



NEMZETSTRATÉGIAI KUTATÓINTÉZET

GASZTROKULTURÁLIS HAGYOMÁNYOK PEST MEGYE, ÉSZAK-KELETI, SZLOVÁKIAI HATÁR MENTI RÉGIÓJÁBAN





NEMZETSTRATÉGIAI KUTATÓINTÉZET

**GASZTROKULTURÁLIS HAGYOMÁNYOK
PEST MEGYE, ÉSZAK-KELETI, SZLOVÁKIAI HATÁR
MENTI RÉGIÓJÁBAN**

KEDVES OLVASÓ!

A Nemzetstratégiai Kutatóintézet kiadványával egy izgalmas gasztrotúrára hívjuk Önt, amely ízelítőt ad Pest megye gasztronómiai hagyományaiból. Gazdagsága abban rejlik, hogy változatos, kreatív ételféleségekkel, egyedi és karakteres ízvilággal büszkélkedhet, hiszen az itt élő magyar lakosság tradicionális ételei ötvöződnek több nemzetiséggel, így a svábok, a szerbek és a szlovákok ételkészítési hagyományaival. A térség ugyanakkor érintőlegesen kapcsolatban van Palócfölddel is, amelynek kultúrája szintén jelentősen befolyásolja Pest megye északi részének (egykori Hont, Börzsöny-vidék) hagyományait, gasztronómiai jellegzetességeit. Az ételeknek és az ételkészítési módoknak ez a sokszínűsége valódi élményt kínál a térségben élők és az idelátogatók számára.

A Pest megyei gasztronómiára hatást gyakorló, fent említett hagyományok mellett azonban vannak kifejezetten a Pest megyei településekre jellemző ételek is. Vajon tudta-e azt, hogy az egyik legismertebb magyar desszertet Szócs József Béla, főtí cukrászmester alkotta meg az 1958-as brüsszeli világkiállításra? A hagyomány szerint a nevét a főtí Somlyóról, a Gödöllői-dombság határában emelkedő dombról kapta. A világkiállításon történt bemutatásakor az édesség már somlói galuska néven szerepelt. Nem tudni, elírták-e a nevét, esetleg nem tudták, hogyan kell ejteni, mindenesetre ezzel a névvel vált világhírűvé.

E különlegességek mellett a kiadványunkban Pest megye turisztikai szempontból frekvenciátalt településeinek látnivalói mellett, a helységekre jellemző, egy-egy jellegzetes vagy éppen különleges ételt és annak elkészítési módját mutatjuk be azzal a céllal, hogy a hagyományos és tájjellegű ízeket ily módon is éltesse és megőrizze az utókornak.

Kérem, tartson velünk ezen az ízekben gazdag, kalandos úton! Fedezzük fel együtt Pest megye gasztronómiájának e sokszínű világát!

I. GASZTRONÓMIAI SOKSZÍNŰSÉG

Az összes régió közül a közép-magyarországi a legkisebb, mégis, földrajzi helyzetének köszönhetően meglepő változatosság mutatkozik a régi étkezési szokásokban. Délről az Alföld, északról a Dunakanyar, nyugaton a Vértes és a Budai-hegység, keleten pedig a Gödöllői-dombság határolja, ráadásul keresztül folyik rajta a Duna. Ha ez nem lenne elég a változatos alapanyagok és ételkészítési technológiák magyarázatául, akkor ott van még a főváros közelsége is, s egy ekkora város nyersanyagellátását mindenképpen a sokszínűség kell, hogy jellemezze.

Felmerül a kérdés, vajon létezik-e egyáltalán önálló gasztronómiája egy megyének? Egy-egy tájegység mindenképpen büszkélkedhet jellegzetes ételekkel, ilyen például az alföldi slambuc, vagy a nyugat-dunántúli dödölle, hogy csak néhány példát említsünk. De mit tud hozzátenni a táplálkozás-kultúrához, gasztronómiához egy megye? A kérdésre a választ éppen ez a gyűjtemény adja meg, amiből kiderül: igenis léteznek kifejezetten Pest megyei településekre, tájakra jellemző ételek, ételkészítési módok, termékek. Ezekből készítettünk most Önnek tartalmas és „ízletes” válogatást.

KISMAROS

Látványosságok és turisztikai helyszínek

Ha valaki a településre látogat, érdemes megnéznie a római katolikus templomot, mely 1827-ben épült klasszicista stílusban. Eredetileg egyhajós épület volt, oldalhajóval az 1900-as évek elején bővítették ki. Az 1992-ben alapított Kismarosi Falumúzeum Alapítvány gondozza a Kismarosi Sváb Muzeális Gyűjteményt (korábban: Kismarosi Falumúzeum), melynek feladata, hogy az „Arcok, tárgyak Kismaros múltjából” című néprajzi és helytörténeti állandó kiállítás anyagát 1993 óta folyamatosan gondozza, bővítse, bemutassa és dokumentálja. A Királyréti Erdei Vasutat sem szabad kihagyni, mely Magyarország legrégebbi erdei vasútjainak egyike. A Börzsöny legnagyobb medencéjének vizeit összegyűjtő Morgó patak völgyében halad a Duna-parttól Szokolya községen át Királyrétig.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Kismaroson számos sváb ételnek van a mai napig hagyománya, melyet a helyiek nemcsak maguknak, hanem a betérő vendégnek is szívesen elkészítenek. Ilyen például a sváb káposzta vagy a sváb szalonnás káposzta kelt gombóccal, a saures, a krumplis gombóc, a supfnudli vagy a fluta.

Sváb szalonnás káposzta kelt gombóccal



Hozzávalók 4 főre:

75 dkg savanyú káposzta, 25 dkg füstölt, húsos szalonna (kolozsvári), 1 közepes fej hagyma, zsír, só.

A gombócokhoz: 2,5 dl tej, 20-25 dkg liszt, 1 teáskanál zsír, 2 dkg élesztő, csipet só.

Recept: a szalonnát szeletekre, majd nagyobb kockákra daraboljuk. Egy kb. 3-4 literes lábasban a zsírt kiolvasztjuk, rádobjuk a felaprított hagymát, üvegesre pároljuk, sőt, egy picit meg is pirulhat. A savanyú káposztát alaposan kimossuk (a szalonnában is bőven van só), majd ezt is rádobjuk, együtt pároljuk pár percig, majd annyi vízzel öntjük fel, amennyi éppen ellepi. Felforraljuk, és lassan főzzük, amíg a káposzta megpuhul. Közben elkészítjük a kelt tésztát. Az élesztőt langyos tejben feloldjuk, felfuttatjuk, kevés liszttel kovászt készítünk. Ezután összekeverjük a többi tejjel és liszttel, hozzáadjuk a zsírt is. Jól kidolgozzuk, a cipót kb. 20 percig pihentetjük, majd hüvelykujnyi vastagságúra lapogatjuk, és fánkszagatóval 10-12 db pici gombócot szaggatunk. Jól meggyúrva ezeket a mini cipókat, lisztezett deszkán, letakarva, legalább 30 percig meleg helyen pihentetjük. Ez idő alatt a káposzta elkészül. Egy fedővel letakarva a levét átszűrjük teflonos vagy öntöttvas lábasba, még egy jó evőkanálnyi zsírt és kb. 1 mokkáskanálnyi sót beleszórva felforraljuk. Legalább egy ujjnyi víz legyen a lábasban, különben túl korán elpárolog a lé, mielőtt a gombócok megfőnének. Amikor forr a lé, óvatosan belerakjuk a gombócokat, fedővel letakarva 50-60 percig lassan pároljuk. Akkor jó, amikor a víz elfőtt, és a tészta zsírára sült, finom kopogós-ropogós alja lesz. Ekkor a káposztát rátesszük, és sós vízben főtt krumplival tálaljuk.

Saures



Hozzávalók 15 főre:

4 kg sertéslapocka, 30 dkg sertésmáj,
15 dkg tüdő, 2 db vese,
2 kg vöröshagyma, 5 evőkanál
sertésszír, 4 evőkanál fűszerpaprika,
2 evőkanál só, 1 evőkanál majoránna,
1 teáskanál őrölt feketebors,
4-5 db babérlevél, 15-20 dkg liszt,
3 evőkanál ecet.

Recept: a húsokat és a vöröshagymát felkockázzuk, majd a felhevített zsírban megpároljuk. Fűszerezzük paprikával, sóval, majoránnával, borssal és beledobjuk a babérleveleket is. Hozzákeverjük a húsokat, felengedjük kb. 2 liter vízzel, és forrástól számítva, kb. másfél óráig, fedő alatt főzzük. Amikor megpuhultak a húsok, elkészítjük a habarást. A lisztet csomómentesre keverjük 8 dl vízzel, ecettel ízesítjük, és apránként az ételhez keverjük. Friss kenyérrel vagy burgonyagombóccal tálaljuk.

NAGYMAROS

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A falu nevezetességei közé tartozik a **Sváb Tájház** és a 14. században épült **római katolikus templom**. A lent négyzet, a második emeletről fölfelé nyolcszögletű torony a 15. század végén az ormfalas hajó mellé épült. A hajóhoz egyszakaszos, a nyolcszög három oldalával záró támpilléres, gótikus szentély és sekrestye kapcsolódik. A templom északi oldalán 14. századi vörös márvány sírkőlap volt, mely a visegrádi Mátyás király Múzeumba került. A **református templomot** 1798-ban építették, az ún. türelmi rendelet miatt torony nélkül. A tornyot az 1934-es felújításakor, Kós Károly tervei alapján építették hozzá. Ha még jut időnk, iktassuk a programunkba **Kittenberger Kálmán szobrát és emlékházát**, a **Julianus-kilátót**, az **Ereklyés Országzászlót**, a **Rókus és Kálvária kápolnát**, **Szent István**, **Gizella királyné**, **Szent Márton** és a **koldus szobrát**, valamint az **Élet fáját**.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Nagymaroson ugyancsak erősen dominálnak a sváb eredetű ételek, úgy, mint a szalonnás sváb káposzta kelt gombóccal, sváb paprikás és becsinált leves, sajtos galuska hagymával, apácafánk vagy a zelleres krumplisaláta.

