

Ananászos piskóta

- * Szezonális: Húsvét
- * Elkészítési idő: 30 perc vagy több
- * Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 1 doboz körananász befőtt,
- 4 tojás,
- 4 csapott evőkanál kristálycukor,
- 4 púpos evőkanál rétesliszt

A konzervet felbontjuk a **Tupperware Konzervnyitóval** és a levétől lecsepegtetjük. Az ananász karikákkal kirakjuk a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyő** alját. A tojásokat szétválasztjuk. A tojás fehérjét a **Konyhai Mindenttudó** segítségével felferjük, majd hozzátesszük először a cukrot, ezzel is jól kikavarjuk, majd a tojássárgákat is belekeverjük. Kivesszük a habosító lapátot, és a lisztet a **Szilikon Keverő** segítségével jól elkeverjük, majd az ananászkarikákra öntjük. A **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőt** közepes hőfokú tűzhelyre tesszük, amikor fő a tészta (kb. 1 perc), lefedjük és a hőfokot csökkentjük, így sütjük tovább. A fedőről letörljük a párát, hogy ne csepegjen rá a tésztára. Kb. 10 percig sütjük. A tészta színén látszik, hogy megsült-e, valamint elválk a serpenyő oldalától is. Le vesszük a hőforrásról és hagyjuk 2-3 percig hűlni. A **Szilikon Keverő** segítségével meggyőződünk arról, hogy a tészta elválk-e a serpenyőtől, majd tálcára borítjuk, hogy az ananász kerüljön felülre. Porcukorral megszórjuk és tálaljuk. Tejszínnel és vaníliapudinggal is tálalhatjuk.

Fülöpné Imre Jolán
Szolnoki Területi Képviselő

Almás palacsinta

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

Hozzávalók:

- 75 g liszt,
- 1 tojás,
- 110 ml tej,
- 55 ml víz,

- 2 kisebb alma (meghámozva, lereszelve),
- cukor,
- citromlé,
- őrölt fahéj

A lisztet a **Gyorskelesztő**be tesszük, és mélyedést készítünk a közepén. Ebbe tesszük a tojást, majd elkeverjük a liszttel, tejjel és vízzel. Csomómentesre keverjük, majd hozzáadjuk a reszelt almát. Felmelegítjük maximum lángon a **Mesterszakács Palacsinta Sütőt**, beleöntünk egy adagnyi palacsintatésztát, majd levesszük a lángot a minimumra. Süssük meg az egyik oldalát a palacsintának, majd a másikat is. Forrón tálaljuk, porcukorral megszórva. Különböző szószokat is kínálhatunk mellé.

(Az alapanyag 4 nagyobb vagy 8 kisebb palacsintához elegendő.)

Sebestyén Évi
Kaposvári Területi Képviselő

Palacsinta, túrós meggyel töltve

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

Hozzávalók:

- 8 db enyhén édes palacsinta,
- 20 dkg túró,
- 3 dkg mazsola,
- 3 evőkanál meggy,
- 3 evőkanál cukor,
- 3 tojás,
- 1 dl tejszín,
- 1 csomag vaníliás cukor,
- 1 citrom reszelt héja,
- 2 evőkanál rum,
- kevés vaj

A **Mesterszakács Palacsinta Sütő**ben elkészítjük a palacsintákat. A túrót a 2 tojással, a cukorral, a mazsolával, a kimagozott meggyel, a rummal, a vaníliás cukorral, és reszelt citromhéjjal krémesre keverjük, majd megtöltjük vele a palacsintákat. Mindegyiket 4 fele hajtjuk, a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyő**be fektetjük, egy tojás és a tejszín keverékével leöntjük, és fedő alatt összeemelegítjük.

