



*Karácsonyi
Receptkönyv*

Levesek



Citromos, tejszínes lazacleves

Hozzávalók 4 személyre:

- 5 dkg vaj
- 1 póréhagyma
- 1 fehérrépa
- 2 szárzeller
- 4 db burgonya
- 1 liter csirke vagy zöldség alaplé (lehet vegyesen is)
- 2 db citromkarika
- 40 dkg lazacfilé
- 1 csokor kapor
- 1 csokor friss petrezselyemzöld
- 2 dl tejszín
- 5 dkg natúr krémsajt
- só, frissen őrölt bors
- 1 babérlevél
- 3 szegfűbors

Elkészítés:

Készítsd elő a hozzávalókat, a burgonyát, a fehérrépát és a lazacot kockázd fel, a szárzellert és a póréhagymát szintén aprítsd vékony gerezdekre.

A vajon dinszteld meg a hagymát és a fehérrépát néhány percig. Add hozzá a burgonyát, sózd, borsozd, rakd bele a babérlevelet, a citromkarikákat, és a szegfűborsot is, és öntsd hozzá az alaplevet. Hagyd puhulni a zöldségeket kb. 15 percig, közepes lángon.

Amikor már majdnem puhára főtt, add hozzá a felkockázott lazacot, a natúr krémsajtot, az apróra vágott kapor, petrezselyemzöldet, öntsd hozzá a tejszínt, és kb. 5 percig még főzd, hogy a lazac is megfőjön.



Karácsonyi marhahúsleves gazdagon

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 liter marha alaplé
- 3-4 db marha lábszár vagy comb velőscsont (darabolt)
- 1 kisebb db marha fartó, esetleg hátszín
- 6 szál sárgarépa
- 4 szál petrezselyemgyökér és egy csokor peterezselyem zöld
- 1 db nagyobb vöröshagyma
- 1 db karalábé
- 3-4 szál szárzeller vagy 1 kisebb db zellergumó
- néhány gerezd fokhagyma
- só, szemes bors, szegfűbors, babérlevél ízlés szerint
- leves tészta ízlés szerint

Elkészítés:

A megtisztított vöröshagymát vágd félbe és a vágott felén pirítsd meg a fazék alján egy kevés zsiradékon.

A húsokat mosd meg, a velős csont vágott részét dörzsöld be sóval (ezzel megakadályozod, hogy a velő kicsússzon a csontból a főzés során). Tedd a csontokat és a húst a hagymához és öntsd föl annyi vízzel, hogy éppen ellepje a csontokat. Add hozzá a fűszereket is, majd forrald fel.

Az első forrás után, vedd vissza a hőt, és lassú tűzön, fedő nélkül főzd kb. 2 -2,5 óráig, időnként leszedve a keletkezett habot.

Miután a hab elforrt, add a húshoz, csontokhoz a megtisztított, feldarabolt zöldségeket, és öntsd hozzá a 2 liter marha alaplevet, majd főzd lassú tűzön, gyöngyözve még kb. 1 órát.

Ha kész, akár velős pirítóssal, esetleg tányérhúsként, almás tormával is tálalhatod.





Almás, narancsos sütőtökrém leves, diós grillázzsal

Hozzávalók 4 személyre:

- 500 g sütőtök
- 1 db közepes alma
- 1 db közepes, kezeletlen héjú narancs
- 1,5 dl tejszín (laktózmentes, növényi is lehet szükség szerint)
- kb. 1 liter csirke alaplé
- friss, reszelt gyömbér ízlés szerint
- só, bors
- 10 dkg dió
- 3 evőkanál cukor

Elkészítés:

A sütőtököt és az almát kockázd fel és tedd fel az alaplében főni. Sózd, borsozd.

Amíg fő, addig a diót karamellizáld a cukorral. Ehhez a cukrot olvaszd fel, de vigyázz nehogy túlmelegítsd és megégjen. Add hozzá a felaprított diót, forgasd át, majd egy sütőpapírra öntsd ki, és várd meg, hogy kihűljön, és a cukor a dión megdermedjen.

Ha megpuhult a sütőtök, add hozzá a frissen reszelt gyömbért, a narancs kifacsart levét, valamint reszeld bele a héját. Öntsd hozzá a tejszínt és az egészet turmixold jól össze, hogy jó krémes, lágy legyen.

Tálaláskor a karamellizált dióval díszítsd.



