

*Karácsonyi
ételek
gombákkal a*

BIOFungi
TERMELŐ ÉS KERESKEDELMI KFT.

ajánlásával



Aszalt szilvás pulykamell vörösboros gombaszószban



Hozzávalók:

500 g **Bio-Fungi szeletelt csiperkegomba**
800-1000 g pulykamell
300 g aszalt szilva
vörösbor
olaj, só, bors

Elkészítés:

A pulykamellet vékony szeletekre vágjuk, megsózzuk, majd aszalt szilvával megtöltjük és pálcikával felszúrjuk. Serpenyőben kevés olajon, kis víz hozzáadásával megpároljuk. A maradék aszalt szilvát is a húsok mellé tesszük és kis vörösborral felöntjük. Hozzáadjuk a felszeletelt csiperkegombát és addig főzzük, amíg a mellé helyezett aszalt szilva besűríti a vörösboros gombás szószt. Főtt rizssel vagy burgonyakrokettel tálaljuk. Ne hagyjuk az ételt felügyelet nélkül, mert az aszalt szilva könnyen megéghet! A párolás alatt pótoljuk a vizet!



Aszpikos gomba



Hozzávalók:

400-500 g **Bio-Fungi**
közepes gomba
200-300 g brokkoli
aszpikpor
2-3 gerezd fokhagyma
5-7 dl víz
majonézes torma
só

Elkészítés:

A gombafejeket lobogó vízben megfőzzük, leszűrjük és lecsepegtetjük. Ha szükséges, akkor felezzük vagy negyedeljük. A brokkolit félpuhára pároljuk, hogy megmaradjon az élénkzöld színe.

Az aszpikporból elkészítjük a zselét és érdemes a fokhagymát a felforralt vízbe belenyomni és így forralni. A gombát és a brokkolidarabokat ízlés szerinti arányban szépen elhelyezzük a formákban és rákanalazzuk a még folyékony aszpikot. Másnapra tökéletesen megszilárdul.

A brokkoli helyett használhatunk karfiolt, ebben az esetben pedig petrezselyemzölddel tegyük színesebbé ezt a finom vendégváró ételt! Ez a mennyiség kb. 10-12 szilikonos muffin formához elegendő.

Egyben sült pulykacomb gombával és párolt fehércáposztával



Hozzávalók:

1000 g **Bio-Fungi gomba**
(**csiperke és laskagomba**
vegyesen)

1000 g pulykacomb (2 alsó
pulykacomb)

1 fej fokhagyma

1 közepes zöldhagyma

2 közepes lilahagyma

fél közepes fej káposzta

1 ek köménymag

fél ek barna cukor

2 ek balsamecet

2 ek friss rozmaryng

szőlőmagolaj, só, bors

Elkészítés:

A pulykacombokat sózzuk, borsozzuk, majd kevés olajjal megkent hőálló tálba tesszük. Rászórjuk a cikkekre vágott lilahagymát, a fokhagyma gerezdeket és az apróra vágott rozmaryngot. 180 fokra előmelegített sütőben lefedve kb. másfél óra alatt aranybarnára sütjük.

Amíg a hús sül, elkészítjük a köretet. A fél fej fehércáposztát lereszeljük, köménymaggal, sóval és egy kevés barnacukorral kb. 20 percig pároljuk, majd végül ízlés szerint 2-3 evőkanál balsamecettel meglocsoljuk.

A gombához pácot készítünk: szőlőmagolajban sót, borsot, egy csomag csikokra vágott zöldhagymát, 2 gerezd apróra vágott fokhagymát összekeverünk, majd hozzáadjuk a felszeletelt gombákat. Hőálló tálba tesszük, és sütőben kb. 20 perc alatt megsütjük.

Gombás cukkinis fasírt nyers céklasalátával



Hozzávalók:

- 500-600 g **Bio-Fungi csiperkegomba**
1 kisebb cukkini
1 tojás
2 gerezd fokhagyma
100-150 g zsemlemorzsa
2 kisebb cékla
apróra vágott kapor
só, bors

Elkészítés:

Kis lyukú sajtreszelőn lereszeljük a nyers gombát és a cukkinit. Egy szűrőtálba tesszük, lecsepegtetjük és kinyomkodjuk belőle a vizet. Egy keverőtálba tesszük a gombás-cukkinis masszát és hozzáadjuk a tojást, a fokhagymát, majd sózzuk, borsozzuk. Amennyiben szeretnénk, hogy pikánsabb legyen, chilipaprikával is megbolondíthatjuk.

Annyi zsemlemorzsát adunk hozzá, hogy gyúrható massa legyen belőle. Kis gombócokat formázunk, majd zsemlemorzzába forgatjuk, hogy ne essen szét a sütésnél. Felhevített olajban pár perc alatt aranybarnára sütjük. A nyers céklát nagyobb lyukú reszelőn lereszeljük.

Salátaöntetet készítünk: citromlevet, olívaolajat, pici sót és apróra vágott friss kaporot (télen gyorsfagyasztott kapor is nagyon jó erre a célra) összekeverünk és beleforgatjuk a nyers reszelt céklát. A frissen kisült gombafasírtot ezzel a salátával tálaljuk.

