



Kreatív Gasztronómia

2018. NYÁR



Köszöntő

A gasztroforradalom legfontosabb színtere az utca volt – és marad még sokáig. Soha annyiféle ételt nem lehetett kóstolni, mint amikor megjelent a street food Magyarországon is. Számtalan variációját kínálva a grillezett húsoknak, kolbászoknak, virsliknek, sülteteknek, a különféle összeállítású hamburgereknek, hot dogoknak, velük együtt pedig a tésztáknak, lepényeknek, tekercseknek – mindennek, amiről készítői feltételezték, hogy eladható (és elfogyasztható) lesz akár két kézzel, evőeszköz nélkül is.

Az utca népe kiapadhatatlan kíváncsisággal élvezte a sokszínű választékot, amelynek meghatározó eleme az az öntet, szósz, hideg vagy meleg mártás is, amitől minden street food étel elnyeri valódi jellegzetességét. A mustár, a majonéz, a ketchup, a sokféle dresszing azonban nemcsak megkoronázza a virslit, a marhahús pogácsát, a grillezett oldalast, hanem alkalmas arra is, hogy egyedivé és különlegessé tegyen egy-egy fogást.

Ha kreatív módon használják készítői, akkor még az átlagost is kiemeli a hagyományos street food választékból. Senki nem tiltja, hogy kísérletezzenek is a séfek! Hogy friss zöldfűszerekkel, a citrusok pikáns ízvilágával, a roppanó zöltségek kínálta textúra-variációkkal gazdagítsák ételüket, hogy egyéni ízlésük szerint, és a vendégkörükét követve emelve használják az Unilever Food Solutions legújabb street food ajánlásait.

Kívánom, hogy legyen élvezetes a kísérletezés, a kreatív alkotás, vendégeinknek pedig szerezzen sok örömet az így elkészített étel!

Receptek

STREET FOOD

Citrusos lazacburger	10
Bajor kolbász wasabis majonézzel	11
Sült debreceni	12
Fűszeres marhagolyók barbecue-mártással	13
Kéksajtos bélszínszendvics	14
Ropogós tőkehal remoulade-mártással	15
Fokhagymás lazactatár kaviárral	16
Lime-os ráknyársak fokhagymás bulgursalátával	17
Mázas csirkeszárnyak barbecue-mártással	18
Roast beef forgácsok borsópürével	19

NEMZETKÖZI KEDVENCEK

Garnélás taco	21
Háromsajtos toast majonézzel	22
Zelleres zöldborsósaláta	23
Füstölt lazacos temaki sushi	24
Tonhalkrémcs burgonya	25

Nincs és nem is lehet egyetlen ideális hússütési módszer!



A puha, szaftos, zamatos húsokat szeretjük. Hogy ezt az állapotot elérhessük, a sütés során minimalizálnunk kell az izomrostok tömörödését, a hús vízvesztését, és a

lehető legnagyobb mértékben elő kell segítenünk a kollagén zselatinná alakulását. S bár létezik a folyamatnak gyakorlati optimuma, egyszerre ez a két feladat tökéletesen soha nem lesz megoldható. A nedvességvesztés és tömörödés minimalizálása érdekében ugyanis a hús belső hőmérséklete nem lehetne magasabb, mint 55-60°C, miközben a kötőszöveti kollagén csak 70°C felett alakul át ízletes zselatinná. A kettő közti minimum 11°C rés egyben azt is jelenti, hogy elméletileg nincs, és nem is lehet egyetlen ideális hússütési módszerről beszélni.

Sütés közben a hús felületén a hőmérséklet mindig magasabb, mint a hús belsejében. A maghőmérséklet gyakorlatilag nem lehet magasabb, mint a fő komponens, a víz forráspontja (~100°C), ezért a hús belseje valójában fő, és nem sült. A párolgó víz pedig egyidejűleg hűti is a felszínt. Mindez addig marad így, amíg a víz teljesen el nem párolog, ami után a hús elkezd szénésedni.

