



EZT MIND MEGESSZÜK!
#FŐZZOTTHON #GRILL

Ízmester[®]


lacikonyha.hu



Szia kedves Olvasó!

Itt a jó idő. És ahogy a nap egyre melegebben süt, mind a szabadba vágyunk. Szerencsére, még ebben a megszorításokat megkövetelő időszakban is élvezhetjük a grillezést. Mi szívesen vitázunk bárkivel arról, hogy minden étel finomabb, ha nyílt tűz fölött készül és érezzük rajta a finom füstös ízt és illatot. A grillezésnek gyakorlatilag nincsen akadályja. A kertünkben, a teraszunkon, erkélyünkön vagy akár a sütőnk grillfokozatát bekapcsolva is grillezhetünk.

A finom íz titka a pácolás, ezért pácoljunk és pihentessük az ételt grillezés előtt lehetőleg egy teljes éjszakán át. Ha nincs kedvünk pepecselni, válaszhatjuk a kész száraz vagy folyékony fűszerpácokat is, amelyekkel semmilyen különösebb feladatunk nincsen. Tippet adunk a használatukhoz a 13. oldalon.

Receptjeink között a klasszikus grill ételek mellett, könnyű nyári fogásokat gyűjtöttünk össze, hogy inspirációt nyújtsunk a főzéshez-sütéshez. Ezeket a recepteket bárki könnyedén elkészítheti otthon, és megörvendeztetheti vele magát vagy szeretteit.

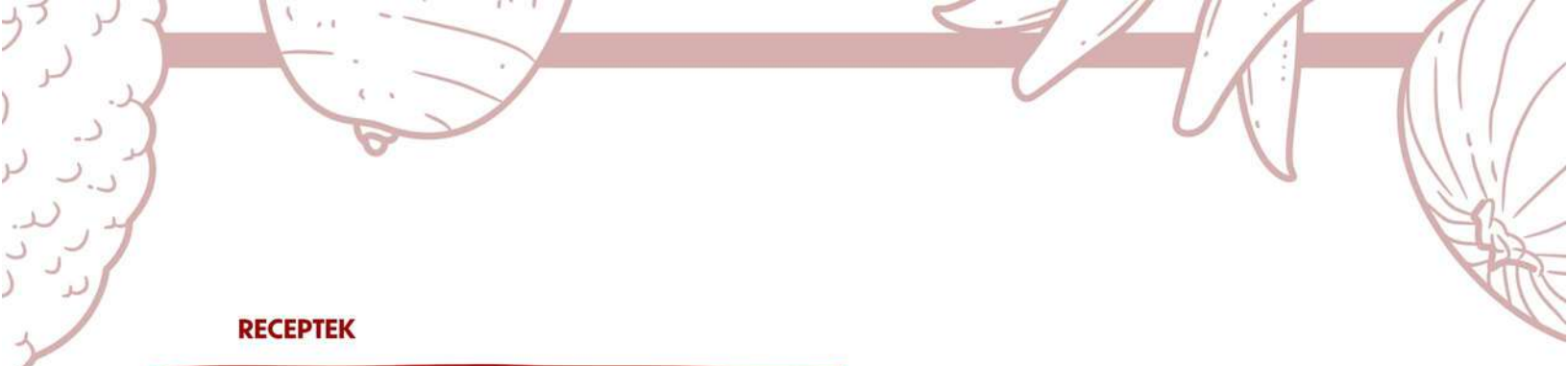
Jó étvágyat és kellemes grillezést kívánunk!

Üdvözlettel:



A finom és természetes fűszerek, fűszerkeverékek
fűszerpácok és egyéb konyhai finomságok márkája





RECEPTEK

#LEVES & ELŐÉTEL

HIDEG UBORKALEVES	5
MOZZARELLÁS PARADICSOM SALÁTA	6
SALÁTÁVAL TÖLTÖTT AVOKÁDÓ	7

#TÉSZTA & PIZZA

SPAGETTI HÚSGOLYÓVAL	9
PIZZA GYEREKEKNEK	10
CSŐBEN SÜLT PENNE	11

#GRILLEZÉSRE FEL!

