

Hagyományos zsidó ételek

Maceszgombóc leves

Hozzávalók a leveshez:

2 csirkecomb, 5 sárgarépa, 4 kis fehérrépa, 1 karalábé, 1 fej vöröshagyma, 1 kis méretű zellergumó, 1 hüvelykujnyi gyömbér, 1 csokor petrezselyem, késhegynyi sáfrány, só, bors.

A gombócokhoz:

2 bögre maceszliszt, 1 bögre víz, 6 db nagy tojás, 6 evőkanál olaj, só, bors, pirospaprika, gyömbér ízlés szerint.

A leveshez valókat egy jó nagy fazékban feltesszük főni, forrás után fedő alatt lassan gyöngyözve főzzük tovább. Közben előkészítjük a maceszgombócot.

A gombóc hozzávalóiból könnyen formázható masszát készítünk. Szükség szerint adjunk még hozzá vizet vagy maceszlisztet. Fél óra pihentetés után nedves kézzel gombócokat készítünk, majd a gombócokat néhány órára mélyhűtőbe tesszük. Egy órával a leves elkészülte előtt a gombócokat a lábosba tesszük, újra felforraljuk vele a levest, és egy óra alatt, kis lángon, fedő alatt készre főzzük. A gombócok alaposan megdagadnak (nagyon sok folyadékot vesznek fel), ezért van szükség a nagy lábosra, illetve a sok lére. A gombócokat külön is kifőzhetjük a leves levében vagy enyhén sós vízben.

Sólet

Hozzávalók:

1 kg marhaszegy vagy 6 nagy szelet csontos lábszár a velős csonttal együtt, 50 dkg szárazbab (beáztatva), 2 db füstölt libacomb, 8 tojás, 1 db 15 centis marha velős csont, 15 dkg libaszír, 10 dkg gersli, 2 fej hagyma, 3 sárgarépa, 4 gerezd fokhagyma, legalább 12 db egész bors, 2 babérlevél, 1 kávéskanál köménymag, majoránna (ízlés szerint).

Fazékban vagy mély tűzálló tálban, fedő alatt a sütőben készül. Péntek este szokás elkezdni a főzést ahhoz, hogy szombaton fogyasztani lehessen. A babot már előzőleg áztassuk be napközben. A füstölt libacombot kuktában puhára főzzük a babérlevéllel és némi sóval kb. egy óra alatt. Félretesszük a levével együtt, amíg a többi hozzávalót elkészítjük.

A hagymát fél karikákra vágjuk, és sok libaszíron megdinszteljük. Erre jön a beáztatott tarkabab, a zúzott fokhagyma, köménymag, a sárgarépa félbevágva, a libacombok és a marhahús. Beledobjuk az egész borsot s ízlés szerint a majoránnát is. A tojásokat megfőzzük, nagyon alaposan megmossuk és a sóletbe tesszük. Fontos, hogy ellepje majd a lé. Ezután felöntjük a libacombok főzőlevével, lefedjük, 180 fokra előmelegített sütőbe tesszük, és azonnal mérsékeljük a hőt 130 fokra. 80 fokon egy egész éjszaka szükséges, 150 fokon akár 3 óra alatt is kész. Amikor már majdnem tökéletes, vegyük ki a libacombokat, és keverjük bele a sóletbe a gerslit. A combokról szedjük le a húst, és azt is keverjük óvatosan a sóletbe. Csukjuk vissza a sütő ajtaját, és még süssük egy órát. Amikor teljesen kész, szeleteljük fel a szegyet. Bárchessel tálaljuk. Nagyon finom mellé a frissen reszelt, fokhagymás, ecetes cékla.

Bárchesz

Hozzávalók két nagy kalácshoz:

1 kg liszt, 3,5 dl langyos víz, 3+1 db nagy tojás, 10 dkg cukor, 5 dkg méz, 5 dkg mazsola, 1 kocka élesztő, 0,5 dl étolaj, csipet só, mák a szóráshoz.

Újévre (rós hásáná) édesebbre szokás készíteni a szokásos szombati bárcheszt. A lisztet átszitáljuk, majd összekeverjük a sóval és a cukor kétharmadával. Az élesztőt felfuttatjuk a langyos vízben a maradék cukorral. Három tojást kissé elhabarunk mézzel és olajjal. Dagasztótálba tesszük előbb a száraz, majd a nedves hozzávalókat, és nagyon alaposan, lassú fokozaton kidolgozzuk.

Letakarva duplájára kelesztjük, majd 16 egyforma részre osztjuk. Egy barheszhez 8 szálát használunk fel, tehát ebből a mennyiségből két nagy kalács készül. A szálakat megsodorjuk, és letakarva még 15 percig kelesztjük. Megfonjuk a kalácsot: lisztezett felületen 4-4 szálát merőlegesen egymásra fektetünk, 2-2 szálát alulról megemelve átra-

kunk a felső 2-2 szálon, a keresztezett szálak oldalra nyúló végét kettével átrakjuk a mellettük fekvő 2-2 szálon. Miután körbeértünk ezzel, az ellenkező irányban is megcsináljuk ugyanezt, ezzel el is fogyott a tészta. A szálak végét alulra behajtjuk. Megkenjük tojással, megszórjuk mákkal és 180 fokra előmelegített sütőben kezdjük sütni. 20 perc után csökkentjük a hőmérsékletet 160 fokra, és még további 30 percig sütjük.