A kollagén

Az állatok testsúlyt tartó izmai és azok, amelyeket folyamatosan használnak, nagy mennyiségű kötőszöveti fehérjét, kollagént tartalmaznak; a marhánál leginkább a láb, a szegy és a fartő húasai ilyenek. A sütés, főzés során, 60°C felett, a kollagén egymásba tekeredett 3 spirállánca elkezd kitekeredni, széttöredezni és 70°C felett kialakul a zselatin. A zselatin ismert és előnyös tulajdonsága, hogy láncmolekulái a hűlés során hálózatot alkotnak, amelyek a vizet, a vízben oldott ionokat és a kisebb molekulákat is jól megtartják. Az izmolekulákban gazdag zsírszöveten kívül, éppen ez a makromolekula, az enyvadó kollagén teszi a húst ízletessé, lédússá és puhává.

A veszélyzóna

Sajnálatos módon azonban, a hús éppen a kollagén értékes zselatinná alakulása során, 60-65°C belső hőmérsékleten veszíti el a legtöbb vizet, s ekkor válik rágóssá. Ez, az eredmény szempontjából veszélyes hőmérséklet-tartomány (60-65°C) az, amelyben a hús a lédús-szaftosból szárazzá válhat.



A húsok márványozottsága

A húsok márványozottsága az ízekben gazdag, magas zsírtartalom jele. A zsír a hatodik alapíz, egyben fontos oldószere is számos nagyra értékelt ízanyagnak. A hús minőségét adó szerkezet, íz, aroma nem kis mértékben éppen a márványozottságról függ. A fiatal, lassúbb ütemben fejlődött marhákból származó márványozott húsok szaftos, lédús, omlós, puha steaket adnak. A húsok márványozottságán túl, a kiváló minőségre utaló jel lehet a hús zsírszöveteinek színe is. A halványsárgás szín általában a legeltetésre, a fehér szín az esetleges egyedi komponensekre enged következtetni. A wagyu izomszövetét átszövő zsírszövet szép fehér színét például a rizsszalmával történő etetés adja.

A húsok színe

Színük alapján vörös és fehér húsokat különböztetünk meg. A kétféle hús között leginkább csak a sejtalkotók és a rostok számában jelentkező mennyiségi különbség van. A színkülönbséget az izomszövetben oxigént tároló, oldott mioglobint adja. Ha több a mioglobint, az izom vörösebb, ha kevesebb, akkor fehér. A fehér izom gyorsan és erélyesebben húzódik össze, ám fáradékonyabb. Sütéskor fehér lesz. A vörös izom lassú, de kitartó munkára képes. Ha a vörös húst sütjük, a maghőmérséklettől függően, a benne lévő mioglobint oxidálódik, átalakul, és a színe a nyers vöröstől (rare), a barnán át (medium), a barnás-szürkéig (well done) változik.



A hússütés tudománya

Grillezés és BBQ

A grillezés és a BBQ elnevezések mögött valójában három jól elkülönülő technológia bújk meg. Ezek közül ősi és „primitívebb” a magas hőmérsékleten, direkt hőnek és füstnek kitéve művelt grillezés. Ettől nagyban eltér a BBQ, amelyet alacsony hőmérsékleten, hosszú ideig, lassan művelünk. A füst ennél a módszernél hőkövetítőként is különösen fontos. A grillezés és BBQ közötti átmenetet képviselő hibrid technika a ’közvetett grillezés’. Ebben az esetben a hús már nincs közvetlenül a tűz felett, mint a grillezésnél, de a tűztér és a sütés helye mégsem különül el, mint a BBQ-nál. A sütési hőmérséklet is az előző kettő között van.

Pácolás, marinádok

A húrok szerkezetének, textúrájának sütés előtti módosítása történhet tűzdeléssel (spékelés), fizikai behatással (klopfolás), lehet biokémiai (enzimek) és lehet fizikai-kémiai, mint a sósvizes sózás (brining) és a puhító hatású pácolás. A pácolás célja, hogy a magas hőmérsékleten hőkezelt húsokat ízesítsük, előkezeljük, s vegyi úton, a pácban porhanyósabbá tegyük, miközben a húst sajnálatosan roncsoljuk és kémiaiilag „főzzük”. A pácból lehetnek száraz és nedves pácból, lehetnek marinádok, ha jóval sütés előtt ebben érleljük a húsokat, s hívhatjuk akár szószoknak is őket, ha közvetlenül a sütés előtt vonjuk be vele a húsokat.