Brokkolis–mandulás zöld krémleves

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 fej brokkoli
- kb. 10 cm póréhagyma aprítva
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 liter csirke- vagy zöldségalaplé
- 2 ek mandulavaj
- olívaolaj
- só, bors, szerecsendió
- pirított, szeletelt mandula

Elkészítés:

Pirítsd meg a póréhagymát és fokhagymát olívaolajon, add hozzá a megtisztított, rózsáira szedett brokkolit, fűszerezd, majd öntsd fel az alaplé egy részével. Főzd kb. 10 percig, majd pürésítsd botmixerrel.

Keverd bele a mandulavajat, hogy krémes állagú legyen, és öntsd hozzá a maradék alaplevet.

Szórj a tetejére pirított mandulaszeleteket a tálaláskor.





Gesztenyes- vargányás krémleves csirkealaplével

Hozzávalók 4 személyre:

- 250 g főtt, hámozott gesztenye
- 1 kis fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 200 g vargánya (helyettesíthető barna csiperkével)
- 1 liter csirke alaplé
- 1 dl tejszín vagy növényi főzőkrém
- 1 ek vaj vagy olívaolaj
- só, bors, kakukkfű

Elkészítés:

Párold üvegesre a hagymát vajon, add hozzá a szeletelt gombát, majd a gesztenyét. Öntsd fel az alaplé egy részével, és főzd kb. 15 percig. Botmixerrel pürésítsd, majd keverd bele a tejszínt, a kakukkfűvet és a maradék alaplevet, majd főzd, amíg felforr. Ekkor zárd el.

Tálalás előtt szórhatsz a tetejére pár szem pirított gesztenyét vagy meglocsolhatod egy kevés extraszűz olívaolajjal.

Főételek



Fenyőmagos–citromos pisztrángfilé alaplében párolva

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 pisztrángfilé
- 2 dl csirkealaplé
- 1 citrom leve és héja
- 1 ek fenyőmag
- 1 ek olívaolaj
- friss petrezselyem, só, bors

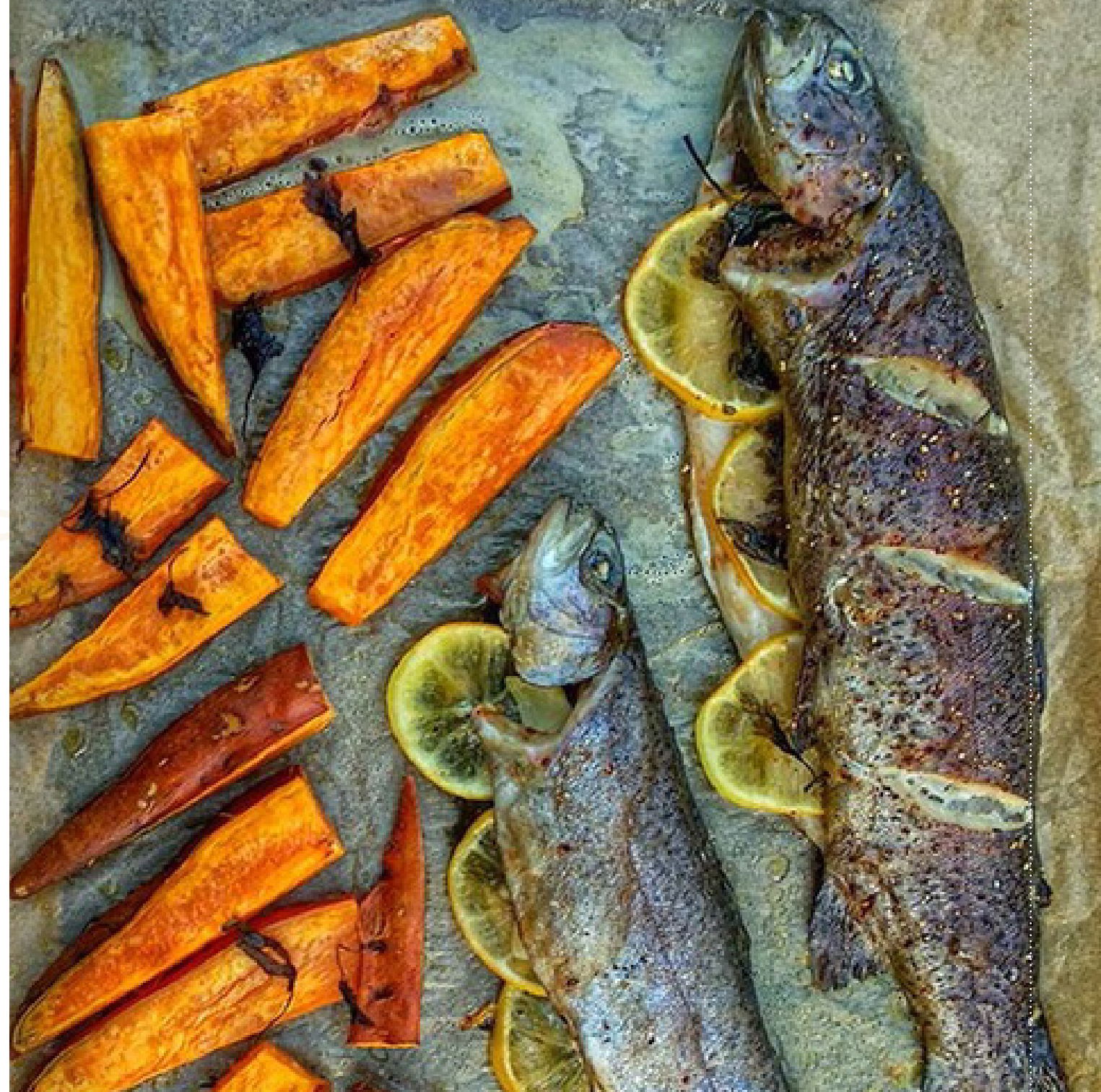
Elkészítés:

