

Zsidó ételek

Sokfelé kalandoztunk már, most ismét egy izgalmas és érdekes kulináris világba próbálunk betekinteni, természetesen a teljesség igénye nélkül. Ezúttal a zsidó konyha tán legnépszerűbb, legismertebb ételét mutatjuk be, ez a sólet, amely töltött libanyakkal, kuglival, füstölt hússal gazdagítva magasztossá tette a szombati pihenőnapot, de még silányabb változatként, konzervdobozba zárva is jóllakatja lelkes híveit. Kipróbálhatnak még más recepteket is.

Sólet 1.

Hozzávalók: 1 kg fehérbab, 1 kg ízlés szerinti füstölt hús, 2 nagy fej hagyma apróra vágva, 5 gerezd fokhagyma, 2 kanálnyi libazsír, 3 babérlevél, 1 kanál fűszerpaprika, só.

A babot és a húsokat előző este beáztatom. Egy nagy tűzálló köcsögbe pakolom a babot, a füstölt húst, rá a hagymát, a paprikát, a zúzott fokhagymát, a babérlevelet, valamint a libazsírt. Sót csak szükség esetén teszek bele, ami függ a hús sósságától. Annyi vizet öntök rá, hogy ellepje. Felforralom és lefedve nagyon lassú tűzön 3-4 órán át főzöm.

Sólet 2.

Hozzávalók: 120 dkg fehérbab, 1 füstölt libacomb, fél kg marhaszegy, 2-3 nagy fej hagyma apróra vágva, 5 gerezd fokhagyma, 2 kanálnyi libazsír, 3 babérlevél, 1 kanál fűszerpaprika, késhegynyi őrölt feketebors, só.

A babot és a combot előző este beáztatom. A szegyet az egyik hagymával elkészítem pörköltnek, de nem főzöm puhára, hanem egy nagy tűzálló köcsögbe pakolom a babbal, a libacombbal együtt, rá a hagymát, a maradék paprikát, a zúzott fokhagymát, a babérlevelet, valamint a libazsírt. Sót csak szükség esetén teszek bele, ami függ a hús sósságától. Annyi vizet öntök rá, hogy ellepje. Felforralom és lefedve nagyon lassú tűzön 3-4 órán át főzöm. Ez történhet kemencében, sütőben vagy a tűzhely lángján is.

Goj sólet 1. (sertéshúsból)

Hozzávalók: 1 kg fehérbab, 1 füstölt csülök és 40 dkg füstölt oldalas, 2 nagy fej hagyma apróra vágva, 2 gerezd fokhagyma, 2 kanálnyi libazsír, 4 babérlevél, 1 evőkanál fűszerpaprika, só.

A babot és a húsokat előző este beáztatom. Egy nagy tűzálló tálba pakolom a babot, a füstölt húst, rá a hagymát, a paprikát, a zúzott fokhagymát, a babérlevelet, valamint a libazsírt. Sót itt is csak szükség esetén teszek bele. Annyi vizet öntök rá, hogy

ellepje. Felforralom és lefedve nagyon lassú tűzön 3-4 órán át főzöm vagy sütöm kemencében, sütőben, vagy akár a tűzhely lángján is.

Sólet (édesanyámtól)

Hozzávalók: 1 kg fehérbab, 1 kg ízlés szerinti füstölt hús, 2 nagy fej hagyma apróra vágva, 5 gerezdfokhagyma, 2 kanálnyi libazsír, 3 babérlevél, 1 kanál fűszerpaprika, só.

A babot és a húsokat előző este beáztatom. Egy nagy tűzálló köcsögbe pakolom a babot, a füstölt húst, rá a hagymát, a paprikát, a zúzott fokhagymát, a babérlevelet, valamint a libazsírt. Sót a hús sósságától függően teszek bele. Annyi vizet öntök rá, hogy ellepje. Felforralom és lefedve nagyon lassú tűzön 3-4 órán át főzöm.

