

*[www.maxkonyhaja.blogspot.hu](http://www.maxkonyhaja.blogspot.hu)  
[www.tanuljmegsutni.blogspot.hu](http://www.tanuljmegsutni.blogspot.hu)*



2013

*B      Ú      É      K*


**Hozzávalók:**

- 30 dkg félkemény sajt (trappista, gouda, edami, stb.)
- 6-7 tojásfehérje
- egy csipet só
- zsemlemorzsza vagy kukorica pehely (darálva) a panírozáshoz
- olaj a sütéséhez

**Elkészítés:**

A sajtot reszeljük vagy daráljuk le egy késes aprítóban. A lényeg az, hogy jó kis morzsát kapjunk. A tojásfehérjéket kevéske sóval verjük fel kemény habbá. Óvatosan forgassuk bele, több részletben a reszelt sajtot és ha használunk ízesítőt, azt is. Keverjük alaposan össze. Egy kisebb edényben melegítjük meg a sütéshez szánt olajat. Nem kell nagy edény, és sok olaj sem kell, mert viszonylag gyorsan sült. Ajánlom inkább a kis átmérőjű, mélyebb láboskát a sütéséhez.

A morzsát egy lapos tálkába terítsük el, és két teáskanállal szaggassunk belőle galuskákat, és azt forgassuk bele óvatosan a morzsába. Tegyük 4-5 golyócskát a forró olajba, de figyeljünk arra, hogy meg fog nőni, ezért ne rakjuk tele az edényt. Forgassuk sütés közben, és süssük szép pirosra. Szűrőkanállal tegyük papírtörlőre, itassuk le a felesleges olajat. Melegen tálaljuk.

Megmaradt tojásfehérje és száradó félkemény sajt az ünnepi maradékok között. Ízesíthetjük bármi olyannal, ami a sajthoz illik, lehet reszelt sonka, zöldséfszerek.

| Hétfő                  | Kedd                   | Szerda                 | Csütörtök                 | Péntek               | Szombat              | Vasárnap                  |
|------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------|---------------------------|
|                        | 1<br>ÚJÉV<br>Fruzsina  | 2<br>Ábel              | 3<br>Genovéva<br>Benjámin | 4<br>Titusz<br>Leona | 5<br>Simon           | 6<br>Boldizsár            |
| 7<br>Attila<br>Ramóna  | 8<br>Gyöngyvér         | 9<br>Marcell           | 10<br>Melánia             | 11<br>Ágota          | 12<br>Ernő           | 13<br>Veronika            |
| 14<br>Bódog            | 15<br>Lóránt<br>Loránd | 16<br>Gusztáv          | 17<br>Antal<br>Antónia    | 18<br>Piroska        | 19<br>Sára<br>Márió  | 20<br>Fábián<br>Sebestyén |
| 21<br>Ágnes            | 22<br>Vince<br>Artúr   | 23<br>Zelma<br>Rajmund | 24<br>Timót               | 25<br>Pál            | 26<br>Vanda<br>Paula | 27<br>Angelika            |
| 28<br>Károly<br>Karola | 29<br>Adél             | 30<br>Martina<br>Gerda | 31<br>Marcella            |                      |                      |                           |

# Január



*A fumu feldíszített, baba alakú kalács. A keresztszülők ajándékba vitték a paszitára; néha elérte a méteres nagyságot is. Az olyan anyának, akinek leánya született, feltűnő fiú fumut vittek, egy fiú minden ismertetőjével. Azt mondták: „Komaasszony, a lányodnak hoztunk egy fiút.”*

#### Hozzávalók 12 db-hoz:

- 60 dkg kenyérliszt (vagy 20 dkg rétes és 40 dkg sima liszt keverékéből)
- 10 dkg vaj vagy zsír
- 6 dkg cukor (ha semleges tésztát készítünk, akkor csak 2 dkg cukrot tegyünk bele)
- 3 dkg friss élesztő
- 2 egész tojás
- 1 dkg só (ha semleges tésztát akarunk, akkor 2 dkg legyen)
- 2 dl langyos tej
- **Kenéshez:** egy egész tojás, felverve

#### Elkészítés:

A langyos tejben egy kanál cukorral futtassuk meg egy kicsit az élesztőt. Szitáljuk át a lisztet, adjuk hozzá a sót, a tojást, a maradék cukrot és a felfuttatott, gyors kovászt és dagasszunk belőle lágy tésztát. Tegyük egy liszttel vékonyan meghintett tálba, és letakarva hagyjuk a duplájára kelni. Borítsuk a megkelt tésztát egy gyengén lisztezett nyújtólappal, és osszuk 12 egyforma részre. A tészta darabokat formázzuk gombóc alakúra, és egyesével sodorjuk ki, ujjnyi vastagra. Formázzuk meg a babákat úgy, hogy a rudat középen megfogjuk, a két lelógó szárát pedig csavarjuk össze, majd így tegyük le egy sütőpapírral bélelt tepsire. Formázzuk meg mind a 12 darabot, tegyük két tepsire, és takarjuk le, langyos helyen kelesszük ismét a duplájára. Melegítsük elő a sütőt 200 °C-ra, a tojást verjük fel egy kicsit egy villával, és kenjük le a kalácsok tetejét. Meleg sütőben süssük szép pirosra, de figyeljünk, nehogy megégjen a teteje.

