

Ünnepi főételek

Próbáljunkki újdonságokat

• Az ünnep rendszerint fejtörést okoz a konyhában, főként ha valami újdonsággal szeretnénk előrukkolni. Nyilván nem kell mindig új dolgokat kipróbálni, de mikor, ha nem az ünnepre készítünk valami extravagánsat vagy különlegességet. Persze nem kell rögtön a legbonyolultabb fogásra gondolni, vagy arra, hogy egy vagyonba fog kerülni, hiszen sokszor egy kis csavarral már lehet újat alkotni. Íme három ünnepi fogás, ami közül idén választhat. (György Ottilia)

Brokkolis csirkemell diómártással

Hozzávalók: 60 dkg csirkemell, brokkoli, 15 dkg császárszalonna-szeletek, só, bors, fokhagymapor, krumpli, 15 dkg dióbél, 4 dl főzőtejszín, 10 dkg vaj, só, bors, 10 dkg brie sajt.

Elkészítése: A mártáshoz a vajat felolvasztjuk, majd beleszórjuk a durvára tört dió háromnegyedét, és megpirítjuk. Ezután felöntjük tejszínnel, hozzáadjuk a darabokra vágott brie sajtot, megsózzuk, és összeforraljuk. Tálaláskor a szósz tetejére

pirított diót szórunk. A csirkemellet felszeleteljük, befűszerezzük, megtöltjük megmosott, rózsákra szedett brokkolival, feltekerjük, és becsomagoljuk szalonnaszeletekbe. Egyenként alufóliába göngyöljük, és hőálló tálba rakjuk. Előmelegített sütőben 40 percig pároljuk, majd kivesszük, kicsomagoljuk a fóliából, és visszatesszük pirulni további 10 percig. A krumplit alaposan megmossuk, kettévágjuk, sütőlapra tesszük, megsózzuk, és a kemencében megsütjük.



Mézes-mogyorós lazac sajtmártással

Hozzávalók: 50 dkg lazacfilé, egy diónyi gyömbér, 1 citrom, 4 cikk fokhagyma, kevés olívaolaj, só, őrölt bors, 1 teáskanál méz, 1 maréknyi mogyoróbél aprítva; a mártáshoz: 1 doboz camembert sajt, 1 evőkanál teljes kiőrlésű liszt, 5 dkg vaj, 1,5 dl tej vagy főzőtejszín, só, őrölt fehér bors, fokhagymapor, párolt barna rizs köretnek.

Elkészítése: A gyömbért és a fokhagymát megtisztítjuk, darabokra aprítjuk, kevés étolajjal összekeverjük. A lazacot sózzuk és borsozzuk, majd megszórujuk a tetejét gyömbérral és fokhagymával. Egy hőálló tálba rakjuk, és köréje citromszeleteket helyezünk. Alufóliával letakarjuk, és kb. 25 percig sütjük a kemencében. Ezután kivesszük, lekenjük a lazacot kevés

mézzel, megszórujuk a darabolt mogyoróval, és visszatesszük a sütőbe további 10 percre fólia nélkül. A mártáshoz a vajat felolvasztjuk egy edényben, hozzáadjuk a lisztet, majd felöntjük hideg tejjel, és folyamatosan kavargatjuk. Belemorzsoljuk a sajtot, fűszerezzük fokhagymaporral, sóval és fehér borsal, majd addig főzzük, amíg a sajt elolvad és megfelelő sűrűségű lesz.



Sertésszelet kapribogyómártásban

Hozzávalók: 60 dkg sertésszelet, 1 fej hagyma, kevés teljes kiőrlésű liszt, só, őrölt bors, 4-5 evőkanál kapribogyó (üvegben eltett), 5 dkg vaj, 2,5 dl cukormentes tejszín, ízlés szerint citromlé; a körethez: 20 dkg bulgur, 1 gránátalma, 10 dkg telemea/feta sajt, 1 marék petrezselyemzöld, 1/2 citrom, só, 2 evőkanál olívaolaj.

Elkészítése: Először elkészítjük a köretet. 3 dl vizet forralunk, meg-

sózzuk, majd a bulgurra öntjük. Rátesszük az edény tetejét, és 20 percig hagyjuk, hogy megszívja magát. Megvárjuk, amíg meghűl. A petrezselyemzöldet apróra vágjuk, a gránátalma magjait kiszedjük egy kis tálba. A sajtot is nagyjából egyforma kockákra vágjuk. Az olívaolajat kevés citromlével összekeverjük. A bulgurt a többi hozzávalóval egy tálba összerakjuk, hozzáadjuk az öntetet, és összekeverjük. Állni hagyjuk, amíg elkészül a hús. A hússzeleteket

kiklopfoljuk, majd sózzuk és borsozzuk, egyenként lisztbe forgatjuk, és egy serpenyőben felhevített étolajon mindkét oldalukat megsütjük. Egy tálra kivesszük, majd a visszamaradt étolajba rakjuk a vajat, felolvasztjuk, és az apróra vágott hagymát megdinszteljük benne. Hozzáadjuk a kapribogyót, enyhén megsózzuk, meghintjük liszttel, majd felöntjük a tejszínnel. Összeforraljuk, végül ízesítjük kevés citromlével, és a hússzeleteket visszatesszük a mártásba.

