



Őszi perc-receptek

BARACSKAY ANGÉLA
RECEPTJEIVEL

2023



Bevezetés

Mikor visszatérünk a nyárból, sokszor kevesebb időnk jut arra, hogy összedobjunk valamit a családnak vagy barátoknak. Közben viszont ki ne szeretne mégiscsak valami különleges készíteni, aminek magas a minősége?

Ezek a receptek erre tökéletesek.

Gyorsan tudjuk őket elkészíteni és ígérem, isteni finomak is. Ráadásul nem mindenképpen csak otthon lehet őket elmajszolni: miután nem igényelnek melegítést vagy hűtést, vihetjük őket másnap iskolába, elcsomagolhatjuk őket munkába vagy egyszerűen megvan a másnapi vacsi.

Nagyon a bevásárláson sem kell törni a fejünket. Az alapanyagoknál külön figyeltem arra, hogy egyik recept előtt se kelljen nagybevásárlást tartani: a legtöbb szükséges hozzávaló vagy megbújjik otthon a polcokon vagy egyszerűen elég őket leemelni a polcról.

Figyelem! A recepteket sose szabad túl komolyan venni. Szabadon variálhatók, valamibe mehet másmilyen csoki, valamelyikbe más fajta zöldség vagy más fajta gyümölcs. Igazodj a hűtődhöz vagy egyszerűen csempéssz be a mindennapokba is egy kis kísérletezést!

JÓ ÉTVÁGYATI!

Baracska Angéla



Házi granolás csokoládészelet

” Egy olyan egyszerű megoldását szeretném most megmutatni a nassolásnak, amikor a bolti csokik és társaik helyett házi csokoládé szelettel tudjuk kényeztetni magunkat.

A granolát átforgatjuk étcsokoládéval és mogyorókrémmel, ennek az alapnak a tetejére pedig csokoládé krémet készítünk tejszínből és csokoládéből. Az elkészítés 10-15 percet vesz igénybe, a kész mű a hűtőben pedig pár óra alatt megdermed.

Mivel forralt tejtermékről van szó, ezért állaga és eltarthatósága is több, mint egy tejszínes tortaszeletnek. A szállítás könnyűségéről nem is beszélve!

TIPP

Az olvasztott csokoládé készítéséhez egy edénybe vizet teszünk, majd egy tálba helyezzük a csokoládét, ami nem ér a vízhez. Így a gőz melegíti a csokoládét, elkerülve annak elégetését.

HOZZÁVALÓK

200 g csokoládés vagy sima granola
3 evőkanál mogyorókrém
120 g étcsokoládé
200 g MEGGLE 30%-os tejszín
Kandírozott gyümölcsök
Mogyorófélék

ELKÉSZÍTÉS

A granolát turmixban vagy kézi mozsárban aprításig törjük, majd összekeverjük az olvasztott csokoládéval és a mogyorókrémmel.

Egy sütőpapírral kibélelt formába töltjük a masszát, majd egyenesre lenyomkodjuk. A MEGGLE tejszínt felmelegítjük, majd egy kézi habverővel fényesre keverjük benne az étcsokoládét.

Az elkészült csokoládé krémet ráöntjük a granolás alagra és hűtőbe tesszük.

2-3 óra hűtés után a szelet tökéletes lesz, de fagyaszttóban már 30 perc alatt is elkészül.



Citrusos babkrém, nem egy sima pirítóssal

” A sima pirítás két alapvető magyar hozzávalóval, petrezselyem és fokhagymával máris különlegessé válik. Legyen ez az alap. Arra jöhet a lényeg! A babkenedető alapvetően Toszán eredetű, készítik paradicsomosan is, ezzel is lehet kísérletezni. A magyar háztartásokban a bab egy alapelem, így ez a recept tényleg gyors megoldás lehet a hétköznapokban. Van egy sejtésem, hogy kevesen tudják, milyen íz párosítással jár a citrom-fokhagyma kombináció. Kicsit előremutató recept, de szerintem mindenki tud vele azonosulni. És még egy fontos dolog! Megmaradt kenyeret is használhatuk, a pirítással csak újra frissé tesszük! Plusz spórolás!

