

The background is a light cream color. In the center is a large, light blue-grey plate with a subtle rim. Surrounding the plate is a decorative border of pink floral and leaf motifs. To the left of the plate is a silver fork with a reddish-brown handle. To the right is a silver knife and a silver spoon, both with reddish-brown handles. In the top left corner, there is a large, dark brown leaf. The text is centered over the plate.

Dunántúli ízek a nőszövetségi tagjaink konyhájából

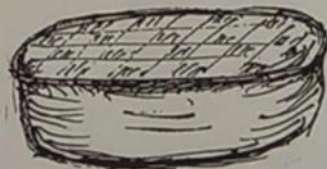
Összeállította: Lakó Julianna
és Mayerné Pátkai Tünde

Káposztás pogácsa

Hozzávalók: 50 dkg káposzta, 25 dkg liszt,
2 dkg élesztő, 2 dl tejföl, tojás sárgája, 10 dkg
zsír vagy margarin, só, kevés bors.
A káposztát lereszeljük, besózzuk, kinyomkodjuk, az
olajon megpirítjuk, félre tesszük hűlni. A lisztet a
zsírral (margarinnal) elmorzsoljuk, hozzáadjuk
a tejben felfuttatott élesztőt, a tojás sárgáját és
annyi tejfölt, hogy közepes keménységű tésztát kap-
junk. Félretesszük pihenni fél órára. Kisodorjuk,
rákerjük a káposztát, összehajtogatjuk majd is-
mét kinyújtjuk. Pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk,
tojásfehérjével megkenjük és sütjük.

Jó étvágyat kívánok!

Nőrs Tiborné
a Református Nőszövetség
tagja



Iszkaszentgyörgy



Iszkaszentgyörgy

Burgonyás lepény

Hozzávalók: 35 dkg liszt, 3 db tojás, 1/2 liter tej,
kávéskanál só.

Ebből sűrű palacsintátésztát keverünk

50 dkg nyers burgonyát karikák-
ra szelünk, kisszírozott tepsi aljára rakjuk és
enyhén megpároljuk. Utána ráöntjük a pala-
csintátésztát és olvasztott zsírral meglocsol-
juk. Forró sütőben szép pirosra sütjük.
jó étvágyat kívánok!

Szabó Józsefné

a Református Közöetség
tagja



Kapros túrós lepény

Hozzávalók: 25 dkg liszt, 2 dkg élesztő, 1 dkg cukor, 1 tojás, 5 dkg zsír vagy vaj, 2 dl tej, csipet só.

Töltelék: 40 dkg túró, 3 kanál cukor, 2 tojás, 1 tojás sárgája, 1 kanál dara, 1 csokor apróra vágott kapor, só.

Az élesztőt kevés édes tejben feloldjuk és a többi anyagból rum túl kemény tésztát verünk. Langyos helyen kétszeresére megkelesztjük, ujjnyi vastag tésztát nyújtunk és zsírral kikent tepsibe terítjük. Arra a tészta a sütőlemezre kel, elkészítjük a tölteléket. A túrót szitán áttörjük, elkeverjük a tojássárgákkal, 1 kanál darával, a tojások felvert habjával és hozzákeverjük a kaporot. A tölteléket a tészta tetejére tesszük és lassan sütjük. Mielőtt kivesszük a sütőből, megkenjük a következő keverékkel: 1 kanál jó tejföl (20%-os), 1 tojás sárgája. Utána még 2-3 percre a sütőbe tesszük, amíg a teteje szép barnára sül. Kapor nélkül, cukorral készítve, egyszerre túrós lepényt kapunk.

jó étvágyat kívánok!



Süveges Istvánné
a Református Nőszövetség
tagja



Iszkaszentgyörgy



Iszkaszentgyörgy

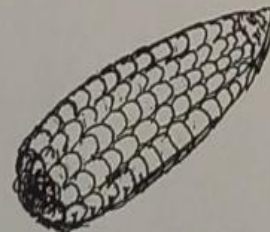
Hozzávalók

Hozzávalók: 50 dkg kukoricaliszt, $\frac{3}{4}$ liter tej, 10 dkg cukor, 2 evőkanál cukor, $\frac{1}{2}$ dl olaj, 6 dkg vaj, kevés élesztő, vagy szodaport, csipet só, meggy.

A tejet fokozatosan hozzáöntjük a kukoricaliszthez és kikeverjük. Zsírozott, lisztezett tepsibe simítjuk. Tetejére magozott meggyet vagy cseresznyét teszünk. A tepszi mérete kb. 22 x 39 cm.

