

2016.

# SAJKODI KAJÁK



## BRASSÓI APRÓPECSENYE



### Hozzávalók:

1 kg csirkemell filé *(az eredeti recept bélszint ír)*

15 dkg füstölt szalonna

1 kg burgonya

2 db vöröshagyma

5-6 gerezd fokhagyma

teáskanál só

mokkás kanál bors

mokkás kanál majoránna

*esetleg mokkás kanál kakukkfű*

evőkanál libazsír (krumpli sütéshez)

olaj (krumpli sütéshez)

A megmosott, meghámozott burgonyát apró kockára vágjuk, (1 evőkanál) libazsíros olajban (3 evőkanál) megsütjük. Majd félretesszük.

A szalonnát felkockázzuk és kisütjük. Szintén félretesszük.

A vöröshagymát apróra vágjuk, dinszteljük a teáskanál sóval, majd megfuttatjuk benne a felaprított fokhagymát, beletesszük a kockára vágott csirkemell filét és fehéredésig kevergetjük, majd jöhet a mokkás kanál bors és a mokkás kanál majoránna, *esetleg a mokkás kanál kakukkfű is*. Fedővel letakarva, takarékon pároljuk. Mikor megpuhult, összekeverjük a sültburgonyával és a tetejére rátesszük a sültszalonnát.

***A Brassói aprópecsenye, nevéből adódóan a Romániai Brassóból származik. Brassó és környéke, az ország egyik legfejlettebb vidéke, itt az átlaghoz képest nagy a jómódú emberek száma. Ezért is itt készítik az ország talán legfinomabb ételeit, köztük az aprópecsenyét. Sőt, nem is gondolnánk, de a lepcsánka/tócsni alapja is innen ered. Az aprópecsenyének valójában köztudomásban nincs eredeti receptje, de ez az a változat, amit Brassóban készítenek, és sok helyen Magyarországon is.***



## ZÖLDBAB FŐZELÉK



- Az apróra vágott **kaprot** 4-5 gerezd lereszelt **fokhagymával** 3 evőkanál **olajon** megfuttatom. (2 **teáskanál só**t teszek bele).  
Az 1 Kg **-feldarabolt, lemosott babot-** levélével együtt beleöntöm. (Épp, hogy elfedje a víz!)  
Habarás: **½ nagy tejfő**l, **evőkanál liszt**.
- Végül **pici ecetet** adok hozzá.

## APA KEDVENCE



Sültkolbász, sültpaprika, (csípős) mustárral és paradicsommal. Mennyiség tetszőleges.

## MÁJAS LECSÓ



Hozzávalók: 2-3 közepes fej **hagyma** karikára vágva, amit 2 evőkanál **libazsíron** megpárolok 1 **teáskanál só** mehet rá. (Nem sertés máj)! Mikor majdnem kész, beleteszek 2 gerezdre vágott **paradicsomot**, 2 karikára vágott **paprikát** és 1 **csípős zöldpaprikát**. 1 teáskanál **pirospaprikát**, 1 mokkáskanál **majoránna**t, 1 mokkás kanál **borsot**, 1 kávéspohár **vörösbort** és a felszeletelt **80 dkg- 1 kg csirkemájat**.  
(A *szívecske a macskáé, aminek nagyon örül*). Minimumon puhára párolom, kb. 20-25 perc.

- **KRUMPLI:**
  - 1 kg **krumplit** feldarabolva **sós** vízben épphogy puhára főzők.
  - Az apróra vágott **petrezselymet vajon** megfuttatom (kiengedi a zöld színét), erre szedem rá a krumplit. Jól összekeverem, megszórom.

**A lecsó** (szlovákul *lečo*, németül *letscho*, lengyelül *leczo*, oroszul *лечо*) a hagyományos, híres magyar ételklasszikusok közé tartozik. Habár a lecsó balkáni eredetű étel, ma már a magyar gasztronómia egyik alappilléérének tartják. Maga a lecsó szó 1940-ben jelent meg először az Új Idők Lexikonában. A lecsó más szavainkhoz hasonlóan (csákó, gulyás, hajdú, huszár, kocsi, puli, sujtás) nemzetközi karriert futottak be. A lecsó szót az 1960-as években konzerveinkkel együtt exportáltuk. A lecsó egy zöldség ragu, tulajdonképpen egyfajta paradicsom-paprika „pörkölt”. Krúdy Gyula szerint nyáron paprikát és paradicsomot, télen azonban lecsót kell enni. Magyarországon a legtöbb publikált recept szerint a legáltalánosabb módon elkészített lecsó az egy rész makói vöröshagymát (hungarikum), két rész érett paradicsomot és négy rész roppanós, fehér hújú cecei zöldpaprikát (hungarikum) tartalmazó változat.