Apácafánk

Hozzávalók kb. 20 darabhoz:

3 evőkanál vaj, 2 evőkanál cukor, 10 dkg liszt, 2 db tojás, fél csomag sütőpor, só, 75 dkg zsír vagy olaj a sütéshez, porcukor.

Recept: egy fazékban elkeverjük a vajat csipetnyi sóval, a cukorral, meg 1,2 dl vízzel és felforraljuk. Lehúzzuk a tűzről, hozzáadjuk a lisztet és fakanállal jól elkeverjük. A fazekat visszatesszük a tűzre, és a tésztát lassú tűzön addig keverjük, míg a fazék alján fehér réteg nem képződik. A fazekat félrehúzzuk és egymás után a tésztához keverjük a tojásokat. Hozzáadjuk, és jól elkeverjük benne a sütőport, majd hagyjuk kihűlni. Egy olajsütőben vagy egy magasabb fazékban felforrósítjuk a zsiradékot. Akkor elég forró, ha a belemártott fakanál körül gyöngyözni kezd. A tésztából egy teáskanállal kisebb gombókat szaggatunk, és a forró zsiradékban aranysárgára sütjük őket. A megsült fánkokat egy szűrőkanállal kiszedjük a forró zsiradékból, és papír törülközőre helyezve lecsepegtetjük. Porcukorral meghintve, forrón tálaljuk.

Sváb becsinált leves

Hozzávalók 4 személyre:

2 csirkeaprólék, 30 dkg leveszöldség, 1 csomag petrezselyemzöld, kisebb hagyma (nyáron), 1 db paprika, 1 db paradicsom, 1 kanál lecsó (télén), 6-8 szem egész bors, só ízlés szerint.

Recept: a hozzávalókat puhára főzzük, majd híg pirospaprikás, petrezselyemzöldjével gazdagított rántással besűrítjük. Levesbetét: 2 db zsemlet megáztatunk, kinyomjuk, ízesítjük sóval, törött borssal, petrezselyemzöldjével és 2 egész tojással jól összedolgozzuk. Lapos pogácsaformákat készítünk belőle, és bő, forró olajban szép pirosra kisütjük. Ha a leves a rántással felforrt, a pogácsákat is beletesszük és azokkal is felforraljuk.

VECSÉS

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A római katolikus templom plébániájának megalapítása Fehér János, vecsési plébános nevével függ össze. A telepi egyház 1925. január 1-jével lett önálló lelkészség. Vecsés nevezetességei közé tartozik még a Hősök ligete, az Erzsébet tér és műemlékei, a Magyar Olaj- és Gázipari Múzeum vecsési kiállítóhelye, a Bálint Ágnes Kulturális Központ és a Szent István Koronás kút.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

A vecsési savanyú káposzta története szorosan összefügg a város történelmével. A török uralom alatt elnéptelenedett településre a 18. század végén a németországi Ulm környékéről 50 család költözött. Az így letelepült svábok honosították meg Vecsésen a káposztatermesztést, s a savanyú káposztát az ő eljárásuk alapján készítik a mai napig. A vecsési káposzta számtalan étel, többek között a székelykáposzta, a toroskáposzta, a káposztás rétes és palacsinta alapanyaga. A savanyú káposzta speciális savanyítási eljárással készül: a zöldséget 1,5-3 milliméter szélesre vágják, sózzák és fűszerezik (paprikával, borssal, kaporral, korianderrel, babérlevéllel), és úgynevezett irányított tejsavas erjesztéssel savanyítják, tartósítják. Ennek során a só kivonja a vizet a káposzta szöveteiből, a cukrok tejsavakká alakulnak - így keletkezik a kellemesen savanykás íz. A káposztát régen fahordókban rétegezve helyezték el, összenyomták, alul és felül káposztalevelekkel borították.

Töltött flekni

Hozzávalók:

35 dkg darált sertéshús, 2 teáskanál fűszerpaprika, 1 vöröshagyma, só, őrölt bors, 3 gerezd fokhagyma, 1 tojás, 50 dkg krumpli, 15 dkg liszt, 3 evőkanál sertézsír. A sütéshez étolaj.

Recept: a krumplit megtisztítjuk, kockára vágjuk, és enyhén sós vízben megfőzzük. Kicsit hűtjük, majd áttörjük. Beleütjük a tojást, ízlés szerint sózzuk, és annyi liszttel gyúrjuk össze, amennyit felvesz. A tálból kivéve lisztezett deszkán is alaposan átdolgozzuk. Amíg elkészítjük a töltelék, pihentetjük. A vöröshagymát megtisztítjuk, kis kockákra vágjuk

és zsírban megpároljuk. Lehúzzuk a tűzről, belekeverjük a fűszerpaprikát, a darált húst, a zúzott fokhagymát. Visszatesszük a lángra, és ízlés szerint só, borsot adunk hozzá. Összesütjük, majd hűlni hagyjuk. A tésztát fél centiméter vastagra sodorjuk, és nagyobb téglalapokat vágunk belőle. Közepükbe egy evőkanálnyi húsos töltelékkel halmozunk, majd felhajtjuk a tésztát. A széleit gondosan lenyomkodjuk, legjobb, ha villával is megismételjük - a tészta mindkét oldalán - a műveletet. Így biztosan nem fog kifolyni a töltelék. Forró olajban szép aranyló barnára sütjük a flekniket. Tejfőlt kínálhatunk hozzá.

Káposztás-szőlős és sárgarépas rétes



Hozzávalók a tésztához:

60 dkg liszt, 4 dl langyos víz, 1 evőkanál ecet, csipetnyi só, 1 tojás, 20 dkg sertézsír.

A káposztás töltékhez: 40 dkg reszelt káposzta, 1 fakanál sertézsír, 1 kávéskanál só, 2 fürt szőlő.

A sárgarépas töltékhez: 1 nagyobb sárgarépa, 1 evőkanál zsemlemorzsa, 1 teáskanál őrölt fahéj, 1 vaníliás cukor, 3 evőkanál kristálycukor.

Recept: a lisztbe beleütünk egy tojást, csipetnyi só, ecet adunk hozzá. A langyos vízben elkeverjük az ecetet, és apránként adagolva kidolgozzuk vele a tésztát. Alaposan kidagasztjuk, majd lisztezett gyúrótáblán két cipót formázunk belőle. Letakarjuk és 20 percig pihentetjük. A káposztát lereszeljük, zsíron megdinszteljük, közben enyhén megsózzuk. A tepsi kizsírjuk, a többi zsírt felolvasztjuk. Abroszt teszünk az asztalra, amit lelisztezzünk. A megpihent tészták tetejét átkenjük olvasztott zsírral, és vékonyra széthúzzuk a rétest az asztalon. Széleit legombolyítjuk. Megszórjuk párolt káposztával. Oldalait felhajtjuk, erre is teszünk káposztát. Elosztjuk rajta a szőlőszemeket, meglocsoljuk olvasztott zsírral, és lazán dobálva feltekerjük. Tepsibe helyezük. A második cipót is kihúzzuk a lisztezett abroszon. Leszedjük a szélét, sárgarépát reszelünk rá. Felhajtjuk az oldalait, és arra is teszünk sárgarépát. Kevés zsemlemorzsával megszórjuk, fahéjjal, vaníliás cukorral ízesítjük. Meglocsoljuk olvasztott zsírral, feltekerjük, és tepsibe tesszük. Tetejét átkenjük zsírral és kisütjük. Langyosan lehet szépen szeletelni.



PILISSZENTKERESZT

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A szlovák népi, jellegzetes építészeti hagyományát tükrözi a pilisszentkereszti **Szlovák tájház**, melyben a település helytörténeti, néprajzi gyűjteménye kapott helyet. A község délnyugati felében, a Pilis keleti lejtőjén található romok a **ciszterci rend** első magyarországi **monostorának** alapfalait rejtik – ezt, s a közelben lévő **Szent Kereszt Plébániát** se hagyja ki, ha ezen a vidéken jár. A templom műemlék jellegű. Tornyát 1803-ban kapta, a főoltár a megfeszített Krisztussal 1774-ből, a két mellékoltár és a szószék az 1770-es évek végéről való. Mindhárom értékes, országos viszonylatban is figyelemre méltó. Kevés templom van, amelyben ilyen látványosan olvad egybe a barokk és a copf stílus. Ha több ideje van a területet felfedezni, ajánljuk még a **Szentkutat**, a **Szurdok-völgyet**, a **Zsivány-sziklát**, a **Vaskapu sziklabordáját**, a **Szopláki-ördöglyukat**, a **Rezső és Dobogókői kilátót** és a **Dera-szurdokot**.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Pilisszentkereszt jellegzetes ételeire elsősorban a sváb (német) és a szlovák lakosság gasztronómiája hatott az évszázadok alatt. Ezért gyakran készül tócsni, sztrapacska, káposztás haluska a háziasszonyok keze alatt.

Sztrapacska



Hozzávalók:

80 dkg burgonya, 1 db tojás, 35 dkg finomliszt, 1 kávéskanál só, 1,5 dl víz, 125 g füstölt szalonna, 1 közepes vöröshagyma, 40 dkg juhtúró, 2 dl tejföl.

Recept: a burgonyát meghámozzuk és finomra lereszeljük. Hozzáadunk egy csipet sót, állni hagyjuk 10 percig, majd kinyomkodjuk a levét. A kinyomkodott burgonyát összekeverjük a tojással, liszttel és annyi vízzel, hogy nokedli állagú tésztát kapjunk. Enyhén sós, lobogó vízbe kiszaggatjuk. Ha feljött a víz tetejére, további 2 percig főzzük, majd leszűrjük, de a

főzővízből egy decit tegyünk félre! A szalonnát egy serpenyőben megpirítjuk, szűrőlapáttal kivesszük. A visszamaradt zsírba beletesszük az apró kockára vágott hagymát, és megpirítjuk rajta. Beletesszük a juhtúrót, a tejfölt és elkeverjük. Hozzáadjuk a félretett főzővizet és összefőzzük. Beletesszük a sztrapacskát, összeforgatjuk, majd tálalhatjuk. Pirított szalonnával és extra tejjel kínáljuk.