Jó étvágyat kívánok!

Ölveczky Csabáné
a Református Nőszövetség
tagja



Győr- Belvárosi Gyülekezet
Molnár Mária Nőszövetségének receptjei

Vadas 1.

Hozzávalók:

1 kg marhafelsál vagy disznó lapocka, vagy tarja, 1 db nagy
vöröshagyma

1 kg sárgarépa, 1/2 kg fehérrépa, 2-3 db babérlevél, 10-15 db szemes
bors, 2 db borókabogyó

2 evőkanál 20 %-os ecet, 2 dl 20 %-os tejföl, füstölt szalonna, só,
cukor, mustár, citromlé

Elkészítés:

A zöldségeket pucolás, mosás után ujjnyi vastag karikákra vágjuk, kb.
1,5 liter, enyhén sós vízben puhára főzzük, fedő alatt. Ebbe a forró
lébe 2 evőkanál ecetet teszünk és a hideg vízben megmosott, kb. 1 kg-
os hústra öntjük. Ha kihűlt, jól lefedett zománcos edényben, 1-2 napig
hűtőben áztatjuk a páclében, 2 x 3-szor megforgatjuk naponta.

Győr- Belvárosi Gyülekezet
Molnár Mária Nőszövetségének receptjei

Vadas 2.

Feldolgozás: Lecsorgatva kivesszük a húst és megtűzdeljük a füstölt szalonna kockákkal.

Kicsit felmelegítjük a zöldséges levet így könnyebben turmixoljuk, előtte kisedjük a szemes borsot. Félretesszük a zöldséges turmixot.

A húst kb. 2 evőkanál zsíron megpirítjuk mindkét felén (így finomabb), a maradék zöldség levében puhára főzzük, ha kell kevés hideg vízzel kiegészítjük. Ha puha a hús, hidegen felszeleteljük ujjnyi vastagra és félretesszük.

1 evőkanál olajon 2 evőkanál kristálycukrot megpirítunk arany barnára, 2 evőkanál finomliszttel pirítjuk még kis ideig, hideg lével, amiben főztük a húst, felöntjük és felforraljuk. Hozzáöntjük a zöldséges turmixhoz, és felforraljuk.

Ízesítjük szükség szerint sóval, 1 csapott evőkanál mustárral, cukorral, citrommal. Kb. 2 dl tejföllel összekeverjük, óvatosan felmelegítjük. Ne forrjon!

Beletesszük a masszába a felszeletelt húst, letakarjuk és az edény fülénél megforgatjuk, kb. 20 percet hagyjuk állni, összeérni az ízeket.

Zsemlegombóccal, vagy burgonya krokettel tálaljuk.



Győr- Belvárosi Gyülekezet
Molnár Mária Nőszövetségének receptjei

Csiripiszli

1 kg búzát átmosni, áztatni 1 órát hideg vízben, leöntjük róla a vizet. Nyújtó deszkára kiterítjük, vizes ruhával letakarjuk. 1 napig meleg helyen tartjuk, közben néha meglocsoljuk, (csíráztatjuk).

A csírákat jól átmossuk hideg vízzel, lecsöpögtetjük és a búzával együtt ledaráljuk a csírákat, kinyomjuk a levét, a lével sűrű palacsinta tésztát keverünk, a kinyomott részt kidobjuk.

A sűrű masszát, kicsit zsírozott, zománcos lábasba vagy tepsibe öntjük. Kb. 2 órát sütjük, kb. 180 C'-on, barnás színű legyen a teteje. Evőkanállal lehet megenni, nem kell ízesíteni, nagyon finom, egészséges.



Győr- Belvárosi Gyülekezet

Molnár Mária Nőszövetségének receptjei

Púderos sütemény

Hozzávalók: 1 pohár zsír, 3 pohár liszt

1 pohár tejföl, 2 evőkanál kristálycukor, 1 sütőpor, kevés só

Elkészítés:

A hozzávalókat összegyúrjuk, linzer szaggatóval kiszaggatjuk, közepét kilyukasztjuk.

180 C fokos sütőbe szép világosra sütjük. / Nem kell nagyon vékonyra sodorni, mert törékeny /.

Amikor kisült / még melegen /, óvatosan vaníliás porcukorba forgatjuk, Ez a "púder".

