HAVONTA MEGJELENŐ INGYENESEN LETÖLTHETŐ ELEKTRONIKUS MAGAZIN

LIDALAS

- Álom hava -

2011.DECEMBER

12. szám

Fokhagymás nyúlcomb

ADVENT

BROKKOLI

DIÓS-, ÉS MÁKOS BEIGLI

Játék

Édesítés

KISS KRISZTIÁN

„...a mai vendéglátó ipar egy nagy játszótér, mindenféle emberek kénye-kedve szerint...”

AJÁNLÓ

Dunai Hajós

Szőlő

Pálinka

www.dunaihajospalinka.hu

amit meg kell kóstolni:

Fokhagymás nyúlcomb

Hozzávalók 4 személyre:
4 hátsó házinyúlcomb, 2 dl tejszín, 2 evôkanál liszt, 2 evôkanál olaj, 4 gerezd fokhagyma, ízlés szerint só és frissen ôrölt fehér bors.

Elôkészítése: A nyúlcombokat megmossuk, leszárítjuk, sózzuk és borsozzuk és lisztbe mártjuk.

Elkészítése: Az olajat nagy serpenyôben felforrósítjuk, és a combok mindkét oldalát jól átpirítjuk. A tejszínt ráöntjük, és az összezúzott fokhagyma felét belekeverjük. Közepes tûzön, fedô alatt, kb. 25 percig pároljuk. Majd a fedôt levesszük, és a megmaradt fokhagymát rátéve forraljuk, amíg a levét el nem fövi, és csak sûrû, kevés mártás marad alatta. Petrezselyemmel ízesített, kukoricás-mazsolás párolt rizzsel tálaljuk.

Megjegyzés: fokhagyma helyett vöröshagymával is nagyon finom. A vöröshagymát nyomjuk át fokhagymaprésen, a hagyma akkor adja ki legjobban az aromáját

Nyúl TERMÉKTANÁCS

A receptet beküldte a Nyúl Termék Tanács. Köszönjük!

HÓNAPRÓL-HÓNAPRA:

- BERECZ EDGÁR ROVATA -

Feketekagyló

A feketekagyló egy másik olyan specialitás, amire érdemes odafigyelni minden jobb étteremben. Nagyon sokféle módon tudják elkészíteni, főleg a tengerparti éttermekben kimeríthetetlenek a variációk. A legkedveltebb mégis ha boros-vajas vagy tejszínes mártásban kínáljuk fel. A feketekagylót többnyire egy nagy halomban héjastól szolgálják fel, ezzel is bizonyítva, hogy a kagylók frissek voltak és az étterem kitűnő minőségű alapanyagokkal dolgozik. Tudniillik a sérült vagy a már halott kagylók nem nyílnak ki főzés alatt. Olyan kagyló is van, amelyik tele van homokkal. Az ilyeneket mindig el szokták dobni.

Játék

Milyen eredetű szó a gasztronómia?

A: Szír;

B: Görög.

Megfejtéseiteket küldjétek el, az oldalasmagazin@postafiok.hu címre.

Havi nyereményünk:

Egy üveg Öreg Ágyas Pálinka a Dunai Hajós Pálinkafőző Üzem felajánlásából.

Édesítés

A cukor vagy szacharóz több különböző tulajdonsággal rendelkezik: kiváló tömegnövelő anyag, fokozza a sós és az édes ízt, édesítő hatású, omlósabbá teszi ételeinket. Könnyű elegyíteni más hozzávalókkal, oldható és nincs a viszkozitásra semmilyen hatása.

Tulajdonságai

A cukor magas szilárdanyag tartalma mellett alacsony viszkozitású. Antibakteriális hatóanyagokkal is rendelkezik, ezért használják előszeretettel a lekvárokban, gyümölcskonzervekben is.

Néhány felhasználási módnál helyettesíthető glükóz sziruppal, dextrinnel, dextrózzal, vagy e három anyag keverékével. Mivel a cukor erősen savalló, ha valamivel helyettesíted, bizonyosodj meg róla, hogy a helyettesítő anyag is az (pl. citromsav, aszkorbinsav, foszforsav tartalmú receptek).

A glükózport nagyon egyszerű használni és könnyen adagolható száraz, illetve folyékony anyagokhoz is. Kis édességtartalma mellett képlékennyé teszi a zseléket is.

Édesítés, ízfokozás

A cukor fokozza az édes és a sós ízeket egyaránt. Ahhoz, hogy ne veszítsd el az édes ízt, amikor valamivel helyettesíted a cukrot, intenzív édesítőket kell használnod, kalóriamentes sűrítőanyagokkal összekeverve. A másik mód az, ha azonos mennyiségben maltitollal helyettesítjük. (Édesítő erejük közel azonos: 0,9:1.) Vigyázzunk a maltitollal, mert ugyanúgy, mint a cukor, hashajtó hatású, így nem ajánlatos 100%-ig ezzel helyettesíteni a cukrot. A 10%-nál magasabb maltitoltartalmú termékeket, ha lehet, kerüljük el. Ésszerű intézkedések miatt az italok készítésénél is tiltott a használata.