Káposztás haluska



Hozzávalók:

2 kg káposzta, 1,5 kg burgonya, 50 dkg finomliszt, 1 dl napraforgóolaj, só és bors ízlés szerint, 1 db tojás.

Recept: a káposztát lereszeljük, majd olajon sóval, borssal megdinszteljük. Közben nagy fazékban forralunk vizet, sóval és kicsi olajjal. Amíg a víz felforr, addig a krumplit nyersen lereszeljük. Keverünk bele egy egész tojást, sót, borsot és annyi lisztet, hogy kemény masszát kapjunk. Ezt a krumplis masszát nokedliszaggatón a forrásban lévő vízbe szaggatjuk. Kb. 7-10 perc alatt megfő, ekkor leszűrjük, és összekeverjük a káposztával.

VÁCRÁTÓT

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A nemzetközi hírű Vácrátóti Nemzeti Botanikus Kert évente mintegy százezer látogatót fogad. Az országban itt található meg a legnagyobb növényrendszertani gyűjtemény, amelyben az üvegházban és a sziklakertben látható egzotikus növényeken kívül megcsodálhatjuk a kert kiemelkedően gazdag fa- és cserjegyűjteményét, valamint a Biblia növényeit bemutató kert-kompozíciót is. Vácrátót műemléki védelemmel rendelkező, az MTA Botanikai Kutatóintézetének természetvédelmi területén álló, különleges történelmi múltú épülete a Vigyázó-kúria. A 180 éves, műemlék- és természetvédelem alatt álló romantikus tájképi kertet, valamint az ország leggazdagabb tudományos élőnövény-gyűjteményét évente 80 ezer látogató tekinti meg. A kedves kis településen még megtekinthetjük a Petőfi Sándor szobrot, a Szentháromság templomot és a világháborús emlékművet.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

A Falumúzeum és az önkormányzat munkatársainak egybehangzó véleménye szerint a településre a hagyományos magyar, illetve a szlovák és tót nemzetiségi konyha jellemző. A XVIII. században betelepült lakosok zömmel magyarok voltak, akik a környező tót anyanyelvű községekből házasodtak. Ennek következtében a lakosság döntő hányada magyarnak vallotta magát, de szlovák módon élt és beszélt. 1970-ben a lakosságnak már csak mintegy 30 %-a beszélt szlovákul, főképp az idősek.

Ganca



Hozzávalók:

800 g krumpli, 170 - 180 g liszt,
2 fej hagyma, 2 gerezd fokhagyma,
60 g sertésszár, só, bors, tejföl.

Recept: a krumplit sós vízben puhára főzzük, majd a főzővíz felét leöntjük, a maradékkal pedig krumplipüré-állagúra törjük a burgonyát. Beleszórjuk a lisztet, és folyamatos kevergetés mellett, alacsony lángon, hosszasan, 10-15 percig „pöfögtetjük”, hogy a liszt kellő hőkezelést kapjon. A hagymát és a fokhagymát felaprítjuk, és egy serpenyőben a zsíron, sózva, borsozva megdinszteljük, majd zsírozott vagy olajozott kanállal nagy galuskákat szaggatunk bele a krumplis masszából. Lehetőség szerint minden oldalát erősen átpirítjuk, majd tejföllel tálaljuk.

Barátfüle (perka)



Hozzávalók:

900 g burgonya, 300 g rétesliszt,
1/4 kávéskanál só.
A töltelékhez: 400 g lekvár,
300 g darált mák, porcukor.

Recept: a tésztához a burgonyát puhára főzzük, meghámozzuk, majd kis lyukú reszelőn lereszeljük. Hozzáadjuk a lisztet, a sót és tésztá állagúvá gyúrjuk. Nem keverjük túl sokáig, mert a tésztá ragadós lesz. Liszttel beszórt deszkán a tésztát 3 mm vastagságúra gyúrjuk, és kb. 6x12 cm-es téglalap alakúra vágjuk. A közepére egy kanálnyi szilvalekvárt rakunk, félbehajtogatjuk, és a szélét villával megnyomkodjuk (így a lekvár a főzés során nem fog kifolyni a tésztából). Egy nagyobb edényben vizet forralunk, a töltött táskákat beletesszük a forrásban lévő vízbe (kb. 10-15 darabot főzünk egyszerre). Megvárjuk, míg a táskák felúsznak a felszínre, ettől számítva még 1-2 percig főzzük, végül kivesszük a vízből. A lecsepegtetett táskákat darált mákba forgatjuk, porcukorral meghintjük és tálaljuk.

POMÁZ

Látványosságok és turisztikai helyszínek

Pomázon tett sétánk során mindenképpen érintsük a **Szent István Király Plébániát**, a **Szerb utcát és templomot**, a **Teleki-Wattay-kastélyt**, mely utóbbit a Budai Bornemissza Bolgár család egyik leszármazottja, felsővattai Wattay Pál építtette 1773-ban. Később a kastélyt és a birtokot unokahúga Teleki Józsefné örökölte. Unokájuk, Teleki József, a Magyar Tudományos Akadémia első elnöke itt írta „A Hunyadiak kora Magyarországon” című történelmi művét, és a hagyomány szerint a kastélynak ugyancsak vendégei voltak a kor ismert költői: Pálóczi Horváth Ádám, Erdélyi János és Vachott Sándor. Említésre méltó még a **János-forrás**, **Wass Albert mellszobra**, a **Községtörténeti gyűjtemény**, a **Luppa mauzóleum**, a **Radnai villa** és a klasszicista stílusú református templom.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Pomáz kapcsán érdemes megemlítenünk az itt élő szerbek nemzeti konyháját, mely begyűrűzött a magyar családok gasztronómiájába is. Ennek köszönhetően gyakran készülnek itt „rác” előnévvel ismert ételek: rácburgonya, rác saja, rácgombóc, rácgulyás, ráros hús, rácpárikás, rácponty, rácsaláta stb. A szerb ételkészítési szokások legfőbb jellemzői, hogy szeretik az erős ízeket, a szokásosnál fűszeresebben főznek, a leves az ebéd elmaradhatatlan első fogása, tejet, tejfölt csak kevés étel készítéséhez használnak, a zöldpaprika, paradicsom, padlizsán, télen a lecsó a fogások leggyakrabban használt ízesítője.

Szerb rakott lecsó



Hozzávalók:

2 pár virsli, 4 dkg zsír,
75 dkg zöldpaprika, 75 dkg paradicsom,
15 dkg vöröshagyma, só, fűszerpaprika,
12 dkg füstölt szalonna,
50 dkg burgonya.

Recept: a zsíron megpirított, karikára vágott hagymát meghintjük fűszerpaprikával, belevágunk 2-3 friss paradicsomot, sózzuk és pörkölt levet készítünk belőle. A kicsumázott zöldpaprikát karikára, a paradicsomot, a héjában főtt, hámozott krumplit szeletekre vágjuk. A hozzávalókat rétegesen zsírral kikent tűzálló tálba rakjuk, aljára egy sor burgonyát, majd a szeletelt zöldpaprikát és a karikára vágott virsli, végül a paradicsomszeletekkel befedjük. Ezt a sorrendet ismételjük, míg elfogynak az alapanyagok. Tetejére húsos szalonnaszeleteket rakunk, ráöntjük a maradék pörköltlevet és sütőben 35-40 percig sütjük.

Gyuvecs (džuveč)



Hozzávalók 5 adagra:

10 dkg zöldbab, 50 dkg zöldpaprika,
15 dkg rizs, 50 dkg paradicsom, 1 evőkanál
paradicsomlé, 1 köteg petrezselyemzöld,
5 dl csontlé, néhány szál zellerzöld,
60 dkg csontozott sertéskaraj, 8 dkg zsír,
2 fej vöröshagyma, 20 dkg burgonya,
2 gerezd fokhagyma, 30 dkg padlizsán,
1 húsos, nagy paprika, só ízlés szerint.

Recept: a felszeletelt húst sózzuk és forró zsíron mindkét oldalát hirtelen megsütjük, majd kiemljük és egy másik edénybe tesszük őket. A maradék zsírban a karikára vágott vöröshagymát, felszeletelt húsos paprikát, a vékony szeletekre vágott burgonyát megpirítjuk, csontlével felöntve üvegesre pároljuk. Ekkor hozzáteesszük a hámozott, szeletelt padlizsánt, a szálkázott, megabált zöldbabot és a csumázott, szeletelt zöldpaprikát, és mindezeket tovább pároljuk. Az elfőtt pároló levet pótoljuk. Amikor a zöldségfélék majdnem megpuhultak, beletesszük a húst, rászórjuk a rizst, sózzuk, paradicsomszeletekkel befedjük, ha kell, kevés csontlevet öntünk hozzá, és az egészet összepároljuk.

SZENTENDRE

Látványosságok és turisztikai helyszínek

Szentendrén számos múzeum várja a kultúrára éhes látogatókat. Az **Ámos Imre – Anna Margit Emlékmúzeum** a festőművészpár alkotásait, míg a **Czóbel Béla Múzeum** a posztimpresszionista festő műveit mutatja be. A **Kovács Margit Múzeum** görög utcai homlokzatára kerámiaburkolat készült, amely motívumaiban Kovács Margit munkásságára, illetve a szomszédos műemlék épület reneszánsz sarokdíszítésére utal. Ha inkább templomokban nézelődnénk, ajánljuk a **Szent Péter és Pál-templomot**, mely Szentendre eredetileg szerb ortodox, ma római katolikus templomainak egyike. Ha a városban járunk, feltétlenül tegyünk egy sétát a csodaszép **Duna-korzón**, a **Fő téren**, a **Templomdombon** és a **Skanzenben**.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

A gasztronómiában erőteljesen éreztetik hatásukat a szerb hagyományok, jellegzetes ételnek számít a felvidéki gombócleves, a túrós kalács, a játékos hangzású suhantott leves gombótával, a rozmaringos bárány vagy akár a kelett gömböke.

