

Malacragu mindenki kedvére (bakonyi, édes-savanyú, currys, kukoricás-márványsajtos) - készült az OnLive© főzőiskola 6. adásában



Hozzávalók:

2 kg kicsontozott malacomb vagy -lapocka, 8 dkg sertészsír vagy 6 evőkanál olaj, 1,5 evőkanál só a bakonyi malacraguhoz:  
10 dkg füstölt szalonna, 1 kis fej vöröshagyma, 1 evőkanál zsír vagy 2-3 evőkanál olaj, 1 csapott evőkanál jóféle pirospaprika, 40 dkg csiperkegomba, kb. 1 csapott kiskanál só, 1 gerezd fokhagyma, fél mokkáskanál őrölt kömény, 2 dl tejfől, 1 púpozott evőkanál finomliszt, 1 mokkáskanál csípős Piros Arany vagy Erős

Pista, 1 dl főzőtejszín az édes-savanyú malacraguhoz:

3 evőkanál kristálycukor, 4 dl 100 %-os narancslé, arasznyi póréhagyma, 1-1 kisebb zöld és piros színű kaliforniai paprika, 2 evőkanál olaj, 25 dkg darabolt konzervananasz, 2 evőkanál keményítő, 4 evőkanál nem túl sós sötét szójamártás, 2 evőkanál ketchup, fél kiskanál só, 1 mokkáskanál csípős Piros Arany vagy Erős Pista a currys malacraguhoz: 1 vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, diónyi gyömbér, 2 kicsi csilipaprika (csilipor is lehet), 1 púpozott evőkanál zsír vagy 3 evőkanál olaj, 3-4 cm-es fahéjrúd, néhány szegfűszeg, 1 mokkáskanál őrölt római kömény, 1 kiskanál só, 2 kiskanál currypör, 1 kiskanál finomliszt (ez el is hagyható), 10 dkg kókuszkrém (sűrítmény, melyből vízzel hígítva kókusztej lesz), 2 kiskanálnyi citromlé, 0,5 dl zsíros főzőtejszín a kukoricás, márványsajtos malacraguhoz: 4 dl tej, 10 dkg márványsajt, 1 kis gerezd fokhagyma, 1 evőkanál fehérbor, só, őrölt fekete bors, 2 csapott evőkanál finomliszt, 5-6 evőkanál konzervkukorica, 0,5-1 dl zsíros főzőtejszín

Amikor többen jönnek össze ebédre, nem könnyű mindenki kedvére főzni. Ki a gombát nem szereti, ki a csípőset, ki a kaprot - és még lehetne sorolni. Ezért különösen praktikus ez az alaprecept, amit ha kész, kedvünkre úgy variálhatunk, hogy az összes vendég ízlésének megfelelő legyen.

1. A malachúst 1,5-2 centis kockákra vágjuk, és egy lábasban, a megforrósított olajon kevergetve fehéredésig sütjük. Megsózzuk, 2 deci vizet öntünk alá, és lefedve bő 1 óra alatt vajpuhára pároljuk. Közben párszor megkeverjük, ha kell, elfővő levét pótoljuk, de a végére hagyjuk, hogy a leve elfőjön. Ezzel kész is az alap. Amíg a hús puhul, megfőzzük a négyféle kiegészítő ragut.

2. A bakonyi malacraguhoz megfőzzük a bakonyi mártást. Ehhez a szalonnát félcentis kockákra, a hagymát finomra vágjuk. A szalonna zsírját egy kis lábasban, a zsírral vagy

