

ÍZ-LELŐS.

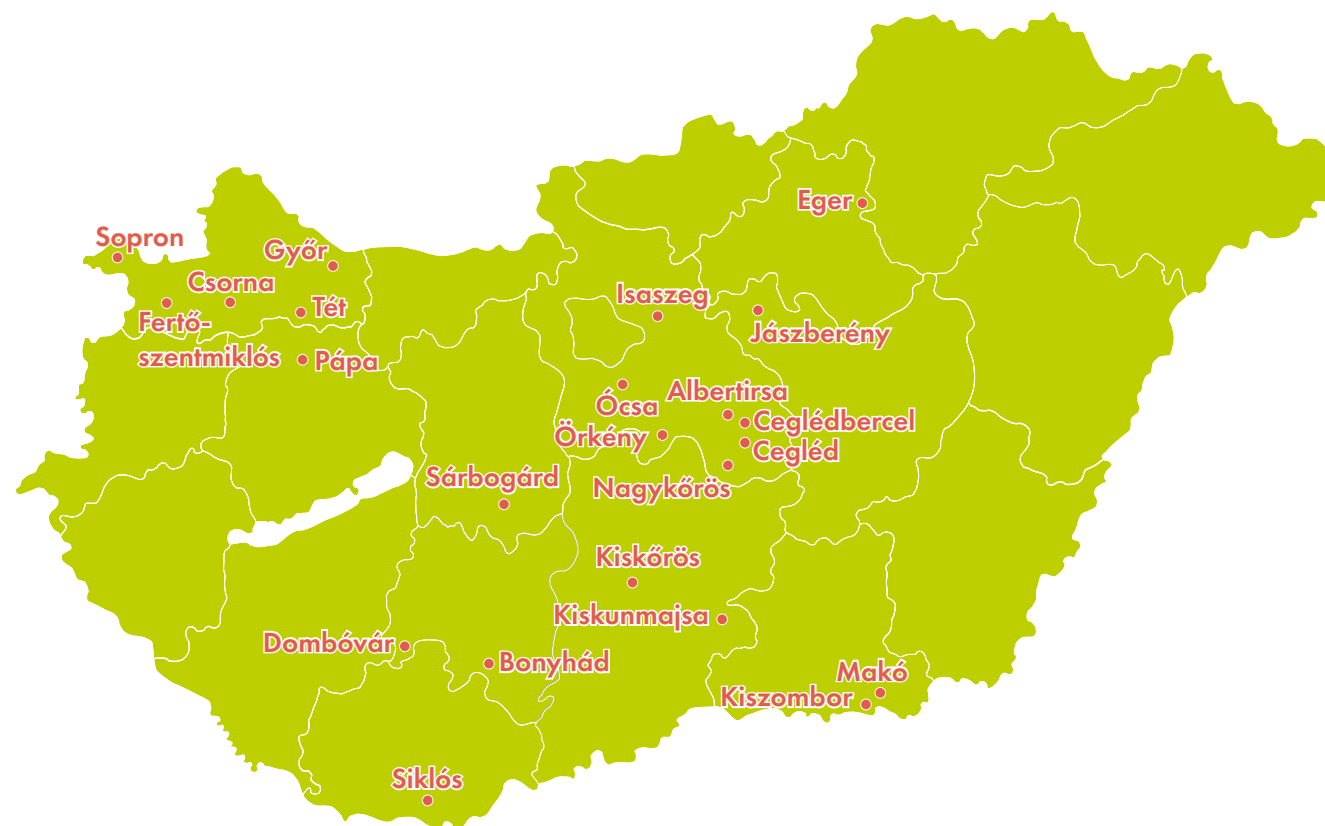
Az Eatrend Magyarország receptkönyve



eatrend
ételünk az életünk



eatrend



Kedves Partnerünk, Barátunk, Munkatársunk!



Takács Zsolt, ügyvezető

Örömmel és büszkeséggel nyújtom át neked 5. receptkönyvünket, melybe hagyományainkhoz híven kollégáink írtak 1-1 receptet 9 ételkategóriában. Idén is azzal a céllal válogattuk össze a könyvben megjelenő recepteket, hogy egy hasznos és inspiráló kötet szülessen belőle.

Idén olyan különleges alapanyagokkal is találkozhattok könyvünkben, mint a dámszarvashús, fekete lencse, bélszínsteak, kacsacomb vagy totu. Ismét változatos kategóriákkal, és különböző nehézségi fokú ételekkel készültünk: nem maradhatott ki a szokásos *Ünnepi ételek kategória* látványos és nem hétköznapi ételekkel, 8 házi *desszerttel* készültünk, de bekerült a *házas ízek* közé a kakaspörkölt is, amit kiskőrösi kollégáim főztek a Kiskőrösi Kakaspörkölt Főző Fesztiválon.

Ebben az évben számos új ételt vezettünk be a gyermekétkeztetési étlapra, amelyek kollégáinkat is megihlették, továbbgondolták – ezekből az ételekből láthattok egy válogatást az *Ételek, amiket étlapjaink inspiráltak* kategóriában.

Évről évre kapunk visszajelzéseket, hogy mennyire szeretitek, és gyakran forgatjátok receptkönyvünket a konyhában, emiatt különösen nagy öröm számomra, hogy immár az 5. receptkönyvet tarthatjátok a kezetekben – az alkalomhoz illő extra borítóval. Méltó lezárása ez a könyv ennek a mozgalmas 2023-as évnek – és félhivatalos indítója jubileumi 2024-es évünknek, melyben 15. évfordulónkat ünnepeljük.

Továbbra is tartom és vallom, ahogyan az előző receptkönyvben fogalmaztam: munkánk nem merül ki annyiban, hogy elkészítjük a finom, tápláló és biztonságos ételeket, küldetésünk ennél sokkal tovább mutat. „*Hisszük, hogy az étkezés egy olyan kapocs az asztal körül ülők között, mely feltölti és kapcsolja őket; ezek a fél órák világmegváltó beszélgetések és sokáig emlegetett cinkosságok bölcsőivé válhatnak. Kollégáimmal együtt igyekszünk mindent megtenni azért, hogy a gyerekek teljesen ki tudjanak kapcsolódni az étkezések alatt: finom és biztonságos ételekkel, változatos étlappal, és – lehetőségeinkhez mérten – felújított ebédlőkkel várjuk őket.*”

Fogadjátok szeretettel 2023-as válogatásunk több mint 40 receptjét!

Jó étvágyat kívánunk az elkészített ételekhez!

Takács Zsolt ügyvezető, valamint az Eatrend Magyarország több mint 1.000 munkatársa

Tartalomjegyzék

Előételek, levesek	8-17
Dámszarvasragu-leves	10-11
Tonhalkrém, tojáskrém	12-13
Babgulyás	14-15
Tárkonyos csirkeraguleves	16-17
Ételek, amiket étlapjaink inspiráltak	18-27
Pankómorzsás rántott csirkemell snidlinges burgonyapürével	20-21
Hot-dog	22-23
Carbonara spagetti	24-25
Vadas marhaszelet forrázott gombóccal	26-27
Villámgyors receptek	28-35
Spenótos-lazacos fettuccine	30-31
Almás-sajtos saláta	32-33
Vargabéles erdeigyümölcs-öntettel	34-35
Húsmentes receptek	36-43
Cukkini-tagliatelle kakukkfűves shiitake gombával	38-39
Zöldségekkel töltött gomba salátaágyon, gombás-krémsajtos ropogóssal	40-41
Hamis pizza	42-43
Házias ízek	44-57
Kakaspörkölt	46-47
Szabolcsi töltött káposzta	48-49
Baranyi böllérpecsenye	50-51
Marhapörkölt bográcsban	52-53
Röfipecsenye fűszeres svéd burgonyával	54-55
Házi szűzpecsenye kolbászhússal töltve, petrezselymes mogoróburgonyával	56-57

Tartalomjegyzék

Ünnepi ételek	58-67
Bőrén sült lazacfilé, burgonyavariációkkal, fekete lencsével és fehérbormártással	60-61
Ropogós csülök vele sült zöldségekkel, párolt lilakáposztával	62-63
Bélszínsteak sült fokhagymás édesburgonya-pürével, vajás párolt zöldbabbal, gránátalmás paradicsomsalátával és parmezánropogóssal	64-65
Konfitált kacsacomb erdei gomba raguval, hordóburgonyával	66-67
Házi készítésű, ehető ajándékok	68-73
Levendulaszörp, citromfűves-mentás szörp	70-71
Sós karamell	72-73
Diós zserbógolyó, meggyes-mákos zserbógolyó, mandulás-csokis vajaskeksz, narancsos-gyömbéres almachutney	74-75
Desszertek	76-89
Kakaós csiga, lekváros bukta, túrós batyu	78-79
Málnás-csokis muffin	80-81
Reform Rákóczi túrós torta	82-83
Tejfölös-gyümölcsös sütemény	84-85
Vaníliás-habos mákos guba	86-87
Túrós pogácsa	88-89
Főzz a gyerekkel	90-97
Marokkói lencsesaláta grillsajttal	92-93
Hortobágyi palacsinta rántva, karamellizált hagymával és burgonyapürével	94-95
Vendégváró falatok: almarózsa, pizzás minicsiga, baconös tekercs	96-97
Menütervező	98-99

Jelmagyarázat • Nehézségi fok:



nagyon könnyű



könnyű



közepes



nehéz



nagyon nehéz

Impresszum

Íz-lelő 5. - Az Eatrend Magyarország receptkönyve

Kiadó: Eatrend Kft.

2730 Albertirsa, Pesti út 65.

www.eatrend.hu

 Eatrend Magyarország

 @eatrend_magyarország

 eatrendmagyarország

Vezető szerkesztő: Lajos Nikoletta, senior kommunikációs manager

Grafika - tördelés: Korcsolai Kitti, kommunikációs munkatárs

Nyomda: Pátria Nyomda Zrt. 1117 Budapest, Hunyadi János út 7.