Felvidéki gombócleves



Hozzávalók:

60 dkg marhacsont, 40 dkg vegyes zöldség (sárgarépa, petrezselyem, zeller, karalábé, krumpli), 2 fej vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál szemes bors, só, 1 citrom.

A habaráshoz: 4 dl tejföl, 5 dkg liszt.

A gombóchoz: 10 dkg sertéshús, 10 dkg marhahús, 5 dkg füstölt kolbász, 3 dkg füstölt szalonna, 25 dkg krumpli, 1 tojás, só, őrölt bors.

Recept: a csontokat egy nagyobb fazékban feltesszük főzni. Megvárjuk, míg felforr, és leszedjük a habját. Sóval, egész borssal fűszerezzük. A levesbe való zöldségeket megtisztítjuk, felkockázzuk és a fokhagymagerezdekkel együtt fazékba tesszük. Amikor minden puhára főtt, a csontos részeket kivesszük, a levest a tejfölből simára kevert liszttel behabarjuk. Főzés közben a gombócok is elkészülhetnek. Ehhez a húsféléket ledaráljuk. A krumplit megtisztítjuk, apróra reszeljük, a levét alaposan kinyomkodjuk. Egy tálban összekeverjük a darált húsokat és a reszelt krumplit egy tojással. Sóval, borssal ízlés szerint fűszerezzük, majd diónyi gombócokat formázunk belőle. Ezeket a behabart, forró levesben kb. öt perc alatt kifőzzük. Tálalás előtt citromlével kicsit savanyítunk a felvidéki gombócleves ízén.

Kelett gömböke

Hozzávalók:

50 dkg liszt, 3 dl tej, 2 dkg élesztő, 2 evőkanál cukor, 2 evőkanál zsír, csipetnyi só.

A tetejére fahéjas vagy kakaós porcukor.

Recept: a langyos, cukros tejben felfuttatjuk az élesztőt. A lisztet tálba tesszük, beleborítjuk a megkelt élesztőt, és a megmaradt langyos tejet apránként adagolva meggyúrjuk a tésztát. Amikor már szép simára kidolgoztuk, akkor konyharuhával letakarjuk, és egy órán át kelesztjük. Ekkor 2 centiméter vastagra kinyújtjuk és nagy kerek formával kiszaggatjuk. További 15 percet állni hagyjuk. Egy lábasban zsírt olvasztunk, beletesszük a gömbökeket és egyik felüket pirosra sütjük. Ezután átforgatjuk, öntünk alájuk egy merőkanál forró vizet és azonnal lefedjük. Addig pároljuk, amíg a víz teljesen elfő. Közben nézegetni, a fedőt levenni nem szabad. Amikor már nem gőzölög a lábas, kiszedjük az átpárolódott gömbökeket, és azonnal megszórjuk fahéjas vagy kakaós porcukorral. Lekvárt is kínálhatunk hozzá, mint a fánkhoz.

NAGYBÖRZSÖNY

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A község főterének közelében áll az evangélikusok klasszicista temploma, mely 1847 és 1852 között épült, míg a Szent Miklós-templom eredete a 18. század végére datálható. Itt azonban nem ér véget a megtekintésre érdemes templomok sora, a Szent István- templom és az úgynevezett Bányás templom is várja a Nagybörzsönybe kirándulókat. A Tájház a Bányászt templom mellett, a plébánia és a régi katolikus iskola szomszédságában található. 17. századi épületébe lépve több generációnyit ugorhatunk vissza az időben. A négy helyiségből álló, ódon házban több apró kiállítás mutatja be a település utóbbi évszázadait. Vízialom, magfaragó műhely és kisvasút is maradásra bírja majd a látogatót.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Nagybörzsöny konyhaművészetén egyértelműen érezhető a palóc hatás, ezért főznek gyakran savanyú nyelvleves, kevert babot, vlájknt, azaz lepényt, Hiednt, azaz velőt kolbásztöltelékkel és fogyasztanak édességként sörkiflit vagy mákos fánkot.

Crierti peun – Kevert bab



Hozzávalók:

1 kg száraz bab (vajbab és gyöngybab),
1 kis fej vöröshagyma, 15 dkg füstölt
szalonna, 1 evőkanál só, 4 evőkanál liszt.

Recept: a babot előző este beáztatjuk. Másnap a szalonnát apró kockákra vágjuk és pirosra sütjük. A hagymát felkockázzuk és üvegesre pirítjuk rajta. A babot sóval ízesítjük és fedő alatt puhára főzzük. A lisztet 1-2 dl vízzel simára keverjük, ezzel sűrítjük be a babot. Közben folyamatosan keverjük, nehogy leégjen. Amikor már jól összeállt, tálalható. Külön tesszük az asztalra a babot és a hagymás szalonnát. Mindenki ízlése szerint szedhet belőle.

Hiedn – Velő kolbásztöltelékkel



Hozzávalók:

2 fakanál sertézsír,
30 dkg kolbásztöltelék (vagy fűszerezett
darált sertéshús), 50 dkg velő,
40 dkg sertésmáj, 2 nagyobb fej
vöröshagyma, 2 teáskanál őrölt
paprika, 1 teáskanál só, 2 kávéskanál
őrölt fekete bors, 2 teáskanál
majoránna, 2 evőkanál paradicsomlé.

Recept: egy fakanálnyi sertézsírt serpenyőben felmelegítünk. Rátesszük a kolbásztöltelékkel és átsütjük. Készíthetjük darált sertéscsomból is. Ebben az esetben ízlés szerint sóval, őrölt borssal, őrölt köménnyel, fűszerpaprikával és zúzott fokhagymával összekeverjük, és úgy pirítjuk meg. Hozzáborítjuk az átmosott, hártáitól megtisztított velőt, és az egészet készre sütjük. A sertésmájat csíkokra vágjuk. Egy újabb serpenyőben felolvasztjuk a megmaradt zsírt, üvegesre pároljuk benne a csíkokra vágott vöröshagymát. Megszórjuk őrölt paprikával és azonnal hozzákeverjük a májat. Amikor már teljesen átsült, sóval, borssal, majoránnával fűszerezzük és kevés paradicsomlével hígítjuk. Tálaláskor burgonyával vagy kenyérrel és savanyúsággal tegyük az asztalra. A velős kolbász összekeverhető a májjal, de külön is fogyasztható.

MÁRIANOSZTRA

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A 2016-ban átadott Márianosztra – Nagyirtáspuszta (7 km hosszú) szakasszal megvalósult a természetjárók több évtizedes álma: újra végigutazható a **Szob és Nagybörzsöny közötti erdei vasúti** hálózat teljes, 22 kilométer hosszú vonala. A transzbörzsönyi vasút ma Magyarország egyik leglátványosabb hegyi pályája, a vonala szűk patakmeder partján, sűrű erdőkben kanyarog, irányfordítóval és hármas hurokkal győzi le a meredélyeket. Ha kivonatoztuk magunkat, nézzük meg a **Faluházat**, melyben a néprajzi értékeket helyi amatőr néprajzkutatók gyűjtötték össze a településen. Az egyetlen magyar alapítású szerzetesrend, a pálosok tulajdonában álló **kegytemplom** és az egykori kolostorban immáron, több mint 150 éve működő **fegyház** a környék egyik legérdekesebb látnivalója.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Mákos fánk (Mahigi Vasájn)



Hozzávalók:

50 dkg liszt, csipetnyi só, 5 tojássárgája,
10 dkg vaj, 10 dkg darált mák,
10 dkg darált dió, 5 dkg élesztő,
1 teáskanál cukor, 4 dl tej, 10 evőkanál
porcukor, 2 vaníliás cukor,
a sütéshez étolaj.

Recept: 1 dl langyos tejbe kevés cukrot teszünk, belemorzsoljuk az élesztőt, és langyos helyre tesszük, hogy megkeljen. A tojások sárgáját 4 evőkanál porcukorral olvadásig keverjük. Beleborítjuk az élesztőt, a lisztet, csipetnyi sót adunk hozzá, és a maradék tejből annyit, hogy közepesen lágy tésztát kapjunk. A vajat felolvasztjuk, kicsit hűtjük, és még langyosan a tésztába dolgozzuk. Hólyagosra dagasztjuk. Liszttel megszórjuk a

tetejét, letakarjuk, és meleg helyen legalább fél órát pihentetjük. Közben elkészítjük a töltelékeket. A darált mákhoz 4 evőkanál tejet, 3 evőkanál porcukrot teszünk, és kicsit összefőzzük. Vaníliás cukorral ízesítjük. A dióhoz is cukrot és annyi tejet adunk, hogy pépes legyen az állaga. Ehhez is teszünk vaníliát. A megkelt tésztát lisztezett deszkán kézzel széthúzzuk, és a széleitől elindulva kis halmokban töltelékkel teszünk rá. Ráhajtjuk a tésztát, lisztezett pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. Ezt addig folytatjuk, míg az összes fánkot megtöltöttük. Kicsit még pihentetjük. Közben felmelegítjük az olajat. Ebbe tesszük a fánkokat. Először fedő alatt, majd anélkül sütjük, míg szép pirosak lesznek. A végén vaníliás porcukorral megszórjuk.

Börzsönyi gombás máj galuskával

Hozzávalók:

50 dkg sertésmáj, 10 dkg vöröshagyma, 15 dkg gomba, 15 dkg zsír, 1 mokkáskanál törött bors, 1 teáskanál pirospaprika, 1 evőkanál liszt, 1 dl tejszín, 1 evőkanál petrezselyemzöld.

