

Sajtos húsfalatok

- * Szezonális: Kiemelt napok a naptárban
- * Elkészítési idő: 45 perc
- * Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 20 dkg krémsajt (pl. tömlős Camping sajt),
- 75 dkg csirkemell, 2 evőkanál olaj,
- 1 evőkanál vaj, 2 dl húsleves (akár kockából is),
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 csokor vegyes zöldfűszer (bazsalikom, majoránna, oregánó, zsálya),
- fél szerecsendió reszelve,
- őrölt bors,
- só

A **Mesterszakács Henteskéssel** kockára vágott húst az olaj és a vaj keverékével aranybarnára pirítjuk a **2,8 literes Mesterszakács Fűles Serpenyőben**. Sóval, borssal, szerecsendióval fűszerezünk, fedő alatt még 15 percig pároljuk, majd kivesszük a húst. A visszamaradt peccsenyelét felöntjük a húslevessel, és összeforraljuk. Belekeverjük a krémsajtot, és addig főzzük, amíg felolvad. Rászórjuk a **Kézi Aprítóval** finomra vágott fokhagymát és a zöldfűszereket, visszarakjuk a húst, és az egészet összeforraljuk. Köretként a **Konyhaművész Nokedli Szaggatóval** szaggatott apró nokedlit adunk hozzá.

Papp Lajosné
Szolnoki TK

Sült spárga

- * Elkészítési idő: 30 perc vagy több
- * Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 2 evőkanál vaj vagy margarin,
- 2 evőkanál liszt,
- 1 csésze tej,
- ½ kávéskanál só,
- kb. 50 dkg friss,
- főtt spárga,
- 4 főtt tojás,

- 1 csésze reszelt Cheddar sajt,
- 1 csésze vajas fehér morzsa,
- ½ csésze kockára vágott paprika

A vajat felolvasztjuk a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben**. Belekeverjük a lisztet és a sót, hozzáadjuk a tejet és folyamatos keverés mellett addig főzzük, amíg sűrű nem lesz. Hozzáadjuk a paprikát, majd a spárgákat sorban belefektetjük. Tetejére rátesszük a felszeletelt tojásokat és a reszelt sajtot, majd megszórjuk a vajas zsemlemorzsaival. Lefedve, alacsony hőmérsékleten kb. 10 percig főzzük.

Szudi Miklósné
Szolnoki TK

Serpenyőben készült sütemény

- * Szezonális: Kiemelt napok a naptárban
- * Elkészítési idő: 45 perc
- * Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 2 evőkanál vaj,
- 1 csésze datolya,
- 1 csésze cukor,
- 2 tojás,
- 3 csésze puffasztott rizs,
- ½ csésze vágott dió

A vajat megolvasztjuk a **2,8 literes Mesterszakács Nyeles edényben**, majd hozzáadjuk a datolyát, a cukor $\frac{3}{4}$ részét és a tojást. Állandó keverés mellett alacsony hőmérsékleten főzzük, amíg a keverék golyót nem formál (5-8 perc). Levesszük a tűzről, és hagyjuk kicsit kihűlni, majd belekeverjük a puffasztott rizst és a diót. Kb. 5 cm átmérőjű rudat formálunk belőle. A maradék cukrot rászórjuk a Gyúrólapra, és ebben megforgatjuk a kész rudakat. Kb. fél órára tegyük hűtőbe, majd szeleteljük fél centiméteres vastagságúra.

Szudi Miklósné
Szolnoki TK

Gyors tésztasaláta

- * Elkészítési idő: 45 perc
- * Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 40 dkg fodros nagykocka tészta,
- 2 dl főzőtejszín (20%-os),
- 1 nagyobb fej hagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- fél cukkini,
- 20 dkg füstölt kolbász,
- pici olaj,
- só,
- bors

A **Konyhai Mindenttudóba** beletesszük a vöröshagymát és fokhagymát, és összeaprítjuk. A **Mesterszakács Wokba** pici olajat öntünk, és üvegesre pirítjuk a hagymát. Hozzáadjuk a felaprított cukkinit, majd néhány perc múlva a karikára vágott kolbászt is belepírítjuk. Tejszínt, kicsi sót, őrölt borsot adunk hozzá és összefőzzük. A **Tálalómesterben** megfőzzük a tésztát, és ha kész, a **Mesterszakács Wokba** öntjük. Óvatosan összekeverjük és tálaljuk. Az olajat helyettesíthetjük úgy, hogy egy kis bacon szalonnát kisütünk zsírára, majd a pörccöt kiszedjük, és tálaláskor rászórjuk a tészta tetejére.

