

Busa cukkinis lecsóval, dödöllével - készítette Nemeskövi Dénes  
mesterszakács



Hozzávalók:

4 nagyobb busapatkó (patkó alakú busaszelet), só, őrölt fekete bors, fél citrom leve, kb. 2 evőkanál finomliszt

a cukkinis lecsóhoz:

1 közepes vöröshagyma, arasznyi zsenge cukkini, 2 zöldpaprika (tévépaprika), 2 paradicsom, 6 dkg füstölt szalonna, 1 evőkanál olaj, késhegynyi őrölt kömény, 1 gerezd zúzott fokhagyma, 1 mokkáskanál jóféle pirospaprika

a dödölléhez:

60 dkg burgonya, só, 20-25 dkg finomliszt, őrölt fekete bors, fél csokor metélőhagyma

a hal és a dödölle sütéséhez:

3-4 evőkanál olaj

a tetejére:

fél csokor petrezselyem

1. A busapatkókat vágódeszkára rakjuk. Kézzel a húsát mindenhol egy kicsit lenyomkodjuk, így láthatóvá válnak a benne lévő szálkák, amiket egy csípőfogóval kiszedünk belőlük. A halpatkókat megfordítjuk, másik oldalukról is kiszedjük a szálkákat. Végül felül, középen is bevágjuk kétoldalról, és innen is kiszedjük a szálkás részt. Itt fogvájóval összetűzzük, hogy sütéskor a hal ne essen szét. Pepecs munka kiszedni a szálkákat, de megéri, hisz azzal is megkedveltethetjük a busát, aki a szálkák miatt nem ette! Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, a citrom levét ráfacsarjuk, és félretesszük, míg a köreteivel elkészülünk.
2. A dödölléhez a krumplit meghámozzuk, kockákra vágjuk, és enyhén sózott vízben

megfőzzük, leszűrjük, de egy keveset a főzőlevéből visszatartunk. Még melegen összetörjük, azután hozzákeverjük a lisztet, megsózzuk, megborsozzuk, a fölaprított metélőhagymával fűszerezünk, és néhány evőkanálnyit a krumpli főzőlevéből is hozzáadunk, hogy ne legyen túl sűrű a massa.

3. A cukkinis lecsóhoz való hagymát megtisztítjuk, a paprikát kicsumázzuk, a cukkini végeit levágjuk, a paradicsomok héját lehúzzuk. A hagymát 1 centis, a cukkinit, a paprikát és a paradicsomot 2 centis kockákra vágjuk. A szalonnát nagyon apróra vágjuk, és zsírját az olajat ráöntve egy nagy serpenyőben kiolvasztjuk. A sült szalonnapörccöt szűrőlapáttal kiemeljük belőle, tálaláshoz eltesszük. Visszamaradó zsírjában a hagymát, a paprikát és a cukkinit nagy lángon kb. 3 percig rázogatva pirítjuk. Enyhén megsózzuk, a köménnyel és a zúzott fokhagymával fűszerezünk. Ekkor belerakjuk a paradicsomot, és még 2-3 percig pirítjuk, de fontos, hogy az összes zöldség resz maradjon. A pirospaprikával fűszerezünk, a tűzről lehúzzuk.

4. Egy teflonserpenyőt 2 evőkanál olajat kikenünk, kissé megforrósítjuk. A krumplis masszából olajba mártott evőkanállal hosszúkás galuskákat szaggatunk, és az olajon, közepesen erős tűzön 6 perc alatt megsütjük, közben többször megforgatjuk. Konyhai papírtörlőre szedve lecsöpögtetjük.

5. A dödölle sütésével egyidőben egy másik serpenyőben szintén kb. 2 evőkanál olajat jól forrósítunk. A busapatkókat lisztbe forgatjuk, és nagy lángon, oldalanként 2 perc alatt pirosasra sütjük rajta, közben megforgatjuk. Akkor ideális, ha maghőmérővel 65-70 °C-os a belseje. “-3 percig a serpenyőben hagyjuk, ezalatt visszanyeri a puhaságát, végül konyhai papírtörlőre szedve lecsöpögtetjük.

6. Tálaláskor a cukkinis lecsót megforrósítjuk, tányérra kanalazzuk, és a sült busát ráfektetjük. A dödöllével körberakjuk, finomra vágott petrezselyemmel megszórjuk.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra 10 perc

Egy adag: 690 kcal