

BEVEZETŐ

Az egyes tájegységek, kistelepülések, falvak mindig is rendelkeztek saját ízvilággal, egyedi gasztronómiával, étkezési szokásokkal. Ez igaz volt Óbudára is, csak itt nem egy domináns étkezési kultúrával, hanem az ízek színes kavalkádjával találkozott az ember. Jellegzetes, kizárólagos óbudai konyha és étkezési trend nem létezett. Óbudára a nemzetiségi és vallási sokszínűség volt jellemző az elmúlt évszázadok alatt és ez a változatosság természetesen az étkezésben, ételkészítésben, ételfajtákban is megjelent. A helyi ételek a magyar, sváb, tót és zsidó ízekre épültek és egyszerű, olcsó alapanyagok felhasználásával készültek. A különböző nemzetiségű családok, szomszédok szívesen megosztották egymással a recepteket, az ételek elkészítési módját. Nemcsak a recepteket cserélték ki, hanem ünnepek és jeles események idején szívesen kínálták meg ételleikkel a szomszédságot és az eltérő vallású, nemzetiségű vendégeiket is.

Az itt olvasható receptek az Óbudai Múzeum szombatoként jelentkező Kajatéma nevű facebook rovatában eddig közzétett írásokat tartalmazzák, melyeket Horváth Péter, történész, muzeológus állít össze.

További receptek és Óbuda vendéglátásáról szóló érdekességek olvashatóak a múzeum következő kiadványában:

Horváth Péter: Vendéglátás Óbudán. Óbudai Múzeum és Könyvtár. Budapest, 2011.

LEVESEK

Böjti bableves

Hozzávalók: 50 dkg bab (lehet fehér- és tarkabab is, ízlés kérdése), 1 fej közepes zellergumó, 4 db fehérrépa, 5 db sárgarépa, 2 fej közepes vöröshagyma, 10 gerezd fokhagyma, 3 db babérlevél (lehet friss is), só, őrölt feketebors, fűszerpaprika (használhatunk füstölt piros paprikát, jobban illik a leveshez), 3 evőkanál liszt, 3,5 dl tejfel.

Az átválogatott és megmosott babot a főzés előtti este hideg vízbe beáztatjuk. Másnap a levesbe való zöldségeket megtisztítjuk és tetszés szerint feldaraboljuk (a méreteknél ügyeljünk arra, hogy a babbal egyszerre kell puhára főnie). A hagymaféléket szintén megpucoljuk, de egészben hagyjuk. Az átválogatott babot a babérlevéllel feltesszük főni, ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Mikor a bab félpuhára főtt hozzáadjuk a zöldség- és hagymaféléket. Mikor minden kellően megpuhult, mérsékeljük a hőfokot és megszórjuk a levest kevés fűszerpaprikával. A lisztből és tejfölből csomómentes habarást készítünk és hőkiegyenlítéssel a levesbe keverjük. Levesbetétként házi csipetkét tehetünk még az ételbe.

Tavaszi zöldségleves

Hozzávalók: 1 kisebb fej vöröshagyma, 3 szál sárgarépa, 2 szál fehérrépa, 1 fej karalábé, 1 kisebb fej zeller, 20 dkg zöldborsó, 15 dkg barna csiperke, 3 gerezd fokhagyma, 1 kisebb fej karfiol, 1 db cukkini, 1 db kápia paprika, petrezselyemzöld, olaj, só, bors.

A zöldségfélét (répák, zeller, gomba, karalábé, cukkini, kápia paprika) egyforma méretűre vágjuk, a karfiolt kisebb rózsákra bontjuk. Egy megfelelő méretű edénybe kevés olajat – lehet olíva is – melegítünk és a felaprított hagymaféléket megfuttatjuk rajta. Az üvegesre pirult hagymához adjuk a felaprított sárga- és fehérrépat, a zellert és a karalábét, amelyekkel tovább pirítjuk az ételt. Kevés vizet aduk hozzá, sózzuk, borsozzuk. Amikor félpuhára főttek a zöldségek, beletesszük a csiperkét is. Amikor már minden majdnem puha, a leveshez adjuk a kápia paprikát, a zöldborsót és a cukkinit. Felengedjük annyi lével, amilyen sűrű levest szeretnénk és készre főzzük az ételt. Megszórjuk petrezselyemzölddel és amennyiben szükséges még ízesítjük. Levesbetétként daragaluskát, vagy valamilyen apróbb főtt tésztát kínálunk hozzá.

Zsidó csirkehúsleves maceszgombóccal

Hozzávalók a leveshez: 1 db fiatal egész csirke, 5 szál közepes sárgarépa, 2 szál közepes petrezselyemgyökér, 2 fej kisebb vöröshagyma, 1 fej közepes zellergumó, 5 gerezd fokhagyma, egész bors, szegfűbors, só, petrezselyemzöld, 1 evőkanál olaj.

Maceszgombóc: 20 dkg pászka, 2 db nagyobb tojás, 8 dkg libazsír, félsokor petrezselyemzöld, 1 kisebb fej vöröshagyma, só, őrölt bors (lehet fehér is), egy csipet őrölt gyömbér.

Az alaposan megtisztított csirkét egy megfelelő nagyságú fazékban hideg vízben feltesszük főni. A megpucolt sárgarépát és petrezselyemgyökeret felkarikázzuk (ne legyen túl vékony), a zellert kisebb kockákra vágjuk, a szintén megtisztított hagymafélét pedig apróra vágjuk. Egy serpenyőben kevés olajon a hagymákat megfuttatjuk, majd hozzá tesszük a répát, a gyökeret és a zellert. Rövid ideig – magas hőfokon – pirítjuk a keveréket, majd levesszük a tűzről. A levest lehabozzuk (kicsapódott húsfehérje), sózzuk, beleteszünk – ízlés szerint – pár szem egész borsot és szegfűborsot, illetve óvatosan beleöntjük a répáskeveréket. Kis lángon készre főzzük a levest, amíg a csirke teljesen megpuhul (hústüvel ellenőrizhetjük). A levest a főzés idején ne kevergessük! Amikor elkészült megszórjuk apróra vágott petrezselyemzölddel.

