



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 hűgommal együtt rokonokhoz kerültünk. Itt sajnos nem voltunk beleszoktatva a konyhai teendőkre, tudniillik szegénységben éltünk, és semmiféle pazarlásnak nem volt helye. Amikor nagyobbak lettünk, apánk Megyerén 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 tejpariak nem jók), 2 púpozott evőkanál kristálycukor (a porcukor nem jó), 3 dkg friss élesztő (a porélesztő nem jó), 1 kg teljesértékű finomliszt (én túskezesztpéterit 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 massa 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 fánkknál 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 tálal 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 csinállok vele, mint sodrófával ujjnyi vastagra kinyújtom, ha ezt nem tenném, tömör, nehéz tészta lenne, ami sütve se lenne szép. Ezután kiszaggatom; egyszer munka közben tönkrement a fánkiszaggatóm, 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 körkörösén 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 fánkknak 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.

Becsvölgye fánkja - készítette Ovádi Lajosné

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