



RECEPTGYŰJTEMÉNY- Határtalanul

*„Hej Vargáné Káposztát főz,
kontya alá ütött a gőz.....!”*

*Kalotaszegi, kolozsvári, alföldi ételek válogatása
a diákok kedvencei*

TOJÁSLEVES

Alacsony lángon a lisztből és az olajból rántást készítünk, majd felöntjük 1 liter vízzel. Ízesítjük babérlevéllel, köménnyel, sóval és őrölt paprikával.

2 tojást felforrt a leves, a felvert tojásokat óvatosan belekeverjük, és így még 1-2 percig főzzük. A másik tojást egyenként felütjük és egyenként óvatosan a forró levesbe engedjük és még így főzzük 2-3 percig. 1 tányérba 1 bevert tojást teszünk.



Hortobágyi húsos palacsinta

A húst leöblítjük, apróra felkockázzuk. A hagymát meghámozzuk, finomra vágjuk. A zöldpaprikát és a paradicsomot megmossuk, a zöldpaprikát kicsumázzuk és felkarikázzuk, a paradicsomot meghámozzuk, elnegyedeljük. A hagymát 2 evőkanál olajon megfonnyasztjuk, rádobjuk a húst, erős tűzön kissé megpirítjuk. Lehúzzuk az edényt a tűzről, megszórjuk a húst a piros paprikával, hozzáadjuk a zöldpaprikát és a paradicsomot, ízlés szerint sózzuk, összekeverjük, visszatesszük a tűzre, és fedő alatt, saját levében puhára pároljuk (25-30 perc).

A palacsintákhoz simára keverjük a lisztet a tojásokkal és 1 csipet sóval, apránként hozzáadjuk a tejet, végül a maradék 2 evőkanál olajat, lefedjük, és fél órát pihentetjük. A masszából 12 palacsintát sütünk, tányérral/fedővel letakarva melegen tartjuk. Kiszedjük a húst a levéből, apróra összevágjuk vagy megdaráljuk. A levében elkeverünk 3 dl tejfölt, összeforraljuk, és annyit adunk belőle a húshoz, hogy jól kenhető masszát kapjunk. A sütit előmelegítjük 200 °C-ra (gázsütő: 3. fokozat). A masszával megkenjük a palacsintákat, batyuszerűen felhajtjuk, összetekerjük, és tűzálló tálba sorakoztatjuk őket. Megöntözzük a maradék tejfölös-paprikás mártással, és a sütőben átforrósítjuk (10 perc). Meglocsoljuk a palacsinták tetejét a maradék tejföllel, és petrezselyemmel díszítve azonnal tálaljuk.



Paradicsomleves

A lisztet az olajjal csomómentesre keverjük, majd mérsékelt lángon világosra pirítjuk 1 perc alatt.

A tűzről lehúзва beleszórjuk a paprikát, elkeverjük benne, majd a paradicsomlevet is hozzáadjuk és csomómentesre keverjük az egészet. Végül megsózzuk.

A tűzhelyre visszatéve hozzáadjuk a tésztát és addig főzzük, míg az megpuhul. Végül 3 evőkanál cukorral 1 percig forraljuk.



Rántott szelet

A húst a panírozás előtt legfeljebb frissen őrölt fekete borssal és sóval ízesítjük.

A panírozáshoz nullás lisztet használjunk.

A panírozáshoz használt tojáshoz keverjünk kevés ásványvizet, vagy tejet, s ezután verjük fel, s használjuk.

Csakis jó minőségű zsemleléből készült, finomra darált zsemlemorzsát használjunk, ha a bécsi stílust követjük, azonban a japán eredetű, durvább pankó morzsa is csodálatos eredményt ad, vagyis ebben is nehéz lenne igazságot tenni.

A panírozásnál ügyeljünk arra, hogy ne maradjon felesleges liszt, vagy tojás a hússzeleten.

A sütéshez olajat használjunk. A vajban sütés is érdekes és jó eredményt ad.

Az olajhoz (zsírhoz) adhatunk vajat is, amitől a hús ízletesebb lesz.

A sütéshez használt zsiradék ne legyen túlzottan bőséges, s ha serpenyőben sütjük a húst, éppen csak lepje el, majd a serpenyő folyamatos rázogatóásával érjük el, hogy a hús felső fele is megsüljön.

A húst a vastagságtól és sütési időtől függően rövid ideig hagyhatjuk még pihenni, hogy a felesleges zsír is lecsepeghessen.



Hasábburgonya



Csontleves

A velős csontok vágott felét alaposan bedörzsöljük sóval (így a főzés során benne marad a velő).