Recept: a májat megtisztítjuk, vékony szeletekre vágjuk. Egy serpenyőben felforrósítjuk a zsírt, megpirítjuk benne az apró kockákra vágott vöröshagymát, a szeletekre vágott gombát és a májszeleteket. A fűszerekkel ízesítjük, megszórjuk egy kis liszttel, tejszínnel felengedjük, majd felforraljuk. Apró galuskákat szaggatunk és forrón tálaljuk. Finomra vágott petrezselyemzölddel megszórjuk.

PÁND

Látványosságok és turisztikai helyszínek

Pándon minden a meggyről szól. Ennek megfelelően érdemes megemlítenünk a pándi Meggyfesztivált és Falunapot, melyet minden évben az Örs napjához legközelebbi szombaton tartottak egészen addig, amíg a meggy éréséhez nem igazították a rendezvényt. A pándi üvegmeggyet a Kárpát-medencében őshonos meggyek között tartják számon. Kései, július végén éri el a szedési érettséget. Igen nagy, 6-8 g súlyú, 21-24 mm átmérőjű meggyeket termő fajta. Kiváló üveg meggy, repedésre nem hajlamos. A dunsztolásnál sem repedezik, mivel elég vastag héjú. Sötétpiros, bő levű ízletes, piros húsu, jellegzetes, savanykás-édes, kellemesen harmonikus ízű meggy. Egyedülálló minőségének köszönhetően korlátlanul lehetne exportálni, de alacsony termésbiztonsága miatt igen költséges volna, ezért nagyüzemi ültetvényekben nem javasolt a termesztése. Pándon – a meggyen kívül – különlegesnek számít még a református templom, a tájház, a Trianon emlékmű és a Török híd is.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Tűzérrostélyos (Pándi Hagyományörző csoport receptje)

Hozzávalók: kb. 20 dkg füstölt szalonna, 60 dkg kicsontozott sertéstárja, 4 kisebb vöröshagyma, só, őrölt fekete bors.

Recept: a szalonnát félcentis kockákra vágjuk, és egy jól megforrósított tárcsán a zsíráját ki-sütjük. A pörccöt szűrőlapáttal kiemeljük belőle, lecsöpögtetjük és puha kenyérrel már be is kebelezhetjük, míg elkészül a pecsenye. Ehhez a tarját 4 szeletre vágjuk, kiverjük, inas részeit, széleit bevágjuk, nehogy a hús sütés közben összeugorjon. Ezután a tárcsa szélén (ami éppen, hogy zsíros, hisz a többi zsiradék a tárcsa közepére lefolyik), erős tűzön mindkét oldalukat megkapatjuk, azaz 1-2 perc alatt fehéredésig sütjük. Félrerakjuk. A hagymát megtisztítjuk, vékonyan karikákra vágjuk, gyűrűire szedjük, és a tárcsa közepén, a szalonna kiolvasztott zsírában szép aranybarnára sütjük. Szűrőlapáttal kiemeljük, félretesszük. Az elősütött hússzeleteket a visszamaradó zsírban vastagságuktól függően 8-10 perc alatt megsütjük. Közben többször megforgatjuk, enyhén sózzuk, borsozzuk. Tálaláskor a húst lecsöpögtetjük és a sült hagymát ráhalmozzuk. Haluskával tálaljuk, ami majdnem olyan, mint a galuska, csak formája hosszabb (ehhez a szaggatón hagyjuk hosszan lecsurogni a tésztát).

Aszalt meggyel töltött csirkemell



Hozzávalók:

1 egész csirkemell, 1 teáskanál őrölt feketebors, 15 dkg vékony szelet sonka, 10 dkg vékony szelet sajt, 10 dkg bacon szalonna, 1 dl étolaj, 20 dkg aszalt meggy.

Recept: a csirkemellet szeletekre vágjuk és nagyon vékonyra kiklopfoljuk. őrölt borssal fűszerezzük. Egy-egy szelet hústra először sonkát, majd sajtot helyezünk, középebe néhány szem aszalt meggyet teszünk és feltekerjük. Az egész köré egy bacon szalonna szeletet teszünk, majd a többi húst is hasonlóan elkészítjük. Sütőtál aljába étolajat öntünk, és szorosan egymás mellé beletesszük a töltött csirkemelleket. A tetejét is meglocsoljuk olajjal, majd alufóliával lefedjük, és sütőben 40-45 perc alatt átpároljuk. Ekkor levesszük róla a fóliát, és pirosra sütjük. Köretként párolt rizst vagy burgonyapürét adhatunk hozzá.

Pándi meggyes pite

Hozzávalók 2 tepsis pitéhez:

1 kg liszt, 4 tojás, 5 dkg élesztő, 6 dkg vaj, 1 liter tej, 8 dkg cukor, csipetnyi só, a tepsik kikenéséhez zsír, a sütemény tetejére 50 dkg magozott meggy és 2 marék cukor.

Recept: 1 dl langyos, cukros tejben felfuttatjuk az élesztőt. A tojások sárgáját cukorral, kevés sóval és puha vajjal habosra keverjük. Hozzáöntjük a megkelt élesztőt, majd a liszttel és a tejjel apránként kidolgozzuk. A tojások fehérjét habbá verjük, és óvatosan a masszába forgatjuk. Konyharuhával letakarva, langyos helyen háromnegyed óráig kelesztjük. A tepsiket zsírral kikenjük, elosztjuk bennük a megkelt pitetésztát, és még ezekben is hagyjuk 10-15 percig állni. A tetejét meggyekkel gazdagon megszórjuk, egy-egy marék cukorral ízesítjük, és kemencében vagy sütőben pirosra sütjük.

VISEGRÁD

Látványosságok és turisztikai helyszínek

Nem szabad átlépni Visegrád határát úgy, hogy nem jártunk a **Fellegvárban**. A visegrádi kettős várrendszert 1250-1260 körül építette IV. Béla király és felesége, Laszkarisz Mária királyné. A **Zsitvay-kilátót** 1933-ban építették a 378 méter magas Nagyvilám tetejére. Tiszta időben a fővárost és 100 kilométeres környezetét belátni, a Mátrától a Pilisig és a Zsámbéki-medencéig. A **Mária-kápolna**, a **Salamon-torony**, a **Pállfy-kastély** és persze a **Királyi palota** is kihagyhatatlan látnivalók.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Visegrádi szarvasgulyás



Hozzávalók 6 személyre:

1 kg szarvashús (lehetőleg lábszár),
20 dkg füstölt, húsos szalonna, 1 evőkanál sertézsír, 1 nagy fej vöröshagyma,
1 gerezd fokhagyma, 1 kávéskanál csípős fűszerpaprika, ízlés szerint borókabogyó és borsikafű, 1 késhegynyi őrölt kömény,
1 csipet majoranna, 1 csipet őrölt bors,

1 egész zöldpaprika, 1 egész paradicsom, 50 dkg burgonya, 10 dkg sárgarépa, 10 dkg fehérrepa, fél zeller, só.

Recept: az apró kockákra vágott szalonnát a sertézsíron megpirítjuk, a pörccöt félretesszük. A finomra vágott hagymát, a paradicsomot és a paprikát rádobjuk, lecsós alapot készítünk, majd belekeverjük a pirospaprikát, hozzáadjuk a kockákra vágott húst. Erős tűzön megpirítjuk, majd lassú tűzön, megsózva, lefedve pároljuk. Amikor levet ereszt, hozzáadjuk a fokhagymát és a fűszereket. Tovább pároljuk, ha szükséges, pótoljuk az elfőtt vizet. Ha a hús megpuhult (körülbelül 90 perc után), beletesszük a karikára vágott sárgarépát és zöldséget. Ha ezek is csaknem megpuhultak, hozzáadjuk a kockára vágott burgonyát, majd felöntjük annyi vízzel, amennyi épp ellepi. A burgonyát is puhára főzzük és szükség szerint még ízesíthetjük.

Visegrádi pecsenye



Hozzávalók:

4 szelet hús, olaj, 1 fej vöröshagyma,
2 gerezd fokhagyma, 6 fej gomba, 1 db paprika, 2 szem paradicsom, 10 dkg sonka,
2 db csemegeuborka, 2 dl tejföl, só, bors,
kakukkfű, pirospaprika, petrezselyemlevél.

Recept: a serpenyőbe kevés olajat öntünk, és a vékony szeletre vágott, klopolt, sózott, borsozott húsokat hirtelen elősütjük, mindkét oldalát pirosra. (Ha nem sikerül szép szeleteket vágni, akkor vékony csíkokra is apríthatjuk a húst.) Ha megsült, tányérra kisedjük. A visszamaradt olajon megpirítjuk a vékony csíkokra vágott hagymát, hozzányomjuk a fokhagymát, egyet keverünk rajta, és már mehet is hozzá a csíkokra vágott gomba és paprika, valamint a cikkekre vágott paradicsom. Fűszerezzük sóval, borssal, kevés kakukkfűvel és pirospaprikával. Ha egyet rottyan, akkor mehet bele a felcsikozott sonka és uborka. Pár perc múlva hozzáadjuk a tejfölt, majd visszatesszük a húsokat, megszórjuk a felaprított petrezselyemmel. Kb. 1-2 percig főzzük és galuskával tálaljuk.

SZÁZHALOMBATTA

Látványosságok és turisztikai helyszínek

A település barokk stílusú, szerb ortodox **Szűzanya Születése Temploma** régi korokról, az 1750 körüli időszakról árulkodik. A **Szent László római katolikus templom** későbbi időkből, 1910-ből származik, legfiatalabb pedig a város **református temploma**, mely 1999-re épült fel. A **Zenálkó Etel Közösségi Ház** 1939-re épült fel adományokból, a helyiek önkéntes munkájával, így már csak ezért is érdemes megnézni. A **Matrica Múzeumot** se hagyjuk ki a sorból, mely a feltárt gazdag régészeti, történelmi és néprajzi leleteket mutatja be a történelem előtti időktől kezdve.