A maceszgombóchoz egy tálban, hideg vízben beáztatjuk a pászka felét, a másik felét pedig külön edényben összetörjük. A megpucolt és felaprított vöröshagymát egy serpenyőben 4 dkg libazsíron óvatosan megpirítjuk és hozzáadjuk az apróra vágott petrezselyemzöldet és a gyömbért. A tojásokat kettéválasztjuk. A tojássárgákat a maradék libazsírral, sóval, borssal habosra keverjük és óvatosan hozzáadjuk a beáztatott, alaposan kinyomkodott pászkat. Ehhez tesszük a hagymás keveréket. A tojásfehérjét felverjük és laza mozdulatokkal a másik masszába keverjük az összetört pászkaival együtt. Lefedve legalább egy óráig a hűtőben pihentetjük. Ezután vizes kézzel kisebb gombócokat formázunk – ügyeljünk arra, hogy a főzés alatt megnőnek – és a forró levesben, vagy külön sós forró vízben puhára főzzük őket.

TÉSZTÁK

Káposztás cvekedli

Hozzávalók: egy kisebb fej fehérekáposzta, 50 dkg nagykocka tészta, 5 dkg zsiradék (sertés- vagy kacsalibazsír), 2 evőkanál kristálycukor (ízlés szerint lehet több vagy kevesebb), só.

A káposztafejet megtisztítjuk, a külső nagyobb leveleket eltávolítjuk, majd félbe vagy negyedbe vágjuk és nagylyukú reszelőn lereszeljük (gépet is használhatunk). A lereszelt káposztát besózzuk és 20-30 percig állni hagyjuk. Egy megfelelő méretű lábasban felmelegítjük a zsiradékot, hozzáadjuk a cukrot, rövid ideig melegítjük és finoman karamellizáljuk. Ezután hozzátesszük az alaposan kinyomkodott káposztát és mérsékelt lángon, fedő alatt összepirítjuk, hogy aranybarnaszínű legyen. Közben enyhén sós lobogó forró vízben kifőzzük a tésztát, ha megpuhult leszűrve a káposztához adjuk és tovább pirítjuk. Amikor kész ízlés szerint megborsozzuk, illetve tálalásnál – aki szereti – megcukrozzuk.

Szilvalekváros gombóc

Hozzávalók: 1,5 kg burgonya, 1 db közepes méretű tojás, kb. 80 dkg liszt, 40 dkg szilvalekvár, 25 dkg zsemlemorzsa, só, fahéj, cukor, 2 evőkanál zsiradék (vaj, zsír, olaj).

A burgonyát meghámozzuk, felkockázzuk és sós vízben puhára főzzük. Leszűrjük és még melegen áttörjük – lehetőleg krumplinyomón – és hűlni hagyjuk. Egy serpenyőben felmelegítjük a zsiradékot, majd ráöntjük a zsemlemorzsaát és aranybarnára pirítjuk (zsemlemorzsa helyett használhatunk darált kekszet is). A meghűlt burgonyához fokozatosan hozzáadjuk lisztet, kevés sót, beleütjük a tojást és közepes lángon tésztává gyúrjuk (a liszt mennyisége nagyban függ a krumpli fajtájától, nedveségétől, ezért eltérhet az előírt anyaghányadtól). A tésztát lisztezett deszkára borítjuk, alaposan átdolgozzuk és 1 cm vastagságúra nyújtjuk. A kívánt mérettől függően (8-10 cm) négyzetalakúra vágjuk, közepébe teszünk egy kanálnyi szilvalekvárt, majd óvatosan – akár lisztezett kézzel – gombócalakúra formázzuk. Egy megfelelő méretű lábasban vizet forralunk, enyhén megsózzuk és beletesszük a gombócokat. Néha megrázhatjuk az edényt, hogy ne tapadjanak le a gombócok. Amikor a víz felszínére jöttek, egy szűrőkanállal a pirított zsemlemorzsaába emeljük a gombócokat és megforgatjuk benne azokat. Ízlés szerint cukorral, fahéjjal is megszórhatjuk.

KÉSZÉTELEK ÉS EGYEBEK

Gombapaprikás gazdagon

Hozzávalók: 25 dkg fehér csiperkegomba, 25 dkg barna csiperkegomba, 25 dkg laskagomba, 15 dkg vargánya (fagyasztott), 10 dkg szárított erdei gomba, 2 fej közepes vöröshagyma, 4 gerezd fokhagyma, 2 dl tejfél, 1 dl főzőtejszín, 5 dkg liszt, 2 evőkanál zsiradék (lehet libazsír is), 1 db paradicsom, 2 db TV paprika, só, bors, fűszerpaprika, ízlés szerint majoránna vagy borsikafű.

A gombákat előkészítjük: a friss gombákat megtisztítjuk és kevés vízzel lemossuk, a szárított gombát előírás szerint beáztatjuk, a fagyasztott gombát felengedjük. Ezután az előkészített gombákat ízlés szerinti, de lehetőleg egyforma méretűre vágjuk. Egy megfelelő méretű edényben felmelegítjük a zsiradékot, majd rátesszük az előzőleg megpucolt és felaprított hagymaféléket, amelyeket lassan pirítani kezdünk. Félrehúzzuk a hagymát és óvatosan megszórjuk fűszerpaprikával, adunk hozzá egy kevés vizet vagy alaplevet és visszatesszük a tűzre. Ekkor tesszük bele a kisebb kockákra vágott TV paprikát és paradicsomot is. Mikor visszaforrt hozzáadjuk a gombákat – először a frisseket, majd levéllel együtt a szárítottat, illetve a fagyasztott gombákat – sózzuk és borsozzuk, valamint tehetünk bele egyéb fűszereket (majoránna, borsikafű, kakukkfű). Fedő alatt puhára pároljuk a gombákat, közben a lisztből és a tejből – kevés víz hozzáadásával – csomómentes habarást készítünk. Hőkiegyenlítővel behabarjuk az ételt – előtte legyen rajta elég folyadék -, amelyet tejszínnel dúsítunk. Az egészet készre forraljuk és galuskával tálaljuk.

