

NAGY ZSÓFIA

Palóc konyha

Dédanyáink és nagyanyáink kézzel írott receptfüzete tele volt kincsekkel. Ma már alig kóstolhatjuk ezeket az ételeket, mivel sok családban nem készítik ezeket a finomságokat. Van, amit a gasztrodivatok, van, amit az életmódbeli változások, és van, amit a táplálkozástudománnyal foglalkozó szakemberek száműztek a konyháinkból. Számos kiváló fogást tehetnénk a palócok konyhájából egy képzeletbeli listára. Ezek közül szeretnék néhányat bemutatni.



Nagy Zsófia nagymamája, a kelenyei születésű Koncz Jánosné Csáky Erzsébet, akinek a recepteséből valók az alábbi ételkészítési módok. A leírásban megőriztük az eredeti szöveget.

Korpacibere

Két liter korpadarát egy négyliteres fazékban leforrázunk, tele *töltsük* vízzel, és megsózzuk. Ha langyosra hűlt, teszünk bele kenyérbelet, utána meleg helyre *állítsuk*, attól pár nap alatt megsavanyodik. Akkor leszűrjük, főltszük forni, s közben egy-két *marok* köleskását teszünk bele. Mikor

megfőtt, 3-4 tojássárgájával behabarjuk, lassan, vigyázva, hogy a tojás össze ne csomósodjék. Ez az étel finom és soha nem lehet megunni.

A korpacibere erjedéssel készült *kellemessen savankás* lé, amit általában levesek savanyítására is használnak, de önálló ételként is megállja a helyét. Nyáron, jól behűtve ásványvízzel fröccsnek is elkészíthetjük, vagy magában is fogyaszthatjuk. Napi egy pohár korpacibere gyógyír a májnak, tüdőnek, vérszegénységben és magas vérnyomásban szenvedőknek, megelőzi a szívinfarktust.

Leginytál

A megpucolt, felkarikázott krumplit egy kevés zsíron megsütjük. Egy másik lábasban megsütjük a felkarikázott hagymát, hozzáadjuk a cikkekre vágott paradicsomot és a paprikát, ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Amikor megsült, hozzákeverjük a krumplihoz, és beletesszük a felkarikázott kolbászt is. A tojásokat felferjük, sózzuk, a krumplira öntjük, majd jól összesütjük.

Nyúlpástétom (nyúlpép)

A megnyúzott nyulat vízzel háromszor egymás után leforrázzuk, mindegyik forrázás után hűlni hagyjuk. A harmadszori forró vízhez ecetet is öntünk, hogy ne legyen vad íze, majd hagyjuk kihűlni a vízben. Ha kihűlt, átmoszuk, és lefejtjük róla a húsát (a csontos részekből levest készíthetünk). Megsózzuk, és egy jó kanál bő zsírban fedő nélkül hirtelen sülni hagyjuk, mindegyik oldalát jól megpirítjuk. A zsírból kiszedve finom apróra vagdalsuk a húst. A megmaradt zsírban egy fej reszelt hagymát és három gerezd fokhagymát pirítunk, amit a zsírral együtt a hússal öntünk, hozzáadunk egy nagy csokor finomra vágott petrezselyemzöldjét, 1-2 darab tejbe áztatott zsemlet, 7 tojássárgáját, majd sózzuk, borsozzuk. Jól összekeverjük és hozzáadjuk a 7 tojás felvert habját. Kizsírozott, zománcozott formában megsütjük.

Töltelékes sült libamell

A liba mellét finomra vagdalsuk, fél zsemle morzsáját, egész tojást, sót, borsot, paprikát, egy gerezd fokhagymát összegyúrunk. Visszaillesztjük a mellcsontra, tojássárgájával megkenjük, tepsibe tesszük, leöntjük zsírral, majd lassú tűzön a sütőben szép pirosra sütjük.

Töltött libanyak

A liba nyakáról a bőrt egészben húzzuk le. Egyik végét bevarrjuk. A beáztatott száraz kenyeret kinyomkodjuk és ledaráljuk 2 gerezd fokhagymával, 1 fej hagymával, a májjal, szívvvel, zúzával. Összekeverjük 1 csokor finomra vágott petrezselyemmel, 2 tojással, sózzuk, ízesítjük pici borssal, csipetnyi majoránnával. A nyak bőrébe töltjük és a másik végét is bevarrjuk. Egy kevés zsírt és vizet öntünk alá, és lassan, többször saját levével meglocsolva pirosra sütjük. Melegen és hidegen fogyasztva egyformán finom.

