

Különleges kombinációk

Novemberben belső-Anatóliát fedezzük fel, vagyis Törökország középső részéről válogattam recepteket. Ezen a területen jellemzően rengeteg hüvelyest és gabonát fogyasztanak, mégis igazán különleges íz kombinációkat kreálnak, annak az ezernyi fűszernek köszönhetően, amivel az ételeiket ízesítik. Ezúttal is olyan ételeket mutatunk be, amelyeknek az alapanyagai ismerősek lehetnek, de biztos nem ilyen formában és nem ilyen ízesítéssel. A lencselevest vajon próbáltátok már mentával? Na, és a birsalmát ahelyett, hogy édességként készítenétek el, megtöltenétek inkább darált hússal? Egyáltalán gondoltátok, hogy a fahéj, a szegfűbors és a szőlőmustméz milyen jól illik a marhahúshoz? A csicseriborsó pedig lehet sokkal izgalmasabb és ízesebb is, mint egy szimpla köret, főleg, ha báránnyal keverjük, valamint paprika- és paradicsompasztával adunk mély ízeket az ételnek. Ugye, ti is megéheztetek?

Fotó: FidelGasztró

Tányérok: Ruzicska Tünde
kerámiák



Tóth
Ágnes
receptjei
nargourmet.hu



**Csicseri-
borsós,
paprikás
bárányragu**
Nohutlu yahni

6 főre

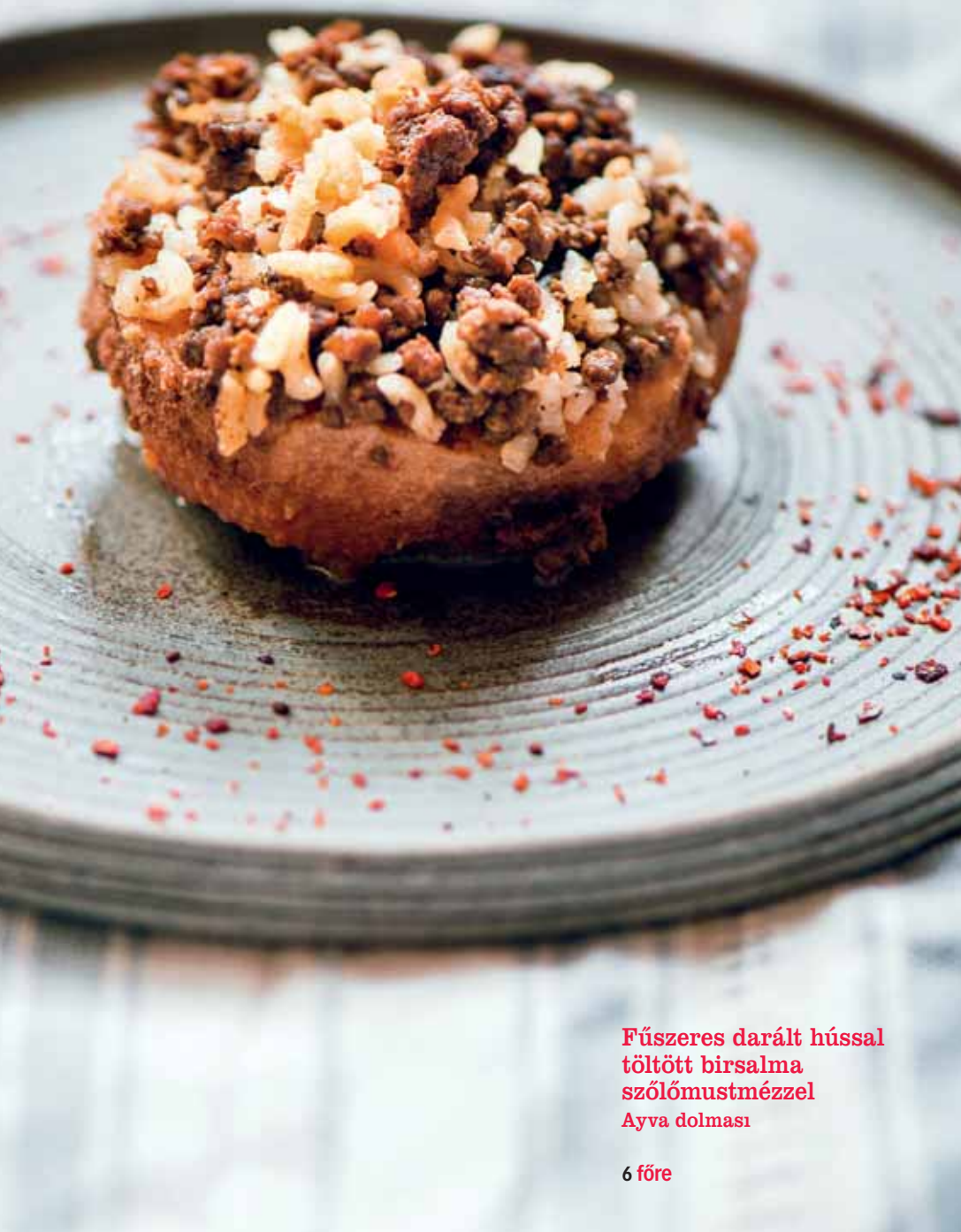
3 ek. olaj
500 g báránycomb falatnyi darabokra
vágva
2 hagyma
3 gerezd fokhagyma
1 zöld kaliforniai paprika
1 piros kaliforniai paprika
1 ek. paradicsomsűrítmény
½ ek. paprikaszta
400 g konzerv csicseriborsó
½ kk. isot paprika
3 pohár meleg víz

