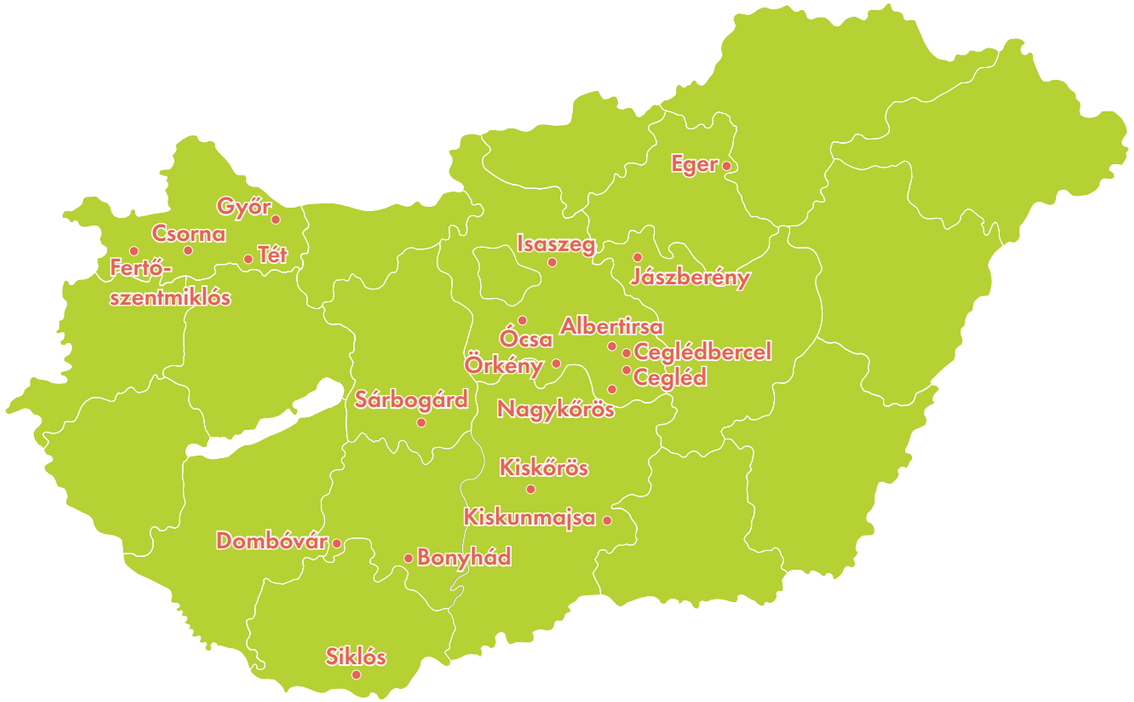
eatrend

eatrend
ételünk az életünk



Kedves Partnerünk, Barátunk, Munkatársunk!

Takács Zsolt, ügyvezető

A 2020-as év több szempontból is igazán izgalmas és kihívásokkal teli volt cégünk számára.

Még tavaly fogalmazódott meg bennem a gondolat, hogy a TS Gastro égisze alá tartozó cégeket egy márkanév alá egyesítsük, így kapcsolva össze a vállalatok vérkeringését – ide értve többek között a cégstruktúrát, eljárási rendeket, jó gyakorlatokat, szakmai irányelveket. Hosszas kiválasztási folyamatot követően egy stratéga segítségével megalkottuk az EATREND márkanevet, mellyel a TS Gastro csoport 2020 nyara óta jelen van a hazai gyermekétkeztetési piacon.

Az utóbbi néhány évben olyan belső fejlődéseken ment keresztül cégcsoportunk minden tagja, mely indokolttá tette, hogy egy fiatalosabb, barátságosabb, közvetlenebb nyelven szóljunk megbízóinkhoz, partnereinkhez, és természetesen a gyerekekhez. Az új márkanév friss zöld színével és a névben felfedezhető szójátékkal hűen tükrözi azt, amit mondani szeretnénk: az EATREND-hez tartozó cégek víziója, hogy munkánk során a lehető legtöbb esetben a gyermekek jóléte és jólléte érdekében dolgozzunk. Számos területe van ennek a törekvésünknek: ebédlőfelújítások, reform-alapanyagok használata, iskolai és települési együttműködések...

Büszkeséggel tölt el, hogy visszajelzések alapján mind munkatársaink, mind beszállítóink, mind megrendelőink érzik ezt az új, fiatalos lendületet, mely az alapdinamika lett az EATREND márka megalkotásával.

Ennek a lendületnek a szellemében készítettük el idei receptkönyvünket, melybe 37 kollégánk közel 50 receptje került be olyan klasszikus vagy éppen különleges ételkategóriákkal, mint a tésztaételek, húsmentes fogások, vagy partyfalatok és menzakedvencek.

Fogadjátok szeretettel válogatásunkat!
Jó étvágyat kívánunk az elkészített ételekhez!

Takács Zsolt ügyvezető, valamint az Eatrend Magyarország több mint 600 munkatársa

Tartalomjegyzék

Partyfalatok 8-13
Fasírt 10
Görögös céklasaláta 10
Popcake – „Sütinyalóka” 11
Tojásos uborkatálak sonkafalatkákkal 12
Mustáros virslifalatkák leveles tésztába göngyölve 13

Főzz a gyerekkel! :) 14-17
Diós-bazsalikomos pesztós tészta csirkével 16
Húsos rakott burgonyagombóc 17

Menzakedvencek 18-29
Paradicsomleves, sajtszószos rakott burgonya csirkemellcsíkokkal 20-21
Zöldborsóleves, bolognai spagetti 22-23
Daragaluskaleves, BBQ-s csirkecomb párolt rizzsel 24-25
Zöldségleves gazdagon, ropogós csirkecombok 26-27
Erdei gyümölcsleves, szezámmagos rántott csirkemell burgonyapürével 28-29

Villámgyors receptek 30-39
Sajtos baconös rakott csirkemell párolt rizzsel 32
Palermói csirkemell Coleslaw salátával 33
Grillezett csirkemell steakburgonyával és balzsamecetes paradicsomsalátával 34-35
Paprikás csirke színes tésztával 36
Mátrai borzaska rizibizivel 37
Spenótos-tejszínes csirkeragu 38
Csirketócsni salátával 39

Tésztaételek 40-49
Tavaszi tarkabarka omlett 42-43
Egri boros garnélás spagetti konfitált paradicsommal 44-45
Paradicsomos házi gnocchi cukkinifasírttal 46-47
Lasagne ricottával 48-49

Tartalomjegyzék

Húsmentes ételek 50-57
Cukkinifasírt erdeigombás gratinburgonyával, kapros joghurt mártással 52-53
Brokkolisteak parajos rizzsel, pritaminpaprikás bulgurral és sárgarépás-csipkebogyós pürével 54-55
Kapros juhtúróval töltött gombafejek rizibizivel és koltélparadicsommal 56-57

Karácsony 58-73
Mákos guba torta házi kifliből 60-61
Kacsamellfilé burgonyarétessel, lilakáposztával és céklapürével 62-63
Chilis pulykamuffin batátarétessel és vörösboros-mézes almával 64-65
Rosé kacsamell karamellizált gyümölcsökkel, burgonyapürével és erdei gyümölcsöntettel 66-67
Hamis Wellington édes hercegnőburgonyával és lilahagymalekvárral 68-69
Rántott pontypatkó petrezselymes burgonyával és tartármártással 70-71
Pontypaprikás kapros-juhtúrós puliszkával 72-73

Mentes ételek 74-81
Citromfüves eperkrémleves levendulával 76-77
Kókusztejszínes garnélás spagetti 78-79
Halgombóc karottás puliszkával, narancs- vagy citrommártással 80-81

Desszertek 82-97
Piros desszertek 84-87
Fehér desszertek 88-93
Zöld desszertek 94-97

Impresszum

Íz-lelő 2. - Az Eatrend Magyarország receptkönyve
Kiadó: Eatrend Kft.
2730 Albertirsa, Pesti út 65.
www.eatrend.hu
Eatrend Magyarország @eatrend_magyarorszag
Vezető szerkesztő: Lajos Nikoletta • Grafika - tördelés: Korcsolai Kitti
Nyomda: Pátria Nyomda Zrt. 1117 Budapest, Hunyadi János út 7.
Fotók: Shutterstock, Freepik
Az ételfotóinkat kollégáink készítették.
A könyv kereskedelmi forgalomba nem kerül.
A receptkönyvben (de különös tekintettel a mentes ételek kategóriában) szereplő receptek elkészítése esetén kérjük, tájékozódjon a felhasznált alapanyagok allergéntartalmáról.

Íz-lelő 2. • Az Eatrend Magyarország receptkönyve
© Eatrend Kft., 2020.
ISBN 978-615-00-9611-7

Partyfalatok

Az ételeket készítette:

Gyura Zsanett
cégvezető, piacfejlesztési vezető

Fasírt

Hozzávalók:
- 40 dkg darált sertéshús
- 2 db zsemle
- 2 db tojás
- 1 fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- só, fehérbors, pirospaprika
- 10 dkg zsemlemorzsa
- étolaj a sütéshez

Elkészítés:

A 2 db zsemlét vízbe beáztatjuk, majd kicsavarjuk, hozzáadjuk a darált húshoz. Az apróra vágott vöröshagymát, fokhagymát, sót, borsot, pirospaprikát, 2 db tojást is hozzáadjuk, majd összegyúrjuk, és vizes kézzel apró golyókat formázunk belőle. A golyókat zsemlemorzsában meghempergetjük, 160°C-os olajban kisütjük, majd papírtörlőre szedjük.

Görögös céklasaláta

Hozzávalók:
• 4 db cékla • só, fehérbors
• 1 evőkanál ecet • 2 dl görög joghurt

Elkészítés:

A céklát megmossuk, megfőzzük, majd kihűlt állapotban tisztítjuk, és lereszeljük. Sóval, borssal, ecettel ízesítjük, majd hozzáadjuk a joghurtot. Fogyasztásig hűtőben pihentetjük.

Popcake - „Sütinyalóka"

Hozzávalók:
- 110 g puha vaj
- 75 g kristálycukor
- 1 evőkanál vaníliakivonat
- 2 db tojás
- 110 g finomliszt
- 1 teáskanál sütőpor
- egy csipet só

Hozzávalók a krémhez:
- 120 g porcukor
- 85 g puha vaj
- 50 g natúr krémsajt
- 1 evőkanál vaníliakivonat

Hozzávalók a díszítéshez:
- 1 tábla fehér csoki
- dekorgyöngyök, dekorcukrok, zúzott keksz, zúzott keménycukorka, kókuszreszelék, öntetek...

Elkészítés:

A vajat a cukorral habosra keverjük, majd hozzáadjuk a vaníliakivonatot, illetve a tojásokat egyenként, végig habverővel keverve a masszát. A lisztet, sütőport és a sót beleszitáljuk ebbe, majd simára keverjük. Sütőpapírral bélelt tortaformába kanalazzuk, és 180°C-os sütőben kb 25 perc alatt, tűpróbáig sütjük. Hagyjuk kihűlni. A kihűlt piskótát összemorzsoljuk. A krém hozzávalóit simára keverjük, és a piskótamorzsához gyúrjuk kézzel. Lefedve hűtőbe tesszük kb 1 órára. Ez után kivesszük, és apró golyókat formázunk a masszából. A kiformázott golyókba pálcikákat szúrunk, amiknek a végét előtte olvasztott csokiba mártjuk, majd mennek ismét dermedni a hűtőbe egy jó fél órára. Ha letelt, ismét kivesszük, és a teljes golyókat csokiba mártjuk a pálca segítségével, és kedvünk szerint díszítjük. Fogyasztásig ismét tartsuk hűtőben.

