

## VEGETÁRIÁNUS GASZTRONÓMIAI ÉS FŐZŐEST VEGETARIAN GASTRONOMY AND COOKING SHOW

### MÁNGOLD SALÁTA PARADICSOM TATÁRRAL, FEKETE OLIVA SZÓSSZAL (4 főre)

**A salátához:**  
 20 dkg mángold  
 só,bors  
 0,5 dl citromos olívaolaj  
 szarvasgomba ízlés szerint  
 ½ csomag petrezselyem  
 0,2 dl balsamico

**A paradicsom tatárhoz:**  
 40 dkg paradicsom  
 0,5 dl olívaolaj  
 só,bors  
 ½ csomag snidling  
 ½ csomag bazsalikom

**A fekete oliva szószhoz:**  
 12 dkg fekete olívbogyó  
 2 dkg fenyőmag  
 Kis csokor medvehagyma  
 bors

A mángoldot megmossuk, levágjuk a tövét és csak a zöld,vagy vörös leveleit használjuk.Vékony csikokra vágjuk, ha nagyon vastag, akkor forró vízben rövid ideig leforrázzuk, kihűtjük.Az olajjal, ecettel, fűszerekkel összekeverjük, hűtőben pár óráig hűtjük.

Ezután leforrázzuk a paradicsomot, héját lehúzzuk, magos belsejét kiszedjük. A húst késsel apróra vágjuk, ha szükséges, lecsöpögtetjük. Összekeverjük az olívaolajjal, a finomra vágott snidlinggel, petrezselyemmel, tálalásig hűtőbe rakjuk.

Az olívbogyót botmixer vagy turmix segítségével, a szárazon lepirított fenyőmaggal, medvehagymával lepürésítjük. Esetleg ha túl száraz, olívaolajjal hígítjuk.

### CHARD SALAD WITH TOMATO TARTAR AND BLACK OLIVE SAUCE (4 serves)

**For the salad:**  
 20 dkg chard  
 Salt, pepper  
 0,5 dl olive oil with lemon  
 Truffle to taste  
 ½ bunch of parsley  
 0,2 dl balsamico

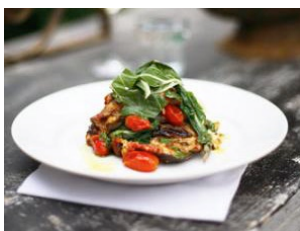
**For the tomato tartar:**  
 40 dkg tomato  
 0,5 dl olive oil  
 Salt, pepper  
 ½ bunch of chives  
 ½ bunch of basil

**For the black olive sauce:**  
 12 dkg black olives  
 2 dkg pine nuts  
 Little bunch of ramson  
 Pepper

For the salad, wash the chard, cut its root and use only its red or green leaves. Cut them into thin slices, if they are too thick, scald them in hot water for a few minutes, then cool them. Mix it with the oil, vinegar and spices, then put it into the fridge for a few hours.

For the tomato tartar, scald the tomatoes, take their skin off and scoop out the seeds. Dice the rest of the tomato into small pieces, drain them and after that, mix with the oil, the finely chopped chives, basil. Put it into the fridge until serving.

For the black olive sauce, blend the olives with the pine nuts and ramson with the help of a blender. We can add a bit of olive oil in it too, if it's too dry.



### ERDEI GOMBA ERŐLEVES, TÖLTÖTT RIZSTÉSztÁVAL (4 főre)

40 dkg sárgarépa  
 20 dkg fehérrépa  
 1 salotta hagyma  
 ½ fej fokhagyma  
 ½ csomag petrezselyem  
 fekete egésszobor  
 1-2 szál zellerszár  
 1 paradicsom  
 ½ csomag kakukkfű  
 ½ csomag rozsmaring  
 4 dkg csiperke  
 40 dkg erdei gombamix  
 só  
 4 db rizstészta  
 12 dkg cukkini  
 1 csomag újhagyma

### MUSHROOM CONSOMME WITH STUFFED RICE NOODLE (4 serves)

40 dkg carrots  
 20 dkg turnips  
 1 shalott  
 ½ head garlic  
 1/2 bunch of parsley  
 black peppercorn  
 1-2 sticks of celery  
 1 tomato  
 1/2 bunch of thyme  
 1/2 bunch of rosemary  
 4 dkg champignon  
 40 dkg mushroom mix  
 salt  
 4 sheets rice noodles  
 12 dkg courgette  
 1 pack of green onion

Előadó:

**PILLÓK ATTILA**

Tel.: 345-0779, +36-30-663-1544

Fax: 345-0777

e-mail: [tc@culinaris.hu](mailto:tc@culinaris.hu)

[www.culinaris.hu](http://www.culinaris.hu)

**CULINARIS – ÍZAKADÉMIA**

1036 BUDAPEST,

PERC U. 8.

