



## Milyen a legjobb húsvéti sonka?

2015 április 06. Flag

### Szöveg méret

Mentés

- 
- 
- 

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

#### Sonka főzése

Ha kiválasztottuk a megfelelő nagyságú sonkát, válasszunk egy olyan főzőedényt, amiben kényelmesen elfér. A sonkát tegyük az edénybe és annyi hideg vizet öntsünk rá, hogy ellepje. Közepes lángon főzzük addig, míg a víz gyöngyözik. Ezt a vizet leöntjük a sonkáról és új vizet öntünk rá, amibe már fűszereket is tehetünk: például egy 3 kg-os sonkához 15-20 szem egész bors, két közepes hagyma kettévágva, 5-10 gerezd fokhagyma, 1 mokkáskanál majoránna. Lehet ugyanebben a lében főzni a füstölt kolbászt is, amit 10 cm-es darabokra vágunk. A sonka akkor

van készen, amikor egy hosszú húst?vel megszúrva, az könnyen belemegy. Ez kb. 3 óra. Amikor a sonka már puha, kiteszük egy tátra és hagyjuk kih?lni. Szeletelve, tormával és savanyúsággal tálaljuk. A sonkát hagyhatjuk a lében is kih?lni, ha megfelel? hideg spájzunk van. Ilyenkor a lé tetejér?l leszedjük a zsírt és a f?szereket. Az így kih?lt sonkának nem barnul meg a hús része. Ha a h?tés nem megfelel?, a lé könnyen megromolhat. Figyeljünk, hogy a zsír ne akadályozza a gyors leh?lést!

Az üzletekben már megjelentek a kifejezetten húsvétra szánt termékek, és meghirdették az els?, húsvéti árucikkekre vonatkozó akciókat is. A keresked?k jelent?s mennyiség? húsféleséggel, sonkával, avagy sonkának látszó termékekkel árasztják el a piacot, pakolják tele a pultokat. Csakhogy sonka és sonka között olykor óriási a különbség.

Éder Tamás, a Magyar Húsiparosok Szövetségének társadalmi elnöke sajtótájékoztatóján kiemelte, hogy a parasztsonka csúcsmín?ségnek számít, olyan mint a Mercedes az autóiparban. Ezt azonban nem mindenki tartja számon, hiszen a jelenlegi gazdasági helyzetben a vásárlók javarésze az árakat nézi meg els?ként. Azonban húsvét idején nem biztos, hogy ez a legjobb taktika. „Inkább máskor, máson érdemes spórolni. Bár egyre több a kézm?ves, hagyományos eljárással dolgozó vállalkozás a piacon, idén a kilónként 800-1000 forintért kínált gyorspácolt termékek lehetnek a befutók. Igaz, ezeknek a készítményeknek jóval kisebb az élvezeti értéke”– vallják a Hússzövetség szakért?i.

### **Mi a sonka?**

**Pácolással és általában füstöléssel el?állított húskészítmény, fajtái:**

- Paraztsonka
- Nyers sonkák
- H?kezelt sonkák
- Formában vagy bélben h?kezelt sonkák

A sonka olyan állat combjának vagy farának húsa, amelyet levágásra nevelnek, de gyakran csak a disznó lábából származó húst nevezik így. Fogyasztható nyersen, pácolva és sütve is, de nagyon sok helyen különböz?képpen megfüstölik.

A füstölt sonkák közé tartozik az olasz prosciutto (híres képvisel?je a pármái sonka), a spanyol jamón serrano és a jamón ibérico, az angol yorki sonka, a belga ardenneki füstölt sonka és a vesztfáliai boróka fölött füstölt sonka. Az Egyesült Államokban minden állam saját, jellegzetes sonkát készít, ami lehet füstölt és füstölés nélkül készített is. Kína leghíresebb sonkája a füstölés nélkül készített Jinhua-sonka.

### **Paraztsonka**

- B?rrel és szalonnával fedett sertéscomb vagy -lapocka
- Egész/darabolt
- Hagyományosan pácolt
- Hagyományosan füstölt
- Sótartalom max. 7%

A magyar sonka régi tradíciókra épül. Ezek a gondos sózás, pácolás és persze a füstölés. A sertés combjának és lapockájának ilyen módon történ? tartósítása a magyar parasztság évszázados gyökerekre épül? tradíciója. Legelterjedtebb felhasználása természetesen a húsvéti f?tt sonka, mely nagy odafigyelés és gondos elkészítés esetében finom, szaftos sonkát nyújt a tojás mellé, de nyersen is fogyasztják és egyéb ételek ízesítésére (pl.:sonkás tészta, káposzta, bab stb.) is felhasználják.

A parasztsonka egyik legnagyobb erénye az eltarthatósága - hiszen hajdanán nem álltak rendelkezésre a napjainkban megszokott h?tési lehet?ségek. A melegek beálltáig a padláson, majd azt követ?en a h?vös kamrában tartották a sonkát.

A hagyományosan érlelt nyers (darabolt) sonka b?rös vagy anélküli. Szárazon pácolják, néhány hétig érlelik, hideg füsttel több napon át több órán keresztül füstölik. Eltarthatósági ideje: 1 hónap.

A gyorspácolt nyers sonka konyhasót és nitritet tartalmazó páclével (max. 25%) beinjektált hús, ami több napig fedőpácban érlelődik, majd hideg vagy meleg füsttel több napon, több órán keresztül füstölnek. Egy hónapig eltartható.

A gyorspácolt, fűtött sonka konyhasót, nitritet és egyéb anyagokat tartalmazó páclével (max. 25%) beinjektált hús, amit 1-2 napig érlelnek, hideg vagy meleg füsttel több órán keresztül füstölnek, vákuumcsomagolják és 72 fokon fűzik. Egy hónapig ehető.



A jó sonkához idő kell – figyelmeztette az olvasókat már 2011 áprilisában is a Kosár Online. „Ez az, amivel ma a húspár nem rendelkezik: a fenti hagyományos sonkakészítéssel ellentétben, a mai húsvéti sonkadömping termékei hetek, sőt az Országos Fogyasztóvédelmi Egyesület (OFE) élelmiszer-szakértői szerint napok alatt készülnek el. Az, ami hajdan a páclében a boróka, a fenyőmag, a koriander volt, az a nagyüzemi sonkakészítésben az emulgálószer és az ízfokozó, a glükózszirup. Hetekig tartó pácolás helyett: gyorspác – injekcióval a húsba, bükkfűst helyett bükkfűst-aroma, fűstkivonat.”

Érdeemes tehát alaposan átböngészni a csomagoláson lévő tájékoztatót, hiszen korántsem biztos, hogy azt kapjuk, amit várunk.

<http://www.kosarmagazin.hu>

**Tisztelt olvasók!** Legyenek olyan kedvesek és támogassák "lájkkal" a **Flag Polgári Magazin** facebook oldalát, a következő címen: <https://www.facebook.com/flagmagazin>  
- Minden "lájk számít, segíti a magazin működését!

Köszönettel és barátsággal!  
[www.flagmagazin.hu](http://www.flagmagazin.hu)>

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



„Egy film amelyet minden  
magyarnak látnia kell”

**Ajánló**

---