A sózás

Arra a kérdésre, hogy mikor sózzunk, a sütés előtt közvetlenül, vagy utána, esetleg már napokkal korábban, sok eltérő választ kaphatunk. Szakács generációk nőttek fel abban a hitben, hogy az elősózás káros és korszerűtlen. Ezt a meggyőződést az a hit táplálja, hogy a só minden koncentrációban szárít. Kétségtelen, hogy a nagy mennyiségű, nagy koncentrációjú só vizet von el (dehidratál), szárít, ám az ételkészítésnél a sót többnyire kis koncentrációban alkalmazzuk. Ilyen esetekben pedig, a só éppen az ellenkezőjét teszi annak, amit várnánk, és hidratál! Ennek eléréséhez sem létezik azonban egységes gyakorlat. Mindemelllett, az elősózás legkevésbé a sertésnél hasznos és leginkább a báránynál előnyös.

Sütési idő

A sütési idő a hús fajtájától, az állat korától, a hús víz- és zsírtartalmától, csontosságától, vastagságától, a sütés kezdő hőmérsékleteitől és menet közbeni változásaitól, a hús tűztől való távolságától, a külső hőmérséklettől, a szélétől, és ezernyi más tényezőtől is függ. Befolyással van rá, hogy a húst milyen gyakran kengetjük, s mivel, valamint az is, hogy milyen gyakran nyitjuk ki a grillt. A felsoroltak megerősítik, hogy a hússütésnek nincs és nem is lehet egyetlen ideális módszere, ám akad több is, amelyekkel mégis nagyszerű eredményt érhetünk el.

A chef with a goatee and a mohawk hairstyle, wearing a black short-sleeved chef's coat and black gloves, holds a metal tray containing several pieces of BBQ ribs. He is standing in front of a large, dark-colored smoker. To his left, a vertical metal pipe is visible, and a circular temperature gauge is mounted on the smoker's door. The gauge has a red needle and markings for 'BBQ', 'GRILL', and '°C'. The background is dark and textured.

Akit a szmóker füstje inspirál

A Hunyadi Lakásbisztró egy különleges, egyedülálló éttermi kategória. Nem lakásétterem, de több mint bisztró: az otthon minden fontos kelléke a Budai Vár oldalában, a Hunyadi János utcában. Nyáron egy kedves, mindig teltházassal, ahol a sétálók megpihenhetnek, közben pedig egy különleges gasztronómiai élményt élvezhetnek: a BBQ-t.

Boros Gábor 2014-ben vette át az akkor még családi hangulatú söröző üzemeltetését, azzal a szándékkal, hogy létrehozza a Várnegyed legjobb kézműves sörözőjét, a Hunyadi Lakás-bisztró és Kézműves Sörözőt. Ez annyira sikerült, hogy törzsvendégeik inkább őket választják a pesti sörbárok helyett. Az ételválaszték kezdetben sörkorcsolyákból állt, de egy idő után kevésnek bizonyult. Akkor támadt az az ötletük, hogy a család másik üzletében, a Hunyadi Gasztroműhelyben meghonosított BBQ-ételek egy szűkített választékát teszik a Lakásbisztró étlapjára is. Ez a döntés annyira jónak bizonyult, hogy mára az ételforgalmuk jóval meghaladja a különleges sörökét.

E mögött mostanra nagyon sokrétű tudás, tapasztalat halmozódott föl. Sok hosszú, 12-14 órás műszak a szmóker mellett. Kísérletezés vadhúsokkal, gyümölcsökkel, zöldségekkel. De amikor elindultak a barbecue-zás füstös útján, tisztában voltak azzal, hogy a gyakorlási időt nem lehet megspórolni. A vendéglátó család ma már professzionálisan kezeli az itthon, kiváló minőségben gyártott szmókert, és kitapasztalták azt is, melyek azok a húsok, amelyekből tökéletes lehet a végeredmény. Eközben föl kellett építeni és ki kellett „nevelni” saját vendégeiket is, mert sokan még a szakmában is összekeverik a BBQ-t a grillezéssel, és azt hiszik, ha jó vastagon besózzák a húst, mielőtt a szmókerbe tolnák, akkor máris egyéni kreálmányt találtak ki. Boros Gábor ezzel szemben azt mondja, hogy a sónak csak az a funkciója, hogy kiemelje a hús ízét, nem pedig az, hogy elnyomja.