GVRILLEZÉSI ÖTLETEK	13
MÉZES-MUSTÁROS GRILL LAZAC	14
GRILLCSIRKE CUKKINIVEL	15
MUSTÁROS GRILL LAPOCKA	16
GRILL OLDALAS SÜLT PAPRIKÁVAL	17
PULLED PORK	18

#KÖRETEK & EGYTÁLÉTELEK

GRILL ZÖLDSÉGEK JOGHURTOS SZÓSSZAL	20
PIKÁNS BUNDÁS KARFIOL	21
HIDEG KRUMPLISALÁTA	22
PIKÁNS KOLBÁSZOS CUKKINIS LECSÓ	23

#EGY KIS ÉDESSÉG

KÁVÉS POHÁRKRÉM	25
MÁLNÁS PÁLCIKA JÉGKRÉM	26



**#FŐZZOTTHON
LEVES & ELŐÉTEL**





2 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC

HŰTÉSI IDŐ: LEGALÁBB 60 PERC

Krémes és nagyon finom, frissítő ízű! A forró nyári napok könnyű fogása, amit főzni sem kell. Friss bagettel egyszerű, de nagyszerű ebéd vagy vacsora.

HIDEG UBORKALEVES

HOZZÁVALÓK:

3 kisebb uborka
4 kovászos uborka
3 gerezd fokhagyma
1 fehérgyömb
500 g sűrű joghurt
1 csésze kefir
1 csésze tyúkhúsleves alaplé (lehűtve)
200 g fetasajt
1 köteg kapor
Ízmester őrölt chili cayenne
tengeri só

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

Az uborkát megmossuk, meghámozzuk, kimagozzuk, majd felkarikázzuk. A fokhagymát és a fehérgyömböt megtisztítjuk, lereszeljük. Félreteszünk 2 kovászos uborkát a díszítéshez, a többit felkarikázzuk. A kaprot felaprítjuk. A zöldségeket a joghurttal, a kefirrel és az alaplével leturmixoljuk. Ízlés szerint sóval és egy kevés őrölt chilivel, valamint a kapor felével ízesítjük.

A levest jól behűtjük (legalább 1 óra). A karikázott kavi uborkával, kaporral, és morzsolt fetasajttal ízesítjük.



MOZZARELLÁS PARADICSOMSALÁTA

Ilyenkor igazán finom a paradicsom. Klasszikus mozzarellás, paradicsomos salátánkat mindenki garantáltan szereti.

2 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC

HOZZÁVALÓK:

1 csomag madársaláta
150 g mini mozzarella
200 g koktélpáradicsom
3-4 evőkanál fekete olajbogyó
4-5 ízmester szárított páradicsom
1 fej vöröshagyma/ lilahagyma
friss bazsalikom

A SALÁTAÖNTETHEZ:

3 evőkanál olívaolaj
2 evőkanál frissen facsart citromlé
1/2 teáskanál ízmester szárított petrezselyem
1/2 teáskanál ízmester szárított kakukkfű
só, őrölt bors

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

Készítsük el a salátaöntetet: egyszerűen keverjük el alaposan az öntet hozzávalóit egy habverővel vagy kanállal.

A mozzarellát lecsepegtetjük, a paradicsomokat félbevágjuk. A szárított paradicsomot vékonyan felszeleteljük. A hagymát megtisztítjuk, és finomra aprítjuk. Egy tálban összekeverjük a paradicsomot, a mozzarellát, a szárított paradicsomot, a hagymát és az olajbogyót. Ráöntjük a salátaöntetet, majd frissen tépett bazsalikomlevelekkel díszítjük. Bagettel tálaljuk.



2 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC

Egy tartalmasabb fogás két főétkezés között vagy vidám, színekben gazdag köret a főfogások mellett a töltött avokádó, amit nem kell sem sütni, sem főzni.

Ez a recept jól variálható, tölthetünk bele gyümölcsöt is (pl. epret), vagy más zöldségfélét attól függően, hogy mi van a kamránkban és a hűtőnkben. A TV paprika vagy a kaliforniai paprika is nagyon finom vele.

