



## Wellington-bélszín - avagy tiszteletadás Jamie Olivernek

2012 március 01. Flag

### Szöveg méret

Mentés

- 
- 
- 

• [0](#)

2

Átlag: 2 (1 szavazat)

Mérték

Most el?sütjük a húst. Ha egyben van a darab, akkor ehhez elég egy nagy serpeny?, némi zsiradék, meg egy nagy csipesz. Ha visszahajtottuk volt a hús vékonyabb végét, akkor kötözzük át spárgával, vagy szűrjük meg húst?vel, hogy a helyén maradjon.

A lehet? legnagyobb serpeny?ben jól felforrósítunk némi olaj/vaj keveréket, és fél-fél perc alatt lepirítjuk a húst minden oldalán (sokkal kevésbé szökik így bel?le a nedvesség).

Kulináriai magazint tartok a kezemben. A televízióból vélhet?en közismert Jamie Oliver kiadványáról van szó, a címe **Jamie – making you a better cook**. A szóban forgó, 2011. ?szi rész alcíme **Tasty Britannia**. A hagyományos angol konyháról rengeteg el?ítélet él a nem-angolok körében. Az effajta el?ítéletek oka természetesen az akut információhiány. A magazin e száma, és az ebb?l készített fogás alapján szeretném kicsit der?sebbé tenni az összképet.

A Tasty Britannia tartalmát és külalakját tekintve egyaránt a kor színvonalán álló gasztromagazin. A receptek alaposak, min?ségre törekednek, de nem viszik túlzásba: csak nagyon kevés olyan fogás szerepel, amihez a hozzávalókat egy átlagos angol városban ne lehetne beszerezni, és a pénztárcát sem terhelik meg jobban az elvárhatónál. (Elvárható alatt azt értem, hogy aki kortárs receptkönyvb?l, „trendi” módon akar vacsorát készíteni, az készüljön fel rá, hogy valamennyivel többet kell kiadnia – cserébe az érzésért.) A fotók rendkívül ízlésesek és igen illusztratívak: hozzáért? szem számára nagyon sok mindent elárulnak a szóban forgó recept?l és fogásról egyaránt. A receptek körülbelül kétharmada Jamie Oliver tollából származik, a maradékon a magazin olvasótáborából jelentkez?k és kiválasztottak osztoznak – szerintem remek ötlet imígyen „interaktív” tenni egy nyomtatott forrást.

A modern, a nagyközönség számára készül kulináriai források minden törekvése fellelhet? a Tasty Britanniában. Szezonalapanyagokból dolgozik; igyekszik beszerzési forrást adni a jó min?ség?, háztáji alapanyagokhoz; megbecsüli a nemzeti hagyományokat, és törekszik ezek fenntartására, és, ahol lehet, jobbító finomítására is. Ellenáll a bezárkózás, a provinciális kísértésnek, és a nagyvilágba is ad kitekintést; egyszersmind ellenáll az elitizmus kísértésének, és nem ad a nagyközönség kezébe olyan receptet, amiben a hozzávalók és/vagy technikák csak a kiválasztottak és a fanatikusok számára mondanak bármit is.

A magazin 137 oldalán – sajnos rengeteg reklámmal körítve, de hát ez is egyfajta ár, amit meg kell fizetnünk – összesen 88 recept szerepel. Ezek közt vannak rém egyszerűek, vannak kissé bonyolultabbak, és vannak tapasztalt f?z?ember számára íródottak is. A receptek közt szerepel négy olasz, két francia, három texmex, három távol-keleti, végül három közel-keleti (az angol-indiai fogásokat, mint pl. a kedgeree a hazaihoz számolom). A többi túlnyomórészt angol. A szezonális és a hagyomány?rzés kívánalmainak egyaránt megfelel a magazin fókusztemája, az angol vadászat, amit természetesen a zsákmányból készült receptek kísérik. (Ha lesz friss vadhúsom, csinálok majd egy összehasonlító postot ebb?l a témából.)

Próbáltam olyan receptet kikeresni, ami egyrészt jellegzetesen angol (mivel vannak ellenvélemények is, a frankofónoktól e helyt elnézést kérek:), másrészt nem túl nehéz elkészíteni, harmadrészt ünnepi jellegével kifejezi, mennyire nagyra tartom Mr Olivert. A Wellington-bélszínre, azaz a vadgombás tésztaburokban sült marhahúsrá

esett a választás, erről szól a post recept-része:

Először is kell egy tetszés szerinti darab **bélszín**. Jelen pillanatban elég annyi, hogy – hacsak lehetséges – szakboltban vagy ismerős hentesnél vegyük, semmiképpen ne nagyáruházban. Így sem lehet biztosra menni a hús minőségét illetően, de azért jóval nagyobb eséllyel vágunk neki. A témáról később bővebben. Szóval egy darab bélszín, a vastagabbjából. A képen egy kiló hat dekás hús van, a vékonyodó végét visszahajtottam, hogy tömbformát kapjak. A hús lehet érlelt (sőt, ez a jó), lehet érleletlen, de ne pácoljuk!

