

PERLA ÉTTEREM

Danubius Health Spa Resort Sovata****
Sovata

R-545 500 Sovata, Trandafirilor III, Románia, Tel: (+40) 365 082919, Fax: (+40) 265 570258
E-mail: sovatahotel@sovata.ro
www.sovatahotel.ro



Bodoni Judit
mesterszakács,
a Danubius Health Spa Resort Sovata konyhafőnöke

P araszt csorba

A marhahúst megmossuk, és apró kockákra vágjuk. A zöldségeket megtisztítjuk, és a húshoz hasonlóan felkockázzuk. Az előkészített húst egy kevés olajban megpírtjuk, sóval fűszerezzük, majd 2,5 l vízben feltesszük főni. A maradék olajban a hagymát, a paprikát, a sárgarépát és a petrezselyemgyökeret megpároljuk, a paradicsompürét belekeverjük, majd a hússal együtt puhára

főzzük, és megsózzuk. Ezután a káposztát, és a szintén kockákra vágott burgonyát beletesszük, a végén – amennyiben mélyhűtöttet használunk – pedig a zöldbabot és a zöldborsót is beledobjuk. Apróra vágott lestyánnal és ecettel ízesítjük. Tálaláskor csípős paprikát kínálunk hozzá.

Hozzávalók (10 személyre):
80 dkg marhahús, 2 vöröshagyma,
3 zöldpaprika, 4 sárgarépa, 3 petrezselyemgyökér, 0,5 dl olaj, só,
2 evőkanál paradicsompüré, 1 cikk fejes káposzta, 40 dkg burgonya,
10 dkg zöldbab (mélyhűtött is lehet), 15 dkg zöldborsó (mélyhűtött is lehet), 2 dkg lestyán,
1 evőkanál ecet

a tálaláshoz:
10 cső csípős paprika



BORAJÁNLÓ
Ménesi Mustos Fehér, 2010



Hozzávalók (10 személyre):

2 kg marhahátszín vagy -comb, 10 dkg füstölt szalonna, 4 közepes vörshagyma, 15 dkg paradicsompüré, só, őrölt fekete bors

a körethez:

1,25 l víz, só, 25 dkg kukoricaliszt, vaj, 25 dkg juhtúró

a tálaláshoz:

10 tükörtojás, 15 dkg reszelt feta sajt

BORAJÁNLO

Ménesi Kadarka, 2008
Wine Princess

Dióba forgatott mini kürtőskalács vaníliaöntettel

Az élesztőt langyos tejben a cukorral és egy csipetnyi sóval fel-futtatjuk. Azután a liszttel, a tojással, a citrom reszelt héjával és az olajjal összedolgozzuk, amíg a tészta az edény falától el nem válik. Konyharuhával letakarva 40 percig meleg helyen kelesztjük. Belisztezett deszkán a tésztából 1 centi széles és kb. 20 centi hosszú csíkokat vágunk, majd megszakítás nélkül, csigavonalban 13 centi hosszú, vékony, olajjal megkent fahengerre tekerjük. A fahengert azért olajazzuk meg, hogy sütés után könnyen le tudjuk húzni a megsült kalácsot. Kivajazott és liszttel meghintett tep-

sibe rakjuk, kb. 20 percig még kelesztjük, utána 180 °C-ra elő-melegített sütőben (légkeveréses sütőben 165 °C) megsütjük. Miután megsült, a formáról melegen lecsúsztatjuk, a vízből és a cukorból készült sziruppal megkenjük, majd darált dióba forgatjuk, és porcukorral meghintjük.

A vaníliaöntethez a vaníliarúd belsejét kikaparjuk, majd a többi hozzávalóval felforraljuk. Az öntetet a tányérra kanalazzuk, a kürtős kalácsokat melléhelyezzük, félbevágott eperszemmel és citromfűlevéllel díszítjük.

