SZAKÁCSKÖNYV

KÉSZÍTETTE: JOSZKIN TAMÁS

TARTALOM

Levesek 3

Fejtett bableves gazdagon csülökkel recept 3

Hozzávalók: 3

A csipetkéhez 3

Elkészítés: 3

MarhaHúsleves 4

Hozzávalók: 4

A levesbetéthez 4

Elkészítés: 4

Gulyásleves 5

Hozzávalók: 5

A csipetkéhez 5

Elkészítés: 5

Főételek 6

Rántott csirkemell szezámmagos bundában recept 6

Hozzávalók: 6

Elkészítés: 6

Csülkös pacal sütőben sütve 7

Hozzávalók: 7

Elkészítés: 7

Milánói spagetti 8

Hozzávalók: 8

A raguhoz 8

A tésztához és a tálaláshoz 8

Elkészítés: 8

Desszertek 9

Gofri 9

Hozzávalók: 9

Elkészítés: 9

Gundel palacsinta 10

Hozzávalók: 10

A töltelékhez 10

A csokoládészószhoz 10

Elkészítés: 10

Rigó Jancsi 11

A tésztához 11

Hozzávalók: 11

A krémhez 11

A mázhoz 11

Elkészítés: 11

Levesek

Fejtett bableves gazdagon csülökkel recept

Hozzávalók:

- 1 kg fejtett bab
- 2 nagy db sárgarépa
- 2 db fehérrépa
- 1 nagy db zeller
- 1 kg füstölt sertéscsülök
- 30 dkg füstölt tarja (vagy comb)
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 5 gerezd fokhagyma
- 8 dkg füstölt szalonna
- 2 púpozott ek finomliszt
- 1 ek édesnemes fűszerpaprika
- 5 db zellerlevél
- 1 csokor petrezselyem
- 4 db babérlevél
- 1 tk őrölt fekete bors
- 3 l víz

A csipetkéhez

- 1 db tojás
- 80 g finomliszt
- 1 tk só

Elkészítés:

A füstölt csülköt és a füstölt tarját érdemes kuktában elkészíteni, tehát együtt feltesszük főni 3 liter hidegvízbe, kb 60-70 perc alatt elkészül a kuktában.

Ezalatt megtisztítjuk, feldaraboljuk a zöldségeket.

Elkészítjük a csipetkét is.
Ha megfőtt a hús, kivesszük (én a levét át szoktam szűrni egy másik fazékba), ebbe tesszük bele a répákat, a zellert, babot, a zeller zöldjét egyben összekötve, a borsot és a babérlevelet.

Elkészítjük a rántást: A füstölt szalonna zsírjára rádobjuk a reszelt vagy nagyon apróra vágott hagymát, majd a reszelt fokhagymát és a lisztet, félrehúzzuk, megszórjuk pirospaprikával (ha kevés lenne a szalonna zsírja, pótolhatjuk egy pici olajjal).

A leves főzővizéből egy pár merőkanálnyit kiveszünk, ezzel keverjük el a rántást, csak utána tesszük a levesbe.

Hozzáadjuk a csipetkét, készre főzzük. A zöldség beletételétől számítva kb 40 perc alatt elkészül a leves. (Nekem sózni nem kellett egyáltalán.)

Apróra vágott petrezselyemmel tálaljuk.

MarhaHúsleves

Hozzávalók:

- 1 kg marhafartő
- 0.5 kg marhalábszár
- 1 kg marhacsont (ritkacsont)
- 30 dkg marha velőscsont
- 0.5 kg sárgarépa
- 0.5 kg fehérrépa
- 1 kis db zeller
- 1 kis db karalábé
- 15 dkg kelbimbó
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 db paprika
- 1 db paradicsom
- 1 ek bors
- só ízlés szerint
- 2 dkg vaj
- 1 csokor petrezselyem

A levesbetéthez

- 20 dkg cérnametélt

Elkészités:

Feltesszük főni a csontot a hússal annyi vízben, ami ellepi, sózzuk.

Forrás után lassan főzzük egy órán át, közben lyukas kanállal lemerjük a habot.

Közben megtisztítjuk a zöldségeket, fél sárgarépát félreteszünk, a többi répát félarasznyi darabokra vágjuk, hosszában pedig ketté. A paprikát kicsumázzuk és félbevágjuk, a hagyma, paradicsom és kelbimbó egészben marad.

Egy óra főzés után a leveshez adjuk a zöldségeket és a borsot egészben, tovább főzzük nagyon lassan, még 3 - 4 órán át, míg a hús meg nem puhul.