HOZZÁVALÓK

1 konzerv fehér bab (átmosva)
1/2 citrom leve
2-3 evőkanál szűz olívaolaj
1 gerezd fokhagyma
1 teáskanál aprított petrezselyem
Só
Bors
1 baguett vagy bármilyen kenyér
MEGGLE vaj
Fokhagyma
Petrezselyem

ELKÉSZÍTÉS

A babkrémhez mindent tegyél a turmixba és addig keverd, míg krémes állagot nem érsz el. Ízlés szerint sóval és borssal ízesítheted.

A kenyeret két módon is elkészítheted:

a) Előmelegített, 180 Celsius-fokos sütőben a kenyeret MEGGLE vajjal megkenve, reszelt fokhagymával és petrezselyemmel megszórva sütjük aranybarnára.

b) Egy serpenyőben ugyanezt az eljárást alkalmazva, a kenyeret fejjel lefelé helyezzük a serpenyőbe, hogy a MEGGLE vaj és a fűszerek rápiruljanak.



Hagymás paradicsomos leveles

HOZZÁVALÓK

1 csomag leveles tészta
MEGGLE vaj
Balzsamecet krém
4-5 evőkanál reszelt parmezán
3 fej kisebb hagyma
Aszalt paradicsom vagy
felkockázott bacon (opcionális)
Só
Bors

”

Ezzel a recepttel szeretném megmutatni, hogy a MEGGLE termékeket nem csak édes dologra tudjuk használni, és egyszerű alapanyagokból is lehet színes, mutatós, tápláló és nem utolsósorban olyan falatokat készíteni, amiket másnap is magunkkal vihetünk dolgozni vagy az iskolába.

ELKÉSZÍTÉS

Egy sütőpapírral bélelt tepsire vékonyan helyezze el MEGGLE vaját.

Csepegtess rá balzsamecet krémet, majd szórd meg a vékonyra szeletelt hagymával és - ha szereted - felkockázott baconnel vagy aszalt paradicsommal.

Bőségesen megszórjuk reszelt parmezánnal, majd sózzuk és borsozzuk ízlés szerint. Ráhelyezzük a leveles tésztát, finoman rányomkodjuk.

180 Celsius-fokra előmelegített sütőben 15-20 perc alatt süssük aranybarnára.

Tálalás előtt fordítsuk meg egy vágódeszka segítségével.





Bogyós tejespite

”

Na ezt tényleg bármikor, bárhol! Végtelenül egyszerű, de annál izgalmasabb lány állagú sütemény. Minden országnak meg van rá a neve, de mindenhol szinte egy és ugyanaz, persze kis változtatásokkal, amiket magunk is kieszelhetünk. Hamar kész, hiszen csak összekeverjük az alapanyagokat, majd a sütő megteszi a dolgát. Hidegen és melegen is egyaránt kellemes enni.

HOZZÁVALÓK

- 5 db tojás
- 100 g cukor
- 100 g liszt
- 4 g sütőpor
- 1 db citrom reszelt héja
- 50 g olvasztott MEGGLE vaj (nem forró)
- 150 g 30% MEGGLE tejszín
- 150 g MEGGLE tej
- 150 g választott gyümölcs

ELKÉSZÍTÉS

A tojást a cukorral egy kézi habverővel enyhén kihabosítjuk, majd hozzáadjuk a sütőporral elkevert lisztet. Ezután fokozatosan hozzáadagoljuk a tejtermékeket. A kézi habverővel végig csomómentesre keverjük. Majd a keverékbe beletesszük a választott gyümölcsöt.

Ha rumot is adnánk hozzá, akkor 4-5 ek az ajánlott mennyiség, de vaníliával is lehet még fokozni az ízet.