SALÁTÁVAL TÖLTÖTT AVOKÁDÓ

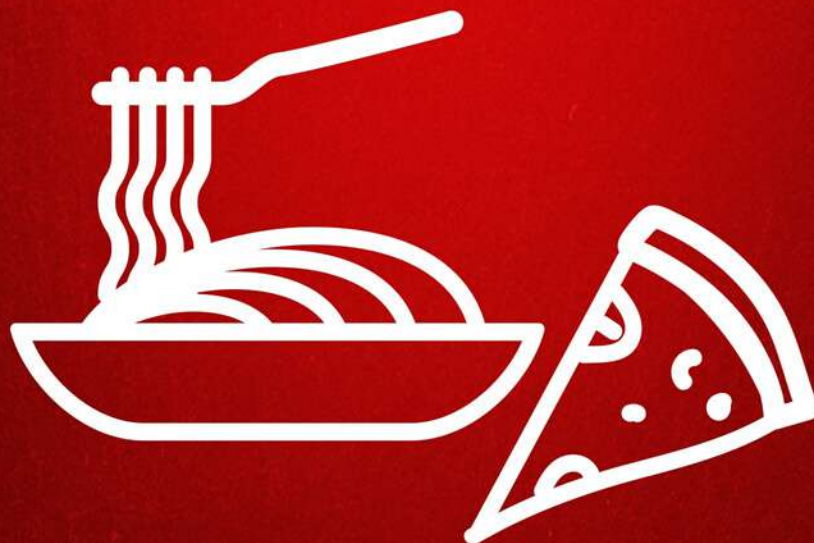
HOZZÁVALÓK:

2 avokádó
5 koktélparadicsom
1/2 kígyóborka
2 evőkanál feta- vagy kecskesajt
Ízmester szárított oregánó
frissen őrölt ízmester feketebors
két kiskanál gránátalmamag (elhagyható)

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

A két avokádót félbevágjuk, a magjukat eltávolítjuk. Feldaraboljuk a koktélparadicsomokat és az burokát. Sózzuk, borsozzuk, ½ teáskanál szárított bazsalikonnal fűszerezzük. Töltsük meg a salival az avokádókat. A tetejére morzsoljunk egy kevés kecskesajtot vagy fetasajtot. Ha van otthon és szeretjük, szórjunk rá gránátalmamagokat. Végül őröljünk rá frissen egy kevés feketeborsot.

**#FŐZZOTTHON
TÉSZTA & PIZZA**





SPAGETTI HÚSGOLYÓVAL

6+ FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 1 ÓRA

HOZZÁVALÓK:

500-500 g vegyes darált hús
5 gerezd tisztított fokhagyma
1 tojás
200 g zsemlemorzsa
50 g reszelt parmezán
2-3 evőkanál olívaolaj
3 db 400 g konzerv darabolt paradicsom
kevéske vörösbort
500 g spagetti

ÍZMESTER FŰSZEREK:

1 evőkanál szárított bazsalikom
1 evőkanál szárított petrezselyem
1 teáskanál szárított oregánó
½ teáskanál frissen őrölt feketebors

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

Egy nagy tálban nyomjuk szét a fokhagymákat, majd dolgozzuk össze a hússal, 4 fokhagymával, a tojással, a zsemlemorzsával, a parmezánnal, valamint a zöldfűszerekkel. Sózzuk. Készítsünk belőle apró golyókat. Hevítsünk kevés olajat egy serpenyőben, és süssük át a golyókat.

Nagy lábosban vizet forralunk és megfőzzük a tésztát. Közben a szószhoz felhevítjük egy serpenyőben az olívaolajat, hozzányomjuk a fokhagymát, beletesszük a paradicsomot, a vörösbort, a fűszereket és 2-3 percig rotyogtatjuk. Óvatosan beletesszük a húsgolyókat, s gyenge tűzön lefedve kb. 15-20 percig főzzük. Főtt spagettivel tálaljuk. Reszelt sajttal, friss bazsalikkal díszíthetjük.



PIZZA GYEREKEKNEK

4 GYERKŐCNEK

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ:

30 PERC FŐZÉS + 20 PERC SÜTÉS

Mindenki, a kicsik és a nagyok egyaránt szeretik a pizzát. Ha még nem tetted, akkor próbáld elkészíteni Te is, mert lehet, hogy őstehetség vagy benne!