A félretett sárgarépát lereszeljük, a vajon megpirítjuk, majd a leveshez adjuk.

Amikor a hús megpuhult, elzárjuk a leves alatt a lángot, egy csésze hidegvizet öntünk a leveshez és lefedve 10 percig ülepedni hagyjuk.

A leves levét másik fazékba szűrjük.

A húst kiemeljük, lefejtjük a hártyákat, inakat, majd felszeleteljük, lábasba tesszük és annyi levest öntünk rá, amely éppen ellepi.

A zöldségeket is átszedjük egy lábasba, levest merünk rá.

A három edényt a levessel, a levessel fedett hússal és a levessel fedett zöldségekkelhideg helyre tesszük, **egy éjszakán át pihentetjük**.
Melegítés előtt a levesről leszedjük a zsírt, a forró leveshez adjuk a velőscsontot úgy, hogy azokat a végeket, ahol a velő látszik, nagyon alaposan megsózzuk.

Egy óra lassú forralás után a csontokat kiemeljük és a leveshez adjuk a cérnametéltet. Amikor megfőtt, az apróra vágott petrezselyemzöldet.Külön melegítjük a levessel fedett zöldségeket és a húst.A velőt tálba ütjük a csontból és kevés levest adunk hozzá, hogy melegen tartsuk.

Gulyásleves

Hozzávalók:

- 60 dkg marhalábszár
- 2 közepes db sárgarépa
- 2 közepes db fehérrépa
- 0.5 kis db zeller
- 30 dkg burgonya
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 2 tk fűszerpaprika
- 15 szem bors
- 1 kávéskanál köménymag
- 1 db babérlevél
- 1.5 tk só
- 1 teáskanál ételízesítő
- 1 teáskanál paprikakrém (csemege)
- 1 közepes db hegyes erős paprika
- 1 közepes db paradicsom
- 1.5 ek sertészsír (vagy 3 ek olaj)
- 2 l víz

A csipetkéhez

- 1 db tojás
- 2 púpozott ek finomliszt (amennyit felvesz)
- 1 kávéskanál só

Elkészítés:

A húst felkockázzuk és minden zsiradékot eltávolítunk róla.

A hagymát apróra vágjuk és evőkanálnyi zsíron megdinszteljük. Beletesszük a húskockákat és fehéredésig pirítjuk. Ráhintjük a fűszerpaprikát és felenegedjük annyi vízzel, hogy épp ellepje (kb. 2 dl). Hozzáadjuk a pirosaranyat, a sót, a paradicsomot, a paprikát és lefedve, kb. 2 óra alatt puhára főzzük a húst. Ha szükséges, a vizet időnként pótoljuk.

A zöldségeket megtisztítjuk és felkarikázzuk, a zellert felkockázzuk.

Egy fazékban, a maradék zsíron megdinszteljük a felaprított zöldségeket és 2 liter vízzel felengedjük. Egy teatojásba tesszük a borsot, a köménymagot és a babérlevelet. A teatojást a levesbe dobjuk. Vegetával és 1/2 tk sóval ízesítjük. Félpuhára főzzük.

Az időközben megpuhult húst hozzáadjuk a leveshez, beletesszük a megpucolt, apróra kockázott burgonyát is. Addig főzzük, míg a burgonya megpuhul.

Ezalatt elkészítjük a csipetkét: a tojásból, lisztből és sóból kemény tésztát gyúrunk és külön kisfazékban, forrásban lévő vízben kifőzzük az előzetesen elcsipkedett tésztát. Leszűrjük és a leveshez adjuk Forrón tálaljuk.

Főételek

Rántott csirkemell szezámmagos bundában recept

Hozzávalók:

- 1 db csirkemell (csontos)
- 5 dl tej
- 4 gerezd fokhagyma (reszelve)
- só ízlés szerint
- bors ízlés szerint
- 5 dkg finomliszt
- 3 db tojás
- 10 dkg zsemlemorzsa
- 2 dl napraforgó olaj (a sütéshez)
- 2 dkg szezámmag

Elkészítés:

Előző este a csirkemellet először félbevágjuk, középen hosszában a csont mellett. Két csirkemellünk lesz. Egy ilyen fél mellett lapjában háromfelé vágjuk. 1 csontos részt kapunk és 2 szelet lesz, amiben nincs csont. A másik fél mellel is így teszünk. Összesen 6 szelet husink lesz.
Egy tálba beleöntjük a tejet és belereszeljük a fokhagymagerezdek felét. **Egy éjszakára ebben a tejben áztatjuk a húst hűtőben**.
Másnap kivesszük, szárazra töröljük a húst sózzuk, borsozzuk.