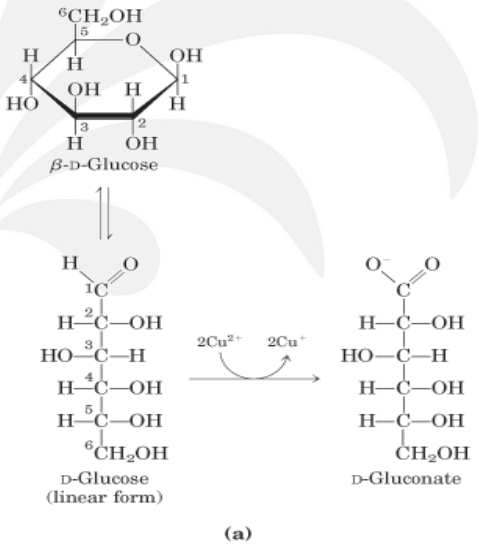
Frissítő hatás

A dextróz kitűnő energiaforrás az agynak és a testnek egyaránt. A sportolók pl. beépítik étrendjükbe, de bárkinek jó szolgálatot tehet frissítőként. A cukrászok amellet, hogy ezzel helyettesítik a szacharózt, fagylaltkészítésnél is előszeretettel használják. Ugyanannyi mennyiségű dextróz kétszer több molekulát tartalmaz, mint a szacharóz, így kedvelt alkotóeleme a jégkrémeknek és fagyasztott termékeknek is.

Kalóriacsökkentő hatás

Néhány cukor bizonyos értelemben emészthetetlen. Szervezetünkben megmaradnak változatlan állapotban. A bélrendszerben található baktériumok megerjesztik, majd megnövelik őket. Ahhoz, hogy helyettesítsük a szacharózt és csökkentsük a sütemények, desszertek, édességek kalóriatartalmát, mi azt javasoljuk, használj dextrineket. Nagyon jól tolerálja a szervezet, de nem eredményez magas glükóz vagy inzulinszintet. Cukormentesek, tehát nincs bennük egyszerű cukor, mint a dextrózban vagy a szacharózban. Ezért van, hogy edzés előtt is javasolják fogyasztását. Glükózsziruppal, de maltitollal is összekeverhetjük.

A szacharóz és a kalóriatartalmú cukrok jól helyettesíthetők fruktánokkal (pl. inulin), ami nem utolsó sorban az emésztésünknek is jót tesz. A túlzásokat lehetőség szerint kerüljük el: max. 20-25mg a napi megengedett mennyiség. Az inulin természetes forrása a csicsóka, de érdekes módon a szacharózból is előállítható.



Csidei Tamás
gasztronómiai tanácsadó, szakoktató
http://gasztronautakft.hu

Elkészült a Kortárs Gasztronómiai és Kulturális Egyesület blogja, ahol naprakész információkkal, beszámolókkal, egyesületünk híreivel várjuk a látogatókat.
Látogasd meg Te is:
http://kortarsegyesulet.blogspot.com/

Kiss Krisztián

Ki lehet az, az ember, aki a legnagyobb megmérettetéseken is füligérő mosollyal az arcán képviselteti magát? Vagy az, aki „mátrixkabátban" sem rest megjelenni? Esetleg ki az, akinél gyorsabban senki sem bontja a lazacot? Vagy ki az aki szép csendben, visszafogottan, de mindenhol ott van, így biztosítva, hogy a neve, itt-ott, de mindig újra és újra felmerüljön. Igen..., Ő csak Kiss Krisztián lehet, aki a maga módján, de mindenből kiveszi a részét! Ebben a hónapban Őt kérdeztem. Mert kiváncsi voltam egy korunkbeli fiatal, feltörekvő kollégára, véleményére. Hát íme, ez lett belőle:

Már elég régen leegyeztettem veled ezt a cikket, de most itt az alkalom, végre eljött, úgyhogy csapjunk is bele, kérlek mesélj magadról, a családodról, gyermekkorodról.

Szüleim korán elváltak egymástól. Apám helyét anyai nagymamám, papám szerető gondoskodása vette át. Egyszerűnek nevezhető gyermekkorom volt. Nem voltam rossz gyerek. Valahol a csínytevéseket is elkerültem. Nem éreztem, hogy szükségem lenne rá. Persze azért nekem is sikerült néha belecsöppenni egy kis bajkeverésbe, de nem ez volt a rám jellemző viselkedés. Átlagos tanuló voltam általános és közép iskolában is.

Családom kinézetre átlagos emberek. Mindenféle allűr nélkül. Becsületes emberek, akik így is viselkednek. Viszont a szeretetük határtalan. Népes a mi kis családunk, mert ha össze számolom van 6 testvérem. Édesapám (aki már nincs közöttünk) és az én (újkori) Édesapám által. Persze a sors fintora, hogy csak egy édestestvérem van. Persze csak ha a vérszeriniséget nézzük. Nekem mindegyik édes testvérnek számít !

Volt valaki a családodban aki a vendéglátóiparban tevékenykedett, vagy mi alapján döntötted el, hogy szakács leszel?

A mi családunkban (tágabb értelemben) , csak én vagyok vendéglátós. Bár Édesanyám szakmája nagyüzemi kemény cukrász (aki nem tudná, ez a csokoládé gyárat jelenti).
Én nem pörögtem a konyhában mikor valaki főzött. Úgy választottam ezt a szakmát, hogy a szomszédunkban lakott egy szakács fiú aki egy szállodában dolgozott. Emlékszem hozzá jártam a buta kérdéseimmel, hogy milyen is ez a szakma. Utána csak Vendéglátó ipari iskolákba jelentkeztem. A sors másik érdekessége, hogy a választott iskolákból, egyikbe sem vettek fel. Egyszer csak kaptunk egy levelet, hogy menjek felvételizni az akkor induló Taverna iskolába. Felvettek. Szakács-cukrász osztályba jártam, de csak a szakács iskolát végeztem el. A cukrászat nem vonzott, így 3 év után befejeztem az iskolát. Innentől bombázom az embereket a főztömmel.