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 5. • Az Eatrend Magyarország receptkönyve

© Eatrend Kft., 2023.

ISBN 978-615-01-9237-6





Előételek, levesek



Dámszarvasragu-leves

Hozzávalók:

- 60 dkg tisztított dámszarvascomb
- 10 dkg mangalica füstölt szalonna
- 30 dkg sárgarépa
- 15 dkg fehérrepa
- 20 dkg zeller
- 20 dkg gomba
- 20 dkg zöldborsó
- 4-5 db borókabogyó
- 1-2 marék lúdgégetészta
- 4 dl tejszín
- 2 nagy fej vöröshagyma
- 0,5 csokor tárkony
- 2 db babérlevél
- só, bors ízlés szerint
- 1 evőkanál mustár
- 4-5 evőkanál kristálycukor
- 1 db citrom
- olívaolaj

Elkészítés:

A szalonnát egyben hagyva pirítjuk egy lábosban, majd a kisült zsírjára az apróra kockázott vöröshagymát rátesszük. A vöröshagyma minimális pirítása után az előző nap borssal, mustárral és pácsóval bepácolt, 2x2 cm-es kockákra vágott dámszarvashúst beletesszük az edénybe, majd magas hőfokon pirítjuk (ezzel zárva a pórusokat), majd mikor a hús levet engedett, zsírjára pirítjuk, majd ezt 2x víz hozzáadásával megismételjük.

A hozzávalóknál felsorolt sárgarépa, fehérrepa, és a zeller 1/3 részét egészben belehelyezzük a hús mellé, minimálisan megforgatjuk benne, majd felöntjük vízzel, hozzáadjuk a



2-4 óra



Az ételt készítette:
Patay Zsolt
operatív vezető

2 db babérlevelet, a borókabogyót és a felapirított tárkonyt; addig főzzük, amíg puhára nem fő a zöldség. A 2/3 résznyi megmaradt zöldségeket 1,5x1,5 cm-es kockára felkockázzuk, és egy külön edényben olívaolaj hozzáadásával lepirítjuk, a megadott mennyiségű gombával és borsóval együtt, ízlés szerint izesítjük sóval.

A húsos fazékból az egészben főzött zöldségeket kiemeljük, majd turmixgépbe helyezzük. A leves levéből is öntünk a turmixba, és teljesen összeturmixoljuk homogén állagúra. A húsos edényünkbe a már lepirított, kockázott zöldségeinket belehelyezzük, és puhára készre főzzük. A leturmixolt zöldséget visszaöntjük a levesbe. Ezután öntjük fel tejszínnel, és összeforraljuk. Amíg nem forr, addig előveszünk egy harmadik lábost, melybe belehelyezzük a 4-5 evőkanálnyi kristálycukrot, azt karamellizáljuk, és a folyékony karamellt a forrásban lévő levesbe öntjük, majd összekeverjük, hozzáadjuk a tésztát. Tálalás során citrommal és tejföllel kínáljuk az ételt.



Tonhalkrém

Tonhalkrém

Hozzávalók:

- 2 doboz 80 g-os tonhalkonzerv
- 3 evőkanál majonéz
- 2 evőkanál joghurt
- 2 evőkanál tejföl
- 1 fej lilahagyma
- kevés citromlé
- só, bors

Elkészítés:

A tonhalkonzervet lecsöpögtetjük, tálba tesszük és villával összetörjük. Néhány csepp citromlével ízesítjük. Összekeverjük a majonézt, a joghurtot, a tejfölt, hozzáadunk egy kevés sót és borsot. Lereszeljük a lilahagymát, amit a majonézes keverékbe keverünk, majd hozzáadjuk a tonhalat is. Felhasználásig hűtőbe tesszük a krémet. Tálaláskor olívabogyóval díszíthetjük.



40 perc



Az ételt készítette:
Kovács Alexandra
termelési és irodai asszisztens, Győr

Tojáskrém

Hozzávalók:

- 6 db tojás
- 5 evőkanál joghurt
- 1 evőkanál mustár
- 1 evőkanál majonéz
- só, bors
- friss petrezselyemzöld

Elkészítés:

A tojásokat 10 perc alatt keményre főzzük, hideg vízzel leöblítjük, megpucoljuk őket, majd egy tálban villával áttörjük őket. Hozzáadjuk a joghurtot, a mustárt és a majonézt, majd sóval és borssal ízesítjük. Alaposan összekeverjük, és kicsit hagyjuk állni a hűtőben. Friss baguette-szeletekre halmozunk belőle, petrezselyemmel díszítjük.





Babgulyás

Hozzávalók:

- 1 kg marhalapocka
- 4 közepes fej vöröshagyma
- 2 evőkanál sertészsír
- 5 közepes sárgarépa
- 4 közepes fehérrépa
- 1 közepes karalábé
- 2 evőkanál fűszerpaprika
- 2 evőkanál ételízesítő
- 2 evőkanál gulyáskrém
- 50 dkg fejtett bab
- 12,5 dkg gombóda tészta
- 3 l víz
- só, bors ízlés szerint
- tejföl a tálaláshoz

Elkészítés:

A babgulyáshoz a babot egy éjszakára beáztatjuk bő vízbe, másnap a felhasználás előtt leszűrjük.

A zsíron üvegesre pirítjuk az apróra vágott hagymát. A marhahúst felkockázzuk és a párolt hagymához adjuk, kifehéredésig főzzük. Ezután karikára vágjuk a sárgarépát, felkockázzuk a fehérrépát és a karalábét, és ezeket is hozzáadjuk a húshoz. Fűszerezzük, és gulyáskrémmel ízesítjük még. Felöntjük vízzel, és felforraljuk a levest. Ez után beletesszük a lecsepegtetett babot, majd alacsony lángon addig főzzük, amíg a bab meg nem puhul (1,5-2 óra). Ekkor adjuk hozzá a gombóda-tésztát, amivel teljesen készre főzzük az ételt. A kész levest tejföllel tálaljuk.



2-3 óra



Az ételt készítette:
Pollák-Szabó Krisztina
élelmiszerbiztonsági vezető





Tárkonyos csirkeraguleves

Hozzávalók:

- 500 g csirkemellfilé
- 2 fej vöröshagyma
- 2 db sárgarépa
- 1 db fehérrépa
- 1 db karalábé
- 300 g zöldborsó
- 3 gerezd fokhagyma
- 1 db zeller
- 2 dl tejszín
- 2 evőkanál olaj
- só, bors, friss tárkony
- 1 db citrom leve

Elkészítés:

A hagymát megtisztítjuk, felaprítjuk, és kevés olajon megdinszteljük. Hozzáadjuk a felkockázott csirkemellet, majd ízesítjük sóval, borssal. A sárgarépát felkarikázzuk, a fehérrépát és a karalábét felkockázzuk, a fokhagymát összezúzzuk, a zellert felszeleteljük, és a borsóval együtt hozzáadjuk a zöldségeket a húshoz.



90 perc



Az ételt készítette:
Farkas Zsolt
catering koordinátor

Kicsit pároljuk, majd felöntjük 1,5-2 liter vízzel. Ekkor hintjük meg tárkonnyal. Puhára főzünk mindent, és a végén tejszínnel gazdagítjuk, amivel újra felforraljuk a levest, majd még egy kevés citromlével ízesítjük. Tálaláskor ízlés szerint tovább savanyítjuk citromlével.



Ételek, amiket
étlapjaink inspiráltak





Pankómorzsás rántott csirkemell snidlinges burgonyapürével



80 perc

Hozzávalók a pankómorzsás rántott csirkemellhez:

- 1 egész csirkemell
- 4 gerezd fokhagyma
- 2-3 dl tej
- só, bors
- liszt
- tojás
- pankómorzsa
- olaj

Elkészítés:

A csirkemellet szeletekre vágjuk, majd óvatosan, fólia alatt kiklopfoljuk. Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, és fokhagymás tejbe áztatjuk 24 órán keresztül, hűtőben, lefedve. Másnap előkészítjük a panírozáshoz szükséges hozzávalókat egy-egy edénybe: liszt, tojás, pankómorzsa, majd a húsokat egyenként bepanírozzuk, és forró olajban kisütjük kb. 3-4 perc alatt, forgatva. Amikor szép aranybarnára átsült, akkor kiszedjük egy papírtörlővel bélelt tányérra.



Az ételt készítette:
Csendes Norbert
főszakács, Albertirsa

Hozzávalók a snidlinges burgonyapüréhez:

- 70-80 dkg burgonya
- vaj
- tej
- só
- friss snidling

Elkészítés:

A burgonyát megtisztítjuk, kockára vágjuk és sós vízben puhára főzzük. Mikor megfőtt, leszűrjük, a vajat rátesszük a főtt, forró burgonyakockákra, és pár percre a fedőt ráhelyezzük, így a vaj megolvad. Az ízlés szerint kimért tejet ráöntjük, majd a krumplinyomóval pürésítjük. Sózzuk, majd apróra vágott snidlinget is adunk a püréhez, ezután még forrón tálaljuk a rántott hús mellé.



Hot-dog



40 perc

Hozzávalók a házi bucikhoz (5 db):

- 50 dkg BL80-as kenyérliszt
- 25 g élesztő
- 1 db tojás a tésztához + 1 db tojássárgája a lekenéshez
- 2 dl tej
- 1 evőkanál cukor
- 50 g margarin
- só

Hozzávalók a hot-dogok megtöltéséhez:

- 5 db virsli
- 2 dl tejföl
- 5 gerezd fokhagyma
- 2 fej vöröshagyma vagy dobozos pirított hagyma
- ketchup
- mustár

Elkészítés:

A hot-dog bucikhoz a 2 dl langyos tejben elkeverjük a cukrot és belemorzsoljuk az élesztőt. A lisztet egy tálban összekeverjük a tojással, az olvasztott margarinnal és adunk hozzá egy csipet sót, majd a felfuttatott élesztőt hozzáadjuk, és egynemű tésztává gyúrjuk az egészet. Letakarva meleg helyen a duplájára kelesztjük. 5 egyenlő részre osztjuk a megkelt tésztát, négyzeteket nyújtunk belőlük, és feltekerjük. Sütőpapírral bélelt tepsibe helyezük, és meleg helyen újabb 40 percig kelesztjük a buciat. Ezután lekenjük tojássárgájával, majd 180°C-ra előmelegített sütőben kb. 25 percig sütjük.