Alapanyagként nagyon jó minőségű, márványosan zsíros húsokat használnak: marhaszeget, oldalast, amelyekből 14 órás füstölés után kiváló, egyedi minőséget varázsolnak. Zsíros húsokkal dolgoznak, ami a magyar gyomornak kedves és ismerős, viszont a fűszerezés és a sütés olyan finom, apró különbségekre ad lehetőséget, amiktől a végeredmény teljesen eltérő lehet. A húsnak minimum 20% zsírt kell tartalmaznia, a végeredményt azonban jelentősen befolyásolja a füstöléshez használt fa, a sütési hőmérséklet, az elkészítési idő, és a húshoz használt fűszerek is. Spórolni egyikkel sem lehet, illetve nem érdemes, és attól sem lesz jobb a végeredmény, hogy nem oldalast vagy szeget, hanem steaket használnak, mert az nem erre a műfajra való.

Egyik specialitásuk a gulyásleves, aminek húsa is a szmókerből kerül ki, és tépett formában gazdagítja az emberpróbáló adagot. Készítenek könnyen elfogyasztható szendvicseket is a füstös húsokból, és a kacsamell-saláta alapanyaga is alapos füstölés után kerül a tányérra.





Egykezes Hellmann's
dresszinge a minőségi
Street Food
ételekhez.



Higiénikus kupak



**Kiváló minőségű
összetevőkkel**



Egykezes dresszinge!
**Egyik kéz az flakonhoz, másik
kéz a vendégek kiszolgálásához**



www.ufs.com



**Unilever
Food
Solutions**



STREET FOOD

receptek



Citrusos lazacburger

Hozzávalók 10 adaghoz

1400 g lazacfilé
10 db zsemle
100 g ecetes uborka, egész
50 g újhagyma
200 g paradicsom
50 g lila hagyma
200 g jégsaláta
200 g citrom
30 g petrezselyemzöld
10 g **KNORR Primerba Bazsalikom**
50 g **KNORR Prémium pác és fűszerkeverék Halakhoz**
0,05 l **RAMA Culinesse Profi Folyékony Növényi Zsír**
0,15 l **HELLMANN'S Fokhagymás szósz**
850 ml

Elkészítés

1 Mártáskészítés

Az apróra vágott zöldségeket keverjük össze a HELLMANN'S Fokhagymás szósszal és tegyük félre felhasználásig.

2 Lazacpogácsa készítése

Az apróra vágott lazacot fűszerezzük be a KNORR Prémium Halfűszerrel és a KNORR Bazsalikomos Primerbával, reszelt citromhéjjal. Ha szükséges egy kevés pankó morzsával fogassuk meg. Adagoljuk ki és RAMA Culinesse Profin süssük meg. Ha elkészült a citromok levével spricceljük meg.

3 Tálalás

A félbe vágott buciát pirítsuk meg, tegyük rá a vágott jégsalátát. Kanalazzuk rá a kész mártást és tegyük rá a megsült halpogácsákat. Paradicsomszeletekkel dekoráljuk és tálaljuk zsírpapírba csomagolva.





Bajor kolbász wasabis majonézzel

Hozzávalók 10 adaghoz

1200 g bajor grillkolbász
30 g madársaláta
800 g magos rozsos zsemle
0,3 l **HELLMANN'S Majonézsósz 850 ml**
0,1 l **HELLMANN'S Mustár szósz 850 ml**

Elkészítés

1 Kolbászsütés, tálalás

A kolbászokat grillra süssük meg szép barnára. Vágjuk be néhány helyen hogy ne repedjenek ki. A HELLMANN'S Majonézsószot keverjük ki a wasabikrémmel. Félbevágott rozszezleket kenjük meg HELLMANN'S Mustár szósszal, madársaláta levelekkel béleljük ki. Helyezzük rá a sült kolbászt és egyenletesen vonjuk be az egyik felét a wasabis majonézzel. Dekorálhatjuk chilipaprikákkal.