Hogy telnek a mindennapjaid?

Mostanában viszonylag korán kelek. Nem vagyok éjszakai jó alvó. 2 kávé és számítógép.
Olykor vasalás, és álmodozás…
Aztán irány dolgozni.

Van valami hobbyd?

Kb.:12 éve befejeztem a horgászatot. Aztán a fallabda lett az egyik. Majd ismét visszamentem vívni. Persze ezeket is abbahagytam. Azóta inkább a szakmámban amatőrködöm. Gyűjtök szakácskönyveket hébe-hóba. Legújabb hobbym egy blog. (http://kortars-chef.blogspot.com/)

Mi alapján választod ki, hogy mely versenyen indulsz?

Olyan versenyeken indulok, amiken már szereztem némi rutint és ami érdekel.
Nem lebecsülöm, de pl. halászlé és pörkölt főző versenyen nem indulok, mert úgy gondolom, azok az emberek sokkal jobban értenek hozzá, mint én.
Ami még érdekelne , az a grill verseny. Szerintem egyszer majd ha jobban összeszedem magam, elindulok egy ilyenen is.

Milyen versenyeken indultál idáig és melyikre vagy a legbüszkébb?

2008 Bocuse d' Or Europe Hungarian Regional Selection: Bronz érem
2008 Culinary Expo- Gasztro Show : Arany érem
2009 WACS Global Chef Challenge Hungarian Reginal Selection: Arany érem
WACS Global Chef Challenge döntője 4.hely
2009 Culinary Expo- Gasztro Show : Arany érem
2010 Bocuse d' Or Selection Hungary : Döntő
2011 Bocuse d' Or Selecton Hungary : Döntő IV. hely
2011 Első Magyar Nyilt Lazacbontó verseny: I. hely
2011 MERTO I Love Étterem receptverseny : II. hely
2011 WACS Global Chef Challenge döntője: Ezüst fokozat

És két Hagyomány és Evolúció verseny az I. és a III. Ezeken nem jutottam döntőbe.
Mindegyikre büszke vagyok, mert szinte a saját erőmből és pénztárcámból értem el (persze meg kell említeni azokat az embereket is akik segítettek!), de a nagyját nekem kellett és kell megoldanom.

Hol találkozhatunk veled legközelebb?

Van pár tervem, és ha az idő úgy engedi, talán el is érem, de ez maradjon titok.

Mit javasolsz azoknak, akik szeretnének versenyezni?

Ha kitalálnak egy ételt, mindenképp tanulmányozzák magát a nyersanyagot!
Utána a technológiát!
Ezek után igyekezzenek minél többször lefőzni, mert egy új étellel nem lehet spontán odaállni és versenyezni.
Igyekezzenek adni a megjelenésre! Munkaruhára és az eszközökre. Ne érkezzünk versenyre mindenféle rekeszekkel és zacskókkal.

Mi a véleményed, a hazai termékeknek valóban nincs meg a minősége, esetleg nem beszerezhetőek, hogy azok a konyhákban kössenek ki? Vagy szerinted mi az oka, hogy oly sok Chef külföldről vásárol?

Valahol azt érzem, hogy a gazdasági tényezők megnehezítik azt a fajta hozzáállást, hogy hosszú távon termeljenek kiváló alapanyagokat a gazdák. Itt inkább az őstermelőkre gondolok. Hallottam olyan storykat, amikben inkább a gyors meggazdagodás szerepelt előtérben és olyat is ahol maga az ember volt saját maga ellensége, hogy nem vállalta be, hogy állandó vevőjének termeljen.
Persze akadnak jó termékek, de nem biztos, hogy ár-érték arányban kedvezőek.
Viszont fel kellene nőni ahhoz a fajta termelői magatartáshoz, amit külföldön produkálnak.
Ott tisztelik a nyersanyagot, annak termelőjét és a belőle készült ételt is.

Téged mostanában láthattunk a Bocuse d'Or, és a WACS versenyen, hogy értékeled ezeket?

Mind a két versenyen meglepődtem. Érdekesnek láttam a Bocuse d' Or Akadémia átalakulását. Úgy gondolom, nekem ez volt az utolsó. Főleg azért, mert nem hinném, hogy bármelyik Hagyomány és

Evolúció versenyt megnyerhetném. A WACS verseny is érdekes volt. Főleg azért , mert csak hárman indultunk.

Szerinted hogyan lehetne ezeket jobbá, versenyző barátiabbá tenni?

Ezen még nem gondolkoztam. Először talán a szakmai szervezeteknek kellene olykor viselkedést és hozzáállást tanulniuk egymás felé. Majd ha a szakácsok nem érzik ezt a „ háborút”, akkor majd talán nagyobb kedvük lesz versenyezni is.

A mai gasztronómiai nem éppen a fénykorát éli, ezért szerinted mennyire van a versenyzésre szükség? Ez előre mutathat, vagy inkább ezt az energiát más irányba, más célra kellene fordítani?

Szükség van versenyekre. Ezek igen is viszik előre a gasztronómiát és a szakembereket is.

Mindenkitől, így Tőled is megkérdezem, hogy mi a véleményed a szakmai szervezetekről, azok működéséről?