Hideg vízben lassú tűzön elkezdjük főzni a csontokat. Időnként lehabozzuk.

Ha már nem habzik, belerakjuk a zöldségeket, a hagymákat, az egész paprikát és a fűszereket. Lassú tűzön kb. 2-3 óra alatt megfőzzük.

A velős csontokból a velőt kiütjük, pirítós kenyérre tesszük, megsózzuk és melegen fogyasztjuk.

A levest leszűrjük, tésztát főzünk bele és a zöldségekkel tálaljuk.



Bakonyi sertés borda galuskával

A felszeletelt húsokat megsózzuk és megborsozzuk. Az előmelegített zsiradékban hirtelen arany barnára sütjük úgy, hogy előtte 2 evőkanál lisztben megforgatjuk a húsokat. Összedaraboljuk a vöröshagymát, a paradicsomot és a paprikát. A húsból kisült zsiradékba belehelyezzük a szalonnát, és szép pörccsre sütjük. Ha elkészült, belerakjuk a vöröshagymát, megfonnyasztjuk, majd a szeletekre vágott gombát, zsírára visszapirítjuk, majd hozzáadjuk a paradicsomot és a paprikát. Rakunk hozzá egy kevéske piros paprikát. Összekeverjük 1 dl vízzel. Kb. 10 percig pároljuk, majd visszarakjuk a hússzeleteket, és mérsékelt tűzön puhára pároljuk, elfőtt levét kevés vízzel pótoljuk. 20 perc alatt kész, ha sertéscombból készítjük, ha karajból, akkor nem kell párolni csak egyet forralni a kész mártásban. Elkészítjük a habarást, a húst kivesszük. A tejfölt a maradék liszttel és 1 dl vízzel csomómentesre keverjük, a mártáshoz adjuk és összeforraljuk. Tálaláskor a húsokra öntjük a mártást, köretként galuskát adunk hozzá.

Galuska

Alapesetben 4 főre 50 dkg búzafinomliszttel és 1-3 db tojással, vagy 30 dkg liszthez 1 tojással kalkulálj. Ezenkívül csak vízre, sóra és egy kis zsiradékra lesz szükséged. Ha szeretnéd a tésztát kicsit megbolondítani, tehetsz bele snidlinget, medvehagymát vagy spenótot és fokhagymát is!



Gyümölcsleves

A gyümölcsöt megmossuk, tetszés szerinti darabokra vágjuk. Egy fazékba tesszük, felöntjük hideg vízzel, beletesszük a citromhéjat, a csipet sót, szegfűszeget és a fahéjat és felforraljuk. Amíg felforr, a tejszínnel a cukrot és a lisztet simára keverjük. Amint felforrt a leves, a tejszínes habarásban 3-4 dl forró gyümölcslevet két részletben elkeverünk (hőkiegyenlítés - a tejfölnél fontosabb!), majd folytonos keveréssel a forró levesbe öntjük. Az újra forrástól kb. 3 percig csendesen főzzük, majd többször cserélt hideg vizes mosogatóba állítva mielőbb lehűtjük. Hűtés közben adjuk hozzá a citromlevet, a rumaromát és a vaníliás cukrot.



Lecsós csirkecomb, párolt rizs

Elkészítés: 1. A hagymát szeletekre vágom, olajon megpirítom, rárakom az apróbb darabokra vágott filézett csirkecombot, kicsit átpirítom, sózom, piros paprikázom. Az összevágott paradicsomot és a paprikát hozzákeverem, és készre főzöm, közben még ízlés szerint sózom.





Kürtőskalács

A lisztet tálba szitáljuk, a közepébe mélyedést nyomunk, ebbe belemorzsoljuk az élesztőt. Hozzáöntjük a langyos tejet, és elkeverjük, hogy az élesztő feloldódjon a tejben. Letakarva 5-10 perc alatt felfuttatjuk. A vaját, a cukrot és a tojásokat jól összekeverjük, hozzáadjuk a liszthez, ezután kézzel simára dagasztjuk a tésztát. Cipóvá formáljuk, meghintjük egy kis liszttel, majd letakarva 30 percig duplájára dagasztjuk. A tésztát lisztezett munkalapon kinyújtjuk, majd kézzel 2 cm széles csíkokat vágunk belőle. A kalácssütő fát bevajazzuk, majd a csíkot feltekerjük a fára. Egy tálcára kristálycukrot szórunk, melyben meghengergetjük a tésztát sütés előtt. Faszén fölött lassan forgatva, kb. 10-15 percig sütjük. Akkor lesz kész, ha a cukor megkaramellizálódik a tésztán. Ekkor különböző ízesítésű cukorba forgatjuk.

