KÁRPÁTOK ÍZEI

A LEGFINOMABB ÉTELEK A ZAKUSZKÁTÓL A KÜRTŐSKALÁCSIG

IRINA GEORGESCU

hvg könyvek

Tartalom

Bevezető | 10

ELSŐ FEJEZET | 15

Előételek, saláták, apró falatok

Étvágygerjesztők román módra: fantasztikus krémek, zseniális puliszkareceptek és izgalmas, üde saláták, hogy a közös étkezés még nagyobb öröm legyen.

MÁSODIK FEJEZET | 47

Kenyérfélék és péksütemények

A kenyeret Romániában a mai napig nagy becsben tartják – alapvető élelmiszernek számít, a mindennapok és az ünnepek nélkülözhetetlen része. Kóstoljuk meg a burgonyás kenyeret, a kéményes-sajtos rudat, a fonott kalácsot, a cseresznyés pitét és a kürtőskalácsot.

HARMADIK FEJEZET | 69

Cibere és csorba

A cibere jellegzetesen savanykás romániai hozzávaló, amelyet számtalan leves és csorba ízesítésére használnak a tárkonyos csorbalevestől az omlettes salátalevesen át a töltött cukkinivel vagy ecetes paprikával tálalt csorbalevesig.

NEGYEDIK FEJEZET | 87

Főételek

A hagyományos romániai főételek általában tartalmas, házias raguk és egytálételek (*tocană* vagy *mâncare*), amelyeket savanyúságokkal, puliszkával és gombóccal fogyasztanak. A nemzeti klasszikusnak számító töltött káposztától, sült ürücombtól és bárányterrintől a sonkával töltött almáig, füstölt aszalt szilvás piláfig és kukoricabundában sült szardelláig terjedő kínálat páratlan kulináris utazásra hívja az olvasót.

ÖTÖDIK FEJEZET | 145

Desszertek

A romániai desszertekben Bizánc mesébe illő, varázslatos világa találkozik Ausztria és Franciaország kifinomult konyháival.

HATODIK FEJEZET | 185

Savanyúságok, befőttek, italok és alapreceptek

A nyár vége, ősz eleje a befőzés ideje: ilyenkor mindenki lekvárt, savanyúságot, befőttet és likőrt tesz el. A savanyú zöld paradicsomtól az ecetes töltött paprikáig, a csipkebogyólekvártól a meggylikőrig terjedő kínálat olyan nemzetről árulkodik, amelyik minden lehetséges alapanyagot felhasznál.

Évszakok és hagyományok | 212
Románia kulináris öröksége | 215
Románia kulturális értékei | 218
Képjegyzék | 219
Tárgymutató | 220

Salată de vinete

Padlizsánkrém lila hagymával és édeskéménymaggal

A románok egyszerűen imádják a padlizsánt – gyermekkorunkban állandóan azon versenyeztűnk, ki ehet majd először a friss, nyári padlizsánból. Édesanyám mindig megbeszélte a kedvenc zöldségesével, hogy tegyen félre neki pár darabot késő délutánig, amikor a munkából hazafelé jött, mivel addigra általában az összeset eladták, vagy a helyi hivatalnokok megvesztegetésére használták.

Élénk lángon felforrósítunk egy grillserpenyőt (vagy begyújtjuk a grillsütőt), és a padlizsánokat gyakori forgatás mellett addig sütjük, amíg meg nem puhulnak, és a héjuk kissé meg nem feketedik.

A padlizsánokat megszórjuk sóval, és enyhén döntött vágódeszkára fektetjük, hogy a levük lefolyhasson. Még melegen hosszában félbevágjuk, a húsát kikaparjuk, durvára vágjuk, és műanyag vagy fatálba tesszük.

Kis adagokban hozzáöntjük az olívaolajat, és egyenletesen eldolgozzuk. Hozzáadjuk a lila hagymát és az ecetet, csipetnyi sóval ízesítjük, összekeverjük, és ellenőrizzük az ízesítést. Végül megszórjuk édeskéménymaggal – ez ugyan nem igazán hagyományos, de én nagyon szeretem.

Ropogós héjú parasztkenyérre kenjük, és grillezett paprikasalátával (*lásd* lent) fogyasztjuk, de zamatos paradicsomba töltve tálalhatjuk könnyű ebédként is.

4-6 személyre

4 feszes, érett padlizsán
1 tk. só + az ízesítéshez
60 ml olívaolaj
2 közepes fej lila hagyma, finom kockára vágva
1 ek. balzsamecet
1 tk. édeskéménymag
ropogós héjú parasztkenyér, a tálaláshoz

Ardei copți

Grillezett paprikasaláta fokhagymaszósszal

A román konyha jellegzetes nyári ízei: édes, grillezett paprika savanykás, fokhagymás öntettel. Használjunk tökéletesen érett paprikát, így grillezés után sokkal könnyebb lesz meghámozni.

A paprikákat a fent leírt módon grillezzük, majd az égett héjukat óvatosan lehúzzuk, vigyázva, hogy a csumájukat ne tépjük ki (*lásd* a fotót). A sót feloldjuk az ecetben, hozzáadjuk a fokhagymát és az olajat, egyneműre keverjük, megkóstoljuk, ízlés szerint ízesítjük. A paprikákat csillag alakban (szárral kifelé) lapos tálba tesszük, és rákanalazzuk a szószt. Tálalás előtt 30 percig hagyjuk állni, hogy az ízek összeérjenek.