| Hétfő                     | Kedd                 | Szerda                | Csütörtök                | Péntek                  | Szombat                 | Vasárnap     |
|---------------------------|----------------------|-----------------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------|
|                           |                      |                       |                          | 1<br>Ignác              | 2<br>Karolina<br>Alíz   | 3<br>Balázs  |
| 4<br>Ráhel<br>Csenge      | 5<br>Ágota<br>Ingrid | 6<br>Dorottya<br>Dóra | 7<br>Tódor<br>Rómeó      | 8<br>Aranka             | 9<br>Abigél<br>Alex     | 10<br>Elvira |
| 11<br>Bertold<br>Marietta | 12<br>Livia<br>Lidia | 13<br>Ella<br>Linda   | 14<br>Bálint<br>Valentin | 15<br>Kolos<br>Georgina | 16<br>Julianna<br>Lilla | 17<br>Donát  |
| 18<br>Bernadett           | 19<br>Zsuzsanna      | 20<br>Aladár<br>Álmos | 21<br>Eleonóra           | 22<br>Gerzson           | 23<br>Alfréd            | 24<br>Mátyás |
| 25<br>Géza                | 26<br>Edina          | 27<br>Ákos<br>Bátor   | 28<br>Elemér             |                         |                         |              |

# Február



**Hozzávalók, 2 db ~ 60 dkg-s rúdhoz:**

- 50 dkg sima liszt
- 10 dkg rétes liszt
- 2 egész tojás
- 2 dl tej
- 10 dkg vaj
- 10 dkg (por) cukor
- 3 dkg friss élesztő
- 1 teáskanálnyi só

- 1 evőkanál vanília kivonat vagy egy tasak vaníliás cukor
- 10 dkg (ét) csokoládé

**Kalácsfény:**

- 1 evőkanál cukor
- 1 evőkanál víz

Alapja az olcsó brióshoz használt, egyszerű kalács tészta, pici igazítással. Ehhez a kalácshoz nem kell a puha, foszlós tészta, inkább egy kicsit tömörebb kell.

**Elkészítés:**

A tejben keverjük el egy teáskanálnyi porcukrot, és morzsoljuk bele az élesztőt. Hagyjuk egy kicsit dolgozni, addig szitáljuk át a liszteket, és keverjük bele a sőt. Dolgozzuk össze a liszteket, a tojásokat, a vajat és az élesztős tejet. Dagassunk belőle puha, rugalmas tésztát. A csokoládét vágjuk darabokra (ha lencsét vagy pelyhet használunk, azt nem kell), de nem kell túl apróra. Gyúrjuk bele a tésztába, majd tegyük egy vékonyan kiolajozott tálba, és letakarva hagyjuk kelni a duplájára (50-60 perc).

Tegyük a megkelt tésztát gyengén lisztezett nyújtólapra, és vegyük ketté. Finoman gyúrjuk át, majd formázzuk meg henger alakúra. Két hasábformát béleljünk ki sütőpapírral, és abba tegyük bele. Letakarva hagyjuk kelni 40-50 percet. Közben melegítsük elő a sütőt 200 °C-ra, és tegyük az aljába egy hőálló tálkába forró vizet.

| Hétfő         | Kedd              | Szerda              | Csütörtök         | Péntek          | Szombat            | Vasárnap          |
|---------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------------|--------------------|-------------------|
|               |                   |                     |                   | 1               | 2                  | 3                 |
|               |                   |                     |                   | Albin           | Lujza              | Kornélia          |
| 4             | 5                 | 6                   | 7                 | 8               | 9                  | 10                |
| Kázmér        | Adorján<br>Adrián | Leonóra<br>Inez     | Tamás             | Zoltán          | Franciska<br>Fanni | Ildikó            |
| 11            | 12                | 13                  | 14                | 15              | 16                 | 17                |
| Szilárd       | Gergely           | Krisztián<br>Ajtony | Matild            | Kristóf         | Henrietta          | Gertrúd<br>Patrik |
| 18            | 19                | 20                  | 21                | 22              | 23                 | 24                |
| Sándor<br>Ede | József<br>Bánk    | Klaudia             | Benedek           | Beáta<br>Izolda | Emőke              | Gábor<br>Karina   |
| 25            | 26                | 27                  | 28                | 29              | 30                 | 31                |
| Irén<br>Írisz | Emánuel           | Hajnalka            | Gedeon<br>Johanna | Augusztá        | Zalán              | Árpád             |

# Március



*Sütés után pár percet hagyjuk a sütőlapon, majd szedjük rácsra, és azon hagyjuk kihűlni. A csokoládét temperáljuk (olvasszuk), és abba mártsuk a karikákat, majd tegyük sütőpapírra, és hagyjuk megszilárdulni. Süteményes dobozban (állítólag, de ez csak legenda) hetekig eláll.*

**Hozzávalók:**

- 25 dkg sima liszt
- 10 dkg rétesliszt (lehet ez is sima liszt)
- 5 dkg kukoricaliszt
- 25 dkg sótlan, fagyos vaj
- 20 dkg porcukor
- 1 teáskanálnyi vanília kivonat, vagy vaníliás cukor
- 2 M-s tojás (52-63 g közötti)
- 1 teáskanál sütőpor
- 1 csipet (citromos) só

**Csoki talphoz:**

~ 15-20 dkg étcsokoládé (sok függ attól, milyen vastagon szeretnénk a csoki réteget)

**Elkészítés:**

Omlós linzer tésztát készítünk. A lisztet átiszítom a sütőporral és a sóval. Késes aprítóbba teszem a liszt felét és a cukrot. Aprítás közben hozzáadom a hideg vajat, és morzsásra darálom. A maradék lisztet egy keverőtálba öntöm, hozzáadom a vaj morzsát. Beleütöm a két tojást és gyors mozdulatokkal összegyúrom. Háztartási fóliába csomagolom, és hideg helyre teszem legalább 30-40 percre.

