

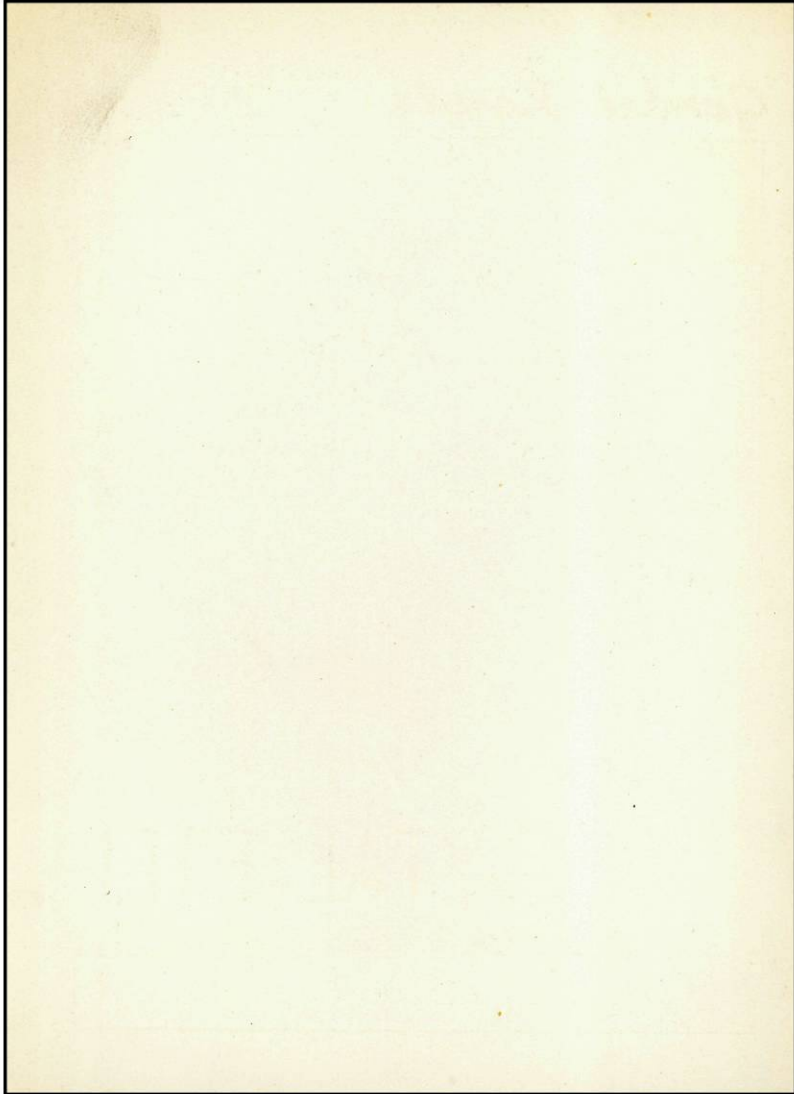
Gundel Károly

120473.

14

EGYTÁL-ÉTEL

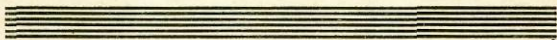
A series of five horizontal lines of varying lengths, stacked vertically, serving as a decorative separator.



*Gundel Károly*

---

EGYTÁL-ÉTEL



120473



Felelős kiadó: Ballai Károly

Merkantil-nyomda, Budapest (Fel. vez.: Horváth Ferenc)

AZ „EGYTÁL-ÉTEL” (Eintopf) fogalma Németországból származott hozzánk és lényege az, hogy az egész étkezés egyetlen tál ételből álljon, melyben a levest, a húst, a főzeléket és a tésztaneműt együtt készítjük, együtt tálaljuk s így élvezi a fogyasztó. A mi magyar konyhánk nagyon sok jóízű étellel rendelkezik, mely ezeknek a feltételeknek megfelel úgy is, amint készíteni szoktuk őket, vagy némi változtatással — a lé higításával, valamilyen, belőle különben hiányzó anyagnak, mint húsnak, zöldség- v. főzelékneműnek, esetleg tésztafélének (laska, csusza, galuska, metélt, gombóc) hozzátételével — olyanná alakítható, hogy a kívánt ételféleségeket tartalmazza.

Ám nemcsak a mi konyhánknak vannak ilyen ételei, hanem minden főzni tudó s enni szerető nép büszkélkedhetik ilyen ételekkel, mint azt a következőkben röviden ismertetem.

Hazai konyhánk legalkalmasabbnak tudott ételei a következők:

### **A gulyás**

minden leveses fajtája, bő lében, belévagdalt burgonyával, csipetkével, esetleg zöldséggel is (szegedi gulyás-csirke).



### **A palóc-leves**

— a szokottnál kissé sűrűbbre fogva — tejfeles ürügulyás burgonyával, zöldbabbal. Erősebben adagoljuk bele a húst, mint egyébként a leveshez szoktuk.

