



#### Hozzávalók

a zöldséges heringtekercshez:

4 pácolt hering, 25 dkg sárgarépa, zeller és póréhagyma vegyesen, só, porcukor, 1 citrom, őrölt fehér bors, szárított tárkonylevél

a majonézes gombához:

4 evőkanál majonéz, 1 dl tejföl, 1 evőkanál mustár, só, őrölt fekete bors, szárított tárkonylevél, 1 kis üveg konzervgomba

a füstölt makrélához:

10 dkg ecetes torma, só, porcukor, citromlé, 1 alma, 1 dl tejszín, 4 db füstölt makréla, kb. 60 dkg (még finomabb, ha magokkal, fűszerekkel ízesített fajta)

a díszítéshez:

néhány salátalevél, lilahagyma, kapribogyó

a parajjal töltött fogashoz:

70 dkg fogasfilé (de az olcsóbb tengeri halfilé is jó hozzá), 15 dkg fagyasztott parajpüré, 1 tojás, 1 evőkanál búzadara, 1 kiskanál zselatin, 0,5 dl főzőtejszín, só, őrölt fehér bors, 1 citrom, 1 főtt tojás, 1-1 főtt és nyers sárgarépa, fél vöröshagyma, 1 dl fehérbor, 1 babérlevél

a díszítéshez:

salátalevél

citrom

a rákkrémrel töltött tojáshoz:

10 dkg fagyasztott vagy konzerv rákhús, 5 dkg vaj, 2 evőkanál főzőtejszín, fél evőkanál

brandy, fél citrom leve, só, őrölt fehér bors, 3 főtt tojás

1. A pácolt heringekből a gerinccsontot eltávolítjuk. A zöldségeket megtisztítjuk, vékony metéltre vágjuk, és 1 percre enyhén sós, forrásban lévő vízbe dobjuk. Ezután jeges vízbe átszedjük, leszűrjük és jól lecsöpögtetjük. Megsózzuk, porcukorral, citromlével ízesítjük, megborsozzuk, tárkonnyal fűszerezzük. A zöldséges metéltet a heringekbe töltjük, föltekerve tátra rakjuk. Köretnek majonézes gombát kínálunk hozzá.
2. Utóbbihoz a majonézt a tejföllel összekeverjük, mustárral ízesítjük, megsózzuk, megborsozzuk, tárkonnyal fűszerezzük. A gombát leszűrjük, kockákra vágjuk - ha szeleteltet vettünk, kissé fölaprítjuk -, és a majonézbe keverjük.
3. A makrélához először az almás tormahabot készítjük el. Ehhez az ecetes tormát megsózzuk, porcukorral meg citromlével ízesítjük. Az almát meghámozzuk, magházát kimetsszük, húsát apró kockákra vágjuk, és a kemény habbá vert tejszínnel együtt azonnal a tormába forgatjuk.
4. A makrélafiletet vágódeszkára fektetjük, bőrüket lefejtjük, majd a haldarabokat tátra rakjuk, és a tejszínes-almás tormát köréhalmozzuk. Salátalevéllal, lilahagyma-karikákkal meg kapribogyóval díszítjük.
5. A fogasfilét megnedvesített celofánnal letakarjuk, és óvatosan kiverjük. Utána megformázzuk, vagyis körbevágjuk úgy, hogy egy szép nagy szeletet kapjunk. Ha tengeri halat veszünk, akkor abból a vizet kissé kinyomkodjuk, különben a húsa túl laza lesz és szétesik, majd ugyancsak megformázzuk. A leeső halhúst, ami kb. 20 deka, turmixoljuk. A parajpürét szobahőmérsékleten fölengedjük, majd konyharuhába téve a levét jól kicsavarjuk. A parajt a pépesített halhoz adjuk, a tojást, a búzadarát meg a zselatint beledolgozzuk, a tejszínnel lágyítjuk, és megsózzuk, megborsozzuk. Citromlével ízesítjük, az apró kockákra vágott főtt tojást és sárgarépat hozzáadjuk. Ezt a töltelékét egy csíkban a halszelet közepére halmozzuk, feltekerjük, majd olajjal megkent celofánba szorosan becsomagoljuk, és végeit összekötjük. Egy lábasban vizet forralunk, a nyers sárgarépával, a vöröshagymával, a citromlével meg a fehérborral ízesítjük, a babérlevéllel fűszerezzük. A fogastekercset belefektetjük, és kis lángon 20-25 percig főzzük. A léből kiemelve tepsire tesszük, kissé hűlni hagyjuk, végül deszkát borítunk rá, súlyokat vagy dobozos tejet, üdítőt rakunk a tetejére, s így préseljük. Ezután a haltekercset a celofánból kibontjuk, hűtőszekrénybe tesszük. Amikor megdermedt, forró vízbe mártott késsel fölszeleteljük. A megmosott és leszárogatott salátalevéllal meg a fölszeletelt citrommal díszítjük. Köretnek rákkrémmel töltött tojásokat kínálunk hozzá, de főtt zöldségekkel is tálalhatjuk. Előbbihez a konzerv rákhúst lecsöpögtetjük, fölaprítjuk, a vajjal elkeverjük, a tejszínnel lágyítjuk, a brandyval meg a citrom levével ízesítjük. Megsózzuk, megborsozzuk. A főtt tojásokat kettéhasítjuk, a rákkrémet pedig a vágott felükre púpozzuk.

## Hideg haltrió - készítette Piri István mesterszakács

4 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 1030 kcal

Italajánlat. száraz fehérbor, például Somlói olaszrizling