Az ételeket készítette:

Bognárné Varga Beáta
HR-munkatárs

Tojásos uborkatálak sonkafalatkákkal

Hozzávalók:

- 1 db kígyóuborka
- 6 db főtt tojás
- 20-25 szelet füstölt sonka
- 1 db piros pritaminpaprika
- 1 csokor petrezselyem
- majonéz

Elkészítés:

A megmosott kígyóuborkát csíkhámozóval kidíszítjük, majd 20-25 szeletet vágunk belőle.
A megtisztított főtt tojásokat szeletekre vágjuk, és 1-1 szeletet az uborkákra teszünk. 1-1 kiskanál majonézt kanalazunk rá, majd belefektetjük a félbehajtott és felcsavart főtt sonka szeleteket. Mindegyik falat közepébe paprikacikkelyeket teszünk, fogvájóval áttűzzük, és friss petrezselyemmel díszítjük.

Mustáros virslifalatkák leveles tésztába göngyölve

Hozzávalók:

- 275 g leveles tészta
- 3 pár virsli
- 1 db tojás
- mustár

Elkészítés:

A leveles tésztát, ha szükséges, nyújtsuk 1-2 mm vékonyra. Széles csíkokat vágunk belőle. A mustárral a virslikre hosszában csíkot húzunk, majd a virslik egyik végénél elkezdjük feltekerni a csíkokra vágott tésztát. Tojással bekenjük a tésztákat.
A sütőt előmelegítjük, majd sütőpapírral kibélelt tepsire helyezzük a göngyölt virsliket, és 200°C-on 20-30 perc alatt megsütjük.

Főzz a gyerekkel! :)

Az ételt készítették:

Takács Zsolt, ügyvezető és gyermekei:
Erik és Zsigi (balról jobbra)

Diós-bazsalikomos pesztós tészta csirkével

Hozzávalók:

- 50 g friss bazsalikom
- 20 g dió
- 1 dl olívaolaj
- 1 csipet só
- 1 gerezd fokhagyma
- 50 g reszelt parmezán
- 50 g reszelt pecorino sajt
- 30 dkg csirkemell
- 25 dkg tészta tetszőlegesen

Elkészítés:

Először a fokhagyma kerül a mozsárba, amit alaposan összetörünk a sóval, majd őt követi a sok megmosott, leszárogatott bazsalikomlevél. Amikor ezeket mind összetörtük, mehet hozzá a dió, ha pedig ez is elérte a kellően durva állagot, akkor adjuk hozzá a reszelt sajtokat, dolgozzuk homogénné az egyveleget, majd végül felöntjük az olajjal. A csirkemellet apró kockákra vágjuk, kifehéredésig sütjük egy serpenyőben, olívaolajon egy kevés sóval. Ha kész, hozzákeverjük a pesztót, majd a frissen kifőtt tésztát. Mi zabpehelytésztával vagy teljes kiőrlésű változattal szoktuk fogyasztani, de természetesen bármilyen tészta tetszőlegesen választható.

Az ételt készítették:

Tóth László, élelmezésvezető - Jászberény,
és kisfia **Áron**

Húsos rakott burgonyagombóc

Hozzávalók a gombóchoz:

- 4 db burgonya
- 0,5 kg liszt
- 2 db tojás
- só ízlés szerint

Hozzávalók a raguhoz:

- 0,5 kg csirkemell
- 350 g gomba
- 150 g bacon
- 250 g vöröshagyma
- 2 dl főzőtejszín
- 1 csomag petrezselyemzöld
- 1 dl olaj
- 2 gerezd fokhagyma
- 200 g reszelt sajt

Elkészítés:

A megtisztított burgonyát sós vízben puhára főzzük, majd lehűtjük.

A felkockázott csirkemellet a felkockázott baconnel, felszeletelt gombával, és a felaprított vöröshagymával egy serpenyőbe helyezzük, megpirítjuk, ízesítjük kevés sóval (ügyelve a szalonna sójára), borssal és a fokhagymával. Amint elkészült, vízzel felengedjük, felforraljuk és a főzőtejszínt hőkiegyenlítéssel hozzáadjuk, majd az apróra vágott friss petrezselymet is belehelyezzük, forraljuk és félretesszük.
A kihűlt főtt burgonyához adjuk a tojásokat, egy csipet sót, és annyi lisztet, hogy tésztát tudjunk belőle formálni. Gombócokat formázunk, és egy kiolajozott tepsibe egymás mellé helyezzük.
Az elkészített ragut ráöntjük, majd a tetejét reszelt sajttal szórjuk. Az ételt 180°C-os sütőben készre sütjük.

Tipp:
A gombócot tálalhatjuk a ragu mellé főzve is.

Menza-kedvencek

Az ételeket készítette:

Sebestyén István
gasztronómiai és konyhatechnológiai koordinátor

Paradicsomleves

Hozzávalók:

- 20 dkg paradicsompüré
- 1 fej vöröshagyma
- ¼ zellergumó
- só
- kristálycukor
- étolaj
- liszt
- betűtészta

Elkészítés:

1 l vízben a 20 dkg paradicsompürét elkeverjük, majd egészben beletesszük a vöröshagymát és a zellergumót, és készre főzzük. Ezután kivesszük a levesből a zöldségeket, ízesítjük kristálycukorral és sóval.
Az étolajból és a lisztből rántást készítünk, majd besűrítjük vele a levesünket. A tésztát a végén belefőzzük a levesbe.

Sajtszószos rakott burgonya csirkemellcsíkokkal

Hozzávalók:

- 40 dkg csirkemell
- 1 fej vöröshagyma
- 1,2 kg burgonya
- 2 dl olaj
- 10 dkg vaj
- 10 dkg liszt
- 4 dl tej
- 15 dkg trappista sajt
- só
- bors
- szerecsendió

Elkészítés:

A burgonyát héjában megfőzzük, közben a csirkemellet felcsíkozzuk, majd a kockára vágott vöröshagymát olajon lepirítjuk, és hozzáadjuk a csíkozott csirkemellet. Készre pároljuk, ízesítjük.
A mártáshoz felolvasztjuk a vajat, hozzáadjuk a lisztet, miután megpirult, felengedjük tejjel, majd beletesszük a reszelt sajt felét, ízesítjük. A burgonyát megtisztítjuk, karikákra vágjuk, kiolajozott tepsibe rakunk egy réteg burgonyát, rátesszük a készre párolt csirkemellcsíkokat, majd újabb réteg burgonyával befedjük. A végén a mártásunkkal beborítjuk, és reszelt sajttal megszórjuk. 180°C-on kb. 30 perc alatt készre sütjük.

Az ételeket készítette:

Hegyes Ferencné
szakács, Albertirsa

Zöldborsóleves

Hozzávalók:

- étolaj
- 1 fej vöröshagyma
- 2 db sárgarépa
- 1 db petrezselyemgyökér
- ½ karalábé
- 20 dkg zöldborsó
- só, ételízesítő, bors, pirospaprika
- 10 dkg csipetke
- 5 dkg liszt
- 1 csomó petrezselyemzöld

Elkészítés:

Az apróra vágott vöröshagymát zsiradékon megdinszteljük. Rátesszük a kockára vágott sárgarépát, petrezselyemgyökeret, karalábét. Hagyjuk egy kicsit a hagymával, majd egy kis sót, ételízesítőt, borsot adunk hozzá. Felengedjük annyi vízzel, hogy jól ellepje a zöldségeket. Amikor kezd puhulni a sárgarépa, hozzáadjuk a csipetkét és a zöldborsót. Közben készítünk egy gyenge rántást (egy-két kanál olaj, egy kanál liszt, kis pirospaprika), amit hozzáadunk a leveshez. Ha minden megpuhult, akkor utánízesítünk, ha szükséges. Pici petrezselyemzölddel meghintjük a levest a végén.

Bolognai spagetti

Hozzávalók:

- étolaj
- 1 fej vöröshagyma
- 2 db sárgarépa
- ¼ zellergumó
- 40 dkg darált hús
- só, bors, cukor, oregánó, bazsalikom
- 15 dkg paradicsompüré
- 40 dkg spagettitészta
- 10 dkg trappista sajt

Elkészítés:

Olajon egy kicsit megpirítjuk az apróra vágott vöröshagymát, reszelünk hozzá sárgarépát és egy kis zellert, felengedjük egy pici vízzel, majd nagyon puhára főzzük. Összeturmixoljuk, majd rátesszük a darált húst. Sózzuk, borsozzuk, meghintjük egy kis cukorral, és ami igazán ízesíti: oregánóval és bazsalikommal. A sűrített paradicsomot vízzel simára keverjük, majd ráöntjük a húsra, összefőzzük, majd a végén utánízesítjük.
Sós vízben a spagettitésztát kifőzzük és lehűtjük. Tálalásnál a tésztára tesszük a szószt, és megszórjuk reszelt sajttal.

Az ételeket készítette:

Abonyi Péterné
szakács, Kiskunmajsa

Daragaluskaleves

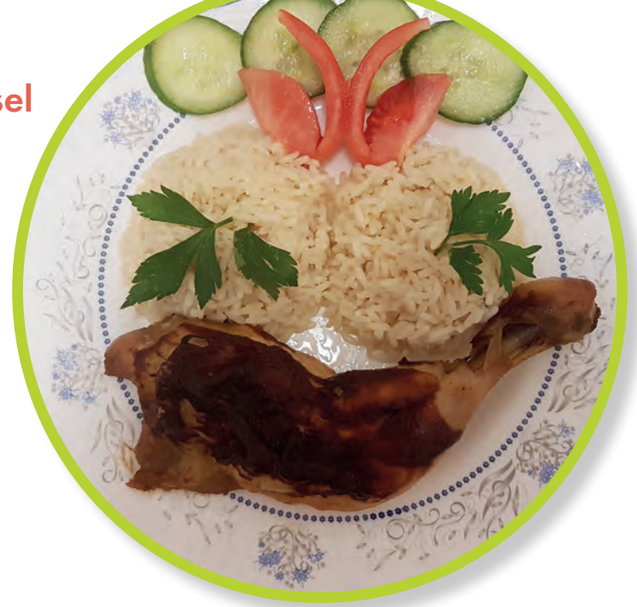
Hozzávalók:

- 1 db petrezselyemgyökér
- 2 db sárgarépa
- ¼ karalábé
- ¼ zeller
- 10-15 dkg karfiol
- 1 csomag petrezselyemzöld
- só, bors, ételízesítő
- 12 dkg búzadara
- 1 db tojás
- 0,5 dl olaj

Elkészítés:

A kockára vágott petrezselyemgyökeret, sárgarépát és zellert kevés olajon picit megpároljuk, majd felöntjük kb. 1-1,5 l vízzel. Hozzáadjuk a többi zöldséget, ízesítjük és készre főzzük.
Amíg fő a leves, elkészítjük a daragaluskát: a búzadarához hozzáadjuk a tojást, a 0,5 dl étolajat, összekeverjük, majd hűtőben pihentetjük. A kész leveshez galuskaszaggatón keresztül beleszaggatjuk a pihentetett daragaluskákat. 10-15 perc alatt készre főzzük, majd tálaljuk, a tetejére petrezselyemzöldet szórunk.