Padlizsánkrém

Hozzávalók: 1 kg padlizsán, 3 evőkanál olívaolaj, 2 kávéskanál só, 5 gerezd fokhagyma, 1/2 kávéskanál őrölt fekete bors, 1/2 kávéskanál ételízesítő.

A padlizsánt meggrillezem (oldalanként 8-10 perc), vagy sütőbe teszem (150-160 fokon kb. 1 óra), hűlni hagyom, majd meghámozom (fa, vagy műanyag késsel) és összetöröm. Elkeverem a zúzott fokhagymával, az olajjal, a sóval és a fűszerekkel. Szépen díszítve tálalom.

Libarizottó

Hozzávalók: 3 liba aprólékja (ca. 2,5 kg), 3 dkg só, 20 dkg sárgarépa, 10 dkg gyökér, 10 dkg zeller, 5 dkg hagyma, 10 dkg libazsír, 2 g őrölt feketebors, 1 g majoranna, 15 dkg gomba, 5 szelet (3 dekás) sült libamáj, 1 csomó petrezselyem, 20 dkg zsenge zöldborsó (konzerv).

Előkészítem, alaposan megmosom a libaaprólékot, szárnyat, nyakat. A szárnyakat a forgóknál elvágom. Lehúzó a zúza bőrét és a zúzat feldarabolom. A lábakat leforrázom és lehúzó a felső bőrreteget. A hátakat kettévágom. Az így előkészített libaaprólékot többször megmosom. A megmosott, megtisztított levezőldséget vastag karikákra, a megmosott gombát vékony csíkokra vágom. Felhevítem a libazsír felét és abban aranyárgára pirítom a finomra vágott hagymát, majd beleteszem a vízből kivett libaaprólékot. Sózom, borsozom és majorannával fűszerezem. Megkeverem, majd fedő alatt 10 percig párolom. Ekkor hozzáadom a levezőldséget, a finomra vágott petrezselyemzöldet és annyi vízzel öntöm fel, amennyi ellepi. Közepes lángon, fedő alatt

főzöm, mialatt többször megkeverem. Időközben a rizst megmosom, lecsepegtetem, kevés libazsírban megforrosítom és a majdnem puha libaaprólékhoz adom. Arra feltétlenül ügyeljünk, hogy mindig folyadékban álljon, hiszen a rizs sok vizet fog felszívni. Végül hozzáadom a gombát és a zöldborsót, majd ízesítem, forrásba hozom és lefedve a sütőbe rakva közepes hőfokon párolom. A hús és a rizs kb. 20 perc alatt lesz kész. Tálalás előtt még óvatosan átkeverem, ügyelve arra, hogy a hús ne váljon le a csontokról.

Sült liba

Hozzávalók: 1 liba, 4-6 kis alma, 4 ág fehérüröm, 2 teáskanál keményítő, só.

A libát kívül-belül besózom, az almát és a fehérürömöt a hasába teszem. Egy fedeles serpenyőt 3-4 cm magasan megtöltök vízzel, felforralom, beleteszem a libát és lefedve kis lángon párolom. Mikor elkezd pirulni, utána öntök kevés forró vizet. Gyakran öntözgetem a pecsenyét a levével, időnként pedig beleszurkállok a püspökfalatjába, hogy a zsírja kiszülhessen. Kevéssel a sütés vége előtt leveszem a tetejét és a forró sütőbe teszem. Hideg sós vízzel beecsetelem és ropogósra sütöm. Nagyon finom, értékes étel a libasült, melyet lassan már sehol sem lehet kapni.

Sült libamell

Hozzávalók: 2 libamell, 2 deci libazsír, bors, egy kis hagyma, 4-5 gerezd fokhagyma, só.

