

# Mediterrán Tonhalsaláta

\* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

\* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 1 kg tonhalfilé vagy más fajta tengeri halfilé,
- 1-2 citrom leve,
- 25-30 dkg paradicsom,
- 2 nagy fej vöröshagyma,
- 5-6 gerezd fokhagyma,
- 1 fiola kapribogyó,
- 40-50 dkg magozott olívbogyó (vegyesen zöld és fekete),
- 1/2 dl olívaolaj, Kotányi Halak Fűszerkeverék,
- ízlés szerint só, kakukkfű, bazsalikom és oregánó

Ha fagyasztott halfilét használunk, akkor előzőleg azt teljesen fel kell olvasztani, és le kell csöpögtetni. Erre a legalkalmasabb a **4 literes Tálalomester**. Ha túl „vizesek” még a halszeletek, akkor a két tenyerünk között még kinyomhatjuk belőlük a felesleges folyadékot. A halfilét kisebb, kb. tenyérynyi darabokra vágjuk a **Mesterszakács Filéző Késsel**, majd meglocsoljuk citromlével és kb. fél óra múlva ismét lecsepegtetjük. Utána a halszeleteket megsózzuk, és a Kotányi Halak Fűszerkeverékkel megszórjuk. A 28 cm átmérőjű **Mesterszakács Serpenyőben** fedő nélkül, forró olívaolajon mindkét oldalukat hirtelen megsütjük. Az edényből kivesszük a halat, félretesszük. A serpenyőben a visszamaradt olajon megpároljuk a **Konyhai Mindentudóban** összeaprított vöröshagymát és fokhagymát. Majd hozzáteszük a félbevágott olívbogyókat és a levétől leszűrt kapribogyót is. Ízlés szerint fűszerezünk a ragut és fedő alatt kb. 10 perc alatt összeforraljuk. Végül a halszeleteket is a tetejére tesszük, majd erre kerül a felszeletelt paradicsom. Így már csak átmelegítjük az egészet. Pirított barna kenyérrel vagy penne tésztával tálaljuk. Hidegen is nagyon finom.

Csukásné Reményi Györgyi  
Székesfehérvári Területi Képviselő

# Citromos – rozmaringos csirke/pulykaragu

\* Elkészítési idő: 45 perc

\* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 60 dkg csirke v. pulykamell filé,

- 1 dl tejszín,
- 1 dl tej,
- 1/2 pohár tejföl,
- 2 teáskanál étkezési keményítő,
- 1 citrom,
- 1 fej vöröshagyma,
- 2-3 gerezd fokhagyma,
- 1 szál friss rozmaring,
- olívaolaj tetszés szerint (készülhet olaj nélkül is),
- só

A kockára vágott húst a **2,8 literes Mesterszakács Nyeles Főzőedényben** fedő nélkül nagy lángon hirtelen, megpirítjuk, majd kivesszük az edényből a húst. Közben az **1 literes Friss Tálban** összekeverjük a citrom héját, a levét, a tejszínt, a tejet, a tejfölt és az étkezési keményítőt. Az olajban megpirítjuk a zúzott fokhagymát és a **Kézi Aprítóval** nagyon apróra vágott vöröshagymát. Hozzáöntjük az imént összekevert „mártást”. Apróra vágott friss rozmaringot szórunk rá és összeforraljuk az egészet. A húst visszatesszük a forró mártásba, megsózzuk, és lassú tűzön fedő alatt puhára pároljuk. Galuskával tálaljuk.

Csukásné Reményi Györgyi  
Székesfehérvári Területi Képviselő

## Petrezselymes Fokhagymamártás

\* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

\* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 5 dkg vaj,
- 2 fej fokhagyma,
- fél dl fehérbor,
- 1 csokor petrezselyem,
- 1 dl tejszín,
- só és frissen őrölt bors,
- 1 csokor petrezselyem a díszítéshez

A vajat megolvasztjuk az **1 literes Mesterszakács Nyeles Főzőedényben**. Amikor habosodni kezd, hozzáadjuk a tisztított, gerezdekre szedett fokhagymát, és néha megkevergetve 10-15 perc alatt addig főzzük kis lángon, amíg puha és aranybarna nem lesz. Ezután hozzáöntjük a bort, amit erős lángon elfőzünk róla. Ha kész, a boros fokhagymát a **Konyhai Mindenttudóban** a petrezselyemmel és a tejszín felével összepépesítjük, majd sózzuk, borsozzuk. Ezután a pürét visszaöntjük az edénybe és kis lángon újra megmelegítjük. Tehetünk hozzá a tészta főzővizéből is, majd hígítjuk annyi tejszínnel, hogy sűrű mártás állagú legyen. Ekkor nagy lángon jól összeforraljuk. **Tálalómesterben** főtt orsó- vagy kagylótésztahoz ajánljuk. A tésztát össze is keverhetjük a mártással. Apróra vágott friss

petrezselyemmel díszítjük.

Csukásné Reményi Györgyi  
Székesfehérvári Területi Képviselő

## Sonkával és zsályával sült csirke/pulykamell

\* Elkészítési idő: 30 perc vagy több

\* Főzési idő: 30 perc

Hozzávalók:

- 60 dkg pulyka- vagy csirkemell filé,
- 20 dkg füstölt (nem főtt) sonka, szeletenként
- 1-2 db friss zsályalevél,
- ízlés szerint só,
- kevés zúzott fokhagyma

A húst vékony szeletekre vágjuk és egyik felét a **28 cm átmérőjű Mesterszakács Serpenyőben** zsiradék nélkül pirosra sütjük. Ha az edény már „elengedte” a húst, kivesszük egy tányérra, és a nem pirított felület bekenjük egy kevés zúzott fokhagymával, majd visszatesszük az edénybe. A már pirított felükre ráhelyezünk egy-egy szelet füstölt sonkát és erre 1-2 zsályalevelet. Először fedő nélkül, forró edényben ezt az oldalát is megpirítjuk a húsnak, majd fedő alatt kis lángon puhára pároljuk. Friss salátával tálaljuk.