### **A betyár-leves**

tyúkból és marhaszegyből főtt húsleves, zöldséggel és csuszával.

### **Az Ujházy-leves**

tyúkhúsból vagy baromfi aprólékjából készül — természetesen májával és zuzájával — sok jóféle zöldséggel, gombával — idénye szerint csirágfejjel vagy kelvirággal — fínomra szelt metélttel. De igazán jóízű és laktató

### **Jókai bablevese**

is, melyet egytál étel céljára szintén kissé sűrűbbre — vastag levesnek vagy híg főzeléknek — készítsünk fiatal sertés körmével, fülével, farkával, belészelt füstöltkolbász-karikákkal és vastagra vágott metélttel és némi leveszöldséggel. Hasonló ételt készíthetünk szárazbab helyett nyáron zöldbabból, de télen szárazborsóból is.

### **A korhely- vagy káposzta-leves**

is jó egytál ételt ad, ha céljainak megfelelően bővebben adagoljuk bele a kolbászt és a füstölt dagadót. Gombócot vagy pirított kenyeret is tehetünk bele.

A levesek közül egytál-étellé fejleszthető az

### **Ézsau-levese,**

sűrű lencseleves, füstölt oldalassal, kolbásszal és va-

jas-galuskával gazdagítva, de alkalmas e célra a híres

#### **halászlé**

is, eredeti készítési módját úgy meghamisítva, hogy tésztát (csusztát v. metéltet) és burgonyát is főzünk bele. Étlapunkon kínálhatjuk a magyaros vadlevesek némelyikét, mint a

#### **nyúl-levest**

a nyúl aprólékjából: lapockáját, nyakát, máját, veséjét és tüdejét belevágva, vadasan: azaz áttört zöldséggel készült tejfeles lében, zsemlyegombóccal; a

#### **fogoly- vagy fácán-leves**

hasonlóképpen készítve s aszalt szilvát belefőzve.

E leveseken kívül vastagabb ételek folytatják a sort: a pörkölt- és tokányfélék, a becsináltak, a káposztás-ételek.

#### **A pörkölt-félék**

mindegyike alkalmas, némi tésztafélét (galuskát, tarhonyát, metéltet) hozzátálalva, vagy száraz köretet, mint burgonyát, rizst vagy burist, esetleg kétfélét az efajtákból. Így a borjú-, birka-, marha-, sertés-, malac-, csirke-, liba-, kacsá-, pulyka-, nyúl-, őz-, szarvashúsból készült pörkölt tehet jó szolgálatot — nyáridőben sok zöldpaprikát használva hozzá. Legkiválóbb ezek sorában az

#### **ürüppörkölt édeskáposztában,**

kockára vágott burgonyát és csipetkét főzve bele, köménymaggal fűszerezve, mely étel a berlini nemzetközi szakácskiállításon rendezett „Eintopf”-versenyen

is nagy sikert aratott, annyira, hogy a zsüri ünnepi asztalára ez az étel került az előbb említett Jókai-bab-leves mellett.

### **A tokány-félék**

előbb említett módokon főzelék- vagy tészta-pótlásokkal szintén alkalmasak, mint

**az erdélyi borsos-, a Hétvezér-, a Herány-, a zöld-borsós-, a mexikói-, a Gundel-tokány**  
vagy a „tarhonyás”-húsok

(csirke, malac, borjú, ürü).

Ilyen paprikás elkészítési módok a „serpenyőben” készült ételek: a

**serpenyős-rostélyos, sertésborda,**

s hasonlóképpen a

**a serpenyős borjúfej v. láb**

levében főtt burgonyával és vajas-galuskával.

Efajta ételek közé sorolható még a

**juhhúsos-kása**

pirított hagymával tetézve s a káposztás-ételek hosszú sora, melyek közül csak a következőket említem:

**a székely-gulyást,**

akár ma szokásos formájában csak sertéshúsból, akár az eredetiben: marha-, borjú- és sertéshúsból készítve, tejfeles, paprikás káposztában — az egytál kedvéért — bennefőtt burgonyával gazdagítva,



### **a kolozsvári káposztát**

a szokásos töltött káposzta, sertésborda, debreceni kolbász és császárhús mellé a teljesség kedvéért egy zsemlyegombócot tálalva,

### **a lucskos-káposztát**

jól megtejfjelezve, kaporral fűszerezve, füstölt dagadóval és kolbásszal, vajas-galuskával, megváltoztatva az eredeti összetételét, és a

### **a hargittai sertésborda**

májsgombóccal variálva.

