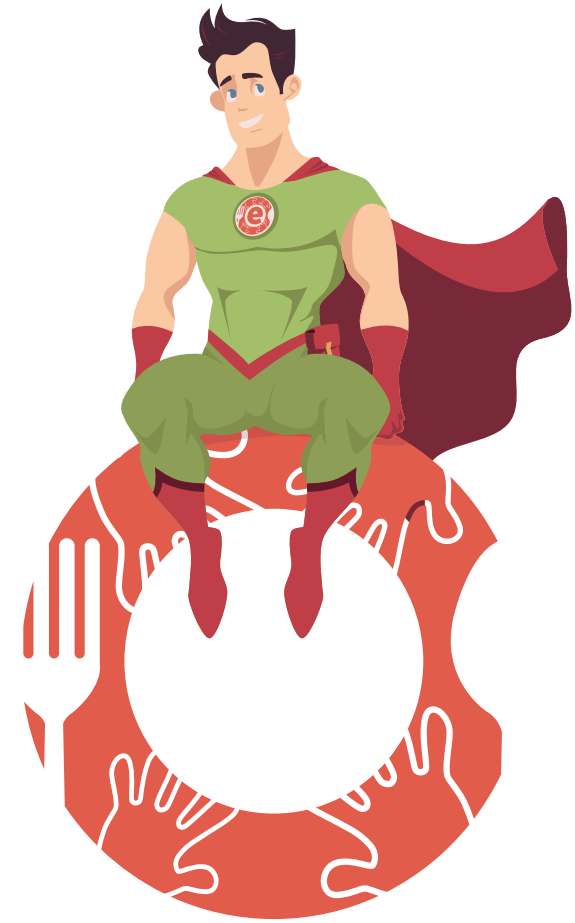


ÍZ-LELŐ 1.

Az Eatrend Magyarország receptkönyve





eat**rend**



eatrend
ételünk az életünk



Kedves Partnerünk, Barátunk, Kollégánk!



Takács Zsolt, ügyvezető

A 2025-ös évben is folytatjuk hagyományunkat: elkészült az idei receptkönyvünk, amelyben kollégáink kedvenc fogásai kaptak helyet. Számunkra ez a kötet mindig többet jelent egy egyszerű receptgyűjteménynél – közös gondolkodás, élmények és ízek találkozása, amelyet szeretettel adunk át minden családnak.

Minden recept mögött egy történet, egy emlék vagy egy pillanat rejlik: az egyszerű, hétköznapi étkezések varázsa, a különleges alkalmak izgalma, vagy a gyerekekkel együtt töltött vidám percek. Van, ami nosztalgiát idéz, más új ízezt hoz, de mindegyik arra hív, hogy közösen alkossunk, kísérletezzünk, és élvezzük az ételkészítés örömeit.

Az idei könyvben öt izgalmas kategória köré gyűjtöttük a recepteket. A „*Vendégváró finomságok*” között különlegességeket is találhattok, például thai csípős levest vagy kacsamájzserbót. Az „*Ételek, melyeket étlapjaink inspiráltak*” fejezetben a menzáról ismert fogások újragondolt változatai kaptak helyet, mint például a rakott brokkoli vagy a vadas teljesen új köntösben. A „*Családi ízutazás a konyhában*” idén arra ösztönöz, hogy együtt élvezzétek a főzés örömeit – legyen az a milánói sertésborda elkészítése vagy a túrógombócok megalkotása. A „*Szeretettel sütve*” fejezetben a sütemények sorakoznak a somlói galuskától a pisztáciás tortáig, míg a „*Mentesen, de mesterien*” részben diétákba illeszthető, de ízben gazdag fogásokat találtok, például zabpelyhes cukkinifasírtot vagy vegán csokis pohárkrémet.

Minden recept egy kis történet, minden íz egy közös pillanat – kívánjuk, hogy ez a könyv sok szeretetteljes és ízese élményt teremtsen a családok konyhájában!

Fogadjátok szeretettel 2025-ös válogatásunkat!

Jó étvágyat kívánunk az elkészített ételekhez!

Takács Zsolt ügyvezető, valamint az Eatrend Magyarország több mint 1.100 munkatársa

Tartalomjegyzék

Vendégváró finomságok

Kacsamájzszerbó	10-11
Tatár beefsteak	12-13
Kenyérlángos	14-15
Bulgursaláta	16-17
Pecsenyekacsamáj terrin bacon-szalonnával, zöldsaláta-ágyon	18-19
Sajtos-ropogós vendégváró	20-21
Gazpacho leves	22-23
Thai csípős kacsaleves	24-25

Ételek, melyeket étlapjaink inspiráltak

Ceglédi laskaleves	28-29
Őszibarack-krémleves	30-31
Erzsi mama bolognaija	32-33
Rakott brokkoli	34-35
Mozzarellával és aszalt paradicsommal töltött szűzpecsenye, baconbe göngyölve, burgonya pürével és párolt lila káposztával	36-37
Vadas pitében	38-39
Milánói sertésborda	40-41
Meggyes-mákos vargabéles erdei gyümölcsös öntettel	42-43
Aranylő bűnbeesés - Aranygaluska újragondolva	44-45

Családi ízutazás a konyhában

Márványsajtos-tejszínes csirkemellcsíkok krumplipürével	48-49
Spenótos tészta, mézes-mustáros csirkemellel - Máté kedvence	50-51
Cukkini-pizza	52-53
Rozmaringos kacsacomb, fokhagymás sült burgonyával és párolt zöldségekkel	54-55
Tagliatelle vajban sült szaftos csirkével, parmezános-paprikás Alfredo szósszal	56-57
Ceglédberceli Sváb Milikrein	58-59
Narancskrém narancsos-citromos pöfeteggel	60-61
Túrógombóc zabkekszmorzsába forgatva, mentás erdei gyümölcs-öntettel	62-63

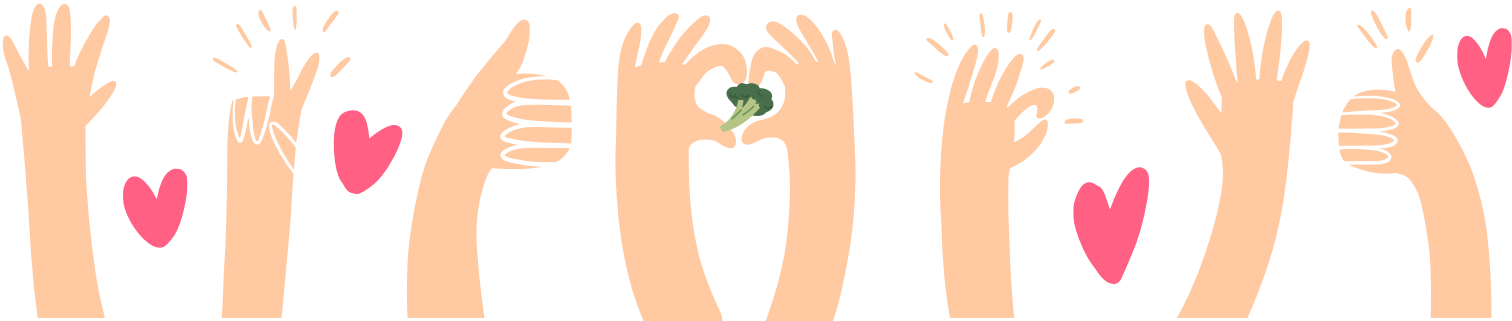
Tartalomjegyzék

Mentesen, de mesterien

Növényi-sajtos, zabpelyhes cukkinifasírt sütőtökpürével	66-67
Karfiolcurry	68-69
Erdélyi padlizsánkrém gluténmentes gyökérkenyérrel	70-71
Lencse-steak céklás hummusszal és pirított fenyőmaggal	72-73
Vegán csokis pohárkrém	74-75
Protein Raffaello	76-77
Tojásmentes tiramisu	78-79

Szeretettel sütve

Házi somlói galuska	82-83
Hóckocka	84-85
Fehér csokoládés szeletsütemény	86-87
Epres mousse torta	88-89
Fahéjas csiga mascarponekrémrel	90-91
Selymes, kávé vajkrémrel töltött macaron	92-93
Hartyáni krémes	94-95
Pisztáciás-málnás fehér csokis torta	96-97



Jelmagyarázat • Nehézségi fok:



nagyon könnyű



könnyű



közepes



nehéz



nagyon nehéz

Impresszum

Íz-lelő 7. - Az Eatrend Magyarország receptkönyve

Kiadó: Eatrend Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

www.eatrend.hu



Eatrend Magyarország



@eatrend_magyarország



eatrendmagyarország

Szerkesztő: Oláh Szabina, marketing csoportvezető és Radeczki Eszter, kommunikációs és marketing munkatárs

Grafika - tördelés: Korcsolai Kitti, kommunikációs és marketing munkatárs

Nyomda: Pende Print Nyomdaipari Kft., 2750 Nagykőrös, Béke útja 5.

Fotók: Shutterstock, Freepik, Depositphotos

Az ételfotóinkat kollégáink készítették.

A könyv kereskedelmi forgalomba nem kerül.

A receptkönyben szereplő receptek elkészítése esetén kérjük, tájékozódjon a felhasznált alapanyagok allergéntartalmáról.

Íz-lelő 7. • Az Eatrend Magyarország receptkönyve

© Eatrend Kft., 2025.

ISBN 978-615-7018-01-3





Vendégváró finomságok



Kacsamájzserbó

Hozzávalók a töltelékhez:

- 70 dkg kacsamáj
- 10 dkg kristálycukor
- 25 dkg pisztácia
- 0,5 kg lilahagyma
- 3 dl félédes vörösbort
- 10 dkg szilvalekvár
- 12 gr zselatin
- 4 gerezd fokhagyma
- 2 fej vöröshagyma
- 25 dkg mascapone
- só
- bors

Hozzávalók a lapokhoz:

- 500g finomliszt
- 1 db egész tojás
- 140 g méz
- 70 g sertészsír
- 1 tk szóda bikarbóna
- 6 cl tej
- csipet só

Hozzávalók a mártáshoz:

- 10 dkg áfonya
- 10 dkg gránátalma
- citromlé és víz

Elkészítés:

A megtisztított kacsamájat sózzuk, borsozzuk, majd vöröshagymával és fokhagymával együtt 140 °C-os sütőben arany-



2 óra

barnára sütjük. Amíg a máj sül, elkészítjük a hagymalekvárt: 10 dkg kristálycukorból karamellt készítünk, hozzáadjuk a félbe vágott lilahagymát, és együtt lepirítjuk. Sózzuk, borsozzuk, majd felöntjük 1 dl vörösbort, hozzákeverünk 10 dkg szilvalekvárt, és lassú tűzön lekvárállagúra főzzük.