**Tipp és trükk:** a pihentetésre azért van szükség, hogy a lisztben lévő sikér szálak meg tudjanak nyúlni és duzzadni. Minél jobban pihentetett a tészta, annál jobb az állaga. Hűvös helyen (nem hideg) akár egy éjszakát is pihenhet.

Vegyünk elő egy rész tésztát, és gyengén lisztezett nyújtólapon nyújtjuk ki ½-1 cm vastagra. Lisztbe mártott linzerformával szaggassuk ki. Tegyük sütőpapírral bélelt tepsire, és 180-190°C-ra melegített sütőben, 10-12 perc alatt süssük meg.

| Hétfő             | Kedd             | Szerda          | Csütörtök        | Péntek | Szombat           | Vasárnap |
|-------------------|------------------|-----------------|------------------|--------|-------------------|----------|
| 1                 | 2                | 3               | 4                | 5      | 6                 | 7        |
| Hugó              | Áron             | Buda<br>Richárd | Izidor           | Vince  | Vilmos<br>Bíborka | Herman   |
| 8                 | 9                | 10              | 11               | 12     | 13                | 14       |
| Dénes             | Erhard           | Zsolt           | Leó<br>Szaniszló | Gyula  | Ida               | Tibor    |
| 15                | 16               | 17              | 18               | 19     | 20                | 21       |
| Anasztázia<br>Tas | Csongor          | Rudolf          | Andrea<br>Ilma   | Emma   | Tivadar           | Konrád   |
| 22                | 23               | 24              | 25               | 26     | 27                | 28       |
| Csilla<br>Noémi   | Béla             | György          | Márk             | Ervin  | Zita<br>Mariann   | Valéria  |
| 29                | 30               |                 |                  |        |                   |          |
| Kata<br>Péter     | Katalin<br>Kitti |                 |                  |        |                   |          |

# Április



Hozzávalók 12 darabhoz

**Tészta:**

- 5 dkg narancsos cukor
- 10 dkg porrá őrölt barna cukor
- 10 dkg nyírfacukor
- 3 egész tojás
- 1 csipet (citromos) só
- 14 dkg sóltan vaj
- 1,5 dl tej
- 10 dkg világos rozsliszt
- 15 dkg sima liszt
- 1 teáskanál sütőpor

- 2 evőkanálnyi vanília kivonat, vagy vanília-sukor
- 1 teáskanálnyi kandírozott narancshéj

**Krém:**

- 2 dl vérnarancslé
- 1 evőkanál barnacukor
- 1-2 evőkanál narancslikőr
- 2 tasak (24 g) szintelen tortazselé

**Bevonat:**

- 15 dkg étcsokoládé
- díszítéshez kandírozott narancskocka

*Az idei Segítségjótékonysági licitre készített süteményem. A Segítségjótékonysági licitáláshoz, a támogatottakról és a támogatási lehetőségről a [segitsuti.hu](http://segitsuti.hu) oldalon olvashatsz.*

**Elkészítés:**

A vajat megolvasztom, és utána hagyom langyosra hűlni. A tojásokat szétválasztom, a fehérjét a sóval és a cukor felével kemény habbá verem. A sárgáját a maradék cukorral és a vanília kivonattal kihabosítom. Hozzáadom a tejet és az apróra vágott kandírozott narancshéjat, majd a fehérjehabot. A lisztet átszitálom és belekeverem a sütőport, majd a habos tojáshoz keverem óvatosan. Keverés közben belecsorgatom az olvasztott vajat. Egy 20x30 cm-es tepsit kivajazok és lisztezek, ebbe simítom bele a tésztát.

Előmelegített sütőben 180 °C-on sütöm 10 percet, majd visszaveszem 160 °C-ra, és azon még sütöm 20 percet. Melegen egy rácslal fordítom, és így ki is csúszik szépen a tepsiből. Míg kihűl a tészta, elkészítem a zselét.