HOZZÁVALÓK:

A TÉSztÁHOZ:

- 250 g liszt
- 1 csipet só
- 1/2 tasak száraz instant élesztő
- 1/2 bögre meleg víz
- 2 evőkanál olívaolaj
- 1/2 evőkanál ízmaster oregánó
- kevés liszt a gyúráshoz

A FELTÉTEKHEZ:

- 1 csomag Frankfurteri virsli
- 200 g reszelt sajt
- ketchup
- színes paprika- és cukkini csíkok

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

Az élesztőt elkeverjük a meleg vízben. A lisztet a sóval egy nagy tálba tesszük, hozzáadjuk az élesztős vizet, és kanállal összekeverjük. Hozzáadjuk az olajat, s összedolgozzuk, kézzel meggyúrjuk. Lefedjük és duplájára kelesztjük. Ezt követően átggyúrjuk és 4 részre osztjuk.

Mindegyik tésztából vékony pizzát formázunk, amit kikent sütőtálcára fektetünk. Megkenjük ketchuppal és rászórjuk a sajtot. A virsli héját lehúzzuk, felszeleteljük. A cukkinit és a paprikát megmossuk, majd a kívánt méretűre vágjuk. Dekoráljuk a pizzákat a virslivel és a zöldségekkel, vidám arcokat, mintákat formázva. A pizzákat 200 ° C-ra előmelegített sütőben 20 percig sütjük.



CSŐBEN SÜLT PENNE

3-4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ:

30 PERC FŐZÉS + 30 PERC SÜTÉS

HOZZÁVALÓK:

300 g penne
200 g gomba
500 g friss spenót
2 fej vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma
4 evőkanál olaj
100 ml zsíros tejszín
100 g reszelt ementáli
8 db Ízmester szárított paradicsom

AZ ÍZESÍTÉSHEZ:

Ízmester őrölt szerecsendió
Ízmester őrölt fehérbors
só

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

A tésztát megfőzzük. A gombát, a paradicsomot és a hagymákat felszeleteljük, a fokhagymát megpucoljuk és felaprítjuk.

Felforrósítjuk az olajat, megsütjük a hagymát, a fokhagymát, hozzáadjuk a spenótot és a szárított paradicsomot. A gombát külön pároljuk meg. Miután elpárologtattuk róla a vizet, hozzáadjuk a spenóhoz. A töltelékét ízlés szerint fűszerezzük.

A tejszínhez keverjük a sajtot, majd csipetnyi szerecsendióval, sóval és borssal ízesítjük.

A tészta felét szétterítjük egy hőálló sütőedényben, majd rátesszük a töltelék felét és azt is szétterítjük. A rétegezést megismételjük. Ráöntjük a tejszínt, és 180 fokra előmelegített sütőben 30 percig sütjük.

**#FŐZZOTTHON
GRILLEZÉSRE FEL!**



1. HEVÍTSÜK FEL A GRILLT ELŐRE!



A FORRÓ GRILL LEÉGETI AZ ESETLEGES LEÉGETT LERAKÓDÁSOKAT, ÍGY A RÁCSOT EGYSZERŰ TISZTÁN TARTANI.

2. HASZNÁLJUNK IDŐZÍTŐT!

MINDIG MÉRJÜK PONTOSAN, HOGY MIT MENNYI IDEIG GRILLEZÜNK, ÍGY LESZ TÖKÉLETES A VÉGEREDMÉNY.

3. PÁCOLJUNK!

A PÁCOLÁS NEMCSAK FINOMABB, HANEM PORHANYÓSABB, SZAFTOSABB HÚST IS EREDMÉNYEZ, AMELY NEM IS ÉG MEG OLYAN KÖNNYEDÉN. A NEDVES PÁC EBBŐL A SZEMPONTBÓL IDEÁLISABB, HISZEN EXTRA FOLYADÉKOT AD AZ ÉTELHEZ. ILYET KIKEVERHETÜNK MAGUNK OLAJ ÉS FŰSZEREK HOZZÁADÁSÁVAL VAGY HASZNÁLHATUNK ELŐRE ELKÉSZÍTETT FOLYÉKONY PÁCOT IS.

4. HOGYAN HASZNÁLJUK A FOLYÉKONY FŰSZERPÁCOKAT?

ELŐSZÖR A PÁCOT ALAPOSAN A SAJÁT TASAKJÁBAN ÖSSZERÁZZUK, MAJD AZ ELŐKÉSZÍTETT HÚSRA VAGY ZÖLDSÉGEKRE ÖNTJÜK.