Hozzávalók a tésztához (20-25 darabhoz):

3,5 dkg szárított élesztő, 2 dl tej, 2 evőkanál cukor, 1 csipet só, 25 dkg liszt, 1 tojás, reszelt citromhéj, 0,5 dl olaj

a sziruphoz:

10 dkg cukor, 2 dl víz

a vaníliaöntethez:

1 vaníliarúd, 0,5 l tej, 3 tojássárgája, 10 dkg porcukor, 2 dkg finomliszt

a díszítéshez:

20 dkg darált dió, 5 dkg porcukor, 5 szem eper, citromfű

BORAJÁNLO

Ménesi Cadarissima, 2005
Wine Princess



Erdélyi tokány rakott puliszkával

A marhahúst és a szalonnát vékony csíkokra vágjuk. A megtisztított és apróra vágott hagymát a szalonnával együtt megpirítjuk, a paradicsompürét és a húscsíkokat beletesszük, és összekeverjük. Sóval, borssal fűszerezzük, és készre pároljuk.

1,25 l vizet megsózzuk, és felforraljuk. A forrásban levő vízbe a kukoricalisztet beleszórjuk, és addig keverjük, míg jó kemény

nem lesz. Vajjal kikent csészébe a puliszkát juhtúróval felváltva rétegezzük.

Tálalásnál a rakott puliszkát a tányér közepére borítjuk, a tokánnyal körbeöntjük, a puliszkára egy tükörtojást csúsztatunk, és a reszelt feta sajttal megszórjuk.

Nagy-Britannia



A puding próbája az evés

„Hanynek leesett az álla. Az imént még üres aranytálakon most halmokban állt a sok étel. Harry még soha nem látott egyetlen asztalon ennyi finomságot. Volt ott marhasült, sült csirke, sertésszelet, búrászelet, hirtelensült, kolbász, angol-szalonna, főtt és sült krumpli, hasábburgonya, Yorkshire puding, zöldborsó, sárgarépa, finom mártás, ketchup és – valamely rejtélyes okból – mentolos humbug.”

J. K. Rowling: *Harry Potter és a bölcsek köve*

A tradicionális angol konyha kiadós, ugyanakkor egyszerű és tápláló. Jóllehet számos egyedi jelzővel szokták emlegetni, még sem meglepő, ha sok mindenben hasonlít a világ többi konyhájához, hiszen a Brit Birodalom uralta egykoron a világ egynegyedét, és a brit korona alatt élt a világ népességének egynegyede. Az angol étkezési hagyományok ezért sokfélék és változatosak. Ki ne hallott volna már a nemzeti ételeikről, az ötörai teáról, a kiadós angol reggeliről, a vasárnapi ebédről vagy a brit pub hagyományairól? Lássuk ezeket részletesebben is!



Akora újkorban az angol gasztronómiát az egyszerű elkészítési módok mellett a jó minőségű, természetes alapanyagok jellemezték. Nem kis szerepet játszott ebben az akkori puritán ízlésvilág, amelynek hatására a tradicionális konyha a karakteres ízekről és merész hozzávalóktól (mint például a fokhagyma) eltávolodott, és a bonyolult mártásokat is kerülte. Ezeket ugyanis gyakran a katolikus, kontinentális politikai törekvések szimbólumának tekintették. Mindez az angol konyha jelentős leegyszerűsödéséhez vezetett, amelynek hatásai a mai napig nyomon követhetők az angol étkezési szokásokban.

A 14. századi *Forme of Cury* c. szakácskönyv bepillantást enged a II. Richárd angol király uralkodása idején ismert receptekbe. A 18. század második felében Gilbert White tiszteletes *Selbome története* c. művében megemlíti, hogy az egyszerű vidéki lakosság Anglia déli részén egyre több zöldséget fogyaszt, viszont a burgonya csak III. György uralkodása idején terjedt el szélesebb körökben: „A városi zöldségesek mostanság bőségesen ellátják a lakosságot, míg a kertészek vagyonokat keresnek. Minden tisztességes dolgozónak van saját kertje is, amelyből szükségleteinek felét fedezi, a gazdák pedig sok babot, borsót és zöldséget adnak a munkásoknak a szalonnájuk mellé.”



