

Bence Vera
IRÁNI KONYHA

Világkonyha, Minerva, 1979, 8-10. oldal

Hagymakrém leves

Hozzávalók:

1,5 kg vöröshagyma szeletelve,

2 l erőleves,

1 babérlevél,

1 dl tejszín,

só,

fehérbors,

3 evőkanál olaj,

2 szem szegfűbors,

5 dkg liszt,

1 evőkanál apróra vágott kapor.

Pároljuk az olajban a hagymát kis lángon kb. 15 percig, vigyázzunk, puha és üveges legyen, de ne égjen meg. Mikor az erőleves forr, tegyük bele a hagymát, sót, fűszereket, és főzzük 1,5 óráig. Ezután szitán törjük át a hagymát, keverjük bele a lisztet egy kevés vízzel elhabarva, keverjük össze a levessel, és főzzük, míg meg nem sűrűsödött.

Tálalás előtt öntsük bele a tejszínt, ezzel már csak melegítsük, ne forraljuk.

Halsaláta

Hozzávalók:

45 dkg tengeri hal,

3 evőkanál olaj,

1 szétmorzsolts babérlevél,

4 szem olajbogyó szeletelve,

20 dkg rizs,

1 fej vöröshagyma apróra vágva,

1 alma hámozva, apró kockákra vágva,

4 szardella apróra vágva,

2 paradicsom fölszeletelve.

Sós vízben főzzük puhára a halat. Mikor kihűlt, filézzük ki, és törjük apró darabokra.

A rizst főzzük meg annyi hideg vízben, amennyi éppen ellepi. Mikor megfőtt, tegyük szitára, és hideg vízzel többször öblítsük át.

Az olajban pároljuk üvegesre a hagymát, forgassuk meg az olajban a babérlevelet, és keverjük a rizshez a hallal és a többi hozzávalóval együtt. Nagy tálra rakjuk, és paradicsomszeletekkel díszítjük. Hidegen tálaljuk, citromlével meglocsolva.

Burgonyasaláta (Barchevanli)

Hozzávalók:

4 héjában főtt burgonya,

**4 sárgarépa reszelve,
2 kemény tojás negyedelve,
só,
bors,
1 kávéskanál összevágott tárkony,
1 doboz mirelit borsó (vagy 25 dkg friss),
1 fej vöröshagyma apróra vágva,
3 evőkanál olaj,
2 evőkanál borecet,
1 evőkanál majonéz.**

A burgonyát héjában megfőzzük, meghámozzuk, negyedekre vágjuk és kihűtjük. Közben a zöldborsót sós vízben megfőzzük, leszűrjük és kihűtjük. Összekeverjük a burgonyát és a borsót, megsózzuk, megborsozzuk. Ráöntjük az olajat, ecetet, összekeverjük a hagymával, tárkonnyal, és ráreszeljük a sárgarépát. A tojásokat majonézbe mártjuk, és körberakjuk velük a salátát. Jól kihűtve tálaljuk.

Káposztasaláta

Hozzávalók:

**50 dkg-os fehérekáposztafej reszelve,
4 apró paradicsom negyedelve,
2 evőkanál borecet,
1/2 gerezd zúzott fokhagyma,
2 dl joghurt,
só.**

Keverjük jól össze a joghurtot sóval, az ecettel és a fokhagymával, és forgassuk bele a reszelt káposztát. A tál köré paradicsomszeleteket tegyünk díszítésül. Nagyon jól lehűtve tálaljuk.

Ambasszador saláta

Hozzávalók:

**2 zöldhagyma vékonyan szeletelve,
4 apró paradicsom,
1 kávéskanál apróra vágott kakukkfű,
1 dl felvert tejszín,
3 evőkanál apróra vágott petrezselyem,
1 uborka,
12 szem olajbogyó,
10 dkg túró,
1 dl zöldmártás,
1 mokkáskanál só,
1 kávéskanál pirospaprika.**

A paradicsomot és az uborkát vágjuk nagyon vékony szeletekre. Rakjuk le egymás után a rétegeket egy üvegtálban: egy sor paradicsom, petrezselyem, uborka, pirospaprika, zöldhagyma, olajbogyó. Keverjük össze a zöldmártást a felvert tejszínnel, és öntsük a salátára. Keverjük össze a túrókat a kakukkfűvel, formáljunk belőle apró gömböket, és díszítsük vele a salátástálat.

Zöldmártás (Jesil salcha)

Hozzávalók:

*2 tojássárgája,
2 dl olaj (lehetőleg olíva),
4 kávéskanál borecet,
1 kávéskanál apróra vágott petrezselyemzöld,
1 kávéskanál apróra vágott tárkony,
1 kávéskanál apróra vágott metélőhagyma,
1 késhegynyi őrölt fehérbors,
1 kávéskanál mustár,
1 kávéskanál majoránna,
1 kávéskanál só.*

A tojássárgákat egy tálban keverjük össze a sóval, fűszerekkel és a mustárral. Először cseppenként öntsük hozzá az olajat, és elektromos habverővel vagy rendes habverővel keverjük, míg meg nem sűrűsödött. Amikor az olajat már belekevertük, cseppenként adjuk hozzá az ecetet.

A metélőhagymát, tárkonyt és petrezselyemzöldet tegyük lobogó forró vízbe, szűrjük le, és nyomjuk át a szitán. A zöld levet keverjük a mártásba.

Baklava

Hozzávalók:

*1 csomag rétestészta,
25 dkg darált mandula,
30 dkg olvasztott vaj,
2,5 dl áttört sárgabarack (friss vagy konzerv),
20 dkg cukor,
1 citrom leve,
12 kimagozott, félbevágott sárgabarack.*

Vajazzunk ki egy alacsony tepsit, és óvatosan laponként rakjuk bele a réteslapot. A lapok közé jó bőven locsoljunk olvasztott vajat, és szórjuk meg a mandulával. A tetejére ne szórjunk mandulát, hanem bőven olvasztott vajat. Közepesen meleg sütőben süssük meg.

Közben a barackléből a cukorral és a citromlével fedő nélkül, állandóan keverve kb. 15 perc alatt szirupot főzünk. Mikor a baklava megsült, újból meglocsoljuk olvasztott vajjal, és 10 percig állni hagyjuk, majd ráöntjük a meleg barackos mártást. Félretesszük 24 órára, majd sárgabarackokkal körítve tálaljuk.

Paradicsomi szuflé

Hozzávalók:

*2 dl tej,
3 dkg vaj,
3 tojássárgája,
4 dkg liszt,
5 dkg cukor,
3 tojásfehérje kemény habja,
3 dkg porcukor,
2 dkg darált mandula,
3-5 szem cukrozott cseresznye.*

A vajból és a lisztből készítsünk világos rántást (3 perc), lassanként öntsük bele a tejet, és keverjük, amíg fel nem forrt. Adjuk hozzá a cukrot, kevergessük, míg el nem olvadt. Verjük jól fel a tojássárgákat, és ezt is keverjük a masszába. A tojás habhoz lassanként verjük hozzá a porcukrot, és keverjük a tejes masszába. Adjuk hozzá a mandulát, a cukrozott gyümölcsöt, öntsük jól kivajazott tűzálló tálba, és előmelegített sütőben süssük 20 percig. Azonnal tálaljuk.