Ha hókiflit akarunk készíteni, ez jó alap, csak akkor az egyik pohár liszt helyett darált diót teszünk bele és apró kifliket formázunk belőle.

Az alapot tetszés szerint mákkal, dióval vagy gesztenyemasszával is meg tölthetjük a kiflire formázás előtt.

Győr- Szabadhegyi Gyengéné Fogarassy Margit

Nőszövetség receptjei – Nagy Lajosné Sárka



Komáromi Nőszövetség receptje

Komáromi Jókai palacsinta 1.

Hozzávalók:

Töltelék: 0,18 kg száraz kolbász, 0,50 kg füstölt főtt csülök, 0,65 kg paradicsomos babkonzerv 0,36 kg lilahagyma, étolaj, só, bors, szójaszós, balzsamecet, 0,33 l habtejszín, 0,8 kg tejföl palacsinta tésztához: 0,30 kg liszt, 2 db tojás, 6 dl szénsavas ásványvíz, a sütéshez étolaj

Elkészítése:

A kolbászt hosszában félbe, majd negyedekre, majd azt cikkekre vágjuk, és kevés étolajon pirítjuk addig, míg a zsírt ki nem engedi. Majd kivesszük és hűlni hagyjuk. A fokhagymát apróra vágjuk, besózzuk és egy késsel krémesre törjük. A főtt-füstölt csülköt apróra vágjuk, pár szeletet a tálaláshoz félreteszünk. A kolbászos forró zsiradékon az összevágott főtt-füstölt csülköt addig sütjük, amíg pörzsanyag nem keletkezik. Ha lepirult, kivesszük. A fennmaradt zsiradékhoz kevés vizet adunk, hogy a keletkezett pörzsanyagot feloldjuk, majd zsírára pirítjuk. Hozzáadjuk az apróra vágott lilahagymát és fokhagymát. ha kell kevés zsiradékot adunk hozzá és karamellizáljuk, és egy kis részét félretesszük.

Komáromi Nőszövetség receptje

Komáromi Jókai palacsinta 2.

Ugyanabba az edénybe beletesszük a babot, majd megfűszerezzük, egy kis borssal és párolni kezdjük, ügyelve a folyadéktartalmára. Hozzáadjuk a kolbász felét és a sült csülköt, majd addig hőkezeljük, míg a leve elforr. Egy kis balzsamecettel és szójaszósszal ízesítjük. Amikor kész, összeturmixoljuk. A maradék kolbászból morzsát készítünk egy kutter segítségével. A tejfölt egy kis sóval és tejszínnel habosra keverjük.

A palacsinta tésztához a hozzávalókat összekeverjük. Kb. 22 cm átmérőjű palacsintákat sütünk. A félretett csülköt vagy tarját kisütjük.

Komáromi Jókai palacsinta tálalása:

A palacsintatésztát egy kiskanál babpürével megkenjük, és a kolbászmorzsával megszórjuk. A tészta négy szélét felhajtjuk és feltekerjük. A tésztát 4 részre vágjuk. A tányért megkenjük a tejfölös krémmel. A négy darabot felállítva kitálaljuk és a tetejére egy-egy vékony szelet sült tarját helyezünk, mellé kis hagymahalmot teszünk, és az egészet megszórjuk a kolbászmorzsával.

Pápai Nőszövetség receptjei

Zöldséges szárazbaleves - Bükkiné Sikos Gyöngyi

Nagymamám télen gyakran főzte, palacsintát süített hozzá. Hűvösebb időben az én családom is kéri – tápláló, laktató leves.

Hozzávalók:

szárazbab (fehér), sárgarépa, petrezselyemgyökér, zöldje, vöröshagyma, paprika, paradicsom

Elkészítés:

A babot előző nap beáztatjuk, majd feltesszük főzni, én füstölt bordacsíkot, franciabokát főzök bele. Mikor félig megpuhult, hozzáadom a zöldségeket, puhára főzöm. Petrezselymes rántással sűríttem. Friss csipetkét főzök bele.

Pápai Nőszövetség receptjei

Sajtos pogácsa - Szakácsné Rózsika

Hozzávalók:

80 dkg liszt, 25 dkg margarin, 10 dkg zsír, 3 tojássárgája, 20 dkg reszelt sajt, 2,5 dkg élesztő, tejföl, só

Elkészítés:

A pogácsatésztát szokásos módon meggyúrjuk. Sodorjuk, fél adag reszelt sajttal meghintjük. Hajtogatjuk, fél órát szobahőmérsékleten pihentetjük, majd hideg helyen (hűtőben) tovább kelesztjük (akár másnapig is). Sodorjuk, tetejét tojássárgájával megkenjük, a maradék sajttal megszórjuk, szaggatjuk. 180 fokon kisütjük.