Malacragu mindenki kedvére (bakonyi, édes-savanyú, currys,  
kukoricás-márványsajtos) – készült az OnLive© főzőiskola 6.  
adásában

olajjal rásegítve kiolvasztjuk és közepes lángon 5-6 percig ebben pirítjuk meg a hagymát. Belefőzhetjük a szalonnabőrökét is. A tűzről lehúzzuk, a pirospaprikát belekeverjük, 5 deci vizet öntünk rá és fölforraljuk. Kis lángon 15 percig főzzük. Ezalatt a gombát megtisztítjuk, cikkekre vágjuk. A paprikás lébe szórjuk, megsózzuk, a zúzott fokhagymával meg az őrölt köménnyel fűszerezzük, és 6-8 perc alatt puhára főzzük. A tejfőlben a lisztet simára keverjük, egy kevés forró levet belemerünk. Simára keverjük, majd a többi paprikás léhez öntjük. 2-3 percig kevergetve forraljuk, ezalatt mártásszerűen besűrűsödik. Végül a csípős paprikakrémmel tüzesítjük, a tejszínnel dúsítjuk.

3. Az édes-savanyú malacraguhoz megfőzzük az édes-savanyú mártást. A cukrot egy kisebb lábasban világosbarnára karamellizáljuk. A narancslevet ráöntjük, és pár percig forraljuk. A póréhagymát 3 milliméter vastagon fölkarikázzuk. A kétféle paprikát kicsumázzuk, 2-2,5 centis kockákra vágjuk. Az olajat egy serpenyőben megforrosítjuk, a paprikát 4 perc alatt roppanásra sütjük rajta. A póréét hozzáadjuk, még 1-2 percig pirítgatjuk. A konzervananászt lecsöpögtetjük. A keményítőt 1 deci hideg vízzel vagy ananászlével simára keverjük, a cukros narancsléhez öntjük, kevergetve 2-3 percig forraljuk, ezalatt kellően besűrűsödik. A szójaszósszal, a ketchuppal ízesítjük, megsózzuk, a csípős paprikakrémmel tüzesítjük.

4. A currys malacraguhoz a megtisztított vöröshagymát finomra vágjuk. A meghámozott fokhagymát és gyömbért meg a kicsumázott csilipaprikát szintén fölaprítjuk. A zsírt egy széles, peremes serpenyőben kissé megforrosítjuk, az előzőeket beleszórjuk, a fahéjat, szegfűszeget, római köményt hozzáadjuk. Kis lángon, néhányszor megkeverve 6-7 perc alatt megfonnyasztjuk. Ekkor megsózzuk, a curryporral fűszerezzük. A lisztet rászórjuk – de ez el is hagyható -, fél percig pirítgatjuk, a kókuszkrémet hozzáadjuk, a citromlével ízesítjük. Kb. 2 deci vizet öntünk rá – ennek egy része főzőtejszín is lehet, 1-2 percnyi forralás után kellően besűrűsödik. 5. A kukoricás, márványsajtos malacraguhoz a tejet fölforraljuk, a sajtot belemorzsoljuk, és hagyjuk, hogy a tejben fölolvadjon. A zúzott fokhagymával és a borral ízesítjük, megsózzuk, megborsozzuk. A lisztet 1 deci hideg vízzel vagy tejjel simára dolgozzuk. Egy keveset a forró sajtos tejes keverékből rámerünk, simára keverjük, az előzőekbe öntjük, kevergetve 3-4 perc alatt sűrűre főzzük. A lecsöpögtetett kukoricát hozzáadjuk, a tejszínnel dúsítjuk. 6. Amikor a hús puha, négy részre osztjuk, a megfőzött ragukba keverjük. Mindet 1-2 percig forraljuk és már tálalhatjuk is. A bakonyihoz galuska, a többi változathoz párolt rizs illik köretnek.

fajtánként 4 főre (50 dkg hússal kalkulálva)

Elkészítési idő: 1 óra 30 perc

Egy adag bakonyi malacragu (köret nélkül): 734 kcal

édes-savanyú malacragu (köret nélkül): 635 kcal

currys malacragu (köret nélkül): 570 kcal

kukoricás, márványsajtos malacragu (köret nélkül): 604 kcal

Malacragu mindenki kedvére (bakonyi, édes-savanyú, currys,  
kukoricás-márványsajtos) - készült az OnLive© főzőiskola 6.  
adásában

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.