A pisztáciát apróra daráljuk, félretesszük.

A kisült májat a vöröshagymával és fokhagymával együtt kivesszük a zsírból, majd leturmixoljuk. Hozzáadjuk a mascarponét, és krémes állagúra keverjük. Szükség esetén sóval ízesítjük.

A hagymalekvárt és a májpástétomot félretesszük, és elkészítjük a mézes lapokat: a lisztet egy tálba szitáljuk, hozzáadjuk a zsírt, és összemorzsoljuk. Belekeverjük a száraz hozzávalókat (szóda bikarbóna, só), majd a tejet, tojást és mézet is hozzáadjuk. Az egészet egynemű tésztává gyúrjuk.

A tésztát négy részre osztjuk, fóliába csomagoljuk, és kb. 10 percre hűtőbe tesszük.

A lapokat 25x12 cm-es tepsiben, 180 °C-on, alsó-felső sütési módban kb. 7 perc alatt megsütjük. Érdemes figyelni, mert sütőtől függően változhat az idő.

Az összeállításhoz alulra mézes lap kerül, amelyet vékonyan meglocsolunk kacsazsírral. Megkenjük a májpástétommal, ráhelyezzük a hagymalekvárt, és megszórjuk a darált pisztáciával. Ezt a műveletet háromszor ismétljük.

Elkészítjük a borkocsonyát: a bort egy csipet sóval és cukorral felforraljuk, majd amikor az



Az ételt készítette:
Leskó János
vezető tréner séf

alkohol elpárolgott, hozzáadjuk a zselatint, és elkeverjük. A kihűlt borkocsonyát az összeállított zserbóra öntjük, és 24 órára hűtőbe tesszük. Tálalás előtt elkészítjük a gránátalmás-áfonyás mártást: az áfonyát és a gránátalmát kevés citromlével és vízzel leturmixoljuk, majd átszűrjük. Tálaláskor a zserbót meglocsoljuk a mártással.





Tatár beefsteak

Hozzávalók:

- 60-70 dkg Angus marha tatár beefsteak hús (belső vagy hátsó finomra darálva)
- 2 tk dijoni mustár
- 2 tk sűrített paradicsom
- őrölt bors ízlés szerint
- só ízlés szerint
- 2 kk fűszerpaprika
- 2 kis fej vörshagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- 2 db tojássárgája

Elkészítés:

A hagymát apróra vágjuk, a fokhagymát összenyomjuk fokhagymapréssal, és az összes hozzávalót hozzáadjuk a húshoz, majd jól összedolgozzuk.

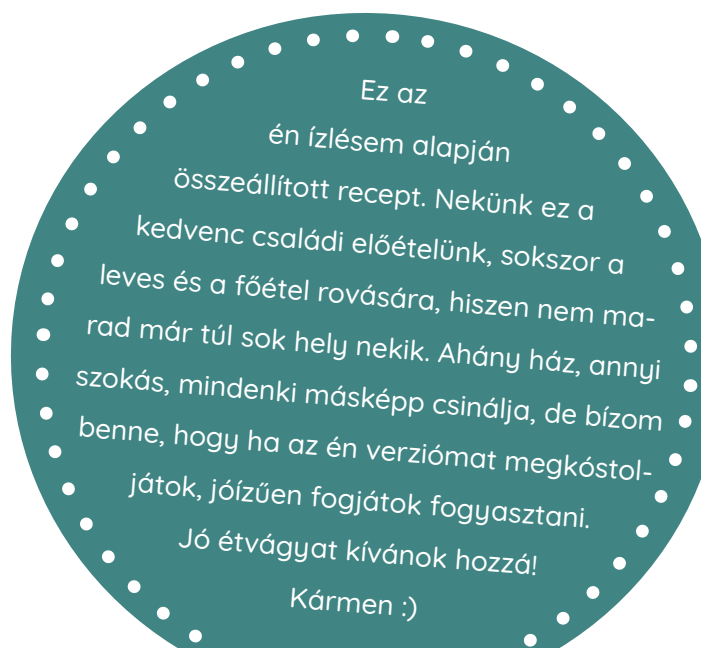


20 perc
+
24 óra



Az ételt készítette:
Szántai Kármén
üzemeltetési koordinátor

Fogyasztás előtt tegyük hűtőbe 1-2 órára. Ha van rá lehetőség, hagyjuk állni egy teljes éjszakát, hogy az ízek jól összeérjenek. Frissen pirított kenyérrel, igény szerint vajjal tálaljuk.



Ez az én ízlésem alapján összeállított recept. Nekünk ez a kedvenc családi előételünk, sokszor a leves és a főétel rovására, hiszen nem marad már túl sok hely nekik. Ahány ház, annyi szokás, mindenki másképp csinálja, de bízom benne, hogy ha az én verziómat megkóstoljátok, jóízűen fogjátok fogyasztani. Jó étvágyat kívánok hozzá! Kármén :)





Kenyér lángos

Hozzávalók a tésztához:

- 0,5 kg liszt
- 1 ek só
- 1 ek cukor
- 10 g szárított élesztő
- 300 ml víz

Hozzávalók a tetejére:

- 1 nagy pohár tejföl
- 2 gerezd fokhagyma
- 2-3 fej lilahagyma
- kolbász/szalonna ízlés szerint
- jalapeno paprika
- 15 dkg sajt

Elkészítés:

A vízben elkeverjük a szárított élesztőt és a cukrot, majd a liszthez adjuk a sót és az élesztős keveréket. Összegyúrjuk és legalább egy órán át pihentetjük, kelesztjük. Ha már duplájára nőtt, sütőpapírral bélelt tepsibe nyomkodjuk.

A fokhagymát belereszeljük a tejfölbe, majd megkenjük vele a tésztánkat. Jöhet a tetejére a felkarikázott kolbász, lilahagyma, illetve, ha szeretjük a csípős ízeket, jalapeno paprika. A feltétek ízlés szerint variálhatók, szalonnával, sonkaszalámmal is készíthetjük. A tetejére sajtot reszelünk, majd 200 fokon, légkeveréses sütőben, kb. 20-30 perc alatt készre sütjük.



120 perc



Az ételt készítette:

Oláh Szabina

marketing csoportvezető





Bulgursaláta

Hozzávalók:

- 200 g bulgur
- 2 dl víz
- só ízlés szerint
- bors ízlés szerint
- 5 db közepes csiperkegomba
- 1 db lilahagyma
- 10 db koktélpáradicsom
- 1 db piros kaliforniai paprika
- 4 ek olívaolaj
- 3 tk balzsamecet
- 1 tk kakukkfű
- 1 csokor petrezselyem

Elkészítés:

A bulgurt kétszeres mennyiségű, forrásban lévő, enyhén sózott vízbe tesszük. Alacsony lángon, lefedve pároljuk készre. Miután elkészült, hagyjuk kihűlni tálalásig.

A paradicsomot és a paprikát megmossuk, megtisztítjuk, majd falatnyi darabokra vágjuk. Félretesszük a saláta összeállításáig.

A gombát és a lilahagymát felszeleteljük, majd kevés olívaolajon lepirítjuk (külön-külön vagy egyszerre). Ízesítjük sóval, borssal és kakukkfűvel. Félretesszük a saláta összeállításáig.

Egy nagy tálban összekeverjük a bulgurt, a paradicsomot, a paprikát, a pirított gombát és lilahagymát. Sózzuk, borsozzuk, meglocsoljuk olívaolajjal és balzsamecettel, majd alaposan átforgatjuk, hogy az ízek összeérjenek.



30 perc



Az ételt készítette:
Zsolnai Zsuzsanna
szakács, Csorna

Frissen vágott petrezselyemmel megszórva tálaljuk.





Pecsenyekacsamáj terrin bacon-szalonnával, zöldsaláta-ágyon



50 perc +
dermedési
idő

Hozzávalók:

- 0,6 kg pecsenye kacsamáj
- 0,12 kg bacon szalonna kocka
- 16 ml konyak
- szerecsendió ízlés szerint
- só
- bors
- majoranna

Elkészítés:

A szobahőmérsékletű májat megtisztítjuk a hártyáktól, majd 1,5–2 cm-es kockákra vágjuk.

A bacon szalonnát 0,5 cm-es kockákra vágjuk.

A májat, a szalonnát és a fűszereket homogén masszává keverjük, majd a pástétomformába helyezzük. 160–170 °C-on 2–2,5 órán át sütjük. A sütőből kivéve, kihűlés után pirított kaláccsal és friss zöldségekkel tálaljuk.



Az ételt készítette:
Bokor József
szakács, Eger





Sajtos-ropogós vendégváró



25 perc

Hozzávalók:

- 25 dkg liszt
- 25 dkg szobahőmérsékletű vaj
- 5 dkg Grana Padano sajt (reszelve)
- 5 dkg edami sajt (reszelve)
- 6 ek víz
- 1 ek étel ecet
- 1 tk só
- 1 db tojás (kenéshez)
- reszelt sajt és magvak a tetejére

Elkészítés:

A lisztet, a reszelt sajtokat és a sót összekeverjük.

Hozzáadjuk a szobahőmérsékletű vajat, és jól összegyúrjuk.

Végül hozzáöntjük az ecettel elkevert vizet, és sima tésztává dolgozzuk.

A tésztát fóliába csomagolva egy éjszakára hűtőbe tesszük.

Másnap kinyújtjuk, a tetejét megkenjük felvert tojással, és ízlés szerint megszórjuk reszelt sajttal vagy magvakkal.

Előmelegített sütőben, 180 °C-on aranybarnára sütjük.



A ropogóst készítette:

Nagy Ildikó

HR és munkaügyi vezető





Gazpacho leves

Hozzávalók:

- 1 kg érett paradicsom (lehetőleg többféle)
- 1 kígyóuborka
- 1 piros kaliforniai paprika
- 1 kisebb lilahagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 3 ek extra szűz olívaolaj
- 2 ek fehérborecet
- 1 szelet pirított kenyér
(elhagyható, de selymesebbé teszi)
- só, frissen őrölt bors (ízlés szerint)
- hideg víz (kb. 1-2 dl, állagtól függően)

Elkészítés:

A selymes állag érdekében a paradicsomokat keresztben bevágjuk, forró vízzel leforrázzuk, majd 10–15 percig állni hagyjuk, hogy a héjuk könnyen eltávolítható legyen. Ezután lehúzzuk a héjat, és a nagyobb szemekből a magházat is eltávolítjuk.

