



SVÁB RECEPTEK

Kaporszósz, Kapormártás (Kopersoß)

5 dkg zsír, 3 ek liszt, 1 csomó kapor, só, tej.

A kaprot apróra vágom. Egy világos rántást készítek, hozzáadom a kaprot és rövid ideig együtt pirítom. Feltöltöm a folyadékkal (fele tej, fele víz), simára keverem, sóval ízesítem és 5 percen át főzöm. Főtt leveshúshoz tálalom.

Böjtös káposzta (Fastekraut)

1 kg savanyúkáposzta, 1 hagyma, 1 dl tejföl, 1 ek liszt.

Az apróra vágott hagymát és a savanyúkáposztát annyi vízben teszem fel főni, hogy teljesen ellepje. A lisztet simára keverem a tejföllel és ezzel sűríttem be a főzőlevét, majd újra felforralom. Általában kenyérrel eszik, de lehet tálalni babcsuszpájzzal is.

Babpörkölt (Bohnepiarkit)

30 dkg bab, 6 dkg zsír, 3 fej hagyma, 1 gerezd fokhagyma, só, 1 paprika, pirospaprika.

A beáztatott babot sós vízben puhára főzöm. Az apróra vágott hagymát üvegesre párolom, belekeverem a paprikát, kevés vízzel felöntöm, hozzáadom a karikákra vágott paprikát, a zúzott fokhagymát és sózom. Addig főzöm, míg a hagyma megpuhul. Utána hozzáadom a főtt babot, jól elkeverem és felforralom. Kenyérrel tálalva főétel. Kiválóan alkalmas húсок mellé köretnek.

Zsíroskenyér (Schmalzbrot)

Tipikus sváb eledel a zsíros kenyér (Schmalzbrot). Ez tulajdonképpen két olcsó és egyszerű ételnek a házassága. Házi disznózsírt (a sült hús zsírja még jobb) és házi sütésű kenyeret használnak hozzá. A felületét házipaprikával szórják meg. A tolnai, baranyai svábok természetesen bort isznak hozzá.

Disznótoros töltött káposzta (magyarországi sváb recept)

1 kg kolbász, 25 dkg rizs, 1 kg savanyú káposzta, 2 hagyma, (18-20 savanyított káposztalevél), 2 babérlevél, 15-20 szem egész bors, 1+1 ek zsír, 1 ek liszt, 2 kk só, 2-3 gerezd fokhagyma, 1 pohár tejföl.

A savanyúkáposztát kimosom és egy nagy fazékba teszem. A rizst puhára főzöm és lecsepegtetem (használhatok gyors rizst is). A hagymát finomra vágom és egy kanálnyi zsíron üvegesre dinsztelem. Összegyúrom a húsmasszát, a rizst, a párolt hagymát és vizes kézzel gyerekkölnagyságú gombócokat formálok. A gombócokat beágyazom a káposzta közé és felöntöm mintegy 6 deci vízzel. Beleteszem a babérlevelet és a borsot és lefedve, lassú tűzön mintegy 2 órán keresztül főzöm. A végén kiszedem a gombócokat és berántom a zsírból, lisztből és finomra vágott fokhagymából készült rántással. Visszateszem a gombócokat és még egyszer összeforralom. Tejföllel és puha kenyérrel forrón tálalom.





Svártli 1.

4 kg bőrke, 2 kg kolbász, 12 dkg fokhagyma, paprika, só, bors.

A bőrket abalében puhára főzöm, majd felét közepes tárcsán ledarálom, a másik felét pedig csíkokra vágom. Összekeverem a bőrkéket, a kolbászhúst, a zúzott fokhagymát és a fűszereket. Tisztított gyomorba, vagy hólyagba töltöm, végeit elkötöm, majd több helyen megszurkálom. 80 fokos vízben kb. két órán át főzöm, onnét kivéve nehezekek között lepréselem. Másnap füstre teszem 4-5 napra. Csodálatos eledel.

Hagymás zsíroskenyér

Még jobb a zsíroskenyér, ha a zsírral megkent kenyérre hajszálvékony hagymakarikákat fektetünk.

Sült oldalas (Rippenfleisch)

1,5-2 kg oldalas, 2 hagyma, 8-10 gerezd fokhagyma, zsír, köménymag, só.

Az oldalast a böllérel szép darabokra (8-10 cm x 6-7 cm) vágatom. A húsokat besózom és egy nagyobb lábasba teszem, fél liter vizet és egy jó fanálynai zsírt teszek alá, majd hozzáteszem a félbevágott hagymákat és a tisztított fokhagymagerezdeket. Először fedő alatt, majd kb fél óra után még kb 40 percig fedő nélkül kis lángon sütöm.

Illik hozzá a főtt burgonya, ecetes paprika, ecetes uborka és mindenek előtt a puha kenyér.

Krumplis kolbász (Grombierwuersch)

2/3 rész darálthús, 1/3 rész főtt krumpli, fűszerezés a rendes kolbásznál leírtak szerint.

