



majoránna

a formáláshoz: 4-5 evőkanál zsemlemorzsa

a sütéshez: kb. 1 dl olaj

Hozzávalók:

2 kg héjas zöldborsó - kifejtve 1,1 kg
(fagyasztott vagy konzerv is lehet), kb. 1,5
kiskanál só, 8 dl tej, 2 púpozott evőkanál
finomliszt, 2 dl zsíros főzőtejszín, kb. 2
csapott evőkanál kristálycukor, fél
mökkáskanál őrölt fekete bors, 1 csokor
petrezselyem

a vagdalthoz (fasírt):

1 kg darált sertéshús (lapocka vagy comb)
- de lehet pulyka felsőcombfilé is, 1
közepes vöröshagyma, 3 evőkanál olaj, 3
zsemle, 3 tojás, 2 nagyobb gerezd zúzott
fokhagyma, 1 csapott evőkanál só, 1
mökkáskanál őrölt fekete bors, 1 púpozott
kiskanál jóféle pirospaprika, 1 kiskanál

1. A kifejtett zöldborsót megmossuk, lecsöpögtetjük. Egy lábasba tesszük, 5-6 deci vizet alántünk, 1 kiskanál sóval ízesítjük, és lefödve, kis lángon, 20-25 perc alatt puhára pároljuk. Közben elfő róla 2-3 deci lé, ezt vízzel, még jobb, ha tejjel pótoljuk. Ha fagyasztottból készítjük, akkor elég kb. 10 percig párolni, értelemszerűen ehhez kissé kevesebb folyadék is elég.

2. A lisztet 2 deci tejjel simára keverjük. A puha borsó levéből kb. ugyanennyit hozzászűrünk. Így öntjük a tűzről lehúzott borsóhoz. Újra tűzre tesszük, a tejszínt hozzáöntjük. A maradék 3 deci tejből annyit keverünk hozzá, - akár mindet -, hogy a főzelékben ne álljon meg a fakanál, de ne legyen híg sem. Pár percig forraljuk, a maradék sóval ízesítjük, a cukorral kissé édeskesre ízesítjük, megborsozzuk, a finomra vágott petrezselyemmel fűszerezzük.

3. A vagdalthoz a húst csíkokra vágjuk, kis lyukú tárcsán ledaráljuk. A hagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk és egy serpenyőben, az olajban, közepes lángon 4-5 perc alatt megfonnyasztjuk, kicsit hűlni hagyjuk. A zsemlet hideg vízbe áztatjuk, alaposan kifacsarjuk, a húshoz adjuk a hagymával, a tojásokkal, a zúzott fokhagymával, a sóval, a borssal, a pirospaprikával és a majoránnával együtt. Alaposan összegyúrjuk.

4. A masszából 12-16 egyforma darabot szaggatunk, egyenként kissé meggömbölygetjük,

majd két tenyerünk közt ellapítjuk, mindkét oldalukat zsemlemorzsába forgatjuk. Egy közepesen nagy serpenyőben az olajat kissé megforrósítjuk, és a vagdaltakat kb. négyesével közepesen erős tűz fölött kb. 15 perc alatt pirosasra sütjük benne úgy, hogy félidőben megfordítjuk. Konyhai papírtörlőre szedve lecsöpögtetjük. Ezt kínáljuk feltétként a borsófőzelékhez.

Jó tanács

- Júniusban és júliusban friss, az év többi hónapjában fagyasztott vagy konzervborsóból főzzük.
- A főzelék sűrítésének másik módja, amikor "külön" főzzük meg hozzá a mártást. Ehhez 6 deka vajat egy közepes lábasban fölolvasztunk, a lisztet beleszórjuk, fél perc alatt kevergetve megforrósítjuk, de vigyázzunk, nehogy megpiruljon. A puha borsó levét ráöntjük, - ha konzerv a borsó, akkor annak a levét -, majd továbbra is keverve annyi tejet és tejszínt öntünk hozzá, hogy mártásszerűen besűrűsödjön. Pár percig forraljuk, közben megsózzuk, megborsozzuk, cukorral ízesítjük, a finomra vágott petrezselyemmel fűszerezzük. Legvégül hozzákeverjük a borsót is.
- Vegetáriusok sült hagymával (lyoni hagymával) vagy tükörtojással tálalják.

6-8 főre

Elkészítési idő: 50 perc

Egy adag (fasírttal): 850 kcal

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