Az uborkát meghámozzuk és feldaraboljuk. A paprikát is megtisztítjuk – a héja zöldségghámozóval könnyen lehúzható –, majd darabokra vágjuk.

Az előkészített zöldségeket késes aprítóba vagy turmixgépbe tesszük. Hozzáadjuk a hagymát, a fokhagymát, az olívaolajat, a borecetet és a kenyérszeletet. Sóval és borssal ízesítjük, majd teljesen simára turmixoljuk, szükség esetén egy kevés hideg vízzel hígítjuk. Kóstoljuk meg, és ha kell, még utána ízesítjük. Legalább 2–3 órára hűtőbe tesszük, hogy az ízek jól összeérjenek.



60 perc



A levest készítette:
Takács Zsolt
ügyvezető

A gazpachót hidegen, mélytányérban vagy pohárban kínáljuk. A tetejét kevés olívaolajjal meglocsoljuk, és apróra vágott zöldségsalsával (paradicsom, uborka, paprika keverékével) díszítjük.





Thai csípős kacsaleves



90 perc

Hozzávalók:

- 400 gr bőrös kacsamellfilé
- 1 szál póréhagyma
- 5 gr gyömbér (reszelve)
- 2 l alaplé
- 140 gr békukorica, konzerves
- 120 gr békirépa, konzerves
- 200 ml édes-savanyú chili szósz
- 2 ek szójaszósz
- 2 ek citromlé
- vékony rizstészta

Elkészítés:

A kacsza melléről levágjuk a bőrt, felkockázzuk, majd addig sütjük, amíg a zsír teljesen kisül belőle. A sült bőrkockákat (más néven tepertőt) kivesszük az edényből, majd a vékony, érme nagyságú szeletekre vágott kacsamellet a visszamaradt zsírban mindkét oldalán lepirítjuk. A pirítás közben hozzáadjuk a felkarikázott póréhagymát (kb. 40 g) és a reszelt gyömbért, majd néhány percig együtt pirítjuk. Ezután felöntjük az egészet alaplével, és amikor felforrt, közepes hőfokon főzzük tovább.

A békukoricát három részre vágjuk, ízlés szerint lehet kisebb-nagyobb darabokra, majd a leveshez adjuk. Kb. 15–20 percig főzzük, közben ízesítjük szójaszósszal, édes-savanyú chiliszósszal, kevés sóval és citromlével. Amikor a békukorica megpuhult, hozzáadjuk a szintén három darabba vágott békirépát, és további 15 percig főzzük.



A levest készítette:
Heller Kitti
régióvezető

Közben kb. 2 liter forrásban lévő vízben kifőzzük 4 adag, azaz kb. 150 g rizstészta.

A leves kiváló választás a téli, hideg napokon. Jó étvágyat kívánok!





Ételek, melyeket
étlapjaink inspiráltak



Ceglédi laskaleves

Hozzávalók:

- 2 evőkanál olaj vagy zsír
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 db közepes sárgarépa
- 1 db petrezselyemgyökér
- 1 db kisebb zeller
- 1 db tv paprika
- 1 db paradicsom
- 20–25 dkg füstölt kolbász
- 1 teáskanál pirospaprika
- só, bors, kömény ízlés szerint
- 1,2 liter víz vagy alaplé
- 20 dkg szélesmetélt (laska tészta)
- friss petrezselyemzöld a tálaláshoz

Elkészítés:

A kolbászt karikákra vágjuk, majd kevés olajon vagy zsíron kissé átpirítjuk, hogy kiengedje az ízét.

Hozzáadjuk a finomra vágott vöröshagymát, üvegesre pároljuk. Ezután mehet bele a zúzott fokhagyma is.

Rádobjuk a felkarikázott répát, gyökeret és a felkockázott zellert, majd 1-2 percre együtt pirítjuk.

Megszórjuk pirospaprikával, gyorsan átkeverjük, hozzáadjuk az aprított paradicsomot és a paprikát.

Felöntjük kb. 1,2 liter vízzel vagy alaplével, sózzuk, borsozzuk, egy csipet köménnyel ízesítjük.

Fedő alatt addig főzzük, amíg a zöldségek félig megpuhulnak (kb. 15 perc).



80 perc



A levest készítette:
Lévai Tibor
karbantartó

Hozzáadjuk a nyers szélesmetéltet, és a levesben főzzük készre (kb. 8–10 perc), így magába szívja a kolbász és a zöldségek ízét, a leve pedig tartalmasabb lesz.

Tálalás előtt apróra vágott friss petrezselyemmel megszórjuk, és forrón kínáljuk.





Őszibarack-krémleves

Hozzávalók:

- 60 dkg érett őszibarack (kb. 5-6 db)
- 5 dl víz
- 1 dl narancslé vagy almalé
- 2 ek cukor (méz is lehet)
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 tk fahéj
- fél citrom leve
- 2 dl habtejszín vagy főzőtejszín
- csipet só

Elkészítés:

A z őszibarackokat forró vízbe mártjuk 1 percre, majd lehúzzuk a héjukat és kimagozzuk.

A barackhúst felkockázzuk, majd egy lábasba tesszük a vízzel, narancslével, cukorral, vaníliás cukorral, fahéjjal, citromlével és egy csipet sóval.

Közepes lángon kb. 10 percig főzzük, amíg a gyümölcs teljesen megpuhul.

Levesszük a tűzről, és botmixerrel simára pürésítjük.

Hozzáöntjük a tejszínt, jól elkeverjük, majd lehűtjük (hűtőben legalább 2 órát pihentetjük). Hidegen tálaljuk, a tetejére tejszínhabot és mentalevelet teszünk.



30 perc
+ hűtés



A levest készítette:
Hrubes Alexandra
könyvelő

Tipp:
Tálalhatjuk
pirított mandula-
forgáccsal,
mentalevéllal,
tejszínhabbal vagy
vaníliás fagyalattal.





Erzsi mama bolognaija



80 perc

Hozzávalók:

- 60 dkg csirkemell
- 30 dkg padlizsán
- 30 dkg cukkini
- 30 dkg édesburgonya
- 1 kis fej vöröshagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- friss oregánó ízlés szerint
- friss bazsalikom ízlés szerint
- só, kristálycukor ízlés szerint
- 0,7 dkg paradicsompüré
- 50 dkg orsó tészta
- 20 dkg trappista sajt reszelve

Hozzávalók a besamel mártáshoz:

- 15 dkg vaj
- 2 dl tej
- 2-3 ek liszt
- só, szerecsendió ízlés szerint

Elkészítés:

A vöröshagymát és a fokhagymát apróra vágjuk, majd kevés zsiradékon üvegesre pároljuk. Hozzáadjuk a csíkokra vágott csirkemellet, és fehéredésig pirítjuk. Fűszerezzük, majd hozzáadjuk a paradicsompürét, és néhány percre tovább pirítjuk. Ezután belekeverjük az elkészített besamelt, és összeforraljuk.

Közben a tésztát sós vízben készre főzzük. A friss zöldségeket megtisztítjuk, feldaraboljuk és enyhén megsózzuk.



Az ételt készítette:
Mala Erzsébet
szakács, Albertirsa

Egy jénai tálban rétegezzük az alapanyagokat: alulra kerül a tészta, rá a bolognai szósz, majd a friss zöldségek. A tetejét reszelt trappista sajttal szórjuk meg. Előmelegített sütőben, 180 °C-on kb. 40 perc alatt készre sütjük.





Rakott brokkoli

Hozzávalók:

- 1 kg (nagy fej) brokkoli
- 50 dkg darált hús
- 20 dkg rizs
- 1 nagy fej vöröshagyma
- só, bors, pirospaprika, fokhagyma, őrölt kömény
- egy nagy pohár tejföl
- 3 dl víz

Elkészítés:

A hagymát kevés zsiradékon megdinszteljük. A tűzről lehúszva hozzáadjuk a darált húst, pirospaprikával ízesítjük, sózzuk, borsozzuk, valamint ízlés szerint őrölt köményt és fokhagymát adunk hozzá. Hozzáadjuk a vizet, majd készre főzzük.

Közben a brokkolit rózsáira szedve 2–3 percig sós vízben főzzük.

A rizst szintén sós vízben puhára főzzük, majd összekeverjük a hússal.

Egy tepsibe rétegezzük a főtt brokkolit és a húsos alapot. A tetejére a maradék zöldséget tesszük, majd meglocsoljuk tejföllel.

Előmelegített sütőbe tesszük, amíg a teteje kissé meg nem pirul. Melegen tálaljuk.



90 perc



Az ételt készítette:
Szalai Zsuzsi
főzőasszony, Győr



Mozzarellával és aszalt paradicsommal töltött szűzpecsenye, baconbe göngyölve, burgonya pürével és párolt lila káposztával



Hozzávalók:

- 800 gr szűzpecsenye
- 200 gr bacon (szeletelt)
- 1 doboz Szarvasi szeletelt mozzarella
- 80 gr aszalt paradicsom
- 2 gerezd fokhagyma
- só, bors ízlés szerint
- 2 ek olívaolaj
- bazsalikom és oregánó ízlés szerint

- 2,5 dl tejföl
- 20 gr teavaj
- só, bors ízlés szerint

Hozzávalók a párolt káposztához:

- 1 közepes fej vöröskáposzta
- 1 tk fűszerkömény
- 1 tk ecet
- 2 tk cukor
- 1,5 ek sertészsír
- 0,5 tk só

Hozzávalók a burgonyapüréhez:

- 1,2 kg sárga burgonya
- 2 dl tej



Elkészítés:

A burgonyát megpucoljuk, majd tiszta vízzel leöblítjük. A tisztított krumplikat késsel felkockázzuk, és a szennyeződések elkerülése érdekében még egyszer átöblítjük. Ezután egy fazékban, fedő alatt, sós vízben puhára főzzük. Ha elkészült, a főzővizet leszűrjük, ízlés szerint fűszerezzük. Hozzáadjuk a burgonyához a tejfölt, a teavajat és a tejet, majd krumplinyomóval összetörjük. Ha az állag nem elég homogén, spatulával is átkeverjük. A lila káposztáról leszedjük a külső leveleket, majd leöblítjük, és 4 darabra vágjuk. Káposztagyalu segítségével szálazzuk. Sóval megszórjuk, és kb. 20 percig állni hagyjuk, hogy kiengedje a levét. Lábasban zsírt melegítünk, és a lecsepegtetett káposztát párolni kezdjük. Hozzáadjuk a cukrot, az ecetet és a köményt, majd lefedve, alacsony lángon kb. 40 percig pároljuk.