BBQ-s csirkecomb párolt rizzsel



Hozzávalók:

- 4 db egész csirkecomb
- étolaj a sütéshez
- 40 dkg rizs
- só

Hozzávalók a BBQ szószhoz:

- 2 dl ketchup
- 3 dkg cukor
- 2 evőkanál olívaolaj
- 2 gerezd fokhagyma zúzva
- 1 evőkanál mustár
- 1 evőkanál ecet
- frissen őrölt bors
- só

Elkészítés:

A megtisztított egész csirkecombokat besózzuk, majd az elkészített szósszal bekenjük, és hűtőben pihentetjük 4-5 óra hosszát. Ezután kiolajozott tepsiben alufólia alatt 200°C-on pároljuk kb. 30 percig, majd a fóliát eltávolítjuk, és pirulásig sütjük.
A rizst kevés olajon hevítjük, majd 2x-es mennyiségű vízzel felengedjük. Sóval ízesítjük, és készre pároljuk. Merőkanál segítségével félgömböket formázunk, és így tálaljuk.

Az ételeket készítette:

Jakus József
szakács, Jászberény

Zöldségleves gazdagon

Hozzávalók:

- 2 szál sárgarépa
- 1 szál fehérrépa
- 1 gumó zeller
- 20 dkg kelbimbó
- 30 dkg zöldborsó
- 3 szál zellerzöld
- 3 szál petrezselyemzöld
- 1 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál olaj
- 10 dkg csipetke

Elkészítés:

Az olajon picit lepirítjuk a hagymát, répát, zöldséget és zellert. Felöntjük kb. 2 liter vízzel, és fűszerezzük, majd forrás után hozzáadjuk a csipetkét, a kelbimbót, a petrezselyemzöldet, a zellerzöldet, végül a borsót. Puhára főzzük a levest, és ha szükséges, még fűszerezzük.

Ropogós csirkecombok burgonyapürével, borsópürével és céklasalátával

Hozzávalók a csirkecombokhoz:

- 2 db egész csirkecomb
- fokhagyma
- só, bors, pirospaprika, őrölt kömény, olaj

Elkészítés:

A csirkecombokat megmossuk és megtisztítjuk, majd bedörzsöljük a fűszerekkel, kis olajjal bepermetezzük, hozzárakjuk a fokhagyma-gerezdeket, 200°C-ra előmelegített sütőben először alufólia alatt 30 percig pároljuk, majd fólia nélkül ropogósra sütjük.

Hozzávalók a burgonyapüréhez:

- 0,5 kg burgonya
- 20 g vaj
- 1,5 dl tej
- só

Elkészítés:

A burgonyát puhára főzzük sós vízben, majd összekeverjük a vajjal és tejjel, végül botmixerrel pürésítjük.

Hozzávalók a borsópüréhez:

- 40 dkg borsó
- 15 dkg vaj
- 2 dl tej
- 2 gerezd fokhagyma
- só

Elkészítés:

A vajat megolvasztjuk, és megpirítjuk benne az apróra vágott fokhagymát. A borsót megfőzzük, összekeverjük a fokhagymás vajjal, majd hozzáadjuk a többi hozzávalót, végül botmixerrel pürésítjük.

Hozzávalók a céklasalátához:

- 60 dkg cékla
- 1 dl ecet
- 10 dkg cukor
- 1-1 teáskanál só és kömény

Elkészítés:

A céklát megmossuk, és egészben megfőzzük. Amikor megpuhult, hideg vízzel leöblítjük, és lehúzzuk a héját, majd leszeleteljük. 2-3 pohár vízben elkeverjük a sót, cukrot, ecetet és a köményt, ezt felforraljuk, ráöntjük a céklára, és lehűtjük.

Az ételeket készítette:

Patay Zsolt
operatív vezető

Erdei gyümölcsleves

Hozzávalók:

- 40 dkg erdei gyümölcsmix (mélyhűtött)
- 5 dkg liszt
- 2 dl tejszín
- őrölt szegfűszeg
- 1 rúd fahéj
- 10 dkg kristálycukor
- só

Elkészítés:

Az erdei gyümölcsmixet 1,5 l vízben feltesszük főni, ízesítjük fahéjjal, szegfűszeggel, kristálycukorral, sóval. Miután felforrt, botmixerrel pár másodpercig a teltebb szín eléréséhez pürésítjük (tényleg elég pár másodperc, nem krémlevest készítünk). Elkészítjük a leveshez a sűrítő anyagot: a lisztet tejszínnel kikeverjük, majd a forró levesből hőkiegyenlítéssel teszünk hozzá kb 3 dl-t. Ezután besűrítjük a levest, majd lehűtjük, és tálaljuk. Díszítjük tejszínnel és citromfűlevéllel.

Szezámmagos rántott csirkemell burgonyapürével

Hozzávalók:

- 40 dkg csirkemell
- 10 dkg liszt
- 2 db tojás
- 10 dkg zsemlemorzsa
- só
- szezámmag
- étolaj
- 80 dkg burgonya
- 2 dl tej
- 10 dkg vaj

Elkészítés:

A csirkemellet felszeleteljük, majd enyhén kiklopfoljuk, sózzuk. A zsemlemorzsához hozzákeverjük a szezámmagot, majd bepanírozzuk a hússzeleteket (liszt, tojás, szezámmagos zsemlemorzsa). Bő olajban kisütjük, majd papírtörlőre szedjük.
A hámozott burgonyát feltesszük főni, sóval ízesítjük, majd készre főzzük. Ezután leszűrjük, megtörjük, és hozzáadjuk a tejet és a vajat. Végül habosra keverjük (fakanállal vagy habverővel).

Villámgyors receptek

Az ételt készítette:

Gebur Zsuzsa
szakács, Győr

Sajtos baconös rakott csirkemell párolt rizzsel

Hozzávalók:

- 1 kg csirkemell
- 2 csomag szeletelt bacon
- 40 dkg sajt
- 40 dkg liszt
- 4 db tojás
- ½ kg rizs

Elkészítés:

A csirkemellet megtisztítjuk, felszeleteljük.
Egy hőálló tál aljára 1 sor bacont lerakunk, majd megszórjuk a reszelt sajt harmadával. Erre tesszük a lisztbe, majd tojásba mártott csirkemellszeletek harmadát. Ezt még 2x megismételjük, a rakott étel tetejére bacont teszünk.
Fóliával letakarjuk és 160°C-os sütőben 45 percig sütjük. Ezután a fóliát levesszük, és további 10 percig sütjük, amíg aranybarna nem lesz.
Miközben sül a hús, elkészítjük a rizst. 1 l vizet felrakunk melegedni. A rizst pici olajon megpirítjuk, majd a forrásban levő vizet ráöntjük. Lefedve addig pároljuk, amíg el nem fő a leve.

Az ételt készítette:

Győrfi Edina
főszakács, Isaszeg

Palermói csirkemell Coleslaw salátával

Hozzávalók a csirkéhez:

- 20 dkg liszt
- 20 dkg reszelt sajt
- 4 db tojás
- 1 teáskanál só
- 3 dl tej
- 1 kg csirkemell
- só
- újabb 20-30 dkg liszt (a csirkemellek forgatásához)
- olaj a sütéshez

Elkészítés:

A 20 dkg lisztet, tejet, tojást, sót összekeverjük, a végén beleforgatjuk a reszelt sajtot. A csirkemellet felszeleteljük, sózzuk, lisztbe forgatjuk, utána az előzőleg összeállított masszába, és utána mehet a forró olajba, ahol aranybarnára sütjük. Papírtörlőre szedjük, hogy a felesleges olajat felitassuk.

Hozzávalók a salátához:

- 3 dl majonéz
- 3 dl mustár
- 2 dl tej
- 3 dl tejföl
- 1 csipet só
- 0,05 l citromlé
- 30 szem édesítő tabletta (forró vízben oldani)
- 2 fej vöröshagyma
- fél fej káposzta
- 5 db sárgarépa

Elkészítés:

Az öntetnek valókat összekeverjük, és hűtőbe teszszük. A zöldségeket megtisztítjuk, lereszeljük (nem sózzuk!), majd hozzáadjuk az öntethez.

Grillezett csirkemell steakburgonyával, sárgarépacsíkokkal és balzsamecetes paradicsomsalátával

Hozzávalók:

- 4 fél csirkemell
- grillfűszer
- fűszerezett olívaolaj
- olívaolaj
- 50 dkg újburgonya
- só, bors
- 30 dkg paradicsom (többféle)
- 2 evőkanál szójaszósz
- 4 evőkanál balzsamecet
- 2 db sárgarépa

Elkészítés:

A sütőt 220-250°C-ra előmelegítjük.
A csirkemelleket kettévágjuk, grillfűszerrel vastagon bedörzsöljük, egymásra halmozzuk, majd fűszeres (rozmaringgal, chilivel, fokhagymával érlelődött) olívaolajjal meglocsoljuk. Pihentetjük.
A burgonyákat alaposan megmossuk, cikkekre szeljük, sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük, sózzuk, olívaolajjal vékonyan meglocsoljuk. 20-30 perc alatt aranybarnára sütjük. A csirkemelleket kontakt grillben vagy grillserpenyőben megsütjük.
A sárgarépákat megpucoljuk, vékony szeletekre szeljük. Sóval, borssal megszórva megpirítjuk a csirkemellek mellett.
A paradicsomokat megmossuk, cikkekre szeljük. Átforgatjuk a szójaszósz és balzsamecet keverékével.

Az ételt készítette:

Bertha Julianna
könyvelő

Az ételt készítette:

Németh Gergely
üzemeltetési munkatárs

Paprikás csirke színes tésztával

Hozzávalók:

- 2 db közepes méretű csirkemell
- 1 csomag tészta (50 dkg)
- 3 nagyobb fej vöröshagyma
- 1,5 dl olaj
- liszt és 1 kis pohár tejföl
- só
- bors
- pirospaprika
- ételízesítő

Nem keverendő össze a hosszú lépéssel, ami 1 dl bor, 2 dl szóda ;)

Elkészítés:

A húst megtisztítjuk, felkockázzuk. Az olajon megpároljuk az apróra vágott hagymát, megszórjuk pirospaprikával és hozzáadjuk a felkockázott húst. Sóval, borssal, ételízesítővel ízlés szerint fűszerezzük. Ezután hosszú lére engedve főzzük készre. Eközben elkészítjük a habarást a lisztből és a kis pohár tejfölből, majd a készre főtt pörkölthöz adagoljuk hőkiegyenlítéssel óvatosan.

Az ételt készítette:

Pongrácz Sándor
sofőr, Jászberény

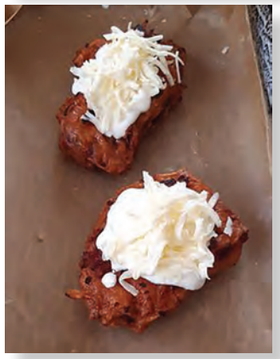
Mátrai borzaska rizibizivel

Hozzávalók:

- 1,2 kg csirkemell (vagy karaj)
- 1 kg rizs
- 0,5 kg borsó
- 4 db nagyobb szem burgonya
- 350 g 20%-os tejföl
- 2 gerezd fokhagyma
- 30-40 dkg trappista sajt
- 1 db tojás
- 100-150 g liszt
- só, bors
- olaj

Elkészítés:

Lehártyázzuk a húst. Felszeleteljük kb. 1,5cm-es szeletekre, enyhe ütésekkel kiklopfoljuk. Sózzuk, borsozzuk és pár percre félretesszük. Lereszeljük a burgonyákat, picit megsózzuk és 1-2 percig állni hagyjuk, ezután kifacsarjuk. A fokhagymákat is lereszeljük, 1-2 evőkanál olajjal összekeverjük, majd ezzel megkenjük a húsokat.
A tojást belekeverjük a burgonyába 3-4 evőkanál liszttel, ízlés szerint sóval és pici borssal is ízesítjük, elkeverjük. Ezzel egyidőben feltesszük főni a rizst és a borsót.
A húszeleteket belemártogatjuk ebbe a tojásos-burgonyás-lisztes masszába, és forró olajban kisütjük, majd lecsepegtetjük. Lereszeljük a sajtot, a csepegtetett borzaskákat sütőpapírral borított tepsibe helyezzük. 1 nagy evőkanál tejfölt locsolunk mindegyikre, majd sajttal megszórjuk. 180-200°C-on megsütjük.
A megfőtt rizst és a borsót összekeverjük, ízesítjük, a hús mellett tálaljuk.



