



SOROZAT –
A SÉF AJÁNLATA

KÉP –
KAUNITZ TAMÁS

SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA, 21 étterem

Klasszikusok könnyedén

GRILLEZETT LIBAMÁJ LECSÓVAL

Ha nyár, akkor lecsó! Olyan klasszikus ez, amelyet kár túlbonyolítani: zsiradék, hagyma, paprika és paradicsom legyen benne, minden más (arányok, főzési idő, fűszerek) konyhánként változhat. Persze még így is van mit eltanulnunk a szakácsoktól: például a lecsóra nézhetünk köretként is. Egy jó minőségű hús mellé tálalva így ünnepi ebéd lehet belőle:

◆ HOZZÁVALÓK

70 dkg libamáj
5 paprika
4 paradicsom
3 fej vöröshagyma
burgonya
fokhagyma
olívaolaj
fűszerpaprika
só

ELKÉSZÍTÉS

1. A paradicsomot és a paprikát megtisztítjuk, kicsumázzuk, felaprítjuk. Az apróra vágott hagymákat olívaolajban megfonnyasztjuk. Beletesszük a fűszerpaprikát, majd a paradicsomot és a paprikát, felöntjük vízzel vagy húslevessel. Néhány percig főzzük.
2. Ezután a májat megsütjük: fontos, hogy egy nagyon picit rózsaszín maradjon.
3. Tálaláskor a lecsót az edénybe tesszük, erre helyezük a májat. Héjában főtt, reszelt burgonyachips-szel díszíthetjük. ◆



Új ízek

TUNKOLÓS TIGRISRÁK HOMÁRSZÓSSZAL

Nagyobb szupermarketekben vagy a halasnál ma már bármilyen tengeri hozzávalóhoz hozzájuthatunk. Természetesen ebből is a friss az igazi, és ha otthon szeretnénk megidézni a mediterrán konyha nagyszerűségét, fejedelmi lakomát készíthetünk. Ilyen például ez a tigrisrákból készült étel, amely egy pohár borral remek nyárbúcsúztató vacsora lehet.



HOZZÁVALÓK

a homárszószhoz

320 g homártsont
120 g római kömény
120 g vöröshagyma
120 g répa
só, bors
babérlevél

a rákfarkakhoz

80 dkg páncélos tigrisrák farok (fej nélkül)
20 g fokhagyma
8 gerezd citrom
4 dl fehérbor
petrezselyemzöld
só
chili
olívaolaj
vaj

ELKÉSZÍTÉS

1. A homártsontot sütőben megsütjük.
2. Kevés olajon a zöldségeket és fűszereket megpirítjuk, rátesszük a homártsontot, és felengedjük vízzel (vagy halalaplével). Nagyjából fél óra alatt krémes állagúra főzzük.
3. Serpenyőt hevítünk, beleöntjük a forró edénybe az olajat, majd rádobjuk a rákokat, és megpirítjuk. Fokhagymával, chilivel és petrezselyemmel fűszerezzük, ráfacsarjuk a citrom levét.
4. A rákhoz hozzáadjuk a vajat, hozzáöntjük az elkészült homártszószt és fehérbort. Egyszer összeforraljuk, és pirítóssal tálaljuk. ♦