



Ízörzök – Somogytúr – receptek

Vadraguleves

Hozzávalók: 1 kg szarvas comb, 2 vöröshagyma, 2 sárgarépa, 2 petrezselyem, fél zellergumó, 15 dkg zöldborsó, 50 dkg burgonya, 1 paradicsom, 1 paprika, 1 vargánya, kis csokor, ill. 3 teáskanál tárkony, 2 babérlevél, 5 borókabogyó, 2 teáskanál só, 2 teáskanál őrölt feketebors, 1 evőkanál liszt, 1 dl tejföl, 1 evőkanál citromlé, 1 evőkanál sertészsír.

A vöröshagymát megtisztítjuk, és felaprítjuk. A szarvas combot lehetőleg azonos nagyságú kockákra vágjuk. A bográcsunk aljába egy púpos evőkanálnyi mangalicazsirt teszünk, ebben üvegesre pároljuk a hagymát. Közben megtisztítjuk és felszeljük a zöldségeket: sárgarépát, petrezselymet, zellert, burgonyát, paprikát és paradicsomot. Amikor a hús már jól kiadta a levét, felöntjük másfél liter vízzel, és kb. egy órán át főni hagyjuk. Ezután fűszerezzük ízlés szerint sóval, borókabogyóval, őrölt borssal, babérlevéllel. Hozzáadjuk a paprikát és paradicsomot is. Beletehetjük a felszeletelt vargányát, majd a sárgarépát, petrezselymet, zellert. Az összeaprított tárkony felét rászórjuk, és újabb fél órán át főzzük. Ekkor kerülhet bele a zöldborsó és a krumpli is. A habaráshoz a lisztet kevés vízzel és tejjel csomómentesre keverjük, majd a levesből lassan csurgatva egy deci forró lével átmelegítjük, és így adjuk a vadraguhoz. Ezzel a módszerrel biztosan nem lesz csomós az ételünk. Utolsó mozzanatként rászórjuk a megmaradt tárkonyt, és kevés citromlevet csavarunk bele. Összekeverjük, és már tálalhatjuk is.

Töltött lángos

Hozzávalók: 1 kg liszt, 5 dkg élesztő, 1 teáskanál cukor, 1 teáskanál só, 4,5 dl aludttej, 3 tojás, 3 dl tej, fél dl étolaj. Töltelék: 2 evőkanál zsír, 1 kg darált sertéshús, 15 dkg gomba, 15 dkg kukorica, 15 dkg vöröshagyma, só, 1 kávéskanál őrölt feketebors, 2 dl tejföl, 15 dkg reszelt sajt, 1 evőkanál paprikakrém, 1 paradicsom. A sütéshez 1 liter étolaj.

A lisztet tálba szitáljuk, a közepébe fészket készítünk. Kevés cukrot szórunk bele, ráöntjük a langyos tejet, és belemorzsoljuk az élesztőt. Kicsit pihentetjük. Közben köré szórjuk a sót, beleütjük a tojásokat, hozzáadjuk a kefirt, és elkezdjük összedolgozni a tésztát. Amennyiben szükséges, adhatunk még hozzá tejet, és egy lazább állagú kelt tészta alapot készítünk belőle. Dagasztás közben jó magasra felhúzogattjuk, majd étolajjal megkent kézzel is átdolgozzuk az egészét. Egy tálal olajjal kikenünk, ebbe tesszük át a tésztát. A tetejét is lekenjük, majd

hűtőszekrénybe tesszük, kb. egy órára. Közben elkészítjük a töltelékét. Egy serpenyő aljában zsírt olvasztunk, ebben üvegesre pároljuk a felkockázott hagymát. Ráborítjuk a darált húst, kicsit átsütjük, majd hozzáadjuk a gombát, a kukoricát, a paprikakrémet. Sózzuk, borsozzuk, és fél deci vízzel készre főzzük. Kicsit hűtjük. A megkelt tésztából egy zsemlényi gombócot kiszakítunk, ezt olajjal alaposan átkent deszkán kézzel kerekre széthúzzuk. Egyik felébe gazdagon teszünk a fűszeres húsból, a másikat ráhajtjuk, majd a széleit gondosan összenyomkodva lezárjuk, nehogy kifolyjon a töltelék. Egy nagyobb lábasban olajat hevítünk, ebben mindkét oldalán szép barnára sütjük a lángosokat. A zsiradékból kiszedve lecsepegtetjük, tejföllel átkenjük a tetejét, és gazdagon megszórjuk reszelt sajttal.