A narancslevet kikeverem a cukorral, a zselével és a likőrrel, majd kis lángon felmelegítem, de nem forralom! Folyamatosan keverve besűríttem, majd félreteszem, hogy langyosra hűljön. A tésztából 6 cm-es kiszűrővel kivágom a tortácskákat, amit közben egy éles késsel kettévágok. Ide kanalazok a zseléből, és úgy teszem rá a tetejét. A csokoládét megolvasztom, és egy kanál segítségével a tortácskák tetejét bevonom úgy, hogy egy kicsit lefolyjon oldalt is. Mielőtt megdermed, a tetejét kandírozott narancshéjjal dekorálom.

| Hétfő            | Kedd           | Szerda           | Csütörtök        | Péntek          | Szombat           | Vasárnap        |
|------------------|----------------|------------------|------------------|-----------------|-------------------|-----------------|
|                  |                | 1                | 2                | 3               | 4                 | 5               |
|                  |                | Fülöp<br>Jakab   | Zsigmond         | Tímea<br>Irma   | Mónika<br>Flórián | Györgyi         |
| 6                | 7              | 8                | 9                | 10              | 11                | 12              |
| Ivett<br>Frida   | Gizella        | Mihály           | Gergely          | Ármin<br>Pálma  | Ferenc            | Pongrácz        |
| 13               | 14             | 15               | 16               | 17              | 18                | 19              |
| Szervác<br>Imola | Bonifác        | Zsófia<br>Szonya | Mózes<br>Botond  | Paszka          | Erik<br>Alexandra | Ivó<br>Milán    |
| 20               | 21             | 22               | 23               | 24              | 25                | 26              |
| Bernát<br>Felfia | Konstantin     | Júlia<br>Rita    | Dezső            | Eszter<br>Eliza | Orbán             | Fülöp<br>Evelin |
| 27               | 28             | 29               | 30               | 31              |                   |                 |
| Hella            | Emil<br>Csanád | Magdolna         | Janka<br>Zsanett | Angéla<br>Kitti |                   |                 |

# Május



**Hozzávalók 6 személyre:**

- 50 dkg masacarpone sajt
- 5 dl habtejszín
- 4 evőkanál porcukor
- 2 teáskanál (barna) cukor
- 3 evőkanál (16 g) habfixáló
- 1 evőkanál vanília kivonat vagy vaníliás cukor
- 2 evőkanál rum
- 3 adag, erős presszókávé
- 10-15 dkg savoirdi (tiramisu piskóta)

Kevés csokoládé reszelék, vagy kakaópor a díszítéshez

**Elkészítés:**

Főzzük le a kávé, keverjük bele a két teáskanálnyi barna cukrot, és tegyük félre hűlni. A hideg tejszínt lágy habbá verem, mikor kezd habosodni, hozzáadok 3 evőkanálnyi porcukorral elkevert habfixálót. Nem kell kemény habbá verni, ez egy krém desszert. Ha kész a hab, tegyük egy kicsit félre.

Keverjük ki a mascarponét a rummal és a vanília kivonattal krémesre. Több részletben adjuk hozzá a tejszínhez, és keverjük el benne.

Készítsünk elő tálkákat. Az aljába kanalazzunk a krémből, erre tegyünk kávéba forgatott piskótát. Nem kell áznia a kávéban, csak beletesszük, átfordítjuk, és már tehetjük is a krémbe. Nem kell sokat tenni a piskótából, én személyenként két darabot tettem. A piskótára kanalazzunk még habot, és tegyük hideg helyre pihenni egy kicsit. A dekorálást csak tálalás előtt végezzük el.

*Aki tiramisut (vagy egyéb tejszínes készítményt, pl. gesztenyepüré) szeretne fogyasztani, az kérem, számolja bele, hogy ez áldozatokkal jár. Ez kérem nem light kivitel, itt van kalória, és ettől lesz finom.*

| Hétfő                 | Kedd                    | Szerda             | Csütörtök              | Péntek                | Szombat            | Vasárnap             |
|-----------------------|-------------------------|--------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|----------------------|
|                       |                         |                    |                        |                       | 1<br>Tünde         | 2<br>Kármén<br>Anita |
| 3<br>Klotild          | 4<br>Bulcsú             | 5<br>Fatime        | 6<br>Norbert<br>Cintia | 7<br>Róbert           | 8<br>Medárd        | 9<br>Félix           |
| 10<br>Margit<br>Gréta | 11<br>Barnabás          | 12<br>Villó        | 13<br>Antal<br>Anett   | 14<br>Vazul           | 15<br>Jolán<br>Vid | 16<br>Jusztin        |
| 17<br>Laura<br>Aida   | 18<br>Arnold<br>Levente | 19<br>Gyárfás      | 20<br>Rafael           | 21<br>Alajos<br>Leila | 22<br>Paulina      | 23<br>Zoltán         |
| 24<br>Iván            | 25<br>Vilmos            | 26<br>János<br>Pál | 27<br>László           | 28<br>Levente<br>Iré  | 29<br>Péter<br>Pál | 30<br>Pál            |

# Június



## Hozzávalók, 4 személyre:

- 2 db egész tojás
- 2 dl tej
- 10 dkg puha vaj
- 3 dkg friss élesztő
- 5 dkg cukor
- 1 teáskanál vanília kivonat vagy egy csomag vaníliás cukor
- 1 teáskanál só
- 60 dkg kenyérliszt (vagy 20 dkg rétes és 40 dkg sima liszt)

## A krémhez:

- 2 tasak vaníliás pudingpor
- 1 l tej (a mestercukrász tanácsa, kevesebb tejjel készítsük, akkor kevésbé lesz folyós a krém)
- 10 dkg cukor
- 2 dl habtejszín
- 1 tasak habfixáló
- 1 evőkanál porcukor

## Elkészítés:

Az élesztőt futtassuk fel kevés langyos, cukros tejben. A lisztet szitáljuk át, adjuk hozzá a sót, a maradék cukrot. A felfuttatott élesztővel, a tojással és maradék tejjel dagasszunk egy lágy tésztát. Lefedve, langyos helyen kelesszük a duplájára.