Sült debreceni

Hozzávalók 10 adaghoz

1200 g debreceni kolbász
800 g rozskenyér
0,2 l **HELLMANN'S Mustár szósz** 850 ml
0,2 l **HELLMANN'S Ketchup** 819 ml

Elkészítés

1 Kolbászsütés, tálalás

A beírdalt kolbászokat kevés zsiradékban ropogósra sütjük. Szeletelt barnakenyérrel és HELLMANN'S Mustár szósszal és HELLMANN'S Ketchuppal tálaljuk.





Fűszeres marhagolyók barbecue-mártással

Hozzávalók 10 adaghoz

- 1500 g marhaapróhús
- 20 g fokhagyma
- 120 g **KNORR Prémium pác és fűszerkeverék Steakhez**
- 250 g **KNORR Vagdalt alap - Sószegegy**
- 0,4 l **HELLMANN'S Barbecue szósz**
792 ml

Elkészítés

1 A húsgolyók elkészítése

Az előírás szerint elkészített KNORR Vagdalt alapba keverjük bele a darált marhahúst, ízesítjük fokhagymával KNORR Prémium Steak fűszerkeverékkel és bő forró zsiradékban süssük ki.

2 Tálalás

A kisült húsgolyókat forgassuk meg HELLMANN'S Barbecue szószban és külön, hasábburgonyával tálaljuk.





Kéksajtos bélszínszendvics

Hozzávalók 10 adaghoz

700 g marhabélszín
200 g roquefort
50 g újhagyma
1000 g magos rozsos zsemle
0,05 l **HELLMANN'S Mustár szósz** 850ml
0,2 l **HELLMANN'S Majonézsósz** 850ml
20 g **KNORR** Prémium pác és fűszerkeverék Steakhez

Elkészítés

1 Bélszín előkészítése, sütése

Az előkészített, formázott bélszínt fűszerezzük be a **KNORR** Prémium Steak fűszerkeverékkel. Kevés zsiradékon minden oldalát süssük elő, majd előmelegített sütőben süssük készre. Felhasználásig hűtjük ki.

2 Krém elkészítése, tálalás

Vágjuk félbe a péksüteményeket és pirítsuk meg. Morzsoljuk bele a sajtot a **HELLMANN'S** Majonézsószba, adjuk hozzá a **HELLMANN'S** Mustár szószt és az apróra vágott újhagymát. Kenjük meg a sajtos krémmel a péksüteményeket, hajtogassuk rá a bélszínszeleteket és zöldekkel dekorálva tálaljuk.





Ropogós tőkehal remoulade-mártással

Hozzávalók 10 adaghoz

2000 g tőkehalfilé	4 dbtojás
10 g kapribogyó	3 g méz
20 g lila hagyma	0,13 l sör
500 g fejes saláta	20 g újhagyma
20 g petrezselyemzöld	0,25 l víz
200 g ecetes uborka	
100 g KNORR Prémium pác és fűszerkeverék Halakhoz	
125 g KNORR MAIZENA Kukoricakeményítő	
0,05 l RAMA Culinesse Profi Folyékony Növényi Zsíradék Vajaromával	
0,2 l HELLMANN'S Fokhagymás szósz 850ml	

Elkészítés

1 Hal előkészítése és elkészítése

A filézett, darabolt halat előkészítjük és befűszerezzük a **KNORR Prémium Hal fűszerkeverékkel**. Előbb **KNORR Kukoricakeményítőbe** forgatjuk a befűszerezett halat, majd a kész tésztába. Forró zsiradékban egyenletesen megsütjük, majd megpirítjuk rövid ideig a szívsalátákat is.

2 Mártás elkészítése, tálalás

A darabolt zöldeket összekeverjük a **HELLMANN'S Fokhagymás szósszal**, kis tálkába tesszük és a megtálalt hal mellé helyezzük. Külön kis kosárban hasábburgonyát kínálunk mellé.