Krumplis kenyér

Hozzávalók: 2 kg liszt, 25 dkg főtt, áttört krumpli, 5 dkg élesztő, 2 teáskanál só.

A sütés előtti nap a lisztet tálba szitáljuk, a közepébe fészket készítünk, ebbe belemorzsoljuk az élesztőt, két deci langyos vizet öntünk rá, kicsit megszórjuk liszttel, és az egészet másnapig langyos helyen állni hagyjuk. Amennyiben az előző dagasztásból van félretett kovásznak, akkor azt megáztatva tesszük a liszt közepébe. Másnap a burgonyát sós vízben puhára főzzük, áttörjük és kihűtjük. Langyos vízben feloldjuk a sót, ezzel, és a főtt krumplival jó alaposan kidagasztjuk a tésztát. Amikor összeállt, liszttel leszórjuk a tál oldalát, és két kézzel, ököllel nyomogatva dagasztjuk tovább. Akkor lesz jó, amikor a kéztől és a táltól is elválik a tészta. Lelisztezzük, letakarjuk, és egy órán át langyos helyen kelni hagyjuk. Amikor szépen megdagadt, lisztezett deszkára borítjuk. Ilyenkor lehet kivenni belőle egy zsemlényi darabot a következő kenyerünk kovászának. A többi tésztát átdagasztjuk, hosszúkás téglatestet formázunk belőle, amit kétszer is felhajtunk. Ezt nevezik Somogytúron hajtvá szakításnak. Egy szakajtóba, vagy tálba tiszta ruhát teszünk, megszórjuk liszttel, ebbe kerül a kenyér, ami újabb fél órát pihen. Ezután sütőpapírral kibélelt tepsibe helyezük, majd előmelegített sütőben másfél óra alatt megsütjük. Amikor elkészült, vízzel „átmosdatjuk” a tetejét, és hűlni hagyjuk.

Szalonnás csirkemell

Hozzávalók: 1 kg csirkemell, 50 dkg vékonyra szelt füstölt (vagy bacon) szalonna, 30 dkg trappista sajt, őrölt feketebors, só, 15 dkg liszt, 1 evőkanál őrölt paprika. A mártáshoz: 15 dkg vaj, 15 dkg liszt, 3 dl tej, csipetnyi szerecsendió, 1 kávéskanál só, csipetnyi őrölt feketebors. A sütéshez étolaj.

A csirkemelleket szeletekre vágjuk, mindkét oldalukat sózzuk, borsozzuk, és egy kicsit állni hagyjuk. A lisztet a paprikával összekeverjük, és megforgatjuk benne a húsokat. Egy serpenyőben olajat hevítünk, ebben mindkét oldalukat megkapatjuk. Besamel mártást készítünk. A vajat felolvasztjuk, belekeverjük a lisztet, és apránként, folytonos keverés mellett adagoljuk hozzá a tejet. Sóval, őrölt borssal és szerecsendióval fűszerezve sűrűre főzzük. Egy hőálló edény aljába a csirkemellekből lerakunk egy sort. Befedjük szalonna csíkokkal. Ezt addig folytatjuk, míg a hússzeletek mind a helyükre kerülnek. A tetejét is befedjük szalonnával, és az egészet lelocsoljuk mártással. Akkor jó, ha az egészet beborítja a besamel. Fakanállal megigazgatjuk, hogy az aljára is lecsorogjon, majd gazdagon megszórjuk reszelt sajttal. Az edényünket nem szükséges kiszírozni, mert a szalonna enged elegendő zsiradékot. A sózással is óvatosan bánjunk a szalonna miatt. Előmelegített sütőben addig sütjük, amíg a teteje szép barna lesz. Kicsit hűtsük, utána szebben lehet szeletelni, de akár másnap, hidegtálra téve is fogyasztható.