Balla Andrea
Debreceni Területi Képviselő

Gombás, zöldséges tésztasaláta

* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 20 dkg bacon szalonna kockára vágva,
- 1 nagy szál póréhagyma karikára vágva,
- 1 csomag Gyermelyi tészta (copfoska vagy csavart cső),
- 5 dl tejszín,
- 20 dkg fagyasztott borsó,
- 20 dkg brokkoli,
- 1 üveg gomba

A bacon szalonnát megpirítjuk az **5,7 literes Mesterszakács Főzőedényben**, rátesszük a száraztésztát, átkeverjük **Mesterfogás Keverővel** és hozzátesszük a gombát, póréhagymát és a zöldségeket, majd ráöntjük az 5 dl tejszínt és annyi vizet, amennyiben a tészta megfő. Sózzuk, fűszerezzük ízlés szerint. Fedő alatt felforraljuk, majd takarékon 10 perc alatt készre főzzük. 20 percig pihentessük az **5,7 literes Mesterszakács Főzőedényben**. Tálaláskor a **Konyhai Malmon** lereszelt sajttal lehet meghinteni.

Nyíregyházi Területi Képviselő

Sajtos sertéskaraj

* Szezonális: Kiemelt napok a naptárban

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 4 szelet sertéskaraj,
- só, őrölt fekete bors,
- 1 evőkanál olvasztott vaj,
- 10 dkg kemény sajt (ementáli/gouda),
- ½ teáskanál édesnemes paprika,
- ½ evőkanál vaj

A húst megmossuk, szárazra töröljük, sóval és borssal ízesítjük. Kevés só használunk, mert maga a sajt is sós. Az olvasztott vaját a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben** felforrósítjuk, és a hús mindkét oldalát sötétbarnára sütjük benne. A szeleteket kivesszük és a

2,8 literes Mesterszakács Füles Serpenyőben egymás mellé fektetjük. A **Konyhai Malmon** lereszeljük a sajtot, és elosztjuk a húson. Egyenletesen megszórjuk paprikával, és vékony vajszeleteket teszünk rájuk. A sütot 220 °C-ra bemelegítjük, és kb. 10 perc alatt megsütjük benne a húsokat, amíg a sajt megolvad.

Ezt az ételt zöldséggel is elkészíthetjük, így különösen ízletes lesz: 2-3 piros és sárga paprikát elfelezünk, kicsumázunk, kivágjuk az erét, megmossuk, és csíkokra vágjuk. A sült karajt kivesszük a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőből**, a paprikát a vajban megpirítjuk, majd a húson elosztjuk, sajttal megszórjuk, és azt rásütjük.

Gál Edit

Nyíregyházi Területi Képviselő

Mozzarellás padlizsán

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 60 dkg padlizsán,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 30 dkg paradicsom,
- 1 evőkanál töltött olívbogyó,
- 10 dkg zöldpaprika,
- 15 dkg mozzarella,
- bazsalikom,
- 2 evőkanál sűrített paradicsom,
- 2 evőkanál olaj,
- só, bors,
- 1 evőkanál oregánó

A padlizsánt a **Mesterszakács Szeletelő Késsel** 1 cm-es karikára vágjuk, megsózzuk, és 10 percig állni hagyjuk. A sajtot felkockázzuk, az olívbogyót felszeleteljük, a paradicsomot, paprikát szintén felkockázzuk. A padlizsán mindkét oldalát a **Mesterszakács Nyeles Serpenyőben** megsütjük, kivesszük, és meleg helyen hagyjuk. A serpenyőbe beletesszük a többi hozzávalót és a tört fokhagymát. Sózzuk, borsozzuk, és megsütjük, majd a végén a bazsalikkal, a sajttal és az oregánóval összerázzuk. Ha összesült, az olívoajjal megöntözzük, és kitesszük egy tálba. A serpenyőbe visszatesszük a padlizsánokat, rákanalazzuk a sűrített paradicsomot és a felkockázott hozzávalókat, és 5-10 percig átforrósítjuk. Magában, körettel, pirítóssal, vagy pizza feltétként fogyasztható.

