

## VEGETÁRIÁNUS GASZTRONÓMIAI ÉS FŐZŐKURZUS VEGETARIAN GASTRONOMY AND COOKING COURSE

### VICHYSOISE, ÉDESBURGONYA-PÓRÉHAGYMA LEVES (4 személyre)

100 g póréhagyma, vékonyan szeletelve, (csak a fehér része)  
 1 kisebb hagyma, felszeletelve  
 200 g édesburgonya, felkockázva  
 1 ek. vaj  
 250 ml alaplé  
 só  
 150 ml hideg tej  
 125 ml tejszín  
 snidling a tálaláshoz



100 g leeks, thinly sliced, (white portion only)  
 1 small onion, sliced  
 1 tbs. butter  
 200 g sweet potatoes, peeled, sliced thinly  
 250 ml stock  
 salt  
 150 ml milk  
 125 ml double cream  
 snipped fresh chives for garnish

Egy lábasban, kevés vajon üvegesre pároljuk a póré. Ügyeljünk rá hogy ne barnuljon meg, majd adjuk hozzá az édesburgonyát, az alaplé és forraljuk 35 percig. Botmixerrel pürésítsük le, majd adjuk hozzá a hideg tejet és a tejszínt. Hidegen tálaljuk, de a meleg változat is közkedvelt.

In a saucepan over medium high heat sauté leeks and onion in butter until tender but not brown. Add potatoes, broth and salt; bring to a boil, cover, reduce heat and simmer for 35 minutes. Puree the soup mixture in a food processor and return to the saucepan. Add milk and cream mixing well. Garnish with chives and serve vichyssoise potato leek soup hot or cold.

### THAI POMELO SALÁTA (4 személyre)

3 ek. halszószt  
 3 lime leve  
 1 ek. pálmacukor  
 1 pomelo  
 1 gránátalma  
 2 ek. kókuszreszelék  
 2 ek. földimogyoró  
 2 kisebb salottahagyma  
 1 marék menta  
 2 levél thai bazsalikom  
 2 piros chili, kimagozva felszeletelve  
 salátalevél a tálaláshoz



### THAI POMELO SALAD (4 serves)

3 tbs. thai fish sauce  
 3 tbs. fresh lime juice  
 1 tbs. palm sugar  
 1 pomelo  
 1 pomme granate  
 2 tbs. dry-roasted, grated coconut  
 2 tbs. dry-roasted peanuts, coarsely chopped  
 1 tbs. chopped shallots  
 1/2-1 cup fresh mint leaves, chopped  
 2 leaves thai basil  
 2-3 bird, thai chiles, finely chopped, or to taste  
 Bibb, or butter lettuce, cleaned for garnish

Egy tálkában öntsük össze a halszószt, a limelét és a cukrot, majd kevergessük, míg a cukor fel nem oldódik. Hámozzuk meg a pomelot, úgy hogy távolítsuk el az összes fehér, keserű részt és hártját. A gyömbös levét tegyük el egy külön tálba. Hámozzuk meg a gránátalmát, tegyük a magokat egy tálba.

In a small bowl mix together fish sauce, lime juice, and sugar. Blend until sugar has completely dissolved. Set aside. Peel the pomelo or grapefruit, then cut out segments of fruit, leaving behind the bitter pith. Place the fruit in a bowl, reserving the juice from the fruit in another bowl. Peel the pomegranate, set the arils (seeds) aside.

Egy száraz serpenyőben pirítsuk meg, közepes lángon a kókuszreszeléket és külön a mogyorót, majd az utóbbit daraboljuk fel. Keverjük össze a pomelot, a salottot, a chilit, a mentát, a thai bazsalikomot és a gránátalma magokat egy nagy tálban. Öntsük rá az öntetet, s ha túl erősnek érezzük, öntsünk a salátára még egy kis pomelolevet.