Az ételt készítette:
Havasi Rita
gazdasági vezető

A hot-dogokhoz a virsliket bevagdossuk, és forró olajon megpirítjuk minden oldalukat. Hagymát aprítunk (vagy előre elkészített pirított hagymával dolgozunk), igény szerint fokhagymás tejfölt keverünk, és megtöltjük a buciat ketchup-pel, mustárral, fokhagymás tejföllel, pirított virslivel, hagymával, salátával... ízlés szerint.

Hot-dog szósz

10 dkg felkockázott bacon egy száraz, forró serpenyőben lesütünk, majd hozzáadunk 1,5 dkg barna cukrot és 1 teáskanál szójaszószt. Amikor a cukor elolvadt, hozzákeverünk 30 dkg majonézt. A hot-dogra csepegtetve kínáljuk.



Carbonara spaghetti

Hozzávalók:

- 300 g füstölt kolozsvári szalonna (húsosabb szelet)
- olívaolaj
- 1 zacskó spagettitészta (500 g)
- 8 db tojás
- só, bors, szerecsendió
- 150 g parmezán
- fokhagyma

Elkészítés:

A spagettitésztát al dentére főzzük sós vízben, majd leszűrjük, és a főzőlevéből kb 2 dl-t félreteszünk.

A szalonnát csíkokra vágjuk, egy mélyebb serpenyőben lassan megpirítjuk az olajon, amibe időközben a zúzott fokhagymát is beletesszük.

A 8 db tojást felforjítjuk sóval, borssal, szerecsendióval, és beleszéljük a parmezánt. A kifőtt tésztát a pirított szalonnába forgatjuk, összekeverjük, majd lehúzzuk a tűzről az ételt. Ráöntjük a tojásos keveréket és a tészta főzővizét, majd amikor kicsit hűlt a



40 perc



Az ételt készítette:
Kármán Gábor
élelmezésvezető

serpenyő, visszarakjuk a tűzre. Folyamatosan rázogatójuk, kevergetjük addig, amíg az egész krémes állagú nem lesz. Utólag még egy kis borssal ízesítjük, ha szükséges, illetve frissen reszelt parmezánsajttal tálaljuk.





Vadas marhaszelet forrázott gombóccal

Hozzávalók a vadas marhaszelethez:

- 60 dkg marhacomb
- 0,5 kg sárgarépa
- 30 dkg gyökérzöldség
- 10 dkg vöröshagyma
- 3 dl tejföl
- 1-2 evőkanál mustár
- 3 db babérlevél
- só, ételízesítő, egész bors
- citromlé
- kristálycukor
- liszt

Elkészítés:

Az előkészített húst feltesszük főni 1,2 l vízben. Ez idő alatt a zöldségeket megtisztítjuk és felszételjük. Ha felforrt a víz, leszedjük a habját, majd beletesszük zöldségeket, ízesítjük sóval, babérlevéllel, borssal és cukorral. Ha minden puhára főtt, leszűrjük a levest, és a zöldségeket darabosra turmixoljuk. Ez után visszatesszük a tűzre a pürét, felforraljuk, és tejfölös habarással dúsítjuk, ízlés szerint ízesítjük mustárral, sóval, citromlével.



70 perc



Az ételt készítette:
Zátrok Klaudia
termelési asszisztens, Sárbogárd

Hozzávalók a forrázott gombóchoz:

- 60 dkg liszt
- 1,5 dl étolaj
- só

Elkészítés:

A gombócnak felteszünk egy lábosba enyhén sós vizet forni. A lisztet és a sót összekeverjük. Felhevítjük az olajat, és ezt is a liszthez adjuk. Adagonként annyi vizet adunk a keverékhez, hogy egy gyúrható, formázható tésztát kapjunk. Kis gombócokat formázunk belőle, amiket az időközben felforrt vízben kifőzünk.



Villámgyors
receptek



Spenótos-lazacos fettuccine

Hozzávalók:

- 30 dkg friss spenót
- 25 dkg mascarpone
- 20 dkg fettuccine
- 50 dkg lazac
- citromlé
- ½ fej fokhagyma
- 10 dkg parmezán sajt
- só, bors

Elkészítés:

A fettuccinét (széles metéltet) lobogó sós vízben kifőzzük, a főzővízből félreteszünk 1-2 dl-nyit, majd leszűrjük a tésztát. A megtisztított lazacot sóval és borssal ízesítjük, majd kevés forró olajon megsütjük a halszeletet először bőrével lefelé 3-4 perc alatt, majd megfordítjuk, és további 8-10 percig így is sütjük. Ez után kivesszük egy tányérra, és feldaraboljuk a halat.

Egy magasabb mérőpohárba teszünk 15 dkg spenótot, a mascarponét, a parmezánt, a fokhagymát, és egy kevés citromlevet, majd alaposan összeturmixoljuk, utána szükség esetén fűszerezzük. A félretett főzővízből adhatunk hozzá, ha hígítani szeretnénk a szószt.



45 perc



Az ételt készítette:
Horváth-Gyura Zsannett
cégvezető, piacfejlesztési vezető

A leszűrt tésztát serpenyőbe tesszük, ráöntjük a szószt, és összekelegetjük az ételt. Tálaláskor tesszük a tányérra a lazacdarabokat, majd reszelt parmezánnal, citromlével kínáljuk.





Almás-sajtos saláta

Hozzávalók:

- 1 konzerv csemegekukorica (340 g)
- 2 csokor újhagyma
- 3 db alma
- 15 dkg trappistasajt
- 15 dkg füstölt sajt
- 6 db tojás
- 20 dkg gépsonka
- 200 g majonéz
- 200 g tejföl
- 2 evőkanál mustár
- só, bors, citromlé, cukor

Elkészítés:

A 6 db tojást keményre főzzük, ez alatt elkészítjük a tartármártást: összekeverjük a majonézt, tejfölt, mustárt, és ízlés szerint ízesítjük sóval, borssal, citromlével és cukorral. Az almát és a sajtokat nagylyukú reszelőn durvára reszeljük, a son-



50 perc



Az ételt készítette:
Vidovics Emese
szakács, Isaszeg

kát apró kockákra vágjuk, az újhagymát felkarikázzuk. A főtt tojásokat felaprítjuk, beletesszük a lecsepegtetett konzervkukoricát és mindent összekeverünk egy tálban. 1-2 óra múlva, mikor az ízek már összeértek, fogyaszthatjuk is.





Vargabéles erdeigyümölcs-öntettel

Hozzávalók a vargabéleshez:

- 50 dkg túró
- 20 dkg cérnametélt
- 10 dkg aszalt áfonya
- 1 csomag réteslap
- 3 db tojás
- 20 dkg kristálycukor
- 6 dkg vaj vagy margarin
- 2 dl tejföl
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 kezeletlen citrom reszelt héja
- só

Elkészítés:

A cérnametéltet sós vízben kifőzzük és leszűrjük. A 3 db tojássárgáját habosra keverjük a cukorral és a vaníliás cukorral, majd hozzáadjuk a túrót, a citrom reszelt héját és a tejfölt, majd összekeverjük.

Ebbe a masszába beleforgatjuk a tészta, az aszalt áfonyát és a 3 tojásfehérjéből felvert kemény habot.

Közepes nagyságú, mély tepsit kikenünk vajjal, és kibéleljük 3 réteg réteslappal úgy, hogy a tepsi szélén túllógjanak a lapok.

Belesimítjuk a masszát, és a tetejére ráteszünk 3 réteg réteslapot, mindegyik réteget bekenjük vajjal. Előmelegített sütőben 180°C-on sütjük, amíg a réteslapok picit el nem kezdenek barnulni.

Kockára vágva, porcukorral meghintve, erdeigyümölcs-öntettel tálaljuk.



90 perc



A desszertet készítette:
Soós Papp Ildikó
élelmezésvezető, Pápa

Hozzávalók az erdeigyümölcs-öntethez:

- 50 dkg erdei gyümölcskeverék
- 20 dkg kristálycukor
- 1/2 citrom leve
- ½ teáskanál őrölt fahéj
- 1 evőkanál étkezési keményítő

Elkészítés:

Egy edényben feltesszük főni a gyümölcskeveréket, amihez hozzáadunk fél liter vizet. Lefedve forrásig főzzük, majd ízesítjük cukorral, fahéjjal és citromlével. Összeforraljuk, és kis vízben kikevert keményítővel sűrítjük az öntetet.





Húsmentes
receptek



Cukkini-tagliatelle kakukkfűves shiitake gombával



45 perc

Hozzávalók a cukkini-tagliatelle-hez:

- 3 db cukkini
- 2 gerezd fokhagyma
- 3 evőkanál olívaolaj
- minimális só, bors

Elkészítés:

A cukkiniket megmossuk, lecsepegtetjük, majd vékony, hosszú csíkokra lereszeljük nagyobb lyukú reszelőn vagy zöldséghámozóval. Ha kevésbé roppanósan szeretnénk elkészíteni, akkor sózzuk be, és pihentessük 30 percig, majd nyomkodjuk ki belőle a nedvességet.

Egy nagyobb serpenyőben hevítsünk olívaolajat, rakjuk hozzá a zúzott fokhagymát. Ha megpirult, tegyük hozzá a cukkinít, és pároljuk négy-öt percig. Ennyi idő elég ahhoz, hogy a zöldség megpuhuljon, de ne essen össze - ezzel a cukkini-tagliatelle el is készült!