Balla Andrea

Debreceni Területi Képviselő

Fokhagymás malaccomb leves, aszalt szilvával

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

Hozzávalók:

- 50 dkg malaccomb,
- 4 gerezd fokhagyma,
- fél karalábé,
- 2 sárgarépa,
- 2 petrezselyem gyökér,
- 15 dkg aszalt szilva,
- 1 evőkanál pirospaprika,
- 15 dkg liszt,
- 2 db tojás,
- 1 dl tejföl,
- só, bors,
- babérlevél

A **2,8 literes Mesterszakács Nyeles Főzőedény** felmelegítése után a kockára vágott combot fehéredésig megsütjük, majd kivesszük, és a **Kézi Aprítóval** apróra vágott vöröshagymát világosra pirítjuk, belekavarjuk a combot és a pirospaprikát, majd puhára pároljuk. A zöldségeket kockára vágjuk, a **Mesterszakács Párolóbetét** segítségével ropogósra pároljuk. A tojásból és a lisztből galuskát készítünk a **Konyhaművész Nokedli Szaggatóval**. A puhára párolt combot sózzuk, borsozzuk, beletesszük a babérlevelet és felengedjük kb. 1,5 liter vízzel, majd felfőzzük. Ezután tesszük bele a galuskát, és a tejjel besűrítjük. Tálaláskor tejjel és vágott petrezselyemzölddel díszítjük.

Paella

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

Hozzávalók:

Legfőbb elv, ami maradék a konyhában van az mind bele. Minden húsféle, tengergyümölcssei, és akár zöldségfélék is. Ha vásárolni kell a hozzávalókat, akkor a minimum:

- 20 dkg sertéshús,

- 1 csirkemell,
- 20 dkg egyéb húsféle (pl.: bacon szalonna, kolbász, stb.),
- 20 dkg rizs,
- 20 dkg sárgarépa (franciasaláta alap keverék is lehet),
- 2 fej hagyma,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 2 db paprika,
- 3 db paradicsom,
- 1/4 liter húsleves (lehet kockából),
- 2 dl fehérbor,
- 1 mokkáskanál sáfrány,
- só, bors,
- olívaolaj

A húsokat apró darabokra vágjuk a **Mesterszakács Henteskéssel**. A hagymát **Kézi Aprítóval** finomra aprítjuk, a paprikát vékony csíkokra, a meghámozott paradicsomot gerezdekre vágjuk. A **Mesterszakács Nagy Füles Serpenyőt** felhevítjük, és a húsokat kb. 10 percig sütjük benne. Hozzáadjuk a hagymát és a tört fokhagymát, közben sózzuk, borsozzuk ízlés szerint, gyakran kevergetve rátesszük a paprikát, paradicsomot és további kb. 5 percig együtt pároljuk. Ekkor már rátesszük a fedőt. Ráöntjük a levest, a fehérbort és hozzáadjuk a sáfrányt és a lestyánt. Belekeverjük a zöldségeket és a rizst. Amikor felforrt, akkor 15-20 percre a **Mesterszakács Nagy Füles Serpenyőt** magára hagyhatjuk, a főzés további részét az edény elvégzi. Tálalás előtt meglocsoljuk egy kis olívaolajjal. Remekművünket díszíthetjük citrommal, paprikával, ha van otthon. A többféle hús jól tesz az ízhatásnak, de egyféléből is nagyon finom. A lényeg az arányokban van. A variálhatóságnak csak a fantáziánk szab határt. Amennyiben szeretjük a rizst megpirítani, és a Partin, vagy otthon van rá idő, akkor az 5 perc párolás után kivesszük a serpenyőből a „lecsós” husit egy **Mikropároló edénybe**. A rizst kevés olajon megpirítjuk a **Mesterszakács serpenyőben**. Visszatesszük a húst, és az előzőekben leírt módon folytatjuk a készre párolást.