Míg kel a tészta, főzzük meg a pudingot a csomagoláson feltüntetett módon, és amikor kész, takarjuk le egy háztartási fóliával, így nem bőrsődik be a teteje. Hagyjuk teljesen kihűlni.

A megkelt tésztát egy kicsit gyúrjuk át, majd nyújtjuk ki téglalap alakúra. Vágjunk vékony csíkokat egy görgős vágóval. A fém tölcseréket kenjük be vékonyan olajjal, és egyesével tekerjük fel a csíkokat. A feltekert rudat egy kicsit görgessük meg a nyújtólapon úgy, hogy közben a tenyerünkkel lenyomjuk. Érdemes úgy tekerni, hogy az eleje zárt legyen, mert ha egy kicsit lágy lenne a töltelék, akkor ez megakadályozza, hogy kifolyjon. Terítsünk egy tálba (barna) cukrot, és abban hempergessük meg a rudakat. Melegítsük elő a sütőt 180 °C-ra, közben hagyjuk egy kicsit kelni a tésztát. Tegyük a forró sütőbe, és süssük szép pirosra.

Ha megsült, vegyük ki, és még melegen húzzuk ki belőle a csöveket, majd rácson hagyjuk teljesen kihűlni.

A töltelékhez verjük fel a tejszínt a porcukorral és a habfixálóval, majd a végén adjuk hozzá a kihűlt vanília pudingot. Habzákkal töltjük meg a tészta csöveket.

| Hétfő                     | Kedd                 | Szerda                | Csütörtök              | Péntek                  | Szombat               | Vasárnap                 |
|---------------------------|----------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|
| 1<br>Tihamér<br>Annamária | 2<br>Ottó            | 3<br>Kornél<br>Soma   | 4<br>Ulrik             | 5<br>Emese<br>Sarolta   | 6<br>Csaba            | 7<br>Apollónia           |
| 8<br>Ellák                | 9<br>Lukrécia        | 10<br>Amália          | 11<br>Nóra<br>Lili     | 12<br>Izabella<br>Dalma | 13<br>Jenő            | 14<br>Örs<br>Stella      |
| 15<br>Henrik<br>Roland    | 16<br>Valter         | 17<br>Endre<br>Elek   | 18<br>Frigyes          | 19<br>Emília            | 20<br>Illés           | 21<br>Dániel<br>Daniella |
| 22<br>Magdolna            | 23<br>Lenke          | 24<br>Kinga<br>Kincső | 25<br>Kristóf<br>Jakab | 26<br>Anna<br>Anikó     | 27<br>Olga<br>Liliána | 28<br>Szabolcs           |
| 29<br>Márta<br>Flóra      | 30<br>Judit<br>Xénia | 31<br>Oszkár          |                        |                         |                       |                          |


**Hozzávalók:**

- 1-1,2 kg apró keszeg
- 0,8-1 kg pontyfilé
- 4-5 sárgarépa
- 2-3 petrezselyem (zöldjével együtt)
- 2 fej közepes (fehér) hagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 1 db tv paprika
- 2-3 evőkanál étkezési keményítő
- 3-4 evőkanál tejföl
- 1-2 dl szürkebarát (vagy más száraz fehér bor)
- Só, bors, mustár, citromlé

A Festetics család az 1700-1800-s évek meghatározó főúri családja volt a zalai vidéken és Balaton nyugati partján. Világiáro emberek voltak, nyitottak az újdonságokra, ez érződik a Festetics család konyháján is. Halászlé, de nem a megszokott formában. Franciás változat, tejföllel és mustárral pikánsá tett, kicsit bővebb lére ereszített egytálétel. Aki szereti a halat és nyitott az újdonságokra, mindenképpen készítse el ezt az ételt, mert nagyon finom.

**Elkészítés:**

A megtisztított keszeget daraboljuk fel, a kisebbet ketté, a nagyobbat három részre. Rétegezzük egy edénybe, alulra halat, arra félfőre vágott hagymát, a paprikát, a megtisztított zöldséget, a petrezselyem zöldjét is és a szárát is, a borsot és a fokhagymát. Erre tegyük a maradék halat, a bort és engedjük fel annyi vízzel, ami bőven ellepi. Forraljuk fel és utána lassú tűzön főzzük 1,5-2 órát. Közben a pontyot vágjuk fel szeletekre, gyengéden sózzuk és borsozzuk meg, majd tegyük félre.

A zöldséget vegyük ki, az alaplevet paszírozzuk át, majd az így kapott levet forraljuk fel ismét. A zöldséget vágjuk fel, és adjuk a leveshez. Keverjük ki a keményítőt kevés hideg vízzel, a mustárral, kevés citromlével és hőki-egyenlítőssel adjuk a leveshez. Forraljuk fel újra, majd a forrásban lévő lébe eresszük bele a ponty szeleteket. Vigyázzunk arra, hogy ne tegyünk sok halat egyszerre a forrásba lévő lébe, mert akkor visszahűl. Az edényt mozgatva, 10-15 perc alatt főzzük készre a levest.