Az ételt készítette:

Beregszászi Nanette
szakács, Kiskőrös

Spenótos-tejszínes csirkeragu

Hozzávalók:

- 1 kg csirkemell
- 0,1 dkg füstölt szalonna
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 marék friss spenót
- ½ l főzőtejszín
- 0,5 kg színes tészta
- só
- bors
- ételízesítő
- kevés olaj

Elkészítés:

Kevés olajon megpirítjuk a szalonnát, amíg ki nem sül a zsírja. Ezen megpirítjuk a csíkokra vágott csirkemellet. Fűszerezzük, belenyomjuk a fokhagymát, végül hozzáöntjük a tejszínt.
Beleforgatjuk a spenótot, és 1-2 percig főzzük – az a cél, hogy a spenótlevél ne fonnyadjon teljesen össze, maradjon ropogós.
Színes tésztát főzünk ki hozzá, ezzel tálaljuk.

Az ételt készítette:

Kiffer Valéria
szakács, Siklós

Csirketócsni salátával

Hozzávalók a csirkéhez:

- 1 db nagyobb csirkemell fele
- 2 db tojás
- 2-3 evőkanál liszt
- 5 dkg reszelt trappista sajt
- 5 dkg reszelt füstölt sajt
- 2 evőkanál natúr joghurt
- 3 gerezd fokhagyma lereszelve
- 2 teáskanál csirke fűszersó
- petrezselyemzöld
- só, bors
- olaj

Elkészítés:

A csirkemellet apró kockákra vágjuk, és fűszersóval átforgatjuk, majd a többi hozzávalóval összekeverjük. Serpenyőben olajat melegítünk, kanállal beleszaggatjuk, és ellapítjuk, majd mindkét oldalát lassan megsütjük. Salátával tálaljuk.

Tésztaételek

Az ételt készítette:

Magyari Gábor
létesítmény- és gépjármű üzemeltetési csoportvezető

Tavaszi tarkabarka omlett

Hozzávalók:

- 20 dkg csavart tészta
- 30 dkg kukoricakonzerv
- 30 dkg zöldborsó konzerv
- 1 fej vöröshagyma
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 piros húsú paprika
- 4 db virsli (vagy kolbász)
- 2 evőkanál vaj
- 1 teáskanál szárított oregánó
- 4 db tojás
- 1,5 dl tej
- fehérbors, só

Elkészítés:

A tésztát sós vízben 8-10 percig főzzük, a vöröshagymát, a paprikát és a virslit (vagy kolbászt) feldaraboljuk.
A vajban picit átsütjük a virslit, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, a vöröshagymát és a paprikát. Beletesszük a kukoricát és a zöldborsót, majd fedő alatt pároljuk.
A tojást felverjük a tejjel, majd sóval, borssal és oregánóval ízesítjük.
A tojásos keveréket beleöntjük a virslis-zöldséges serpenyőbe. Hozzátesszük a tésztát is, és óvatosan, sűrűn megkeverjük, míg a tojásos massza besűrűsödik.

Az ételt készítette:

Kárpáti Kata
telephelyi adminisztrátor, Eger

Konfitált paradicsom

Hozzávalók:

- 1-2 szál fürtös koktélparadicsom
- zöldfűszerek (bazsalikom, kömény, oregánó, majoranna)
- chili
- bors
- durva szemcsés só
- olívaolaj
- 7-8 gerezd fokhagyma

Elkészítés:

Egy kisebb tepsit ¾-ig öntünk olívaolajjal, szórunk bele durvább sót, egy kicsit megkeverjük, hogy feloldódjon. Beleszórjuk a fűszereket: bazsalikom, kömény, oregánó, bors, majoranna, chilipor (vagy félbevágott chilipaprika), majd mehet bele a karikára vágott fokhagyma. A kedvünk szerint fűszerezett olívaolajba beletesszük a koktélparadicsomot fürtöstől – fontos, hogy ellepje az olaj, szükség szerint öntsünk még rá. Előmelegített sütőben 80-90°C-on 20 percig sütjük, majd 180°C-on pirítjuk tovább.

Egri boros garnélás spagetti

Hozzávalók:

- 25 dkg garnélarák
- 3-4 dl száraz fehérbor - természetesen egri :)
- 4 gerezd fokhagyma
- 2 közepes méretű paradicsom
- 1 fej közepes méretű vöröshagyma
- 0,3 dl főzőtejszín
- petrezselyem
- só
- bors
- bazsalikom
- oreganó
- majoranna
- chili
- kakukkfű
- citrom
- olívaolaj
- 0,03 dkg vaj
- 1 csomag spagettitészta

Elkészítés:

Egy nagyobb serpenyőben kevés olívaolajon és vajon az apróra vágott hagymát üvegesre pirítjuk, hozzáadjuk az apróra vágott fokhagymát, majd 2-3 keverés után mehet hozzá az apróra kockázott paradicsom. Hozzáöntjük a fehérbort, és beletesszük a megtisztított garnélát. Pároljuk kb. 10-15 percig.
A sűrűsödő szószhoz hozzáadjuk a fűszereket, ami lehet friss zöldfűszer, de ha nincs, akkor a szárított is tökéletes. Egy fél citrom levét ízlés szerint hozzáadjuk.
Hozzáadjuk a tejszínt, sózzuk, borsozzuk, és kb. 5-6 percig főzzük. A spagettitésztát kifőzzük sós-olívaolajos vízben, majd összekeverjük a szósszal.

Az ételt készítette:

Szandányi Veronika
élelmezésvezető, Örkény

Paradicsomos házi gnocchi cukkinifasírttal

Hozzávalók a gnocchihoz és a paradicsomszószhoz:

- 50 dkg burgonya
- 17 dkg finomliszt
- 2 dkg reszelt parmezán sajt
- 1 db tojássárgája
- 1 csipet szerecsendió
- 1 csipet só
- 200 g sűrített paradicsom
- 8 db koktélparadicsom
- 1 csokor friss petrezselyem
- 1 fej fokhagyma
- 1 evőkanál olívaolaj
- 1 evőkanál kristálycukor
- 1 csipet szárított bazsalikom
- díszítéshez friss ruccola

Hozzávalók a cukkinifasírthoz:

- 2 db cukkini
- 1 db tojás
- 1 db chilipaprika
- 10 dkg liszt
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 evőkanál zsemlemorzsa
- 1 csipet só
- bors
- friss petrezselyem
- olaj

Elkészítés:

A burgonyát meghámozzuk, puhára főzzük, majd megtörjük és hagyjuk kihűlni.
Miután kihűlt, hozzáadjuk a lisztet, a sót, a tojássárgáját, a reszelt sajtot és a szerecsendiót. Összegyúrjuk, majd kis rudakat formázunk és 1-2 cm-es darabokat vágunk le, ezekből ovális gombócokat formázunk, és villával átgörgetve berovátkázzuk az egyik oldalukat. Ezután forrásban lévő vízben készre főzzük. Akkor tekintjük elkészültnek, amikor a tészta felúszik a víz tetejére.
Egy serpenyőben az apróra vágott fokhagymát és 4 darab koktélparadicsomot olívaolajon megpirítjuk, majd a kész gnocchit is ezekkel együtt tovább készítjük. Eközben egy turmixgépben a sűrített paradicsomot, a maradék koktélparadicsomot, sót, borsot, cukrot, bazsalikomot kissé összedolgozzuk.
Miután a tészta szép színt kapott, hozzátesszük az összeturmixolt paradicsompürét, tépkedünk rá friss petrezselymet, és pár percig együtt főzzük, majd félretesszük.
Ezután a cukkinit megpucoljuk, és nagylyukú reszelő segítségével lereszeljük.
Hozzáadjuk a tojást, lisztet, zsemlemorzsát, az apróra vágott chilipaprikát, a lereszelt fokhagymát, sót, borsot és a petrezselymet, majd összegyúrjuk.
A kész masszából kisebb gombócokat formázunk, és forró olajban készre sütjük.
Az elkészült ételeket egy tányéron ízlés szerint friss ruccolával és parmezán sajttal tálaljuk.

Az ételt készítette:

Vargáné Csiszár Erika
könyvelő

Lasagne ricottával

Hozzávalók:

- 1 csomag lasagnetészta
- 40 dkg darált marhahús
- 40 dkg darált sertéshús
- 1 szál sárgarépa
- 2 zellerszár
- 1 fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 1 evőkanál sűrített paradicsom
- 500 ml passzírozott paradicsom
- 2,5 dl vörösbor
- 2,5 dl víz
- 3 dkg parmezán sajt
- mozzarella sajt
- reszelt sajt
- 1 teáskanál kakukkfű
- 1 teáskanál oregánó
- olívaolaj
- 500 g ricotta
- 50 ml tej
- további 2 dkg parmezán
- só
- bors
- szerecsendió

Elkészítés:

A raguhoz az olívaolajon megpároljuk az apróra vágott hagymát, a lereszelt zellerszárat és sárgarépát. Rádobjuk a kétféle darált húst, és kifehéredésig pirítjuk, sózzuk, borsozzuk és beletesszük a sűrített paradicsomot. 2-3 perc pirítás után felöntjük a borral, és kiforraljuk. Ezután belenyomjuk a fokhagymagerezdeket, hozzáadjuk a passzírozott paradicsomot, és felöntjük vízzel. Felforraljuk, majd fűszerezzük oregánóval és kakukkfűvel, és alacsony lángon 40-45 percig főzzük. Ha letelt az idő, belereszeljük a parmezánt, és elkeverjük. Ezután készítjük el a ricottás krémet: egy tálban fellazítjuk tejjel a ricottát, fűszerezzük sóval, borssal, szerecsendióval, és belereszeljük a parmezánt.

Ha kész, összeállítjuk a lasagnét: a tepsi aljára rakunk 1 merőkanállal a húsos raguból, erre jön 1 réteg száraz tészta, amire ismét húsos ragu kerül 2-3 merőkanállal, erre megint tésztalapok. Ezt megkenjük a ricottás krém felével, betakarjuk tésztával. Ismét húsos ragu következik, majd tészta, végül a ricottás krém másik fele. Erre ismét tésztaréteg, és végül a maradék húsos ragu kerül a tetejére. Rákarikázzuk a mozzarella sajtot, majd reszelt sajttal befedjük.

170°C-os sütőben 40-45 perc alatt készre sütjük. Ha elkészült, hagyjuk 10 percet állni, hogy könnyen szeletelhető legyen.

Húsmentes ételek

Cukkinifasírt erdeigombás gratinburgonyával, kapros joghurt mártással

Hozzávalók a cukkinifasírthoz:

- 50 dkg cukkini
- 1 db tojás
- zsemlemorzsa
- liszt
- só
- őrölt fehérbors, őrölt kömény, őrölt majoranna
- fokhagyma
- olaj

Elkészítés:

A cukkinit kimagozzuk, lereszeljük, sózzuk és állni hagyjuk, míg levet enged. Kicsavarjuk, ízlés szerint fűszerezzük, reszelt fokhagymát, zsemlemorzsát, kevés lisztet és 1 db tojást adunk hozzá. Sűrű állagú masszát készítünk, melyből gombócokat gyúrunk. A gombócokat zsemlemorzsába forgatva bő forró olajban készre sütjük.