Kovács Györgyi
Budapest 2. Területi Képviselő

Chilis bab, avagy Chili Con Carne

- * Elkészítési idő: 1 óra vagy több
- * Főzési idő: 45 perc

Hozzávalók:

- Kb. 50 dkg darált hús (jobb, ha durvára darált, és ebből kb. 10 dkg kockázott baconszalonna),
- 3 nagy fej vöröshagyma (az egyik lila is lehet),
- 5 gerezd fokhagyma,
- 3 dl sör (legjobb a kukorica-, vagy búzasör),
- 2 doboz hámozott (vagy darabolt) paradicsomkonzerv,

- 1 kis doboz sűrített paradicsom,
- 2 doboz vörösbab konzerv,
- 1 doboz kukorica konzerv,
- 2 darab igazi chili paprika (ha gyerekek is eszik ez el is maradhat, helyette édes paprikakrém),
- kaliforniai paprika csíkokra vágva,
- tollhegy tészta,
- só, bors, cukor, chili, (cayenne bors)

A bacon szalonnát felkockázzuk, a hagymát megpucoljuk, és a **Kézi Aprítóval** felaprítjuk, A fokhagymát a **Kombiprésen** áttörjük, majd a **Mesterszakács Füles Serpenyőbe** tesszük őket ebben a sorrendben. A bacon egy kis levet ereszt, ezen fedő alatt megdinszteljük a hagymákat. Amikor hagyma félpuha, és a saját levét kezdi elfőni, hozzáadjuk a húst, és fehéredésig pirítjuk fedő nélkül. Ezután felöntjük a sörrel, hozzáadjuk a paradicsomkonzerveket, a leszűrt vörösbabot és a leszűrt kukoricát, az apróra vágott (esetleg előbb kimagozott) chili paprikákat, majd fűszerezzük ízlés szerint sóval, borssal, cayenne borssal, chili paprikaporral és kb. másfél teáskanál cukorral. Fedő alatt, mérsékelt tűzön, kb. 25 perc alatt összefőzzük. A főzés befejezése előtt hozzáadjuk a felcsíkozott kaliforniai paprikát (szebb, ha több színű), és a **Tálalomesterben** megfőzött tollhegy tésztát. Nagyon finom sűrű állagú lesz! Igazi egytálétel.

Kovács Györgyi
Budapest 2. Területi Képviselő

Diós busa

- * Szezonális: Karácsony
- * Elkészítési idő: 15 perc
- * Főzési idő: 5 perc

Hozzávalók:

- Busa szelet,
- halfűszer,
- zsemlemorzsa,
- darált dió,
- olaj

A busa szeleteket halfűszerrel beszórnuk. A zsemlemorzsát és a darált diót fele arányban összekeverjük, ebben megforgatjuk a halveszeleteket. A **2,8 literes Masterszakács Füles Serpenyőt** felforrósítjuk, 1-2 evőkanál olajat teszünk bele és 5 perc alatt megsütjük benne a hal szeleteket. Friss salátával kínáljuk.

Szauer Tünde
Budapest 2. Területi Képviselő

Tárkonyos Zöldségleves

* Szezonális: Kiemelt napok a naptárban

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 1 sárgarépa,
- 1 zöldség,
- 1 karalábé,
- 1 krumpli,
- 2-3 rózska karfiol,
- petrezselyem zöld,
- szárított tárkony,
- 2 húsleves kocka,
- mustár,
- tejszín,
- tárkonyecet,
- só, bors

A zöldségeket a **Konyhaművész Szeletelő**vel julienn-re vágjuk. A **2,8 literes Mesterszakács Nyeles Főzőedény**be 1,5 l vizet öntünk, és a húsleveskockával felmelegítjük. Beletesszük a zöldségeket, majd 15 percig főzzük. A mustárt, a tejszínt, az ecetet és a fűszereket a **Maxi-Mix**ben összerázzuk, beleöntjük a levesbe. Levesszük a tűzről, és állni hagyjuk.

