

CULINARIS GASZTRONÓMIAI ÉS FŐZŐEST CULINARIS GASTRONOMY AND COOKING SHOW

HUMITAS, CARNE COLORADA – GŐZÖLT KUKORICA PITÉK PÁROLT MARHAHÚSSAL (4 főre)

A humitashoz:
 300 g csöves kukorica vagy konzerv kukorica
 500g morzsolható sajt
 150g csésze újhagyma, felaprózva
 1 ek. őrölt koriander
 2 gerezd fokhagyma, összenyomva
 150 ml tejszín
 4 tojás
 1 ek. sütőpor
 1 ek. só

A carne colorada-hoz:
 2 kg marhahús, közepes méretű kockákra vágva
 6 gerezd fokhagyma
 1 vöröshagyma, feldarabolva
 1 ek. őrölt annatto mag
 1 ek. őrölt római kömény
 1/2 ek. oregánó
 2 ek. só
 2 ek. citromlé
 150 csésze sör
 3 ek. vaj vagy zsír

Egy mixer segítségével pürésítsük le a kukoricát a következő hozzávalókkal: 300g sajt, hagyma, fokhagyma, koriander, tejszín, tojás és só. A sütőnket előmelegítjük, egy tál vizet teszünk az aljába. Minden egyes humitához töltsünk meg 2 kukoricalevelet – vagy alufóliát – a fenti pürével, ill. a maradék sajttal, majd zárjuk le őket, mint egy zsebet. Tegyük a kész darabokat a sütőbe, majd jól takarjuk le őket fóliával. A víz felforrásától számítva 35-40 percig főzzük. Mikor megpuhultak, forró paradicsomszósszal tálaljuk.

A carne coloradahoz pürésítsük le a fokhagymát, hagymát, citrom levét és a sört. Adjuk hozzá az anattot, római köményt, oregánót és sót. Pácoljuk be a marhát ebbe a marinádba, majd tegyük min. 2 órára, de jobb esetben egy éjszakára a hűtőbe. Ezután közepes lángon, kevés zsiradékon, folyamatosan kevergetve pároljuk meg a bepácolt húst, egészen addig, amíg teljesen megbarnul. Sózzuk meg, majd melegen tálaljuk.

HUMITAS OR STEAMED CORN CAKES WITH BRAISED BEEF OR CARNE COLORADA (4 serves)

for the humitas:
 300gr corn (can), corn husks (if available)
 3 cups of crumbled cheese, mozzarella or a fresh farmers cheese
 1 cup diced spring onions
 1 tsp ground coriander
 2 garlic cloves, crushed
 1/2 cup of heavy cream
 4 eggs
 1 tsp baking powder
 1 tsp salt

for carne colorada:
 2 lbs beef, cut into medium sized cubes
 6 garlic cloves
 1 red onion, chopped in large chunks
 1 tbs ground achiote
 1 tbs ground cumin
 1/2 tbs oregano
 2 tsp salt and more to taste
 2 tbs lemon juice
 1/2 cup of beer
 3 tablespoons of butter or lard



Place the corn kernels, 1 1/2 cup of cheese, diced onions, crushed garlic, ground coriander, cream, eggs, and salt in the food processor, mix until the corn is pureed. In large, deep pot place about 2 1/2 cups of water and a steamer, the water should be just below the steamer. To fill each humita, use 2 of the large corn husks – or aluminium foil – per humita, place them on top of each other, fold the left side of the husks, then fold the top half over the bottom half, this creates a semi-pocket, fill it with a spoonful of the mixture and stuff some of the remaining cheese in the middle, now fold over the right side of the husk and tighten it up a little bit, use the thin strips to tie around the wrapper and keep it closed. Place the humitas in the pot on top of the steamer. Place any leftover husks on top and cover well. Place the pot on the stove over high heat until you hear the water boiling, reduce to a simmer

and cook for about 35-40 minutes; the cooked humitas will be slightly firm when they are done. Serve warm with tomato hot sauce.

For the carne colorada., blend the garlic cloves, chopped onion, lemon juice and beer to obtain a puree. Mix in the achiote, cumin, oregano and salt. Place the cubed beef in a non-reactive bowl and combine with the marinade. Cover and let rest in the fridge for at least two hours (overnight is ideal). Heat the butter (or lard) in a large sauté pan over medium heat, add the beef and braise slowly, until all the liquid is evaporated and the meat begins to brown. Stir frequently until the meat is browned on all sides. Add salt if needed and serve.

Előadó:

GRACE RAMÍREZ MORA
 Ecuador Magyarországi Nagykövetsége

Tel.: 345-0779, 06-30-663-1544

Fax: 345-0777

e-mail: fc@culinaris.hu

www.culinaris.hu

CULINARIS – ÍZAKADÉMIA
 1036 BUDAPEST,
 PERC U. 8.
 2010. MÁJUS 13.