2010. MÁJUS 04.

A zöldségekből, fűszerekből, erdei gomba keverékből lassú tűzön erőlevest főzünk, körülbelül 3 óra alatt. Ruhapelenkán átszűrjük, a zöldségekből félretesszük egy keveset.

A rizstészta lapokat hideg vízbe áztatjuk, ha megdagadtak, akkor a levesben főtt, és apró kockára vágott zöldségekkel, cukkinivel, újhagymával megtöltjük.

Kicsi, kocka alakú táskákat formázunk belőle, bambuszgőzölőben egy percig gőzöljük, melegítjük.



Make a consomme from the vegetables, spices and the mushroom mix cooking them on low heat for 3 hours. Strain it with a nappy and put the vegetables aside.

For the stuffed rice noodles, soak them into cold water and when they are swelled, stuff it with the vegetables from the soup and with the courgettes, green

onion. Shape little cubes from it, then stem them in a bamboo steamer.

## VÁKUMBAN GŐZÖLT FEKETEGYÖKÉR TEMPURA ZÖLDSÉGGEL, MANDULATEJJELEL

(4 főre)

4 db fekete gyökér  
1 csomag petrezselyem  
0,5 dl olívaolaj  
só, bors  
1-2 fej fokhagyma  
2 csomag újhagyma

1 sárgarépa  
1 fej radicchio  
1 brokkoli  
liszt  
keményítő

4 dl mandulatej  
1 édesburgonya  
1-2 gerezd fokhagyma  
1 dl olívaolaj  
só, bors

Fekete gyökér: A répákat megpucoljuk, kettévágjuk. Vákumzacskóba rakjuk az olívaolajjal, fűszerekkel, zöldségekkel és levákumozzuk. Gőzös sütőben, 75-80 Celsius fokon roppanósra pároljuk.

Tempura: A lisztet átszitáljuk, keményítővel és jég hideg vízzel palacsinta sűrűségű tésztát készítünk. A zöldségeket vékony csíkokra, illetve rózsáira szedjük, megsózzuk őket. Lisztbe forgatjuk őket, majd a tempura tésztába, forró olajban ropogósra sütjük, papírkéztőlőn lecsöpögtetjük.

Mandulatej: A tejet felrakjuk főni a megpucolt édesburgonyával, fokhagymával, sóval, borssal. Amikor megpuhult leturmixoljuk, olívaolajat keverünk hozzá.

## VACUUM STEAMED BLACK ROOT WITH TEMPURA VEGETABLES AND ALMOND MILK

(4 serves)

4 black roots  
1 bunch of parsley  
0,5 dl olive oil  
salt, pepper  
1-2 heads of garlic  
2 packs of green onions

1 carrot  
1 radicchio  
1 broccoli  
flour  
starch

4 dl almond milk  
1 sweet potato  
1-2 cloves of garlic  
1 dl olive oil  
salt, pepper

Peel the black roots, cut them into two. Put them into a bag with olive oil, spices, vegetables and close it with a vacuum machine. Steam it in a steam oven at 75-80 C until they are crispy.

For the tempura, drizzle the flour, add starch and cold water into it, then stir it well until it's thick pastry. Take the vegetables into strips and roses and season it with salt. After that, roll them in flour, then the tempura pastry, deep-fry in hot oil and drain them with a paper towel.

For the almond milk, boil it with the sweet potato, garlic, salt and pepper. When it's soft, mix it with a blender, and pour some olive oil in it.