Ínyenc tojáskrém

Hozzávalók: 10 db közepes méretű tojás, 5 dkg dijoni mustár, 10 dkg natúr krémsajt, 10 szál medvehagyma, 1 db kápia paprika, 1 kávéskanál fokhagymapor, só, fehérbors.

A tojásokat sós vízben 8-10 percig főzzük, majd hideg vízben lehűtjük (lehetőleg ne közvetlenül a hűtőből tegyük fel főzni, hanem szobahőmérsékletűek legyenek). Amikor lehültek, óvatosan megpucoljuk a tojásokat, majd kettévágjuk őket és a sárgájukat egy mélyebb tálba tesszük. A tojássárgákat egy villával összetörjük, hozzáadjuk a krémsajtot, a fűszereket, a mustárt. A medvehagymát felaprítjuk, a kápia paprikát pedig a apró kockára vágjuk és az egészet a krémhez adjuk, alaposan elkeverjük. A tojásfehérjéket sima oldalukkal felfelé egy tára helyezük (a domború oldalából egy kis darabot levághatunk, hogy nem billegjenek), a krémet egy nyomózsákba merjük és a ízlésesen halmokat nyomunk a tojásokra. Az így kapott töltött tojásokat tálalásig a hűtőben tároljuk. Amennyiben maradt a tojáskrém-ből, vékony sonkszeletekbe töltjük és feltekerve kínáljuk.

Spätzle – sváb galuska

Hozzávalók: 50 dkg átszitált fehér búzaliszt, 3 tojás, 1 kg pucolt vöröshagyma, 50 dkg füstölt szalonna, 20 dkg svájci sajt (reszelve), 20 dkg juhsajt (reszelve).

A füstölt szalonnát kockákra vágjuk és egy serpenyőben lepirítjuk. A kisült szalonnából egy kisebb részt félreteszünk, zsírával egy nagyobb tűzálló tálat kikenünk. A vöröshagymákat vékony karikákra vágjuk és kevés zsiradékra, lassan aranybarnára pirítjuk (ne sajnáljuk rá az időt, az íze miatt bőven megéri). A lisztből és tojásból – esetleg egy kevés hideg vízzel – csipet sóval galuskatésztát keverünk és forró vízbe szaggatunk., ha kész, leszűrjük. A kizsírozott edény aljára kevés pirított szalonnát szórunk, erre a kifőtt galuska felét, majd egy réteg hagymát és a reszelt sajtok felét. Erre egy következő réteget készítünk, tetejére a maradék sajttal. Forró sütőben aranszínűre sütjük, tálaláskor a félretett szalonnapörccel megszórjuk.

Sült tökkarika

Hozzávalók: 1 kg zsenge tök, 2 tojás, 1 dl sör, 4 dl tej, 30 dkg liszt, só, bors, étolaj a sütéshez.

A zsenge tököt meghámozzuk és kimagozzuk (érdemes középen merőlegesen félbevágni és egy kanállal a szélek fele haladva óvatosan kikaparni a magokat). A tököt nagyjából 1 cm-es karikákra vágjuk és finoman besózzuk. A tojásokat felverjük, lassan hozzá adagoljuk a lisztet, majd a tejet és a sört, kicsi sót és borsot. Egy palacsintatészta sűrűségű masszát kell kapnunk, amelyet rövid ideig pihentetünk. A tökkarikákat lisztbe forgatjuk, majd megmártjuk a tésztában – figyeljünk arra, hogy a felesleges massa lecsöpögjön – és a közepesen felhevített olajban mindkét oldalukat aransárgára sütjük. A megsült karikákat papírtörölkőre szedjük és valamilyen mártással – kapros tejfel, tartár, paradicsommártás – forrón tálaljuk.

Töltött burgonya

Hozzávalók: 1 kg egyforma nagyságú burgonya, 30 dkg darált sertés- vagy borjúhús, 1 fej vöröshagyma, pár gerezd fokhagyma, 0,5 dl olaj, 1 tojás, 4 dl tejfel, 1 db zsemle, 1,5 dl tej, 1 citrom reszelt héja, só, bors, majoránna, petrezselyemzöld

Az alaposan megmosott burgonyákat sós vízben héjastól megfőzzük, ügyelve, hogy ne essenek szét. A megpucolt és apróra vágott vöröshagymát és fokhagymát kevés olajon megpirítjuk. A darálthúst, a tojást, a tejbe áztatott és kinyomkodott zsemlet egy tálban összekeverjük, sózzuk, borsozzuk és beletesszük az összeaprított petrezselyemzöldet, majoránna és a citromhéjat. Amennyiben túl száraznak találjuk, egy kevés tejfellel lazíthatjuk. A megfőtt burgonyákat hosszában félbevágjuk és óvatosan kikaparjuk a belsejüket, amit a húsos masszába tehetünk. Az előkészített burgonyákat megtöltjük a masszával és egy kiolajozott, vagy sütőpapírral bélelt tepsibe rakjuk őket, lelocsoljuk tejfellel – esetleg reszelt sajttal is - és 180 fokra, előmelegített sütőben megsütjük.

Túrós pogácsa

Hozzávalók: 30 dkg tehéntúró, 30 dkg liszt, 30 dkg margarin/vaj, só, 1 db tojás + 1 tojás a kenéshez.

Egy megfelelő méretű tálba szitáljuk a kimért lisztet és hozzáadjuk az áttört túró, a tojást és a puha margarint vagy vaját. Enyhén sózzuk és alaposan kidolgozzuk a tésztát. A puha tésztát lisztezett deszkán ujjnyi vastagságúra (1 cm) nyújtjuk és tetszőleges méretű pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. Sütőpapírral bélelt vagy kizsírozott tepsibe szedjük a pogácsákat, megkenjük a felvert tojással és előmelegített 190 C⁰-kos sütőben pirosra, készre sütjük (35-40 perc). Sütés előtt a megkent pogácsák tetejét megszórhatjuk reszelt sajttal vagy szezámmaggal.