Köfte

A fasírt-hoz hasonló húsétel, a legfontosabb különbség a magyar fasírt és a köfte között, hogy a köftében se tojás, se zsemle vagy kenyér nincs. A darált húsokat először a sóval nagyon alaposan gyúrjuk össze, amíg kissé ragacsos lesz (megfelelő mennyiségű só kell használni, és jól össze kell gyúrni a masszát, így nem fog szétesni sütés közben). Ezután keverjük bele a fűszereket. Formázzuk meg a köftét, majd hagyjuk állni sütés előtt húsz percig. Bármilyen alakot adhatunk neki, lehet hagyományos fasírtforma, gömbölyű húsgolyó vagy hosszú roló is. Süt-hetjük faszénparázs felett vagy kevés olajon serpenyőben. Ne hagyjuk kiszáradni, túlsültni, inkább legyen kissé rózsaszín, a marha és a bárány sokkal jobb úgy, mint szárazra sütvé.

Hozzávalók:

80 dkg darált bányahús,
20 dkg darált marhacomb,
3 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál só,
2 kávéskanál római kömény,
1 kávéskanál őrölt koriander, bors és
chili ízlés szerint, olaj a sütéshez,
kockára vágott hagyma vagy
felkarikázott újhagyma,
gránátalmamagok, koriander- és
petrezselyemzöld a tálaláshoz.

Cimesz

A cimesz a zsidó újév egyik elmaradhatatlan fogása, sárgarépa és méz az alapja, hogy édes legyen az év. Hús mellé köretként, de önmagában is fogyasztják. A hagymát az olajon megdinszteljük, majd rádobjuk a megtisztított, felkarikázott sárgarépát. Fűszerezzük, hozzáadjuk a megmosott mazsolát, és fedő alatt, alacsony hőfokon, gyakran megkeverve megpároljuk. Aszalt szilvával, datolyával is készíthetjük.

Hozzávalók:

50 dkg sárgarépa, 5-10 deka mazsola,
1 fej hagyma, 4 evőkanál olívaolaj,
1 dl méz, 1-1 késhegynyi fahéj, chili,
római kömény, őrölt koriander,
őrölt kardamom, nagy csipet só.

Gefilte fis

A csukát a belsőségeitől és kopoltyújának belső részétől megtisztítjuk, a nyak bőrénél éles késsel körülvágjuk, a bőre alá nyúlunk, óvatosan és lassan a farka felé húzzuk le a bőrét anélkül, hogy elszakítanánk. Ezután a hal húsát a gerincről lefejtjük és ledaráljuk. A megdarált húst az áztatott és kinyomott barcheszszellett, sóval, tojással, borssal és az egyik vöröshagyma reszelékével jól összedolgozzuk, azután visszatöltjük a bőrbe. A levet úgy készítjük el, hogy a megtisztított zöldséget, a másik fej vöröshagymát kevés sós vízben a halfejjel és a gerinccel együtt puhára főzzük. A levet a halra szűrjük, és nagyon lassan tovább főzzük. Tálra szedjük, a levet mellé öntjük, és hagyjuk megkocsonyásodni.

Hozzávalók:

1 kg-os csuka, 2 fej vöröshagyma,
2 tojás, 2 szelet barchesz,
2 sárgarépa, 2 petrezselyemgyökér,
1 babérlevél, só.

Bólesz

Az élesztőt kevés cukorral megfuttatjuk a langyos tejben. A liszthez hozzáadjuk a maradék cukrot, sót, tojássárgáját és a puha vaját. Beleöntjük az élesztős tejet, és kb. 10 perc alatt szép fényesre kidolgozzuk. Letakarva 20 percig pihentetjük, majd lisztezett deszkán kisujnyi vastagra és húsz centi szélesre nyújtjuk. A kinyújtott tésztát megkenjük vajjal, rászórjuk a durvára vágott diót, mazsolát és a fahéjas cukrot. A tésztát szorosan feltekerjük, 5-8 centi vastag darabokra vágjuk (kb. 9 darab lesz belőle). Kivajazott, lisztezett (sütőpapírral kibélelt) tepsibe tesszük a tekercsüket egymástól ujjnyi távolságra. A szélüket is megkenjük vajjal, és langyos helyen, letakarva hagyjuk kelni. 180 fokos sütőben 30 percig sütjük, a sütés félidejében meglocsoljuk cukros tejjel (egy tekercsre két-három kanál tej).

Hozzávalók a tésztához:

50 dkg liszt, 2,5 dl langyos tej,
10 dkg cukor, 10 dkg vaj,
2 tojássárgája, 3 dkg friss élesztő,
nagy csipet só.

A töltelékhez:

15 dkg dió (pekándió), 7 dkg vaj a
tészta kenéséhez, 5 dkg mazsola,
3 evőkanál cukor, 1 evőkanál fahéj.

A locsoláshoz:

2 dl tej, 1 evőkanál cukor.

(fuszereslelek.hu; mazsihisz.hu)