



Hozzávalók:

az alaprecepthez:

80 dkg kicsontozott pulykafelsőcomb (filé),
4 evőkanál olaj, 1 kiskanál só

a curryshez:

1 csapott mokkáskanál durvára vágott
köménymag, 2 gerezd fokhagyma vagy 1
csapott kiskanál fokhagymakrém,
késhegynyi csilipor vagy 1 mokkáskanál
csípős Piros Arany vagy Erős Pista,
késhegynyi gyömbérpor, 2 kiskanál
currypor, 1 evőkanál finomliszt, 2 dl szűrt
húsleves (leveskockából is készülhet), 2 dl
főzőtejszín, só, pár csepp citromlé

az édes-savanyúhoz:

1-1 húsos zöld és piros színű paprika (35
dkg), 15 dkg konzerv bambuszrügy (el is
maradhat), 25 dkg konzervananász, 4
evőkanál nem túl sós sötét szójamártás, 3
evőkanál 5%-os ecet, 3 evőkanál ketchup, 5

dl húsleves (leveskockából is készülhet), csipetnyi só, 3 evőkanál kristálycukor, 2 evőkanál keményítő

a kaprosához:

2 csapott evőkanál finomliszt, 4 dl víz, 1-2 dl tejföl, 1 púpozott kiskanál só, 1 csapott evőkanál kristálycukor, fél citrom leve, 1 nagy csokor kapor

a márványsajtoshoz:

1 púpozott evőkanál finomliszt, 4 dl tej, 10 dkg márványsajt, 1 kis gerezd fokhagyma vagy fél kiskanál fokhagymakrém, 1 evőkanál fehérbor, só, őrölt fekete bors

a paprikás gombáshoz:

40 dkg csiperkegomba, 1 csapott evőkanál jóféle piros paprika, 1 púpozott kiskanál só, 1 gerezd fokhagyma vagy fél kiskanál fokhagymakrém, 1 mokkáskanál őrölt kömény, 2 dl tejföl, 1 púpozott evőkanál finomliszt, 1 mokkáskanál csípős Piros Arany vagy Erős Pista

a citromoshoz:

1 nagy citrom leve, 2 dl főzőtejszín, 1 dl tejföl, 1 evőkanál finomliszt, 1 kiskanál mustár, 1 babérlevél, só, őrölt fekete bors

1. A combfilét 1,5-2 centis kockákra vágjuk, és egy lábásban, a megforrósított olajon

kevergetve fehéredésig sütjük. Megsózzuk, 1 deci vizet öntünk alá, és lefedve kb. 45 perc alatt vajpuhára pároljuk. Közben párszor megkeverjük, és az sem baj, ha a leve is fő. Ezzel kész is az alap.

2. A currys változathoz a kész pulykaragut köménnyel, zúzott fokhagymával, a csili-, a gyömbér- meg a curryporral fűszerezzük. 3-4 percig főzzük. A lisztet a levessel és a tejszínnel simára keverjük, a hústra öntjük. Kevergetve 2-3 percig forraljuk, ezalatt kellően besűrűsödik. Utánasózzuk, egy kevés citromlével ízesítjük. Konzervkukoricával vagy ananással is gazdagíthatjuk.

3. Az édes-savanyúhoz a kétféle paprikát kicsumázzuk, vékony kisujnyi csíkokra vagy 2-3 centis kockákra vágjuk, a puha húshoz adjuk, 3-4 percig együtt pároljuk. A bambuszrügyet lecsöpögtetjük, szintén csíkokra metéljük (ha nincs kis kockákra vágva), az ananászt kockákra daraboljuk. A paprikás pulykaraguhoz adjuk, a sóját, az ecetet, a ketchupot meg a levest ráöntjük. Megsózzuk, a cukorral ízesítjük, 4-5 percig forraljuk. A keményítőt 1,5 deci vízzel simára keverjük, az ízes levet ezzel sűrítjük.

4. A kaproshoz a lisztet 4 deci vízzel (még finomabb szűrt húslevessel) meg a tejjel simára keverjük, a puha húshoz öntjük. Utánasózzuk, a cukorral meg a citromlével kellemesen pikánsra ízesítjük, kevergetve 2-3 percig forraljuk, ezalatt kellően besűrűsödik. Végül a finomra vágott kaprot is belekeverjük. Fölszeletelt csiperkegombával vagy pár deka szárított erdei gombával is gazdagíthatjuk, amit a puha hússal 4-5 percig párolunk, csak ezután habarjuk be a lisztes tejjel.

5. A márványsajtoshoz a lisztet a tejjel simára dolgozzuk, kevergetve 3-4 perc alatt sűrűre főzzük. Közben a márványsajtot belemorzsoljuk, simára főzzük. Így öntjük a puha pulykához, illetve ha csomós lenne, akkor inkább rászűrjük. A zúzott fokhagymával és a borral ízesítjük, megsózzuk, megborsozzuk.

6. A paprikás gombás változathoz a gombát megtisztítjuk, cikkekre vágjuk. A puha pulykához adjuk, 5-6 percig együtt pároljuk, de az sem baj, ha időközben a zsírára sül. A tűzről lehúzzuk, a pirospaprikát belekeverjük, 4 deci vizet öntünk rá és fölforraljuk. Megsózzuk, a zúzott fokhagymával meg az őrölt köménnyel fűszerezzük, 6-8 perc alatt puhára főzzük. A tejjelben 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 paprikával tüzesítjük. Ennél a változatnál a tejföl felét tejszínnel is helyettesíthetjük; csiperke helyett pedig másféle gombával is készülhet.

Aki szereti, fölaprított kaporral is fűszerezheti.

7. A citromos változathoz a babérlevelet a puha húshoz adjuk, 4-5 percig főzzük. A citrom kifacsart levét a tejszínnel, a tejjel, a liszttel és a mustárral simára keverjük, a pulykát ezzel ízesítjük, sűrítjük, végül utánasózzuk, megborsozzuk.

Jó tanács

- 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. Fontos: az alaprecept 4 főre szól, ahogyan egyenként mindegyik kiegészítő mártás vagy ragu leírása is, tehát ha kétfélét akarunk készíteni, vagy a húsmennyiséget duplázzuk vagy a mártás mennyiségét felezzük!

4 főre

Elkészítési idő: átlag 1 óra 20 perc