

Konyhakalendárium

Vendégjárás-vendégvárás

Csirkemell leves. Hozzávalók: 3 dkg vaj, fél evőkanál liszt, 1,5 liter csirkehúsleves lé, evőkanálnyi petrezselyemzöld, körömnői babérlevél, egy kisebb, főtt csirkemell, metéltre vágva, 2 tojássárgája, 0,5 dl tejszín. A vajból, lisztből világos rántást készítünk, majd a húslével felöntjük. Hozzáadjuk az apróra vágott petrezselyemzöldet, a csirkemellet és a babérlevelet. Felforraljuk, ha kell, sózzuk. A tejszínt a tojássárgákkal elkeverjük és az asztalon öntjük bele a levesbe. Vendégeknak ezt a fogást akkor szokás készíteni, amikor a családnak főzünk jó nagy fazék húslevest.

Erdélyi töltött hal. Hozzávalók: 1-1,5 kilós szálla mentes folyami hal, egészben. Tölteléknek 2 db áztatott, kicsavart zsemle, 2 evőkanál olvasztott vaj, 5 dkg reszelt sajt, 10 dkg párolt gomba, 1 tojás. Fűszerek: só, bors, ízlés szerint csipetnyi borsikafű vagy majoránna. A sütéshez 3-4 kanál olaj vagy baromfiszír, 1 citrom, 1 babérlevél, 1 dl fehérbor. A halat megtisztítjuk, a fejét és a belsőséget eltávolítjuk. (A használható részekből másnap halkockával ún. rövid, csészés halle-

vest forralhatunk.) A haltestet beirdaljuk, kívülről gyengén megsózzuk. Amíg áll, a töltelék elkészítjük. Alaposan összegyúrjuk, a hal hasába tesszük és hústúval összetűzzük. Olajozott tepsibe rakjuk, és hámozott citromszeletekkel beborítjuk. Mellé tesszük a babérlevelet. A borral sülés közben apránként megöntögetjük, majd saját levével locsolgatjuk, amíg meg nem sül. Petrezselymes burgonyakörettel tálaljuk. Megjegyzésünk: Erdélyben minden sült halhoz ún. muzsdejt is tálalnak, amelyet 1 dl olajból, sóból, borsból, piros paprikából, tört fokhagymából kevernek sűrűre, ízesre. Kiskanállal kenik a tányéron a sült halra. Rántott hússzeleten is finom.

Uzsonnakrém. Hozzávalók: 1/2 kg apróra reszelt nyers sárgarépa, 20 dkg reszelt füstölt sajt,

2 gerezd tört fokhagyma, 1 kis pohár krémtéjföl, 2 kis tubus majonéz, pici reszelt szerezcsendió. Mindezt fakanállal összedolgozzuk és 1 órát a hűtőben pihentetjük, összeérleljük. Kóstoljuk meg, elég sós-e! Gyermeknek a fő étkezés kivételével házi kenyérre, rozskenyérre kenjük, jó vastagon. Vendégeknak, felnőtteknek csipszekkel és sós kekszekkel kínáljuk fehérbor mellé vagy teához. Tápértékét növeli, ha durvára vágott, pirított dióval megszórjuk.

Ötórai teasütemény. Hozzávalók: 1/2 kg rétesliszt, 20 dkg szitált porcukor, 40 dkg margarin (vagy fele vaj, fele margarin), 15 dkg pirított, darált mandula vagy erdei mogyoró, 3 tojásfehérje, 1 zacskó vaníliás cukor. Mindezeket nagyon gyorsan összedolgozzuk, fél ujjnyi vastagra nyújtjuk és hosszúkás csíkokra vágjuk. Tepsiben, előmelegített sütőben aransárgára sütjük. Ez az omlós házi keksz angol teához illik.

Gyors ostyator-ta. Hozzávalók: 1 csomag bolti ostyatoralap. A krémhez: 25 dkg margarin, 2 dl kristálycukor, 2 dl darált dió, 2 evőkanál finom kakaópor. Mindezt lábasba tesszük és gyenge tűzön kevergetjük, összeforraljuk. Akkor kész, amikor a fakanál alatt meglátjuk a lábas alját. A lapokat azonnal betöltjük, és amikor kihűlt, nagyon éles késsel tortaszelet formára felszeleteljük. Tetejét kakaós

porcukorral megszórjuk. Frissen ropogós, később átpuhul.