TENGERI GYÜMÖLCSÖS RIZSPOGÁCSÁK

(4 főre)

350g rizs
5 ek. napraforgó olaj
150g hagyma, apróra vágva
1 gerezd fokhagyma, apróra vágva
1l halalaplé
2 fej fokhagyma, felaprítva
1 kaliforniai paprika, felkockázva
½ ek. római kömény
1 ek. anatto
150g borsó, megfőzve
1 csokor koriander, finomra vágva
10-12 garnélarák, megtisztítva
só, bors ízlés szerint

Forrósítsunk fel egy serpenyőt, majd 2 ek. olajon pirítsunk meg 2 ek. hagymát és fokhagymát. Ezután adjuk hozzá a rizst ill. az alaplevet, forraljuk fel, majd alacsony tűzön főzzük 20-30 percig, vagy amíg a rizs puha lesz. Pirítsuk meg a maradék hagymát és fokhagymát olajon, majd adjuk hozzá a római köményt, anattot, a kaliforniai paprikát és folyamatosan kevergetve további 5 percig pirítsuk. Keverjük bele a koriander felét, majd a nyers rákokat és 3 percig hagyjuk főni. Ezután adjuk hozzá a főtt rizst, melegítsük össze max. 5 percig, végül ízesítsük korianderrel, sóval-borssal és lime lével. Tálaljuk formába, avokádóval és lime szeletekkel kínáljuk.



SEAFOOD RICECAKES

(4 serves)

2 cups uncooked rice
5 tbs sunflower oil
1 cup finely chopped white onion
1 garlic clove, minced
4 cups seafood broth
2 garlic heads, crushed
1 bell pepper, diced
½ tbs cumin
1 tsp achiote
1 cup cooked peas
1 bunch of cilantro, finely chopped
10-12 raw shrimps, deveined and cleaned
Salt and pepper to taste

Heat 2 tbs of oil on medium heat in a saucepan, add 2 tbs of onion and garlic, and cook until soft, about 3-5 minutes. Add the rice and the seafood broth, bring to a boil, reduce heat to low, and let simmer for about 20-30 minutes or until the water has evaporated and rice is tender, save for later. Heat the remaining 3 tbs of oil on medium heat in a large sauté pan, add the chopped onions and crushed garlic and cook until the onions are tender. Add the cumin, achiote, salt, pepper and diced bell

pepper and cook for another 5 minutes, stirring frequently. Add ½ of the chopped cilantro, stir in well. Add the raw shrimps, stir and cook for about 3 minutes. Stir in the cooked rice, peas and cook until the shrimp is done, no longer than 5 minutes. Add the remaining ½ of the chopped cilantro, lime juice, and additional salt or pepper if needed. Serve it in a form with avocado and lime slices.

PÁLMA SZÍVSALÁTA

(4 főre)

2 konzerv pálmazív, lecsöpögtetve és felszeletelve
1 paradicsom, félbevágva
2 gerezd fokhagyma, felaprítva
1 fekete olivabogyó, lecsöpögtetve
1 ek. repceolaj
2 ek. rizsbor ecet
1 ek. méz
1 ek. limelé
2 ek. kapribogyó, lecsöpögtetve

Tegyük egy nagy tálba a pálmazíveket, paradicsomot és fekete olivát. Egy másik tálban keverjük össze az olajat, mézet, lime levét, rizsbor ecetet, kapribogyót és fokhagymát. Tálalásig rakjuk a hűtőbe.

PALMITO SALAD

(serves 4-8)

2 (14 ounce) cans hearts of palm, drained and sliced
1 (8 ounce) container grape tomatoes, cut in half
2 large garlic cloves, chopped
1 (2 1/4 ounce) can sliced black olives, drained
1 tablespoon canola oil
2 teaspoons rice wine vinegar
1 teaspoon honey
1 teaspoon fresh lime juice
2 teaspoons capers, drained

In a large bowl; place hearts of palm, tomatoes, and black olives. In a little bowl; mix oil, honey, lime juice, rice vinegar, capers, and garlic. Pour caper into the hearts mix and toss to coat. Chill then enjoy!

EMPANADAS MÁLNÁVAL, KECSKESAJTAL, MANDULÁVAL, SÚRÍTETT TEJSEL ÉS MÁLNA COULIS-SAL

(15-18 közepes empanada-hoz)

12 málna
11 kecskesajt, szobahőmérsékleten
100g cukor
1 ek. vanília
1 ek. narancshéj
75g mandula, felszeletelve
1 tojás, szétválasztva
50g demerara cukor

Keverjük össze egy tálban a sajtot, cukrot, vaniliát és narancshéjat. Tegyük egy kanál kecskesajtos keveréket egy empanadas közepébe, majd tegyük rá pár málnát és mandula szeletet.

