

Előszó	3	Tonhalas-zöldborsós palacsinta	26	Epres-krémes palacsinta	46
SÓS PALACSINTÁK		Köményes rakott palacsinta	26	Barackos-rizskrémés palacsinta	47
Palacsinta – alaprecept	5	Spárgás rakott palacsinta	27	Gesztenyés palacsinta	48
Hortobágyi húsos palacsinta	5	Káposztás palacsintacsiga	28	Almás-habos rakott palacsinta	48
Rukolás palacsintafalatkák	6	Juhtúrós-kapros palacsinta	28	Narancsos-túrós palacsintakendő	49
Zöldfűszeres palacsintafalatkák	6	Kolbászos palacsintatekercs	29	Csokoládés-banános palacsinta	50
Vörösboros marharagu kukoricás palacsintametélttel	6	Cukkinis palacsintarolád	29	Kávékrémés palacsinta	50
Erdei gombás palacsintametélt	7	Palacsintagratin rákkal	30	Epres-túrós palacsintagúla	50
Kapros-szalonnás palacsinta	8	Spenótos-diós rakott palacsinta	30	Fekete-erdői palacsinta	51
Hagymalekváros palacsinta	8	Sonkás-gombás rakott palacsinta	32	Túrós-barackos kakaós palacsinta	53
Zöldséges-feta sajtos palacsinta	8	Pulykás-brokkolis palacsintatorony	33	Francia palacsinta barackmártással	53
Mexikói húsos-babos palacsinta	9	Firenzei tepsis palacsinta	33	Szilvás-diós palacsinta	54
Hawaii palacsinta	9	Parmai rakott palacsinta	34	Körtés palacsinta grillázzsal	54
Gombás palacsintabatyu	10	Hideg zöldséges palacsintatorna	34	Gundel-palacsinta	54
Currys-gyömbéres palacsinta	11	Palacsintatorna		Kapros-túrós palacsinta	55
Krumplis-hagymás palacsinta	11	lasagne módra	35	Mandulakrémes palacsinta	56
Francia krumplis palacsinta	12	ÉDES PALACSINTÁK		Szentgyörgyi palacsinta	56
Bakonyi palacsinta	13	Gyümölcsös palacsintalepény	37	Almás reformpalacsinta	56
Zöldséges sörpalacsinta	14	Normandiai almás palacsinta	37	Gyümölcsös palacsintametélt	57
Céklás-rokfortos palacsintakendő	14	Cseresznyés palacsinta	38	Banános-krémés palacsinta	58
Bazsalikomos palacsinta	16	Málnás-mákos palacsintatölcsér	38	Bécsi túrós palacsintarakottas	58
Bolognai húsos palacsintatekercs	16	Meggyes palacsintatekercs	38	Almás-fahéjas palacsintabatyu	60
Káposztás palacsintatekercs	19	Meggyes-tepsis túrópalacsinta	39	Mákos palacsinta szilvamártással	60
Sütőtökös palacsinta	19	Császármorzsa – klasszikus recept	39	Szőlős-borhabkrémés palacsinta	62
Zöldséges blini, avagy orosz kelt palacsinta	20	Diós-fahéjas almatallér	39	Ananászos-habos palacsinta	63
Gombás-medve- hagymás blini	20	Epres-túrós palacsintatallér	39	Lekváros bajor palacsinta	64
Lazacos blini	21	Áfonyás palacsintatallér	40	Narancskrémés palacsintatorna	64
Cukkinis-sajtos palacsintabatyu	21	Amerikai palacsinta	42	Csúsztatott palacsintatorna	64
Camemebert-es rántott palacsinta áfonyával	22	Pancake – másképpen	42	Örmény rakott palacsinta	67
Sonkás rántott palacsinta	23	Gofri, azaz bordás palacsinta	42	Erdei gyümölcsös palacsintatorna	67
Húsos rántott palacsinta bormártással	23	Gyümölcsös zsákamacska	43	Palacsintatorna	
Kínai palacsinta	24	Alma bundában	43	Rákóczi módra	68
Libamájás párizsi palacsinta	24	Fagylaltos sült palacsinta	43	Citromos-habos palacsintatorna	68
Paradicsomos-sajtos palacsinta	25	Francia narancsos palacsinta	44	Hasznos tudnivalók	69
Mangoldos-ricottás rakott palacsinta	26	Mandulás lángoló palacsinta	45	Betűrendes tárgymutató	70
		Kakaós-grépfrutos palacsinta	45		



