



Hintalovon
Alapítvány



A Hintalovon sütiskönyv

KOLLÉGÁINK
KEDVENC ÉDESSÉGEI
EGY HELYEN

ERA – HINTAMÁKOS

Nagyon szeretem a mákos süteket, és szerencsére a hintacsapat szinte minden tagja osztozik ebben a rajongásomban. Életem első hintalovonos rendezvényére is mákos süttel érkeztem, ami pont Christopher - egyik kuratóriumi tagunk - születésnapjára esett, így rögtön szülinapi tortaként is debütált. Legnagyobb örömömre (és megkönnyebülésemre) kiderült, hogy ő is nagy mákrajongó! Azóta többször sütöttem a csapatnak, akik mindig örömmel fogadták. A sütit „Hintamákosnak” neveztem el, mert ennél mákosabb sütit el sem lehet képzelni. Gluténmentes, és könnyen laktózmentessé vagy vegánná alakítható, ami a csapatban fontos szempont.

Hozzávalók

Darált mák	25 dkg
Tojás	4 kicsi / 3 nagy
Cukor	6 evőkanál
Olvasztott vaj	10-15 dkg
Sütőpor	1 kiskanál
Őrölt fahéj	1 kiskanál

Elkészítés

A sütit bekapcsolom 170 °C fokra, sima sütésre. Mire bemelegszik, össze is állítom a sütit.

A tojást kikeverem a cukorral. A lényeg, hogy jól fel kell verni a tojásokat (mindegy, hogy egyben vagy külön) fehéredésig, amíg jól „megszaporodik”. Utána belekeverem a mákot, az olvasztott vaját vagy olajat, a sütőport és a fahéjat.

Sűrű, de még folyós tejbegríz állagú masszát kell kapnunk. Ha nagyon sűrű, akkor érdemes hozzákeverni még egy kis vajat/olajat, esetleg külön felverni hozzá még egy tojást és hozzákeverni. Ha pedig nagyon híg, akkor még egy kis mákot lehet belerakni (ha már minden mákot beletettünk, akkor 1-2 kanál liszttel is szaporíthatjuk, ebben az esetben viszont nem lesz gluténmentes a sütinck.)

Kivajazott/olajozott sütiformába öntjük a masszát és tolhatjuk is be a sütőbe. Kb. 25 perc alatt sül meg: fontos, hogy kicsit legyen még puha-folyós, amikor kivesszük a sütőből, mert még „utósül” kicsit.

Lehet tálalni vaníliafagyival vagy bogyós gyümölcssel, esetleg citromos krémmel, de önmagában is nagyon finom.

Tipp

Laktózérzékenyek, vegánok 0,7 dl olajat is használhatnak a vaj helyett.



ÁGI – PISZTÁCIÁS- FEHÉRCSOKIS VANÍLIÁS KIFLI

Néhány éve karácsonykor sütöttem először ezt a sütit, amit egy desszertes magazinból vágtam ki. Azóta pedig minden adventi szezonban legalább háromszor sorra kerül.

Valahogy a felnőttég érzésének új szintjét adta nekem, máig emlékszem arra a büszkeséggel vegyült dekadens érzésre, ahogy fehérccsokival és pisztáciával vonom be a hókifliket 😊

Hozzávalók

18 – 20 darabhoz

Porcukor	7 dkg
Vaj/margarin	14 dkg
Liszt	20 dkg
Darált mandula/dió	6 dkg
Tojássárgája	2 darab

A bevonathoz:

Fehércsoki	10 dkg
Olaj	2 evőkanál
Aprított pisztácia	5 dkg

Elkészítés

A cukrot, a lisztet a darált mandulát és a vaníliát összekeverjük és a feldarabolt hideg vajjal elmorzsoljuk. A tojássárgáját hozzáadjuk, összegyúrjuk gyors mozdulatokkal. Fóliába csomagoljuk a kiscipót és fél órára legalább pihenni hagyjuk a hűtőben.

