

Miből készül(t) a kása?

Ma is nagyon elterjedt ételféle a kása, bár a legtöbb ember számára inkább a reggelik nélkülözhetetlen eleme. Pedig még a 19. században is inkább a napi főétkezés egyik alapja volt, ráadásul nem a gyümölcsös változatában: főként hússal vegyesen készítették, böjti napokon persze túróval, gyümölcscsel is lehetett fogyasztani. A kása általában különböző gabonafélék őrlményéből készült tartalmas, sűrű, pépes főétel-féle volt. Nem csak Európában, de a világ minden táján fogyasztják, az éghajlatnak megfelelő gabonafélék lisztjéből, darájából főzve. Sőt olykor a megfőtt pépet, belőle lapokat formázva, ki is sütik, így készül a mostanában nagy népszerűségnek örvendő olasz polenta is.

Magyarországon eleink már biztosan fogyasztották a honfoglalás korában a régészeti adatok alapján, első receptjeink azonban a 16. századból maradtak ránk.

Radvánszky Béla 1893-ban több szakácskönyvtörredéket és rendtartást, étellistát adott közre. Ezek között főként az erdélyi fejedelmi udvar szakácsának receptjei találhatóak meg, de ha összehasonlítjuk más, kora újkori receptekkel, nagy különbséget nem fogunk találni sem a receptek között, sem pedig az izlésvilágban.

Recept

98



Tehénhús rizskásával

Hozzávalók:

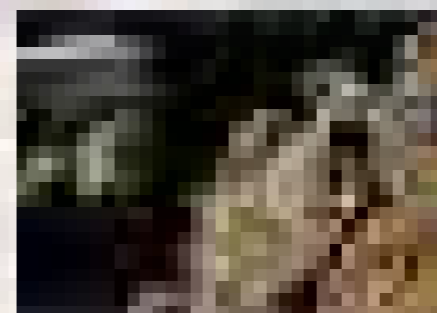
- gyömbér
- szerecsendió-virág
- bors
- kakukkfű
- bazsalikom
- oregánó
- rozmaring
- petrezselyem
- vaj
- 0,5 kg apróra kockázott marhahús
- 1 kg rizs (nagyobb, kerek szemű, rizottóhoz való)

Recept:

A rizst mossuk meg, és főzzük elő. Öntsük le a levét, majd az apróbb darabokra vágott marhahússal együtt tegyük föl főni. (Az első lépést kihagyhatjuk, amennyiben figyelünk rá, hogy a rizst állandóan ellepje a húslé, mivel a marhahús lassan fog megfőni.) Fűszerezük meg, miközben főzzük, szerecsendió-virággal, petrezselyemmel és örölt borssal. A végén gyömbérezzük meg, lehet hozzá tenni egy kis vajat is, hogy ne legyen száraz. Akkor lesz kész, amikor az étel sűrűvé válik, a lé nagy részét elfővi.

Ügyeljünk arra, hogy a végén folyamatosan kavarni kell, hogy az alját ne kapja oda. A fűszerekkel lehet szabadon bánni, a kora újkori recepteknél csak ajánlásokat adnak a szakácsok, így mi gyakran teszünk hozzá oregánót, bazsalikomot, kakukkfűvet vagy rozmaringot is.

Zay Orsolya



Híd a múltba

programunk keretében támogatott kezdeményezések:

Múzeumi, régészeti kiadványok

Régészeti és képzőművészeti kiállítások

Orosz-Magyar Uráli Régészeti Expedíció

Szíriai magyar régészeti misszió

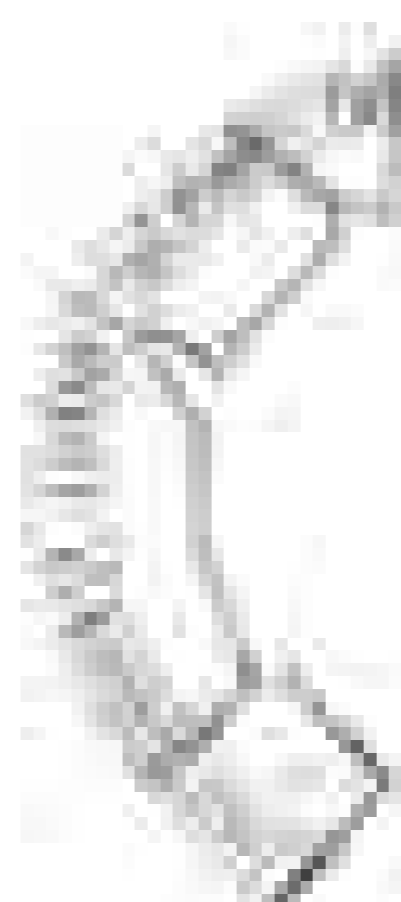
1000 éves sólyi templom

Egyetemi ösztöndíjak

Gyermekprogramok

VICVS TEVTO
ÖRÖKSÉGVÉDELMI ALAPÍTVÁNY

Kérjük, támogasson adójának 1%-val! Adószámunk: 18714784213



A Salisbury Kft. a régészet és műtárgyvédelem terén hazánk egyik legrégebben működő magánvállalkozása.

Országosan akkreditált vállalkozásként a régészeti munkák valamennyi fázisához és az örökségvédelem területeihez kapcsolódva a legkorszerűbb technológia segítségével nyújt szolgáltatásokat.

www.salisbury.hu

