

Kenyér balkáni módra

Egy különleges régészeti lelet világított rá nemrégiben, hogy érdemes a hazai gasztronómiai kutatásokra is figyelmet fordítani. A Tolna megyei Wosinsky Mór Múzeum munkatársai a török korból egy úgynevezett fazékkemencét találtak ugyanis Bonyhád mellett 2007-ben. A nagy méretű fazék belül égett meg, ami arra utal, hogy nem körülötte, hanem benne raktak tüzet. Ez egy olyan sütési technikára utal, ami térben és időben is igen elterjedt volt, és az ember egyik legalapvetőbb ételéhez kapcsolódik: ez pedig nem más, mint a kenyér. A Földközi-tenger nyugati csücskétől Ázsia keleti részéig a mai napig elterjedt, hogy egy kemence falára csapják föl a kenyértésztát, így egy laposabb, de általában kelt tésztából készült, törhető kenyeret kapnak. Ennek vastagsága és formája tájegységtől függ: lehet lapszerű, vékony, de szem alakú vagy akár zöldségekkel, hússal töltött buci is. Ennek a kemencének egy hordozható változata került a Tolna megyei településre 500 éve, valószínűleg a Balkánról érkező délszláv népességgel együtt.



E lelet előkerülése ritka lehetőséget biztosít a kutatók számára, hogy egy étel elkészítéséhez kapcsolódó eljárásokat, írott források nélkül vizsgálni/tesztelni tudjanak, így érdemes volt elkészíteni az edény másolatát, és különféle kenyeret sütni benne. A parázsral felmelegített edény falához az egyik oldalukon megnedvesített kenyeret „felcsaptuk”, így sütöttük meg, míg a kenyeret szép kérget nem kaptak. Végül egy kisebb, fából készült lapáttal nyúltunk alájuk, emeltük le őket az edény faláról. Íme az egyik kenyér, melyet akár sütőben, otthon is elkészíthetünk:

Hozzávalók az előtésztához:

- 3 dkg friss élesztő
- 100 g BL 80 kenyérliszt
- 1 dl meleg víz

Hozzávalók a kenyérhez:

- 500 g BL 80 kenyérliszt
- 4 dl meleg víz
- 2 kávéskanál só

Elkészítés:

Az előtésztához összedolgozzuk az élesztőt, a lisztet és a vizet, majd egy éjszakára állni hagyjuk. Ha nem először sütünk kenyeret, lehet kovászt is használni, ekkor viszont figyelni kell, hogy a hajtogatások és a pihentetések ideje órákkal fog megnövekedni.

Az előző este bekevert előtésztát reggelre szépen elkezd dolgozni, megnövekszik és buborékos lesz. Egy másik tálban összekeverem a többi lisztet, a vizet és a sót, és ezt is állni hagyom kb. 30 percet. Ezt a masszát kinyújtom ujjnyi vastagra, az előtésztát a közepére teszem és belehajtogatom a kinyújtott tésztába. Jó alaposan átgyúrom a tésztát, amíg szép sima felületű halmot nem kapok. Ekkor kb. 30 percet hagyom pihenni letakart edényben, de legalább addig, amíg a duplájára nem nő. A megkelt tésztát hajtogatni kezdem: a gombócot megfogom felül, majd kihúzom és ráhajtom az aljára. Elfordítom 90 fokba és újra megismétlem a hajtást, majd még kétszer fordítok és hajtok. Ekkor újra pihentetem kicsit egy lefedett edényben, lehetőleg szobahőmérsékleten. A tészta újra elkezd dolgozni, megdagad, majd láthatjuk, ahogy buborékos is lesz több helyen. Ekkor már nem nyomom meg nagy erővel, mert a gázbuborékokat megtartjuk, amelyek a folyamat során képződtek. Itt választhatunk: vagy négy egyenlő darabra osztjuk a tésztát és kisebb, lapos kenyeret készítünk, ahogy tehették ezt a fazékkemence oldalára csapva 500 éve, vagy a felosztott és ujjnyira nyújtott tésztába ízlés szerint hússal, zöldséggel feltétet teszünk, majd összehajtogatjuk a tésztát, a széleit jól lenyomkodva. Ekkor érdemes tojássárgájával átkenni a felületet, és sütőpapírral fedett tepsire rakni. 200 °C-ra előmelegített sütőben, alsó-felső sütéssel (ha van, gőzölő funkcióval vagy egy vizes tálka elhelyezésével) süssük, amíg aranybarnára nem pirul a felülete.