A szűzpecsenyét hosszában felvágjuk, hogy minél nagyobb felületen tölthető legyen. A nyílásba egymás mellé helyezzük a mozzarella korongokat, majd rá az aszalt paradicsomot. A fűszerezéssel óvatosan bányunk, mivel az olajban tárolt aszalt paradicsom mindig fűszeres, jellegzetes ízű.

A bacon-szeleteket egymás mellé helyezzük egy nagyobb, kiterített alufólián, majd ráhelyezzük a megtöltött szűzpecsenyét. Keresztirányban betakarjuk a húst a szalonnával és az alufólia segítségével becsomagoljuk. A csomagba a lezárás előtt még 2 gerezd pucolt fokhagymát helyezünk.

A csomagolt húst hőálló táliba tesszük, és előmelegített sütőben (kb. 180 °C) 40 percig sütjük, hogy minden rész megfelelően átsül-



Az ételt készítette:

Halasi Hanna

élelmiszerbiztonsági vezető

jön. Szükség esetén maghőmérővel ellenőrizzük a sütés során, hogy ne maradjon alulkészült. Ha a hús elérte a kívánt állagot, fólia nélkül további 10 percig sütjük, hogy a bacon szépen rápiruljon. A sütés végeztével 15 percig lefedve pihentetjük, hogy a szövetek kellően átpuhuljanak, majd felszeletelve tálaljuk.





Vadas pitében

Hozzávalók a pitéhez:

- 40 dkg liszt
- 2,5 tk só
- 20 dkg vaj
- 2 db tojássárgája
- 7ek víz
- 1 tojássárgája a kenéshez

Hozzávalók a töltélékhez:

- 1 kg sertéslapocka
- 3 közepes fej vöröshagyma
- 3 db sárgarépa
- 2 db petrezselyemgyökér
- só, bors, babérlevél ízlés szerint

Hozzávalók a vadas mártáshoz:

- 2 db répa
- 1 db petrezselyemgyökér
- 1 kisebb zeller
- 1 db hagyma
- 0,05 dl olaj
- 1 ek cukor
- 1 ek mustár
- 1 dl főzőtejszín

Elkészítés:

A répát és a petrezselyemgyökeret félkarikára vágjuk, a hagymát felkockázzuk, a húst sózzuk, borsozzuk, majd hozzáadjuk a babérlevelet és az egészet egy tepsibe tesszük. Felöntjük fél liter vízzel, lefedjük alufóliával és 150 °C-ra előmelegített sütőbe helyezzük, 2,5 órán át sütjük.



5 óra

A készre párolt répát, petrezselyemgyökeret és hagymát kivesszük, a húst további 2 órára visszatesszük a sütőbe.

Kevés olajon karamellizáljuk a cukrot, majd hozzáadjuk az összedarabolt répát, petrezselyemgyökeret és zellert. Felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje, ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, majd hozzáadjuk a babérlevelet és készre főzzük. A babérlevelet eltávolítjuk, hozzáadjuk a mustárt, lepürésítjük, majd tejszínnel dúsítjuk.

A lisztet kimérjük, hozzáadjuk a sót és a vajat, majd összemorzsoljuk, vigyázva, hogy a vaj ne melegedjen túl a tenyerünkben. Hozzáadjuk a tojássárgáját és 7 evőkanál vizet, majd határozott mozdulatokkal kemény tésztát gyúrunk – szükség esetén adhatunk hozzá még vizet. Formázzuk gombóccá, csomagoljuk fóliába, és tegyük fél órára a hűtőbe.

Fél óra elteltével helyezzük a tésztát belisztezett deszkára és vágjuk ketté 2/3-1/3 arányban. A nagyobbik darabot nyújtjuk ki, majd helyezzük kivajazott, kilisztezett piteformába. Igazgassuk el a széleken, az alját szurkáljuk meg villával. A tészta másik felét is nyújtjuk ki és tegyük félre.

Az elkészült húst két villa segítségével szála-ira szedjük, a kész répával és gyökérrel összekeverjük, majd hozzáadunk 3 dl mártást. Ezt a keveréket a pitébe töltjük, ügyelve arra, hogy tömör legyen.

A megmaradt tésztával fedjük be a pitét. Ahol a két tészta összeér, összecsapkodjuk, ezzel egyfajta díszítést adva a tetejének.



Az ételt készítette:
Bozsik Martin
szakács, Gyöngyös

A tojássárgáját felferjük, szilikon ecset segítségével lekenjük a tetejét, 10 percig pihentetjük, majd villával megszurkáljuk, hogy a felesleges nedvesség távozni tudjon. 180 °C-ra előmelegített sütőben 50 perc alatt aranybarnára sütjük. Hagyjuk kihűlni, majd szeletekre vágjuk és a mártással tálaljuk.





Milánói sertésborda

Hozzávalók:

- 60 dkg rövid sertéskaraj
- 50 dkg makaróni
- 10 dkg császárszalonna
- 10 dkg gépsonka
- 10 dkg csiperkegomba
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- 5 ek sűrített paradicsom
(vagy passzírozott paradicsom)
- 20 dkg trappistasajt
- só, bors, oregánó és bazsalikom ízlés szerint

Elkészítés:

Elsőször a sertéskarajt felvágjuk vékony szeletekre, majd enyhén megsózzuk és megborsozzuk. Ezután a császárszalonnát apróra kockázzuk, és egy nagyobb serpenyőben megpirítjuk, hogy kiengedje a zsírt. Hozzáadjuk az apróra vágott vöröshagymát, és üvegesre dinszteljük. Ezután beledobjuk a felcsíkozott gépsonkát, majd a szeletekre vágott csiperkegombát, és együtt pirítjuk tovább, hogy minden megpuhuljon. Rátesszük a felaprított fokhagymát, majd hozzáadjuk az 5 evőkanál sűrített paradicsomot vagy passzírozott paradicsomot. Ízesítjük sóval, borssal, oregánóval és bazsalikkal, majd pár percre főzzük, hogy az ízek összeérjenek.



120 perc



Az ételt készítette:
Bodri Koppány
szakács, Cegléd

Közben sós vízben megfőzzük a makarónit, leszűrjük, és félretesszük. A sertésszeleteket kirántjuk, a paradicsomos-gombás szósszal összeforgatott tésztára helyezük, végül a tejére reszeljük a trappista sajtot.





Meggyes-mákos vargabéles erdei gyümölcsös öntettel



60 perc

Hozzávalók:

- 500 g rögös túró
- 150 g cénametélt
- 4 db tojás
- 90 g kristálycukor
- 1 db citrom reszelt héja
- 180 g tejföl
- 1 csomag vaníliás cukor
- 90 g darált mák
- 8 db réteslap
- vaj
- zsemlemorzsa

Hozzávalók az öntethez:

- 200 g fagyasztott erdei gyümölcs keverék
- 1 ek barnacukor
- fél tk fahéj
- 0,5 dl víz kikeverve ½ ek keményítővel

Elkészítés:

A cénametétet forrásban lévő vízben kifőzzük, majd leszűrjük, leöblítjük és kihűtjük.

A tojásokat szétválasztjuk, a sárgáját kihabosítjuk a cukorral és a reszelt citromhéjjal. Ezután hozzákeverjük a túrót, a mákot, 150 g tejfölt és a kifőzött cénametétet. A tojásfehérjéből kemény habot verünk, majd óvatosan a tésztás alapba forgatjuk.



A desszertet készítette:
Barnai-Halász Mercédesz
marketing és támogatási
osztályvezető

A tepsit vagy tortaformát kivajazzuk, megszórjuk kevés zsemlemorzssával, és kibéleljük 4 db réteslappal, a rétegek között mindig olvasztott vajjal kenve. Ráöntjük a túrós-tészta keveréket, majd a tetejét befedjük a maradék 4 réteslappal, szintén vajjal kenve a rétegek között.

A maradék 30 g tejfölt kikeverjük kevés olvasztott vajjal, és ezzel kenjük meg a sütemény tetejét. 180 °C-ra előmelegített sütőben kb. 40–45 percig sütjük, amíg szép aranybarnára és ropogósra sül.

Közben elkészítjük az erdei gyümölcsös öntetet: a fagyasztott gyümölcsöt a fahéjjal, cukorral és keményítővel edénybe tesszük, és lassú tűzön forrásig főzzük.

A kihűlt mákos vargabéles tetejére kanalazuk az öntetet, és már tálalhatjuk is.



Aranyló bünbeesés

- Aranygaluska újrarendelve

Hozzávalók a vaníliás mousse-hoz:

- 250 ml habtejszín
- 200 g fehércsokoládé
- 50 g cukor
- 3 tojás sárgája
- 1 tk vaníliakivonat
- 3 lap zselatin

Hozzávalók a piskótához:

- 4 tojás
- 120 g cukor
- 100 g liszt
- 20 g keményítő
- 1 tk vaníliakivonat
- 1 csipet só
- 50 g olvasztott vaj

Hozzávalók a diós pralinéhez:

- 100 g cukor
- 2 ek víz
- 20 g vaj
- 60 g dió

Elkészítés:

A zselatinlapokat hideg vízbe áztatjuk. A tojássárgákat a cukorral kihabosítjuk, közben 200 ml habtejszint a vaníliakivonattal felforralunk. A forró vaníliás tejszint folyamatos keverés mellett a tojássárgás masszához öntjük, majd sűrű krémet főzünk belőle. Hozzáadjuk a kinyomkodott zselatint és a fehér



150 perc



A desszertet készítette:
Blumenschein Mónika
szakács, Dombóvár

csokoládét, és addig keverjük, amíg teljesen elolvad. Langyosra hűtjük. A maradék tejszint kemény habbá verjük, és óvatosan beleforgatjuk a krémbe. A mousse-t 2 órára hűtőbe tesszük. A tojásokat szétválasztjuk. A fehérjét a sóval kemény habbá verjük. A sárgákat a cukorral és a vaníliával kihabosítjuk, majd hozzákeverjük az olvasztott vajat és a keményítő lisztet. Végül óvatosan beleforgatjuk a fehérjehabot. A masszát sütőpapírral bélelt tepsibe simítjuk, és 180 °C-on 12-15 perc alatt készre sütjük. A cukrot a vízzel lassan melegítjük, amíg aranybarna karamellt nem kapunk. A tűzről levéve belekeverjük a vajat, majd a diót. Az elkészült pralinét sütőpapírra öntjük, és teljesen kihűtjük. A kihűlt piskótából linzerformával korongokat szaggatunk. A mousse-t habzsákból kis halomokban a piskótára nyomjuk. A diópralinéből ropogós morzsát készítünk, és megszórjuk vele a desszertet. Karamell-szilánkokkal díszítjük.