TEGYÜK A PÁCOLT HÚST VAGY ZÖLDSÉGET LEFEDVE A HŰTŐBE LEGALÁBB 2 ÓRA HOSSZÁRA, DE IDEÁLIS ESETBEN PÁCOLJUK 1 ÉJSZAKÁN ÁT!



A PÁCOLT HÚST SÜSSÜK MEG A GRILLEN VAGY SERPENYŐBEN. KÖZBEN LOCSOLGATHATJUK A MEGMARADT PÁCLÉVEL!

5. ÉLVEZZÜK A GRILLEZÉS MINDEN PERCÉT!

SEMMIKÉPPEN NE IDEGESKEDJÜNK, LAZÍTSUNK. DOBJUNK BE EGY FINOM ÜDÍTŐT, SÖRT VAGY KOKTÉLT! NE CSINÁLJUK MINDENT EGYEDÜL, VONJUK BE A CSALÁDOT ÉS A ROKONOKAT, BARÁTOKAT!





MÉZES-MUSTÁROS GRILL LAZAC

4-6 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC + PÁCOLÁS + 4-5 PERC GRILLEZÉS

HOZZÁVALÓK:

6 lazacfilé
2 evőkanál Ízmester orosz mustár
2 evőkanál Ízmester francia mustár
80 g méz
½ narancs leve
4 gerezd fokhagyma
2 evőkanál szójaszószt
1 evőkanál Ízmester szárított kakukkfű
olívaolaj

AZ ÍZESÍTÉSHEZ:

durva tengeri só
őrölt feketebors

ELKÉSZÍTÉSE:

A lazacfilét megmossuk, megtisztítjuk, majd sóval és borssal bedörzsöljük.

Összeállítjuk a pácot. Egy tálban összekeverjük a mézet, a szójaszószt, a kétféle mustárt és a narancslevet. Hozzáadjuk a kakukkfűvet, belepasszírozzuk a fokhagymát is. Ismét alaposan összekeverjük.

A pácot a lazacfilékre öntjük és a hűtőben 1-2 órát pihentetjük.

A grillt felforrósítjuk és a lazacot mindkét oldalán kb. 4 percre grillezzük. Grillzöldségekkel tálaljuk.

4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 30 PERC

+ PÁCOLÁS + GRILLEZÉS

GRILLCSIRKE CUKKINIVEL



HOZZÁVALÓK:

4 tanyasi csirke melle
1 tasak Izmaster folyékony fűszerpác csirkéhez

A SALÁTÁHOZ:

1 kígyóuborka
1 közepes cukkini
1 köteg friss petrezselyem
3 evőkanál olívaolaj
1 teáskanál Izmaster orosz mustár
1/2 citrom leve

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

A csirkemelleket megtisztítjuk, majd finoman átklopfoljuk. Ráöntjük a konyhakész folyékony fűszerpácot, és lehetőleg 1 éjszakán át, de legalább 2 órán át pácoljuk.

Az uborkát és a cukkinit vékony csíkokra vágjuk, a petrezselymet finomra aprítjuk. A zöldségeket egy tálba tesszük. Az olajat kikeverjük a mustárral és a fél citrom levével, majd az öntetet ízlés szerint tovább fűszerezzük sóval, borssal, és ráöntjük a salátára. Tálalásig hűtőbe tesszük.

A húst forró grillen aranybarnára sütjük, majd a behűtött salátával tálaljuk.



MUSTÁROS GRILL LAPOCKA

3-4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 30 PERC ELŐKÉSZÍTÉS + PÁCOLÁS + GRILLEZÉS



HOZZÁVALÓK:

700 g sertéslapocka

A PÁCHOZ:

2 evőkanál Ízmester orosz mustár
1 tasak Ízmester csípős folyékony fűszerpác
4 gerezd fokhagyma

AZ ÍZESÍTÉSHEZ:

tengeri só
egész színes- vagy feketebors

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

A fokhagymát nyomjuk szét, majd alaposan keverjük össze a pác hozzávalóival.

A húst megmossuk, szárazra töröljük és 1 cm vastag szeletekre vágjuk. A pácot a hútra öntjük, és a húst egy tálban letakarva egész éjszaka pácoljuk.

A grillt másnap felforrósítjuk, és oldalanként kb. 12-15 percig grillezzük a húst, időnként újra és újra megkenjük a maradék páccal. Tálalásnál ízlés szerint további sóval és borssal ízesítjük, díszítjük.