A bélszínre egyfajta, gombából készült pép kerül. Előírás szerint – Jamie-nél is – **vadgombából**, de ennek híján megfelel a termesztett csiperke is. Ennek a készítménynek a neve Duxelles-mártás (noha nem mártás), így lehet utánaolvasni, akit érdekel. A következőképpen megy: a durván egy kilós húshoz hozzávetőleg 70 deka gomba kell. Mondom, lehet csiperkéből is, persze az erdei sokkal finomabb. A gombát közepes finomságúra daraboljuk, lásd a galériában. Apróra vágunk négy-öt darab **salottát**. Ez, mármint a mogoróhagyma, szintén előírás az eredeti receptben, Jamie-nél is így szerepel. Ennek híján legyen egy normál fej lilahagyma, nem fognak az asztal körül kergetni bennünket. Fogunk egy nagy serpenyőt, beledobunk jó diónyi tiszta vajat\*, és lassú tűzön homokszínűre pároljuk a hagymát. Rádobjuk a gombát, megpároljuk, változatlanul kisközepes lángon ezt is, majd felöntjük egy deci **portóival**, felhúzzuk a lángot, és szotírozzuk, azaz hirtelen, nagy hővel megpróbálunk annyi nedvességet kipárologatni belőle, amennyit csak lehet, különben a vizes gomba kiszakítja a tésztaburkot. Mikor kész, kikanalazzuk, hagyjuk kihűlni (lásd végig a galériát). Sózzuk ízlés szerint; van, aki ilyenkor szór rá késhegynyi szerecsendiót is. Amennyiben nem ítélik használhatóan „száraznak”, akkor lehet jól belekeverni kevés morzsolt szikkadófélben lévő fehér kenyéret, de rántást, zsemlemorzsát és tojást TILOS.

\* aki fél, hogy nem tudja bebarolás nélkül kezelni a vajat, az vegyen kis diónyt, és tegyen hozzá egy evőkanál olívaolajat is.

Most elősütjük a húst. Ha egyben van a darab, akkor ehhez elég egy nagy serpenyő, némi zsiradék, meg egy nagy csipesz. Ha visszahajtottuk volt a hús vékonyabb végét, akkor kötözzük át spárgával, vagy szúrjuk meg hústűvel, hogy a helyén maradjon. A lehető legnagyobb serpenyőben jól felforrósítunk némi olaj/vaj keveréket, és fél-fél perc alatt lepírítjuk a húst minden oldalán (sokkal kevésbé szökik így belőle a nedvesség).

Mikor mindez megvan, vegyünk egy teljes csomag **réteslapot**. (Haladók gyúrják meg, és nyútsák ki a tésztát :). Helyezzük a közepébe, szimmetrikusan, körülbelül fél centi vastagon a Duxelles-t. Most borítsuk rá a bélszínt fejjel lefelé, legközelebre.

Hajtsuk fel előbb a rövid, majd a hosszú oldalakon, közben végig kenegelve felvert tojással, hogy összetapadjon. Próbáljuk meg minél szorosabban „rátekeríteni” a burkot. Ha kész, megfordítjuk, és sütőpapíron előmelegített sütőbe rakjuk, az egészet átkenjük tojással. A sütés hossza, a hús korán túlmenően, attól függ, milyen állagúra akarjuk készíteni. A nemzetközi gasztronómiai életben öt fokozatú skála használatos (rare, rare-medium, medium, done, well-done), számunkra – jelen post céljára – elég a hármas beosztás: angolos, közepes, jól átsült. Én a rare mediumot szeretem, ez annyit jelent, hogy a hús közepe rózsaszín, vércsöppek előfordulhatnak. (Sikerült is, látható a képen). Aki angolosra szereti, süsse 200 fokon egy órán át, közepesre egy és egy negyed órán át, teljesen átsütve (ez ellenjavallt, a bélszínbe való beruházás így kidobott pénz lesz) másfél órát.

A végén igen éles késsel másfél-két centi vastag szeletekre vágjuk, és a krumplipürével és/vagy párolt zöldségekkel azonnal tálaljuk. Elegáns, rendkívül finom, jellegzetesen angol fogás. A nice piece of steak, innit? :)  
Nyokki - mno.hu

DR. DRÁBIK JÁNOS  
**100 ÉVVEL TRIANON UTÁN**  
DVD A trianoni gyalázaatról tabumentesen



„Egy film amelyet minden  
magyarnak látnia kell”

Ajánló

---