Sha még marad étvágyad, jöszte reggelizni fel.” veti fel „Shakespeare tollából VIII. Henrik, mindezzel együtt az angol reggeli eredete tisztázatlan, gyökerei azonban a feltételezések szerint a 19. század vidéki Angliában keresendők. Azért volt szükséges a korai kiadós étkezésre, hogy a munkásokat átsegítse a hosszú, kemény munkával eltöltött délelőtti időn. Napjainkban narancslével, müzlivel, kompóttal vagy friss gyümölcssel is kezdődhet a nap, de a kiadós angol reggeli szíve-lelke továbbra is a sült húsos szalonna tojással. Ínyencek kolbásszal, grillezett paradicsommal, gombával, teával, pirítóssal és lekvárral egészíthetik ki, sőt gyakran tálalnak reggelire véres hurkát, sült babot és bundás kenyeret is. Az ötörai teát Lady Anna, VII. bedfordi hercegnő honosította meg Angliában 1840-ben. A hercegnő rendszeresen megéhezett délután négy óra táján, a házában viszont, a kor szokásainak megfelelően későn, este nyolc óra körül tálalták a vacsorát. Az ebéd és a vacsora között így meglehetősen hosszú





szúra nyúló időszak áthidalására a hercegnő kérésére teát, kenyeret és vaját szolgáltak fel a vendégeknek. A szokás széles körben elterjedt és divatosá vált a brit társadalomban és egész Európában. Az ötórás teához előszeretettel szolgálnak fel ínycsiklogó ujjnyi nagyságú lazacfatokat uborkával vagy zsáksával fűszerezett tojásos és mustáros szendvicseket, ezeket kizárólag devoni tejszínnel készített lekváros vagy tejszínes sütemény (scones) követi, végül aprósütemények széles választéka koronázza az uzsonnát.

A szendvics a szenvedélyes kártyajátékos hírében álló Lord John Montagu, Sandwich IV. grófjáról kapta a nevét 1762-ben. A gróf azt kérte a club szakácsaitól, hogy a marhahúst két kenyérszelet közé fogva tálalják neki, hogy még evés közben se kelljen megszakítani a játékot. A szendvicsnek köszönhetően az egyik keze így mindig szabad maradt, és nem zsírozta össze a kezét a hússal. Ma már számtalan szendvicsféle ismert, így mindenki ízlése és kedve szerint választhatja ki a legmegfelelőbbet.

Érdemes a vasárnapi ebédet finom hozzávalókból – póréhagymából, sárgarépbából, borsóból, burgonyából és paszternákból – készült könnyű levestel kezdeni. A tradicionális levesek között előkelő helyet foglal el az ökörszálleves vagy a londoni leveskülönlegesség, a London Particular (borsó és sonka), és a borsós mentaleves.

A hal- és húsetelek szintén népszerűek Angliában, talán nem meglepő, hogy a Yorkshire pudinggal tálalt marhasült, illetve a fish and chips (hal sült burgonyával) a két kedvenc nemzeti étel.

Mi sem pompásabb főétel egy hagyományos vasárnapi ebédnél, mint a sült hús. A legkedveltebb formája a marhasült, ezen kívül szívesen esznek sertés-, csirke- és bárány sültet is. A mártásokat a hús jellegének megfelelően választják ki: tormamártást a marhahúshoz, mentaszószot a bárányhúshoz, almamártást a sertés-



húshoz és kenyérmártást a csirkéhez. A téli hidegben kellemes változatosságot jelentenek a meleg, kiadós ételek mint a marhagulyás, a sörtész-tába töltött marhahús (Beef and Ale Pie) vagy a bárányhúsból készült egytálétel, a Lancashire Hotpot.

A hal szintén fontos szerepet játszik az angol étkezésben. A szigetszágot övező part menti vizekben rendkívül sok különleges halfajta él. A nyelvhal (doveri nyelvhal), a foltos és a szürke tőkehal, a lepényhal, a tőkehal (a fish and chips legnépszerűbb halfajtája), a rombuszhal, a laposhal vagy a Szent Péter hala csak néhány az itt honos fajták közül, de ne feledkezzünk meg a tenger gyümölcseiről, a gamélarákról, a kagylóról és az osztrigáról sem.