Szauer Tünde

Budapest 2. Területi Képviselő

Narancsos - gyömbéres csirke rizzsel

* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 10 dkg rizs,
- 10 dkg vékonymetélt,
- 1 evőkanál vaj vagy margarin,
- 1 csésze narancslé,
- 35 dkg vékonyra csíkozott csirkemell filé,
- 2 gerezd fokhagyma,

- ¼ teáskanál őrölt gyömbér,
- 1 ½ csésze vékony,
- rövidre csíkozott sárgarépa,
- csirke fűszerkeverék

A **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben** gyakori kevergetés mellett a vajon megpirítjuk a rizst és a tésztát, míg aransárga nem lesz. Hozzákeverünk 1 ½ csésze vizet, a narancslevet, a csirkemellet, a fokhagymát, a gyömbért és a fűszerkeveréket, majd felforraljuk. Lefedjük, és alacsonyabb fokozaton kb. 10 percig pároljuk. Végül hozzákeverjük a sárgarépát, és lefedve még további 5-10 percig pároljuk, amíg a rizs megpuhul és beszívja a szaftot.

Major Ferencné Kati
Kaposvári Területi Képviselő

Farmer ragu

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

Hozzávalók:

- ½ kg csirkemell,
- 20 dkg füstölt szalonna,
- 30 dkg gomba,
- 1 kg mexikói zöldségkeverék (kukoricás),
- só, chili, frissen őrölt bors

A csíkokra vágott csirkemellet a szokásos módon elősütjük a **Mesterszakács 5,7 literes Nagy Fűles Serpenyőben**. A fehéredésig pirított csirkemellet kiszedjük, és a **Mesterszakács Henteskéssel** kockára vágott húsos szalonnát is megpirítjuk, majd visszatesszük a csirkemellet. Erre ráhalmozzuk a **Konyhai Mindenttudóban** nem túl apróra vágott gombát. Miután ezzel is átsütjük, ráöntjük a zöldségkeveréket, fűszerezzük és lassú tűzön fedő alatt puhára pároljuk.

Moór Béláné Margó
Kaposvári Területi Képviselő

Párolt savanyú káposzta kolbásszal

- * Szezonális: Karácsony
- * Elkészítési idő: 45 perc
- * Főzési idő: 45 perc

Hozzávalók:

20-30 dkg húsos szalonna,
1 szál füstölt kolbász,
1 fej vöröshagyma 60 dkg burgonya,
1 kg savanyú káposzta, lé nélkül (nem kell átmosni),
1-2 kanál olaj vagy zsír,
3 szál kakukkfű,
2 dl száraz fehérbor,
só vagy ételízesítő

A szalonnát a **Mesterszakács Henteskéssel** apró kockára szeljük, és azt tesszük először az **5,7 literes Masterszakács Nagy Füles Serpenyőbe**. Tehetünk alá 1 kanál zsírt vagy 1-2 kanál olajat is, és a szalonnát szép pirosra sütjük. Utána rátesszük a **Kézi Aprítóval** összeaprított vöröshagymát és a karikára vagy kockára szelt kolbászt. Ezzel tovább sütjük pár percig. Ezután hozzáadjuk a **Konyhai Mindentudóban** apróra darált burgonyát és a levétől kinyomott savanyú káposztát. Először nagy lángon pirítjuk, majd időnként kevés vizet aláöntve lassan főzzük. Ízesítjük kakukkfűvel, vegetával és kevés őrölt borssal. Amikor már majdnem puha a káposzta, ráöntjük a bort, és egyszer összeforraljuk. Kitűnő köret lehet ez sült húsok mellé, de önálló egytálételnek is beillik puha kenyérrel.