In a dry skillet, over medium heat, roast both the coconut, and the peanuts until toasty, and light brown in color. Chop the peanuts after roasting. Salad should be fully assembled just before serving. Add the roasted peanuts and coconut, the shallots, chillies, mint, Thai basil, pomelos and pomegranate seeds to a large bowl and toss. Pour the lime dressing over, and continue to toss. Taste and adjust seasoning, if the dressing is too pungent, add a bit of the reserved grapefruit juice. Serve immediately on a bed of lettuce.

**jp cuisine**  
 www.jp.cuisine.com

**Professional gourmet chef service.**  
 At home, at the office, anywhere.

**James McClure**  
 +36-70 382-1281  
 cook@jpcuisine.com

Cocktail receptions  
 Private served lunches and dinners.  
 At home cooking demonstrations  
 Catered events

Tel.: 345-0779  
 Fax: 345-0777  
 e-mail: fc@culinaris.hu  
 www.culinaris.hu

**CULINARIS – ÍZ AKADÉMIA**  
 1036 BUDAPEST,  
 PERC U. 8.  
 2007. OKTÓBER 10.

## CITROMOS BROKKOLI QUICHE

(4 személyre)

300 g brokkoli  
250 g darabolt vízigesztenye  
200 ml majonéz  
200 ml tejszín  
3 tojás, felferve  
szerecsendió  
2 ek. citrom  
1/4 ek. sötét szója szósz  
csipet só  
2 ek. kukoricakeményítő  
150 g Beaufort, vagy Gruyère sajt  
csipet cayenne bors  
fagyasztott vajás tészta

Gőzöljük meg a brokkolit, majd vágjuk fel egyforma darabokra, és keverjük össze a feldarabolt vízigesztenyével és tegyük félre. Keverjük össze a többi hozzávalót a sajt kivételével. Tegyük a tésztát egy tortaformába, helyezzük bele a brokkoli-gesztenye keveréket, és a sajtot majd öntsük rá óvatosan a tojásos keveréket. Szórjuk meg a cayenne borsal, helyezzük a 180 fokra előmelegített sütőbe, és süssük 35-40 percig. Tálalás előtt hagyjuk 10 percig hűlni.

## TÖLTÖTT ARTICSKÓKA

(4 személyre)

4 nagy articsóka  
250 g fűszeres zsemlemorzsza  
150 g reszelt parmezán  
80 ml extraszűz olívaolaj  
2 gerezd fokhagyma, felaprítva  
2 ek. petrezselyem, felaprítva  
1 ek. friss oregánó, felaprítva  
só  
bors

Hideg vízben megmossuk az articsókát, vágjuk le a szárát tövében, távolítsuk el az alsó apró leveleket. Vágjuk le az articsóka felső negyedét, fesszítsük szét és egy kanál segítségével emeljük ki a középső bolyhos részt. A levágott, kieszedett darabokat dobjuk el. Keverjük össze a hozzávalókat és töltsük meg az így kapott keverékkel az articsóka belsejét úgy, hogy jusson a levelek közé is. Helyezzük az articsókákat egy tepsibe és öntsünk közéjük fél liter forró vizet. Takarjuk le és helyezzük 40 percre a 180 fokra előmelegített sütőbe. Tálalás előtt hagyjuk kihűlni.

## LEMON-BROCCOLI QUICHE

(4 serves)



300 g broccoli cuts  
240g sliced water chestnuts, drained  
200 ml mayonnaise  
200ml cup half-and-half  
3 eggs slightly beaten  
1/8 teaspoon nutmeg  
2 tablespoons fresh lemon juice  
1/4 teaspoon dark soy sauce  
1 pinch salt  
2 teaspoons cornstarch  
150 shredded Beaufort or Gruyère cheese  
a pinch of cayenne pepper  
pre-made pastry dough (frozen or fresh)

Steam broccoli and set aside (make sure pieces are medium size and uniform), combine with drained water chestnuts and set aside. Mix all remaining ingredients, except cheese. Place broccoli, water chestnuts and cheese evenly in crust. Carefully pour egg mixture into crust. Sprinkle with the cayenne pepper. Bake in preheated oven for 35-40 minutes at 180 degrees. Let stand 10 minutes before serving.