A halat sózd, borsozd, tedd tepsibe.

Locsold meg alaplével, szórd meg fenyőmaggal, petrezselyemmel. 180 °C-on 15 percig süsd.

Csinálhatod azt is, hogy a fenyőmagot az utolsó néhány percben add hozzá, így biztosan nem fog túlpirulni.

Könnyű, fehérjében gazdag főfogás.





Ünnepi fogasfilé citromos vajmártással, diós, zelleres burgonyával

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 szelet fogasfilé
- 1/2 db zellergumó
- 10 dkg dió
- 60 dkg burgonya
- kb. 15 cm póréhagyma felaprítva
- 1 db citrom
- 1 db fehérrépa
- olívaolaj
- 150 g vaj
- kakukkfű
- 2 db babérlevél
- só, bors, fokhagyma
- koktél paradicsom felaprítva
- friss petrezselyemzöld
- 1-1,5 liter csirke alaplé



Elkészítés:

A fogas filétet sózd, borsozd meg, majd meleg, de nem túl forró serpenyőben, bőrével lefelé hirtelen süsd ki egy kevés olívaolajban. Amikor a bőre pirosra sült, fordítsd meg, egy evőkanál vajat és egy gerezd szeletelt fokhagymát adj hozzá és így is süsd 1-2 percig. Ezután tedd tepsibe és 180 °C-os sütőben 3-5 percig süsd.

Az alaplevet forrald fel és hagyd, hogy felére főjön a mennyisége, sóval, citromlével ízesítsd, majd add hozzá az apró kockára vágott 10 dkg vajat, amíg besűrűsödik. Tálaláskor a szószt öntsd a tányér aljára, halmozd rá a zöldséges burgonyát, a tetejére helyezd a fogasfilétet és szórd meg friss petrezselyemzölddel.



Karácsonyi töltött káposzta sütőben sültve

Hozzávalók 4 személyre:

- 500 g darált sertéshús
- 100 g jázmin rizs
- 1 tojás
- 1 kávéskanál őrölt római kömény
- 1 kávéskanál só
- 10 darab savanyúkáposzta-levél
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 100 g húsos szalonna vagy bacon
- 1 evőkanál fűszerpaprika
- 1 kg aprított savanyú káposzta
- 200 g füstölt tarja vagy csülök
- 0,5 liter alaplé (a recepthez csirke alaplevet használtunk, de bármelyikkel nagyon finom)
- néhány szem egész feketebors
- 3-4 darab babérlevél

A tááláshoz:

- 1 kis pohár tejföl (ha házi tejfölt veszel, nagyon jól tesz neki)

Elkészítés:

A töltelék bekeverésével kezdj. A darált húst alaposan keverd el a száraz rizzsel, a tojással, a római köménnyel és a sóval.