Csirkemájjal töltött húsrudacsok

Hozzávalók: 1 kg sertéskaraj, 4 tojás, 20 dkg liszt, 20 dkg zsemlemorzsza, 1 teáskanál só. A töltelékhez: 50 dkg csirkemáj, 2 evőkanál kacsaszír, 1 vöröshagyma, 1 kávéskanál só, csipetnyi őrölt feketebors, 1 teáskanál majoránna, 30 dkg sajt. A sütéshez étolaj.

Először a töltelékét készítjük el. A csirkemájat csíkokra vágjuk. A vöröshagymát megtisztítjuk, felkockázzuk, majd kacsaszírban üvegesre pároljuk. Beleborítjuk a májat, és az egészet összepirítjuk. Sóval, borssal, majoránnával fűszerezzük, majd félretesszük, hogy kihűljön. A karajból dupla szeleteket vágunk úgy, hogy az elsőt nem vágjuk végig, csak a másodikat. Így szét tudjuk nyitni a húsokat, és szép nagy darabokat kapunk, amelyeket besóznak, és enyhén kiklopfolunk. A panírozáshoz a lisztet, tojást, zsemlemorzsát előkészítjük. A hússzeletek egyik végébe töltelékét halmozunk, vékony sajtjal befedjük, majd feltekerjük. Hústúvel, vagy fogpiszkálóval rögzítjük, és bepanírozzuk lisztbe, tojásba, majd zsemlemorzsába. Annyi olajat melegítünk, hogy a rudacsokkat ellepje, ebben szép színesre sütjük a húsokat. Idő közben a tüzet mérsékeljük, hogy alaposan átsüljön az étel. A zsiradékból kiszedve a rögzítéseket eltávolítjuk, középen ferdén kétfelé vágjuk a rudakat, tálalásnál megszórhatjuk reszelt sajtjal is. Krumplipürével, savanyúsággal kínáljuk.

Citromtorta

Hozzávalók: 8 tojás, 16 evőkanál liszt, 16 evőkanál cukor, 1 sütőpor, 8 evőkanál víz. A krémhez: 6 dl tej, 2 csomag vaníliás puding, 20 dkg cukor, 1 (bio) citrom héja és leve, 2 tojás sárgája, 20 dkg vaj. A díszítéshez 5 dl habtejszín, 1 citrom.

A tojásokat szétválasztjuk. A fehérjéket habbá verjük, folytonos keverés mellett hozzáadjuk a cukrot, a vizet, a tojások sárgáját, és a porcukorral elkevert lisztet. Kivajazott, kilisztezett tortaformába öntjük, és előmelegített sütőben kb. 40 perc alatt megsütjük. A krémhez a tejből elkeverjük a pudingport, a cukrot, a citrom reszelt héját és levét, valamint a két tojás sárgáját. Folytonos keverés mellett sűrűre főzzük, kihűtjük, és a vajjal habosra kidolgozzuk. A kihűlt tortát három részre szétvágjuk. A habtejszín keményre felverjük. A citrom héjából szeleteket szakítunk. A gyümölcsöt először karikákra, majd négyfelé vágjuk, ezeket a díszítéshez fogjuk felhasználni. A tortatartóra papírcsipkét helyezünk, rátesszük a piskóta alsó lapját. Ezt a citromos krém harmadával megkenjük, majd fölé rakjuk a középső lapot. Ezt is áthúzzuk krémmel, és befedjük az utolsó piskótával. A tetejét vékonyan áthúzzuk krémmel, majd nyomózsák segítségével az oldalát és a felső peremét tejszínhabbal kidíszítjük. Az előkészített citromdarabkákat és héjakat tetszés szerint rápakoljuk. Pár órányi pihentetés után kínálhatjuk.