egy kevés krém még maradjon, amellyel mint utolsó réteggel fedjük a formát. A formát óvatosan a munkaasztalhoz ütögetjük, hogy a készítmény lehetőleg buborékmentes legyen. Ezután tetejét habkártyával lesimítjuk, majd hűtőszekrénybe helyezük, ahol addig hűtjük, amíg állománya meg nem szilárdul.

A jól lehűtött diplomatapuding állománya kissé rugalmas, de jól összeáll. A pudingot néhány pillanatra forró vízbe mártjuk úgy, hogy a felső része ne merüljön alá, ne legyen vizes.

Ezután finoman megrázogatjuk, majd az előhűtött tálalóedényre borítjuk úgy, hogy ne sérüljön meg.

A diplomatapudingot leöntjük jól előhűtött puncsmártással.

Azonnal felszolgáljuk.

A diplomatapuding készítésének, elsősorban talán rétegezésének több változata ismert. Ennek ellenére szinte mindegyikről elmondható, hogy ízesítésére rumot használnak, alapvető alkotóeleme a piskóta különféle formában darabolva. Mindegyikhez használatos a főzött krém és a tejszínhab, továbbá az alkoholban vagy cukorban, esetleg aszalással tartósított gyümölcsféle. A hideg puncsmártás mindent fontos kísérője e készítménynek.

Gyümölcsrizs (Riz froid aux fruits)

Ajánlott anyaghányad:

Rizs	0,30 kg	Tej	0,80 l
Porcukor	0,25 kg	Vaníliás cukor	0,02 kg
Citrom	1 db	Tejszín	0,60 l
Mazsola	0,05 kg	Cukrozott gyümölcs	0,25 kg
Málnaszörp	0,20 l		

A poharakat hűtőszekrénybe helyezük, hogy jól lehűljenek. A rizst kiválogatjuk, megmossuk, majd alaposan lecsepegtetjük. Kb. 0,5 l vízben megfőzzük. Az edény méretét úgy válasszuk meg, hogy vegyük figyelembe a rizs térfogatának növekedését főzés közben.

Ha a rizs teljesen felvette a vizet a főzés folyamán, hozzáadjuk a tejet, és gyakori kevergetéssel lassan főzzük. A rizs akkor megfelelő, ha a rizsszemek teljesen fölpuhultak és a tejet magukba szívták. A rizst ezután kihűtjük.

Mialatt a rizst hűtjük, elvégezzük a többi feladatot. A mazsolát kiválogatjuk, megmossuk, leszárítjuk. A cukrozott gyümölcsöt apró kockákra vágjuk. A tejszínből kemény habot verünk, amelyet szitára helyezünk, és hűtjük felhasználásig.

A kihűtött rizshez hozzákeverjük a porcukrot, a reszelt citromhéjat, a mazsolát,

a vaníliás cukrot, a cukrozott gyümölcsöt, majd a tejszínhab háromnegyed részét. A műveletet óvatosan végezzük, hogy a tejszínhabot ne törjük össze.

A gyümölcsrizst óvatosan az előhűtött poharakba helyezzük, majd tenyerünkben könnyedén megütögetjük, hogy a gyümölcsrizs buborékmentes legyen. Tetejét elsimítjuk, majd hűtőszekrénybe helyezzük, és megdermesztjük.

A gyümölcsrizst tálalás előtt legalább 2–3 órával készítjük el, így az ízek jobban összeérnek. Őzgerinc- vagy pudíngformában is dermeszthetjük. Ilyenkor egy kevés zselatint oldunk fel langyos tejben, simára keverjük, és azt összekeverjük gyümölcsrizszel, majd betöltjük a formákba. A fent megjelölt anyaghányadhoz 0,04 kg zselatint kell adni 0,01 liter tejben elkeverve.

A gyümölcsrizst jól lehűtve tálaljuk. A visszahagyott tejszínhabot csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük, majd rózsákat fecskendezünk a gyümölcsrizs tetejére. A tejszínhab tetejére néhány szelet cukrozott gyümölcsöt helyezünk, majd meglocsoljuk egy kevés málnaszörppel. (17. ábra)

Azonnal felszolgáljuk.



17. ábra A gyümölcsrizs tálalva

38. folyamatábra

GYÜMÖLCSRIZS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Rizs Tej	A poharakat jól lehütjük. Az előkészített rizst először vízben, majd tejben megfőzzük. Ezt követően kihütjük.	Fontos, hogy a rizst puhára főzzük, mert a kemény állomány fogyasztása kellemetlen.
Mazsola Cukrozott gyümölcs Tejszín	A mazsolát előkészítjük. A cukrozott gyümölcsöt apró kockákra vágjuk. A tejszínt habbá verjük, és hűtőszekrénybe helyezzük felhasználásig.	A tejszínhabot jó keményre verjük, hogy a gyümölcsrizs állománya könnyű legyen.
Porcukor Citromhéj Vaníliás cukor	A kihűtött rizshez hozzákeverjük a porcukrot, a reszelt citromhéjat, a mazsolát, a vaníliás cukrot, a kockákra vágott gyümölcsöt. Végül óvatosan hozzákeverjük a hűtőszekrényben tárolt tejszínhab háromnegyed részét.	A tejszínhabot óvatosan keverjük a készítményhez, hogy az állományát ne törjük össze.
	A gyümölcsrizst óvatosan az előhűtött poharakba töltjük, amit a tenyerünkben könnyedén megütögetünk. Tetejét habkártyával lesimitjük, majd hűtőszekrényben jól lehütjük.	Azért ütögetjük a poharat tenyerünkbe, hogy a gyümölcsrizs buborékmentes legyen. A jól lehűtött gyümölcsrizs élvezeti értéke magasabb.
Málnaszörp	A gyümölcsrizst ezután díszítjük. A maradék tejszínhabot csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük, és rózsákat fecskendezünk belőle a gyümölcsrizs tetejére. Néhány szelet cukrozott gyümölccsel díszítjük, és meglocsoljuk málnaszörppel. Azonnal felszolgáljuk.	A tejszínhabbal úgy díszítsük a gyümölcsrizsek tetejét, hogy minden adagra egyformán jusson.
RIZ FROID AUX FRUITS		

Kérdések:

1. Milyen alapanyagokat tartalmaznak a felfújtak?
2. Miért nem forrhat a víz a felfújtak gőzölésénél?
3. Miért fontos a felfújtak készítésénél a pontos időzítés?
4. Milyen alapanyagokat tartalmaznak a pudingok?
5. Mi az alapvető különbség a felfújtak és pudingok között?
6. Milyen módon lehet kialakítani átmenetet a felfújtak és a pudingok készítése között?
7. Miért tartósabb a pudingok állománya, mint a felfújtaké?
8. Miért tömörebb a pudingok állománya, mint a felfújtaké?
9. Hogyan készítjük a diplomatapudingot?
10. Hogyan készítjük a gyümölcsrizst?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A formákat minden esetben gondosan kell kivajazni és kilisztezni, hogy a készítmény a gőzölést követően könnyen kiborítható legyen!
2. Ha a gőzölés közben a víz felforr, akkor egy kevés hideg víz hozzáadásával lehűtjük.
3. A gőzölést lassan, egyenletesen végezzük, hogy a felfújt állománya lassan, egyenletesen alakuljon ki! Ha a gőzölést hirtelen erős tűzön végezzük, a felfújt térfogata gyorsan megnő, de a tálalás pillanatában azonnal összeesik!
4. Az elkészült felfújtakat azonnal tálaljuk, mert nem tarthatók melegen!
5. Ne feledjük a felfújtakat előmelegített tálalóedényre borítani!
6. A diplomatapuding rétegezését úgy végezzük, hogy lehetőség szerint minden réteg egyforma magasságú legyen!
7. A diplomatapuding hűtését megfelelő ideig végezzük, hogy megdermedjen, és kialakuljon szükséges szilárdságú állománya!
8. A gyümölcsrizshez a rizst jó puhára kell főzni!
9. A gyümölcsrizs hűtését megfelelő ideig kell végezni, hogy az ízanyagok kellően összeérjenek!
10. A gyümölcsrizst csak a tálalás pillanatában locsoljuk meg a málnaszörppel, mert színező hatása erős!

XI. Krémek

A krémek laza, kissé rugalmas állományú készítmények, amelyek általában főzött krémekből és tejszínhabból állnak. Új alapanyagokból: a becofix és flaum porokból is elkészíthetők.

Előállításuk során ügyelni kell arra, hogy a főzött krém sima, csomómentes legyen, amely egyben befolyásolja minőségét, élvezeti értékét.

A krémeket minden esetben jól le kell hűteni, mert ezzel növeljük élvezeti értéküket, tehát már a tálaláskor előhűtött poharakba kell adagolni.

Egy-egy adag súlya 10–20 dkg között változik, a krém fajtájától, a pohár nagyságától függően. A pohárkrémek eltarthatósági ideje 10 óra lehet, amely alatt legfeljebb +8 °C-os hűtőszekrényben kell tárolni.

Csokoládékrém (Bevarois au chocolat)

Ajánlott anyaghányad:

Tej	0,65	l	Liszt	0,08	kg
Zselatinpor	0,02	kg	Kristálycukor	0,20	kg
Tojássárga	3	db	Tejszín	0,60	l
Kakaópor	0,06	kg	Csokoládé	0,10	kg
Vaníliás cukor	0,01	kg			

A poharakat hűtőszekrénybe helyezzük, hogy a betöltés időpontjára jól lehűljenek. A csokoládé háromnegyed részét felolvasztjuk. Habüstben a tojássárgát 1 dl hideg tejjel, a szitált kakaóporral, a vaníliás cukorral, a liszttel, a zselatinporral, a kristálycukorral és az olvasztott csokoládéval jól összekeverjük. A maradék 0,55 liter tejet fölforraljuk és a habüstben levő anyagokhoz öntjük, közben habverővel állandóan keverjük. A habüst tartalmát vízfürdőn habverővel állandóan keverve besűrítjük, majd lehűtjük.

Miközben a főzött krémet hűtjük, a tejszínből kemény habot készítünk. A tejszínhabot szitára helyezük, és hűtjük felhasználásig, hogy felesleges folyadék tartalma lecsöpögjön és jó hideg legyen.

A maradék csokoládéból csokoládéforgácsot készítünk, vagy felolvasztjuk, éi zsírpapírra pasztillákat vagy egyéb formákat fecskendezünk.

39. folyamalábra

CSOKOLÁDÉKRÉM		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csokoládé	A poharakat jól lehütjük. A csokoládé háromnegyed részét fölolvastjuk.	A poharakat azért kell jól lehűteni, hogy a betöltés időpontjára alacsony hőmérsékletűek legyenek.
Tojássárgája Tej Kakaópor Vaníliás cukor Liszt Kristálycukor Zselatinpor Csokoládé	A tojássárgáját 1 dl hideg tejjel, szitált kakaóporral, vaníliás cukorral, liszttel, kristálycukorral, zselatinporral és az olvasztott csokoládéval jól kikeverjük, majd habverővel állandóan keverve, hozzáöntjük a forró tejet.	Ügyeljünk arra, hogy a krémalap sima, csömömentes legyen.
Tejszín	Vizfürdőn állandóan keverve besűrítjük, majd lehütjük. Közben a tejszínhabot készítjük, amelyet a hűtőbe helyezünk felhasználásig.	A tejszínhab kemény, szilárd szerkezetű legyen.
Csokoládé	A maradék egynegyed rész csokoládéból forgácsokat faragunk vagy pasztillákat fecskendezünk zsirpapírra.	A díszítő csokoládét felhasználásig hűtőszekrénybe helyezük.
	A lehűtött krémet összekeverjük a tejszínhab kétharmad részével, majd óvatosan a poharakba töltjük, és tenyerünkbe ütögetjük. A tetejét habkártyával lesimítjük, és hűtőszekrénybe helyezük.	A poharakat azért kell a tenyerünkbe ütögetni, hogy a krém állománya buborékmentes legyen.
	A maradék tejszínhabot csilagsővel ellátott habzsákba töltjük, és rózsákat fecskendezünk belőle a krémek tetejére. A krém tetejét az előkészített csokoládéval díszítjük, majd jól lehütjük. Azonnal felszolgáljuk.	A tejszínhabbal úgy díszítünk, hogy minden krémre azonos mennyiségű jusson.
BEVAROIS AU CHOCOLAT		



18. ábra A pohárkrém tálalva

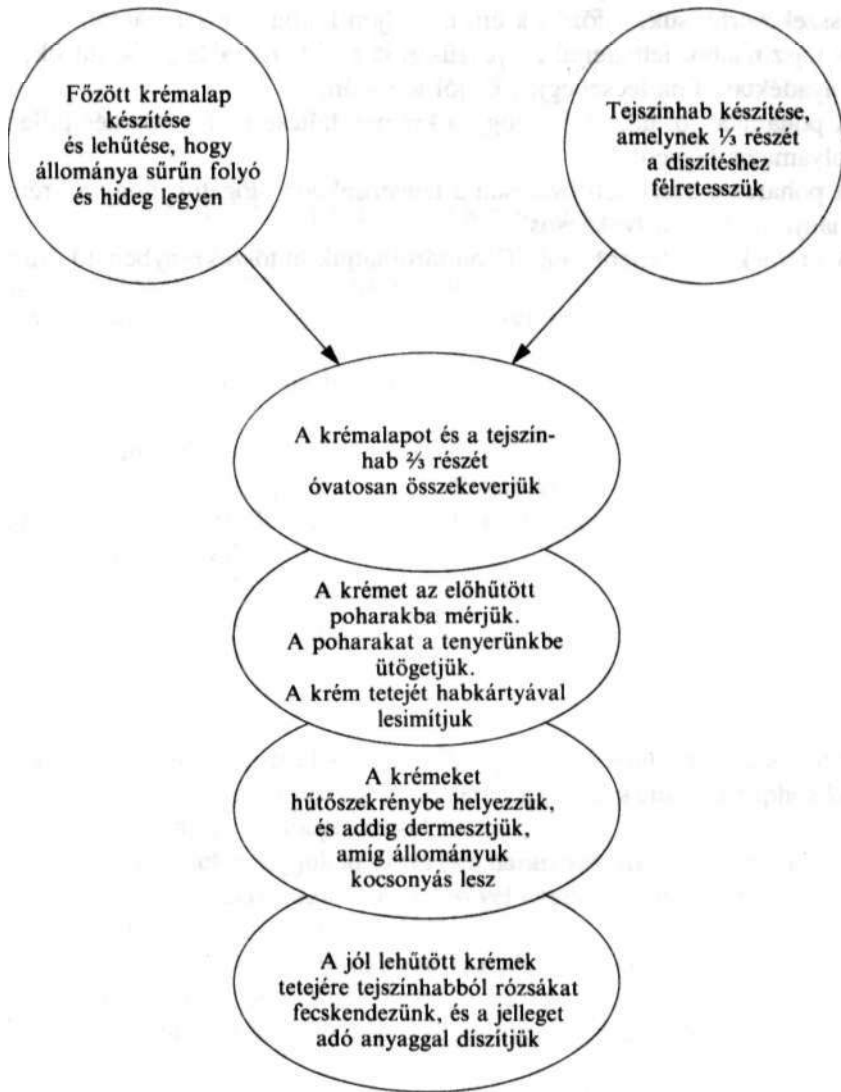
A csokoládé-, illetve kávékrém ismeretében készíthető még:

vaníliakrém (bevarois á la vanille),
karamellkrém (bevarois á la caramel).
diókrém (bevarois aux noix),
mandulakrém (bevarois aux amandes),
eperkrém (bevarois aux fraises),
citromkrém (bevarois au citron),
málnakrém (bevarois aux framboises).

Kérdések:

1. Miért kell a főzött krémalapot hidegre hűteni, de ügyelni arra, hogy állománya folyékony, sűrűn folyós legyen?
2. Miért kell a tejszínhabot szitára helyezni, és jól lehűteni?
3. Miért kell a poharakat jól előhűteni?
4. Miért kell a betöltött krémekeket óvatosan a tenyerünkhöz ütögetni?
5. Mennyi ideig szabad a krémekeket tárolni?
6. Hogyan készítjük a csokoládékrémet?
7. Hogyan készítjük a kávékrémet?
8. Hogyan készítjük a gyümölcskrémekeket?

14. séma A KRÉMEK KÉSZÍTÉSE



Gyakorlati jó tanácsok:

1. A főzött krémalapot jól hűtsük le, hogy a lehűtött tejszínhabbal könnyen összekeverhessük, a főzött krém ne váljon külön a tejszínhabtól!
2. A tejszínhabot feltétlenül helyezük szitára felhasználásig, és hűtsük, hogy folyadéktartalma lecsepegjen és jól lehűljön!
3. A poharakat jól hűtsük le, hogy a krémekek hűtése már a betöltés pillanatától folyamatos legyen!
4. A poharakat azért kell óvatosan a tenyerünkhöz ütögetni, hogy a krém állománya ne legyen lyukacsos!
5. A krémekeket legfeljebb +8 °C-on tárolhatjuk hűtőszekrényben 10 órán át!

XII. Gyümölcskészítmények

1. Hideg gyümölcskészítmények

A hideg gyümölcskészítmények rendkívül üdítőek, vitamintartalmuk magas, és ásványi sókat tartalmaznak. A legjellegzetesebb ilyen készítmény a gyümölcssaláta.

Gyümölcssaláta (Macédoine de fruits)

Ajánlott anyaghányad:

Alma	0,50 kg	<i>Sziruphoz:</i>	
Ananászkonzerv	0,30 kg	Kristálycukor	0,15 kg
Maraschino likőr	0,15 l	Víz	0,40 l
Dióbél	0,05 kg		
Narancs	0,50 kg		
Eper	0,20 kg		
Tejszín	0,20 l		

A vízből és a kristálycukorból szirupot főzünk, és jól lehűtjük. Az almát megmossuk, meghámozzuk, majd vékony szeletekre vágjuk és a cukorsziruphoz keverjük. Az epret és a narancsot megtisztítjuk.

Ezután szintén szeletekre vágjuk az epret és a narancsot, majd az almához adjuk. A konzervananászt kockákra vágjuk, és a levével együtt a többi gyümölcshöz adjuk. Hozzákeverjük a likőrt, és jól lehűtjük.

Miközben a gyümölcssalátát hűtjük, a tejszínből habot verünk, és csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. A dióbelet leforrázzuk és a héját lehúzzuk.

A jó hidegre lehűtött gyümölcssalátát előhűtött tálalóedénybe merjük levével együtt.

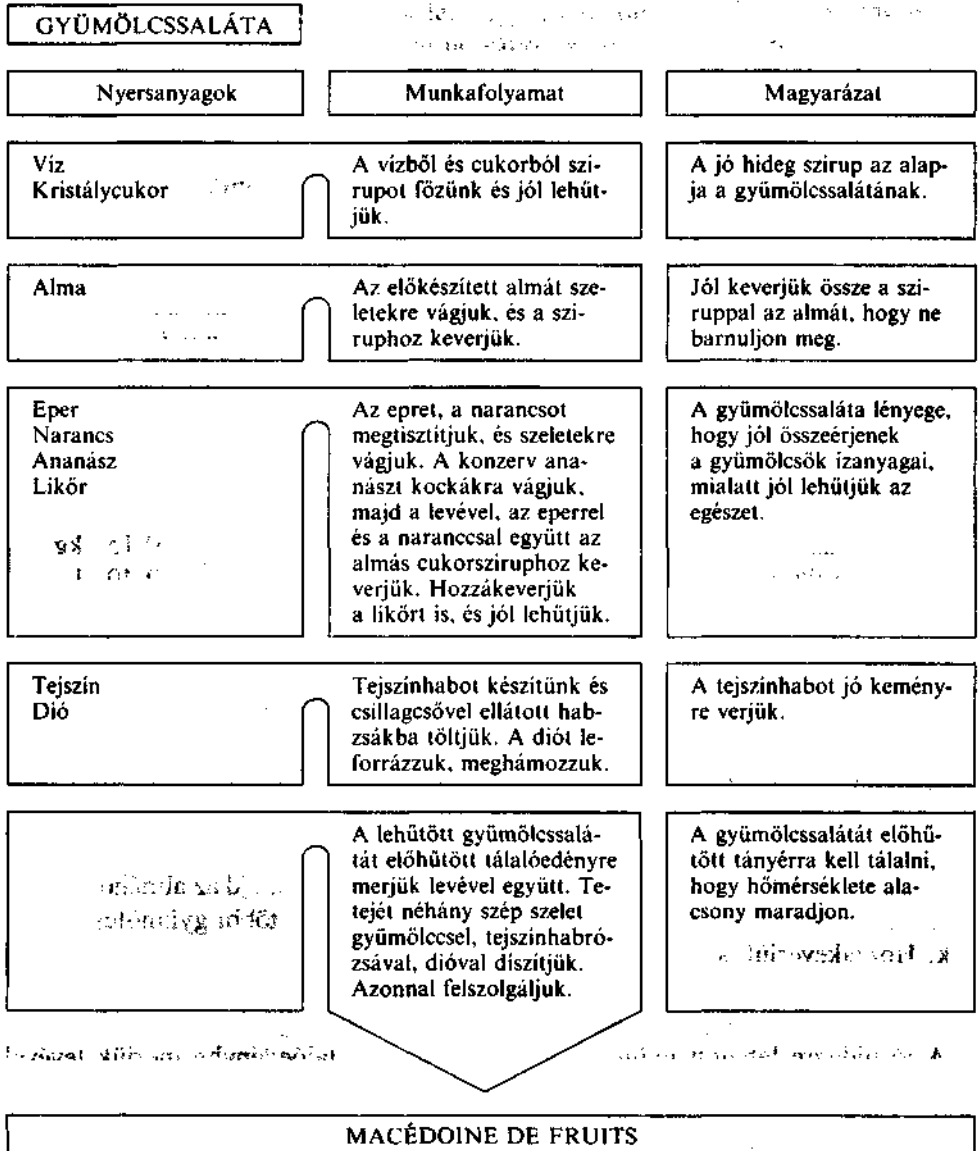
Tetejét díszítjük néhány darab szép szelet gyümölccsel, tejszínhabból fecskendezett rózsával és a hámozott dióval.

Azonnal felszolgáljuk.

Ha a gyümölcssalátát csak konzervból készítjük, nem kell hozzá szirupot főzni, hanem saját levét használjuk fel hozzá. Ez utóbbit is ízesítjük likőrrel.

Egy további módja a gyümölcssaláta készítésének, hogy szirup nélkül, porcukorral meghintve, likőrrel meglocsolva érlelik és tálalják.

40. folyamatábra



MACÉDOINE DE FRUITS

A gyümölcssaláta ismeretében készíthető még:
 narancssaláta (saladé d' oranges),
 ananászsáláta (saladé d' ananas),
 sárgadinnye-saláta (saladé au melón).

2. Meleg gyümölcskészítmények

Párolt gyümölcsök

A párolt gyümölcsöket önálló ételfogásként, de húsételekhez is tálalhatjuk. A párolt gyümölcsöket elsősorban idény szerinti, de mélyhűtött, illetve aszalt gyümölcsökből is készíthetjük. A párolt gyümölcsöket leginkább almából, szilvából, cseresznyéből, meggyből, körtéből, őszibarackból készítjük.

Készítésük közelítően azonos. A megmosott, megtisztított, a gyümölcs jellegétől függően meghámozott, majd földarabolt, illetve kimagozott gyümölcsöt szegfűszeggel, fahéjjal, citromhéjjal ízesített cukros vízben fedővel lassan puhára pároljuk. Saját levében kihűtjük, majd levével együtt belemérjük a tálalóedénybe.

Azonnal felszolgáljuk.

A fentieknek megfelelően készíthető:

párolt alma ((compote de pommes),
párolt szilva (compote de prunes),
párolt meggy (compote de griottes),
párolt cseresznye (compote de cerises),
párolt körte (compote de poire),
párolt őszibarack (compote de peches).

Kérdések:

1. Miért kell jól lehűteni a gyümölcssalátát?
2. Milyen anyagokkal díszíthető a gyümölcssaláta?
3. Hányféle módon készíthető a gyümölcssaláta?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A gyümölcssaláta anyagait egyenletes vastagságúra daraboljuk, így egyszerre érnek össze a hűtés alkalmával!
2. A gyümölcssalátát jól előhűtött tányérra kell tálalni, hogy megőrizzük a hűtés adta élvezeti értékét!

XIII. Fagylaltserlegek

A fagylaltserlegek valamilyen fagylaltból, illetve fagylaltokból, gyümölcsökből és díszítőanyagokból készülnek. Mivel a fagylalt fagyasztással készül, a készítmény is hideg. Így a fagylaltserlegek a jelleget adó ízek élvezete mellett rendkívül üdítő, frissítő hatásúak is.

Őszibarack Melba módra (Pêche Melba)
Cukrozott tejszínhab

Ajánlott anyaghányad:

Vaníliafagylalt	1,50 kg	Őszibarack	0,50 kg
Málnaszörp	0,10 l	Tejszín	0,30 l
Mandula	0,05 kg	Porcukor	0,08 kg

A tejszínhabból kemény habot készítünk, porcukrot keverünk hozzá, majd csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. Az őszibarackbefőttet leszűrjük. A mandulát leforrázzuk, majd héját lehúzzuk. A serleget előhűtjük.

A serleget kétharmad részig megtöltjük vaníliafagylalttal. Ráhelyezzük az előkészített fél őszibarackot, és meglocsoljuk málnaszörppel. A mandulát metéltre vágjuk.

A tejszínhabbal díszítjük a tetejét, majd megtűzdeljük a mandulával. Azonnal felszolgáljuk.

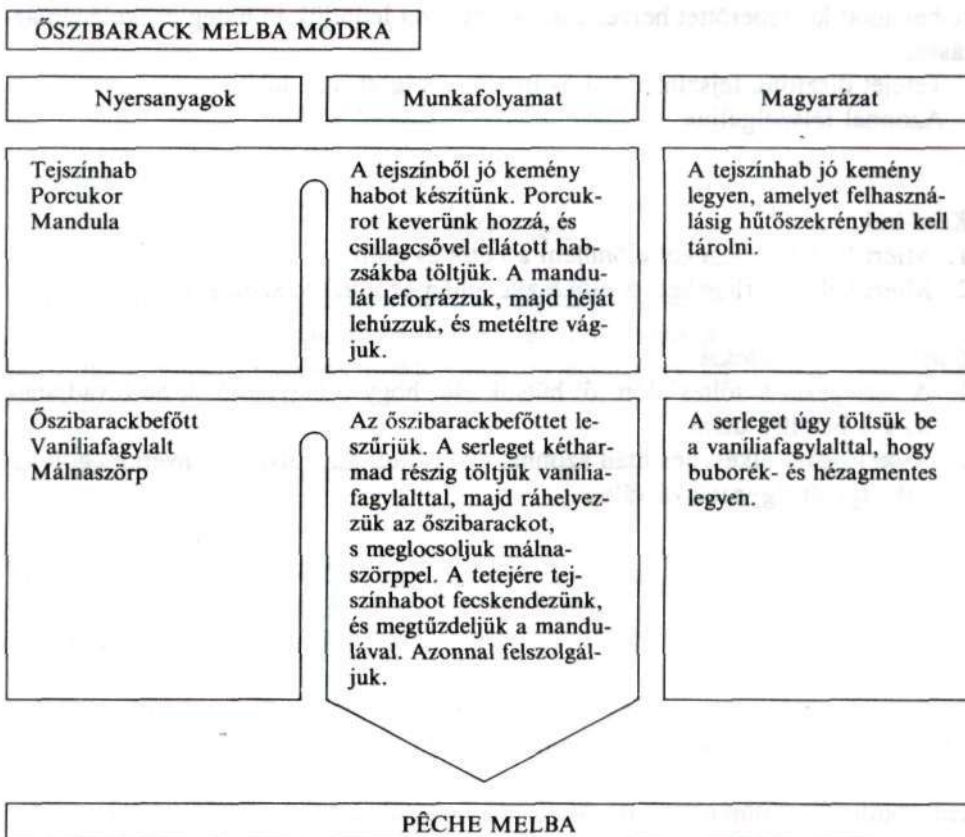
Coupe Jacques

Ajánlott anyaghányad:

Cukrozott gyümölcs	0,30 kg	Citromfagylalt	0,75 kg
Maraschino likőr	0,10 l	Tejszín	0,30 l
Málnafagylalt	0,75 kg		

A cukrozott gyümölcsöt apró kockákra vágjuk, majd meglocsoljuk Maraschino likőrrel, és hűtőszekrényben érleljük.

41. folyamatábra



A serleget félig megtöltjük málnafagylalttal, majd ráhelyezzük az előkészített cukrozott gyümölcsöt. Erre citromfagylaltot töltünk úgy, hogy a serleg majdnem tele legyen.

Tetejét tejszínhabbal, esetleg cukrozott gyümölcsökkel díszítjük. Azonnal felszolgáljuk.

Körte Szép Heléna módra (Poire belle Hélène)

Ajánlott anyaghányad:

Vaníliafagylalt	1,50 kg	Tejszín	0,30 l
Körtebefőtt	0,60 kg	Mandula	0,05 kg
Csokoládémártás	3 adag		

A serleget megtöltjük háromnegyed részig vaníliafagylalttal. Erre jól előhűtött, félbevágott körtebefőttet helyezünk. Az egészet leöntjük jó hideg csokoládémártással.

Tetejét díszítjük tejszínhabbal és metéltre vágott mandulával.
Azonnal felszolgáljuk.

Kérdések:

1. Miért kell a serlegeket előhűteni a betöltés előtt?
2. Miért kell a serlegeket az előkészítés után azonnal felszolgálni?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A serlegeket betöltés előtt jól hűtsük elő, hogy a fagylaltfélék ne olvadjanak meg a betöltés után!
2. A serlegeket elkészítés után azonnal szolgáljuk fel, mivel könnyen megolvadnak, így étvágyrontóvá válnak!

XIV. Öntetek, mártások, habok

1. Öntetek

Az öntetekhez cukorszirupot kell főzni, amelyhez hozzáadjuk az előkészített, jelleget adó gyümölcsöt. A cukorszirupot egyszer felforraljuk a gyümölccsel, majd a készítmény hőmérsékletének megfelelően melegen vagy jól lehűtve hidegen tároljuk.

Málnaöntet (Sirop de framboise)

Ajánlott anyaghányad:

Málna	0,50	kg
Víz	0,30	l
Kristálycukor	0,40	kg

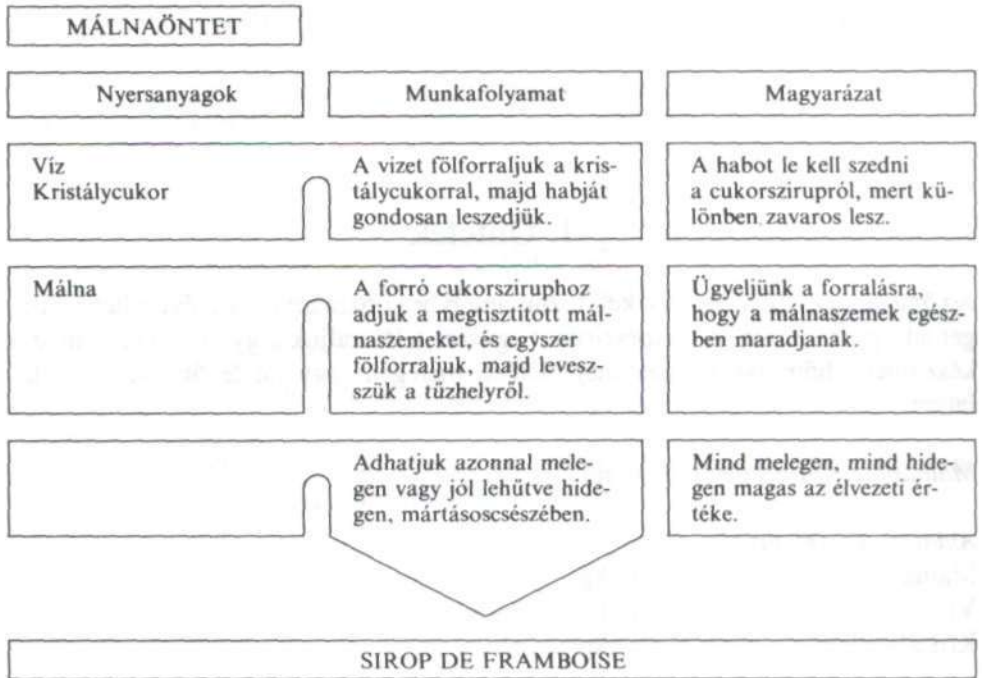
Cukorszirupot készítünk. A vizet felforraljuk a kristálycukorral, majd a habját leszedjük. A forró cukorsziruppal egyszer felforraljuk a málnaszemeket, majd levesszük a tűzhelyről.

Ha meleg készítményhez adjuk, azonnal felszolgáljuk. Ha hűtött készítményhez adjuk, jól lehűtjük.

A málnaöntethez hasonlóan készíthető még:

citromöntet (sirop de citron),
eperöntet (sirop de fraise),
ananászöntet (sirop d' ananas),
meggyöntet (sirop de griottes).

42. folyamatra



2. Mártások

A tésztákhoz adható mártásoknál fontos követelmény, hogy állományuk csomómentes, sima, felületük bársonyos, színük lehetőleg a tészta jellegének megfelelő legyen. További követelmény, hogy a mártások bevonóképesek legyenek.

Vaníliamártás (Sauce a la vanille)

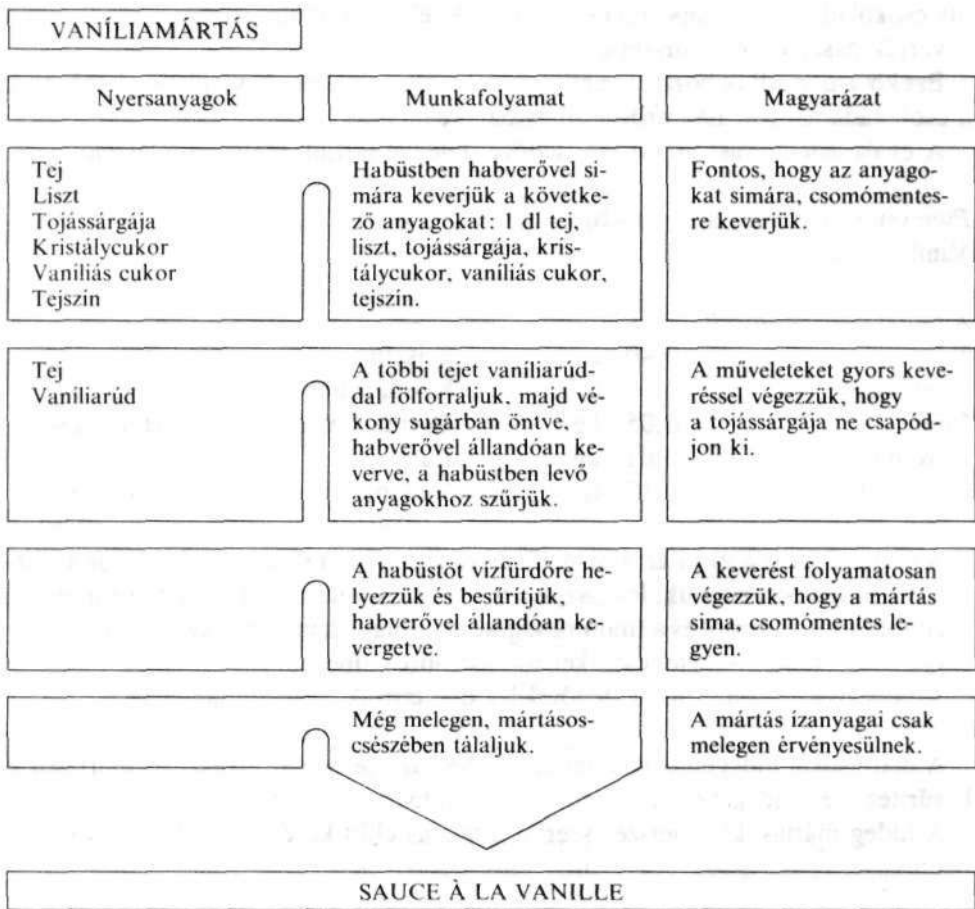
Ajánlott anyaghányad:

Tej	0,40	l	Tejszín	0,10	l
Tojássárga	4	db	Kristálycukor	0,15	kg
Liszt	0,05	kg	Vaníliás cukor	0,02	kg
Vaníliarúd	1	db			

Habüstben simára keverjük a következő anyagokat habverő segítségével: 1 dl tej, liszt, tojássárga, kristálycukor, vaníliás cukor, tejszín.

A többi tejet a vaníliarúddal fölforraljuk, majd vékony sugárban öntve, habverő-

43. folyamulábra



vei állandóan keverve, a habüstben levő anyagokhoz adjuk. Már az összekeverés pillanatában tapasztalni fogjuk, hogy a vaníliamártás sűrűsödni kezd.

A habüstöt vízfürdőre helyezzük és besűrítjük, habverővel állandóan keverve.

A vaníliamártást vízfürdőn, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Csokoládémártás (Sauce au chocolat)

Vaníliamártás

Ajánlott anyaganyagad:

Tej	0,40	1	Tojássárga	4	db
Tejszín	0,10	1	Liszt	0,02	kg
Kristálycukor	0,15	kg	Vaníliás cukor	0,01	kg
Vaníliarúd	1	db	Kakaópor	0,05	kg
Csokoládé	0,15	kg			
Rum	0,05	1			

A csokoládémártást a vaníliamártásnál ismertetett módon készítjük, és kiegészítjük csokoládéval, kakaóporral és rummal. A felsorolt három anyagot még hidegen keverjük össze a többi anyaggal.

Ezt követően adjuk hozzá a vaníliarúddal fölforralt tejet, és vízfürdőn besűrítjük a csokoládémártást, habverővel állandóan keverve.

A csokoládémártást vízfürdőn, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Puncsmártás (Sauce á la punch)

Vaníliamártás

Ajánlott anyaghányad:

Tej	0,40	l	Tejszín	0,10	l
Tojássárga	4	db	Kristálycukor	0,15	kg
Liszt	0,05	kg	Vaníliás cukor	0,02	kg
Citromhéj	0,01	kg	Rum	0,05	l
Narancslé	0,10	l	Mazsola	0,05	kg

A puncsmártást a vaníliamártásnál ismertetett módon készítjük el. Mikor a mártást vízfürdőn besűrítettük, levesszük a tűzről, és hozzáadjuk a reszelt citromhéjat, a narancslevet, a rumot és a finomra vágott mazsolát. Ezután egy kevés piros, engedélyezett — breton — ételfestékkel rózsaszínűre színezzük.

A puncsmártást vízfürdőn, fedővel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

A mártásokat hidegen is tálalhatjuk. Ebben az esetben az elkészített mártásokat besűrítés után hideg helyre tesszük, és állandóan kevergetve lehűtjük.

A hideg mártásokhoz tetszés szerint a tálalás előtt kevés tejszínhabot is keverhetünk.

3. Habok

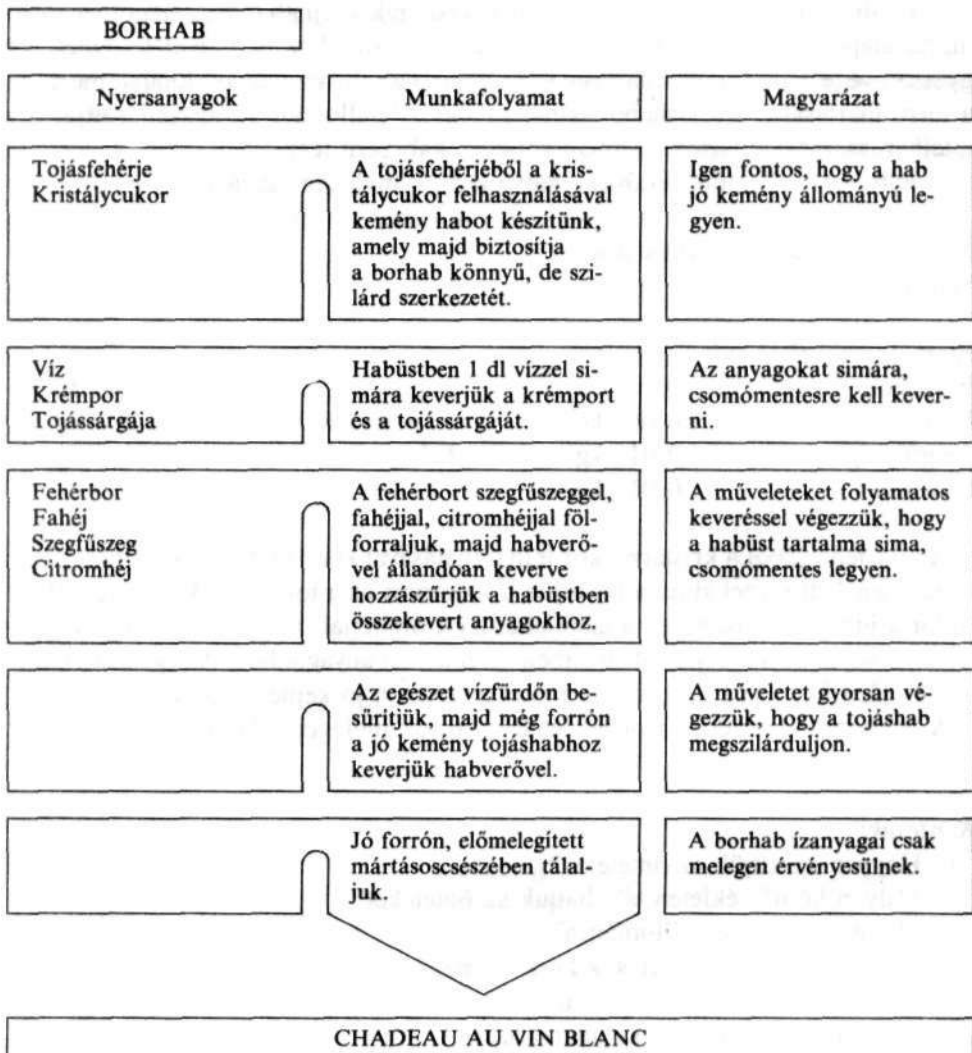
A habok tulajdonképpen a mártások továbbfejlesztett változatai. Az elkészített, még forró mártást hozzákeverjük a tojáshabhoz, amelyet kristálycukorral vertünk fel. A habokhoz készített mártások sűrítésére a liszt helyett krémport is használhatunk. Ez azért célszerű, mert így a mártás a hozzáadott forró tejjel gyorsabban, szinte pillanatok alatt besűrűsödik.

Tejhab (Chaudeau au lait)

Vaníliamártás

Tojáshab készítése

44. folyamatábra



Ajánlott anyaghányad:

Tej	0,40	1	Tejszín	0,10	1
Tojás	4	db	Kristálycukor	0,20	kg
Krémport	0,05	kg	Vaníliás cukor	0,02	kg
Vaníliarúd	1	db			

A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk.

A vaníliamártásnál ismertetett módon elkészítjük a tejhab mártásalapot. A fõm mártásalapot állandóan keverve hozzáadjuk a tojás habhoz. A mûveletet lehetõleg gyorsan végezzük, hogy a mártásalap forró maradjon. Ez nagyon fontos, mert így a forró mártásalap a tojás habot szinte „megfõzi”, állományát megszilárdítja. Így a tejhab szerkezete tartós, valóban könnyû, habszerû lesz.

A tejhabot vízfûrdõn, fedõvel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Borhab (Chaudeau au vin blanc)

Tejhab

Ajánlott anyaghányad:

Fehérbor	0,50	l	Tojás	5	db
Krémpor	0,06	kg	Kristálycukor	0,20	kg
Szegfûszeg	0,01	kg	Fahéj	0,01	kg
Citromhéj	0,01	kg			

A tojásfehérjéből a kristálycukor felhasználásával kemény habot készítünk. Eg habüstben 1 dl vízzel simára keverjük a krémport és a tojássárgákat. A fehérbo fölforraljuk a szegfûszeggel, a fahéjjal és a citromhéjjal, majd habverõvel állandí an keverve, hozzákeverjük a habüstben összekevert anyagokhoz. Az egészet vízfû dõn besûrítjük, majd még forrón hozzákeverjük a jó kemény tojás habhoz.

A borhabot vízfûrdõn, fedõvel lefedve tartjuk melegen tálalásig.

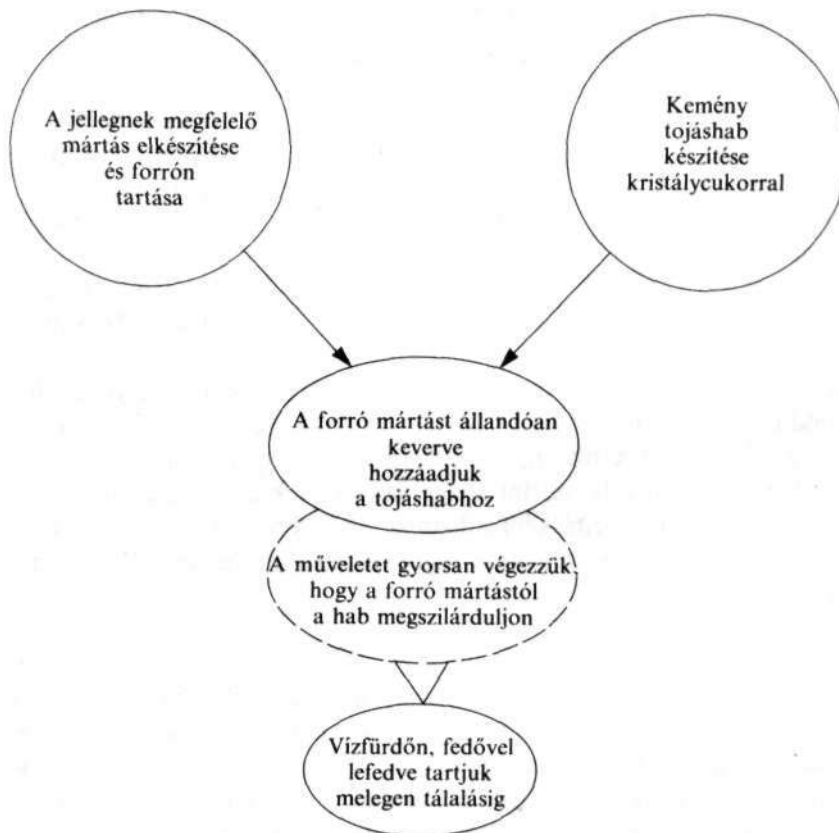
Kérdések:

1. Hogyan készítjük az õnteteket?
2. Milyen hõmérsékleten tálalhatjuk az õnteteket?
3. Milyen a mártások állománya?
4. Hány fázisa van a mártások készítésének?
5. Hogyan készítjük a vaníliamártást?
6. Hogyan készítjük a csokoládémártást?
7. Hogyan készítjük a puncsmártást?
8. Mi a különbség a mártások és a habok készítése között?
9. Hogyan készítjük a tejhabot?
10. Hogyan készítjük a borhabot?
11. Miért kell a még forró mártásalapot a tojás habhoz keverni?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Az öntetekhez készített cukorszirup habját gondosan szedjük le, hogy az öntet ne legyen zavaros!
2. A mártások anyagait gondosan keverjük össze, hogy állományuk sima, csomómentes legyen!
3. A habok készítésénél a még forró mártásalapot keverjük a tojáshabhoz, hogy szerkezetük szilárd, habszerű, könnyű legyen.
4. A habokban levő tojáshab gyorsan tönkremegy!

15. séma A HABOK KÉSZÍTÉSE



XV. Sajtok

A korszerű táplálkozás követelményeinek megfelelően a sajtok sem hiányozhatnak a jól összeállított étrendből. A sajtok magas fehérjetartalma, élvezeti értéke, az egyre szélesedő hazai sajtermelés gazdag választéka indokolja a sajt fogyasztást.

A sajtok általában az étrendeken belül az étkezések befejező fogásai.

Konyháink gyakorlatában a sajtokat három csoportba osztjuk:

Kemény sajtok:

Ementáli sajt
Cheddar sajt
Parmezán sajt
Pannónia sajt
Füstölt sajt
Köményes sajt

Félkemény sajtok:

Edami sajt
Hajdú sajt
Trappista sajt
Gouda sajt
Balaton sajt
Óvári sajt

Lágy sajtok:

Pálpusztai sajt
Umici sajt
Göcseji csemege-
sajt
Camembert sajt
Pusztádon sajt

Külön említést érdemel a nemes penésszel érő márványsajt, amelynek állománya morzsálódó, törékeny, felülete nem kérges, hanem kissé tapadós. A kékeszöld nemespenész mind a sajt felületén, mind belsejében megtalálható.

A sajtokat általában súly szerint adagolva, szeletekre vágva tálaljuk, ízlésesen üvegtányérra helyezve. Körítésként adhatunk mellé újhagymát, hónapos retket, fekete retket, zöldpaprikát és szeletekre vágott friss vaját, de nem maradhatnak el a barna kenyerek különféle változatai.

Vegyes sajttál (Plat fromage varié)

Nagyobb rendezvények, büfék, svédasztalok elengedhetetlen készítménye. A tálra különböző szeletekre vágott és csomagolt sajtokat helyezünk, változatos formában: pl. ementáli, edami, camembert, pálpusztai, füstölt sonkasajt, parenyica, göcsej sajt. Vajból rózsát, retekből csillagot alakítunk ki, zöldpaprikát körözöttel töltünk amelyeket a sajtok mellé helyezünk körítésként (19. ábra). Köríthetjük még metélő hagymával és újhagymával, továbbá sajtkrémmel töltött égetett tésztafánkcal, sajtó tekerccsel.

Külön adunk a sajtos tál mellé rozskenyér- és zsúrkenyérseleteket, paprikás é köménymagos kiflit, császárszemplét, pirított kenyérseleteket.



19. ábra A vegyes sajttal tálalva

Márványsajt (Roquefort)

Tálalhatjuk szeletelve, de igen kedvelt vajjal, szitán áttört formában is. Mindkét esetben a vendég töri, illetve keveri magának a márványsajtot a vajjal, amelyet kenyérszeletekre kenve fogyaszt el.

Körített juhtúró (Fromage blanc de brebis)

A vendég kívánságára a juhtúró körítve is tálalható. Ilyenkor a juhtúrót ízlésesen üvegtányér közepére helyezzük. Köréje rakjuk a szeletelt vajot, a finomra vágott metélőhagymát, a mustárt, a pirospaprikát, az őrölt köménymagot, az ajómagyúrút, amelyeket a vendég maga kever össze, és kenyérszeletekre kenve fogyaszt el. A körített juhtúróhoz adhatunk még hónapos retket és zöldpaprikát.

A sajtok tárolása mindig saját csomagolóanyagukban történjen. Felületük gondos burkolása rendkívül fontos, mivel viszonylag gyorsan kiszáradnak, és átveszik a környezet illatanyagait.

Kérdések:

1. Miért indokolt a sajtok fogyasztása?
2. Hogyan csoportosíthatjuk a sajtokat?
3. Mivel köríthetjük a vegyes sajttálat?
4. Hogyan tálaljuk a márványsajtot?
5. Hogyan tálaljuk a körített juhtúrót?
6. Milyen szempontok alapján kell a sajtokat tálalni?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A sajtokat minden esetben szép vékony szeletekre vágjuk!
2. A csomagolt sajtokat mindig eredeti csomagolásukban helyezzük a tálra!
3. A sajtok mellé adott köretek és vaj minden esetben kifogástalan minőségű és friss legyen!
4. A sajtokat jól becsomagolva tároljuk, hogy minőségüket megőrizzék!

5. táblázat

összefoglaló táblázat

Gyúrt tészták	Kevert tészták	Kelt tészták	Omlós tészták	Rétesek	Felverték	Vajas- tészták
Frissen készített tészták	Égetett tészták	Felfújtak Pudingok	Krémek	Gyü- mölcs- készít- mények	Öntetek Mártások Habok	Sajtok

XVI. Meleg előételek

A meleg előételek változatossá teszik az étrendeket, táplálkozásunkat, emelik az étkezés színvonalát. A felhasznált anyagokban levő tápanyagok, íz-, illat-, és zamatanyagok fokozzák az étrendek élvezeti értékét és tápértékét.

Ízesítésüket, fűszerezésüket mértéktartóan végezzük, hogy a jelleget adó főanyag természetes ízei, illatai és zamatanyagai kellően érvényesüljenek. A túlfűszerezett ételek a telítettség érzetét keltik és túlságosan ingerlik a gyomornyálkahártyát.

A meleg előételek között sok olyan szerepel, amely az éttermi gyakorlatban, gyorsforgalmú üzleteinkben — snackbárokban — főfogásként is adható. Ez nagyon jó gyakorlat, melyet következetesen folytatni kell.

A meleg előételekből étrendbe illesztve célszerű kisebb adagokat adni. Az egészségesebb táplálkozás, a kulturáltabb étkezés alapelveivel összhangban az étrendbe adott meleg előételek anyaghányadát tehát csökkenteni kell. Így jobbahérvényesül az az elv, hogy étrenden belül több változatos fogás legyen. Az anyaghányad tehát a hagyományos mennyiség fele legyen! Ez mindenben megfelel az egészségesebb táplálkozás követelményének.

A „Nouvelle Cuisine” vagy magyarul az „Új konyha” alapvető szakmai tanácsként a sok kicsi, változatos fogásból álló étkezést jelöli meg célként. Nem véletlenül: minél többféle alapanyagból állnak elfogyasztott ételeink, annál biztosabb, hogy az emberi szervezet hozzájut a legfontosabb tápanyagokhoz; fehérjékhez, zsírokhoz, szénhidrátokhoz, vitaminokhoz és ásványi sókhoz. Ezenkívül nem közömbös szempont az étkezés, a tálalás, a díszítés esztétikája. Márpedig igaz a régi mondás, „a változatosság gyönyörködtet”. Az ízlésesen, változatosan díszített kisadag ételek egymást követő sora valódi élményt nyújt, látványában, ízeiben egyaránt.

Az „Új konyha” törekvései megtalálhatók mind az európai — a francia, az olasz, a svéd, a svájci, a finn —, mind az ázsiai — a kínai, a japán, a thaiföldi — népek étkezési kultúrájában.

Az igény nálunk is jelentkezett, amelyet a korábban olyan népszerű meleg vegyes ízelítők újrafelfedezése, készítése is bizonyít. A meleg vegyes ízelítő nem más, mint

ízben és színben változatosan elkészített, kisméretű tűzálló tálkákba (ravie) tálalt ételek.

Az ételekből legalább 9–10 félélt kell készíteni. Az ízlésesen tálalt, díszített ételeket damasztzalvétával borított ezüsttálon kell elrendezni. Szükség szerint külön mártásoscsészében többféle, jellegüknek megfelelő mártás adható hozzájuk.

A meleg előételek készítésénél sok olyan ismerettel fogunk találkozni, melyek korábbi tanulmányainkban már szerepeltek, ezért feltétlenül fontos az alábbiak átisméltése:

A főzelékek közül:

- az angolos,
- a franciás,
- a lengyeles főzelékek készítése.

A gabonafélékből készült körettek közül:

- a párolt rizs,
- az egyéb, párolt rizzsel készült körettek készítése.

A tésztafélékből készült körettek közül:

- a metéltek (zöld, piros),
- a csőtészta,
- a spagetti készítése.

A mártások, az alapievek, az íz- és zamatkivonatok közül

- a tej mártás és belőle készíthető mártások,
- a fehérmártás és belőle készíthető mártások,
- a hollandi mártás és belőle készíthető mártások,
- a béarni mártás és belőle készíthető mártások,
- a barnamártás és belőle készíthető mártások,
- a paradicsommártás készítése.

A vágóállatok bontásánál, csontozásánál:

- a húsok, belsőségek előkészítése.

Az egyes húsételek közül:

a gombapép készítése a Wellington-bélszínnél ismertetett módon, a Stefánia vagdalt bélszín, a vadászragu, a borjújáva Dubarry módra, a borjúbordák milánói módra, a borjúérmék gazdagon, a borjúrizottó, a paprikás csirke, a bakonyi sertésborda és a pirított sertésmáj készítése.

A meleg előételek csoportosítása:

- zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételek,
- tésztafélékből készíthető meleg előételek,
- rizottók,
- sajtból készíthető meleg előételek,

- tojásból készíthető meleg előételek,
- húsból és belsőségekből készíthető meleg előételek,
- meleg vegyes ízelítő.

1. Zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételek

A zöldség- és főzelékfélék az emberi szervezet számára szinte pótolhatatlanok. Legjelentősebb a vitamin- és ásványisó-tartalmuk, de fontos szénhidrát-tartalmuk is, hiszen ez energiát biztosít a szervezet működéséhez. Ezenkívül rost-tartalmuk is fontos, mivel elősegíti az emésztést. Bár fehérjék — néhány kivételtől eltekintve — nem teljes értékűek, hússal kiegészítve (komplettálva) elősegítik az emberi szervezet sejtjeinek pótlását, építését.

Színük, íz- és illatanyaguk, a darabolás által nyert formáik és a készítési módok változatossága számtalan lehetőséget rejt magában.

A zöldség- és főzelékfélék tárolását, előkészítését — ezen belül a tisztítását — különös gonddal végezzük, különben a zöldség- és főzelékfélék rendkívül sokat veszítenek táplálkozás-élettani és élvezeti értékükből. Fontos, hogy a tisztítást és mosást követően ne áztassuk a főzelék- és zöldségféléket, mert kioldódnak értékes — vízben oldódó — vitaminjaik és ásványi sóik.

A zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételeket az alábbiak szerint csoportosíthatjuk:

- bundázott előételek,
- töltött előételek,
- ropogósok,
- felfűjtak,
- csőben sülték,
- egyéb készítmények.

a) Bundázott előételek

Ezeket az ételeket valamilyen módon, így:

- liszt, sörteszta (orlyi tészta)
- liszt, tojás, zsemlemorzsa,
- liszt, tojás

felhasználásával bundázzuk, majd bő, forró olajban pirosra, ropogósra sütjük. Ezután rácsra emeljük és lecsepegtetjük.

A bundázott előételeket minden esetben frissen készítjük — a rendelés ütemének

megfelelően — és azonnal tálaljuk. Ha a tálalással várunk, a ropogósra sült bundázás felpuhul, az étel már nem olyan étvágykeltő.

A bundázott ételeket tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk.

Gombafejek sörtésztában (Champignons á 1' Orly)

Orlyi tészta

Párolt rizs

Bő zsírban sütés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Gomba	1,20	kg	<i>Orlyi tésztához:</i>		
Só	0,02	kg	Liszt	0,35	kg
Liszt	0,10	kg	Tojás	5	db
Olaj	0,50	l	Sör	0,40	l
Petrezselyemzöld	1	csomó	Olaj	0,08	l
Párolt rizs	5	adag	Só	0,01	kg
Tartármártás	5	adag			

A gondosan megtisztított gombafejékből kitörjük a gombaszárat. A fejeket többször váltott hideg vízben alaposan megmossuk, majd a lemezekkel lefelé fordítva tiszta konyharuhára helyezük, és jól leszárítjuk. Közben a Ponty orlyi módra készítménynél ismertetett módon elkészítjük az orlyi tésztát.

A leszárított gombafejeket besózzuk, lisztbe forgatjuk, majd megforgatjuk az orlyi tésztában. Forró olajban pirosra, ropogósra sütjük a gombafejeket. Lapátkanállal rácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük. A tálalótálra halmozzuk a párolt rizsköröket, amelyre rátesszük a gombafejeket. Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

Gombafejek rántva (Champignons frits)

Bundázás

Párolt rizs

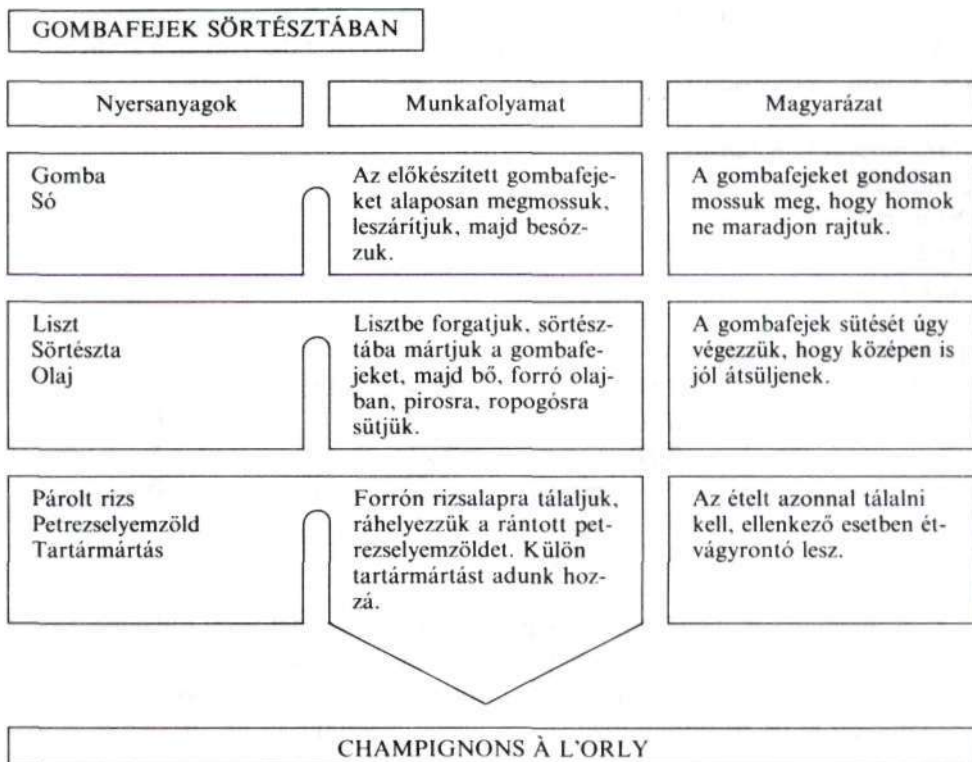
Bő zsírban sütés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Gomba	1,20	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Só	0,02	kg	Liszt	0,15	kg
Olaj	0,50	l	Tojás	5	db
Párolt rizs	5	adag	Zsemlemorzsa	0,40	kg
Tartármártás	5	adag			

45. folyamatábra



A gombafejeket előkészítjük, majd megsózzuk. Ezután lisztben, felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzzában megforgatjuk, és bő, forró olajban pirosra, ropogósra sütjük.

Lapátkanállal rácsra emeljük és jól lecsepegtetjük.

Mind a Gombafejek sörtésztaban, mind a Rántott gombafejek készítésekor a gombafejeket domború oldalukkal felfelé helyezzük a rácsra. Ha nem így járunk el, a gomba másik — kissé kehelyszerű — felében maradó zsiradékot a bundázás magába szívja. Így az étel igen étvágyrontó lesz, a bundázás pedig felpuhul, és leválk a gombafejekről. A bundázott ételeknél különös gondot fordítsunk arra, hogy a zsiradék hőfoka megfelelő legyen! Gyakran előforduló hiba, hogy a zsiradék nagyon forró. Ebben az esetben — látszólag — a bundázás és az étel rövid idő alatt megfelelő színűre sül, ám így a bundázás alatt a jelleget adó anyag nem sül át, nyers marad. A másik hibaforrás, ha a zsiradék alacsonyabb hőfokú a szükségesnél. Ilyenkor a bundázott étel, „elmerül” a langyos zsiradékban, és magába szívja a zsi-

radék egy részét. Itt is tapasztalhatjuk, hogy az étel étvágyrontó, egészségtelen lesz, a bundázás pedig leválik.

A tálalótálra halmozzuk a párolt rizsköretet, amelyre ráhelyezzük a gombafejeket. Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

Törökparadicsom rántva (Aubergines frits)

Bundázás

Párolt rizs

Tartármártás

Bő zsírban sütés

Ajánlott anyaghányad:

Törökparadicsom	2,00	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Só	0,03	kg	Liszt	0,15	kg
Olaj	0,80	l	Tojás	5	db
Petrezselyemzöld	2	csomó	Zsemlemorzsa	0,40	kg
Párolt rizs	5	adag			
Tartármártás	5	adag			

A jól megmosott, leszárított törökparadicsomot fakéssel vagy műanyag késsel vékonyan meghámozzuk, majd kb. 0,5 cm vastag szeletekre vágjuk, hosszanti irányára merőlegesen. Azért szükséges fa- vagy műanyag késsel dolgozni, hogy a törökparadicsom ne barnuljon meg. A szeleteket besózzuk és kb. 30 percig pihentetjük.

Ezután a törökparadicsom-szeleteket lisztben, felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzsaiban megforgatjuk. A bundázást könnyedén végezzük! A zsemlemorzsaiban megforgatott törökparadicsom-szeleteket nem szabad túlságosan megnyomkodni, mert sütés közben a bundázás nem tud felhólyagosodni, ropogósra sülni. A törökparadicsom-szeleteket ezután bő forró olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd lapátkanállal rácsra emeljük és lecsepegtetjük.

A tálalótálra halmozzuk a párolt rizsköretet, amelyben ízlésesen elhelyezzük a rántott törökparadicsom-szeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Az egészet meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel. Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

A törökparadicsomnak több neve is használatos: padlizsán, tojásgyümölcs. Az előbbi török eredetűre, az utóbbi formájára utal.

Kelvirág rántva (Choux-fleurs frits)

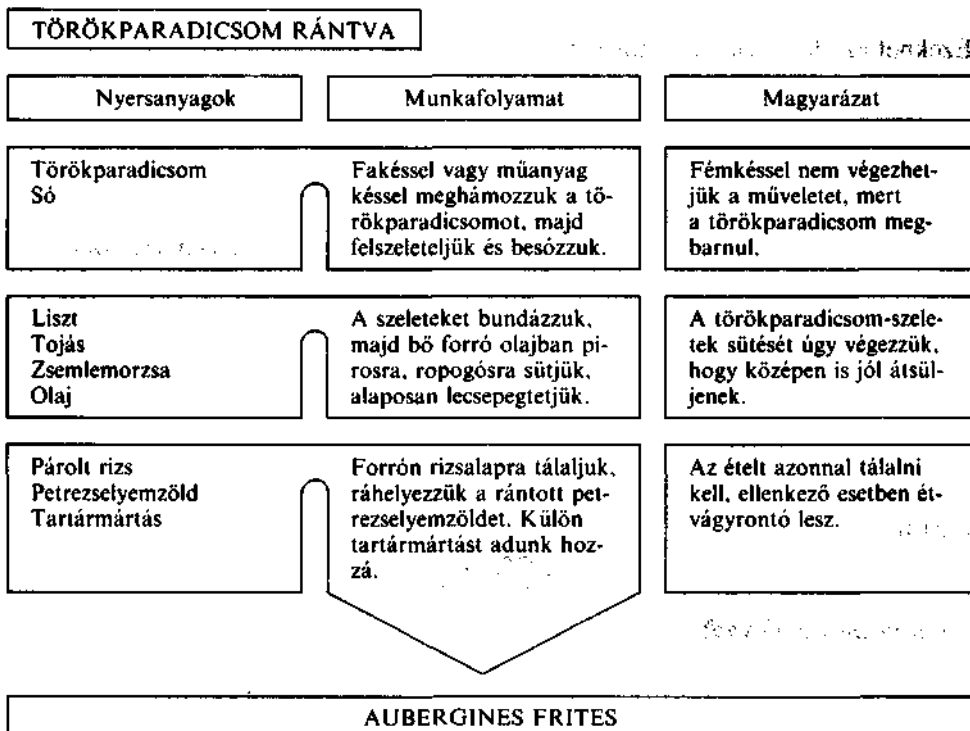
Főzés

Bundázás

Bő zsírban sütés

Tartármártás

46. folyamatábra



Ajánlott anyaghányad:

Kelvirág	1,50 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,04 kg	Liszt	0,15 kg
Tartármártás	5 adag	Tojás	5 db
Olaj	0,50 l	Zsemlemorzsa	0,40 kg

A kelvirágot megtisztítjuk, megmossuk, majd sós vízben félpuhára főzzük. A főzőlében kihűtjük a kelvirágot.

A kelvirágot „rózsáira” szedjük, majd megsózzuk. Ezután bundázzuk, bő olajban pirosra, ropogósra sütjük. Lapátkanállal rácra szedjük, majd lecsepegtetjük.

A kelvirágrózsákat ízlésesen a tálalótálra halmozzuk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

Az előzőek ismeretében készíthető még:

feketegyökér rántva (salsifis frits),

csirág párizsian (asperges á la parisienne),

kelbimbók sörtesztában (choux de Bruxelles á l' Orly),

patisszon rántva (patisson frite).

b) Töltött előételek

Ezeknél az előételeknél fontos követelmény, hogy a jelleget adó anyag, amelybe a töltelékkel töltjük, továbbá a töltelék ízesítése és fűszerezése összhangban legyenek egymással.

Ha a zöldség- és főzelékféléket töltéshez készítjük elő, azaz kikaparjuk belső részüket, mindig ügyeljünk arra, hogy falukat ne lyukasszuk ki, és az mindig egyenletes vastagságú maradjon.

A töltött zöldség- és főzelékfélék sütését mindig időzíteni kell a tálalás időpontjához. Ha az előétel előbb készül el a szükségesnél, sokat veszít élvezeti értékéből, így összeesik, jellegzetes nedv- és ízanyagai kifolynak.

Töltött gomba egri mártással (Champignons farcis avec sauce Egri)

Bundázás

Bő zsírban sütés

Párolt rizs

Egri mártás

Pirítás

Ajánlott anyaghányad:

Gomba	1,40 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Libamáj	0,20 kg	Liszt	0,06 kg
Szárnyasmáj	0,25 kg	Tojás	3 db
Só	0,04 kg	Zsemlemorzsa	0,45 kg
Olaj	0,40 l		
Zsír	0,08 kg		
Vöröshagyma	0,08 kg		
Tojás	1 db		
Liszt	0,12 kg		
Tej	0,30 l		
Törött bors	0,005 kg		
Borpárlat	0,05 l		
Párolt rizs	5 adag		
Egri mártás	5 adag		

A megtisztított és gondosan megmosott gombafejeket lemezeikkel lefelé konyharuhára borítjuk, és alaposan leszárítjuk. Közben elkészítjük a töltelékkel. Zsírban megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát, a libamájat, a szárnyasmájat. Ízesítjük sóval, borpárlattal, fűszerezzük törött borssal, majd zsírára pirítjuk. Ekkor meghintjük liszttel, és felöntjük tejjel. Gyorsan összeforraljuk és lehúzzuk a tűzhelyről. Egy tojást keverünk hozzá, majd még meleg állapotban áttörjük szőrszítán. A májpürét simára keverjük. Ha szükséges, sóval utánaízesítjük, majd jól lehűtjük.