Szőlős-borhabkrémes palacsinta ▲

Szőlős-borhabkrémes palacsinta

Elkészítési idő: 1 és 1/4 óra
+8-12 óra pácolási idő
1 adag: 850 kcal/3553 kJ

- ◆ 400 g fehér és piros csemegeszőlő vegyesen
- ◆ 1 dl tokaji aszú/portói bor
- ◆ 40 g (arany)mazsola
- ◆ 4 ek. brandy

A palacsintához:

- ◆ 150 g finomliszt
- ◆ 1 csipet só

- ◆ 2,5 dl tej
- ◆ 2 tojás
- ◆ buborékos ásványvíz vagy szóдавíz
- ◆ 2 ek. rum ◆ 2 ek. olaj

A töltelékhez és a mártáshoz:

- ◆ 5+1 dl muskotályos fehérbor
- ◆ 3 kisujnyi citromhéj
- ◆ 5-6 szegfűszeg
- ◆ kisujnyi fahéjrúd
- ◆ 6 tojás ◆ só
- ◆ 80+60 g porcukor + a szóráshoz
- ◆ 1 tasak vaníliás pudingpor
- ◆ 80 g kristálycukor

◆ Előző este *bepácoljuk a gyümölcsöket*: a szőlőszemeket megmossuk, a nagyobbakat félbevágjuk, magjaikat késheggyel kiemeljük, meglocsoljuk a borral, lefedjük, másnapig hidegre tesszük. A mazsolát forró vízzel leöblítjük, lerázzuk róla a vizet, hozzákeverjük a brandyt, lefedjük, másnapig szobahőmérsékleten érleljük.

◆ Másnap a *palacsintához* a felsorolt hozzávalókból, az *alapszeptnél* leírt módon (5. oldal) palacsintatésztát keverünk, majd 8 palacsintát sütünk belőle, és félretesszük.

◆ Miközben a massa pihen, a *töltelékhez* 5 dl bort felforraltunk a citromhéjjal, a szegfűszeggel és a fahéjjal, fedő alatt 10 percig pihentetjük, aztán leszűrjük.

◆ A tojásokat kettéválasztjuk, a tojásfehérjéket 1 csipet sóval felverjük, majd 80 g apránként hozzáadott porcukorral kemény habbá verjük. A tojások sárgáját összedolgozzuk a maradék 60 g porcukorral, a pudingporral, a maradék 1 dl hideg borral és a forrált bor felével. Gőz fölött habosra keverjük-sűrítjük, levesszük a gőzről, azonnal hozzáadjuk a maradék bort, lyukas fakanállal lazán-óvatosan beleforgatjuk a tojáshabot, és hideg vízfürdőbe állítva kihűtjük.

◆ A *mártáshoz* világosbarnára pirítjuk a kristálycukrot, felöntjük 1/2 dl vízzel, és szelíd tűzön addig forraljuk, amíg a cukor felolvad. Hozzáöntjük a szőlő alól a bort, 3-4 percig forraljuk, aztán beleforgatjuk a szőlőt, és éppen csak összeforrósítjuk.

◆ A sütit előmelegítjük 200 °C-ra. A mazsolát levével együtt a borhabkrémbe keverjük. A palacsintákat munkalapra terítjük, arányosan elosztva elsimítjuk rajtuk a krémet, batyuszerűen összehajtogatjuk, és két sorban, kissé egymásra csúsztatva csinos sütőtálba sorakoztatjuk. Néhány perc alatt átforrosítjuk a sütőben, részlegesen bevonjuk a mártással, melléjük-köréjük szedjük a szőlőt, és mihamarabb tálaljuk. Tetejüket megszórhatjuk fátyolnyi porcukorral, durvára vágott dióval, mogyoróval is.

