

Téli ételek savanyú káposztából

A tél beálltával a hagyományos konyhában leszűkült az alapanyagok köre. A helyben termelt, elvermelt répa, burgonya, hagyma, száraz bab, lencse mellett a savanyú káposzta jelentett nagyobb mennyiségben is elérhető, olcsó táplálékforrást. A háziasszonyok leleményessége révén számos ételféleséget – s azokat is több elkészítési móddal – ismerünk és szeretünk. Töltött káposzta nélkül nem múlhatnak el a téli ünnepek, de érdemes kipróbálni még nem ismert káposztás recepteket is. Jó étvágyat hozzá!

Kwaśnica – lengyel savanyú káposzta leves

Hozzávalók:

70 dkg sertésborda,
70 dkg burgonya,
40 dkg savanyú káposzta,
40 dkg füstölt sertésborda,
30 dkg füstölt szalonna,
3 gerezd fokhagyma,
3 db szárított vargánya gomba,
3 tk. majoránna, 2 tk. só,
1 tk. kömény, fél tk. őrölt bors,
3 szem szegfűbors, 2 db babérlevél,
2 l víz.

A nyers sertésbordát leöblítjük és kisebb darabokra vágjuk, majd egy nagyobb fazékba tesszük és felöntjük hideg vízzel, sózzuk, közepes lángon, félig fedve felforraljuk. Amikor felforr, a keletkező habot le-szedjük, majd takaréklángon, fedő alatt nagyjából 45 percig főzzük. A füstölt sertésbordát és a füstölt szalonnát szintén kisebb darabokra szedjük, majd a leveshez adjuk, amit borsal, köménnyel, szegfűbors-sal, babérlevéllel, zúzott fokhagymával és a szárított gombákkal fűsze-rezünk, majd fedő alatt további 20 percig főzünk.

Ezalatt meghámozzuk, kisebb kockákra vágjuk és a leveshez adjuk a burgonyát. A savanyú káposztát enyhén kinyomkodjuk, de ki nem öblítjük, ollóval vagy késsel kisebb darabokra vágjuk, és a szárított ma-joránnával együtt a leveshez adjuk. Még 30 percet főzzük. Kevés csípős hegyes paprikát is adhatunk a leveshez.

Másnap még finomabb, mint minden káposztás étel, azaz érdemes előre elkészíteni, hogy legyen ideje az ízeknek jól összeérnie.

Ruszin vargányás savanyú gombaleves

Hozzávalók:

50 dkg szálas, savanyú káposzta,
30-40 dkg füstölt tarja vagy csülök,
fél szál száraskolbász vagy füstölt
szárazkolbász, egy marék gersli,
10 dkg szárított vargánya,
4 gerezd fokhagyma, szemes bors, só,
1 fej vöröshagyma, 3-4 db babérlevél.
A habaráshoz: 1 nagy pohár tejföl,
2-3 ek. liszt. A rántáshoz: zsír, liszt,
3-4 gerezd fokhagyma,
3 kávésk. piros paprika.

A savanyú káposztát és a kockára vágott tarját 3-4 liter vízben feltesz-szük főni (a csülköt elő kell főzni). Hozzáadjuk a forró vízben átmo-sott gerslit, az egész fej vöröshagymát, a fokhagymagerezdeket. Kissé megsózzuk, babérlevéllel és szemes borsal fűszerezzük. Amikor a ká-poszta már majdnem megpuhult, hozzáadjuk a szárított vargányát és a karikára vágott kolbászt. Miután minden puhára főtt, először a lisztet elkeverjük a tejjel és behabarjuk a levest, majd elkészítjük a fokhagy-más rántást. Lehetőleg disznózsíron szép világosra pirítjuk az apróra vágott fokhagymát, majd hozzáadjuk a lisztet, és amikor jól átpirult, beletesszük a piros paprikát is, végül a leveshez adjuk. Egyet forralunk rajta, amíg besűrűsödik, és már el is készült.

Sváb húsos káposzta krumplis gombóccal

Hozzávalók:

2 kg savanyú káposzta,
80 dkg sertéslapocka,
2 db fehér hagyma, 5 ek. tejföl,
3 csapott ek. liszt, 2 ek. zsír,
2 tk. fűszerpaprika,
2 db babérlevél, 1 mokkásk. só,
fél mk. köménymag,
ízlés szerint bors, 3 dl víz.
A gombóchoz: 1 kg burgonya,
30 dkg liszt, 2 mk. só.

A burgonyát héjában megfőzzük, és hagyjuk kissé hűlni. Egy nagyobb lábosban megolvasztjuk a zsírt, rádobjuk a felcsíkozott hagymát, kissé megfonnyasztjuk, majd rátesszük a felkockázott sertéshúst. Keverget-ve lepirítjuk, a tűzről lehúzáva hozzáadjuk a piros paprikát, jól átkever-jük. Rátesszük a szálas savanyú káposztát, a fűszereket és felöntjük 3 dl vízzel. Felforrás után lassan rotyogtatva puhára főzzük. Liszttel be-habarjuk. Ezalatt a burgonyáról lehúzzuk a héját, még melegen burgo-nyanyomón áttörjük, és liszttel, kevés sóval összeállítjuk vele a tésztát. Kis gombócokat formázunk, lobogó forró, sós vízben kifőzzük (amíg a víz tetejére emelkednek), majd kiemeljük a gombócokat. A káposztát tejjel tálaljuk a gombócok mellé.