GRILL OLDALAS SÜLT PAPRIKÁVAL

4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: ELŐFŐZÉS + 30 PERC + HŰTÉS + GRILLEZÉS



HOZZÁVALÓK:

- 700 g sertésoldalas
- 1 liter zöldséges alaplé
- 1 tasak Ízmester grill folyékony pác
- 1 piros színű paprika
- 1 sárga színű kaliforniai paprika
- Ízmester fűszerkeverék grillzöldséghez
- 8 db Ízmester szárított paradicsom
- 40 g mozzarella (vékonyan felvágva)
- 1 evőkanál balsamecet
- kevés olaj

AZ ÍZESÍTÉSHEZ:

- tengeri só
- őrölt feketebors

ELKÉSZÍTÉSE:

Az oldalast megmossuk, megtisztítjuk és puhára főzzük az alaplében. Ha kihűlt, bevagdossuk, és ráöntjük a folyékony pácot. majd 2 órára behűtjük.

A paprikákat olajozzuk, és a grillen szenesre sütjük. Letakarjuk. Ha kihűlt, a héjját és a magokat eltávolítjuk és csíkokra vágjuk. Mozzarellát teszünk a szárított paradicsomokra, majd feltekerjük egy-egy paprikacsíkkal, és megtűzzük fogpiszkálóval. Összekeverjük az olajat, a balsamecetet és a grillzöldség fűszert, és a paprikafalatokat ebben érleljük egy órán át. A grillt felforrósítjuk, a húst oldalanként 5 percig grillezzük. A paprikafalatokat is 5 percig sütjük a grillen, s közben a maradék páccal locsolgatjuk.



PULLED PORK

6-8 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC + 4-6 ÓRA SÜTÉS

A húzott sertéshúsnak is nevezett fogás egyre népszerűbb itthon is. Ehetjük magában zöldségekkel vagy nagyon népszerű étel szendvicsbe töltve is. Ezt a fogást otthon sütőben is elkészíthetjük, csak szánjunk időt rá, mert a hosszú időn át tartó alacsony hőfokú sütés az omlós hús titka.

HOZZÁVALÓK:

2 kg csontozott sertéslapocka
Ízmester csemege mustár
2 teáskanál fűszerpaprika
1 evőkanál só
1 teáskanál frissen őrölt Ízmester feketebors
2 evőkanál barna cukor
1 üveg búzasör

A TÁLALÁSHOZ:

zsemle, paradicsom és hagymaszeletek
salátalevél
BBQ szósz

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

Olyan sütőtálat használjunk ehhez a recepthez, amely nagy és a hús kényelmesen elfér benne úgyis, hogy rátesszük a fedelét.

Keverjük ki a fűszereket egy kis tálban - a sót és a cukrot is adjuk hozzá. A lapockát alaposan bedörzsöljük a fűszerkeverékkel és óvatosan megkenjük egy kevés mustárral. Tegyük a húst a sütőtálba, öntsük le a sörrel, tegyük rá a fedőt és süssük 150 fokon 4-6 órát. Ellenőrizzük időnként. Akkor készül el, ha a hús magától szétesik. Együk zsemlével, zöldségekkel, BBQ szósszal. A maradékot visszatehetjük a maradék húslébe, hogy ne száradjon ki.

**#FŐZZOTTHON
KÖRET & EGYTÁLÉTEL**





3-4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 30 PERC

A zöldségek is nagyon finomak grillezve, pácoljuk őket, ha van rá időnk 1 éjszakán át és az ízek istenié lesznek!

GRILL ZÖLDSÉGEK JOGHURTOS SZÓSSZAL

HOZZÁVALÓK:

- 1 cukkini
- 1 padlizsán
- 1 piros húsú kaliforniai paprika
- 1 sárga húsú kaliforniai paprika
- 1 fej hagyma

A PÁCHOZ:

- 1 csésze olaj
- 1 evőkanál Ízmester mézes mustár
- 1 evőkanál citromlé
- 5 gerezd fokhagyma
- petrezselyem és só

A SZÓSZHOZ:

- 200 ml sűrű (zsíros) joghurt
- 1 kis csomó snidling
- 3 gerezd fokhagyma

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

A szószhoz a fokhagymát és a snidlinget finomra vágjuk, összekeverjük a joghurttal és ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Tálalásig hűtőbe tesszük.