Családi ízutazás
a konyhában



Márványsajtos-tejszínes csirkemellcsíkok krumplipürével



45 perc

Hozzávalók a főételhez:

- 1 nagy fej vörös hagyma
- 600 g csirkemell
- 2-3 gerezd fokhagyma
- 200 ml főzőtejszín
- 100 g márványsajt
- só, bors
- petrezselyem

Hozzávalók a körethez:

- 1 kg krumpli
- 5 dkg vaj
- 2 dl tej
- só, bors
- szerecsendió

Elkészítés:

A felkockázott vöröshagymát kevés zsíradékon megdinszteljük, majd hozzáadjuk a csíkokra vágott csirkemellet, a zúzott fokhagymát és egy kevés vizet. Ha a hús megpuhult és a víz elpárolgott, hozzáadjuk a főzőtejszínt, és együtt forrásig főzzük. Végül megszórjuk széttördelt márványsajttal, majd addig melegítjük és kevergetjük, amíg a sajt teljesen elolvad. Ízlés szerint sóval, borssal és friss vagy szárított petrezselyemmel ízesítjük. A krumplipüréhez a burgonyát felkockázzuk, sós vízben megfőzzük. Miután megpuhult, leszűrjük, majd krumplitörővel összetörjük.



Az ételt készítették:

Pap Nadin piacfejlesztési vezető és unokaöccsei, **Iván és Igor**

Hozzákeverjük a vaját és a tejet, ízlés szerint sóval, borssal és szerecsendióval fűszerezzük.





Spenótos tészta, mézes-mustáros csirkemellel

- Máté kedvence



40 perc

Hozzávalók:

- 250 g spagetti tészta
- 750 g spenót (friss, vagy 450 g mélyhűtött)
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 dl habtejszín
- 3 ek napraforgó olaj
- só, bors ízlés szerint
- 10 dkg trappista sajt
- 500 g csirkemellfilé
- 4-5 ek mustár
- 1 kávéskanál só

Elkészítés:

A megfőtt spenótot kevés olajon megfuttatjuk, majd az összezúzott fokhagymát hozzáadjuk. Kevergetve pár percre tovább főzzük. Hozzáadjuk a tejszínt, sózzuk, borsozzuk, és néhány perc alatt összefőzzük. A kifőtt tésztával összekeverjük, majd reszelt sajttal meghintve tálaljuk.

A csirkemellet felszeleteljük, majd összekeverjük a mustárral és a fűszerekkel. Az olajat ráöntjük, majd 1 órára a hűtőbe tesszük pihenni (előző nap is elkészíthető, ilyenkor még ízesebb lesz). A szeleteket tepsibe tesszük, alufóliával lefedve 10 percre pároljuk. A fóliát levéve 200 °C-on sütjük, amíg barnulni nem kezd.



Az ételt készítették:
Nagyné Szokola Edina ügyfélkapcsolati vezető és kislánya, **Máté**





Cukkini-pizza

Hozzávalók:

1 db cukkini
10 dkg házi paradicsomszósz
7 dkg trappista sajt
5 dkg paprikás szalámi



15 perc

Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 230 °C-ra.

A cukkinit mossuk meg, és vágjuk fél centi vastag karikákra. Tegyük őket egy sütőpapírral bélelt tepsire.

Kenjük meg a karikákat paradicsomszósszal. Mindegyik tetejére tegyünk egy szelet paprikás szalámit, majd szórjuk meg egy csipet reszelt sajttal.

Tegyük a tepsit a forró sütőbe 5 percre. Ha van grillfunkció, süssük további 2 percig. Ha nincs grillsütés, 10-15 perc alatt készre süssük alsó-felső sütésen, 180 °C-on.



Az ételt készítették: **Saru Anita**
győri adminisztrátor és kislánya,
Elena





Rozmaringos kacsacomb, fokhagymás sült burgonyával és párolt zöldségekkel



150 perc

Hozzávalók:

- 4 db kacsacomb
- 5 db nagyobb burgonya
- 3 db sárgarépa
- 1 kisebb fej lilakáposzta
- 1 kisebb fej brokkoli
- kacsaszőr
- 2 dl száraz fehérbor
- 6 dl almalé
- 1 fej fokhagyma
- 2 fej vörshagyma
- rozmaring, fahéj, szegfűszeg, só, bors
ízlés szerint

Elkészítés:

A kacsacombot bedörzsöljük sóval, borssal és rozmaringgal, majd letakarva egy órát pihentetjük. Egy kiolajozott tepsibe tesszük a félbevágott fokhagymagerezdeket (4 db), a félbevágott vörshagymákat (2 db) és a kacsacombokat. Aláöntünk kb. 1 ujjnyi száraz fehérbort. 190 °C-on 40 percig lefedve, majd további 60 percig fedő nélkül sütjük, amíg készre nem pirul.

A burgonyát meghámozzuk, nagyobb darabokra vágjuk, és sós vízben kb. 80%-osra főzzük. Ezután tepsiben, kacsaszíron sóval, borssal és fokhagymával ropogósra sütjük.



Az ételt készítették:
Miklósné Nagy Valéria
győri élelmészvezető és gyermekei,
Máté és Jázmin

A lilakáposztát félcentis csíkokra vágjuk, felöntjük almalével, majd ízlés szerint fűszerezük (csipet só, barna cukor, fahéj, szegfűszeg), és készre pároljuk.

A sárgarépát és a brokkolit szintén ízlés szerint pároljuk készre.





Tagliatelle vajban sült szaftos csirkével, parmezános-paprikás Alfredo szósszal



20 perc

Hozzávalók:

- 50 dkg csirkemellfilé
- 30 dkg tészta
- 5 dl tejszín
- 1 ek vaj
- 1 ek olívaolaj
- 3 gerezd fokhagyma
- 5 dkg parmezán sajt
- 3 ek friss petrezselyem
- só és bors ízlés szerint

Elkészítés:

A megtisztított csirkemellet vágjuk félbe, úgy, hogy a hús ne vágódjon át teljesen, majd nyissuk szét, mint egy könyvet. Helyezzünk rá sütőpapírt, és sodrófával vagy kézzel kicsit klopfoljuk ki, hogy vékonyabb legyen. Sózzuk és borsozzuk ízlés szerint. Egy serpenyőben hevítsünk olívaolajat, majd süssük benne a csirkemellet közepes lángon aranybarnára. Ezután vegyük ki a serpenyőből, hagyjuk néhány percre pihenni, majd szeleteljük fel. A csirke sütésével párhuzamosan főzzük al dente tésztát enyhén sós vízben. A főzővízből tegyünk félre egy keveset a szósz állagának beállításához.

A serpenyőben, amiben a csirkét sütöttük, olvasszuk meg a vajat, adjuk hozzá az ösz-



Az ételt készítették:
Pap Dávid adatelemző és kisfia, **Teo**

szezúzott fokhagymát, és pirítsuk kb. 30 másodpercig. Öntsük hozzá a tejszínt, sózzuk, és hagyjuk gyöngyözni. Keverjük bele a reszelt parmezánt, majd ha elolvadt, adjuk hozzá a finomra vágott petrezselymet is.

Forgassuk a tésztát a szószba. Ha túl sűrű lenne, adjunk hozzá egy kevés félretett főzővizet, hogy a kívánt állagot elérjük. Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. A csirkemell szeleteket a tésztába keverhetjük, vagy a tetején tálalhatjuk.



Ceglédberceli Sváb Milikrein



20 perc

Hozzávalók:

- Anya, aki őrzi a sváb hagyományokat :)
- 1 l tej
- 4 kanál liszt
- 4 tojás
- 4 kanál kristálycukor
- 2 csomag vaníliás cukor
- 3 dkg vaj
- porcukor
- őrölt fahéj
- mazsola

Elkészítés:

A tejet feltesszük forralni. Közben a lisztet egy kevés, a liter tejből félretett tejjel simára, csomómentesre keverjük.

A tojásokat egy tálba felütjük, majd kissé felverjük – épp csak annyira, hogy a sárgája és a fehérje elkeveredjen. Ehhez hozzáöntjük a csomómentes lisztes tejet, és simára keverjük. Amikor a tej felforrt, hozzáadjuk a cukrot és a vaníliás cukrot, majd elkeverjük. Lehúzzuk a tűzről, és folyamatos keverés mellett vékony sugárban beleöntjük a tojásos-lisztes keveréket. Visszatesszük a tűzre, és állandó keverés mellett addig főzzük, míg sűrű, pudingszerű állagot kapunk.

A szórathoz a porcukrot elkeverjük ízlés szerint fahéjjal és mazsolával, majd a kész milikrein tetejére szórjuk tálaláskor.

A milikrein igazi, tradicionális sváb étel, melyet



Az ételt készítették:

Havasi Rita

gazdasági vezető és édesanyja,
Marcsi

Nagyanyáink is főztek. Jellemzően húsleves után szolgálták fel és a levesben lévő főtt hússal tálták.





Narancskrém narancsos-citromos pöfeteggel



2-2,5 óra

Hozzávalók a narancskrémhez:

- 4 dl tejszín
- 10 dkg kristálycukor
- 10 ml citromlé
- 10 ml kifacsart narancslé
- 4 narancs
- díszítés: menta, fahéj, csokireszelék

Hozzávalók a pöfeteghez:

- 10 dkg puha vaj
- 1 db tojás
- 1 db narancs leve és reszelt héja
- ½ csésze joghurt
- 12 dkg porcukor
- 30 dkg finomliszt
- 6 g sütőpor
- 1 csipet só

Hozzávalók a golyók hempergetéséhez:

- 5 ek kristálycukor
- 5 ek porcukor

Elkészítés:

A narancskrémhez a tejszínt a cukorral felforraljuk. A narancsok egyikének héját lereszeljük, mindkét narancs levét kifacsarjuk. A narancshéjat, a narancslevet és a citromlevet belekeverjük a felforralt tejszínbe. A még folyós krémet kivájt narancshéjakba adagoljuk, és hagyjuk kihűl-



A desszertet készítették:
Viola Ágnes területi vezető és
kislánya, **Vanda**

ni. Néhány órára hűtőbe tesszük, amíg a krém megdermed. Tálalás előtt ízlés szerint díszítjük.