Előkészítjük a panírozáshoz a lisztet. A tojást felverjük és belereszeljük a megmaradt fokhagymákat és sót. A zsemlemorzsába pedig beleszórjuk a szezámmagot és lehet 1 mk pirospaprikát is tenni bele (én ezt most elhagytam).

Bepanírozzuk a húst és forró olajban, lassú tűzön szép pirosra sütjük.

Csülkös pacal sütőben sütve

Hozzávalók:

- 1 kg pacal (tisztított, csíkozott)
- 1 kg sertéscsülök (bőrös, csont nélküli)
- 2 nagy fej vöröshagyma
- 2 db tv paprika
- 4 db paradicsom
- 1 db chili (vagy ízlés szerint bármilyen más erős paprika)
- 2 ek kacsazsír (vagy olaj)
- 1 ek só (ízlés szerint)
- 1 teáskanál fekete bors
- 1 ek fűszerpaprika
- 1 teáskanál majoranna
- 1.5 kg burgonya (a köretnek)

Elkészítés:

A csíkozott pacalt gondosan folyóvíz alatt átmossuk, utána **negyed órára enyhén ecetes vízbe áztatjuk** (szagtalanítani, tisztítani), majd újra folyóvíz alatt átmossuk, lecsöpögtetjük.
A csülköt is alaposan megmossuk, megszárítjuk, felcsíkozzuk olyan méretűre, mint a pacal.

2 ek kacsazsíron (aki nem szereti olajon, vagy sertészsíron) a megtisztított, apró kockákra vágott hagymát üvegesre pároljuk, majd hozzáadjuk a pirospaprikát, és azonmód a húsokat is. Megszórjuk a fűszerekkel és kb. 5 percig így sütögetjük a zsíron, amíg minden porcikája megváltoztatja a színét, kissé megbarnul.

Ha ezt az állapotot elérte, akkor rászeleteljük a paprikát, erőspaprikát, paradicsomot, ráöntünk annyi hideg vizet, hogy majdnem eltakarja, lefedjük és előmelegített sütőbe tesszük.

Köretnek főtt burgonyát tálalunk hozzá.

Milánói spagetti

Hozzávalók:

A raguhoz

- 2 ek olívaolaj
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 500 g sűrített paradicsom
- 300 g sonka
- 150 g gomba
- só ízlés szerint
- 0.5 ek bors
- 1.5 ek oregánó
- 1 ek bazsalikom
- 1 ek cukor (kristály)

A tésztához és a tálaláshoz

- 500 g spagetti tészta
- 1.5 ek só
- 0.5 dl napraforgó olaj
- 15 dkg trappista sajt (reszelt)
- 1 szál oregánó (friss)

Elkészítés:

Egy nagy edényben felteszünk vizet forrni.

Míg a víz felforr, összevágjuk a hozzávalókat: nagyon apróra a hagymát és a fokhagymát, kis kockákra (kb 1x1 cm) a sonkát (ezért egybe kérjük a boltban, ne szeletelve), és cikkekre a gombát.

Kevés olívaolajon megpároljuk a hagymákat, rátesszük a gombát (párolás közben a gomba veszíteni fog nagyságából, melyet a szeleteléskor vegyünk figyelembe) majd nem sokkal később a sonkát is.

Öntsük fel a paradicsom-sűrítménnyel, fűszerezzük ízlés szerint (a javasolt fűszer mennyiségek a paradicsom sűrítmény összetétele miatt eltérő lehet, ezért gyakran kóstoljuk a ragut).

Amikor a víz felforrt, sózzuk annyira, hogy tengervíz sós legyen. Újraforrás után tegyük bele a tésztát (ne törjük el!), és keverjük meg, hogy minél hamarabb ellepje a víz. Főzzük ¾ puhára, mely lépés az olasz tészták esetén nagyon fontos.

Amennyiben nem fogyasztjuk azonnal, a tésztát bő, hideg vízben hűtsük le teljesen, kevés étolajjal locsoljuk meg, és így tároljuk fogyasztásig.

Reszelt trappista sajttal szórjuk meg étkezés előtt a tésztára tálalt ragut, esetleg friss oregánólevéllel díszítsük!