Klotzki – sváb krumplinudli savanyú káposztával

A burgonyát megfőzzük, még melegen lehúzzuk a héját, áttörjük. Sóval, szerecsendióval ízesítjük, hozzáadjuk a tojásokat, és annyi liszttel, amennyit felvesz, kézzel összegyúrjuk jól formázható, nyújtható, rugalmas tésztává. Kisebb darabokat levágva, lisztezett deszkán ujjnyi vastag rudakat sodrunk, késsel kb. 8-10 cm-es darabokra metéljük. A darabokat egyenként csúcsos végűre sodorjuk. Forrásban lévő, enyhén sós vízbe engedjük, és addig főzzük, amíg a nudlik felemelkednek a víz tetejére (kb. 5 perc). Közben a zsírt egy serpenyőben megforrósítjuk. A nudlit szűrőkanállal kiemeljük a vízből, lecsepegtetjük, majd adagonként a zsíron aranybarnára pirítjuk.

A szalonnát zsíron megpirítjuk, hozzáadjuk a felcsíkozott hagymát, majd néhány perc elteltével beletesszük a káposztát, borssal, kömény-maggal, babérlevéllel, borókabogyóval ízesítjük, és fedő alatt mérsékelt hőn kb. 10-15 percig pároljuk. Ezt követően a babérlevelet és a borókabogyót kivesszük belőle, majd a krumplinudlival összeforgatva, forrón kínáljuk. Csak akkor kell főzés közben sózni, ha a savanyú káposzta nem túl sós.

Néhol egy edényben készítik: a káposztát bővebb vízben főzik, amikor már csaknem megpuhult, a forrásban levő vizébe szaggatják bele lágyabb tésztából a nudlikat.

Szárma

A káposztát megmossuk. A füstölt húst megdaráljuk, összekeverjük a friss darált hússal, megsózzuk, borsozzuk, hozzáadjuk az apróra vágott petrezselyemzöldet és a rizst. A masszát összedolgozzuk, és megtöltjük vele a káposztaleveleket. A szármatekercesek elkészítéséhez szükség van némi kézügyességre, hogy főzés közben ne essenek szét, valamint minőségi savanyú káposztára, melynek levelei nem repednek szét az elkészítés közben. A levelek savanyúságától függően felhasználás előtt megmoshatjuk, röviden le is forrázhatjuk őket. A levelek tövé-nél az erek vastag részét levágjuk, majd az elkészített húskeverékből kis adagot belesomagolunk. A töltelékeket fazékba rakjuk, feltöltjük még szálas savanyú káposztával vagy az összevagdalt maradék levelekkel, füstölt hús darabokat teszünk bele, ráöntjük a paradicsomlevet, vizet adunk hozzá és főzzük. Egy evőkanál lisztet kevés vízzel összekeverünk, a töltelékekre öntjük, az ételt megsózzuk, és forró sütőbe tesszük. Addig sütjük, amíg teljesen megpuhul. Krumplipürével tálaljuk.

A szárma hagyományosan sertés és marha- vagy borjúhús keverékéből áll, amihez apróra vágott hagymát, fokhagymát, sót, borsot, valamint rizst, egyes helyeken hajdinát adnak.

Káposztás nyögő (sztrapacska)

Az étolajon a savanyú káposztát megpároljuk. A burgonyát meghámozzuk, lereszeljük. A sóval és a tojásokkal és a liszttel elkeverjük, ha túl híg, még adunk lisztet hozzá, hogy sűrű nokedlitésztát kapjunk. Lobogó forró vízbe beleszaggatjuk és kifőzzük. Akkor lesz jó, amikor már fehéren habzik a víz. Még mielőtt kifut, gyorsan szűrőkanállal kiszedjük. Hideg vízben átöblítjük, leszűrjük, és tálba tesszük. Közben a szalonnát felkockázzuk, és kisütjük a zsírját. A pörccöket kiszedjük egy tányérba, a nokedlit meglocsoljuk a szalonna zsírával, és hozzákeverjük a párolt káposztát. Ízlés szerint sózzuk, és a pörccökkel együtt kínáljuk. A szlovák eredetű sztrapacskát, főleg túróval fogyasztották, telente savanyú káposztával került az asztalra.

Hozzávalók:

A nudlihoz: 80 dkg burgonya, 20-30 dkg liszt, 2 db tojás, ízlés szerint só és reszelt szerecsendió, 2-3 ek. kacs- vagy libazsír a pirításhoz.

A káposztához:

50 dkg savanyú káposzta, 15 dkg felkockázott, húsos szalonna, 1 db vöröshagyma, 1 ek. kacs- vagy libazsír, 3-5 db borókabogyó, 1 db babérlevél, ízlés szerint só, őrölt bors, köménymag.

Hozzávalók:

25 dkg darált hús, 25 dkg füstölt hús, 1 fej savanyú káposzta, kis doboz paradicsomkonzerv, 2 marék rizs, 1 ek. liszt, 1 csokor petrezselyem, só, őrölt bors.

Hozzávalók:

1 kg burgonya, 40 dkg liszt, 40 dkg savanyú káposzta, 10 dkg füstölt szalonna, 2 tojás, 1 dl étolaj, 3 tk. só.

Forrás: izorok.hu, receptneked.hu