A vajat, a tojást, a narancs levét és reszelt héját, a joghurtot, valamint a cukrot kézi mixerrel alaposan kikeverjük. A lisztet a sóval és a sütőporral elkeverjük, majd a vajas keverékhez adjuk, és addig keverjük, amíg összeáll a tészta. A sütit előmelegítjük 180 °C-ra. A tésztából dió nagyságú darabokat szakítunk, tenyerünkben gömbölyítjük, majd először kristálycukorba, utána porcukorba forgatjuk. A golyókat sütőpapírral bélelt tepsire sorakoztatjuk, egymástól kissé távol. Az előmelegített sütőben 15 perc alatt készre sütjük.



Túrógombóc zabkekszmorzsába forgatva, mentás erdei gyümölcs-öntettel



90 perc

Hozzávalók a túrógombóchoz:

- 0,5 kg túró
- 3 tojás
- 1 ek cukor
- 1 ek liszt
- 6 ek búzadara

Hozzávalók az öntethez:

- 0,5 kg gyümölcs
- 4 ek cukor
- kevés víz
- 4-5 levél menta

Elkészítés:

A tojásokat szétválasztjuk. A sárgájához hozzáadjuk a túrót, a cukrot, a lisztet és a búzadarát, majd alaposan összekeverjük. A fehérjét kemény habbá verjük, majd óvatosan a masszához forgatjuk. Ezután a tésztát egy órára a hűtőbe tesszük pihenni.

A gombócokat forró vízben kb. 10-12 perc alatt készre főzzük, majd pirított, cukros zabkekszmorzsában megforgatjuk.

A mártáshoz a gyümölcsöt kevés vízben főzzük cukorral és néhány mentalevéllel. Ha a gyümölcs kellően szétfőtt, kivesszük a mentaleveleket, botmixerrel pürésítjük, majd szűrőn átpaszírozzuk, hogy a magok ne maradjanak benne.



Az ételt készítették:
Pohl Dávid soproni szakács és kislánya,
Olivér

Tálaláskor friss gyümölcsökkel, porcukorral és friss mentalevéllel díszítjük.





Mentesen, de mesterien



Növényi-sajtos, zabpelyhes cukkinifasírt sütőtökpürével



15 perc

Hozzávalók a fasírhoz:

- 4 db kisebb zsenge cukkini
- 100 g reszelt növényi sajt
- 1 db tojás
- 1 ek gluténmentes zabpehely
- só, bors, fokhagyma, bazsalikom, fűszerpaprika ízlés szerint
- szükség esetén gluténmentes liszt
- a sütéshez olaj

Hozzávalók a püréhez:

- 600 g sütőtök
- 50 ml rizstej
- só, bors, szerecsendió ízlés szerint

Elkészítés:

A cukkinit lereszeljük, tálba tesszük, besózzuk, majd 10 percig állni hagyjuk. Ezután alaposan kinyomkodjuk belőle az összes nedvességet.

A cukkinit összekeverjük a fűszerekkel, a tojással, a zabpehellyel és a reszelt növényi sajttal. Hagyjuk, hogy a zabpehely megszívja magát. Ha szükséges, adhatunk hozzá gluténmentes lisztet.

A masszából golyókat formázunk. Olajat melegítünk egy serpenyőben, annyit, hogy a golyókat félig ellepje. Közepesen magas lángon oldalanként 3-3 perc alatt készre sütjük őket. A sütőtököt feldaraboljuk, sütőpapírral bélelt



Az ételt készítette:
Szabó Alexandra
dietetikus, Győr



tejmentes



gluténmentes

tepsibe tesszük, és 220 °C-on puhára sütjük. A sült tököt kikanalazzuk a héjából, majd simára turmixoljuk.

A pürét elkeverjük a langyos rizstejjel, és ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, esetleg szerecsendióval fűszerezzük.





Karfiolcurry

Hozzávalók:

- 1 kis fej karfiol rózsáira szedve
- 1-1 piros és zöld kaliforniai paprika vékony csíkokra vágva
- 100 g zöldbab
- 1 ek növényi olaj
- 3 gerezd fokhagyma zúzva
- 400 ml zsíros kókusztej (konzerv)
- 1 marék friss koriander
- 1 púpozott evőkanál curry paszta (sárga vagy piros)
- 1 ek cukor vagy nádcukor
- 1 teáskanál friss gyömbér reszelve
- ½ lime leve

Elkészítés:

Egy nagy serpenyőben melegítsük meg az olajat, tegyük bele a fokhagymát, és pár perc alatt pirítsuk meg. Ezután adjuk hozzá a kisebb darabokra vágott karfiolt, a paprikákat és a zöldbabot. Keverjük össze, majd süssük a zöldségeket belül puhára, kívül roppanósra 15–20 perc alatt. Tegyük félre.

Egy kisebb lábosban keverjük össze a cukrot, a gyömbért és a curry pasztát, majd öntsük fel a kókusztejjel. Forraljuk fel, és pár percig főzzük. Öntsük rá a félretett zöldségekre, majd forraljuk fel újra, és gyakori kevergetés mellett főzzük 15 percig.

A végén adjuk hozzá a lime levét és a friss koriandert. Rizstésztával vagy rizzsel tálaljuk.



60 perc



Az ételt készítette:

Csontos Erika

kiemelt adminisztrátor, Albertirsa



tejmentes



tojásmentes



gluténmentes





tejmentes



gluténmentes

Tipp:

Fokhagyma-
rajongóknak: adjunk
egy nagy gerezd apróra
vágott fokhagymát
a krémhez az íz
fokozására.

**Tipp:**

A bedagasztott
kenyértésztához
keverhetünk aszalt
paradicsmot vagy
olívabogyót is.

Erdélyi padlizsánkrém gluténmentes gyökérkenyérrel



90 perc

Hozzávalók a gyökérkenyérhez:

- 500 g gluténmentes kenyérliszt
- 450 ml langyos víz
- 10 g szárított élesztő vagy 20 g friss élesztő
- 40 g napraforgó olaj
- só ízlés szerint

Hozzávalók a padlizsánkrémhez:

- 2-3 db friss padlizsán (60-70 dkg)
- ½ fej lilahagyma
- só, bors ízlés szerint, házi majonéz

Hozzávalók a házi majonézhez:

- 1 db főtt és 1 db nyers tojássárgája
- 1,5 dl napraforgó olaj
- 1 tk mustár
- pár csepp citromlé

Elkészítés:

A sót, az olajat és a vizet egy tálba tesszük, majd hozzáadjuk a lisztet és az élesztőt. A hozzávalókat pár mozdulattal összekeverjük, majd dagasztjuk, amíg homogén állagú tésztát kapunk. Az elkészült tésztát nedves konyharuhával letakarva, meleg helyen 45 percig kelesztjük. A pihentetés után enyhén lisztezett deszkán formázzuk, majd sütőpapírral bélelt tepsire helyezük. Letakarjuk és 30 percig tovább pihentetjük. Közben előmelegítjük a sütőt (légkeveréses: 210 °C, alsó-felső sütés: 220 °C), és a sütő aljába egy tűzálló edénybe kb. 100 ml vizet teszünk. A pihentetés után a



Az ételt készítette:
Rétyi Beáta területi vezető

kenyér tetejét vízzel megkenjük, majd kb. 50 perc alatt készre sütjük.

A padlizsánt szabad tűzön, parázson sütjük kb. 40-45 percig, többször átfordítva, hogy minden oldala egyenletesen süljön. Miután megsült, hideg vízbe mártjuk, majd meghámozzuk. Ezután tésztaszűrőbe tesszük, hogy a sütés és hámozás során összegyűlt folyadék lecsöpögjön és a padlizsán lehűljön.

A főtt tojássárgáját összetörjük, hozzáadjuk a nyers tojássárgáját, valamint a mustárt, és alaposan elkeverjük. Folyamatos kevergetés mellett lassan hozzácsurgatjuk az olajat és a citromlevet. Az elkészült majonézt felhasználásig hűtőben tároljuk.

A padlizsánt kés segítségével pépesre aprítjuk, és keverőtálba tesszük. A hagymát apró kockákra vágjuk, és a padlizsánhoz adjuk. Sózzuk, borsozzuk, majd alaposan elkeverjük. Hozzáadjuk az elkészült majonézt, és összekeverjük.



Lencse-steak céklás hummusszal és pirított fenyőmaggal



45 perc

Hozzávalók a lencse-steakhez:

- 2 konzerv (összesen kb. 500 g) lencse
- 2 közepes sárgarépa (reszelve)
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma (zúzva)
- 4 ek őrölt zabpehely (vagy zabliszt)
- 2 ek lenmag + 6 evőkanál víz
- 1 tk füstölt paprika
- 1 tk őrölt kömény
- só, bors ízlés szerint
- olaj a sütéshez

Hozzávalók a céklás humuszhoz:

- 1 konzerv (kb. 240 g) csicseriborsó
- 1 nagyobb sült cékla (kb. 200 g)
- 3 evőkanál tahini
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 evőkanál frissen facsart citromlé
- só, bors ízlés szerint
- kevés víz (kb. 2-4 evőkanál)

Hozzávalók a tálaláshoz:

- 3-4 evőkanál pirított fenyőmag
- 2 marék friss rukkola vagy madársaláta

Elkészítés:

A konzerv lencsét alaposan lecsepegtetjük, majd egy nagy tálban villával durvára törjük. Hozzáadjuk a reszelt sárgarépát, vöröshagymát, fokhagymát, a 5-10 percig



Az ételt készítette:
Nagy Cintia
vezetői asszisztens



tejmentes



tojásmentes



gluténmentes

vízben áztatott lenmag-keveréket, a zablisztet és a fűszereket. Az egészet alaposan összedolgozzuk. Ha túl lágy, kevés zabpehellyel vagy plusz zabliszttal sűrítjük. A masszából kb. 8 pogácsaformájú fasírtot készítünk, majd kevés olajon, közepes lángon, mindkét oldalukat 3-4 perc alatt aranybarnára sütjük. A sült céklát, csicseriborsót, tahinit, fokhagymát, citromlevet és a fűszereket turmixgépbe tesszük. Simára dolgozzuk, közben annyi vizet adunk hozzá, hogy krémes, kenhető állagot kapjunk.