Csukásné Reményi Györgyi  
Székesfehérvári TK

## Sertés szűzpecsenye Sztroganoff módra

\* Szezonális: Kiemelt napok a naptárban

\* Elkészítési idő: 1 óra vagy több

\* Főzési idő: 45 perc

Hozzávalók:

- 60 dkg sertés szűzpecsenye,
- 1 fej vöröshagyma,
- 25 dkg gomba,
- 10 dkg csemege uborka,
- 1,5 dl fehérbor,
- 1 evőkanál liszt,

- 2 dl tejszín,
- vaj,
- mustár,
- őrölt bors, só

A **Kézi Aprítóval** finomra vágott hagymát kevés vajban megpirítjuk a **2,8 literes Mesterszakács Füles Serpenyőben**. Hozzáadjuk a **Mesterszakács Szeletelő Késsel** ceruza vastagságúra felaprított húst, és erősebb lángon megpirítjuk. Sóval, borssal fűszerezzük, hozzáadjuk a **Konyhaművész Szeletelővel** felszeletelt gombát, uborkát, és addig pirítjuk, amíg elfövi a levét. Liszttel megszórjuk, beleöntjük a bort. Amikor felforrt, hozzáadjuk a tejszínt, a mustárt és összefőzzük. A **Kézi Aprítóval** apróra vágott petrezselyemmel megszórva, párolt rizzsel tálaljuk.

Papp Lajosné  
Szolnoki Területi Képviselő

## Töltött zeller

- \* Elkészítési idő: 30 perc vagy több
- \* Főzési idő: 15 perc

Hozzávalók:

- 2-3 friss, tavaszi zellergumó,
- 10 dkg füstölt (nem főtt) sonka,
- 10 dkg füstölt mozzarella sajt

A megtisztított zellergumókat kb. 1 cm vastag szeletekre vágjuk, és a **2,8 literes Mesterszakács Füles Serpenyőben** fedő nélkül hirtelen megpirítjuk mind a két oldalukon. Két-két szelet zeller közé egy vékony szelet füstölt sonkát teszünk, majd a „torony” tetejére egy szelet mozzarella sajtot. A töltött zellert visszatesszük az edénybe és fedő alatt kb. 10-12 percig pároljuk. Ez idő alatt a sajt szépen megolvad. Ha nem lenne elég sós a sonka, akkor mielőtt megtöltjük a zellert, megsózhatjuk.

Csukásné Reményi Györgyi  
Székesfehérvári Területi Képviselő

## Vadas csirkemell fűszeres zsemlegombóccal

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

Hozzávalók:

- 50 dkg csirkemell,
- 1 fej hagyma, 2 nagyobb sárgarépa,
- 1 pohár tejföl,
- 1 evőkanál mustár,
- 1 evőkanál liszt,
- bors, tárkony, lestyán

Hozzávalók a zsemlegombóchoz:

- 4 db tömörebb zsemle,
- 3 evőkanál olívaolaj,
- 1 közepes fej vöröshagyma,
- 1 gerezd fokhagyma,
- 1 csokor petrezselyem,
- 3 db tojás,
- 40 dkg liszt,
- só, frissen őrölt bors

A hagymát a **Kézi Aprítóval** felaprítjuk, és kevés étolajon megpirítjuk, a **Mesterszakács Nagy Nyeles Serpenyőben**. A csirkemellet a **Mesterszakács Filéző Késsel** csíkokra szeleteljük, fehéredésig pirítjuk. Közben a **Konyhaművész Univerzális Reszelőbetéten** lereszeljük a sárgarépát és a húshoz tesszük. Rátesszük a fedőt, és ha megfolyt a pára a tetején, takarékra vesszük. Így még körülbelül 10 percig főzzük. Közben a **Maxi-Mixben** 1,5 dl vízzel, 1 pohár tejföllel, 1 evőkanál mustárral és 1 evőkanál liszttel habarást készítünk, és a hústra öntjük. Még egyszer összeforraljuk, lehetőség szerint frissen szedett tárkonnyal, lestyánnal és petrezselyemzölddel ízesítjük. (Ha nincs jó a szárított is).

Köretnek nagyon finom hozzá a zsemlegombóc. A zsemleket 1x1 centis kockákra daraboljuk, majd sütőben szárazon megpirítjuk, és a **Konyhaművész Keverőtálba** szórjuk. Ezután a forró olívaolajon megpirítjuk az apróra vágott vöröshagymát, fokhagymát, majd rászórjuk az aprított petrezselymet összekeverjük, és a zsemlére öntjük. Végül sózzuk, borsozzuk, hozzáütjük a tojásokat, rászórjuk a lisztet, és annyi hideg vizet adunk hozzá, hogy kézzel formálható könnyű tésztát kapjunk. Ezután vizes kézzel golflabda nagyságú gombócokat gömbölyítünk belőle, és sós forró vízben a **2,8 literes Masterszakács Főzőedényben** kifőzzük. Ha elkészültek leszűrjük, leöblítjük, lecsepegtetjük, és kevés olajjal meglocsolva átfogatjuk, hogy tálalásig ne száradjon meg a felülete.

Kissné Csillag Friderika  
Győri Területi Képviselő