Zsidótojás

Hozzávalók: 8-10 db tojás (mérettől függ), 2 evőkanál mustár, 2 fej közepes lilahagyma, 20 dkg kacsavagy libamáj, 5 dkg kacsavagy libazsír, kiskanál cukor, kiskanál pirospaprika (esetleg a füstölt változat), só, bors, petrezselyemzöld.

A gondosan megmosott tojásokat megfőzzük, ha kihültek meghámozzuk és éles késsel apróra vágjuk őket (akár nagylyukú reszelőt is használhatunk). A megpuccolt lilahagymákat finomra vágjuk és kevés zsiradékon lassan pirítani kezdjük, majd hozzáadjuk a májat és a pirospaprikát. Enyhén sózzuk és borsozzuk. Amikor a máj megpuhult, hagyjuk kihűlni, és közben hozzákeverjük a csipet cukrot. Egy tálban összekeverjük a tojásokat és az összeaprított hagymás májat, hozzáadjuk a mustárt és a felaprított petrezselyemzöldet. Amennyiben szükséges, borssal és sóval még izesíthetjük. A tálalás előtt min. 1 órára hűtőbe tesszük.

HÚSÉTELEK

Borjú Krúdy módra

Hozzávalók: 70 dkg borjúcomb, 1 fej vöröshagyma, 2+5 dkg vaj, 8 dkg liszt, 4 TV paprika, 3 paradicsom, 1,5 dl tejszín, 1 dl olaj, 2 dl húsleves, só, bors, fűszerpaprika

A borjúcombból szép szeleteket vágunk, kicsit kiklopfoljuk őket, sózzuk, borsozzuk. A hússzeleteket lisztbe forgatjuk, kevés vajon és olajon hirtelen mindkét oldalukat megsütjük, majd félretesszük őket. A megpucolt vöröshagymát felszeleteljük, a kicsumázott, megmosott TV paprikákat és a meghámozott paradicsomokat közepes nagyságú kockákra vágjuk. A hússütésből visszamaradt zsiradékon a hagymát üvegesre pirítjuk, megszórjuk kevés fűszerpaprikával és felengedjük kevés húslevessel. Miután megfelelően besűrűsödött, beletesszük a TV paprikát és a paradicsomot. Visszahelyezzük a hússzeleteket a lébe és puhára pároljuk. A kész húsokat kivesszük a szaftból, tejszínből és lisztből habarást készítünk, majd szűrőn keresztül a lébe keverjük. A vajdarabokat belemorzsoljuk, kiforraljuk. Tálaláskor a hússzeleteket meglocsoljuk a dús szafttal, köretként szárnyasmáj rizottót kínálunk.

Káposztás csirkecomb

Hozzávalók (4 személyre): 4 db csirkecomb, 80 dkg savanyú káposzta, 20 dkg erdélyi szalonna, 15 dkg parasztkolbász, 2 fej közepes vöröshagyma, 3 gerezd fokhagyma, 3 dl sör, só, bors, majoránna, pirospaprika, olaj.

A csirkecombokat alaposan megtisztítjuk, szárazra töröljük, majd sózzuk, borsozzuk és bedörzsöljük kevés majoránnával. A vöröshagymákat és a fokhagymát megpucoljuk, apróra vágjuk. Az erdélyi szalonnát felkockázzuk és egy nagyobb serpenyőben kiolvasztjuk, majd a pörccöket kivesszük. A megmaradt zsiradékon üvegesre pirítjuk a hagymákat, majd hozzátesszük a kevés pirospaprikát és a savanyú káposztát (ha kell, előtte kimoshatjuk). Ezt is megborsozzuk, nagyon kevés sóval ízesítjük (ízlés szerint ebbe is tehetünk majoránnát, esetleg borsikafüvet). A káposztát rövid ideig pirítjuk (10 perc) és belekeverjük a felszeletelt kolbászt. Egy megfelelő méretű hőálló tálat, vagy tepsit vékonyan kiolajozunk és beleigazítjuk a káposztát, valamint a szalonnapörccöket. Erre helyezzük rá a befűszerezett csirkecombokat és meglocsoljuk a sörrel az egészet. A tálat előmelegített, 180 C⁰-os sütőbe rakjuk és készre sütjük (ha nagyobbak a csirkecombok, akkor a sütés elején alufóliával takarjuk le). Plusz köretként hagyományosan szalvétagombócót kínálhatunk.

Kerti zöldségekkel sült csirke

Hozzávalók: 1 db egész csirke, 2 fej vöröshagyma, 5-6 gerezd fokhagyma, 5 db sárgarépa, 2 db fehérrépa, 1 fej karalábé, 1 kisebb fej karfiol, 2 db közepes cukkini, 5 db nagyobb burgonya, 2 db tv paprika, 1 szál póréhagyma, 30 dkg zöldborsó (fagyasztott), só, bors, majoránna, 3 db babérlevél, étolaj (lehet olíva is helyette), vaj.

A zöldségeket megpucoljuk és nagyobb darabokra, hasábokra vágjuk. A karfiolfejet kisebb rózsákra szedjük, a cukkini végét levágjuk és szintén hasábra vágjuk. A hagymaféléket megpucoljuk, a fokhagymát elég csak egy késsel összezúzni, a vöröshagymát nagyobb cikkekre vágjuk (a zöldségeket természetesen ízlés szerinti formára vághatjuk, csak ne legyenek túl aprók). A csirkét megpucoljuk és nagyobb darabokra vágjuk. Sózzuk, borsozzuk és egy serpenyőben kevés, forró zsiradékon - olaj, olíva - hirtelen mindkét oldalát elősütjük (sütés közben adjuk hozzá a kevéske vaját). Egy nagyobb, magasfalú tepsit vagy jénait vékonyan kiolajozunk és beletesszük a megmosott zöldségfélét. Ezt is sózzuk, borsozzuk és hozzáadjuk a babérleveleket. A zöldségek közé helyezzük az elősütött csirkedarabokat, megszórjuk majoránnával és ráöntjük a serpenyőben maradt zsiradékot. Kevés folyadékot – víz, húslé, esetleg száraz fehérbor – adunk még az ételhez. A tepsit alufóliával lefedjük és előmelegített, 180 C⁰-os sütőbe rakjuk. Időnként hústúvel ellenőrizzük a csirke állapotát, amikor már majdnem kész, vegyük le a alufóliát, ha kell kevés folyadékot adjunk hozzá, valamint a zöldborsót. Visszatéve a sütőbe készre sütjük az ételt.