RASBERRY GOAT CHEESE AND ALMOND EMPANADAS WITH RASBERRY-CONDENSED MILK COULIS

(for 15-18 medium empanadas)

12 oz raspberries
11 oz plain goat cheese, room temperature
½ cup sugar
1 tsp vanilla
1 tbs orange zest
½ cup sliced almonds
1 egg, yolk and white separated and lightly whisked
¼ cup demerara sugar to sprinkle on top

Combine the goat cheese, sugar, vanilla, orange zest in a bowl, mix well. To assemble the empanadas, place a spoonful of the goat cheese mixture, a couple of raspberries and a few almond

Kenjünk meg a széleit felvert tojássárgájával, majd hajtjuk egymásra őket és zárjuk le egy villa segítségével. A tetejüket is kenjük meg felvert tojássárgájával, szórjunk rá mandulát és demerara cukrot. Tegyük félre 30 percre, így összeáll a tészta és jobban összetapadnak a szélek. Előmelegített sütőben 180 C-on 20.25 percig süssük, vagy amíg aranybarna lesz. Melegen tálaljuk sűrített tejfel és málna coulisal.

EMPANADA TÉSZTA

450g kiőrlésű liszt
100g cukor
Csipet só
250g vaj, 16 darabra vágva
2 tojás
2-4 ek. hideg víz

Keverjük össze egy turmixgép segítségével a lisztet, cukrot és sőt. Adjuk hozzá a vaját, tojásokat ill. vizet és addig gyúrjuk, amíg egy tömör tésztát kapunk. Formázzunk a tésztából 2 gömböt, nyújtuk ki korongokra, majd tegyük hűtőbe 30 percre. Nyújtuk ki papírlap vékonyságúra a tésztát, majd vágunk ki egyforma korongot belőle. (Ehhez használhatunk kisebb tálat, formát v. csészét is, attól függően, hogy mekkorát szeretnénk.)

MÁLNA COULIS

300g friss vagy fagyasztott málna
100g cukor
1 ek. citromlé

Egy közepes serpenyőben közepes lángon forraljuk fel a málnát a cukorral együtt. Ekkor vegyük lejjebb a lángot és folyamatos kevergetés mellett főzzük addig, amíg elkezd sűrűsödni (kb. 15 perc). Ekkor passzírozzuk át egy finom lyukű szűrőn; egy spatula segítségével nyomjuk ki a lehető legtöbb folyadékot. Dobjuk ki a magokat és a héjat. Keverjük hozzá a citromlevet, majd forrón vagy szoba-hőmérsékleten tálaljuk.

ITALOK / DRINKS



**Nyakas Chardonnay
2009**



**Takler Cabernet Franc
2008**



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

slices on the center of the empanada disc. Brush the edges of the empanada disc with the egg whites. Fold them and seal the edges, use a fork to help. Lightly brush the top of the empanadas with the egg yolk; this will give them a nice golden glow when baked. Sprinkle the almond slices on the top of them; and also the almond slices. Chill the empanadas for at least 30 minutes or until ready to bake, this will help them seal better. Bake them in a pre-heated oven at 375 F for 20-25 minutes or until golden. Serve warm with half condensed milk/half raspberry coulis.

EMPANADA DOGH

3 cups all purpose flour
1/2 cup sugar
Pinch of salt
2 sticks butter or 16 tbs, cut into 16 pieces
2 eggs
2-4 tbs cold water

Mix the flour, sugar and salt in a food processor. Add the butter, eggs and water until a clumpy dough forms. Knead the dough for a few minutes. Form dough into 2 balls, flatten into thick discs, and chill in the refrigerator for at least 30 minutes. Roll out the dough into a thin sheet and cut out round disc shapes for empanadas, use round molds or a small plate or cup as a mold, you can choose how large based on whether you want small or medium sized empanadas.

RASBERRY COULIS

2 cups fresh or frozen raspberries
About 1/2 cup sugar
About 1 tbsp. lemon juice

In a medium saucepan over medium-high heat, bring raspberries and 1/2 cup sugar to a boil. Reduce heat and simmer, stirring occasionally, until mixture starts to thicken, about 15 minutes. Press mixture through a fine-mesh strainer, using a spatula to extract as much liquid as possible. Discard seeds and skins. Stir in 1 tbsp. lemon juice. Taste and add more sugar or lemon juice if you like. Serve coulis warm or at room temperature.