## MEDVEHAGYMÁS-KELVIRÁGOS ZABPEHELY RIZOTTO

(4 főre)

1 fej kelvirág  
só, bors  
1 csomag medvehagyma  
2 dkg fenyőmag  
0,5 dl dióolaj  
1 csomag petrezselyem  
4 dkg kenyérmorzsa  
4 dkg mandula  
30 dkg zabpehely  
1 csomag oregano

## OATMEAL RISOTTO WITH RAMSON AND CAULIFLOWER

(4 serves)

1 head of cauliflower  
salt, pepper  
1 bunch of ramson  
2 dkg pine nuts  
0,5 dl walnut oil  
1 bunch of parsley  
4 dkg bread crumbs  
4 dkg almond  
30 dkg oat flakes  
1 bunch of oregano

Előadó:

**PILLÓK ATTILA**

Phone: 345-0779, 06-30-663-1544

Fax: 345-0777

e-mail: [tc@culinaris.hu](mailto:tc@culinaris.hu)

[www.culinaris.hu](http://www.culinaris.hu)

**CULINARIS – FOODCLUB**

H-1036 BUDAPEST,

PERC U. 8.

04. MAY 2010

Rizotto: A kelvirágot rózsáira szedjük, sós vízben puhára főzzük, leturmixoljuk, kevés dióolajat adunk hozzá.

A medvehagymából pesto készítünk, olivajjal, szárazon piritott fenyőmaggal.

A kelvirágpürét feltesszük forralóban melegedni, hozzákeverjük a medvehagyma pestót, majd legutoljára a zabpelyhet és a finomra vágott oregánót.

A kenyérmorzstát és a mandulát szárazon megpirítjuk, sajt helyett ezt tesszük a rizottó tetejére.



Take apart the cauliflower into roses, boil them in salty water until they're soft, pour some walnut oil in it and mix them with a blender. Make a pesto from the ramson; mix the onion with some olive oil, and roasted pine nuts. Combine the cauliflower puree with the pesto, then finally add the oat-flakes and the finely chopped oregano. Roast in a pan the bread crumb and the almond without

oil, and sprinkle it on the top of the risotto.

### TÁPIÓKA PUDING REBARBARA CHUTNEY-VAL (4 főre)

20 dkg tapióka  
8 dl kókusztej  
6 dkg nádcukor  
1 lime  
40 dkg rebarbara  
6 dkg méz  
1 kis darab gyömbér  
1 csillagánizs  
4-5 zöld kardamom

Puding: A tapiókát kókusztejben, cukorral, a lime levével és egy kevés héjjal, sóval megfőzünk, üvegtálcába rakjuk és kihűtjük.

Chutney: A rebarbarát megpucoljuk, cukorszirupban darabosra megfőzzük, kihűtjük. Hozzákeverjük az összevágott friss gyömbért, mézet és a fűszereket.

### TAPIOCA PUDDING WITH RHUBARB CHUTNEY (4 serves)

20 dkg tapioca pearls  
8 dl coconut milk  
6 dkg cane sugar  
1 lime  
40 dkg rhubarb  
6 dkg honey  
1 smaller ginger  
1 star anise  
4-5 green cardamom

Cook the tapioca in the milk with sugar, juice and zest of lime, and salt. When it's ready, pour it into small pots, and let it cool.

For the chutney, peel the rhubarb and cook them in sugar syrup, then let it cool. Combine the cutted ginger, honey, and also the spices.

Előadó:

**PILLÓK ATTILA**

Tel.: 345-0779, +36-30-663-1544  
Fax: 345-0777  
e-mail: [tc@culinaris.hu](mailto:tc@culinaris.hu)  
[www.culinaris.hu](http://www.culinaris.hu)

### ITALOK / DRINKS



Piccini Tuscany Chianti  
2008



Dobogó Tokaj Satóbbi  
2009

**CULINARIS – ÍZAKADÉMIA**  
1036 BUDAPEST,  
PERC U. 8.  
2010. MÁJUS 04.



Borospoharainkat  
a **RIEDEL**  
biztosította.



A Culinaris Ízakadémia  
**STEENBERGS**  
fűszereket használ.



A Culinaris Ízakadémia konyha gépeit  
a Siemens biztosította.  
1126 Budapest, Királyhágó tér 8-9.  
[www.siemens-haztartasi-gepek.hu](http://www.siemens-haztartasi-gepek.hu)