A libamellek bőrös oldalát kárószzerűen, nem túl mélyen bevagdalom, bedörzsölöm őket sóval és megborsozom. Egy fedeles serpenyőben libazsír hevíték, majd hirtelen mindkét oldalról megkapatom a melleket (először a bőrös felét teszem bele – ez oldalanként kb. 2 perc). Az edénybe töltök még 2 deci vizet és beleteszem a félbevágott hagymát, illetve a megtisztított fokhagymagerezdeket. Sütőben lefedve kis lángon 35-40 percig párolom. Ekkor leveszem a fedelét és továbbra is kis lángon gyakran locsolgatva szép pirosra sütöm. Kis pihentetés után fél centis szeletekre vágom és tetszés szerinti körettel tálalom.

Vadas libacomb

Hozzávalók: 2 libacomb, 1 fej hagyma, 2 evőkanál libazsír, 1 nagy sárgarépa, 1 gyökér, kevés liszt, 1 citrom, 2 babérlevél, 1 evőkanál mustár, cukor, só, őrölt fehérbors.

A combokat besózom, kevés zsíron mindkét oldalát pirosra sütöm. A visszamaradt zsíron megpirítom a felszeletelt vöröshagymát és a felkarikázott zöldségeket. Annyi vízzel öntöm fel, hogy ellepje.

Beleteszem a babérlevelet, a mustárt, a cukrot, a sót és a borsot, majd felforralom. Visszateszem a lébe a combokat és puhára párolom. A combokat kivéve áttöröm, majd citromlével, fehérborssal ízesítem. Jól összeforralom és a combokra öntöm.

Sült libamáj

Hozzávalók: 80 dkg libamáj, 20 dkg hagyma, 10 dkg zsír, 3 g őrölt bors, 1 dkg fűszerpaprika, 2 g majoranna, 2 dkg só, 1 csomó vágott petrezselyem.

A libamáját vékony csíkokra, a hagymát pedig hajszálvékony szeletekre vágom. A hagymát a zsírban aranyháromra pirítom, hozzáadom a májat és magas hőmérsékleten rövid ideig pirítom. Mikor a máj majdnem puha, majorannával, borssal, paprikával és finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezem. Készre sütöm, sózom és azonnal tálalom. Köretként burgonyapürét, fejes salátát vagy más idénysalátát adok mellé.

Libatepertős pogácsa

Hozzávalók: 20 dkg libatöportyú, 8 dkg libazsír, 40 dkg liszt, 1 tojás sárgája, 4 kanál tejjől, 1 csapott evőkanál só.

A libatöportyút apróra vágom és elkeverem a hozzávalókkal. Alaposan összegyúrom a keveréket. Lisztezett deszkán kinyújtom, majd 4-5 hajtogatás után pogácsaszaggatóval kiszúrom. Tepsibe teszem, a tetejét megkenem felvert tojássárgájával és forró sütőben megsütöm.

Zserbó szelet

Hozzávalók: tészta: 50 dkg liszt, 25 dkg vaj, 6 dkg cukor, 1 1/2 dkg élesztő, fél deci tej, 2 tojás sárgája, csipetnyi só. Töltelék: 25 dkg darált dió, 15 dkg cukor, 1 csomag vaníliás cukor, sárgabarack lekvár, tetejére 1 tábla Party torta-bevonó.

A lisztet elmorzsolom a vajjal, majd hozzáadom a cukrot, a tejben futtatott élesztőt, csipetnyi sót és 2 tojás sárgáját. Könnyen gyúrható tésztává dolgozom és 30 percig pihentetem. Négy cipóra osztom, majd mindegyiket kinyújtom kisebb tepsis nagyságúra és megtöltöm. Töltelék: a darált diót a cukrokkal összekeverem és háromfelé osztom. A kikent, lisztezett tepsibe teszem az első kinyújtott tésztaalapot, megkenem lekvárral, majd meghintem a töltelékkel. Befedem a következő lappal. Így rétegezem őket. Akár villával is megszurkálhatom a tetejét és kis lángon sütöm (ez kb. 40 perc lesz). Kihűlés után a tetejét bevonom a tortabevonóval

(Forrás: Internet)