Spanyol konyha nyárra

Ahogyan Magyarországon sincs szigorúan csak egyféle lecsó, vagy paprikáskrumpli, úgy ez a spanyol konyha egyik legismertebb leveséről, a gazpachoról is elmondható. A szinte megszámlálhatatlan variáció közül, most bemutatjuk a „legismertebbeket".

Baszk gazpacho – alaprecept

Hozzávalók: *4 szem paradicsom, 2 db zöldpaprika, 1 vékony szelet kenyér, 1 csemege uborka, 2 gerezd fokhagyma, 3 evőkanál olaj, 1 evőkanál borecet, 4 dl víz, egy kevés só, törött bors, jégkocka.*

Turmixgépben sima péppé dolgozzuk össze a meghámozott, összevágott paradicsomot, a magházától megtisztított zöldpaprikát, a zúzott fokhagymát, a kenyeret, az olajat, az ecetet, a vizet. A masszát sóval és borssal ízesítjük, levesestálba öntjük, összekeverjük a közepes kockákra vágott csemegeuborkával és a jégkockákkal. Nagyon hidegre hűtve tálaljuk.

Andalúz gazpacho

Hozzávalók: *75 dkg paradicsom, 4 fej vöröshagyma, 2 db zöldpaprika, 2 db uborka, 1 db csemegeuborka, 2 gerezd fokhagyma, 15 dkg szétmorzsolt száraz kenyér, 4 evőkanál olaj, 2 evőkanál borecet, 5 dkg fehérkenyér-bél, 1 kávéskanál pirospaprika, só, törött bors, 3 dl víz, 10 jégkocka.*

A paradicsomot néhány percre fövő vízbe teszszük, majd meghámozzuk, kimagozzuk. A paradicsom egyharmadát félretesszük, a maradékot kockákra vágjuk. Három fej vöröshagymát, 1 uborkát meghámozunk, és vékonyra szeletelünk. Serpenyőben, nagy lángon, forgatva addig sütjük a zöldpaprikát, amíg a héja meg nem ráncosodik. Utána hideg vízbe mártjuk, külső héját lehúzzuk, magházának eltávolítása után feldaraboljuk. Az így előkészített zöldségféléket turmixgépben összetörjük. A száraz kenyér-darabokat a fokhagymaszeletekkel, az olajjal elkeverjük. Ízesítjük sóval, borssal. A masszát turmixgépben sima péppé törjük.

Levesestálban összedolgozzuk a paradicsomos zöldséget az olajos kenyérrel, az ecettel és simára keverjük. Felöntjük nagyon hideg vízzel, és a levest a jégkockákkal a hűtőszekrénybe állítjuk. Tálalás előtt elkészítjük a betétet, amelyet a leves mellé teszünk az asztalra. A maradék paradicsomot, csemegeuborkát apró kockákra vágjuk, a vöröshagymát és a meghámozott uborkát vékonyra szeleteljük. A különböző színű zöldségeket, kenyeret a színekkel játszva, kis halmokban egy lapos tálra helyezzük, amelyből mindenki ízlése szerint tesz a levesébe.

Gazpacho sárgadinnyéből

Hozzávalók: *40 dkg dinnye, 1 szelet fehérkenyér, 1 gerezd fokhagyma, 10 kg őrölt mandula, 2 dl olívaolaj, 6 dl száraz fehérbor, csipet só, jégkocka.*

A dinnyebelet apró kockákra vágjuk, egyharmadát félretesszük. A többit összeturmixoljuk a fehérborral, az olajjal, a fokhagymával, a kenyérrel, és a mandulával, sóval ízesítjük. A kész anyagot legalább három órára tegyük hűtőbe. Tálaláskor a tányérokba tegyünk 2-3 jégkockát, merjük rá a gazpachot, és szórjuk meg a félretett dinnyével.

Sűrű gazpacho

Hozzávalók: *8 nagy paradicsom meghámozva, kimagozva és kockákra vágva, 2 evőkanál olívaolaj, 3 dl jeges víz, 2 gerezd fokhagyma apróra vágva, só, 1 zöldpaprika kimagozva, apróra vágva, 1 uborka, meghámozva, kimagozva s apróra vágva, só, frissen őrölt fehér bors, jégkockák.*

A jeges víz, a só és a bors, valamint a jégkockák kivételével valamennyi hozzávalót turmixgépbe rakjuk (ha szükséges két adagban), és alacsony fordulatszámon fél-egy percig keverjük, amíg sima masszát nem kapunk. A keveréket egy nagyméretű tálalóedénybe öntjük, felöntjük a jeges vízzel, megsózzuk, borsozzuk, és lefedve legalább 2 órán át, hűtjük.