47.folyamatábra

TÖLTÖTT GOMBA EGRI MÁRTÁSSAL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gomba Só Citrom	Az előkészített gombafejeket sós, citromos vízben megfőzzük, leszűrjük, leszárítjuk.	A citromos vízben főzött gombafejek világos árnyalatúak maradnak.
Zsír Vöröshagyma Törött bors Borparlat Liszt Tej Tojás Libamáj	Jóízű libamájpurét készítünk, amellyel két-két gombafejet összetöltünk.	A libamájpuré kemény állományú legyen, hogy a gombafejeket jól összetapassza.
Liszt Tojás Zsemlemorzsa Olaj	A betöltött gombafejeket bundázzuk, majd bő forró olajban pirosra, ropogósra sütjük.	A töltött gombafejek sütését úgy végezzük, hogy a közepén is jól átsüljenek.
Párolt rizs Egri mártás	A frissen sült gombafejeket párolt rizsre tálaljuk. Külön egri mártást adunk hozzá.	Az ételt azonnal tálalni kell, ellenkező esetben étvágyrontó lesz.
CHAMPIGNONS FARCIS AVEC SAUCE EGRI		

Habzsákból két-két gombafej közé töltjük a libamájpurét, majd összenyomkodjuk úgy, hogy formás, gömbölyű alakjuk legyen. Ezután lisztben, felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzsaiban megforgatjuk a gombafejeket. A betöltött és bundázott gombafejeket bő olajban pirosra, ropogósra sütjük, majd lapátkanállal rácsra emeljük, és lecsepegtetjük.

A tálalótálra halmozzuk a párolt rizsköretet, amelyen ízlésesen elhelyezzük a gombafejeket.

Külön mártáscsészében forró egri mártást adunk az ételhez.

Töltött paradicsom (Tomates farcis)

Gombavagdalék
Pecsenyéié készítése
Zárt hőben sütés
Párolt rizs
Madeiramártás

Ajánlott anyaghányad:

Paradicsom	20	db	Párolt rizs	5	adag
Gomba	0,40	kg	Madeiramártás	5	adag
Vöröshagyma	0,04	kg	Pecsenyéié	5	adag
Só	0,01	kg	Sajt	0,08	kg
Törött bors	0,005	kg	Vaj	0,05	kg
Petrezselyemzöld	1	csomó	Zsemlemorzsa	0,05	kg
Zsír	0,06	kg			
Tojás	1	db			

Jóízű gombavagdalékot készítünk, majd lehűtjük.

Szép, gömbölyű, egyforma paradicsomokat megmosunk, csumájukat kivágjuk. Magvas részét karalábévájóval óvatosan kiemeljük úgy, hogy a külső húsos részét ne sértsük meg a paradicsomnak. A paradicsomokat a nyílással lefelé rácsra helyezük, hogy leve lecsurogjon. A paradicsomokat ezután visszafordítjuk, és kivajazott tűzálló tálba helyezük. Belsejüket megsózzuk, meghintjük törött borssal, majd óvatosan beletöltjük a gombavagdalékot. A gombavagdalékból bőven töltünk a paradicsomokba, hogy az szép magas legyen. Tetejére reszelt sajtot, vajdarabkákat helyezünk, majd meghintjük zsemlemorzzával.

Egy kevés jóízű pecsenyelevet öntünk a töltött paradicsomok mellé, majd forró sütőben készre sütjük. A készre sült töltött paradicsomokat ízlésesen rizsalapra tálaljuk lapátkanál segítségével (20. ábra).

Külön mártáscsészében forró madeiramártást adunk hozzá.



20. ábra A töltött paradicsom tálalva

Töltött gombafejek (Champignons farcis)

Gombavagdalék
Pecsenyéié készítése
Zárt hőben sütés
Párolt rizs
Natúr sütés
Madeiramártás

Ajánlott anyaghányad:

Gomba	0,80 kg	Párolt rizs	5 adag
Vöröshagyma	0,08 kg	Madeiramártás	5 adag
Só	0,02 kg	Pecsenyéié	5 adag
Törött bors	0,005 kg	Sajt	0,08 kg
Petrezselyemzöld	1 csomó	Vaj	0,05 kg
Zsír	0,12 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Tojás	2 db		

A gondosan megtisztított gombafejékből kitörjük a gombaszárazakat. A gombaszárazak földes végét lefaragjuk. A gombafejéket többször váltott hideg vízben jól megmossuk. A gombafejéket — lemezekkel lefelé fordítva — tiszta konyharuhára helyezzük, és leszárítjuk. A gombaszárazakat szintén megmossuk, majd gombavagdalékot készítünk belőle. A gombafejéket megsózzuk, lisztben megforgatjuk, majd egy kevés zsírban majdnem készre sütjük.

A gombafejéket a domború oldalukkal lefelé vajjal kikent tűzálló tálba helyezük. A gombafejékre halmozzuk a gombavagdalékot úgy, hogy mindegyik szép magas legyen. Tetejére reszelt sajtot, vajdarabkákat helyezünk, meghintjük zsemlemorzzával.

Egy kevés jóízű pecsenyelevet öntünk hozzá, majd forró sütőben készre sütjük.
A töltött gomba ismeretében készíthető még:

töltött törökparadicsom (aubergines farcies)

— amelynél a töltelékhez hozzákeverjük a törökparadicsom kikapart belső részét is,

töltött patisszon (patisson farcie),

töltött uborka (concombres farcies).

Ezenkívül töltve készíthető még:

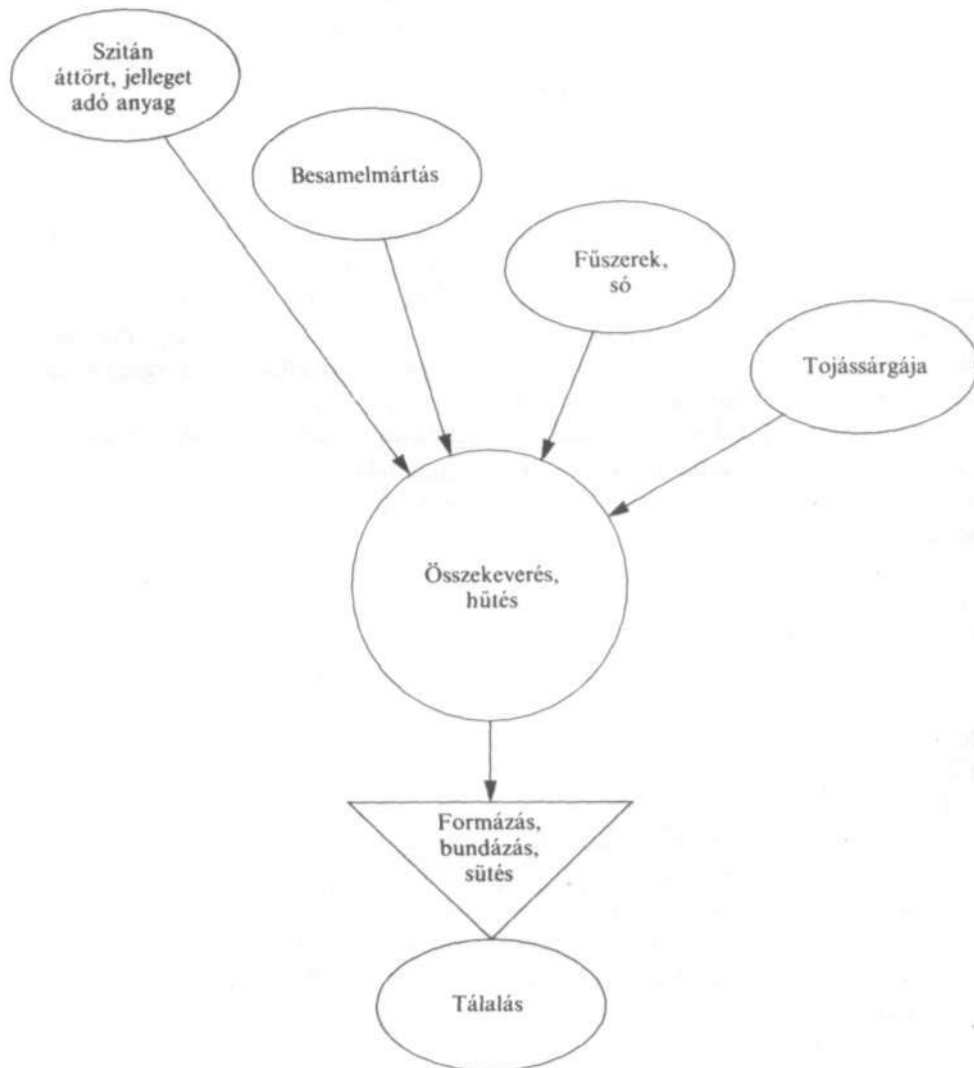
- zeller: húsos, rizses töltelékkel,
- kelkáposzta: húsos, rizses töltelékkel,
- tök: húsos, rizses töltelékkel,
- szőlőlevél: húsos, rizses töltelékkel,
- vöröshagyma: gombavagdalékkal,
- karalábé: csirkehússal,
- fejessaláta-levél: gombavagdalékkal.

c) Ropogósok

A ropogósok alapja — a burgonyaropogós kivételével — a jó kemény állományú, lehűtött besamelmártás.

A besamelmártáshoz keverjük hozzá a megfőzött vagy párolt, majd szitán áttört, jelleget adó anyagokat, a sót, a fűszereket és a tojássárgáját. Az egész masszát jól összekeverjük, majd márványasztalon vagy zománcozott sütőtepsiben szétterítjük, és hűtjük.

16. séma A ROPOGÓSOK KÉSZÍTÉSE



A ropogós anyagát ezután formázzuk. A formázást végezhetjük a burgonyaropogósnál ismertetett módon rúd alakúra, de ezenkívül ismert még:

- körte alakú,
- gömbölyű,
- szív alakú,
- háromszög alakú ropogós.

A ropogóst ezután bundázzuk, újra formázzuk, majd bő zsírban kisütjük. Mindazokat a szabályokat, amelyek a bundázott, bő zsírban sült ételekre vonatkoznak, itt is értelemszerűen alkalmazni kell.

Zöldségropogós (Croquettes de légumes)

Főzés

Besamelmártás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Sárgarépa	0,15	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Petrezselyemgyökér	0,15	kg	Liszt	0,40	kg
Zellergumó	0,15	kg	Tojás	5	db
Zöldborsó	0,15	kg	Zsemlemorzsa	0,15	kg
Só	0,03	kg			
Törött bors	0,005	kg			
Tojássárgája	4	db			
Besamelmártás	6	adag			
Petrezselyemzöld	1	csomó			
Olaj	0,40	l			
Vaj	0,06	kg			
Liszt	0,08	kg			
Tartármártás	5	adag			

A kockákra vágott zöldségfélét sós vízben puhára főzzük, leszűrjük, majd szitán áttörjük.

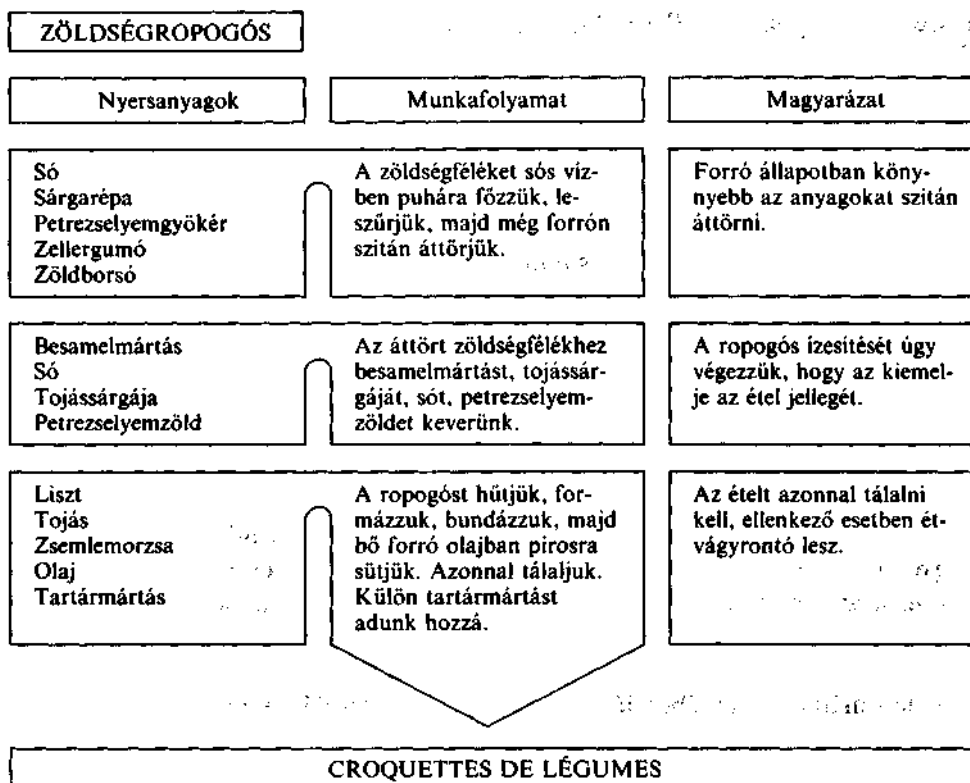
A jó kemény besamelmártáshoz hozzákeverjük az áttört zöldségfélét, a sót, a nagyon finomra vágott petrezselyemzöldet, a tojássárgáját, a törött borsot. A ropogós anyagát lehűtjük, majd megformázzuk. (21. ábra) Ezután bundázzuk, majd bő olajban pirosra, ropogósra sütjük.

Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk a ropogósokat.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

21. ábra A ropogós formázása

48. folyamatábra



A zöldségropogós ismeretében készíthető még:
zellerropogós (croquettes de céleri),
gombaropogós (croquettes de champignons),
brokkoliropogós (croquettes de broccoli).

d) Felfújtak

A felfújtak alapja a jó kemény állományú besamelmártás. A besamelmártáshoz keverjük hozzá a megfőzött vagy párolt, szítán áttört, jelleget adó anyagokat, sót, a fűszereket, a tojássárgáját. Miután mindent jól összekevertünk, könnyedén hozzáadjuk a kemény habbá vert tojásfehérjét.

A felfújt anyagát kivajazott, kilisztezett felfújt-, azaz pudingformába öntjük, kb. kétharmad részig. Ezután a betöltött formákat vízfürdőbe helyezük. Fedővel lefedve lassan készre gőzöljük. Gőzölés közben azt tapasztaljuk majd, hogy a felfújt térfogata megnő és kitölti a formát.

A készre gőzölt felfújtat előmelegített tálra borítjuk. A felfújtakat úgy kell készíteni és időzíteni, hogy azok a tálalás időpontjában készüljenek el. A felfújtakat melegen tartani nem lehet, mert összeesnek, tehát állományuk tömörre válik.

Parajfelfújt (Soufflé d'epinards)

Parajpüré készítése

Besamelmártás

Tojás hab készítése

Gőzölés

Suprême mártás

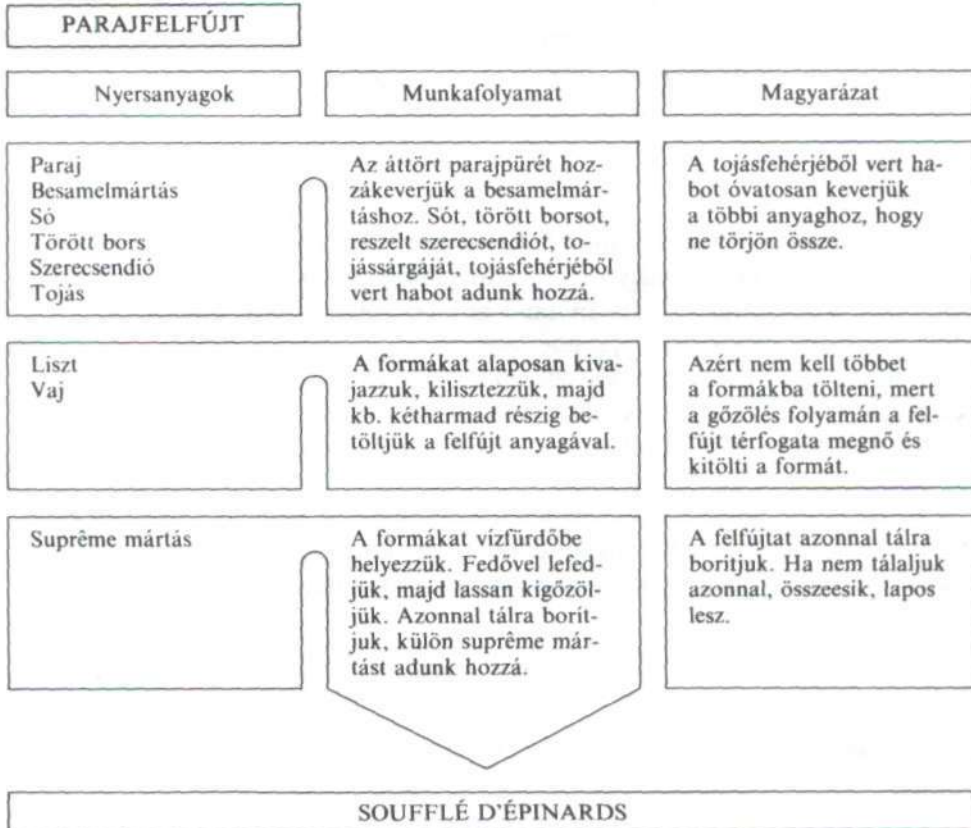
Ajánlott anyaghányad:

Paraj	0,80 kg	Tojás	4 db
Besamelmártás	8 adag	Vaj	0,06 kg
Só	0,02 kg	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Suprême mártás	5 adag
Szerecsendió	0,005 kg		

Az áttört parajpürét hozzákeverjük a besamelmártáshoz. Ezután hozzáadjuk a sót, a borsot, a reszelt szerecsendiót, a tojássárgáját, majd végül könnyedén a tojásfehérjéből vert kemény habot.

A formákat alaposan kivajazzuk, majd kilisztezzük. A felfújt anyagát kb. kétharmad részig betöltjük a formákba, majd vízfürdőbe helyezük. Fedővel lefedve lassan készre gőzöljük. A felfújt állománya akkor jó, ha térfogata már teljes egészében kitölti a formát. A jó felfújt állománya rezgős, felülete fényes és láthatóak az apró légbuborékok.

49. folyamatábra



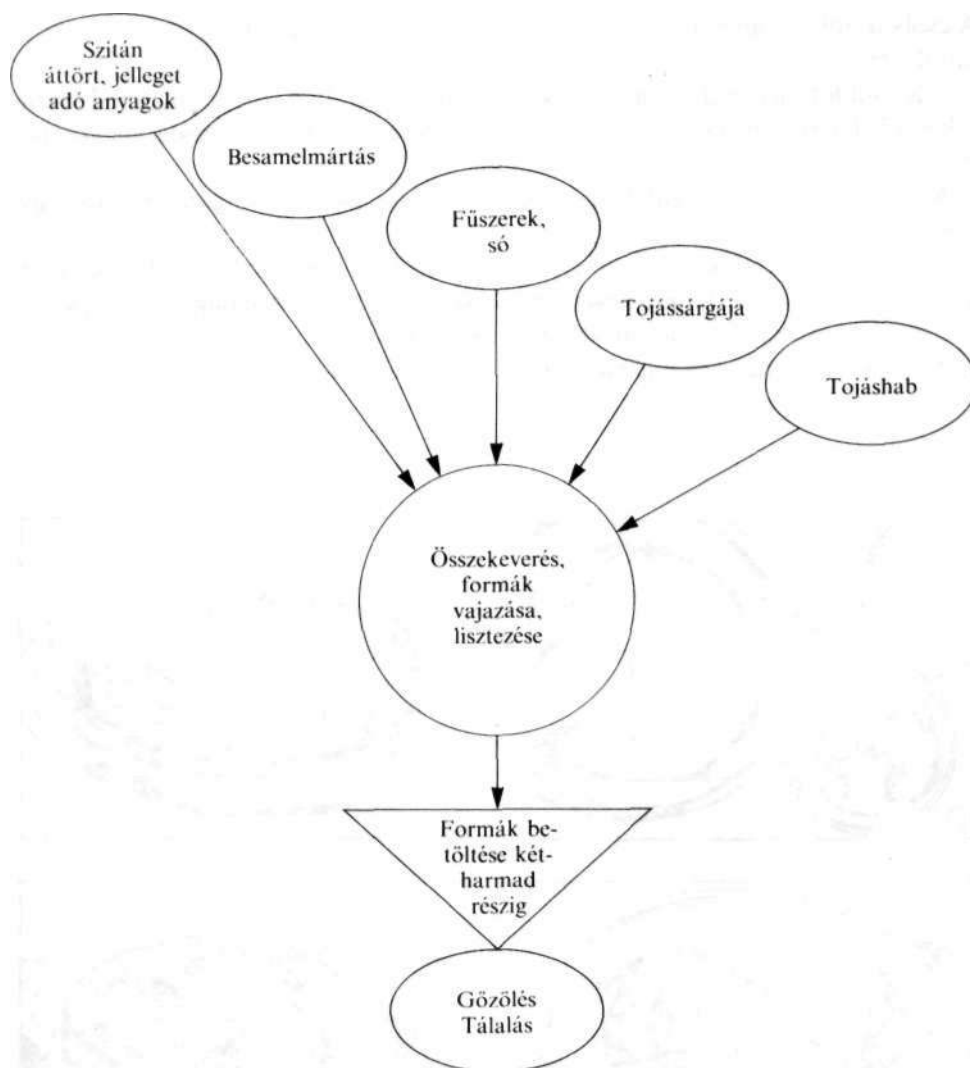
Téves az az elképzelés, hogy a felfújtakat fogvájóval vagy hurkapálcikával megszurva kell ellenőrizni. Mivel a jó minőségű felfújt könnyű állományú, laza szerkezetű, biztos, hogy a szúrásoktól összeesik, tehát tömör lesz.

Sokkal egyszerűbb eljárás, ha a felfújtat konyharuhával megfogva kiemeljük a vízfürdőből, és enyhe szögben nagyon óvatosan megdöntjük — természetesen mindezt akkor végezzük, ha már az említett feltételeknek maradéktalanul megfelelt. Ha azt tapasztaljuk, hogy állománya nem változik, viszonylag szilárd marad, a forma oldalától könnyedén elválik, akkor elkészült. Ellenkező esetben a gőzölést tovább folytatjuk.

A készre gőzölt felfújtat óvatosan, előmelegített tátra borítjuk. Külön mártásoscsészében forró suprême mártást adunk hozzá.

A parajfelfújt ismeretében készíthető még:
gombafelfújt (soufflé de champignons),

17. séma A FELFÚJTAK KÉSZÍTÉSE



brokkolifelfűjt (soufflé de broccoli),
zöldborsófelfűjt (soufflé de petit pois),
zellerfelfűjt (soufflé de céleri).

e) Csőben sülték

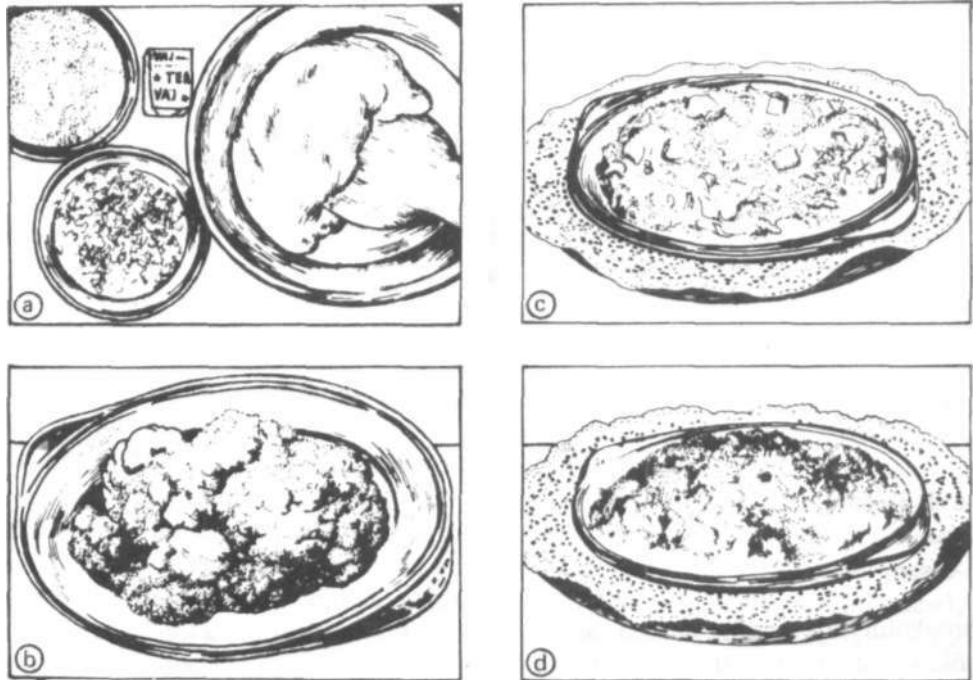
A csőben sült előételekhez a zöldség- és főzelékféléket főzéssel vagy gőzöléssel puhítjuk fel.

A felpuhított, jelleget adó anyagot kivajazott tűzálló tálba helyezzük, majd átvonjuk jó sűrű, bevonóképes gratinmártással. Tetejére reszelt sajtot, vajdarabkákat helyezünk, és zsemlemorzsóval meghintjük.

A készítményt forró szalamanderbe helyezzük, és aranyárgára pirítjuk úgy, hogy az egész jól átsüljön.

A csőben sült ételleket mindig frissen, rendelésre kell készíteni. Ha elkészült, azonnal tálalni kell. Ellenkező esetben a készítmény kihűl. A hideg étel étvágyrontóvá válik, felszínén a gratinmártás ráncos, kemény lesz.

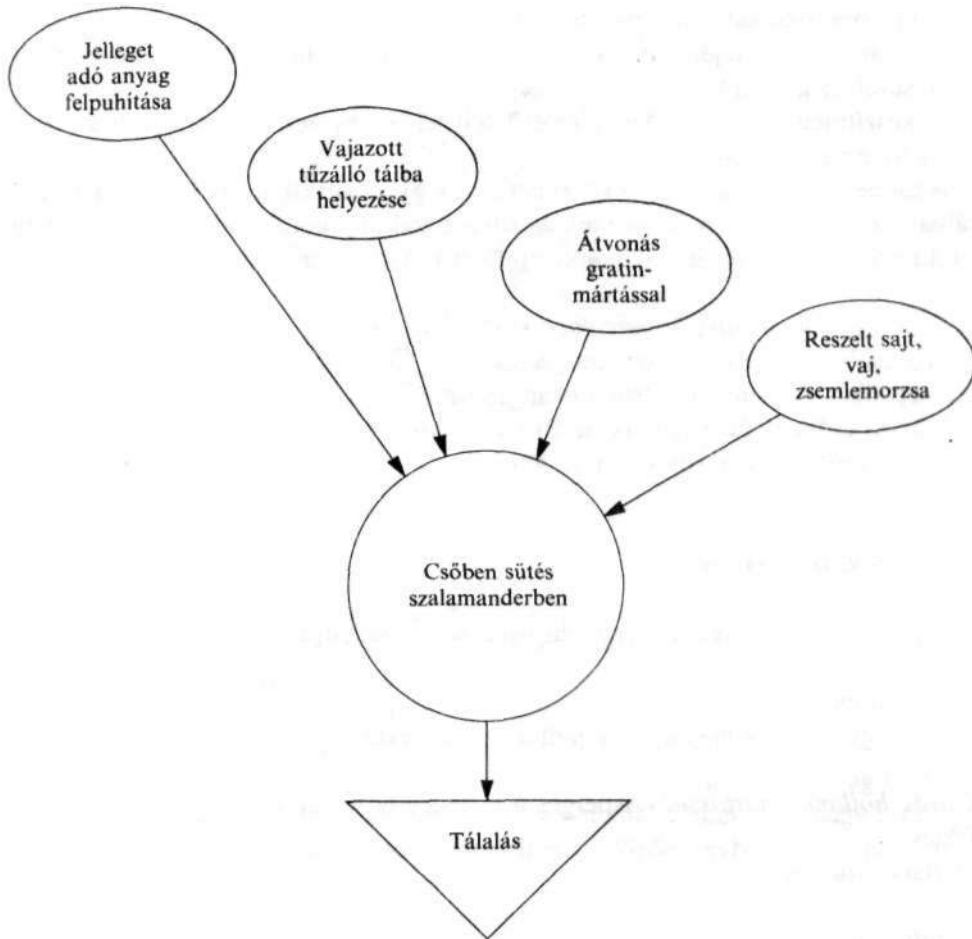
A csőben sült ételleket a tűzálló tállal együtt tálaljuk.



22. ábra A kelvirág csőben sütte készítése

- a) Nyersanyagok
- b) A kelvirág a tűzálló tálban
- c) A kelvirág átvonva a gratinmártással
- d) A kelvirág csőben sütte

18. séma A CSŐBENSÜLTEK KÉSZÍTÉSE



Kelvirág csőben sütve (Choux-fleurs au gratin)

Főzés

Gratinmártás

Ajánlott anyaghányad:

Kelvirág	2,50	kg	Sajt	0,08	kg
Só	0,02	kg	Vaj	0,05	kg
Gratinmártás	5	adag	Zsemlemorzsa	0,05	kg

A sós vízben megfőzött kelvirágot alaposan leszűrjük, és óvatosan rózsáira szedjük.

A kelvirágrózsákat kivajazott tűzálló tálba helyezzük, majd mindenütt átvonjuk gratinmártással. Tetejére reszelt sajtot, vajdarabkákat helyezünk, majd zsemlemorzzával meghintjük.

A készítményt forró szalamanderbe helyezzük, és aransárgára pirítjuk úgy, hogy az egész jól átsüljön.

A csőben sült ételeket úgy is készíthetjük, hogy a mártásból egy keveset a tűzálló tálban szétkenünk. Erre helyezzük a jelleget adó anyagot, majd átvonjuk a többi gratinmártással. A továbbiakban az említett módon járunk el. (22. ábra)

A kelvirág csőben sütvé ismeretében készíthető még:

csirág csőben sütvé (asperges' au gratin),
feketegyökér csőben sütvé (salsifis au gratin),
kelbimbó csőben sütvé (choux de Bruxelles au gratin),
brokkoli csőben sütvé (broccoli au gratin).

f) Egyéb készítmények

Az egyéb készítményeknél eredményesen hasznosíthatjuk

- az angolos,
- a franciás és
- lengyeles főzelékeknél elsajátított ismereteket.

Csirág hollandi mártással (Asperges a la sauce hollandaise)

Főzés

Hollandi mártás

Ajánlott anyaghányad:

Szóló csirág	3,00 kg	Cukor	0,02 kg
Só	0,03 kg	Hollandi mártás	5 adag

A csirág végeiből kb. 0,5 cm-t levágunk, majd speciális csirágtisztítóval a csirág végétől a fej irányába haladva „lehúzzuk”, illetve lehántjuk a fás, kemény, emésztetlen héjrészt. Gondosan ügyeljünk arra, hogy a fejeket ne sértsük meg!

A csirágot ezután kötegeljük. A csirágszalakat adagonként fehér cérnával összekötözzük, nem túl lazán és nem túl szorosan. A kötegelt csirágcsomó egyenlőtlen kiálló végeit levágjuk.

A csirágkötegeket sós, enyhén cukros vízben megfőzzük. A csirágot tálalásig a főzőlében tartjuk. Tálalás előtt a vizet felmelegítjük. Lapátkanállal óvatosan kiemeljük a csirágkötegeket. Jól lecsepegtetjük, majd damasztzalvétával borított fém-



23. ábra Damasztzalvétán táltalt csirág

tálra helyezük. A cérnát átvágjuk és óvatosan kihúzzuk a csirágköteg alól. A csirágköteget ízlésesen megigazítjuk, majd betakarjuk a damasztzalvétával (23. ábra)

Külön mártásoscsészében hollandi mártást adunk hozzá.

A szőlő csirág a legjobb minőségű, a legvastagabb és általában a leghosszabb szálú. A csirág jó minőségét bizonyítja, ha színe enyhén lilás, elsősorban a fejnél, illetve a szár fej felőli részén. Ismert a világoszöld színű csirág is. A csirág főzését speciális szűrőbetéttel ellátott edényben is végezhetjük. Ennek az a nagy előnye, hogy a csirág tálalásakor könnyedén kiemelhető a főzőedényből, a szűrőbetéttel együtt.

A tavasszal megjelenő első primőr csirágot főzhetjük másképpen is. A csirágkötegeket fazékba állítjuk fejeikkel fölfelé, majd annyi vizet öntünk rá, hogy a fejeket ne lepje el a víz. A vizet sózzuk, cukrozzuk, majd a fazekat fedővel letakarjuk. A csirágot puhára főzzük. A főzés közben keletkező gőzben a fiatal, zsenge csirág fejei könnyen felpuhulnak. így sokat megőriznek értékes ízanyagaikból, élvezeti értékükből.

A csirág hollandi mártással ismeretében készíthető még:

feketegyökér hollandi mártással (salsifis a sauce la hollandaise),
kelvirág hollandi mártással (choux-fleurs á la sauce hollandaise),
broccoli hollandi mártással (broccoli á la sauce hollandaise),
patisszon hollandi mártással (patisson á la sauce hollandaise).

50. folyamatábra

CSIRÁG HOLLANDI MÁRTÁSSAL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Csirág	Az előkészített és megtisztított csirágot kötegeljük, majd cérnával összekötözük. Egyenlőtlenül kiálló végeit levágjuk.	A kötözést nem túl szorosan, nem túl lazán végezzük.
Cukor	A csirágot sós, cukros vízben lassan puhára főzzük. A csirágot tálalásig a főzővízben tartjuk.	A főzést figyelmesen végezzük, hogy a csirág ne essen szét.
Hollandi mártás	A csirágot kiemeljük a főzőléből, lecsepegtetjük. Damaszt szalvétára helyezünk. A cérnát eltávolítjuk, majd betakarjuk a csirágot a damaszt szalvétával. Külön hollandi mártást adunk hozzá.	A damaszt szalvétába csomagolt csirág nem hül ki.
ASPERGES À LA SAUCE HOLLANDAISE		

Kelvirág lengyelesen (Choux-fleurs á la polonaise)

Főzés

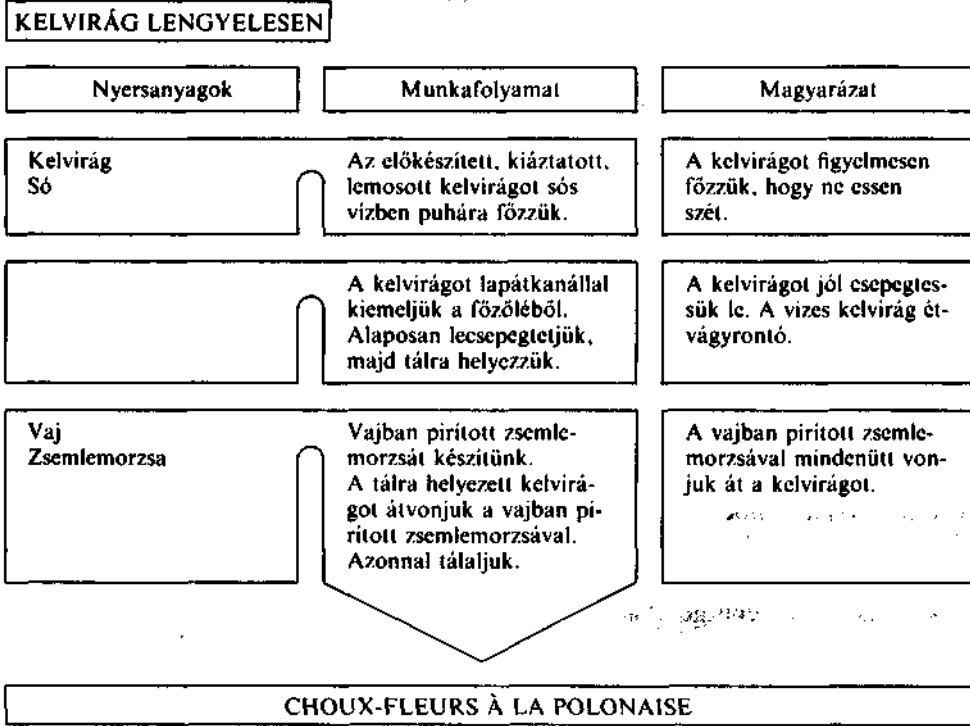
Vajban pirított zsemlemorzsa

Ajánlott anyaghányad:

Kelvirág	3,80 kg	Vaj	0,35 kg
Só	0,05 kg	Zsemlemorzsa	0,40 kg

A megtisztított, kiáztatott, lemosott kelvirágot sós vízben puhára főzzük. A puhára főzött kelvirágot lapátkanállal kiemeljük a főzőléből, és lecsepegtetjük. Vajban, szitált zsemlemorzását aranyárára pirítunk állandó keveréssel. Ha megpirult, megsózzuk.

51. folyamatábra



A kelvirágot előmelegített tálra csúsztatjuk, majd átvonjuk a piritott zsemlemorzssával.

A kelvirág lengyelesen ismeretében készíthető még:
 eszi rág lengyelesen (asperges á la polonaise),
 zöldbab lengyelesen (haricots verts á la polonaise),
 brokkoli lengyelesen (broccoli á la polonaise),
 patisszon lengyelesen (patisson á la polonaise).

Csirág vajjal (Asperges au beurre)
 Csirág hollandi mártással

Bundázott előételek	Töltött előételek	Ropogósok	Felfűjtak	Csőben sülték	Egyéb készítmények
---------------------	-------------------	-----------	-----------	---------------	--------------------

Ajánlott anyaghányad:

Szóló csirág	3,00	kg
Só	0,03	kg
Cukor	0,02	kg
Vaj	0,25	kg

A csirágot az ismert módon készítjük, illetve tálaljuk. Tálaláskor külön előmelegített mártásoscsészében melegített friss vaját adunk hozzá.

A csirág vajjal ismeretében készíthető még:

kelvirág vajjal (choux-fleurs au beurre),
feketegyökér vajjal (salsifis au beurre),
brokkoli vajjal (broccoli au beurre),
spárgatök vajjal (courgette au beurre),
patisszon vajjal (patisson au beurre).

2. Tésztákból készíthető meleg előételek

A meleg előételek egyik legközismertebb, legnagyobb választékú csoportját alkotják. Ez azzal magyarázható, hogy az emberiség egyik legrégebben ismert élelmiszeranyaga a liszt, amely mindig fontos szerepet töltött be a táplálkozásban és az ételkészítésben.

A liszt szénhidrátartalma magas, kb. 65 %, ami egyben magas kalória-, illetve joule-értéket is jelent. Mivel túlzott fogyasztása nem felel meg a korszerű táplálkozás alapelveinek, célszerű a tésztákból készíthető meleg előételeket olyan anyagokkal kombinálni, amelyek fehérjetartalma, rostanyag tartalma magas. A tészta és a járulékos anyagok egymáshoz való arányait tehát úgy kell kialakítani, hogy a tésztából lehetőség szerint kevesebbet, a könnyebben emészthető, értékesebb anyagokból többet kell felhasználni.

Csoportosításuk:

- vajastésztából készíthető meleg előételek,
- sós, omlós tésztából készíthető meleg előételek,
- főtt tésztákból készíthető meleg előételek,

- palacsintából készíthető meleg előételek,
- fánkok,
- tekercesek.

a) Vajastésztából készíthető meleg előételek

Vajaspástétom (Bouchées)

Vajastészta

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,50 kg	Vaj	0,50 kg
Só	0,01 kg	Ecet(20%-os)	0,01 l
Víz	0,25 l		

Kenéshez:

Tojás 2 db

A vajaspástétomból személyenként 1 vagy 2 db-ot készítünk. A hajtogatott és pihentetett vajastésztát kb. 3–4 mm vastagságú kinyújtjuk. Hullámos szélű, kb. 5–6 cm átmérőjű, lisztbe mártott tésztazsággal tészta korongokat szúrunk ki belőle. Minden második tészta korong közepét kisebb méretű, kb. 2 cm átmérőjű, lisztbe mártott tésztazsággal kiszúrjuk.

A habkártyát óvatosan a kis tészta korongok alá toljuk, majd sütőlemezre csúsztatjuk egymástól kb. 3 cm-es távolságban, és felületüket bekenjük tojássárgával.

Ezután a nagyobb tészta korongokból, a sima és kiszúrt lapokból kialakítjuk, illetve összeállítjuk a vajaspástétomokat.

Az egész tészta korongokat — a kis tészta korongokhoz hasonlóan — habkártyával sütőlemezre csúsztatjuk egymástól egyenlő — kb. 4 cm-es — távolságban. A tészta korongok széléit vékonyan bekenjük tojásfehérjével, majd habkártya segítségével óvatosan rácsúsztatjuk a lyukas közepű tészta korongokat. Tetejét óvatosan bekenjük tojássárgával. Mind a tojásfehérjével, mind a tojássárgájával úgy végezzük a bekenést, hogy az ne folyjon le a tészta oldalára, mert ha ez megtörténik, a sütőbe helyezés után azonnal rászárad, illetve megsül a tészta oldalán. Így a tészta nem képes felemelkedni, mert a tojás rögzíti a tészta egymásra hajtogatott, tésztazsággal függőlegesen átvágott, illetve kiszúrt felületét.

Az előző műveletet igen pontosan, de gyorsan kell végezni. Ha a vajastésztával lassan dolgozunk, akkor a vaj és a tészta összeolvad. Így a tészta nem emelkedik fel, tehát nem lesz leveles, illetve szép réteges, könnyű állományú.

A vajaspástétomokat forró — kb. 230–240 °C-os — gőzös sütőben sütjük meg. A sütőajtót nem szabad közben nyitogatni, mert a tészta összeesik. Ha meggyőződ-



24. ábra A vajaspástétom betöltve, tálalva

tünk arról, hogy a vajaspástétomok készre sülték, kiemeljük a sütőből, és kihűtjük. A vajaspástétomok sütése kb. 10–12 percet igényel.

Miután megsütöttük és kihűtöttük a vajaspástétomokat a közepében levő lyukon keresztül fakanál végével óvatosan továbbmélyítjük. Ezt a műveletet úgy végezzük, hogy az alsó lapot ne lyukasszuk ki, de a középső lyuk mélyebb legyen. Erre azért van szükség, hogy több töltelék tudjunk a vajaspástétomba tölteni.

A vajaspástétom elkészítése után a kisméretű tésztakorongokat is megsütjük a vajaspástétomhoz hasonlóan. A sütési idő azonban rövidebb, a kis tésztakorong tömegével arányosan 3–4 perc. (24. ábra)

Nagy vajaspástétom (Vol-au-vent)

Ajánlott anyaghányad:

Vajastészta 1,00 kg

Kenéshez:

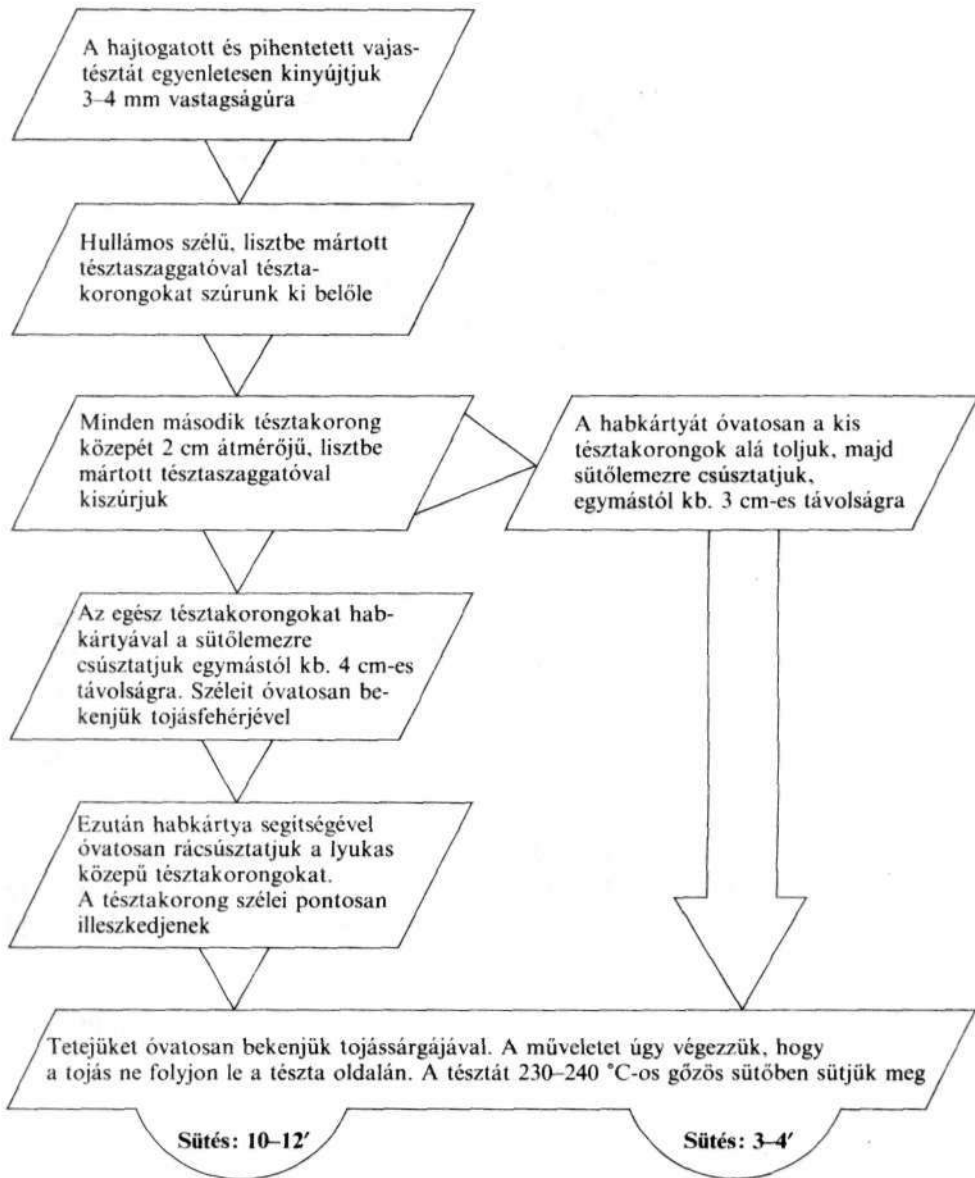
Tojás 2 db

A nagy vajaspástétom — ahogy nevéből is következtetni lehet — a vajaspástétomhoz hasonlóan készül, de sokkal nagyobb méretű. Így természetesen egy darab nagy vajaspástétom több személyre — 5–6, esetenként 10–12 személyre — készül.

A különbség értelemszerűen az, hogy a tésztát 5–6 mm vastagságúra nyújtjuk, a tésztakorongok átmérője 10–15, esetleg 20 cm is lehet. A nagy vajaspástétom sütési ideje természetesen hosszabb: kb 25–30 perc lesz. A kiszúrt kisebb korongot is megsütjük. Mind a vajaspástétomnál, mind a nagy vajaspástétomnál a kisebb korongot a betöltött vajastészta helyezzük. (25. ábra)

A kétféle méretű kisütött tésztát együtt is tálalhatjuk. A nagy vajaspástétomot körberakjuk a vajaspástétomokkal, betöltjük, majd ráhelyezzük a kisebb korongokat.

19. séma A VAJASPÁSTÉTOM KÉSZÍTÉSE



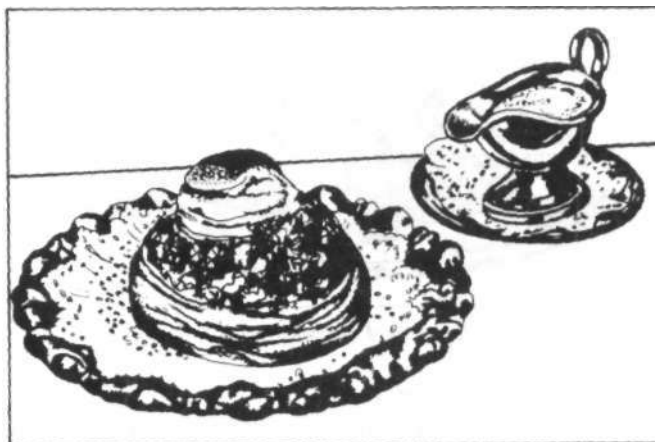
Rántott vajastészta (Rissole)

Vajastészta

Bundázás

Bő zsírban sütés

Paradicsommártás



25. ábra A nagy vajastésztom raguval tálalva

Ajánlott anyaghányad:

Vajastészta	0,50 kg	<i>Vagdalékhoz:</i>	
		Sült hús	0,30 kg
<i>Kenéshez:</i>		Sárgarépa	0,10 kg
Tojás	1 db	Petrezselyemgyökér	0,10 kg
		Zellergumó	0,05 kg
<i>Bundázáshoz:</i>		Só	0,01 kg
Tojás	5 db	Törött bors	0,005 kg
Zsemlemorzsa	0,15 kg	Paradicsommártás	5 adag
Olaj	0,40 l		

A vajastésztát 2–3 mm vastagságúra kinyújtjuk, majd hullámos szélű, kb. 5–6 cm átmérőjű, lisztbe mártott tézstaszaggatóval korongokat szúrunk ki. Közepére dió nagyságú vagdalékot helyezünk. Széleiket bekenjük felvert egész tojással, majd összehajtjuk, és könnyedén összenyomkodjuk a széleiket.

A felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzzában óvatosan megforgatjuk úgy, hogy formáját megtartsa, majd bő, forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük.

Lecsepegtetjük és tálpapírral borított fémtálcra tálaljuk.

Külön mártásoscsészében jóízű paradicsommártást adunk hozzá.

Rántott vajastészta tavasziasan (Rissole a la printanière)

Vajastészta
Tavaszi ragu
Supréme mártás
Bundázás
Bő zsírban sütés

Ajánlott anyaghányad:

Sárgarépa	0,15 kg	Vajastészta	0,50 kg
Gomba	0,10 kg		
Zöldborsó	0,10 kg	<i>Kenéshez:</i>	
Zöldbab	0,05 kg	Tojás	1 db
Kelvirág	0,10 kg		
Vaj	0,10 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Só	0,01 kg	Tojás	5 db
Petrezselyemzöld	1 csomó	Zsemlemorzsa	0,15 kg
		Olaj	0,40 l
		Supréme mártás	5 adag

Jóízű tavaszi ragut készítünk, amelyhez egy kevés supréme mártást keverünk, hogy jól formázható töltelékot kapjunk. Az ismert módon betöltjük a supréme mártással összekevert tavaszi ragut a vajastészta tába. Bundázzuk úgy, hogy formáját megtartsa, majd bő, forró olajban pirosra, ropogósra sütjük.

Lecsepegetjük, és tálapírral bontott fémtálra tálaljuk.

Külön előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá a maradék supréme mártást.

Korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető még:

rántott vajastészta gombával (rissole aux champignons),
rántott vajastészta szárnyashússal (rissole á la reine),
rántott vajastészta sonkával (rissole au jambon),
rántott vajastészta velővel (rissole á la cervelle).

Vajaspástétom csirkehússal (Bouchées á la reine)

Vajaspástétom

Főzés

Pirítás

Supréme mártás

Ajánlott anyaghányad:

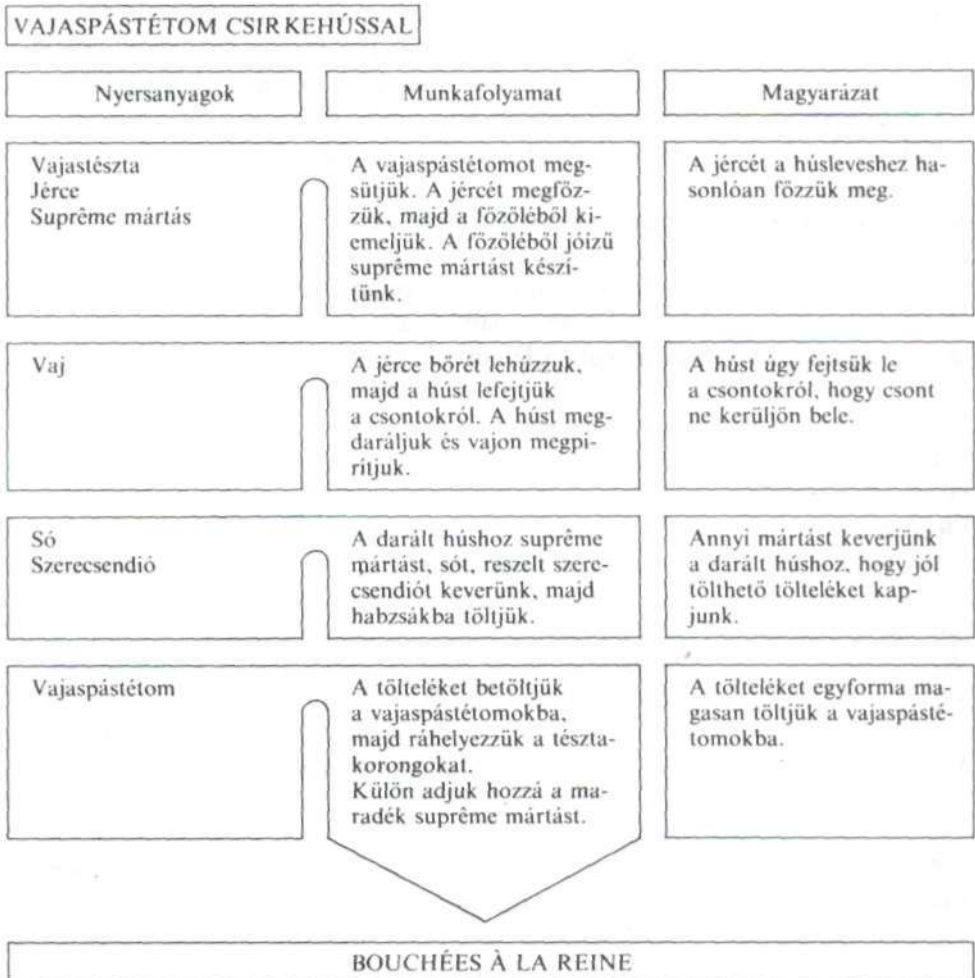
Vajastészta	1,00 kg	Só	0,01 kg
Vaj	0,05 kg	Jérce	1 db
		Szerecsendió	0,005 kg
<i>Kenéshez:</i>		Supréme mártás	8 adag
Tojás	1 db		

A vajaspástétomot az ismert módon elkészítjük, és megsütjük. A jércét megfőzzük, majd kiemeljük a főzőléből és lehűtjük. A főzőléből jóízű veloutée-, majd supréme mártást készítünk. A lehűtött jérce bőrét lehúzzuk, majd a csontokról le-

fejtjük a húst, és apróra vagdaljuk vagy finomlyukú tárcsával ellátott húsdarálón megdaráljuk.

A darált húst vajban kissé megpirítjuk, majd lehúzzuk a tűzhelyről. Annyi suprême mártást keverünk hozzá, hogy a habzsákból jól formázható töltelékot kapjunk. A maradék mártást fedővel lefedve vízfürdőn tartjuk melegen tálalásig. A töltelékot szükség szerint ízesítjük sóval, majd fűszerezzük frissen reszelt szerecsendióval. A töltelékot csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük, majd betöltjük a vajaspástétomokat úgy, hogy szép magasak legyenek. A külön kisütött tészta-korongokat a töltelékre helyezük, amelyre enyhén rányomjuk.

52. folyamatábra



Ha szükséges, akkor a betöltött vajaspástétomokat néhány percre forró sütőbe helyezzük, hogy átforrósodjanak.

Tálpapírral borított fémtálra tálaljuk a betöltött vajaspástétomokat, és egy kevés mártással félig átvonjuk.

Külön előmelegített mártásoscsészében adjuk hozzá a maradék forró suprémé mártást.

Vajaspástétom Godard módra (Bouchées á la Godard)

Borjúmirigy előkészítése

Vajaspástétom

Pirítás

Vörösbormártás

Ajánlott anyaghányad:

Vajastészta	0,50	kg	Kakasvese	0,15	kg
			Kakastaréj	0,10	kg
<i>Kenéshez:</i>			Só	0,01	kg
Tojás	2	db	Törött bors	0,005	kg
Gomba	0,30	kg	Vörösbormártás	5	adag
Vaj	0,15	kg			
Borjúmirigy	0,25	kg			

A vajaspástétomokat az ismert módon elkészítjük, és megsütjük. Ezután elkészítjük a Godard-ragut.

Az előkészített és megmosott gombát 0,5 cm-es kockákra vágjuk, majd vajban erős tűzön félig megpirítjuk. Hozzáadjuk a hasonlóan darabolt főtt borjúmirigyet, a kakasvesét, a kakastaréjt. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, és tovább pirítjuk. Jóízű vörösbormártást adunk hozzá, amellyel alaposan összeforraljuk.

A Godard-ragut betöltjük a vajaspástétomokba. A kis tésztakorongokat a tetejére helyezzük.

Külön előmelegített mártásoscsészében egy kevés vörösbormártást adunk hozzá.

Vajaspástétom csongrádi módra (Bouchées á la Csongrád)

Vajaspástétom

Paprikás csirke

Ajánlott anyaghányad:

Csirke	1	db	Só	0,01	kg
Zsír	0,08	kg	Tejföl	0,15	l
Vöröshagyma	0,08	kg	Tejszín	0,05	l
Fűszerpaprika	0,005	kg	Vajastészta	0,50	kg

Paradicsom	0,05 kg	<i>Kenéshez:</i>		
Zöldpaprika	0,08 kg	Tojás	2	db
vagy				
Leccsó	0,10 kg			

A vajaspástétomokat az ismert módon elkészítjük, és megsütjük. Jóízű paprikás csirkét készítünk. A puha csirkedarabokat kiemeljük a mártásból. Bórét lehúzzuk, és a húst lefejtjük a csonttól. A lefejtett húst apróra összevágjuk, majd annyi paprikás mártást keverünk hozzá, hogy jól formázható, tölthető legyen. Ha szükséges, sóval utánízésítjük.

A maradék mártáshoz egy kevés tejszínt adunk, szükség szerint sóval utánízésítjük, majd jól kiforraljuk és szitán áttörjük.

A töltelék a vajaspástétomokba töltjük, majd leöntjük egy kevés paprikás mártással. A kis téstakorongokat a tetejére helyezük.

Külön előmelegített mártásoscsészében a forró paprikás mártást adjuk hozzá.

Korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető még:
vajaspástétom gombával (bouchées aux champignons),
vajaspástétom vadász módra (bouchées a la chasseur),
vajaspástétom gazdagon (bouchées á la financière),
vajaspástétom sonkával (bouchées au jambon),
vajaspástétom velővel (bouchées a la cervelle).

b) Sós omlós tésztából készíthető meleg előételek

Tésztakosár (Croustade)

Sós linzertészta

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,35 kg	Tojássárga (3 db)	0,045 kg
Vaj	0,20 kg	Só	0,01 kg
Tejszín	0,10 l		

Sós linzertésztát készítünk. A tejszínben feloldjuk a sót, a liszttel szétmorzsoljuk a vaját. A tejszínt elkeverjük a tojássárgával, majd a tésztához adjuk, és összegyúrjuk. A tésztát gömbölyítjük, majd kb. 2 cm vastagra nyújtjuk és hűtjük. A hűtött tésztát 2–3 mm vastagságúra nyújtjuk.

A kis méretű, fémből készült — esetleg teflonnal bélelt — tésztakosár-formákat egyenletesen kibéleljük a kinyújtott linzertésztaival. A tészta szélét a forma szélével párhuzamosan levágjuk, majd megtöltjük száraz borsóval vagy babbal. Erre azért van szükség, hogy a tészta sütés közben megtartsa eredeti formáját, ne deformálód-

jon. A száraz borsó, illetve a bab helyett másképpen is bélelhetjük a formákat. A tészta után alumíniumfóliával béleljük a formákat, majd sóval töltjük ki.

A formákat sütőlemezre helyezzük, és kb. 200 °C-os gőzmentes sütőben 20 perc alatt készre sütjük. A sütést követően a sütéshez felhasznált, töltőanyagot" — bab, borsó, só, illetve fólia — kiborítjuk a formákból a tésztával együtt. A „töltőanyagot" természetesen többször is felhasználhatjuk.

A tésztakosarokból nagyobb mennyiséget is készíthetünk előre. Betöltés előtt forró sütőben átmelegítjük, majd betöltjük a vajaspástétomnál megismert töltelékkel, ragukkal.

Nagy tésztakosár (Timbale)

Sós linzertészta

Ajánlott anyaghányad:

Sós linzertészta 0,80 kg

A nagy tésztakosár — eltérően a tésztakosártól — méretében jóval nagyobb, tehát több személyre készül.

A nagy tésztakosár bélelését, sütését és kibontását gondosabban végezzük, mivel a nagy tésztakosár méreteinél fogva rendkívül törékeny, könnyen megrepedhet.

A nagy tésztakosár a vajaspástétomnál megismert töltelékkel, ragukkal tölthető.

c) Főtt tésztákból készíthető meleg előételek

Ezek fogyasztási kultusza Olaszországból származik. A tészták főzése Olaszországban olyan szenvedély, hogy jó néhány étteremben a vendég maga is főzheti, tésztáját", ízlésének megfelelően.

Fontos szabály — amely egyben mikrobiológiai és higiéniai szempontból sem közömbös —, hogy a tésztát mindig frissen kell kifőzni, és azonnal tálalni. Az eredeti olaszos főzési mód jellemzője, hogy a tésztát nem főzik meg teljesen. Közepében alig láthatóan, de a tészta állománya alapján könnyen megítélhetően kissé „ropogós", nyers tésztacsíkcocská marad. A puhára főzött, vízben megduzzadt „vívízű" tészta az olasz konyhában selejtnek számít. Az olaszok a frissen főzött tésztáikat — szó szerint pasta asciutta — nem forgatják meg zsiradékban, hanem a forró tészta tetejére vajdarabkákat morzsolnak. A főtt tészták nélkülözhetetlen kísérője a kemény pármái — parmezán — sajt, amely reszelve kerül az asztalra, illetve a tészta tetejére.

Az olasz konyha nagyon helyesen természetes anyagokkal — paradicsompüré, parajpüré — színezi a főtt tésztákat. Ez további választék bővítést biztosít az olasz konyha amúgy is gazdag főtt-tészta-választékában.

Az olasz konyha ismertebb főtt tésztái:

- a spaghetti,
- a maccheroni,
- a lasagne,
- a ravioli és
- a tortellini.

Amennyiben a felsorolt tészták készítéséhez paradicsompürét használunk, akkor a „rosso” (piros), parajpüré esetében „verde” (zöld) jelzővel kell a tészta elnevezését kiegészíteni, pl. lasagne rosso, lasagne verde.

A főtt tésztákból készíthető meleg előételeknél fontos szabály, hogy a tésztát:

- mindig sós vízben főzzük ki,
- a tálalás ütemének megfelelő mennyiségben főzzük ki,
- főzés után alaposan szűrjük le, öblítsük le és csöpögtessük le,
- 2–4 órán túl tárolni, újramelegíteni tilos, mert súlyos ételmérgezést okozhatnak!

Spagetti milánói módra (Spagetti á la milanaise)

Spagetti főzése

Pirítás

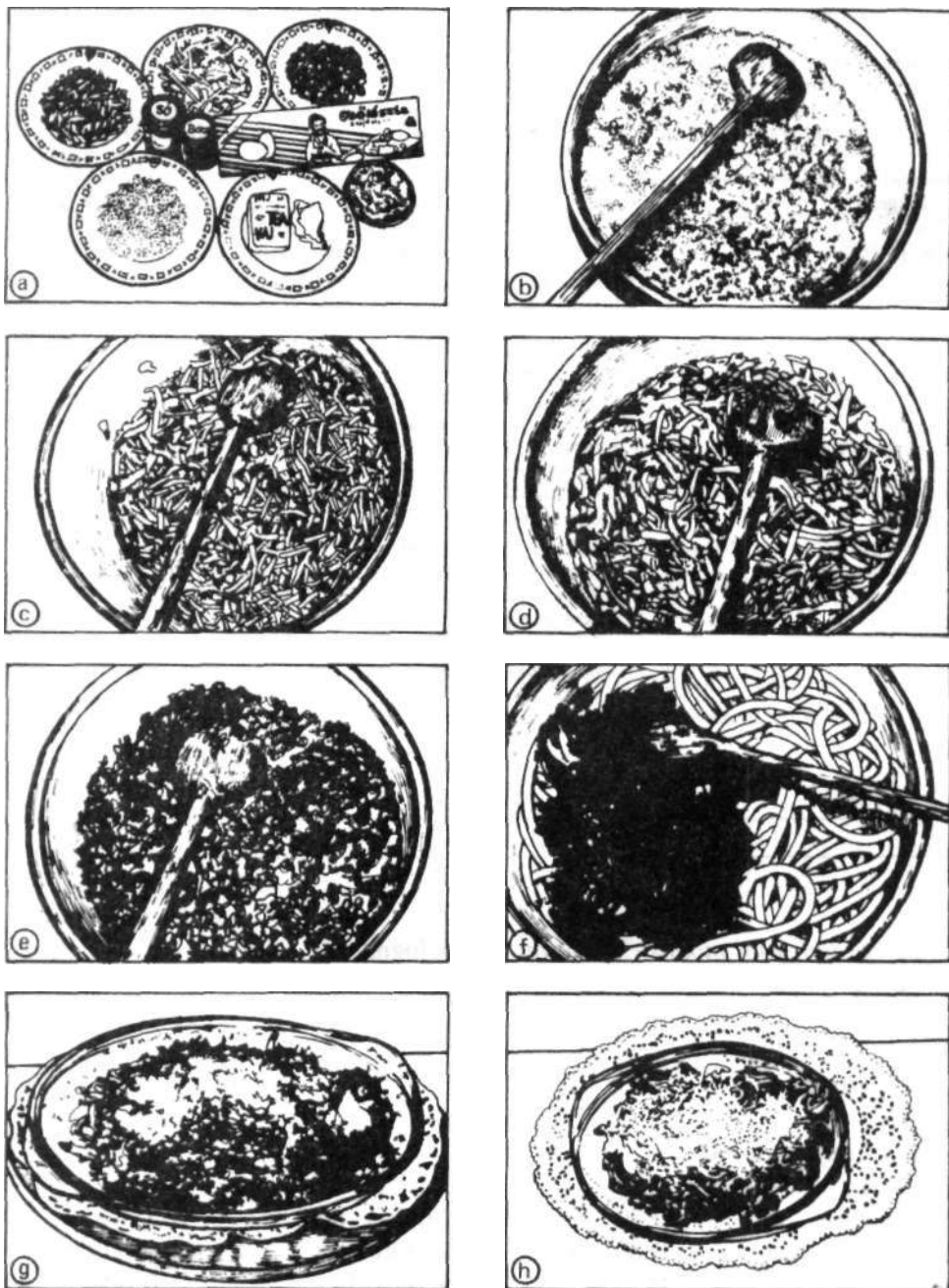
Ajánlott anyaghányad:

Spagetti	1,00 kg	Sonka vagy	
Só	0,05 kg	Füstölt marhanyelv	0,25 kg
Vaj	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,10 kg	Paradicsompüré	0,35 kg
Gomba	0,20 kg	Sajt	0,20 kg

A spagettit kb. 10 cm hosszú darabokra tördeljük. Sós vízben állandó kevergetéssel megfőzzük, leszűrjük, bő vízzel leöblítjük, majd alaposan lecsepegtetjük. A vaj egyharmadát lábasban megmelegítjük, amelyhez a tésztát hozzáadjuk, és jól átforrosítjuk, majd megsózzuk. Vízfürdőben, fedővel lefedve tartjuk melegen.