Szervezetek kellenek. Bár én nemrég csöppentem bele és még csak tapasztalom inkább ezeket. Ami talán nagyon fontos lehet, hogy egy szervezet munkájába az önös érdekeket nem lehet bevinni.

Mit gondolsz, mikor jön pozitív változás a szakmában? És mi lesz az?

Akkor jön majd el a nagy változás, ha sikerül levetkőzni a 40 éves kommunizmust és visszatérhetünk olyan gyökerekhez, ami a tényleges magyarság elfeledett értékei. Természetesen nem baj, ha idegen hatások érik, de valahogy ki kellene állni azért, hogy igen is magyarok vagyunk. Bár kicsi ez az ország, de már nagyon sok híres embert adtunk a világnak. Most azt látom, hogy egy szürke kis országban élünk.

Milyen vendéglátóipart álmodnál magadnak?

Olyat, ahol a Chef csinál vendéglátó egységet (ez lehet bármi). Ma nem ez van, vagy csak nagyon keveseknek adatik meg. Ha jobban körül nézek, a mai vendéglátó ipar egy nagy játszótér, mindenféle emberek kénye-kedve szerint.

Ha lehetne egy kívánságod, amit teljesítenénk, akkor mi lenne az?

Természetesen egy saját vendéglátó egység. Azt szoktam mondani, hogy a magánszektort, magam szektorra cserélném.

Mit üzensz a szakmának?

Csak akkor csinálja, ha nyugodtan tud aludni tőle.

Köszönöm, hogy a rendelkezésemre álltál és elbeszélgethettem veled ! Én azt javaslom, hogy maradj meg mindíg ilyen vidámnak, őszintének, kitartónak, ugyanakkor határozottnak. Mert jövőt írni csak így lehet! Én személy szerint szorítok, hogy a terveidet sikerüljön valóra váltanod!

Advent

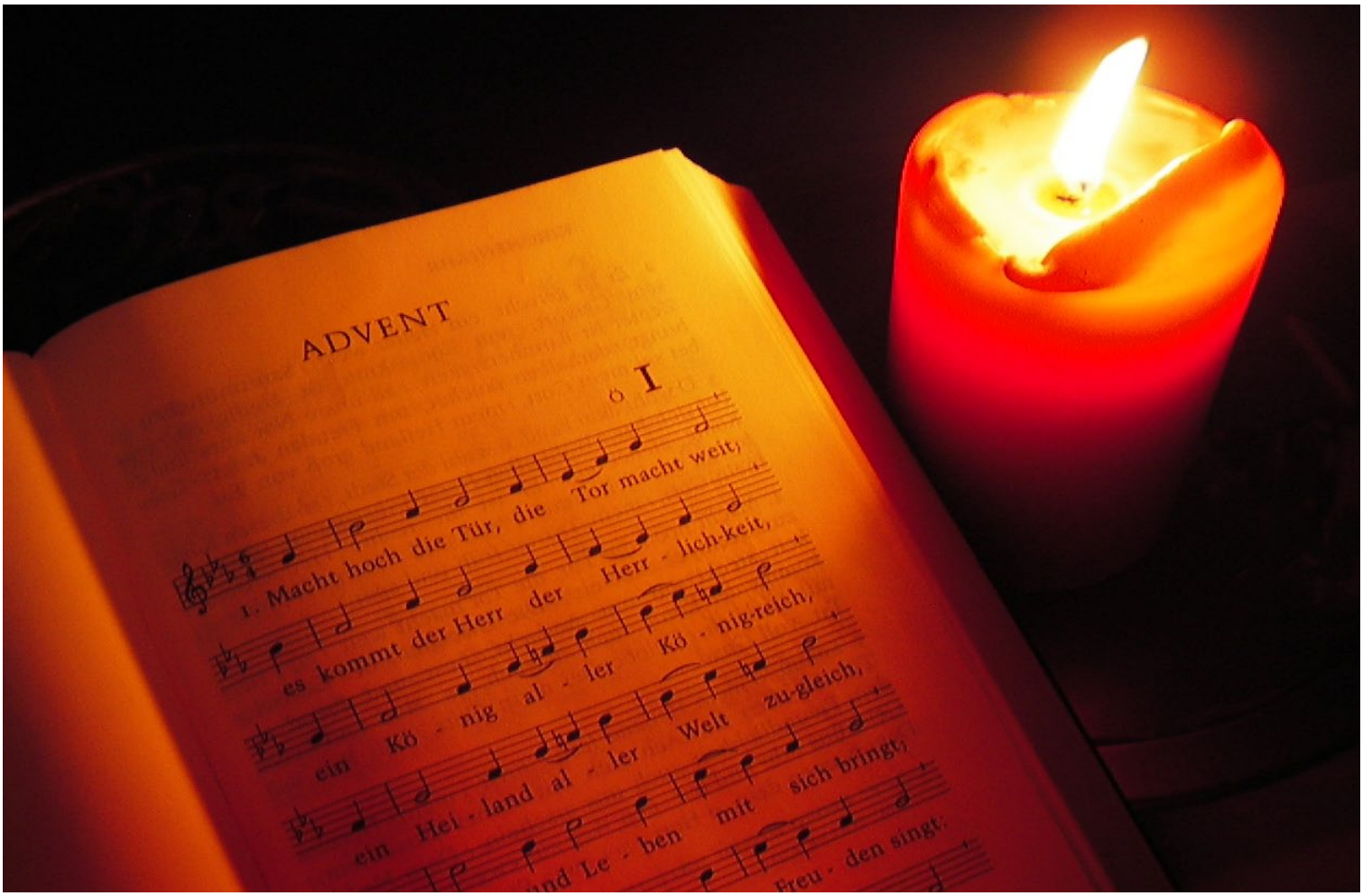
avagy népszokások, amire nem emlékszünk már...