Hozzávalók az erdeigombás gratinburgonyához:

- 50 dkg burgonya
- 50 dkg erdeigomba keverék
- 1 db paprika
- 1 db paradicsom
- 1 nagy vöröshagyma
- só, bors, kakukkfű, rozmaring, olaj
- 10 dkg liszt
- 2 dl tej
- 2 dl tejföl
- 10 dkg mozzarella

Elkészítés:

Az erdeigombát felszeljük, majd az apróra vágott vöröshagymával, paprikával, paradicsommal olajon lepirítjuk, ízlés szerint fűszerezzük. A lepirított raguba lisztet pirítunk, tejjel felengedve sűrű mártást készítünk. A burgonyát megpucoljuk, felkarikázzuk, és nyersen rétegezzük az erdei gombás mártással (krumpli, gombaragu, 2-3x). A tejfölt a reszelt mozzarellával összekeverjük, a rétegezett burgonyára tesszük, és így készre sütjük.

Hozzávalók a kapros joghurtos mártáshoz:

- 1 tojássárgája
- 1,5 dl olaj
- 1 evőkanál mustár
- só, cukor
- 3 dl görög joghurt
- kapor

Elkészítés:

A tojássárgájából, olajból és a mustárból majonézt készítünk. Ízlés szerint sózzuk, cukrozzuk. Görög joghurttal kikeverjük, és finomra vágott friss kaporral fűszerezzük.

Az ételt készítette:

Szalay Norbert
szakács, Győr

Brokkolisteak parajos rizzsel, pritaminpaprikás bulgurral és sárgarépás-csipkebogyós pürével

Hozzávalók:

- 35 dkg brokkoli
- 20 dkg sárgarépa
- 3 db fél pritaminpaprika (½ sárga, ½ zöld, ½ piros)
- 2,5 dl olívaolaj
- 0,1 dkg barna rizs
- 0,1 dkg bulgur
- 1 db tojás
- 1 fél lilahagyma
- egy vékony szál póréhagyma
- egy kis fej vöröshagyma
- 1 marék parajlevél
- 0,1 dkg csiperkegomba
- egy teáskanál kukoricakeményítő
- 0,05 dkg vaj
- fél mokkáskanál cukor
- egy késhegynyi gyömbér
- egy mokkáskanál mézes csipkebogyólekvár
- só, bors
- zsemlemorzsa

Elkészítés:

A sárgarépát felszeljük, fedő alatt vajon megpároljuk, egy másik serpenyőben szintén fedő alatt elkezdjük vajon és olívaolajon párolni a brokkolit. Elkészítjük a rizst és a bulgur-köretet, közben összeaprítjuk a megtisztított pritaminpaprikát, vöröshagymát, lilahagymát, és a gombát is.
Amikor a rizs és a bulgur készen van, hozzátesszük a barna rizshez a gombát és a parajlevelet, a bulgurhoz pedig a póréhagymát és a pritaminpaprikát.
Összeállítunk egy masszát: tojás, keményítő, só, bors.
Egy tepsit kivajazunk, megszórjuk zsemlemorzsával, majd beletesszük a félkeményre puhult brokkolit, és leöntjük a masszával; 160°C-os sütőben félig megsütjük (kb 8-10 perc), majd kivesszük, és formákat szúrunk belőle. A kis formákat magas hőfokon, olívaolajon és vajon hirtelen megsütjük.
A megpuhult sárgarépát gyömbérrel és mézes csipkebogyólekvárral ízesítjük, majd leturmixoljuk, ez után visszatesszük még forralni – ez lesz a pürénk.
A tányérra helyezzük a brokkolisteaket, mellé a sárgarépapürét, és a kétféle köretet.

Az ételt készítette:

Benke Tibor
főszakács, Eger

Kapros juhtúróval töltött gombafejek rizibizivel és koktélparadicsommal

Hozzávalók:

- 70 dkg gomba
- 1 fej vöröshagyma
- 20 dkg juhtúró
- 4 evőkanál tejföl
- kapor
- 15 dkg trappista sajt
- só, bors
- 2 gerezd fokhagyma

Elkészítés:

A gombákat megtisztítjuk, megmossuk és lecsöpögtetjük.

A gombatönköket és az apróbb gombafejeket apróra vágjuk. Kevés olajon a hagymát megdinszteljük, hozzáadjuk az apróra vágott fokhagymát. Rövid ideig fedő alatt pároljuk, sózzuk, borsozzuk. 15 perc után lehúzzuk a tűzről és hűlni hagyjuk.

A juhtúrót kikeverjük a tejföllel, majd összekeverjük a meghűlt gombapéppel, kaprozzuk ízlés szerint.

A gombakalapokat enyhén kiolajozott jénaiba sorakoztatjuk, és megtöltjük a juhtúrós gombával, majd reszelt trappista sajttal szórjuk meg a tetejét. Előmelegített sütőben sütjük 180°C-on 30 percig.

Az ételt készítette:

Viola Ágnes
területi vezető

Karácsony

Mákos guba torta
- házi kifliből

Hozzávalók a házi kiflihez:

Kovász (este készítsük el):

- 15 dkg liszt
- 2,5 dkg élesztő
- 1,5 dl langyos víz
- 1 evőkanál olaj

Másnap:

- kovász
- 60 dkg liszt
- 2 kávéskanál só
- 2,5 dl víz
- 1 evőkanál olaj
- 2,5 dkg margarin

Elkészítés:

A tésztát összegyúrjuk, 30 percig pihentetjük, majd megismételjük. Ezután 8 részre osztjuk a tésztát, és 15 percig pihentetjük, csepp formájúra nyújtjuk és feltekerjük. Kialakítás után újabb 1 órát pihentetjük. Sütés előtt tejjel megkenjük. 10 percig 200°C-on, 15 percig 180°C-os gőzös sütőben sütjük.

Hozzávalók a mákos guba tortához:

- 8 db kifli
- 1 l tej
- 3 db tojássárgája
- 10 dkg vaj
- 1 csomag vaníliás cukor
- 10 dkg cukor
- 15 dkg darált mák
- 1 db (bio) citrom reszelt héja

Hozzávalók a krémhez:

- 4 db tojás sárgája
- 8 dkg cukor
- 2 csomag vaníliás cukor
- 1 csomag vaníliás pudingpor
- 4 dl tej
- 15 dkg vaj

Hozzávalók a tetejére:

- 3 dl habtejszín
- 1 csomag zseléfix
- egy kevés mák vagy csokireszelék

Az ételt készítette:

Szigedi Zsófia
élelmiszerbiztonsági és minőségbiztosítási munkatárs

Elkészítés:

A kifliket karikára vágjuk.
A tojások sárgáját kikeverjük a cukorral és a vaníliás cukorral. A tejet a vajjal összemelegítjük, hozzáadjuk a tojások sárgáját és lassú tűzön kicsit besűrítjük.
Ezt ráöntjük a kiflikarikákra. Közben a darált mákot a citrom héjával összekeverjük, ezt rászórjuk a kiflikre, és megvárjuk, míg beszívja a tejes folyadékot.
Egy 26 cm-es tortaformát sütőpapírral kibéleljük, és belenyomkodjuk a kifliket.
170°C-on 20-25 percig sütjük.
Közben elkészítjük a krémet: a tojássárgáját kikeverjük a cukorral, a vaníliás cukorral és a pudingporral. A tejet felforraljuk, és a tojássárgájás keverékkel sűrűre főzzük. Megvárjuk, míg kihűl, és a vajjal jól kikeverjük. A kihűlt guba tetejére kenjük, majd hűtőben pihentetjük. a habtejszínt felverjük, hozzáadjuk a zseléfixet, és a tetejére rétegezzük, majd ízlés szerint díszítjük (mákszórat vagy csokireszelék).

Kacsamellfilé burgonyarétessel, lilakáposztával és céklapürével

Hozzávalók:
- 4 db kacsamellfilé
- só

Hozzávalók a lilakáposztához:
- 1,5 kg vöröskáposzta
- 48 g barnacukor
- 80 g vöröshagyma
- 0,4 dl balzsamecet
- 0,1 dl vörösborecet
- 40 g áfonyalekvár
- só
- őrölt kömény

Hozzávalók a burgonyaréteshez:
- 520 g főzni való burgonya
- 100 g finomra vágott vöröshagyma
- 24 g kacsazsír
- 4 db réteslap
- 1 db tojás + 1 db tojás a rétes lekenéséhez
- 0,4 dl tejszín
- finomra vágott metélőhagyma
- só
- őrölt bors

Hozzávalók a céklapüréhez:
- 80 g cékla
- 32 g méz
- 1 dl almalé
- keményítő

Az ételt készítette:

Hosszú István
főszakács, Győr

Elkészítés:

A kacsamellfilé bőrös felét beirdaljuk, sóval ízesítjük. Serpenyőben, forró zsiradékban barnára sütjük, majd 160°C-os sütőben 15 perc alatt készre sütjük.

A burgonyát meghámozzuk, megfőzzük, összetörjük, és hozzáadjuk a zsiradékban megpárolt hagymát, metélőhagymát, tejszínt és az egész tojást, majd sózzuk, borsozzuk. Az összekevert, beízesített burgonyát a kiterített réteslapra halmozzuk, feltekerjük. A tetejét megkenjük tojással, és 160°C-ra előmelegített sütőben készre sütjük.

A céklát megmossuk, megtisztítjuk, majd sütőbe tesszük sülni (kb 160-180°C-on). A sült céklát botmixerrel pürésítjük, majd szitán áttörjük. Egy serpenyőben mézet karamellizálunk, felöntjük almalével, hozzáadjuk az áttört céklát, összeforraljuk, és keményítővel a megfelelő állagúra sűrítjük.

Egy serpenyőben megkaramellizáljuk a barnacukrot, majd hozzáadjuk a cikkekre vágott vöröshagymát, a finom csíkokra vágott lilakáposztát, majd sózzuk, meghintjük köménnyel, hozzáöntjük a balzsamecetet, vörösborecetet, és végül az áfonyalekvárt. Készre pároljuk.