Sütés után megszórjuk egy kis porcukorral és MEGGLE Creme Decor habbal díszítjük!



Fehérsokoládés kókusz torta sütés nélkül

” A végére hagytam a kakukktojást a gyors receptek között! Mindenképpen szerettem volna egy torta jellegű desszertet is bemutatni nektek, amihez ugyancsak nem kell sok hozzávaló, ráadásul gyorsan is megvan. A finomság szállítható, vihetjük munkahelyre vagy suliba is, de ne feledjük: hűtést igényel. Szezontól függetlenül, bármikor gyorsan el tudjuk készíteni és másnap is fogyasztható. A kókusz és a fehérsokoládé két olyan alapanyag, amit előszeretettel használunk süteményekben, és itt is meglesz a varázsuk!

A tészta rész tört keksz vajjal és fehérsokoládéval készül, erre kerül a lágy kókuszkrém, a torta tetejét pedig jó sok habbal és étcsokoládéval zárjuk le. De nézzük pontosabban!

HOZZÁVALÓK

200 g tört zabkeksz
60 g olvasztott MEGGLE vaj
50 g olvasztott fehérsokoládé
200 g olvasztott fehérsokoládé
350 g mascarpone
150 g MEGGLE cukrászhab
85 g kókuszreszelék
4-5 ek rum (elhagyható)

ELKÉSZÍTÉS

Az 50 gramm fehérsokoládét felolvasztjuk vízgőz felett a MEGGLE vajjal, majd elkeverjük a tört zabkeksszel. Ezután kinyomkodunk vele egy recés oldalú tortaformát, így kész is a süteményünk alapja. Tegyük be a hűtőbe, míg elkészül a krém. A 200 gramm fehérsokoládét vízgőz felett felolvasztunk és elkeverjük a mascarpone-val. Ezután felverjük a MEGGLE cukrászhabot, majd beleforgatjuk a fehérsoklis mascarpone-ba. A keverékhez hozzáadjuk a kókuszreszeléket és a rumot.

A habos mixet rátesszük a kekszes alapra és 2 órán keresztül a hűtőben hagyjuk, hogy összeálljon. Tálalás előtt felvert MEGGLE cukrászhabbal és reszelt fehérsokoládéval díszítjük.





A ti konyhátokból...

HOW TO NOT
BE WORRYING
ALWAYS NOT

Epres tejszínes egyszerű torta

HOZZÁVALÓK

10 db tojás
500 ml MEGGLE tejszín
habfixáló
1 cs vaníliás puding
friss eper
csokoládé

ELKÉSZÍTÉS

10 tojásból készítünk egy kakaós piskótát, majd azt 3 felé vágjuk.

500ml MEGGLE tejszínhabot felverünk habfixálóval, kifőzünk 1 csomag vaníliás pudingot.

Ha kihűlt, összekavarjuk a MEGGLE habtejszínnel, majd megkenjük a piskótákat vele. Epert rétegezzük rá, végül a külsejét is megkenjük a tejszínes pudinggal. Eperrel és csoki forgáccsal díszítjük!



Sütés nélküli torta

HOZZÁVALÓK

1 csomag darált háztartási keksz
3 ek kakaópor
MEGGLE vaj
1 doboz MEGGLE habtejszín
1 doboz mascarpone
cukor - ízlés szerint

ELKÉSZÍTÉS

1 csomag darált háztartási kekszet összekeverek 3 evőkanál kakóporral, és annyi olvasztott MEGGLE vajjal, hogy jól dolgozható legyen a massa, és tortaformába nyomkodom. A krémhez 1 doboz MEGGLE habtejszínt kemény habbá verem, 1 doboz mascarpone krémmel összekeverem, ízlés szerint mehet bele még cukor, és a torta alapra kenem. Hűtőben áll pár órát és kész is. Egyszerű, gyors és finom.