Az ételt készítette:
Takács Zsolt
ügyvezető

Hozzávalók a kakukkfűves
shiitake gombához:

- 25 dkg shiitake gomba (mirelit is jó)
- 2 gerezd zúzott fokhagyma
- 1 ág friss kakukkfű
- vaj
- só, bors
- reszelt parmezán

Elkészítés:

A kakukkfűves shiitake gombás feltéthez a vajon megpirítjuk a fokhagymát. Vegyük erősebbre a lángot, a shiitake gombát a kakukkfűvel gyorsan pirítsuk át, majd ízlés szerint sózzuk és borsozzuk. A cukkini-tagliatelle tetejére halmozva tálaljuk, amit meghintünk reszelt parmezánnal.



Zöldségekkel töltött gomba salátaágyon

Hozzávalók:

- 6 nagy fej csiperkegomba
- 1 fej vöröshagyma
- 1 db cukkini
- 1 db piros kaliforniai paprika
- 6 db koktélpáradicsom
- olívaolaj
- só, bors, oregánó
- reszelt mozzarellasajt
- fejes saláta, lilakáposzta, rukkola – vagy előre elkészített friss zöldségválogatás

Elkészítés:

A vöröshagymát megpucoljuk, apróra vágjuk, és pici olívaolajon megpároljuk. A cukkinit, a paprikát, a paradicsomot szintén apró kockákra vágjuk, és sóval, borssal, oregánóval ízesítjük, majd az időközben megpárolt hagymához tesszük.

A gombákat megmossuk, a tönkjét eltávolítjuk, és ha a párolt zöldségek kellőképpen megpuhultak, megtöltjük velük a gombafejeket.

Előmelegített sütőben 35-40 percig sütjük, majd kivesszük, megszórjuk a lereszelt mozzarella sajttal, és így további 10-12 percig pirítjuk. A fejes saláta- és lilakáposztaleveleket, a rukkolászeleteket elrendezzük egy tányéron, meglocsoljuk olívaolajjal, ráhelyezzük a sült gombafejeket, amikre újabb adag reszelt sajtot teszünk, majd megszórjuk őket további fűszerekkel ízlés szerint.

Tartármártással, gombás-krémsajtos ropogóssal kínáljuk.

Gombás-krémsajtos ropogós

Hozzávalók:

- 5 dkg szárított gomba
- 20 dkg margarin
- 20 dkg tömlős krémsajt
- 30 dkg finomliszt
- 3 db tojássárgája
- 0,5 csomag sütőpor
- 1 kávéskanál só
- 1 db tojásfehérje
- 15 dkg sajt

Elkészítés:

A lisztet, a sütőport, a szárított és ledarált porállagú gombát, a sót és a tojások sárgáját összekeverjük, hozzáadjuk a krémsajttal kikevert margarint. Összedolgozzuk jól a tésztát, és kb. 15-20 percet hagyjuk pihenni.

Lisztezett felületen ujjnyi vastagságúra kinyújtjuk, és pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk, sütőpapírral bélelt tepsibe sorakoztatjuk. A tetejüket felvert tojásfehérjével lekenjük, és reszelt sajttal megszórjuk. 180°C-ra előmelegített sütőben kb 20 perc alatt készre sütjük.



60 perc



Az ételt készítette:
Czigler Sándorné Linda
szakács, Tét





Hamis pizza

Hozzávalók:

- 1 fej nagy karfiol
- 0,5 dl extra szűz olívaolaj
- 1 dl jó minőségű paradicsomlé
- ízlés szerint só, bors, bazsalikom, oregánó (vagy kész pizza fűszerkeverék)
- 8 dkg vegán felvágott
- 20-25 dkg reszelt trappista sajt

Elkészítés:

Egy tepszi aljába sütőpapírt terítünk, erre ráhelyezzük a megtisztított, torzsa nélküli, ujjnyi vastagra szelt karfiolszeleteket. Megkenjük mind a két oldalát az olívaolajjal, és 180°C-ra előmelegített sütőben kb. 25 percig sütjük - akkor jó, ha átszalad rajta a villa. Ezután a szeletek tetejét megkenjük a fűszerekkel összekevert paradicsomszósszal, és ráhalmozzuk a sajtot is, valamint a további választott feltéteket, esetünkben vegán felvágottat.

A feltétezett pizzát 15-20 perc alatt megsütjük.



40 perc



Az ételt készítette:
Pap Nadin
piacfejlesztési és üzemeltetési vezető





Házias ízek



illusztráció

Kakaspörkölt

Hozzávalók 10 főre:

- 1 db kakas (kb. 3,5 kg)
- 60 dkg vöröshagyma
- 50 dkg zöldpaprika
- 30 dkg paradicsom
- 10 dkg fokhagyma
- 20 dkg sertészsír
- só, őrölt fekete bors, őrölt kömény, fűszerpaprika
- 1 dl vörösbor

Elkészítés:

A feldarabolt kakast főzés előtt 4-5 órával befűszerezzük köménnyel, sóval, borssal. Elkészítjük a pörköltalapot: egy bográcsban zsíron lepirítjuk a kockára vágott vöröshagymát, fokhagymát, zöldpaprikát, paradicsomot. Ha megfőttek, félrehúzzuk a bográcsot, fűszerpaprikával ízesítjük.

Az elkészített pörköltalapban a megtisztított kakashúst puhára főzzük (ez a kakas méretétől és életkorától függően 3-4 óra).

Amikor már majdnem elkészült, akkor hozzáöntjük a vörösbor, és innentől kezdve hevítjük még 10-15 percig, amíg kifő belőle az alkohol, de a bor kellemes aromája gazdagítja az ételt.



4-5 óra



Az ételt készítette:

Hidasi Noémi

élelmezésvezető, Kiskőrös





Szabolcsi töltött káposzta

Hozzávalók:

- 1 fej lapos édeskáposzta
- 50 dkg dagadó (lehet lapocka is) darálva
- 50 dkg rizs
- füstölt szalonna
- 3 gerezd fokhagyma
- paradicsomsűrítmény (lehet paradicsomlé is)
- só, bors, fokhagyma, pirospaprika

Elkészítés:

A káposztát megtisztítjuk, majd a tőrszáját kivágjuk. Feltesszük főni, miután elkezdett puhulni, kivesszük a vízből, lecsepegtetjük, és leveleire szedjük.

A darált húshoz hozzáadjuk a fűszereket, a fokhagymát és a rizst, ezeket jól összekeverjük.

A lecsepegtetett káposztaleveleket elnegyedljük és megtöltjük a darált húsos keverékkel, a kis töltéseket gondosan lezárjuk.

A betöltött káposztákat fazékba tesszük, és felöntjük annyi vízzel, hogy éppen ellepje. Hozzáadjuk a paradicsompürét (vagy paradicsomlevet), és a füstölt szalonnát (a füstölt szalonnát akár a töltelékbe is tehetjük darálva). 20-30 percig főzzük a batyukat. Tálaláskor tejföllel kínáljuk.



80 perc



Az ételt készítette:
Vasas-Veszelo vszki Anett
szakács, Eger





Baranyi böllérpecsenye

Hozzávalók:

- 20 dkg sertésmáj
- 20 dkg füstölt szalonna
- 30 dkg laskagomba
- 8 dkg sertészsír
- 60 dkg sertésstarja
- 4 db tojás
- ízlés szerint só, bors, majoranna, fokhagyma-granulátum
- 1 kg burgonya
- olaj

Elkészítés:

A sertésstarját felszeleteljük, majd befűszerezzük sóval, borssal és fokhagyma-granulátummal, ezután kevés zsírban átsütjük. A szalonnát kockára vágjuk, megtisztítjuk a májat, amit szintén kockára vágunk. A májból a szalonnával és a laskagombával egy tartalmas ragut készítünk, sóval, borssal és majorannával fűszerezzük. A burgonyán rajta hagyjuk a héját, és alaposan megmossuk, megdörzsöljük, majd bő sós vízben teljesen puhára főzzük. A főtt burgonyát hagyjuk kihűlni, majd tetszés szerinti szeletekre vágjuk. A szeleteket egy tepsire rendezzük, meglocsoljuk egy kevés olajjal, fűszerezzük sóval, borssal, és 180°C-on kb. 40 perc alatt készre sütjük, majd ismét fűszerezzük, ha szükséges.



90 perc



Az ételt készítette:
Dunavölgyi Pál
szakács, Cegléd

Tálaláskor a steakburgonyára helyezzük a tartját, a tetejére pedig tükörtojást teszünk. A forró ragut külön tálaljuk, savanyúsággal kínáljuk.





Marhapörkölt bográcsban

Hozzávalók:

- 0,7 kg zsír
- 3 kg marhanyak
- só, bors, köménymag, babérlevél, fűszerpaprika
- 10 dkg fokhagyma
- 50 dkg zöldpaprika
- 30 dkg paradicsom
- 10 dkg paradicsompüré
- 70 dkg vöröshagyma
- 50 dkg csuszatészta
- erős paprika ízlés szerint

Elkészítés:

A marhanyakat 2x2 cm-es kockákra vágjuk, a vöröshagymát, a zöldpaprikát és a paradicsomot apró kockákra szeljük. A bográcsba tesszük a zsírt, beleszórjuk a vöröshagymát, majd a zöldpaprikát és a paradicsomot, elkezdjük pirítani. Ha elfőtte a levét, akkor félrehúzzuk a tűzről és megszórjuk fűszerpaprikával, elkeverjük, és felöntjük vízzel. Beletesszük a húst, a fűszereket, és amíg puhára nem fő, szakaszosan pároljuk, pirítjuk. Mikor a hús puhára főtt, hozzákeverjük a paradicsompürét, jó sűrű szaftot kell kapnunk. Ekkor a kifőtt csuszatésztát is hozzáadjuk a bogrács tartalmához, amivel még egyszer összefőzzük a pörköltet.