Híd a múltba

programunk keretében támogatott kezdeményezések:

Múzeumi, régészeti kiadványok

Régészeti és képzőművészeti kiállítások

Orosz-Magyar Uráli Régészeti Expedíció

Szíriai magyar régészeti misszió

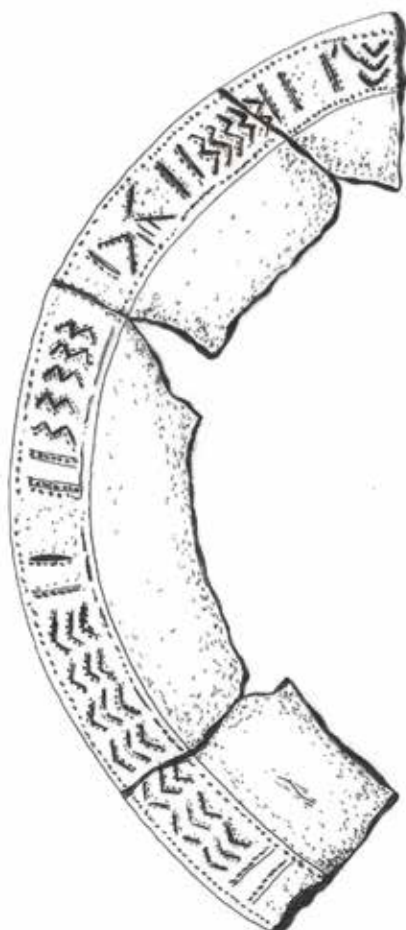
1000 éves sólyi templom

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





Stílus és elegancia
AZ ALFÖLD SZÍVÉBEN

Élje át a 30-as évek
nemesi életének hangulatát

Kóstolja meg bisztró
konyhánk ételremekeit

Tapasztalja meg a végtelen
nyugalmat a Körös partján

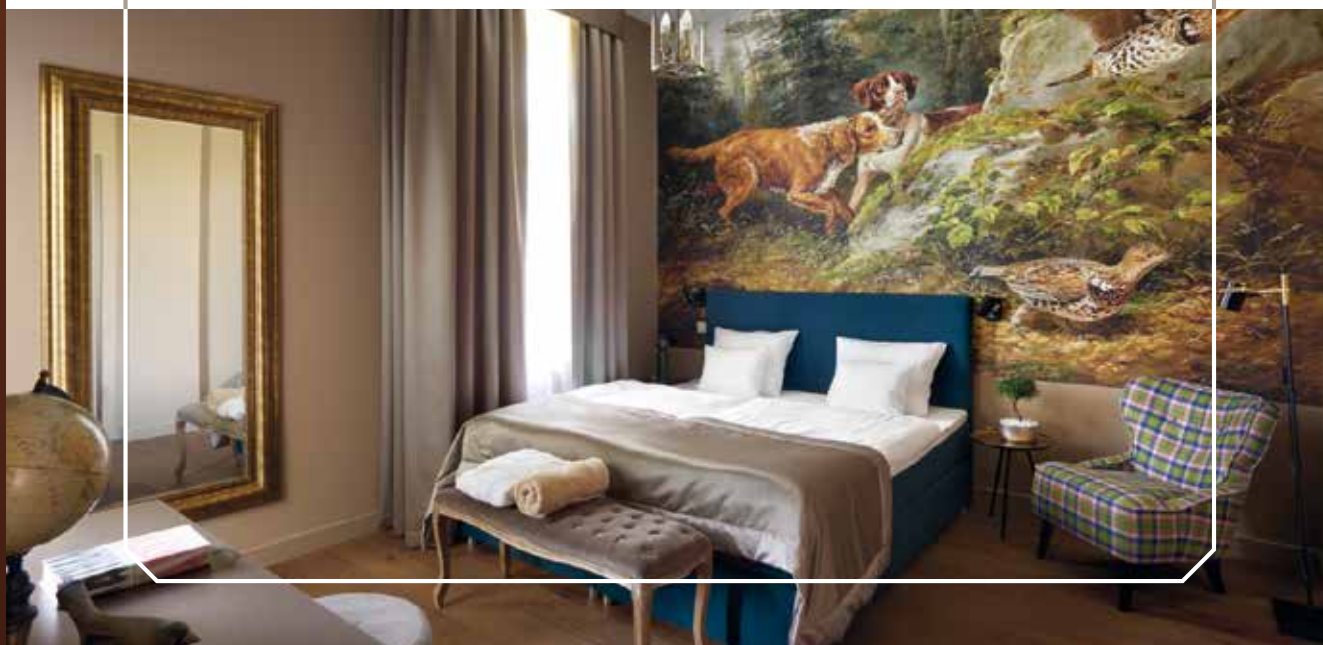


HERCEGASSZONY BIRTOK
WELLNESS & GARDEN

Veled lesz teljes...

5400 Mezőtúr, Hercegasszony útja 1.
Telefon: +36 56 200 166 info@hercegasszony.hu

WWW.HERCEGASSZONY.HU



www://

MORAMUZEUM.HU



MORAMUZEUM

A magazin támogatója



Nemzeti Kulturális Alap



9

772416

307004

2001