A településre (és/vagy közeli régióra) jellemző ételek

Százhalombatta mindig is híres volt a halételeiről, s e hagyomány fennmaradását nemcsak a halszáporító gazdaságnak, hanem a környék népszerű horgászati helyeinek és halételeket kínáló éttermeinek is köszönheti.

Süllő egészben sültve, zöldségkörettel, fokhagyma mártással



Hozzávalók: 1 egész süllő, 20 dkg kolozsvári szalonna, 5 dkg vaj, 3 gerezd fokhagyma, 1 fél citrom, halfűszerkeverék.
A körethez: 1 kg vegyes zöldségköret.
A mártáshoz: tejföl, fokhagyma, bors, szárított lestyánlevél morzsolva.

Recept: a halat megtisztítjuk, vastagon beirdaljuk, besózzuk. Egy óra múlva a sótól kimossuk. A citrom egyik felének a levével bedörzsöljük. Hagyjuk állni fél órát. Ezt követően az irdalásokba vékony szelet szalonnát, csíkokra vágott fokhagymát tűzdelünk, a hal hasába két szelet szalonnát helyezünk. Kivajazott tepsibe tesszük, fólia alatt 180 fokon fél órát pároljuk, majd a fóliát levéve rápirítunk. A köretként szolgáló vegyes zöldséget vajon megpároljuk. A tejfölből beleszélünk egy gerezd fokhagymát, belemorzsolunk egy kis lestyánt, esetleg tejszínnel vagy majonézzal lágyítjuk a mártást, amely így már el is készült.

Csuka szalonnaágyon gombás töltelékkel

Hozzávalók: 1 db 2 kg-os csuka, szalonna, paradicsom, zsír.

A töltelékhez: 1 db zsemle, 0,5 fej hagyma, 1 maréknyi vargánya vagy gyűrűs tuskógomba (persze lehet más fajta is), vegeta, só, bors, 1 db tojás.

Recept: a csukát mossuk, sózzuk, irdaljuk, szalonnadarabokkal tűzdeljük. Az apróra vágott hagymát zsíron üvegesre pároljuk, hozzáadjuk az apróra vágott gombát, majd a beáztatott, kinyomkodott, apróra morzsolts zsemélével, tojással, sóval, borssal egy kis vegetával összedolgozzuk, majd a csuka gyomrába töltjük. Szalonnaszeletekre fektetjük a csukát, majd a megszokott módon fólia alatt fél órát 180 fokon pároljuk, majd a fóliát levéve pirítjuk.

2. CUKRÁSZATI HAGYOMÁNYOK ÉS

PALÓC ÉDESSÉGEK A RÉGIÓBAN

A gyümölcs, a hal és a hús mellett, a liszt és a méz az egyik legősibb táplálékunk – a liszthez kevert méz felhasználásával sült lepényfélét pedig nyugodtan tekinthetjük a mézeskalács „korai előfutárának”, azaz ősenek is. Korai idők óta a méz volt az egyik legfontosabb édesítőszer. Hosszan tartó „egyeduralmát” pedig csak lassan törte le a jó ideig igen magas cukorár – de a mézeskalács még azután is hosszú ideig megmaradt Európa népeinél az egyik legfontosabb, édes és tartós süteményként. A cukrászipar az orvostudomány és a gyógyszerészet talaján nőtte ki magát. Nem túlzás azt állítani, hogy az első cukrász orvos volt, aki gyógyfüvek, gyökerek és sok keserű orvosság mellett a mesés Indiából származó cukrot is árusította. Ez az orvos volt az, aki a keserű pirulát először cukorba mártotta, majd cukrozott gyümölcsöt hozott forgalomba, később pedig cukorpirulákat is készített.

Magyarországon az édességkészítés a török hódoltság idején is tovább fejlődött, igaz, akkor már más irányba: a török édességkészítők ugyanis gazdag választékban készítettek különböző cukros süteményeket, narancs, citrom és más gyümölcsök levéből kreált édes italokat, amelyeket a magyar főúri családok hamar megkedveltek és szívesen fogyasztottak.

Az első édességreceptek a XVII. század gyakorlatát őrzik, és főúri várak feljegyzéseiből maradtak fenn az utókor számára. Ezek azt mutatják, hogy az akkori időkben a mézeskalácson kívül két másik édesség is széles körben elterjedt volt: a fánk és az édes kása. Az édességek számának növekedéséről a XIX. század közepéről van egy érdekes adatunk: a kéziratban megmaradt sárospataki szakácskönyv ugyanis 132 édességről tesz említést.

A XIX. század végén a mai cukrászat körébe tartozó készítményeket a szakácsok, a patikusok és a keleti vándorművészek is készítették, de már egyre erősödött az a folyamat, amely a cukrászipar kialakulásához vezetett. A cukorműves és a cukros sütemények közti tartalmi különbség a XVIII. század végén eltűnik és az egységes cukrászipar kialakulásához vezet.

Az első „cukros süteményes”, akit a budai városi hatóság a polgárok névjegyzékébe felvett 1710-ben, a német származású Haussmann Károly volt. A törökök kivonulása után Pest első cukrásza Peyer Jusztina volt, amelyről egy 1735-ből származó okirat tanúskodik. A XIX. század első felében nemcsak a cukrászipar alakult ki, hanem az annak termékeit értékesítő üzletek is megjelentek. Segítette a cukrászipar fejlődését, hogy Velencéből a XIX. század első felében számos német, svájci és francia cukrászt utasítottak ki a hazájából, akik aztán számos európai országban - így többek között Magyarországon is - menedéket és megélhetést találtak. A reformkor jó lehetőséget biztosított a hazai cukrászipar fejlődéséhez, mert külföldről jól képzett cukrászok érkeztek hozzánk, akikről sokat tanultak a magyar szakemberek. 1884-ben megalakult a Cukrászok, Mézeskalácsosok és Sütők Ipartestülete, s a cukrászok száma is emelkedett: 1873-ban 651 fő, 1884-ben 1533 fő, 1890-ben 2310 fő foglalkozott ezzel a szakmával.

Cukrásziparunk fejlődését azokon a műszaki, technikai és technológiai újdonságokon lehet legjobban bemutatni és lemérni, amelyeket a kor nagy híré cukrászdái megvalósítottak. A cukrászdákban egyre nagyobb szerepet kap a hangulat megteremtése. Ahol erre technikai lehetőség volt, kialakították az állófogyasztáson kívül az ülőfogyasztás feltételeit is.

Az utcán át kiadott vagy postán küldött süteményeket korszerű csomagolóanyagba és dobozba tették. A bonbonokat speciális díszdobozokban szállították, de a tortákat és a konyakos meggyet is szakszerűen csomagolták. Olyan új cukrászati készítmények jelentek meg, mint a párizsi krém, a csokoládédraszté, a bonbon, a szaloncukor, a lekvárok, az ízek, a sós és édes sütemények, a krémes és a tejszínes sütemények. A fagyalt téli-nyári cikké vált.

Az 1945 után létesített állami vendéglátó-ipari vállalatok fontos feladata volt a gazdaságos termelés megvalósítása érdekében a központi termelőüzemek létesítése. Onnan láttak el készáruval minden olyan vendéglátó üzletet, ahol nem folyt cukrászati termelés. Így létesültek abban az időben központi termelő cukrászüzemek, fagyaltüzemek és mézeskalácsot készítő fiktúrák. Az új igények kielégítéséhez természetesen új termelési formákat is ki kellett alakítani, amit abban az időben úgy neveztek: „cukrászati félkész termékek befejezése az értékesítő üzletekben”. Ez azt jelentette, hogy a központi cukrászati termelőüzem „félkész” termékeket kínált, amelyeket a kiszállítás után megfelelő krémekkel, habokkal az értékesítő helyen töltöttek be vagy raktak fel díszítésként. Az 1945 utáni évtizedekben jelentősen megnőtt a cukrászsütemények iránti igény, és ez maga után vonta

a díszítési elemek és módszerek megváltozását is. Ennek hatására a régi, sok munkával járó díszítést fokozatosan elhagyták és az olcsóbb, kevésbé munkaigényes, ún. „felrakásos díszítési módszerre” tértek át.

1990-ben új szakasz kezdődött, amelyet a „privatizáció” szóval szoktunk jelölni. Ez az üzletek magánkézbe adását jelenti, amelyben már csak korszerű üzleti szemlélettel, új kezdeményezésekkel lehetett talpon maradni az egyre növekvő és erősödő külföldi vállalkozásokkal szemben. Ugyanakkor minden eddiginél kedvezőbb lehetőségek nyíltak a meglévő cukrászdák korszerűsítésére, újak létesítésére, a nyugati technika és technológia megismerésére és alkalmazására. Ez volt az az időszak is, amikor már megszokottá vált a félkész élelmiszeripari készítmények használata. Mindezen lehetőségek kihasználásával 2000-ben már látványos cukrászdai pultokkal és egyre növekvő kényelmi készítményekkel találkozhattunk, ami nemcsak a fogyasztóknak jelentett előnyöket, de a gazdaságosságuknak köszönhetően a cukrászda tulajdonosának is.

ISMERT PEST MEGYEI CUKRÁSZATI TERMÉKEK

Somlói galuska



Az egyik legismertebb magyar desszertet Szócs József Béla, főtí cukrászmester alkotta meg az 1958-as brüsszeli világkiállításra. A hagyomány szerint a nevét a főtí Somlyóról, erről a Gödöllői-dombság peremén, Fót határában emelkedő dombról kapta. A világkiállításon való bemutatásakor már somlói galuska néven szerepelt az édesség. Nem tudni, elírták-e a nevét, esetleg nem tudták, hogy kell ejteni, mindenesetre ezzel a névvel vált világhírűvé.



