

Csak néhány hozzávalóból

Decemberben tovább kalandozunk Közép-Anatóliában. A régió egyik fő tulajdonsága, hogy itt rengeteg hüvelyes és búzából, lisztből készült ételt esznek, hisz ez az ország egyik legnagyobb gabonatermő vidéke. Alkalmazkodva a télhez, ezekhez az ételekhez nem kell vagyonekért friss zöldségeket beszerezni, mégis igazán ízes fogásokat készíthetünk el nagyon egyszerűen!

Fotó: FidelGasztro

Grízes édesség
cukorsziruppal
és pisztáciával





Tóth
Ágnes
receptjei
nargourmet.hu

Báránylábszár paradisosos rizságyon, sütőben sütvé



Tányér: Ruzicska Tünde
Kerámiák

Báránylábszár paradicsomos rizságyon, sütőben sütvé Ankara tavasi

A török főváros egyik legismertebb étele. Az eredeti receptekben rizs helyett ún. arpa şehriye tésztát használnak, ami méretében és formájában is hasonlít a rizsszemekre, az olaszoknál orzo néven ismert. Ha be tudtok szerezni ilyen tésztát akár török élelmiszerboltból, akár az olasz verzióját egy delikátüzletből, érdemes azzal is kipróbálni a receptet!

6 főre

- 6 ek. olaj
- 2 hagyma
- 3 fokhagyma
- 1 ek. paradicsomsűrítmény
- 1 ek. paprikasajt
- 4 paradicsom

- 2 török zöldpaprika (török boltban beszerezhető, szükség esetén hegyes erős paprikával helyettesíthető – erei, magjai kivágva)
- 3 ek. vaj
- 2 pohár rizs
- 4 báránylábszár

1 Forrósítsunk fel 2 ek. olajat egy magas falú edényben, dobjuk bele az apróra vágott hagymát és fokhagymát. Amikor pirulni kezdenek, keverjük hozzá a paradicsomsűrítményt és a paprikasajtot. Nagy lyukú reszelőn reszeljük le két paradicsomot, a héjakat dobjuk ki, a másik két paradicsomot, illetve a paprikákat pedig vágjuk kis darabokra, és adjuk hozzá ezeket a hagymás keverékhez. Sózzuk, borsozzuk, öntsük fel fél pohár vízzel, és főzzük 15-20 percig, hogy a zöldegek megpuhuljanak, és a szósz besűrűsödjön.

2 Közben egy serpenyőben olvasszuk meg a vajat, adjunk hozzá 2 ek. olajat, és pirítsuk rajta a rizst 10 percig. Ha kész, öntsük egy tepsibe először a rizst, aztán a paradicsomos-paprikás szószot, és keverjük össze.

3 Abban a serpenyőben, amelyikben a rizst pirítottuk, forrósítsuk fel a maradék 2 ek. olajat, pakoljuk bele a báránylábszárakat, és pirítsuk őket körbe jó pirosra legalább 15-20 percen át. Fektessük a lábszárakat a paradicsomos-rizses keverék tetejére, öntsük fel annyi vízzel, ami a rizst elfedi, de a húsokat nem. Töljük 190 fokra előmelegített sütőbe, és süssük egy órát, vagy ameddig a hús megpuhul. Sütés közben néha ellenőrizzük a rizst, ha még nem puha, de már teljesen kiszáradt, önthetünk még hozzá vizet, illetve a lábszárakat is érdemes egyszer-kétszer megforgatni, hogy minden oldala jól átsüljön.



Fűszeres darált hússal töltött tésztabatyuk olajban kisütve Yağ mantısı

A manti Törökország legnépszerűbb tésztaétele, tulajdonképpen a ravioli török változata. A közismert verzió esetében a töltött tésztabatyukat vízben kifőzik, majd paradicsomszósszal, fokhagymás joghurttal és olvasztott vajjal locsolják meg. Elterjedt azonban egy másik változata is, amit az eredeti mantival ellentétben nem főételként esznek, hanem inkább nassolnivalóként. Ezek az olajban kisült kis puffancsok tökéletes vendégváró falatok lehetnek paradicsomszósszal és joghurttal kísérvél!