A tányérra először a céklás hummuszt kanalazzuk. Ráhelyezzük a ropogósra sült lencse-steakeket. Megszórjuk pirított fenyőmaggal és friss rukkolával.



Vegán csokis pohárkrém

Hozzávalók:

- 170 g vegán étcsoki
- 1 ek kókuszszír
- 400 ml konzerv kókusztejszín
- 1 tk vaníliaaroma
- 2 ek kukoricakeményítő
- 1 csipet só

Hozzávalók a díszítéshez:

- 10-20 db áfonya, ribizli
- 4 db citromfűlevél
- 4 kocka vegán étcsoki

Elkészítés:

A csokoládét kockákra törjük, majd a kókuszszírral együtt tálba tesszük. Mikrohullámú sütőben, 1-1 perces melegítéssel, közben átkeverve felolvasztjuk (vigyázzunk, mert könnyen megéghet).

Ezután alaposan elkeverjük a kókusztejszínnel, a vaníliaaromával, a kukoricakeményítővel és egy csipet sóval. Ezt a keveréket is óvatosan, rövid ideig a mikróban összemelegítjük.

A krémet poharakba porciózzuk, majd legalább 2 órára hűtőbe tesszük, hogy megdermedjen. Tálaláskor friss áfonyával, ribizlivel, citromfűlevéllel és egy-egy kocka étcsokoládéval díszítjük.



30 perc
+ hűtés



A desszertet készítette:
Pánczelné Tenk Beatrix
ügyfélkapcsolati vezető



tejmentes



tojásmentes



gluténmentes



Protein Raffaello

Hozzávalók:

- 70 g zabpehely (apróra darálva)
- 50 g kókuszreszelék, további 30 g a hempergetéshez)
- 30 g vaníliás fehérjepor
- 130 g görög joghurt (2%-os)
- 20 g mogyoróvaj (kb. 1 evőkanál)
- Édesítőszer ízlés szerint (eritrit/nyírfacukor)
- 1 tk vaníliaaroma
- töltelékhez 20 szem mandula vagy 20 kis kávéskanál proteinkrém

Elkészítés:

A zabpehelyt daráljuk finomra. Keverjük össze a zabot, a kókuszt és a fehérjeport. Adjuk hozzá az édesítőt, a joghurtot, a mogyoróvaját és a vaníliaaromát. Dolgozzuk masszává. Ha túl lágy, tegyünk még hozzá kókuszt vagy zabot; ha túl száraz, adjunk hozzá 1–2 evőkanál joghurtot. Pihentessük a masszát hűtőben kb. 30 percig. Formázzunk diónyi golyókat, középebe tegyünk mandulát vagy proteinkrémet. Forgassuk kókuszreszelékbe. Pihentessük hűtőben legalább 1 órát, hogy szépen összeálljon.



tejmentes



tojásmentes



gluténmentes



25 perc
+ hűtés



A desszertet készítette:
Tanczos Gyöngyi
üzemeltetési vezető





Tojásmentes tiramisu

Hozzávalók:

- 2 csomag cukrozott babapiskóta
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 üveg rumaroma vagy ízlés szerint rum
- 1 csomag főzés nélküli vaníliás pudingpor
- 2 doboz (kb. 500 g) mascarpone
- porcukor (ízlés szerint, kb. 2-3 evőkanál)
- cukrozatlan kakaópor (a tetejére)
- 3-4 dl habtejszín vagy édesített növényi tejszín
- 3 dl hideg tej

Elkészítés:

Egy tálban elkeverjük a főzés nélküli vanília-pudingot 3 dl hideg tejjel, amíg sima, sűrű pudingot nem kapunk. Félretesszük.

Egy másik tálban a mascarponét simára keverjük kb. fél üveg rumaromával (vagy ízlés szerint rummal) és 2-3 evőkanál porcukorral (attól függően, ki mennyire szereti édesen). Ezután hozzáadjuk az előzőleg elkészített pudingot, és alaposan összedolgozzuk, amíg könnyebb állagú krémet kapunk.

A tejszínt kemény habbá verjük. Ha édesített tejszínt használunk (pl. Hualát), nem szükséges plusz cukrot hozzáadni.

A felvert tejszínt óvatosan beleforgatjuk a pudingos-mascarponés krémbe. Így egy könnyű, lágy, jól kenhető krémet kapunk.

Készítsünk 1-2 adag erős feketekávét, majd keverjük bele a vaníliás cukrot és 2-3 evőkanál rumaromát. A babapiskótákat egyesével rövid időre mártsuk bele a kávéba.



40 perc



A desszertet készítette:

Püspök Csilla

HR generalista

Egy tál vagy tepsi aljára helyezünk egy sor kávéba mártott babapiskótát. Erre jön egy réteg krém, majd ismét piskóta és krém, amíg a hozzávalók elfogynak. A tetejére krém kerüljön.

A tetejét szórjuk meg cukrozatlan kakaóporral, majd tegyük hűtőbe.





Szeretettel sütve



Házi somlói galuska

Hozzávalók a piskótához:

- 8 db tojás
- 8 ek finomliszt
- 8 ek kristálycukor
- 1 csomag sütőpor

Hozzávalók a csokiöntethez:

- 9 dl tej
- 2 tasak csoki pudingpor
- 5 dkg cukrozatlan kakaópor
- 5 ek porcukor
- 30 ml rum aroma
- 10 dkg dió (pirított, durvára vágva)

Hozzávalók a tejszínhabhoz:

- 500 ml habtejszín
- 2 ek porcukor
- 1 ek vaníliás cukor
- 2 tasak habfixáló

Elkészítés:

A piskóta tésztájához a tojások fehérjét porcukorral kemény habbá verjük. Hozzáadjuk a tojások sárgáját.

A száraz hozzávalókat, a lisztet és a sütőport összekeverjük, majd a tojásokhoz adjuk.

Sütőpapírral kibélelt tepsiben, 180 °C-on, aló-felső fokozaton megsütjük.

A csokiöntethez kb. 7 dl tejet felforralunk. A maradék tejjel simára keverjük a csokis pudingport és a kakaót. A felforralt tejhez adjuk a pudingporos kakaót, és sűrűre főz-



70 perc



A desszertet készítette:
Lévai László
régióvezető

zük. Ha kihűlt, hozzáadjuk a rum aromát. Az előre lehűtött habtejszint kemény habbá verjük majd hozzáadjuk és elkeverjük a porcukorral, a vaníliás cukorral és habfixálóval.

A piskótát kockákra vágjuk. Egy tálba lerakunk egy sor piskótát, majd leöntjük csokiöntetrel, megszórjuk dióval, ezután a felvert tejszínhab következik, majd erre piskóta, csokiöntet, dió, tejszínhab... folytatjuk addig, amíg a tál meg nem telik, vagy a hozzávalók el nem fogynak. A rétegezést lehetőleg tejszínhabbal fejezzük be.





Hóköcska

Hozzávalók a tésztához:

- 38 dkg liszt
- 15 dkg margarin
- 1 tojás
- 3 ek cukor
- 2 dkg szalagória
- annyi tej, hogy lágy tésztát kapjunk

Hozzávalók a krémhez:

- 5 dl tej
- 5 ek liszt
- 25 dkg vaj
- 25 dkg porcukor
- 4 db vaníliás cukor

Elkészítés:

A lisztet, a margarint, a tojást, a cukrot és a szalagóriát összegyúrjuk annyi tejjel, hogy lágy, könnyen nyújtható tésztát kapjunk. A tésztát három egyenlő részre osztjuk. Mind-egyik lapot világosra sütjük.

A lisztet 5 dl tejben csomómentesre keverjük, majd sűrű péppé főzzük. Külön tálban a vajat a porcukorral és a vaníliás cukorral habosra keverjük, majd hozzáadjuk a főzött krémet, és egyneműre dolgozzuk.

Az első lapot megtöltjük egy réteg krémmel, ráhelyezzük a második lapot, újabb réteg krém következik, végül a harmadik lap.

A kész süteményt 2–3 napig fóliába (folpack-ba) csomagolva pihentetjük, hogy a lapok kellően megpuhuljanak.

Tálalás előtt a tetejét porcukorral meghintjük.



50 perc



A desszertet készítette:
Vargáné Matók Judit
bér és TB ügyintéző





Extra tipp: Amennyiben a habtejszint túlságosan felverjük, egy idő után a zsiradék külön válik, mely gombóccá formázva vajként használható.

Fehér csokoládés szeletsütemény

Hozzávalók a piskótához:

- 10 tojás
- 10 ek porcukor
- 10 ek liszt
- 12 g sütőpor

Hozzávalók a fehér csokoládés krémhez:

- 250 g fehér csokoládé
- 500 ml habtejszín
- 500 g mascarpone
- 12 db lapzselatin (vagy 20 g zselatinfix)

Elkészítés:

Vízgőz felett megolvasztjuk a kockára tört fehér csokoládét.

A zselatinlapokat hideg vízben 5–7 percig duzzasztjuk, majd óvatosan kinyomkodjuk és mikrohullámú sütőben felmelegítjük.

Az olvadt csokoládéhoz hozzákeverjük a felmelegített zselatint, majd folyamatos keverés mellett a mascarponéhoz öntjük.

A habtejszínből kemény habot verünk, és óvatosan a mascarponés keverékhez forgatjuk. Ha szükséges, adhatunk hozzá habfixálót a jobb tartás érdekében. A krémet hűtőben pihentetjük.

A piskótához szétválasztjuk a tojásokat. A tojásfehérjét a porcukorral kemény habbá verjük.

Hozzáadjuk a tojássárgáját, és lazán, pár mozdulattal átforgatjuk.



150 perc
+ hűtés



A desszertet készítette:
Bárdos-Meszlényi Csilla
élelmezésvezető, Makó

A lisztet és a sütőport hozzászitaljuk, majd óvatosan homogénné keverjük.

A masszát sütőpapírral bélelt tepsibe töltjük, és 180 °C-ra előmelegített sütőben kb. 12 perc alatt megsütjük. Tűpróbával ellenőrizhetjük, hogy elkészült-e.

Ha kihűlt, egyforma téglalapokra vágjuk. Amennyiben tortát vagy számtortát szeretnénk készíteni, karton sablon segítségével bármilyen formát választhatunk.

A krémet habzsákba töltjük, és az alsó piskótalapokat megtöltjük.