90-120
perc



Az ételt készítette:
Kovács Attiláné Kőrösi Teréz
szakács, Győr





Röfipecsenye fűszeres svéd burgonyával



60 perc

Hozzávalók a röfipecsenyéhez:

- 8 szelet karaj
- 0,5 kg füstölt szalonna
- 0,4 kg zöldborsó
- 0,8 kg sertésmáj
- 2 evőkanál liszt
- só, bors, majoranna

Hozzávalók a fűszeres svéd burgonyához:

- 12 db közepes burgonya
- 10 dkg vaj
- só, bors, majoranna, őrölt pirospaprika

Elkészítés:

A burgonyát megpucoljuk, majd szelvényben bevagdossuk. A vajat felmelegítjük és belekeverjük a sót, borsot és majorannát. A burgonyákat alufóliával bélelt tepsibe sorakoztatjuk, majd bekenjük őket a fűszeres vajjal és megszórjuk pirospaprikával. 190°C-ra előmelegített sütőben 40 percig sütjük, aztán ismét bekenjük a fűszeres vajjal, és további 20 percre visszarakjuk sülni a sütőbe.

Közben a felkockázott szalonnát zsírára sütjük, utána kivesszük a zsírból a szalonnadarabokat és félrerakjuk. A zsírból vesszünk el a natúrszelethez, majd a kockára vágott májat belerakjuk, 1-2 perc alatt kifehéredik, és mehet hozzá a zöldborsó is. Fűszerezzük borssal, majorannával és tovább



Az ételt készítette:
Vajda Erika
élelmezésvezető, Cegléd

pirítjuk. Mikor már majdnem kész, teszünk rá 1-2 evőkanál lisztet (stauboljuk), átpirítjuk azzal is, és felengedjük 3 dl vízzel, közben megsózzuk és belerakjuk a félretett szalonnadarabokat, majd 2-3 perc alatt készre főzzük.

A karajszeleteket enyhén klopfoljuk át, de ne legyen vékony, sózzuk, borsozzuk majd a szalonnából kisült zsíron elkészítjük a natúrszeletet.

Ekkorra a burgonya is elkészül, így tálalhatjuk is.

Tipp:

A szaftosabb hús
kedvelői a karajt
helyettesíthetik
tarjával.



Házi szűzpecsenye kolbászhússal töltve, petrezselymes mogyoróburgonyával



90 perc

Hozzávalók a szűzpecsenyéhez:

- 0,5 kg sertés szűzpecsenye
- 5 dkg sertészsír
- só, bors, őrölt köménymag, cayenne bors, majoranna
- 1 kg mogyoró burgonya
- 1 csokor petrezselyemzöld

Hozzávalók a házi kolbászhús-töltelékhez:

- 0,5 kg darált hús
- 2 gerezd fokhagyma
- fűszerpaprika, só, bors, szerecsendió
ízlés szerint

Elkészítés:

A darált húsból, reszelt fokhagymából és fűszerekből kolbászhúst gyúrunk (minden összetevő arányát ízlés szerint módosíthatjuk természetesen).

A szűzpecsenyét lehártyázzuk, és hosszában felszúrjuk egy késsel, hogy egy üreget formázzunk a húsba. A kolbásztöltelék szorosan tömődjék a szűzpecsenyébe, ügyelve arra, hogy a töltelék ne lógjon ki a húsból. A hengert minden oldalról befűszerezzük, és hűtőben 1-2 órát pihentetjük lefedve. Egy Pataki tál alját vékonyan kikenjük zsírral, ráhelyezzük a húst, és lefedve, előmelegített sütőben kb. 1 órán át sütjük 170°C-on.



Az ételt készítette:
Molnárné Tüske Anita
diétás szakács, Pápa

Időnként megnézzük, mennyire puha, illetve forgatjuk a húst a tálban.

Amíg sül a hús, a burgonyákat megpucoljuk és bő sós vízben megfőzzük, majd leszűrjük. 1-2 kanál felhevített olajon megpirítjuk az apróra vágott petrezselyemzöldet, ezt a leszűrt burgonyához adjuk.

Tálaláskor az elkészült húsból egy ujjnyi vastag szeletet tálalunk, majd a petrezselymes mogyoróburgonyából halmozunk mellé.



Ünnepi ételek



Bőrén sült lazacfilé, burgonyavariációkkal, fekete lencsével és fehérbormártással

Hozzávalók:

- 80 dkg lazacfilé
- 0,25 kg édesburgonya
- 0,25 kg kifliburgonya
- 0,2 l étolaj
- 0,15 l tej
- 5 dkg vaj
- 4 dkg fekete lencse
- 0,4 l száraz fehérbor
- 1 fej salotta hagyma
- 3 dkg kristálycukor
- 1 db citrom
- 2 friss szál kakukkfű
- 5 dkg étkezési keményítő
- só, őrölt fehér bors
- 1 dl olívaolaj
- 1 csokor petrezselyem
- 0,2 l főzőtejszín



90 perc



Az ételt készítette:
Fekete Gyula
területi vezető

hagymát. Mikor felforrt, egy öngyújtó vagy gyufa segítségével begyújtjuk, és kiégetjük belőle az alkoholt. Ne ijedjünk meg, először nagy lánggal égni fog, de szép lassan csillapodik, míg a teljes alkoholtartalma el nem ég belőle. Mikor ez megtörtént levesszük a tűzről, és átszűrjük egy másik forralóba. Hozzáöntjük a tejszínt és visszarakjuk újra a tűzhelyre. Ízesítjük sóval, őrölt fehér borssal, fél citrom levével és a kristálycukorral majd az étkezési keményítővel mártás sűrűségűre sűrítjük. Tálaláskor botturmix-szal felhabosítjuk.

A fekete lencséhez a lencsét sóval ízesített vízben megfőzzük. Vigyázzunk rá, mert a lencsénk nagyon gyorsan puhul. A barna étkezési lencsénkkel ellentétben áztatás nélkül 4-6 perc alatt megfő. Ha a lencsénk puha, leszűrjük. Tiszta vízzel átöblítjük.

A burgonyavariációkhoz a burgonyákat (mindkét félét) megtisztítjuk. Éles késsel vagy esetleg szeletelőgéppel hajszálvékony karikákat vágunk, és forró olajban chipset sütünk belőle.

A megmaradt édesburgonyából kockákat vágunk, a kifliburgonyából pedig egy karalábévájó segítségével golyókat formázunk. Ezeket sós vízben megfőzzük.

A formázások után még mindig maradt burgonyáinkból pürét készítünk: a burgonyákat sós vízben megfőzzük, ha már teljesen puha, leszűrjük. Egy burgonyanyomó

segítségével áttörjük. Ízesítjük sóval, őrölt fehér borssal, vajjal és a forró tejjel habosra keverjük.

A tisztított lazacunkat egyforma darabokra vágjuk. Ízesítjük sóval és borssal. Egy serpenyőben kevés felhevített olajon bőrén megpirítjuk. Ez körülbelül 1 perc. A lényeg az, hogy ropogósra süssük. Ha ez megvan, egy tepsire helyezzük a halainkat bőrével felfelé, és előmelegített sütőben 185 °C-on 7 perc alatt készre sütjük.

Ha minden elemünk elkészült, a saját ízlésünknek, kreatitásunknak megfelelően az ételt megtaláljuk.





Ropogós csülök vele sült zöldségekkel, párolt lilakáposztával



90 perc

Hozzávalók a csülökhöz:

- 1 füstölt csülök
- 2-3 babérlevél
- 2-3 fej vöröshagyma
- 2-3 gerezd fokhagyma
- 1-2 dl olaj
- édesburgonya, répa, hagyma, burgonya
- só, fokhagyma-granulátum, feketebors
- majoranna ízlés szerint

Elkészítés:

A csülköt megmossuk és beletesszük egy nagy fazékba. Felöntjük annyi vízzel, hogy ellepje, és hozzáadjuk a fűszereket (babérlevél, majoranna), a hagymát és fokhagymát. A csülök sósságától függően sózzuk még a vizet. Takaréklángon kb 3-4 órán keresztül főzzük, amíg a hús teljesen meg nem puhul. Egy külön lábosban előfőzzük az édesburgonyát és a répát, ezt a főzőlevet fokhagyma-granulátummal és sóval ízesítjük. A főtt csülköt áttesszük egy nagy tepsibe, a tetejét megkenjük egy kevés olajjal. A tepsi-be helyezzük még a fűszeres vízben külön előfőzött zöldségeket, amiket szintén meglocsolunk egy kevés olajjal, majd megszórjuk őket fokhagyma-granulátummal és sóval. Szeletelünk rá frissen vöröshagymát, és 180°C-on kb. 1-1,5 órán keresztül sütjük.



Az ételt készítette:
Nagyné Szokola Edina
ügyfélkapcsolati vezető

Hozzávalók a párolt lilakáposztához:

- 1 fej lilakáposzta
- olaj
- só, bors, fűszerkömény, cukor
- ecet

Elkészítés:

A káposztát legyaluljuk, kevés olajon elkezdjük megfonnyasztani. Befűszerezük sóval, fűszerköménnyel és borssal, majd öntünk alá vizet, és addig pároljuk, amíg puha nem lesz. Amikor teljesen megpuhult, cukorral és ecetrel ízesítjük.

Bélszínsteak sült fokhagymás édesburgonya-pürével, vajas párolt zöldbabbal, gránátalmás paradicsomsalátával és parmezánropógossal

Hozzávalók:

- 80 dkg bélszín
- 1 kg édesburgonya
- mustár
- 25 dkg vaj
- 2 fej fokhagyma
- tejszín
- 1 gránátalma
- 40 dkg koktélpáradicsom
- 40 dkg zöldbab
- 20 dkg parmezánsajt
- só, bors
- 2 dl olívaolaj
- 1 csokor petrezselyemzöld

Elkészítés:

A 80 dkg bélszínt letisztítjuk, mustárral bekenjük és őrölt borssal ízesítjük, majd folpackba tekerjük, és 2-3 órát hűtőben pihentetjük.