Advent (az idén: november 27.) a reményteli várakozás, a lelki készülődés ideje, ami négy hétig tart. Régebben a keresztények szigorú böjtöt tartottak, napfelkelte előtt aranymisékre jártak. Egészen vízkeresztig tiltották a zajos népi ünnepélyeket, lakodalmakat.
Divat lett az adventi koszorú készítése a XIX.században, de a hagyomány gyökerei a pogány korra nyúlnak vissza. Örökzöld ágakkal, fagyönggyel, magyallal ünnepelték a téli napéjegyenlőség idejét. A kelta hitvilág szerint ez ugyanis a fény, az újjászületés ünnepe.
Ma hagyományosan fenyőgallyakból készül a piros és arany, azaz a karácsonyi ünnepkör színeivel díszített koszorú, advent négy hetét jelképező gyertyával.Külön, az ajtóra erősített gyertya nélküli koszorú pedig a szíves vendéglátást reprezentálja.

Ebben az időszakban vannak más jeles napok is, mégpedig:

December 6. Miklós, azaz mikulás ünnepe. E napon a jó gyerekek szépen kitisztított cipőjükbe ajándékot, a „rosszak” pedig krampuszt és virgácsot kapnak.

December 13 Luca napja. A Gergely–féle naptárreform előtt az év legsötétebb napja volt. A magyar néphagyományban a legtöbb babona, hiedelem, varázslás e naphoz kötődik E nap boszorkányűzésre, jóslásra kiváló. Pl. fokhagymát tettek az ablakra, hogy elkerüljék a rontást. Vagy, eldugták a söprűket, hogy el ne repüljenek a boszorkányok. Bizonyos dologtiltás is volt, pl. mosni és varrni nem volt szabad e napon.
A kisfiúk Lucázni jártak a házakhoz, szalmára térdepelve mondták el tréfás jókívánságaikat. A lányok pedig 12 gombócot főztek, egy-egy férfinevet rejtettek beléjük, és amelyik először feljött, az a férfi lett a férjük.
Ekkor kezdték faragni a Luca székét is, minden nap egy-egy művelettel előbb jártak, szent estére készültek el vele, és az éjféli misére, már magukkal vitték, ha ráálltak, meglátták a boszorkányt.



A karácsony éjszaka varázslatát mindannyian ismerjük, bár, manapság az ajándékozás rendkívül fontos motívuma lett, mégis a karácsonyi éj misztikuma, békéje nem múlik el. Ekkor minden elcsendesedik, ha szerencsénk van, még hó is esik, hogy az ünnep még teljesebbé váljon.

Ezen az estén ősi pogánykori szokás szerint a férfiak házról, házra járva köszöntötték a háziakat, bőséget
kívánva, termékenység varázsló rigmusokkal kísérve.
A másik szokás a Betlehemezés, mely paraszti hagyomány, azaz pásztorjáték több szereplővel. („Három királyok”, dramatikus játék, amelynek része a háziak köszöntése, a születéstörténet elmondása, eljátszása, és az adománygyűjtés volt.)

A KORTÁRS GASZTRONÓMIAI ÉS KULTURÁLIS EGYESÜLET

AJÁNLÁSÁVAL

ACCUS PARK HANGTECHNIKA www.accus.hu

ADVENTI KÉSZÜLŐDÉS

A HOME CENTERBEN

2011.DECEMBER 10. SZOMBAT 14H-21H-IG

1171 BUDAPEST, PESTI ÚT 237. HOME CENTER EMELETI RENDEZVÉNYTEREM

Az EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁS ÉS FEJLŐDÉS JEGYÉBEN!

Fővédnök: Asztalos István A KORTÁRS GASZTRONÓMIAI ÉS KULTURÁLIS EGYESÜLET ELNÖKE

BELÉPŐ FELNŐTTEKNEK: **1000.- HUF**

PROGRAMUNK, MELYRE SZERETETTEL VÁRJUK:

14:00-14:30 MEGNYITÓ BESZÉD

14:30-15:00 INTERAKTÍV ELŐADÁS AZ EGÉSZSÉGES TÁPLÁLKOZÁSRÓL

15:00-16:00 LÁTVÁNYKONYHA ÉS GASZTRONÓMIAI KÓSTOLÓ; Kiss Krisztián A Kortárs Gasztronómiai és Kulturális Egyesület Budapesti Alelnöke vezetésével

16:00-16:30 POLGÁR LÁSZLÓ OPERA ÉNEKES ELŐADÁSA; Josh Groban: February Song

16:30-17:00 AQUINCUM SE. KARATE SZAKOSZTÁLY SHOTOKAN BEMUTATÓJA

17:00-17:30 ZSOZSÓ BOHÓC; Lufi hajtogatással, zsonglörködéssel

17.30-18.00 GOODPEOPLE – FÖLDES KAMILLA VEZETÉSÉVEL: Poi készségfejlesztő bemutatója a gyerekek interaktív részvételével, amely eszközök segítségévela gyermekkori fejlődést, koordinációs fejlődésüket elősegítő mozdulatokat végeznek közösen.