50 dkg liszt
3 dkg élesztő
2,5 dl tej (langyos)
6 dkg cukor
6 dkg vaj (olvasztva)
2 db tojás
1 kávéskanál só
Ízesítés ízlés szerint:
fahéjas cukor, vaníliás cukor, darált dió,
kókuszreszelék, darált mogyoró, stb.



Pánkó

Az élesztőt összekavarjuk a cukorral és felfuttatjuk a langyos tejjel. Ezután a liszthez adjuk a tojást, sót, cukrot és nem utolsó sorban az élesztőt.

Ha megvagyunk, addig dagasztjuk a masszát, míg le nem válik a kezünkről. Körülbelül 1-1,5 órára meleg helyen állni hagyjuk (míg a duplájára nő).

Ha letelt az idő, kivesszük, és lisztezett táblára kinyújtjuk, de óvatosan, különben nem fog felnőni (javasolt beolajozni a kezünket, a könnyebb formázás érdekében).

Ezután kiszaggatjuk, 5-10 percet állni hagyjuk.

Előmelegített, forró olajban megsütjük (eközben forgatjuk, vigyázunk, hogy ne égjen oda).

Ha kész vagyunk, kiszedjük (próbáljunk meg minél több olajat lecsepegtetni a pánkóról), és megszórjuk cukorral, porcukorral.

70 dkg finomliszt
3 db tojás
2 dl tej
2.5 dkg élesztő (friss vagy
szárított)
1 kávéskanál só
5 ek cukor
8 ek porcukor
1 csomag vaníliás cukor
Sütőzsiradék
5 dl napraforgóolaj



Kolozsvári rakott káposzta

A savanyú káposztát gyorsan átmossuk hideg vízben, és pár kanál olajon megdinszteljük (vagy apróra vágott szalonnakocka zsírján).

A bögre rizst pici olajon felforrósítjuk, majd ugyanazon bögrével mérve, adunk hozzá két bögre forrásban lévő vizet, beleteszünk egy füstölt kockát, és puhára főzzük.

A darált húst az előzőleg megfonnyasztott hagymával együtt gyakran kevergetve puhára pároljuk.

Végén fűszerezzük: só, bors kömény, paprika. (A házas íz érdekében egy-két gerezd átnyomott fokhagyma is mehet bele).

Ezután már csak össze kell rakni az alapanyagokat rétegesen és megsütni.

A kivajazott tepszi aljára kerül egy réteg káposzta (egyharmad), rá egy réteg hús (kb. fele) és a húsr a kolbászkarikák. Végül rásimítjuk a rizst. A rizsre jön a 2. réteg káposzta, jól megtejfelezve! Majd kezdjük előlről a rétegeket. Legfelül káposzta legyen.

A maradék tejfellel jól befedjük, és egy kis szalonnakockával, apróra vágott kolbászdarabkákkal megszórjuk.

Aláöntjük a maradék füstölt levet, majd forró sütőbe tesszük. 20-25 percig lefedve pároljuk, és fedő nélkül sütjük még 15-20 percet, amíg kicsit megpirul.

1 kg savanyú káposzta
1 kg darált sertéslapocka
1 bögre rizs (2,5 dl-es)
1 db füstölt hús kocka
2 nagy fej vöröshagyma
15 dkg lángolt kolbász
15 dkg füstölt szalonna
1 ek. fűszerpaprika
1 kk. bors (őrölt)
1 kávéskanál őrölt
fűszerkömény
6 dl tejföl
2 dl alaplé
3 ek. zsír
1 ek. vaj a tepsi kikenéséhez



Miccs-Mititei-Csórékolbász

A háromféle húst daráld le kétszer-háromszor, de erre akár a hentest is megkérheted. Fűszerezd préselt fokhagymával, sóval, borssal, borsikafűvel, köménnyel, és add hozzá a szóda bikarbónát is. Takard le, és tedd legalább nyolc órára a hűtőszekrénybe. Még jobb, ha egy napon át állni hagyod, a hűtőben természetesen.

Sütés előtt készíts a masszából vizes kézzel hosszú, kisebb hengereket. Ha teheted, grillezd, erősebb parázs felett, jól megolajozott rácson. Serpenyőben, kevés olajon sütve is finom lesz. Fontos, hogy gyakran forgasd meg, hogy egyformán piruljon.

