

## Az EFOP 3.7.3-16-2017 „Változó világ: a Te tudásod, a Te jövőd”

### Tanulás egy életen át...

A felnőtt kori tanulás fontossága és az azt szolgáló közművelődési formák állnak az immár két éve zajló EFOP 3.7.3-16-2017-00172 azonosító számú, „Változó világ: a Te tudásod, a Te jövőd” elnevezésű program középpontjában. Az elmúlt hetek történéseibe szeretnénk betekintést nyújtani, mindazok számára, akik még nem ismerik ezt a tanulási formát, illetve nem volt még lehetőségük, de szeretnének bekapcsolódni.

A Gasztró kör keddenként zajló foglalkozásai váltakozva süteménykészítéssel valamint főzékes menüsor főzésével telnek. Gál László cukrászmester vezetésével hagyományos, a kunsági háziasszonyok által is kedvelt tésztafélések és speciális hozzáértést is kívánó sütemények készülnek. A közelmúlt alkalmain sorkerült a ferdinánd valamint a húzott rétes sütésére.

A főzéssel telő foglalkozásokon – Hubai Erika szakács oktató vezetésével –, az ősz alapanyagait felhasználva különleges menüsor készült, benne sültpaprika krémleves, tonhalsaláta bulgarral, amit könnyű és nagyon ízletes répatorta koronázott meg. A fotók mellé most közreadjuk az ételek receptjét is, kipróbálásra javasolva. Ha sikerült kedvet ébreszteni a közös főzések iránt, úgy örömmel várjuk az új érdeklődők bekapcsolódását. Következő alkalom október 14, kedd 13.30 órától, amikor is a mandula alapanyagú süteményekkel foglalkozunk.

**Ferdinánd hozzávalói:** 2 dkg élesztő, 2,5 dl tej, 2 csapott evőkanál kristálycukor, csipetnyi só, 40 dkg finomliszt, 3-4 tojás sárgája (ha kicsi a tojás akkor 4 db), 5 dkg olvasztott vaj, egy citrom reszelt héja.

**Elkészítése:** A tésztához az élesztőt langyos, cukros tejbe belemorzsoljuk és 10-15 perc alatt felfuttatjuk. Egy tálba beleszítjük a lisztet, adunk hozzá egy csipetnyi sót. A tojások sárgáját a tejjel elkeverjük és hozzáadjuk a liszthez, majd a



felfuttatott élesztőt is hozzáöntjük. A tészta lágy legyen és nem gyúrjuk, hanem felverjük. (emelgetjük a tál aljától kézzel vagy fakanállal) Akinek van konyhai robotgépe, azzal is kidolgozthatja. A végén 5 dkg olvasztott vajat adunk hozzá, mellyel tovább verjük a tésztát. A tésztának hólyagosnak kell lenni vagy legalább olyan simának, mint a szatén. A tészta tetejét finoman hintsük meg lisztel és takarjuk le szakajtó ruhával, meleg helyen hagyjuk megkelni, legalább duplájára. A megkelt tésztát lisztezett deszkára öntjük, meghintjük lisztel és kisujj vastagságúra nyújtjuk. Megkenjük a habosra kavart

vaníliás, cukros vajjal vagy margarinnal, majd a tésztát roládba feltekerjük. A roládot kb. 3 cm-es darabokra szeljük és a kivajazott, kristálycukorral meghintett tepsibe vagy kerek tálba helyezük a kis oszlopokat vagy vágott felületükre állítva. A tekerceseket ne tegyük közel egymáshoz, mert még jelentősen kelni fognak. A tekercesek külső oldalát olvasztott vajjal kenjük meg, aztán letakarva hagyjuk még 20-30 percig kelni. A pihentetés után kenjük meg a tekercesek tetejét tojássárgájával, majd helyezük 180 C-osra melegített sütőbe. 20 perc sütés után vaníliával ízesített cukros tejszínnel vagy tejjel, evőkanál segítségével locsoljuk meg a tésztát és süssük tovább. A locsolást ne vigyük túlzásba, mert akkor elázik a tészta, nem lesz szép piros az alja. Addig kell sütni, míg szép piros, fényes lesz a tekercesek teteje. Nagyon jó jénai tálban sütni, mert az alját is jól láthatjuk, mennyire van megsülve. Amikor kivesszük a sütőből, azonnal borítsuk ki deszkára vagy tálcára, mert később, ha kihűl, a karamellizálódott cukor miatt nehéz lesz kiszedni. Mivel a tekercesek oldalát megkentük olvasztott vajjal, könnyen szétválaszthatók egymástól.

#### Sültpaprika krémleves

**Hozzávalók:** 70 dkg kápia paprika, 1 fej vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, 1 húsleveskocka, 1 szál póréhagyma, 2 dl natúr joghurt, 2 evőkanál olívaolaj, ízlés szerint só, ízlés szerint bors



**Elkészítés:** A paprikákat megmossuk és lecsepegtetjük. Sütőpapírra rakjuk és 20 percig sütjük. Közben többször megforgatjuk, hogy egyformán süljenek.

A sütőből kivéve egy zacskóba rakjuk öt-tíz percre, így könnyen lehúzható a héja. A magházat, a magokat és ereket eltávolítjuk, majd kisebb darabokra felvágjuk.

Egy lábosban kevés olajat hevítünk és rajta megsütjük az apróra vágott hagymákat és a zúzott fokhagymát, majd hozzáadjuk a paprikát. Sózzuk, borsozzuk ízlés szerint, majd felöntjük 7 dl vízzel és belemorzsoljuk a leveskockát. Tíz percig forraljuk, majd botmixerrel pürésítjük. Végül hozzákeverjük a joghurtot, majd a tűzre visszatéve felforraljuk.

Szentpéteriné Lévai Mária