1 Egy magas falú edényben forró-
sítsuk fel az olajat, dobjuk rá a húst,
és pirítsuk, amíg a leve elfő alóla.
2 Közben vágjuk fel apróra a hagymát
és a fokhagymát, aztán keverjük a
húshoz, és pirítsuk együtt tovább.
Most daraboljuk fel kb. 1×1 centiméteres
darabokra a két-féle paprikát, és tegyük ezt is
a húshoz. Pirítsuk együtt legalább
10 percig, majd mehet bele a paradicsom-
sűrítmény és a paprikaszta.

2-3 perc után keverjük hozzá a csicseriborsót, az isot paprikát és a 3 pohár vizet. Sózzuk, borsozzuk, majd fedő alatt, alacsony lángon főzzük kb. 40-50 percig, amíg a hús megpuhul.
3 Az utolsó 10 percben vegyük le a fedőt, csavarjuk fel maximumra a lángot és hagyjuk, hogy a ragu kicsit besűrűsödjön. Rizs vagy bulgur is jó kísérő mellé, de én friss kenyérral tunkolva szeretem a legjobban enni.

Lencseleves török tésztával, mentás-pirospaprikás olvasztott vajjal





**Fűszeres darált hússal
töltött birsalma
szőlőmustmézszel
Ayva dolması**

6 főre

- 1/3 pohár rizs
- 3 birsalma
- 3 ek. olaj
- 200 g darált marhahús
- 1 késhegynyi fahéj
- 1 késhegynyi szegfűbors
- 1/2 pohár pekmez (szőlőmustméz – török boltban beszerezhető)
- 1,5 pohár víz
- 3 ek. vaj
- só, bors

1 Áztassuk be a rizst meleg vízbe kb. 45 percre. Közben mossuk és hámozzuk meg a birsalmákat, vágjuk őket félbe, majd vágjuk ki a magházukat és még egy kicsit kaparjunk ki a gyümölcsshúsból, hogy jó sok töltelékkel bele tudjuk pakolni a gyümölcsbe. (1 cm-nél vékonyabb ne legyen, mert akkor főzés közben könnyen szétesik.) A lehámozott héjat ne dobjuk ki, hanem tegyük egy széles fazék aljára, majd erre pakoljuk rá a félbevágott birsalmákat.

2 Egy kis serpenyőben forrósítsuk fel az olajat, és pirítsuk le a darált húst. Amikor barnára pirult, vegyük le a tűzről, adjuk hozzá a leszűrt rizst, a fahéjat, a szegfűborsot és a pekmezt. A jól összekevert töltelékkel kanalazzuk a birsalmákba.

3 Melegítsünk össze 1,5 pohár vizet 3 ek. vajjal, majd öntsük az egészet a töltött gyümölcsökre. Fedő alatt főzzük legalább 40 percig, vagy amíg a rizs és az almák is megpuhulnak. Főzés közben néhányszor kanalazzunk a főzőléből a töltelékre, így könnyebben megpárolódik a rizs. Amint kész, tálalhatjuk is. Csodás előétel, de ha többet készítünk belőle, főételnek is megállja a helyét!



**Lencseleves török tésztával,
mentás-pirospaprikás
olvasztott vajjal**

Yeşil mercimekli erişte çorbası

6 főre

- 1 pohár zöld lencse
- 8 pohár csirkealaplé
- 1/2 ek. paradicsomsűrítmény
- 1/2 ek. paprikaszta
- 1 pohár erişte tészta (török boltban beszerezhető, de szükség esetén helyettesíthető kis darabokra tört fettuccine tésztával)

- 2 ek. vaj
- 1 ek. szárított menta
- 1/2 kk. isot paprika (ez egy délkelet-törökországi, szinte fekete színű paprika, szárított, morzsolt formában beszerezhető a török boltban, de szükség esetén chilipehellyel helyettesíthető)

1 Áztassuk be a lencsét 3 órára, majd szűrjük le. Melegítsük fel a csirkealaplét, adjuk hozzá a lencsét, sót és borsot ízlés szerint (attól is függ, hogy mennyire sós az alaplé), aztán a paradicsomsűrít-

ményt, a paprikaszta, és keverjük össze alaposan. Főzzük lefedve alacsony lángon 25 percig.

2 Tegyük bele a tésztát, és főzzük még 10-15 percig, amíg a tészta és a lencse is teljesen megpuhul. Tálalás előtt egy kis serpenyőben olvasszuk fel a vajat, szórjuk bele a mentát és a paprikát. Amint illatozni kezdenek, húzzuk le a tűzről, és locsoljunk belőle 1-2 evőkanállal a tányérokba kiszedett levesre.