Fokhagymás lazactatár kaviárral

Hozzávalók 10 adaghoz

1200 g lazacfilé
100 g lime
50 g saláta, lolo
10 g metélőhagyma
1000 g franciakenyér
0,1 l **HELLMANN'S Mustár szósz** 850 ml
0,1 l **HELLMANN'S Fokhagymás szósz** 850 ml

Elkészítés

1 A lazactatár elkészítése

Az apróra vágott lazacot sózzuk, borsozzuk, meglocsoljuk a lime levével és reszelünk hozzá a héjjából. Metélőhagymával, a HELLMANN'S Mustár szósszal és a HELLMANN'S Fokhagymás szósszal összekeverjük és állni hagyjuk.

2 Tálalás

A pirított franciakenyereket megkenjük egy kis HELLMANN'S Fokhagymás szósszal, salátalevelet teszünk rá és ráhalmozzuk a lazactatárt. Dekoráljuk lazackaviárral és hagymacsírával.





Lime-os ráknyársak fokhagymás bulgursalátával

Hozzávalók 10 adaghoz

2000 g garnéla
1000 g bulgur
50 g újhagyma
100 g kaliforniai paprika
50 g saláta, lolo
50 g petrezselyemzöld
50 g lime
0,2 l Hellmann's Citrusos vinaigrette
80 g KNORR Prémium pác és fűszerkeverék Halakhoz
20 g KNORR Thai Sárga Curry Paszta
0,2 l HELLMANN'S Fokhagymás szósz 850ml

Elkészítés

1 Bulgursaláta elkészítése

A kifőtt bulgurt keverjük össze a zöldségekkel és ízesítjük Hellmann's Citrusos vinaigrette-tel, KNORR Thai Sárga Curry Pasztával és HELLMANN'S Fokhagymás szósszal. Majd tegyük hűtőbe.

2 A nyársak elkészítése, tálalás

A garnélákat húzzuk fel nyársakra, fűszerezzük be KNORR Prémium Halfűszerrel és rost- vagy grill-lapont pirítsuk meg. Ha megsült, a lime levével locsoljuk meg. Tálaljuk a bulgurral együtt, dekoráljuk salátalevelekkel, levélzöldekkel.





Mázas csirkeszárnyak barbecue-mártással

Hozzávalók 10 adaghoz

2500 g csirkeszárny
100 g méz
100 g **KNORR** Prémium pác és
fűszerkeverék Szárnyas húshoz
0,3 l **HELLMANN'S** Barbecue szósz
792 ml

Elkészítés

1 A szárnyak sütése, tálalás

Az előkészített csirkeszárnyat fűszerezzük be **KNORR** Prémium Szárnyasfűszerkeverékkel mézzel és **Hellmann's** Barbecue szósszal. Forró sütőben süssük készre a szárnyakat, majd a tálalásnál kínáljuk mellé **HELLMANN'S** Barbecue szószot és házias rusztikus hasábburgonyát.





Roast beef forgácsok borsópürével

Hozzávalók 10 adaghoz

600 g bélszín
10 g kristálycukor
100 g petrezselyemzöld
30 g só
500 g zöldborsó
100 g koktélpáradicsom
0,2 l **RAMA Culinesse Profi Folyékony Növényi Zsíradék Vajaromával**
0,2 l **RAMA Cremefine Profi 15% növényi zsírtartalmú Főzőkrém**
0,2 g **KNORR MAIZENA** Kukoricakeményítő
20 g **KNORR Prémium pác és fűszerkeverék Steakhez**
0,1 l **HELLMANN'S Mustár szósz 850 ml**
0,2 l **HELLMANN'S Fokhagymás szósz 850 ml**

Elkészítés

1 Zöldborsókrém készítése

A zöldborsót **RAMA Culinesse Profin** megpároljuk. Megszórjuk durvára vágott petrezselyemmel, sózzuk, cukrozzuk és felengedjük **RAMA Cremefine Profi** növényi zsírtartalmú főzőkrémrel, vízzel. **KNORR** Kukoricakeményítővel besűrítjük és thermomixer segítségével pürésítjük majd kihűtjük. Ha kihűlt ízesítjük **HELLMANN'S** Fokhagymás szósszal, és jól kikeverjük.