Egy deszkán terítsd ki az első káposztalevelet, vágd ki a vastag eret, majd kanalazz rá egy púpos evőkanálnyi tölteléket. A levelet tekerd fel és a két oldalt kilógó végeit mutatóujjal dugd be a csomagba. A műveletet folytatd addig, amíg van levél és töltelék. Ha a levél elfogyna, de maradna töltelék, semmi gond, majd ha eljött a rétegezés ideje, kis gombócokban azt is a lábasba/ tepsibe teheted.

A húsos szalonnát kockázd fel, a hagymát aprítsd össze. Egy lábasban alacsony lángon olvaszd ki a szalonna zsíráját. Amikor már úgy tűnik, kiadott magából majdnem mindent, add hozzá a hagymát, és dinszteld meg. Ha megpuhult, mehet rá a fűszerpaprika. Ezt a keveréket szedd ki egy kis tányérba.

A füstölt tarját vagy csülköt kockázd fel.

Jöhet a rétegezés! Válassz egy súlyos edényt lehet lábas, jénai, tepsi is.

Alulra szórj egy kevés hagymás szalonnát, rá egy réteg savanyú apró káposzta jön, egy maréknyi füstölt hús, a fele a csülöknek/ tarjának, pár szem egész bors és 1-2 babérlevél, arra pedig egy rétegnyi töltött káposztalevél. Ismét apró káposzta, arra szalonnás-hagymás keverék, füstölt hús, egész bors és 1-2 babérlevél majd a gombócok, és végül apró káposzta, ha maradt.

Önts fel annyi alapléval, hogy nagyjából félig ellepje, ez függ a táltól, amiben sütöd, de kb. 0,5 liter. Ezután lefedve, alacsony lángon tűzhelyen vagy sütőben 160 °C fokon süsd kb. 2-2,5 órát. Érdemes közben ránézni nehogy kiszáradjon, és ha szükséges, pótolod az alaplevet. Nekünk elég volt 2 óra, szép szaftos maradt. Ezután alufólia nélkül is tedd vissza a sütőbe, hogy a teteje piruljon kicsit. Nagyon jó ízt ad a káposztának egy kis pirulás!

Előző nap is el lehet készíteni, másnapra még jobb lesz, összeérnek az ízek!



Sajttal és sonkával töltött karaj petrezselymes rizzsel és téli zöld salátával

Hozzávalók 4 személyre:

A karajhoz:

- 1 kg csont nélküli sertéskaraj
- 10 dkg Prosciutto crudo
- 25 dkg szeletelt Gouda sajt
- 18 dkg bacon
- só, bors, borsikafű
- 0,5 l marha alaplé a jus-hez

A körethez:

- 30 dkg jázmin rizs
- 7,5 dl víz (a víz egy részét ki tudod váltani
alaplére, hogy ízletesebb legyen a rizs)

- kb. 30 g friss petrezselyem
- só

A salátához:

- 50 dkg friss kelbimbó
- 50–60 dkg friss fejes káposzta
- 1 póréhagyma
- 10 dkg rukkola
- 20 dkg snackuborka
- só, bors, koriander
- 2–3 ek olívaolaj
- 1 citrom leve

Elkészítés:

1. Készítsd elő a húst

Melegítsd elő a sütőt 160 °C-ra. Töröld szárazra a karajt, majd vágd be úgy, hogy 1 cm vastag szeletben hengerelni tudj kifelé, amíg egy nagy, kiterített húslapot nem kapsz. Sózd, borsozd és szórd meg borsikafűvel. Terítsd rá a sonkaszeleteket és a sajtot, majd tekerd fel szorosan. Tedd hőálló táliba, borítsd be baconcsíkokkal, és még egyszer fűszerezd borssal, borsikafűvel.

Süsd két részletben:

40 perc fedő vagy fólia alatt, majd 40 perc fedő nélkül, hogy szépen megpiruljon.

2. Készítsd el a téli salátát

Amíg a hús sül, szeleteld hajszálvékonyra a kelbimbót, a káposztát, a póréhagymát és a snackuborkát. Add hozzá a rukkolát, majd keverd össze olívaolajjal, citromlével, sóval, borssal és korianderrel. Tedd hűtőbe, hogy az ízek összeérjenek.

3. Főzd meg a petrezselymes rizst

A második sütési etap alatt mosd át alaposan a rizst, majd tedd fel főni a 7,5 dl sós vízzel. Fedd le, és alacsony lángon főzd 15–20 percig. Kapcsold le, de a fedőt ne vedd le. Hagyd még 15–20 percet pihenni és párolódni. Aprítsd finomra a petrezselymet, és keverd a kész rizshez.