Lerakott csirke

Hozzávalók: 1 egész csirke, 1 kg burgonya, 30 dkg gomba, 15 dkg vaj, 7 dl tejfel, 25 dkg füstölt sajt, só, bors, kakukkfű, olaj, petrezselyemzöld

A csirkét megpucoljuk, megmossuk és feldaraboljuk. A meghámozott, megmosott burgonyát nem túl vékonyan felkarikázzuk, a megtisztított gombát pedig felszeleteljük. A csirkedarabokat sózzuk, borsozzuk és kevés vajon/olajon hirtelen elősütjük, csak egy kéreg keletkezzen rajtuk. Egy hőálló tálat vékonyan kiolajozunk, aljára rétegesen lerakjuk a karikaburgonyát és a gombát, sózzuk, borsozzuk és ízlés szerint kakukkfűvel megszórjuk. Meglocsoljuk kevés tejfellel, majd óvatosan ráhelyezzük az elősütött csirkedarabokat. A maradék tejfellel beborítjuk és alufóliával letakarjuk, előmelegített 180 fokos sütőben puhára sütjük. Levesszük az alufóliát, az ételt megszórjuk a reszelt füstölt sajttal és nagyobb hőfokon megpirítjuk. Tálaláskor tejfellel és apróra vágott petrezselyemzölddel díszítjük.

Sváb aprópecsenye

Hozzávalók: 1 kg sertéscomb, 2 fej vöröshagyma, 5 gerezd fokhagyma, 20 dkg húsos szalonna, 4 dl paradicsomlé, só, bors, rozmaring, kevés olaj.

A húst vékony csíkokra vágjuk, a szalonnát felkockázzuk. Az olajon megpirítjuk a szalonnát és hozzáadjuk a húst. Fehéredésig együtt pirítjuk, sózzuk, borsozzuk. Ezután beletesszük az időközben felaprított hagymákat. Kevés vizet adunk hozzá és puhára pároljuk az ételt. Ízlés szerint fűszerezzük friss, vagy szárított rozmaringgal és felengedjük a paradicsomlével. Mérsékelt hőmérsékleten készre főzzük az aprópecsenyét. Kellemesen sűrű szaftja legyen! Sült kockaburgonyával tálaljuk.

DESSZERTEK

Almás tócsni

Hozzávalók: 5 db közepes alma, 50 dkg átszitált liszt, 2 db egész tojás, 2,5 dkg friss élesztő, 3 dl tej, só, fahéj, kristálycukor, olaj a sütéshez.

Az élesztőt egy teáskanál cukorral 1 dl langyos tejben felfuttatjuk. Egy mélyebb tálba szitáljuk a lisztet, hozzáadjuk a kicsit felvert egész tojásokat, a felfutott élesztőt és egy csipet sót. Elkezdjük kidolgozni, közben annyi tejet adunk hozzá, hogy galuska sűrűségű legyen a tészta. Letakarva meleg helyen fél órát kelesztjük. Ezalatt meghámozzuk az almákat és nagylyukú reszelőn lereszeljük (ha sok levet engedne, óvatosan kinyomkodjuk). Az almareszeléket a megkelt tésztába keverjük. Egy serpenyőben kevés olajat melegítünk (közepes hőfokra), majd egy evőkanállal tésztahalmokat teszünk bele. Egyszer megforgatjuk és mindkét oldalát aransárgára sütjük. A kisült tésztákat alaposan lecsepegtetjük és fahéjjal elkevert cukorba forgatjuk.

Aranygaluska vaníliásodóval

Hozzávalók a tésztához: 50 dkg liszt, 1 db közepes méretű tojássárga, 2,5 dkg friss élesztő, 3 dl tej, 1 teáskanál cukor, 20 dkg vaj, 1 zacskó vaníliás cukor, csipet só.

A tészta forgatásához: 15 dkg olvasztott vaj, 15 dkg cukor, 25 dkg darált dió.

Vaníliásodó: 8 db tojássárga, 1 l tej (fele arányban használhatunk tejszínt is), 1 egész vaníliarúd, 4 evőkanál cukor (lehet édesebbre is készíteni), 1 teáskanál liszt vagy kukoricaliszt.

A langyos tejben elkeverünk egy teáskanál cukrot, hozzáadjuk az elmorzsolts friss élesztőt és felfuttatjuk. A lisztet egy nagyobb keverőtálba szitáljuk, hozzáadjuk az egy tojássárgáját, a vaníliás cukrot, a puha vajat, egy csipet sót és az élesztős tejet (ízlés szerint reszelhetünk bele egy kevés citromhéjat is). Alaposan kidolgozzuk, egy közepesen lágy tésztát kell kapnunk. Letakarva egy órán át kelesztjük. Közben a darált diót alaposan összekeverjük a cukorral, a vajat felolvasztjuk és egy megfelelő méretű – magasabb falú – tepsit kivajazunk. A megkelt tésztát lisztezett deszkára/asztalra borítjuk és 1 cm vastagra nyújtjuk, pogácsaszaggatóval félkör alakú darabokat szaggatunk (pohárral is dolgozhatunk). A tésztadarabokat előbb az olvasztott vajba, majd a diós keverékbe forgatjuk és szorosan egymásmellé helyezük a tepsiben. (Tipp: a gyorsabb és egyszerűbb, ha egy kapsos tortaformát kivajazunk, ebbe rétegezzük a tésztát, az olvasztott vajat és a diókeveréket. Ebben az esetben a tetejét már ne szórjuk meg dióval, mert a sütésnél megéghet.) A tepsit 180 C⁰-ra előmelegített sütőbe rakjuk 15 percre, majd csökkentjük a hőfokot (160 C⁰) és további 15 percig sütjük. Kivesszük a sütőből, kicsit hűlni hagyjuk, majd kiborítjuk és óvatosan kisebb darabokra szedjük, vaníliásodóval tálaluk.