Ábel Miklósné
Szolnoki TK

Rizsfelfűjt

- * Szezonális: Kiemelt napok a naptárban
- * Elkészítési idő: 1 óra vagy több
- * Főzési idő: 45 perc

Hozzávalók:

- 1,3 l tej,
- 30 dkg rizs,
- 2 dl tejszín,
- 15 dkg cukor,
- 4 zacskó vaníliás cukor,
- 6 tojás,
- 1 citrom,
- 5 dkg vaj,
- zsemlemorzsa

A **2,8 literes Mesterszakács Nyeles Főzőedényben** felforralt tejbe beleszórjuk a vaníliás cukrot, pici sóval ízesítjük és beleszórjuk a megmosott, beáztatott, lecsepegtetett rizst. Lassú tűzön lefedve, párszor átkeverve puhára főzzük. Belekeverjük a tejszínt, és egy tálra borítva kihűtjük. A tojásfehérjét 10 dkg cukorral kemény habbá verjük a **Konyhai Mindenttudó**ban a keverőlapát segítségével, óvatosan belekeverjük a tojássárgákat és a

citrom lereszelt héját. Összeforgatjuk a rizzzsel, és vajjal kikent, zsemlemorzsával beszórt **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyő**be öntjük. Tető nélkül előmelegített sütőben, nem túl erős lángon szép pirosra sütjük. Porcukorral meghintve, bármilyen gyümölcsből készült mártással meglocsolva kínáljuk.

Ábel Miklósné
Szolnoki TK

Lapcsánka

* Elkészítési idő: 1 óra vagy több

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 1 kg burgonya,
- 1 nagyobb vöröshagyma,
- 15 dkg liszt,
- só,
- a sütéshez olaj

A burgonyát az **Univerzális Zöldséghámozóval** megtisztítjuk, és a **Konyhaművész Szeletelőn** lereszeljük. A hagymát a **Kézi Aprítóval** felaprítjuk. A **Konyhaművész Keverőtálba** lisztet teszünk, és a burgonyával, a hagymával és ízlés szerint sóval összedolgozzuk. A **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben** picit olajat forrosítunk, és a masszából halmokat szaggatunk bele, amit kissé ellapítunk. Mindkét oldalát pirosra sütjük, majd az olajból kiemelve lecsöpögtetjük. Forrón tálaljuk fokhagymás tejföllel, salátával, de magában is remek vacsora.

Németh Sándorné
Szolnoki TK

Brokkolis lapcsánka

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 1 kisebb fej brokkoli,
- fokhagyma,
- 1 egész tojás,

- fél dl olaj,
- kevés víz,
- liszt, só

A brokkolit megmossuk, és feldaraboljuk a **Mesterszakács Előkészítő Késsel**, minden részét felhasználjuk. A **Konyhai Mindenttudóba** beletesszük a brokkolit és a fokhagymát és felaprítjuk. Ez után az aprító késeket eltávolítjuk, és a tojást, az olajat, a lisztet, a sót és a borsot, a **Szilikon Keverővel** összekeverjük. A tésztából a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben** vagy a **Mesterszakács Palacsinta Sütőben** tetszőleges méretű lapokat sütünk, majd a **Tálalómesterbe** szedjük őket.

Brokkoli helyett bármilyen zöldségfélét használhatunk, pl. cukkíni, káposzta, karfiol ... stb.

Drén Andrásné Icus
Nyíregyházi Területi Képviselő