Ezután lisztezett felületen 4 részre osztjuk, ujjnyi vastag rudakat sodrunk belőlük, amiből 8-10 cm-es darabokat vágunk, majd kifliformára hajlítjuk őket.

180 fokon sütőpapírral bélelt tepsiben sütjük 10-12 perc alatt, elég rövid ideig kell őket sütni, érdemes figyelni, hogy nehogy túlsüljön.

Amikor kihűltek, az olajjal együtt gőz felett megolvasztott fehérccsokiba mártjuk őket és megszórjuk a tetejüket aprított pisztáciával.



DÓRI – CITROMISU

Nem tudom, hogy hány év tapasztalat szükséges az embernek ahhoz, hogy megtanuljon pont annyi főre főzni, ahányan enni akarnak. Nekem mindig másfélszer annyi sikerül, vagy egy kanálnyival több, vagy pont nem elég. A tiramisu azért egy király kaja, mert teljesen mindegy mekkora a tepsi, és hányan vagyunk otthon, estére elfogy. Úgyhogy gyorsan ez lett a vendégvárós desszert, a vendégségbe menős desszert, a hétköznapi megkívánós desszert, majd amikor már nagyon untuk a hagyományos tiramisut (ugye?!, először én is azt hittem, hogy ez lehetetlen!) akkor jött a citromos tiramisu!

Hozzávalók

Mascarpone	45 dkg
Cukor	20 dkg
Habtejszín	5 dl
Vaníliakivonat	1 teáskanál
Citrom (bio)	3 darab
Babapiskóta	40 dkg
Limonádé	6 dl

Elkészítés

A mascarponét robotgéppel addig keverem a cukorral, amíg picit habos nem lesz. Eközben egy másik tálban felferem a habtejszín, óvatosan egybeforgatom a két tál tartalmát, majd belekeverem a vaníliakivonatot is. A citromot alaposan megmosom, a héját lereszelem, ez a mascarponés krémbe kerül, a levéből pedig kevés cukorral és vízzel min. 6 dl limonádét készítek.

Összeállítás: a babapiskóták felét belemártom pár másodpercig limonádéba, majd a tál aljára helyezem egy rétegben. Ezután következik a mascarponés krém fele, majd ismét egy sor limonádéba mártott babapiskóta, majd a krémmel zárjuk.

Tippek

- Mindenképpen érdemes pihentetni, min. 3-4 órát, de inkább egy éjszakát - így lesz igazán finom.
- Ha megkívántok pár korty limonádét, még a babapiskóta belemártogatása előtt igyatok belőle, ázott babapiskóta darabokkal annyira már nem jó.



JUDIT – NAGYMAMÁM KÓKUSZKOCKÁJA

Nagymamám imád sütni, én is miatta lettem ennyire édesszájú. Habár mindig nagyon sok finomságot készített, nekem a mai napig ez a kókuszkocka a legeslegnagyobb kedvencem, amit bárhol, bármikor, bármilyen mennyiségben magamba tudok tömni (ezt az engem jól ismerők közül bárki tanúsítja!). Őszintén szólva ritkán szoktam megsütni (mert mégis csak az az igazi, amit a mama sült), de különleges alkalmakkor, vagy ha nosztalgiázni szeretnék, azért én is nekiállok. Ez egy igazi retró recept, retró ízvilággal, ami engem mindig a régi karácsonyokra, húsvétokra, búcsúkra, falunapokra, névnapokra, és persze a nagymamámra emlékeztet.