4. Készítsd el a jus-t

Tedd fel a marhaalaplevet egy kis lábasban, és redukáld nagyjából a felére. Ha szeretnéd sűríteni, adj hozzá 1 ek zabpehelylisztet és keverd csomómentesre. Ízesítsd sóval, borssal.

Tálalás:

Szeleteld fel a töltött karajt. Tedd mellé a petrezselymes rizst és a friss téli salátát. A húst tálaláskor csorgasd meg a selymes jus-sal.





Rozmaringos kacsacomb narancsos sült zöldségekkel

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 db kacsacomb
- 4 nagyobb db édesburgonya
- 0,5 liter csirke alaplé
- 2-3 db vörös és lilahagyma vegyesen
- 1 db narancs
- 1 fej fokhagyma félbe vágva
- só, bors, rozmarin

Elkészítés:

A kacsacombot mosd meg alaposan, majd a még nedves combokat jól dörzsöld be sóval, borssal, és hagyd állni kb. 10-15 percet.

Az édesburgonyát pucold meg és vágd fel olyan darabokra, ahogy szeretnéd megsütni. A vöröshagymát, lilahagymát tisztítsd meg és vágd fel negyed szeletekre. Fűszerezd be az édesburgonyát, és egy olívaolajjal meglocsolt tepsibe tedd bele, add hozzá a hagymákat, a félbevágott fokhagymát is, a negyed szeletekre vágott narancsot is, és tedd be a sütőbe sülni.

A kacsacombot serpenyőben először bőrével lefelé pirítsd meg. Amikor kéreg sült rá, és a zsírja is kiolvadt, fordítsd meg és azon az oldalon is pirítsd nagylángon, kb. 5 percig.

Ezután önts hozzá bőven alaplevet, tedd bele a friss rozmaringot, és fedő alatt, közepes lángon párold és puhítsd a húst. Időnként forgasd meg a combokat, és ahogy elfő alatta az alaplé, úgy önts hozzá újra. Ilyen módon kb. 1,5 óra alatt omlósra puhul. A végén pirítsd meg mindkét oldalát, a bőrét is, hogy ropogós legyen, majd öntsd fel egy icipici alaplével, hogy folyékony szaftja legyen, amit majd a tálalásnál csurgass rá. Isteni finom lesz így.

Ünnepi burgundi marha kolozsvári szalonnával és burgonyával

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 kg marhanyak, nagyobb kockákra vágva
- 400–500 g marhalábszár (elhagyható, de nagyon jól tesz az állagnak)
- 150 g kolozsvári szalonna, csíkokra vágva
- 2 fej vöröshagyma, nagyobb darabokra vágva
- 3 gerezd fokhagyma
- 2–3 sárgarépa, karikázva
- 2 ek paradicsompüré
- 2 ek liszt
- 2–3 ek olaj vagy zsír

- 1 üveg vörösbor
- 0,5 liter marhaalaplé
- 2 babérlevél, kakukkfű
- só, bors

A körethez:

- 1 kg burgonya
- 50 g vaj
- só, petrezselyem

Elkészítés:

Pirítsd aranybarnára a kolozsvári szalonnát, vedd ki, tedd félre. A zsiradékot tartsd meg. Sózd, borsozd a marhahúst, szórd meg liszttel. A szalonna zsírján pirítsd barna kérgesre a húsdarabokat, majd tedd félre.

Ugyanabban az edényben pirítsd meg a hagymát, répát és fokhagymát. Add hozzá a paradicsompürét, és pirítsd 1 percig, hogy karamellizálódjon. Tedd vissza a húst, öntsd rá a bort, forrald 2–3 percig. Öntsd hozzá az alaplevet, add hozzá a fűszereket és a pirított szalonna felét.

Fedd le, és süsd 160 °C-on 2,5–3 órán át, amíg a hús teljesen omlós lesz és a saft besűrűsödik.

Főzd meg a burgonyát sós vízben. majd forgasd át olvasztott vajban, a végén pedig szórd meg friss petrezselyemmel.

Tedd a vajban forgatott burgonyát tányérra, mellé az omlós burgundi marhát, és kanalazz rá bőségesen a boros–alaplés szaftból. A tetejére szórd rá a maradék ropogós kolozsvári szalonnát.