2 egész fokhagyma tetejét levágjuk, megsózzuk és olívaolajjal meglocsoljuk, majd betekerjük alufóliába és 200°C-on készre sütjük. Az édesburgonyát eközben megpucoljuk, felkockázzuk és sós vízben készre főzzük. Ameddig fő az édesburgonya, elkészítjük



80 perc



Az ételt készítette:

Leskó János

gasztronómiai és konyhatechnológiai koordinátor

a salátát: a koktélpáradicsomot felezzük, a gránátalma magját kiszedjük és összekeverjük egy tálban a koktélpáradicsommal. Pici olívaolajjal meglocsoljuk és szintén hűtőbe tesszük.

Egy tepsit sütőpapírral kibélelünk. A 20 dkg parmezánt lereszeljük, és 4 részre osztva a tepsibe halmozzuk. 200°C-on aranybarnára sütjük, majd miután teljesen kihűlt, egy tányérra tesszük.

Egy lábosban sós vizet forralunk, beletesszük a zöldbabot, amit félig megfőzünk. Kiszedjük, lecsepegtetjük, majd vajon készre pirítjuk.

A főtt édesburgonya-kockákat leszűrjük. A sült fokhagymát áttörjük szitán, és az édesburgonyához keverjük. Hozzáadunk egy kevés vajat, és gépi habverő segítségével habosra keverjük, majd ízesítjük sóval, tejszínnel dúsítjuk, és habosítjuk.

Egy mérőpohárba tesszük a csomag, szárától megtisztított petrezselymet, amire ráöntünk 0,5 dl olívaolajat. Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, botmixer segítségével egyenműsítjük.

A hűtőben pihentetett bélszínt kivesszük, kicsomagoljuk és 4 egyenlő részre vágjuk. Egy serpenyőben kb 2 evőkanál olívaolajat he-

vítünk, és a steak minden oldalát 2-3 percig pirítjuk. A végén vajat teszünk a serpenyőbe, és ezzel locsolgatjuk a húst. Tálalás előtt pihentetjük a húst pár percig.

Tálaláskor az édesburgonyapüréből egy halmot képzünk, amit picit megformázunk, elhúzzunk. Erre kerül középre egy szelet bélszínsteak, majd köré halmozzuk az elkészült elemeket.





Konfitált kacsacomb erdei gomba raguval, hordóburgonyával



90 perc

Hozzávalók:

- 8 db kacsacomb
- 2 kg burgonya (kisebb szemű)
- 50 dkg erdei gomba mix
- 20 dkg apró csiperkegomba
- 20 dkg vöröshagyma
- 1 gerezd fokhagyma
- 1 csomag friss petrezselyem
- só, bors, friss rozmarin
- kacsaszír

Elkészítés:

A kacsacombokat a sütés előtti este besózzuk, és hűtőbe tesszük. Másnap egy lábasba tesszük, és kacsaszír hozzáadásával lassú tűzön készre pároljuk – a zsír lepje el a combokat (konfitáljuk).

Elkészítjük az erdei gomba ragut: kacsaszíron üvegesre pirítjuk az apróra vágott vöröshagymát, fokhagymát, majd rátesszük az erdei gomba mixet és az apróra vágott csiperkét, a sót, borsot, a felapritott friss petrezselyem 2/3-át, és rozmaringot – így készre pároljuk a gombákat.

A hordóburgonyához egy dressing-késsel hordóformára vágjuk a burgonyákat (a burgonyák külseje cikkcakkos lesz), és bő kacsaszírban készre sütjük, egy serpenyőben a megmaradt petrezselyemmel megfuttatjuk.



Az ételt készítette:

Gondos Viktor

gasztronómiai és konyhatechnológiai
koordinátor

Tálalás előtt a kacsacombokat még egyszer, bőrével lefelé kevés zsiradékon megpirítjuk. Tálaláskor friss szőlőszemekkel, áfonyával, almával, lilahagymakarikával díszíthetjük az ételt.





Házi készítésű,
ehető ajándékok

Levendulaszörp



60 perc

Hozzávalók:

- 4 liter víz
- 50 db szálas levendula
- 8 dkg citromsav
- 3 kg kristálycukor
- 1 dkg nátrium-benzoát

Elkészítés:

Az 50 szálas levenduláról leszedjük a virágokat, az intenzívebb íz elérése érdekében picit szétmorzsoljuk, majd alaposan megmossuk. A 4 liter vízhez hozzáadjuk a megmosott virágokat, majd a 8 dkg citromsavat, és elkeverjük. Ezt az elegyet lefedve 2-3 napra hűtőbe tesszük. Utána leszűrjük, hozzákeverjük a 3 kg kristálycukrot, oldódjon fel teljesen. Ezt követően a nátrium-benzoátot meleg vízben feloldjuk, és hozzákeverjük a szörphöz.

A gyönyörű lila szörpünket üvegekbe töltjük, és hűvös helyen tároljuk.



Citromfűves-mentás szörp

Hozzávalók:

- 4 liter víz
- fél marék citromfű
- fél marék mentalevél
- 8 dkg citromsav
- 3 kg kristálycukor
- 1 dkg nátrium-benzoát



A szörpöket készítette:
Borbély-Kiss Ramóna
élelmezésvezető, Csorna

Elkészítés:

Kimérjük a 4 liter vizet, majd a citromfűvet és a mentaleveleket alaposan megmossuk, kicsit szétmorzsoljuk, majd a vízhez adjuk. Ezután hozzáadjuk a 8 dkg citromsavat és elkeverjük, majd lefedve, hűtőszekrénybe tesszük 2-3 napra. Utána leszűrjük, hozzákeverjük a 3 kg kristálycukrot (addig keverjük, amíg teljesen fel nem oldódik a cukor). Ezt követően a nátrium-benzoátot meleg vízben feloldjuk, és hozzákeverjük az eddig elkészített szörphöz.

A szörpöt üvegekbe töltjük, és hűvös helyen tároljuk.

Mindkét
receptből 6-6 liter
szörp készül.



A karamellát készítette:
Kaczné Merle Kleopátra
konyhai kisegítő, Sárbogárd

Sós karamell

Hozzávalók:

- 20 dkg cukor
- 6 dkg vaj
- 2,5 dl zsíros tejszín
- fél teáskanál só



15 perc

Elkészítés:

A cukrot egy vastag aljú, nehéz, nagy lábosba vagy mély serpenyőbe öntjük. Fontos, hogy a lábos vagy serpenyő magas legyen, mert a karamell forrás közben súlyos égési sérüléseket okozhat! Alacsony lángon hagyjuk felolvadni, közben nem kevergetjük, nem nyúlunk hozzá. Amíg a cukor karamellizálódik, felmelegítjük a tejszínt és felkockázzuk a vajat. Mikor a cukor teljesen folyékonnyá vált, hozzákeverjük a vajat. Elkeverjük, amíg az összeset fel nem veszi, majd elzárjuk alatta a lángot, és hozzáöntjük az

előre felmelegített tejszínt. Elkeverjük, majd hozzáadjuk a sót. Kis üvegekbe öntve akár két hétig is eláll a hűtőben.

Tipp:

Fagyira, kávéba, sütemények tetejére is bátran használhatjuk! :)



illusztráció

Diós zserbógolyó

Hozzávalók:

- 25 dkg darált keksz
- 5 evőkanál darált dió
- 4 evőkanál sárgabaracklekvár
- 3 evőkanál kristálycukor
- 100 ml tej
- 1 csomag aszalt barack
- 2 tábla fehér csokoládé a bevonáshoz
- 2-3 evőkanál olaj
- mák a díszítéshez (ízlés szerint cserélhető)

Elkészítés:

A darált kekszet, darált diót, és a kristálycukrot összekeverjük, majd hozzáadjuk a lekvárt és a tejet; formázható állagúra gyúrjuk az elegyet, majd golyókat formázunk belőle. A golyók közepébe egy-egy félbevágott aszalt barackot teszünk (ha kisebb golyókat formáztunk, akkor az aszalt barackból szelateljünk kisebb darabokat). A csokoládét gőz fölött kevés olajjal megolvasztjuk, majd belemártjuk a golyókat. A tetejére mákot szórunk, majd hűtőbe tesszük, amíg teljesen meg nem dermednek a golyók.



Meggyes-mákos zserbógolyó

Hozzávalók:

- 15 dkg darált keksz
- 15 dkg darált mák
- 6 dkg kristálycukor
- 3 evőkanál meggy lekvár
- 100 ml tej
- 10 dkg meggy a töltéshez
- 2 tábla étcsokoládé a bevonáshoz (ízlés szerint tej vagy fehér is lehet)
- 2 evőkanál olaj
- darált dió a díszítéshez

Elkészítés:

A tejet felforraljuk és a darált mákot körülbelül egy percre főzzük benne, amíg masszaállagú nem lesz. A masszát összegyúrjuk a többi hozzávalóval (darált keksz, kristálycukor, meggy lekvár), majd golyókat formázunk belőle. A golyók közepébe egy-egy meggyet teszünk. A csokoládét gőz fölött kevés olajjal megolvasztjuk, majd belemártjuk a golyókat. A tetejére diót szórunk, majd hűtőbe tesszük, amíg teljesen meg nem dermed.

Mandulás-csokis vajaskeksz

Hozzávalók:

- 25 dkg vaj
- 25 dkg liszt
- 15 dkg kristálycukor
- 5 dkg mandula
- 2 db tojássárgája
- 1 tábla étcsokoládé

Elkészítés:

A mandulát felaprítjuk és egy serpenyőben aranybarnára pirítjuk. A csokoládét kis darabokra vágjuk. A cukrot a vajjal habosra keverjük, hozzáadjuk a tojássárgákat, és a lisztet és beledolgozzuk. A végén hozzáadjuk a pirított mandulát, és az apróra tört csokoládét. A tésztát kinyújtjuk, majd korongokat szaggatunk belőle, amiket sütőpapírra rakva 160°C-on kb. 15 perc alatt kisütünk.