A vaj kétharmad részében finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk a julienne-re vágott gombát és sonkát, amivel lepírítjuk. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, majd hozzáadjuk a paradicsompürét. Gyakori kevergetéssel továbbpirítjuk. Ezután összekeverjük a melegen tartott spagettivel és a reszelt sajt felével. A milánói spagettit azonnal, előmelegített tálra tálaljuk. Tetejére hintjük a reszelt sajt másik felét. (26. ábra)

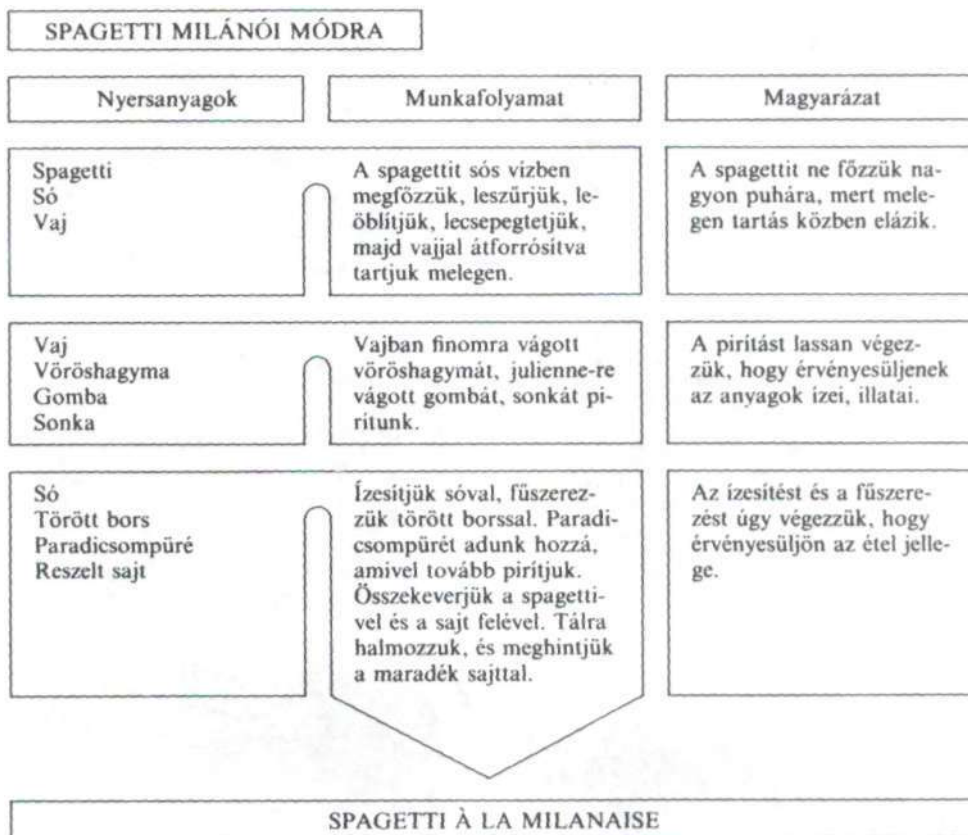
A milánói spagettit másképpen is készíthetjük. A „milánói raguval” összekevert spagettit kivajazott tűzálló tálba halmozzuk, tetejére reszelt sajtot hintünk, vajdarbákat morzsolunk rá, majd sütőben pirosra, ropogósra sütjük.



26. ábra A makaróni milánói módra készítése

- a) Alapanyagok b) A hagyma pírítása c) A pírítás folytatása gombával d) A pírítás folytatása sonkával
 e) A pírítás folytatása paradicsompürével f) A ragu összekeverése makarónival g) Sajttal meghintve
 h) A sütőben megpírtva, tálalva

53. folyamatábra



Csőtészta bolognai módra (Macaroni á la bolognaise)

Csőtészta főzése

Párolás

Pirítás

Vörösbormártás

Ajánlott anyaghányad:

Bélszínfej

vagy hátszín	0,80 kg	Fokhagyma	1 fej
Füstölt szalonna	0,80 kg	Törött bors	0,005 kg
Vöröshagyma	0,15 kg	Kakukkfű	0,005 kg
Sárgarépa	0,15 kg	Oregano (szurokfű)	0,005 kg
Petrezselyemgyökér	0,15 kg	Só	0,02 kg
Zellergumó	0,10 kg	Paradicsompüré	0,20 kg

Csőtészta	1,00	kg
Vaj	0,20	kg
Sajt	0,20	kg
Vörösbor mártás	5	adag

A száraz pácban érlelt bélszínfejet vagy hátszínt gorombára daráljuk. A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd félig kiolvasztjuk. Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, az apró kockákra vágott sárgarépat, a petrezselyemgyökeret, a zellergumót, az összezúzott fokhagymát és a húst. Az egészet lassan puhára pároljuk. Közben ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, összemorzolt kakukkfűvel, egy kevés oregánóval. Mikor zsírára párolódott, hozzáadjuk a paradicsompürét és jól lepirítjuk, majd jóízű vörösbor mártást öntünk hozzá. Gyorsan összeforraljuk.

A megfőtt, vajban megforgatott csőtésztát összekeverjük a bolognai raguval, a reszelt sajt felével és előmelegített táltra rakjuk. Tetejére hintjük a reszelt sajt másik felét.

Mind a milánói, mind a bolognai ragu alapkészítménynek tekinthető. Ezek a raguk további anyagokkal, fűszerekkel, sok-sok változatban jelennek meg az olasz konyhában.

A spagetti, csőtészta, lasagne (széles metélt) jellegzetes olaszos tálalása a különféle ragukkal a következő: A frissen megfőzött forró tésztát táltra halmozzuk. Tetejére vajdarabkákat helyezünk. Közepében mélyedést alakítunk ki, amelybe beleöntjük a ragut.

Ravioli (Ravioli)

Gyúrt tészta

Borjúvelő előkészítése

Parajpüré készítése

Pirítás

Főzés

Vajas pecsenyéié

Ajánlott anyaghányad:

Tésztához:

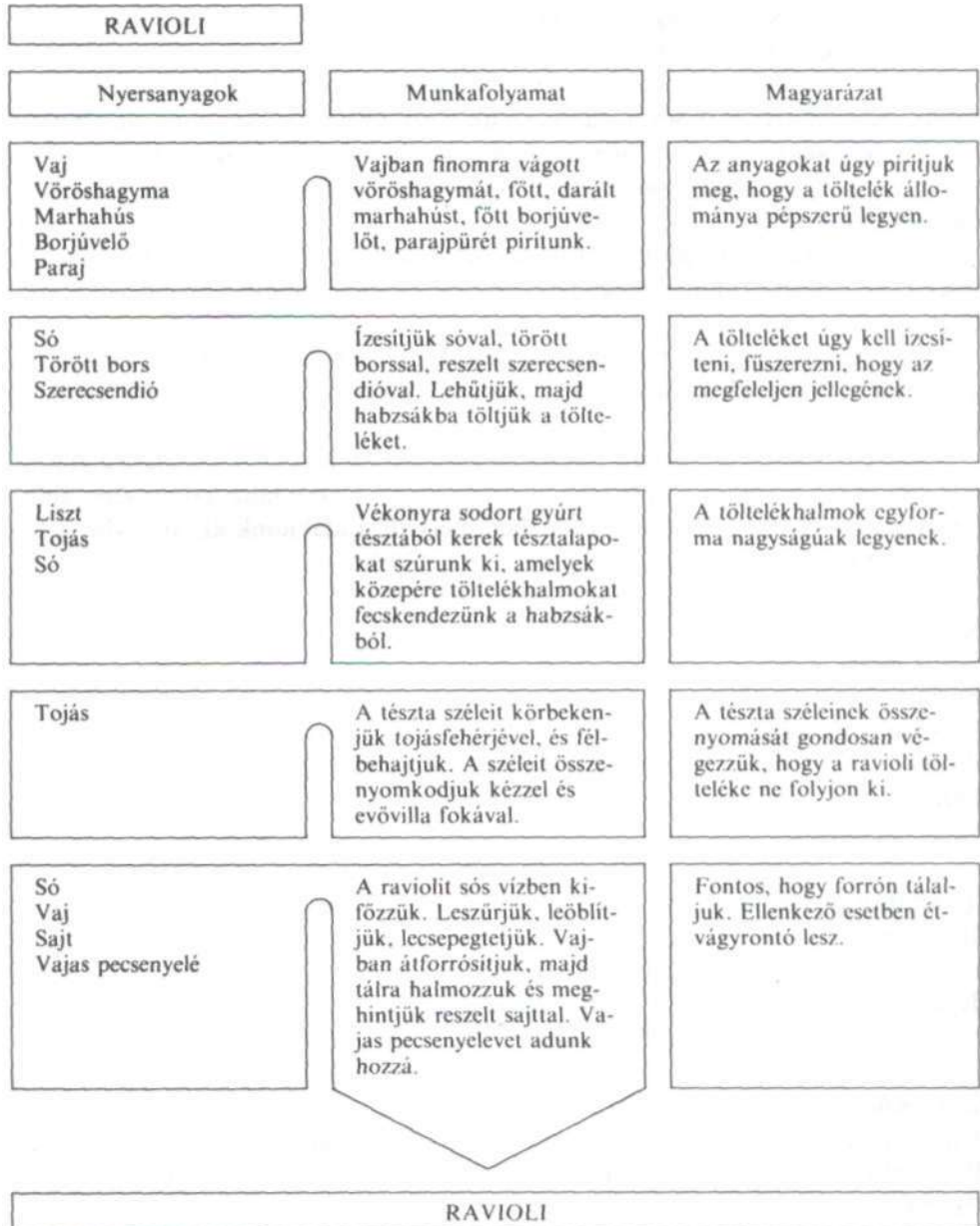
Liszt	0,80	kg
Tojás	8	db
Só	0,05	kg

Töltelékhez:

Főtt marahahús	0,30	kg	Szerecsendió	0,005	kg
Borjúvelő	0,30	kg	Törött bors	0,005	
Parajpüré	0,30	kg	Sajt	0,25	kg

Vaj	0,25 kg	Tojás	1 db
Vöröshagyma	0,10 kg	Vajas pecsenyéié	5 adag

54. folyamatábra



Parajpürét készítünk. Az előkészített, megfőzött borjúvelőt finomra aprítjuk. A főtt marhahúst megdaráljuk. A vaj felében megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát. Hozzáadjuk a marhahúst, a borjúvelőt, a parajpürét. Ízesítjük sóval, fűszerezünk törött borssal, frissen reszelt szerecsendióval. Az anyagokat addig kevergetjük mérsékelt tűzön, amíg sűrű, pépszerű töltelékké nem állnak össze. Ezután lehűtjük, majd habzsákba töltjük.

Gyúrt tésztát készítünk, amelyet vékonyra nyújtunk, illetve sodrunk. A gyúrt tésztából lisztbe mártott pogácsaszaggatóval kerek tésztaalapokat szúrunk ki, amelynek közepére a töltelékből nyomózsák segítségével kis halmokat alakítunk ki. A tészta széleit körbekenjük tojásfehérjével. A raviolit félbehajtuk és a félhold alakú tészta egymást fedő széleit összenyomkodjuk. A betöltött tészta gyakran kiszakad és a főzővízbe folyik ki a töltelék. Ennek megelőzésére a széleket evővilla fokával össze lehet nyomkodni. Ez nemcsak célszerű eljárás, de a ravioli sokkal tetszetősebb lesz.

A raviolikat sós, forrásban lévő vízben megfőzzük. Leszűrjük, leöblítjük, jól lecsepegtetjük. Ezután a maradék felhevített vajban jól megforgatjuk, majd összekeverjük a reszelt sajttal.

Kivajazott tűzálló tálba halmozzuk. Néhány percre sütőbe helyezzük, jól átforrósítjuk.

Külön, előmelegített mártásoscsészében jóízű vajas peccsenyevet adunk hozzá.

d) Palacsintából készíthető meleg előételek

A palacsintafélék szinte minden nép étkezési kultúrájában megtalálhatók. Az alapanyagok általában azonosak:

- tojás,
- folyadék: víz, szódavíz, tej,
- liszt,
- kevés só.

A felsorolt anyagokat a leírt sorrendben habverővel összekeverjük habüstben. Fontos, hogy a palacsintatészta sima, csomómentes és körülbelül nyers tejszín sűrűségű legyen.

A palacsintát valamilyen zsiradékban sütjük meg. Ez lehet:

- vaj,
- olaj,
- sertészsír,
- margarin.

A palacsintatészta úgy is készíthető, hogy a végén kb. 10%-os arányban olajat keverünk hozzá. Ebben az esetben már zsiradékot nem kell felhasználni a sütéshez.

Ha a palacsintát teflon palacsintasütőben sütjük meg, akkor kb. 5%-os mennyiségben keverünk hozzá olajat.

A palacsintatésztát a következő módon sütjük:

Az előforrosított palacsintasütőbe zsiradékot adunk. A palacsintasütőt körbeforgatjuk, hogy a zsiradék a palacsintasütő teljes felületét bevonja. Ezután belemerjük az előzetesen felkevert palacsintatésztát.

A palacsintatésztát azért kell minden alkalommal felkeverni, mert a „nyers” liszt könnyen leülepedik a „folyadékban”. Így a palacsintatészta egy része túl híg, a másik része túl sűrű lesz. Az ilyen palacsintatészta sütés közben, fordításkor könnyen beszakad, illetve a másik esetben túl vastag lesz, tehát így kisütött állapotban nehezen hajtogatható, formázható.

A palacsintasütőt megdöntjük minden irányban, hogy a palacsintatészta gyorsan szétterüljön benne. Így az egész palacsintasütő belső felületét egyenletesen bevonja, illetve a hézagokat jól betölti a palacsintatészta. Megvárjuk, amíg a palacsintatészta megszilárdul és a palacsinta szélénél körben felhabzik a zsiradék. Ekkor a palacsintasütőt gyengén odaütjük a tűzhely lapjához. Ha a palacsinta könnyedén elmozdul, akkor kenőkéssel óvatosan alányúlunk és megfordítjuk.

A másik oldalát is — állandó mozgatás mellett — megsütjük, majd tányérra borítjuk.

A kész palacsintákat folyamatosan egymásra borítjuk.

Hortobágyi palacsinta (Crêpes a la Hortobágy)

Palacsinta készítése

Paprikás csirke

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

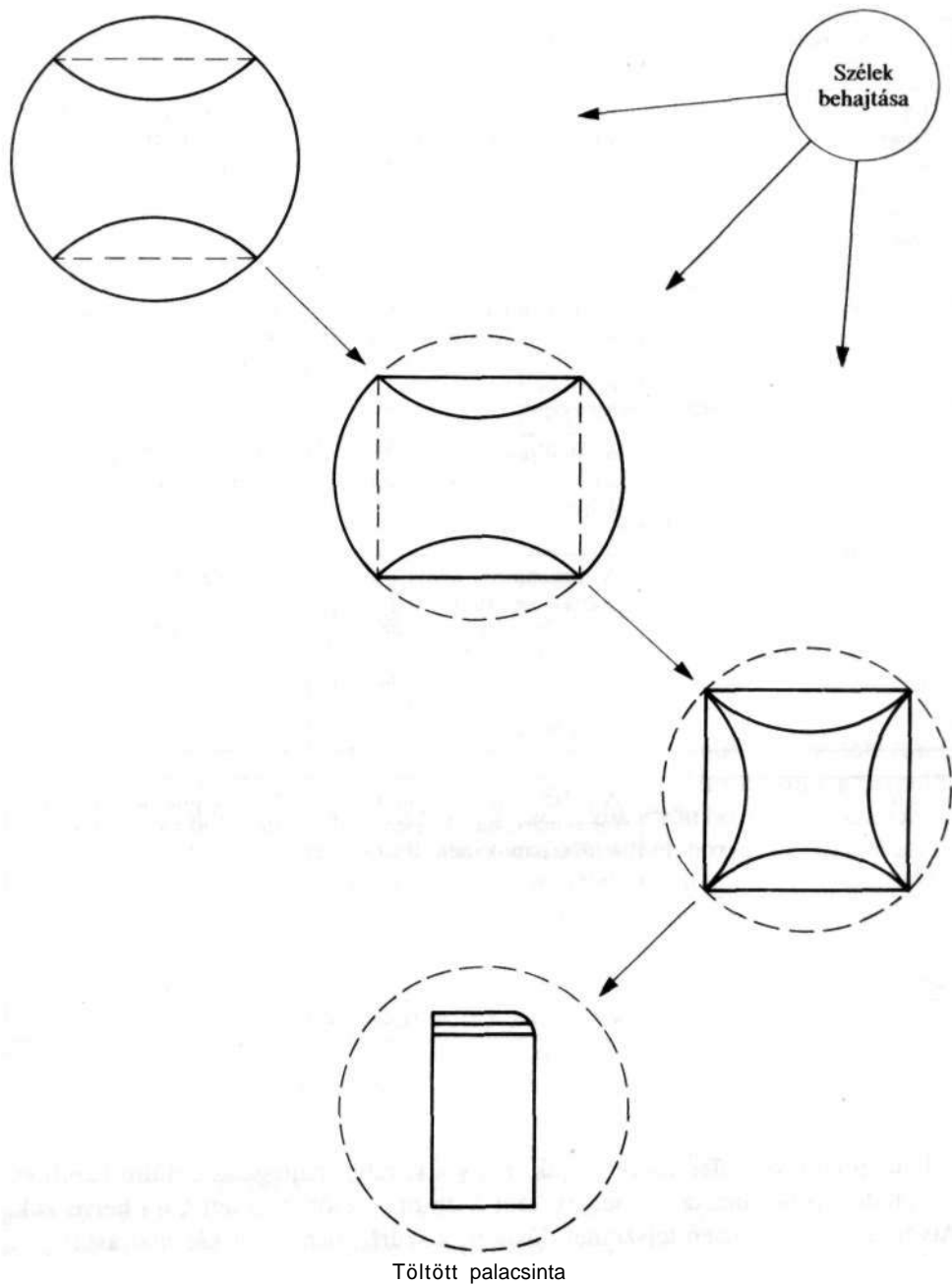
Tojás	4	db
Tej	0,40	l
Szóдавíz	0,20	l
Liszt	0,35	kg
Só	0,02	kg
Olaj	0,02	kg

Paprikás csirkéhez:

Csirke	2	db
Zsír	0,16	kg
Vöröshagyma	0,16	kg
Zöldpaprika	0,12	kg
Paradicsom	0,08	kg
vagy Lecsó	0,20	kg
Só	0,015	kg
Tejföl	0,30	l
Tejszín	0,20	l

Az ismert módon palacsintákat sütünk, majd jóízű paprikás csirkét készítünk. A csirkét kiemeljük a paprikás mártásból. Bőrét lehúzzuk, majd a húst gondosan lefejtjük a csonttól. A húst finomra vagdadjuk, és összekeverjük annyi jóízű paprikás mártással, hogy jól kenhető töltelékot kapjunk. Szükség szerint egy kevés sóval ízesítjük. A palacsintákat kiterítjük, majd mindegyiknek a közepére kenjük a forró töltelékot, egyenletes — kb. 3—4 mm — vastagságban. Széleit ráhajtjuk úgy, hogy formája szabályos négyszögletű legyen.

20. séma A TÖLTÖTT PALACSINTA HAJTOGATÁSÁNAK FOLYAMATA



55. folyamatábra

HORTOBÁGYI PALACSINTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Tej Tojás Só Szódavíz Liszt Olaj</p>	<p>Egyforma nagyságú, vékony palacsintákat sütünk, lehetőség szerint kevés olajjal.</p>	<p>A palacsinták ne piruljanak meg, mert ez nem felel meg az étel jellegének.</p>
<p>Paprikás csirke</p>	<p>Jóízű paprikás csirkét készítünk. A húst kiemeljük a mártásból, majd lehűzzük róla a bőrt.</p>	<p>A paprikás csirke mártása bevonóképes, egynemű legyen.</p>
	<p>A csontokról lefejtjük a húst, majd finomra vagdadjuk.</p>	<p>A hús lefejtését úgy végezzük, hogy csontszilánk ne kerüljön bele.</p>
	<p>A csirkehúshoz annyi mártást keverünk, hogy jól tölthető legyen. A palacsintákat betöltjük, majd téglalap alakúra hajtogatjuk és előmelegített tálba helyezzük.</p>	<p>A töltelék kenhető, sem túl száraz, sem túl folyékony nem lehet.</p>
<p>Tejföl</p>	<p>A palacsintákat átvonjuk forró mártással. Tetejére tejfölt, paprikaszínt locsolunk.</p>	<p>A palacsintát forrón tálaljuk, ellenkező esetben étvágyrontó.</p>
CRÊPES À LA HORTOBÁGY		

Ezután könyvszerűen összehajtjuk, hogy a korábbi hajtogatás belülré kerüljön. A betöltött palacsintákat — adagonként 2 db-ot — előmelegített tálra helyezzük. Átvonjuk az időközben tejszínnel dúsított, átszűrt, forró paprikás mártással. Tetejére tejfölt és paprikaszínt locsolunk.

Velővel töltött palacsinta rántva (Crêpes frites á la cervelle)

Borjúvelő előkészítése

Palacsinta készítése

Besamel mártás

Pirítás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Palacsintához:

Tojás	4	db	Törött bors	0,005	kg
Tej	0,30	l	Szerecsendió	0,005	kg
Szódavíz	0,30	l	Besamel mártás	4	adag
Liszt	0,35	kg	Petrezselyemzöld	1	csomó
Só	0,02	kg	Tojássárgája	2	db
Olaj	0,15	l			

Bundázáshoz:

<i>Töltelékhez:</i>			Liszt	0,10	kg
Fejvelő	0,60	kg	Tojás	5	db
Vaj	0,10	kg	Zsemlemorzsa	0,40	kg
Vöröshagyma	0,05	kg	Olaj	0,50	l
Só	0,02	kg	Tartármártás	5	adag

Az ismert módon palacsintákat készítünk. Ezután elkészítjük a velős töltelékét.

Vajban megpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát, majd hozzáadjuk a hasonlóan finomra vágott fejvelőt. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, reszelt szerecsendióval, majd finomra vágott petrezselyemzöldet adunk hozzá. Lehúzzuk a tűzhelyről, hozzákeverjük a besamel mártást és a tojássárgáját.

A velős töltelék — a hortobágyi palacsintánál ismertetett módon — betöltjük a palacsintákba, majd hasonlóan hajtogatjuk. Ezután lisztben felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzsaiban megforgatjuk a betöltött palacsintákat. A bundázás után célszerű a palacsintákat újra formázni, mert esetenként szétesnek, elvesztik alakjukat bundázás közben. A velővel töltött palacsintákat bő, forró olajban pirosra, ropogósra sütjük. A palacsintákat lapátkanállal rácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

A frissen készre sült palacsintákat tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk.

A velővel töltött palacsinta ismeretében készíthető még:

gombával töltött palacsinta (crêpes frites aux champignons),

sonkával töltött palacsinta (crêpes frites au jambon).

szárnyashússal töltött palacsinta (crêpes frites á la reine).

e) Fánkok

Égetett tésztafánk (Éclairs)

Képviselőfánk

Ajánlott anyaghányad:

Liszt	0,10	kg	<i>Kenéshez:</i>		
Zsír	0,10	kg	Tojás	1	db
Víz	0,10	l			
Tojás	5–6	db			
Só	0,01	kg			

A forrázott tésztáknál megismert módon tésztát készítünk. A tésztát sima csővel ellátott habzsákból vékonyan zsírozott, lisztezett sütőlemezre formázzuk, kissé nyújtott alakúra.

A tésztahalmok felületét vékonyan bekenjük felkevert egész tojással, ügyelve arra, hogy a tojás ne folyjon le a tészta oldalán. A tészta sütését a képviselőfánk sütésének megfelelően végezzük, először 210 °C-on gőzös sütőtérben. Miután kialakult a tésztafánk megfelelő térfogata, tovább sütjük gőzmentes, 230 °C-os sütőtérben, hogy szerkezete és felszíne megszilárduljon.

Miután a tésztafánk elkészült, a tészta felső részét levágjuk úgy, hogy egyharmad részben tetőt, kétharmad részben az alsó részt kapjuk meg.

Ezután a fánkot különböző ragukkal, töltelékekkel tölthetjük be, majd ráhelyezük a tetőt.

A tésztafánkhoz a jellegének megfelelő forró mártást adunk külön előmelegített mártásoscsészében.

Korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető:

égetett tésztafánk vadász módra (éclairs á la chasseur),
égetett tésztafánk velővel (éclairs a la cervelle),
égetett tésztafánk Godard módra (éclairs a la Godard),
égetett tésztafánk tavasziasan (éclairs á la printanière),
égetett tésztafánk csongrádi módra (éclairs a la Csongrád),
égetett tésztafánk gombával (éclairs aux champignons).

Kelttésztafánk (Beignets de pâte levée)

Gyúrt élesztős tészta

A gyúrt élesztős tésztáknál ismertetett módon tésztát készítünk. A különbség az, hogy a tésztához nem adunk cukrot, sóból pedig minden kg liszthez 0,02 kg-ot adunk.

A megkelt tésztát kb. 0,5 cm-es vastagságúra kinyújtjuk. Ezután 4–5 cm átmérőjű, lisztbe mártott pogácsaszaggatóval kör alakú lapokat szúrunk ki a tésztából.

Minden második lap közepére diónyi nagyságú töltelékot helyezünk. A tészta lap széleit gondosan bekenjük tojással, majd ráhelyezzük, és könnyen rányomjuk a másik kelttésztalapot.

A betöltött fánkokat lisztezett konyharuhára helyezzük, egy másik konyharuhával letakarjuk, majd langyos helyre tesszük, és kelesztjük. Mikor a betöltött tésztafánkok térfogata kétszeresére kelt, megkezdjük a sütést.

A fánkokat forró bő zsírba helyezzük. Ha az alsó része megsült, lapátkanállal megfordítjuk, majd megsütjük a másik felét is. A készre sült fánkokat tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk. A kelttésztafánkhoz a jellegének megfelelő forró mártást adunk külön előmelegített mártásoscsészében.

Korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető:

kelttésztafánk tavasziasan (beignets de pâte levée á la printanière),

kelttésztafánk sonkával (beignets de pâte levée au jambon),

kelttésztafánk gombával (beignets de pâte levée aux champignons).

f) Tekercsek (Roulades)

A tekercsek készítésénél a hidegen készített könnyű felverték ismeretére támaszkodhatunk.

A különbség az, hogy cukrot nem használunk a készítésükhöz. Minden egyes tojáshoz 0,04 kg lisztet, 5 db tojáshoz 0,01 kg sót számítunk. A tojásfehérjét úgy verjük habbá, hogy félkemény állapotban adjuk hozzá az átszitált sót, majd együtt fejezzük be a tojás hab felverését. Ezután keverjük hozzá a habosra vert tojássárgáját, majd az átszitált lisztet.

A sós piskótaanyagot ezután a piskótaalapról ismertetett módon sütőpapírral borított sütőlemezre kenjük, majd enyhén gőzös sütőben 160 °C-on megsütjük.

Ha a piskótaalap megsült, tetejét meghintjük liszttel, majd a sütőlemezre borítjuk.

A sütőpapírt óvatosan lehúzzuk a piskótaalapról, majd egyenletesen rákenjük az egynemű, csomómentes töltelékot.

A piskótaalapot hosszabb oldalával párhuzamosan felcsavarjuk és konyharuhába tekerjük. Ezután úgy fektetjük a munkaasztalra, hogy a széle alulra kerüljön. Így szeleteléskor a tekercs széle nem válik le. A piskóatekerceset kb. 1 cm vastag szeletekre vágjuk kissé ferden, fűrészfogú késsel.

A piskóatekerces-szeleteket tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk. A tekercshez jellegének megfelelő forró mártást adunk, külön előmelegített mártásoscsészében.

Korábbi ismereteinknek megfelelően készíthető:
 gombás tekercs (roulades aux champignons),
 sajtos tekercs (roulades au fromage),
 sonkás tekercs (roulades au jambon),
 velős tekercs (roulades au cervelles),
 parajos tekercs (roulades aux épinards).

7. táblázat

A tésztából készíthető meleg előételek összefoglalása

Vajastésztából készíthető meleg előételek	Sós linzertésztából készíthető meleg előételek	Főtt tésztából készíthető meleg előételek	Palacsintából készíthető meleg előételek	Fánkok	Tekercesek
---	--	---	--	--------	------------

3. Rizottók

A rizottók készítése elsősorban az olasz konyhára jellemző. A rizottó alapanyaga a jó minőségű, forró rizsköret. Ehhez keverjük hozzá még forrón:

- a 0,5 cm-es nagyságú kockákra vágott, párolt, főtt, jelleget adó anyagokat, főtt zöldborsót,
- az ízesítő-, fűszerezőanyagokat és végül,
- a reszelt sajt felét, amelyet lehetőség szerint parmezán vagy valamilyen kemény sajt legyen.

Az egészet pecsenyevillával összekeverjük, majd könnyedén kivajazott levescsészébe nyomkodjuk. Előmelegített tálalótálra borítjuk. Tetejére hintjük a reszelt sajt másik felét.

Külön előmelegített mártásoscsészében pecsenyevet vagy a rizottó jellegének megfelelő mártást adunk hozzá.

Szárnyasmájrizottó (Risotto au foie de volaille)

Háziszárnyasok aprólékainak előkészítése

Párolt rizs

Pirítás

Párolás

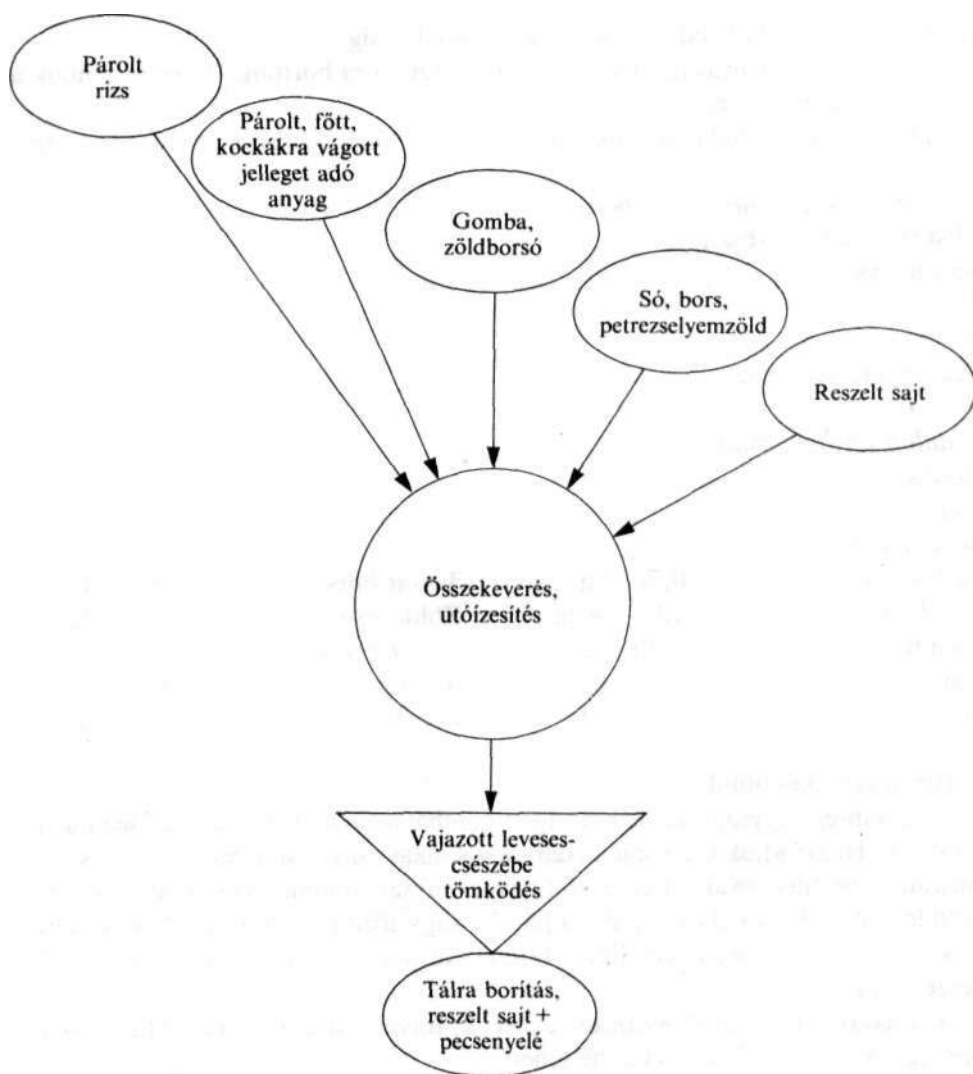
Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad:

Szárnyasmáj	0,80	kg	Majoránna	0,005	kg
Párolt rizs	10	adag	Zöldborsó	0,25	kg
Gomba	0,30	kg	Vaj	0,06	kg

Vöröshagyma	0,08 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,10 kg	Reszelt sajt	0,15 kg
Só	0,02 kg	Pecsenyéié	5 adag
Törött bors	0,005 kg		

21. séma A RIZOTTÓ KÉSZÍTÉSE



A finomra vágott vöröshagymát zsírban megpirítjuk. Hozzáadjuk az előkészített, 0,5 cm-es nagyságú kockákra vágott gombát, majd a szárnyasmájat, és gyorsan lepírítjuk. Együtt puhára pirítjuk az anyagokat. Megsózzuk, majd fűszerezzük törött borssal, morzsolt majoránnával, finomra vágott petrezselyemzölddel. Végül hozzákeverjük a sós vízben puhára főzött, leszűrt zöldborsót.

Ha a zöldborsó fiatal, zsenge, akkor párolással is készíthetjük.

A puhára párolt forró anyagokhoz pecsenyevillával óvatosan hozzákeverjük a forró párolt rizst, végül a reszelt sajt felét.

A szárnyasrizottót megkóstoljuk, ha szükséges, utánízésítjük, illetve megfelelő mértékben fűszerezzük, majd kivajazott levescsészébe nyomkodjuk.

Ha a szárnyasmájrizottót nem találjuk azonnal, akkor a levescsészével együtt vízfürdőbe állítjuk, és lefedve tartjuk melegen tálalásig.

Tálaláskor a szárnyasmájrizottót előmelegített tála borítjuk. Tetejére hintjük a reszelt sajt másik felét.

Külön, előmelegített mártásoscsészében forró, jóízű pecsenyelevet adunk hozzá.

Sonkarizottó (Risotto au jambon)

Füstölt húsok előkészítése

Párolt rizs

Párolás

Pirítás

Pecsenyéié készítése

Ajánlott anyaghányad:

Sonka

vagy

sovány főtt

füstölt hús	0,70 kg	Törött bors	0,005 kg
Párolt rizs	10 adag	Zöldborsó	0,30 kg
Gomba	0,30 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Vaj	0,15 kg	Reszelt sajt	0,15 kg
Só	0,01 kg	Pecsenyéié	5 adag

Párolt rizst készítünk.

A 0,5 cm-es nagyságú kockákra vágott gombát a vaj kétharmad részében puhára pároljuk. Hozzáadjuk a hasonlóan darabolt sonkát vagy füstölt húst, és gyorsan lepírítjuk, ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel, majd hozzáadjuk a puhára párolt, vagy főzött zöldborsót. A forró anyagokhoz óvatosan, pecsenyevillával hozzákeverjük a forró párolt rizst, végül a reszelt sajt felét.

A sonkarizottó sózását óvatosan végezzük, mivel a sonka esetenként túlságosan sós, így a rizottót élvezhetetlenné tehetjük.

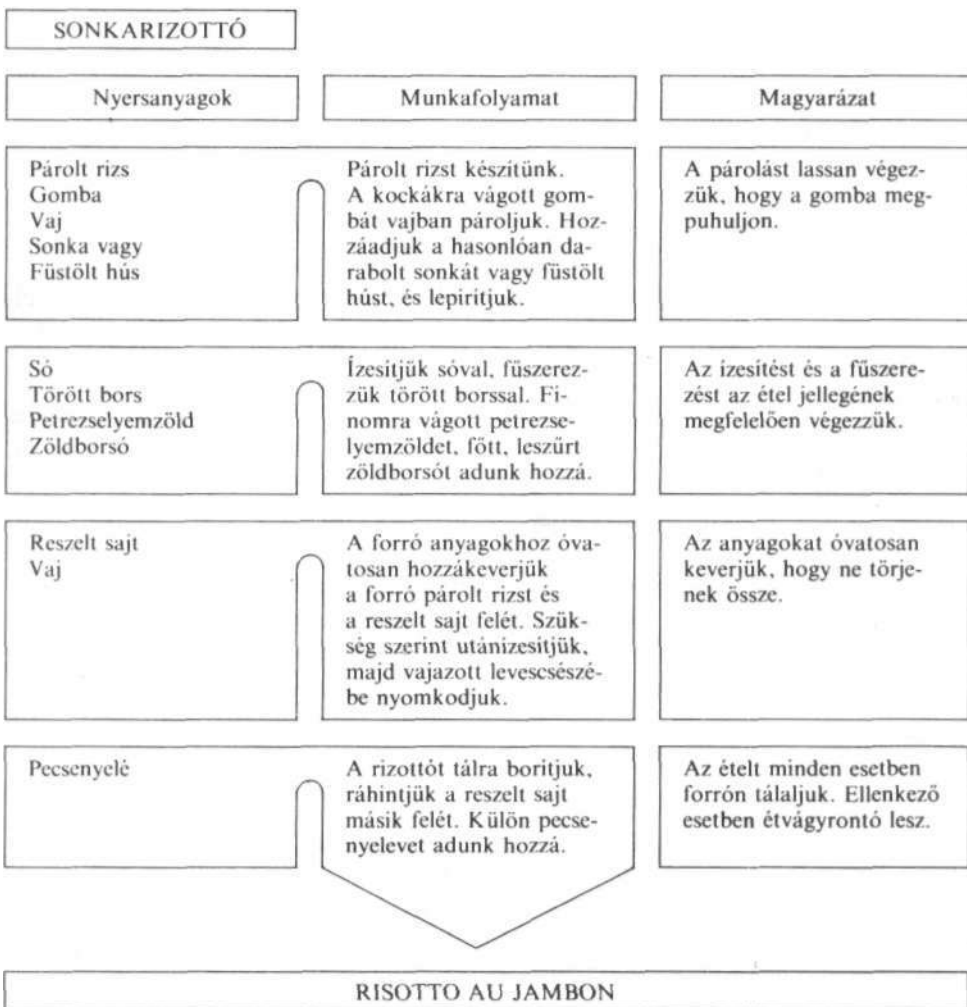
A sonkarizottó tálalása a továbbiakban mindenben megegyezik a szárnyaszottóéval.

Külön, előmelegített mártásoscsészében forró, jóízű pecsenyelevet adunk hozzá.

A szárnyasmáj- és sonkarizottó ismeretében készíthető:

szárnyaszottó (risotto de volailles), amelyhez suprême mártást adunk,
libamájrizottó (risotto de foie gras), amelyhez pecsenyelevet adunk,
tojásrizottó (risotto á la Stephanie), amelyhez paradicsommártást adunk.

56. folyamatábra



4. Sajtból készíthető meleg előételek

A fogyasztói szokások folytonos változása, differenciálódása arra „kényszeríti” az élelmiszeripart, hogy minél szélesebb választékot alakítson ki az árukínálat minden területén. Ez a folyamat a tejtermékekkel kapcsolatban is érzékelhető.

Mint a társadalom táplálkozási kultúráját befolyásoló tényezőnek, a vendéglátóiparnak is alkalmazkodni kell a megváltozott körülményekhez. Ez megnyilvánul a sajtból készíthető ételek bővülő választékában. A táplálkozás-élettani értékein túl a sajttal készült ételek élvezeti értéke más étellel nem hasonlítható össze. A krémszerűen megolvadt sajt, a fűszerekkel és a járulékos anyagokkal együtt, a jellemző hőbehatás eredményeképpen kellemes ízhatást nyújt.

A sajtból készíthető meleg előételek csoportosítása:

- bundázott előételek,
- ropogósok,
- felfújtak,
- egyéb készítmények.

a) Bundázott sajtok

A sajtból készíthető bundázott előételekhez kemény vagy félkemény sajtokat célszerű használni, hogy sütés közben a sajtszeletek megtartsák alakjukat, ne deformálódjának.

Ilyen sajtok:

- ementáli sajt,
- pannónia sajt,
- trappista sajt,
- óvári sajt,
- edámi sajt.

Ementáli sajtszeletek rántva (Fromage frit)

Bundázás

Bő zsírban sütés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Ementáli sajt	1,00	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Olaj	0,50	l	Liszt	0,10	kg
Tartármártás	5	adag	Tojás	4	db
			Zsemlemorzsa	0,40	kg

Az ementáli sajtot kb. 0,5 cm vastag szeletekre vágjuk. A sajtszeleteket lisztben, felvert egész tojásban, szitált zsemlemorzzában megforgatjuk, majd bő, forró olajban mindkét oldalukat gyorsan pirosra, ropogósra sütjük. Lapátkanállal rácsra emeljük, és lecsepegtetjük. Tálpapírral ellátott fémtálra helyezük a frissen készre sült sajtszeleteket.

Külön mártásoscsészében jól előhűtött tartármártást adunk hozzá.

b) Ropogósok

A sajtropogóst a zöldségropogós ismeretében készítjük. A sajtropogóshoz is elősorban kemény vagy félkemény sajtokat használunk! A sajtropogós sózását mérsékelten végezzük. Vegyük figyelembe, hogy a sajtok só is tartalmazznak.

Sajtropogós (Croquettes au fromage)

Besamelmártás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Sajtmártás

Ajánlott anyaghányad:

Ementáli sajt	0,30 kg	<i>Bundázáshoz:</i>	
Parmezán sajt	0,10 kg	Liszt	0,10 kg
Tojássárgája	5 db	Tojás	5 db
Besamelmártás	10 adag	Zsemlemorzsa	0,40 kg
Só	0,01 kg	Olaj	0,40 l
Törött bors	0,005 kg	Sajtmártás	5 adag
Szerecsendió	0,005 kg		

A jó kemény, még forró besamelmártáshoz hozzákeverjük a törött borsot, a frissen reszelt szerecsendiót, a tojássárgát. Megkóstoljuk, ha szükséges, sóval ízesítjük, majd kihűtjük. Ezután keverjük hozzá a reszelt sajtokat.

A ropogós anyagát formázzuk, majd bundázzuk. Bő olajban ropogósra sütjük. Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk a ropogósokat.

Külön, előmelegített mártásoscsészében jóízű sajtmártást adunk hozzá.

c) Felfújtak

A sajtelfűjtakat a parajfelfűjt ismeretében készítjük. A sajtropogóshoz hasonlóan ehhez a készítményhez is csak kemény vagy félkemény sajtot használunk, a sózást pedig mérsékelten végezzük.

Sajtfelfűjt (Soufflé au fromage)

Besamel mártás
Tojás hab készítése
Gőzölés
Sajtmártás

Ajánlott anyaghányad:

Ementáli sajt	0,25 kg	Szerecsendió	0,005 kg
Parmezán sajt	0,10 kg	Tojás	6 db
Só	0,01 kg	Vaj	0,06 kg
Besamel mártás	8 adag	Liszt	0,08 kg
Törött bors	0,005 kg	Sajtmártás	5 adag

A besamel mártáshoz hozzákeverjük a reszelt sajtokat, a tojássárgáját, a törött borsot, a frissen reszelt szerecsendiót, ha szükséges, egy kevés sót. Ezután könnyedén hozzákeverjük a tojásfehérjéből vert kemény habot. A formákat alaposan kivajazzuk, majd kilisztezzük. A sajtfelfűjt anyagát kb. kétharmad részig betöltjük formákba, majd vízfürdőbe helyezve, fedővel lefedve lassan készre gőzöljük. A készre gőzölt felfűjtakat óvatosan előmelegített tálra borítjuk.

Külön, előmelegített mártásoscsészében jóízű sajtmártást adunk hozzá.

d) Egyéb készítmények

A sajtból készíthető egyéb készítmények fontos helyet foglalnak el az ételbárok ételválasztékában. A meleg szendvicsek fontos alapanyaga a sajt, illetve a sajtból készíthető mártások. A sajt más anyagokkal rétegezve, pirított kenyérszeletekre helyezve, szalamanderben pirítva igen változatosan készíthető.

Meleg sajtos szendvics (Welsh rarebits)

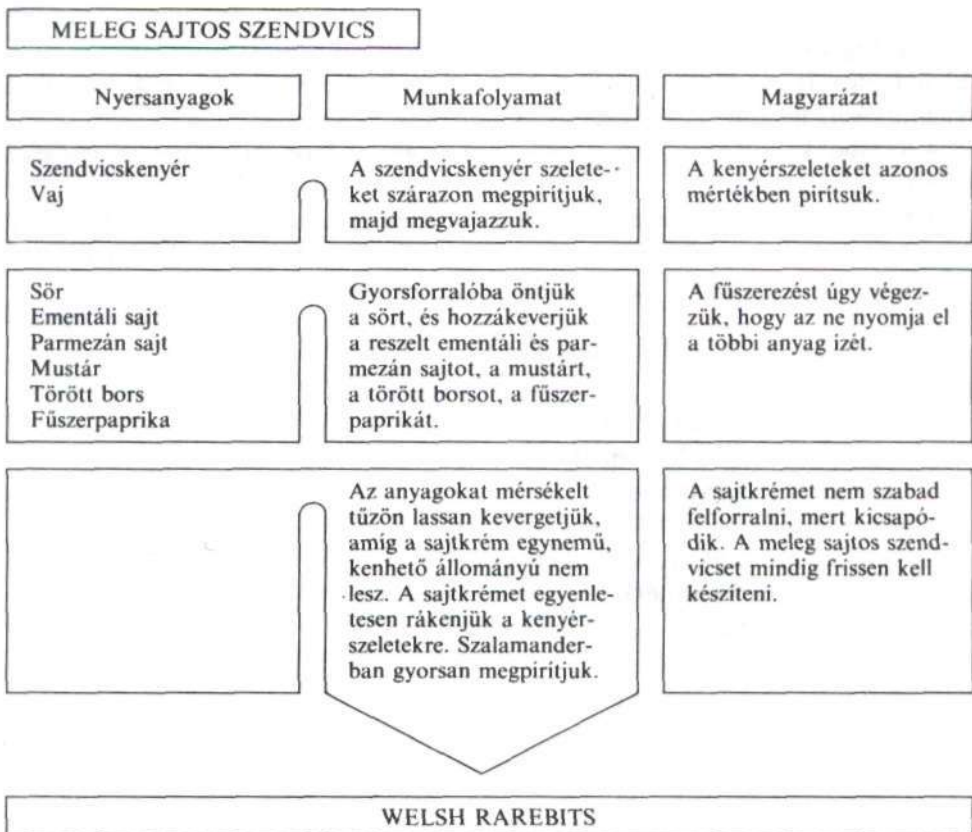
Ajánlott anyaghányad:

Szendvicskenyér	0,60 kg	Mustár	0,02 kg
Vaj	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Ementáli sajt	0,30 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Parmezán sajt	0,05 kg	Világos sör	0,25 l

A szendvicskenyér-szeleteket szárazon megpirítjuk, majd megvajazzuk.

Gyorsforralóba öntjük a sört. Hozzákeverjük a többi anyagot, közben mérsékelt tűzön lassan kevergetjük. Ha a sajtkrém egynemű, kenhető állományú lett, leveszük a tűzhelyről, és egyenletesen rákenjük az előkészített szendvicskenyér-szeletekre. Ezután szalamanderben gyorsan megpirítjuk.

57. folyamatábra



Tálpapírral ellátott fémtálra tálaljuk.

A „Welsh rarebits” az angol és az amerikai konyha jellegzetes készítménye, amely a sajtfélék és fűszerek kombinálásával igen változatosan készíthető.

8. táblázat

Sajtból készíthető meleg előételek összefoglalása

Bundázott előételek	Ropogósok	Felfújtak	Egyéb készítmények

A tojás fogyasztása élvezeti értékén kívül táplálkozás-élettani szempontból is rendkívül fontos. Igen értékes anyagokat, többek között teljes értékű fehérjéket, továbbá vitaminokat, lecitint, vasat, meszet tartalmaz.

A tojásból készíthető meleg előételekhez kizárólag friss, kifogástalan minőségű tojást használjunk.

A tojásból készíthető meleg előételeket minden esetben frissen, rendelésre kell készíteni. Ennek megfelelően azonnal tálalni kell. Ha nem így járunk el, a tojásétel kihűl, így étvágyrontóvá, nehezen emészthetővé válik.

A tojásból készíthető ételek csoportosítása:

Főtt tojások:

- kemény tojás (oeufs dur),
- híg tojás (oeufs á la coque),
- lágy tojás (oeufs mollets),

bevert tojás (oeufs pochés),
edénykében párolt tojás (oeufs en cocotte),
habart tojás (oeufs brouillés),
tojáslepény (omelette),
tükörttojás (oeufs au miroir),
tálon sült tojás (oeufs sur le plat),
rántott tojás (oeufs frits),
töltött tojás (oeufs farcis).

a) Főtt tojások

Kemény tojás (Oeufs dur)

A tojásokat a forrástól számított tíz percig főzzük, hirtelen hideg vízzel leöblítjük, meghámozzuk, majd még melegen tálaljuk.

Híg tojás (Oeufs á la coque)

A tojást forrásban levő vízbe helyezzük, majd a vendég kívánságának megfelelően 1,5–2, esetleg 3 percig főzzük.

Attól függően, hogy héjában adjuk asztalra, vagy előmelegített pohárba kaparjuk a tojás tartalmát, ismert:

- híg tojás héjában,
- híg tojás pohárban.

A készítmény főzés után azonnal tálalandó. Ellenkező esetben étvágyrontó, nehezen emészthető lesz.

Lágy tojás (Oeufs mollets)

A tojásokat forrásban levő vízbe helyezzük, majd 4–5 percig főzzük. Ezután hideg vízbe helyezzük, és óvatosan meghámozzuk.

Lágy tojás római módra (Oeufs mollets á la Romaine)

Lágy tojás

Roston sütés

Pirított gomba

Madeiramártás

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20 db	Gomba	0,25 kg
Paradicsom	10 db	Vaj	0,10 kg
Só	0,01 kg	Petrezselyemzöld	1 csomó
Törött bors	0,005 kg	Madeiramártás	5 adag

Adagonként 2–2 db lágy tojást készítünk. A félbevágott paradicsomokat megsózzuk, megborsozzuk, majd roston megsütjük.

A roston sült paradicsomokat vajban pirított gombával töltjük, majd ráhelyezzük a meleg lágy tojásokat.

Bevonóképes madeiramártással vonjuk át a lágy tojásokat.

b) Bevert tojások

Bevert tojás (Oeufs pochés)

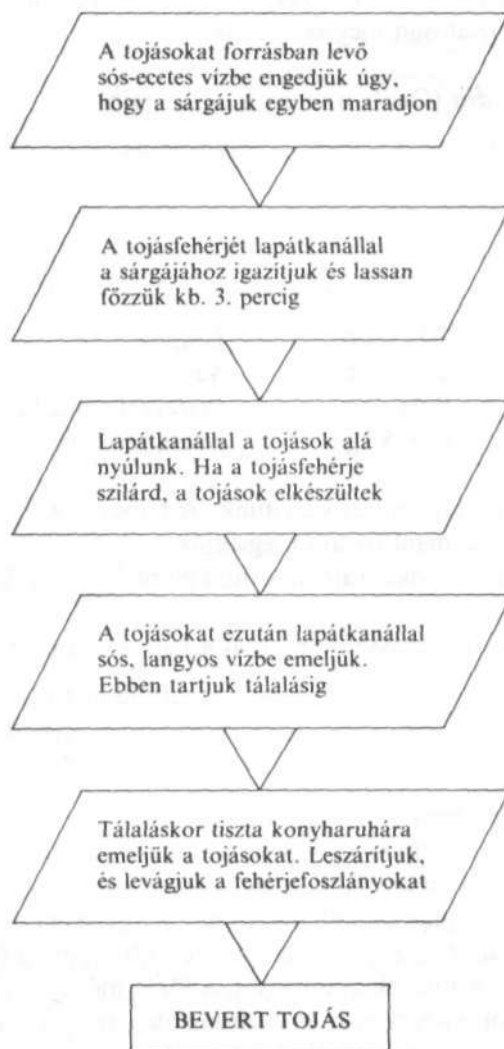
Megfelelő nagyságú lábasban vizet forralunk, amelyhez sót adunk, ecetet öntünk.

A friss tojásokat óvatosan feltörjük, majd egészen közélről a forrásban levő vízbe engedjük úgy, hogy a sárgája egyben maradjon. A tojásfehérjét — ha szükséges — lapátkanállal a sárgájához igazítjuk. A lassú főzést kb. 3 percig folytatjuk, a tojások nagyságától függően. A tojások állományát, a főzés mértékét akkor ellenőrizzük. Lapátkanállal a tojások alá nyúlunk, és óvatosan megemeljük. Ha a tojásfehérje bereped, nem burkolja teljesen a sárgáját, akkor a lassú ütemű főzést tovább folytatjuk. Ha a tojás ellenőrzésekor azt tapasztaljuk, hogy a fehérje szilárd, megfelelően burkolja a lágy sárgáját, lapátkanállal alányúlva óvatosan átemeljük langyos, sós vízbe. Ebben tartjuk tálalásig.

Tálaláskor a tojást óvatosan tiszta konyharuhára emeljük, gondosan leszárítjuk, majd a fehérjefoszlányokat levágjuk, hogy szép gömbölyű formája legyen a bevert tojásnak. Ezután tálaljuk a bevert tojást az étel jellegének megfelelően.

Gyakran előforduló hiba, hogy a tojás nem kellően friss, így a tojásfehérje a főzésnél különválik a tojássárgájától. A tojássárgája így kisméretű, jellegtelen alakúvá válik, esetleg szétfakad a sós, ecetes vízben.

22. séma A BEVERT TOJÁS KÉSZÍTÉSE



Bever tojás Hadik módra (Oeufs pochés á la Hadik)

Bever tojás készítése

Tejszínes gombamártás

Vagdalt borjúborda

Natúr sütés

Ajánlott anyaghányad:

Vagdalthoz:

Borjú-apróhús	0,60	kg	Tojás	20	db
Zsemle	2	db	Só	0,02	kg
Tej (áztatáshoz)	0,40	l	Ecet (20%-os)	0,05	l
Petrezselyemzöld	1	csomó	Tejszínes		
Só	0,02	kg	gombamártás	5	adag
Törött bors	0,005	kg			
Zsír	0,12	kg			
Tojás	2	db			
Zsemlemorzsa	0,10	kg			

Húspogácsákat készítünk. A vagdalt borjúbordánál ismertetett módon a borjúhúst, a zsemlet, a petrezselyemzöldet, a sót, a törött borsot, a zsírt és a 3 db tojást összedolgozzuk, és jóízű vagdaltat készítünk. Ezután annyi egyenlő részre osztjuk a vagdalt húst, ahány bevert tojást készítünk. A borjúvagdaltból egyforma nagyságú pogácsákat alakítunk ki. A pogácsák közepét kimélyítjük, hogy megfelelő helyük legyen a bevert tojásoknak. Ezután megforgatjuk a szitált zsemlemorzzában, majd egy kevés zsírban, natúr sütéssel megsütjük. Közben elkészítjük a tejszínes gombamártást és a bevert tojásokat.

A készre sült borjúhúspogácsákat előmelegített tálra helyezzük a korábban kialakított mélyedéssel fölfelé. A leszárított, formázott, bevert tojásokat a húspogácsákra helyezzük. Az egészet átvonjuk jóízű, bevonóképes tejszínes gombamártással, majd meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel.

Bevert tojás Metternich módra (Oeufs pochés á la Metternich)

Borjúhúspogácsa készítése

Bevert tojás készítése

Béarni mártás

Ajánlott anyaghányad:

Vagdalthoz:

Borjú-apróhús	0,60	kg	Tojás	20	db
Zsemle	2	db	Só	0,02	kg
Tej (áztatáshoz)	0,40	l	Ecet (20%-os)	0,05	l
Petrezselyemzöld	1	csomó	Béarni mártás	5	adag
Só	0,02	kg			
Törött bors	0,005	kg			
Zsír	0,12	kg			
Tojás	3	db			
Zsemlemorzsa	0,10	kg			

58. folyamatábra

BEVERT TOJÁS HADIK MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Borjú-apróhús Zsemle Tej Petrezselyemzöld Só Törött bors Tojás Zsemlemorzsá Zsír	Húspogácsákat készítünk, amelyek közepét kimélyítjük. Zsemlemorzsába megforgatjuk, majd egy kevés zsírban megsütjük.	A húspogácsákat úgy süssük, hogy ne száradjanak ki.
Só Ecet Tojás	Jóízű tejszínes gombamártást készítünk. Bevert tojást készítünk sós-ecetes vízben. Formázzuk, majd felhasználásig langyos vízbe helyezzük.	A bevert tojásokat úgy főzzük meg, hogy a közepé lágy maradjon, a fehérje megszilárduljon.
	A készre sütött húspogácsákat előmelegített tálra helyezzük, a mélyedéssel felfelé. A bevert tojásokat óvatosan leszárítjuk.	A mélyedésekbe fogjuk a bevert tojásokat helyezni. A tojásokat azért kell leszárítani, hogy a mártás ne folyjon le róluk.
Tejszínes gombamártás	A húspogácsára helyezzük a bevert tojásokat, majd átvonjuk forró, tejszínes gombamártással, és tálaljuk.	Igen fontos, hogy minden forró legyen. A langyos vagy hideg bevert tojás étvágyrontó.
OEUF S POCHÉS À LA HADIK		

Az elkészített húspogácsákat előmelegített tálra helyezzük, majd ráhelyezzük a leszárított, formázott bevert tojásokat. Az egészét átvonjuk jóízű, bevonóképes béarni mártással. Tárkonylevélcsíkokkal díszítjük a bevert tojásokat. (27. ábra)



27. ábra A bevert tojás Metternich módra — tálalva

9. táblázat

A bevert tojások módozatai

Módozat mártás	Alap adalékanyagok	Jelleget adó anyagok	
Hadik	húspogácsa	tejszínes gombamártás	-
Metternich	húspogácsa	béarni mártás	-
Bakonyi	párolt rizs	bakonyi mártás	
Moszkvai	pirított zsemleszeletek	moszkvai mártás	kaviár
Velencei	főtt, füstölt marhanyelvszelet	velencei mártás	vékony szarvasgomba- szelet
Kárpáti	vajastésztakosár	tejszínes kapros ráragu	
Szentesi	vajastésztakosár	paprikás mártás	borjúpörkölt finomra vágva
Pannónia	roston sült fogasfié	paprikás mártás	
Hercegnő	vajastésztakosár	supréme mártás	főtt csirágfej
Meyerbeer	vajas tésztakosár	madeiramártás	bárányveseragu
Törökös	szárnyasmáj rizottó	paradicsommártás	-
Vadász	pirított zsemleszeletek	vadászragu	

Bevert tojás bakonyi módra (Oeufs pochés á la Bakony)

Bevert tojás készítése

Bakonyi mártás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad:

Bakonyi mártás	5	adag	Só	0,02	kg
Párolt rizs	5	adag	Ecet (20%-os)	0,05	l
			Tojás	20	db

A leszártott, formázott bevert tojásokat rizsalapra helyezzük, majd leöntjük jóízű, bevonóképes bakonyi mártással. Tetejét megöntözzük tejföllel, paprikaszínnel.

c) Edénykében párolt tojások

Edénykében párolt tojás (Oeufs en cocotte)

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Vaj	0,10	kg

Az edénykében párolt tojást az erre a célra kialakított 1 személyes tűzálló, porcelán- vagy ezüstedénykében készítjük. Az edénykét kivajazzuk. Beleütjük a tojásokat úgy, hogy sárgája egyben maradjon. Vízfürdőre helyezzük, és lassan készre pároljuk. Az edénykében párolt tojást raguval is készíthetjük. Ebben az esetben először a ragut helyezzük a kivajazott edénykébe, majd óvatosan beleütjük az egész tojást.

A készítményt tejszínnel, tejföllel, tejjel vagy más folyadékkal is készíthetjük. Ebben az esetben először a tojást ütjük a kivajazott edénykébe, majd erre öntjük a fent felsorolt anyagokat. (28. ábra)

Edénykében párolt tojás vadász módra (Oeufs en cocotte á la chasseur)

Edénykében párolt tojás készítése

Vadászragu

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Vaj	0,10	kg
Vadászragu	5	adag



28. ábra Az edénykében párolt tojás tálalva

A kivajazott edénykébe merjük a jóízű vadászragut, majd óvatosan ráöntjük a tojásokat. Vízfürdőben készre pároljuk. A fenti készítményeket a vendég sózza meg ízlése szerint.

Edénykében párolt tojás tejszínnel (Oeufs en cocotte á la crème)

Edénykében párolt tojás készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db	Só	0,01	kg
Vaj	0,10	kg	Tejszín	0,30	l

A kivajazott edénykébe óvatosan beleütjük a tojásokat, ráöntjük a sóval összekevert tejszínt. Vízfürdőben készre pároljuk.

d) Habart tojások

Habart tojás (Oeufs brouillés)

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	25	db	Só	0,01	kg
Tejszín	0,20	l	Vaj	0,20	kg

Habüstbe vagy gyorsforralóba egész tojásokat, tejszínt, sót, olvasztott vaját adunk, majd jól összekeverjük.

Az edényt vízfürdőre állítjuk. Tartalmát addig kevergetjük, amíg morzsalékos állományúvá nem válik.

A jelleget adó anyagot apró kockákra vágjuk, vagy lereszeljük. Ennek a felét a kevergetés előtt a tojásos keverékhez adjuk. A jelleget adó anyag másik felét az előmelegített tálra tálalt habart tojás közepére hintjük.

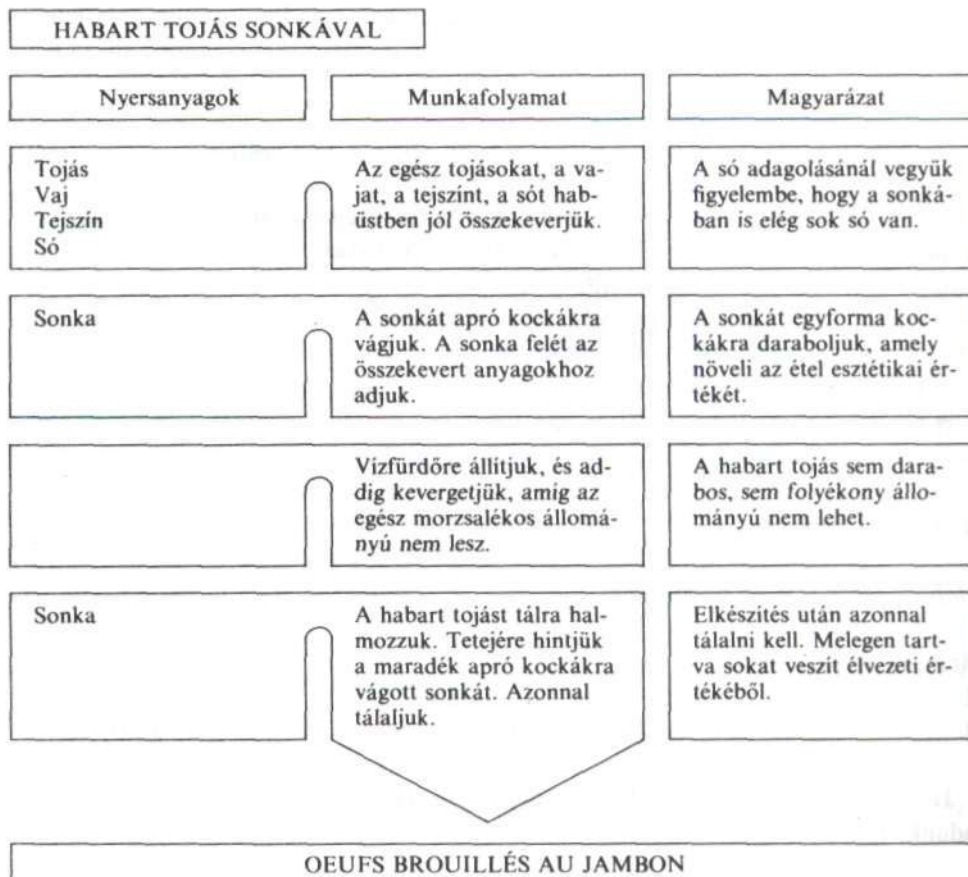
Habart tojás sonkával (Oeufs brouillés au jambon)

Habart tojás készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	25 db	Só	0,01 kg
Vaj	0,20 kg	Sonka	0,50 kg
Tejszín	0,20 l		

59.folyamatábra



OEUFS BROUILLÉS AU JAMBON

A tojást, a vaját, a tejszínt, a sót habüstben jól összekeverjük. A sonkát apró kokkákra vágjuk. A sonka felét az összekevert anyagokhoz adjuk, és vízfürdőn addig kevergetjük, amíg morzsalékos állományú nem lesz.

A habart tojást azonnal, előmelegített tálra halmozzuk. Tetejére hintjük a sonka másik felét.

Készíthető még:

habart tojás sajttal (oeufs brouillés au fromage),
habart tojás zöldborsóval (oeufs brouillés aux petit pois),
habart tojás szárnyasmájjal (oeufs brouillés au foie de volaille),
habart tojás gombával (oeufs brouillés aux champignons),
habart tojás velővel (oeufs brouillés aux cervelles) és
habart tojás paradicsommal (oeufs brouillés aux tomates).

e) Tojáslepenyek

Tojáslepeny (Omelette)

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	25	db	Vaj	0,10	kg
Tejszín	0,15	l	Só	0,02	kg
Zsír	0,15	kg			

A tojásokat habüstben felütjük, majd só, tejszínt keverünk hozzá. Serpenyőben zsírt forrósítunk, majd beleöntjük az összekevert tojásokat. Pecsényevillával kevergetjük, a másik kezünkkel a serpenyőt rázogattjuk, amíg a tojások állománya meg nem szilárdul és vékony lepenyszerű nem lesz. Ekkor lehúzzuk a tűzhely szélére. A tojáslepeny közepébe hosszúkás formában helyezük el a jelleget adó töltelékét. A töltelékre ráhajtjuk a tojáslepenyt úgy, hogy az egész kissé ovális alakú legyen. A serpenyőt visszatoljuk az erős tűzre, majd kissé megpirítjuk az alsó részét. Ezután az egészet tálra borítjuk úgy, hogy az alsó része kerüljön fölülre.

Tetejét olvasztott vajjal átfényezzük.

A tojáslepenyt úgy is készíthetjük, hogy a jelleget adó anyagokat összekeverjük a tojással, vagy zsírban megpirítjuk, és ráütjük a tojásokat, majd együtt sütjük össze.

Tálaláskor egy kevés, jelleget adó anyagot hintünk a tojáslepeny tetejére.

Tojáslepeny zöldborsóval (Omelette aux petit pois)

Tojáslepeny készítése

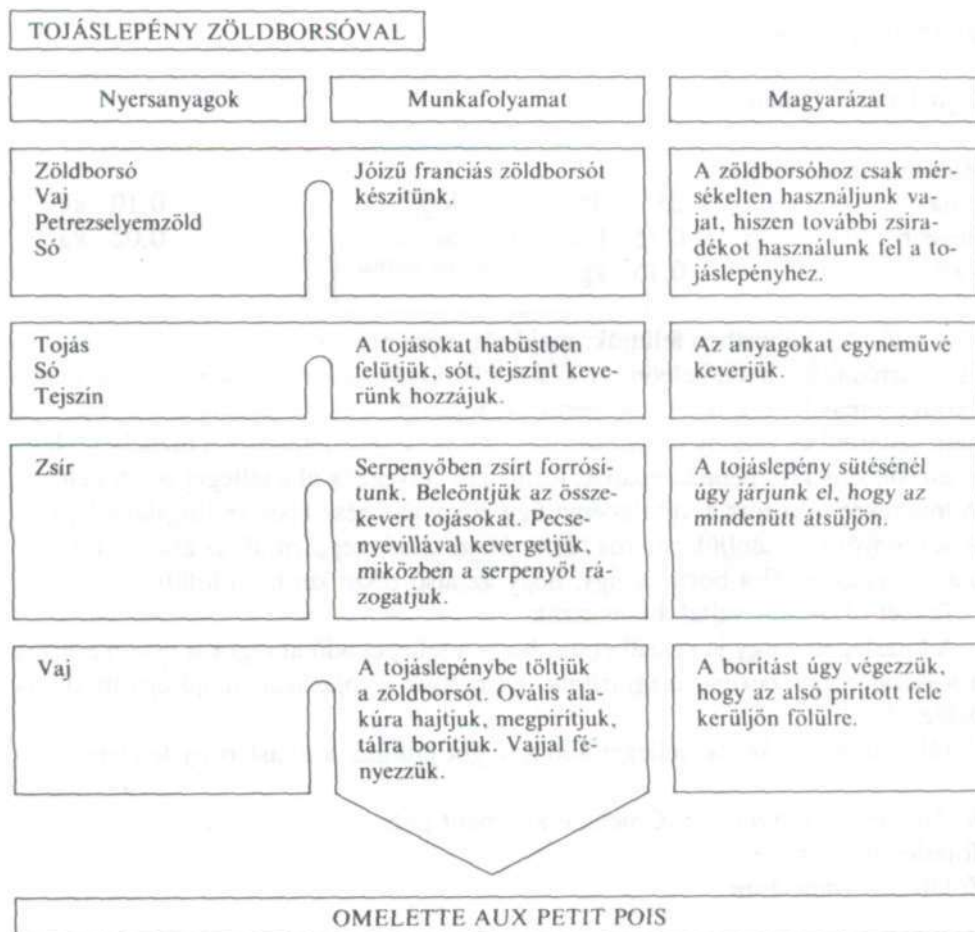
Zöldborsó franciásan

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	25 db	Zöldborsó	0,50 kg
Tejszín	0,15 l	Petrezselyemzöld	1 csomó
Zsír	0,15 kg	Só	0,03 kg
Vaj	0,10 kg		

Franciásan zöldborsót készítünk. Elkészítjük a tojáslepényt, majd betöltjük a franciás zöldborsót, és ovális alakúra hajtjuk. Az alsó részét megpirítjuk, majd előmelegített tálra borítjuk úgy, hogy az alsó része kerüljön felülre, és megtartsa ovális alakját. Tetejét olvasztott vajjal átfényezzük, majd egy kevés visszahagyott zöldborsóval meghintjük.

60. folyamalábra



Készíthető még:

tojáslepény csiréggel (omelette aux asperges),
tojáslepény velővel (omelette au cervelle),
tojáslepény sajttal (omelette au fromage),
tojáslepény sonkával (omelette au jambon),
tojáslepény szalonnával (omelette au lard),
tojáslepény tavasziasan (omelette á la printanière),
tojáslepény lecsóval (omelette au lecsó),
tojáslepény paradicsommal (omelette aux tomates)

f) Tükörtojás

Tükörtojás (Oeufs au miroir)

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Zsír	0,10	kg

Serpenyőben vagy tükörtojássütőben egy kevés zsírt hevítünk. A tojást óvatosan felütjük, majd beleengedjük a serpenyőbe úgy, hogy a sárgája ne repedjen be, egyben maradjon. Ezután lassan készre sütjük. Ügyeljünk arra, hogy a tojásfehérje mindenütt jól átsüljön, a sárgája pedig nyers maradjon.

A készre sült tükörtojást a tükörtojássütőből óvatosan kiemeljük, ügyelve arra, hogy a sárgája egyben maradjon.