Hasonlóan kérdéses, ki volt a somlói galuska „ötletgazdája”. Egyes vélemények szerint Gollerits Károly, a Gundel főpincére találta ki és Szőcs József Béla alkotta meg ezt a diós, rumos, mazsolás, vaníliás, csokoládés és tejszínhabos édességet. A cukrászmester lánya viszont úgy véli, nem Golleritstől származott az ötlet, ráadásul a desszert receptje sosem volt titkos, mert több változata létezett. Szőcs József Béla egyébként a Gerbeaud cukrászdában tanulta a mesterséget, aztán 1955-től közel másfél évtizedig a Gundel cukrászmestere volt. Ezután Fóton saját cukrászatot nyitott, amit 1969-től 1982-ig vezetett.

Dobos-torta



A dobostortának a cukrászsütemények között „királyi rangja” van. A roppanóan törő, aranybarna, fényes karamellel bevont piskótalap tető az egyedi megjelenésen kívül páratlan, harmonikus ízkombinációt eredményez az alatta található csokoládés vajkrémtöltelékkel. A hagyományos dobostortát hat vékony piskótalapból, csokoládés vajkrémmel összetöltött, kerek tortalap képezi. A tetőként szolgáló hatodik piskótalap karamellel bevont.

A feltaláló és névadó a magyar szakácsművészet egyik legérdekesebb, sokoldalú és talányos alakja, Dobos C. József (1847–1924) szakácsmester, kereskedő, szakíró. Szakácsdinasztia sarja, egyik őse Rákóczi fejedelem szakácsa volt a szerencsi várban. Mesterségét az Andrássy család szolgálatában, édesapja mellett sajátította el. Híressé vált tortája már 1884-ben elkészült, de csak 1885-ben, a Budapesti Általános Kiállításon lépett vele a nyilvánosság elé. A tortának nagy sikere volt az 1896. évi millenniumi kiállításon is. Ferenc Józsefet és Erzsébet királynét a vendéglős személyesen kínálta. Az 1890-es évek főrangú estélyein a fénypont a dobostorta volt Bécsben, Buda-Pesten és vidéken egyaránt. Mivel jól lehetett szállítani, nemcsak hazánkat, de egész Európát meghódította. Receptje bekerült szinte minden szakácskönyvbe. A Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban mintegy 130 változat található. Az eredeti receptet ma Éliás Tibor magángyűjteményében őrzi.

Sissy-torta

Ferenc József császár és magyar király (1867-1916) gyakran időzött Gödöllőn, családjaik hosszú hónapokat töltöttek a kastélyban. Különösen Erzsébet királyné (1837-1898) szerette Gödöllőt, ahol a bécsi udvartól távoli, léleképítő szabadságra talált: itt inkább otthon érezte magát, mint a Hofburgban. Szívesen lovagolt és vadászott a gödöllői erdőkben. „Gödöllői lakos vagyok” - mondta, ha hosszú, magányos sétáin eltévedve útbaigazítást kért a helybéliektől, akik már életében legendákat szőttek szeretett királynéjuk köré, majd tragikus halála után az ország egyik első emlékparkját létesítették tiszteletére (Erzsébet park). Erzsébet királyné első között kóstolta meg az egyik hungarikumnak számító süteményünket, a Dobos-tortát és igen kedvelte az ibolya virágával ízesített fagylaltot és parfét. Sissi kedvenc süteményei között szerepeltek az eper és kókuszos sütemények is. A Sissy-torta elkészítői az utóbbi két alapanyagot választották kiinduló pontnak. A torta váltakozó rétegei: eperhab, kókuszhab, kókuszos tészta, roppanós kókusz, macaron és eperzselé.

Rákóczi-túrós



A sütemény Rákóczi János budapesti mesterszakács (1897–1966) nevét viseli, aki szerte a világon megbecsülést szerzett a magyar konyhaművészetnek. Fél évszázados pályája alatt nemcsak számos feledésbe merült receptet elevenített fel, hanem újakat is összeállított. Pontosan nem tudjuk, mikor alkotta meg a Rákóczi-túróst. Születéséhez nem fűződik emlékeztető esemény vagy történet, úgy is mondhatnánk, hogy szinte észrevétlenül vált „közkinccsé”. A szakma „nagy öregjeinek” visszaemlékezései szerint már az 1930-as években sütötték ezt a süteményt. Receptje a Magyar Szakács című lap 1937. decemberi számában is megjelent. A Rákóczi-túrós nemzetközi hírnévre a brüsszeli világkiállításon tett szert, amikor megjelent az étlapon a magyaros tésták sorában. A süteményt Magyarország legtöbb cukrászdájában és kávézójában árúsítják.

Rigójancsi



A sütemény egy romantikus szerelem emléke. Legendájának csaknem annyi változata ismert, mint magának a nevezetes süteménynek. 1896 karácsonyán bejárta a hír Európát, hogy Chimay Caramon belga herceg feleségét, egy amerikai milliomos lányát, Ward Klárát, megszöktette egy cigányprímás. A legendás cigányprímás, Rigó János pályafutása Nagykanizsáról indult. Felkerült Pestre, ahol gyorsan hírnevet szerzett. Mindenütt meghódította a közönséget és a női szíveket. Saját zenekarával szerencsét próbált Londonban, Párizsban és még Amerikában is. Talán ott ismerte meg a rút herceg gyönyörű feleségét, akire oly nagy hatással volt, hogy az utána is utazott Párizsba. Az biztos, hogy regényes kapcsolatuk ott kezdődött és óriási botrányt kavart. A hercegné elvált férjétől, hozzáment Rigó Jancsihoz, aki elhagyta érte a feleségét. Magyarországi tartózkodásuk is szenzációsámba ment. Valószínűleg itt kedveskedett szerelmének Rigó Jancsi a róla elnevezett új süteménnyel. Egy cukrász barátját bízta meg elkészítésével. „Kérésére a sütemény olyan darabos lett, mint ő maga, olyan édes, mint a barátnője és olyan könnyed, mint a felesége.” – hangzott el egy korabeli beszámolóban. A termék az 1910-es évek után jelent meg a vendéglátóhelyeken és a receptkönyvekben. A pár szerelme zátonyra futott, azonban emlékét a rigójancsi ma is felidézi.

A rigójancsi a cukrászdába járó igényes vendégek egyik kedvelt süteménye. Sokan vásárolják a hétvégi ebédhez vagy fogyasztják a szállodai kávézóiban, cukrászdákban. Megtalálható a megfelelő hűtőlánccal rendelkező áruházak kávézóiban, büféiben is. Drága sütemény, mely a keresletére kihat.

Zserbószelet



A zserbószelet készítője, Gerbeaud Emil után kapta a nevét. Gerbeaud Emil (1854–1919) francia becsületrenddel és Ferenc József-renddel kitüntetett, svájci származású pesti cukrász, a Cukrárszok Ipartestületének örökös elnöke, a magyar édesipar meghatározó alakja. Számos újdonsággal lepte meg az édesség kedvelőit, elsősorban a hölgyeket. A magyar cukrászat „atyamesterének” tartották. A sütemény hírnevet szerzett magának külföldön is. Dr. Kun Andor, az amerikai Magyar Népszava szerkesztője „Világhírű magyar életédesítők” című cikkében cukrászművészetünk remekei közé sorolta.

Gerbeaud Emilről többek között úgy emlékezett meg, hogy „fogalommá tette ezt a magyar ingyencséget, a zserbót”. Ez az édesség egyike azoknak a cukrászsüteményeknek, melyet a háziasszonyok is gyakorta készítenek. Vendégségben teához, édes borhoz, likőrökhöz vagy főétkezés utáni desszertként egyaránt kínálható.

Esterházy-torta



Az Esterházy-tortának nincs olyan teljesen jól beazonosítható eredettörténete, mint a Sacher-szeletnek, éppen ezért számos változata létezik a diókrémes desszertnek. A tortát feltételezhetően a galánthai herceg, Esterházy Pál Antal számára készítették a XIX. század derekán, aki a király személye körüli miniszterként és Sopron vármegye örökös főispánjaként magas körökben mozgott. Többek között a bécsi udvarban is járatos volt. Magas politikai tisztségei mellett pedig köztudottan nagy ínyenc hírében állt.

Az, hogy az Esterházy-torta meghódította mind a magyar, mind az osztrák és német ízlelőbimbókat, valószínűsíthetően a kor – mai szóval élve – sztárcukrászának, Franz Sachernak is köszönhető. A magas rangú, magyar, nemesi család és az ünnepelt cukrász párosítása garancia volt arra, hogy az ízpompázatos édességek könnyen eljussanak a monarchia különböző szegleteibe.

A birodalom nagyobb városaiba tartó út során viszont a recept fejlődött, változott, alakult, így ma többféle Esterházy-tortarecept is létezik, és megannyi változat készítője esküszik a sajátja eredetiségére. A torta alapvetően 4-5 diós piskótalapból áll, amelyet vajas krémmel töltenek, tetejét fondant-nal és csokoládéval vonják be, majd a dermedés előtt a jól ismert pókhálószerű mintára igazítják.

PALÓC ÉDESSÉGEK PEST MEGYÉBEN

Ezek leginkább liszt, tojás, víz és csipet só felhasználásával készített, gyúrt tészták. A palóc népi táplálkozásban a levesek után a sült tésztákban fedezhető fel a legnagyobb változatosság. A tűzhely lapján sült lepényt fogyasztás előtt legtöbbször leforrázták, utána ízesítették, tehát nem a szokásos értelemben vett sült tészta, melyeket leginkább családi ünnepeken, jeles napokon készítettek. A torták csak a XX. század közepétől kezdenek terjedni polgári hatásra. A főtt tészták nemcsak a hétköznapiak, hanem az ünnepek és a böjti napok táplálkozásában is szerepet kapnak, pl. a mákoscsík, gombóc lekvárral, túróval töltve vagy a nudli.

Herőce



Hozzávalók a tésztához:

25 dkg finomliszt, 3 db tojássárgája,
5 dkg vaj, 2 evőkanál cukor,
2 dkg élesztő, 1 dl tej (langyos),
1 dl tejföl, 1 evőkanál rum, 1 csipet só.

A sütéshez: 7,5 dl napraforgóolaj.

A tálaláshoz: 4 evőkanál porcukor,
10 dkg sárgabaracklekvár.