18:00-20:00 RETRO PARTYZENEKAR– MÁCSIK ZOLTÁN VEZETÉSÉVEL: Élő zenés műsor

EMELLETT A RENDEZVÉNYT SZÍNESÍTI MÉG:

*ŐSTERMELŐK KIRAKODÓ VÁSÁRA; *GAÁL TAMÁS: AMI A "TITOKBÓL"IS KIMARADT CÍMŰ KÖNYVÉNEK BEMUTATÓJA; *GRUPAMA GARANCIA BIZTOSÍTÓ; *KÉZMŰVES FOGLALKOZÁSOK, *ADVENTI ÉS KARÁCSONYI DÍSZEK KÉSZÍTÉSE; *ZSÁKBAMACSKA; *LUFI HAJTOGATÓ BOHÓC

INFO: JENEI ÁGNES ZSUZSANNA; (SZERVEZŐ) 06-20-347-4620

EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNEREINK:

QSC | Community | HOME center ÉPÍTÉSI ÉS LAKBERENDEZÉSI ÜZLETKÖZPONT | FOREVER LIVING PRODUCTS | MŰSZAKI -50% Leértékelt Áruk Boltja

ARTEUS CAPITAL Your partner in investments | Retro PARTY | Groupama Biztosító

ACCUS PARK XVII. PESTI ÚT 237 A11 ÜZLET . MOBIL: 06-20-347-4620

Diós-,és mákos beigli

ami nem hiányozhat az ünnepi asztalról!

Hozzávalók:

1 kg liszt,
20 dkg vaj,
15 dkg zsír,
60 dkg cukor,
1 dkg élesztő,
2 tojás,
2 dl tej,
1/2 dkg só,
40 dkg mák,
40 dkg dió,
1 cs.fahéj,
1/2 citrom.

Elkészítés:

A lisztet,a vajat,a zsírt és a 8 dkg cukrot deszkán elmorzsoljuk.Egy dkg élesztőt gyengén cukros,langyos tejben felfuttatunk,és a tésztához keverjük.Tegyünk bele egy egész tojást,sót,és jól gyúrjuk össze,majd hideg helyen 1-2 óráig pihentetjük.Közben elkészítjük a tölteléket.
Mákos töltelék: 26 dkg cukorból,2,5 dl vízzel szirupot főzünk,majd leforrázzuk vele a mákot.Ebbe a szirupba keverjük a reszelt citrom héját és egy késhegynyi fahéjat.A tölteléket hidegen kenjük a tésztára.
Diótöltelék:22 dkg cukorból 2 dl vízzel szirupot főzünk és a darált dióra öntjük.A szirupba tegyünk egy késhegynyi fahéjat,citromhéjat.A tölteléket szintén hidegen kenjük a tésztára.A töltelékné ügyeljünk arra,hogy ne legyen se túl sűrű,se túl hideg,mert a tészta sütés közben felreped.
A pihentetett tésztát hat egyenlő részre osztjuk,cipókká formáljuk,és mindegyik cipót téglalap alakúra nyújtjuk.Hármat mákos,hármat diós töltelékkel töltünk meg úgy,hogy a sűrű tölteléket egészen a tészta széléig kenjük.A két végét egy ujjnyira visszahajtva a tésztát felsodorjuk,és a rudakat gyengén zsírozott tepsibe tesszük,nem túl közel egymáshoz.Tojással megkenve egy fél óráig meleg helyen tartjuk,utána ismét megkenjük,és most már hideg helyre tesszük addig,amíg a tojás megszárad (megrepedezik).Mérsékelt meleg sütőben kb.35-40 percig sütjük.

Nemzetközi káromkodóversenyt rendeznek, az nyer, aki ismétlés nélkül a leghosszabb ideig tud káromkodni.
Kezd a francia, 1 perccel, majd jön az angol, ő 2 percig, az őt követő német 5 percig bírja. Végül bejön a magyar is, de megbotlik a cipőfűzőjében és elvágódik, mire éktelen káromkodásba kezd. Fél óra múlva abbahagyja, majd így szól:
- Elnézést, kezdhetem?

A hónap vicce:

Az apa benyit a fürdőszobába és meglátja, hogy a fia sminkel.

- Fiam, te buzi vagy?
- Nem apa, hercegnő.

Elvesztett

Van egy jó vicced?
Küldd el az
oldalasmagazin@postafiok.hu
e-mail címre és betesszük a következő lapba!

- Drágám hogyan tudnám megnöveszteni a mellem?
- Dörzsöld WC papirral.
- Szerinted beválik?
- Nézd, a seggednél bejött…

Két cigány megy egy lóval az országúton. Megállítja őket egy rendőr:
- Hol szereztétek ezt a lovat?
- Sakkon nyertük.
- Na persze… szerintem loptátok!
- Dehogyis. Gazsi ütötte a parasztot, én meg léptem a lóval…

Nyegle ifjú felszól a buszsofőrnek:
- Mikor indul ez a szemétláda?
Mire a sofőr egykedvűen:
- Mikor megtelik szeméttel!

Három bagoly ül a fán. Megszólal az egyik:
- Kaptam egy órát.
- Az semmi - tromfol a másik - én kaptam egy tehenet.
- A francba is - mérgelődik a harmadik - én nem kaptam semmit.
Másnap ismét ott ül a három bagoly ugyanazon a fán. Megszólal az első:
- Ellopták az órámat, nem tudom mi lesz.
- Nekem meg a tehenem, zabos vagyok.
Mire a harmadik:
- Már fél hat? Gyerünk fejni!