Chilis pulykamuffin batátarétessel és vörösboros-mézes almával

Hozzávalók a pulykamuffinhoz:

- 0,5 kg (darált) pulykamell
- 0,5 kg bacon
- 10 dkg feta sajt
- 10 dkg aszalt szilva
- só
- Cayenne-bors
- őrölt fekete bors

Hozzávalók a batátaréteshez:

- 0,5 kg édes burgonya (batáta)
- 1 közepes fej lilahagyma
- 0,5 kg reszelt trappista sajt
- 6 db réteslap
- fahéj
- só
- fekete bors
- Cayenne-bors
- vaj

Hozzávalók a vörösboros-mézes almához:

- 2 db alma
- 2,5 dl vörösbor
- 1 db narancs
- 5-6 db szegfűszeg
- 3 evőkanál méz
- mokkáskanálnyi étkezési keményítő

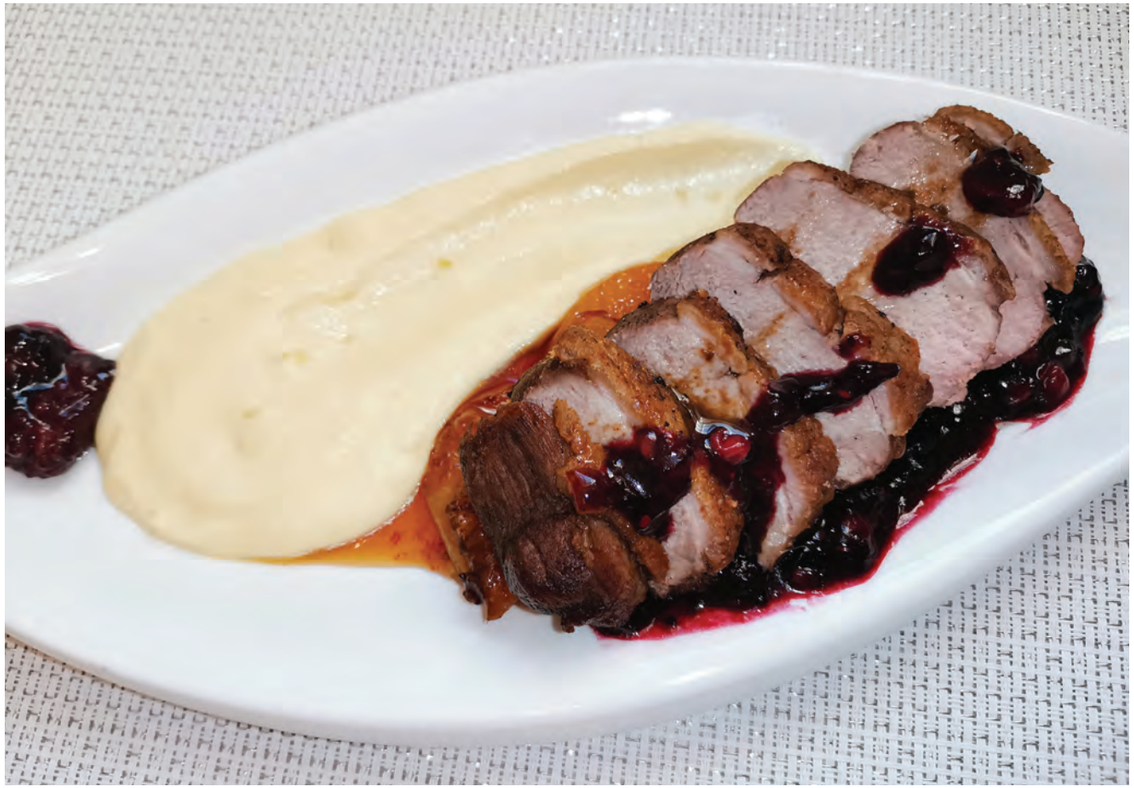
Elkészítés:

A pulykamellet ledaráljuk, sózzuk, borsozzuk, összekeverjük. Baconnel kibéleljük a muffinformát, belenyomkodjuk a darált húst, a tetejére feta sajt darabokat és aszalt szilvát teszünk, ráhajtjuk a bacont és 160°C-os sütőben szép pirosra sütjük.

Az ételt készítette:

Miskolczi István
főszakács, Sárbogárd

Az édesburgonyát megtisztítjuk, kockára vágjuk, enyhén sós vízben megfőzzük. Ha megfőtt, leszűrjük, 20 percet hagyjuk hűlni, megtörjük. A lilahagymát apró kockára vágjuk, megpároljuk, és beletesszük a tört burgonyába. Fahéjjal, borssal fűszerezzük, végül belereszeljük a sajtot, és összekeverjük. A réteseket laponként megvajazzuk (egy réteshez 3 db réteslapot használunk). Beletesszük a töltelék felét, felcsavarjuk és vajjal megkenjük. Ugyanígy elkészítjük a másik rétest is. 160°C-os sütőben pirosra sütjük.
Az almát megmossuk, meghámozzuk, közepét kifúrjuk, és kb. 1 cm-es szeletekre vágjuk. Serpenyőben 3 evőkanál mézet felhevítünk, és beletesszük az almaszeleteket, pár percig pároljuk mindkét oldalát, hozzáöntünk fél narancs levét, egy negyed narancshéját, 5 db szegfűszeget és végül 1 dl vörösbort, majd puhára pároljuk. Kivesszük az almát, hozzáöntjük a maradék vörösbort, kiforraljuk, 1 mokkáskanálnyi étkezési keményítővel besűrítjük. Tálalásnál az alma alá öntjük.



Rosé kacsamell karamellizált gyümölcsökkel, burgonyapürével és erdei gyümölcsöntettel

Hozzávalók a rosé kacsamellhez:
- 2 db kacsamell
- 1 diónyi kacsazsír
- só
- bors
- friss rozmaring

Hozzávalók a burgonyapüréhez:
- 1 kg burgonya
- 1 dl hideg tej
- 1 dl 20-30%-os tejszín
- 3 evőkanál vaj
- ízlés szerint só

Hozzávalók a karamellizált gyümölcsökhöz:
- 2 db nagyobb körte
- 6 db félbevágott őszibarack (konzerv)
- 15 dkg porcukor
- 2 dkg vaj

Hozzávalók az erdei gyümölcsöntethez:
- 500 g erdei gyümölcs mix (mirelit)
- 4 evőkanál cukor
- 1 evőkanál kacsazsir (amit a kacsánkból sütöttünk ki)
- 1 csipet szárított rozmaring

Elkészítés:

A kacsamell bőréről letisztítjuk az esetlegesen rajta maradt tollakat, majd hideg víz alatt lemossuk, végül szárazra töröljük. A bőrét beirdaljuk, figyelve arra, hogy a húst ne sértsük fel. A hús mindkét oldalát jó alaposan megsózzuk. Egy serpenyőben (amit később sütőbe is tudunk tenni!) kacsazsírt hevítünk, és beletesszük a kacsamelleket bőrükkel lefelé. Hozzáteszünk néhány szál friss rozmaringot, és közepes lángon 4-5 percig sütjük.

Az ételt készítette:

Pércsi-Hausznecht Martina
piacfejlesztési asszisztens, catering koordinátor

Ezután óvatosan megfordítjuk a húst, megszórjuk borssal, letakarjuk alufóliával, és 160°C-ra előmelegített sütőbe helyezzük. Nagyjából 12-15 percig sütjük, kivesszük, és szeletelés előtt legalább 10 percig pihentetjük.

A burgonyákat megmossuk, majd meghámozzuk, és azonos nagyságú darabokra vágjuk. Forrásban lévő, sós vízben puhára főzzük. A burgonyát leszűrjük, majd burgonyanyomóval sima pürévé törjük. A tört burgonyát előbb a vajjal, majd a tejszínnel és a tejjel alaposan összekeverjük. Megkóstoljuk a pürét, és szükség esetén ízesítjük még sóval. Végül kézi botmixerrel is áttörjük, és azonnal tálaljuk.

A körtét meghámozzuk és vékony szeletekre vágjuk, a barackokat is ugyanígy felszeljük. Hideg serpenyőbe szitáljuk a porcukor ¾-ét, rádobjuk a vajat, majd szépen sorban rárakjuk a gyümölcsszeleteket, meghintjük a maradék porcukorral, és elkezdjük karamellizálni. Sűrűn forgatjuk a gyümölcsöket, kb. 10 perc alatt kész van. Amikor már elkezd barnulni a cukor, félrehúzzuk a serpenyőt a tűzről, és kiszedjük a gyümölcsöket.

A mártáshoz felforraljuk a gyümölcsöket cukorral, kacsazsírral és a rozmaringgal. Kevergetve mártás állagúra főzzük. (Fedő nélkül magától be fog sűrűsödni.)

Hamis Wellington édes hercegnőburgonyával és lilahagymalekvárral

Hozzávalók a hamis Wellingtonhoz:

- 50 dkg darált marhahús
- 1 csomag leveles tészta
- 15 dkg bacon
- 2 db tojás
- 1 fej lilahagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- só és bors

Hozzávalók az édes hercegnőburgonyához:

- 4 db édesburgonya
- 2 db burgonya
- 3 evőkanál vaj
- 3 db tojás
- 0,5 dl tejszín
- só és bors

Hozzávalók a lilahagymalekvárhoz:

- 6 db lilahagyma
- 60 g vaj
- 2 evőkanál olívaolaj
- 10 dkg cukor
- 3 gerezd fokhagyma
- 1 dl balzsamecet
- só és bors

Elkészítés:

A baconszeleteket sütőpapírral fedett tepsire fektetjük, lefedjük egy másik sütőpapírral és 180°C-ra előmelegített sütőben 15 perc alatt megsütjük.

Az apróra vágott lilahagymát a darált húshoz adjuk, sózzuk, borsozzuk, belenyomjuk a fokhagymát és jól összegyúrjuk.

Kihajtjuk a leveles tésztát, és a szélén 2-2 centit szabadon hagyva befedjük a baconszeletekkel. Erre tesszük a hosszúkásra formázott húst, ráhajtjuk a tésztát, a két végén behajtjuk és lekenjük a felvert tojással. 180°C-on kb. 40-45 perc alatt megsütjük, majd szeletelésig pihentetjük.

Az édes hercegnőburgonyához az édesburgonyát és a sima burgonyát megtisztítjuk, felkockázzuk és külön edényben, enyhén sós vízben puhára főzzük.

A vaj felét serpenyőben felolvasztjuk.

Mikor megpuhultak a burgonyák, összeöntjük őket, és a vaj másik felével összenyomjuk, majd hozzáadjuk a tejszínt és a tojásokat, ízlés szerint fűszerezzük és összedolgozzuk.

Ezután habzsákból sütőpapírral bélelt tepsire formázzuk, és lekenjük a felolvasztott vajjal, majd 200°C-on kb. 10-15 perc alatt aranybarnára sütjük.

A lilahagymákat vékony szeletekre vágjuk, az olívaolajat a vajjal felolvasztjuk, majd beletesszük a cukrot és karamellizáljuk.

Ekkor hozzáadjuk a felszeletelt hagymát, sózzuk, borsozzuk és fedő nélkül pároljuk, míg kicsit össze nem esik.

Ezután hozzáadjuk a felaprított fokhagymát, felöntjük a balzsamecettel és most már lefedve addig pároljuk, míg a levét elfőve, ragacsos állagú nem lesz.

Az ételt készítette:

Bolyán-Gergely Gréta
üzemeltetési asszisztens

Rántott pontypatkó petrezselymes burgonyával és tartármártással

Hozzávalók:

- 8 szelet pontypatkó
- 2 db tojás
- 20 dkg liszt
- 20 dkg zsemlemorzsa
- 3 dl olaj
- 1 kg burgonya
- 1 csokor petrezselyemzöld

Hozzávalók a tartármártáshoz:

- 2 dl tejföl
- 1 dl majonéz
- 1 teáskanál mustár
- 1 dkg porcukor
- 1 kiskanál citromlé
- 1 csipet só
- 1 csipet őrölt fehérbors

Elkészítés:

A pontyszeleteket panírozás előtt fél órával besózzuk, majd panírozzuk a szokott módon: liszt, felvert tojás és zsemlemorzsa. Forró olajban kisütjük, majd papírtörlőre szedve leitatjuk a felesleges olajat.
A burgonyát megmossuk, majd feltesszük főni. Amikor már majdnem megfőtt, elzárjuk a tűzhelyet, lehűtjük, majd felszeleteljük.
A burgonyát kevés olívaolajon megsütjük, majd vágott petrezselymet szórunk rá.
A tejfölt, a majonézt, a mustárt, a cukrot, a citromlevet, a sót és a borsot egy tálba tesszük, majd kanállal vagy habverővel kb. 2 perc alatt kikeverjük. Megkóstoljuk, és ha ízlésünk úgy kívánja, bármelyik ízesítőből még teszünk bele egy keveset.