Tálaláskor a szeleteket tegyük a tányér aljára, arra merjünk léből, és figyeljünk arra, mindenkinek jusson a főtt zöldségekből is. Adjunk hozzá friss, kovászolt fehér kenyeret, és kísérőnek egy jó rozé fröccsöt.

| Hétfő           | Kedd    | Szerda      | Csütörtök        | Péntek    | Szombat       | Vasárnap        |
|-----------------|---------|-------------|------------------|-----------|---------------|-----------------|
| 1               | 2       | 3           | 4                | 5         | 6             | 7               |
| Boglárka        | Lehel   | Hermína     | Domonkos Dominik | Krisztina | Berta Bettina | Ibolya          |
| 8               | 9       | 10          | 11               | 12        | 13            | 14              |
| László          | Emőd    | Lőrinc      | Zsuzsanna Tiborc | Klára     | Ipoly         | Marcell         |
| 15              | 16      | 17          | 18               | 19        | 20            | 21              |
| Mária           | Ábrahám | Jácint      | Ilona            | Huba      | István Vajk   | Sámuel Hajnalka |
| 22              | 23      | 24          | 25               | 26        | 27            | 28              |
| Menyhért Mirjam | Bence   | Bertalan    | Lajos Patrícia   | Izsó      | Gáspár        | Ágoston         |
| 29              | 30      | 31          |                  |           |               |                 |
| Beatrix Erna    | Rózsa   | Erika Bella |                  |           |               |                 |

# Augusztus


**Hozzávalók:**

- 50 g paprikával töltött zöld olajbogyó
- 100 g mamut fekete olajbogyó
- 80-100 g kolbász (chorizó)
- 60 g ciabatta
- érlelt kemény sajt forgács
- kakukkfű
- olíva olaj

**Elkészítés:**

A kolbászt fél karikákra vágjuk és egy kevés olajon megpirítjuk. A kisült zsiradékról óvatosan leszedjük és a paprikás zsíron lepirítjuk a kockákra vágott ciabattát. A bogyókkal, a sült kolbásszal tálba halmozzuk, megszórjuk a friss kakukkfű levelekkel és a sajt forgáccsal.

Tálalás előtt csorgassunk rá olívaolajt. Könnyed rozét ajánljunk hozzá.

*Mediterrán, könnyű nyári vacsora. Egy nagyobb tál, vagy asztal megpakolva a különböző falatkákkal, kis tálkákkal, és egy harapásnyi szendvicsekkel. Az egyik fő alapanyaga a tapasoknak az olívabogyó és az olívaolaj. Ebben a receptben még társul hozzá a chorizó és a kolbász zsíron pirított ciabatta.*

| Hétfő              | Kedd                    | Szerda                | Csütörtök          | Péntek          | Szombat              | Vasárnap            |
|--------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------|-----------------|----------------------|---------------------|
|                    |                         |                       |                    |                 |                      | 1<br>Egyed Egon     |
| 2<br>Rebeka Dorina | 3<br>Hilda              | 4<br>Rozália          | 5<br>Viktor Lőrinc | 6<br>Zakariás   | 7<br>Regina          | 8<br>Mária Adrienn  |
| 9<br>Ádám          | 10<br>Nikolett Hunor    | 11<br>Teodóra         | 12<br>Mária        | 13<br>Kornél    | 14<br>Szeréna Roxána | 15<br>Enikő Melitta |
| 16<br>Edit         | 17<br>Zsófia            | 18<br>Diána           | 19<br>Vilhelmina   | 20<br>Friderika | 21<br>Máté Mirella   | 22<br>Móric         |
| 23<br>Tekla        | 24<br>Gellért Mercédesz | 25<br>Eufrozina Kende | 26<br>Jusztina     | 27<br>Adalbert  | 28<br>Vencel         | 29<br>Mihály        |
| 30<br>Jeromos      |                         |                       |                    |                 |                      |                     |

# Szeptember



## Hozzávalók:

- 10 dkg füstölt szalonna
- 2 evőkanál dióolaj (helyettesíthetjük sertésszírral vagy sima olajjal)
- 2 dl száraz fehér bor
- 50 dkg kolbászhus
- 1 tojás
- 25 dkg sárgarépa
- 15 dkg gyökérzöldség
- 1 fej fehér hagyma
- 4-5 gerezd fokhagyma
- 20 dkg vegyes erdei gomba
- 20 dkg burgonya (nem szétfővő, B típusú, pl. Démon, Katica vagy Balatoni rózsza)
- 2 dl tejföl
- 2 evőkanál (rizs) liszt
- 1-2 evőkanál mustár
- 1 evőkanál cukor
- Babérlevél, tárkony, só, bors

## Elkészítés:

A kolbászhuszt gyúrjuk össze a tojással, ha túl lágy, egy kanálnyi búzadarával korrigáljuk, és diónyi gombócokat formázunk belőle.

A zöldséget hámozzuk meg és vágjuk kockára, a hagymákat apróra, a burgonyát centis darabokra. A dióolajat hevítjük fel közepes lángon, de vigyázunk, ne égjen meg. Süssük meg benne a kockára vágott szalonnát. Ha már üvegesedik a szalonna, akkor egy szűrőkanállal szedjük ki az edényből, és tegyük a helyére a hagymát és a zöldséget. Pirítsuk le, majd öntsük fel a borral és forraljuk be alaposan. Fűszerezünk, tegyünk bele két-három babérlevelet és egy kiskanálnyi apróra vágott tárkonyt, sózzuk és borsozzuk, és öntsük fel hideg vízzel. Itt állíthatjuk be, hogy sűrűbb lesz a leves (1-1,2 liter víz), vagy hígabb (2liter). Forraljuk fel, ekkor tegyük bele a gombócokat, cukrot (itt, mint ízfokozót használjuk), a burgonyát és a gombát. Kis energián főzzük 25-30 percet. Közben keverjük ki a rizslisztet a tejföllel és a mustárral és kevéssé vízzel. Adjunk hozzá a levesből pár kanálnyit, keverjük össze és öntsük fel a levest. Keverjük össze, és forraljuk be pár perccel.