Pápai Nőszövetség receptjei

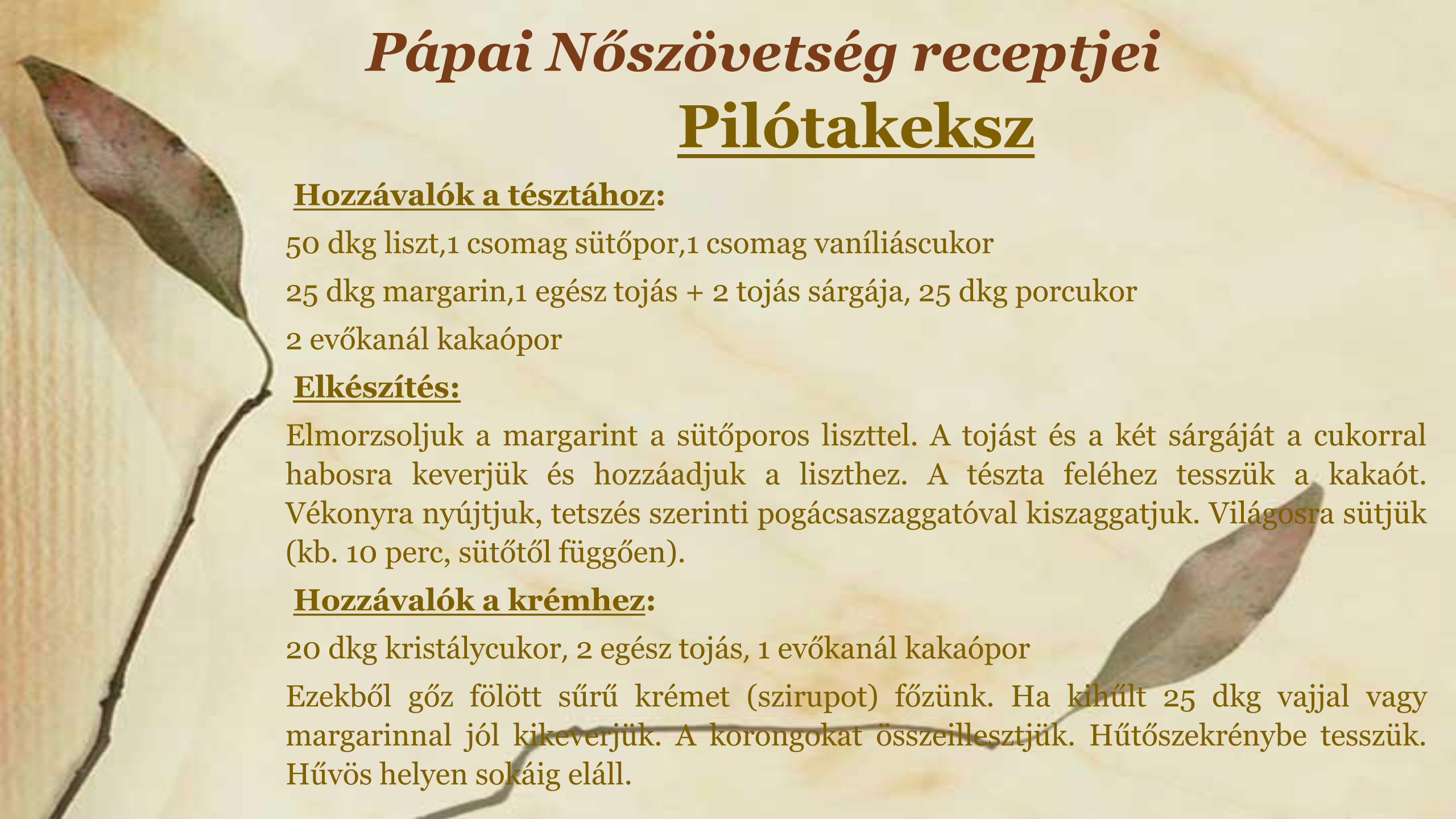
Göngyölt felsál - Nagy Lajosné Trudi receptjei

Marhahúsból nagyon finom, de lehet disznóhúsból is.