Zöldséges paella serpenyőben

Hozzávalók: *15 dkg vöröshagyma, 5 gerezd fokhagyma, 2 cukkíni, 10 dkg datolya, 50 dkg paradicsom, 2-2 vörös- és sárgahüvelyű paprika, 15 dkg zöldborsó, 8 dl húslé (kockából), 2 babérlevél, 4 evőkanál olívaolaj, 40 dkg rizs, 1 kis kakukkfű ágacska, 1 rozmaring ágacska, 5 dkg gyalult mandula, késhegynyi őrölt csillagánizs, 1 citrom, só, bors.*

A hagymát finom kockákra vágjuk, négy gerezd fokhagymát összezúzunk, a maradék egy gerezdet megtisztítva félretesszük. A cukkinit megmossuk, hosszában negyedeljük, 5 cm-es hasábokra vágjuk. A datolyákat negyedeljük, magjukat eltávolítjuk.

A paradicsomokat kereszt alakban bemetsszük, leforrázzuk, hámozzuk, negyedeljük, magjukat eltávolítjuk, nagyobb kockákra aprítjuk. A paprikákat megmossuk, negyedeljük, magházukat kivesszük, héjarészükkel felfelé, sütőlemezen 10 percig grillezzük, míg a héja fekete nem lesz. Nedves ruhával letakarva kihűtjük. Ezután a héját lehúzzuk, a húsát 3 cm-es darabokra vágjuk. A zöldborsót 2 percig sós vízben forraljuk, majd lecsepegtetjük.

A húslét 2 dl vízzel, egy babérlevéllel és a félretett, zúzott fokhagymával, sóval, borssal felforraljuk. Egy nagyobb, családi serpenyőben 3 evőkanál olajat felforrósítunk. A hagymát, fokhagymát, rizst, az ágacskákat, a babérlevelet megfonnyasztjuk benne. A húslét rászűrjük, a sáfrányt a végén adjuk hozzá, és enyhe tűzön 25-40 percig főzzük, közben néhányszor óvatosan megkeverjük.

A gyalult mandulát olaj nélkül, röviden aranybarnára pirítjuk egy kisebb serpenyőben. A cukkínit a maradék olajon megpirítjuk, sózzuk, borsozzuk. 10 perc múlva a datolyával, zöldborsóval, paprikával, paradicsommal a serpenyőben főző paellához keverjük, együtt átforrósítjuk. Sóval, borssal, csillaghánizzsal, citromlével fűszerezzük. A serpenyőben tesszük asztalra.

Spanyol omlett (Tortilla española)

Hozzávalók: *3 nagy rózsaburgonya, 2 nagy lilahagyma, 1 evőkanál olívaolaj, 5 tojás, só.*

A megtisztított burgonyát és hagymát kockákra vágjuk, a tojást felverjük. Az olajat középnagyságú serpenyőben felhevítjük, beletesszük a burgonyát, majd néhány perc múlva a hagymát, megsózzuk s lefödve, meg-megkeverve, közepes lángon tizenöt percig pároljuk. Vigyázzunk, nehogy a hagyma megpiruljon, mert akkor megkeseredik.

Amikor a burgonya megpuhult, leöntjük róla a felesleges olajat, hozzáadjuk a felvert tojást és jól elkeverjük. A serpenyőt megrázzuk, hogy ne tapadjon a falához az omlett, s addig sütjük lassú tűzön, amíg el nem válik a serpenyő falától. A serpenyő fölé tányért teszünk, gyors mozdulattal beleborítjuk a tortillát, megfordítva visszacsúsztatjuk, s még egy percig sütjük, hogy a másik fele is megpiruljon. Tálalhatjuk melegen, hidegen.