*Tartalmas leves, főleg disznóvágás idején sokszor készítik. A gombócok akkor az ízesített kolbászhusból készülnek, de készülhet jó minőségű sültkolbászból is. Többféle verziót ismerek, és kóstoltam. Békéscsaba környékén az enyhén csípős, igazi csabai kolbászból készítik. Tapolca környékén pedig a Hentes leves alapjaira építve készítik a Böllérlevest. Én a zalai verziót a dióolaj, a bor és az erdei gombák felhasználásával készítettem el. Ha sűrűbbre készítjük, akár egytálétel is lehet, jó kiadós.*

| Hétfő               | Kedd    | Szerda  | Csütörtök | Péntek            | Szombat | Vasárnap        |
|---------------------|---------|---------|-----------|-------------------|---------|-----------------|
|                     | 1       | 2       | 3         | 4                 | 5       | 6               |
|                     | Malvin  | Petra   | Helga     | Ferenc            | Aurél   | Brúnó<br>Renáta |
| 7                   | 8       | 9       | 10        | 11                | 12      | 13              |
| Amália              | Koppány | Dénes   | Gedeon    | Brigitta<br>Gitta | Miksa   | Kálmán<br>Ede   |
| 14                  | 15      | 16      | 17        | 18                | 19      | 20              |
| Helén               | Teréz   | Gál     | Hedvig    | Lukács            | Nándor  | Vendel          |
| 21                  | 22      | 23      | 24        | 25                | 26      | 27              |
| Orsolya             | Előd    | Gyöngyi | Salamon   | Blanka<br>Bianka  | Dömötör | Szabina         |
| 28                  | 29      | 30      | 31        |                   |         |                 |
| Simon<br>Szimonetta | Nárcisz | Alfonz  | Farkas    |                   |         |                 |

# Október


**Elkészítés:**
**Pácolás:**

Mossuk és tisztítjuk meg a húst, majd töröljük szárazra. A szárnyakat a forgónál vágjuk ketté, a pulykacombot a csont mellett vágjuk ketté. A csirkecombot is vágjuk ketté az ízületnél, a mellét vágjuk négy darabra. A húsokat dörzsöljük be a bors és csili keverékével. A hagymákat tisztítjuk meg, és vágjuk fel nagyobb darabokra. Vegyünk egy nagy tüveg tálat, abba rakjunk le egy réteg húst, erre újhagymát, fokhagymát és rozsmaringot (ezt vágjuk több darabra), majd a többi húst, tetejére a hagymát és még rozsmaringot. Csurgassunk rá két evőkanál olajat, kézzel egy kicsit keverjük össze, hogy az olaj mindenhol vonja be. Fóliázzuk le, és tegyük hideg helyre, legalább 16-18 órára, de egy egész éjszaka sem ront rajta.

**Sütés:**

A citromot vékonyan hámozzuk meg, és karikázzuk fel fél centis darabokra. Vegyünk elő egy méretes serpenyőt, melegítsük fel, és tegyük bele a kacsaszőr negyedét. Vegyük ki a pácból a húst, sózzuk meg körben. A hús negyedét pirítsuk le, először a bőrös felével kezdve. Közben készítsünk elő egy akkora tepsit, amiben kényelmesen elfér majd a hús. A tepsijébe rakjuk le a pácoláshoz használt hagymából, fokhagymából és rozsmaringból. Erre szedjük rá a lepirított húst, majd pirítsunk le egy újabb adagot, de tegyük alá zsiradékot. Süssük le az összes húst, tegyük a zöldségágyra, majd rakjuk rá a maradék zöldségeket. A serpenyő alatt zárjuk el az energiát, és öntsük bele a bort. Keverjük el, oldjuk fel a pörzsanyagokat, és öntsük nyakon vele a húst. Tegyük rá a citromok héját, és fedjük le a citrom karikákkal. Csomagoljuk be alufóliába, és tegyük előmelegített sütőbe, 160-170 °C-ra, és süssük 80-90 percet. A mozzarellát csöpögtessük le, és tépkedjük darabokra. Vegyük ki a húst, szedjük le óvatosan a fóliát, és fedjük le a mozzarella darabokkal. Tegyük vissza még a sütőbe, és olvasszuk rá a sajtot. Köretnek párolt rizst vagy burgonyapürét ajánlanánk, és egy pohár száraz fehér bort (Cserszegi fűszeres).