Desszertek

Gofri

Hozzávalók:

- 5 dkg vaj
- 10 dkg finomliszt
- 2 db tojás
- 5 dkg cukor
- 2 dl tej
- 1 kávéskanál sütőpor

Elkészítés:

A hozzávalókat összekeverjük, és ha nagyon sűrű, még keverünk bele egy kis tejet, de csak annyit, hogy a tészta könnyen keverhető, de sűrű legyen.

A gofrisütőt előmelegítjük, és merőkanálnyi adagokat sütünk.

Gundel palacsinta

Hozzávalók:

- 1 db tojás
- 0.5 bögre finomliszt (2,5-dl-es)
- 1.25 dl tej
- 0.25 teáskanál vaníliás cukor
- 0.5 db citromhéj (reszelve)
- 80 ml szénsavas ásványvíz
- 1 csipet só
- 2 ek napraforgó olaj (sütéshez)

A töltelékhez

- 60 g dió (őrölt)
- 65 g dió (durvára darált)
- 80 ml habtejszín
- 2 ek rum
- 50 g cukor
- 1 teáskanál fahéj (őrölt)

A csokoládészószhoz

- 50 g étcsokoládé
- 2 db tojássárgája
- 0.5 ek vaj
- 1.25 dl tej
- 2 ek cukor
- 0.5 teáskanál vaníliás cukor
- 1 teáskanál cukrozatlan kakaópor
- 1 ek rum

Elkészítés:

A tejet, a tojást, a lisztet, a cukrot és a sót összekeverjük egy tálban. Hozzáadjuk a lisztet, csomómentesre keverjük, majd az ásványvízzel hígítjuk. Fél órára félretesszük a tésztát, pihentetjük.

Míg a tészta pihen, elkészítjük a diós tölteléket: a tejszínt a cukorral összeforraljuk, majd belekeverjük a többi hozzávalót és további három percig forraljuk.

A harminc perc leteltével felforrósítjuk a palacsintasütőt, kevés olajat csepegtetünk bele, és megsütjük a négy palacsintát. A palacsintákra elosztjuk a tölteléket és félbe, majd még egyszer félbe (tehát negyedbe) hajtjuk őket.

A csokoládészószhoz vízgőz felett megolvasztjuk a csokoládét a tejjel együtt, a vízgőzről levéve habverővel belekeverjük először a tojás sárgákat, majd a többi hozzávalót. Visszatesszük a vízgőz felé és néhány percig melegítjük a szószt.

A palacsintasütőben diónyi vajat felolvasztunk és közepes lángon átmelegítjük, kissé megpirítjuk a már megtöltött és összehajtott palacsintákat. Nagy tányérra téve és a csokoládészósszal leöntve azonnal tálaljuk a Gundel palacsintát.

Rigó Jancsi

A tésztához

Hozzávalók:

- 6 db tojás
- 6 ek cukor
- 4 evőkanál finomliszt
- 2 ek cukrozatlan kakaópor
- 1 kk sütőpor

A krémhez

- 5 dl hulala (cukrozott cukrászhab, vagy habtejszín habfixálóval)
- 4 ek cukrozatlan kakaópor
- 4 ek porcukor

A mázhoz

- 10 dkg étcsokoládé
- 2 ek napraforgó olaj

Elkészítés:

A piskótatésztához a tojásokat kettéválasztjuk. A fehérjéből a cukorral kemény habot verünk. Egyenként hozzáadva a sárgákat tovább verjük. Végül apránként hozzászitáljuk a sütőporral elkevert kakaós lisztet, de ezzel már csak finoman összeforgatjuk.

Nagy gáztepsiben, sütőpapírt alátéve megsütjük.

A piskótát a sütőből kivéve kifordítjuk a tepsiből, a papírt lehúzzuk róla, és enyhén lisztezett deszkán kihűtjük.

A cukrászhabot nem teljesen keményre verjük fel, majd kiszedünk belőle 5 ek-lal, amit 1 ek porcukorral keményre verünk. A hab másik részébe tesszük a 3 ek porcukrot, a kakaóport, és azt is keményre verjük.

A kihűlt tésztát hosszában kettévágjuk (kb. 16x33 cm-e téglalapokká.) Egyik felére simítjuk a kakaós habot, arra a fehér habot.

A tészta másik felére kerül a máz, amihez a csokit gőz fölött felolvasztjuk, és 2 ek olajjal elkeverjük. A máz megszikkadása után ezt a lapot felkockázzuk, így tesszük a habos rész tetejére.

Nem árt, **ha 1-2 órára hűtőbe tesszük.**
Vékony pengéjű, éles késsel szeleteljük, amit minden vágás után letisztítunk, és bevizezünk.