A főt krumplit átnyomom, majd összekeverem a kolbászhússal és a fűszerekkel. Jól összedolgozom és kolbászbélbe töltöm. Ugyanúgy kezelem, mint a rendes kolbászt.

Káposztás kolbász (Krautwuersch)

2/3 rész darálthús, 1/3 rész káposzta, zsír, fűszerezés a rendes kolbásznál leírtak szerint.

A káposztát lereszelem, besózom és egy órán át állni hagyom. A levét kinyomkodom és zsírban megpárolom. A hozzávalókat jól összedolgozom és kolbászbélbe töltöm. Ugyanúgy kezelem, mint a rendes kolbászt.

Káposztasaláta (Krautsalat)

1 kg káposzta, só, ecet, cukor és bors.

A finomra gyalult káposztát besózom és kb. 1 óra múlva kinyomkodom. Az ecetet vízzel felhígítom, és kevés cukorral ízesítem. A káposztát leöntöm ezzel a salátalével, jól elkeverem és megszórom törött borssal.





Sváb becsinált leves

Hozzávalók (4 személyre):

2 csirkeaprólék
30 dkg leveszöldség
1 cs. petrezselyem zöld
kisebb hagyma
(nyáron) 1 db paprika
1 db paradicsom
(télen) 1 kanál lecsó
6-8 szem egész bors
só ízlés szerint

A hozzávalókat puhára főzzük, majd híg pirospaprikás petrezselyem zöldjével gazdagított rántással berántjuk. Levesbetét: 2 db zsemlet megáztatunk, kinyomjuk, ízesítjük sóval, törött borssal, petrezselyem zöldjével és 2 egész tojással jól összedolgozzuk. Lapos pogácsa formákat készítünk belőle, és bő forró olajban szép pirosra kisütjük.

Ha a leves a rántással felforrt, a pogácsákat is beletesszük és ezzel is felforraljuk.

Sváb paprikás leves

A tyúk vagy kakas aprólékból a legfinomabb. Készítünk egy pörkölt alapot, rátesszük a húst. Hosszú lére engedjük, majd bezöldségeljük (25 dkg sárgarépa, 25 dkg fehérrépa), ízesítjük pár szem egész borssal és sóval. Puhára főzzük. Kiszedjük a húst és a zöldséget, a levest pedig leszűrjük. 2 dl tejfölt keverünk a leszűrt lére, majd a húst és a zöldséget visszatesszük. levesbetétként galuskát készítünk (mint a pörkölthöz) és avval tálaljuk.

Sváb káposzta

Savanyú káposztát, házi füstölt szalonnát, házi füstölt kolbászt teszék lábasba, vízzel felöntöm és megfőzöm. Ameddig fő a fenti anyag, a következő gombócot készítem el: a kenyérkockákat zsírban megpirítom. Nokedli tésztát készítek, melybe beledolgozom a ropogós kenyérkockát (sóval természetesen ízesítem). Kanálal gombócokat szaggatok a lobogó vízbe a fenti tésztából. Kifőzöm, leszűröm és félreteszem. Mikor a káposzta elkészül, a szalonnát, a kolbászt felaprítom és annyit szedek ki a tányérba, amit gondolok, hogy elfogyasztunk, a káposztát lecsurgatom, szintén a tányérra teszem, a feldarabolt gombócokat hozzáteszem, összekeverem és fogyasztható.

Hagymaleves

A hagymát megpirítom, (felaprított) paprikát szórok rá, sóval ízesítem és vízzel felfőzöm. Szintén a fenti gombócokat szeletelem a levesbe.





Zelleres krumplisaláta

A burgonyát héjában megfőzzük, meghámozzuk, majd hidegen karikákra vágjuk. Közben megtisztítunk egy nagyobb fej zellert, kis darabokra szeljük. Egy nagy fej hagymát felszeletelünk □ ízlés szerint lehet több is □ olajban egy kicsit megfuttatjuk, majd beletesszük a felaprított zellert és vízzel feltöltve, megsózva puhára pároljuk. Amikor puha kis cukorral, ecettel ízlés szerint ízesítjük és az egészet még forrón a tálban lévő burgonyára öntjük. Óvatosan átforgatjuk. Sült hús mellé, de önmagában is fogyasztható, igazán akkor jó, amikor már az ízek összeértek.

Sváb szalonnás káposzta kelt gombóccal

Hozzávalók (4 személyre):

75 dkg savanyú káposzta
25 dkg füstölt, húsos szalonna /kolozsvári/
1 közepes fej hagyma
zsír
só

A gombócokhoz:

2,5 dl tej
020-25 dkg liszt
1 teáskanál zsír
2 dkg élesztő /vagy 1 kávéskanál szárított élesztő/
csipet só

A szalonnát szeletekre, majd nagyobb kockákra daraboljuk.