Ha a tükörtojást serpenyőben süttük, akkor nagyobb átmérőjű fánkkiszúróval kör alakúra alakítjuk.

g) Tálon sült tojások

Tálon sült tojás (Oeufs sur le plat)

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Zsír vagy vaj	0,10	kg

A tálon sült tojást tűzálló vagy fémtálban készítjük el. A tálat kivajazzuk vagy kizsírozzuk, majd beleütjük a tojást, és a tükörtojáshoz hasonlóan megsütjük.

Esetenként olyan anyagokat használunk, amelyekkel együtt a tojás könnyen megsüthető: pl. szalonna, császárhús.

Tálon sült tojás Bercy módra (Oeufs sur le plat á la Bercy)

Tálon sült tojás készítése

Paradicsommártás

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db	Virsli	0,60	kg
Zsír vagy vaj	0,12	kg	Paradicsommártás	5	adag

A kivajazott tűzálló tálba helyezzük a hosszában kettévágott, sűrűn beirdalt virslit. A virslit lassan sütjük, majd közben melléütjük a tojásokat. Az egészet lassan készre sütjük.

Mikor a virsli és a tojás együtt készre sült, a virsliket átvonjuk jóízű, bevonóképes paradicsommártással.

Tálon sült tojás sonkával (Oeufs sur le plat au jambon)

Tálon sült tojás készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Zsír vagy vaj	0,12	kg
Sonka	0,40	kg

Kizsírozott vagy kivajazott tűzálló tálba helyezzük a felszeletelt főtt sonkát. Az alsó oldalát gyengén megpirítjuk, majd megfordítjuk. Ekkor óvatosan ráöntjük a tojásokat és készre sütjük.

Mivel a készítmény angol nyelvterületről terjedt el, illik ismerni angol elnevezését: Ham and eggs.

Tálon sült tojás szalonnával (Oeufs sur le plast au lard)

Tálon sült tojás készítése

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	20	db
Szalonna	0,40	kg

A jó húsos, vékonyan felszeletelt füstölt szalonnát, azaz „bacon”t tűzálló tálba helyezzük, és félig kisütjük. Ekkor a zsír egy részét leöntjük, a füstölt-szalonnalapokat megfordítjuk. A tojásokat óvatosan ráütjük, majd együtt készre sütjük. Angol neve: Bacon and eggs.

Téves az a felfogás, hogy a „bacon and eggs” olyan szalonnából készül, amelynek csak zsíros része van. Az a vendég, aki már ismeri az eredeti angol módon készült ételt, valószínűleg nem fogja ezt elfogyasztani, és visszaküldi a konyhába.

h) Rántott tojás

Rántott tojás (Oeufs frits)

A rántott tojás készítéséhez friss tojásokra és bő, forró olajra van szükség. A tojásokat óvatosan feltörjük, majd egészen közélről a bő, forró olajba engedjük úgy, hogy a sárgája egyben maradjon. Ha szükséges, a tojásfehérjéket lapátkanállal a sárgájához igazítjuk. A sütés kb. 1,-1,5 percet igényel. Ezalatt a tojás fehérje megszilárdul, a sárgája lágy marad. A készre sült tojásokat lapátkanállal kiemeljük a zsíradékból, lecsepegtetjük, majd tálaljuk. A rántott tojást a bevert tojásnál megismert módozatokban készíthetjük, vagy húsételekhez adhatjuk.

i) Töltött tojás

Töltött tojás csőben sütve (Oeufs farcis au gratin)

Töltött tojás készítése

Gratinmártás

Csőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	10	db	Zsemle	3	db
Só	0,01	kg	Tej (áztatáshoz)	0,40	l
Törött bors	0,005	kg	Gratinmártás	5	adag
Petrezselyemzöld	1	csomó	Reszelt sajt	0,08	kg
Tejföl	0,20	l	Vaj	0,05	kg
Zsemlemorzsa	0,05	kg			

A hosszában kettévágott főtt tojások sárgáit kiemeljük. A tejben áztatott hámozott zsemlet kinyomkodjuk, majd a főtt tojások sárgáival együtt szitán áttörjük. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, finomra vágott petrezselyemzölddel. Annyi tejfölt adunk hozzá, hogy könnyen formázható töltelékot kapjunk. A töltelékot csilagsóvel ellátott habzsákból betöltjük a tojásfehérjékbe.

10. láblázat

A tojásból készíthető meleg előételek összefoglalása

Főtt tojások: kemény tojás, híg tojás, lágy tojás	Bevért tojás	Edényké- ben párol tojás	Habart tojás	Tojás- lepény	Tükör- tojás	Tálon sült tojás	Rántott tojás	Töltött tojás
--	-----------------	--------------------------------	-----------------	------------------	-----------------	---------------------	------------------	------------------

Kivajazott tűzálló tálba egy kevés gratinmártást öntünk. Töltelékkel fölfelé ráhelyezzük a betöltött tojásokat, majd átvonjuk gratinmártással. Tetejére reszelt sajtot, szitált zsemlemorzst hintünk, vajdarabkákat morzsolunk, majd szalamanderben megpirítjuk.

6. Húsokból és belsőségekből készíthető meleg előételek

A húsok és belsőségek táplálkozás-élettani jelentőségével korábban már megismertedtünk. Mégis célszerű megemlíteni, hogy az emberi szervezet szempontjából fontos teljes értékű fehérjéket, vitaminokat és ásványi sókat tartalmaznak.

A húsokból és belsőségekből készíthető meleg előételek készítésénél jól alkalmazhatjuk a húsételeknél elsajátított ismereteket.

Csoportosításuk:

- bundázott előételek,
- ropogósok,
- felfújtak,
- csőben sülték,
- egyéb készítmények.

a) Bundázott előételek

A bundázással készült előételeket mindig frissen, a rendelés ütemének megfelelően kell készíteni.

Borjúvelő rántva (Cervelle de veau frite)

Borjúvelő előkészítése

Bundázás

Bő zsírban sütés

Párolt rizs

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Borjúvelő	1,40	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Só	0,03	kg	Liszt	0,15	kg
Citrom	2	db	Tojás	6	db
Olaj	0,60	l	Zsemlemorzsa	0,50	kg
Párolt rizs	5	adag			
Tartármártás	5	adag			

A megtisztított velőt sós, citromos vízben óvatosan megfőzzük, majd lehűtjük. Ezután a velőt kiemeljük a főzőléből, és egyenletes részekre, rózsákra szedjük, majd tiszta konyharuhán leszárítjuk.

Ezután sózzuk, lisztben, felvert egész tojásban és szitált zsemlemorzsában megforgatjuk. Forró zsírban pirosra, ropogósra sütjük, ügyelve arra, hogy a belső része is jól átsüljön. Az előmelegített tálon rizsből alapot alakítunk ki. Erre helyezzük a frissen sült borjúvelőt. Körberakjuk hámozott, citromból vágott szeletekkel.

Külön mártásoscésészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

Ugyanilyen módon készíthető még borjúmirigy rántva, sertésláb rántva.

b) Ropogósok

Sonkaropogós (Croquettes au jambon)

Besamelmártás

Bundázás

Bő zsírban sütés

Madeiramártás

Ajánlott anyaghányad:

Sonka	0,40	kg	<i>Bundázáshoz:</i>		
Füstölt hús	0,30	kg	Liszt	0,15	kg
Besamelmártás	6	adag	Tojás	5	db
Tojássárga	5	db	Zsemlemorzsza	0,40	kg
Só	0,01	kg			
Törött bors	0,005	kg			
Olaj	0,60	l			
Madeiramártás	5	adag			

A jó kemény besamelmártáshoz hozzákeverjük a főtt, finomra darált sonkát és füstölt húst, továbbá a tojássárgáját, a sót és a törött borsot. Az egészet jól összekeverjük, majd lehűtjük. Ezután formázzuk, bundázzuk, majd bő zsírban pirosra, ropogósra sütjük.

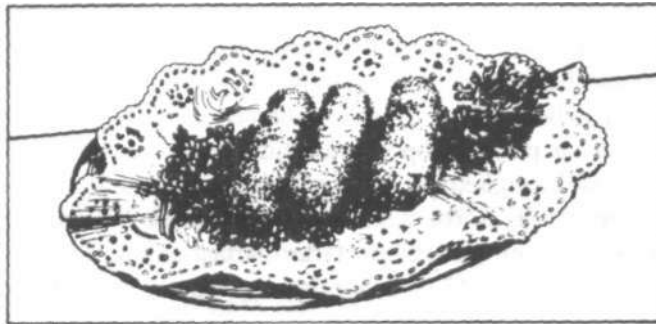
Lapátkanállal rácsra emeljük, alaposan lecsepegtetjük. Tálpapírral ellátott fém-tálra tálaljuk a sonkaropogóst (29. ábra)

Külön előmelegített mártásoscésészében jóízű madeiramártást adunk hozzá.

Ugyanilyen módon készíthető még:

velőropogós (croquettes de cervelle) és

májropogós (croquettes de foie).



29. ábra A sonkaropogós tálalva

c) Felfújtak

A húsból és belsőségekből készíthető felfújtakat a zöldség- és a főzelékfélékből készíthető felfújtakhoz hasonlóan készítjük. A jelleget adó anyagot megfőzzük vagy megsütjük, kihűtjük, ezután megdaráljuk és szitán áttörjük.

A pépesített anyaghoz hozzákeverjük:

- a besamel mártást,
- a sót,
- a fűszereket,
- a tojássárgáját, végül
- a kemény habbá vert tojásfehérjét.

A felfújtakat ezután gőzöljük, majd tálaljuk.

Ezek ismeretében készíthető:

sonkafelfújt (soufflé de jambon),
májfelfújt (soufflé de foie),
velőfelfújt (soufflé de cervelle),
borjúhúsfelfújt (soufflé de veau),
vadhúsfelfújt (soufflé de gibier).

d) Csőben sülték

A húsból és belsőségekből készíthető csőben sült ételeket a zöldség- és főzelékfélékből készíthető csőben sült ételekhez hasonlóan készítjük.

Borjúvelő csőben sültve (Cervelle de veau au gratin)

Borjúvelő előkészítése

Gratinmártás

Csőben sütés

Ajánlott anyaghányad:

Borjúvelő	1,00 kg	Sajt	0,08 kg
Só	0,03 kg	Zsemlemorzsa	0,05 kg
Citrom	2 db	Gratinmártás	5 adag
Vaj	0,15 kg		

A megfőzött velőt kiemeljük a főzőléből. Egyenletes részekre, rózsákra szedjük, majd tiszta konyharuhán leszárítjuk.

Kivajazott tűzálló tálba öntjük a gratinmártás felét. Ráhelyezzük a velődarabokat, majd átvonjuk a gratinmártás másik felével. Tetejére reszelt sajtot, szitált zsemlemorzsát hintünk, vajdarabkákat morzsolunk, majd szalamanderben megpirítjuk.

e) Egyéb készítmények

Libamájszeletek magyarosan (Foie gras a la hongroise)

Libamáj előkészítése

Natúr sütés

Pörköltalap készítése

Pirított burgonya

Ajánlott anyaghányad:

Libamáj	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Liszt	0,10 kg	Zöldpaprika	0,20 kg
Zsír	0,15 kg	Paradicsom	0,15 kg
Só	0,02 kg	vagy	
Vöröshagyma	0,10 kg	Lecsó	0,20 kg
		Pirított burgonya	10 adag

Az előkészített libamájból szép, nagy, kb. 4–5 dkg-os szeleteket vágunk. Ezt lehetőleg úgy végezzük, hogy utólag ne legyen szükség a szeletek kiveregetésére. Mivel a libamáj zsíros szerkezetű és puha állományú, a kiveregetés közben könnyen elkenődhet, sohat veszíthet eredeti súlyából. A libamáj szeleteket megsózzuk, majd lisztbe mártjuk.

Serpenyőben egy kevés zsírt hevítünk, amelyben megsütjük a libamáj szeleteket. A libamájszeleteket kiemeljük, a visszamaradt zsírban pörköltalapot készítünk, amelyhez hozzáadjuk az apró kockákra vágott zöldpaprikát és paradicsomot, vagy lecsót. Lassan pároljuk, majd behelyezzük a libamáj szeleteket és gyorsan összeforraljuk.

61.folyamatábra

LIBAMÁJSZELETEK MAGYAROSAN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Libamáj Só Liszt Zsír	A libamájszeleteket megsózzuk, lisztbe mártjuk és egy kevés zsírban megsütjük.	Arra ügyeljünk, hogy a zsír ne égjen meg, mert ebben készítjük majd a pörköltalapot.
Vöröshagyma Fűszerpaprika Zöldpaprika Paradicsom	A zsiradékban pörköltalapot készítünk, amelyhez kockára vágott zöldpaprikát és paradicsomot adunk.	Tartalmas, rövid lecsót készítünk.
	A libamájszeleteket hozzáadjuk a jóízű lecsóhoz és gyorsan összeforraljuk.	A libamájszeletekkel csak rövid ideig szükséges a forralást végezni, mert állománya hamar felpuhul.
Pírtott burgonya	A libamájszeleteket előmelegített tálra tálaljuk. Meglocsoljuk lecsós pörköltlével. Pírtott burgonyával körítjük.	Az étel csak forrón élvezhető, tehát fontos, hogy előmelegített tálra tálaljuk.
FOIE GRAS À LA HONGROISE		

A libamáj szeleteket előmelegített tálra tálaljuk, hogy a szeletek félig fedjék egymást, majd meglocsoljuk a lecsós pörköltlével. Mellé tálaljuk a frissen készített pírtott burgonyát.

Pírtott borjúvесе turbigói módra (Rognons de veau a la TURbigo)

Borjúvесе előkészítése

Pírtás

Barnamártás

Párolt rizs

Ajánlott anyaghányad:

Borjúvese	0,60 kg	Vöröshagyma	0,12 kg
Gomba	0,40 kg	Só	0,01 kg
Virslit	0,30 kg	Törött bors	0,005 kg
Zsír	0,15 kg	Vaj	0,05 kg
Paradicsom	0,20 kg	Barnamártás	5 adag
Fehérbor	0,20 l	Párolt rizs	10 adag

A borjúvesét kifejtjük a faggyúból, majd szeletekre vágjuk. A gombát szintén szeletekre, a virslit karikákra vágjuk.

A finomra vágott vöröshagymát zsírban megpirítjuk, majd hozzáadjuk a gombát és a vesét. Ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, lassan pirítjuk. Mikor zsírára pirult, hozzáadjuk a paradicsompürét és a karikára vágott virslit. Együtt tovább pirítjuk, majd fehérbort és barnamártást öntünk hozzá. Gyorsan összeforraljuk, közben vajat adunk hozzá.

Forrón, előmelegített tálra tálaljuk. Külön párolt rizst adunk hozzá.

//. táblázat

A húsból és a belsejékből készíthető meleg előételek összefoglalása

Bundázott előételek	Ropogósok	Felfűjtak	Csőben sülték	Egyéb készítmények
---------------------	-----------	-----------	---------------	--------------------

7. Meleg vegyes ízelítő

A meleg vegyes ízelítő legalább kilencféle meleg előételt tartalmazzon. Az összeállításnál ügyeljünk arra, hogy kétszer ne forduljon elő ugyanaz az alapanyag, illetve azonos — csőben sütés, ropogós, felfűjt — készítési mód.

Fontos, hogy a meleg vegyes ízelítő minden esetben tartalmazzon:

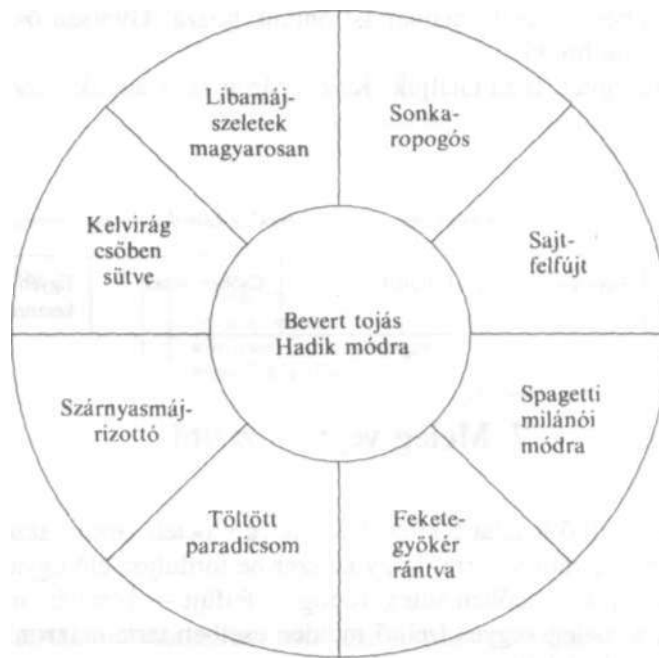
- zöldség- és főzelékfélék,
- tésztafélék,
- rizottót,
- sajtos készítményt,
- tojasos készítményt,
- húsból és belsejékből készült előételt.

Az ételek megfelelően váltakozva kerüljenek egymás mellé színük, ízük és készítési módjuk alapján.

Például: töltött törökparadicsom,
feketegyökér rántva, tartármártással,

23. séma MELEG VEGYES IZELITŐ

Szárnyashús- rizottó	Csírág hollandi mártással	Májropogós
Ravioli	Sonkafelfűjt	Brokkoli csőben sütve
Bevert tojás Metternich módra	Borjúvelő rántva	Töltött gomba



spagetti milánói módra,
szárnyasmáj rizottó,
bevert tojás Hadik módra
sonkaropogós madeiramártással,
libamájszeletek,
sajtfelfűjt,
kelvirág csőben sütve.

A meleg vegyes ízelítőnél fontos, hogy az egyes készítményeket időre készítsük el, és egyszerre tálaljuk az előmelegített tálkákba, a „ravier” (ejtsd: ravié)-kba.

Zöldség- és főzelékfélék-ből készíthető meleg előételek	Tésztákból készíthető meleg előételek	Rizottók	Sajtból készíthető meleg előételek	Tojásból készíthető meleg előételek	Húsokból és belsőségekből készíthető meleg előételek	Meleg vegyes ízelítő

Kérdések:

1. Milyen jelentősége van a meleg előételeknek az ételsoron belül, a táplálkozásban?
2. Hogyan csoportosítjuk a meleg előételeket?
3. Miért töltenek be fontos szerepet a táplálkozásban a zöldség- és főzelékfélék-ből készíthető meleg előételek?
4. Milyen töltelékekkel készíthetők a zöldség- és főzelékfélék?
5. Hogyan kell a felfűtők állományát ellenőrizni?
6. Hogyan csoportosítjuk a zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételeket?
7. Hogyan készítjük a gombafejeket sörtésztában sütve?
8. Hogyan készítjük a töltött gombát egri mártással?
9. Hogyan készítjük a csirágot hollandi mártással?
10. Hogyan készítjük a kelvirágot lengyelesen?
11. Hogyan készítjük a törökparadicsomot rántva?
12. Hogyan készítjük a zöldségropogóst?
13. Hogyan készítjük a parajfelfűjtat?
14. Hogyan csoportosítjuk a tésztákból készíthető előételeket?
15. Hogyan készítjük a vajastésztát és a vajaspástétomot?
16. Hogyan készítjük a velővel töltött palacsintát rántva?
17. Hogyan készítjük a hortobágyi húsos palacsintát?
18. Hogyan készítjük a spagettit milánói módra?
19. Mi az a ravioli?
20. Milyen jellegzetes sajtot kell adni a spagettihez és a raviolihoz?
21. Melyek a rizottó alkotóelemei?
22. Hogyan készítjük a sajtropogóst?
23. Hogyan készítjük a Welsh rarebits-et?
24. Mi a Hadik mód jellemzője?
25. Hogyan készítjük a habart tojást sonkával?
26. Hogyan készítjük az omlettet zöldborsóval?

27. Hogyan készítjük a velőrózsát rántva?
28. Hogyan készítjük a libamáj szeleteket magyarosan?
29. Milyen szempontoknak megfelelően állítjuk össze a meleg vegyes ízelítőt?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A meleg előételek tanulása előtt alaposan ismételjük át a korábban tanult, ajánlott anyagrészeket!
2. A bundázással készült meleg előételeket mindig frissen süssük! Ellenkező esetben az étel kihűl, étvágy rontó lesz!
3. A ropogósokhoz készített besamelmártás kemény állományú legyen, hogy jól formázható, alakítható legyen a készítmény!
4. A tojásfehérjéből vert habot óvatosan adjuk a felfújt anyagaihoz, hogy az állománya ne „törjön” össze!
5. A vajtészta készítését gondosan végezzük, hogy a vajtartalom ne olvadjon össze a lisztes tömeggel!
6. A „nyers” palacsintatésztát sütés közben folyamatosan kevergessük, hogy a tésztában levő liszt ne ülepedjen le!
7. A tojásételeket mindig friss tojásból készítjük!
8. A meleg vegyes ízelítő összeállításánál törekedjünk arra, hogy a készítési módok, színek, alapanyagok megfelelően kövessék, illetve váltogassák egymást!

XVII. Hideg előételek

A hideg előételek készítésének teljes megértéséhez és elsajátításához fontos, hogy néhány korábbi tananyagrészt átismételjünk:

- a híg levesek közül
 - a húsleves jellegű levesek és
 - az erőleves készítését,
- az egyéb főzelékek közül
 - az angolos főzelékek és
 - a különleges főzelékek készítését,
- a gyümölcsköretek készítését,
- a saláták közül
 - a nyers salátákat és
 - a főzve készült saláták készítését,
- a meleg mártások közül
 - a tejmártás,
 - a fehérmártás és
 - a barnamártás készítését,
- az egyszerű meleg mártások közül
 - a paradicsommártást,
- a hideg mártások közül
 - a majonéz,
 - a majonéz alapú mártások,
 - az egyéb hideg mártások és
 - a zománcmártások készítését,
- a halakból és egyéb hidegvérű állatokból készült ételek közül
 - a halak előkészítését,
- a vágóállatok bontása, csontozása tananyagából
 - a húsok, belsőségek előkészítését,
- a marhahúsból készíthető ételek közül
 - az angolos bélszín,
 - a tűzdelt bélszín,
 - az angolos hátszín,

- a fűszeres vaj és
- a füstölt marhanyelv készítését,
- a borjúhúsból készíthető ételek közül
- a borjúgerinc sütve,
- a borjúvesés sütve,
- a borjúsült és
- a töltött borjúszegy készítését,
- a sertéshúsból készíthető ételek közül
- a sertéssült,
- a csemege sertéskaraj,
- a kötözött sonka és
- a parasztsonka készítését,
- a háziszárnyasokból készíthető ételek közül
- a háziszárnyasok előkészítését,
- a töltött jérce és
- a sült jérce készítését,
- a bárány- és ürühúsból készíthető ételek közül
- a fokhagymás báránysült,
- a báránygerinc sütve és a
- félig sült ürügerinc készítését,
- a meleg előételek közül
- a sós linzertészta készítését.

1. A hidegkonyha munkájáról általában

A hideg előételek és általában a hideg ételek készítése igen esztétikus, szép munka, amelyben megmutatkozik a szakács jó ízlése, fantáziája, esetenként a művészi szintre emelt tálalási kultúrája. Az étkezésbe, az étrendbe illesztett hideg előétel egyformán szolgálja:

- a változatosságot,
- az ésszerű, korszerű táplálkozást,
- a gyorsabb étkezést és
- a jó konyhai gazdálkodást.

A hidegkonyha sokszínű választékával:

- a salátákkal,
- a zöldségfélékkel,
- a tojáskészítményekkel,
- a pástétomokkal,
- a galantinokkal,
- a hideg halételekkel,

- a hideg hússal, felvágottakkal,
- a szendvicsekkel,
- az imbisszel,
- a vegyes ízelítővel és
- a díszítéssel kulturáltabbá, színvonalasabbá teheti az étkezést.

A hideg előételeknél felhasznált alapanyagok:

- a hússok, amelyek fehérjében gazdagok,
- a saláták, zöldség- és főzelékfélék, a gyümölcsök, amelyekben bőven található az értékes rostanyagból, vitaminokból és ásványi sókból, mind elősegítik az egészséges táplálkozást, a könnyebb emésztést.

Külön ki kell emelni a friss alapanyagokból készíthető saláták jelentőségét, amelyek táplálkozás-élettani értékeit teljességében hasznosítja a szervezet.

A jó konyhai gazdálkodást is elősegíti a hidegkonyhai munka. Ha visszamarad a melegkonyhai készítményekből egy darab — borjú-, sertés-, marhasült — azt már nem célszerű újra felmelegíteni, mert kiszárad, élvezhetetlen lesz. A maradék sült húst rostokra merőlegesen, szépen felszeleteljük, és valamilyen hozzáillő, jól lehűtött salátával, hidegen mártással tálaljuk.

A hideg előételek nagy előnye, hogy előre elkészíthetők és jól lehűtve, hűtőszekrényben tárolva, bármikor tálalhatók. Ennek különösen akkor van nagy jelentősége, ha a konyhában a szokásosnál több munka van, illetve olyan rendezvényt bonyolít az étterem, ahol egyszerre sok embert kell étellel ellátni.

A jól előkészített, korábban elkészített hideg előétellel a konyha dolgozói részben tehermentesülnek. Így több idejük marad az ételsor további fogásainak elkészítésére.

A hideg előételek készítésének és tálalásának szép és praktikus formája a „svédasztal”, vagy ahogyan a svédek nevezik: „smörgåas”. Az étteremben hosszú, szépen megterített, „kasírozott” asztalokra igen nagy választékban különböző gazdagon díszített és körített:

- hidegtálakat,
- salátákat,
- hideg mártásokat,
- édességeket, süteményeket,
- néhány meleg levest és húsételet helyezünk.

A vendégek tetszésüknek megfelelően válogathatnak a különféle készítményekből. A svédasztal megfelelő kiegészítője a péksütemények és vékonyra szeletelt kenyérfélék széles választéka.

A svédasztal mindent egyesít magában, ami a hidegkonyhai munkában elkészíthető. A meleg levesek és húsételek létjogosultsága indokolt a svédasztalon, mivel van olyan vendég, aki meleg ételt is kíván fogyasztani.

A hideg előételek készítésénél fontos, hogy

- ízesítésüket, fűszerezésüket bátrabban végezzük, mint a meleg ételekét, mert az ízesítő- és fűszerezőanyagok hidegen kevésbé érvényesülnek,

— díszítésük étvágykeltő, egyszerű, tiszta, mértéktartó legyen. Fontos szabály, hogy csak ehető anyagokat és az étel jellegében összhangban levő anyagokat használhatunk fel,

— a hideg előételek étrendbe illesztésénél ne ismétlődjenek az egyforma alapanyagú, jellegű, színű, és ízű anyagok,

— a hideg előételeket jól lehűtve, előhűtött tálon tálaljuk.

A hideg előételek készítése — mint látjuk — nagy szakértelmet, körültekintést igényel. A hideg előételek jól ízesített és fűszerezett, izlésesen elkészített és tetszetős mennyiségű adagokban tálalt, étvágyfokozó anyagokból állnak.

A fejlett étkezési kultúrával rendelkező országokban a hideg előételek és ételek fogyasztása igen népszerű, és évről évre állandóan növekszik. Nagy tömegeket ellátó ételmezési üzemek, ételkészítő kombinátok, hagyományos és önkiszolgáló éttermek, snackbárok, büfék, bisztrók, felhasználva a korszerű alapanyagokat, technológiát, gépeket, hűtőgépeket, az alufólia és a műanyag tálak előnyeit az egyszerű tálalásban és tárolásban, jól biztosítják a hideg előételek és ételek széles választékát.

A hideg előételek és a hideg ételek között nem lehet éles határt húzni. A hidegen készített étel étrendbe illesztve előételnek számít, ami természetesen azt is jelenti, hogy kisebb mennyiségről van szó, aminek elsődleges célja az étvágy fokozása, és nem kielégítése. A nagyobb adagban tálalt hidegkonyhai készítmény lehet főétel jellegű is, megfelelő körítéssel, mártással együtt, hasonlóan a meleg ételekhez.

A hideg előételeknél fontos szabály az idényszerűség szem előtt tartása. Ezzel is biztosítjuk a választékbővítést, amelyhez nagyban hozzájárul a tartósítóiipar korszerű mélyhűtött és konzervált termékeivel.

Napjainkban a modern hidegkonyhai munka alapvetően a vállalati központi hidegkonyhákban, illetve a nagyobb szállodák hidegkonyháin folyik. Ezt azért fontos kihangsúlyozni, mert ezeken a konyhákban szinte mindent készítenek, ami hagyományos hidegkonyhai terméknek számít, kiegészítve a korszerű termékekkel.

Kisebb éttermek, „hidegkonyhai” munkája: néhány saláta és hideg mártás elkészítése inkább kiegészítő tevékenységnek nevezhető. Hidegkonyháról tehát csak ott beszélhetünk, ahol a hideg ételek széles skálája készül.

A hagyományos hidegkonyha a régi nagy szállodákban, illetve éttermekben alakult ki. Ilyen volt a Bristol, a Vadászkürt, a Ritz, a Duna, a Szent Gellért, illetve a Gundel, a Kárpátia. A hidegkonyhai munka szervesen összefüggött a jól képzett konyhamészáros munkájával, aki esetenként házilag készítette: a sonkát, a füstölt lazacot, a disznósajtot, a mágnássajtot, a mortadellát, továbbá a felvágottakat és a kolbászféléket, amelyek jellegzetes ízeikkel fémjelezték a szálloda, illetve az étterem szakmai munkáját. A hidegkonyha vezetője, aki általában a konyhafőnök helyettese volt, irányította a hidegkonyha munkáját és készített különféle, különleges hideg ételeket.

A hidegkonyha színvonalát a hidegtálak, egyes ízelítők izléses, tetszetős elkészítése megfelelően tükrözte, és komoly vonzerőt jelentett a vendégek körében.

Az *aszpik* a hidegkonyhai munka egyik legfontosabb anyaga.

Az aszpik készítése a következők szerint történhet:

- a húsleves típusú leveseknél ismertetett módon, a klasszikus módszerrel vagy
- zselatinból.

A hagyományos módszernél figyelembe kell venni, hogy mihez fogjuk felhasználni az aszpikot.

Ennek megfelelően feldaraboljuk a jelleget adó anyagból nyert csontokat és egyéb olyan anyagokat — bőr, lábak, fej —, amelyekből kocsonyásító — kollagén — anyag főzhető ki.

Ez a kocsonyásító — kollagén — anyag lehűtve kocsonyás, rugalmas állományúvá teszi a főzőlevet. Ez gyakran tapasztalható abban az esetben is, ha valamilyen jó minőségű húslevest lehűtünk.

Jól megmossuk, leforrázzuk, majd újra lemoszuk az anyagokat. Ezután annyi vízben tesszük fel főzni, hogy ellepje. Ha felforr, habját gondosan leszedjük, majd bezöldségeljük, és lassan főzzük. A jelleget adó anyagoknak megfelelően ízesítjük, és fűszerezzük. A főzést addig végezzük, amíg azt nem tapasztaljuk, hogy az aszpiklé kocsonyásodni képes. Ebből a célból egy kevés aszpiklét kistányérra öntünk, és hűvös helyen dermedtjük. Ha azt tapasztaljuk, hogy az aszpiklé megdermedt, kocsonyás állományú lett, akkor a főzést befejezzük. Ellenkező esetben a főzést tovább kell folytatni.

Mikor az aszpiklé elkészült, akkor merőkanállal merve vizezett keményítőtmentes szűrőruhán keresztül óvatosan leszűrjük, majd lezsírozzuk az erőlevesnél tanult módon.

Előfordulhat, hogy az aszpiklé a hosszú főzés ellenére sem dermedtethető meg, „gyenge” marad. Ebben az esetben a leszűrt és lezsírozott aszpikléhez langyos vízben áztatott zselatinport keverünk, és fölforraljuk.

A továbbiakban az aszpiklét — a zselatinporral dúsítottat is — derítjük.

Habüstbe öntjük a tojásfehérjét — a derítés fő anyagát —, egy kevés hideg vizet, tárkonyecetet, majd paradicsompürét adunk hozzá. Az anyagokat habverővel félig felverjük. Ezután a langyos aszpiklé egyharmadát vékony sugárban a félig felvert anyagokhoz csurgatjuk habverővel állandóan kevergetve.

Ezt követően a habüst tartalmát ugyancsak habverővel állandóan kevergetve hozzákeverjük a főzőedényben levő aszpikléhez. Mérsékelt tűzön felforraljuk és néhány percig lassan, egyenletesen főzzük. Hajói dolgoztunk, azt tapasztaljuk, mint korábban az erőleves készítésénél. Az aszpiklé tetején egybefüggő, enyhén rózsaszín „kicsapódott” tojás hab jelenik meg, amely már „megkötötte” a lebegő anyagokat. Alatta az aszpiklé kristálytiszta, átlátszó.

Mikor az aszpiklé elkészült, pihentetjük, majd az erőlevesnél ismertetett módon leszűrjük, sérülésmentes, igen tiszta, zsírmentes, zománczott vagy porcelánedénybe. Ha kihűlt, lefedjük és hűtőszekrénybe helyezve tároljuk felhasználásig. Ezt az aszpikot igényesebb hidegkonyhai készítményekhez készítjük, illetve hasz-

náljuk fel. Az aszpik díszítalak, jellegzetes termékek kísérője, és egyben jellegük kiemelője is.

Zselatinporból készítve az aszpikot, a következő módon járunk el:

Ajánlott anyaghányad:

Zselatinpor	0,09 kg	Só	0,02 kg
Tárkonyecet	0,05 l	Fehérbor	0,10 l
Vöröshagyma	0,05 kg	Paradicsompüré	0,04 kg
Babérlevél	2 db	Tojásfehérje	3 db
Egész bors	0,005 kg	Víz	1 l

Edényben vizet forralunk. Tárkonyecetet, vöröshagymát, babérlevelet, egész borsot, tárkony szárát, sót, fehér bort adunk hozzá. Lassan főzzük. Közben langyos vízbe beáztatjuk a zselatinport, majd ha megduzzadt, a forrásban levő aszpikléhez adjuk és lassan fölforraljuk.

A továbbiakban a hagyományos aszpiklénél ismertetett módon járunk el, tehát:

- derítjük,
- pihentetjük,
- leszűrjük,
- kihűtjük,
- hűtőszekrénybe helyezzük.

Ez az aszpik elsősorban a tömeges hidegkonyhai igényeket elégíti ki. Minden esetben nagy mennyiségben készül. Színe világos, arany-sárga, íze enyhén savanykás. A jó aszpik átlátszó, kristálytisza. Állománya lehűtve, megdermedve közepesen rugalmas, kagyló alakban törik. Az aszpik színét minden esetben meghatározza felhasználása, amelyet a hozzáadott paradicsompürével színezhetünk.

Ha túlságosan sötét árnyalatú aszpikot kívánunk készíteni, például vadhúsból készített hideg ételhez, akkor a paradicsompürén kívül égetett cukorfestéssel is színezhetjük.

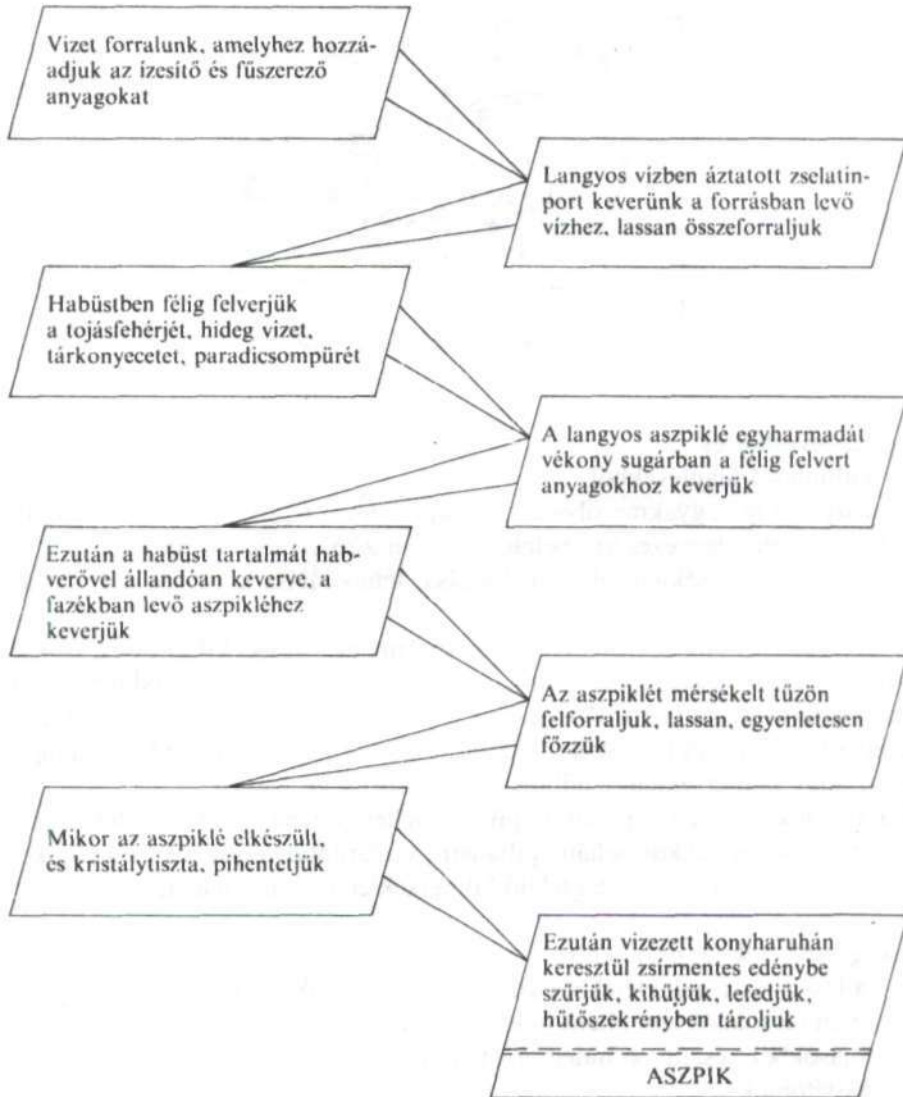
Az aszpikot felhasználhatjuk:

- fényezésre,
- kocsonyázásra,
- alapnak, tüköraszpiknak,
- bélelésre,
- különböző formákra darabolva, mint például: kockákra, hasábokra, méltre,
- finomra vágva.

Az aszpik nemcsak díszítőelem, hanem részben ízkiegészítő is a hideg előételek mellett. Ezenkívül részben tartósabbá, eltarthatóbbá teszi a hideg előételeket.

Fontos szabály, hogy az aszpikot mindig tiszta, zsirmentes kézzel, eszközökkel

24. séma AZ ASZPIK KÉSZÍTÉSE ZSELATINPORBÓL

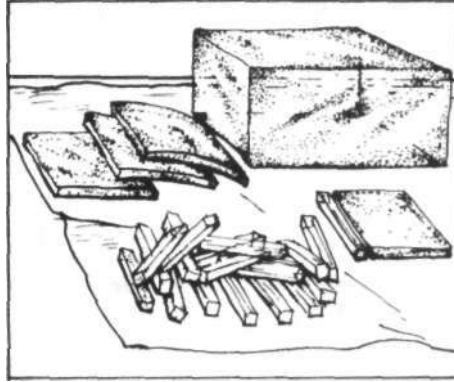


kezeljük. Darabolását zsírpapírral borított vágódeszkén végezzük úgy, hogy az aszpik kristálytisztá, csillogó maradjon. (30. ábra)

A szakszerűen készített, kezelt aszpik emeli a hideg ételek esztétikai és élvezeti értékét.

Aszpik készíthető még:

- erőlevesből,



30. ábra Az aszpiktömb szeletelése, darabolása

- húslevesből és
- különböző alapievekből.

Az aszpikot igen gyakran olvasztott állapotban — temperálva — használjuk fel a hideg előételek fényezésére, bélelésére, a díszítőelemek rögzítésére.

Az aszpik hőmérsékletének szabályozása, temperálása a hidegkonyhai gyakorlatban a következő:

A tégelyben levő megdermedt aszpikból zsírmentes késsel kihalítjuk a szükséges nagyságú darabot. Az aszpikot zsírmentes, tiszta zománcozott gyorsforralóba tesszük. A gyorsforralót vízfürdőbe állítjuk. Az aszpikot lassan kevergetve folyékonyra melegítjük. Ezután levesszük a vízfürdőről, és tovább kevergetjük — temperáljuk —, hogy hőmérséklete lehűljön, és olaj sűrűségű legyen.

Használat közben a temperált aszpikot időnként ellenőrizni kell. Ha besűrűsödne, illetve lehűlné, akkor néhány pillanatra vízfürdőbe helyezzük és addig kevergetjük, amíg el nem éri a megfelelő hőmérsékletet és állományt.

A hideg előételek csoportosítása:

- zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételek,
- gyümölcsökből készíthető hideg előételek,
- tojásokból készíthető hideg előételek,
- pástétomok,
- galantinok,
- kocsonyák,
- hideg halételek,
- hideg húsételek, felvágottak, imbisz,
- vegyes ízelítő,
- szendvicsek,
- dísztalak.

2. Zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételek

Táplálkozás-élettani szempontból itt is érvényes mindaz, amit a zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételeknél ismertettünk.

A hideg előételek e csoportjánál is fontos, hogy a zöldség- és főzelékfélék felpuhítását — főzését, gőzölését — lassan, kíméletesen végezzük, hogy az értékes vitaminok ne oldódjanak ki.

A zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételeket a következő módon csoportosíthatjuk:

- összetett saláták,
- töltött zöldség- és főzelékfélék.

a) Összetett saláták

Az összetett salátáknál fontos, hogy az anyagokat egyformán puhítsuk meg, és azonos méretűre daraboljuk.

Az összetett saláták fő alapanyagai:

- a majonéz,
- a majonéz alapú mártások,
- a tartármártás, továbbá
- a jóízű salátaecet.

Ezeket mindig előre kell elkészíteni, harmonikusan ízesíteni, és jól lehűteni.

Franciasaláta (Saladé a la française)

Főzés

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Sárgarépa	0,30 kg	Ecetes uborka	0,20 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Porcukor	0,03 kg
Burgonya	0,35 kg	Jonatán alma	0,20 kg
Törött bors	0,005 kg	Só	0,03 kg
Zöldborsó	0,20 kg	Mustár	0,05 kg
Citrom	1 db	Majonézmártás	6 adag

A sárgarépát, petrezselyemgyökeret megtisztítjuk, sós vízben megfőzzük, majd leszűrjük. A burgonyát sós vízbe helyezve héjában megfőzzük, majd leszűrjük, meghámozzuk. A zöldborsót sós vízben megfőzzük, lehűtjük, majd leszűrjük. Ha konzervborsóval dolgozunk, leszűrjük és többször leöblítjük, lecsepegtetjük. Az ecetes uborkát és az almát meghámozzuk, majd 0,5 cm-es nagyságú egyenletes

25. séma AZ ÖSSZETETT SALÁTÁK KÉSZÍTÉSE



kockákra vágjuk. Hasonlóan daraboljuk a zöldségfélét és a burgonyát is. A hab-üstben levő sűrű majonézmártáshoz sót, mustárt, porcukrot, citromlevet, törött borsot adunk, majd óvatosan hozzákeverjük a kockákra darabolt anyagokat és a zöldborsót. A keverést óvatosan végezzük, hogy az anyagokat ne törjük össze.

A franciasalátát általában hideg ételek alapjaként használjuk, ezért állománya ne legyen lágy, folyós, hanem jól formázható, alakítható. Folyékony aszpikot keverünk hozzá, amelytől állománya még szilárdabb lesz.

Abban az esetben, ha a franciasalátát önmagában valamilyen hideg étel mellé adjuk köretként, akkor állománya természetesen sokkal lágyabb legyen. Ezt a tartármártás előzetes hígításával — tejszín, fehérbor — érjük el. A franciasalátát friss

salátalevelekre halmozzuk, és átvonjuk jóízű tartármártással. Rántott és sült haliélékhez adhatjuk.

A kész franciasaláta sem túl lédús, sem túl száraz, kellemesen pikáns ízű saláta, amelynek állománya mindig a felhasználás módjától függ. A salátát porcelántéglgybe merjük, lefedjük, és hűtőszekrényben tároljuk felhasználásig.

62.folyamatábra

FRANCIASALÁTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Sárgarépa Petrezselyemzöld Burgonya Zöldborsó	A megfőzött zöldségeket és burgonyát kockákra daraboljuk. A zöldborsót megfőzzük, lehűtjük, leszűrjük.	Az anyagokat ne főzzük nagyon puhára, mert összekeverésnél összetörnek.
Ecetes uborka Alma Majonézmártás Só Mustár Porcukor Citrom Törött bors	Az ecetes uborkát és az almát meghámozzuk, majd szintén kockákra vágjuk. A habústben levő anyagokhoz sót, mustárt, porcukrot, citromlevet, törött borsot adunk, hozzákeverjük a darabolt anyagokat és a zöldborsót.	A keverést óvatosan véggezzük, hogy az anyagok ne törjenek össze.
	A franciasalátát hideg előételekhez alapként használjuk. Szükség esetén folyékony aszpikot keverünk hozzá, amellyel állománya még szilárdabb lesz.	A franciasaláta állománya jól formázható, kenhető legyen.
SALADE À LA FRANCAISE		

Orosz hússaláta (Saladé de viande á la russe)

Sertéssült

Főzés

Majonézmártás

Aszpiktemperálás

Ajánlott anyaghányad:

Sertéscomb vagy		Törött bors	0,005 kg
Lapocka	0,50 kg	Porcukor	0,02 kg
Burgonya	0,30 kg	Tárkony levél	0,005 kg
Alma	0,15 kg	Citrom	1 db
Ecetes uborka	0,15 kg	Majonézmártás	8 adag
Tojás	3 db	Petrezselyemzöld	1 csóm
Füstölt marhanyelv vagy			
sonka	0,10 kg	Fejes saláta	1 db
Mustár	0,05 kg	Aszpic	0,20 kg
Só	0,03 kg		

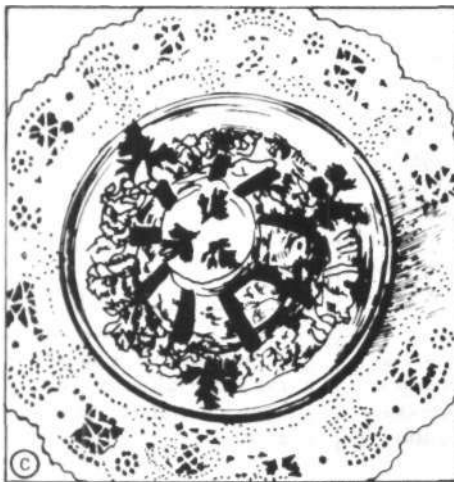
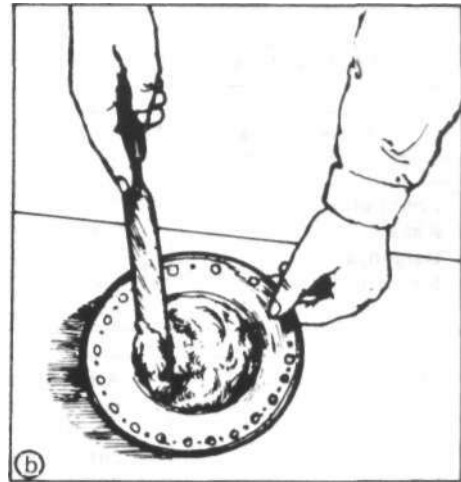
A sertéshúst a sertéssültnél ismertetett módon megsütjük, majd lehűtjük. A burgonyát és a tojást megfőzzük, lehűtjük és meghámozzuk. Az ecetes uborkát és az almát meghámozzuk, majd metéltre vágjuk. Hasonlóan daraboljuk a főtt burgonyát és a sült húst. A tojást hosszanti irányára merőlegesen tojásszeletelővel szeletekre vágjuk. A tojásból kb. 10 szép szeletet félreteszünk díszítés céljára. A marhanyelvet szépen felszeleteljük vagy igen apróra vágjuk. A habüstben levő majonézmártás háromnegyed részéhez hozzáadjuk a sót, a mustárt, a törött borsot, a porcukrot, az átszűrt citromlevet, a finomra vágott tárkony levelet, majd óvatosan hozzákeverjük a metéltre vágott anyagokat, illetve a felszeletelt tojást. A salátát megkóstoljuk, ha szükséges, utánízésítjük.

Az orosz hússalátát kúp alakban salátalevéllal borított, jól előhűtött üvegtányérra halmozzuk. Kenőkéssel lesimítjuk, majd bevonjuk a maradék majonézmártással. A majonézmártást egyenletesen szétkenjük a felületén. Az oldalát szimmetrikusan díszítjük a felszeletelt főtt tojással, a marhanyelvből vágott csíkokkal. Amennyiben a marhanyelvet finomra vágtuk, akkor meghintjük vele a hússaláta felületét. A díszítőelemeket temperált aszpicokkal átfényezzük.

A hússalátát körberakjuk apró kockákra vágott aszpicokkal, majd díszítjük néhány friss petrezselyemlevéllel. A hússalátát tálalhatjuk adagonként és több személyre is. Díszítését mindkét esetben azonosan végezzük.

A saláta díszítését természetesen másképpen is végezhetjük. A díszítést nem lehet szűk korlátok közé szorítani, „szabványként” meghatározni. Minden anyag, amely a saláta alkotóelemei közé tartozik, felhasználható a díszítéshez. Természetesen ezek közül is a legnemesebbek jönnek számításba, illetve azok, amelyek utalnak a saláta elnevezésére és jellegére.

Ezenkívül alkalmazható minden olyan ehető élelmiszer, amely anyagában, jellegében a salátát jól kiegészíti, gazdagítja. (31. ábra)



31. ábra Az orosz hússaláta készítése
 a) Alapanyagok az orosz hússalátához
 b) Az orosz hússaláta bevonása
 c) Az orosz hússaláta tálalva

- Gundel-saláta (Saladé a la Gundel)
- Paradicsomsaláta
- Uborkasaláta
- Paprikasaláta
- Zöldbabsaláta
- Főzés
- Csirégsaláta
- Salátaecet

63. folyamatra

OROSZ HÚSSALÁTA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
<p>Ecetes uborka Alma Burgonya Sertéscomb</p>	<p>A hámozott ecetes uborkát, almát, főtt burgonyát és sült húst metéltre vágjuk. A főtt tojást felszeleljük.</p>	<p>Az anyagokat egyenletes vastagságúra daraboljuk.</p>
<p>Majonézmártás Só Mustár Törött bors Porcukor Citrom Tárkony</p>	<p>A habüstben levő majonézmártáshoz sót, mustárt, törött borsot, porcukrot, citromlevet, finomra vágott tárkonylevelet keverünk.</p>	<p>A majonézmártást úgy izesítjük, hogy az megfeleljen a hússaláta jellegének.</p>
<p>Salátalevél</p>	<p>Hozzáadjuk a metéltre vágott anyagokat és a karikákra vágott főtt tojást. Óvatosan összekeverjük, ha szükséges, utánizesítjük. Salátalevéllal borított üvegtányérra tálaljuk kúp alakban.</p>	<p>Az anyagokat óvatosan keverjük össze, hogy ne törjenek össze.</p>
<p>Aszpik Füstölt marhanyelv</p>	<p>Lesimitjük, átvonjuk majonézmártással. Diszítjük kockára vágott aszpikkal, tojáskarikákkal, füstölt marhanyelvel.</p>	<p>A diszítőelemeket fényezzük temperált aszpikkal, hogy felületük fényes legyen.</p>
<p>SALADE DE VIANDE À LA RUSSE</p>		

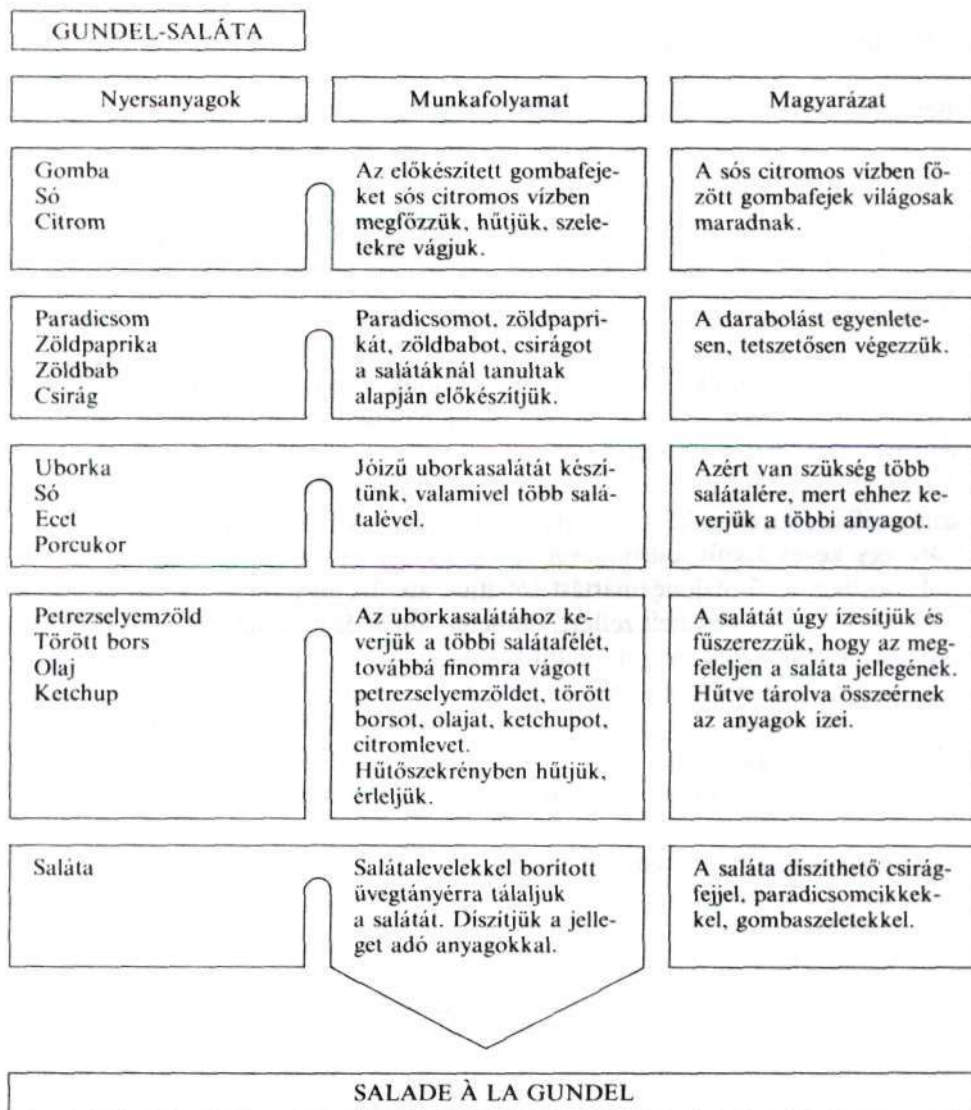
Ajánlott anyaghányad:

Paradicsom	0,30 kg	Só	0,03 kg
Uborka	0,15 kg	Porcukor	0,02 kg
Zöldpaprika	0,10 kg	Törött bors	0,005 kg
Zöldbab	0,10 kg	Citrom	1 db
Csirág	0,35 kg	Olaj	0,05 l

Gomba	0,15 kg	Ketchup	0,10 l
Fejes saláta	2 db	Petrezselyemzöld	1 csomó
Ecet(10%-os)	0,03 l		

A gombafejeket megtisztítjuk, megmossuk, majd sós, citromos vízben megfőzzük. Lehűtjük, vékony szeletekre vágjuk. A paradicsomot, a zöldpaprikát, a zöldbabot, a csirágot előkészítjük a salátáknál ismertetett módon. Jóízű uborkasalátát

64.folyamatábra



készítünk, valamivel több salátalével, amelyhez óvatosan hozzákeverjük a gombát és a többi előkészített alapanyagot. Tehát a szeletelt paradicsomot, a karikára vágott zöldpaprikát, a 2 cm-es darabokra vágott, megfőzött zöldbabot és a csirágot. A salátához finomra vágott petrezselyemzöldet, törött borsot, olajat, ketchupot, ha szükséges, egy kevés citromlevet adunk. Igen óvatosan összekeverjük, és hűtőszekrénybe helyezük tálalásig. Ezalatt a saláta nemcsak lehűl, de íz- és illatanyagai harmonikusan összeérlelődnek. A Gundel-salátát friss salátalevelekkel borított, jól előhűtött üvegtányérra halmozzuk. Tetejét néhány szép csirágfejjel, paradicsomszelettel vagy -cikkel, gombaszelettel díszítjük. Sült húsokhoz adjuk.

Waldorf-saláta (Saladé á la Waldorf)

Majonéz

Zellersaláta

Ajánlott anyaghányad:

Ranett alma	0,50 kg	Majonézmártás	6 adag
Zellergumó	0,40 kg	Tejszín	0,20 l
Dióbél	0,15 kg	Fejes saláta	1 db
Citrom	1 db		

Tejszínhabot készítünk. A zellert metéltre vágjuk, majd a zellersalátánál ismertett módon megfőzzük. Ügyeljünk arra, hogy ne puhuljon meg nagyon, mert így könnyen összetörhet a salátához keverve.

A friss dióbelet leforrázzuk, a diót borító hártját lehúzzuk. Néhány szép darabot díszítés céljára félreteszünk. Az almát meghámozzuk, majd metéltre vágjuk. Az almára egy kevés átszűrt citromlevet öntünk, hogy ne barnuljon meg.

A habüstben levő majonézmártást ízesítjük átszűrt citromlével, majd óvatosan hozzákeverjük az előkészített zellert, dióbelet, almát és tejszínhabot. A salátát hűtőszekrénybe helyezük, és jól lehűtjük.

Tálaláskor a salátát kúp alakban jól előhűtött üvegtányérra halmozzuk. Felszínét kenőkéssel lesimítjük. Körberakjuk frissen metéltre vágott salátalevéllel, majd a félretett dióbéllel díszítjük.

Borjú- és báránysültekhez adhatjuk.

Heringsaláta (Saladé d'harengs)

Főzés

Majonézmártás

Aszpik temperálása

Elnevezés	Salátaalap	Jelleget adó anyagok
Franciasaláta	majonézmártás	sárgarépa, petrezselyemgyökér, burgonya, zöldborsó, ecetes uborka, alma
Orosz hússaláta	majonézmártás	sertéssült, burgonya, alma, tojás, uborka, füstölt marhanyelv
Gundel-saláta	salátaecet, kechup	paradicsom, uborka, zöldpaprika, zöldbab, csirág, gomba, fejes saláta
Waldorf-saláta	majonézmártás, tejszínhab	alma, zellergumó, dióbél
Heringsaláta	majonézmártás	pácolt hering, burgonya, ecetes uborka, alma, fejes saláta, ajóka-gyűrű
Jércesaláta	majonézmártás	jércehús, alma, burgonya, fejes saláta, kemény tojás
Ökörszájsaláta	salátaecet	ökörzsj, vinaigrette-vagdalék
Károlyi-saláta	tartármártás	burgonya, kovászos uborka, zöldpaprika, paradicsom, fejes saláta, tojás
Alexander-saláta	majonézmártás	narancs, alma, zeller, tárkonylevél, mandula, fejes saláta
Amerikai saláta	salátaecet, olaj, vöröshagyma	paradicsom, burgonya, tojás, zeller
Brazil saláta	tejszín	főtt rizs, ananász
Holland saláta	vinaigrette-mártás	alma, burgonya, rizs, francia mustár, füstölt hering, fejes saláta
Keleti saláta	salátaecet	zöldpaprika, paradicsom, zöldbab, rizs, ajóka-gyűrű
Svéd gombasaláta	paradicsompüré, olaj, vöröshagyma	gomba, fűszerek
Vitapricos gombasaláta	paradicsompüré, olaj, vöröshagyma	vitapric, fűszerpaprika, fehérbor
Csekonics-saláta	majonézmártás, Worcester-mártás	rákhús, jércemell, paradicsom, fejes saláta, tárkony

Ajánlott anyaghányad:

Pácolt hering	0,50 kg	Porcukor	0,01 kg
Burgonya	0,30 kg	Citrom	1 db
Majonézmártás	5 adag	Fejes saláta	1 db
Ecetes uborka	0,15 kg	Tojás	5 db
Alma	0,20 kg	Ajókagyúró	10 db
Mustár	0,05 kg		

A burgonyát héjában megfőzzük, leszűrjük, meghámozzuk, és lehűtjük. A tojást keményre főzzük, meghámozzuk, majd karikákra vágjuk. A szebb karikákat félretesszük a díszítéshez. A heringek gerinccsontját kifejtjük, majd levágjuk a farkat és az uszonyokat. A heringet hosszában kettévágjuk, majd hosszanti irányára merőlegesen 1 cm széles csíkokra vágjuk. A heringcsíkokból 10 db-ot félreteszünk a díszítéshez. Az almát és az uborkát meghámozzuk, majd a burgonyával együtt metéltre vágjuk.

A habústben levő majonézmártáshoz hozzákeverjük a mustárt, a metéltre vágott heringet, almát, uborkát, burgonyát, a karikára vágott tojást és egy kevés páclevet.

A salátát hűtőszekrénybe helyezzük.

Jól előhűtött üvegtányérra friss salátaleveleket helyezünk, majd ráhalmozzuk a salátát, és kenőkéssel lesimítjük. Tetejét díszítjük hámozott citromkarikákkal, ajókagyúróval, tojáskarikákkal, heringcsíkokkal. A díszítőelemeket temperált aszpikkal átfényezzük, és a heringsalátát hűtőbe helyezzük.

b) Töltött zöldség- és főzelékfélék

A töltött zöldség- és főzelékfélékhez alapvetően az előzőekben ismertetett összetett salátákat használhatjuk fel töltelékként.

Töltött paradicsom (Tomates farcies)

Orosz hússaláta
Aszpik temperálása
Franciasaláta
Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Paradicsom	20 db	Aszpik	0,20 kg
Orosz hússaláta	5 adag	Petrezselyemzöld	1/2 csomó
Törött bors	0,005 kg	Fejes saláta	1 db
Só	0,01 kg	Tartármártás	5 adag
Franciasaláta	5 adag		

Jóízű orosz hússalátát, franciasalátát, tartármártást készítünk.

Szép gömbölyű, egyforma paradicsomokat megmosunk, leforrázunk, majd héjukat lehúzzuk. Csumájukat kivágjuk. Ezután a volt szár felőli oldallal szemben vékony szeleteket vágunk le, amelyet félreteszünk. A paradicsomok belsejét óvatosan kiemeljük karalábévájával, úgy hogy a külső húsos részeket ne sértsük meg. Ezután a paradicsomokat a nyílással lefelé rácsra helyezzük, hogy a levük lecsurogjon.

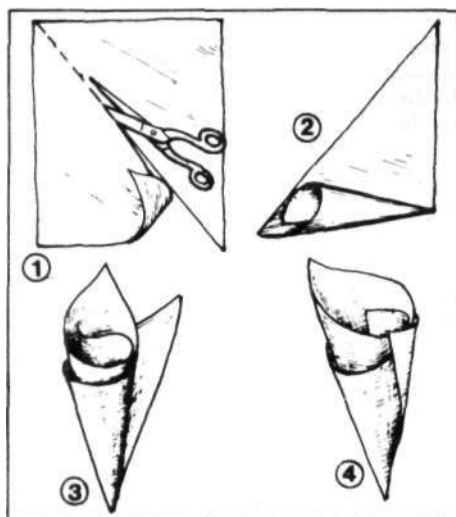
A paradicsomokat visszafordítjuk, belsejüket ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal. Ezután betöltjük orosz hússalátával, majd a levágott tetőket ízlésesen ráhelyezzük. A paradicsomokat hűtőszekrénybe helyezzük. Közben kiemeljük, átfényezzük folyékony — temperált — aszpikkal, majd a hűtőszekrénybe visszahelyezzük.

Az előhűtött tálalótálon a franciasalátából kb. 1 cm vastag egyenletes alapot alakítunk ki. Szélessége körülbelül olyan legyen, hogy 2 paradicsomot egymás mellé tudjunk helyezni.

A töltött paradicsomokat a franciasaláta-alapra helyezzük, egymás mellé. Tetejükre zsírpapírból készített zacskóból (32. ábra) kis pontokat, vagy csigavonalat vagy négyzetes rácsot, vagy egyéb díszítőelemeket fecskendezünk vajból. Az egész körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

A töltött paradicsomok közé friss petrezselyemleveleket helyezünk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.



32. ábra A nyomózacsó készítése:

1. a négyzetletű papír átlós bevágása
2. a zacskóformázás első művelete
3. a formázás folytatása
4. a zacskókészítés befejezése

33. ábra A hideg töltött paradicsom tálalva



65. folyamatábra

TÖLTÖTT PARADICSOM

Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Orosz hússaláta Franciasaláta Tartármártás	Jóízű orosz hússalátát, franciasalátát, tartármártást készítünk.	A készítmények ízeit úgy alakítsuk ki, hogy összhangban legyenek.
Paradicsom	A megtisztított paradicsomokat leforrázzuk, héjukat lehúzzuk, csomájukat kivágjuk.	A forrázást csak néhány pillanatig végezzük, nehogy a paradicsomok megpuhuljanak.
	A paradicsomokból vékony szeletet vágunk le, majd félretesszük. Belsejüket karalábévájóval kiemeljük, lecsepegtetjük.	A paradicsomok belsejét úgy emeljük ki, hogy a külső, húsos részét ne sértsük meg.
Só Törött bors Temperált aszpik Franciasaláta	A paradicsomok belsejét ízesítjük sóval, törött borssal, majd betöltjük orosz hússalátával, és ráhelyezzük a levágott tétőket. Aszpikkal fényezzük, majd franciasaláta-alapra találjuk.	A paradicsomokba azonos mennyiségű orosz hússalátát töltünk.
Fejes saláta Zöldpetrezselyem Tartármártás	Díszítjük salátalevével, tejet vajjal fecskendezzük. Petrezselyemlevéllel díszítjük. Tartármártást adunk hozzá.	A paradicsomok felső részét csigavonalban vagy négyzetrácsosan befecskendezzük.
TOMATES FARCIES		

A töltött paradicsom ismeretében készíthető még: töltött uborka (concombres farcis), töltött patisszon (patisson forcie) és töltött törökparadicsom (aubergines farcis).

Libamájjal töltött gombafejek (Champignons farcies á la strasbourgeoise)

Főzés

Aszpick temperálása

Pirítás

Tejszínhab készítése

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Gomba	20 db	Pástétomfuszter	0,005 kg
Libamáj	0,30 kg	Tejszín	0,20 l
Zsír	0,08 kg	Tartármártás	5 adag
Vaj	0,15 kg	Aszpick	0,30 kg
Vöröshagyma	0,05 kg	Franciasaláta	5 adag
Só	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
Törött bors	0,005 kg	Citrom	1 db
Majoránna	0,005 kg	Borpárlat	0,05 l

A válogatott gombákat megtisztítjuk, jól megmossuk, száraikat kitördeljük. A gombafejkekből a legszebbeket kiválogatjuk, citrommal bedörzsöljük, majd sós, citromos vízben megfőzzük, és lehűtjük. Ezután a gombafejeket rácsra helyezük, és lecsepegtetjük. A tejszínt habbá verjük, szitára helyezük, és hűtőszekrénybe rakjuk felhasználásig. Elkészítjük a libamájpurét. Zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk, hozzáadjuk az 1 x 1 cm-es nagyságú kockákra vágott libamáját, ízesítjük sóval, és hozzáadjuk a fűszereket. Mikor elkészült — még forrón — szór-szítán áttörjük, és habverővel jól összekeverjük, lehűtjük. A májpuréhez hozzákeverjük a borpárlatot, majd vajjal habosra keverjük. Ezután könnyedén hozzákeverjük a felvert tejszínhabot. A tejszínhabbal lazított májpurét csillagcsővel ellátott habzsákba töltjük. A májpurét a gombafejekbe töltjük. A májpuré betöltését úgy végezzük, hogy a gombafejek egyforma méretűek, magasak legyenek. Ezután hűtőszekrénybe helyezük. Miután megdermedt, átfényezzük folyékony — temperált — aszpickkal, majd visszahelyezzük a hűtőszekrénybe.

Közben franciasalátából — a töltött paradicsomnál ismertetett módon — elkészítjük az alapot. A töltött gombákat óvatosan a franciasalátára helyezük. Tetejüket díszíthetjük kis darab sült libamáj szeletkével vagy főtt tojásfehérje-szeletből, esetleg szarvasgombaszeletből kivágott vagy kiszúrt, levél, szív, kör, félhold alakú motívumokkal. A díszítést is óvatosan átfényezzük temperált aszpickkal. Az egészet körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyekre apró kockákra vágott aszpickot hintünk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.

Mind az összetett saláták, mind a töltött zöldség- és főzelékfélék adhatók, illetve tálalhatók a egyes ízelítőkhöz és a dísztalakhoz is.

66. folyamatábra

LIBAMÁJJAL TÖLTÖTT GOMBAFEJEK		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Só Citrom Gomba	A gombafejeket sós, citromos vízben megfőzzük, lehűtjük, lecesegetjük.	A sós, citromos vízben főzött gombafejek világosak maradnak.
Zsír Vöröshagyma Libamáj Só Törött bors Majoránna Pástétomfűszer	Zsírban finomra vágott vöröshagymát, libamájat piritunk. Ízesítjük sóval, hozzáadjuk a fűszereket.	A piritást gyorsan végezzük, hogy a libamáj ne tudjon levet engedni.
Borpárlat Vaj Tejszínhab	Még forrón szitán áttörjük, összekeverjük, lehűtjük. Ezután hozzákeverjük a borpárlatot, a vajat, a tejszínhabot.	A tejszínhabot óvatosan keverjük a többi anyaghoz, hogy ne törjön össze.
Aszpik Franciasaláta Fejes saláta Tartármártás	A májpürét habzsákba töltjük, majd betöltjük a gombafejeket, aszpikkal fényezzük. Franciasaláta-alapra tálaljuk, körítjük, díszítjük. Tartármártást adunk hozzá.	A gombafejeket úgy töltjük be, hogy egyforma méretűek legyenek.
CHAMPIGNONS FARCIE À LA STRASBOURGEOISE		

14. táblázat

A zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételek Összefoglalása

Összetett saláták	Töltött zöldség- és főzelékfélék
orosz hússaláta Gundel-saláta Waldorf-saláta heringsaláta stb.	töltött paradicsom libamájjal töltött gombafejek töltött uborka töltött patisszon stb.