2 Bélszínsütés

Az előkészített bélszínt fűszerezzük be **KNORR** Prémium Steak fűszerkeverékkel és pirítsuk körbe. 180°C-os sütőben süssük rőzsaszínre, kenjük be **HELLMANN'S** Mustár szósszal és hűtsük ki.

3 Tálalás

A bélszínből vágunk vékony szeleteket, halmozzuk egymásra. Formázzunk a borsópüréből halmokat, amiket a bélszín mellé teszünk. Dekoráljuk koktélpáradicsommal, borsócsírával és adjunk mellé meleg pitát.





NEMZETKÖZI KEDVENCEK



Garnélás taco

Hozzávalók 10 adaghoz

600 g garnéla rák
2 db avokádó
200 g paradicsom
200 g lila hagyma
10 g chilipaprika, friss
10 g koriander, friss
200 g lime
10 db tortillas
30 g **KNORR** Prémium pác és fűszerkeverék Halakhoz
0,5 l **HELLMANN'S** Majonézsósíz 850ml

Elkészítés

1 Mártáskészítés

A **HELLMANN'S** Majonézsósízzal keverjük hozzá a lime kifacsart levéből és a reszelt héjából. Adjuk hozzá a füstölt paprikát és tegyük tálalóedénybe. Felhasználásig hűtsük.

2 A rák elkészítése

A tisztított garnelát fűszerezzük be a **KNORR** Prémium Halak fűszerkeverékkel és kevés olívaolajon pirítsuk meg.

3 Tálalás

A felforrósított tortillalapokat formázzuk meg. Apró kockára vágjuk fel a zöldségeket amiket sózunk és locsolunk meg a lime levével. Keverjük össze a zöldségeket a garnelával, töltsük a tortillalapokba, locsoljuk meg a készfűstölt paprikás **HELLMANN'S** Majonézsósízzal. Durvára vágott korianderrel, szeletelt chilipaprikával és lime-mal tálaljuk.





Háromsajtos toast majonézzel

Hozzávalók 10 adaghoz

1000 g rozskenyér
200 g edami sajt
200 g kecskesajt
200 g mozzarella
50 g spenót
50 g paradicsom
0,4 l **HELLMANN'S Majonézsósz 850 ml**

Elkészítés

1 A szendvics elkészítése

Kenjük meg a kenyérszeleteket HELLMANN'S Majonézsósszal. Rétegezzük rá a három féle szeletelt sajtot, spenótlevelel és szeletelt paradicsommal borítsuk be. Borítsuk rá a kenyérszeleteket és kontakt grillen süssük meg. Tálalásnál vágjuk félbe, külön kínálhatunk hozzá HELLMANN'S Majonézsószot.





Zelleres zöldborsósaláta

Hozzávalók 10 adaghoz

500 g zöldborsó
250 g spárga
500 g angol zeller
10 g kapribogyó
250 g kígyóborka
100 g Quinoa
1 db citrom
5 g tárkony, friss
0,5 l **HELLMANN'S Fokhagymás szósz**
850 ml

Elkészítés

1 Quinoa előkészítése

Többször váltott vízben mossuk meg a quinoa-t, majd tegyük fel főni. Főzése hasonlóan történik mint a rizsnek. Ha megfőtt, hűtsük ki.

2 Salátakészítés

A megtisztított spárgát és borsót blansírozzuk le és hűtsük ki. A többi zöldséget tisztítsuk meg és daraboljuk tetszőlegesen. **HELLMANN'S Fokhagymás szósz**hoz adjuk hozzá a darabolt tárkonyt és csavarjuk bele egy citrom levét.

3 Tálalás

Lazán keverjük össze a zöldségeket az elkészített mártással. Keverjük hozzá a quinoát, a kapribogyót. Dekoráljuk borsócsírával és vágott zöldekkel.