40 dkg sertéshús
40 dkg marhahús
30 dkg birkahús
4 gerezd fokhagyma
2 kávéskanál bors
1 teáskanál
szódabikarbóna
1 kávéskanál
borsikafű
2 kávéskanál
fűszerkömény
2 teáskanál só



70 dkg marhahús - lábszár vagy lapocka
2 közepes méretű vöröshagyma
4-5 darab kisebb krumpli
4-5 közepes sárgarépa
2 fehérrépa
1 közepes fej zeller
1 teáskanálnyi őrölt kömény
1 tv paprika
1-2 közepes paradicsom
4-5 gerezd fokhagyma
1 evőkanálnyi pirospaprika
1 csokor friss petrezselyem
só, frissen őrölt bors
1-2 babérlevél
zsiradék

Alföldi gulyásleves



A húst tisztítsd meg jó alaposan, és vágd nagyjából egységes méretű kockákra, majd tedd félre. A zöldségeket tisztítsd meg, darabold fel, a hagymát kockákra, a többit ízlés és hangulat szerint. Vegyél elő egy szép nagy leveses lábast, tedd bele a zsiradékot - a legízesebb akkor lesz, ha sertészsírból készíted -, majd fonnyaszd meg rajta a hagymát. Amikor szép üveges, öntsd fel egy deci vízzel, és keverd hozzá a pirospaprikát.

Ha elfőtt a víz, add hozzá a húst a kömény társaságában, és pirítsd fehéredésig. Ha elérte ezt az állapotot, akkor add hozzá a paprikát, a paradicsomot és a babérlevelet, majd fedd le, és hagyd főni.

Amikor már nagyjából megpuhult a hús, akkor add hozzá a többi zöldséget, a fokhagyma és a petrezselyem kivételével, és annak függvényében, hogy mennyire szeretnél sűrű levest, két-három liter vízzel öntsd fel az egészet, és főzd így további 25-30 percig. Amikor ez letelt, reszeld bele a fokhagymát, darabold bele a petrezselymet, főzd fedő alatt további tíz percig, és már kész is vagy.

Arany János- a költő egyetlen receptje

Egyetlen saját receptje volt, amit levélben küldött el barátjának, tanuló társának, Szilágyi Istvánnak 1859-ben, ez volt a Marcza-fánk.

10 evőkanál liszt

2 db tojás

1 csipet só

1 evőkanál cukor

1 csomag vaníliás cukor

1 narancs reszelt héja (vegyszermentes!)

1 teáskanál rum

3,5 dl tej (2.8%-os)

2 dl olaj

1 evőkanál zsír a sütéshez

Lekvár, porcukor, fahéj, ízesítéshez

A tojást alaposan kikeverjük a cukorral, a sóval, a reszelt narancshéjjal és a rummal, majd hozzáadjuk a tejet és apránként a lisztet. A palacsintatésztánál kicsit sűrűbb, joghurt állagot kell kapnunk. 2 dl olajat és egy evőkanál sertés zsírt hevítünk egy kisebb serpenyőben közepes lángon, amibe egy olajozott evőkanállal adagoljuk a fánktésztát. A próbasütésnél gyorsan kiderül, hogy a tésztához kell-e még lisztet tennünk. Ha egy kicsit sűrűbb a tészta, akkor szépen formázhatóak a fánkjaink. Arra ügyelnünk kell, hogy azért folyékony állagú maradjon a tésztánk. Papírtörlőre szedjük, lecsöpögtetjük, és rögtön tálaljuk. Még másnap is finom, ha marad.



Erdélyi- Bográcsgulyás

70 dkg marhaszegy, 2 fej hagyma, 2-2 szál sárgarépa és petrezselyem,
0,75 kg burgonya, 2-3 db zöldpaprika, 1 paradicsom, 1 tojásból csipetke,1
kanál zsír,

Köménymag,só, bors, pirospaprika.

A megforrósított zsírban megfuttatjuk az apróra vágott hagymát, paprikázzuk, belekeverjük a kockára vágott húst és kevés vízzel pároljuk, mint a pörköltet. Amikor a hús puhulni kezd, megsózzuk, hozzáadjuk a karikára vágott zöldségeket és ezzel tovább pároljuk. Amikor a hús majdnem puha beletesszük a kockára vágott burgonyát- Borssal, köménymaggal fűszerezzük és annyi forró vízzel töltjük fel, amennyi ellepi. Amikor a burgonya is megpuhult, beleszagatjuk a csipetkét.



Kolozsvári Református Kollégium
Szakiskolájának tanulói

Toldi Miklós Élelmiszeripari
Szakgimnázium, Szakközépiskola és
Kollégium tanulói

2019.04.17-2019.04.21 / Kolozsvár /
2019.06.17-2019.06.21 / Nagykőrös /