Recept: az élesztőt a langyos, cukros tejben felfuttatjuk. A lisztet a csipet sóval összekeverjük és elmorzsoljuk a vajjal. A liszthez adjuk az élesztős tejet és a többi hozzávalót (tojássárgája, rum, tejföl). Jól kidolgozzuk gépi dagasztó segítségével (kb. 10 perc alatt). Letakarva, langyos helyen fél órán át kelesztjük. Lisztezett felületen kb. 3 mm vastagra nyújtjuk a tésztát, majd 6 x 10 cm-es rombuszokra vágossuk. A rombuszok belsejében hosszanti irányban két vágást ejtünk (vigyázva, hogy a széleket ne vágjuk át). A végeket a vágásokon keresztülhúzzuk. Bő, forró olajban, több adagban, mindkét oldalukat pirosra sütjük. Konyhai papírtörölkőre szedjük, hogy az a felesleges olajat felitassa. Porcukorral meghintve, azonnal tálaljuk.

Morvány



Hozzávalók: 1 kg liszt, 1 csomag mazsola, 2 tojás, 1 evőkanál cukor, csipetnyi só, 2 dkg élesztő, 12 dkg margarin, 1 l tej.

Recept: a mazsolát dagasztás előtt langyos tejbe áztatjuk. Egy kis hideg vízbe tesszük az élesztőt, cukrot, sót. A lisztbe kis fészket készítünk, beleütjük a két egész tojást, mazsolát. Az élesztőt a kézmeleg tej felével összekeverjük és a lisztes tojáshoz öntjük. A liszttel összedolgozzuk, rákenjük a margarint és puha, kelt tésztát készítünk. Ha a tésztát keménynek találjuk, tegyünk hozzá még tejet (olyan legyen a tészta, mint a buktáé). Mikor megkelt, 4 részre osztjuk (1 nagyobb és 3 kisebb). A 3 egyformát sodorjuk és utána összefonjuk, mint a fonott kalácsot. A kizsírozott tepszi közepébe helyezzük és a nagyobb résszel körbekötjük. Kicsit kelni hagyjuk, sütés előtt megkenjük tojással a tetejét. Előmelegített sütőbe tesszük. 10 percig nagyobb lángon sütjük, utána levesszük kisebbre és kb. 15-20 percig sütjük.

Molnárkalács



Hozzávalók: 1 kg liszt, 3 tojás, 4 dl tej, citromhéj, vaníliás cukor. 20-20 evőkanál kristálycukor és olaj és 1,2 liter víz.

Recept: az alapanyagokat össze kell keverni, amíg sűrű palacsintatészta állagú nem lesz. Utána pihentetni kell, akár egy

éjszakán át. Ezt követően a sütővasat láng fölött átforrósítjuk, a tányérrészt zsiradékkal bekenjük, majd a tésztából egy púpos evőkanálnyit ráhelyezünk. A tányérokat lassan összeszorítjuk, majd a lángra téve készre sütjük az ostyát. A megsütött molnárkalácsot a szétnyitott sütőből tála tesszük. Ebből az adagból igen sok kalács lesz. Sokáig tartható, eltartható édesség. A molnárkalács-sütőt régen a vőlegény ajándékozta menyasszonyának, amit a helybeli kováccsal készítettett el. Gyakran szép díszítésekkel, motívumokkal látták el a sütő belső két lapját.

Mákos fentő / ferentő



Hozzávalók a tésztához: 50 dkg liszt, 2 dkg élesztő, csipetnyi só, 2 evőkanál cukor, 1 tojás, 3 dl tej, 1 tojásnyi zsír (esetleg vaj) + egy kevés a kenéshez.
Az öntéshez: forró, cukros tej.
A tetejére: darált mák, méz.

Recept: a tészta hozzávalóiból a szokásos módon kelt tésztát készítünk, majd megkelesztjük. Ujjnyi vastagra nyújtjuk és 8 db jó arasznyi tésztacsíkra vágjuk. A tésztacsíkok egyik hosszanti oldalát sűrűn bevagdossuk (mint a kakastaréj). A tetejét megkenjük olvasztott zsírral vagy vajjal (ez a lépés akár el is maradhat) és feltekerjük. A sima felével kizsírozott tepsibe sorakoztatjuk a „virágokat”, és 200 fokra melegített sütőben pirosra sütjük őket. Még melegen forró, cukros tejjel meglocsoljuk, darált mákkal megszórjuk és mézet csorgatunk rá. Készülhet dióval is. Az önteni való kelt tészta (guba) díszes formája a fentő (frentő, ferentő). Elmaradhatatlan volt a palóc lakodalmak és a böjtös ünnepek étrendjéből. Az öntött tészták a különféle sült tésztákból folyadékkal megpuhítva készült ételek. Régen a kemencében vagy a tűzhely platniján sült egyszerű, gyúrt tésztákból (laska, laksa) csinálták, ezért volt szükség a vízzel való leöntésre - ettől puhult meg. Később már inkább kenyértésztából készültek a kenyérsütés során (guba, gubó, tekercsík, gúnárnyak) és az öntéshez már tejet is használtak. A legújabb változatnak kalácstészta az alapja és forró, cukros tejjel öntik le.

Mákos laska-palóc krumpilángos édesen



Hozzávalók a tésztához: 1 kg burgonya, 1 csipet só, 3 dkg vaj (vagy margarin), 35 dkg finomliszt.
A szóráshoz: 10 dkg mák, 5 dkg porcukor.

Recept: az alap a krumpilis tészta, amiből szilvásgombócot vagy nudlit szoktunk készíteni. A krumplit enyhén sós vízben, héjában megfőzzük. (Próbáljunk egyforma példányokat kiválasztani, hogy mindegyik egyszerre legyen puha. Ha kisebb is van benne, akkor elázik a krumpli, túl vizes lesz.) Majd leszűrjük, még melegen meghámozzuk, áttörjük, lazán szétterítjük, és hagyjuk langyosra hűlni.



Hozzáadjuk a vajat/margarint, csipet sót, aztán egyenletesen a tetejére szitáljuk a lisztet, és lágy, rugalmas tésztává gyúrjuk. (A liszt pontos mennyisége attól függ, mennyire lisztes, illetve vizes maga a krumpli.) Konyharuhával letakarjuk és 10-15 percet pihentetjük. A tésztából kis cipókat formázunk, amiket kör alakúra kinyújtunk. Zsiradék nélküli palacsintasütőben kisütjük pár perc alatt. Sütés után forró vízbe mártjuk, tányérra helyezzük és meghintjük porcukros, darált mákkal. Ezekből a mákos „lapocskákból” tornyot építünk: egymás tetejére rakogatjuk, így alul-felül mákosak lesznek (kivéve persze az alsót). Majd palacsintaszerűen feltekerve fogyasztjuk.

Palóc túrós lepény



Hozzávalók a tésztához: 50 dkg finomliszt (+ a nyújtáshoz), 4 dkg mangalica zsír, 2 db tojás, 4 dkg tejföl, 5 dkg élesztő, 1 dl tej, 0,5 dl víz, 5 dkg cukor, 1 csipet só, 20 g napraforgóolaj.
A töltelékhez: 1 kg tehéntúró, 25 dkg cukor, 2 csomag vaníliás cukor, 1 citromból nyert citromhéj,

14 dkg tejföl, 55 dkg burgonya (tisztított súly), 2 db nagyobb tojás (kb. 14 dkg).

Tetejére: 5 dkg mazsola, 4 evőkanál mangalica zsír, 1 evőkanál fahéj, 1 db nagyobb tojás (kb. 6-7 dkg).

Recept: 1 dl tejet, 0,5 dl vizet és 1 dkg kristálycukrot összekeverünk, meglangyosítjuk és felfuttatjuk benne az élesztőt. A zsírt a liszttel és a csipet sóval összemorzsoljuk. Hozzáteesszük a tojásokat, a tejfölt, 4 dkg kristálycukrot, 20 g olajat és a felfuttatott élesztőt. Alaposan összedolgozzuk, annyira, hogy a tál szinte tiszta legyen. A tálát kicsit megszórjuk liszttel, beletesszük a tésztagombócunkat és meghintjük liszttel. Meleg helyen 1-1,5 órát kelesztjük. A krumplit megpucoljuk, felkockázzuk és egy nagyobb csipet sóval megfőzzük. Ha megfőtt, leszűrjük, még forrón megtörjük, majd kihűtjük. A túró, a kihűlt tört krumplit, a tejfölt, a tojásokat, a kristálycukrot, a vaníliás cukrokat, a reszelt citromhéjat összekeverjük. Nem kell, hogy pépes legyen! A megkelt tésztát sütőpapíron kinyújtjuk tepszi méretűre. Az 5. tojást felütjük, és a kinyújtott tészta széleit körbekenjük vele. A tészta közepét megszúrkáljuk villával. 15 percig kelesztjük még így. A töltelék tetejét megkenjük olvasztott zsírral, majd a maradék tojással. Megszórjuk az őrölt fahéjjal, majd a mazsolával. 180 fokra előmelegített sütőbe toljuk, 20 percig sütjük, majd a hőmérsékletet levesszük 160 fokra és további 20 percig sütjük.

TURISZTIKAI TÉRKÉP

Pest megye



- – sváb települések
- – szlovák települések
- – szerb települések
- – palóc hatású települések
- – királyi ételek
- – halételek
- – káposzta
- – meggy
- – Sissi hagyomány

Gasztrokulturális hagyományok Pest megye határmenti térségében

ISBN 978-615-01-2593-0

Jelen kiadvány tartalma nem feltétlenül tükrözi
az Európai Unió hivatalos álláspontját.

www.rdvegtc-spf.eu

www.skhu.eu



Kiadta: Nemzetstratégiai Kutatóintézet

Nyomta és kötötte: Duna-Mix Kft.

Kiadás éve: 2021.

Első kiadás.

Tördelte és nyomda alá rendezte:

Grafcom Media Kft.