## STUFFED ARTICHOKE

(4 serves)



4 large artichokes  
250 g herbed bread crumbs  
150 g grated Parmesan cheese  
80 ml extra virgin olive oil  
2 cloves garlic, minced  
2 tbs. chopped Italian parsley  
1 tbs. chopped fresh oregano  
Salt and pepper

Wash artichokes under cold running water. Cut off stems at base and remove small bottom leaves. Cut off top quarter of artichokes; discard. Spread leaves, remove center leaves and fuzzy centers with a spoon and discard. Toss bread crumbs with cheese, olive oil, garlic, parsley, oregano, salt and pepper to taste. Stuff bread crumb mixture between leaves of artichokes and fill centers. Place stuffed artichokes in a 9-inch square baking dish. Pour 2 cups boiling water around the artichokes. Cover with lid or foil. Bake at 180 degrees for 40 minutes or until artichokes are tender. Remove artichokes from baking dish and place on rack; cool to room temperature.

## VILLAREAL TURRON SÜTEMÉNY

(6 személyre)

200 g turron  
100 g kemény nugát  
4 zselatin lap  
hideg víz  
330 ml magas zsírtartalmú tejszín  
3 tojásfehérje  
60 g cukor  
300 g friss gyümölcs



A turront 1 cm-es kockákra vágjuk. Próbáljuk meg a nugáttal is hasonlóan eljárni (bár ez nehezebb lesz, a keménysége miatt). A zselatint felolvasztjuk egy kevés vízben. Tegyük 6 egyforma kis tálkát egy tálcára. Tegyük mindegyikbe egy-egy réteg nugátot, majd tegyük fel még 100 ml tejszínt főni. Csökkentsük a hőfokot, és adjuk hozzá a turront. Addig kevergessük, míg krémes állagú nem lesz. Le vesszük a tűzről, hozzákeverjük a zselatint, majd hűlni hagyjuk. A maradék tejszínt verjük fel és tegyük ugyanezt a tojással a maradék cukrot hozzáadva. Óvatosan keverjük össze a tejszínhabot a turronos keverékkel majd a tojáshabbal is. Öntsük bele a formákba és helyezzük hűtőbe 1 órára. Tálaláshoz vegyük ki a tálkákból és szórjuk a tetejére a maradék nugátmorzsákat. Friss gyümölcs-csel kínáljuk.

## VILLAREAL TURRON CAKE

(6 serves)

200 g turron  
100 g hard nougat  
4 sheets gelatine  
cold water  
330 ml heavy cream  
3 egg whites  
60 g sugar  
300 g fresh fruit

Cut the turron into 1 cm in cubes. Cut the hard nougat the same way, as much possible, because hard nougat tends to break apart. Keep both the cubes and the broken pieces. Soak gelatine in a little water. Place 6 round molds 5 cm in high on a plate or a board. Put a layer of hard nougat cubes and pieces in the bottom of each mold. Bring 100 ml of the cream to the boil. Lower the heat and add the turron. Stir just until you get a rich texture. Remove from the heat, add gelatine and allow to cool down. Whip the rest of the cream. Beat the eggs until they are stiff, then add the sugar. Incorporate the whipped cream into the cooled nougat by gently folding it in. then delicately incorporate the egg whites. Fill the molds with this mixture and refrigerate. To serve, remove from molds and sprinkle with pieces of hard nougat. Serve with fresh fruits.



1



2



3



4



5



6

## BOROK / VINI:



**Pannonhalmi Apátság  
Sauvignon Blanc  
2006**



**Sebestyén Kadarka  
2006**

A Culinaris Ízakadémia konyha gépeit a Siemens biztosította.

**SIEMENS**

1126 Budapest, Királyhágó tér 8-9.  
www.siemens-haztartasi-gepek.hu