Bemegy az indián a hivatalba:
- Szeretném megváltoztatni a nevem.
- Miért?
- Mert hosszú.
- Mi a maga neve?
- Messzeszálló Színaranynyílvessző Mely Mindig Célba talál.
- És mire szeretné megváltoztatni?
- Zutty.

Rímusok:

Sütemény

Ime a tésztából

jóféle sütemény,

Nincs ebben sem bors,

sem kömény.

Le van ez cukrozva,

cukormázazva,

Mint borbélylegény,

be van púderozva.

Édes ez,

mint csúrgatott méz,

Mindjárt megkívánja,

hogyha az ember

ránéz.

MINEK AZ ÚJ?
HA A RÉGI MEGBÍZHATÓBB!

– RENDEKNÉ OLGA ROVATA –

A brokkoli

A brokkoli (Brassica oleracea convar. botrytis var. italica) a vadkáposzta (Brassica oleracea) egy termesztett változata. Közeli rokona a karfiol és a fejes káposzta. A brokkoli sok A és C vitamint tartalmaz, de jelentős a thiamin, riboflavin, miacin, kalcium, és vastartalma is.

A brokkolit már a rómaiak is ismerték és termesztették, Brassicának nevezték, ezt a nevet vette át az olasz nyelv is. Már az idősebb Caius Plinius Secundus megemlékezik egy hasonló növényről. Ez nagyon hasonlított a ma is ismert brokkolihoz. Ez is bizonyítja, hogy Itália területén termesztették és fogyasztották ezt a zöldséget, a római korban. A brokkoli neve megemlítésre került Aspicius szakácskönyvében is. Majd az 1560-as években találunk rá utalást Franciaországban. Ebben az időben Angliában még teljesen ismeretlen, mint termesztett növény. A 19. században az olasz bevándorlók vitték be Amerikában, de a növény csak az 1920-as években vált igen népszerűvé.

Főleg C-vitamin-, folsav-, és bétakarotin-forrás, fontos szerepe van a rákmegelőző étrendben. Magyarországon csak az utóbbi 20 évben terjedt el, a brokkolit immár sokféleképpen használják a háztartásokban.

Kuktafazékban készítve megóvhatjuk a benne lévő vitaminokat, és mélyhűtésre is alkalmas. Nem csak rózsája, hanem szára is ehető.

Rendek Ökogazdaság GPS koordináták: 46°56'14.46"N | 19°25'20.13"E; http://biotanya.hu; Kerekegyháza, Kunpuszta 81.
Telefonszám: 0676-710-962, 0620-386-2522; Nyitva tartás: Egész évben folyamatosan. Bejelentkezés esetén előzetes programok egyeztethetőek.; Kapcsolattartó: Rendek Lászlóné Olga

GASZTROKORRUPCIÓ?!

„Hogy mi a korrupció, attól függ, honnan nézzük. Egy antropológus számára a korrupció egyáltalán nem negatív jelenség. Teljesen oké, hogy valaki a saját családját, barátait kedvezményezi, próbálja helyzetbe hozni, illetve az egyéni érdekeit érvényesíti egy versenyhelyzetben. A közgazdászok viszont káros dolognak tartják, ami torzítja a piacot, és amiért leginkább a túl sok állam a felelős. Egy szociológus persze teljesen másként értelmezi a jelenséget, engem például elsősorban a szervezetek működése szempontjából érdekel, hogy milyen hálózatok működnek, melyik társadalmi csoport hogyan vesz részt ezekben a játékokban."

„A korrupciós ügyletben nyilván teljesen mást tud felkínálni egy alsóbb társadalmi státuszú ember, mint mondjuk egy gazdasági vagy politikai vezető, és persze más előnyöket tud szerezni. Minél alacsonyabb társadalmi státuszban van valaki, annál inkább kényszer a korrupció, a megélhetés múlik rajta. A melósokkal tömött kisbusz sofőrje a napi keresetét odaadja a rendőrnek, hogy ne vegyék el a jogosítványát. A riasztószerelő kisvállalkozó ingyen beszereli az óvodába a riasztót, hogy fölvegyék az óvodába a gyerekét. Akinek érettségi bizonyítvány vagy valamilyen szakképesítés kell, hogy megkapjon egy állást, az vesz magának. Az alsóbb osztályokban jellemzően nincs meg a megfelelő kapcsolatrendszer, meg kell keresni egy beszállási pontot, be kell fektetni egy csomó energiát, időt és persze pénzt, hogy megtalálja a megfelelő embert, egy ismerős ismerősét, aki tud valakit, akinél el lehet intézni az ügyet, lehet venni például egy érettségi papírt.

A középosztálynak már könnyebb a helyzete, van kapcsolati háló, ismerősök, barátok, volt osztálytársak itt-ott, a kölcsönös szívességek rendszere működik, ami sokkal finomabb rendszer, nehezebben megfogható. Jellemzően még a középosztálybeliek is nehezen szállnak be készpénzes megvesztegetési ügyekbe, nincs erre hangolva a kommunikációjuk. Van ilyenkor egyfajta násztánc, amit el kell járni, mielőtt mehet az üzlet. Ismerjük ezt mindannyian: a forgalmiban átadott tízezres és a többi.

