



MINDENNAAP EGY ALMA

Bár az alma még ma is az egyik legnépszerűbb gyümölcsünk, van mit felfedeznünk vele kapcsolatban: a tájfajtákat és régi receptjeink ötletességét.

◆ *Boldogasszony almája, kormos, pettegetett, szentbenedeki, tótpiros, Szent Iván, muskotály.* A mesebeli nevek a Felvidéken termő egykori almafajtákat rejtenek. *Pónyik* és *batul* – ezek pedig már azok a tájfajták, amelyeket ma is megvehetünk a székelyudvarhelyi piacon. Igaz, kinézetre nem olyan hívogatóak ezek a fajták, mint a tökéletes formájú, óriásira duzzasztott, boltban kapható konkurensok, ízük mégis intenzívebb, természetük pedig könnyebb, hiszen ellenállóbbak a kártevőkre. A fajtagazdagság azért is fontos, mert ezek mind más színű, más ízű, másra használható gyümölcsök. Van, amelyik eltartható. Van, amelyik befőzésre való. Van, amelyik szesznek. Van savanyú, édes, kerek, szögletesebb, kicsi, nagy...

ZAMATOS

Ha nem is mindig jutunk hozzá a kevésbé ismert almafajtákhoz, felhasználásuknál törekedhetünk a sokszínűsége. Természetesen a legjobb nyersen enni, például káposztasalátában vagy kéksajttal. A 19. század nagy kedvencében, a heringsalátában is megtaláljuk: főtt krumplics, ecetes uborka, cékla és alma került a hal mellé. Lereszelve magában is ehetjük, a népi gyógyászat szerint ezzel leküzdhető a hányinger, megszüntethető a hányás, a tengeribetegség. *Márai Sándor Fűveskönyvében* is szó esik az alma jótékony hatásairól: „*üdit, megnyugtatta a gyomrot, s szabályozóan hat a belekre.*” Igaza volt, a gyümölcsben található rost, a pektin jótékony védőréteget képez a bél nyálkahártyáján, valamint segíti a jó emésztést, a flavonoidok pedig gyulladáscsökkentő tulajdonsággal bírnak, védik a májat. A felszeletelt almát tartósíthatjuk is aszalással – sütőben, 70–80 fokon, addig, amíg teljesen ki nem szárad. Ezt majd forrázva, teaként ihatjuk télen. (Rozmaringgal vagy gyömbérrel még izgalmasabb, a klasszikus ízek kedvelői pedig fahéjat szórhatnak bele.)

ÉDES

Persze mégiscsak édességként szeretjük a leginkább. Tölthetünk vele pitét és rétest, főzhetünk belőle lekvárt, de ki is süthetjük. A 16. században ehhez lisztet, tojást és fehérbort keverték össze palacsintatészta-állagúra, gyömbérrel ízesítették, majd belemártották az almaszeleteket, és vajban kisütötték. Ezt akkoriban almafánknak nevezték, de almaperec néven még a 20. századi *Dunántúli szakácskönyvben* is megtaláljuk, annyi különbséggel, hogy nem bort, hanem likőrt használtak a tésztához. Hasonlóan egyszerű az „alma pongyolában” elnevezésű édesség. Ezt *Kugler Henrik* 19. századi szakácskönyvében olvashatjuk. Az almát vágjuk ketté, vágjuk ki a magházat, azt töltjük meg darált mandula, porcukor és fahéj keverékével. Az így megtöltött félalmát csomagoljuk vajtészta, majd süssük meg sütőben!

SÓS

Szintén gyorsan elkészül az almaleves. „*Hat nagyobb borízú almát megtisztítva puhára főzünk 1 liter vízben egy darabka fahéj és 1 citrom héjának társaságában. Átpasszírozzuk (turmixolhatjuk), aztán 1 kanálka lisztből és 1 deka vajból rántást csinálunk, föleresztjük 1 liter fehérborral és 1-2 deci vízzel, ízlés szerint megcukrozzuk, és beletéve az átpasszírozott almát, fölforraljuk*” – írta 1939-ben *Magyar Elek*. Változatossá tehetjük, ha időnként más fajtából készítjük, illetve egyszer fehér-, máskor vörösborral főzzük. Tálalhatjuk vajon pirított kaláccsal, pirított mandulával, ízesíthetjük vaníliával vagy gyömbérrel, esetleg rozmaringgal, kardamommal.

FŰSZERES

Az alma nem csak főszerepben tud érvényesülni: kompótként vagy mártásként remek kiegészítője lehet főételünknek.



A mártást régen vadhoz, sertéshez, halhoz kínálták. Egy 1601-es késmárki szakácskönyv szerint hagymával kell megfőzni vízben (vagy halaplében) a gyümölcsöt ehhez, fűszerezésként pedig gyömbért használunk. *Zilahy Ágnes* (1892) a vízben főtt almát tejfölös habarással készítette el mártásnak. A legizgalmasabb ízvilágú receptet a *Pesti Hírlap* 1930-as években kiadott szakácskönyvében találjuk, „valódi székely almáshús” néven. Eszerint 1 kg sertés- vagy báránycomb zsírban pirosra sütünk, majd vízzel felöntjük, és puhára pároljuk. Négy darab almát (lehet közte birsalma is) teszünk mellé, szeletekre vágva, tárkonnyal ízesítjük. Ha megfőtt a hús, kivesszük, és egy kis liszttel besűrítjük a szaftot.

IHATÓ

És ha már unjuk enni, meg is ihatjuk az alma levét! *Zilahy Ágnes* így tenné: „*egy putton almát favályúban, fabunkóval jól össze kell törni, azután borszűrő-zsákba jól ki kell a levét nyomni. Hat liter almalevélhez egy kanálnyi borkövet tegyünk, hogy hamarabb megforrjon. Fél kiló kökényt nyersen törjük össze és tegyük ezt is az almalevél közé egy nagy üvegbe, fél kiló cukorporral; az üveget bedugatlanul ritka ruhával kössük be, míg egészen kiforr és megtisztul, csak ekkor szűrjük le apró üvegekbe. Dugaszoljuk jól be, tegyük hűs pincébe*”. Végezetül egy praktika a 17. századból: „*az almát, ha az hordó borbába bocsátják, és fellyül levegő jele az, hogy igaz, és nem csávált bor; ha pedig leszáll a fenekére, vízzel keresztelték azt meg.*” ◆

hirdetés

21
MAGYAR VENDÉGLŐ
HUNGARIAN KITCHEN

MAGYAR KONYHA
21. SZÁZADI MÓDON

1014 BUDAPEST FORTUNA UTCA 21. • TELEFON: +36 1 202 2113
WWW.21RESTAURANT.HU • INFO@21RESTAURANT.HU