26. séma A TÖLTÖTT ZÖLDSÉG- ÉS FŐZELÉKFÉLÉK KÉSZÍTÉSE



3. Gyümölcsökből készíthető hideg előételek

A gyümölcsök értékes vitaminokat és ásványi sókat tartalmaznak. Fogyasztásuk tehát indokolt. Fontos, hogy a gyümölcsöket jól hűtsük le. Hasonlóan a zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételekhez, ezeket is adhatjuk körítésként különböző díszítésekhez. A gyümölcsök között igen értékesek a magyar dinnyefélék, ezek közül:

— a „magyar kincs” nevű, zöldes színű sárgadinnye, amely gazdag illat-, és zamatanyagokban,

— a „szentesi sárga” nevű, élénksárga színű görögdinnye, húsa kásás, rendkívül jóízű.

Töltött sárgadinnye (Melón farci)

Majonéz

Zellersaláta

Ajánlott anyaghányad:

Sárgadinnye (kicsi)	5	db
Zellersaláta	5	adag
Majonéz	5	adag

Zellersalátát készítünk.

A sárgadinnyét meghámozzuk, félbevágjuk. Magját eltávolítjuk, majd a dinnye hújának egy részét kivágjuk, hogy jobban tölthető legyen. A kivágott dinnyét szeletekre vágjuk, majonézhez keverjük a leszűrt zellersalátát és a dinnyeszeleteket, majd a keveréket betöltjük az előkészített dinnyékbe. Hűtőszekrénybe helyezzük, és jól lehűtjük. A sárgadinnyét üvegtálra helyezzük, apróra tört jégre.

Dinnyegyöngyök sherryvel (Perles de melón au sherry)

Ajánlott anyaghányad:

Dinnye	5	db
Sherry	0,30	l
vagy		
Tokaji szamorodni (száraz)	0,30	l

A megtisztított, félbevágott dinnye húsból kisebb karalábévájó segítségével golyócskákat — gyöngyöket — alakítunk ki, majd meglocsoljuk sherryvel, és hűtőszekrényben jól lehűtjük.

A jól lehűtött dinnyegyöngyöket külön erre a célra kialakított kettős falú üvegkehelyben tálaljuk, amelynek középső betétrésze kiemelhető, és alá apróra tört jég helyezhető.

A dinnyegyöngyöket a betétbe merjük és a jéggel bélelt kehelybe helyezzük.

Díszíthetjük metéltre vágott mandulával vagy reszelt pisztáciával. Dinnyegyöngy készíthető bármelyik dinnyéből. Csak az a fontos, hogy az ízesítésére használt ital ne legyen édes, hanem száraz. A „sherry” nem édes, hanem száraz, cukormentes ital. A magyar italok közül használhatjuk a száraz tokaji szamorodnit is. így tehát készíthető:

Dinnyegyöngyök tokaji borral (Perles de melón au Tokaji).

Őszibarack (Peches)

Ajánlott anyaghányad:

Őszibarack	0,90	kg
Sherry	0,30	l
vagy		
Tokaji szamorodni (száraz)	0,30	l

A jól előhűtött, érett, magvaváló, meghámozott őszibarackot félbe-, majd szeletekre vagy kockákra vágjuk.

A dinnyegyöngyökhöz hasonlóan készítjük el.

Ananász (Ananas)

Ajánlott anyaghányad:

Ananász	5	db
---------	---	----

Az ananász két végét levágjuk, majd henger alakú éles szerszámmal a közepét kivágjuk, majd kitoljuk. Az így kapott henger alakú gyümölcsöt jól lehűtjük, majd felszeleteljük.

Az előhűtött ananászszeleteket előhűtött üvegtányérra helyezzük úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást.

Grape fruit (grape fruit)

Ajánlott anyaghányad:

Grape fruit	5	db
-------------	---	----

A jól lehűtött, keresztben kettévágott gyümölcsöt egy speciális hajlított pengéjű késsel a héjánál körbevágjuk. Így a gyümölcsőrés fogyasztását nem zavarják a keserű ízanyagok. Ezután cikkekre daraboljuk.

Üvegtányérra helyezzük és tálaljuk.

Töltött alma (Pommes farcies)

Tojáskrém készítése

Ajánlott anyaghányad:

Alma	10	db	Mandula	0,02	kg
Citrom	1	db	Pisztácia	0,01	kg
Só	0,01	kg	Mandarin	0,05	kg
Tojáskrém	0,30	kg	Aszpik	0,10	kg
			Tartármártás	5	adag

A készítményhez elsősorban savanykás ízű almát használjunk. Az egész almákat hullámos élű késsel meghámozzuk. A magházat henger alakú éles szerszámmal kivágjuk, illetve kitoljuk. Az almát citrommal gyorsan bedörzsöljük, majd enyhén sós, citromos, forrásban levő vízbe helyezzük. Egyszer felforraljuk, majd a levével együtt lehűtjük.

Ha az almák a főzőlében lehültek, rácsra emeljük, és jól lecsepegtetjük.

Tojáskrémet készítünk, amellyel a tojásokból készíthető ételeknél fogunk megismerkedni. A tojáskrémet csillagesővel ellátott habzsákba töltjük, majd az almák magházának helyét izlésesen betöltjük a tojáskrémmel.

Az almákat hűtőszekrényben lehűtjük, majd folyékony — temperált — aszpikkal átfényezzük, és visszahelyezzük a hűtőszekrénybe.

Tálalás előtt a tetejét díszíthetjük metéltre vágott mandulával, pisztáciával, mandaringerezdekkel.

Külön mártásocsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.



34. ábra A hideg töltött alma tálalva

A töltött alma félbevágva is készíthető. Ebben az esetben gazdagabban töltjük be tojáskrémmel, majd tetejére további gyümölcsöket helyezünk, mint például:

- dinnyegyöngyöt,
- ananászt,
- zöld diót,
- banánt,
- párolt szilvát,
- mandarint.

A töltött alma úgy is tálalható, hogy a szép szelet ananászra helyezzük. A gyümölcsből készíthető hideg előételek fényezésére úgynevezett gyümölcsaszpikot használunk. A rendelkezésre álló konzerv gyümölcslebe vagy főzőlébe — esetleg víz és citromlé keverékébe — belekeverjük a langyos vízben áztatott zselatinport. Az egészet egyszer felforraljuk, majd pihentetjük. Ezután vizezett konhyaruhán át-szűrjük, deríteni nem szükséges.

4. Tojásból készíthető hideg előételek

a) Töltött tojások

A tojásokból készíthető hideg előételeket a következő módon csoportosítjuk:

- töltött tojások,
- kocsonyázott tojások.

Kaszinótojás (Oeufs á la casino)

Franciasaláta

Aszpik temperálása

Tartármártás

Sárga zománcmártás

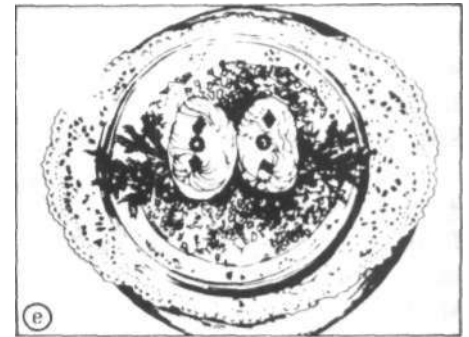
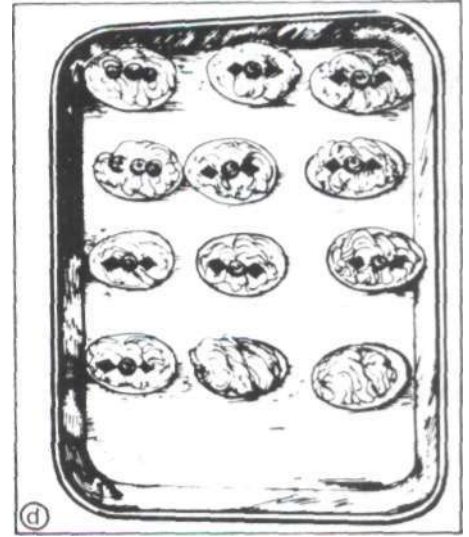
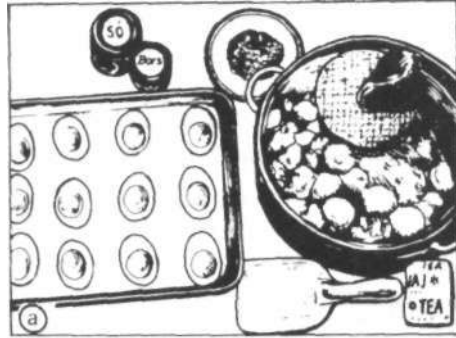
Ajánlott anyaghányad:

Tojás	10	db	Füstölt nyelv	0,06	kg
Vaj	0,15	kg	Metélőhagyma	1	csomó
Mustár	0,03	kg	Aszpik	0,25	kg
Só	0,02	kg	Fejes saláta	1	db
Törött bors	0,005	kg	Tartármártás	5	adag
Franciasaláta	6	adag			

A keményre főzött tojásokat jól lehűtjük, meghámozzuk, hosszában kettévágjuk. Ezután elkészítjük a *tojáskrémet*:

A főtt tojások sárgáját vajjal együtt szőrszítán áttörjük. Sót, törött borsot, mustárt adunk hozzá, majd habosra keverjük. A tojáskrémet csillagcsővel ellátott habzsákból izlésesen a tojásfehérjékbe töltjük. A betöltött tojásokat hűtőszekrénybe helyezzük. Ezalatt előhűtött tálon franciasalátából alapot alakítunk ki úgy, hogy hosszában egymás mellé ráhelyezhessünk 2—2 db töltött tojást. A töltött tojások tetejére folyékony — temperált — aszpikot csepegtetünk, hogy végigfolyjon rajta, majd a hűtőszekrénybe helyezzük. Közben a füstölt marhanyelvet és metélőhagymát finomra vágjuk.

A töltött tojásokat körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyekre apró kockákra



35. ábra A kaszinótojás készítése
- a) A kaszinótojás készítése alapanyagai
 - b) A kaszinótojás töltelékének összeállítása
 - c) A főtt tojások betöltése
 - d) A betöltött tojások díszítése
 - e) A kaszinótojás tálalva

vágott aszpikot hintünk. A tojások közé friss petrezselyemleveleket helyezünk. A kaszinótojást végül meghintjük finomra vágott füstölt marhahanyelvvvel és a metélőhagymával. Külön mártásoscsészében jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.' (35. ábra)

A kaszinótojást úgy is készíthetjük, hogy a tojáskrémhez a vaj egy része helyett hámozott, tejben áztatott, kicsavart zsemlet vagy jól lehűtött, kemény állományú besamelmártást adunk. Miután a tojásokat betöltöttük, töltelékkel lefelé fordítva zománcozott tepsire helyezük. Átvonjuk sárga zománcmártással, és hűtőszekrénybe helyezük. Miután a zománcmártás megdermedt, a tojásokat megfelelő méretű téztakiszúróval kiszúrjuk, és az előbbi módon tálaljuk. Ezt a módszert akkor alkalmazzuk, amikor a töltött tojásokból nagy mennyiséget kell készíteni, tovább szállítani, és előreláthatólag 1 napig tárolni kell. A sárga zománcmártással átvont töltött tojás jól szállítható és tárolható.

A kaszinótojás ismeretében további töltött tojás módzatok is készíthetők.

27. séma A TÖLTÖTT TOJÁS KÉSZÍTÉSE



67. folyamatra

KASZINÓTOJÁS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Tojás Vaj	A főtt tojásokat hosszában kettévágjuk. A főtt tojássárgáját vajjal együtt szitán áttörrjük.	A tojásokat 10 percig kell főzni a forrástól számítva.
Só Törött bors Mustár	Sót, törött borsot, mustárt keverünk hozzá, majd habzsákba töltjük. A tojáskrémmel izlésesen betöltjük a tojásfehérjékbe.	A tojásfehérjékbe azonos mennyiségű tojáskrémet töltünk.
Franciasaláta Aszpik Fejes saláta Metélőhagyma Füstölt marhanyelv	A tojásokat lehütjük, majd franciasaláta-alapra tálaljuk. Aszpikkal fényezzük. Díszítjük salátalevéllel, metélőhagymával, marhanyelvvél, kockaaszpikkal.	Fontos, hogy a tojásokat tálalás előtt jól hűtsük le. Így állományuk megszilárdul, könnyebben díszíthető.
Tartármártás	Külön jól lehűtött tartármártást adunk hozzá.	A hideg ételekhez jól lehűtött mártást kell adni.
OEUF S À LA CASINÓ		

Töltött tojás oroszosan (Oeufs farcis á la russe)

Kaszinótojás

Aszpik temperálása

Orosz hússaláta

Remuládmártás

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	10 db	Orosz hússaláta	5 adag
Vaj	0,15 kg	Remuládmártás	6 adag
Szardellapaszta	0,05 kg	Kaviár	0,05 kg
Mustár	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
Törött bors	0,005 kg	Aszpik	0,25 kg

A tojáskrémet a kaszinótojásnál ismertetett módon elkészítjük, de szardellapasztát is keverünk hozzá. Mivel a szardellapaszta elég sós, így általában a tojáskrémet nem kell sózni. A tojásokat betöltjük, majd hűtjük. Az orosz hússalátából alapot alakítunk ki, amelyre egy kevés remuládmártást öntünk, és egyenletesen szétkenjük. Rátesszük a töltött tojásokat, amelyekre egy kevés kaviárt helyezünk. Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpickot hintünk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött remuládmártást adunk hozzá.

Töltött tojás norvég módra (Oeufs farcis á la norvégienne)

Heringsaláta

Kaszinótojás

Aszpick temperálása

Remuládmártás

Paradicsomsaláta

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	10 db	Pácolt hering	0,06 kg
Vaj	0,15 kg	Remuládmártás	5 adag
Só	0,02 kg	Paradicsomsaláta	3 adag
Törött bors	0,005 kg	Olajbogyó	10 db
Mustár	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
Heringsaláta	5 adag	Aszpick	0,25 kg

A kaszinótojásnál ismertetett módon töltött tojásokat készítünk. Heringsalátából alapot alakítunk ki, amelyre egy kevés remuládmártást öntünk, és egyenletesen szétkenjük. Rátesszük a töltött tojásokat, amelyre olajbogyószeleteket és pácolt heringsíkot helyezünk. Körberakjuk salátalevéllel, amelyre ízlésesen rátálaljuk a paradicsomsalátát. A tojások közé apró kockákra vágott aszpickot hintünk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött remuládmártást adunk hozzá.

Töltött tojás kiskőrösi módra (Oeufs farcies a la Kiskőrös)

Libamájpuré

Kaszinótojás

Aszpick temperálása

Orosz hússaláta

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad:

Tojás	10 db	Hússaláta	5 adag
Vaj -	0,15 kg	Majonézmártás	5 adag
Só	0,02 kg	Piros Arany	0,10 kg

Törött bors	0,005 kg	Fejes saláta	1 db
Mustár	0,03 kg	Aszpick	0,25 kg
Libamájpüré	0,15 kg		

Jóízű libamájpürét készítünk. A tojásokat megfőzzük, meghámozzuk, félbevágjuk, majd elkészítjük a tojáskrémot. A tojáskrém kétharmad részét betöltjük 10 tojásfehérjébe. A maradék egyharmad rész tojáskrémot habosra keverjük a libamájpürével, majd betöltjük a másik 10 tojásfehérjébe. A kétféle töltelékkel betöltött tojásokat töltelékkel befelé összeborítjuk, majd orosz hússaláta-alapra helyezzük.

Sűrű Vitapricmártással bevonjuk, majd az egészet körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpickot hintünk. Külön mártásoscsészében jól lehűtött remuládmártást adunk hozzá. A Vitapricmártás készítése a következő: jóízű majonézmártáshoz Piros Arany krémot és egy kevés mustárt keverünk. (A Piros Arany sóval tartósított paradicsompaprika- és cseresznyepaprika-püré.)

b) Kocsonyázott tojások

A kocsonyázott tojáshoz bevart tojást készítünk, amelyet óvatosan szép gömbölyűre alakítunk.

Kocsonyázott tojás csirággal (Oeufs en gelée aux asperges)

Erőleves készítése

Aszpick készítése

Bevart tojás készítése

Majonézmártás

Aszpicktemperálás

Ajánlott anyaghányad:

Ecet(20%-os)	0,03	1	<i>Aszpickhoz:</i>	
Tojás	10	db	Erőleves	1,00 1
Só	0,01	kg	Zselatin	0,09 kg
Csirágfej	0,80	kg	Tojásfehérje	3 db
Tárkonylevél	0,02	kg	Majonézmártás	5 adag
Fejes saláta	1	db		

Zsírmentes erőlevesből jóízű aszpickot készítünk. Bevart tojásokat készítünk. Felhasználásig hideg vízbe helyezzük. A csirágfejeket az ismert módon megfőzzük, lehűtjük. Az egyszemélyes kis fémformákat előkészítjük.

Fontos, hogy a formák tiszták, zsírmentesek legyenek. A megfőzött csirágfejeket egységesen kb. 1 cm-rel rövidebbre vágjuk, mint a fémformák magassága.

Töltött tojások	Kocsonyázott tojások
kaszinótojás töltött tojás oroszosan töltött tojás norvég módra töltött tojás kiskőrösi módra	kocsonyázott tojás csiréggal

A tárkonylevelekből kiválogatjuk és kiterítjük a legszebbeket. Az aszpikot temperáljuk.

Ezután a formákat kibéleljük az aszpikkal. Az aszpikkal bélelést másképpen smízirozásnak is nevezzük.

Az egyszemélyes kis formákat apróra zúzott sózott jég és egy kevés víz keverékébe süllyesztjük. A kis fémformákat peremig teleöntjük folyékony — temperált — aszpikkal. Ezután addig várunk, amíg a folyékony — temperált — aszpik kb. 3 mm-es rétegben a formák falára dermed.

Ekkor a formákat kiemeljük a sós, jeges vízből. A folyékonyan maradt aszpikot kiontjuk a formákból, azaz összegyűjtjük egy edényben. A formát visszahelyezzük a sós, jeges vízbe. Néhány percig még hűtjük a kialakult aszpikréteget, majd a fémformák alját díszítjük a kiválogatott tárkony levelekkel. A tárkonylevelekkel szimmetrikusan keresztirányban vagy négyzetrácsosan díszítjük a fémformák alját. A tárkonyleveleket néhány csepp temperált aszpikkal rögzítjük, majd óvatosan behelyezzük a vízben tartott, leszárított bevert tojásokat. A tojásokat figyelmesen körberakjuk a spárgafejekkel úgy, hogy a spárgafejek csúcsai a díszítés irányába, lefelé helyezkedjenek el. Az összegyűjtött folyékony — temperált — aszpikkal beöntjük a formákat egészen a peremükig. A formákat ezután hűtőszekrénybe helyezve megdermesztjük.

A tálaláshoz jól lehűtött üvegtányéért készítünk elő, amelyre friss salátaleveleket helyezünk.

Az aszpikkal bélelt fémformák kibontásához egy edényben meleg vizet készítünk elő.

A fémformákat néhány pillanatra meleg vízbe merítjük a peremükig, majd kiemeljük. Egyik kezünkkel az alját óvatosan átfogjuk, majd lefordítjuk. Ezután kissé megrázogatjuk, majd óvatosan a salátalevéllel fedett tányérra csúsztatjuk. Körbehintjük apró kockákra vágott aszpikkal.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött majonézmártást adhatunk hozzá.

A kocsonyázott tojásételeknek még számtalan változata készíthető. A különböző zöldség- és főzelékfélék, aszpikkal összekevert saláták ismeretében igen változatosan tölthetjük be a kocsonyázott tojásokat tartalmazó formákat.

68. folyamatábra

KOCSONYÁZOTT TOJÁS CSIRÁGGAL		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Erőleves Zselatin Tojásfehérje Tojás Só Ecet Csirágfej	Aszpikot, majd bevert tojásokat készítünk. A csirágfejeket megfőzzük, lehűtjük.	Az anyagokat zsirmentesen készítjük elő, hogy a készítmény kristálytiszta, átlátszó legyen.
Aszpik	Előkészítjük a fémformákat, majd aszpikkal béleljük. A formákat zúzott, sózott jég és víz keverékébe súlyllesztjük. Teletöltjük temperált aszpikkal.	Fontos, hogy a temperált aszpik folyékony és alacsony hőmérsékletű legyen.
Tárkony	Ha kb. 3 mm vastagságban aszpikréteg dermedt a formák falára, kiöntjük a folyékony aszpikot. A formákat dermesztjük, majd díszítjük tárkonylevéllel.	Az aszpikréteg dermesztését figyelmesen végezzük, hogy mindenütt egyforma vastag legyen.
Tojás Csirág Aszpik	A formába behelyezzük a tojásokat, csirágfejeket, majd beöntjük aszpikkal és dermesztjük.	Az aszpikkal úgy öntsük be a formákat, hogy az anyagok ne mozduljanak el.
Fejes saláta Aszpik Majonézmártás	Tálaláskor a formákat néhány pillanatra meleg vízbe mártjuk, majd salátalevéllel fedett tálra borítjuk. Körberakjuk kockákra vágott aszpikkal. Majonézmártást adunk hozzá.	A formákat rövid ideig mártsuk a meleg vízbe. Ha ez tovább történik a kelleténél, megolvad az aszpikréteg.
OEUF EN GELÉE AUX ASPERGES		

5. Pástétomok

A pástétomok az igényes hidegkonyha legfinomabb készítményei.

Csoportosításuk:

- kocsonyázott pástétomok vagy habok,
- párolt pástétomok,
- tésztában párolt pástétomok.

a) Kocsonyázott pástétomok, habok

Kocsonyázott libamájhab (Mousse de foie gras au gelée)

Libamájpüré készítése

Besamelmártás

Aszpiktemperálás

Tejszínhab készítése

Bélelés aszpikkal

Ajánlott anyaghányad:

Libamáj	0,40	kg	Pástétomfűszer	0,005	kg
Szárnyasmáj	0,40	kg	Vaj	0,20	kg
Zsír	0,10	kg	Tejszín	0,20	l
Vöröshagyma	0,10	kg	Borpárlat	0,05	l
Tojás	2	db	Szarvasgomba	0,005	kg
Só	0,03	kg	Aszpik	0,60	kg
Besamelmártás	5	adag	Franciasaláta	6	ad<
Törött bors	0,005	kg	Fejes saláta	1	db

A kocsonyázott libamájhabhoz először hosszúkás őzgerinc vagy téglalap alakú formákat aszpikkal bélelünk az ismert módon. Az aszpikkal bélelt forma alját díszítjük szép keménytojás-karikákkal, vékonyra szeletelt sült libamáj szeletkéekkel, esetleg vékony szarvasgombalapokból kivágott vagy kiszúrt különböző motívumokkal. A díszítőelemeket először mindig temperált aszpikba mártjuk, majd díszítőtű segítségével elhelyezzük az aszpikkal bélelt formában. A díszítőelemek elhelyezésénél vegyük figyelembe, hogy az elkészített, kiborított formában a díszítőelemek másik oldala fog látszani. Tehát minden esetben a szebb, simább oldalukkal lefelé helyezzük a forma aljára a díszítőelemeket!

Szaktánk kiváló mesterei, akik művészi szinten gyakorolták a díszítést, hajszálvékonyra vágott szarvasgombaszálakból képeket, vadászjeleneteket, állatokat, népművészeti motívumokat alkottak. Ez a munka rendkívül nagy pontosságot, művé-

szi érzéket igényelt. Napjainkban ilyesmi már csak elvétve található meg a hidegtálak, egyes ízelítők, kocsonyázott pástétomok készítésénél.

A díszítés befejezésével az egész formát beöntjük vékony rétegben temperált aszpikkal, majd betöltésig hűtőszekrénybe helyezzük, és dermesztjük. A tejszínből kemény habot készítünk, amit felhasználásig hűtőbe helyezünk.

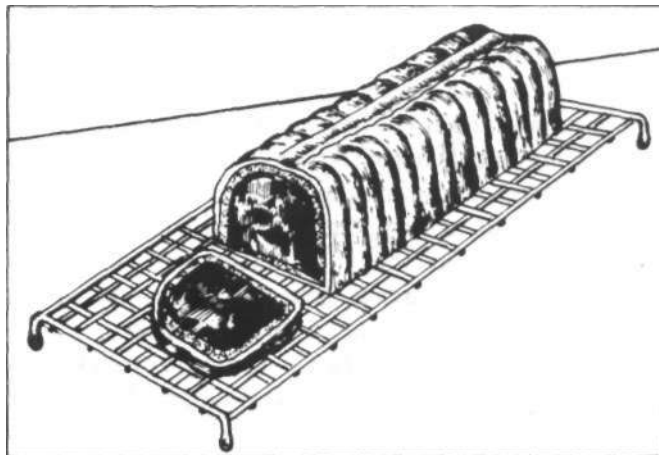
Zsírban finomra vágott vöröshagymát pirítunk. Hozzáadjuk az 1 cm-es nagyságú kockákra vágott liba- és szárnyasmájat. Ízesítjük sóval, hozzáadjuk a fűszereket. Mikor elkészült — még forrón — szőrszítán áttörjük, és habverővel jól összekeverjük, majd lehűtjük. Ezután hozzáadjuk a borpárlatot, majd a vajjal és a besamel-mártással habosra keverjük.

A félkész libamájhabhoz hozzácsorgatjuk — állandó keverés közben — a temperált aszpikot, majd igen óvatosan a felvert tejszínhabot.

A libamájhabot óvatosan az előkészített formába adagoljuk úgy, hogy ne keletkezzen benne légbuborék. A formát gyengén konyharuhával borított asztalhoz ütögetjük, hogy a libamájhab mindenütt egyenletesen kitöltse a formát. A forma tartalmát habkártyával lesimítjuk úgy, hogy kb. 3—4 mm-es rész üresen maradjon a forma pereméig. A libamájhabot hűtőszekrénybe helyezzük. Miután kissé megdermedt, kiemeljük a hűtőszekrényből, és peremig töltjük temperált aszpikkal.

A kocsonyázott libamájhabot ismét hűtőszekrénybe helyezzük, és dermesztjük. Közben a forma szélességének megfelelően franciasalátából 1 cm vastag alapot alakítunk ki előhűtött porcelántálon.

A kocsonyázott libamájhabbal töltött hosszúkas formát kiemeljük a hűtőszekrényből. Néhány pillanatra meleg vízbe mártjuk, majd óvatosan zsírpapírral fedett vágódeszkára borítjuk. A vízbe mártásnál előfordulhat, hogy az aszpikréteg jobban megolvad a kívánatos mértéknél. Ebben az esetben a kocsonyázott libamájhabot vágódeszkával együtt azonnal visszatesszük a hűtőszekrénybe.



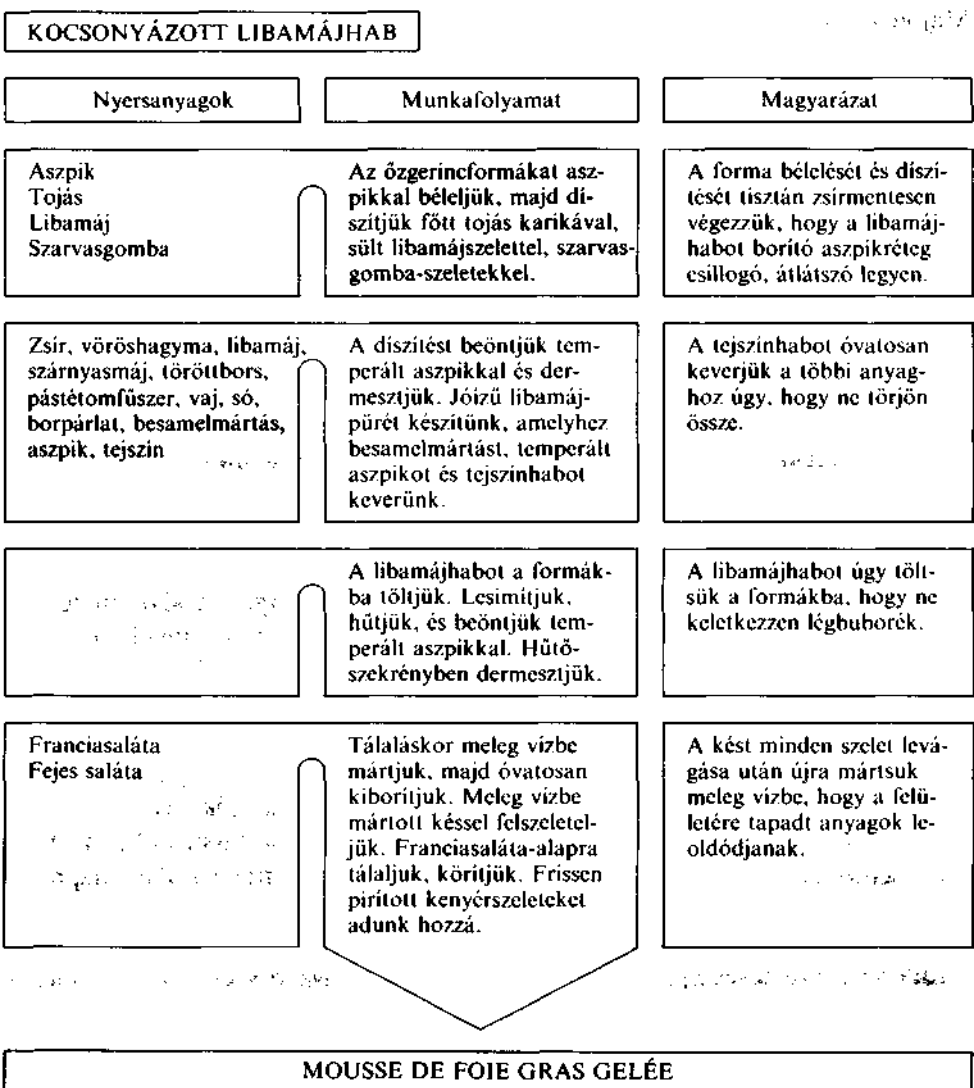
36. ábra A kocsonyázott libamájhab egészben és szeletben

A kocsonyázott libamájhabot ezután felszeleteljük. Éles, vékony pengéjű kést meleg vízbe mártunk, majd kb. 1 cm széles szeleteket vágunk a kocsonyázott libamájhabból. (36. ábra)

A szeleteket előkészített franciasaláta-alapra tálaljuk úgy, hogy a szeletek félig fedjék egymást, és a díszítés jól látható legyen.

Az egészet körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyekre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

69. folyamatábra



A kocsonyázott libamájhab úgy is tálalható, hogy azonnal az előkészített franciasaláta-alapra borítjuk. Az elmondottakhoz hasonlóan körítjük. A kocsonyázott libamájhabot tölthetjük egyszemélyes kis fémformákba, amelyeket a kocsonyázott tojás csirágfejjel készítménynél megismertünk.

Kocsonyázott sonkahab (Mousse de jambon au gelée)

Besamel mártás

Aszpik temperálása

Tejszínhab készítése

Bélelés aszpikkal

Majonéz mártás

Ajánlott anyaghányad:

Sonka	0,60	kg	Torma	0,05	kg
Besamel mártás	5	adag	Füstölt marhanyelv	0,05	kg
Só	0,01	kg	Tojás	2	db
Törött fehér bors	0,005	kg	Fejes saláta	1	db
Vaj	0,20	kg	Franciasaláta	5	adag
Tejszín	0,20	l	Majonéz mártás	5	adag
Aszpik	0,50	kg			

A hosszúkás őzgerinc vagy téglalap alakú formát temperált aszpikkal béleljük. Az aszpik akkor a legjobb, ha azt a sonka főzőlevéből készítjük. Dísztjük szép kemény tojás-karikákkal, főtt füstölt marhanyelvből vágott különböző motívumokkal. A dísztést beöntjük a temperált aszpikkal, és dermesztjük. A sovány sonkát finom lyukú tárcsával ellátott húsdarálón többször megdaráljuk. Hozzákeverjük a sót, a törött fehér borsot, a besamel mártást, majd a vajjal habosra keverjük. Ezután hozzácsorgatjuk állandó keverés közben a kb. 0,10 kg temperált aszpikot, majd igen óvatosan a felvert tejszínhabot. A sonkahabot — ha színe nem megfelelő —, egy kevés engedélyezett ételfestékkel halvány rózsaszínűre színezzük. A sonkahabot óvatosan az előkészített formába adagoljuk úgy, hogy ne keletkezzen benne légbuborék.

A továbbiakban a kocsonyázott libamájhabnál ismertetett módon járunk el. Tehát a habkártyával lesimítjük, dermesztjük, beöntjük temperált aszpikkal a forma pereméig, majd újra dermesztjük hűtőszekrényben. Tálalás előtt kiborítjuk, és egészben vagy szeletekben tálaljuk. A kocsonyázott sonkahabot franciasaláta-alapra tálaljuk. Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

Külön mártásoscsészében — leforrázott reszelt tormával összekevert —, jól lehűtött majonéz mártást adunk hozzá.

A kocsonyázott libamájhabhoz frissen pirított, damasztzalvétába csomagolt zsemleszeleteket kell adni.

b) Párolt pástétomok

A tésztában párolt pástétomok a francia konyha jellegzetes készítményei. Ezek közül a legjellegzetesebb a

Strassburgi libamájpástétom (Pâté de foie gras strasbourgeois)

Párolás

Franciasaláta

Ajánlott anyaghányad:

Libamáj	1,00 kg	Madeirabor	0,08 l
Tej	0,50 l	Szalonna	0,30 kg
Szarvasgomba	0,02 kg	Franciasaláta	5 adag
Só	0,01 kg	Fejes saláta	1 db
Törött bors	0,005 kg	Aszpik	0,15 kg
Pástétomfűszer	0,005 kg	Sertészsír	0,15 kg
Borpárlat	0,06 l		

Az előkészített szép, egész libamájakat jeges tejben áztatjuk, hogy jól kifehéredjenek.

Ezután kiemeljük a tejből, és leszárítjuk. A libamájat éles késsel körbefaragjuk. Az így nyert kis darabokat szitán áttörjük, és félretesszük.

Az egész libamájakat 2–3 mm vastag, hegyes végű szarvasgombahasábokkal gazdagon megtűzdeljük, és porcelántálba helyezzük. ízesítjük sóval, fűszerezzük törött borssal, pástétomfűszerrel, borpárlattal és madeiraborral. A májakat hűtőszekrénybe helyezzük, és többször megforgatva érleljük. Közben dermesztett szalonnából 2–3 mm-es lapokat vágunk. A pástétompárolásra szolgáló porcelánedényt vagy fajansztégelyt kibéleljük a szalonnalapokkal úgy, hogy a pástétom tetejének beborítására is maradjon a szalonnalapokból. (37. ábra)

A májat kiemeljük a hűtőből. A pácolásból nyert fűszeres, alkoholos lét a májpüréhez keverjük.

Ezután a szalonnalapokkal bélelt tégelyben egyenletesen egymásra rétegezzük a libamájpürét és az egész libamájat.

Fontos szabály, hogy alulra és felülre libamájpüré kerüljön. A betöltött libamájpástétom tetejére ráhajtjuk a szalonnalapokat, majd vízfürdőre állítva és lefedve készre gőzöljük. Ha elkészült, kiemeljük, kihűtjük, lepréseljük. A lepréselés eredményeképpen a felszínen összegyűlt levet leöntjük. Hűtőszekrényben jól megdermesztjük. Miután megdermedt, a préselésre használt eszközt leemeljük róla. A tégelyt beöntjük olvasztott sertészsírral. Ezzel biztosítjuk, hogy a libamájpástétom hosszabb ideig tárolható lesz.



37. ábra A strassburgi libamájpástétom készítéséhez szarvasgombával tűzdelt libamáj, füstöltzalonna-szeletekkel bélelt pástétomkészítő tégelybe helyezve

A tálaláshoz egy evőkanál ívelt peremét élesre kell köszörülni, mert ezzel fogjuk a pástétomot tálalni.

A pástétomról lekaparjuk a sertézsírt, majd az előkészített, forró vízbe mártott kanállal — a rendelésnek megfelelő adagszámban — kagylószerűen kikanalazzuk a pástétomot, amelyet franciasaláta-alapra halmozunk ízlésesen.

Miután ezt a pástétomot kanállal tálalják, korábban kanalas pástétomnak is nevezték.

Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

A stassburgi libamájpástétomhoz frissen pirított zsemleszeleteket kell adni damasztzalvétába helyezve.

A tégelyt újra beöntjük sertézsírral, és hűtőszekrénybe helyezzük.

c) Tésztában párolt pástétomok

A tésztában párolt pástétom részben átmenetet képez a kocsonyázott pástétomok és a párolt pástétomok között.

Libamájpástétom tésztában (Pâte de foie gras en croute)

Sós omlós tészta

Libamájpüré

Párolás

Sütés
Franciasaláta
Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad:

Pástétomtésztaához:

Liszt	0,50 kg	Libamáj	0,80 kg
Libazsír	0,16 kg	Tej	0,40 l
Víz	0,20 l	Szarvasgomba	0,01 kg
Só	0,015 kg	Só	0,01 kg
		Törött bors	0,005 kg

Pástétomhoz:

Pástétomfűszer	0,005 kg	Franciasaláta	5 adag
Borpárlat	0,06 l	Fejes saláta	1 db
Madeirabor	0,08 l		
Szalonna	0,20 kg	<i>Mártáshoz:</i>	
Pisztácia	0,02 kg	Majonézmártás	5 adag
Tojás	2 db	Libamáj	0,06 kg
Füstölt marhanyelv	0,05 kg	Borpárlat	0,05 l
Gomba	0,10 kg	Madeirabor	0,05 l
Aszpic	0,20 kg	Tejszín	0,08 l

A pástétomot a kocsonyázott pástétomoknál megismert fémformákban — amely lehet még ovális és kör alakú is — készíthetjük. A fémformát egy speciális — erre a célra készített — tésztaival béleljük ki. A tészta készítése a sós omlós tészták készítéséhez hasonlít, de folyadékot is tartalmaz. Így a tészta állománya a hőbehatás befejezésével nem lesz omlós, tehát könnyebben lehet szeletelni, darabolni.

A tésztaival bélelt formát szalonnalappokkal kibéleljük, majd a strassburgi libamájpástétomnál ismertetett módon egymásra rétegezzük a libamájpürét és az előkészített libamáját. A libamájpüréhez adhatunk apró kockákra vágott nyers libamájat, pisztáciát, főtt tojásfehérjét, főtt füstölt marhanyelvet, párolt apró gombafejeket. Ezek szebbé teszik a kész pástétom vágási felületét. Tetejét újra szalonnalappal borítjuk, majd tojással bekent tésztaival fedjük, hogy a tésztaalap jól hozzátapadjon a pástétomhoz, illetve a béleléshez felhasznált tésztahoz. Tetejét bekenjük tojással, és a tésztaból készített díszítőelemekkel — virággal, levéllel, csavart, font idomokkal — díszíthetjük. A díszítőelemeket is bekenjük tojással, hogy a párolás-sütés közben keletkező gőzök eltávozhassanak, ne repesszék szét a tésztát.

A pástétomot lapos sütőtepsibe helyezzük. A sütőtepsibe egy kevés vizet öntünk. Az egészet sütőbe helyezzük, és 180 °C-on lassan készre pároljuk, illetve sütjük. Az elkészítési idő a pástétom nagyságától függően 1–3,5 óra is lehet. Ha a pásté-

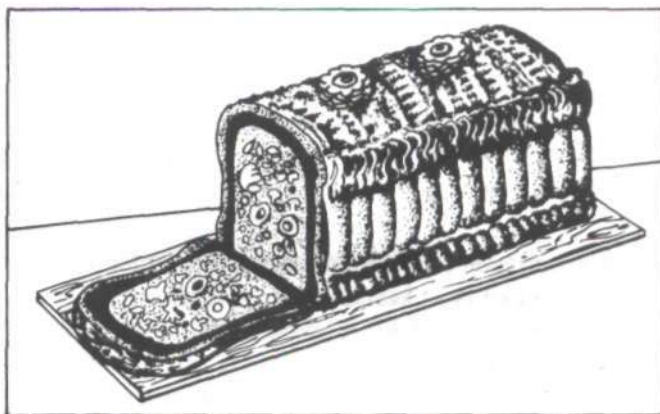
tom elkészült, kiemeljük a sütőből. A kigőzölés céljára kialakított lyukakon keresztül meleg aszpikkal kitöltjük a pástétom üregeit, majd hideg helyre helyezzük és kihűtjük.

A pástétomot jól megdermesztjük hűtőszekrényben, majd meleg vízbe martot éles késsel felszeleteljük (38. ábra) és franciasaláta-alapra tálaljuk.

Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpiko hintünk.

Külön mártásoscsészében jól lehűtött Mancelle-mártást adunk hozzá. Készítési a következő: majonéz-mártásba libamájpurét, borpárlatot, madeirabort, egy kéné tejszínt keverünk.

A pástétomot úgy is készíthetjük, hogy a libamájpuréhez finomra őrölt bojú vagy sertéshúst keverünk. Ebben az esetben egész libamáját nem rétegezzük a pástétomba, hanem bőven adunk hozzá a kockákra vágott anyagokból.



38. ábra A libamájpástétom tésztában szeletelése

A pástétomkészítés népszerűségét, bonyolultságát bizonyítja, hogy valamikor < külön szakmának számított Franciaországban. Az egyes pástétompürék, pástétom fűszerek keveréke, pástétomtészta készítése még napjainkban is féltve őrzött titol Jó nevű francia, belga szállodák külön pástétomkészítő szakácsokat alkalmaznak akik őrzik és ápolják a klasszikus pástétomkészítés tradícióját.

Az említett pástétomoknak megfelelően készíthető még:

borjúhús-,
sertéshús-,
vadhús- és
szárnyaspástétom.

A pástétomok a vegyes ízelítők pótolhatatlan alkotóelemei.

Kocsonyázott pástétomok vagy habok	Párolt pástétomok	Tésztában párolt pástétomok
------------------------------------	-------------------	-----------------------------

6. Galantinok

Jércegalantin (Galantine de poularde)

Lisztpép

Tejszínhab készítése

Háziszárnyasok előkészítése

Jércemell lefejtése

Hurokkötözés

Főzés

Aszpik temperálása

Fehér zománcmártás

Franciasaláta

Tartármártás

Ajánlott anyaghányad:

Jérce	2 db	Törött fehér bors	0,005 kg
Lisztpép	0,60 kg	Pástétomfűszer	0,005 kg
Borjúhús	0,40 kg	Pisztácia	0,05 kg
Tejszín	0,30 l	vagy	
Sárgarépa	0,20 kg	Zöldborsó	0,10 kg
Petrezselyemgyökér	0,20 kg	Vaj	0,05 kg
Zellergumó	0,10 kg	Zselatinpor	0,03 kg
Tojás	5 db	Fehér zománcmártás	3 adag
Só	0,04 kg	Franciasaláta	5 adag
Gombafej	0,20 kg	Aszpik	0,50 kg
Borpárlat	0,05 l	Tartármártás	5 adag
		Fejes saláta	1 db

Az égetett tésztáknál ismertetett módon jó kemény lisztpépet készítünk. A tejszint kemény habbá verjük, és szitára öntve felhasználásig hűtőszekrénybe helyezzük. A gombafejeket megpároljuk. Az előkészített jércét mellére fektetjük. A gerinc vonalán elindulva éles pengéjű, hegyes késsel teljes egészében lefejtjük a jérce bőrét. A műveletet úgy végezzük, hogy a bőrt ne hasítsuk be! A lefejtett bőrt tovább-

bi felhasználásig félretesszük. A jérce mellét óvatosan lefejtjük a csuntról, és gyengén kiveregetjük. A többi csonton maradt húst szintén gondosan lefejtjük, majd borjúhússal együtt finom lyukú tárcsával ellátott húsdarálón többször megdaráljuk.

A darált húshoz hozzákeverjük a lisztpépet, az egész tojásokat, a sót, a fűszereket, a kockákra vágott füstölt marhanyelvet, a libamáját, a pisztáciát — pisztácia hiányában zöldborsót — és a párolt gombafejeket, a borpárlatot, majd végül a keményre felvert tejszínhabot.

A jérce bőrét külső oldalára kiterítjük, majd korábbi helyükre visszahelyezzük a jércemelleket.

Az egészet meghintjük sóval és zselatinporral. A mellszeletekre helyezük rúd alakban az előkészített töltelékét. A jérce bőrét mindkét oldalról ráhajtjuk, illetve rácsavarjuk a töltelékre. Tiszta, vizezett konyharuhát bevajazunk, majd beletekerjük a galantint. Két végét szorosan megkötjük zsineggel, majd az egészet átkötjük hurokkötőzessel.

A zöldségféléből és a visszamaradt szárnyascsontokból jóízű szárnyasalaplét főzünk, amelyben a galantint lassan puhára főzzük. A galantint a főzőlében kihűtjük, majd kiemeljük, és eltávolítjuk róla a zsinetet. Ezután nem túl erősen lepréseljük, illetve dermesztjük. A galantinról ezután eltávolítjuk a ruhát, és rácsra helyezük. Atvonjuk az aszpikhoz hasonlóan temperált fehér zománcmártással.

A temperált zománcmártást gyorsforralóból a galantinra öntjük, úgy, hogy mindenütt átvonja. Ha szükséges, kenőkéssel az üresen maradt részekre kenjük a zománcmártást. Megvárjuk, míg a felesleges zománcmártás lefolyik a galantinról. Ezután hűtőszekrénybe helyezük és dermesztjük. Tetejét díszíthetjük párolt gombafejből vágott szeletekkel, amelyet átfényezünk temperált aszpikkal.

A jól lehűtött galantint vékony pengéjű, meleg vízbe mártott éles késsel 0,5 cm vastag szeletekre vágjuk, majd óvatosan franciasaláta-alapra helyezük. A szeletek félig fedjék egymást, hogy szép vágási felületük jól érvényesüljön. Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

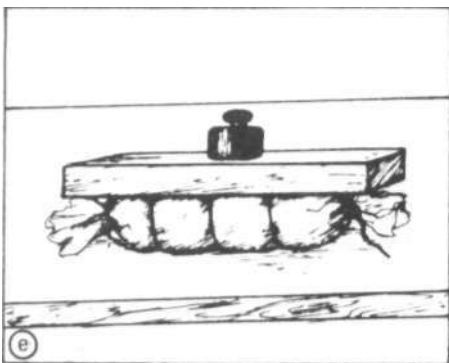
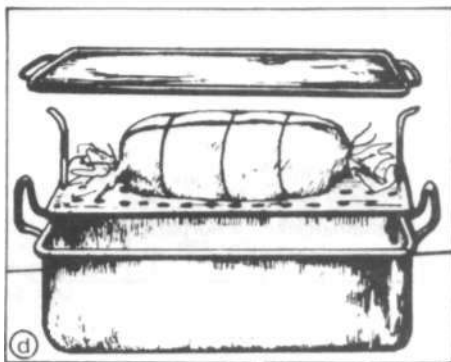
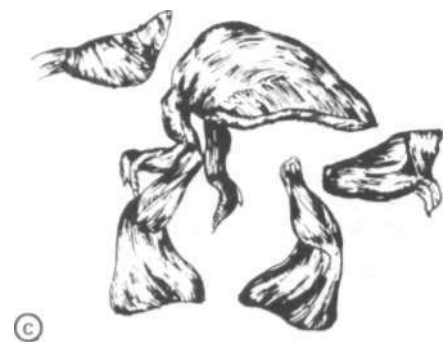
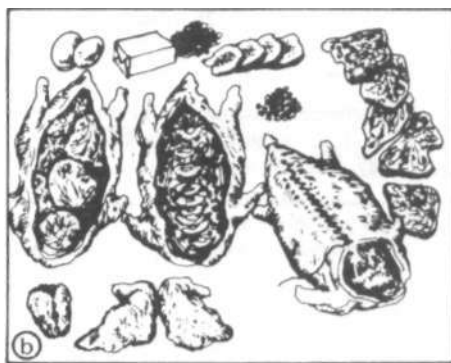
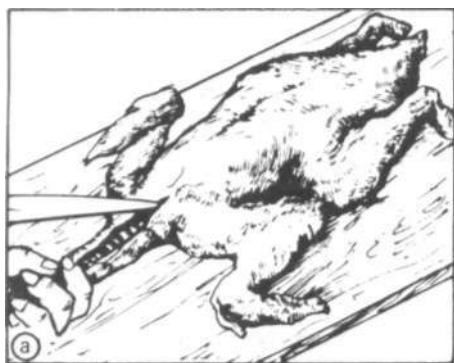
Külön mártásoscsészében jól előhűtött tartármártást adunk hozzá.

A galantint a modern hidegkonyhai elveknek megfelelően zománcmártás nélkül is készíthetjük. (39. ábra)

A jércegalantin ismeretében készíthető még:

malacgalantin (galantine de cochon),
pulykagalantin (galantine de dinde).

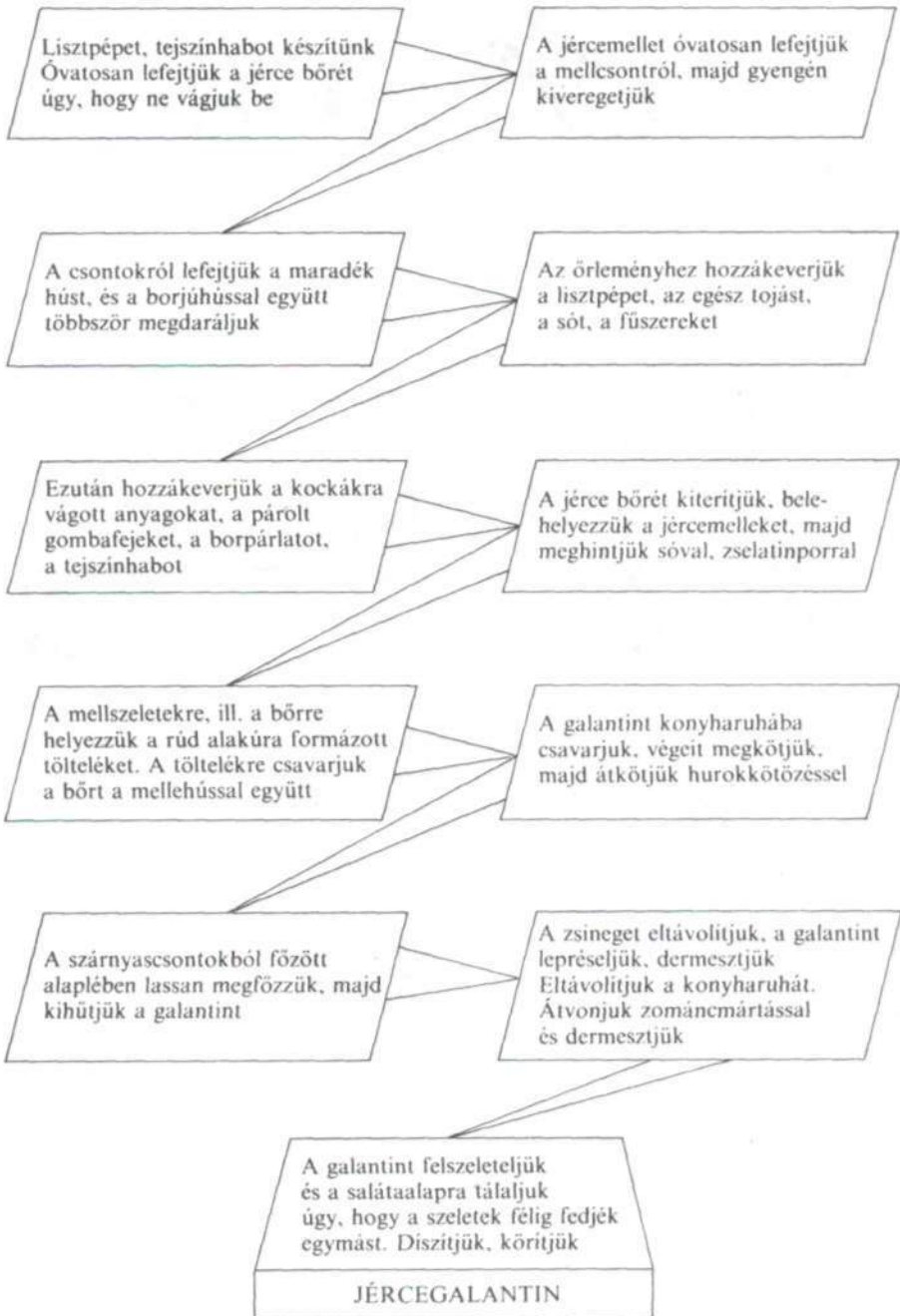
A galantinok a vegyes ízelítők pótolhatatlan alkotóelemei.



39. ábra A jércegalantin készítése:

a) a jérce bőrének lefejtése, b) a kicsontozott részek, c) a jérce színhúsa d) a galantin főzése, e) a galantin préselése, f) tálalásra kész galantinszeletek

28. séma A JÉRCE GALANTIN KÉSZÍTÉSE



JÉRCE GALANTIN		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Lisztpép Tejszín Gomba Jérce	Lisztpépet, tejszínhabot készítünk. A gombafejeket megpároljuk. A jérce bőrét a gerinctől elindulva lefejtjük.	A jérce bőrét úgy fejsük le, hogy ne hasítsuk be.
Borjúhús	A jérce mellét lefejtjük, kiveregetjük. A többi húst is lefejtjük. Borjúhússal együtt többször megdaráljuk.	Addig daráljuk a húsokat, amíg állományuk pépszerű nem lesz.
Tojás, só, törött fehér bors, pástétomfűszer, gomba, füstölt marhanyelv, libamáj, pisztácia, borpárlat, tejszínhab	Lisztpépet, egész tojást, sót, fűszereket, párolt gombát, kockára vágott füstölt marhanyelvet, libamájat, pisztáciát, borpárlatot, tejszínhabot keverünk hozzá.	Az anyagokat óvatosan keverjük, hogy ne törjenek össze.
	A kiterített jérce bőrre helyezük a mellhúsokat és a rúd alakú töltelékeket. Becsavarjuk, majd konyharuhába tekerjük, és kötözzük. Alaplében megfőzzük, hűtjük, préseljük, és eltávolítjuk a konyharuhát.	A préselés mérsékelt legyen, mert a jérce bőre könnyen kirepedhet.
Fehér zománcmártás Franciasaláta Fejes saláta Tartármártás	Zománcmártással átvonjuk, dermesztjük, szeleteljük. Franciasalátára tálaljuk, körítjük, díszítjük.	A szeletek egyforma vastagságúak legyenek.

GALANTINE DE POULARDE

7. Kocsonyák

A kocsonyakészítés sok mindenben megfelel a hagyományos aszpik készítésének. Itt is tartalmaz — kollagénben gazdag — főzőlevet készítünk. Miután a főzőlevet leszűrjük, a benne főtt, jelleget adó húst, esetleg zöldségfélét tálba helyezzük, majd kocsonyázzuk a tartalmaz főzőlével. Itt is előfordulhat, hogy a főzőlé nem dermed meg. Ebben az esetben a klasszikus aszpikfőzésnél ismertetett módon járunk el, tehát langyos vízben áztatott zselatinport keverünk hozzá.

Jércekocsonya (Pöularde en gelée)

Fehér alapié

Főzés

Aszpik készítése

Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Jérce	1	db	Egész bors	0,005	kg
Sárgarépa	0,20	kg	Só	0,03	kg
Petrezselyemgyökér	0,20	kg	Zselatinpor	0,05	kg
Zellergumó	0,10	kg	Tojásfehérje	3	db
Csirágfej	0,30	kg	Paradicsompüré	0,03	kg

A megtisztított, előkészített jércét szárnyacsonttal együtt a húsleveshez hasonlóan — igen lassan — megfőzzük. Főzés közben a főzőlét többször megkóstoljuk. Az ízesítést úgy végezzük, hogy mire a jérce megfő, a főzőlé íze tökéletes legyen. Ezután a jércét és a zöldségfélét kiemeljük a főzőléből, és hideg helyre tesszük. A főzőlevet leszírozzuk, és hozzákeverjük a langyos vízben áztatott zselatinport. A főzőlevet felforraljuk, derítjük az aszpik készítésénél ismertetett módon. Ezután pihentetjük, majd konyharuhán keresztül leszűrjük. Közben a csirágfejeket sós vízben puhára főzzük.

A jércét leöblítjük, bőrét lehúzzuk, és húsát lefejjük a csontokról, majd óvatosan felszeleteljük kb. 0,5 cm vastag szeletekre. A zöldségeket hideg vízzel leöblítjük, majd szép hasábokra vágjuk. Az előkészített jércehússzeleteket legyező alakban mélyebb tálkákba helyezzük. Ízlésesen körberakjuk a hasábokra vágott zöldségfélékkel és csirágfejekkel. Egy kevés kocsonyalevet öntünk alá, és hűtőszekrénybe helyezzük, dermedtjük. Erre azért van szükség, hogy a húst és a zöldséget rögzítsük. A kocsonyák beöntésénél gyakran előfordul, hogy az egyszerre beöntött kocsonyaleben a jelleget adó anyagok „elúsznak”, megváltoztatják helyüket.

Miután a tálkákban rögzítettük a jelleget adó anyagokat, óvatosan beöntjük a többi kocsonyalevet, és hűtőszekrényben dermedtjük. A kocsonyák beöntésénél fon-

tos szabály, hogy a kocsonyáié ellepje az anyagokat. Amennyiben a húst nem lepi el a kocsonyáié, akkor az hamar kiszárad, megbarnul, étvágyrontó lesz.

A megdermedt kocsonyákat átlátszó, vékony, rugalmas műanyag fóliával borítjuk. A kocsonya így nem szennyeződik, és tetszetős, tiszta, átlátszó marad.

A jó jércekocsonya világos aranysárga színű, átlátszó és zsírmentes.

A jércekocsonya ismeretében készíthető még:

sertéskocsonya (porc en gelée).

71. folyamatára

JÉRCEKOCSONYA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Jérce Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó Só Egész bors	A jércét húsleveshez hasonlóan lassan megfőzzük. A puha jércét és zöldségeket kiemeljük.	A főzést lassan végezzük, hogy a lé tiszta, átlátszó legyen.
Zselatinpor Tojásfehérje Paradicsompüré Csirágfej	A főzölét lezsirozzuk. Zselatinporral összeforraljuk, majd tojásfehérjével díszítjük, pihentetjük, és leszűrjük. A csirágfejeket puhára főzzük.	A kocsonya levét az aszpiknál tanult módon derítjük.
	A jércét leöblítjük, bőrét lehúzzuk, húsát lefejtjük, felszeleteljük. A zöldségeket leöblítjük, hasábokra vágjuk. A húst és zöldségeket tálba rakjuk, beöntjük a lével, majd dermesztjük.	Az anyagokat azért öblítjük le, hogy a kocsonya ne legyen zavaros.
	A kocsonyákat műanyag fóliával fedjük tárolásig.	A kocsonyát azért fedjük le, hogy ne szennyeződjön.
POULARDE EN GELÉE		

29. séma A JÉRCEKOCSONYA KÉSZÍTÉSE



8. Hideg halételek

A hideg halételek készítéséhez elsősorban:

- süllőt,
- fogast,
- tokot,
- vizát,
- kecsegét,
- pontyot,
- lazacot használunk fel.

A hideg halételekhez a halat halfőző edényben készítjük el. A halfőző edény hosszúkás alakú, amelyet fűlelkel ellátott — tehát kiemelhető — lyukacsos betét egészít ki. A puhára főzött halat a halfőző betéttel emeljük ki. így a halhús nem török össze, egyben marad. A hideg halételekhez a halat — a meleg halételekhez hasonlóan — jól sózzuk be, mert a halhús, viszonylag magas víztartalma miatt ezt kívánja.

A hideg halételeket lassan, egyenletesen kell főzni, mivel a halhús laza szerkezetű, tehát könnyen roncsolódik, esetleg szétesik.

A hideg halételeket mindig jó előre kell elkészíteni, hogy sütésükre, dermesztésükre megfelelő idő álljon rendelkezésre. A jól lehűtött, dermesztett hideg halételeket megfelelően tudjuk szeletelni és tárolni.

Süllőszeletek tihanyi módra (Filets de sandre á la Tihany)

Halak előkészítése (süllő)

Halalapié

Főzés

Aszpick készítése

Franciasaláta

Zöldmártás

Ajánlott anyaghányad:

Süllő	2,00 kg	Sárga zománcmártás	5 adag
Só	0,04 kg	Zselatinpor	0,06 kg
		Citrom	1 db
<i>Alapléhez:</i>		Tárkony	0,01 kg
Sárgarépa	0,15 kg	Füstölt lazac	0,05 kg
Petrezselyemgyökér	0,10 kg	Tojás	5 db
Zellergumó	0,05 kg	Fejes saláta	1 db
Babérlevél	1 db	Franciasaláta	5 adag
Vöröshagyma	0,05 kg	Zöldmártás	5 adag
Egész bors	0,005 kg	Tojásfehérje	3 db

A süllőt az ismert módon filézzük, majd a bőrét lehúzzuk róla. A fejből és a többi csontból, a sárgarépából, a petrezselyemgyökérből, a babérlevélből, a vöröshagymából és az egész borsból tartalmas halalaplevet készítünk. A tojásokat megfőzzük, meghámozzuk.

A süllőfiléket gyengén megveregetjük húsverő kalapáccsal, majd citromlével meglocsoljuk, sóval ízesítjük, egy kevés — 0,02 kg — zselatinporral meghintjük.

72.folyamatábra

SÜLLŐSZELETEK TIHANYI MÓDRA		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Süllő Só Sárgarépa Petrezselyemgyökér Zellergumó Babérlevél Vöröshagyma Egész bors Citromlé	A süllőt lefilézzük. Csontjából tartalmas alaplevet készítünk. A süllőfiléket megveregetjük. Sózzuk, citromlével meglocsoljuk.	A filéket óvatosan veregessük ki, hogy ne szakdjanak be.
Zselatinpor	A süllőfiléket meghintjük zselatinporral, majd háromszögletűre hajtjuk. A halfiléket a leszűrt alaplében lassan megpároljuk, kihűtjük.	A zselatinpor egymáshoz rögzíti a halfilét.
Sárga zománcmártás Tárkonylevél Füstölt lazac Aszpik	Rácsra emeljük, lecsepegtetjük, és átvonjuk sárga zománcmártással. Hűtjük, felületét díszítjük tárkonylevéllel, füstölt lazaccsikkal. Aszpikkal fényezzük, hűtjük.	A lecsepegtetést alaposan végezzük. A halfiléből késsőbb kifolyó párolólé étvágyrontó.
Franciasaláta Fejes saláta Főtt tojás Aszpik Zöldmártás	A süllőfiléket franciasalátára tálaljuk, körítjük, díszítjük. Zöldmártást adunk hozzá.	A készítményt jól lehűtve tálaljuk, így valóban étvágykeltő.
FILETS DE SANDRE À LA TIHANY		

Ezután a filéket háromszög alakúra hajtjuk úgy, hogy a kiveregetett oldalak egymásra kerüljenek. Az összehajtott filéket kissé összenyomkodjuk. Az elkészült halalaplét halfőző edénybe szűrjük.

Az előkészített halfiiéket a halfőző edény betéjére helyezük és a lassú forrásban levő alaplébe merítjük. Hozzáadjuk a maradék — 0,04 kg — zselatinport. Kb. 15 percig lassan főzzük, majd a szeleteket saját főzőlevükben kihűtjük. Mikor lehűltek, óvatosan rácsra emeljük. Vízzel leöblítjük, majd alaposan lecsepegtetjük. Ezután konyharuhával figyelmesen leszárítjuk felületüket, majd hűtőszekrényben jól megdermesztjük. A halfiiéket ezután sárga zománcmártással átvonjuk, jól lecsepegtetjük. Közben a halalapléből aszpikot készítünk.

Tetejét párhuzamosan egymás mellé helyezett tárkonylevéllel és füstöltlaczacsikokkal díszítjük. A díszítést aszpikkal átfényezzük. A tihanyi süllőszeleteket hűtőszekrénybe helyezük tálalásig.

Előhűtött hosszúkás tálra franciasalátából alapot készítünk, amely megfelel a süllőfilék méretének. Erre helyezük a süllőfiéket. Körberakjuk friss salátalevelekkel, keménytojás-karikákkal, amelyre halalapléből készített, apró kockákra vágott aszpikot hintünk. Külön mártásoscsészében jól előhűtött zöldmártást adunk hozzá. A „süllőszelet tihanyi módra” alkotóeleme lehet a magyaros vegyes ízelítőknek.

Halmajonéz (Mayonnaise de poisson)

Aszpik temperálása

Halak előkészítése (süllő)

Hurokkötözés

Főzés

Majonézmártás

Franciasaláta

Ajánlott anyaghányad:

Alapléhez:

Egész bors	0,005 kg	Süllő	0,80 kg
Babérlevél	1 db	Tojás	10 db
Ecet	0,03 l	Majonézmártás	8 adag
Tárkony	0,001 kg	Citrom	2 db
Só	0,02 kg	Franciasaláta	5 adag
		Aszpik	0,30 kg
		Fejes saláta	1 db
		Ajókagyúrú	10 db

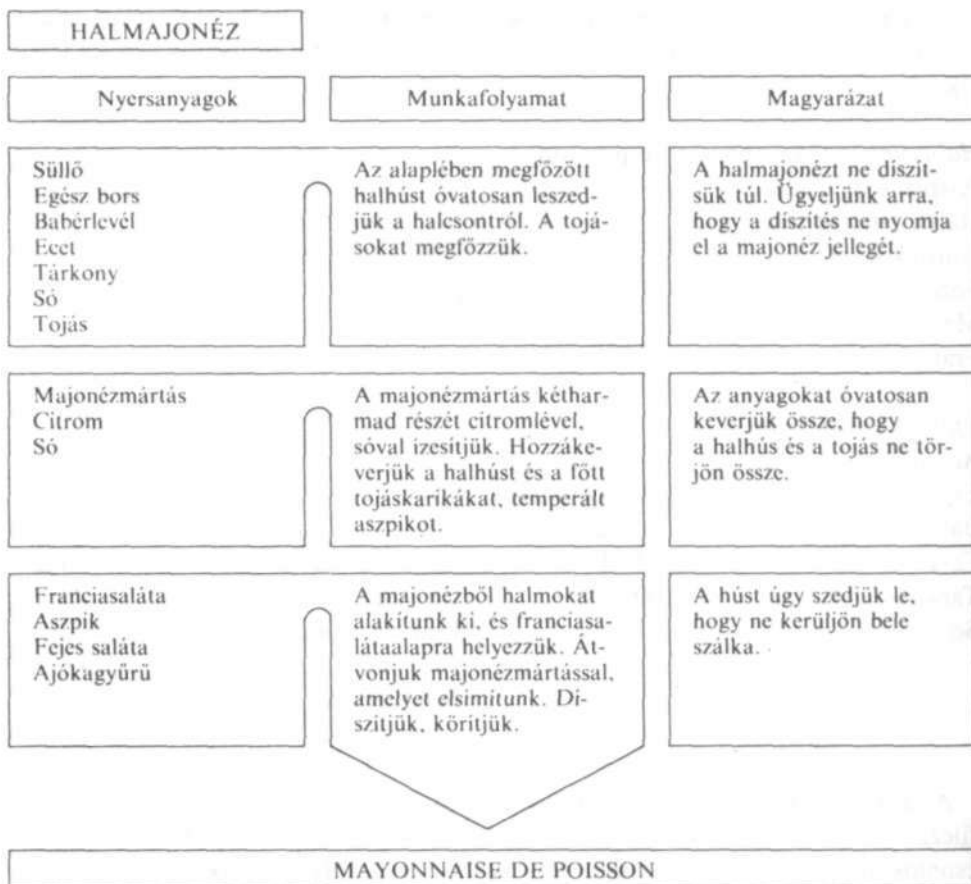
Az aszpik felét temperáljuk. A tojásokat megfőzzük, meghámozzuk. A süllőt kifilézzük, bőrét lehúzzuk, majd a filéket hurokkötözéssel formázzuk. Ezután a csontokból, a babérlevélből, az egész borsból, az ecetből, a tárkonyból alaplevet

készítünk, melyben megfőzzük a húst. A főzőléből kiemeljük a halhúst és a csontokat. A halsontról óvatosan leszedjük a halhúst, ügyelve arra, hogy szálkamentes legyen. A főtt halfiléket diónyi nagyságú darabokra szétszedjük. A majonézmártás kétharmad részét átszűr citromlével, sóval ízesítjük, majd óvatosan hozzákeverjük a halhúst, a karikákra vágott tojás háromnegyedét és a temperált aszpikot.

A majonéből kis halmokat alakítunk ki, majd franciasalátából készített alapra helyezük. Átvonjuk a maradék majonézzel, amelyet egyenletesen elsimítunk. A halmajonézt körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyekre apró kockákra vágott aszpikot hintünk. A halmajonéz felszínét hámozott citromkarikákkal, ajókgagyűrűvel, keménytojás-karikákkal díszítjük. A díszítést átfényezzük temperált aszpikkal, majd az egészet hűtőszekrénybe helyezük.

A halmajonézt kocsonyázva is készíthetjük a „kocsonyázott tojás csirágfejjel” készítményhez hasonlóan. Ebben az esetben az aszpikkal bélelt, díszített formát

73. folyamatra



béleljük még temperált sárga zománcmártással, majd beletöltjük a halmajonézt, és dermesztjük.