### Változatok:

- **Babos lecsó:** előfőzött babot adnak a lecsóhoz és együtt készre főzik.
- **Csípős lecsó:** bármely lecsóhoz alkalmazható, aki szereti az erőspaprikát.
- **Gombás lecsó:** többféle módon készítik, de mindig a gombát kell előbb puhára főzni, majd a lecsó hozzávalóit a már majdnem kész gombához adják, és készre főzik.
- **Kolbászos lecsó:** karikára vágott lecsókolbászt bármikor, de a füstölt kolbászt csak a főzési idő utolsó harmadában adják hozzá, mert különben nagyon keményre fő.<sup>[8]</sup>
- **Krumplis lecsó:** a burgonyát megtisztítás után vékony szeletekre vágják, és már a főzés kezdetén hozzáadják, így nem kell előfőzni.
- **Rizses lecsó:** a már majdnem teljesen elkészült lecsóhoz olajban előpirított fehér rizst tesznek, amely a lecsó saftjában főzve puhul meg teljesen.
- **Szalonnás lecsó:** a lassú tűzön kisütött szalonna zsírján készítik a lecsót.
- **Tarhonyás lecsó:** a tarhonyát zsíron pirítják, majd hozzáadják a lecsó alapanyagait, kevés vizet és lassú tűzön a tarhonya puhulásáig főzik.
- **Tejfölös lecsó:** a szokásos módon elkészített lecsóhoz tejfölt is adnak.
- **Tojásos lecsó:** a kész lecsóhoz külön tányérban felvert tojást adnak, és lágyra sűtik.
- **Zöldbabos lecsó:** zöldbabbal is készíthető, de akkor nem kell előfőzni, hanem együtt kell feltenni kevés vízzel.



- **Virslis lecsó:** a virslit lehet karikákra vágva, vagy egészben együtt főzni a lecsóval.

A fenti lecsóváltozatok számtalan módon variálhatóak, függően attól, hogy milyen alapanyag található éppen a hűtőszekrényben. A vöröshagyma, paprika és paradicsom szeletelésének módja, arányai is változatosak lehetnek. A lecsóalapot többféle feltétre, mint rizs vagy burgonyaköret kiegészítőjét kínálják (pl. sült libamájhoz, sült tarjához, de illik néhány vadhúsból készült ételhez is).

**Lecsó más nemzetek gasztronómiájában:**



Francia Pipérade



Bécsi szelet  
lecsóval tálalva,  
Brandenburg,  
Németország

**Dzsuvecs** - szerb

**Ratatouille** - francia cukkinivel és

padlizsánnal készített lecsó

**peperonata** - olasz

**menemen** - török

**shakshuka** - közel-keleti

## GYÜMÖLCSLEVES



Hozzávalók:

30-35 dkg bármilyen gyümölcs

1 csomag vaníliás pudingpor

2 dl tejszín

1 mokkás kanál fahéj

1 csomag vaníliás cukor

(Esetleg tejszínhab a tálaláshoz)

Elkészítés: A megtisztított gyümölcsöket kb. 2 liter vízbe tesszük. Felforraljuk.

- A pudingport a tejszínnel kikeverjük csomómentesre a fahéjjal és a vaníliás cukorral. (A kevergetés közben tesszük hozzá a tejszínt)!!!
- Majd folyamatos kevergetés mellett a leveshez öntjük. (Én külön pohárban keverem ki és keverem a levesbe, nehogy csomós legyen)!
- Ízesítjük ízlés szerint a gyümölcs édessége szerint, (vaníliás vagy sima cukor) és pár perc alatt készre főzzük.
- Lehetőleg hidegen tálaljuk. (Esetleg tejszínhabbal dekoráljuk).

## MÁJGOMBÓCLEVES



### Hozzávalók:

20-30 dkg csirkemáj (A szívecske a macskáé, aminek nagyon örül).

1 fej hagyma

2 petrezselyem

1 teáskanál majoránna

1 mokkáskanál bors

1 mokkáskanál piros paprika

4-5 evőkanál zsemlemorzsa

1 tojás (+1 sárgája)

½ mokkáskanál erős Pista

1-1 teáskanál libazsír

só

2-3 répa –nagyságától függ-(4 cm-es darabok, hosszában elvágva)

1 teáskanál vegeta

karalábé kockára vágva- nem kell sok!

(esetleg 2 db húsleves kocka)

Elkészítés: a 20-30 dkg csirkemáját ledarálom az 1 fej hagymával, beleteszem az apróra vágott petrezselymet, 1 teáskanál majoránna, 1 mokkáskanál borsot, 1 mokkáskanál piros paprikát, 1 teáskanál sót, 4-5 evőkanál zsemlemorzsát, 1 tojást (+1 sárgája), 1 teáskanál libazsírt és a ½ mokkáskanál erős Pistát. Jól összekeverem, és beteszem a hűtőbe, ott megszívja magát. Kb 15 perc múlva ping-pong nagyságú gombócokat csinállok belőle.

Csapott teáskanál sós, olajos (teáskanál libazsíros vízbe Kb. 2 liter) belemehet a 3 répa (4 cm-es darabok, hosszában elvágva), 1 teáskanál vegeta, karalábé kockára vágva, és a (2 db húsleves kocka).

A répa megpuhulása után beteszem a gombócokat és összefőzöm. Amikor a gombóc „elkezd forogni”, akkor kész, és kiszedem a főzővízből egy tálkára. Erre fogom később rászedni a levest.