



### *Paraj (spenót)*

Idő ¾ óra.

Paraj	1 ½ kg
Zsír	10 dkg
Liszt	1 kanál
Tej	2 dl
Tojás	2 db
Só, bors	½–1 kэш.

A parajt szárától megtisztítjuk, jól összemossuk, feltesszük főzni, míg puha lesz. Ha megfőtt, levét lecsurgatjuk, szitán áttörjük. Készítünk zsíros vékony rántást és az áttört parajt beleteszünk. Teszünk bele sót, kevés borsot és tejjel felelesztjük. Tálalás előtt 2 tojást felerünk és folytonos keverés közben a parajba öntjük.

### *Töltött paprika*

Idő 1 ½ óra.

Paprika	12 db
Paradicsom	1 kg
Cukor	3–4 kocka
Só	1 késhegnyi
Tejfel	2 dl
<i>Rántás:</i>	
Zsír	10 dkg
Liszt	1 evőkanál

A paprika száras felét körülvágjuk, magjától, erejétől kitisztítjuk és forró vízzel leöntjük. A tölték épp úgy készül, mint a töltött káposztánál, csak a rizst félig megabáljuk. Ha a paprika megvan töltve, készítünk rántást és felelesztjük a főtt paradicsom áttört levével, sót, kis cukrot teszünk bele. A töltött paprikákat beletesszük és jól megfőzzük. Tejjel tálaljuk.

### *Salátafőzelék*

Idő ¾ óra.

Saláta	1 kg
Zsír	10 dkg
Liszt	1 evőkanál
Fokhagyma	1 cikk
Bors, só	1–1 késhegnyi
Tejfel	2 dl

A szép fejes salátát megmossuk, sós vízbe feltesszük, kis ideig főzzük, ezalatt készítünk zsíros, sárga fokhagymás rántást, a salátát leszűrve beletesszük, kevés sót, borsot, kis ecetet teszünk bele. Formni hagyjuk, ha puha, tejjel tálaljuk.





## Székely gulyás

Idő 1 ½ óra.

Disznóhús	60 dkg
Vöröshagyma	1 fej
Zsír	10 dkg
Paprika, só	1–1 késhegynyi
Káposzta	1 kg
Tejfel	3–4 dl

A disznóhúst apró kockákra vágjuk és úgy tesz-szük fel, mint a pörköltet. Ha félig megfőtt, te-gyünk bele savanyú káposztát és tölsünk bele kevés vizet. Ha megpuhult, sok tejjel tálaljuk.

## Töltött paradicsom

Idő 1 ½ óra.

Paradicsom	12+10 db
Paprika, só	1–1 késhegynyi
Cukor	3–4 kocka
Tejfel	2 dl
<i>Töltelék:</i>	
Disznóhús	60 dkg
Rizs	10 „
Zsír	10 dkg
Bors, só	1–1 késhegynyi
<i>Rántás:</i>	
Zsír	10 dkg
Liszt	2 kanál

A szép, érett paradicsomot száras oldalánál le-vágjuk, azután a belsejét egy kanállal kiszedjük és megtöltjük, mint a töltött paprikát. A kisse-dett paradicsomot még tíz darabbal megfőzzük és szitán áttörjük, és az elkészített zsíros, vékony rántást feleresztjük vele, teszünk bele sót, cuk-rot és forni hagyjuk, s rakjuk bele a megtöltött paradicsomokat, főzzük tovább. Sok tejjel tálaljuk.

## Töltött hagyma

Idő 1–1 ½ óra.

Vöröshagyma	12 db
Fehérbor	2 dl
Zsír	10 dkg
Liszt	1 kanál
Mustár	2 „
Tejfel	2 dl
<i>Töltelék:</i>	
Disznóhús	½ kg
Zsír	10 dkg
Rizs	10 „
Bors, só	1–1 késhegynyi
Vöröshagyma	¼ fej

A vöröshagymákat fehérboros vízben főzzük meg, s ha megfőtt, a közepét vágjuk ki és a töl-tött paprika töltelékével töltjük meg. A levét át-szűrjük és sárga rántást készítünk hozzá, felfor-raljuk. Tejjel és a kanál mustárral tálaljuk.

## Tejfeles paprika

Idő 1 ½ óra.

Paprika	12 db
Vaj	10 dkg
Tejfel	4 dl
Morzsa	1 kanál

### Töltelék:

Disznóhús	60 dkg
Rizs	10 „
Zsír	10 „
Vöröshagyma	¼ fej

Húsos paprikának a magvát, erét kiszedjük és megtöltjük a töltött paprika töltelékével. Azután tűzálló tátra rakjuk, leöntjük forró vajjal, bőven tejfellel és morzsával lehintjük. Sütőben felforraljuk.

(Lásd. 143. old. – töltött káposzta)

## Töltött szőlőlevél

Idő 1 ½ óra.

Szőlőlevél	12 db
------------	-------

### Töltelék:

Disznóhús	40 dkg
Rizs	6 „
Zsír	10 „
Bors, só	1–1 késhegynyi
Vöröshagyma	¼ fej

### Mártás:

Sóska	½ kg
Liszt	1 kanál
Só	1 késhegynyi
Tejfel	4 dl

Vegyünk szép gyenge szőlőlevelet, mossuk meg és forrázzuk le. Azután töltjük meg a töltött káposzta töltelékével és olyan formában hajtsuk is össze. A sóskát mossuk meg és tegyük fel forró zsírba párolni, míg széjjelfő, hintsük le liszttel és hagyjuk egy kicsit pirulni. Eresszük fel vízzel, ha van, húslével, tegyük bele sót és rakjuk bele a töltelékeket. Ha megfőtt, sok tejfellel tálaljuk. Lehet karalábélevelet használni, akkor kis ecetet adunk hozzá.

(Lásd. 143. old. – töltött káposzta)



## Kolozsvári káposzta

Idő 2 óra.

Disznóhús	½ kg
Marhahús	½ „
Káposzta	1 „
Füstölt kolbász	¼ „
Rizs	15 dkg
Vöröshagyma	2 fej
Zsír	¼ kg
Tejfel	½ l
Cukor	2–3 kocka

Vegyünk savanyított káposztát, ha nagyon savanyú, ki lehet mosni, pároljuk néhány kockacukorral forró zsírban puhára. Azután főzünk fél kg marha- és fél kg disznóhúsból pörköltet. Külön abálunk meg 15 dkg rizst puhára. Ha mindezek készen vannak, kikenünk egy formát zsírral és legalulra káposztát, pörköltet és arra rizst teszünk. Vezetünk füstölt kolbászt apróra megvágva, megfőzve a pörkölt helyett. Legfelül ismét káposztát teszünk, bőven leöntjük tejfellel, sütőben átsütjük és tátra borítva tálaljuk.

## Vegyes finomfőzelék

Idő 1 óra.

Csirke	1 db
Sárgarépa	½ kg
Karalábé	½ „
Cukorborsó	½ „
Karfiol	¼ „
Zsír	15 dkg
Zöldpetrezselyem	¼ csomó
Liszt	1 kanál
Só	1 késhegynyi
Cukor	2–3 kocka

Sárgarépat, zöldborsót, karalábét zsírban puhára párolunk, azután kevés liszttel lehintjük, s még kicsit pirítjuk. A csirkét úgy daraboljuk fel, mint a becsinált csirkét, zsírban puhára pároljuk, vízzel öntözzük és ha puha, ezzel a főzeléket feleresztjük, összeöntjük a hússal, jó rá egy kevés párolt karfiol is.

(Lásd. 100. old. – becsinált csirke)

