



„Minden jó, ha a vége jó”

egy feledhetetlen este barátainkkal a marli
projekttalálkozón 2014 májusában

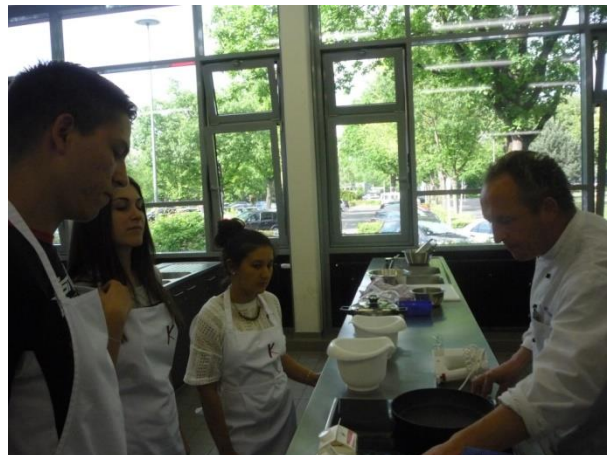


A SeConT LiFE Comenius-projekt egyik csúcspontja:

2014. május 13-án a magyar, német és cseh
projekt partnerek a Hans Böckl Szakközépiskola
tankonyháján főztek és vacsoráztak.

Köszönet a szép estéért!

ELŐKÉSZÜLETEK









EGYPÁR RECEPT

*Burgonyás-cukkinis
lángos*

A tészta:

- 1 kg krumpli
 - 250 g cukkini
 - 1 hagyma (60g)
 - 1 tojás
 - 1 evőkanál liszt
 - 3 evőkanál olaj
 - só és bors
-
- *a krumplit megpucoljuk, megmossuk és lereszeljük*
 - *a durvára reszelt krumplit egy konyharuhába csavarjuk és a vizet kipréseljük*
 - *a cukkinit megmossuk és megpucoljuk*
 - *a hagymát megpucoljuk*
 - *mindkettőt lereszeljük*
 - *a krumplit, cukkinit, hagymát, tojást és lisztet összekeverjük*
 - *sóval és borssal gazdagon fűszerezük*
 - *egy evőkanál olajat serpenyőben felhevítünk*
 - *4 x 2 evőkanál masszát a serpenyőbe helyezünk és laposra nyomkodjuk*
 - *a lángos mindkét oldalát 2-3 percig sütjük*
 - *melegen tartjuk, amíg a maradék masszát is megsütjük*



*Blini túros töltelékkel
(Orosz töltött palacsinta)*

A tészta:

- 300 g liszt
- 2 tojás
- 25 g/ml vaj/olaj
- 500 ml tej
- 1 teáskanál szódabikarbóna
- 1 teáskanál só
- 2 teáskanál cukor

- *csomómentes folyékony tésztává keverjük*
- *olajat hevítünk*
- *egy merőkanál masszát a felhevített serpenyőben szétterítünk*
- *a palacsintát kisütjük*

A túros töltelék

- 300 g túró
- 1 teáskanál cukor
- 100 g sűrített tej
- felkockázott gyümölcs - ízlés szerint

- *a hozzávalókat összekeverjük*
- *a palacsintába töltjük*





Mediterrán módon elkészített tepsis csírke

Hozzávalók két adaghoz:

- 2 csirkecomb (lehet szárny is)
 - 12 kisebb újkrumpli
 - 1 nagy paprika
 - 10 koktélpáradicsom
 - 6 kicsi hagyma
 - 3 gerezd fokhagyma
 - olívaolaj
 - 2 ág rozmaring
 - friss kakukkfű
 - szárított oregánó
 - fűszerpaprika
 - só és bors
-
- *a zöldséget megmossuk*
 - *a krumplit megkaparjuk, megfelezzük*
 - *a fokhagymát és a hagymát, megpucoljuk, negyedeljük*
 - *a paprikát feldaraboljuk*
 - *a paradicsom kivételével a zöldségeket egy magas falú tepsiben szétterítjük*
 - *a csirkecombokat megmossuk, majd a zöldségre helyezzük*
 - *kevés olajjal megöntözzük, jól megsózzuk és borsozzuk*
 - *a kakukkfűvet, oregánót és fűszerpaprikát rászórjuk, a rozmaringágakat rátesszük*
 - *előmelegített sütőben 180 fokon 80-90 percig pároljuk*
 - *azonnal tálaljuk*

JÓ ÉTVÁGYAT!