6 főre

- A tésztahoz
- 3 pohár liszt
- 1 csomag instant élesztő
- 2 ek. joghurt
- 1 kk. só
- ½ pohár meleg tej
- 1 tojás
- A töltelékhez
- 1 hagyma
- 200 g darált marhahús
- 1 kk. só
- 1 kk. pul biber (török pirospaprika-pehely, török boltban beszerezhető, de helyettesíthető chilipehellyel)
- 1 kk. bors
- 1 kk. római kömény
- olaj a sütéshez
- joghurt és paradicsomsűrítmény a mártogatáshoz

1 Gyúrjuk össze a tészta hozzávalóit, majd kelesszük szobahőmérsékleten 45 percig. Közben vágjuk apróra a hagymát, és keverjük össze a töltelék többi hozzávalójával.

2 Amikor a tészta megkelt, gyúrjuk át és nyújtuk ki 2-3 mm vékonyra. Késsel vágjuk fel keresztben és hosszában úgy, hogy kb. 5x5 cm-es négyzetöveget kapjunk. Mindegyik közéjük pakoljunk a töltelékből, majd egyesével vegyük őket a tenyerünkbe és a négy csücskét összenyomva formázzuk kis batyukat. Öntsünk bőven olajat egy serpenyőbe, annyit, hogy a kis batyuk lebegni tudjanak majd benne. Forrósítsuk fel, és süssük ki benne a tésztabatyukat 2-3 perc alatt, amíg szép aranybarnák lesznek. Tálaljuk sós joghurttal és paradicsomsűrítménnyel.



Grízes édesség cukorsziruppal és pisztáciával Şekerpare

Megszokhattátok már, hogy az összes török édességreceptben, amiket eddig megosztottam veletek, ipari mennyiségű cukor volt, és most sem lesz ez másképp. A şekerpare olyan édesség, ami nagyon könnyen elkészíthető és tökéletesen tükrözi azt, hogy a törökök mennyire rajonganak a szirupos desszertekért. Szerintem nagyon mutatós és különleges finomság, ráadásul egy kevésbé gyakorlott háziasszony is könnyen megbirkózik vele.

6 főre

- A serbethez
- 2 pohár víz
- 2 pohár cukor
- néhány csepp citromlé
- A tésztahoz
- 125 g puha vaj
- ½ pohár porcukor
- 2,5 ek. búzadara
- 2 tojás (egyiknek a sárgáját tegyük félre, hogy megkenjük vele a süti tetejét)
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 csomag sütőpor
- 2,5-3 pohár liszt

1 Egy lábosban forraljuk össze a cukrot és a vizet. Amint felforr, adjuk hozzá pár csepp citromot, és zárjuk el alatta a lángot.

2 Alaposan gyúrjuk össze a tészta hozzávalóit, érdemes legalább 5-10 percig gyúrni, hogy jó puha tésztánk legyen.

Nagyon fontos, hogy a kész tészta ne ragadjon a kezünkhöz, de mégis jó puha legyen. Ha nagyon száraz, akkor sütés közben megrepedezik, szétesik. A törökök azt szokták mondani, hogy olyan puhaságúnak kell lennie, mint a fülcimpának. 3 Osszuk a tésztát 45 grammos gombócokra, gyúrjunk belőlük egy-egy rudat, lapítsuk ki, majd formázzuk csúcsosra a végeit. Helyezzük el őket egy tepsin (nem kell kivajazni), kenjük meg tojás-sárgájával, és 175 fokon süssük kb. 20 percig vagy amíg a külseje szép aranybarna lesz. Figyeljünk arra, hogy a már kihűlt serbetet öntsük a sütőből kivett még forró sütikre. Érdemes állni hagyni 1-2 órát, hogy alaposan megszívják magukat, majd tálaláskor díszíthetjük apróra vágott pisztáciával, mandulával vagy mogyoróval.

Ezt a cikket a Turul török élelmiszerbolt támogatta

A Turul török élelmiszerbolt már hosszú évek óta szolgálja ki a Magyarországon élő iszlám közösséget, illetve a keleti élelmiszereket kedvelő, minőségi alapanyagokat használó, egészséges

táplálkozást folytató lakosságot.

Budapesti élelmiszerboltunkban egész héten várjuk kedves vásárlóinkat, webshopunkból pedig az egész ország területére vállalkunk házhoz szállítást.

1083 Budapest, Baross utca 107-109.
webshop: www.torokelelmiszerbolt.hu
e-mail: info@torokelelmiszerbolt.hu