Hozzávalók

Cukor	40 dkg
Vaj/margarin	10 dkg
Tojás	2 darab
Folyékony méz	4 evőkanál
Sütőpor	2 csomag
Liszt	60 dkg
Tej	4 dl

A bevonathoz:

Cukor	12 evőkanál
Vaj/margarin	40 dkg
Holland kakaó	6 evőkanál
Tej	12 evőkanál
Kókuszreszelék	ízlés szerint

Elkészítés

A tésztához a cukrot, a szobahőmérsékletű (nem folyósra melegített!) vaját/margarint, a tojást és a mézet habosra keverjük. Külön tálba a lisztet és a sütőport elegyítjük és a habosított masszához adjuk, majd a tejjel hígítjuk. Kivajazott és lisztezett tepsiben 180 C fokon tűpróbáig sütjük (ez kb. 40 perc). Ha kihűlt, akkor kockákra vágjuk.

A mázhoz a margarint felolvasztjuk, hozzáadjuk a cukrot, a kakaót és a tejet. Fontos, hogy ne hagyjuk felforrni, csak melegítsük. Kissé kihűlni hagyjuk, majd a kockákra vágott tésztát belemártjuk úgy, hogy minden oldalát egyenletesen bevonja. Végül kókuszreszelékbe forgatjuk.



KATA – SAJTOS LAPOCSKA

A családkban mindig volt és van olyan nagymama, aki annyira jól tud sütni, hogy azzal nem érdemes versenyezni. Nagy szerencse ez, mert én egyáltalán nem szeretek, és így nem is tudok sütni. Ennek oka pedig a konyhai mérleg. Ha elő kell vennem, már elmegy az egészszől a kedvem, mert azt jelenti, hogy itt fontos a pontosság, a sorrend és a dolgok kiszámított aránya. Egyszóval nagy az esélye, hogy nekem nem fog sikerülni tartani a tojáshabos feszséget. Mindezek mellett persze a családban naponta elhangzik a "ma sincs itthon semmi finom" szlogen, így ha nem tudok senkit meggyőzni arról, hogy most ő süssön valamit nekem, akkor azért sütök egy adag sajtos lapocskát. Aminek a neve igazából sajtos-ecetes, de ez inkább elrettentően hangzik, ezért a címben nem ezt írtam, sőt soha nem is hívjuk sajtos lapocskának. Éppen az ecettől lesz olyan nagyon finom íze, és ha már "valami finom" kell, az nekem biztosan valami sósat jelent.

Hozzávalók

Liszt	40 dkg
Ráma	25 dkg
Víz	6 evőkanál
Ecet	1 evőkanál
Só	1,5 teáskanál
Gouda vagy füstölt sajt reszelve a tetejére	

Elkészítés

A lisztet a hideg margarinnal először össze kell morzsolni (ez gyerekeknek kiválóan kiadható feladat), majd a vízzel, ecettel, sóval összeállítani. Valameddig hagyjuk állni (jó ha fél napig, de ez nekem még soha nem sikerült). Ez után 3 gombócba kell vágni a tésztát, majd egyenként kinyújtani annyira vékonyra, amennyire csak lehet, de még nem szakad el, ez olyan 3 mm lesz.

Ha megvan a nyújtás, az első kinyújtott tésztát át kell tenni a tepsibe (ami nehezebb művelet, de biztos csak azoknak, akik nem pro-k sütésben). Ott bevonalkázni egy pizzaszéletelő késsel (az, amelyik úgy néz ki, mint egy flexkorong), mert sima késsel nem fog menni. Szóval ez a sajtos lapocska sajnos nagy beruházással kezdődik annak, aki neki akar állni, mert a flex-szerű konyhai szerszám egyszerűen kell hozzá.

Ha megvan a rácsozás (2x2 cm, de ki nézi ezt pontosan..) akkor mehet rá a reszelt sajt. Szerintem gouda sajttal a legfinomabb, második helyezett a füstölt sajtos, és persze a leggyakrabban készült trappista sajtos a harmadik. Pirított szotyola, vagy lenmag is mehet a tetejére, ami sütés után szinte azonnal lepereg majd a legtöbbről, de azok nagyon finomak lesznek a tál aljáról is. Kávé mellé a legjobb.