A brit gasztronómia világát jelentősen befolyásolták a Brit Birodalom különböző gyarmatain élő hagyományok és ízek. A ceyloni teák, a chutney, a curry, az indiai mártások és a változatos fűszerek oly mértékben hatottak az angol konyhára, hogy például a tikka masala csirke napjainkban az angolok egyik közkedvelt étel. Ezen hatásoknak köszönhetően terjedt el a Worcester-mártás, az angol mustár és a ketchup mindennapos használata. Az angolok előszeretettel isznak sört a pubokban. Az angol sörök hagyományosan melegebb erjesztéssel készülnek, mint a Csehországban és Németország egyes részein meghonosodott lager típusú sörfajták. Ennek köszönhetően az angol sörspecialításokat, a portert, az ale-t és a bittert a világ legfinomabb sörei közt tartják számon.

Az angolok étkezéseire a puding vagy más sütemény teszi fel a koronát. Ezek közül sokféléet melegen kínálnak és igen kiadósak, mint például a vajás kenyérpuding, a gőzöléssel készült különleges Spotted Dick, a Bakewell-torta, az omlós rebarbarás crumble vagy a klasszikus almás pite.

A zöltségekkel, hússal vagy hallal töltött ínycsiklandó lepények nagyszerűen kínálhatók akár elő- vagy főételnek is.

Az angol konyhaművészet jelentős csorbát szenvedett a két világháború során fellépő importhiány miatt. Mára azonban sikerült visszanyerni az ételkülönlegességeik patinás hírnevét jeles szakácsainak és éttermeinek köszönhetően.

Vajon hogyan használta ki az angol gasztronómia a számára kínálkozó lehetőségeket? Ahogy a sokat emlegetett angol közmondás találóan fogalmazza: A puding próbája az evés. Nos, kóstoljunk meg néhány ínycsiklandozó fogást a kínálatunkból, a füstölt lazac-tatárt, a Suffolki sült báránybor-dát New Jersey-i burgonyával és csilimártással, és természetesen a vajás kenyérpudingot.



MINSKY'S ÉTTEREM

Danubius Hotel Regents Park****
London

Great Britain, London NW8 7JT, 18 Lodge Road, St John's Wood
Tel.: (+44) 20 77 22 77 22, Fax: (+44) 20 74 83 24 08
E-mail: enquiries@danubiuslondon.co.uk
www.danubiuslondon.co.uk



A Lord's Cricket Ground krikett pálya mellett található Danubius Hotel Regents Park kellemes hangulatú Minsky éttermében csábító választékot találnak vendégeink a tradicionális brit konyha ételeiből. A legízletesebb szezonális helyi alapanyagok gondos kiválasztásáról Victor Bent konyhafőnök gondoskodik.

Nagy népszerűségnek örvend a hétvégi hagyományos angol büfébéd, melyet 1972 óta kínálunk eredeti londoni „carvery” éttermünkben.

Victor Bent
mesterszakács,
a Danubius Hotel Regents Park konyhafőnöke

Füstöltlazac-tatár

A füstölt lazacot apró kockákra vágjuk, rozsdamentes tálba tesszük, sóval, borssal és egy kis citromlével ízesítjük. A tányér közepére helyezünk egy 5 cm átmérőjű karikaformát, beleteszünk 10 dkg lazacot, és a tetejére lágy krémsajtot nyomunk. A karikán

kívül a tányért a zsázsalevelekkel díszítjük, és néhány csepp olívaolajat csöpögtetünk rá. Amikor készen vagyunk, a karikát óvatosan levesszük, és a lazac tetejére koktélpáradicsomot és citromgerezdet rakunk.