Füstölt lazacos temaki sushi

Hozzávalók 10 adaghoz

250 g Sushi rizs
200 g füstölt lazac
200 g kígyóuborka
50 g újhagyma
10 g szezámmag
0,3 l HELLMANN'S Majonézsósz 850ml
0,1 l HELLMANN'S Mustár szósz 850ml

Elkészítés

1 Előkészítés

A sushi rizst előírás szerint elkészítjük. A füstölt lazacot kockára vágjuk, az uborkát csíkokra. HELLMANN'S Majonézsószhoz keverjük egy kevés HELLMANN'S Mustár szószt és wasabi pasztát. Ezzel kenjük majd meg a sushinkat.

2 Elkészítés, tálalás

A négyszögalakúra vágott algalapokra rátesszük a rizst. Megszórjuk a kocka lazaccal, a karikára vágott újhagymával. Belenyomkodjuk az uborkát, meglocsoljuk a wasabis HELLMANN'S Majonézsósszal és feltekerjük. A tölcséreket megszórjuk fekete szezámmaggal és vöröskaviárral dekorálva tálaljuk.





Tonhalkrémes burgonya

Hozzávalók 10 adaghoz

2000 g burgonya
300 g lila hagyma
1000 g tonhalkonzerv
10 db tojás
0,1 l **HELLMANN'S Citrusos vinaigrette**
0,1 l **HELLMANN'S Mustár szósz 850 ml**
0,4 l **HELLMANN'S Majonézsósz 850 ml**

Elkészítés

1 A burgonya elkészítése

A nagy burgonyákat gyökérkefével mossuk meg. Vágjuk be keresztbe, sózzuk, borsozzuk és fóliába tekerve forró sütőben süssük meg.

2 A tonhalkrém elkészítése

A szeletelt lila hagymát sózzuk be és locsoljuk meg a Hellmann's Citrusos vinaigrette-tel. A tonhalkonzervet csepegtessük le, adjuk hozzá a kockázott főtttojásokat. Keverjük össze a Hellmann's Mustár és Majonézsószal.

3 Tálalás

A burgonyákat csomagoljuk ki, majd töltsük meg a tonhalkrémmel. Dekoráljuk az ecetes lila hagymával, csírákkal, levélzöldekkel és egy kevés olívaolajjal.



Receptekben felhasznált professzionális alapanyagok



HELLMANN'S
Majonézsós

850 ml x 6
Szav. idő: 12 hó



HELLMANN'S
Ketchup

819 ml x 6
Szav. idő: 12 hó



HELLMANN'S
Fokhagymás sós

850 ml x 6
Szav. idő: 12 hó



HELLMANN'S
Mustár sós

850 ml x 6
Szav. idő: 12 hó



HELLMANN'S
Barbecue sós

792 ml x 6
Szav. idő: hó



KNORR Prémium Pác és Fűszer-
keverék Steakhez

0,75 kg x 6
Szav. idő: 15 hó



KNORR Prémium Pác és Fűszer-
keverék Halakhoz

0,7 kg x 6
Szav. idő: 15 hó



KNORR Prémium Pác és Fűszer-
keverék Szárnyas Húsokhoz

0,7 kg x 6
Szav. idő: 15 hó



RAMA Culinesse Profi
Folyékony Növényi Zsiradék
Vajaromával

0,9 liter x 12
Szav. idő: 6 hónap



RAMA Cremefine Profi 15%
Növényi Zsirtartalmú Főzőkrém

1 liter x 12
Szav. idő: 6 hónap



HELLMANN'S
Citrusos Vinaigrette

1 liter x 6
Szav. idő: 9 hónap



KNORR Maizena
Kukoricakeményítő

2,5 kg x 4
Szav. idő: 36 hónap



KNORR Thai
Sárga Curry Paszta

850 g x 6
Szav. idő: 24 hónap



KNORR
Primerba Bazsalikom

0,34 kg x 2
Szav. idő: 12 hónap



KNORR Vagdalt Alap
– Sószegegy

2 kg x 3
Szav. idő: 18 hónap



Unilever Magyarország Kft.
H-1138 Budapest, Váci út 121-127/D
Telefon: +36 1 465 9300
www.ufs.com