A sodóhoz melegíteni kezdjük a tejet, beletesszük a félbevágott és kikapart vaníliarúd magját (a rudat is). A tojássárgákat és a cukrot alaposan kikeverjük (fehérédésig), hozzátesszük a kevés lisztet. A meleg tejből lassan és óvatosan egy keveset – állandó keverés mellett – a tojásokhoz adunk, alaposan elkeverjük. Ezután ezt a keveréket – szintén állandó keverés mellett – a többi meleg tejehez adjuk és lassan tovább melegítjük, amíg kellően besűrűsödik.

Budai kuglóf

Hozzávalók: 40 dkg finomliszt, 15 dkg puha vaj, 3 dkg friss élesztő, 3 db közepes méretű tojás, 7 dkg kakaó, 5 dkg mazsola, 3 dl tej, 10 dkg cukor, kevés rum, só.

Langyos tejbe (2 dl) teszünk egy teáskanálnyi cukrot és belemorzsoljuk az élesztőt, a tojásokat kettéválasztjuk. A mazsolát kevés rummal elkevert meleg vízben beáztatjuk. Egy megfelelő méretű edényben a maradék cukrot és a puha vaját habosra keverjük, majd egyenként hozzáadjuk a tojássárgákat és azt is elkeverjük. A masszához lassan beletesszük a felfutott élesztőt, az átszitált lisztet, egy csipet sót és a maradék tejet, valamint mazsolát (előtte leszűrjük). Alaposan kidolgozzuk és a végén óvatosan hozzákeverjük a felvert tojásfehérjét. A tészta felét egy kissé kivajazott és kilisztezett kuglófformába öntjük. A maradék tésztába belekeverjük a kakaót és ráöntjük a sárga tésztára. A formát 180 C⁰ fokos – előmelegített – sütőbe tesszük és készre sütjük. Amennyiben hirtelen barnulni kezd a teteje, tegyünk rá alufóliát, hústüvel ellenőrizhetjük, hogy átsült-e a sütemény.

Császármorzsa, másnéven Smarni

Hozzávalók: 5 tojás, 1 citrom, 2 dl tej, 10 dkg vaj, 10 dkg kristálycukor, 20 dkg liszt, 1 evőkanál sütőpor, só

A tojásokat óvatosan kettéválasztjuk, a fehérjéből a cukor felével és egy csipet sóval kemény habot verünk. A tojássárgákat szintén habosra keverjük és apránként beledolgozzuk az átszitált lisztet és a sütőport, illetve a tejet. Belereszeljük a citromhéjat, majd adagonként belekeverjük a fehérjehabot. Egy nagyobb – lehetőleg tapadásmentes – serpenyőben felolvasztjuk a vaj felét és beleöntjük a tojásos masszát. Nem túl magas hőfokon keverés nélkül tíz percig sütjük. Közben a sütőt előmelegítjük 170-180 fokra és újabb tíz percre betesszük a tésztát (amennyiben a serpenyő nem bírja a sütőt, akkor kellő figyelemmel egy sütőpapiros tepsire tegyük). Miután kivettük a sütőből, még melegen apróbb darabokra vágjuk, vagy egy villával összeaprítjuk. Egy másik serpenyőben felmelegítjük a megmaradt vaját és magas hőfokon beletesszük a morzsát és átpirítjuk. A maradék cukrot is hozzáadjuk és karamellizáljuk. A kész császármorzsat (Smarni) ízlés szerint meghintjük porcukorral és valamilyen lekvárral tálaljuk.

fluta

Hozzávalók: 50 dkg burgonya, 1 tojás, 25 dkg liszt, 2 dl olaj, só, porcukor.

A meghámozott, kockára vágott és megmosott burgonyát sós vízben puhára főzzük. Leszűrjük és az egészet áttörjük. Hozzáadjuk az egész tojást és a lisztet, összedolgozzuk. A burgonya fajtájától függően adagoljuk a lisztet, hogy egy nem túl lágy tésztát kapjunk. Ezután vagy lisztezett deszkán fél cm vastagra nyújtjuk és kis rombusz alakúra vágjuk, vagy egy beolajozott kanállal formázzuk, majd forró olajban mindkét oldalát kisütjük a daraboknak. Kiszedjük, lecsepegtetjük a felesleges olajat, megszórkuk porcukorral és ízlés szerint valamilyen lekvárral tálaljuk. Lehet sós variációban is készíteni, ebben az esetben a cukrot elhagyjuk, helyette pirított hagymával kínáljuk.

Húsvéti diós/mákos patkó

Hozzávalók: 50 dkg liszt, 20 dkg vaj, 3 db tojássárga + 1 egész tojás a kenéshez, 2,5 dkg friss élesztő, 5 dkg zsír, 1,5 dl tej, 5 dkg porcukor, csipet só.

A töltelék hozzávalói: 20 dkg darált dió vagy mák, 1,5 dl tej, 1 citrom reszelt héja, 10 dkg mazsola, 1 csomag vaníliás cukor, 1 teáskanál vanília aroma, 10-15 dkg cukor.