Ananászos-habos palacsinta

Elkészítési idő: 1 és 1/4 óra
1 adag: 758 kcal/3166 kJ

A palacsintához:

- ◆ 150 g finomliszt
- ◆ 1 csipet só
- ◆ 2,5 dl tej ◆ 2 tojás
- ◆ buborékos ásványvíz vagy szóдавíz
- ◆ 2 ek. rum ◆ 2 ek. olaj

A krémhez és a töltelékhez:

- ◆ 6 tojássárgája
- ◆ 140 g finomított kristálycukor
- ◆ 2 tasak bourbon vaníliás cukor (20 g)
- ◆ 2 ek. étkezési keményítő vagy vaníliás pudingpor
- ◆ 5 dl tej
- ◆ 8 ananászkarika (konzerv)
- ◆ diónyi vaj/margarin
- ◆ 2 ek. brandy
- ◆ 50 g fenyőmag/mandulapálcika
- ◆ 2 tojásfehérje ◆ 50 g porcukor

◆ A *palacsintához* a felsorolt hozzávalókból, az *alapszeptnél* leírt módon (5. oldal) palacsintatésztát keverünk, majd 8 palacsintát sütünk belőle, és félretesszük.

◆ A *krémhez* a tojássárgákat habosra keverjük a kristály- és a vaníliás cukorral. Apránként hozzáadjuk az étkezési keményítőt, majd a tejet, habverővel simára eldolgozzuk, és gőz fölött vagy szelíd tűzön, folyamatosan keverve sűrűre főzzük. Gyakran megkeverve langyosra hűtjük.

◆ Közben az ananászt kiemeljük a levéből, alaposan lecsepegtetjük, papírkendővel felitatjuk róla a nedvességet. Serpenyőben felhevítjük a vaját/margarint, beletesszük az ananász-

karikákat, alájuk öntjük a brandyt, erős tűzön mindkét oldalukat aranybarnára sütjük, kissé karamellizáljuk, végül tányérra szedve félretesszük. A serpenyőbe szórjuk a fenyőmagot, folyamatosan keverve kissé megpirítjuk, tányérra csúsztatjuk (a forró serpenyőben továbbpirul és megég!).

◆ Csinos, négyszögletes sütőtálba simítjuk a krém egyharmadát. A palacsintákat munkalapra terítjük, mindegyik közepére 1 ananászkarikát helyezünk, arányosan elosztva megszórjuk a fenyőmaggal, és batyuszerűen összehajtogatjuk. 4 palacsintát a krémbe ágyazunk, megkenjük a maradék krém felével, aztán tetejükre helyez-

zük a maradék 4 batyut, és bevonjuk a maradék krémmel.

◆ A tojásfehérjéket 1 csipet sóval felverjük, majd 50 g apránként hozzáadott porcukorral tömör-fényes habbá verjük. Csillagcsőrös habzsákba szedjük, és átlós girlandokat formálva bevonjuk vele a palacsintabatyuk tetejét. 220 °C-ra előmelegített (vagy grill-) sütőben enyhe pirulásig sütjük (8-10 perc). Citromfűbóbitákkal vidámítva, azonnal tálaljuk.

TIPP:

Még finomabb, ha a palacsintatésztához olaj helyett 30 g olvasztott vaj/margarint használunk.

▼ Ananászos-habos palacsinta



Lekváros bajor palacsinta

Elkészítési idő: 40 perc
1 adag: 628 kcal/2623 kJ

- ◆ 3 tojás ◆ 1 csipet só
- ◆ 30+30 g porcukor+a szóráshoz
- ◆ 1 tasak vaníliás cukor (10 g)
- ◆ 100+20 g lágy vaj/margarin
- ◆ 3 dl tej
- ◆ 200 g finomliszt
- ◆ 100 g sárgabarack-/eperlekvár
- ◆ néhány citromfű-/mentabóbita

◆ A tojásokat kettéválasztjuk, a tojásfehérjéket 1 csipet sóval felferjük, majd 30 g apránként hozzáadott cukorral és a vaníliás cukorral kemény habbá verjük. 30 g cukorral habosra keverünk 100 g vajat/margarint, egyenként beledolgozzuk a tojások sárgáját, majd a tejjel váltakozva a lisztet, végül óvatosan beleforgatjuk a tojáshabot.