Pisztáciás-málnás süti

ELKÉSZÍTÉS

A tojást, a cukorral és a MEGGLE vajjal habosra keverjük, hozzá tesszük a joghurtot, a tejet, majd a lisztet, amiben elkevertük a sütőport. Sütőpapíros tepsibe tesszük, és 180 Celsius-fokra előmelegített sütőben kb 20-25 perc alatt megsütjük.

Ha langyosra hűlt a süti, megkenjük a lekvárral, szórjuk pistáciával.

Készülhet dióval, mogyoróval, mandulával.

HOZZÁVALÓK

4 db tojás
20 dkg puha MEGGLE vaj
15 dkg cukor
15 dkg joghurt
40 dkg liszt
1 csomag sütőpor
1 dl tej
őrölt pistácia
1 üveg málna lekvár



Baracktorta

HOZZÁVALÓK

8 tojásos piskóta
500 mg MEGGLE cukrászhab
850 g barackos krém joghurt
2 db Expressz Zselatin fix por
1 üveg barack befőtt

ELKÉSZÍTÉS

A piskótát kettévágom. A barackot apró darabokra vágom, keveset hagyok a díszítésre, levét lecsurgatom. A MEGGLE cukrászhabot felverem, majd belekeverem a joghurtot és a fixálót. Először megkenem a piskótát a krémmel, barackot szórok rá és megint krémet. Ráteszem a piskóta másik felét, bekenem a maradék krémmel és díszítem.



Linzer



HOZZÁVALÓK

40 dkg liszt
20 dkg MEGGLE vaj
10 dkg porcukor
1 tojássárgája
Lekvár az összerakáshoz

ELKÉSZÍTÉS

Összegyúrjuk a hozzávalókat, linzerszagattóval kiszaggatjuk és lekvárral összeragasztjuk.

Szivecske



HOZZÁVALÓK

50 dkg finomliszt
25 dkg MEGGLE vaj
1 csipet só
15 dkg porcukor
1 csomag vaníliás cukor
2 db tojássárgája
1 db citromhéj

ELKÉSZÍTÉS

Gyorsan összedolgozni, sütni, tölteni...

Sütőtök krémleves

HOZZÁVALÓK

1 kg sütőtök (megsütve)
2 gerezd fokhagyma,
1,5 liter húsleves alaplé
2,5 dl MEGGLE tejszín
2 ek olívaolaj
Ízlés szerint só, bors...

ELKÉSZÍTÉS

Első lépésként a sütőtököt nagyobb darabokra vágjuk, és fűszerezés nélkül berakjuk a sütőbe 35-40 percre. Ha szépen megsült a tök, kivesszük, és kikaparjuk a húsát egy edénybe.

Ezt követően 1-2 evőkanál olíva olajat melegítünk egy lábasban, rátesszük az össze szeletelt fokhagymát, és addig kevergetjük, amíg a hagyma egy picit megpirul. Erre az alapra mehet rá a sütőtök, gyorsan összekeverjük az egészet, majd felöntjük 1,5 liter alaplével. Ez akkor a legjobb, ha tényleg mi főztük meg a húsleves alapunkat, de ha erre nincs időnk vagy lehetőségünk, akkor húsleveskockával is meg lehet oldani. Sózzuk, borsozzuk a levesünket ízlés szerint, majd a forrástól számított 15 percig főzzük.

Ha letelt az idő, botmixerrel krémesre pürésítjük, majd hozzáadjuk a MEGGLE tejszínt, és még egyszer azzal is összeforraljuk. Pirított tökmaggal és egy kis tejföllel tálaljuk.



A receptkönyvben megjelent receptekért, melyeket a Meggle követői küldtek be, felelősséget nem vállalunk. Baracska Angéla receptjei a szerző tulajdonát képezik.

Megbízó: Meggle
Ügynökség: Positive Adamsky
Stúdiófotók és design: Petrekovits Márton
Dekoráció: Butlers

Facebook: fb.com/megglemagyarország
Instagram: @megglehun
Web: www.meggle.hu