Spanyol saláta

Hozzávalók: *1 kis kígyóuborka, 35 dkg burgonya, 1 doboz (kb. 35 dkg) spárgakonzerv, 20 dkg majonéz, 1 evőkanál dijoni mustár, 1 mokkáskanál szárított tárkony, 1 piros húsú paprika, só, bors.*

Az uborkát meghámozzuk, vékony szeletekre vágjuk, megsózzuk és egy órára behűtjük. Megtisztítjuk, és kockára vágjuk a burgonyát, majd feltesszük főni és tíz percig főzzük. Kivesszük, megszárítjuk, lehűtjük. Papírszalvétán leszárítjuk a spárgafejeket. A burgonyát elkeverjük a majonézzel, mustárral, tárkonnyal, sóval, borssal, majd lapos edénybe tesszük, és összekeverjük a zöldségekkel.

Roston sült hal (Besugó)

Hozzávalók: *1 kg dévérkeszeg, 7 evőkanál olaj, 4 gerezd fokhagyma, 2 citrom leve, egy kevés só.*

A megtisztított, megmosott halakat bekenjük olajjal és megsózzuk. A sütőt forróra előmelegítjük, majd a hőmérsékletet csökkentjük, amikor betesszük a halakat. Mindkét oldalán 10-10 percig sütjük. Közben a maradék olajat serpenyőben megmelegítjük, ropogósra pirítjuk benne a felszeletelt fokhagymát. A tűzről levéve összekeverjük a citromlével. A halakat cseréptálra szedjük, leöntjük a mártással és pirított kenyérszeletekkel tálaljuk.

A besugó valódi zamatát akkor nyeri el, ha szabadban, fa- vagy széntüzelésű roston sütjük meg.

Katalán hal

Hozzávalók: *4 nagy szelet tengeri halfilé, 2 nagy fej hagyma, 15 dkg gomba, 3 marinált paprika, 1 csokor snidling, édes-nemes pirospaprika, 2 evőkanál olaj, 4 dl fehérbor, 2 evőkanál vaj.*

A halat hagyjuk felengedni. A hagymát, gombát megtisztítjuk, és vékony karikákra, vagy szeletekre vágjuk. A marinált paprikát csíkokra vágjuk. A snidlinget megmossuk, felaprózzuk. A halszeleteket megszórjuk sóval, borssal, pirospaprikával. A sütőt 200 fokra előmelegítjük.

Nagyobb tűzálló tálat vagy tepsit kikenünk olajjal, rárakjuk a hagymakarikákat, a gombát és a paprikát. Kissé megsózzuk. Ráfektetjük a halszeleteket, megszórjuk a snidlinggel, és meglocsoljuk a borral. A sütőben 20-25 perc alatt megsütjük. Közben megmegszórjuk vajdarabkákkal.

Andalúz csirke

Hozzávalók: *3 evőkanál olaj, 25 dkg csirkemell filé, 2 dl száraz vörös bor vagy víz, 10 dkg füstölt kolbász, 1 mediterrán fűszerkeverék (vagy fűszerezés ízlés szerint), 1 dl tej, esetleg 1 dl tejföl.*

Forró olajon megpirítjuk a csíkokra vágott csirkemellet, majd hozzádobjuk a vékonyan felkarikázott kolbászt. Felöntjük a vörösborral vagy a vízzel, adunk még hozzá 1 dl tejet és a mediterrán fűszerekeveréket. Alaposan összekeverjük, felforraljuk, majd a tüzet mérsékelve 10-15 perc alatt készre főzzük. A tejföllel röviden összeforralva tovább ízesíthetjük.

Spanyol narancskrém

Hozzávalók: *2 narancs, 1 csomag zselatin, 6 dkg kockacukor, 4 tojás, egy kanál citromlé, fél deci száraz fehérbor, csipet fahéj, tejszínhab 1 dl tejszínből, a díszítéshez vágott mandula vagy dió.*

A cukorral ledörzsöljük a narancsot. Jól összekeverjük a zselatint, cukrot, fahéjat, citromlét a tojássárgákkal, majd gőz fölött folyamatosan keverve sűrűre főzzük.

A narancsokat meghámozzuk, gerezdjeire szedjük, a gerezdeket két-három darabra vágva beáztatjuk a borba. Ha a krém kihűlt, hozzákeverjük a beáztatott narancsot (a borral együtt), a tojások kemény habját és végül a tejszínhabot.

Poharakba adagolva behűtjük. Tálalás előtt megszórjuk vágott dióval vagy mandulával.