◆ Vajjal/margarinnal vékonyan kikenünk egy kb. 20 cm átmérőjű palacsintasütőt/teflonserpenyőt, beleöntjük-simítjuk a massa 1/4-ét. Szelíd tűzön mindkét oldalát aransárgára sütjük, csinos tűzálló tátra csúsztatjuk, és megkenjük a lekvár 1/3-ával.

◆ A maradék masszából további 3 palacsintát sütünk. Kettőt megkenünk a maradék lekvárral, egymásra helyezük őket, az utolsót azonban üresen borítjuk az előző lekváros palacsinta tetejére. Megkenjük a maradék 20 g vajjal/margarinnal, megszórjuk egy kevés porcukorral, majd 200 °C-ra előmelegített sütőben éppen csak átforsítjuk (8-10 perc).

◆ Meghintjük még egy kevés porcukorral, citromfű-/mentabóbitákkal díszítjük, és csak az asztalnál szeleteljük. Langymelegen a legfinomabb. További felforsított lekvárt, kompotot, néhány szem friss gyümölcsöt kínálhatunk hozzá.

Narancskrém palacsintatorta

Elkészítési idő: 1 és 1/4 óra
1 szelet: 287 kcal/1200 kJ

8 szelethez:

A palacsintához:

- ◆ 160 g finomliszt
- ◆ 1 tasak csokoládés pudingpor
- ◆ 1 csipet só ◆ 4 dl tej ◆ 4 tojás
- ◆ buborékos ásványvíz vagy szóдавíz ◆ 2 ek. rum ◆ 2 ek. olaj

Továbbá:

- ◆ 1 narancs héja ◆ 3 dl tej
- ◆ 1 tasak vaníliás pudingpor
- ◆ 2 tojás ◆ 50+50 g cukor
- ◆ 1 tasak vaníliás cukor (10 g)
- ◆ diónyi vaj/margarin
- ◆ 100 g narancslekvár
- ◆ citromfűbóbita vagy kandírozott narancshéj

◆ A palacsintához a lisztet és a pudingport keverőtálba szitáljuk, majd a többi hozzávalóval együtt, az *alapreceptnél* leírt módon (5. oldal) palacsintatésztát keverünk, és 8-10 vastagabb palacsintát sütünk belőle.

◆ Miközben a tészta pihen, a krémhez a narancs héját forró folyó víz alatt alaposan megmossuk, szárazra töröljük. A tejjel simára-csomómentesre eldolgozzuk a pudingport. A tojásokat kettéválasztjuk, a tojásfehérjéket letakarjuk, félretesszük.

◆ A tojássárgákat habosra keverjük 50 g cukorral, apránként hozzáadjuk a pudingos tejet, és szelíd tűzön vagy gőz fölött, folyamatosan keverve sűrű krémmé főzzük. Lehúzzuk a tűzről, hozzáadjuk a vaníliás cukrot, belereszeljük a narancs héját, és kihűtjük.

◆ A sütőt előmelegítjük 180 °C-ra. Kikenünk vajjal/margarinnal egy csinos, nem túl mély, kerek sütőedényt. Aljára terítünk 1 palacsintát, megkenjük lekvárral, azután palacsinta,

pudingkrém, palacsinta, lekvár stb. következik, amíg a hozzávalók el nem fogynak – a tetejére lekvárral megkent palacsinta kerüljön. Betesszük a sütőbe, 10-12 percig forrosítjuk.

◆ A félretett 2 tojásfehérjét 1 csipet sóval felferjük, majd a maradék, apránként beleszórt 50 g cukorral tömör-fényes habbá verjük. A palacsintatorta tetejére simítjuk-kócosítjuk, visszateszük a sütőbe, és csak addig sütjük, amíg a hab világosdrappra pirul (10-12 perc). Hagyjuk langymelegre hűlni, citromfűbóbitával vagy kandírozott narancshéjjal díszítjük, tortaszerűen szeleteljük.