ORSI – CSINOS BOGYÓS PITE

Elkészítés

Melegítsd elő a sütőt 190°C/375°F felső/alsó hőfokra. A fagyasztott bogyókat dobd egy nagy tálba cukorral, keményítővel, sóval és vaníliával. Reszeld meg a citrom héját, és keverd el az előzőekkel. Külön kis tálban keverd össze a barna cukrot a kardamommal, és tedd félre. Egy másik kis tálba üsd bele a tojást, verd fel és tedd ezt is félre.

Ha a boltban vásárolt leveles tészta nem sütőpapírral érkezik, akkor tedd sütőpapírra majd a sütőpapírral együtt tedd át az egyik tésztalapot egy tepsibe. Öntsd rá a bogyós keveréket a tepsiben lévő leveles tészta közepére úgy, hogy 2,5 cm szegélyt hagyj a szélén.

Óvatosan helyezd rá a második leveles tésztalapot; tekerd fel egy sodrófára (vagy borosüvegre :D) és onnan könnyen rá tudod görgetni a tepsire. Vágj a felső leveles tésztalapba körülbelül 2-szer három darab 7,5 cm-es nyílást (szimmetrikusan) - ettől lesz majd csinos a pite.. Villával szorosan nyomkodd össze a tésztalapok széleit, majd kend meg a tetejét és a széleit a felvert tojással.

190°C-ra előmelegített sütőben süsd aranybarnára, kb. 40 perc alatt. A sütési idő felénél vedd ki a pitét a sütőből, a szélét kendd meg a maradék tojással, és bőségesen szórd meg a kardamomos-cukros keverékkel.

Legnehezebb része a receptnek: hagyd hűlni legalább 15 percig. Tálald melegen, vanília fagyalattal (vagy tejszínhabbal). Jó étvágyakat!

A kis erőfeszítéssel villantós

Aki szeret, az etet - ez járta a gyerekkoromban, és a mai napig is nagyon fontos nekem, hogy a hozzám közel állók bendőjét időnként - és az ő nagy örömeikre - kibéleljem. És hát itt van Helga barátnőm. Aki nem szereti a sütitket: készíteni se nagyon, meg enni se, mert a süti általában édes. Meg macerás csinálni. Kivéve a következő erdei gyümölcsös pitét. Ez a kedvence Helgának. Mert ez nem egy átlagos süti: nem olyan édes, nem a szokásos ízvilággal. Na de mit tud: jólesően savanykás, kardamomos egzotikus és csinos is.

Hozzávalók

Fagyasztott erdei gyümölcs	750 g
Leveles tésztalap	2 darab
Cukor	70 g
Keményítő	2 evőkanál
Só	1/2 teáskanál
Vaníliarúd paszta	1 teáskanál
Citrom (bio)	1 darab
Barna cukor	1 1/2 evőkanál
Kardamom (őrölt)	1 teáskanál
Tojás	1 darab



SZILVI – PALACSINTA

„Túlontúl szeretlek ahhoz, hogy nemet mondjak” palacsinta, avagy „Húsz percem van csak és kell valami édes”

Szerintem rólam elég sokan tudják, hogy nem tudok, nem szeretek és a legtöbb esetben nem is akarok főzni. A világvégét is kibírom, ha van egy kis nyers répa, amit elropogtathatok, meg egy fűrt szőlő. Szóval, a legkevesebb áramot otthon a főzőlap és a sütő fogyasztja. Ezzel együtt is, anyai szeretetből, meg cukor vágytól motiválva időnként mégis serpenyőt ragadok. Ilyenkor készül a palacsinta, amiben nincs semmi meglepő, viszont friss, meleg, és általában legalább négy-öt féle cuccal meg lehet tömködni, tehát, szórakoztató is elfogyasztani. Ha a gyerek kért valami édességet, általában ezt kapta (majd valahogy feldolgozza terápiában), mert neki azért ilyen ügyekben mégsem szívesen mondtam nemet.