A pác hozzávalóit összekeverjük, a fokhagymát fokhagyma-présen keresztül tesszük a keverékbe.

A zöldségeket megmossuk, felszeleteljük, bekenjük a páccal és ideális esetben legalább 2 órát pihentetjük, majd forró grillen készre sütjük. A grillezett zöldségeket melegen a hideg joghurtos mártogatóssal kínáljuk.

Tipp: A zöldségeket hasábra vágva, ugyanezzel a recepttel, nyársra felhúzva is süthetjük a grillen!



PIKÁNS BUNDÁS KARFIOL

Ez a recept az angol szakirodalomban Buffalo stílusú bundázott karfiol magyaros verziója. Enyhén pikáns, szokatlan és finom módja a karfiolevésnek. Karfiol helyett brokkolit is használhatunk.

4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC

+ 40 PERC SÜTÉS

HOZZÁVALÓK:

- 1 fej karfiol
- 1 bögre (2,5 dl) liszt
- 1/2 evőkanál só
- 1/2 teáskanál csípős pirospaprika
- 1 evőkanál Ízmester szárított petrezselyem
- 2 teáskanál Ízmester szárított fokhagyma
- 1/2 teáskanál frissen őrölt Ízmester feketebors
- 1 bögre tej

A CSÍPŐS SZÓSZHOZ:

- 4-5 evőkanál csípős ketchup vagy bármilyen chilis szósz
- 1 dl natúr paradicsomszósz
- 1/2 teáskanál őrölt Ízmester chili
- 1 evőkanál olaj
- 1 evőkanál méz

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

A sütőt gyújtunk be 230 fokra. Szedjük a karfiolt apró rózsákra. Egy nagy keverőtálba öntsük bele a lisztet, a sót, a pirospaprikát, a petrezselymet, a fokhagymát és a borsot. Keverjük össze, majd habverővel dolgozzuk hozzá a tejet. Ebbe zuttyintsuk bele a karfiolrózsákat, és addig kevergessük, amíg a massa bevonja a rózsákat. Csipesszel szedjük a rózsákat olajozott tepsire. Süssük 20 percig.

Közben keverjük össze a csípős szósz hozzávalóit. Kenjük meg a karfiolt a szósszal, és toljuk vissza a sütőbe még 15 percre.

Tipp: fincsi tejfölös-snidlinges mártogatóval vagy csípős szósszal, ketchuppal.

A nagy melegben nem vágyunk semmi nagy dologra, egy jól behűtött krumpli saláta tökéletesen megteszi!

3-4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ:

15 PERC + HŰTÉS

HIDEG KRUMPLISALÁTA



HOZZÁVALÓK:

- 8 nagyobb méretű főtt burgonya
- 1 csomó metélőhagyma
- 1 fej lilahagyma
- 1 evőkanál napraforgómag

AZ ÖNTETHEZ:

- ½ csésze olaj
- 1 evőkanál Ízmester csemege mustár
- 2 teáskanál só
- 1/2 teáskanál Ízmester őrölt feketebors
- 1/2 citrom leve
- 3 evőkanál borecet
- 1 evőkanál virágméz

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

A főtt burgonyát meghámozzuk, kihűtjük és felszeleteljük.

Az öntet összes hozzávalóját alaposan keverjük össze.

A metélőhagymát és a megtisztított fej vöröshagymát finomra aprítjuk. Egy tálba tesszük valamennyi hozzávalót, majd leöntjük az elkészült öntettel.

Behűtve a legfinomabb, ezért 3-4 órára lehetőleg hűtsük be.



3-4 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 30 PERC

Már megint nincs időnk főzni, de már unjuk a szendvicseket és valami fincsi, szaftos, tartalmas ételre vágyunk.. akkor válasszuk ezt a lecsót! Ha marad belőle az első adag után, akkor újra melegítve még finomabb!

