



SOROZAT –
A SÉF AJÁNLATA

KÉP –
KAUNITZ TAMÁS

SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA, 21 étterem

Klasszikusok könnyedén

VARGABÉLES

Az igazán legendás ételek körül mindig viták vannak. Nem tudjuk pontosan, ki sütött először fánkot, melyik nép étele valójában a töltött káposzta, hol készült először vargabéles. Általában több eredetmítosz ütközik ilyenkor, közkedvelt túrós édességünk esetében például Marosvásárhely és Kolozsvár verseng egymással. Tökéletesse és híressé biztosan Mátyás király szülővárosában vált a vargabéles, Darvasné kultikusnak számító vendéglőjében, a II. világháború előtt. A másik vita az ilyen nagy klasszikusok esetében általában az elkészítéssel, fűszerezéssel kapcsolatos. A vargabélesnél például a régi receptekben egyaránt találunk omlós tésztát és réteslapot is... Szerencsére ezeket a kérdéseket nem kell véglegesen eldöntenünk, készíthetjük egyszer így, máskor úgy. Most például az ÉS Bisztró séfjének útmutatása nyomán:

◆ Hozzávalók:

260 g túró, 5 tojás, 1,5 g citromhéj, 6 g vaníliás cukor,
13 g cérumetél, 25 g cukor, réteslap

Elkészítés:

1. Keverjük össze a túrót a tojássárgájával, a citromhéjjal és a vaníliás cukorral.
2. Főzzük meg a cérumetétet és keverjük hozzá a túrós masszához!
3. Verjük fel cukrot a tojásfehérjével, amíg habos állagú nem lesz, majd ezt óvatosan adjuk hozzá a túrós-tésztás keverékhez.
4. Kenjük meg vajjal a réteslapot, öntsük rá a túrós masszát.
5. Sütőben 180 fokon 17–18 perc alatt elkészül. ◆



Új ízek

GRILLEZETT KECSKESAJT SALÁTA

Közhely, és ezért elcsépeltsége ellenére mégiscsak igaz, hogy az új évben érdemes újítani – például az étkezés terén. A december végi nagy lakomák után nem nehéz kicsit visszavenni a tempóból. Ilyenkor egy jó salátarecept aranyat érhet, hiszen bebizonyítja, hogy a zöldek nem csak nyulaknak valók, hogy egy gyorsan elkészülő étel is lehet zamatos, tápláló és egészséges, és persze egy jóízű saláta lelkesedésünket is fenntartja. A Spíler ezt ajánlja:

◆ Hozzávalók:

400 g grillezhető kecskesajt, 100 g dióbél, 100 g kaliforniai paprika, 100 g koktélpaprika, 100 g színes lollo rosso saláta, 50 g madársaláta, 100 g színes tölgysaláta, 30 g rukkola, 0,5 dl méz, 4 db tojás, 2 g frissen tört bors, 200 g citrom, 0,05 dl olívaolaj

Elkészítés:

1. A salátákat megmossuk, lecsöpögtetjük.
2. A mézből, olívaolajból és a citrom levéből dresszinet készítünk.

3. A diót 150 fokban szárítjuk és utána lereszeljük.
4. A tojásokat lágyra főzzük: forrásban lévő vízbe rakjuk 5 perc 40 másodpercig, majd jeges vízbe rakjuk. Hagyjuk kihűlni, ezután óvatosan megpucoljuk.
5. A kaliforniai paprikát forró serpenyőben egy picit olívaolajon hirtelen megsütjük. Ugyanezt tesszük a kecskesajt mindkét oldalával is.
6. A salátákat összekeverjük a dresszinnel, erre ráhelyezzük a grillezett kaliforniai paprikát és dióval megszórjuk.
7. A tojásokat felvágjuk, és a tányérra rakjuk.
8. A kecskesajtot a tetejére rakjuk. ◆