Szép szelet húsokat kissé vékonyra kiverjük, sózzuk, borsozzuk, vékonyra vágott vöröshagymát teszünk rá és füstölt szalonnaszeleteket. Felgöngyöljük, összetűzzük. Olajon hagymát pirítunk (üvegesre), a hús mennyiségétől függően.

A felgöngyölt húsokat a hagymás olajon minden oldalán fehéredésig sütjük, majd vízzel vagy fehér/vörösborral felengedjük (borral jobb, marhahúshoz a vörösbor ajánlott). Puhulásig pároljuk, majd kivesszük a húsokat és a levét lisztel besűrítjük.

Jobb, ha előző nap előkészítjük, éjszakára hűtőben hagyjuk, pihentetjük, majd másnap készre sütjük. Tört burgonyával tálaljuk.



Pápai Nőszövetség receptjei

Pilótakeksz

Hozzávalók a tésztához:

50 dkg liszt, 1 csomag sütőpor, 1 csomag vaníliáscukor

25 dkg margarin, 1 egész tojás + 2 tojás sárgája, 25 dkg porcukor

2 evőkanál kakaópor

Elkészítés:

Elmorzsoljuk a margarint a sütőporos liszttel. A tojást és a két sárgáját a cukorral habosra keverjük és hozzáadjuk a liszthez. A tészta feléhez tesszük a kakaót. Vékonyra nyújtjuk, tetszés szerinti pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. Világosra sütjük (kb. 10 perc, sütőtől függően).

Hozzávalók a krémhez:

20 dkg kristálycukor, 2 egész tojás, 1 evőkanál kakaópor

Ezekből gőz fölött sűrű krémet (szirupot) főzünk. Ha kihűlt 25 dkg vajjal vagy margarinnal jól kikeverjük. A korongokat összeillesztjük. Hűtőszekrénybe tesszük. Hűvös helyen sokáig eláll.

Kukoricakása/Kukoricadara

Hozzávalók:

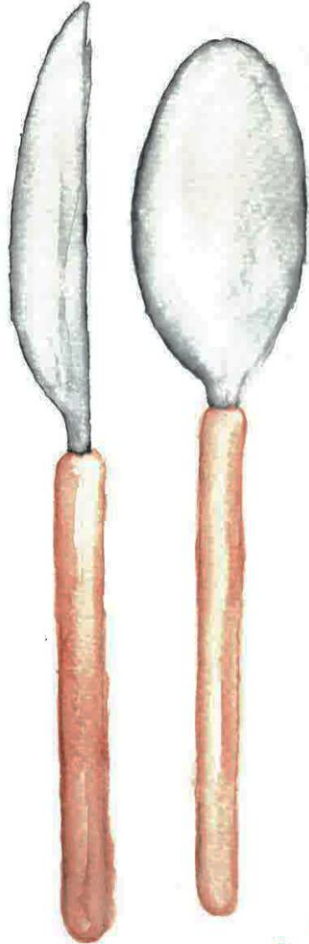
kukoricadara
dupla mennyiségű víz
só
zsír

Elkészítés:

Állandó keverés mellett egyenletes sűrűségűre megfőzzük a kukoricadarát a vízzel. A dara kész állaga lehet lágyabb, mert később, ahogy hűl, még keménykedik. Frissen sült töpörtyűvel, vagy apróra kockázott sült szalonnával és a zsíjjukkal meglocsoljuk. Tejjel ízesítjük, tálaljuk.



Horváthné Kardos Julianna



• Balatoni mandulás •

Hozzávalók:

25 dkg liszt
25 dkg porcukor
4 egész tojás
25 dkg liszt
4 db alma
1 kávéskanál fahéj
2 evőkanál
kakaópor
1 kávéskanál
szódabikarbóna
5-8 dkg szeletelt
mandula
2-3 dl baracklekvár

Elkészítés:

A margarint és a cukrot habosra keverjük, ezután összedolgozzuk a liszttel, a fahéjjal, a citromhéjjal és a szódabikarbónával. Kis adagokban belekeverjük a habosra kelvert tojásfehérjét. A masszát egyharmad, kétharmad arányban kettéválasztjuk, és a nagyobbik részhez hozzákeverjük a kakaóport. Evőkanállal a két masszát váltva beleöntjük sütőpapírral kibélelt tepsibe. A massa tetejét gazdagon megrakjuk héjától megtisztított, kb. 0,5cm vastagságúra szeletelt almával. 30-40 percig közepes lángon sütjük. Amikor a tészta megsült, még melegen megkenjük baracklekvárral, azt meghintjük arany barnára pirított mandulával, majd kihűlésig visszatesszük a sütőbe.