Ráhelyezzük a második piskótaréteget, majd arra is krémet nyomunk.

Végül ízlés szerint díszítjük csokoládéval és szezonális gyümölcsökkel.



Epres mousse torta

Hozzávalók a tésztához:

- 72 g vaj
- 72 g porcukor
- 72 g liszt
- 72 g tojás

Hozzávalók a mousse-hoz:

- 6 db lapzselatin
- 500 g eper
- 100 g kristálycukor
- 50 g víz
- 80 g tojásfehérje
- 300 g tejszín

Hozzávalók a gyümölcszeléhez:

- 3 db lapzselatin
- 300 g eper
- 50 g kristálycukor

Elkészítés:

A tésztához a szobahőmérsékletű vaját összekeverjük a porcukorral, a liszttel és a tojással. Spatulával elkezdjük összedolgozni, majd habverővel addig keverjük, amíg homogén állagú tésztát kapunk. A masszát egy 24 cm átmérőjű tortaformába öntjük, és 175 °C-ra előmelegített sütőben 10-12 perc alatt aranybarnára sütjük.

A mousse-hoz a zselatinlapokat hideg vízbe áztatjuk, közben az epret forrásig melegítjük. Botmixerrel pürésítjük, majd feloldjuk benne a kicsavart zselatinlapokat. Szobahőmérsékleten hagyjuk kihűlni. A cukrot a vízzel felforraljuk,



5 óra



A desszertet készítette:
Balázs Fanni
auditor

miközben a tojásfehérjét elkezdjük kihabosítani. A 119 °C-ra hevített cukorszirupot lassan, vékony sugárban a fehérjéhez csurgatjuk, és folyamatosan tovább verjük, amíg a hab ki nem hűl. A kész tojáshabot kézi habverővel, két-három részletben az eperpüréhez forgatjuk. Ezután a lágy habbá vert tejszínt is hozzáadjuk.

A kihűlt vajás tésztát tortaformában hagyjuk, vagy tortakarikát helyezünk köré. A karika falát fóliával béleljük, hogy ne ragadjon hozzá a mousse. Ráöntjük az epres krémet, majd hűtőbe tesszük 3-4 órára, amíg teljesen megdermed. Az eperzeléhez a zselatinlapokat hideg vízbe áztatjuk. Az epret a cukorral forrásig melegítjük, majd botmixerrel pürésítjük. Hozzáadjuk a kicsavart zselatinlapokat, és kb. 30 percig szobahőmérsékleten hűlni hagyjuk.

A mousse tetejére öntjük a zselét, majd visszate vesszük a hűtőbe, amíg meg nem dermed.



Fahéjas csiga mascarponekrémmel



120 perc

Hozzávalók a tésztához:

- 55 dkg finomliszt
- 10 dkg kristálycukor
- 10 dkg vaj
- 2 egész tojás
- 1 csomag instant élesztő
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 csipet só
- 2,5 dl tej

Hozzávalók a töltelékhez:

- 7 dkg vaj
- 15 dkg cukor
- 2 tk fahéj

Hozzávalók a mázhoz:

- 2 ek mascarpone
- 5 dkg fehér csoki
- 2 ek porcukor
- egy pár kanál tej
- vaníliapaszta ízlés szerint

Elkészítés:

Langyos tejben elkeverünk egy kevés cukrot és az élesztőt, majd félretesszük. A lisztet, cukrot, vaníliás cukrot és sőt tálba mérjük, hozzáadjuk az olvasztott vajat, a tojásokat és az élesztős tejet, majd sima tésztává gyúrjuk. Letakarva, meleg helyen kb. 1 órát kelesztjük. Közben elkészítjük a tölteléket: összekeverjük az olvasztott vajat, a cukrot és a fahéjat. A



A desszertet készítette:
Radecki Eszter, marketing és kommunikációs munkatárs

megkelt tésztát átgyúrjuk, 80×40 cm-es téglalappá nyújtjuk, megkenjük vajjal, és bőségesen megszórjuk a fahéjas cukorral. Szorosan feltekerjük, 2–3 cm-es szeletekre vágjuk, és sütőpapíros tepsibe rakjuk. 175 °C-on, alsó-felső sütésen 20–25 perc alatt aranybarnára sütjük.

A mázhoz a mascarponét kikeverjük a porcukorral, kevés vaníliával és tejjel, majd az olvasztott csokoládéval. A még langyos csigákat ezzel kenjük meg.





Selymes, kávé vajkrémrel töltött macaron



90 perc
+ hűtés

Hozzávalók a macaronhoz:

- 11 dkg mandulaliszt
- 20 dkg porcukor
- 2 tk instant kávé
- 10 dkg tojásfehérje
- fél tk citromlé
- 6 dkg kristálycukor

Hozzávalók a vajkrémhez:

- 11 dkg sótlan vaj
- 18 dkg porcukor
- 1 tk instant kávé
- fél tk vaníliakivonat

Elkészítés:

A mandulalisztet, a porcukrot és a kávé szitáljuk egy nagy tálba, majd tegyük félre. Botmixerrel közepes sebességgel verjük fel a szobahőmérsékletű tojásfehérjét kemény habbá, majd adjuk hozzá a citromlevet is. Folyamatos keverés mellett adagoljuk hozzá a kristálycukrot, majd emeljük a sebességet legmagasabb fokozatra, és verjük addig, amíg kemény csúcsok nem képződnek. A száraz hozzávalók felét óvatosan, spatula segítségével keverjük a habhoz, majd ugyanezzel a technikával adjuk hozzá a maradékot. A tésztának sűrű, de folyós állagúnak kell lennie – ne keverjük túl, különben a macaronok nem nőnek meg a sütőben. Kanalazzuk a masszát kinyomózsákba, és sütőpapírral bélelt tepsire nyomjunk kb. 2,5 cm



A desszertet készítette:
Pálné Pirity Hajnalka
vezetői asszisztens

átmérőjű köröket. Ütögessük óvatosan a tepsit a pulthoz, hogy a légbuborékok távozzanak, és a gömbök szebben terüljenek. Hagyjuk állni szobahőmérsékleten 30–40 percre, amíg a tetejük bebőrösödik. Közben a sütőt melegítsük elő 145 °C-ra. A középső rácson süssük a macaronokat kb. 15 percre. Sütés után hagyjuk teljesen kihűlni, addig ne próbáljuk eltávolítani a sütőpapírról.

Egy közepes tálban keverjük simára a szobahőmérsékletű vajat, porcukrot, kávé és vaníliakivonatot. Nagy sebességen verjük 3–4 percre, amíg világos és habos nem lesz.

A kihűlt macaronok egyik felére tegyünk egy kis vajkrémet, majd illesszük rá a tetejüket.

Az összeállított macaronokat légmentesen záródó dobozban tároljuk hűtőben 12–24 órát. Fogyasztás előtt vegyük ki, és hagyjuk szobahőmérsékletűre melegedni.



Hartyáni krémes

Hozzávalók a tésztához:

- 2,5 ek méz
- 1 db tojás
- 10 dkg margarin
- 10 dkg porcukor
- 2 dkg kakaópor
- 2 kk szódabikarbóna
- 35 dkg liszt
- 20 dkg babapiskóta

Hozzávalók a krémhez:

- 1 l tej
- 3 db eper ízű pudingpor
- 25 dkg margarin
- 20 dkg porcukor
- 1 adag kávé
- rumaroma ízlés szerint

Elkészítés:

A tészta hozzávalóit összegyűrjük - kivéve a babapiskótát, és 2 db 30x30-as lapot sütünk belőle a tepszi hátulján. A pudingot elkeverjük a porcukorral és a tejben megfőzzük. A tűzről levéve belekeverjük a margarint, majd kihűtjük. Az egyik lapot megkenjük a krém felével. A kávé összekeverjük a rumaromával. Ebbe belemártjuk a babapiskótát, melyet ráteszünk a krémmel megkent lapra. Rátesszük a maradék krémet és befedjük a másik lappal. Porcukorral meghintjük a tetejét. Egy napot hagyjuk pihenni, hogy a tészta megpuhuljon. Hosszúcs szeletekre vágjuk és tálaljuk.



1 óra



A desszertet készítette:
Abonyi Katalin
szakács, Kiskunmajsa





Pisztáciás-málnás fehér csokis torta

Hozzávalók a pisztáciás piskótához:

- 5 db tojás
- 5 ek cukor
- 2 ek liszt
- 3 ek darált pisztácia

Hozzávalók a málnazseléhez:

- 250 g málna (friss vagy fagyasztott)
- 2 dl víz
- 70 g cukor
- 6 lap zselatin

Hozzávalók a fehér csokis krémhez
(ganache alapú):

- 250 g fehér csokoládé
- 250 g mascarpone
- 2,5 dl habtejszín (a ganache-hoz)
- 2,5 dl habtejszín (felverve)
- ½ citrom reszelt héja

Elkészítés:

Először előmelegítjük a sütőt 180 °C-ra (alsó-felső sütés). A tojásokat szétválasztjuk: a fehérjéket egy csipet sóval és cukorral kemény habbá verjük, majd óvatosan hozzákeverjük a tojássárgákat, a lisztet és a darált pisztáciát. Az egészet óvatosan összeforgatjuk, majd egy 22–24 cm-es tortaformába öntjük, és 20–25 perc alatt készre sütjük. 2,5 dl tejszint felmelegítünk, majd felolvasztjuk benne az apróra tört fehér csokoládét.



6 óra
hűtéssel
együtt



A desszertet készítette:
Gintli Viktória
szakács, Győr

Ezt a ganache-t 3–4 órára a hűtőbe tesszük, hogy megdermedjen. A maradék tejszint kemény habbá verjük a reszelt citromhéjjal és a mascarponéval, majd óvatosan beleforgatjuk a lehűlt, megdermedt ganache-t is.

A málnát cukorral és kevés vízzel összefőzzük, majd átpasszírozzuk, hogy megszabaduljunk a magoktól. A még meleg, de már nem forró gyümölcspüréhez hozzáadjuk a hideg vízbe áztatott, majd kinyomkodott zselatint, és alaposan elkeverjük. Amikor a zselé kihűlt és kezd sűrűsödni, a torta tetejére öntjük, majd 3–4 órán át hagyjuk dermedni a hűtőben.

Miután a zselé is megszilárdult, a tortát kivesszük a formából, és ízlés szerint díszítjük.





eatrend

ÉTELÜNK

AZ ÉLETÜNK

OUR FOOD IS OUR LIFE



eatrend