Grillezett afrikai harcsafilé gombával és fokhagymás édesburgonyával



Hozzávalók:

500-600 g **Bio-Fungi**
gomba (csiperke és
laskagomba vegyesen)

4 szelet afrikai harcsafilé

1 fej fokhagyma

1 citrom leve

zöldsaláta

2 édesburgonya

apróra vágott zöldfűszer

olaj, só, bors

Elkészítés:

A harcsafilét sózzuk, borsozzuk, citromlével meglocsoljuk és egy felhevített serpenyőben vagy kerámiaedényben mindkét oldalát 5-5 percig sütjük. Hozzáadjuk a felszeletelt, sózott, borsozott vegyes gombát. Még néhány percig együtt pirítjuk a halat és a gombát, majd belenyomjuk a fokhagymát.

Tálaláskor a gombát salátaágyra helyezük és a halat megszórjuk friss zöldfűszerrel.

Köretként édesburgonyát ajánlunk, amelyet kockákra vágva, sózva, borsozva, fokhagymagerezdekkel és friss rozmaringgal, kevés olajjal együtt hőálló tálba helyezük és kb. 1 órán át, alufóliával lefedve megsütjük. Apró hőálló tálban külön-külön adagonként is lehet sütni!

Nagyon mutatós!

Kacsacomb vegyes gombaszósszal és burgonyapürével



Hozzávalók:

1000 g **Bio-Fungi gomba**
(**csiperke és laskagomba**
vegyesen)

4 kacsacomb

4 alma

3 lilahagyma

3 gerezd fokhagyma

2 ek liszt,

2 dl főzőtejszín

1 csokor friss koriander vagy
petrezselyem

friss rozmaring, só bors

Elkészítés:

A kacsacombokat megsózzuk és tepsibe helyezük, mellé tesszük a négybe vágott hámozatlan almákat és a megtisztított lilahagymákat és rászórjuk a friss rozmaringot. 200 fokon fedő alatt kb. 2 óra alatt aranybarnára sütjük. Ha kicsit zsírosabbak a combok, időközönként kanalazzuk le a kisült zsírt, mert így lesz szép ropogós. A gombákat szeletekre vágjuk.

A gombaszós annál finomabb lesz, minél többféle termesztett gombát használunk fel. A gombaszeleteket sózzuk, borsozzuk és kevés olajon egy nagy serpenyőben megpároljuk, szűrőkanállal kiszedjük és félrerakjuk.

A vízzel hígított főzőtejszínből és a lisztből habarást készítünk, ezt a serpenyőben visszamaradt gombalével csomómentesre keverjük, majd 2-3 percig összeforraljuk. Ha túl sűrű a habarás, vízzel tovább hígítható, de vegyük figyelembe, hogy idővel tovább sűrűsödik. Belenyomunk 3-4 gerezd fokhagymát, visszatesszük a párolt gombát és hozzákeverjük a friss zöldfűszert.

Az aranybarnára sült kacsacombokat ezzel a különleges gombaszósszal, a sült almákkal és burgonyapürével tálaljuk.

Kacsamell shiitake szósszal és céklasalátával



Hozzávalók:

500 g **shiitake gomba**
3-4 kacsamell
4-5 közepes cékla
3-4 ek fehérbor
2-3 ek friss tárkony
4-5 ek főzőtejszín
1-2 citrom
friss kapor
olaj, só, bors

Elkészítés:

A kacsamell bőrét beirdaljuk úgy, hogy csak a hájréteget vágjuk át. Egy fedeles serpenyőben kis olajon a kacsamell mindkét oldalát átpirítjuk. Célszerű a bőrös részt szép aranybarnára piritani. Ügyeljünk a forgatásnál a felforrósodott zsiradékra, mert nagyon serceg és kifröccsen.

A süttöt előmelegítjük 230-240 fokra, egy rácsos tepsire tesszük a kacsamelleket és még további 15-20 percig letakarva sütjük. A shiitake gombát pici olajon átforgatjuk, sózzuk, borsozzuk. 3-4 evőkanál fehérbort adunk hozzá és elkezdjük párolni.

Beleszórjuk az apróra vágott tárkonyt, hozzáadjuk a főzőtejszínt, kicsit kevergetjük, majd félrerakjuk. Ennél az elkészítési módnál nem túl szaftos a gomba, ha szaftosabbat szeretnénk, akkor egy kis tejszínnel behabarjuk. A shiitake gomba csiperkegombával vagy laskagombával is helyettesíthető.

A céklát megfőzzük vagy alufóliába tekerve megsütjük. Hagyjuk kihűlni, majd meghámozzuk. Felkockázzuk és ráfacsarunk ízlés szerint 1-2 citromot, végül apróra vágott friss kaporral (vagy mirelittel) ízesítjük.

KELLEMES
KARÁCSONYI
ÜNNEPEKET ÉS
BOLDOG ÚJ ÉVET
KÍVÁNUNK!