Hozzávalók

Tojás 2 darab

Teljes kiőrlésű liszt

Fehér liszt

Növényi tej (zab)

Szóda

Olaj

Só

Elkészítés

A tojást picit fel kell verni, sőt adni hozzá, majd a lisztet hozzákeverni. Én úgy csinálom, hogy annyi lisztet teszek hozzá, hogy kb. galuska állagú legyen és akkor kezdem hozzáadni a tejet és a szódát. Ezt valószínűleg lehet jobban csinálni, de biztosíthatok mindenkit, hogy így is palacsinta lesz az ügyködés vége. Csak teljes kiőrlésű lisztből nem érdemes csinálni, mert akkor a sütés iszonyat macera. Lelkiismereti okokból kell bele, de a fehér lisztet nem szabad kihagyni.

Miután összekevertem amit kellett, általában érdemes elmenni teregetni, meglocsolni a virágokat az ablakban, vagy kivasalni pár dolgot (ezt csak ötletnek mondom, ilyet sem csináltam már vagy 10 éve, de tudok olyanról, aki ráncatlan ingekkel kényezteti a hozzátartozóit). A lényeg, hogy legyen egy kis idő, amíg semmi nem történik a tésztával. Utána viszont mindent le lehet pörgetni gyorsan.

Meleg serpenyő, ici-pici olaj az első palacsinta alá (az úgyis a kutyáé), majd jöhetnek egymás után a palacsinták, lehet kiabálni, hogy „Kész van, gyertek, kenjétek meg!”, majd gyönyörködni abban, hogy pont elfogy minden egy perc alatt, és fel lehet tenni a költői kérdést: „Hát ezért álltam a konyhában annyit, hogy egy perc alatt elpusztítsátok?” Válasz: Ezért.



KINGA – BEJGLI SÜTÉS ANYUVAL

A karácsony nálunk mindig az illatokkal és emlékekkel kezdődik. Minden évben anyuval együtt készítjük el a nagymamám híres bejglijét, ami nélkül nálunk elképzelhetetlen az ünnep. Ez a hagyomány nagyon fontos nekem, ilyenkor megtelik illatokkal a lakás, visszaemlékszünk azokra akik már nincsenek velünk és tervezgetjük milyen legyen a karácsonyi menü, milyen játékokat játszunk együtt. Bár már nem csak a mi családuink fogyasztja el a bejgliket (jut belőle a barátoknak is) mégis minden évben nagyon várom ezt a napot.

Hozzávalók

Liszt	1 kg
Vaj/margarin	40 dkg
Tojássárga	3 darab
Tejföl	3-4 dkg
Élesztő	3 dkg
Porcukor	10 dkg
Só	csipet

Töltelékhez:

Darált dió	50 dkg
Cukor	25-30 dkg
Tej	2 dl
Alma	1 db
Fahéj, mazsola	ízlés szerint
baracklekvár	
Mák	50 dkg
Cukor	35 dkg
Tej	2 dl
Citromhéj, vanília,	
baracklekvár	ízlés szerint

Elkészítés

Az élesztőt egy kis langyos tejben felfuttatom egy kis cukorral. Utána összegyúrom az összes hozzávalót és 6 ugyanakkora cipóra osztom. Meleg helyen pihentetem, amíg elkészülök a töltelékekkel.

A töltelékekhez a tejet a cukorral sziruppá főzöm, majd belekeverem a többi hozzávalót és annyi baracklekvárt teszek hozzá, hogy jól kenhető legyen.

Kinyújtom a cipókat, megkenem a töltelékkel és feltekerem őket. A töltött rudakat megkenem tojássárgájával, száradni hagyom, utána pedig tojásfehérjével még egyszer megkenem. Ha így is megszáradt akkor megszurkálom és 200 C fokon kb. 50 perc alatt aranybarnára sütöm.