**Hozzávalók:**

- 1 pulyka felső comb
- 1 pulyka szárny
- 2 egész csirkecomb
- 1 egész, csontos csirkemell
- 3 citrom
- 6-7 rozsmaring ág
- egy csipet kakukkfű
- 3-4 szál újhagyma
- 4-5 gerezd fokhagyma
- só, bors
- 1,5-2 dl száraz fehérbor
- 2 evőkanál olaj
- Csili pehely, szárított fokhagyma
- 2 evőkanál kacsaszőr
- 40 dkg mozzarella

| Hétfő              | Kedd              | Szerda  | Csütörtök | Péntek          | Szombat               | Vasárnap           |
|--------------------|-------------------|---------|-----------|-----------------|-----------------------|--------------------|
|                    |                   |         |           | 1               | 2                     | 3                  |
|                    |                   |         |           | Marianna        | Achilles              | Győző              |
| 4                  | 5                 | 6       | 7         | 8               | 9                     | 10                 |
| Károly             | Imre              | Lénárd  | Rezső     | Zsombor         | Tivadar               | Réka               |
| 11                 | 12                | 13      | 14        | 15              | 16                    | 17                 |
| Márton             | Jónás<br>Renátó   | Szilvia | Alíz      | Albert<br>Lipót | Ödön                  | Hortenzia<br>Gergő |
| 18                 | 19                | 20      | 21        | 22              | 23                    | 24                 |
| Jenő               | Erzsébet<br>Zsóka | Jolán   | Olivér    | Cecília         | Kelemen<br>Klementina | Emma               |
| 25                 | 26                | 27      | 28        | 29              | 30                    |                    |
| Katalin<br>Katinka | Virág             | Virgil  | Stefánia  | Taksony         | András<br>Andor       |                    |

# November



**Hozzávalók 64 darabhoz:** • 15 dkg nugátkrém (mogyorós) • 20 dkg marcipán massa • 1 adag csoki krém (leírása lejjebb)

**Csokikrém:** • 10 dkg étcsokoládé (minimum 65%-os) • 0,5 dl tejszín • 1 tk vanília kivonat • 1 evőkanál rum

**Bevonáshoz:** • 30 dkg étcsokoládé

#### Elkészítés:

A marcipán felét kinyújtom akkorára, mint a kibélelt tál, és az aljába terítem. A nugátot pár pillanat alatt meglágyítom a mikróban, és a marcipánra terítem. Beteszem a hűtőbe, vagy hideg helyre. Addig elkészítem a csokikrémet (ganache).

A tejszínt felforralom, lehúzó a tűzről és belekeverem a darabokra tört csokoládét, a vaniliát és a rumot. Folyamatosan keverve simára keverem, és hagyom, hogy egy kicsit hűljön, de ne teljesen, mert akkor megdermed. A nugát krémre terítem, és elsimítom. Vissza a hidegre addig, míg kinyújtom a maradék marcipánt. Ráterítem és eligazgatom, ha van picit görgős nyújtó, azzal össze lehet préselni a rétegeket. Hideg helyen pihentetem, legalább 3 órát, de én kb. 8 órát hagytam. Kifordítottam a formából, felvágtam 2,5X2,5 cm-es kockákra, közben a csokoládét temperáltam. A felét felmelegítettem a csokizóba, majd amikor teljesen felolvadt, hozzákevertem a maradék csokit, és simára keverem. Ismét felmelegítem, de már csak kb. 30-35 fokra, és abba mártom bele a kockákat, amit aztán egy genotherm fóliára teszek szilárdulni. Hagyom teljesen megkötni a bevonatot, majd tálcára helyezem a kész bonbon kockákat.

| Hétfő                  | Kedd                   | Szerda                  | Csütörtök       | Péntek               | Szombat        | Vasárnap              |
|------------------------|------------------------|-------------------------|-----------------|----------------------|----------------|-----------------------|
|                        |                        |                         |                 |                      |                | 1<br>Elza             |
| 2<br>Melinda<br>Vivien | 3<br>Ferenc<br>Olívia  | 4<br>Borbála<br>Barbara | 5<br>Vilma      | 6<br>Miklós          | 7<br>Ambrus    | 8<br>Mária            |
| 9<br>Natália           | 10<br>Judit            | 11<br>Árpád             | 12<br>Gabriella | 13<br>Luca<br>Otília | 14<br>Szilárda | 15<br>Valér           |
| 16<br>Etelka<br>Aletta | 17<br>Lázár<br>Olimpia | 18<br>Augusta           | 19<br>Viola     | 20<br>Teofil         | 21<br>Tamás    | 22<br>Zénó            |
| 23<br>Viktória         | 24<br>Ádám<br>Éva      | 25<br>Eugénia           | 26<br>István    | 27<br>János          | 28<br>Kamilla  | 29<br>Tamás<br>Tamara |
| 30<br>Dávid            | 31<br>Szilveszter      |                         |                 |                      |                |                       |

# December

**Hozzávalók:**

- 150 g mamut zöld olajbogyó
- 80-100 g koktél paradicsom
- 50-60 g érlelt sonka
- bazsalikom levél
- őrölt, színes bors
- olívaolaj

**Elkészítés:**

A koktél paradicsomokat félbe vágjuk, a sonkát falatnyi darabokra tépjük. Ha a sonkát darabolva vesszük, akkor egy éles vékony pengéjű késsel tudunk forgácsot szelni. Keverjük össze az olajbogyóval, szórjuk meg őrölt borssal és a tépett friss bazsalikom levelekkel. Tálalás előtt csorgassunk rá olívaolajt. Pirítóssal és jól behűtött, száraz fehérborral tálaljuk.