Becsvölgye fánkja – készítette Ovádi Lajosné

A fánk születéséről

Zala megyében, Becsvölgyén születtem, ezért adtam fánkomnak ezt a nevet. 7 éves koromig éltem itt, amikor egy villámcsapás következtében elvesztettem édesanyámat, és húgommal együtt rokonokhoz kerültünk. Itt sajnos nem voltunk beleszoktatva a konyhai teendőkbe, tudniillik szegénységben éltünk, és semmiféle pazarlásnak nem volt helye. Amikor nagyobbak lettünk, apánk Megyeren vásárolt egy házat, s visszavett minket magához, remélve, hogy mindent tudunk a ház körüli munkáról és konyhai teendőkről. Apám nagyon szerette a fánkot, és sikertelen próbálkozásaimat borzalmas szidás követte – amúgy is durva ember volt. A tésztám meg sem mozdult a tálban, nem hogy megkelt volna. Valaki azt mondta, Irénke, biztosan sok cukrot teszel bele, és az nem jó, mert lehúzza a tésztát. Levettem hát a mennyiségéből, ellenben valamivel több sót tettem helyette. Ilyen apró lépésekkel jutottam el addig, míg egyszer csodálatosan megkelt a tésztám, és olyan szalagosra sült, mint még soha! Ennek hatására a szidalmaknak is vége lett…

Hozzávalók:
kb. 8 dl teljesértékű házi tehéntej (a tejipariak nem jók), 2 púpozott evőkanál kristálycukor (a porcukor nem jó), 3 dkg friss élesztő (a porélesztő nem jó), 1 kg teljesértékű finomliszt (én tüskeszentpéterit használok, de lehet másféle is), 1 csapott evőkanál jódozott só, 1 tojás, 1 evőkanál olaj
a formáláshoz:
finomliszt
a sütéshez:
bő olaj
a tálaláshoz:
porcukor
lekvár

1. Kellemesen meleg helyen állok neki a munkának. A tejet kézmelegre melegítem. Egy kis

tálkába 2 decinyit kimérek belőle, a fele cukrot elkeverem benne, az élesztőt belemorzsolom. Letakarva, meleg helyen 15 perc alatt fölfuttatom.
2. A lisztet egy kb. 6 literes tálba szitálom – ezzel levegősebb lesz, a maradék cukorral és a sóval meghintem, összeforgatom. A tojást beleütöm, a fölfuttatott élesztőt ráöntöm, majd a többi langyos tejet adagonként teszem hozzá, hogy összedolgozva se túl lágy, se túl kemény ne legyen. Kézzel dolgozom össze, hogy egynemű massza legyen, a vége felé 1 evőkanálnyi olajat is beledolgozok, ezzel elválik a kezemtől és az edény falától is. Dagasztani nem kell, és nem is szabad, anélkül is csodaszépen megkel. Egyszer a rádióban hallottam, hogy a nokedli tésztáját nem kell kidolgozni, így arra gondoltam, kipróbálom a fánknál is, és tökéletesen bejött. Itt a tálban cipóvá formálom, a tetejét enyhén belisztezem, konyhaszalvétával lefedem, és meleg pléddel letakarva, meleg helyen kelni hagyom. Nem szabad a kelesztést siettetni – a tálat napra tenni vagy meleg vízbe állítani –, a tészta 1-1,5 óra alatt annyira megkel így is, hogy teljesen kitölti az edényt.
3. Amikor megkelt, jól belisztezett gyúrólapra borítom, a szélét körben kissé fölhajtom, majd az egészet egy mozdulattal megfordítom. Mást nem csinálok vele, mint sodrófával ujjnyi vastagra kinyújtom, ha ezt nem tenném, tömör, nehéz tészta lenne, am i sütve se lenne szép. Ezután kiszaggatom; egyszer munka közben tönkrement a fánkszaggatóm, így az 1,5 literes műanyag ásványvizes flakon tetejét levágtam, s azzal folytattam a munkát. Annyira bevált ez a „szeszám”, hogy azóta is csak ezzel dolgozom. Kb. 25 fánk lesz belőle, amit kiszaggatva, belisztezett gyúrólapon sorba rakok, és abrosszal letakarva 20-30 percig kelesztem.
4. Egy kb. 4 literes lábast félig megtöltök olajjal, lefedem és felforrósítom. Akkor elég forró, ha amikor beleteszem a fakanalat, körülötte gyöngyözik az olaj. A megkelt tésztából próbasütést végzek, és ha szép szalagosra sikerül, folytatom a sütést. A sütésnek sok fortélya van. A nyers tésztát felveszem a gyúrólapról, és körkörösen kissé megnyújtom, mint a lángost szokták, csak nem annyira. A közepét ujjal benyomom és ezzel az oldalával (a lyukkal lefelé) teszem először az olajba. Szépen feljön a tészta, s ha az alja kb. 1,5 perc alatt pirosra sült, átforgatom, a másik oldalát is pirosasra sütöm. Én sose használok fedőt a sütéshez! Amikor kész, rácsra rakom, hogy a felesleges zsiradék lecsöpöghessen róla.
5. Langyosan vagy hidegen tálalom úgy, hogy porcukorral behintem, és az üregébe lekvárt halmozok.

Jó tanács
– Ez a tészta nemcsak fánknak jó, hanem minden olyan más süteménynek is, amelyik kelt tésztából készül. Ebben az esetben, ha nem olajban, hanem sütőben sütöm a tésztát, 1 evőkanállal több olajat dagasztok bele.
– Mivel a tészta nem édes, így tejföllel és sajttal is lehet enni. Ebben az esetben fokhagymás olajban is süthetjük, ami fantasztikus ízt ad a tésztának.

25 darab
Elkészítési idő: 2,5-3 óra
Egy darab: 284 kcal • fehérje: 6,4 gramm • zsír: 4,3 gramm • szénhidrát: 54,6 gramm • rost: 1,8 gramm • koleszterin: 10 milligramm