Csúsztatott palacsintatorta

Elkészítési idő: 1 és 1/2 óra
1 szelet: 496 kcal/2069 kJ

12 szelethez:

A csúsztatott palacsintához:

- ◆ 2,5 dl tej ◆ 2,5 dl tejszín
- ◆ 1 citrom reszelt héja
- ◆ 8 tojás ◆ 100 g lágy vaj/margarin+a sütéshez ◆ 80 g porcukor
- ◆ 200 g rétes-/fogós liszt
- ◆ 1 csipet só
- ◆ 5 tasak vaníliás cukor (50 g)

A töltelékhez:

- ◆ 80 g darált dió + 6 felezett dió a díszítéshez
- ◆ 80 g porcukor+a szóráshoz
- ◆ 250 g sárgabaracklekvár
- ◆ 50 g instant csokoládépor
- ◆ 1 szál citromfű

A csokoládémártáshoz:

- ◆ 2 dl tejszín ◆ 2+1 dl tej
- ◆ 150 g étcsokoládé
- ◆ 3 tojássárgája ◆ 40 g porcukor
- ◆ 2 tasak bourbon vaníliás cukor
- ◆ 1 kk. étkezési keményítő
- ◆ 1 narancs reszelt héja
- ◆ 2 csapott ek. kakaópor



▲ Csúsztatott palacsintatorta

◆ A palacsintához a tejet és a tejszínt összeöntjük. A citromot és a tojásokat alaposan megmossuk, a citromot szárazra töröljük, a tojásokat kettéválasztjuk, a fehérjéket keverőtálba csúsztatjuk, félretesszük. A vajat/margarint habosra keverjük a porcukorral, egyenként beledolgozzuk a tojássárgákat, hozzáadjuk a citrom reszelt héját, végül a tejszínes tejjel váltakozva beleszórjuk a lisztet, és simára-csomómentesre keverjük. Lefedjük, 15 percet pihentetjük.

◆ Közben a töltelékhez összekeverjük a diót a porcukorral. A baracklekvárt felforsítjuk, fém szitakánálban áttörjük.

◆ A tojásfehérjéket 1 csipet sóval felferjük, apránként beleszórjuk a vaníliás cukrot, kemény habbá verjük, végül több részletben, óvatosan beleforgatjuk a palacsintamasszába.

◆ És most jön a némi figyelmet igénylő sütés-építés: először is mindent (egy csinos, lapos hőálló tálat is), a

kezünk ügyébe készítünk. Mogyorónyi vajjal/margarinnal felforsítunk egy 20-22 cm átmérőjű teflonserpenyőt, azután visszakapcsolunk takarékra. A serpenyőbe öntünk-simítunk 1,5 kis merőkanál masszát, de csak az egyik oldalát sütjük meg (kb. 3 perc) és a hőálló tátra csúsztatjuk úgy, hogy rezgős oldala legyen fölül.

◆ Amíg a következő palacsinta sül, az első palacsintát megkenjük lekvárral, a másodikat megszórjuk 2 ek. cukros dióval, a harmadikat csokoládéporral, majd ismét palacsinta stb. következik, amíg a hozzávalók el nem fogynak (10-12 darab lesz a masszából). Az utolsó palacsintát sült oldalával fölfelé borítjuk a torta tetejére, és „csupaszon” hagyjuk.

◆ A csokoládémártáshoz összekeverjük a tejszínt 2 dl tejjel, beletördeljük a csokoládét, és addig forraljuk, amíg a csokoládé teljesen fel nem olvad. A tojássárgákat kikeverjük a porcukorral és a vaníliás cukorral, eldol-

gozzuk benne az étkezési keményítőt, a narancshéjat, végül a maradék 1 dl hideg tejjel felváltva a kakaóport. Apránként hozzáadjuk a forró csokoládés tejszínt, visszaöntjük a lábakába, és folyamatosan keverve éppen csak besűrítjük (1 perc).

◆ Tálalás előtt 180 °C-ra előmelegített sütőben átforsítjuk a palacsintatortát (15-18 perc), hűlni hagyjuk. Ezután meghintjük fátyolnyi porcukorral, közepét a felezett diószekekkel, citromfűbóbitával díszítjük, és tortaszerűen szeleteljük. A mártást melegen kínáljuk hozzá. Az átforsított torta kihűlve is pompás!

MEGJEGYZÉS:

Vendégvárónak is ideális, mert a tortát előre megépíthetjük, tálalás előtt csak át kell forrosítani (ha a hűtőben tároltuk, hideg sütőben kezdjük, hogy a belseje is átmelegedjen, így 20-25 perccel több idő szükséges hozzá!).