60 perc



A desszerteket készítette:
Szabóné Józsa Andrea
szakács, Győr

Narancsos-gyömbéres almachutney

Hozzávalók:

- 4 db alma
- 2 db narancs
- 15 dkg cukor
- 2 dl narancslé
- 1 kávéskanál reszelt gyömbér
- 3 dkg vaj



Elkészítés:

Az almát és a narancsot megmossuk, megpucoljuk és felkockázzuk. A vajat megolvasztjuk egy nagyobb edényben, hozzákeverjük a kristálycukrot és a kockára vágott gyümölcsöket. Beleöntjük a narancslevet, és hozzáadjuk a reszelt gyömbért. Puhára főzzük, majd üvegbe töltjük.

Three chocolate cupcakes are arranged on a rustic wooden board. Each cupcake is topped with a swirl of white cream and fresh berries. The cupcake in the foreground is decorated with a halved strawberry, three blueberries, and a sprig of mint. The cupcake in the middle background features two raspberries and one blueberry. The cupcake in the left background is topped with a raspberry, a blueberry, and a blackberry. The background is a light, textured surface.

Desszertek



Kakaós csiga, lekváros bukta, túrós batyu

Hozzávalók a tésztához:

- 1 kg liszt
- 10 dkg kristálycukor
- 1 csipet só
- 10 dkg olvasztott margarin (Rama)
- 2 db egész tojás
- 5 dkg élesztő
- 3 dl tej
- 1 csomag vaníliáscukor

Elkészítés:

1 dl langyos tejbe beletesszünk egy teáskanálnál kristálycukrot, majd belemorzsoljuk az 5 dkg élesztőt és felfuttatjuk. 10 dkg margarint felolvasztunk. Egy nagy tálba kimérünk 1 kg lisztet, 10 dkg kristálycukrot, hozzáadunk 1 csomag vaníliáscukrot, 1 csipet sót, majd összekeverjük. Hozzáadunk 2 tojást, 2 dl tejet, a felfuttatott élesztőt és az olvasztott margarint. Jól összedolgozzuk, meleg helyen duplájára kelesztjük. A megkelt tésztát lisztezett deszkára tesszük, átgyúrjuk és ujjnyi vastagságúra kisodorjuk.

Elkészítés - kakaós csiga:

Ha kakaós csigát szeretnénk, akkor a kisdort tésztát olvasztott margarinnal vagy olajjal vékonyan megkenjük, ízlés szerint cukrozott kakaóval vagy cukrozott fahéjjal megszórjuk. Feltekerjük és ujjnyi vastagságú szeletekre vágjuk. Sütőpapírral bélelt tepsibe sorban egymás mellé rakjuk.



65 perc



A desszerteket készítette:
Füredi Zoltánné
szakács, Pápa

Elkészítés - lekváros bukta:

A kisdort tésztát 10x10 cm-es kockákra vágjuk, közepükre sütésálló lekvárt teszünk, majd óvatosan feltekerjük. Sütőpapírral bélelt tepsibe egymás mellé tesszük, pirulásig sütjük, majd porcukorral meghintve tálaljuk.

Elkészítés - túrós batyu:

A kisdort tésztát kb. 10x10 cm-es kockákra vágjuk és a tölteléket középre helyezzük. A négy sarkát közepén összecspjük. A túrós batyu töltelése: 2 tojássárgáját 3 evőkanál cukorral habosra keverünk, hozzáadunk 50 dkg túrót, 1 csomag vaníliáscukrot és 1 evőkanál búzadarát.



Málnás-csokis muffin

Hozzávalók a tésztához:

- 150 g natúr joghurt
- 100 g teavaj
- 150 g magas kakaótartalmú málnás étcsoki
- 200 g cukor
- 1 dl tej
- 2 db tojás
- 280 g finomliszt
- 4 teáskanál sütőpor

Elkészítés:

A vajat lassú tűzön megolvasztjuk, majd a cukorra habosra keverjük. A 2 tojást enyhén felverjük, hozzáadjuk a vaj-cukor keverékhez, majd hozzáöntjük a joghurtot, a tejet, a lisztet és a sütőport, egyneművé keverjük. A málnás (vagy bármilyen ízesített) étcsokoládét késsel tetszőleges szeletekre aprítjuk, és hozzákeverjük a tésztához. A tésztát muffinformákba adagoljuk, és 180°C-on tűpróbáig sütjük.



65 perc



A muffint készítette:
Bircsákné Szabó Petra
élelmezésvezető, Ócsa





Reform Rákóczi túrós torta

Hozzávalók a tésztaalaphoz:

- 150 g gluténmentes, cukormentes keksz
- 50 olvasztott vaj

Hozzávalók a krémhez:

- 250 Hualala habtejszín
- 1 zacskó habfixáló
- 12 g vaníliásukor (zéró)
- 1 zacskó expressz zselatin fix
- 250 g növényi mascarpone
- 250 g totu (növényi túróhelyettesítő)
- 25 g 4x-es erősségű édesítőszer
- 1 kezeletlen citrom reszelt héja
- cukormentes baracklekvár

Elkészítés:

A gluténmentes kekszet ledaráljuk, hozzákeverjük az olvasztott vaját, és egy sütőpapírral bélelt kapcsos tortaforma aljára egyengetjük.

A 250 g Hualát felverjük, majd hozzáadjuk a habfixálót is, és egyeneműre keverjük. Hozzáadjuk a 12 g vanilin zérót, és az 1 zacskó expressz zselatin fixet. Egy másik tálban 250 g növényi mascarponét kikeverünk 250 g növényi túróhelyettesítővel, hozzáadunk 25 g 4x-es erősségű édesítőszert, és ízlés szerint reszelt citromhéjat. A 2 masszát összekeverjük, és a kekszes alapra halmozzuk.

A torta tetejére cukormentes baracklekvárt, valamint zúzott moggyorót, kesudiót teszünk. Éjszakára a hűtőbe tesszük, másnap fogyasztható a sütemény.



90 perc



A tortát készítette:
Bordács Blanka
üzemeltetési koordinátor





Erdeigyümölcsös torta



120 perc

Hozzávalók a tésztához:

- 250 g finomliszt
- 100 g porcukor
- 1 db tojás
- 10 g sütőpor
- 1 csomag vaníliás cukor
- 80 g kockázott vaj

Hozzávalók a krémhez:

- 0,5 l tej
- 2 csomag tejszín-
vagy vaníliaízű pudingpor
- 200 g cukor
- 800 g tejföl

Hozzávalók a gyümölcsmázhoz:

- 500 g erdeigyümölcs (lehet fagyasztott is)
- 2 csomag színezett (piros) tortazselé
- 4 csapott evőkanál cukor

Elkészítés:

Egy 26 cm-es kapcsos tortaforma alját kibéleljük sütőpapírral, az oldalát pedig kikenjük vajjal, majd megszórjuk liszttel.

A liszthez hozzáadjuk a tészta hozzávalóit, és egy tálban összegyúrjuk. Ez után a tésztát kinyújtjuk lisztezett felületen: akkor a tésztát kell kapnunk, hogy a tortaforma peremére is jusson a tésztából. A formába lapogatjuk a tésztát, majd a krém elkészültéig a tortaformát hűtőbe tesszük.

A töltelékhez a pudingport és a cukrot a tejjel feltesszük egy lábosban főni, ha elkészült, még forrón belekeverjük a tejfölt.



A süteményt készítette:
Hajdu Zsuzsanna
konyhai kisegítő, Siklós

Ezt a krémet egyenletesen a kapcsos tortaformába simítjuk, majd a tetejére szórjuk a gyümölcsöket (ha mélyhűtött gyümölcsöket használunk, azokat fagyosan szórjuk a krémre).

170°C-ra előmelegített sütőben kb. 60-80 perc alatt készre sütjük. A tortazselét a csomagolásán szereplő leírásnak megfelelően elkészítjük 0,5 liter vízzel, majd a langyos zselét öntsük a kihűlt tortára. Hűtőben hagyjuk dermedni.





Vaníliás-habos mákos guba



120 perc

Hozzávalók a mákos gubához:

- 10-12 db kifli
- 1 l 2,8%-os zsírtartalmú tej
- 3 db tojássárgája
- 10 dkg margarin
- 5 evőkanál cukor
- 1 kezeletlen citrom leve + reszelt héja
- 15 dkg darált mák

Hozzávalók a krémhez:

- 1 tasak vaníliás pudingpor (főzős)
- 5 evőkanál cukor
- 24 gramm vaníliás cukor
- 4 dl tej
- 4 db tojássárgája
- 15 dkg margarin

Hozzávalók a habhoz:

- 4 db tojásfehérje
- 8 evőkanál cukor

Elkészítés:

A kifliket kb 1 cm vastagságú karikákra vágjuk és egy tálba tesszük. A tejet megmelegítjük egy kicsit, a margarint felolvasztjuk. A langyos tejhez hozzáöntjük az olvasztott margarint, a tojássárgákat, a cukrot, a citromhéjat és a mákot – ezt a keveréket a kiflikarikákra öntjük, összeforgatjuk, hogy mindenhová jusson a keverékből. Ha a kifliszeletek megszívták magukat, egy kivajazott tepsibe öntjük az egészet, és 170°C-on 25-30 perc alatt



A süteményt készítette:
Bendekovits Péterné Kovács Szilvia
termelési asszisztens, Győr

megsütjük, majd a tepsiben hagyjuk kihűlni. A krém hozzávalóiból sűrű krémet főzünk, amit szintén hagyunk kihűlni, majd 15 dkg margarint hozzákeverünk. A mákos guba tetejére simítjuk a krémet, végül a 4 db tojásfehérjéből és 8 evőkanál cukorból gőz felett kemény habot verünk, amit a vaníliás krém tetejére simítunk.