Az ételt készítette:

dr. Cséby Gabriella
gazdasági vezető

Tányérra tesszük a halat, burgonyát, külön tálba mellé a tartármártást, citromkarikával, petrezselyemzölddel díszítjük.

Pontypaprikás kapros-juhtúrós puliszkával

Hozzávalók:

- 60 dkg pontyfilé
- 2 fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 db paradicsom
- 1 db paprika
- 10 dkg pirospaprika
- só
- bors
- étolaj
- tejföl
- liszt
- 20 dkg kukoricadara
- 10 dkg juhtúró
- 1 csomag kaporzöld

Elkészítés:

A pontyfilét beirdaljuk (kb 2 mm-enként, hogy a szálkákat elvágjuk), majd kockákra vágjuk. Az apróra vágott vöröshagymát olajon lepirítjuk, hozzáadjuk a paradicsomot, paprikát, fokhagymát, majd a tűzről levéve megszórjuk pirospaprikával, ízesítjük, és felöntjük vízzel. A pörköltalapunkat készre főzzük, és belehelyezzük a halat, majd 15 perc főzés után tejfölös habarással besűrítjük.

Elkészítjük a puliszkát: 1 l vízben 20 dkg kukoricadarát kevés olajjal 25 percig főzünk folyamatos keverés mellett (gyorsan odakap!). A 25 perc végén ezzel a sűrű masszával a kiolajozott őzgerincformát félig töltjük, belehelyezzük rúdban a juhtúrót, majd színig töltjük a massza másik felével. Ezután olajjal megkenjük a tetejét, és 10 percig sütjük 180°C-on, majd pihentetjük. Tálalásnál finomra vágott kaporral szórjuk meg a puliszkát.

Az ételt készítette:

Sebestyén István
gasztronómiai és konyhatechnológiai koordinátor

Mentes ételek

Az ételt készítette:

Baloghné Krasznai Angéla
dietetikus

Citromfüves eperkrémleves levendulával

gluténmentes

tejmentes

Hozzávalók:

- 500 g friss vagy mirelit eper
- 6 dl rizstej
- 50 g rizsliszt
- 2 dl zab főzőkrém
- 1 evőkanál méz (ízlés szerint)
- 50 g cukor (szükség szerint édesítőszerrel kiváltható)
- 1 db kezeletlen héjú citrom héja és leve
- 2 szál friss citromfű (szárítottból 1 csapott evőkanál)
- 2-3 szál friss levendula (szárítottból 1 teáskanál levendulavirág)

Elkészítés:

A megtisztított epret a cukorral vagy édesítőszerrel és az alaposan megmosott gyógynövényekkel 2 dl rizstej és 1 dl zab főzőkrém keverékében feltesszük főni. Ha szárított gyógynövényeket használunk, akkor azt teatojásban tegyük a leveshez, hogy kiemelhető legyen.
Miután a cukor elolvadt benne, levesszük a tűzről, és kb. negyed órára félretesszük, hogy a gyógynövények ízét kinyerjük, majd kiemelhetjük őket a levesből.
Ezután a maradék rizstejből és a rizslisztből elkészítjük a habarást, majd a tűzre újból visszatett leveshez, hőkiegyenlítéssel hozzácsorgatjuk azt.
Addig hagyjuk a tűzön állandó keverés mellett, amíg a leves kellőképpen besűrűsödik.

Ezt követően lehúzzuk a tűzről, hozzáreszeljük a megmosott, kezeletlen héjú citromhéját, és botmixerrel krémes állagúvá pürésítjük.
Miután kicsit kihűlt, belecsorgathatjuk a citrom levét is, csak hogy az íze mellett értékes C-vitamin tartalmát is élvezhessük, ugyanis a C-vitamin hőre érzékenysége miatt 60°C felett elbomlik.
A maradék főzőkrémhez hozzácsorgatjuk a mézet, az így kapott édes krémet hidegen szervírozott levesbe csorgatjuk.
Maradék citromfűvel és a bimbóira szedett, szétmorzsolt levendula virágaival díszítve tálaljuk.

A levendula és a citromfű mindketten igen közkedvelt és aromás évelő gyógynövények, nyugtató, stresszoldó, alvást könnyítő hatásukról közismertek.
Aki ízükért, illatukért vagy gyógyhatásukért kedveli őket, annak érdemes balkonládában vagy a konyhakertben is nevelni néhány tövet.

Kókusztejszínes garnélás spagetti

tejmentes

gluténmentes

Hozzávalók:

- 200 g garnélarák
- 1 fej vöröshagyma
- 2-3 gerezd fokhagyma
- 3-4 db paradicsom
- 1 pohár fehérbor
- 2 dl kókusztejszín
- bazsalikomlevél
- petrezselyemzöld
- fekete bors
- só
- 1 zacskó gluténmentes spagettitészta
- olívaolaj

Bármiféle egyezés az étel készítőjével és a bor palackozójával NEM a véletlen műve ;)

Elkészítés:

A megtisztított vöröshagymát, fokhagymát és paradicsomot felkockázzuk. Egy kevés olívaolajat hevítünk, amiben üvegesre pároljuk a vöröshagymát, hozzáadjuk a fokhagymát, majd felöntjük a fehérborral. Néhány perc múlva hozzáadjuk a garnélát és a paradicsomot, és további kb 10-12 percig pároljuk őket. A fűszereket – ha friss, felszeleteljük, majd utána – hozzáadjuk a szószhoz. Kókusztejszínnel sűrítjük, ízesítjük sóval, borssal, levesszük a tűzről, és hozzáadjuk a kifőtt spagettitésztát.

Az ételt készítette:

Erdős Evelin
területi vezető

Az ételt készítette:

Baloghné Krasznai Angéla
dietetikus

A citrusfélék esetében engedélyezett a gombaölő és növényvédő szerekkel történő felületkezelés, ami viszont emberi fogyasztásra nem ajánlottá teszi az adott gyümölcs héját. Ha a citrusfélék héját szeretnénk felhasználni, akkor feltétlenül ügyeljünk rá, hogy kezeletlen héjú terméket válasszunk, és azt is csak alapos mosás után dolgozzuk fel.

Halgombóc karottás puliszkával, narancs- vagy citrommártással

Hozzávalók a karottás puliszkához:

- 200 g kukoricadara
- 600 ml rizstej
- 400 ml víz
- 200 g sárgarépa
- 50 g tejmentes margarin
- cukor
- só

tejmentes

gluténmentes

Hozzávalók a halgombóchoz:

- 700 g mirelit tőkehalfilé szárazon
- 2 db tojás (azonos mennyiségű tojáspótló porral helyettesíthető)
- 40 g rizsliszt
- só
- allergénmentes ételízesítő
- olívaolaj a sütéshez

Hozzávalók a narancs- vagy citrommártáshoz:

- 30 g tejmentes margarin
- 2 db kezeletlen héjú narancs leve és héja vagy 2 db kezeletlen héjú citrom leve és héja
- 5 dl rizstej
- 30 g rizsliszt
- 20-40 g cukor
- csipet só
- citrommártás esetén egy csipet fahéj

Elkészítés:

A sárgarépát nagylyukú reszelőn lereszeljük vagy egészen picire aprítjuk, és a margarinon kicsit átfuttatjuk, majd hozzáadjuk a rizstejet, a vizet, a cukrot és a sót. Mikor a víz majdnem felforrt, beletesszük a kukoricadarát. Amikor elértük a kívánt állagot, egy lapos tepsibe vagy jénaiba öntjük, a tetejét elsimítjuk és hagyjuk kihűlni.

A mirelit halat kiolvasztjuk, jól lecsepegtetjük, majd húsdarálón ledaráljuk. (Húsdaráló hiányában késsel is össze lehet aprítani.) Hozzáadjuk a rizslisztet, a tojást, fűszerezzük és egynemű masszává gyúrjuk. 24 diónyi gombócot formázunk belőle. Ízlés szerint serpenyőben vagy sütőben, kevés olajon ropogósra sütjük.
A margarint felolvasztjuk egy serpenyőben, és a narancs vagy citrom héját belereszeljük. Pár percig folyamatos kevergetés mellett pirítjuk, majd belefacsarjuk a narancs vagy citrom levét. Ezt követően az előzőleg rizstejben csomómentesre kevert rizsliszttel felönjük, és hozzáadjuk a cukrot és a sót. A kívánt állag eléréséig folyamatosan kevergetjük.

A kihűlt puliszkát felszeleteljük, melléhelyezzük a halgombócokat, és a mártások valamelyikével melegen tálaljuk.

Desszertek

A piros desszerteket készítették:

Szluka Szintia
pénzügyi ügyintéző

Pánczélné Tenk Beatrix
cégvezető asszisztens, ügyfélkapcsolati asszisztens

Gyümölcstorta - Szluka Szintia

Hozzávalók a tésztához:
- 4 nagyobb tojás
- 4 evőkanál liszt
- 4 evőkanál kristálycukor
- 1/2 csomag sütőpor
- 1 csomag vaníliás cukor
- só

Hozzávalók a krémhez:
- 3 dl tej
- 4 evőkanál kristálycukor
- 1 csomag pudingpor
- 7 dkg margarin
- 10 dkg porcukor

Hozzávalók a tetejére:
- gyümölcs
- tortazselé

Elkészítés:
A tojásokat kettéválasztjuk. A fehérjét kemény habbá verjük. A sárgáját a cukorral felverjük, majd hozzáadjuk a leszitált lisztet, amihez előzőleg tettünk egy csipet sót és sütőport. Ezt követően a felvert fehérjét óvatosan hozzáadagoljuk. Ha ezzel elkészültünk, akkor a kizsírozott, kilisztezett gyümölcstorta-formába öntjük. Előmelegített 180°C-os sütőben kb. 20 percig sütjük.
A krémhez a tej egy részét felrakjuk forralni, a másik részével csomómentesre kikeverjük a pudingot a kristálycukorral, majd kihűtjük. A margarint a porcukorral habosra keverjük. Ahhoz, hogy könnyebben ki tudjuk keverni, célszerű egy kanál meleg pudingot hozzáadni. Ha elkészültünk vele, akkor a kihűlt pudingot robotgéppel a margarinos masszához keverjük.
A kihűlt piskótalapra kanalazzuk a krémet és egyenletesen eloszlatjuk rajta, majd gyümölccsel díszítjük. Ezután a tortazselét a közepéről kifelé haladva ráöntjük és hűtőbe tesszük, hogy megdermedjen.

Red muffin - Szluka Szintia

Hozzávalók:
- 12,5 dkg vaj
- 10 dkg kristálycukor
- 2 db tojás
- 30 dkg liszt
- 1 csomag sütőpor
- 2,25 dl tej
- 200 ml habtejszín
- mogyorókrém
- ételfesték

Elkészítés:
A cukrot, a vajat és a tojást habosra verjük, majd a lisztet a sütőporral és egy csipet sóval leszitálva hozzáadjuk, és fokozatosan hozzáöntjük a tejet. Színezett tészta esetén a kívánt szín eléréséhez ételfestéket adagolunk. A muffinformákba muffinpapírt rakunk, és félig töltjük a tésztával. Erre egy kiskanál segítségével a közepére mogyorókrémet teszünk, majd még egy réteg tésztát. A tészta a forma háromnegyedéig érjen. 180°C-ra előmelegített sütőben tűpróbáig sütjük (kb ½ óra). Amint elkészült, vegyük ki a formából.
A díszítéshez keményre verjük a habot, majd habkinyomó segítségével a kihűlt muffin tetejére helyezzük fogyasztás előtt.