A kocsonyázott halmajonéz vegyes ízelítő alkotóeleme is lehet. Ebben az esetben az aszpikkal bélelt forma alját gazdagabban díszítjük a szokásosnál.

Szegedi halsaláta (Saladé de poisson á la Szeged)

Halak előkészítése (süllő)

Forrázás

Ajánlott anyaghányad:

Fogas	1,00 kg	Fűszerpaprika	0,005 kg
Zöldpaprika	0,20 kg	Törött bors	0,005 kg
Paradicsom	0,15 kg	Piros Arany	0,10 kg
Só	0,02 kg	Vöröshagyma	0,05 kg
<i>Öntethez:</i>		Metélőhagyma	1 csomó
Só	0,01 kg	Tojás	4 db
Ecet	0,04 l	Fejes saláta	1 db

A tojást megfőzzük, meghámozzuk. A fogast kifilézzük, majd a halmajonéznél megismert módon megfőzzük, és óvatosan darabokra szedjük.

A zöldpaprikát kis kockákra vágjuk. A paradicsomot leforrázzuk, magjait ki-nyomkodjuk, húsát szintén kis kockákra vágjuk. A vöröshagymát és a metélőhagymát finomra vágjuk. A sóból, ecetből, fűszerpaprikából, törött borsból, Piros Arany krémből pikáns öntetet készítünk, majd óvatosan hozzákeverjük az előkészített halat, a zöldpaprikát, a paradicsomot, a finomra vágott vöröshagymát és metélőhagymát. A salátát hűtőszekrénybe helyezük. A saláta ízei a hűtés alatt egységessé érnek. Mélyebb üvegtálat körberakunk friss salátalevelekkel, majd belemérjük a jól lehűtött szegedi halsalátát. Tetejét karikákra vágott főtt tojással díszítjük.

A szegedi halsalátát úgy is készíthetjük, hogy a halhússal együtt halikrát és haltejet is főzünk, amelyeket szintén a salátához keverünk.

A szegedi halsaláta alkotóeleme lehet a magyaros vegyes ízelítőnek.

Ráksaláta (Saladé d'écrevisses)

Franciasaláta

Majonézmártás

Ajánlott anyaghányad:

Rákhús	0,40 kg	Zellersaláta	3 adag
Főtt halhús	0,25 kg	Tojás	4 db
Franciasaláta	6 adag	Majonézmártás	4 adag

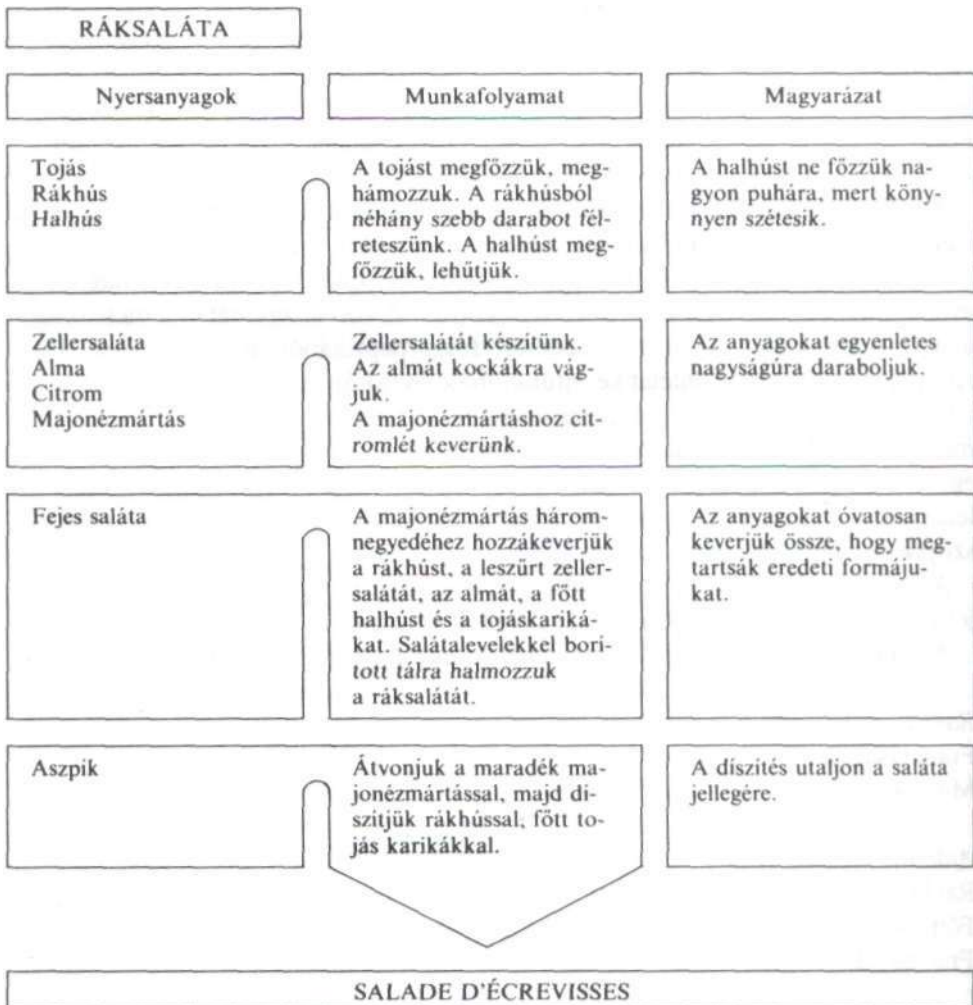
Alma	0,15 kg	Fejes saláta	1 db
Citrom	2 db	Aszpic	0,20 kg

A tojást megfőzzük, meghámozzuk. A rákhúsból néhány szebb darabot félreteszünk. A halhúst megfőzzük, lehűtjük, leszűrjük. Zellersalátát készítünk. Az almát meghámozzuk és 5 mm-es nagyságú kockákra vágjuk.

A majonézmártás háromnegyedéhez hozzákeverjük a citromlét, a rákhúst, a leszűrt zellersalátát, az almát, a főtt halhúst és a tojáskarikát.

Az előhűtött üvegtányérral friss salátalevelekkel borítjuk, erre halmozzuk a ráksalátát, majd átvonjuk majonézmártással, amelyet egyenletesen elsimítunk. Tetejét

74.folyamatábra



díszítjük a félretett rákhússal és tojáskarikákkal. A díszítőelemeket temperált aszpikkal átfényezzük.

A salátát körbehintjük apró kockákra vágott aszpikkal, majd hűtőszekrénybe helyezzük.

Magyaros pontykocsonya (Carpe en gelée á la hongroise)

Ajánlott anyaghányad:

Ponty	1,50 kg	Paradicsom	0,10 kg
Vöröshagyma	0,20 kg	Tojásfehérje	3 db
Só	0,03 kg	Zselatinpor	0,05 kg
Fűszerpaprika	0,01 kg	Paradicsompüré	0,03 kg
Zöldpaprika	0,20 kg		

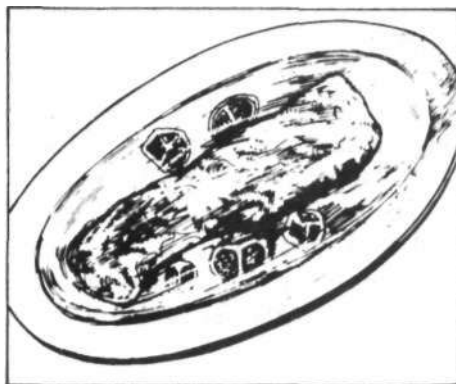
A pontyot előkészítjük, majd kifilézzük. A filétet sűrűn beirdaljuk a szálkákra merőlegesen, majd besózzuk.

A halcsontokból a vöröshagymával, a zöldpaprikával, a paradicsommal, a fűszerpaprikával és a sóval tartalmas halalaplevet főzünk, majd leszűrjük. A halalaplébe helyezzük a halfiléket, és lassan puhára pároljuk. A halfiléket lapátkanállal kiemeljük, jól lecsepegtetjük, és arányosan elosztjuk a tálkákba. A zselatinport beáztatjuk langyos vízbe. A halalapléhez hozzáadjuk a beáztatott zselatinport, mellyel fölforraljuk. Megkóstoljuk, ha szükséges, sóval utánízésítjük, majd a zsírt lemerjük a tetejéről. Ezután az aszpiknál ismertetett módon derítjük a kocsonyalét. Pihentetjük, majd konyharuhán keresztül leszűrjük és lehűtjük (temperáljuk).

A tálkában levő hal mellé vékony szelet zöldpaprikát és paradicsomot helyezünk. A halat és a díszítőelemeket egy kevés kocsonyalével rögzítjük a tálkákban, majd beöntjük a halkocsonya levével.

Hűtőszekrénybe helyezzük, dermedtjünk.

Ha a halkocsonya megdermedt, műanyag fóliával borítjuk. (40. ábra.)



40. ábra A magyaros pontykocsonya tálalva

9. Hideg húsételek és felvágottak

A hideg húsételeknél az egészben sütéssel és néhány főzéssel (mint például a sonka, füstölt marhanyelv) készített húsétel jöhet számításba, amelyeket már korábban megismertünk, és készítettünk a meleg húsételek egyes csoportjainál.

Előkészítésüket, sütésüket a sültekhöz hasonlóan kell végezni. A sütést valamivel hamarabb fejezzük be, így a húsokat könnyebben lehet szeletelni. Igen fontos, hogy az egészben sütéssel készített húsokat sokat locsolgassuk sütés közben. A hidegtálakhoz készített húsoknál ez fokozott jelentőséggel bír, mivel a kiszáritott felületű húsok nehezen szeletelhetők, kevésbé élvezhetők.

Az angolos húsok sütését az előírások pontos betartásával végezzük.

A hidegtálakra helyezett túlsütött vagy túlságosan angolos hús szembetűnő étvágycsökkentő látvány, és ez a készítmény ízében, élvezeti értékében is megmutatkozik.

A főzéssel készített sonkát, füstölt marhanyelvet 1–2 órán át saját főzőlevében kell kihűteni.

A készre sütött húsokat sütés után hűvös helyen hűtjük. Ezután a húsokról eltávolítjuk a formázáshoz felhasznált zsineget, hurkapálcikát, fogvájót, majd levágjuk az egyenetlen, porcogós vagy túlságosan zsíros részeket. Azokról a húsokról a csontot is levágjuk, amelyeket sonkaszeletelő géppel kívánunk szeletelni: ilyen például a csemege sertéskaraj. A húsokat azután alumínium- vagy műanyag fóliába csomagoljuk légmentesen. Erre azért van szükség, mert a húsok felülete csomagolás nélkül kiszárad, így nehezen tudjuk majd szeletelni. A főtt, füstölt marhanyelven levő bőrt lehúzzuk, majd a nyelvet visszahelyezzük a lehűtött főzőlébe. Ha a főzőlé túlságosan sós, egy részét leöntjük, és annyi vízzel pótoljuk, hogy ellepje a nyelveket.

A húsokat tálcára helyezzük, majd hűtőszekrénybe tesszük és dermesztjük.

Mint arról már szó volt, a felvágottak és a kolbászok egy részét korábban házilag készítették a konyhamészárosok. Ma mindent a húsipartól rendelünk. A rendelésnél figyelembe kell venni az egyes készítmények eltarthatóságát, várható fogyását. A tárolást minden esetben szakszerűen, pontosan végezzük. A felvágottakat és kolbászokat minden esetben a töltéshez felhasznált műanyag vagy valódi bélben kell tárolni. Ezzel meghosszabbítjuk a tárolási időt, a készítmény bakteriológiailag védettebb, és nem szárad ki. A műanyag vagy valódi bélt csak a szeletelés előtt távolítjuk el a felvágottakról, kolbászokról. A hideg húsok és a felvágottak jelentős részét sonkavágó géppel szeletelhetjük fel. Kivételt képeznek a hideg angolos húsok, a vagdalt húsok, a hideg halételek, továbbá a csontot tartalmazó húsok. A sonkavágó gépekkel végzett szeletelés igen előnyös, mivel gyorsan, egyenetlen vastagságú szeletekben kapjuk meg a hideg húsféléket, felvágottakat. A szeletelés vastagsága tetzés szerint állítható be a gépen.

Fontos, hogy tudjuk: minél jobban hűtött a sült, főtt húsdarab, a felvágott vagy kolbászféle, annál egyenletesebben, roncsolásmentesebben szeletelhető.

A hideg húsokat és felvágottakat vághatjuk kisebb vagy nagyobb szeletekre is. Ha kisebb szeleteket akarunk, akkor a húsokat pontosan hosszanti irányukra merőlegesen szeleteljük. Ha a húsokat kissé ferdén szeleteljük, jóval nagyobb szeleteket kapunk.

A csonttal együtt sütött értékesebb, díszítél céljaira készített sültet — mint pl. borjúgerinc, báránygerinc, őzgerinc — a csonttal együtt hűtjük le. Ezután figyelmesen kicsontozzuk. A húst óvatosan körbefaragjuk. Becsomagoljuk, és felhasználásig hűtőszekrényben dermesztjük. Mivel a csontos részt is felhasználjuk a díszítélhez, bő vízben lassan főzzük 2—3 órán át. A csont ezalatt kifehéredik, a rajta maradt húsdarabkák teljesen puhára főnek. A csontot ezután lehűtjük, majd éles, hegyes késsel megtisztítjuk a húsdarabkák maradványaitól. A díszítélakhoz szakszerűen előkészített csontok vajszínűk és tiszták. Felhasználásig hűtőszekrénybe helyezzük.

A szárnyasokat minden esetben a meleg húskéleknél ismertetett módon daraboljuk, szeleteljük. A különbség az, hogy a mellett sokkal vékonyabb, tehát több szeletbe vágjuk.

A szárnyasokat kicsontozva is szeletelhetjük. Ez elsősorban a mellrésze vonatkozik. A kicsontozott mellrészt kissé ferdén tartott, vékony pengéjű, éles késsel szeleteljük fel.

A hideg húsokat, felvágottakat és kolbászféléket egyenletesen felszeletelve rendezzük az előhűtött tálalótátra, egyenletes kör, félkör vagy ívelt alakzatban. A szeletek félig fedjék egymást. Fontos, hogy a hússzeletek szebb vágásfelülete, vágásfelé kerüljön felülre. A szeleteket félbehajtva is tálalhatjuk. A szalámi- és felvágottféléket tölcser alakúra is hajthatjuk.

A hideg húsok és felvágottak mellé helyezett hideg köretek, díszítélemek harmonikus egységben legyenek. A túlságosan sok köret, a túldíszítés zavaróan hat. A hideg húsokhoz és felvágottakhoz köreteként adhatunk jellegükben megfelelő, összetett salátákat, töltött zöldség- és főzelékféléket, friss paradicsomot, zöldpaprikát, piros hónapos retket, újhagymát, metélőhagymát, lilahagymát, paradicsompaprikát, hegyes zöldpaprikát, csemegeuborkát, friss fejessaláta-leveleket, francia petrezselyemzöldet, továbbá apró kockákra vágott aszpikot. Főtt, füstölt húsokhoz főtt tojást és frissen reszelt tormát adunk. A tátra rendezett hideg húsokat, felvágottakat, köretekét és díszítélemeket temperált aszpikkal átfényezzük.

A magasabb zsirtartalmú kolbászféléket, szalámikat, mint például:

- a gyulai kolbászt,
- a téliszalámit,
- a csemegezalámit,

nem szükséges aszpikkal átfényezni, mivel felületük a zsiradék tartalomtól fényes, tetszetős.

Füstölt marhanyelv tormával (Langue de boeuf fumée avec raifort)

Marhanyelv főzése

Franciasaláta

Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Főtt, füstölt		Aszpik	0,20	kg	
marhanyelv	0,60	kg	Fejes saláta	1	db
Franciasaláta	6	adag	Tojás	2	db
Torma	0,20	kg			

A megfőzött marhanyelv bőrét lehúzzuk, majd a nyelvet lehűtjük. A felhasználás előtt a nyelvet tiszta konyharuhával leszárítjuk. A nyelvet hosszanti irányával párhuzamosan kb. 3 mm vastag szeletekre vágjuk. Így a szeletek kissé ívelt, legyező alakúak lesznek. A tojást megfőzzük, meghámozzuk, majd karikákra vágjuk. Az előhűtött tálalótálra franciasalátából alapot készítünk, erre helyezük legyező alakban a nyelvszeleteket. Körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk. Melléhelyezzük a frissen reszelt tormát és körberakjuk főtt-tojás-karikákkal. A nyelvet s a tojáskarikákat temperált aszpikkal átfényezzük, és hűtőszekrénybe helyezük. A füstölt marhanyelvhez hasonlóan készíthető a füstölt sertésnyelv is.

Sonkatekeres (Roulade au jambon)

Besamelmártás

Aszpiktemperálás

Franciasaláta

Forrázás

Ajánlott anyaghányad:

Gépsonka	0,50	kg	Só	0,01	kg
Besamelmártás	6	adag	Aszpik	0,20	kg
Torma	0,10	kg	Tojás	2	db
Vaj	0,15	kg	Fejes saláta	1	db

Először tormakrémet készítünk. A keményre főzött, kihűtött besamelmártást vajjal habosra keverjük, sóval ízesítjük, majd hozzákeverjük a reszelt, leforrázott tormát. A gépsonkát sonkavágó géppel 2 mm vastag, egyforma szeletekre szeleteljük. A szeleteket egymásra helyezük, és négyszögletesre vágjuk. A szeleteket ezután kiterítjük vágódeszkán. A tormakrémet csillagszóval ellátott habzsákba töltjük. A sonkaszeletek azonos irányban levő széleire kb. 1,5 cm széles, egyenletes csíkokat fecskendezünk ki a tormakrémmel töltött habzsákból. A sonkaszeleteket fölterjük, végeikre a habzsákból kis rózsákat fecskendezünk. Ezután óvatosan rácsra

helyezzük úgy, hogy a tekercs széle alulra kerüljön. A tekercseket temperált aszpikkal fényezzük. Tetejére félbevágott tojáskarikát helyezünk, amelyet szintén fényezünk. A sonkatekercseket ráccsal együtt hűtőszekrénybe helyezük és dermesztjük.

A sonkatekercsek hosszúságának megfelelően előhűtött tálon franciasalátából alapot készítünk. Erre helyezük egymás mellé a tekercseket.

Az egészet körberakjuk friss salátalevelekkel, amelyre apró kockákra vágott aszpikot hintünk.

A sonkatekercs készíthető még:

- májkrémmel töltve, továbbá
- kocsonyázva is.

75. folyamatábra

SONKATEKERCS		
Nyersanyagok	Munkafolyamat	Magyarázat
Gépsonka Besamelmártás Torma Vaj Só	A felszeletelt sonkát be-töltjük tormakrémmel, majd föltekerjük. Végeikre kis rózsákat fecskende-zünk.	A tekercsek egyforma vas-tagságúak legyenek.
Aszpik Főtt tojás	A tekercseket rácsra he-lyezzük, temperált aszpik-kal fényezzük, majd di-szítjük és hűtjük.	A tekercseket úgy helye-zük a rácsra, hogy a szé-lük alulra kerüljön.
Franciasaláta	A sonkatekercseket fran-ciasaláta-alapra helyezzük egymás mellé.	A sonkatekercseket a szé-lükkel lefelé helyezzük a franciasalátára.
Fejes saláta Aszpik	Salátalevéllel körberakjuk, majd apró kockákra vá-gott aszpikot hintünk rá.	A készítményt jól hűsük le. Így érvényesülnek leg-jobban íz- és zamatanya-gai.
ROULADE DE JAMBON		

Hideg angolos bélszín (Filets de boeuf froid)

Angolos bélszín

Töltött paradicsom

Gundel-saláta

Franciasaláta

Waldorf-saláta

Libamájjal töltött gombafejek

Aszpik temperálása

Metélőhagy ma-mártás

Ajánlott anyaghányad:

Angolos bélszín	6	adag	Libamájjal töltött		
Paradicsom	20	db	gombafej	4	adag
Franciasaláta	5	adag	Aszpik	0,30	kg
Gundel-saláta	3	adag	Fejes saláta	1	db
Waldorf-saláta	3	adag	Metélőhagyma-mártás	5	adag

A jól lehűtött, angolosan készített bélszínt kb. 3 mm-es egyenletes vastag szeletekre vágjuk. Az előhűtött tálalótálra franciasalátából alapot készítünk. Ízlésesen elrendezzük rajta a szeleteket úgy, hogy azok félig fedjék egymást. Végül temperált aszpikkal átfényezzük, és hűtőszekrénybe helyezzük. Ezután elkészítjük a köreteket. A paradicsomokat előkészítjük a töltött paradicsomnál ismertetett módon, majd megtöltjük Gundel-salátával és Waldorf-salátával. Tetejüket visszahelyezzük, és díszítjük. Libamájjal töltött gombafejeket készítünk. Az elkészített köreteket temperált aszpikkal átfényezzük, hűtőszekrénybe helyezzük, dermesztjük.

Az angolos bélszínt ízlésesen körberakjuk a köretekkel és friss salátalevelekkel. Ez utóbbira apró kockákra vágott aszpikot hintünk. Külön mártásoscsészében jól lehűtött metélőhagy ma-mártást adunk hozzá.

Az angolos bélszínt köríthetjük gyümölcsköretekkel is. Ezek lehetnek: töltött alma, ananász, töltött sárgadinnye, hideg párolt szilva, hideg párolt körte.

Ezenkívül köríthetjük még az angolos bélszínt zöldség- és főzelékfélékkel is. A zöldség- és főzelékféléket az „egyéb főzelékeknél” ismertetett módon előkészítjük, majd sós vízben puhára főzzük és lehűtjük.

Ezek lehetnek:

- karotta (hasábokra vágva),
- sárgarépa (golyó alakúra formázva),
- csirág (kötegelve),
- zöldbab (kötegelve),
- kelvirág (rózsáira szedve),
- brokkoli (rózsáira szedve),
- zöldborsó,
- articsókatalp,

- patisszon, továbbá
- sós, citromos vízben párolt gombafejek.

A zöldség- és főzelékféléket tálalás előtt leszűrjük, jól lecsepegtetjük. A nagyobb patisszonokat vagy articsókatalpakat kiválogatjuk, majd kimélyítjük, hogy tölthetőek legyenek. Ezután az előkészített zöldség- és főzelékféléket ízlésesen betöltjük a patisszonokba vagy az articsókatalpakba. A köretek ne legyenek magasabbak, mint a tálon levő bélszín; magasságuk hozzávetőleg egyezzen.

Ezután mindegyiket fényezzük temperált aszpikkal, és hűtőszekrényben dermesztjük. A zöldség- és főzelékfélék kocsonyázva is készíthetők kis fémformákban.

Az előkészített köretet hideg párizsi körítésnek is nevezik. A körítést úgy rakjuk a bélszín mellé, hogy ízben és színben változatosan kövessék egymást.

Hideg jércesült (Rotie de poularde froid)

Sült jérce
Párolt szilva (hűtve)
Töltött alma
Párolt körte (hűtve)
Ananász
Franciasaláta
Aszpik temperálása
Libamájkrém

Ajánlott anyaghányad:

Sült jérce	10	adag	Mandarin	0,15	kg
Szilva	3	adag	Franciasaláta	5	adag
Töltött alma	4	adag	Aszpik	0,20	kg
Körte	3	adag	Gyümölcsaszpik	0,20	kg
Szőlő	0,30	kg	Libamájkrém	0,20	kg
Ananászkarika	10	db			

A jércét az ismert módon megsütjük, kihűtjük, majd előkészítjük a gyümölcsköreteket, ízlésesen az ananászkarikákra helyezük a lehűtött párolt szilvát, a szőlőszemeket és a körtét. Dísztjük néhány gerezd mandarinnal, majd fényezzük temperált gyümölcsaszpikkal és a betöltött, szintén temperált gyümölcsaszpikkal fényezett töltött almákkal együtt hűtőszekrénybe helyezük, dermesztjük. A jércét előkészítjük. A mellet és a combokat összetartó bőrt óvatosan átvágjuk. A mellhúst mindkét oldalon pontosan a szárnycsontok alatt párhuzamosan a gerinccsonttal a combig behasítjuk. Ezután a mellet egészben leemeljük. A mell eredeti formájá-

nak megfelelően. temperált aszpikkal összekevert franciasalátát töltünk a mellhús, illetve a mellcsont helyére. Hűtőszekrénybe helyezjük, dermesztjük. A mellhúst a mellcsontokról kétoldalt óvatosan lefejtiük, majd vágódeszkára fektetjük domború oldalukkal felfelé. A szárnycsont irányába kissé rézsútosan tartva a vékony pengéjű, éles kést, szép vékony szeletekre vágjuk a mellhúsokat. Ügyeljünk arra, hogy a mellszeletek száma mindkét fél mellrésznél azonos legyen.

Az előkészített jércét kiemeljük a hűtőszekrényből. Bekenjük a libamájkrémmel úgy, hogy a ráhelyezendő szeletek jobban rátapadjanak, és az előhűtött tálra helyezük. A mellhúsokat ezután rátálaljuk a franciasalátával betöltött szárnyasokra. A mellhússzeleteket a keskenyebb szeletektől a szárnycsontot is tartalmazó utolsó szeletig folyamatosan haladva helyezük, illetve tálaljuk a jércére a mellhús eredeti helyére, korábbi telt formáját újból kialakítva. Fontos, hogy a mellszeletek egymástól pontosan egyenlő távolságra legyenek és a két mellszelet-sorozat — a jérce két oldalán — azonos, szimmetrikus legyen. Ezután az egészet átfényezzük temperált aszpikkal, majd hűtőszekrényben dermesztjük.

A hideg jércesültet ízlésesen körítjük a töltött almával és az ananászkarikákra helyezett gyümölcsköretekkel.

A hideg jércesült úgy is készíthető, hogy franciasalátája helyett szárnyashússalátával töltjük, és hideg párizsi körítést adunk hozzá. A mellszeleteket ízlés szerint díszíthetjük is, bár a szépen felrakott jércemell önmagáért beszél. A „díszítést” akkor is alkalmazhatjuk, ha a szeletelés vagy a felrakás nem lett teljesen tökéletes. A szeletekkel párhuzamosan a volt mellcsont vonalában, habzsákból kis rózsákat vagy enyhén ívelt csigavonalat fecskendezünk a szeletek széleire libamájkrémből. A rózsák közepére vagy a csigavonalak kiemelkedő pontjaira egy-egy főtt tojásfehérje-szeletből kiszúrt motívumot illesztünk.

A hideg jércesült egyszerűbb tálalási módja, amikor a meleg jércesülnél ismertetett formában daraboljuk és tálaljuk. Ez kevésbé igényes munka, gyorsabban végezhető, azonban esztétikailag nem azt a látványt nyújtja, mint az előbbi tálalási mód.

Vegyes felvágottas tál (Assiette á l'anglaise)

Franciasalátája

Csemege sertéskaraj

Töltött sertésdagadó

Füstölt marhanyelv

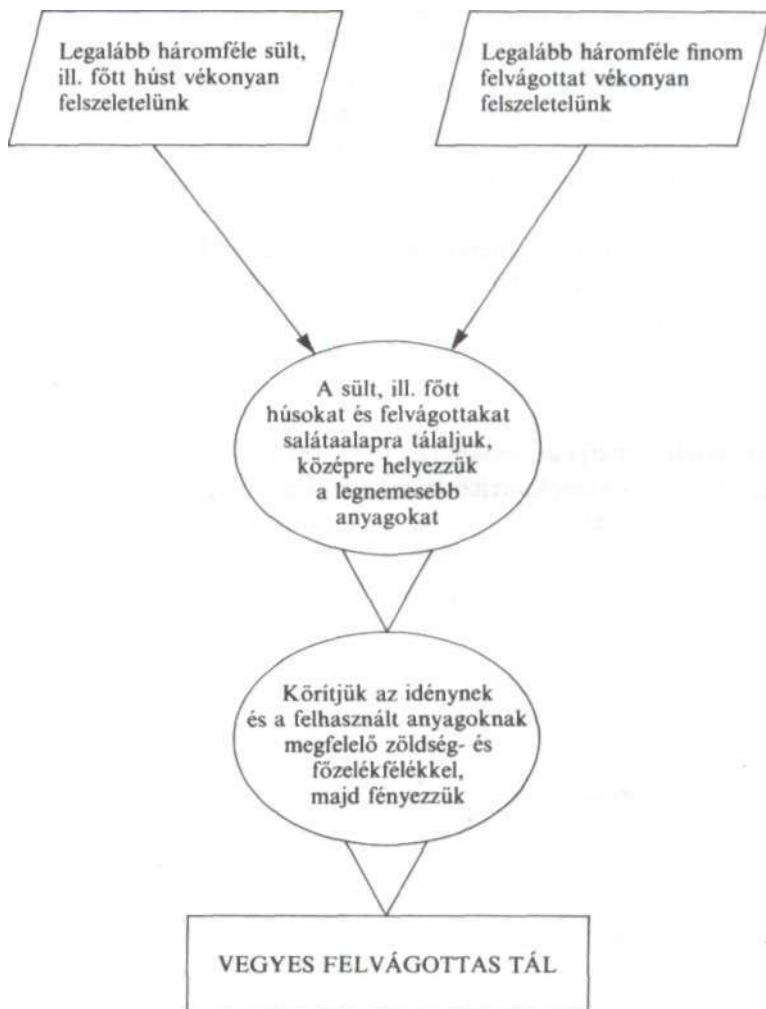
Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Franciasalátája	6	adag	<i>Körözöthöz:</i>	
Sonka	0,20	kg	Juhtúró	0,10 kg
Csemegezalámi	0,10	kg	Vaj	0,05 kg
Csemege sertéskaraj	5	adag	Fűszerpaprika	0,005 kg

Töltött sertésdagadó	5 adag	Köménymag	0,005 kg
Füstölt marhanyelv	0,10 kg	Vöröshagyma	0,02 kg
Gyulai kolbász	0,10 kg	Zöldpaprika	5 db
Mortadella	0,10 kg	Vaj	0,10 kg
Piros retek	2 csomó	Petrezselyemzöld	1 csomó
Újhagyma	1 csomó	Piros Arany	0,02 kg
		Aszpick	0,25 kg
		Torma	0,05 kg

30. séma A VEGYES FELVÁGOTTAS TÁL KÉSZÍTÉSE



A vegyes felvágottas tálhoz nagy, kerek, előhűtött üveg- vagy porcelántálat készítünk elő. Közepére franciasalátát halmozunk. Erre helyezük a legnemesebb anyagokat: a gépsonkát és a csemegeeszalámit, majd körberakjuk a többi felszeletelt felvágottal és sülttel, így a hideg csemege sertéskarajjal, a töltött sertésdagadóval, a füstölt marhanyelvvél, a gyulai kolbásszal és a mortadellával. Az egészet körítjük piros retkekből készített „rózsákkal”, újhagymával, körözöttel, töltött zöldpaprikával, friss salátalevelekkel, reszelt tormával, csemegevajból készített — Piros Arannyal és finomra vágott petrezselyemzölddel színezett — vajgolyócskákkal, apró kockákra vágott aszpikkal. A csemegeeszalámi és a gyulai kolbász kivételével a sülteteket és a felvágottakat temperált aszpikkal átfényezzük, majd hűtőszekrénybe helyezzük, dermesztjük.

Körözöttet úgy készítünk, hogy a juhtúrót összekeverjük a vajjal, a fűszerpaprikával, az őrölt köménymaggal és a finomra vágott vöröshagymával. Sóval ízesítjük, majd a kicsumázott paprikába töltjük, és hűtőszekrényben dermesztjük. A töltött zöldpaprikát felszeletelve helyezzük a tálra.

A piros retkekből a következő módon készítünk „rózsát”. A hideg vízben áztatott friss retkeket kisméretű, éles késsel vékonyan, rózsaszíromszerűen behasítjuk, majd visszahelyezzük a hideg vízbe. A vízbe helyezett retkeszirmok egy idő múlva „kinyílnak”.

A vegyes felvágottas tál természetesen más összetételben is készíthető. Jellegét akkor őrzi meg, ha legalább háromféle felvágottfélét és legalább háromféle hideg sültet tartalmaz, hozzáillő anyagokkal körítve, illetve tálalva.

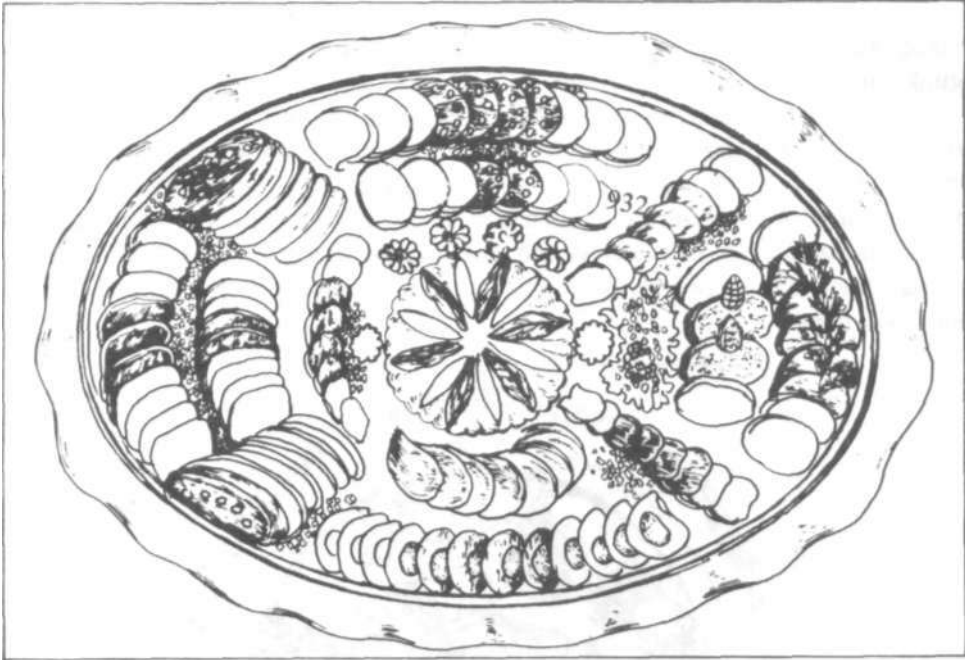
Imbiszek

Az imbisz tartalmazhatja a húsonkál és felvágottaknál megismert készítményeket, továbbá a jellegzetes hidegkonyhai készítményekből legalább 2–2 félélet. Például:

- összetett salátákat,
- töltött zöldség- és főzelékféléket,
- tojásokból készíthető hideg előételeket,
- pástétomokat,
- galantinokat, továbbá
- sajtokat, legalább kétfélélet, szépen felszeletelve, mindezt kiegészítve a húsonkál és felvágottaknál adott köretekkel. (41. ábra)

Imbisz (Collation Imbis)

Kaszinótojás
Jércegalantin
Franciasaláta
Debreceni sertéskaraj
Angolos bélszín
Tartármártás



41. ábra Imbisz tálalása ovális tálon

Ajánlott anyaghányad:

Kaszinótojás	5	adag	Csemegeszalámi	0,05	kg
Jércegalantin	3	adag	Debreceni sertéskaraj	3	adag
Franciasaláta	5	adag	Trappista sajt	0,10	kg
Gépsonka	0,10	kg	Füstölt sajt	0,10	kg
Angolos bélszín	3	adag	Vaj	0,15	kg
Piros retek	2	csomó	Fejes saláta	1	db
Metélő hagyma	1	csomó	Aszpik	0,25	kg
Újhagyma	2	csomó	Tartármártás	5	adag
Torma	0,05	kg			

Előhűtött, kerek üveg- vagy porcelántátra halmozzuk a franciasalátát. Erre helyezzük a kaszinótojásokat, és ízlésesen körberakjuk a vékonyan felszeletelt jércegalantinnal, gépsonkával, angolos bélszínnel, csemegeszalámival, debreceni sertéskarajjal, trappista és füstölt sajttal. Körberakjuk vajrózsával, rózsa alakúra formázott retekkel, metélőhagymával, újhagymával, friss fejessaláta-levelekkel, reszelt tormával, kockákra vágott aszpikkal. Az anyagokat átfényezzük temperált aszpikkal, a csemegeszalámi és a sajtok kivételével. Az imbiszhez külön mártásoscsészében jól előhűtött tartármártást adunk.

A vajrózsát úgy készítjük, hogy a jól lehűtött vajtömbből hajlított pengéjű, meleg vízbe mártott vajkéssel a rózsaszirmokhoz hasonló vékony, kissé ívelt lapokat vágunk, majd jeges vízbe helyezzük.

A szirmokból kisebb és nagyobb méretűeket is készítünk. Mikor megfelelő számú „vajszirmot” készítettünk, összeállítjuk a vajrózsát. Először két kicsi vajszirmot illesztünk össze, majd fokozatosan összeillesztjük az egyre nagyobb méretű vajszirmokat. A vajszirmokat közben formázzuk, felső széleiket elvékonyítjuk, és kifelé visszahajlítjuk. Mikor elegendő számú vajszirmot állítottunk össze, és a vajrózsa mérete már megfelelő, akkor sós, jeges vízbe helyezzük a készítményt tálalásig. (42. ábra)



42. ábra Imbisz tálalása kerek (álon)

Ha a vegyes felvágottas tálat és az imbiszt összehasonlítjuk, akkor megállapíthatjuk, miben hasonlítanak és mennyiben különböznek egymástól:

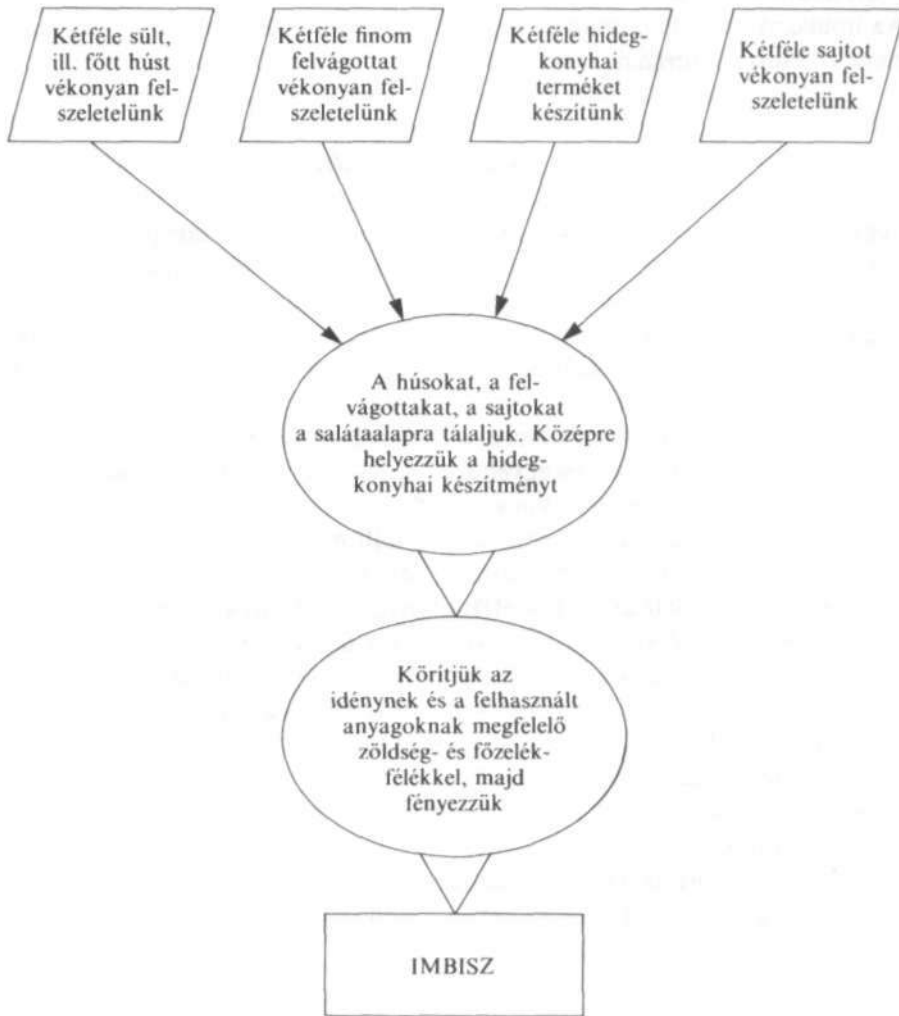
A *vegyes felvágottas tálnak* tartalmazni kell legalább 3–3 félé:

- hideg sültfélét,
- felvágottat,
- mindezt kiegészítve a jellegüknek megfelelő köretekkel.

Az *imbisznek* tartalmaznia kell legalább 2–2 félé

- hideg sültfélét,
- felvágottat,

31. séma AZ IMBISZ KÉSZÍTÉSE



- hidegkonyhai terméket,
- sajtfélét,
- mindezt kiegészítve a jellegüknek megfelelő köretekkel.

Tálalásuk általában franciasalátára történik, de felhasználható minden olyan összetett saláta, amely jellegében hozzáillő és húsfélét nem tartalmaz.

Kör alakú tálra tálaljuk mindkét készítményt. A fő anyag — pl. a sonka, illetve a kaszinótojás — köré legyezőalakban helyezük a többit, megfelelően körítve. A köretek minden esetben a hozzáillő anyag mellé tálaljuk, mint például:

- reszelt tormát a sonka mellé,
- retekrózsát a sajtok mellé.

Az imbiszről megállapíthatjuk, hogy mivel igen sokféle készítményt tartalmaz, könnyű, önálló vacsorának is megfelel.

10. Vegyes ízelítők

A vegyes ízelítő mindent magába foglal, ami a hidegkonyhán elképzelhető és elkészíthető. A vegyes ízelítő az étkezés, ételsorok bevezetője. Fő célja az étvágy felkelése, az emésztés, az étvágy fokozása.

A vegyes ízelítő szinte az egész világon ismert, megfelelően tükrözve a hidegkonyhai termékek, a gasztronómiai kultúra fejlettségét, a felhasználható anyagok választékát és az idényszerűséget.

A vegyes ízelítőről, mint fogalomról a rómaiak írtak először, felsorolva mindazt a sokféle halat, kagylót, rákot és egyebeket, amelyek a tengerből halászhatók, vagy ahogy ők nevezték: „a tenger gyümölcseit”.

A vegyes ízelítőről ezután az orosz konyha tollforgató mesterei tudósítanak. Kisméretű kenyérfalatokra — kör, háromszög, négyszög, szív, ovális alakúakra — igen nagy választékban salátákat és halféléket helyeztek. Díszes vacsorák esetében ez a választék elérte az ötvenfélét is. Ezeket a kis falatkákat valamilyen geometriai alakzatban sorban helyezték egymás mellé, amely igen szép látványt nyújtott. A vegyes ízelítő igazi mesterei azonban a franciák, akik igen rafinált ízű és készítésű hideg ételekkel járultak hozzá a vegyes ízelítő mai formájának kialakításához. Így váltak ismertté:

- a pástétomok,
- a galantinok,
- az összetett saláták széles választéka,
- a zöldség- és főzelékfélék számtalan módozata,
- a kocsonyázott készítmények,
- a tojásból készíthető hideg előételek és
- a hideg halételek.

A hideg halételekkel kapcsolatosan szólni kell néhány olyan anyagról, készítményről, amelyek nélkül szinte elképzelhetetlenek a hidegkonyhai halételek, tehát létjogosultságuk indokolt. Ilyenek pl. a kaviár — fekete, sárga, vörös, esetleg világos színben —, az ajókagyúrrú, az olívbogyó, a kapribogyó, a füstölt lazac, a rákfélék, a szardíniafélék, a pácolt hering és a kagylófélék. Ezek az anyagok és készítmények a hideg halakkal együtt, de önállóan is bekerülhetnek a vegyes ízelítő választékába.

Az említetteken kívül találhatunk a vegyes ízelítőben finom

- sajtfélétet, házilag készített boursinféléket,
- sonkát: töltött sonkatekerces, sonkatölcsér formájában.

Összefoglalva megállapíthatjuk, hogy a vegyes ízelítőbe valamennyi hideg előételből tálalhatunk. A tálalás helyett a gyakorlatban természetesen gondos, figyelmes, ízléses, harmonikusan díszített felrakást végzünk.

A vegyes ízelítő összeállításánál vegyük figyelembe az egyes anyagok és készítmények ízét, színét, várható formáját, tálalási lehetőségét, összhangját.

Mivel a vegyes ízelítő egyes alkotóelemeit kisméretű üveg- vagy porcelántálkákba — ravier-be — tálaljuk, a szeletelést, a tálalást, a díszítést igen finoman, ízlésesen kell végezni. Egy-egy díszesebb vegyes ízelítő alkotóelemei — tálkái — valóságos kis remekműnek számítanak, ha azt gondosan, aprólékosan készítették.

Miután a tálkák elkészültek, damasztzalvétával borított tála rendezzük úgy, hogy középre kerüljön a legszebb, legdíszesebb, legnemesebb készítmény.

A vegyes ízelítőhöz az ízelítő elvének megfelelően sokféle hideg mártást adhatunk.

A mai éttermi gyakorlatban az érkező vendéget a hűtőkocsira helyezett vegyes ízelítő várja, amelyről már az asztalnál ülve ízlésének megfelelően választhat a különböző készítményekből és a hozzáillő mártásokból.

Röviden szólni kell a magyaros vegyes ízelítőről, amely a magyar konyhaművészetet, a mesterek felkészültségét, tudását, a hazai anyagok ízeit, készítési módjait mutatja be.

A magyaros vegyes ízelítő különleges élményt jelent azoknak, akik hozzászoktak a francia vagy a svéd konyha kifinomult ízeihez. A vegyes ízelítő készítésénél azonban gondolni kell arra is, hogy nem az a magyaros, amit agyonfűszereznek és zsíros. A mértéktartó fűszerezést, az anyagok szakszerű előkészítését és tálalását, az alkotóelemek helyes összeválogatását, a kísérő mártások készítését úgy végezzük, hogy az megfeleljen haladó gasztronómiai hagyományainknak.

A magyaros vegyes ízelítőbe ajánlható:

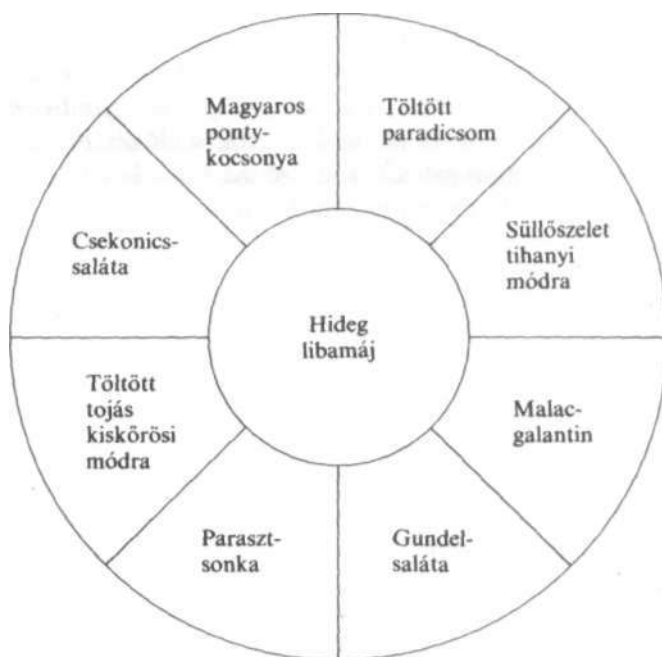
- a Gundel-saláta,
- a töltött paradicsom,
- a Csekonics-saláta,
- a jércesaláta,
- a vitapricos gombasaláta,
- a töltött tojás kiskőrösi módra,
- a malacgalantin,
- a magyaros pontykocsonya,
- a süllőszelet tihanyi módra,
- a szegedi halsaláta és
- a hideg libamáj.

A fentiekén kívül adható még a magyaros vegyes ízelítőbe téliszalámi, paprikás szalámi, gyulai kolbász és finom paraszt-, gép- vagy kötözött sonka. Ezek ajánlása indokolt, mivel olyan speciális magyaros húsipari termékekről van szó, amelyek jellegzetes ízeikkel világhírűvé váltak.

32. séma VEGYES ÍZELÍTŐ

✓	Sonkatekeres	Galantin	saláta
	Töltött zöldségféle	Pástétom	Kocsonyázott készítmény
V	Tojásból készíthető hideg előétel	Hideg halétel	Kaviár, lazac

MAGYAROS VEGYES ÍZELÍTŐ



Vegyes ízeltő (Hors d'oeuvre variés)

Waldorf-saláta

Libamájjal töltött gombafejek

Kocsonyázott sonkahab

Jércegalantin

Töltött tojás norvég módra

Töltött paradicsom

Süllőszelet tihanyi módra

Kocsonyázott halmajonéz

Sonkatekerics libamájkrémmel

Franciasaláta

Tartármártás

Remuládmártás

Vitapricos mártás

Ajánlott anyaghányad:

Waldorf-saláta	3	adag	Kocsonyázott majonéz	3	adag
Libamájjal töltött gombafejek	3	adag	Sonkatekerics libamájkrémmel	3	adag
Kocsonyázott sonkahab	3	adag	Aszpik	0,30	kg
Jércegalantin	5	adag	Franciasaláta	0,30	kg
Töltött tojás norvég módra	2	adag	Fejes saláta	1	db
Töltött paradicsom	4	adag	Tartármártás	3	adag
Süllőszelet Tihanyi módra	4	adag	Remuládmártás	3	adag
			Vitapricos mártás	4	adag

A töltött gombafejekhez és a paradicsomhoz kisebb méretű gombafejeket, illetve paradicsomokat használunk. A kocsonyázott sonkahabot és a kocsonyázott halmajonézt bombaformában kocsonyázzuk, amelyek alját szépen díszítjük. A jércegalantin kb. 3 cm, a sonkatekerics kb 1 cm vastag legyen. A töltött tojáshoz a főtt tojást keresztben vágjuk ketté. így kisebb és valamivel magasabb lesz.

A készítményeket aprólékosan, gondosan elkészítjük a tanultaknak megfelelően. Színeiket és ízeiket figyelembe véve változatosan tálra rendezzük.

Külön mártásoscsészében adjuk hozzá a jól lehűtött mártásokat.

11. Dísztalak

A dísztalakat ünnepi alkalmakra, hidegbüfékhez, svédasztalokhoz, szakmai bemutatókhöz, kiállításokhoz készítjük. Mindig több személyre készítjük, nagyobb mé-

retű tálra tálaljuk. A tálak nevét mindig az határozza meg, hogy melyik alapanyagot használjuk fel döntő többségében. Így például: ha ez az anyag

- sonka, akkor sonkatál
- jérce, akkor jércetál és,
- hal, akkor haltál a díztál neve.

A díztálak készítésénél számításba jöhetnek az egészben sütéssel és főzéssel készített húsok, szárnyasok, vadhúsok, halak, belsőségek, pástétomok, galantinok, különféle kocsonyázott készítmények és a zöldség- és főzelékfélékből, továbbá a gyümölcsökből készített köretek.

A modern díztálakra az egyszerű, ízléses, harmonikus tálalás a jellemző. A köretekét úgy kell készíteni, kialakítani, hogy egyben a díszítést is jól szolgálják. (43. ábra)

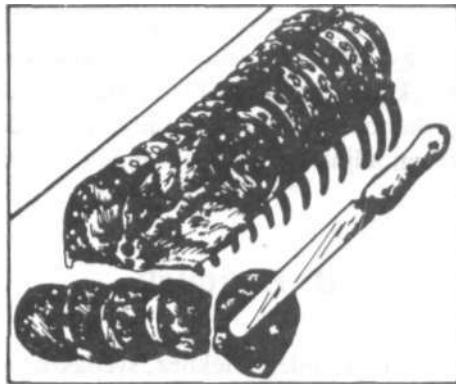
A mai modern hidegtálak készítésénél fontos szempont:

- a táplálkozás-élettani értékek megóvása,
- a tiszta, pontos munka,
- az egyenletes szeletelés,
- a főanyag és a köretek arányainak jó kialakítása,
- az aszpick szakszerű kezelése, temperálása, darabolása.

Pontosan meghatározni nem lehet és nem is szükséges, hogy milyen legyen egy adott hidegtál. A készítésnél a jó ízlés, a harmónia, az egyszerűség, az áttekinthetőség legyenek a szempontok.

A hidegtálakat mindig előre kell megtervezni. A két legfontosabb teendő a főanyag és a köretek előkészítése, a tálon való elrendezés várható formájának elképzelése. Erre azért van szükség, mert a tálra helyezett anyagokat nem célszerű emelgetni, áthelyezni, mivel a tál foltos lesz.

Mind a főanyagot, mind a köretekét lehetőség szerint még a tálra helyezés előtt teljesen elkészítjük. Ez annyit jelent, hogy az elkészített anyagokat temperált asz-



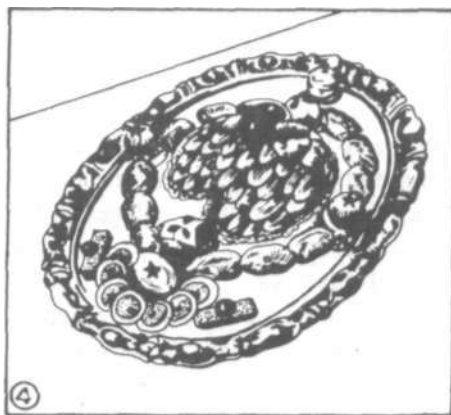
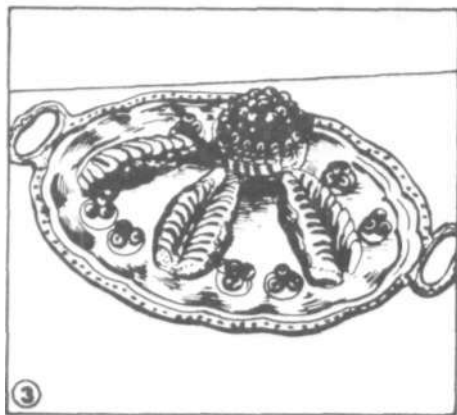
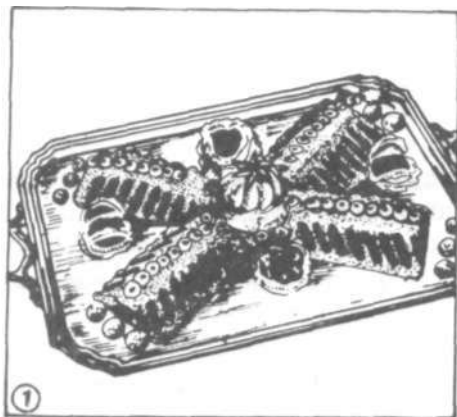
43. ábra Szarvasgerinc előkészítése díztálhoz

pikkal fényezzük, díszítjük. A díszítést is rögzítjük temperált aszpikkal, majd a hidegtál elemeit hűtőszekrénybe helyezük, dermedztjük.

Az előkészített elemeket a tervnek megfelelően a tálra rendezzük. A hidegtálhoz külön mártásoscsészében jól lehűtött mártást adunk. (44. ábra)

Új elv, hogy a mártásokat ehető anyagokban tálalva:

- almában,
- burgonyában,
- savanyú dinnyében,
- ananászban helyezük a tálra úgy, hogy az jól illeszkedjék a főanyaghoz és a körethez.



44. ábra Díszítalak: 1. Tárgyik Sándor: Gemenci őzgerinc, 2. Siska József: Borjúnyelv modern módra, 3. Rákóczi János: Fácán Carême módra, 4. az 1960-ban Budapesten rendezett „Országos Szakácsművészeti Kiállítás” nagydíjat elnyert „Libamájas” tál

Korábbi ismereteinknek megfelelően:

- pástétomok,
- galantinok,
- süllőszeletek tihanyi módra,
- füstölt marhanyelv,
- hideg jércesült és
- angolos bélszín mint „hidegtál” is készíthetők.

A dísztalakkal együtt kell szólni a sajtból készített dísztalakról. A hazai sajtválaszték bővülésével egyre szebb és választékosabb sajttalakkal lehet találkozni.

A különféle alakú és ízű sajtokat friss zöldségekkel körítve változatos formában lehet elkészíteni sajttálnak.

A sajtból sokféle hidegkonyhai készítményt készíthetünk, mint például:

- juhtúróval töltött sajttekercs,
- körözöttel töltött sajttölcsér.

12. Szendvicsek

A szendvicsek alapanyagai hosszú múltra tekintenek vissza, hisz a kenyér, a péksütemény az emberiség legrégebb és legalapvetőbb élelmi anyagai közé tartoznak. A szendvics (sandwich) a XVIII. században élt Lord Sandwich-ről kapta nevét. A szendvicsekhez minden kenyér és kenyérféleség, finom péksütemény felhasználható, továbbá néhány speciális, előre szeletelt, vékony, szikkasztott kenyérféle. Ez utóbbiakat az észak-európai országokban készítik, elnevezésük „knackebrot”, „flachbrot”, amely ropogósát, laposat jelent. Ezeket a kenyérféléket többkevesebb rozskenyér felhasználásával készítik. Ez utóbbiak felelnek meg a legjobban a korszerű táplálkozás követelményeinek. A hosszú, változatos múltra visszatekintő szendvicsek mindig tükrözték az adott korok és nemzetek táplálkozási szokásait. Korábban a szendvicset rakott kenyérnek, bújtatott kenyérnek, ízes kenyérnek, gazdag kenyérnek is nevezték.

Napjainkban a szendvicsek általában négyféle alkotóelemből állnak.

A szendvics alapja a kenyérféle, amelyre általában valamilyen ízesített vajat kenünk. Erre helyezük a jelleget adó anyagokat, mint például a:

- húsokat,
- felvágottakat,
- hidegkonyhai készítményeket,
- konzervált halkészítményeket és
- sajtféléket, megfelelően darabolva.

Ezeket egészítjük ki a díszítőelemekkel, amelyek összeillenek a szendvics jelleget adó anyagokkal. Ilyenek lehetnek:

- sonkához: uborka, piros retek,

- szardíniához: citromszelet, kapribogyó,
- tojáshoz: ajókaagyúrú, petrezselyemzöld,
- sajtfélékhez: zöldpaprika, piros retek.

A szendvicsek jelleget adó anyagait és díszítőelemeit minden esetben fényezzük temperált aszpikkal, kivételt képeznek a szalámik, a gyulai kolbász, a szardínia, a lazac, az ajókaagyúrú és a sajtfélék. A temperált aszpikkal fényezett anyagok tetzetősebbek lesznek és nem száradnak ki.

A korszerű táplálkozás elvének megfelelően minden szendvicstre illetve szendvicsbe helyezzünk egy darab friss salátalevelet, amely üde színével, értékes anyagaival gazdagítja azt.

A szendvicsek csoportosítása:

- nyitott szendvicsek,
- zárt szendvicsek,
- rakott szendvicsek.

A szendvicsekhez mindig kifogástalan minőségű anyagokat használunk. A felvágottakat, a sülteteket és a sajtokat lehetőség szerint vékonyra, kb 1–2 mm vastagra vágjuk. Természetesen ez azt is jelenti, hogy több szeletet kell a megvajazott kenyérszeletekre helyezni. Az anyagokat azért kell vékonyra szeletelni, hogy fogyasztásuk könnyebb legyen. A kenyérféléket úgy szeleteljük, hogy a szeletek egyenes vastagságúak, nagyságúak és súlyúak legyenek.

a) Nyitott szendvicsek

A nyitott szendvicsekhez felszeleteljük a büfékenyeret vagy a zsúrkenyeret. A kenyérszeleteket megvajazzuk, majd ráhelyezzük a jelleget adó anyagokat és a díszítőelemeket. A kenyér fajtájától és a szelet nagyságától, továbbá a jelleget adó anyagoktól függetlenül minden készítmény nyitott szendvicsnek számít, amelynél a jelleget adó anyag a megvajazott kenyérré kerül, a díszítőelemekkel együtt.

Egyszerű szendvicsek

Jellemzőjük: a vajazott (gyakran a jellegnek megfelelő ízesítésű vajjal) kenyérszelet és az anyagok sima felrakása és díszítése. A különböző ízesítésű vajak készítmény technológiáját a metélőhagymás vaj leírásával ismertetjük:

A vajat habosra keverjük, majd egy kevés sót és finomra vágott metélőhagymát keverünk hozzá. Ugyanígy készíthető még: szardellás vaj, Piros Arany krémes vaj, citromos vaj stb. A vajalpnak mindig harmonizálnia kell a szendvics fő anyagának ízével és színével!

Körözöttes szendvics

Körözött készítése

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,35	kg	Metélőhagyma	1	csomó
Körözött	0,25	kg	Fejes saláta	1	db
Vaj	0,07	kg	Retek	1	csomó
Só	0,01	kg			

Az egyenletesen felszeletelt zsúrkenyeret metélőhagymás vajjal megvajazzuk. A jóízű, habosra kevert körözöttet csillagsóvel ellátott habzsákba töltjük, majd a megvajazott zsúrkenyérre fecskendezzük, csigavonalban.

A szendvicset finomra vágott metélőhagymával és szeletekre vágott piros retekkel, friss salátalevelekkel díszítjük.

Húsos szendvics

Sertéssült

Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25	kg	Ecetes uborka	0,05	kg
Sertéssült	0,25	kg	Aszpik	0,10	kg
Vaj	0,10	kg	Retek	1	csomó
Zöldpaprika	0,10	kg	Fejes saláta	1	db

A megvajazott zsúrkenyérszeletekre helyezzük az egyenletes szeletekre vágott hideg sertéssültet.

Temperált aszpikkal átfényezzük, majd karikákra vágott zöldpaprikával, ecetes uborkával és friss fejessaláta-levelekkel, esetleg piros retekkel díszítjük.

Tojásos szendvics

Körözött készítése

Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25	kg			
Vaj	0,07	kg			
Főtt tojás	5	db			
Körözött	0,10	kg			
Metélőhagyma	1	csomó			
Piros retek	1	csomó			

A tojást megfőzzük, lehűtjük, meghámozzuk, félbevágjuk. A félbevágott tojásokat a megvajazott zsúrkenyér szeletekre helyezzük. Habzsákba töltjük a körözöttet, és kisméretű rózsákat fecskendezünk a tojások mellé. A tojás felszínét átfényezzük

temperált aszpikkal, majd finomra vágott metélőhagymával, piros, retekkel, friss fejjessaláta-levelekkel díszítjük.

Extra vegyes szendvics

Az extra szendvicsek jellemzője, hogy zsúrkenyérből, fehérkenyérből, péksüteményből, esedeg briósból készülnek.

Az extra szendvicsekre a szeletelt anyagokat félbehajtva rakjuk fel. A szendvicsek körbefecskendezése finom vajkrémmel, körözötél, libamájkrémmel, tojáskrémmel történik, a szendvics jellegét adó anyagnak megfelelően.

Az extra szendvicseket nemesebb, finomabb anyagokból is készíthetjük, mint például: libamáj, lazac, rák, kaviár, kagyló, angolos bélszín, hideg fogas.

Vajkrém

Ajánlott anyaghányad

Besamell mártás	5	adag
Vaj	0,25	kg
Só	0,01	kg

Kaviáros extra szendvics (Sandwich au caviar)

Aszpik temperálása

Vajkrém

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25	kg	Tojás	1	db
Vaj	0,08	kg	Citrom	1/2	db
Metélőhagyma	1	csomó	Vajkrém	0,10	kg
Kaviár	0,10	kg	Aszpik	0,08	kg
Só	0,005	kg			

A zsúrkenyeret felszeleteljük, majd megvajazzuk. A kenyeret körbefecskendezük a vajkrémmel, majd egyenletesen szétterítjük a kaviárt a felületén. A tojást megfőzzük, meghámozzuk. A szendvicset díszítjük tojáskarikákkal, hámozott citromszeletekkel, salátalevéllal. A főtt tojáskarikát és a citromot átfényezzük temperált aszpikkal. (45. ábra)

Sonkás extra szendvics

Vajkrém

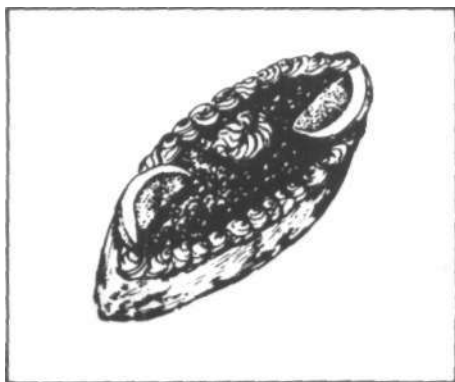
Aszpik temperálása

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25	kg	Tojás	1	db
Só	0,005	kg	Uborka	0,08	kg

Vaj	0,08 kg	Fejes saláta	1 db
Metélőhagyma	1 csomó	Vajkrém	0,10 kg
Sonka	0,15 kg	Aszpik	0,08 kg

A zsúrkenyeret felszeleteljük, majd metélőhagymás vajjal megvajazzuk. A tojásokat megfőzzük, meghámozzuk, felszeleteljük. Az egyenletesen felszeletelt sonkát félbehajtjuk, és úgy helyezzük a zsúrkenyérszeletre. Körbefecskendezzük vajkrémmel. Díszítjük fejes salátával, uborkával, főtt tojáskarikával. Ezután temperált aszpikkal átfényezzük a sonkát, az uborkát, a főtt tojászeleteket. (46. ábra)



45. ábra Kaviáros extra szendvics



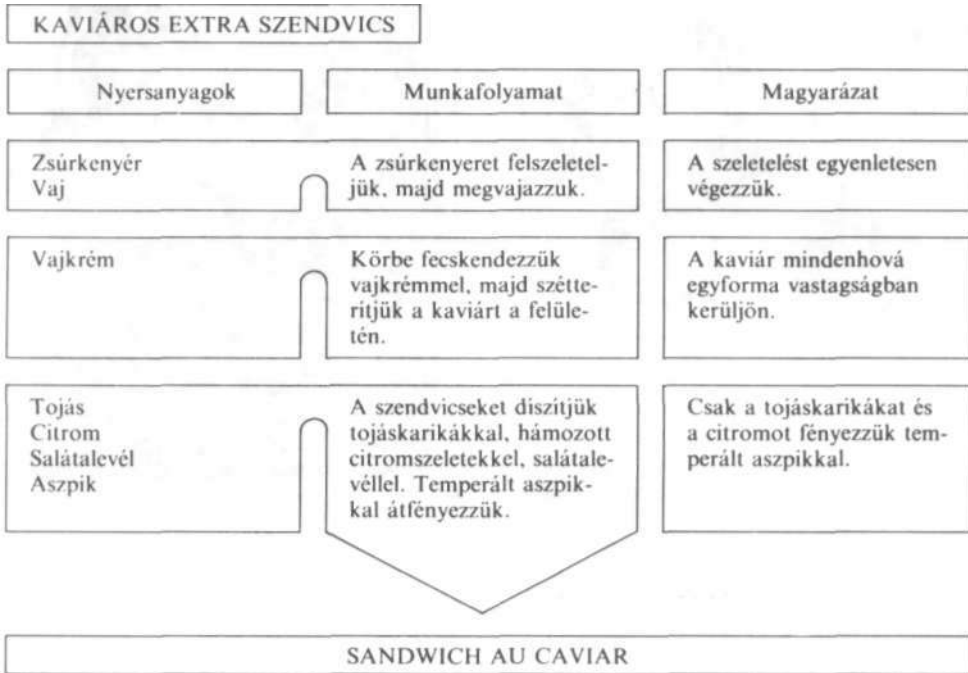
46. ábra Sonkás extra szendvics

Szardíniás extra szendvics

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25 kg	Kapribogyó	0,02 kg
Vaj	0,08 kg	Vajkrém	0,10 kg
Szardellapaszta	0,01 kg	Fejes saláta	1 db
Szardínia	0,10 kg	Aszpik	0,05 kg
Tojás	2 db	Citrom	»/2 db

A vajat összekeverjük a szardellapasztával, majd a kenyérszeletre kenjük, a tojást megfőzzük, meghámozzuk. A szardíniát lapjával párhuzamosan, hosszába kettévágjuk. A megvajazott kenyérszeletre helyezünk egy szelet szardíniát, díszítjük főtt tojáskarikával, hámozott citromkarikával, kapribogyóval, fejszalát levéllel, körbefecskendezzük vajkrémmel. Temperált aszpikkal átfényezzük a fi tojáskarikákat, citromkarikákat.



Étvágyfalatok (Zakuski)

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25 kg	Sült	0,05 kg
Vaj	0,08 kg	Szardínia	0,06 kg
Só	0,005 kg	Kagyló	0,06 kg
Sonka	0,05 kg	Aszpick	0,10 kg
Szalámi	0,03 kg	Fejes saláta	1 db
		Retek	2 db
		Uborka	0,08 kg
		Citrom	V2 db

Az étvágyfalatok a szendvicsfélék igen munkaigényes fajtája. A 0,5 cm vastag szeletekre vágott kenyérszeletekből kb. 4 cm átmérőjű kör, négyszög, háromszög, szív alakú darabokat szúrunk, illetve vágunk ki.

A kenyérszeleteket ízesített vajjal megvajazzuk. A szeletekre ráhelyezzük az alakjának megfelelően a kialakított anyagokat: sonka, szalámi, sült, szardínia, kagyló és a díszítőelemeket. Temperált aszpickkal átfényezzük. Ezután papírzacs-kóba helyezett vajjal körbefecskendezzük. (47. ábra)



47. ábra Étvágyfalatok



48. ábra Szardíniás canapé

Rakott pirítós kenyérszelet (Canapés)
Angolos hátszín

Ajánlott anyaghányad:

Pesti kenyér	10 szelet	Angolos hátszín	0,20 kg
Vaj	0,08 kg	Paradicsom	0,20 kg
Só	0,005 kg	Zöldpaprika	0,10 kg
Sajt	0,08 kg	Retek	¹ / _h csomó
Sonka	0,15 kg		

A francia konyha jellegzetes készítménye. Alapja a formában sült, négyszögletes kenyér. Hazai viszonylatban 0,5 cm vastag szeletekre vágott kenyér, az ún. „pesti kenyér” is megfelelő.