### **A becsináltak**

is mind alkalmasak egytál-ételhez. Erre persze csak az ú. n. „fehér”-húsok használhatók: a borjú, a bányász és a csirke. Ezek levébe bőségesen kerüljön leveszöldség, gomba, spárga, kelvirág, zöldborsó — amint idénye engedi — s ne felejtsünk el apró gombócokat vagy galacsinokat beletenni, de tehetünk levébe rizst vagy burist is.

### **Halfélékből**

is van alkalmas ételünk, mint

### **a káposztás-csík vagy az ikrás-káposzta**

csukával, ponttyal v. süllővel, de kitűnő s kiadós étel a

### **kalocsai (rác-) ponty**

kakastaréjnak nevezett szalonnaszelettel, karikára vágott burgonyával, paprikával és paradicsommal (vagy télen lecsóval) nem takarékoskodva.

Meg kell említenem konyhánk töltött főzelékféléit, melyek némi pótlással szintén alkalmasak e célra. Ilyenek a

**töltött-tök és uborka**

kapros, tejfeles mártásban galuskával vagy rizszel,

**a töltött-kel**

**a rakott-kel,**

**a töltött v. rakott kelbimbó és kelvirág és a  
töltött paprika.**

A belsőrészekből is jóízű ételek kínálóznak. Előjár közöttük

**a pacal-becsinált és a**

**pacal-pörkölt**

bécsi vagy debreceni kolbásszal, esetleg gombóccal vagy ízlés szerint reszelt sajttal meghintve is és a népszerű

**savanyú-tüdő**

gombóccal és tükörtojással, a főzelékfélét — a növényvilág képviselőjét — citrommal pótolva.

Végül megemlítem konyhánk tésztás különlegességét, a

**húsos-rakott-palacsintát,**

mely a közismert rakott palacsinta módjára készül darálthús-, sonka-, májtöltelékkel, tejfeles gombás mártással — mely paprikás is lehet — leöntve.

A külföldi konyhák kincseiből meg kell említenem a szerbek és bolgárok

### **gyúvecseit,**

melyek alkalmatossága és változatossága (alapanyagát tekintve is) hasonló a mi gulyás- és pörkölt-féléink készítéséhez.

### **A spanyolok**

#### **olla-potrida**

(rohadt fazék) nevű étele s a hozzá hasonló

#### **Puchero**

különböző hús-, baromfi- és halfélékből, sokféle főzeléssel főtt étel, melyhez hasonló a **f l a m m a n d o k**

#### **hohepot**-ja is.

Az **í r e k n e k** világszerte ismert és kedvelt étele az

#### **Irish-stew,**

melyhez a teljesség kedvéért az ürühússal, kelkáposztával, burgonyával és zöldséggel néhány vajas-galus-kát főzhetünk.

### **A lengyelek és oroszok**

#### **moussakája**

is megfelel, de az **o l a s z** konyha

#### **risottóinak és antipastáinak**

sorában is találhatunk megfelelőket. Legalkalmasabb olasz étel talán a

#### **Minestrone,**

azonban valamilyen húsbetéttel, bőséges zöldséggel és sok reszeit sajttal.



Végül a francia konyha remekei maradnak a sorban — last but not to least — az egytál-ételek ősével élükön, melynek neve:

**Pot-au-feu** (fazék a tűzre) vagy a

**Petite marmite** (kis fazék).

E két étel inkább csak méreteiben különbözik egymástól. Az első nagyobb mennyiségben, a második adagonként készül. A marmite (cserép-fazék) egy személyre szól s tartalma főtt marhahús és csirke (v. aprólék) hagymával, póréval, sok zöldséggel, csontvelővel és pirított zsemlyével vagy kenyérrel. Ilyen leveses étel, a mi halászlénkhöz hasonló

#### **Bouillabaisse,**

mely tengeri halból, rákból, csigából készült főtt étel, melynek legfőbb fűszere a sáfrány s melynek fokhagymával megdörzsölt, olajban pirított zsemlye vagy kenyérszeletek a velejárói.

(Ehhez hasonló ételt készítenk mi magyar *bouillabaisse* elnevezés alatt pataki rákból és édesvizi halainkból, hasonlóképp sáfránnyal és fokhagymás pirítóssal.)

Alkalmas ételek — némi kiegészítéssel — a francia konyha

#### **ragout-ételei:**

csirkéből, borjúból, ürüből (navarin és az haricots de mouton), nyúlból (civet de lièvre), marhából (boeuf en daube v. à la mode), ez utóbbiak valamilyen főzelék- vagy tésztakiegészítéssel.



Kitűnő egytál-étel a délfrancia

**Ragougnasse (ragunyassz),**

melyet vajjal kikent edényben rétegesen készítenek. 1—1 réteg makarónit, Béchamel-mártást, ujnyi méltre vágott főtt sovány marhahúst, fűszerezett paradicsompürét (vagy nyáron tört paradicsomot) vagy lecsót rakunk egymásra s ugyanezt ebben a sorrendben egy-kétszer megismételjük, míg edényünk megtelt. A legfelsőbb réteget vékony Béchamel-mártással vonjuk be, reszelt sajttal meghintjük és forró sütőben megsütjük.