Csavart hús

Szép, nagy marhahússzeleteket klopfolóval kiverünk, sózzuk, borsozzuk és megpaprikázzuk mind a két felét. Vékony szelet füstölt szalonnát fektetünk mindegyik szeletre, majd szorosán összecsavarjuk és cérnával átkötjük. Zsíron 1 fej kockára vágott hagymát megpirítunk, rátesszük a hústerkerceket, és *felöntsük* vízzel, hogy éppen ellepje. Sózzuk, majd beleteszünk 2-3 babérlevelet, 15-20 szem egész borsot, 2 evőkanál ecetet, 1 kockacukrot, 2 darab felszeletelt petrezselyemgyökeret, 1 darab sárgarépat és mindig annyi vízzel pótoljuk, hogy ne süljön. Egy fél órával a tálalás előtt vegyük ki a húst, és a levét törjük át szitán. Adjunk hozzá 1-2 evőkanál tejfölt, tegyük vissza forni, ha nagyon sűrű, öntsünk még hozzá vizet. Tálalás előtt *megszabadítsuk* a cérnáktól, éles késsel fél ujjnyi karikákra vágjuk. Tálba tesszük és a levét ráöntjük. (Fontos, hogy a hús nagyon *erősen* legyen összecsavarva és soha ne süljön a zsíron, csak párolódjon).

Szilvalekváros lepény

40 dkg liszt, 3 dkg élesztő, kb. 4 dl tej, 5 dkg cukor, 7 dkg vaj, 2 tojássárgája, pici só. A tetejére: szilvalekvár, 15 dkg darált mák, 10 dkg cukor, zsír.

A lisztet összedolgozzuk egy kevés langyos cukros tejben felfuttatott élesztővel, a tojássárgájával, a sóval és annyi langyos tejjel dagasztjuk be, hogy könnyű kalácstésztát kapjunk. Végül beledagasztjuk az olvasztott vaját és duplájára kelesztjük. Ujjnyi vastagra nyújtjuk, kizsírozott tepsibe terítjük. Félujjni vastagon megkenjük szilvalekvárral, majd megszórjuk a cukorral elkevert darált mákkal. Forró sütőben megsütjük.

Almás kelt palacsinta

Közönséges palacsintatészta: tojás, liszt, só, kevés cukor, kis darabka vaj, tej. Ehhez hozzáadunk egy darabka élesztőt. Az élesztőt előbb egy kis vízzel el kell keverni, hogy csomós ne legyen. A palacsintatésztát valamivel hígabbra hagyjuk, mert a kelésnél sűrűbb lesz, vagy 2 órával kisütés előtt megkeverjük, megkelés után a tésztát nem szabad keverni. Így készítve a palacsinta sokkal ízletesebb.

Az almát cukorral, fél citrom levével, 2 kanál baracklekvárral, egy marék mazsolaszólóval puhára párolunk. Megtöltjük vele a palacsintákat, feltekerjük, majd felvert tojásba és szitált morzsába hempergetjük es forró zsírban kisütjük.

Krumplis felfújt

Kb. 30 dkg krumpli, pici só, 1 dl tej, 5 dkg vaj.

A főtt krumplit alaposan összezúzzuk, hozzáadunk 3 kanál cukrot, 3 tojássárgáját és 3 tojás felvert habját. A masszát vajjal kikent kuglófformába tesszük, megsütjük. Ha kihűlt, megcukrozzuk.

Tejfölös lepény

2/4 lisztből, 1 tojásból, 1 sárgájából, negyed kg vajból, 2 kanál cukorral, csipet sóval tésztát készítünk és kelni hagyjuk.

Töltelék: 9 tojássárgáját 25 dkg porcukorral, 2 vaníliás cukorral, 3 dl tejföllel, 1 jó marék liszttel és a 9 tojás felvert habjával jól összekeverjük.

A tésztát ujjnyi vastagra nyújtjuk, s a tepsibe téve 15-20 percig sütjük. Aztán ráöntjük a töltelékét és lassú tűznél világossárgára sütjük. Melegen éles késsel szeleteljük.



*Agócs József:
A nap vége*