A kenyeret vajban vagy szárazon megpirítjuk. Amennyiben a kenyeret szárazon pirítottuk, megvajazzuk. A kenyérszeletre helyezük a jelleget adó anyagot, a sajtot, a sonkát, az angolos hátszínt, felváltva szeletelt paradicsommal, zöldpaprikával vagy piros retekkel. A rakott pirítós kenyérszelet jellemzője, hogy a jelleget adó anyag mellé gazdagon helyezünk a zöldségfélékből is. (48. ábra)

b) Zárt szendvicsek

A zárt szendvicsekre az a jellemző, hogy kettévágott, megvajazott zsemlébe, briósba, molnárkába helyezük a jelleget adó anyagot.

A korszerű táplálkozás követelményeinek megfelelően egy kevés salátalevelet, friss zöldségfélét – petrezselyemzöld, paradicsom, paprika, piros retek – helyezünk bele.

c) Rakott szendvicsek

Mignonszendvicsek

Zománcmártások

Ajánlott anyaghányad:

Zsúrkenyér	0,25 kg	Szalámi	0,03 kg
Vaj	0,08 kg	Sült	0,05 kg
Só	0,005 kg	Zománcmártás	10 adag
Sonka	0,05 kg	Aszpick	0,15 kg
Sajt	0,05 kg		

Az étvágyfalatoknak megfelelően készítjük elő a kenyérszeletkéket, majd megvajazzuk. A kenyérszeletkéket egymásra rétegezzük, sajttal, sonkával, szalámmal, sülttel.

A félkész mignonszendvicseket rácsra helyezük, majd áthúzzuk a szendvicsejellegének megfelelő zománcmártással. Hűtőszekrényben dermedtjük, majd temperált aszpickkal átfényezzük. Tetejére helyezünk a jelleget adó anyagból, amelyet szintén átfényezünk temperált aszpickkal.

Az elkészített mignonszendvicseket papírhüvelybe helyezük.

Amerikai rakott kenyér

Majonéz

Ajánlott anyaghányad:

Pesti kenyér	10 szelet	Sonka	0,15 kg
Vaj	0,08 kg	Sajt	0,10 kg
Fejes saláta	1 db	Majonéz	5 adag

Az amerikai rakott kenyérhez formában sütött, négyszögletes kenyeret használunk. A kenyeret kb. 0,5 cm vastag szeletekre vágjuk. Széleit levágjuk, majd megvajazzuk. A kenyérszeletre friss salátalevelet, szeletelt sajtot helyezünk. Egy kevés

majonézt kenünk rá, majd kenyérszelettel borítjuk. Műanyag fogvájóval átszűrjük. Átlósan kettévágjuk. így két darab háromszögletű rakott kenyeret kapunk.

A rakott kenyér készíthető még jércehússal, angolos hátszínnel. ízesíthető még ketchuppal, worcester-mártással, mustárral.

Szendvicstorta

Ajánlott anyaghányad:

Házikenyer	0,50 kg	Tojáskrém	0,10 kg
Vaj	0,08 kg	Körözött	0,10 kg
Libamájkrém	0,10 kg	Marhanyelv	0,10 kg
Sonkakrém	0,20 kg		

Kör alakú, szikkadt házikenyer héját lefaragjuk, a belét torta alakúra vágjuk, majd éles késsel kb. 0,5 cm vastag szeletekre vágjuk. A szeleteket megvajazzuk. Jóízű libamájkrémet, körözöttet, sonkakrémet, tojáskrémet készítünk, amellyel egyenletesen rétegezzük a megvajazott kenyérszeleteket.

A torta alakúra összerakott kenyeret lepréseljük, majd oldalát és tetejét vajjal bekenjük. Ezután oldalát és tetejét meghintjük finomra vágott füstölt marhanyelvvvel,

17. táblázat

A szendvicsek összefoglalása

Nyitott szendvicse	Zárt szendvicsek	Rakott szendvicsek
egyszerű szendvicsek extra szendvicsek étvágyfalatok kanapék	zsemlekből, briósból, molnárkából	mignon szendvicsek amerikai rakott kenyér szendvicstorta

18. táblázat

A hideg előételek összefoglalása

Főzelék- és zöldségfélékéből készíthető hideg előételek	Gyümölcsökből készíthető hideg előételek	Tojásokból készíthető hideg előételek	Pástétomok	Galantinok
Kocsonyák	Hideg halételek	Hideg húsételek felvágottak imbiszek	Vegyes ízelítők	Dísztalak
Szendvicsek				

majd hűtőszekrényben dermedtjük. A szendvicstortát a tortákhoz hasonlóan meleg vízbe mártott késsel daraboljuk.

Csillagcsővel ellátott habzsákba sonkakrémet töltünk. A szendvicstortacikkekre habzsákból kis rózsákat fecskendezünk, amelyre főtt tojásfehérje-szeletekből vágott vagy kiszúrt motívumokat helyezünk.

Kérdések:

1. Hogyan csoportosítjuk a hideg előételeket?
2. Hogyan készítjük az aszpikot?
3. Hogyan készítjük a franciasalátát?
4. Milyen anyagokból készül a Waldorf-saláta?
5. Mi a Gundel-saláta jellemzője?
6. Hogyan készítjük az orosz hússalátát?
7. Hogyan készítjük elő a paradicsomot töltéshez, és mivel töltjük?
8. Hogyan tálaljuk a töltött paradicsomot?
9. Hogyan készítjük elő a gombafejeket töltéshez?
10. Hogyan készítjük a libamájpürét?
11. Hogyan tálaljuk a libamájjal töltött gombafejeket?
12. Hogyan csoportosítjuk a zöldség- és főzelékfélékből készült hideg előételeket?
13. Hogyan temperáljuk az aszpikot?
14. Hogyan készítjük a tojáskrémet?
15. Hogyan készítjük és tálaljuk a kaszinótojást?
16. Hogyan készítjük és tálaljuk a töltött tojást oroszosan?
17. Hogyan készítjük és tálaljuk a norvég töltött tojást?
18. Hogyan készítjük és tálaljuk a tojást kiskőrösi módra?
19. Hogyan készítjük és tálaljuk a kocsonyázott tojást csiréggel?
20. Hogyan béleljük a formákat aszpikkal?
21. Hogyan csoportosítjuk a tojásból készíthető hideg előételeket?
22. Hogyan készítjük a kocsonyázott libamájhabot?
23. Hogyan készítjük és tálaljuk a jércegalantint?
24. Hogyan készítjük a jércekocsonyát?
25. Hogyan készítjük és tálaljuk a süllőszeleteket tihanyi módra?
26. Hogyan készítjük és tálaljuk a szegedi halsalátát?
27. Hogyan készítjük a magyaros pontykocsonyát?
28. Hogyan készítjük és tálaljuk a ráksalátát?
29. Hogyan készítjük és tálaljuk a halmajonézt?
30. Hogyan készítjük és tálaljuk a sonkatekerceset?
31. Hogyan készítjük és tálaljuk a füstölt marhanyelvet?

32. Milyen általános elveknek megfelelően készítjük a felvágottas tálalt?
33. Miből áll az imbisz?
34. Hogyan készítjük, tálaljuk és díszítjük a hideg angol bélszínt?
35. Hogyan készítjük és tálaljuk a hideg jércesülttet?
36. Milyen általános elveknek megfelelően állítjuk össze a hideg vegyes ízelítőt?
37. Milyen alkotóelemekből állhat a magyaros vegyes ízelítő?
38. Hogyan készítjük a körözöttes szendvicset?
39. Hogyan készítjük a húsos szendvicset?
40. Hogyan készítjük a tojásos szendvicset?
41. Hogyan készítjük a kaviáros szendvicset?
42. Hogyan készítjük a sonkás szendvicset?
43. Hogyan készítjük a szardíniás szendvicset?
44. Hogyan csoportosítjuk a szendvicseket?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. A hideg előételekhez kapcsolódó melegkonyhai ismereteket alaposan ismételjük át!
2. A hideg előételek ízesítését, fűszerezését úgy végezzük, hogy az kiemelje az előétel jellegét!
3. Az összetett saláták darabolását egyenletesen végezzük!
4. A töltött paradicsomot úgy kell kivájni, hogy húsa mindenütt egyforma vastagságú maradjon!
5. Az aszpik készítésénél, derítésénél támaszkodjunk az erőlevesnél elsajátított ismereteinkre!
6. A vegyes ízelítő egyes tállakait úgy készítsük, mint kisméretű, önálló hidegtálakat! Díszítésüket gondosan, mértéktartóan végezzük, hogy az ne a jelleget adó anyag rovására történjen!
7. A dísztálakat tisztán, ízletesen készítsük! Az anyagokat egyenletes vastagságúra vágjuk! A jelleget adó anyagokat és köreteket — lehetőség szerint — úgy helyezzük a tálra, hogy már ne legyen szükség további emelgetésükre, áthelyezésükre!
8. A szendvicsekhez egyenletes vastagságúra vágjuk a kenyeret és a jelleget adó anyagokat!
9. A szendvicseket úgy díszítsük, hogy az megfeleljen a jelleget adó anyagoknak!

XVIII. Nemzetek konyhái

A „Vendéglátóipari ismeretek” című tantárgy keretében tanultuk, hogy idegenforgalom megfelelő vendéglátás nélkül nem jöhet létre.

Ahhoz, hogy a hozzánk látogató turistáknak — külföldieknek — az itt-tartózkodását minél kellemesebbé tehesük, ismernünk kell étkezési szokásaikat, kultúrájukat is, amelyet legjobban konyháik sajátos technológiája, a felhasznált alapanyagok, fűszerek jellemeznek.

A magyar konyha világhírű. A külföldiek szívesen kóstolják meg különleges ételeinket, de nem várhatjuk el tőlük, hogy itt-tartózkodásuk teljes ideje alatt csak ezeket — a számukra olykor szokatlan — ételeket fogyasszák. Ez is indokolja más népek ételeinek ismeretét, sőt szerepeltetését étlapjainkon.

Szakmai alapműveltségünk egyik fokmérője saját étkezési kultúránk, speciális konyhatechnológiánk és ételeink szakszerű kialakításának ismerete, más nemzetek gasztronómiájának ismerete.

Ez a fejezet betekintést nyújt a különböző nemzetek gasztronómiai szokásainak jellegzetességeibe.

1. A magyar konyha

a) A magyar konyha kialakulása

Az ételkészítési mód, amely napjainkban a magyar konyhát jellemzi, nem azonos ősünkével. A magyarság táplálkozásáról kevés feljegyzés, emlék maradt ránk. A kutatásokból megállapítható, hogy a honfoglalás előtti korban a nomád népek körében már megtalálhatók azon ételek alapjai, amelyeket fejlettebb formában ma is ismerünk. Az osztyákok bablevest, a csuvasok, azerbajdzsánok jaskát, darából és marhahúsból készült levesfélét főztek, amely többé-kevésbé hasonló a gulyásleveshez. A töltött káposzta őse a szárma. Ez szőlő- vagy káposztalevélbe burkolt és rizzsel kevert hús, amelyet zsírban, olajban sütöttek vagy lében főztek meg.

A magyar konyha kialakulására hatással volt a bolgár-török népekkel való érintkezés. Ebből az időből ered a „gyúr” szó és a tarhonya is. A tarhonyát a sokat vándorló törökök és magyarok a szárított tejtermékekkel, húsfélékkel együtt magukkal

lc, és bárhol elkészíthették. Ezekből a tényekből arra következtethetünk, lagyar konyha a Volga tájáról, a Kátna vidékéről ered.

yar konyháról Mátyás király korából és az őt követő időkből már bőséges vannak. Mátyás király asztalára az ételek bő és változatos sora került. A külföldi tudósok gazdagnak mondják hazánkat minden állat- és növényfaj- királyné olasz volt, így erősen érvényesült az olasz befolyás a főúri és ny-lhákon. Mátyás király konyháján az 1460-as években a magyar nagyszar- es György volt a konyhafőnök. Szakácsai is magyarok voltak. A nyárson yon sülteken kívül készítettek még ételeket üstökben, bográcsban, lába- Csaknem mindent lében, mártásban tálaltak. Ezeket erősen fűszereztek, sok készítésekor a kenyeret sűrítőanyagként használták. Ezt a módszert juk a régi Róma konyháján és az erdélyi konyhán is. A magyar konyhán század derekáig őrizte meg uralmát ez a sűrítési mód. Ezután a rántás, a a hagyma használata, valamint a francia konyha erőteljesebb befolyása az uralmat.

is korában az asztalra került szárnyasok legnevezetesebbike a páva volt.

II. század második felében a német és a francia konyha kezd elterjedni, ácsmestereinket érdekelte más népek szakácsművészete, az idegen ételeket r ízlésnek megfelelően átalakították, vagy az étel mellé odaírták, hogy mi- idon sütötték, rántották vagy körítették.

i magyar konyhán a paprikát nem ismerték. A paprikáról hiteles adataink [V. század végétől vannak. Régi okmányok szerint a paprika első ízben Spa- cágban bukkant fel, mint amerikai eredetű növény. A XVI. században már egyéb országaiban is ismert. Egy 1586-ban megjelent fűvészkönyv meg- hogy a paprikát Spanyolországban bors helyett használják. Tóth Béla *Ma- kaságok* című művében külön fejezetet szentel a paprikának. Szerinte hazai lunkban először Szenczi Molnár Albert szótárának 1604. évi kiadásában ta- törökbors, „piper indicum” néven.

rika mai nevéen először az 1775-ben megjelent, „Új füves és virágos magyar ímú műben szerepel. August Elrich 1831-ben Berlinben kiadott „Die Un- e sie sind” című művében magyarországi útjáról beszámolva így ír a papri- „A spanyol borsot Magyarországon paprikának nevezik, és a magyarok lég- iblebb fűszerszáma. Hihetetlen, milyen mennyiséget tesznek nemzeti >e, mint amilyen a gulyáshús. Az erre nem szokott ínyre ez a gulyáshús úgy nt az izzó parázs vagy még rosszabbul.”

Idi Rótt Károly, kiváló növénykutató megállapítja, hogy a paprika a török :ág idején került hozzánk, és mint paraszti fűszert, lenézték. Ezért lassan el, és került az urak konyhájára is.

prika ezután háttérbe kezdte szorítani a régi fűszereket. A régiek közül egy ok egészen feledésbe merült, mint például a sáfrány, a gyömbér és a ba-

Mária Terézia és II. József idején a bécsi udvar konyhája teljesen francia volt. Ez természetesen hatott a magyar, a lengyel és a cseh arisztokrácia étkezésére is.

Az akkoriban kiadott bécsi szakácskönyvekben is erőlevesről, párolásról, becsináltról írnak. A készítési módok végtelen változatát rögzítették. Ez az átalakulási folyamat a XIX. század második felében vált teljessé. Ebben az időben fejlődött ki nálunk a vendéglői és szállodai konyha, melyre különösen hatott a francia és a környező népek ételkészítése.

A magyar konyha a történelem folyamán veszített ősi jellegéből. A paprika „finom” alkalmazásával változatosabbá vált. A nemzetközi ízléshez finomodott, és világszerte elismert hírnévre emelkedett. A magyar konyha kialakulására erősen hatott egy-egy vidék ételkészítési, élelmezési szokása. A nép köréből származó ételek adtak alapot egy-egy magyar étel továbbfejlesztésére. A múlt század első felében Szeged környéke pusztáin a csikósok a birkapörköltet bográcsban főzték.

A múlt század végén és a század elején jeleskedő szakácsmesterek voltak azok, akik hozzácsiszolták, hozzáidomították a magyar konyhát a kor legkifinomultabb ízléséhez, és igyekeztek kielégíteni a hazai közönség és a külföldiek igényeit. Ők voltak, akik megteremtették a magyar konyha jellegzetességeit, mert nem másolták le szolgailag a francia konyha szabályait, hanem azt átültették.

A magyar konyha világhírnevét a múlt század végén és a század elején érte el. Jeles szakácsaink voltak: Csáky Sándor, Domafalvy Andor, Rákóczi János, akik egyben rendszerezték is az ismereteket.

b) A mai magyar konyha jellemzői

A magyar konyha eljárásai alig térnek el más népek konyhájának ételkészítési eljárásaitól, mert a világ bármelyik részén szintén főzéssel, párolással vagy sütéssel készítik az ételeket.

A magyar konyha éppen azoknak a különleges eljárásoknak köszönheti jó hírnevét, amelyek egyéb népek sütési és főzési módjaitól megkülönböztetik.

Pörkölt és paprikás ételeink alapja az olvasztott sertézsírban pirított hagyma, fűszerpaprikával elkeverve. A sertézsír azért a legmegfelelőbb, mert kellő hőfokra hevítve a legjobban kioldja a hagyma illóolaját. A magyar konyhán a hagymát zsírban pirítjuk, enyhébben vagy erősebben, az étel jellegének megfelelően. Ennek következtében mindig más és más íze lesz az ételnek. Konyhatechnikánk másik jellemzője a rántás készítése. A rántással nemcsak sűrítjük ételeinket, hanem egyben enyhébb vagy erősebb pirítással ízesítünk is. Vannak ételeink, amelyekhez csak egészen gyengén pirított rántást használhatunk. Az erősebben pirított rántás pörzsanyagai harmonikusan illeszkednek az erősebb fűszerezést igénylő markánsabb ételben.

Az ételek jellegének megfelelő rántás pirításával elérhető ízhatást fokozhatjuk,

ha a fűszert, fűszernövényt vagy egyéb ízesítőanyagot közvetlenül a sűrités előtt a rántásba keverjük. Az így sűritett és ízesített ételek azonban csak akkor lesznek teljes értékűek, ha megfelelő ideig forraljuk, így felszínre hozzuk a benne rejlő ízeket. A fűszerek használatával legyünk mindig mértéktartóak! Zsíros ételeinket jó, ha az átlagosnál kissé erősebben fűszerezzük. Pörköltjeinket és paprikás ételeinket inkább a paprika tűzpiros színe tegye kívánatossá, íze csak enyhén legyen csípős. Ugyanígy mértéktartóan használjuk a többi fűszerfélét is: a fekete borsot, a majoránnát és a köménymagot. A magyaros ételeket az ízek, a fűszerek összhangja jellemzi. Az alap- és járulékos anyagok, valamint a fűszerek együttes ízhatást adnak.

A magyar konyha azonban nemcsak a fűszerezéssel, hanem az elkészítés különleges módjával is fokozza az ételek ízhatását. Erre legjellemzőbb a pörkölt példája. Az igazi jó pörkölt mindig rövid lében, fedő alatt, szinte csak a saját zsírjában párolva, pörköelve készül. Innen nyerte elnevezését is. Nem szabad hosszú lére engedni, főzve készíteni, mert így éppen az semmisül meg benne, ami pörköltté teszi. De sok más ételünk készítésében is megmutatkozik a magyar konyhatechnikának az a törekvése, hogy sűtés, pirítás, pörkölés útján pörzsanyag képződjék, és ez is fokozza az étel élvezeti értékét.

Ne feledkezzünk meg a világhírű hentesáruinkról sem! Páros debrecenink, gyulai módra készült kolbászunk, kolozsvári fűstölt szalonnánk fokozzák ételeink kitűnő ízét. Más népek is megtűzdelik szalonnával a pulykát sűtés előtt, mégis jobb pulykapecsenyét készítünk mi a sajátos ízű nyersanyagainkból.

Jellemző a magyar főzési módra a bőségesen használt tejföl. A tejföl a magyaros konyha készítményeinek íze közé nemcsak beilleszkedik, hanem ki is egészíti azokat. Igen sok olyan ételünk van, amelyek el sem képzelhetők tejföl nélkül, például számos tésztaféle készítésénél is használjuk.

Igen jó hírnevet vívott ki a magyar konyha a meleg, főtt és sűlt házitészták változatosságával és jobbnál jobb készítési módjával is. Amit a magyar konyha ezen a téren nyújtani képes, egyedülálló és méltán emeli a magyar szakácsokat a legjobbak közé.

Sajátos módon elkészített ételeink szerves tartozéka, hogy ízlésesen és ötletesen tálaljuk azokat. A tálalás sose legyen egyhangú, mert lerontja a legváltozatosabb étrendet, a legfinomabban elkészített ételek sikerét is. Ezért mindig valami újat, a megszokottól eltérőt alkalmazzunk! Az ízléses, ötletes tálalás is jellemző a magyar konyhára.

Ételeinket jellegüknek megfelelő hőfokon tálaljuk, mert ízük csak így érvényesül igazán! Az ételek különleges illatát és aromáját növeli, ha tálalás előtt finomra vágott petrezselyemzölddel, kaporral szórjuk meg őket.

Az egyes fogásoknak és a hozzájuk felszolgált italnak harmóniában kell lenniük. A bor kiemeli az étel ízét, a kettő összhangja tökéletes gasztronómiai élvezetet nyújt.

2. A szomszédos népek konyhája

A szomszéd népek konyháinak kialakulását is azok az általános tényezők befolyásolták, amelyeket a bevezetőben már összefoglaltunk. Talán a környező országok konyháinak egymásra hatása a legjellemzőbb. Ezenkívül az éghajlati viszonyok és a termékek fajtái sem térnek el különösképpen.

a) Az osztrák konyha

Az osztrák, illetve a bécsi konyhával kapcsolatban meg lehet állapítani, hogy az a magyar konyhától alig tér el. Ennek magyarázatát az Osztrák—Magyar Monarchia léte adta. Leveseik, mártásaik, főzelékeik nagy része lényegtelen ízeltérrel azonos a magyar konyhán készítettekkel. Húsételeik több változata a magyar konyhán is ismert, például a tányérhús, a főtt táblafartó — Tafelspitz — a különféle hozzáillő mártásokkal, a tejfölös, zöldséges és más készítésű párolt húsok.

Magyaros húsételeink, gulyások, pörköltök vagy más paprikásan készült ételek Ausztriában — de főleg Bécsben — nagyon népszerűek. Ezeknél az ételeknél legfeljebb annyi az eltérés, hogy az osztrák konyha bővebb, liszttel sűrített lével készíti ezeket.

Meleg tésztáik, az inkább cseh eredetű gombócfélek vagy a stíriai metélt, a salzburgi galuska, a császármorzsa stb. a magyar konyha kínálatában is megtalálhatók.

b) A román konyha

Kialakulásában nagy szerepe volt a francia konyha hatásának. Ezenkívül jelentős az erdélyi konyha ételei a román nép ételmezésében. Akár az egyszerűbb vagy ünnepélyesebb étrendek felszolgálása előtt elmaradhatatlan az erős cuka (szilvapálinka-féle) és a maszlina (sózott olívbogyó).

Leveseik nagy részét erjesztett búzakorpa-ciberével, babérlevéllel, fokhagymával, csomborral, tárkonnyal ízesítik. A levesek betétjeként legtöbbször húsgombócot készítenek. Leveseik marha-, borjú-, szárnyas-, birka- és vadhúsfélékből készülnek leginkább.

A hideg előételeket olajos marinádokból készítik. A halakhoz és a növényi eredetű előételekhez sok hagymát és paradicsomot használnak. Sok olyan előételt is készítenek, amelyet langyosan szolgálnak fel, például a tinorugomba-rizottó vagy a töltött káposzta. Nagyon kedvelt előétel a pontyikrasaláta, amelyet majonézzel készítenek, vagy az olajos zöldsaláták füstölt marhanyelvel, sonkával, paradicsommal, hagymával összekeverve és erősen fűszerezve. >

Húsételeik közül a nyárson és rostélyon, faszénparázs fölött sütött húsok a leg-

kedveltebbek. Rostélyon és nyárson, olajba mártva sütnek marha-, sertés-, borjú-, bány-, ürü- és szárnyasokból szeletelt vagy darabolt húsokat. A mititét, amely bél nélküli kis kolbászka, birkahúsból erősen fűszerezve készítik, előzőleg olajba mártva faszénparázs fölött, rostélyon sütik. A rostélyon és nyárson sültetekhez olajos és paradicsomos salátaféléket adnak. Egyéb húskételeiket főleg főzelék- és zöldségfélékkel, gyümölcsökkel párolva készítik.

A burgonya- és főzelékfélékből, rizsből készült köreteken kívül az egyik legnépszerűbb köret a törökparadicsom, amelyet igen sokféle módon készítenek. Hasonlóan kedvelt köret a különböző módon elkészített tök. A tokányfélékhez kukoricalisztből készült puliszkát adnak.

A tésztafélék közül a vajkrémes és tejszínhabos készítmények a legkedveltebbek. A vajas leveles tésztából különböző töltelékkel készült, melegen, sűrű cukorszirupba mártva tálalt tészták, valamint a tejes málé is igen elterjedtek.

A farsangi fánkot olajban sütve és melegen, baracklekvárral tálalva minden kisebb cukrászdában megtaláljuk.

c) Jugoszlávia népeinek konyhája

Jugoszlávia népeinek konyháját főleg a bácskai uralja, amely a magyar konyhához a legközelebb áll, azzal a különbséggel, hogy ételeik még zsírosabban készülnek, és erősebben fűszerezettek, mint nálunk. A bőven termő délvidék nemcsak búzában, rozsban, kukoricában, hüvelyesekben és kerti veteményekben gazdag, hanem lakossága elsőrendű marha, sertés és birka tenyésztésével is foglalkozik. A házi-szárnyasfélék minden változatát a legkülönbözőbb módokon készítik. Földrajzi adottságukból ered, hogy tengeri és folyami halakban gazdagok, amelyeket hidegen és melegen készítenek el.

Leveseik erős fűszerezéssel a magyar konyha szokásainak megfelelően készülnek. A húsféléken, a szárnyasokon, a zöldség- és főzelékféléken kívül a hízott birkahúsból is többféle módon készítenek levest. Különösen szokássá vált az őszi hónapokban alkalmi ebédre a húsleveshez hasonlóan főzött birkaleves, amelyben az erős fűszereken, zöldségeken kívül kukoricalisztből készült galuskát is főznek. A halakat főleg lecsós vagy paprikás mártásban készítik, de a nyárson sült paprikás hal sem ritka készítménye konyháiknak.

A gyuvecs eredeti szerb étel, amely igen ízletes, kissé nehéz és zsíros. Halból, szárnyasból, sertés- és birkahúsból, vöröshagymával, szeletelt burgonyával, zöldpaprikával, friss paradicsommal, rizzsel és sok füstölt szalonnával készítik. Sóval, örölt borssal és pirospaprikával fűszerezik.

A bácskai szárma főleg téli étel. Marha- vagy birkahúsból gorbára darált töltelékét készítenek ugyanúgy, mint a töltött káposztához. Zsírban piritott, finomra vágott hagymával, fokhagymával, füstölt szalonnával, sóval, borssal, majoránnával fűszerezik. Kevés félig főtt rizst tesznek hozzá, és jól összekeverik. Külön erre a

célra eltett zöld, savanyú káposztalevélben apró, jól becsomagolt töltelékeket készítenek belőle. Az apró káposztát finomra vágott vöröshagymával összekeverik, sóval, törött borssal fűszerezik és kétharmad részét egy lábasba teszik. Erre pár szelet birsalmát, csöves pirospaprikát és személyenként 15 dkg füstölt oldalast vagy császárhúst tesznek. Erre helyezik a töltött káposztákat és befedik a többi káposztával. Tejfőllel bőven meglocsolják, és fedővel letakarva, sütőben párolják, míg zsírája nem sül és meg nem puhul.

Közben paprikás bácskai füstölt kolbászt sütnék. Tálaláskor az apró káposztát a tál közepére halmozzák, tejfőllel megöntözik, körülrakják az apró töltelékkel, tetejére teszik a felszeletelt füstölt húst és a sült kolbászt.

Bácskában nagy kultusza van tavasszal a báránynak. Leginkább nyáron sütik, de a mellrészét zsemelével készült töltelékkel megtöltve, kemencében megsütve is készítik. Tejfölös, töpörtyús, forrázott fejes salátát adnak hozzá. A bárányfejből, -tüdőből és -májából tejfölös savanykás bárányaprólék-leveseket készítenek. A csontosabb darabokat kukoricaliszttal forgatva bundázzák, és úgy készítik, mint mi a rántott bárányt.

Az angolos és félangolos húsokat rostélyon vagy a tűzhely lapján sütik, a bőséges hagymával, olajjal készült salátaféléket adnak hozzá.

Jugoszlávia nagyobb városainak éttermeiben, de különösen Zágrábban a francia konyha terjedt el. Az Adria körüli idegenforgalmi szállodák éttermeinek konyhái az olasz konyha ételeit készítik.

Tésztáik nagyjából azonosak a magyar konyhán készített melegkonyhai tésztákkal. Leginkább a kelt tésztákat, a fánkokat és a kukoricaliszttal készült metéltet és görhét szeretik. A horvát nép ételmezésében nagyon elterjedt a kukoricagánica. Ehhez a kukoricalisztet forró tejjel leöntik, és ha kihűlt, olvasztott vajjal, egész tojást és annyi búzalisztet kevernek hozzá, hogy az gyenge galuskatészta legyen. Forró vízbe mártott kanállal kiszaggatva, sós vízben kifőzik és leszűrve, kivajazott zománcozott tepsibe rakják, rétegezve. Minden réteget megszórják cukorral. Sütőben vagy kemencében megsütve tálalják.

d) A cseh és a szlovák konyha

Az éttermi konyhát főleg a francia ételek készítése jellemzi. Az előételek fogyasztásajobban elterjedt, mint bármely más szomszéd nép étkezési szokásaiban. Ezért a csehek éttermi konyháinak igen sokféle hidegkonyhai készítménye van. Ezeket főleg az orosz zakuszkik vagy a franciák vegyes ízelítői közül vették át. A csukott és nyitott szendvicseket minden időben megtalálhatjuk a csehek büféiben éppúgy, mint az I. osztályú éttermekben.

Leveseik közül főként a francia konyha erőleveseit és krémleveseit tálalják. Ezenkívül az orosz konyha borcslevesei és különféle gombóclevések készülnek konyháikon.

A halakat roston, rántva és pikáns ízű mártásokban készítik, nagyon kedveltek a hagymás, ecetes marinadban készült heringfélék. A sültjeiket főleg káposzta- és gombócköretekkel tálalják. A tejfölös krémmártásban párolt ún. vadas húsok készítése igen elterjedt, amelyeket leginkább marha-, ürü-, bárány- és vadhúsfélékből készítenek. Ezekhez különböző módokon készült gombócokat adnak köretként.

A tészták készítésében nagy előszeretettel használják a juhtúrót. Tésztáik közül a burgonyagombóc, a galuskák, a fánkocok és a palacsintafélék a legismertebbek.

3. A francia konyha

A francia konyha múltja az egykori római birodalomból átmentett, valamint az olaszoktól átvett sütési-főzési módszerekre vezethető vissza. Ezeket a hagyományokat az uralkodó osztályok igényei további fejlődésre készítették. Különösen XIV. Lajos főudvarmestere, Béchamel márki fejlesztette az udvari konyhát igen magas színvonalra. Ebben az időben vált ki elsőbbségével a francia konyha a többi nemzet konyhái közül. Kialakulásának kedvezett, hogy Franciaországban a konyhán szükséges nyersanyagok nagy bőségben álltak rendelkezésre. Igazi nagyságát, fejlettségét azonban tehetséges szakácsainak köszönheti. A XVI. században kialakult francia konyhát a pazarlás, a fényűzés, a bőséges menük jellemezték.

Szükségessé vált a pazarló francia konyha átalakítása, az ételek anyagainak felesleges, sokszor káros bőségének leegyszerűsítése. A hagyományokon alapuló francia konyha reformálása három korszakra bontható.

A modern francia konyha első megteremtője Antoine Carême (1784–1833), Talleyrand francia külügyminiszter és I. Miklós orosz cár konyhamestere volt. Tanítványa Urbain Dubois, sok befejezetlen művét örökölte.

A második korszak az 1850 körüli időkre esik, amikor Urbain Dubois és Émile Bemard megalkották a *La Cuisine Classique* című nagy művet. Ebben a műben fejtik ki a szakásművészet legfőbb elveit, az ízek fontosságát, az ételek élvezhetőségét, a tálak, ételek tetszetősségének jelentőségét.

Carême, Dubois és Bemard munkáját August Escoffier (1843–1935) folytatta, akinek tevékenysége a harmadik korszakot jelenti. Escoffier mesterségének művésze volt, nemcsak új ételek egész sorát alkotta meg, hanem a múlt század végének képzőművészetét is alkalmazta a tálalásnál. Escoffier több évtizedes munkája során az ételek készítési módjában, a tálalási módok megformálásában és leegyszerűsítésében, az ételsorok összeállításában is maradandót alkotott. A *Guide Culinaire* és a *Livre des Menüs* megírásával egységesítette a szakásművészetet, de nevéhez fűződik egyes nemzetek konyhaművészetének fejlesztése is. Escoffier munkájának érdeme, hogy különböző nemzetek speciális ételeit a francia konyha ízléséhez alakította.

A francia konyha főbb jellemzői, hogy az ételei túlnyomórészt vajjal vagy növé-

nyi zsiradékkal készülnek, tehát könnyen emészthetőek. Másik tulajdonsága a nagy változatosság. Az édesvízi és tengeri halak, a csigák, a rákok hidegen vagy melegen elkészített formái számtalan változatban, hozzáillő mártásokkal szerepelnek étrendjeikben. A hideg és meleg tojás- és egyéb előételeik készítésének módjai megszámlálhatatlanok. A francia konyhán a húsételek — ugyancsak sok-sok változatban — marha-, borjú-, ürü- és bárányhúsból készülnek, míg a sertéshúsból készített ételek ritkábban szerepelnek konyháikon. Igen elterjedt a házi- és vadszárnyasok, valamint a vadhúsok felhasználása is.

A francia konyha ételeit a hideg és meleg mártások széles választéka teszi valóban franciássá, amely külön is gazdagítja az ételválasztékot. A zöldsézelékek bőséges készítése kiegészíti a húsételeiket, de ezek külön fogásonként is megtalálhatók étrendjeikben. A főzelékek készítésénél sűrítést nem alkalmaznak, hanem megfőzve, leszűrve és olvasztott vajjal leöntve tálalják, vagy külön olvasztott vajat szolgálnak fel hozzájuk. Gyakran készítik a főzelékféléket vajban párolva, rántva, töltve vagy csőben sütve.

A salátafélék változata rendkívül gazdag. Az egyszerű fejes salátát is sokféleképpen készítik: ecettel, olajjal vagy majonézzel, mustárral vagy különféle mártásokkal. A francia éttermekben általában a zöldsalátát ízesítés nélkül, a hozzávaló ecettel, olajjal, borssal, mustárral, főtt tojással tálalják, és a vendég ízlése szerint maga készíti el.

Tésztáik, desszertjeik könnyűek, finomak. A franciák az étkezés igazi befejezőjének a sajtot tekintik. Szívesen és gyakran alkalmaz a francia konyha gyümölcsöt bizonyos ételek és ételcsoportok kiegészítőjeként.

Franciaország a jó bornak hazája, természetes, hogy konyhája sok étel készítéséhez használ fel bort. Mártásaik készítéséhez, a ragukhoz és egyéb párolással készülő ételeikhez különféle borokat használnak, és ezzel is növelik ízüket, zamatukat. A francia konyhán szinte nélkülözhetetlen a borpárlat (konyak), amely pástétomok és más ételek ízesítésére szolgál.

Számos olyan fűszert kedvelnek, amellyel intenzív hatást érnek el, mint pl. cayenne-i bors, a currypor. Illatos fűszernövényeket is használnak, így a tárkonyt, a turbolyát, a kakukkfűvet, bazsalikomot. Ezeket a fűszereket régen a magyar konyhán is ismerték, de ma már ritkábban használatosak nálunk.

Az ételeik sűrítésére leggyakrabban burgonyalisztet használnak, amelyet hideg vízben habverővel simára keverve adnak a forrásban levő ételhez. A másik gyakori sűrítési mód a lisztel összegyúrt vaj — beurre-manie —, amelyet ugyancsak forrásban levő ételhez habverővel való folyamatos keverés közben, kisebb darabokba morzsolva adnak az ételhez.

A rántást aránylag ritkán alkalmazzák, akkor csak enyhén megpirítva, mint pl. besamel mártás készítésénél.

Francia készítési mód a csőben sütés (au gratin) — gratinírozás —, de a sütés többi módját is a francia szakácsok fejlesztették magas színvonalra. Ezt bizonyítja,

hogy az ősi nyárson vagy rostélyon sütésnek legnagyobb kultusza ma is Franciaországban van.

Konyhatechnikájukban számos olyan eljárás van, amelyet más népek szakácsai is átvettek. Ilyen pl. a „sauté”, németes torzításban a „szotírozás”, amit mi, mint eljárást nem egészen pontosan a „pirítás” szóval fordítunk, vagy a smizírozás, a montírozás, a glacírozás, a flambírozás stb. Ezek mind bizonyítják, hogy a hazai konyhatechnikára jelentős befolyást gyakorolt a francia konyha.

A francia konyhának is megvannak az eredeti tájjellegű, fejlett ételkészítési változatai. A francia vidékek közül híres ételeiről Lyon, Marseille, a provence-i, a normandiai, a bretagne-i, és az elzászi konyha. Ezek tájjellegű ételei mesterszakácsok munkája nyomán a francia konyha kincseivé váltak.

A francia konyha délben levest általában nem, vagy csak kismértékben készít. A levest inkább este, a főétkezésnél tálalják fel. Az ebédet többnyire a vegyes ízeltővel — hors d'oeuvres — vagy valamilyen meleg előétellel vezetik be, esetleg hideg vagy meleg halétellel kezdik. A húseteleket köretek, mártások gazdag választéka kíséri. Készítési módjuk a hozzáadott raguk, köretek és mártások szerint rendkívül változatos.

A francia nép étkezésében a reggelinek nincs sok jelentősége, inkább a délelőtti kávézás, teázás — melyhez speciális zsúrkenyérrel készült csukott szendvicsféléket fogyasztanak — számottevő.

4. Az orosz konyha

Az orosz nép táplálkozását a cárok uralkodása alatt az egyoldalúság, egyszerűség jellemezte, míg a főúri konyhákban a bizánci birodalom pazarló ételkészítési módszereit alkalmazták. A XVII. és a XVIII. században, különösen Katalin cárnő és Péter cár uralkodása alatt a francia konyha vált uralkodóvá.

Az ország hatalmas területén minden éghajlat megtalálható. Különösen kedvező az éghajlata a Fekete-tenger védett vidékeinek, amelyeket a Krím és a Kaukázus óv meg a hideg légáramlatoktól. Az országot övező hatalmas tengerekben, a hatalmas tó- és folyamhálózatban mindenféle hal-, rák- és hullóféle megtalálható.

A marha-, a borjú- és a birkahúson kívül a sertés és a kecske húsát is felhasználják konyháikon. A szárnyasok bőségéből következik, hogy különösen sokféle szárnyasétel található étrendjeiken. A vadak számos fajtáját ismerik és készítik.

Az éghajlati és domborzati viszonyok az étkezésben specializálódást eredményeztek. A Kaukázusban főként kecskét és juhfélét tenyésztenek, és ezekből készülnek a legnépszerűbb ételek. Szibériában a nagy hideg miatt a zsíros ételeket kedvelik, így pl. a sertést szalonnájával sütik meg, és pecsenyéjükön a szalonnaréteg rendszerint vastagabb, mint a hús.

A mezőgazdasági termékeik gazdagsága meglátszik az ország konyháján. Ukraj-

na és Grúzia mezőgazdasága kitűnő árukkal látja el a nagyvárosok konyháit. A városok mellett létesített óriási kertészetek az év minden szakában a friss zöldség-, saláta- és főzelékfélék, valamint a gyümölcsök legbiztosabb forrásai.

A hagyományos konyhatechnikai eljárásaikon kívül igen nagy kultusza van a rostélyon és a nyárson sütés módszereinek. A kaukázusi saslik, amely ősrégi eredetű ételük, birkahúsból készül nyárson sütvé, faszénparázs felett forgatva. Ma már az egész világot meghódította.

Ételeik elkészítéséhez a modern technikai eszközöket alkalmazzák, de egy-egy köztársaság specialitását a hagyományos készítési mód jellemzi, pl. a grúzok scsi levesét agyagedényben főzik, és az ételt a főzőedényben szolgálják fel.

Köztársaságunként változik a felhasznált zsiradékféle. Sok olajjal és vajjal főznek, de felhasználják az ürü és a marha kisütött faggyúját is.

Jellemző étkezésükre a bőséges reggeli, amelyet húsfélékből, halakból, tojásfélékből, zöldsalátákból készítenek, ezt követi a tea, a tej vagy valamilyen tejtermék.

Az ebédek és a vacsorák bevezetője a „zakuszki”, amely tulajdonképpen vegyes ízelítő. A vegyes ízelítők Oroszországból származnak, ahol már a múlt században együtt tálaltak különféle hideg ételeket. Divatját innen vették át elsősorban a franciák és a svédek. Nehéz lenne pontos előírást adni arról, hogy mit is tálalnak a zakuszkiiban, mert minden időben a rendelkezésre álló tengeri és folyami halak, főzelék- és húsfélék stb. változataiból állítják össze, így például füstölt lazacból, párolt heringből, tokszeletekből, mustáros halsalátából, majonézes heringfélékből, szárnyassalátákból, rákmajonézből, ráksalátából, töltött uborkából, füstölt libamellből, sajt-félékből, salátafélékből készítenek.

Leveseik tartalmasak, bőven főznek bele húst és zöldségféléket és azokkal együtt is tálalják. Készítenek erőleveseket és krémleveseket, de ezeket a húsetelek után vagy közben fogyasztják.

A meleg előételeik között a főtt vagy sült húsos tésztafélék, a hal- és tojásételek, a belsőségek és a főzelékfélék gazdag változatai találhatók.

Húselekként az egyben sült vagy párolt húseteleken kívül a frissen készített szárnyas-, vad- és vágóállatok felszeletelt húsrészeinek sokféle változatát készítenek. Ezeket sült burgonyával, káposztafélékkel és sok salátával tálalják. Nagyon sok nyers hagymát fogyasztanak, és a zöldhagyma szárát is felhasználják saláták készítéséhez. Az uborkát héjával együtt felszeletelve, nyers paradicsommal, hagymával, ecettel, olajjal ízesítve készítenek. A káposztát nyersen, salátának vagy savanyítva, hagymával és olajjal elkeverve kedvelik. Vajas és omlós gyümölcsös süteményeket sütenek, egyéb cukrászkészítményeiket kevés vajkrémmei és sok tejszínhabbal készítenek.

Fagyaltjaik és parfékészítményeik igen jók, és az év minden szakában kaphatók. A gyümölcsöket héjával együtt fogyasztják. Az almát még kompótnak sem hámozzák meg.

Tejet és tejterméket, különösen sokféle sajtot használnak mind az ételekben, mind kiegészítő ételként.

5. Az angol konyha

Az angolok reggelije hagyományosan tartalmas, a déli étkezés jelentősége nem nagy, az esti étkezés szintén bőséges.

Az ételek készítésének befejezését általában az asztalnál, a tálalás előtt végzik. Rendszerint egészben hozzák az asztalhoz a sülteket, és ezeket a házigazda maga szeleteli és tálalja. Az angolok voltak az elsők, akik a múlt század elején a késsel, villával való étkezést bevezették. Konyhájukban nagy jelentősége volt a francia konyhának, amelyet a nagy számban alkalmazott francia szakácsok terjesztettek el.

Az angol konyha kialakulását a gyarmatokon termett javak és az azokon kialakult főzés mód is befolyásolta. Különösen India szállított nagy mennyiségű fűszert. Az angol konyhán elterjedt currypor innen származik.

Az ételek készítéséhez általában vaját, olajat vagy a faggyú kisütött zsiradékát használják. A marha- és a borjúvese faggyúját nyersen, elsősorban tészták készítéséhez használják fel. Az angol konyhán a halat és a főzeléket főleg vízben vagy levesben megfőzve és olvasztott vajjal leöntve készítik. A sültekekhez készített mártásainál a pikáns ízekre törekszenek.

A bőséges reggelit húsos szalonnákból és tojásféléből készítik, és különböző kásafélékkel fejezik be. A délelőtti teázások alkalmával meleg és hideg szendvicseket fogyasztanak.

Leveseik főleg ürü-, marha- és csirkehúsból készülnek. Az írlandi ürügulyás (Irish stew) egyik legelterjedtebb levese az angol konyhának, de a cock o'leckite is mindennapos készítményük; a húslevesben főtt csirkét gyöngyhagymával és rizs-betéttel ugyanabban az edényben szolgálják fel, amelyben főtt. A hodge podge-t, amely ürülevesben főtt vagdalt ürühús, hagymával, zöldborsóval és metéltre vágott zöldsalátabetétekkel tálalják. Ünnepeyes alkalmakra rendszerint teknősbékalevest készítenek, amely ugyancsak az angol konyha egyik leveskülönlegessége.

Az előételek választéka az angol konyhán igen fontos. A tengeri halak, rákok, hidegen, melegen nagy választékban készülnek. Különösen nagyon kedveltek a sajtos előételek, melyeket főleg Chester sajtból készítenek.

Sültjeik közül az angolos húson kívül kedvelik a yorki sonkát, amelyet melegen, madeiramártással készítenek, a szárnyasok közül a gesztenyepürés pulykát, és népszerű a chicken pie (ejtsd: csikin páj), mely pástétomtésztaival bélelt tűzálló edényben megsütött nyers csirkehús, angolszalonna, hagyma, csiperkegomba stb. szárnyaslével felöntve.

A vadakat pikáns mártásokkal, rendszerint angolosan megsütve készítik, és angol mustárt adnak hozzá. Mártásaik közül a cumberland-, a menta-, az Albert- és a Cambridge-, valamint az alma- és egresmártások a legismertebbek. Húsételeik elmaradhatatlan kísérője a ketchup és a Worcester (ejtsd: vuszter)-mártás.

Az úgynevezett fűszeres előételeket az angolok nem az étrend elején, hanem a végén szokták felszolgálni. Tésztáik közül főként a pudingfélék a legismertebbek.

6. Az olasz konyha

A mai olasz konyha előzményeit leginkább a római birodalom területére vezethetjük vissza. A római császárság fénykorában a dúsgazdag földesurak, a világlátott katonák már fényűző módon éltek. A meggazdagodott emberek pazarló vendéglátásáról több szatírárt írt Ovidius, Horatius és a Nero korában élt Petronius. A vendéglői élet is a rómaiaknál alakult ki. A vendéglőst a görögök lenézték, a rómaiaknál a tavernának, a kiskocsmának nagy beceje volt.

Az itáliai Pompeji várost, amely a mai Nápoly közelében volt, 79-ben a Vezúv egyik kitörése elpusztította. A XVIII. században megkezdett ásatások nemcsak kenyérsütő műhelyeket és üzleteket tártak fel, hanem több száz személyes étkezőhelyeket a hozzá tartozó konyhakkal és márvánnyal kiképzett, beépített bortéglékkel ellátott italpultokat is.

Az olasz konyhát sajátos karakterén kívül rendkívüli választékossága és könnyedsége jellemzi. Ételeik készítéséhez olívaolajat, vaját és növényi zsiradékot (margarint) használnak. Az Olaszországot határoló tengerek bőségben és nagy választékban adják konyhájukra a halakat és a rákokat. Fejlett állattenyésztésük kiváló minőségű szarvasmarhát, borjút, ürüt, bárányt, kecskét, kevés sertést, vad és vadszárnyasokat, házinyulat és a háziszárnyasok minden fajtáját biztosítja konyhájukra. Konzervkészítményeik és tésztagyártásuk igen magas színvonalú. Nagy választékban állnak rendelkezésre a hazai földön termelt főzelék- és salátafélék.

A levesek közül a legismertebbek és legelterjedtebbek a minesztra és a húsleves, a brodo, amelybe a marhahúson kívül kolbászfélét és sonkát is főznek. Leveseik elmaradhatatlan kísérője a reszelt parmezán sajt.

Különleges helyet foglalnak el tésztafélékből készült előételeik, amelyeket leves helyett is szívesen fogyasztanak. A makarónit és a spagettit külön készült ragukkal igen sok formában szerepeltetik étlapjaikon. A makarónit és a spagettit mindig frissen főzik, és forró vajjal keverik el, de tálalják nyers vajjal is. Ezenkívül számos tészta készítményük van, amelyeket ízes darált hússal töltenek, különféle ragukkal tálalnak, vagy reszelt sajttal bőségesen meghintve csőben sütnek.

Zöldségekből előételek számos változatát készítik. A nálunk is ismert csirág, kelvirág, kelbimbó, törökparadicsom, gombafélék mellett igen kedvelik az articsókából készült előételeket. Ezeket a zöldségeket köretnek is készítik. A különböző rizottókat és tojásételeket meleg előételként ajánlják.

A tengeri halak, a rákfélék, az osztrigák és a csigák minden fajtáját készítik konyhájukon. A homár, a langusza és a szkampi hideg és meleg készítési módjainak sokféle változatát ismeri az olasz konyha. Halaikat roston vagy rántva, kísérő mártással, vajjal főzve készítik. A legelterjedtebb meleg halételük a sole (tengeri nyelvhal) és a San Pietro. A Fritura-misztura, amely szkampi és két-háromféle hal párizsiasan kisütve, rántott petrezselyemzölddel és külön mártással tálalva, legkedvesebb ételeik közé tartozik.

A hideg előételek tálalásánál nagy előszeretettel alkalmazzák a különböző konzerveket és a szalámit, valamint a salátaféléket. Külön említésre méltó hentesáru-készítményeik rendkívül gazdag sora, amelyet ugyancsak előszeretettel használnak hidegkonyhájukon. A sokféle szalámin kívül speciálisan készített felvágottakat is gyártanak, amelyek híressé váltak az egész világon.

A húsféléket főzéssel, sütéssel, párolással, nyáron sütéssel és mindazokkal a módszerekkel készítik, amelyek a nemzetközileg kialakult konyhatechnikában ismertek. Törekvésük, hogy kifejlesszék a frissen készült ételek választékát, ezért fokozzák az elkészített raguk, mártások, a paradicsom és a hagyma bőséges használatát. Marha-, borjú-, birka-, bány-, szárnyas- és sertéshústeleik igen sok változatban, különféle ragokkal és zöldségköretekkel találhatóak étlapjaikon.

Félangolos húsféléket éppen úgy készítenek, mint párolt vagy frissen, vajban pirított húsféléket. Egyik legjellegzetesebb borjúkészítményük a piccata, amely olajban vagy vajban megsült érmécskékből áll, tisztított, citromos vajjal fűszerezve, és leöntve. Bőségesen fogyasztják a házinyulat, amelyet sütvé vagy párolva készíté- nek. Világszerte ismert ételük az „osso bucco”: ez nem egyéb, mint borjúcsülök paradicsommal, egy kevés finomra vágott hagymával, fokhagymával és narancs- héjjal párolva, rozmaringgal ízesítve. Borjú- és marhaszeletek több készítési módja ismert konyháikon. A vadakat, vadszárnyasokat leginkább sütvé szeretik, külön hi- deg és meleg mártásokkal.

Az ételek fűszerezésénél jellegzetes ízhatásokra törekszenek. Valamennyi ná- lunk is ismert fűszerféléket használnak, kivéve a piros paprikát. Ezenkívül nagy elő- szeretettel használnak a sáfrányt és a rozmaringot. Borjúsültjük elképzeltetlen zöldségágyba helyezett bőséges rozmaring nélkül. A különböző ételekhez készített kísérő mártásaiknál a színekre, a hagyma és a fokhagyma karakterére és különböző borok használatára törekszenek.

A hústelekekhez elsősorban rizsből készítének köretet, de a burgonya minden vá- ltozatát is alkalmazzák. A zöldfőzelékek készítési módját a francia és angol konyha módszerei jellemzik. A sós vízben főtt főzelékféléket nyers vagy olvasztott vajjal tálalják megfelelően fűszerezve.

A hazai termelésű salátafélék legnagyobb kultuszát az olasz konyhánál tapasztal- juk. Rengeteg friss zöldsalátájuk van az év minden szakában. Salátakészítésük- nél a kiváló minőségű sassoolajat használnak, de készítének különféle dressingeket is, amelyek ízesítésénél a citrom- és grapefruitlé adja a fő jelleget. Nagy előszeretet- tel alkalmazzák a kombinált salátákat, melyeket aszpikban kocsonyázva és díszítve tálalnak.

Legkevésbé téztaféléik változatosak. A piskótátészta citrom- vagy narancsízű vajkrémmel töltik és díszítik. Inkább a hideg és meleg krémeket szeretik étkezéseik befejezésé- ként. Sehol a világon nem olyan elterjedt a fagyaltgyártás, mint az ola- szoknál. Gyümölcsfagyaltjaik egyedülállóak.

Az étkezések szinte elképzeltetéüenek sajtok nélkül. Sajtaikhoz külön gyümöl- csöt, hagymát vagy retekféléket is adnak.

Déligyümölcsaik igen gazdag választéka megtalálható majdnem minden étkezési formánál.

Az étkezés feketekávéval fejeződik be. Az olasz eszpresszó- vagy krémkávé meghódította az egész világot, s különböző géptípusaikkal minden kávékedvelő ország vendéglátóipari üzleteiben találkozhatunk. Boraik minősége és mennyisége sorrendben a franciák után következik. Könnyű és nehéz boraikat, különösen a vörösborok sok változatát ízléses, fonott üvegekben teszik asztalaikra. Étvágygerjesztő italaik közül szinte utolérhetetlenek a világhírű cinzanók.

Az olasz konyha egyéni anyagaival, ízeivel, változatosságával világszerte előkelő helyet vívott ki magának. Az olaszok konyhájukat jelentős idegenforgalmi vonzerőként becsülik, és így állandóan fejlesztik konyhatechnikájukat. Erről tanúskodik fejlett vendéglátóipari üzlethálózatuk és a világ minden részén megtalálható olasz éttermek.

7. A kínai konyha

A kínai konyhatechnika évszázadok alatt fejlődött ki, és vált világhírűvé. A sokféle ételhez a hatalmas birodalomban feltalálható nyersanyagok nagy változata nyújtotta az alapot. A kínai szakácsok rendkívüli tehetsége, találékonysága párosul a nyersanyagok bősége nyújtotta lehetőségekkel. A császári udvarban, a főúri házaknál az étkezést pazarló fényűzéssel valóságos művészetté fejlesztették. Ugyanakkor a kínai nép millióinak a napi marék rizzsel kellett megelégednie. A mai Kínában a gasztronómiai hagyományokat ápolva a jelenkor követelményeinek megfelelően fejlesztik a kínai konyhát.

A kínai konyhán a felhasznált nyersanyagok többségét kisebb darabokra összevágva készítik el, mert az étkezéshez nem kést és nem villát, hanem két pálcikát használnak. A nyersanyagokat nagyobb konyhákban gépekkel vagdalják össze. Az ételleket többnyire kisebb tálcáskákban tálalják, amelyekből egyszerre többet állítanak az asztalra, mindegyikbe más és más ételt tesznek.

A kínai ünnepi étkezés legalább 16 fogásból áll. Az egyszerűnek számító ebéd vagy vacsora sem kevesebb 8–10 féle ételnél. Ezeket egyszerre teszik az asztalra, közöttük megtalálható a hús, a hal, a főzelék, a saláta, a gyümölcs, a leves és a mindig elmaradhatatlan rizs. A kétféle szójamártás, a sós és savanykás ízű, valamint a fehér-fekete bors és az olaj sem hiányozhat az asztalról.

Az étellekkel egy időben az italokat is az asztalra állítják. Ezek általában rizspálinka, édeskés fehér- és vörösbor, világos sör és zöld teafűből készített tea.

Az ünnepi ebédeket ételcsoportonként tálalják, a hideg és a meleg ételleket változva szolgálják fel.

Az étkezés az előételek sokféle változatával kezdődik: például füstölt préselt kaviár, meleg cápauszony, konzervtojások, rákok, hal- és szárnyasdarabkák, cukrozott dió, pörkölt dinnyemag. Az igazi ünnepi étkezés fő alkotója a fecskéfészek-vagy a cápauszonyleves.

A sült ételcsoportjából nem hiányozhat a csirke mellehúsa, főzve, aranyalmák és csirkemájak levesben főzve, leopárdhal narancsmártásban, bárány húsa galambtojásokkal, bambuszrügysaláta rántott homárral.

Hideg fogások lehetnek: füstölt nyelv, tengerifű-saláta, hideg szárnyasdarabkák, különféle rákok és gyümölcsök stb. Az édességek előtt sűrűre főtt uborkalét szolgálhat fel.

A csemegék kis falatkákból állnak: például mézben áztatott datolya, lótuszmag-pástétom, szárított barack, zöld sárgabarackból készült süteménykockák stb. Az étkezés vége felé a kenyeret tálalják, amely lepényszerű, és gőzön párolva készül.

Szintén külön fogás a rézedényben felszolgált krizantémsziromból és petrezselemből készült mártás, amelyet a rizsre öntve fogyasztanak. Étkezés közben gyakran emelgetik a fületlen kis porceláncsészét, amelyből meleg rizsbort isznak. Az étkezéseket esetenként üres forró levesekkel szokták befejezni. A kínai szakácsok az európai ételleket is bizonyos kínai jellegzetességgel készítik. Például a rántott csirkét többnyire főtt csirkéből készítik, a csirkét csak negyedekbe vágják, a combjait egyéb csirkeételekhez használják fel csont nélkül, a mellerészből filét készítenek, és ezt rántják ki. A csontokat tyúklevessel készítik, amely hasznosítja. A tálon sült sonka tojással — ham and eggs — úgy készül, hogy tűzálló tálat kivajaznak, beleütik az egész tojásokat, és a tojássárgájába egy kevés vékonyra szeletelt sonkát tesznek, így sütik meg. Sok helyen kapható és Kínában is kedvelt a virsli. Általában kisebb, mint nálunk és világosabb színű, egyébként ízletes. Kínai mustárral fogyasztják, amely az angol mustárhoz hasonló: tormától csípős, de kevésbé kesernyés.

8. A skandináv népek konyhája

A skandináv országok területén sokféle élelmiszer, nyersanyag található. A dánok fejlett állattenyésztése, a svédek jó gabonatermő területei, a norvégok és a svédek folyói, tavai, valamint a környező tengerek rengeteg kiváló nyersanyagot adnak az ételkészítéshez. Konyhájukra legjellemzőbb a híres „smorgass”, a svéd vegyes ízelítő, valamint a „smorebrod”, a dán vajaskenyér megrakva színpompás hideg ételekkel. Ezek változatos hideg szendvicsek, amelyeknek elképzelhetetlenül sok variációja van. Nagy szelet jól megvajazott barna kenyérré teljes adag főtt, sült hússokat, szárnyasokat, felvágottakat, halakat, rákokat tesznek, amit zöldsalátával, majonézzal, szeletelt uborkával, sárgarépaszeletekkel, paradicsommal, aszpikkal körítanak. Egy-egy ilyen szendvics főételnek is megfelel.

A smorgasst minden étteremben megtaláljuk üveg- és porcelántálon, hosszúkás büféasztalra kirakva. A belépő vendégek annyit vehetnek átlagár megfizetése mellett, amennyit akarnak. Az asztalon tányérok és evőeszközök vannak kikészítve. Ezek a vegyes ízelítők nemcsak színpompások, hanem kitűnő ízűek is. Halak, ajöka, hering, kagylófélék, hideg tojások, gombafélék, fehér és barna vajás kenyere-

rekre kirakott tojások, rákok, hideg felvágottak, nyers, füstölt sonka, nyers paradicsom, finomra vágott kapor, metélőhagyma, nyers uborkaszeletek nagy választéka található.

A meleg ételek előtt ezekből a vendégek önmagukat szolgálják ki. A többi ételt a felszolgálóknál rendelik meg. Leveseik között előkelő helyet foglalnak el a sörleves, a káposztalevesek és a savanykás ízű hallevések.

A tengeri és folyami halakat rostos, rántva és párolva készítik. Dániában a halakat marináddal készítik. A dán halmarinád — amelyet konzervként az egész világ ismer — nemcsak savanykás ízhatású fűszerekkel, hanem fehér- és vörösborral, curryporral, portói borral és különböző fűszernövényekkel, kaporral, borókabogyóval is ízesítik. A halakból a svédek és a norvégok vagdaltat és halgombócokat készítenek, amelyeket savanykás mártásokban tálalnak.

A húsek közül kedvelik a marha-, a borjú-, az ürü-, kisebb mértékben a sertés- húst. A szárnyasokat is sokféleképpen készítik. A húseket angolosan is, de szívesebben párolják egészben vagy darabolva különböző ízesítésű anyagokkal, ilyen például a borjúsült kapormártásban, a húsgombóc zeller mártásban, a káposztos borjúsült és az ürükáposzta. A húseket szívesen darálják le, és vagdaltakat, húsgombócokat készítenek belőlük. A belsőségeket is kedvelik. Köretnek leginkább káposztát, főtt burgonyát és bő zsírban sült burgonyaköreteket adnak. A zöldségféléket angolosan vagy franciásan készítik. Ételeik készítéséhez vaj használnak.

A salátákat olajjal, kaporral, petrezselyemzölddel és citrommal ízesítve készítik. Az édességeket különösen a svédek nagyon kedvelik, étkezéseiket rendszeresen cukrászsüteményekkel fejezik be.

Dániában különösen kiváló sajtokat készítenek, sajátos dán sajt a Dambo, a többi sajtajtánál a francia készítési eljárást követik.

Nagyon büszkék a dánok, a svédek és a norvégok a sokféle formában készülő barna kenyerekre. Mindenekelőtt a laposkenyérre (Flachbrot) és a rozslisztből készült knackebrotra, ezt sok országba exportálják is.

Étkezéseik során elsősorban sört isznak. Délben és este egyformán fogyasztanak előételeket, majd húseket, gombócokat, vajas zöldségköreteket és friss salátákat. Befejezésül édességet, gyümölcsöt vagy sajtot fogyasztanak. A túl fűszeres ételeket nem kedvelik.

Kérdések:

1. Milyen tényezők voltak hatással a magyar konyha fejlődésére?
2. Hogyan jellemezhetjük a szomszédos népek gasztronómiai kultúráját?
3. Hogyan jellemezhetjük a francia konyhát?
4. Hogyan jellemezhetjük az orosz konyhát?
5. Hogyan jellemezhetjük az angol konyhát?
6. Hogyan jellemezhetjük az olasz konyhát?
7. Hogyan jellemezhetjük a kínai konyhát?
8. Hogyan jellemezhetjük a skandináv konyhát?

Gyakorlati jó tanácsok:

Keressd meg a tananyagban azokat az ételeket, amelyek az egyes nemzetek konyháira utalnak!

XIX. Konyhai munkaszervezés

A szervezés olyan tevékenység, amelynek során a céloknak megfelelően meghatározzuk a feladatokat, majd ennek megfelelően a munkafolyamatokat. A munkafolyamatoknak megfelelően kialakítjuk a szervezetet.

Szervezéssel már korábban is foglalkoztunk a „Vendéglátó ismeretek” tantárgy keretében. Ezeket az ismereteket célszerű újra átismételni, átgondolni, továbbá összevetni a gyakorlatban szerzett tapasztalatokkal.

Az ételkészítés mint termelőtevékenység a vendéglátás egyik fontos feladata, amely megfelel az alapellátási céloknak. A termelőtevékenységet tervszerűvé, előkészítette kell tenni. Erre szolgál a „Menükönyv”, amely egyben az étlapkészítés alapidokumentuma is.

A jó étlapra nap nap után a változatosság a jellemző. Ételt csak abban az esetben szabad étlapra írni, ha minden szükséges nyersanyag és feltétel rendelkezésre áll a készítéshez.

Az étlapszerkesztésnél megfelelő arányokat kell kialakítani a drágább és az olcsóbb ételek, a mártásos és a frissen sült, a magyaros és a nemzetközi konyha ételei között, biztosítva ezzel a választékot és a változatosságot. Helyes, ha mindennap más-más ételkülönlegességet is szerepeltetünk az étlapon a konyhafőnök vagy az étterem specialitásaként. Külön emeljük ki és hívjuk fel a figyelmet a primőrökből készített ételekre!

Az ételkészítés — függetlenül attól, hogy üzleti főzőkonyhákban vagy központi konyhákban, termelői folyamatokban folyik — fő és mellékfolyamatokra bontható.

Fő folyamatok

1. Árubeszerzés

árurendelés,
áruátvétel.

2. Raktározás:

árutárolás, készletezés;

3. Termelés:

nyersanyagok előkészítése,
nyersanyagok elkészítése:

Mellékfolyamatok

ellenőrzés,

adminisztráció,

mosogatás,

takarítás,

hulladékártárolás,

árumozgatás,

fogyóeszköz, göngyöleg, textília,

- főzés,
- sütés,
- párolás,
- ízesítés;

segédanyagok raktározása,
TMK-tevékenység

készen tartás: hidegen, melegen,
tálalás,
díszítés.

4. *Értékesítés.*

A fő és mellékfolyamatok egymást kiegészítik, de egyben megmutatják, hogy a vendéglátóiparban milyen fontossággal bír a termelés mint alaptevékenység.

A termelési tevékenység fő és mellékfolyamatokra bontásán túl fontos szempont az összehangolt személyi és tárgyi feltételek biztosítása, szervezése.

A tárgyi feltételekről korábban már részletesen tanultunk az „Ételkészítési ismeretekben belül, külön-külön ismertetve az üzleti főzőkonyha legfontosabb helyiségeit, kialakításukat, berendezési és felszerelési tárgyaikat, gépeiket, továbbá használatukat.

A személyi feltételek biztosítása a termelőtevékenységben nagyon fontos.

A termelőtevékenységben szakvezetők, konyhafőnök, konyhafőnök-helyettes, szakmunkások, betanított munkások, segédmunkások, valamint adminisztratív dolgozók vesznek részt.

A konyha irányítását a konyhafőnök és a konyhafőnök-helyettes végzi, akik megfelelő szakmai ismeretekkel, tapasztalatokkal, irányítókészséggel, továbbá a szükséges erkölcsi és emberi tulajdonságokkal rendelkeznek. A konyhafőnök az üzletvezető ellenőrzése mellett önállóan szervezi, irányítja, vezeti a termelőtevékenységet. A konyhára beosztott valamennyi dolgozó munkájáért felelős, akik kötelesek utasításait maradéktalanul végrehajtani. Feladata a dolgozók munkaidejének beosztása, figyelembe véve szakmai felkészültségüket és az üzlet (üzem) termelési feladatait. Felelős az anyaghányad betartásáért, a dolgozók és a szakmunkástanulók balesetvédelmi oktatásáért, valamint a higiéniai követelmények betartásáért a termelőhelyen.

Biztosítja a társadalmi tulajdon és a fogyasztók érdekeinek védelmét. Folyamatosan ellenőrzi az előkészítéstől a tálalásig a konyha munkáját, továbbá a gépek, berendezések, felszerelések rendeltetésszerű használatát, az adminisztráció naprakész pontos vezetését.

Feladata a szakács szakmunkástanulók gyakorlati készségének fejlesztése a termelés különböző területein. Köteles a kereslet alakulásának megfelelően jelezni az áruutánpótlás szükségességét mennyiségben és minőségben egyaránt.

A szakmunkások — a konyhamészárosok, a szakács, a cukrász — a konyhafőnök ellenőrzése és irányítása mellett önállóan dolgoznak. Árut vételeznek, az ételeket elkészítik, tálalják és díszítik. Ügyelnek arra, hogy a kalkulációban előírt anyago-

kat a technológiai folyamatnak megfelelően feldolgozzák. A betanított és a segéd-munkások és a hozzájuk beosztott szakmunkástanulók munkáját irányítják, figyelembe véve a konyhafőnök és a konyhafőnök-helyettes utasítását.

A betanított munkások a szakmunkástanulók mellé beosztva a nyersanyagok előkészítését, azok elkészítését és befejező munkaműveleteit végzik.

A segédmunkás a termelőhelyiségek takarítását, az edények mosogatását, a konyhai munkával összefüggő árumozgatási tevékenységet végzi.

A konyha szervezeti felépítése a felsorolt folyamatoknak megfelelően kétféle lehet:

- vonalas és
- funkcionális.

Vonalas szervezeti forma

Konyháinkban, termelőegységeinkben a legáltalánosabb szervezeti forma, amelynek jellemzője, hogy mindenkinek csak egy közvetlen főnöke van, tehát csak egy embertől kaphat utasítást, feladatokat.

Funkcionális szervezeti forma

Létjogosultsága elsősorban a központi konyhákban vagy nagyobb konyhákban, termelőkhelyeken indokolt, ahol a konyhafőnök sem térben, sem időben nem képes a termelés egészét áttekinteni. Itt az üzletvezető és helyettese is adhat utasításokat a termelésben részt vevő dolgozóknak. Tehát egy dolgozó munkájába több ember is beleszólhat.

Ez természetesen félreértéseket is idézhet elő, ha az utasítások ellentmondóak. Ezért a funkcionális szervezeti formában tevékenykedő egységek vezetőinél — konyhafőnök, üzletvezető — elengedhetetlen követelmény, hogy állandó operatív kapcsolatban legyenek egymással.

Kérdések:

1. Milyen tényezők határozzák meg a munkaszervezést?
2. Mi a különbség a fő és mellékfolyamatok között?
3. Sorold fel, milyen tényezők határozzák meg a menükönyv'összeállítását!
4. Milyen konyhai munkaköröket tanultál?
5. Jellemezd a tanult szervezeti formákat!

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Tanulmányaidnál használd fel a más tantárgyknál elsajátított ismereteket, a gyakorlatban tapasztaltakat! Észrevételeidet beszélj meg tanáraiddal!
2. Próbáld előre megtervezni egy napi tevékenységedet!

XX. Étlap, étrend

Az elmúlt években a szállodák, vendéglátó üzletek, éttermek létesítése során egyre inkább előtérbe kerül a korszerű, modern termelési, értékesítési formák és technika alkalmazása.

Jelentős változás következett be a termelésben, az alkalmazott technológiában, a felhasznált alapanyagok készülségi fokában, az értékesítés módszereiben is. Javult az értékesítő munka színvonala a különféle technikai eszközök — szervírozó kocsi, melegen tartó kocsi, hűtőkocsi, flambírozó berendezések — ma már mindennapos alkalmazásával.