Moór Béláné Margó
Kaposvári Területi Képviselő

Tojásos sült rizs

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

Hozzávalók:

- Főtt rizs (thaiföldi, kínai vagy indiai rizs),
- napraforgóolaj,
- 2 db tojás,
- 1 db újhagyma,
- só,
- rizskivonat (más néven kínai só) vagy húslé,
- szójaszós

A tojásokat felferjük, az újhagymát a zöldjével együtt felaprítjuk. A **Mesterszakács Wokot** felforrósítjuk, beleöntjük a napraforgóolajat (kb ½ tojásnyit), és addig forraljuk, amíg enyhén fodrozódní és füstölögni nem kezd. Beleöntjük a felvert tojásokat, és enyhén átsütjük, majd **Mesterfogás Keverőkanállal** felaprítjuk. A tojást kevés ideig kell sütni – nem kell megvárni, amíg teljesen piros lesz, mert akkor kiszárad. Hozzáadjuk a főtt rizst, és összekeverjük. Addig kell sütni, amíg a szemek szét nem válnak, és enyhén át nem pirulnak. Végül hozzáadjuk a sőt, majd az újhagymát, és addig sütjük, amíg a hagyma intenzíven illatozni nem kezd (kb. ½

perc). Ezt követően jön egy kevés rizskivonat vagy húslé. Ha valaki szójaszószos sült rizst akar, akkor most kell egy kevés szójaszószt beleönteni, éppen, hogy a színe szép legyen.

Boruzsné Galamb Ágnes
Kaposvári Területi Képviselő

Roston sült debreceni kolbászkák, fűszeres burgonyával

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 8 db debreceni kolbász,
- 0,5 dl olaj,
- 12 db közepes héjában főtt burgonya,
- 3 szál kakukkfű,
- 1/2 csokor petrezselyem,
- 1 kis csokor snidling,
- só, őrölt bors

A kolbászokat vékonyan megkenjük olajjal, és a forró **Mesterszakács Nyeles Rostonsütő**ben közepes tűzön minden oldalukat pirosra sütjük. Közben a héjában főtt burgonyákat hosszában félbevágjuk, majd sóval, borssal, aprított kakukkfűvel, petrezselyemmel, snidlinggel fűszerezzük, meglocsoljuk az olajjal, összeforgatjuk, és szintén a forró **Mesterszakács Nyeles Rostonsütő**ben megsütjük. Ha elkészültek, a fűszeres burgonyákat tányérra tesszük, és melléfektetjük a debreceni kolbászkákat.

Kaposvári Területi Képviselő

Almás túrófánk

* Szezonális: Húsvét

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 15 perc

(olaj nélkül, serpenyőben)

Hozzávalók:

- 80 dkg héjában főtt burgonya (párolóban is készülhet),
- 40 dkg alma,
- 25 dkg sovány túró,
- 15 dkg liszt,
- 1 teáskanál sütőpor,
- ½ teáskanál só,
- 2 tojás,
- 4 evőkanál cukor,
- 1 citrom reszelt héja,
- 5 evőkanál olvasztott vaj,
- 1 teáskanál őrölt fahéj

A burgonyát az **Univerzális Zöldséghámozóval** meghámozzuk, és a **Konyhaművész Univerzális Reszelőbetéttel** finoman lereszeljük a **3 literes Konyhaművész Keverőtálba**. Az almát durvára reszeljük, és a krumplihoz adjuk. Lecsöpögtetjük a túró, és a liszttel, a sütőporral, a sóval, 2 evőkanál cukorral és a citromlével a burgonyás almához adjuk. A tojásokat felverjük, és a tésztaához adjuk. A burgonyatésztát kicsit átggyúrjuk, és olajozott **Gyúrólapon** 6-7 cm átmérőjű rudat formázunk belőle. 1,5 cm vastag szeletekre vágjuk, és a szeleteket kissé kinyújtjuk. **Mesterszakács Serpenyőben** 2-3 evőkanál olvasztott vajon 4 perc alatt a párnáknak mindkét oldalát aranybarnára sütjük. A túrópárnákat egymás után kisütjük a maradék vajban. Fahéjas cukorral meghintjük őket. Almaszósz vagy befőtt, pl.: cseresznye, alma, körte vagy vörös áfonya illik hozzá.