Fűszeres édesburgonya gratin alaplével

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 nagy édesburgonya
- 1 kis fej hagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 dl zöldségalaplé
- 1 dl tejszín vagy növényi főzőkrém
- friss rozmaring, só, bors
- reszelt parmezán (opcionális)

Elkészítés:

Szeleteld hajszálvékonyra az édesburgonyát, és rétegezd egy hőálló tálban. Szórd közé a hagymát, fokhagymát és a rozmaringot. Öntsd rá az alaplé és tejszín keverékét, majd süsd 180 °C-on kb. 40 percig, amíg aranybarna és krémes lesz.

Ha vega verziót szeretnél, használj zöldségalaplevet és zabtejszínt.

Erdei gombás- gesztenyés Wellington

Hozzávalók 4 személyre:

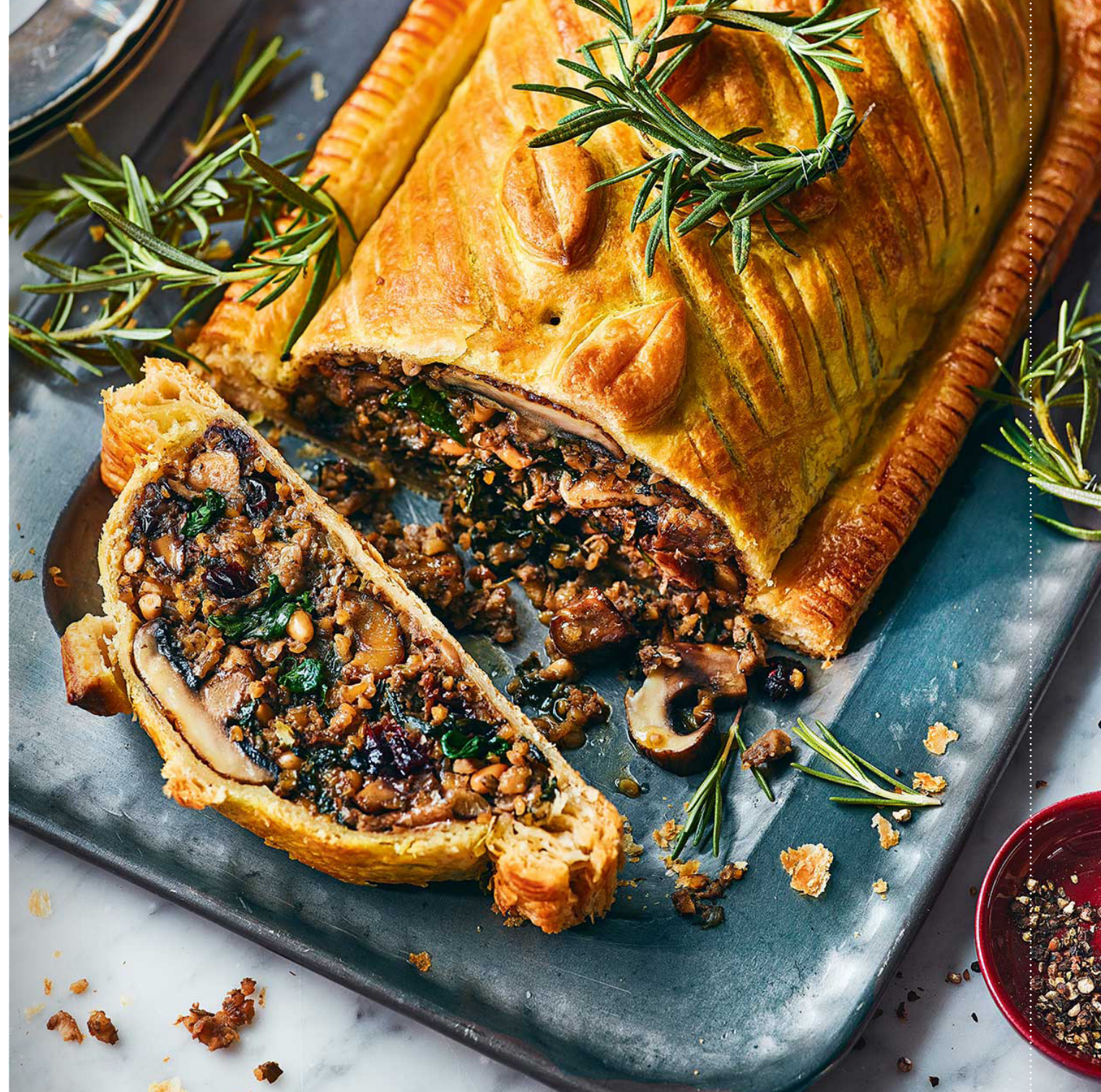
- 400 g vegyes erdei gomba (pl. vargánya, shiitake, barna csiperke)
- 150 g főtt gesztenye
- 1 közepes fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 ek olívaolaj
- 1 tk friss kakukkfű
- 1 tk szójaszósz vagy tamari
- 1 ek mustár
- 1-2 dl csirkealaplé (ha vega fogást szeretnél, használj zöldség alaplevet)
- 1 csomag leveles tészta
- só, bors