Túrós pogácsa

Hozzávalók:

- 25 dkg félzsíros túró
- 25 dkg teavaj
- 25 dkg liszt
- 2 teáskanál só
- 1 db tojás
- 1-2 evőkanál tej a pogácsák lekenéséhez

Elkészítés:

A vajat elmorzsoljuk a liszttel és a sóval, hozzáadjuk a túrót és a tojást, majd alaposan összegyúrjuk.

A sütőt előmelegítjük 220°C-ra.

A tésztát lisztezett deszkán ujjnyi vastagra nyújtjuk. Pogácsákat szaggatunk belőle, amiket sütőpapíros tepsire teszünk, és lekenjük őket kevés tejjel. Ízlés szerint tehetünk a korongokra tökmagot, napraforgómagot, szegfűmagot.

Az előmelegített sütőben kb. 20 perc alatt aranybarnára sütjük.



30 perc



A pogácsát készítette:
Huszár Antónia
szakács, Győr





Főzz a gyerekekkel :)



Marokkói lencsesaláta grillsajttal



40 perc

Hozzávalók a salátához:

- 1 konzerv lencse
- 8-10 db koktélparadicsom
- 1 kisebb csokor friss menta
- 1 csokor friss petrezselyem
- grillezni való sajt
- olaj a sajt sütéséhez

Hozzávalók a dresszinghez:

- 1 fej kisebb lilahagyma
- 3 evőkanál extra szűz olívaolaj
- 1 db kisebb citrom leve
- 1 teáskanál őrölt kömény
- só, bors

Hozzávalók a sült répához:

- 3 szál nagyobb répa
- 2 evőkanál olívaolaj
- 1 evőkanál méz
- 1 teáskanál római kömény
- 1 teáskanál pirospaprika
- 1 csipet fahéj
- só, bors

Elkészítés:

A sült répához a répát nagyobb darabokra vágjuk, összeforgatjuk a hozzávalókkal, és 200°C-ra előmelegített sütőben 20 perc alatt megsütjük.

A dresszing hozzávalóit összekeverjük, belerakjuk a vékonyra szeletelt lilahagymát,



Az ételt készítették:

Korcsolai Kitti kommunikációs
munkatárs és kislánya, Janka

és marináljuk 5 percig. Ezután összekeverjük a saláta többi hozzávalójával és a sült répával. Amíg elkészítjük a grillezett sajtot, addig helyezzük a hűtőbe az elkészült salátát. A grillsajt mindkét oldalát serpenyőben aranybarnára sütjük, ha szükséges, akkor egy picit olajat teszünk a serpenyőbe a sajt alá.

Tipp:

A saláta
tükörtojással
is tálalható.



Hortobágyi palacsinta rántva, karamellizált hagymával és burgonyapürével



65 perc

Hozzávalók a palacsintához:

- 2 tojás
- 30 dkg liszt
- 3 dl tej
- 2 dl szódavíz
- só

Hozzávalók a töltékhez:

- 1 kg darált sertéscomb
- 1 közepes fej hagyma
- 1,5 dl olaj
- 2 dl tejföl
- 3 gerezd fokhagyma
- só, bors, őrölt paprika

Hozzávalók a karamellizált hagymához:

- 1 kg vöröshagyma
- 5 dkg vaj
- 1 dl olívaolaj

Továbbá:

- liszt, tojás, zsemlemorzsa a panírhoz
- só a panírhoz, a burgonyapüréhez és a karamellizált hagymához
- cukor a karamellizált hagymához
- 1 kg burgonya a burgonyapüréhez
- 20 dkg vaj a burgonyapüréhez
- 1 dl tej a burgonyapüréhez



Az ételt készítették:
Hurcsik Éva szakács (Makó) és kislánya,
Botond

Elkészítés:

A hagymát felkockázzuk, majd kevés olajon megdinszteljük. A darálthúst a hagymán megpirítjuk, beízesítjük, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, kevés vízzel megdinszteljük. Pörköltalapot készítünk, amit tejföllel dúsítunk.

A palacsinta összetevőit csomómentesre keverjük, és egyenként kisütjük a palacsintákat. A pörköltalapból 1-1 palacsinta közepére halmozunk, majd feltekerjük henger alakúra. Bepanírozzuk, és bő forró olajban egyesével kisütjük a batyukat.

A burgonyapüréhez a burgonyát megtisztítjuk, kockára vágjuk, lobogó sós vízben puhára főzzük, majd leszűrjük, és még forrón hozzáadjuk a vajat és a tejet. Burgonyanyomóval egyneműre törjük, és sóval ízesítjük.

A karamellizált hagymához az egész hagymákat karikákra vágjuk, amiket olívaolaj és vaj keverékén lassú tűzön, kevés sóval, állandó kevergetés mellett megfonnyasztunk. Ha már szép barna lett, egy csipet cukorral édesítjük.

Almarózsa

Hozzávalók:

- 500 g leveles tészta
- 5-6 db alma
- 1 db citrom
- baracklekvár
- darált dió, mandula vagy pisztácia
- barnacukor
- őrölt fahéj, őrölt szegfűszeg



65 perc

Elkészítés:

A leveles tésztát vékonyra kinyújtjuk, és 5 cm-es csíkokra felszeleteljük. Az almákat félbevágjuk, magházukat eltávolítjuk, majd leheletvékony szeletekre szeljük. Az almaszeleteket forró vízbe rakjuk, amibe egy kis citromlevet facsarunk, hogy az alma ne barnuljon meg (ez azért fontos, mert az almaszelet eltörik, amikor feltekerjük).

A tésztacsík egyik felét megkenjük baracklekvárral, majd rászórjuk a darált diót, mandulát vagy pisztáciát, mindegyikkel nagyon finom, de akár úgy is készíthetjük, hogy csak barnacukorral szórjuk meg a tésztát. Ezt az alapot fűszerezzük őrölt fahéjjal és őrölt szegfűszeggel.

Az almaszeleteket a vízből kivéve papírtörlővel leitatjuk, hogy a tésztát ne áztassa el. A tésztára ráhelyezzük az almaszeleteket, amit úgy rakunk le, hogy fent túllógjon a tésztán, hogy a feltekerés után szép rózsza formája legyen. A tészta szélét ráhajtjuk az almára, és feltekerjük.

Kivajazott muffin formákba tesszük, és 180°C-on kb. 35-40 perc alatt megsütjük. Ha kivettük a sütőből, pár percre pihentessük, majd tárolás előtt fahéjas porcukorral hintsük meg.

Pizzás minicsiga

Hozzávalók a pizzás minicsigához:

- 500 g leveles tészta
- 15 dkg sonka
- 15 dkg bacon
- 25 dkg reszelt sajt
- ízlés szerint csemegekukorica
- zöldsűszerek



50 perc

Hozzávalók a pizzakrémmhez:

- fél fej vöröshagyma
- házi paradicsompüré
- só, bors, oregánó, bazsalikom

Elkészítés:

A leveles tésztát vékonyra kinyújtjuk. A pizzakrémmel a fél fej vöröshagymát kevés olajon lepirítjuk, és hozzáadjuk a házi paradicsompürét, ízesítjük sóval, borssal, oregánóval és bazsalikommal. A tésztát megkenjük a pizzakrémmel, majd ízlés szerint feltétezzük: kockára vágott sonka, bacon, csemegekukorica, zöldsűszerek, reszelt sajt. Ezután a tésztát szorosan feltekerjük, és kb 1 cm vastag csigákra szeljük. Tepsibe helyezzük, és a tetejét megszórjuk reszelt sajttal; 180°C-on 20-25 percig sütjük.

Baconös tekercs

Hozzávalók:

- 500 g leveles tészta
- 20 dkg szeletelt bacon
- 10 dkg reszelt sajt
- ketchup
- 1 db tojás
- szezámmag, lenmag, tökmag ízlés szerint



45 perc

Elkészítés:

A leveles tésztát 3-4 cm vastag csíkokra szeljük, és megkenjük ketchuppel, majd rátesszük a baconszeleteket. (Ketchup helyett megszórhatjuk sajttal is.). A tésztacsíkokat megcsavarjuk, tepsibe helyezzük, megkenjük felvert tojással, és megszórjuk szezámmaggal, lenmaggal, tökmaggal ízlés szerint, majd 180°C-on 20-25 perc alatt készre sütjük.



A süteményeket készítették:
Vargáné Szöllősi Edit irodai asszisztens (Pápa) és fia, Beni



Menütervező

- Tonhalkrém
- Bőren sült lazacfilé, burgonyavariációkkal, fekete lencsével és fehérbormártással
- Diós zserbógolyó



- Tojáskrém
- Spenótos-lazacos fettuccine
- Málnás-csokis muffin

- Tárkonyos csirkeraguleves
- Konfitált kacsacomb erdei gomba raguval, hordóburgonyával
- Meggyes-mákos zserbógolyó



- Babgulyás
- Kakaspörkölt
- Reform Rákóczi túrós torta

Menütervező

- Almás-sajtos saláta
- Cukkini-tagliatelle kakukkfűves shiitake gombával
- Mandulás-csokis vajaskeksz



- Dámszarvasragu-leves
- Belsőzínsteak sült fokhagymás édesburgonya-pürével, vajos párolt zöldbabbal, gránátalmás paradicsomsalátával és parmezánropogóssal
- Vargabéles erdeigyümölcs-öntettel

- Marokkói lencsesaláta grillsajttal
- Hot-dog
- Kakaós csiga



- Pankómorzsás rántott csirkemell snidlinges burgonyapürével
- Vaníliás-habos mákos guba
- Levendulaszörp

2024-ben:



eatrend

15 éve egy asztalnál



eatrend
ételünk az életünk