PIKÁNS KOLBÁSZOS CUKKINIS LECSÓ

HOZZÁVALÓK:

- 2 cukkini
- 2 piros színű kaliforniai paprika
- 1 padlizsán
- 2 lilahagyma
- 100 g csiperkegomba
- 1 köteg metélőhagyma
- 2 chorizo kolbász (vagy más kolbász)
- 200 ml sűrített paradicsom
- napraforgóolaj
- fokhagymás bagett

AZ ÍZESÍTÉSHEZ:

- só, őrölt fűszerpaprika
- Ízmester őrölt feketebors

ÍGY KÉSZÍTÜK EL:

A paprikákat kimagozzuk és csíkokra vágjuk. A cukkinit és a padlizsánt hosszában félbevágjuk, majd felszeleteljük. A gombát megtisztítjuk és felszeleteljük. A lilahagymát finomra aprítjuk. Serpenyőben olajon pirítsuk meg a lilahagymát és a gombát. Másik serpenyőben kevés olajon süssük át a cukkinit és a padlizsánt. Amikor a cukkini és a padlizsán megpuhult, adjuk hozzá a gombás hagymát. Adjuk hozzá a paradicsomot, keverjük össze, és kis lángon gyöngyözve főzzük össze. Ízesítsük sóval, paprikával, borssal. A kolbászt feldaraboljuk és egy külön serpenyőben átpirítjuk. Tálalásnál a kolbászokat a lecsó tetejére tesszük és megszórjuk a felszeletelt metélőhagymával.

**#FŐZZOTTHON
EGY KIS ÉDESSÉG**





KÁVÉS POHÁRKRÉM

Egy finom pohárkrém desszertnek? Könnyű mascarpone sajttal? Finom és könnyű fogás. Majdnem olyan mintha nem is bűnöznénk vele...

6 FŐRE

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 30 PERC

HOZZÁVALÓK:

500 g mascarpone
3 evőkanál kristálycukor
200 ml 30%-os habtejszín
5 evőkanál porcukor

A KÁVÉS RÉTEGHEZ:

160 ml forró víz
5 evőkanál erős kávé
1 teáskanál Ízmester őrölt fahéj
3 evőkanál cukor
babapiskóta

ELKÉSZÍTÉSE:

A mascarpone sajtba keverjük el a 3 evőkanál cukrot, majd a habtejszínét külön verjük kemény habbá a porcukorral. Óvatosan forgassuk össze a habot a sajttal.

Egy tálban oldjuk fel a cukrot a forró vízben és adjuk hozzá a kávé és a fahájat. Vegyünk egy adag babapiskótát, mártsuk a kávé vízbe, majd tegyük a poharak aljába egy piskóta réteget. Ezután kanalazzunk rá mascarponét. Így folytassuk a rétegezést. A tetejére mascarpone réteget tegyük. Hűtsük be.

A tetejét díszíthetjük ízlés szerint tejszínhabbal és kakaószórással.



10 NORMÁL MÉRETŰ JÉGKRÉM

(FÜGG A JÉGKRÉMFORMA MÉRETÉTŐL)

ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: 15 PERC + FAGYASZTÁS

Ez egy pofonegyszerű recept, az elkészítéséhez azonban szükségünk lesz műanyag vagy szilikonos jégkrémformára. Adjunk a krémhez egy kevés Ízmester szárított bazsalikomot is. A bazsalikom frissítő egyedi ízt ad a krémes nyalónkáknak, amelyet garantáltan értékelünk majd a nagy hőségben!

MÁLNÁS PÁLCIKA JÉGKRÉM

HOZZÁVALÓK:

500 g görög joghurt
60 g kristálycukor
350 g friss vagy fagyasztott málna
120 ml zsíros habtejszín
1/4 teáskanál Ízmester szárított bazsalikom
pici só

ÍGY KÉSZÍTSÜK EL:

Pici sóval verjük kemény habbá a habtejszín. Közben keverjük össze a görög joghurtot a cukorral, a bazsalikommal és a málnával. Itt dolgozhatunk a kedvünk szerint: hagyhatjuk a málnát darabosabban a keverékben, ekkor textúráltabb lesz a jégkrém, színesebb foltokkal tarkítva, vagy kikeverhetjük egészen egyszínűre. Végül óvatosan forgassuk bele a masszába a felvert habot.

A jégkrém alapot töltjük bele a jégkrém készítő formákba és tegyük a fagyasztóba legalább 4 órára.

**A GRILL
RECEPTEKET
ÖSSZEÁLLÍTOTTA:**

Ízmester®



lacikonyha.hu