Elkészítés:

Aprítsd fel a hagymát és a fokhagymát, majd pirítsd meg olívaolajon. Add hozzá a szeletelt gombát, a gesztenyét és a kakukkfűvet. Pár perc pirítás után öntsd fel az alaplével, majd főzd, amíg a folyadék szinte teljesen elpárolog. Ízesítsd szójaszósszal, mustárral, sóval és borssal.

Amikor kihűlt, halmozd a töltelékét a kiterített leveles tésztára, tekerd fel, és a tetejét kend meg kevés növényi tejjel. Süsd 200 °C-on kb. 25–30 percig, amíg aranybarna lesz.

Tálaláskor locsold meg kevés meleg alaplével vagy tálald friss áfonyamártással.





Áfonyamártás zöldségalaplével

*Illatos, savanykás-édes ünnepi szósz, húsos
és vegán ételekhez egyaránt*

Hozzávalók 4 személyre:

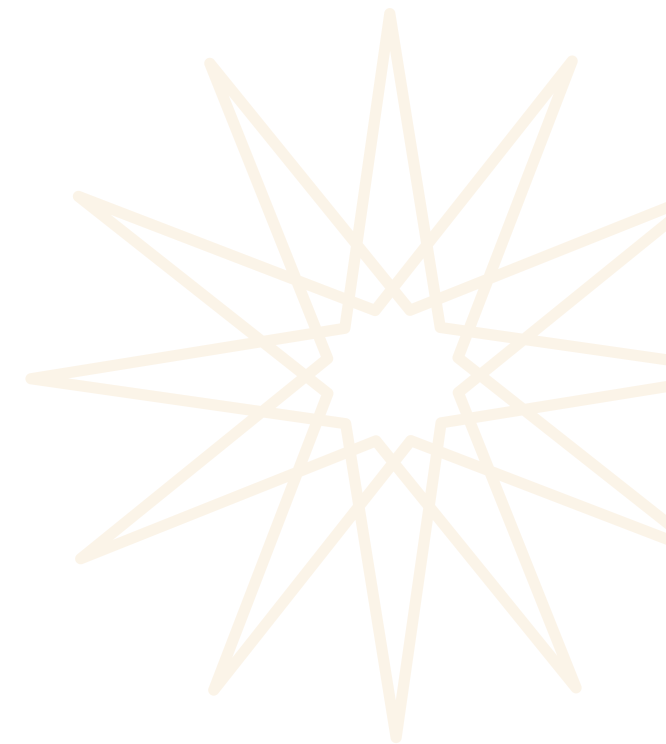
- 200 g friss vagy fagyasztott áfonya
- 1 dl zöldségalaplé
- 1 ek balzsamecet
- 1 ek juharszirup vagy méz
- 1 tk friss citromlé
- 1 csipet só
- opcionálisan: 1–2 tk keményítő 1 ek vízben elkeverve (a sűrítéshez)

Elkészítés:

Tedd az áfonyát egy kis lábasba, öntsd hozzá az alaplevet, a balzsamecetet és a juharszirupot. Forrald fel, majd főzd alacsony lángon kb. 8–10 percig, amíg az áfonya megpuhul és a szósz kissé besűrűsödik. Ha selymesebb állagot szeretnél, szűrd át, vagy botmixerrel pürésítsd.

Végül add hozzá a citromlevet és a csipet sót, szükség esetén a keményítős vízzel sűrítheted.

Melegen vagy langyosan tálald a Wellington mellé, vagy akár pulykához, kacsához is — az alaplé mélyíti az ízt, a balzsamecet pedig elegánsan kiemeli az áfonya természetes savasságát.





Copyright © 2025 Alaplé Bár

www.alaplebar.hu