Kaposvári Területi Képviselő

Könnyű Nyári Ragu

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 20 dkg bacon szalonna,
- 50 dkg csirkemell,
- 25 dkg gomba,
- 1 kicsi cukkíni,
- 1 húsos paprika (piros),
- 3 db savanyú uborka,
- 1 póréhagyma,
- só, bors, vegeta,
- kevés olaj

Kevés olajon a csíkokra vágott szalonnát a **Mesterszakács Wokban** lepirítjuk, hozzátesszük a felkockázott csirkemellet, és együtt pirítjuk tovább, majd fedővel pároljuk egy kicsit. Ezután külön-külön keverjük és sütjük hozzá a zöldségeket: a cikkekre vágott gombát és a cukkínit, a

csíkokra vágott paprikát és az apróra kockázott savanyú uborkát. Fűszerezzük, és együtt pároljuk tovább. A legvégén a póréhagymát is hozzáadjuk. Kicsit pároljuk fedővel, és kész.

Barth Éva
Kaposvári Területi Képviselő

Sajtos-rozmaringos burgonya

* Elkészítési idő: 45 perc

* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók (2 személyre):

- 4 szelet korpából készült bagett,
- 10 dkg Feta sajt,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 evőkanál citromlé,
- 50 dkg burgonya,
- 5 db paradicsom,
- 3 szál friss vagy szárított rozmaring,
- 4 evőkanál olíva olaj,
- só, bors, chili

A bagett héját a **Konyhaművész Univerzális Reszelőbetéttel** lereszeljük, belsejét kockára aprítjuk. A sajtot a **Mesterszakács Szeletelő Késsel** 1 centis kockákra vágjuk. A fokhagymát szétzúzzuk. Az egészet összekeverjük a **3 literes Konyhaművész Keverőtálban**, és hozzáadjuk a citromlében elkevert chilit. Ismét jól összeforgatjuk. A meghámozott burgonyát kockákra vágjuk, és felitatjuk róla a nedvességet. A rozmaringot megmossuk, leveleit lecsipkedjük. A paradicsomot csíkokra vágjuk. Felforrósítjuk a **Mesterszakács Wokot**, és felmelegítjük az olajat. Beletesszük a burgonyát, közepes lángon meg-megkeverve 7 perc alatt szép barnára sütjük, majd a wok szélére húzzuk. A bagettet és a rozmaringot beletesszük a wokba, és 1 percig sütjük. Hozzákeverjük a burgonyát, és a paradicsomot, majd sóval, borssal ízesítjük. Végül rátesszük a kockákra vágott sajtot, és lefedve fél perc alatt felforrósítjuk. Azonnal tálaljuk. Jól illik hozzá az uborkasaláta.

Sebestyén Évi
Kaposvári Területi Képviselő

Mogyorós csirke

* Szezonális: Kiemelt napok a naptárban

* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 50 dkg csirkemell filé,
- 3 evőkanál szójaszósz,
- 2 gerezd fokhagyma,
- 1 csomag újhagyma,
- 10 dkg sósmogyoró,
- 1 csapott mokkáskanál őrölt bors,
- 4 evőkanál olaj,
- 1 evőkanál liszt,
- kevés só

A megmosott csirkemell filét kb. 2 cm-es kockákra vágjuk, liszttel megszórjuk, beleforgatjuk a szójaszószba, amibe borsot is teszünk, és félre tesszük. 20-25 percig állni hagyjuk. A fokhagymát negyedekbe, az újhagymát kis zölddel 1 cm-es darabokra vágjuk. A földimogyorót egy kicsit megpirítjuk. Az olajat felhevítjük a **Mesterszakács Wokban**, beletesszük a szójaszószos húst, a fokhagymát és 4-5 percig sütjük, rázogatjuk. Hozzáadunk 1 dl vizet és az újhagymát, 10 percig főzzük. A végén belerakjuk a mogyorót és összeforgatjuk.

Boruzsné Galamb Ágnes
Kaposvári Területi Képviselő