Langyos tejben, kevés cukorral felfutatjuk az elmorzsolt élesztőt. A lisztet egy nagyobb tálba szitáljuk, belemorzsoljuk a vajat és a zsírt, majd egyenként a tojássárgákat. Hozzáadjuk a tejes élesztőt, majd a csipet sót és alaposan kidolgozzuk a tésztát (amennyiben szükséges kis tejet adhatunk még hozzá). Letakarva meleg helyen pihentetjük, kelesztjük. Közben elkészítjük a tölteléket (ezt akár előző nap is megtehetjük). Egy lábasban tejet melegítünk, hozzáadjuk a darált diót vagy mákot és a többi alapanyagot. Lassú tűzön pár perc alatt puhára főzzük és hagyjuk hűlni. A megkelt tésztát annyi cipóra osztjuk, ahány patkót akarunk csinálni. A cipókat lisztezett deszkán vékonyra (félcenti) nyújtjuk, rákenjük a tölteléket és feltekerve patkóalakúra formáljuk. A patkókat sütőpapírral bélelt, vagy kizsírozott tepsire rakjuk és felvert tojással megkenjük, majd megszurkáljuk. 15 percig hagyjuk kelni, majd újra megkenjük tojással és még 10 percig pihentetjük. Előmelegített 180 C⁰-kos sütőben aranybarnára sütjük, közben hústűvel ellenőrizhetjük, hogy átsült-e a tészta.

Krumplis pogácsa

Hozzávalók: 1 kg burgonya, 40 dkg liszt, két kisebb egész tojás, 1 teáskanál só, kevés őrölt bors, 10 dkg zsiradék (margarin vagy sertészsír).

A burgonyát héjában megfőzzük, még melegen vékonyan meghámozzuk és áttörjük. Hozzáadjuk a két tojást, a sót és a borsot, a zsiradékot és fokozatosan a lisztet (lehet, hogy többet vesz fel, mint a megadott mennyiség). Alaposan átgyúrjuk, hogy elváljon a kezünktől. Letakarva egy edényben legalább egy órát pihentetjük. Lisztezett gyúródeszkán kb. 3 cm vastagságúra nyújtjuk, tetejét éles késsel óvatosan beirdaljuk és kiszaggatjuk (a pogácsaszaggató méretét szabadon választhatjuk). Kizsírozott tepsibe helyezük a pogácsákat és előmelegített 190 °C-os sütőben aranybarnára sütjük.

Marillenknödel – sárgabarackos túrógombóc

Hozzávalók: 25 dkg rétesliszt, 25 dkg tehéntúró, 2 tojás, 1 citrom, só, 10 dkg margarin, 60 dkg magozott sárgabarack, 10 dkg vaj, zsemlemorzsa vagy darált keksz, porcukor

A tehéntúrót áttörjük, majd egy edényben a tojásokkal, a kicsit megolvasztott margarinnal, csipet sóval, a megmosott citrom reszelt héjával összekeverjük és annyi lisztet adunk hozzá, hogy közepesen lágy tésztát kapjunk. Alaposan kidolgozzuk, majd kilisztezett edényben letakarva legalább 30 percig pihentetjük. A megmosott sárgabarackokat félbevágjuk és kimagozzuk (a közepébe tehetünk egy szem kockacukrot). Lisztezett deszkán a tésztát ujjnyi vastagra nyújtjuk, kb. 7x7 cm-es darabokra vágjuk, ráteszünk egy fél barackot, összehajtjuk és gombócokat formázunk belőlük. Forrásban lévő sós vízben lassan puhára főzzük (8-10 perc). A zsemlemorzsa/darált kekszet kevés vajon aranybarnára pirítjuk, erre szedjük a kész gombócokat és óvatosan összerázzuk. Tálaláskor porcukorral szórjuk meg a gombócokat.

Maultaschen – sváb derelye

Hozzávalók: 50 dkg liszt, 7 db tojás, 30 dkg darált hús (borjú vagy sertés, de valamely szárnyasból is lehet), 30 dkg spenót, 10 dkg húsos szalonna, 2 szikkadt zsemle, 1 kg vöröshagyma, 3 gerezd fokhagyma, só, szerecsendió, fehér bors, egy csokor petrezselyemzöld, 3 dl olaj.

A lisztből, három egész tojásból, 2 dl olajból és egy csipet sóból elkészítjük a tésztát, amelyet alaposan kidolgozunk (keménynek kell lennie) és letakarva pihentetjük. A kisebb kockákra vágott szalonnát elkezdjük pirítani, majd hozzáadunk két kisebb fej felaprított vöröshagymát és az összezúzott fokhagymát. Rövid ideig összepirítjuk őket. A szikkadt zsemleket vízben – lehet tejben is – beáztatjuk, majd alaposan kinyomkodjuk. Egy aprító- vagy szeletelőgéphez tesszük a zsemleket, a spenótot, három tojást, a petrezselymet, a szalonnás hagymát, a darált húst, valamint a fűszereket és összedolgozzuk az alapanyagokat. A tésztát lisztezett deszkán vékonyra nyújtjuk és késsel vagy derelyevágóval 10x10 cm-es négyzetekre vágjuk, amelyekbe egy kanállal tölteléket teszünk. A tészta széleit egy ecsettel bevizezzük és óvatosan összenyomkodjuk. Forrásban lévő sós vízben – vagy forró húslevesben – puhára főzzük a derelyéket, majd leszűrjük. A kész sváb derelyét adhatjuk levesbetétnek, tálalhatjuk simán kifőzve sült hagymakarikákkal, de sütőben is megpiríthatjuk reszelt sajttal a tetején.

(A tésztát rétes jellegűnek is lehet készíteni. Ebben az esetben 40 dkg lisztet, fél deci olajat, sót és egy evőkanál ecetet gyúrunk össze annyi langyos vízzel, amennyi egy laza rétestésztához kell.)

Régimódi madártej

Hozzávalók: 1,5 liter zsíros tej + 1,5 dl zsíros tej, 7 db közepes méretű tojás, 22 dkg cukor, 1 tasak vaníliás cukor, 1 db vaníliarúd, só.