BORAJÁNLÓ
San Rafael Sauvignon Blanc, 2008
Chile



Hozzávalók (10 személyre):
1 kg füstölt lazac, só, őrölt fekete bors, 1 citrom leve, 5 dkg krémsajt, 2 marék zsenge zsázsalevél, olívaolaj, 10 koktélpáradicsom, 4 citrom



Hozzávalók (10 személyre):
2,25 kg bárányporda, durva szemű só,
törött fekete bors, 5 evőkanál olívaolaj

a New Jersey burgonyához:
1,75 kg burgonya, 10 dkg vaj, 1 csokor
metélőhagyma, só, őrölt fekete bors

a harissához (csípős csilimártás):
1 fej fokhagyma, 6 g szárított, morzsolt
piros csilipaprika, 6 g koriandermag,
6 g római kömény, 6 g köménymag,
2 g tengeri só, 2 g mentalevél,
1 dl olívaolaj

a díszítéshez:
15 koktélpáradicsom, zöld-
petrezselyem

BORAJÁNLÓ
Castillo de Clavijo Rioja,
2008
Crianza, Spain

Suffolki sült bárányporda New Jersey-i burgonyával és csilimártással

A báránypordát 10 részre bontjuk, egy adag kb. háromcsontnyi, és a hús bőrét cikcokban bevagdossuk, majd sóval és borssal bedörzsöljük. Bőrével lefelé egy felforrósított serpenyőbe tesszük és egy kevés olajban a külsejét, majd körös-körül aranybarnára pirítjuk. 170 °C-ra előmelegített sütőben (légkeveréses sütőben 155 °C) 10-15 perc alatt rózsaszínűre sütjük. A megtisztított, kockákra vágott burgonyát forró, sós vízben 15 percig főzzük, illetve amíg puha nem lesz. A vizet leszűrjük,

és burgonyanyomóval összetörjük, a vajjal, a felaprított metélőhagymával összekeverjük, sózzuk, borsozzuk. Azután a tányér közepére állított 7 centis karikába kanalazzuk, a karikát lehúzzuk, és a báránypordát a burgonya tetejére rendezzük. A harissához (csilimártás) minden száraz hozzávalót nagyon finomra törünk, majd az olívaolajjal összekeverjük. A mártást a tányér belső karimája mentén körbelocsoljuk, koktélpáradicsommal és zöldpetrezselyemmel díszítjük.

Vajas kenyérpuding

A sütőt 200 °C-ra (légkeveréses sütőben 185 °C) előmelegítjük. A tejsodó készítéséhez 1,5 deci zsíros tejet a vanília kivonattal és a fahéjjal egy lábosban éppen csak felforralunk, majd a tűzről lehúzzuk. Egy kis tálban a tojások sárgáját a cukorral összekeverjük, a maradék tejet folyamatosan hozzáöntjük, és közben felverjük. A kétféle mazsolát és 2 egész tojást belekeverünk. A pudinghoz a kenyérszeletek mindkét oldalát vajjal megkenjük,

és egy vajjal kikent hőálló tálba vagy tepsibe fektetjük. A tojásos-tejes keveréket a kenyérre locsoljuk, a barna cukorral megszórjuk. A sütőbe toljuk, és 12 perc alatt megsütjük, illetve amíg a tejsodó aranybarnára nem sül. A kenyérpudingot friss idény- vagy erdei gyümölccsel tálaljuk, kis pohárkában tejsodót kínálunk mellé.

BORAJÁNLÓ
5 puttonyos Tokaji Aszú
2003
Gundel Pincészet

Hozzávalók (10 személyre):
2,5 dl zsíros tej, 2 evőkanál vanília
kivonat, 1 evőkanál őrölt fahéj, 2 tojás
sárgája, 5 dkg cukor, 5 dkg mazsola
5 dkg magnélküli szmirnai mazsola,
2 tojás, 1 kg szeletelt fehér kenyér,
10 dkg vaj, 10 dkg barna cukor

a díszítéshez:
5 dkg eper, 5 dkg ribizli, 5 dkg áfonya,
5 dkg szeder, 10 mentalevél