A francia konyha végtelen sorú változataiból kiemelhetjük.

**a kelkáposztában párolt foglyot és fácánt,**

melyek nálunk is kedveltek a finomabb konyhákon és a

**cassoulet-ket**

melyek a zsidó konyha

**sóletjének**

finomított és könnyített változatai s a

**Choucroute garnie**

nevű ételt, a körített káposztát, mely a mi disznótorunknak változata.

Kitűnő étel

**a borjúfej v. láb. teknőc-módra (en tortue)**

barna madeirás mártásban, libamájjal, miriggyel, velővel, gombával, tojással és piritóssal.

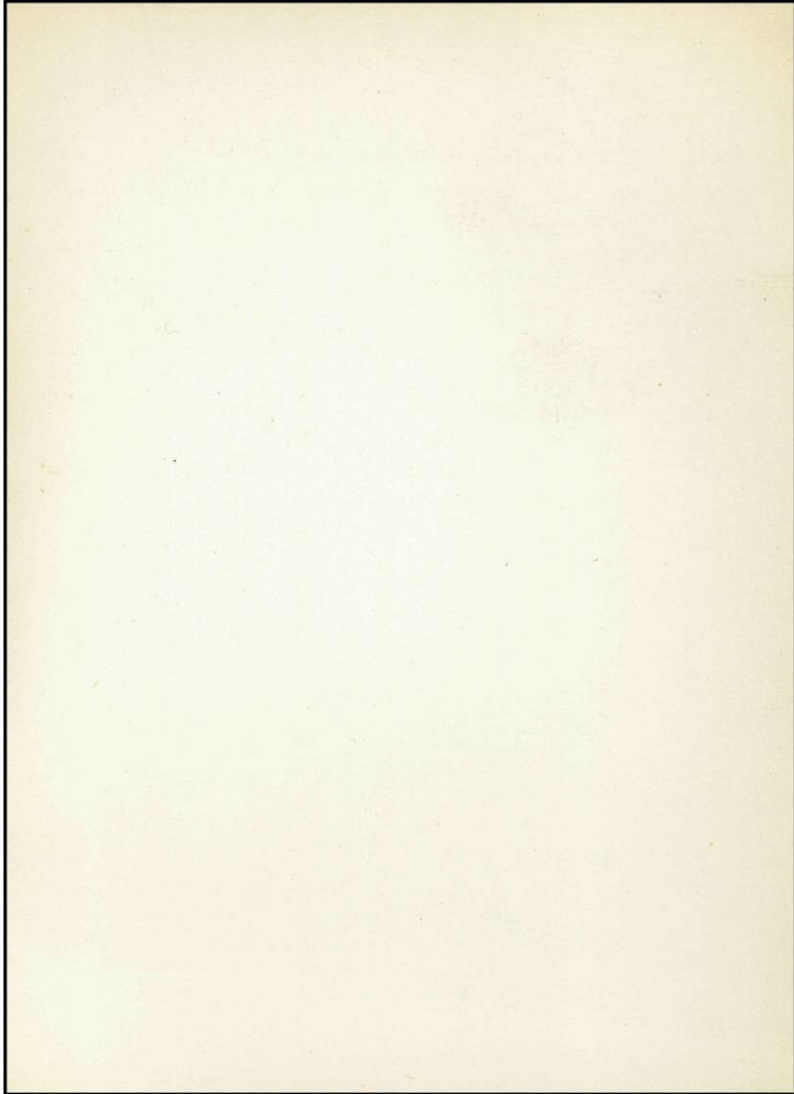
Befejezésül egy igen jóízű étel elkészítési módját adom:

**a sertésborda Champvallon-módra**

úgy készül, hogy a kikent tepsibe vagy lábosba egy réteg karikára vágott burgonyát és hagymát helyezünk s erre fektetjük a sertésbordákat, melyeket ismét egy réteg karikára vágott hagymával és burgonyával borítunk be s végül egy réteg káposztát helyezünk fölébe. Megtejfelezzük, reszelt sajttal meghintjük s így készre pároljuk.

Nagyjából ennyit markoltam kartársaim okulására és használatára, de boldog lennék, ha a kemény idők diktálta szigorú rendszabályok újabb és újabb étel-összeállítások és alkotások kifundálására ösztökelnék mestereinket s azokat lapunk legközelebbi számaiban — önzetlen közlésük nyomán — (melyre im, példát mutatni remélek) közkinccsé tehetnénk.





Felelős kiadó: Ballai Károly

---

Merkantil-nyomda, Budapest (Fel. vez.: Horváth Ferenc)