4-6 személyre

4-6 piros kaliforniai vagy kápia paprika
1 ek. almaborecet
csipetnyi só
3 ek. olívaolaj
1 gerezd fokhagyma, nagyon finomra, szinte krémesre aprítva

Covrigi

Meleg mákos-sós perec, joghurttal tálalva

A *covrigi* állagában a bagelre, formáját tekintve pedig a perecre hasonlít. Általában melegen fogyasztják – leginkább azért, mert senkinek sincs türelme kivárni, amíg kihűl. A mákos, szezámmagos vagy sima *covrigi* hagyományos román street food, ami remekül illik kávé vagy egy pohár joghurt mellé. Ha Bukarestben járva hosszú, kígyózó sort látunk valamelyik apró pékség előtt, álljunk be mi is, hogy megkóstolhassuk a város e jellegzetes, ropogós, meleg péksüteményét.

8 darabhoz

A tésztához:
500 g fehér kenyérliszt
11 g só
5 g kristálycukor
7 g instant élesztő
220 ml langyos víz
25 g olvasztott vaj
1 tojás

A mázhoz:
1 tojás, csurrantásnyi tejjel felverve
25 g mák
tengeri sópehely

A tálaláshoz:
natúr joghurt

A tésztához a hozzávalókat addig keverjük, amíg a tészta össze nem áll, és el nem válik a keverőtál falától. Nedves konyharuhával letakarjuk, és meleg, huzattól védett helyen kelesztjük 1 ½ órát.

Tenyerünket vékonyan beolajozzuk, a tésztát a munkafelületre borítjuk, és 8 egyenlő részre osztjuk. (A covrigit kétféleképpen formázhatjuk – az alábbiakban mindkét módszert bemutatjuk, de az egyszerűség kedvéért elég, ha csak az egyiket alkalmazzuk.)

Első módszer: a perec alakú *covrigi*hez az egyik tésztagolyót 40-45 cm hosszú hengerré nyújtjuk. Megfogjuk a két végét, kört formázunk belőle, majd egymáson keresztezzük őket. Ezután a tésztahenger két végét a szemközti ívhez tapasztjuk (*lásd* a fotón). Hasonlóan járunk el a többi adag tésztával is.

Második módszer: a fonott perechez fogunk egy tésztagolyót, két részre osztjuk, majd mindkettőt 40-45 cm hosszú hengerré formázzuk. A két hengert x alakban egymásra fektetjük, majd a közepétől indulva mindkét irányban kettős fonást készítünk. Ezután a két végét kör alakban összeillesztjük, és finoman összecsippentjük.

Vékonyan kiolajozunk két tepsit, és mindkettőre 4-4 perecet teszünk. Letakarjuk nedves konyharuhával, és 30 percig kelesztjük. Finoman megkenjük a tojásmázzal, és megszórjuk a mákkal és a sópehellyel.

A sütőt előmelegítjük 200 °C-ra (gázsütő 6. fokozat), és a pereceket 18 percig sütjük. Melegen, joghurttal tálaljuk.

Cozonac secuiesc

Kürtőskalács

Édesapám Erdélyben dolgozott, olykor hetekig távol volt, és csak pár napot töltött otthon. Ha hazajött, mindig hozott magával valami élelmiszerfélét – ami igen jól jött, mivel ennivalót főként a feketepiacon tudtunk beszerezni. Mindig izgatottan kutattuk át a csomagjait, hátha találunk valami különlegességet. Olykor *covrigi*t (*lásd* 58. o.), bagelt, édes gesztenyepürét hozott, néha pedig – a legnagyobb örömünkre – kürtőskalácsot, amelynek kellemesen édeskés, vajas illata az egész lakást bejárta.

6 kürtőskalácshoz

A tésztához:
3 tojás
50 g világos barna cukor
80 g vaj, olvasztva
600 g búzafinomliszt
220 ml langyos tej
14 g instant élesztő

A cukormázhoz:
150 g világos barna cukor
100 g dió, finomra aprítva
1 tk. vaníliakivonat
100 g vaj, olvasztva

A sütéshez:
6 hosszúkás sörös- vagy üdítősdoboz (üresen)
20 g olvasztott vaj

A tésztához a tojást röviden felverjük a cukorral és az olvasztott vajjal együtt. Beleszitáljuk a lisztet, és hozzáadjuk a tejet és az élesztőt is. A tésztát 8-10 perc alatt selymes állagúra dagasztjuk, majd lefedjük, és meleg helyen kelesztjük 1 órát.

A sörösdobozokat alufóliába csomagoljuk. A túllógó fóliarészeket az egyik végén összecsavarjuk (ez lesz a fogantyú), majd a fóliát megkenjük vajjal.

A tésztát 6 részre osztjuk, mindegyiket 5 mm vastag téglalapra nyújtjuk, majd 4 cm széles csíkokra vágjuk. Az egyik sörösdoboz köré spirál alakban tésztacsíkokat tekerünk úgy, hogy a csíkok kissé fedjék egymást, majd az illesztéseknél finoman összenyomkodjuk a tésztát. A tészta egyenletesen borítsa be a sörösdobozt. A műveletet megismételjük a többi 5 sörösdobozzal is.

A sütőt előmelegítjük 200 °C-ra (gázsütő 6. fokozat), és szilikonos sütőpapírral kibélelünk egy tepsit. A cukrot, diót és vaníliakivonatot lapostányérban összekeverjük. A tésztát megkenjük az olvasztott vaj felével, és egyenletesen megforgatjuk a cukros-diós keverékben. A tepsire fektetjük, és 10 percig sütjük. Óvatosan kivesszük a sütőből, megkenjük a maradék vajjal, és újra megforgatjuk a diós cukorban. Visszatesszük a sütőbe még 10 percre, és aranybarnára sütjük.

Rácsra tesszük, hagyjuk 5 percig hűlni, majd a kürtőskalácsokat óvatosan lecsúsztatjuk a sörösdobozokról. Melegen, kávé mellé, vagy csokoládéöntettel tálaljuk.