A társadalmi elit pedig teljesen intézményesítette a korrupciót. Már az egyszerűbb celebek is eljutnak addig, hogy simán elsikáltatják a kisebb rendőrségi ügyeiket, megvannak ehhez az eszközök, a megfelelő ügyvédek. A legfelső körökben pedig már igény szerinti korrupciós szolgáltatásokat is kínálnak – természetesen legális szolgáltatásnak álcázva, szépen becsomagolva – egyes szereplők. És az egész hierarchia csúcsán ott vannak a levajazott sokmilliárdos közbeszerzések."

Forrás: Index.hu

A mai világunkban már-már közhely, hogy mindenki a saját pecsenyéjét sütögeti. Ennek apropóján ezt a cikket az Index.hu-ról ollóztam ki, mert véleményem szerint nagyon is elgondolkodtató, ha csak, kicsit is vesszük a fáradtásot és használjuk az agyunkat. Mondjuk, akár rávetíthetjük a mai gasztronómiai elitre. Megdöbbentő dolgokat láthatunk, és joggal tehetjük fel a kérdést, hogy jól van ez így, vagy tehetünk ellene valamit?

Persze, ehhez azt kell, megválaszolnunk, hogy akarjuk-e mindezt egyáltalán látni?!

Profi sminkek minden korosztálynak, minden alkalomra.

Fotózáshoz: tablóképek,portfólió. Esküvőre, buli, parti, és báli alkalmakra, állásinterjúra. Extravagáns, tréfás....stb.

Sminkoktatást vállalok!

Rovó Adrienne

Mester kozmetikus ,Sminkes

Szentendre

06/30-205-7850

rovoadrienne@gmail.com

http://adrienne-smink.hupont.hu

RÁKÓCZI ÚT 38

06-30-696-7276

WWW.BOOMS.HU

FACEBOOK.COM/BOOMS DESIGN

HÍMZÉS TERVEZÉS

Hirdetések

✷ Hirdessen Ön is az Oldalasban! ✷
media.marketing@postafiok.hu

Csintex
Vendéglátóipari munkaruhák
www.csintex.hu

Megtekintené magazinunk korábbi számait? Ezt megteheti, ha meglátogatja honlapunkat, amely a következő címen érhető el:

www.oldalasmagazin.hu

Hirdessen Ön is az Oldalasban!
media.marketing@postafiok.hu

GÉPI FÖLDMUNKÁK!
(árok-, alapkiásás, pincehely kiszedés, tereprendezés, felesleges föld és/vagy törmelék elszállítás, épületek bontása)
NAGY TRANS
Info:
+36-30-951-57-94
http://nagytrans.sokoldal.hu
nagytrans@enternet.hu

Szeretne magának egy könnyen szerkeszthető weblapot? Esetleg webáruházat, fórumot, vagy saját közösségi oldalt üzemeltetne? És mindezt ingyen szeretné? Van rá lehetősége:
www.sokoldal.hu

Következő megjelenés várható időpontja:
2012.01.01
Lapzárta:
2012.12.20

FÓKUSZBAN

PÓK TAMÁS

Négykezes 2009

Birtokunk egri dűlőinek Kékfrankos, Cabernet franc és sauvignon, Kadarka és Merlot termését állítottuk össze ebben a cuvée-ben. Magunkról neveztük el, hiszen kézi csömöszöléssel nyitott kádakban erjesztettük, majd préselés nélkül fahordókba színeltük. Tizenöt hónapos érlelés után házasítottuk össze a tételeket és szűretlenül töltöttük palackba.

www.poktamas.hu/

info@poktamas.hu

Télelő, Karácsony hava

December 1.
A MAGYAR RÁDIÓZÁS NAPJA

December 6.
SZENT MIKLÓS – „MIKULÁS NAPJA”

December 8.
SZŰZ MÁRIA SZEPLŐTELEN FOGANTATÁSA

December 21.
TÉLI NAPFORDULÓ; A CSILLAGÁSZATI TÉL KEZDETE

December 24.
ÁDÁM ÉS ÉVA – „SZENTESTE”

December 25.
KARÁCSONY – JÉZUS KRISZTUS SZÜLETÉSE

December 31.
SZENT SZILVESZTER PÁPA – „SZILVESZTER”

Keresd és lájkold az Oldalast a Facebook-on!

www.fb.com/oldlasmagazin

www.fb.com/oldlasemagazin

Az Étrend Magyar Konyhafőnökök egyesületének ajánlásával!

Havi szállóige:

„Jobb egyedül, mint rossz társaságban.”

/Washington/

HU ISSN 2062-9826
Oldalas magazin; Havonta megjelenő ingyenesen letölthető kiadvány.
Felelős kiadó: Kortárs Gasztronómiai és Kulturális Egyesület; 6090 Kunszentmiklós, Szász Károly u. 14.;
Adószám: 18216767-1-42; Nyilvántartási szám: 12.Pk. 60197/2011; Statisztikai számjel: 18216767-9499-529-01; Számlaszám: 11732150-20011756;
Az Egyesület elnöke: Asztalos István; Alapító főszerkesztő: Asztalos István; Rovatvezetők: Rendekné Olga; Asztalosné Erzsi; Hunti Mihály István; Csidei Tamás; Berecz Edgár; Digitális munka: Joború Szabolcs; Fotó, illusztráció: Bácsi Róbert László;

Gondoljon Ön is a környezet védelmére, mielőtt kinyomtatná ezt a lapot!