Szeszmentes itókák. Az áruházakban kapható ízletes, rostos gyümölcsnektárokból szeszmentes gyümölcskockatélok készíthetünk autós vendégeink és a gyermekek számára. „Gyümölcsitalok a mindennapokra” – hirdeti a reklám. Jó ízű párosítás a meggyalma, málnaalma, málnaeper, fekete ribizke–alma, megyszőlő, szilva–szőlő, paradicsom–citrom, citromnarancs keverék. Üvegcancsóba töltjük és megkóstoljuk: ha túl édes, citromlével, ha túl savanyú, cukorral ízesítjük. Hidegen kínáljuk, 2 dl-es, talpas poharából fogyasztjuk.

Kellemes találkozásokat és jó étvágyat kívánunk!



A 2017/1 szám szerzői

A. Bak Péter festőművész, művészeti író, Lábatlan
Ambrus Margit háztartásbeli (Sepsiszentgyörgy,
1918 – †Esztergom, 2015)
Bárdos István, dr., művelődéstörténész, Esztergom
Bencze Cs. Attila levéltáros, újságíró, volt
főszerkesztő, Székelyföld–Esztergom
Zoltán Bárkányi Valkán író, nyugalmazott
főszerkesztő, Budapest
Bugyács Sándor festő- és grafikusművész, Párkány
(Szlovákia)
Csiba Zsolt pszichológus, író, Piliscsaba
Egyedi Márta író, költő, műfordító, Torontálsziget
(Szerbia)
Filemon Béla főszerkesztő, Esztergom
Horváth Gáborné, dr., szerkesztő, Esztergom
Horváth Ödön költő, műfordító, Kismaros
Jaksits Ilona okleveles építőmérnök, közgazdász,
Budapest
Marosi Károly költő, prózaíró, Dunakeszi
Matúš Mészáros szerkesztő, Pozsony (Szlovákia)
Németh Bálint középiskolai tanuló Neszmélyen
Orgoványi Anikó festőművész, költő, Pomáz–Szentendre
Radnai István költő, novellista, Budapest
Ruda Gábor oktatáskutató, Pilisvörösvár
Sólyom Zsuzsanna magyar–német szakos
középiskolai tanár, Marosvásárhely (Románia)
Szulényi Mária Valéria író, Párkány (Szlovákia)
Vérce Miklós író, műfordító, Párkány (Szlovákia)
Virt László író, hittanár, szociális munkás,
szociológus, Lázi
Wernke Bernát költő, Esztergom
Zágorec-Csuka Judit költő, író, műfordító,
irodalomtörténész, Lendva (Szlovénia)

Támogatók

A 2017. évi online lapszámok
a Nemzeti Kulturális Alap támogatásával
valósultak meg www.nka.hu
Spori Print Vincze Kft. és magánszemélyek

Esztergom és Vidéke Társadalmi és Kulturális
Folyóirat; www.evid.hu
Kiadó: Muravidék Baráti Kör Kulturális Egyesület
2085 Pilisvörösvár, Szt. János u. 8.
E-mail: muravidek@freemail.hu
www.muravidek.eu, www.evid.hu
Felelős kiadó: Ruda Gábor
Főszerkesztő: Filemon Béla
Szerkesztők: Horváth Gáborné, Németh Gabriella,
Szűcs Katalin, Tátyi Tibor
Korrektúra, szöveggondozás: Tátyi Tibor

A címlapon és a 30–31. oldalon Bugyács Sándor
Az öregember kertje, ill. A füttyörésző római
című festménye látható

Grafikai tervezés és borítóterv: Németh Csongor
Nyomdai előkészítés: ANGRÁF Bt., Budapest
Nyomdai munkák: Spori Print Vincze Kft.,
Esztergom

Megjelenési gyakoriság: negyedévente
Példányszám: 100
Példányonkénti ár: 450 Ft (1,50 €)
Éves előfizetési díj: 1600 Ft (5,20 €)

HU ISSN 0864-7054 (nyomtatott)
HU ISSN 2416-1675 (online, PDF)



Bugyács Sándor: Vándorkirály

