

Kolbászos fogások

Egyszerűen elkészíthető, ínycsiklandó ételek

• A kolbász egy nagyon jó opció azokban az esetekben, amikor egyrészt kevés az idő, másrészt nem akarunk bonyolult recept elkészítésébe fogni. Az önmagában kisütött kolbásznál már csak a kombinált receptek lehetnek jobbak, amelyekből néhányat összegyűjtöttem. Egy ínycsiklandó főzelék vagy szósz társaságában igazán jó választás lehet az említett alapanyag. (György Ottilia)

Spenótos vöröslencse-főzelék vörösboros chorizóval

Hozzávalók: 40 dkg vörös lencse, 20 dkg bébispenót, csapott evőkanál őrölt koriander, 1 fej hagyma, 3-4 cikk fokhagyma, 1 babérlevél, 1 csapott evőkanál őrölt római kömény, 1 teáskanál cayenne bors, 1 teáskanál pirospaprika, só, 1 dl tejszín, 2 szál chorizo kolbász, 2 dl vörösbor, kevés olaj.

Elkészítése: Mindkét fajta hagymát apróra vágjuk, kevés olajban megdinszteljük. Közben megmossuk a lencsét, és hozzáadjuk a párolt hagymához. Ráöntünk annyi vizet, amennyi ellepi, fűszerezzük, lefed-

jük, és alacsony tűzön kb. húsz perc alatt megfőzzük. Közben megmossuk a spenótot, amikor nagyjából megfőtt a lencse. Utóbbiba beleforgatjuk a zöldséget, és pár percig forraljuk. Végül hozzáadjuk a tejszín, és összefőzzük. Vörösboros kolbászsal tálaljuk. Ehhez egy wok serpenyőbe olajat hevítünk, belerakjuk a karikákra vágott kolbászt, felöntjük kevés borral, és elkezdjük pirítani, sütni a kolbászt. Miután kissé lesütöttük, hozzáadjuk a maradék bort is, majd lefődjük. Akkor a legjobb, amikor a bor háromnegyede már elfőtt. Friss kenyérral fogyasztjuk.



Tojaspörkölt indiai ízesítéssel és kolbásszal (hajdinakörettel)

Hozzávalók: 2 fej hagyma, 6 szál cérnakolbász, 8 kemény tojás, 3 cikk fokhagyma, kevés friss gyömbér reszelve (pl. 1 evőkanálnyi), 1/2 dl paradicsomkrém vagy -lé, 1 teáskanál garam masala, 1 teáskanál őrölt koriander, 1 teáskanál őrölt római kömény, 1 teáskanál kurkuma, kevés szárított csili, kevés olívaolaj,

só, bors, petrezselyemzöld a tálaláshoz.

Elkészítése: A hagymát és a fokhagymát meghámozzuk, apróra vágjuk. Egy serpenyőben felforrósítjuk az olívaolajat, a hagymát ráhelyezzük, és kevergetve megdinszteljük. Hozzáadjuk a karikákra vágott kolbászt,

az apróra vágott fokhagymát, hozzáreszeljük a gyömbért, majd az összes fűszert átkeverjük, hogy illatosra piruljanak. Mindezt felöntjük a paradicsommal és kb. 1 dl vízzel, fedő alatt rövid ideig főzzük. Ezután hozzáadjuk a meghámozott, darabokra vágott kemény tojásokat, és összerotyogtatjuk. Párolt hajdinával tálaljuk.



Kolbászos bab fűszeres szószban

Hozzávalók: 40 dkg szemes bab, 50 dkg kolbász, 4 cikk fokhagyma, 1 fej hagyma, 1 konzerv kockákra vágott paradicsom, kevés olaj, friss zöld fűszerek: oregánó, bazsalikom, petrezselyemzöld (de szárított is lehet, ha nincs friss), só, bors, 2 babérlevél, kevés olaj, 5 dkg parmezán sajt.

Elkészítése: A babot beáztatjuk egy éjszakára bő vízben, másnap leszűrjük, és sós, babérleveles vízben puhára főzzük. Ismét leszűrjük. A hagymákat apróra vágjuk, és kevés olajon megdinszteljük, majd hozzáadjuk a karikákra vágott kolbászt, kissé lepirítjuk, fel-

öntjük a paradicsommal, és fűszerezzük. A babot hozzáadjuk, és összefőzzük. A parmezán sajt háromnegyedét beleszórjuk a végén, és tálaláskor a tetejére is hintünk belőle. Ha van friss zöld fűszer, azt a tálaláshoz használhatjuk. Pirítóssal fogyasztjuk.