Túrós-eperlekváros Charlotte

- Pánczélné Tenk Beatrix

Hozzávalók a piskótához:

- 6 db tojás
- 12 dkg cukor
- 12 dkg liszt
- 2 evőkanál olaj
- 30 dkg eperlekvár

Hozzávalók a töltelékhez:

- 50 dkg túró
- 10 dkg porcukor
- 1 citrom reszelt héja
- 2 dl habtejszín habbá verve
- 1 dkg zselatin

Elkészítés:

A piskótához a tojásokat kettéválasztjuk, a fehérjét a cukorral habbá verjük, a tojások sárgájával kikeverjük az olajat, majd óvatosan belekeverjük a felvert tojásfehérjébe, ezután beleszitáljuk a lisztet, és összekeverjük.
Sütőpapírral bélelt, kb. 25x30 cm-es tepsiben a tésztát egyenletesen elkenjük, 180°C-ra előmelegített sütőben megsütjük. Vigyázzunk, ne süssük túl, mert kiszáradhat! Még melegen konyharuhára borítjuk, lehúzzuk róla a papírt. Elkenjük rajta az eperlekvárt, és szorosan feltekerjük. 1-2 órára hűtőbe tesszük, hogy szépen tudjuk szeletelni. Kb. 2 cm széles szeletekre vágjuk.
Egy félgömb alakú tálat kibélelünk fóliával, a piskótakarikákkal szorosan kirakjuk a falát. Annyi karikát hagyjunk, hogy le tudjuk zárni a formát!

A töltelékhez a túrót kikeverjük a porcukorral és a citromhéjjal, óvatosan hozzákeverjük a felvert tejszínhabot. A zselatint 1 dl vízben megduzzasztjuk, majd mikrohullámú sütőben olvadásig melegítjük. Óvatosan a krémhez keverjük. A piskótával bélelt formát megtöltjük a krémmel, a maradék piskótatekerccsel befedjük, 2-3 órára a hűtőbe tesszük dermedni. Kiborítva tálaljuk, utána szeletelhető.

Málnás Gerzemürze

- Pánczélné Tenk Beatrix

Hozzávalók:

- 1 nagy vödör tejföl
- 25 dkg porcukor
- 1 csomag vaníliás cukor
- 20 dkg babapiskóta
- 50 dkg fagyasztott málna

Tipp: Haladók a piskótát maguk is megsüthetik a Túrós-eperlekváros Charlotte recept alapján. :)

Elkészítés:

A tejfölt a porcukorral és a vaníliás cukorral alaposan elkeverjük. A babapiskótát kb. centiméteres darabokra vágjuk.
Desszertes pohárba rétegezzük a krémet és a málnát.

A fehér desszerteket készítették:

Havasi Rita
pénzügyi vezető

Tárnok Angelika
konyhai kisegítő

Joghurttorta

- Havasi Rita

Hozzávalók a piskótához:

- 3 db tojás
- 3 evőkanál cukor
- 3 evőkanál liszt
- 1 kávéskanál sütőpor
- só

Hozzávalók a krémhez:

- 3 db, 150 g-os poharas natúr joghurt
- 10-12 evőkanál cukor
- 1 csomag, 20 g-os étkezési zselatin
- 3 csomag vaníliás cukor
- 300 ml (nem cukrozott) habtejszín
- ízlés szerinti gyümölcs
  – málna, eper, szeder, barack – mi barackot használtunk

Elkészítés:

3 tojásból piskótát sütünk egy kerek tortaformában (egy tortaforma alját kibéleljük sütőpapírral. 3 db tojás fehérjét egy csipet sóval majdnem kemény habbá verünk egy elektromos habverővel, majd hozzákeverünk kanalanként 3 evőkanál cukrot. Alaposan eldolgozzuk, ezután egyesével hozzáadjuk a tojássárgákat. 3 evőkanál lisztet elkeverünk egy kávéskanál sütőporral, majd adagonként a masszába keverjük ezt. Tűpróbáig sütjük.)
A joghurtot, a cukrot, a zselatint és a cukrokat felmelegítjük. (Nem forraljuk, csak összemelegítjük.)
Hagyjuk kihűlni, és hűlés közben néha megkevergetjük, nehogy összecsomósodjon. Ha már eléggé kihűlt, felverjük a habtejszínt. Ezután óvatosan összekeverjük, hogy a habtejszín nehogy összetörjön, de a két „krém" (a habtejszín és a joghurtos massza) teljesen homogénné váljon.
A kihűlt piskótát visszatesszük a tortaforma aljára, és ráöntjük a kihűlt krém felét. Az általunk választott gyümölcsöt beletesszük a krémbe, majd a maradék részét is ráöntjük.
1 éjszakára hűtőbe tesszük, hogy jól megdermedjen, így másnap könnyen szeletelve, jó étvággyal fogyaszthatjuk.

Fehér kávémousse tuil ropogóssal, eperkulival - Tárnok Angelika

Hozzávalók a kávémousse-hoz:

- 100 g kávébab
- 250 g fehércsoki
- 20 g cukor
- 2 db tojás
- 600 g tejszín
- 6 g zselatin

Elkészítés:

A kávébabot előző nap beáztatjuk a tejszínbe. A cukrot a tojással vízgőz felett 85°C-ra melegítjük állandó kevergetés mellett. A fehércsokit felolvasztjuk, majd hozzákeverjük a főzött tojáshabhoz. Lecsepegtetjük az előző nap beáztatott kávébabokat, majd habbá verjük. A kettőt összekeverjük, majd az olvasztott zselatint is hozzákeverjük. Hűtőbe tesszük.

Hozzávalók a tuil ropogóshoz:

- 100 g isomalt cukor
- ételfesték

Elkészítés:

A cukrot szilikonlapra szórjuk, majd 180°C-on hevítjük, amíg folyékony nem lesz, majd kihűtjük és mixer segítségével porrá aprítjuk. Leszitáljuk, vékonyan ismét szilikonra tesszük, és csepegtetünk rá ételfestéket. Egy másik szilikonlappal lefedjük, majd ismét sütjük, amíg folyékony nem lesz, végül hagyjuk kihűlni teljesen.

Hozzávalók az eperkulihoz:

- eper
- pici cukor /ízlés szerint/

Elkészítés:

A megmosott, csumázott epret a cukorral leturmixoljuk, majd apró lyukú szűrőn leszűrjük. Ha túl híg az eper, akkor tehetünk hozzá kicsi kötőanyagot, akár zselatint vagy agar-agart.

Citromos túrótorta fehér tükörglazúrral, meringue-gel - Tárnok Angelika

Hozzávalók a citromgömbhöz:

- 80 g vaníliás pudingpor
- 500 g tej
- cukor
- citromlé

Elkészítés:

A tejet a pudinggal sűrűre főzzük, majd belekeverjük a cukrot és a citromlevet. Nyomózsákba töltjük, majd félgömböket nyomunk belőle egy szilikonos sütőpapírra, ezután fagyasztóba tesszük.

Hozzávalók a túrókrémhez:

- 250 g túró
- 500 g tejszín
- 40 g vaníliás pudingpor
- 250 g tej
- cukor ízlés szerint
- vaníliás cukor
- reszelt citromhéj

Elkészítés:

A tejet a pudinggal sűrűre főzzük, majd kihűtjük. Felverjük a tejszínt a cukrokkal, majd a kihűlt pudingot is kikeverjük csomómentesre, és belekeverjük a túrót. Tetszés szerint ízesítjük.

Hozzávalók a tükörglazúrhoz:

- 12 g zselatin + 72 g víz összekeverve
- 150 g cukor + 75 g víz + 150 g glükózszirup forralni
- 150 g fehércsoki
- 100 g sűrített tej

Elkészítés:

A glükózszirupot a vízzel és a cukorral felforraljuk 100°C-ra, majd belekeverjük az áztatott zselatint, és ráöntjük a csokira. Állni hagyjuk, amíg fel nem olvad a csoki. Belekeverjük a sűrített tejet, majd leturmixoljuk. Átszűrjük.

Hozzávalók a meringue-hez:

- 250 g cukor + 75 gr víz 118°C-on forralva
- 120 g tojásfehérje + 250 g cukor habbá verve

Elkészítés:

A cukros vizet lassan csorgatva hozzáadjuk a cukorral felvert fehérjéhez. Kihűlésig közepes fokozaton verjük, majd nyomózsákból formázzuk.

A zöld desszerteket készítették:

Pohli Fanni
területi vezető

Kovács Zoltánné Hajnalka
szakács, Győr

Csokis-pisztáciás süti

- Pohli Fanni

Hozzávalók a tésztához:

- 6 db tojás
- 120 g liszt
- 120 g cukor
- 5 g vaníliás cukor
- 5 g sütőpor
- 100 g vaj
- egy csipet só
- 2 csepp zöld ételfesték

Hozzávalók a krémhez:

- 200 g tejcsoki
- 200 g hántolt pisztácia

Elkészítés:

A tojásokat szétválasztjuk. A tojásfehérjét kemény habbá verjük, majd a tojássárgáját a cukrokkal és a vajjal kikeverjük.
A tojássárgájához hozzáadjuk a lisztet, a sütőport, egy csipet sót és az ételfestéket. Miután összekevertük, óvatosan beleforgatjuk a tojáshabot is.
A masszát sütőpapírral bélelt formába öntjük, és 180°C-ra előmelegített sütőben 20 perc alatt megsütjük.
A kész piskótát 10 percig hagyjuk a sütőben hűlni, majd kivesszük, és teljesen lehűtjük.
Közben a pisztáciát összeaprítjuk.
A tejcsokoládét megolvasztjuk, majd elsimítjuk a piskóta tetején, ezután rászórjuk a pisztáciát.
Hagyjuk kihűlni, és felszeleteljük.

Matcha teás sajttorta

- Kovács Zoltánné Hajnalka

Hozzávalók a tésztához:

- 100 g darált háztartási keksz
- 40 g vaj
- 1 csipet fahéj

Hozzávalók a krémhez:

- 250 g mascarpone
- 80 g porcukor
- 2 db tojás
- 100 ml habtejszín
- 30 g liszt
- 7 g Matcha teapor

Elkészítés:

Egy 22 cm átmérőjű csatos tortaformába (szilikonos) sütőpapírt helyezünk.
A darált kekszhez hozzáadjuk a vajat és a fahéjat, és az egészet addig morzsoljuk, míg egyenletes morzsát nem kapunk. Ezt a kipapírozott sütőformába tesszük, és a kezünkkel jó alaposan, egyenletesen lenyomkodjuk.
Egy tálban összekeverjük a krémsajtot, a porcukrot, a tejszínt, a 2 tojás sárgáját, a lisztet, valamint a Matcha teaport. Ha homogén állagú lett, akkor a 2 habbá vert tojásfehérjét óvatosan hozzákeverjük.
Öntsük a keveréket a morzsára, majd előmelegített sütőben süssük készre 150°C-on kb. 50 perc alatt, enyhe légkeveréssel.
Ha kész, hagyjuk teljesen kihűlni. Ezután tegyük hűtőbe legalább 2-3 órára vagy egy éjszakára, mielőtt tálaljuk.

Kivis pohárkrém

- Kovács Zoltánné Hajnalka

Hozzávalók:

- 50 g kivi
- 120 g túró
- 100 g natúr joghurt
- 1 teáskanál porcukor

Elkészítés:

A kivit botmixerrel összeturmixoljuk, a túrót összekeverjük a joghurttal és a cukorral, majd a kétféle krémet rétegezzük egy hosszú üvegpohárban.