Mayerné Pátkai Tünde

Szombathelyi Kormos Gyöngyi Nőszövetség receptjei

Sajtos kifli recept

Hozzávalók:

50 dkg liszt
0,5 ek só
5 dkg élesztő
2,5 dl tej
1,75 dl olaj

Elkészítés:

Az egészet összegyúrva, három cipót készítünk. A cipókat egyenként 30 cm átmérőjűre nyújtjuk, majd kifli méretűekre vágjuk.

Minden kiflire egy szelet ráma/vaj negyedét teszük és feltekerjük. Két tojás sárgáját sóval elkeverünk, azzal megkenjük a kifliket, és reszelt sajttal megszórjuk.

Zalaegerszegi Nőszövetség receptjei

Órségi „meztéllábas” bableves

Hozzávalók:

3 bögre tarkabab, 1 fej vöröshagyma, 3-4 gerezd fokhagyma, 2-3 babérlevél, a mokkáskanál piros paprika, 2 evőkanál liszt, só

Elkészítés:

Az előző este megáztatott babot feltesszük főni a fűszerekkel - a fokhagyma kivételével - apróra vágott vöröshagymával, annyi vízzel, hogy kétujjnyira ellepje. Amikor megfőtt, beletesszük a piros paprikával színezett rántást és az apróra vágott fokhagymát. Tovább ízesíthetjük tárkonnyal vagy gyümölcsecettel.

Zalaegerszegi Nőszövetség receptjei

Babos libacomb

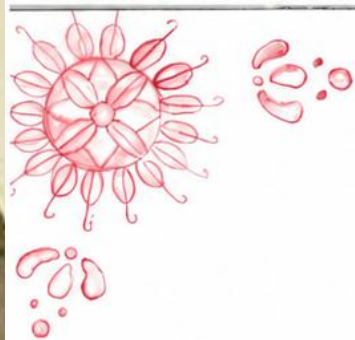
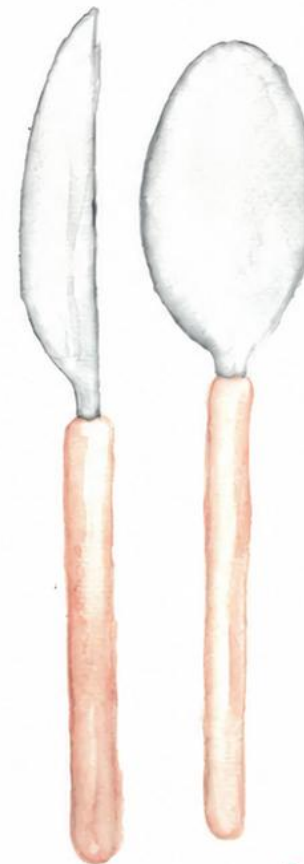
Hozzávalók:

4 libacomb
2 bögre fehér gyöngybab
2 gerezd fokhagyma
2 fej vöröshagyma
2 tojásnyi zsír
késhegynyi őrölt bors
1 teáskanál színes paprika
só

Elkészítés:

A babot megtisztítjuk, és hideg vízben 2 órát áztatjuk. A vöröshagymát apróra vágjuk, 1 gerezd fokhagymát szétzúzunk. A libacombokat megmossuk, lecsurogtatjuk, és forró zsírban mindkét oldalát pirosra sütjük. A babot leszűrjük, lábasba tesszük, és kevés vizet öntünk alá. A vöröshagymát, és a zúzott fokhagymát abba a zsírba tesszük, amelyben a combokat sütöttük. Kissé lepirítjuk, hozzáadjuk a színes paprikát, és kevés vízzel azonnal fölengedjük. Megsózzuk, megborsozzuk, és a babhoz öntjük. Összekeverjük, és belerakjuk a combokat. Annyi vizet öntünk alá, hogy a babot bőven ellepje, és fedő alatt puhára pároljuk. Ha a bab és a libacomb is megpuhult, a combokat kiszedjük, a babot ismét elkeverjük, és ha kell, ízesítjük. Kevés zsírban a gerezd fokhagymát megpirítjuk, és a fokhagymás zsírral a tálon a combokat meglöcsöljük.

***Jó
étvágyat
kívánunk!***



Ch. H. H. H.