Egy megfelelő méretű edénybe – lehetőleg szélesebb átmérőjű legyen – öntjük a 1,5 l tejet, a cukrot. Az egész vaníliarudat egy éles késsel óvatosan hosszában félbevágunk, majd a tejbe kaparjuk a magokat. Az egészet lassan felforraljuk, a kikapart vaníliarúddal együtt. A tojásokat kettéválasztjuk. A tojássárgákat a 1,5 dl tejjel elkeverjük, a fehérjéből egy csipet sóval kemény habot verünk. A felforrt tej alatt takarékra vesszük a lángot és a tojásfehérjéből egy evőkanállal galuskákat szaggatunk bele. Egyszerre csak annyit, hogy kényelmesen elférjenek, ügyelve arra, hogy főzés közben megdagadnak. Egyszer fordítsuk meg a galuskákat, majd lecsöpögtetve, egy merőkanállal szedjük ki őket egy másik edénybe. Amikor a galuskák elkészültek, lassan a meleg tejhez öntjük a tojássárgákat, vigyázzunk arra, hogy a tej már ne forrjon. Habverővel dolgozzunk, keverjük simára az öntetet (ha nagyon besűrűsödne, egy kevés tejet még adhatunk hozzá). Egy rotyantás után vegyük le a tűzhelyről és folyamatos kavargatás mellett hűtsük. Amikor kellő hőmérsékletűre hűlt, egy tiszta edénybe öntsük a mártást, tetejére tegyük a habgaluskákat és rakjuk hűtőbe.

Sváb almatorta

Hozzávalók: 25 dkg finomliszt, 3 tojás, 15 dkg porcukor, 60 dkg alma, 1 teáskanál sütőpor, 1 citrom leve és héja, 15 dkg sótlan vaj, 15 dkg baracklekvár, só, fahéj, hideg víz.

A cukrot a tojásokkal, a citrom lereszelt héjával és levével alaposan elkeverjük, lehetőleg mixert vagy robotgépet használjunk. Lassan beledolgozzuk a puha vaját, a sót, majd a sütőporral átszitált lisztet. A csomómentesre kevert masszát egy sütőpapírral bélelt tortaformába (max. 26 cm-es) öntjük és elsimítjuk. Az almákat meghámozzuk és tetszés szerinti szeletekre vágjuk, majd a tészta alá pakoljuk. Egy kis edényben óvatosan összemelegítjük a baracklekvárt, a csipet fahéjat és 2-3 evőkanál vizet. Ezzel alaposan átkenjük az almákat, ezután a 170 fokra előmelegített sütőben 35 perc alatt készre sütjük a tortát. Tálaláskor ízlés szerint porcukorral meghinthetjük az elkészült süteményt.

Sváb kanalas fánk

Hozzávalók: 50 dkg liszt, 3 db tojás, 5,5 dl tej, 5 dkg cukor, 3 dkg friss élesztő, 1 teáskanál só, olaj a sütéshez, porcukor, lekvár.

Az élesztőt 2 dl langyos tejben a cukorral felfuttatjuk. Az átszitált lisztbe adjuk a tojásokat, a felfutott élesztőt, egy csipet sót és a maradék tejjel összekeverjük. Egy nem túl lágy, galuskasűrűségű tésztát kell kapjunk, amelyet letakarva meleg helyen 40 percig kelesztünk. Miután a tészta megkelt, egy edényben olajat melegítünk, ügyelve arra, hogy ne legyen túl forró, mert akkor nem sül át rendesen a tészta. Két evőkanállal – adagonként olajba mártjuk őket – kis tézta darabokat szaggatunk az olajba, mikor az egyik fele pirosra sült megfordítjuk és a másik oldalát is készre sütjük. Az olajból kivéve papírtörőn a felesleges zsiradékot felitatjuk, majd a fánkokat megszórjuk porcukorral és ízlés szerinti lekvárral tálaljuk.

Sváb karácsonyi diós csiga

Hozzávalók: 40 dkg liszt, 20 dkg vaj, 2,5 dkg friss élesztő, 2 dl tej, 4 tojás (csak a fehérje), 40 dkg porcukor, 20 dkg darált dió, 1 egész citrom.

A gondosan átszitált lisztet egy csipet sóval és a vajjal összemorzsoljuk. A langyos tejbe egy kiskanál cukorral felfuttatjuk az élesztőt, majd a vajas liszthez adjuk. Az egészet alaposan összedolgozzuk, hogy egy sima, laza tésztát kapjunk. Letakarva pihentetjük 30-40 percig. Amíg a tészta kel, elkészítjük a tölteléket. Összekeverjük a darált diót és a porcukrot, amelyet aztán a kissé felvert tojásfehérjéhez adunk, illetve belereszeljük a citromhéjat, valamint a levét is belefacsarjuk. A megkelt tésztát lisztezett deszkán vékonyra nyújtjuk (5-6 mm), és megkenjük a diós masszával. Óvatosan feltekerjük a tésztát és 1 cm-es szeletekre vágjuk. A sütőpapírral bélelt – vagy kizsírozott – tepsibe fektetjük a szeleteket, ügyelve arra, hogy kellő távolság legyen köztük, mert sütés közben még megnőnek. Előmelegített sütőben (180 °C-on, légkeveréses sütőben 170 °C-on) ropogós pirosra sütjük.

Sváb sörkifli

Hozzávalók: 50 dkg finomliszt, 4 dl tej, 3 dkg élesztő, 1 dl tejfel, 1 teáskanál cukor, 2 tojás, só, 5 dkg zsír, egész köménymag (helyette használhatunk szezámmagot is, vagy hántolt tökmagot).

A lisztet átszitáljuk, a tej felét meglangyosítjuk a cukorral és belemorzsoljuk az élesztőt. Egy tálban összedolgozzuk a lisztet, a felfutott élesztőt, a tejfelt, a sót és a maradék tejet. Alaposan kidolgozzuk és letakarva egy órát kelesztjük. Ezután lisztezett deszkán átgyúrjuk és négy kisebb cipót formázunk a tésztából. Fél óráig letakarva pihentetjük, majd egyenként kinyújtjuk a cipókat és megkenjük olvasztott zsírral. Nyolcfelé vágjuk őket és kiflialakúra csavarjuk fel. Kizsírozott vagy sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük a kifliket, amelyeket megkenünk felvert tojással és megszórunk az egész köménymaggal. A tepsiben még 10 percig pihentetjük, majd 180 °C-ra előmelegített sütőben 25 perc alatt készre sütjük.