Egy kb. 3-4 literes lábosban a zsírt kiolvasztjuk, rádobjuk a felaprított hagymát, üvegesre pároljuk, sőt egy picit meg is pirulhat. A savanyú káposztát alaposan kimossuk /a szalonnában is bőven van só/, majd ezt is rádobjuk, együtt pároljuk pár percig, majd annyi vízzel öntjük fel, amennyi éppen ellepi. Felforraljuk, és lassan főzzük, amíg a káposzta megpuhul.

Közben elkészítjük a kelttészát. Az élesztőt langyos tejben feloldjuk, felfuttatjuk, kevés liszttel kovászt készítünk. Ezután összekeverjük a többi tejjel és liszttel, hozzáadjuk a zsírt is. Jól kidolgozzuk, a cipót kb. 20 percig pihentetjük, majd hüvelykujjnyi vastagságúra lapogatjuk, és fánkszagatóval 10-12 db kicsi gombócokat szaggatunk. Jól meggyúrva ezeket a mini cipókat lisztezett deszkán, letakarva, legalább 30 percig meleg helyen pihentetjük.

Ez idő alatt a káposzta is elkészül. Egy fedővel letakarva a levét átszűrjük teflonos vagy öntöttvas lábosba, még egy jó evőkanálnyi zsírt és kb. 1 mokkáskanál sót beleszórva felforraljuk. Legalább egy ujjnyi víz legyen a lábosban, különben túl korán elpárolog a lé, mielőtt a gombócok megfőnének. Lángelosztót feltétlenül tegyünk alá!

Amikor forr a lé, óvatosan belerakjuk a gombócokat, fedővel letakarva 50-60 percig lassan pároljuk. Akkor jó, amikor a víz elfőtt, és a tészta zsírára sült, finom kopogós-ropogós alja lesz. Ekkor a káposztát rátesszük, és sós vízben főtt krumplival tálaljuk





Ledni Laci receptára

Ahogy én készíteném

Sajtos galuska hagymával

Hozzávalók (4 személyre):

- 50 dkg liszt
- 5 db tojás
- kb. 2,5 dl ásványvíz
- 2 db nagyobb fej vöröshagyma
- 30 dkg reszelt sajt
- 5 dkg vaj

frissen őrölt fehér bors

só

A lisztet egy tálba szitáljuk, hozzáadjuk a tojásokat, majd apránként annyi ásványvizet, hogy a tészta vastagon folyó, nyúlós legyen. Csipetnyi sóval ízesítjük, majd addig keverjük, míg a felületén hólyagok keletkeznek. A vöröshagymát meghámozzuk, karikákra szeljük. A sütőt előmelegítjük 200 fokra.

Egy fazékban bő, sós vizet forralunk. A tésztát galuskaszaggatóval több adagban a gyöngyözve forró vízbe szaggatjuk. Amikor egy adag galuska feljön a víz színére, egy szűrőkanállal kiszedjük, majd a sütőformába tesszük.

A galuskára kevés sajtot és borsot szórunk, majd újabb adag galuska következik. Addig folytatjuk a rétegezést, míg a tészta el nem fogy. Az utolsó galuskarétegre sajtot szórunk, és meglocsoljuk 2-3 evőkanál főzőlével. Az egészet az előmelegített sütő közepére toljuk, hogy átmelegedjen.

Egy serpenyőben felforrósítjuk a vajat, és lassú tűzön megpároljuk benne a karikákra szelt vöröshagymát. A galuskát kivesszük a sütőből, és a tetejére halmozzuk a hagymakarikákat.

Díszítésként szórhatunk rá finomra vágott metélőhagymát is.

Apácafánk

Hozzávalók (kb. 20 darabhoz):

- 3 evőkanál vaj
- 2 evőkanál cukor
- 10 dkg liszt
- 2 db tojás
- fél csomag sütőpor
- só
- 75 dkg zsír vagy olaj a sütéshez
- porcukor

Egy fazékban elkeverjük a vajat csipetnyi sóval, a cukorral meg 1,2 dl vízzel és felforraljuk.

Lehúzzuk a tűzről, hozzáadjuk a lisztet, és fakanállal jól elkeverjük. A fazekat visszatesszük a tűzre, és a tésztát lassú tűzön addig keverjük, míg a fazék alján fehér réteg nem képződik.

A fazekat félrehúzzuk és egymás után a tésztához keverjük a tojásokat. Hozzáadjuk, és jól elkeverjük benne a sütőport, majd hagyjuk kihűlni.

Egy olajsütőben vagy egy magasabb fazékban felforrósítjuk a zsiradékot. Akkor elég forró, ha a belemártott fakanál körül gyöngyözni kezd. A tésztából egy teáskanállal kisebb gombócokat szaggatunk, és a forró zsiradékban aranyárgára sütjük őket. A megsült fánkokat egy szűrőkanállal kiszedjük a forró zsiradékból és papír törülközőre helyezve lecsepegtetjük. Porcukorral meghintve, forrón tálaljuk. A tetejét megszórhatjuk porcukorral. Tejszínhabbal is nagyon finom!