Konyhafőnökök, üzletvezetők, éttermi szakemberek gondos, figyelmes, kitartó munkájával alakítható ki olyan étlap, amely alkalmazkodik az állandóan változó, fejlődő hazai és nemzetközi étkezési szokásokhoz és párosul a korszerű táplálkozás követelményeivel.

1. Az étlap feladata, szerepe

Az étlap olyan információhordozó, amely pontos, szakszerű tájékoztatást ad a vendégeknek az ételválasztékról, szakszerű csoportosításban. Esetenként ismerteti, bemutatja az ételeket. Befolyásolja, orientálja és fokozza a fogyasztási kedvet.

Az üzlet jellegéhez igazodva az egyik leghatékonyabb reklám- és propaganda-eszköz.

Az étlap a gasztronómiai ízlés és étkezési kultúra terjesztésének eszköze. Funkcióját belső tartalma és külső formája, stílusa együttes alkalmazásával töltheti be. Az élet és közízlés változását, fejlődését az étlapnak, illetve a konyhai kínálatnak követnie kell, mert csak így biztosítható az étlapszerkesztés korszerűsége.

A) Az étlap rendszere, tartalma

Az étlapok rendszerére, formájára sokféle lehetőség, variáció alkalmazható. A legtöbb étterem az ételcsoportok és ételek felsorolását a szakmai szabályoknak megfelelően alkalmazza, betartva az étlapszerkesztés alapvető szabályait.

Éttermi gyakorlatban két alapvető forma alakult ki az étlapok rendszerére, tartalmuk felsorolására:

a) „Nyugat-európai” vagy francia rendszerű ételcsoportosítás

Szakszerű, könnyen kezelhető, áttekinthető forma, mely az ételfőcsoportokat a fogyasztás sorrendjében ismerteti. Szerkesztése közérthető. Legtöbbször az étiap közepére, ritkább esetben a lap szélére, ritkított betűkkel vagy egyéb figyelemfelkeltő módon (nagyobb betűk, dőlt betűk, írott szavak, eltérő színek... stb.) tüntetik fel az ételcsoport megnevezését az alábbi sorrendben:

Vegyes ízelítők —	hideg előételek
Levesek	
Meleg előételek—	ezen belül külön-külön: Tojásételek Zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételek Tésztaelőételek, rizottók Halételek
Készételek —	ezen belül külön-külön; Háziszárnyasételek Bárány-ürühúsételek Borjühúsételek Sertéshúsételek Marhahúsételek Vadhúsételek
Frissen sülték —	roston és nyáron sült ételek
Főzelékek és köretek	
Saláták	
Tészták —	éttermi meleg tészták és cukrászsütemények
Gyümölcs—	gyümölcskészítmények
Sajtok	
Feketekávé	

Ezt a formát elsősorban magasabb osztályokba sorolt üzletekben, szállodai éttermekben, esetleg étkezőkocsikon alkalmazzák.

b) „Közép-európai” rendszerű ételcsoportosítás

Hazánkban és Közép-Európában a csoportosítást az alábbiak szerint alakítják ki:

Bal oldal:

Levesek
Főzelékek és köretek
Saláták
Tészták—desszertek
Sajtok
Gyümölcsök

Jobb oldal:

Előételek (ezen belül esetleg
Hideg-meleg előételek)
Halételek
Készételek
Frissen sülték

Feltétlenül indokolt, hogy a hagyományos ételcsoportokon túl külön legyenek feltüntetve a:

Menük
Kisadag-ételek
Kímélő ételek
Diétás ételek
Flambírozott ételek
Üzleti specialitások
Ételkülönlegességek
„Konyhafőnök ajánlata”

B) Az étlap összeállításának szempontjai

— Az üzlet, étterem, vendéglő *osztálybasorolása*; alapvetően meghatározza az étlap szélességét; azaz az egyes ételcsoportok számát, az étlap mélységét; azaz egyes ételcsoportokon belül található ételek számát, választékát, a módozatok, készítési eljárások variációit. Egy „nemzetközi” I. osztályú vagy osztályon felüli étterem értelemszerűen szélesebb, változatosabb étlappal rendelkezik, mint egy egyszerűbb keresletet kielégítő EL osztályú vendéglő vagy étterem.

— Az üzlet, étterem, vendéglő *jellege*; eszerint szakosodhat tájjellegre, alapanyagra, technológiára, országra, nemzetiségre, bizonyos ételcsoportra vagy ételcsoportokra, ez többé-kevésbé meghatározza az étlap fő jellemzőit, választékát. Mindamellet minden esetben a szükséges keresleti-kínálati összhang érdekében biztosítani kell a speciális ajánlat mellett egy szűkített, de „általánosan” közismert ételválasztékot is.

— Várható *forgalom nagysága, összetétele*: olyan szempontok, amelyek előzetes megbecsülése nagy gyakorlatot, tapasztalatot, helyismeretet igényel. Nem kö-

zömbös a gazdálkodás, a forgalom, az elérhető nyereség szempontjából, hogy a tervezett étlap szélessége, mélysége, az egyes ételek adagszámára mennyiben fog megfelelni a várható keresletnek. A fentiek differenciált megvalósításánál pl. fontos szempontok lehetnek:

- a várható időjárás,
- a korábbi időszak forgalma, a forgalom összetétele,
- a várható fogyasztás anyagi indítékai: hét eleje, hét vége, bérfizetés előtti, utáni időszak, nyereségrészesedés fizetésének időszaka, ünnepeink, ajándékozással összekapcsolt ünnepeink, egyéb rendkívüli lehetőségek, események, mint például sportesemények, rendkívüli kulturális események stb;

— Az évszakot mint szempontot nem szabad, nem lehet figyelmen kívül hagyni, hiszen a fogyasztási szokások, elvárások, hagyományok jellegzetes kínálati tényezők sok éves, évtizedes hagyománya érvényesül — kétoldalúan a fogyasztó, a vendég és a szakma, az éttermeink kölcsönhatásaként. Az évszak, amely produkálja a maga sajátos, jellegzetes alapanyagait, ezekhez kapcsolódóan az egyes speciális készítési technológiákat, egyben szükségszerűen átalakítja az étlapot, annak választékát. Gondoljuk meg, hogy a téli időszak sertéshúskései: a töltött káposzta, a disznótoros, az aranyárga színű orjaleves, a vadhúskések markáns ízei után szinte felüdülést jelent az étlap ízeiben a tavaszi báránysült, az első fejes saláta, amelyeknek kellemes folytatása a primőrök, a friss zöldségfélék és gyümölcsök hosszú sora. Ezek közül csak ízelítőként megemlítve az első karottát, a zöldpetrezselymet, a piros retket, a paradicsomot, a cukorborsót vagy a friss ropogós cseresznyét, epret, az idején rántott csirke omlós, porhanyós húsát mind szerepeltetni kell az étlapon.

— A beszerezhető nyersanyagok választéka a fenti szempontokon túl szintén meghatározza az étlap választékát, jellegét. Nincs szomorúbb látvány — szakmai szempontból — egy elégedetlen tekintetű vendégnél, akinek a rendelés felvételénél a felszolgáló — alapanyag hiányában — kénytelen nemleges választ adni, holott a vendég már elképzelte, milyen lesz az étel külső megjelenésében, ízében, illatában.

A beszerzés lehetőségeinek tudatos, tervszerű, előrelátó feltárása, feltérképezése a konyhafőnök feladata, amely minden esetben meglátja az étlap összeállításának kultúrájában. Újabb irányzat, hogy jó néhány étterem, vendéglő az étlapot kiegészíti egy alapanyaglistával, amelynek ismeretében a vendég bármit megrendelhet, és azt elkészítik kívánságának megfelelően. Ez egy rendkívül imponáló, vendégcentrikus irányzat egyik megjelenési formája.

— A konyha dolgozóinak, s így a konyhafőnök szakképzettségének meghatározó szerepe van az étlap előkészítésében, gyakorlati megvalósításában.

Nem közömbös, hogy a konyha dolgozó: a konyhamészárosról (aki a húsokat készíti elő) a szakácsokig (akik az ételeket készítik és tálalják) a cukrászokon át (akik a süteményeket állítják elő) a tanulókkal, kézilányokkal bezárólag milyen

színvonalú szakmai tudással, gyakorlati ismeretekkel rendelkeznek, mennyire képesek a konyhafőnök elképzeléseit, a vendégek kívánságait megvalósítani, teljesíteni. Ebben a tényezőcsoportban — tekintettel a folyamatos szakmai fejlődésre — egymással kölcsönhatásban, de a konyhafőnök orientáló hatását feltételezve biztosítani kell a termelés dolgozóinak állandó fejlődését.

— A munkavégzés feltételei, a munkakörülmények, -lehetőségek sok vonatkozásban tehetik könnyebbé, színvonalasabbá, termelékenyebbé a gyakorlati munkát a termelésben.

Jól felszerelt, korszerű technológiával működtetett konyhában modern elszívó- és levegőkondicionáló berendezések mellett, jobb közérzettel, pihentebben, minőségibb munkát tud nyújtani minden dolgozó.

— A készítési módokon belül feltétlenül törekedni kell a változatosságra. Nem tehetjük meg, hogy az étlapon egyszerre és csakis a felsorolt ételféleségek szerepeljenek: palócleves, hortobágyi palacsinta, paprikás csirke és csikóstokány, mivel ezek jellegükben fűszerpaprikával készített, tejföllel dúsított ételek.

A racionális készítési elveknek megfelelően például a bundázott ételeknél törekedjünk a változatosságra: rántott párizsi, sörtésztában bundázott ételek úgy szerepeljenek az étlapon, hogy a felhasznált alapanyag különböző legyen. Így például:

Rántott borjúszeletek,

Párizsi sertésérmék,

Fogascsíkok sörtésztában;

— Az árak tekintetében úgy kell tervezni, gondolkodni, hogy legyenek alacsonyabb és magasabb, továbbá közepkategóriás eladási árral bíró ételek az egyes ételcsoportokon belül. Fontos szempont legyen, hogy a drágább alapanyagokból készült ételleket se tegyük még elérhetlenebbé a kialakított árral, hanem egy optimális anyaghányad függvényében közepes árfekvésűek legyenek. Az üzlet, a forgalom szempontjából minden fogyasztó vendég fontos. Nagy jelentőséggel bír azonban az állandóan visszatérő vendégkör, amely rendszeresen — bár szerényebben — azonos üzletben elégíti ki igényeit. Igényeiket folyamatosan figyelni kell, ennek megfelelően kell elsősorban az árakat kialakítani, szükség szerint módosítani.

— Az étlapon tükröződni kell a hagyományok megőrzése mellett a korszerűségnek is. Tudatosan kell törekedni arra, hogy az esetenként felmerülő speciális igényeket ki tudja az étlap választéka és a konyha munkája elégíteni. Ennek megfelelően magas fehérje- és rostanyagtartalmú, továbbá vitaminokban és ásványi sókban gazdag ételeknek is kell szerepelni az étlapon. Ehhez járul hozzá, ha az étterem biztosít még választékában bizonyos kímélő, speciális, diétás ételleket, étrendeket.

2. Étrend

Az étrend, másképpen kifejezve a menü vagy ételsor, amelyhez tágabb értelemben az illeszkedő italsor is hozzátartozik. A mindennapi étlapok ajánlatában menüsor, azaz menü is szerepel bizonyos fokig kedvezményes egységárért, meghatározott ételek sorát kínálva.

Ez az egyszerűbb menüsor a „hétköznapok” viszonylag színvonalas, mérsékelt anyagi terheket jelentő fogyasztását szolgálja, amely széles kül- és belföldi vendégkör számára elérhető, illetve készül.

Az étrend sokkal színvonalasabb formája az ún. alkalmi étrend, amelyet valamilyen ünnepi, rendkívüli összejövetelre, együttlétre terveznek meg, majd készítenek el.

Az étrend: így a mi szakmánk szempontjából az ételsor tervezése, elkészítése a legfontosabb szempont, s az sem közömbös, hogy mindezekhez milyen italsort ajánlanak.

Az étrend összeállításánál az alábbi szempontokat kell figyelembe venni, III. a vendég, a megrendelő figyelmébe ajánlani.

- ünnepi alkalom: esküvő, eljegyzés, bankett, szerződéskötés stb.,
- meghívottak kora, nemek szerinti összetétele,
- meghívottak létszáma,
- speciális kívánságok,
- évszak, napszak,
- meghívottak speciális honi gasztronómiai szokásai, szabályok,
- az üzlet ajánlata,
- a megrendelő anyagi lehetőségei.

Az alkalmi étrendek esetében igen sok tényező figyelembevételéről van szó, ezért ezeknél konkrétabb, kézzelfoghatóbb szempontokról nem is beszélhetünk. Pontosan ezért kell rendkívül nagy szakmai tudással, tapasztalattal, vendégismerettel rendelkezni annak — üzletvezető, konyhafőnök —, aki az étrendet megbeszéli.

Fontos, hogy az étrend egyes elemei az előételtől az édességig megfelelő íz- és színhatásban kövessék egymást, megvalósítva a fokozatosság elvét, kiküszöbölve az alapanyagok vagy technológiák ismétlődését, összhangban a választott italsor egyes alkotóelemeivel, komplett íz-, illat- és színhatásával.

Az étrend összeállításának egyik új és igen munkaigényes formája a legalább nyolc—tíz fogásból álló étrend.

Ennek „újdonságáról” csak annyit, hogy az ilyen összeállítást régebben Távol-Keleten és Európában is alkalmazták.

A rohanó élettel ez az egyébként táplálkozás-élettani szempontból is igen helyes gyakorlat leegyszerűsödött.

Lényege az, hogy miként a kínai konyhában, gasztronómiában, sok apró, önálló íz- és színhatású fogás követi egymást jól szolgálva a gasztronómiában oly sokat hangoztatott elvet: a változatosság gyönyörködtet (*varietas delectat*). Ezen túl szinte biztos, hogy így táplálkozás-élettani szempontból a fogyasztó hozzájut a legfontosabb alaptápanyagokhoz, vitaminokhoz és ásványi sókhoz.

Kérdések:

1. Mi az étlap feladata, szerepe?
2. Milyen étlaprendszerek ismeretesek?
3. Melyek az étlap-összeállítás szempontjai?
4. Milyen szempontok alapján kell összeállítani az étrendeket?

Gyakorlati jó tanácsok:

1. Az étlap összeállításánál differenciáltan vegyük figyelembe az összes felmerülő szempontot!
2. Az étrend összeállításánál differenciáltan vegyük figyelembe az összes felmerülő szempontot!

Felhasznált irodalom

- Boross Anna*: Ételkészítési technológia I–II. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1971.
- Boross Anna*: Ételkészítési gyakorlat I–IX. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1973.
- Brillat-Savarin*: Az ízlés fiziológiája. Singer és Wolfner, 1912.
- Csáky Sándor*: A XX. század szakácsművészete. Petőfi Irodalmi Vállalat, 1936.
- Duch, Kari*: Handlexikon der Kochkunst. Rudolf Trauner Verlag, 1973.
- Dunszt Károly*: Cukrászati ismeretek 1-2-3. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1979.
- Földes Jenő-Ravasz László*: Cukrászat. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1961.
- Grüner, Klinger*: Der Junge Koch. Fachbuchverlag Dr. Pfanneberg und Co. 63 Giessen, 1973.
- Hering, Richárd*: Lexikon der Küche. Im Selbstverlage des Verfassers Richárd Hering, Wien, 1. 1922.
- Pauli, Eugen*: Lehrbuch der Küche. Fachbuchverlag Union Helvetia, Luzern. Schweizer Wirteverband, Zürich, 1976.
- Pető Gyula*: Vendéglátó technológia I. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1981.
- Pető Gyula*: Vendéglátó technológia II. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1981.
- Pető Gyula*: Vendéglátó technológia III. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1983.
- Pető Gyula*: Ételkészítési ismeretek 1. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1981.
- Pető Gyula*: Ételkészítési ismeretek 2. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1981.
- Pető Gyula*: Ételkészítési ismeretek 3. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1983.
- Pető Gyula*: Ételkészítési ismeretek 4. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1983.
- Proháczik János-Csáky József*: A konyhamészáros kézikönyve. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1959.
- Rákóczi János*: Konyhaművészet. Minerva, Budapest, 1964.

- Ravasz László*: Cukrászati technológia. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1964.
- Schwlhof-Turós*: Vendéglátóipari technológia. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1968.
- Székely György*: Cukrászati gyakorlatok. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1969.
- Tárgyik Sándor-Nagy László*: Hidegkonyhai receptkönyv és technológia. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1963.
- Venez József*: Ételkészítés technikája. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1964.
- Venez József*: A magyaros konyha. Minerva, 1973.
- Venez József-Boross Anna*: Technológia I—II—III. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1971.
- Venez József-Turós Emil*: A szakácsmesterség kézikönyve. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1976.

Tárgymutató

A

Adag rák 281
Ajóka 272
Ajókamártás 245
Alapiek 223
Alföldi gulyás 398
Alföldi rostélyos 381
Alma 201
Almás lepény 704
Almamártás 251
Almás rétes 720
Almás torma 258
Általános higiéniai követelmények 5
Amerikai rakott kenyér 949
Ananász 202, 891
Angolna 273
Angolna bőrének nyúzása 279
Angol konyha 964
Angolos bélszín 331
Angolos főzelékek 159
Angolos hátszín 344
Angolos marhagerinc 346
Apróhúsból készíthető
marhahúskételek 393
Apró térszafánk 138
Apró vadak 587
Apróvadakból frissensütéssel
készíthető ételek 608
Apróvadakból párolással készíthető
ételek 612
Aranygaluska 687
Aszpik 871
Áttörő segédgép 26
Auróramártás 255

B

Babapiskóta 763
Babsaláta 214
Bácskai rizseshús 489
Bajor töltött rostélyos 389
Bakonyi mártás 248
Bakonyi sertésborda 485
Balesetelhárítás 31
Balesetvédelmi előírások
a húselőkészítésnél 34
Banán 202
Báránybordák Villeroy módra 563
Báránycomb kicsontozása 558
Bárányepigrammák 565
Bárányérmék rántva 564
Bárányérmék roston 565
Bárány- és ürühús 60
Bárány- és ürühúsból készíthető
ételek 555
Báránygerinc Savoy módra 559
Báránygerinc sütve 558
Báránypaprikás 572
Báránypiláf 572
Báránypörkölt 571
Barna alaplé 224
Barna húsu háziszárnyasok 513
Barnamártások 231
Barnamártásból készülő mártások 240
Barna- vagy spanyolmártás 231
Barna vaj 453
Barna zománcmártás 261
Bársonyos mártás 228
Bársonyos mártásból készülő
mártások 235
Batthyány-rizs 191
Béarni mártás 231
Bécsi borjúszegec 421

Becsinált pacal citrommal 408, 456
 Bécsi szelet 423
 Becező tevékenység 64
 Beirdálás, szállátlanítás 277
 Béka 283
 Békacomb 283
 Békacomb rántva 325
 Belsőégpörkölt 408
 Bélszín Boston módra 339
 Bélszínből és hátszínből egészben
 sütéssel készíthető ételek 329
 Bélszínből és hátszínből
 frissensütéssel készíthető ételek 350
 Bélszín Colbert módra 340
 Bélszín előkészítése 329
 Bélszínérmék Budapest módra 358
 Bélszínjava Victor Hugó módra 354
 Bélszín Pompadour módra 341
 Bélszínszeletek Monte-Carlo módra 357
 Bélszínszeletek Rossini módra 356
 Bélszínszeletek vadász módra 355
 Bélszínszeletek Villa Franca módra 356
 Bélszín Wellington módra 336
 Bevert tojás 845
 Bevert tojások 845
 Bevert tojás bakonyi módra 850
 Bevert tojás Hadik módra 846
 Bevert tojás Metternich módra 847
 Birka 555
 Bográcsgulyás 396
 Bordázott burgonya 176
 Borhab 786
 Borított burgonya 182
 Borjúbecsinált 446
 Borjúbecsinált kelvirággal 447
 Borjú belsősegei és előkészítésük 53
 Borjúbelsősegekből készíthető ételek 449
 Borjú bontása 44
 Borjúbordák előkészítése 430
 Borjúbordák milánói módra 432
 Borjúbordák papírhüvelyben 430
 Borjúcomb 52
 Borjúcsülök Pékné módra 422
 Borjú elejének bontása és csontozása 47
 Borjúérmék gazdagon 437
 Borjúfodorpörkölt 455
 Borjúgerinc Orloff módra 415
 Borjúhús 43
 Borjúhúsból készíthető ételek 414
 Borjúhús jelentősége 414
 Borjúhús hátuljának bontása
 és csontozása 50
 Borjújava Dubarry módra 429
 Borjújava Duna módra 425
 Borjújava Holstein módra 427
 Borjújava jó asszony módra 428
 Borjújava kreol módra 428
 Borjújava Murát módra 426
 Borjújava natúr sütése 424
 Borjújava tavasziasan 433
 Borjúkaraj 49
 Borjúláb 53
 Borjúláb rántva 449
 Borjúlapocka 48
 Borjúmáj rántva 450
 Borjúmirigy barna vajjal 453
 Borjúmirigyszzeletek rántva 454
 Borjúnyak 50
 Borjúnyelv rántva 449
 Borjúpaprikás 439
 Borjúpörkölt 439
 Borjúrizottó 441
 Borjúszült tavasziasan 417
 Borjúszegy 48
 Borjúvelő rántva 454, 858
 Borjúvese nyárson 452
 Borjúvese rostos 451
 Borjúvese rostos, fűszeres vajjal 452
 Borjúvelő csőbensütve 860
 Borjúvesés 51
 Borjúvesés sütvé 416
 Borleves 129
 Boros káposzta 166
 Borscsleves 126
 Borsópüréleves 98
 Borsos tokány 400
 Börös sertéskaraj 460
 Bortészta 678
 Bő zsírban sült burgonyaköretek 171
 Brassói aprópecsenye 471
 Brokkolisaláta 215
 Budapest ragu 359
 Bundázás 177
 Bundázott előételek 793, 858
 Bundázott sajtok 840
 Burgonyából készíthető köretek 170
 Burgonyafészek 174
 Burgonya fóliában 188
 Burgonyafőzelék 155
 Burgonyagánica 183

Burgonyagombóc (levesbetét) 139
Burgonyagombóc (köret) 195
Burgonyahámzó gép 19
Burgonyapüré 180
Burgonyapüré-leves 97
Burgonyametélt 638
Burgonyaropogós 177
Burgonyasaláta 212
Burgundi mártás 241

C

Cápauszonyleves 130
Céklasaláta 212
Céklás torma 253
Centrifuga 20
Cikakáposzta 475
Citromos kolbász 504
Citromos vajás borjúszelet 443
Choron-mártás 239
Compó 269
Coupe Jacques 778
Cukorral pirított barna rántás 85
Cukrászüzem 15
Cumberland-mártás 259

Cs

Csáky-rostélyos 386
Csalamádé 216
Csángó gulyás 399
Császármozsa 677
Cseh és szlovák konyha 959
Cseh fánk 698
Csemege mélyhűtött burgonya 180
Csemege sertéskaraj 460
Csemegeuborka 218
Csibe 512
Csiga 282
Csikhal 269
Csíki mártás 257
Csikóstokány 494
Csipetke 135
Csirág hollandi mártással 810
Csirágkrémleves 104
Csirágsaláta 215
Csirág vajjal 813
Csirke 512
Csirkemártás 236
Csokoládéfánk 749

Csokoládékrém 769
Csokoládémártás 783
Csokoládépuding 760
Csont alapjé 223
Csontleves 70
Csorbaleves bárányból 121
Csőben sülték 808, 860
Csótészta 197
Csótészta bolognai módra 826
Csuka 266
Csúsztatott palacsinta 663
Csúsztatott palacsinták 662

D

Daragaluska 131
Daramorzsza 677
Darásmetélt 629
Debreceni rostélyos 380
Derített gulyásleves 80
Dinnye gyöngyök sherryvel 890
Disznótoros 504
Diós metélt 628
Diplomatapuding 762, 764
Dísztalak 939
Dorozsmai molnárponty 309
Dunai lazac 273
Dupla bélszínjava 351
Dupla erőleves 80
Dupla hátszínselet 362

E

*

Ecetes dinnye 219
Ecetes szilva 219
Ecetes paprika 218
Ecetes torma 257
Ecetes vegyeszöldség
(Mixed-pickles) 220
Ecetes zöldparadicsom 219
Ecet-olaj öntet 205
Edénykében párolt tojások 850
Edénykében párolt tojás tejszínnel 851
Edénykében párolt tojás vadász módra
850
Édes főtt-sült tészták 643
Édesvízi barna húsú halak 266
Édesvízi fehér húsú halak 264
Egészben sült bárány 556
Egészben sütéssel készíthető
bárány- és ürühúsételek 555

Egészben sütéssel készíthető
borjúhúsételek 414
Egészben sütéssel készíthető
házi szárnyasételek 514
Egészben sütéssel készíthető
sertéshúsételek 458
Egészben sütéssel készíthető
vadhúsételek 590
Égetett tésztafánk 834
Égetett tészták 747
Egyéb készítmények 810, 842, 861
Egyéb kevert tészták 678
Egresmártás 251
Egyéb burgonyaköreték 187
Egyéb főzelékek 159
Egyéb hidegmártások 257
Egyéb hidegvérű állatok 279
Egyetemes konyhagép és segédgépei 24
Egyszerű melegmártások 242
Egyszerű szendvicsek 943
Egyveleg vagy bőségtől 476
Előkészítő tevékenység 63
Előszűtés 331
Előkészítő és termelőhelyiségek gépei 19
Előkészítők 10
Ementáli sajtszeletek rántva 840
Erdei szalonka sütve 601
Erdélyi fatányéros 475
Erdélyi rakott káposzta 492
Erdélyi tokány 400
Érlelés tollazatában 588
Erőleves 78
Erőleves és módzatai 78
Erőleves fridattó 83
Erőleves madridi módra 83
Erőleves nemzeti módon 83
Erőleves strassburgi módra 84
Erőleves tavaszi módra 84
Erőleves tojáskocsonyával 83
Eperlevél 134
Ételbár 16
Ételkészítés 63
Étlap, étrend 974
Étlap feladata, szerepe 974
Étlap összeállításának szempontjai 976
Étlap rendszere, tartalma 974
Étrend 979
Étvágyfalatok 947
Expedíció 14
Extra vegyes szendvics 945

F

Fácánleves 72
Fagylaltserlegek 778
Fánkok 834
Farsangi fánk 689
Fásgaluska 139
Fecskefészekleves 130
Fehérbormártás 237
Fehér húsú házi szárnyasok 512
Fehér mosogató 18
Fehér zománcmártás 260
Fej eltávolítása, megtisztítása 275
Fejes saláta 208
Fejtettbabfőzelék 157
Fekete mosogató 17
Felfújtak 754, 805, 841, 860
Felfújtak, pudingok 754
Félig sült ürücomb 562
Félig sült ürügerinc 561
Fél sertés bontása 55
Felvágottszeletelő gép 22
Felvert mártások 229
Felvert mártásokból készíthető
mártások 237
Felvert tészták 728
Felvert tészta készítése 728
Fenyvesmadár sütve 599
Filézés 276
Finom borjúborda 435
Finomfőzelék 144
Finomfűmártás 241
Finomfüves öntet 206
Finommetélt **134**
Finom zsemlegombóc 137
Firenzei mártás 238
Fogas 265
Fogasszeletek bíbornok módra 295
Fogasszeletek Caréme módra 298
Fogasszeletek Dugléré módra 297
Fogasszeletek firenzei módra 296
Fogasszeletek Gundel módra 299
Fogasszeletek Jean Bárt módra 293
Fogasszeletek jó asszony módra 288
Fogasszeletek kancellár módra 295
Fogasszeletek keszthelyi módra 292
Fogasszeletek Mornay módra 294
Fogasszeletek Walewska módra 298
Fogoly kelben párolva 616
Fogoly sütve 603

Folyami édesvízi hidegvérű állatok 280
Folyami ponty 267
Fokhagymamártás 246
Fokhagymás báránysült 556
Forrázott saláta 209
Foyot-mártás 239
Földesáru-előkészítő 11
Földesáru-raktár 7
Főtt burgonyaköreték 178
Főtt marhafartó 390
Főtt-sült burgonyaköreték 183
Főtt tészták 625
Főtt tésztákból készíthető meleg előételek 823
Főtt-sült tészták 643
Főtt tojások 844
Főzelékek 142
Főzéssel készíthető
bárány- és ürühúsételek 578
Főzéssel készíthető borjúhúsételek 446
Főzéssel készíthető
háziszárnyasételek 549
Főzéssel készíthető marhahúsételek 390
Főzéssel készíthető sertéshúsételek 496
Főzéssel készíthető vadhúsételek 617
Főzve készült saláták 212
Francia alapmártások 227
Francia alapmártásokból készíthető mártások 234
Francia borjúragu 445
Francia hagymaleves 127
Francia konyha 960
Francia öntet 205
Francia palacsinta 667
Francia palacsinták 666
Francia rakott burgonya 185
Franciasaláta 875
Francia sertésborda 483
Francia főzelékek 161
Francia zöldségleves 125
Frankfurti leves 123
Frankfurti sertéstokány 495
Frissen készített tészták 740
Frissensütéssel készíthető
bárány- és ürühúsételek 562
Frissensütéssel készíthető
borjúhúsételek 423
Frissensütéssel készíthető
háziszárnyasételek 525

Frissensütéssel készíthető
sertéshúsételek 468
Frissensütéssel készíthető
vadhúsételek 603
Funkcionális szervezeti forma 973
Füstölt húсок előkészítése 501
Füstölt libamell sólettel 548
Füstölt marhanyelv 409
Füstölt marhanyelv tormával 926
Füstölt marhaszegy bécsi ricsettel 392
Füstölt marhaszegy sólettel 391
Füstölt sertéshúсок 501
Fűszeres vaj 347
Fűszerkeverék egészben sült
vadhúsételekhez 586
Fűszerkeverék frissensült
vadhúsételekhez 586
Fűszerkivonat 225
Fűszerkivonat (redukció) 109
Fűszerőrő segédgép 27

G

Gabonafélékből készíthető köretek 189
Galantin 910
Galantinok 909
Galuska 193
Galuskák 674
Galuskakészítés 86
Galuskaszagató segédgép 29
Garda 268
Garnéla 285
Gazdagragu 437
Gazdasági bejáró, átvevőhelyiség 6
Gépek kezelése, működtetésük 31
Gesztenyekrémleves 105
Gesztenyemetélt 641
Gesztenyével készített gyúrt tészták 641
Gesztenyével töltött pulyka 520
Gombafejek rántva 794
Gombafejek sörtésztában 794
Gombakivonat 225
Gombakrémleves 104
Gombaleves csipetkével 90
Gombapép 335
Gombás jérce 544
Gombás marhatokány 402
Gombás rizs 191
Gombóclevés 77
Gödöllői töltött jérce 516

Göngyölegraktár 10
Görög gyümölcsleves 113
Gőzölés 135
Grape-fruit 891
Gratinmártás 234
Gribiche-mártás 255
Gulyásleves 72
Gundel-palacsinta 655
Gundel-saláta 879

Gy

Gyorspiskóta 745
Gyorsvágógép 22
Gyöngytyúk 513
Gyúrt élesztős tészta 686
Gyúrt tészta 132
Gyúrt tészták 625
Gyümölcskészítmények 775
Gyümölcsköreték 200
Gyümölcslevesek 109
Gyümölcsmártások 250
Gyümölcsrizs 765
Gyümölcssaláta 775, 776
Gyümölcsökből készíthető
hideg előételek 889
Gyümölcspuding 761

H

Habarás 85
Habart tojás 851
Habart tojások 851
Habart tojás sonkával 852
Habfelfújt 743
Habok 784
Habverő segédgép 27
Hagymamártás 244
Hagymasaláta 211
Hagymás rostélyos 363
Hagyományos palacsinták 653
Hajdúkáposzta 493
Halak bontása, belsőségek
eltávolítása 275
Halakból és egyéb hidegvérű állatokból
készíthető ételek 263
Halakból készíthető ételek 287
Halak csoportosítása 264
Halak előkészítése 274
Halak kábítása 274

Halalapié 224
Halbőr lefejtése, nyúzása 277
Halelőkészítő 12
Halerőleves 81
Halfatányéros 316
Halmajonéz 919
Haltörzs feldolgozása 276
Hamburger 361
Hamis gulyásleves 74
Harcsa 265
Harcaszeletek Molnárné módra 300
Harcaszeletek roston 300
Hasábburgonya 171
Hasábokra (batonokra) darabolás 127
Hátszín előkészítése 331
Hátszínszelet 364
Hátszínszelet udvarmester módra 365
Hazai rákok 281
Háziszárnyasok aprólékainak tisztítása,
előkészítése 540
Háziszárnyasokból készíthető
húsételek 512
Háziszárnyasok előkészítése 514
Házmaster-szelet (T-Bone-Steak) 366
Hentesragu 482
Herány-tokány 403
Heringsaláta 882
Hétvezér tokány 404
Hideg almaleves 110
Hideg angolos bélszín 928
Hideg egresieves 112
Hideg előételek 867
Hideg előételek csoportosítása 874
Hideg eperkrémleves 111
Hideg gyümölcskészítmények 775
Hideg halételek 917
Hideg húsételek és felvágottak 924
Hideg jércesült 929
Hidegkonyha 14
A hidegkonyha munkájáról
általában 868
Hideg mártások 252
Hideg meggyleves 109
Hideg pudingok 762
Hidegvérű állatokból készíthető
ételek 322
Hideg őszibarack-krémleves 112
Higiéniiai előírások
a húselőkészítésnél 33
Híg levesek 67
Híg tojás 844

Hollandi mártás 229
Hollandi mártás alapú öntetek 207
Hollandi öntet 207
Homár 284
Hortobágyi palacsinta 830
Hortobágyi rostélyos 379
Hurokkötözés 331
Húsdaráló gép 20
Húsdaráló segédgép 25
Húselőkészítő 11
Húskivonat (Demi glace) 225
Húsleves 67
Húsleves jellegű levesek 67
Húsból és belsőségekből készíthető
 meleg előételek 858
Húsos szendvics 944
Hússzövő gép 21
Hússzövő segédgép 26
Hűtőraktárak 7

I

Imbisz 932, 934
Imbisz készítése 935
Imbisz tálalása 933
Írlandi ürügulyás 579
Irodák 18
ízes bukta 685
ízes derelye 635
ízesített vajak 347
íz- és zamatkivonatok 225

J

Jérce 512
Jérce előkészítése töltéshez 514
Jérce formálása, rögzítése 515
Jércegalantin 913
Jércegalantin készítése 911, 912
Jérceocsonya 914
Jércemellszelet párizsian 531
Jérce rostos előkészítve 532
Jérce rostos sütve 533
Jérce rostos sütve, tavaszi köritéssel 532
Jó asszony ragu 428
Joghurtos öntet 207
Jókai-bableves 120
Jugoszlávia népeinek konyhája 958
Juhfélék 61
Juhtúrós galuska 674

K

Kacsa 513
Kacsasült 523
Kagylófélék 285
Kakas 513
Kakastaréj 311
Kapormártás 247
Káposztaleves 94
Káposztasaláta 211
Káposztáskocka 631
Káposztával töltött ecetes paprika 217
Kappan 512
Káposztaragu 323
Kaprímártás 249
Karalábefőzelék 150
Kárász 269
Karikacsörgő burgonya 175
Karotta franciásan 162
Kaszinórostélyos 377
Kaszinótojás 893
Kaukázusi saslik 569
Kávékrém 771
Kávéskonyha 15
Kaviáros extra szendvics 945
Kecsege 268
Kecsege előkészítése 278
Kecsege kárpáti módon 315
Kecsege nyáron sütve 316
Kelbimbófőzelék 152
Kelkáposzta-főzelék 143
Kelttésztafánk 834
Kelttészta 683
Kelvirág csőben sütve 809
Kelvirág lengyelesen 164, 812
Kelvirágleves 94
Kelvirág rántva 796
Kelvirágsaláta 214
Keménytojás 844
Kenyérben sült füstölt csülök 502
Kenyértészta 503
Képviselőfánk 747
Késélező és késtisztító segédgép 28
Keszeg 266
Keszeg sütve 304
Kevért tészták 653
Kéziraktár 10
Kiegészítő helyiségek 17
Kiegészítő tevékenység 63
Kijevi jércemell 529

Kínai konyha 967
Kis húsfazék 116
Kockaburgonya 173
Kockavágó segédgép 25
Kocsonyák 914
Kocsonyázott libamájhab 901
Kocsonyázott pástétomok, habok 901
Kocsonyázott sonkahab 904
Kocsonyázott tojás csiréggel 898
Kocsonyázott tojások 898
Kolozsvári gulyás 398
Kolozsvári töltött káposzta 498
Konzervek előkészítése 144
Konyhai munkaszervezés 971
Konyhák és kapcsolódó helyiségek 6
Konyha rendje, munkafegyelme 5
Kovász készítése 683
Kovászos uborka 216
Köreték 170
Körített juhtúró 789
Körözöttes szendvics 943
Körte 202
Körte Szép Heléna módra 779
Kötelező orvosi vizsgálat 6
Kövi félszegűszo 270
„Közép-európai” rendszerű
ételcsoportosítás 976
Krémek 769
Krémek készítése 773
KréMLEvesek 100
Kreol ragu 429
Kukorica-kréMLEves 106
Kukorica-nyákleves 113
Kukorica vajban párolva 163
Különleges főzelékek 165
Különleges levesek 130
Kürtőskalács 695

L

Lágytojás 845
Lágytojás római módra 845
Lakodalmaskása 542
Langusza 284
Lapcsánka 188
Laposfíié készítése 276
Lapos hátszín 39
Lazac 272
Lazacszeletek rostos 321
Lebbencsleves 76

Lebbencstészta 134
Lecsó 168
Lecsós ponty 308
Lecsós rostélyos 378
Legírozás 100
Lencsefőzelék 154
Lengyeles főzelékek 164
Levesbetétek 130
Levesek 66
Levesrák 281
Liba 513
Libacomb elősütése 547
Libacomb leválasztása a libáról 547
Libaleves 71
Libamájjal töltött gombafejek 887
Libamájpástétom 908
Libamájpástétom tésztában 906
Libamájszeletek finom füvekkel 535
Libamáj szeletek Lyoni módra 535
Libamájszeletek magyarosan 861
Libamájszeletek sütve 534
Libasült 524
Linzerkoszorú 706
Lisztzórás 85
Lucskos káposzta 153
Lúdgége tészta 134

M

Maceszgombóc 138
Madeiramártás 240
Magas hátszín (rostélyos) 39
Máglyarakás 680
Mágnáspalacsinta 665
Magyar konyha 953
Magyaros burgonyaleves 92
Magyaros híg levesek 72
Magyaros pontykocsonya 923
Magyaros vegyes ízelítő 938
Májás hurka 504
Májgombóc 130
Májpüréleves 100
Majonéz 252
Majonéz alapú mártások 252
Majonéz alapú öntetek 206
Majonézes öntet 206
Majonézmártás 253
Makréla 271
Mákörlő segédgép 28
Malacpörkölt 489

Malacsült 467
Málnafelfűjt 758
Málnaöntet 781
Máltai mártás 239
Mandulás töltött jérce 518
Marengo-ragu 528
Marha belsőségei és előkészítésük 42
Marhabelsőségekből készíthető
ételek 407
Marha bontása 35
Marhacomb 41
Marhahús 34
Marhahúsból készíthető ételek 329
Marhahús részei, felhasználásuk 34
Marhalapocka 38
Marhanyelv madeiramártással 410
Marhapörkölt 393
Marhaszegy 38
Márna 268
Mártások 222, 782
Márványsajt 789
Márványsajtos öntet 205
Matrózhús párizsian 359
Meggyes rétes 722
Meggymártás 250
Meleg előételek 791
Meleg gyümölcskészítmények 777
Melegkonyha 13
Meleg mártások 226
Meleg pudingok 760
Meleg sajtos szendvics 842
Meleg sonka 501
Meleg vegyes ízelítő 863
Merlan 271
Mészáros tokány 402
Metélőhagyma-mártás 257
Metélőhagymás vaj 349
Metéltre (julienne-re) vágás 115
Mexikói borjútokány 441
Mignonszendvicsek 949
Mikrohullámú készülék 29
Milánói makaróni 433
Mogyoróburgonya 173
Montírozás 101
Mornay-mártás 234
Morzsafélék 677
Mosogatók 17
Moszkvai mártás 237, 255
Mul 286
Mustáros vaj 348
Műszaka törökösen 577

N

Nagy tésztakosár 823
Nagyvadak 583
Nagyvadak elsődleges előkészítése 583
Nagyvadak és apróvadak másodlagos
előkészítése 589
Nagyvadakból egészben sütéssel
készíthető ételek 590
Nagyvadakból frissensütéssel készíthető
ételek 603
Nagyvadakból párolással készíthető
ételek 609
Nagy vajaspástétom 816
Natúr sertésborda 469
Natúr sertésérmék 471
Nedves pác 587
Negyed marha elejének bontása
és csontozása 37
Negyed marha hátuljának bontása
és csontozása 39
Nemzetek konyhái 953
Nemzeti marhasült 372

Ny

Nyak 39
Nyáklevesek 113
Nyárson sült jérce 519
Nyárson sütés 519
Nyersanyagok kiválasztása,
előkészítése 63
Nyers saláták 208
Nyírségi gombóclevés 119
Nyitott szendvicsek 943
„Nyugat-európai” vagy francia
rendszerű ételcsoportosítás 975
Nyúlcomb csontozása 614
Nyúlcomb vadasan 612
Nyúlgerinc angolosan 594
Nyúlpaprikás 616
Nyúlpörkölt 615
Nyúlragu 615

O

Olasz konyha 965
Olasz zöldséglevés 122
Omlós élesztős tészta 714
Omlós tészta 701

Orjaleves 117
Orly-i tészta 314
Orosz hússaláta 877
Orosz konyha 962
Osztrák konyha 957
Osztriga 286

Ö

ökörszáj rántva 412
ököruszályleves 118
ököruszályleves (sűrített) 119
önálló hidegkonyha 14
öntetek 205, 781
öntetek, mártások, habok 781
Őszibarack 891
őszibarack Melba módra 778, 779
összetett levesek 114
összetett saláták 875
összetett zöldségköretok 198
őzbordák előkészítése 604
Őzbordák roston 603
őzgerinc angolosan 590

P

Pacalpörkölt 407
Palacsinta 654
Palacsintából készíthető meleg
előételek 829
Palacsinták 653
Palacsintametélt 139
Palacsinta-susette 668
Palóclevés 122
Paprikasaláta 210
Paprikaszín 95
Paprikás borjúselet 443
Paprikás burgonya 182
Paprikás csirke 538
Paprikás ponty 309
Paradicsom alapú öntetek 208
Paradicsomleves 96
Paradicsommártás 242
Paradicsomos öntet 208
Paradicsomsaláta 211
Paradicsomos vaj 349
Parajfelfűjt 805
Párizsi körítés 198
Párnaburgonya 175
Párolás 24

Párolással készíthető
bárány- és ürühúsételek 571
Párolással készíthető borjúhúsételek 439
Párolással készíthető
háziszárnyasételek 536
Párolással készíthető
marhahúsételek 367
Párolással készíthető sertéshúsételek 479
Párolással készíthető vadhúsételek 609
Párolt gyöngyhagyma 167
Párolt gyümölcsök 777
Párolt hagyma cikkeken 167
Párolt jércemell tejszínes
gombamártással 545
Párolt káposzta 165
Párolt libamell 534
Párolt marhamáj 410
Párolt marhasült 368
Párolt marhasült gombával 370
Párolt marhasült krémmártásban 374
Párolt pástétomok 905
Pástétomok 901, 907
Párolt rizs 189
Párolt sertéscomb 479
Párolt sertéscomb fokhagymával 481
Párolt sertéscomb gombával 480
Párolt sonka 502
Párolt szarvascomb 610
Párolt ürücomb 576
Párolt vöröskáposzta almával 166
Párolt vöröskáposzta gesztenyével 167
Pásztorhús 395
Patisszon angolosan 161
Pecsenyéié készítése 332
Pékne-köret 422
Pethes-leves 117
Petrezselymes burgonya 178
Pezsgős káposzta 166
Pikkelyezés 274
Pírított borjúérmék magyarosan 436
Pírított borjúérmék Palatínus módra 437
Pírított borjúérmék pírított
burgonyával 435
Pírított borjúmáj 451
Pírított borjúmáj magyarosan 451
Pírított burgonya 183
Pírított csirke 527
Pírított csirkemáj 534
Pírított csirke Marengo módra 527
Pírított csirke Parmentier módra 529

Pírtott dara 192
Pírtott libamáj 535
Pírtott sertésérmék Palatínus módra 471
Pírtott sertésmáj 506
Pírtott sertésmáj magyarosan 507
Pírtott vese velővel 507
Piros metélt 196
Piros zománcmártás 261
Piskótalap „jilk”-pasztával 730
Piskótatekercs 137, 728
Pisztráng 265
Pisztráng kékre főzve 301
Pisztráng mandulával sütve 302
Pisztráng tejszínhabos mártással 302
Pohárkrém tálalva 772
Ponty 267
Ponty bakonyi módra 313
Ponty halászlé 305
Ponty orly-i módra 314
Pozsonyi diós kifli 716
Pozsonyi kocka 645
Pozsonyi mákos kifli 711
Pörköltalap 74
Pörkölt ponty 307
Pörkölt csirke 537
Pörkölt rostélyos 376
Pudingok 760
Puliszka 192
Pulyka 513
Pulykacomb inainak eltávolítása 520
Pulyka mellcsontjának kifejtése 520
Puncsmártás 784
Pusztapörkölt 395
Pürélevesek 96

R

Rablóhús nyárson 477
Rácponty 310
Rácsos burgonya 175
Ragurák 281
Rajnai lazac 272
Rák előkészítése-főzése 281
Rákkremleves 106
Rákkremleves (konzervrákhúsból) 108
Rákmártás 235
Rákmeridon 323
Rákóczi túróslépeny 708
Rakott és töltött burgonyaköreték 185
Rakott palacsinta 660

Rakott pírítós kenyérszelet 948
Rakott szendvicsek 949
Rákpörkölt 322
Raktárak 6
Ráksaláta 921
Rákvaj 282
Rántás 84
Rántott borsó 136
Rántott csirke 525
Rántott szilva 679
Rántott tojás 857
Rántott vajás tészta 817
Rántott vajás tészta tavasziasan 818
Ravigote-mártás 259
Ravioli 827
Remuládmártás 253
Reszelt tészta 134
Rétesek 719
Rétestészta készítése 719
Rétestorta 726
Ribiszkemártás 251
Rizibizi 191
Rizottók 836
Rizs 140
Rizses csirke 540
Rizses libaaprólék 543
Rizses kacska 541
Róbert mártás 241
Román konyha 957
Ropogós burgonya 176
Ropogósok 802, 841, 859
Rostélyos hagyma 363
Rostonsütés 351, 469
Rozsdás marhafelsál 385
Rövidlevek (court bouillon) 225

S

Sajtból készíthető meleg előételek 840
Sajtfelfújt 842
Sajtmártás 234
Sajtok 788
Sajtos hamburger 362
Sajtropogós 841
Saláták 204
Salzburgi galuska 675
Sárgarépafozelék 151
Sárga zománcmártás 260
Savanyúkáposzta előkészítése főzéshez 94
Savanyú malacaprólék 496

Savanyú vetrece 405
Sebespisztráng 265
Szerpenyős libacomb 547
Szerpenyős rostélyos 376
Sertésbelsősegei és előkészítése 60
Sertésbelsősegekből készíthető ételek 505
Sertésborda frankfurti módra 484
Sertésborda hentesmódra 482
Sertésborda parasztosan 483
Sertésborda savoyai módra 486
Sertéscomb 57
Sertéscsülök pékné módra 465
Sertéscsülök sütve 465
Sertésfarok 60
Sertésfej 59
Sertésflekken 473
Sertés gyuvecs 492
Sertéshús 54
Sertéshúsból készíthető ételek 458
Sertéskaraj 58
Sertésláb 59
Sertéslapocka 59
Sertés májszeletek marshall módra 506
Sertés májszeletek roston 505
Sertésoldalas 59
Sertésoldalas sütve 464
Sertéspaprikás 488
Sertéspörkölt 488
Sertéssült 459
Sertéstokány 495
Skandináv népek konyhája 968
Sonkarizottó 838
Sonkaropogós 859
Sonkás burgonyagombóc 196
Sonkás extraszendvics 945
Sonkás kocka 650
Sonkás rakottburgonya 187
Sonkás rizs 191
Sonkatekeres 926
Sósburgonya 181
Sós omlós tésztából készíthető meleg előételek 822
Sós főtt-sült tészták 650
Sóskaleves 99
Sóskamártás 245
Sósuborka 217
Sőberl 138
Sörleves 129
Spagetti 197
Spagetti milánói módra 824

Sprottni 272
Stefánia-borjúsült 418
Stefánia-marhasült 371
Stefánia vagdaltbéliszín 342
Stíriai metélt 648
Strassburgi libamájpástétom 905
Supréme mártás 235
Süllő 264
Süllő egészben sütve 287
Süllőszeletek fehérbormártásban 292
Süllőszeletek forrázva 290
Süllőszeletek rántva 291
Süllőszeletek sütve 289
Süllőszeletek tihanyi módra 917
Süllőszeletek vajjal 290
Sűrített főzelékek 142
Sűrített levesek 84
Sültfagylalt 740
Svájci rakottburgonya 186
Svéd mártás 255

Sz

Szalamander 30
Szalmaburgonya 173
Szalonnás marhasült 373
Szalontüdő zsemlegombóccal 508
Szárazáru-előkészítő 13
Szárazáru-raktár 7
Szárababfőzelék 156
Száraborsó-főzelék 158
Száráz pác 330, 585
Szardínia 272
Szardíniás extra szendvics 946
Szárított hüvelyesek áztatása 89
Szárnyas alapíé 223
Szárnyasaprólék-leves
vajasgaluskával 88
Szárnyas erőleves 80
Szárnyasmájrizottó 836
Szarvasgerinc angolosan 593
Szarvasgomba 324
Szegedi gulyás 398
Szegedi halsaláta 921
Szegedi rostélyos 381
Székelygulyás 490
Székely libacomb 546
Széles metélt 196
Szeletben sült burgonya 176
Szeletelő, vágó, gyaluló és reszelő
segédgép 24

Szendvicsek 942
Szendvicstorta 950
Szentgyörgyi-palacsinta 659
Szerb gulyás 399
Szilva 200
Szilvágombóc 636
Szivárványos pizstráng 265
Szkámpi 285
Szomszédos népek konyhája 957
Sztrapacska 674
Szociális helyiségek 18
Szoljanka 128
Szólórák 281
Szőlős metélt 647
Szuvorov-mártás 240
Szűzsült hálóban 466

T

Tálon sült tojás 855
Tálon sült tojás Bercy módra 856
Tálon sült tojások 855
Tálon sült tojás sonkával 856
Tálon sült tojás szalonnával 856
Tarhonya 195
Tarhonyaleves 76
Tarhonyás sertéshús 491
Tárkonyos bárány 578
Tárkonyos jérce 551
Tárkonyos vaj 349
Tartár mártás 253
Tartósított saláták 216
Tavaszi körítés 199
Tefföl hozzáadása ételekhez 91
Teffölös bableves 89
Teffölös burgonyaleves 91
Teffölös kocka 648
Teffölös madárkák 481
Teffölös öntet 207
Teffölös zöldséges rostélyos 382
Tejhab 784
Tejmártás 227
Tejszínes gombamártás 250
Tejszínes kukoricafőzelék 155
Tejszínes parajfőzelék 148
Tejszínhabos mártás 237, 254
Tejtermék alapú öntetek 207
Tekercsek 835
Teknősbéka 282
Teknősbékaleves 130

Teknősbéka rántva 326
Temesvári borjúszelet 445
Tengeri barnahúsú halak 271
Tengeri fehérrhúsú halak 269
Tengeri hidegvérű állatok 283
Tengeri nyelvhal 270
Tengeri nyelvhalzsalagok sütte 320
Tengeri pók 285
Tengeri puhatestűek 287
Termelés, az ételkészítés helye a
vendéglátóipari tevékenységben 63
Termelés gépei és kezelésük 19
Termeléshez szükséges eszközök 64
Termelő helyiségek 13
Természetes pecsenyéi 425
Tésztában párolt pástétomok 906
Tésztákból készíthető meleg ételek 814
Tésztafélékből készíthető köretek 193
Tésztafosz 822
Textilraktár 10
Tiroli almásrétes 736
Tiroli mártás 254
Tojásból készíthető hideg előételek 893
Tojásból készíthető meleg előételek 844
Tojásfehérje hab készítése 185
Tojás kocsonya 135
Tojásos burgonyapép 187
Tojáskrém 893
Tojáslepény 853
Tojáslepények 853
Tojáslepény zöldborsóval 853
Tojásos galuska 675
Tojásos szendvics 944
Tok 274
Tokaji mártás 241
Tonhalszeletek rostos 320
Tonhalszeletek rostos fűszeres
vajjal 321
Tordai Lacipecsenye 474
Tormamártás 245
Tormás sertéshús 496
Tógy rántva 411
Tököfőzelék 147
Tököpürelves 98
Töltött alma 891
Töltött bárányszeggy 561
Töltött borjúszeget 419
Töltött burgonya 187
Töltött csuka 303
Töltött gombafegy 560, 801

Töltött előételek 798
Töltött gomba egri mártással 798
Töltött jérce 514
Töltött kacsa 525
Töltött káposzta 497
Töltött metélt 643
Töltött oldalas 463
Töltött paprika 499
Töltött paradicsom 560, 800, 884
Töltött rostélyosok 386
Töltött sárgadinnye 890
Töltött sertésdagadó 461
Töltött sertésdagadó májjal 463
Töltött tojás csőben sütvé 857
Töltött tojás kiskőrösi módra 897
Töltött tojás norvég módra 897
Töltött tojások 893
Töltött tojás oroszosan 896
Töltött zöldség- és főzelékfélék 884
Törökparadicsom rántva 796
Törökparadicsom vajban párolva 163
Törpeharcsa 265
Törtburgonya 181
Túrógombóc 639
Túrómetélt 639
Túróscsusza 634
Túrósrétes 722
Túróval készített gyúrt tészták 639
Tüdős táska 136
Tükkörponty 267
Tükkörtójas 855
Tűzdelés 334, 589
Tűzdelte bélszín 334
Tűzdelte fécán 595
Tűzdelte hátszín 345
Tűzdelte jérce 518
Tűzdelte kappan 519
Tűzdelte nyúlérmék 608
Tűzdelte őzfilék 606
Tűzdelte őzgerinc párolva 609
Tűzdelte őzgerinc vernon módra 607
Tűzdelte pulyka 523
Tűzdelte szarvasérmék 607

Ty

Tyúk 512
Tyúkleves 71

U

„U” alakú halszelet készítése 275
Uborkamártás 247
Uborkasaláta 209
Újburgonya 179
Újházy-tyúkleves 114

Ü

Ürű 555
Ürűborda Colbert módra 568
Ürűborda rostton, zöld köretekkel 569
Ürűborda udvarhelyi módra 567
Ürűcomb franciásan 577
Ürűgerincszelet 567
Ürűpiláf 573
Ürűpörkölt 573
Ürűragu 575

Vadakból készíthető ételek 583
Vadak csoportosítása 583
Vadak húsának jellemzése 583
Vadas mártás 613
Vadaszragu 355
Vadból készült alapié 225
Vaddisznóbordák rostton 607
Vaddisznó csipkebogyóízzel 617
Vaderőleves 82
Vadkacsa birsalmával sütvé 599
Vadnyúl előkészítése 587
Vadponty 267
Vadszárnyasok előkészítése 588
Vagdalt borjúborda 434
Vagdalthús-pogácsa 478
Vágóállatok 33
Vajas borjúcsülök 423
Vajas borjúszelet 442
Vajas burgonya 181
Vajas galuska 140
Vajas félholdak 197
Vajaspástétom 815
Vajaspástétom csirkehússal 819
Vajaspástétom csongrádi módra 821
Vajaspástétom Godard módra 821
Vajas pecsenyéié 425
Vajastészta 734
Vajastészták 734

Vajastésztából készíthető meleg előételek 815

Vajkrém 945

Vándorhalak 272

Vaníliafelfújt 755

Vaníliamártás 782

Vargabéles 724

Vegyes és gyümölcsköretek 198

Vegyes felvágottas tál 930

Vegyes ízelítő 939

Vegyes ízelítők 936

Vegyes rostonsült (Mixed grill) 476

Vegyes sajtál 788

Vegyes saláta 216

Velencei mártás 237

Velesült burgonya 184

Velőgombóc 137

Velővel töltött palacsinta rántva 833

Véres hurka 504

Világos mártások 227

Világos mártásokból készülő mártások 234

Vinaigrette-mártás 258

Virágáruslány köret 200

Viza 274

Vonalas szervezeti forma 973

W

Waldorf-saláta 882

Z

Zabpehelyfelfújt 758

Zárt hőben sütés 331

Zárt szendvicsek 949

Zellerkrémleves 101

Zellermártás 248

Zellersaláta 214

Znaimi marhasült 372

Zománcmártások 260

Zöldbab angolosan 159

Zöldbabfőzelék 145

Zöldbabeleves 95

Zöldbabsaláta 213

Zöldborsófőzelék 149

Zöldborsókrémleves 102

Zöldborsóleves galuskával 86

Zöldköret 199

Zöldmártás 254

Zöldmetélt 196

Zöldöntet 206

Zöldség- és főzelékfélékből készíthető hideg előételek 875

Zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételek 793

Zöldségleves 93

Zöldségropogós 803

Zöld zománcmártás 261

Zs

Zselatinporból készített aszpik 872

Zsemlegombóc 194

Zsemlemártás 246

Zsemlés töltelék 420

Zsemleszínű rántás 84

Tartalomjegyzék

I. rész

I. Általános ismeretek	5
1. Alapfogalmak	5
a) A konyha rendje, munkafegyelme	5
b) Általános higiéniai követelmények	5
c) Kötelező orvosi vizsgálat	6
2. A konyhák és kapcsolódó helyiségek	6
Gazdasági bejáró, átvevőhelyiség	6
a) A raktárak	6
b) Az előkészítők	10
c) A termelőhelyiségek	13
d) Az ételbár	16
e) A kiegészítő helyiségek	17
f) Szociális helyiségek	18
g) Irodák	18
3. A termelés gépei és kezelésük	19
a) Az előkészítő és termelőhelyiségek gépei	19
b) A gépek kezelése, működtetésük	31
c) Balesetelhárítás	31
II. Vágóállatok	33
Higiéniai előírások	33
Balesetvédelmi előírások	34
1. A marhahús	34
A marha bontása	35
a) A negyed marha elejének bontása és csontozása	37
b) A negyed marha hátuljának bontása és csontozása	39
c) A marha belsősegei és előkészítésük	42
2. A borjúhús	43
A borjú bontása	44
a) A borjú elejének bontása és csontozása	47

<i>b)</i> A borjú hátuljának bontása és csontozása	50
<i>c)</i> A borjú belsőégei és előkészítésük	53
3. A sertéshús	54
<i>a)</i> A fél sertés bontása	55
<i>b)</i> A sertés belsőégei és előkészítésük	60
4. A bárány- és ürühús	60
A bárány és ürü bontása	61
III. Ét elkészítés	63
1. A termelés, az ét elkészítés helye a vendéglátóipari tevékenységben.	63
2. Nyersanyagok kiválasztása, előkészítése.	63
3. Előkészítő tevékenység	63
4. Kiegészítő tevékenység	63
5. Befejező tevékenység	64
6. A termeléshez szükséges eszközök	64
IV. Levesek	66
1. Híg levesek	67
<i>a)</i> Húsleves jellegű levesek	67
<i>b)</i> Magyaros híg levesek	72
<i>c)</i> Erőleves és módzatai	78
2. Sűrített levesek	84
<i>a)</i> Egyszerű sűrített levesek	86
<i>b)</i> Pürélevesek	96
<i>c)</i> Krémlevesek	100
<i>d)</i> Gyümölcslevesek	109
<i>e)</i> Nyáklevesek	113
3. összetett levesek	114
4. Különleges levesek	130
5. Levesbetétek	130
V. Főzelékek	142
1. Sűrített főzelékek	142
2. Egyéb főzelékek	159
<i>a)</i> Angolos főzelékek	159
<i>b)</i> Franciás főzelékek	161
<i>c)</i> Lengyeles főzelékek	164
<i>d)</i> Különleges főzelékek	165
VI. Köretek	170
1. Burgonyából készíthető köretek	170

a)	Bő zsírban sült burgonyaköreték	171
b)	Főtt burgonyaköreték	178
c)	Főtt-sült burgonyaköreték	183
d)	Rakott és töltött burgonyaköreték	185
e)	Egyéb burgonyaköreték	187
2.	Gabonafélékből készíthető köreték	189
3.	Tésztafélékből készíthető köreték	193
4.	Vegyes és gyümölcsköreték	198
VII.	Saláták	204
1.	Ötetek	205
2.	Nyers saláták	208
3.	Főzve készült saláták	212
4.	Tartósított saláták	216
VIII.	Mártások	222
1.	Alapiek	223
2.	Rövid levek	225
3.	íz- és zamatkivonatok	225
4.	Meleg mártások	226
a)	Francia alapmártások	227
b)	Francia alapmártásokból készíthető mártások	234
c)	Egyszerű meleg mártások	242
5.	Gyümölcsmártások	250
6.	Hideg mártások	252
a)	Majonéz alapú mártások	252
b)	Egyéb hideg mártások	257
7.	Zománcmártások	260
IX.	Halakból és egyéb hidegvérű állatokból készíthető ételek	263
1.	A halak csoportosítása	264
a)	Édesvízi fehér húsú halak	264
b)	Édesvízi barna húsú halak	266
c)	Tengeri fehér húsú halak	269
d)	Tengeri barna húsú halak	271
e)	Vándorhalak	272
f)	A halak előkészítése	274
2.	Egyéb hidegvérű állatok	279
a)	Folyami-édesvízi hidegvérű állatok	280
b)	Tengeri hidegvérű állatok	283
3.	Halakból készíthető ételek	287
a)	Édesvízi fehér húsú halakból készíthető ételek	287

<i>b)</i> Édesvízi barna húsú halakból készíthető ételek	305
<i>c)</i> Tengeri fehér húsú halakból készíthető ételek	319
<i>d)</i> Tengeri barna húsú halakból készíthető ételek	320
<i>e)</i> Vándorhalakból készíthető ételek	321
4. Hidegvérű állatokból készíthető ételek	322
X. Marhahúsból készíthető ételek	329
1. Bélszínből és hátszínből egészben sütéssel készíthető ételek . . .	329
<i>a)</i> Bélszínből egészben sütéssel készíthető ételek	329
<i>b)</i> Bélszínből burkolással készíthető egészben sült ételek	335
<i>c)</i> Hátszínből egészben sütéssel készíthető ételek	344
<i>d)</i> ízesített vajak	347
2. Bélszínből és hátszínből frissensütéssel készíthető ételek	350
<i>a)</i> Bélszínből frissensütéssel készíthető ételek	350
<i>b)</i> Hátszínből frissensütéssel készíthető ételek	362
3. Párolással készíthető marhahúsételek	367
<i>a)</i> Egészben párolt marhahúsételek	368
<i>b)</i> Szeletben párolt marhahúsételek	376
<i>c)</i> Töltött rostélyosok	386
4. Főzéssel készíthető marhahúsételek	390
5. Apróhúsból készíthető marhahúsételek	393
6. Marhabelsőségekből készíthető ételek	407
XI. Borjúhúsból készíthető ételek	414
A borjúhús jelentősége a diétás, kímélő ételmezésben	414
1. Egészben sütéssel készíthető borjúhúsételek	414
2. Frissensütéssel készíthető borjúhúsételek	423
3. Párolással készíthető borjúhúsételek	439
4. Főzéssel készíthető borjúhúsételek	446
5. Borjubelsőségekből készíthető ételek	449
XII. Sertéshúsból készíthető ételek	458
1. Egészben sütéssel készíthető sertéshúsételek	458
2. Frissensütéssel készíthető sertéshúsételek	468
3. Párolással készíthető sertéshúsételek	479
<i>a)</i> Egyben párolt sertéshúsételek	479
<i>b)</i> Szeletben párolt sertéshúsételek	482
<i>c)</i> Apróhúsból készíthető sertéshúsételek	488
4. Főzéssel készíthető sertéshúsételek	496
5. Füstölt sertéshúsok	501
6. Disznótoros	504
7. Sertésbelsőségekből készíthető ételek	505

XIII.	Háizsárnyasokból készíthető ételek	512
1.	Egészben sütéssel, töltéssel készíthető háizsárnyasételek	514
2.	Frissensütéssel készíthető háizsárnyasételek	525
3.	Párolással készíthető háizsárnyasételek	536
4.	Főzéssel készíthető háizsárnyasételek	549
XIV.	Bárány- és ürühúsból készíthető ételek	555
1.	Egészben sütéssel készíthető bárány- és ürühúsételek	555
2.	Frissensütéssel készíthető bárány- és ürühúsételek	562
3.	Párolással készíthető bárány- és ürühúsételek	571
4.	Főzéssel készíthető bárány- és ürühúsételek	578
XV.	Vadakból készíthető ételek	583
1.	A vadak húsának jellemzése	583
2.	A vadak csoportosítása	583
a)	Nagyvadak	583
b)	Apróvadak	587
3.	Egészben sütéssel készíthető vadhúsételek	590
a)	Nagyvadakból egészben sütéssel készíthető ételek	590
b)	Apróvadakból egészben sütéssel készíthető ételek	594
4.	Frissensütéssel készíthető vadhúsételek	603
a)	Nagyvadakból frissensütéssel készíthető ételek	603
b)	Apróvadakból frissensütéssel készíthető ételek	608
5.	Párolással készíthető vadhúsételek	609
a)	Nagyvadakból párolással készíthető ételek	609
b)	Apróvadakból párolással készíthető ételek	612
6.	Főzéssel készíthető vadhúsételek	617

II. rész

I.	Gyúrt tészták	625
1.	Főtt tészták	625
a)	Egyszerű gyúrt tészta	625
b)	Burgonyával készített gyúrt tészták	636
c)	Túróval készített gyúrt tészták	639
d)	Gesztenyével készített gyúrt tészták	641
2.	Főtt-sült tészták	643
a)	Édes főtt-sült tészták	643
b)	Sós főtt-sült tészták	650

II. Kevert tészták	653
1. Palacsinták	653
a) Hagyományos palacsinták	653
b) Csúsztatott palacsinták	662
c) Francia palacsinták	666
2. Galuskák	674
3. Morzsafélék	677
4. Egyéb kevert tészták	678
III. Kelt tészták	683
IV. Omlós tészták	701
V. Rétesek	719
VI. Felvert tészták	728
VII. Vajastészták	734
VIII. Frissen készített tészták	740
IX. Égetett tészták	747
X. Felfújtak, pudingok	754
1. Felfújtak	754
2. Pudingok	760
a) Meleg pudingok	760
b) Hideg pudingok	762
XI. Krémek	769
XII. Gyümölcskészítmények	775
1. Hideg gyümölcskészítmények	775
2. Meleg gyümölcskészítmények	777
XIII. Fagylaltserlegek	778
XIV. öntetek, mártások, habok	781
1. öntetek	781
2. Mártások	782
3. Habok	784

XV. Sajtok	788
XVI. Meleg előételek	791
1. Zöldség- és főzelékfélékből készíthető meleg előételek	793
a) Bundázott előételek	793
b) Töltött előételek	798
c) Ropogósok	802
d) Felfújtak	805
e) Csőbensültek	808
f) Egyéb készítmények	810
2. Tésztákból készíthető meleg előételek	814
a) Vajastésztából készíthető meleg előételek	815
b) Sós omlós tésztákból készíthető meleg előételek	822
c) Főtt tésztákból készíthető meleg előételek	823
d) Palacsintából készíthető meleg előételek	829
e) Fánkok	834
/) Tekercsek (Roulades)	835
3. Rizottók	836
4. Sajtból készíthető meleg előételek	840
a) Bundázott sajtok	840
b) Ropogósok	841
c) Felfújtak	841
d) Egyéb készítmények	842
5. Tojásból készíthető meleg előételek	844
a) Főtt tojások	844
b) Bevert tojások	845
c) Edénykében párolt tojások	850
d) Habart tojások	851
e) Tojáslepenyek	853
f) Tükörtojás	855
g) Tálon sült tojások	855
h) Rántott tojás	857
i) Töltött tojás	857
6. Húsokból és belsőségekből készíthető meleg előételek	858
a) Bundázott előételek	858
b) Ropogósok	859
c) Felfújtak	860
d) Csőben sült	860
e) Egyéb készítmények	861
7. Meleg vegyes ízelítő	863

XX. Étlap, étrend	974
1. Az étlap feladata, szerepe	974
A) Az étlap rendszere, tartalma	974
a) „Nyugat-európai” vagy francia rendszerű ételcsoportosítás	975
b) „Közép-európai” rendszerű ételcsoportosítás	976
B) Az étlap összeállításának szempontjai	976
2. Étrend	979
Felhasznált irodalom	981
Tárgymutató	983

Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó Rt.
Akiadásért felel: Dalos Vilmos igazgató
Az utánnomást gondozta: Losonci Nándomé
Kiadványszám: S-2352/2394
Budapest, 1994
Műszaki vezető: dr. Martonné Vágó Magdolna
Műszaki szerkesztő: Nagy András
A fedélterv Murányi Zsuzsa munkája
A szakillusztrációkat Nagvistók Mária, Nagyné Ádám Zsuzsanna
és Sándor Tibor készítette
Formátum: B/5 • Terjedelem: 90,1 A/5 ív

Nyomta és kötötte az Alföldi Nyomda Rt.
A nyomdai megrendelés törzsszáma: 4446.66-16-1
Készült Debrecenben az 1994. évben
Felelős vezető: György Géza vezérigazgató

544 Ft (árfával)

21 955

Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó