

Tartalom

Előszó	8
Bevezető – miért született meg és miről szól ez a könyv?	11
<hr/>	
A KERT – ÖSSZHANGBAN A TERMÉSZETTEL	22
Hogyan kerültünk a szigeti kertbe?	25
A kert szerepe a növénytermesztésen túl – ezt adja nekünk a zöldségeken kívül	37
Így gondoskodunk a kertről, hogy minél többet kaphassunk tőle – Pati mesél a kert gondozásáról	41
Kertlakó növényeink	71
<hr/>	
A SÉFASZTAL – RECEPTEK A KERTÉTTEREMBŐL	88
Kertből az asztalra – Gábor mesél a konyhakerti gasztronómiáról	91
Hogyan érdemes használni a recepteket?	119
Nyitnikék	124
A meleg szerelmesei	166
Hidegben melegen	220
Menüjavaslatok	281
Ízesítők, színesítők	287
<hr/>	
Horváth Gábor, a Séf és Török Patrícia, a Kertész	299
Kaunitz Tamás, a Fotós	300
Köszönet	303
Név- és tárgymutató	304



• **A produktivitás örömét adja:** óriási élmény meg tapasztalni, hogy az ember két keze munkájának közreműködésével létrejön egy működő egység, és csodálatos tiszta zöltségek teremnek. A kísérletezés és a „semmitől valami” létrehozásának az örömét kaptuk a kerttel.

• **Környezettudatosságra nevel.** Ha az ember maga termeszti meg az asztalra valót, amit elfogyaszt, a saját szemével látja egyrészt azt, hogy milyen munka árán lehet ahhoz hozzájutni, másrészt hogy hogyan fejlődik napról napra a növény hosszú hónapokon vagy éveken keresztül, és hogyan neveli ki a terméseit, így ötször is meggondolja, kidobjon-e valamit a kukába. És ha végül mégis kidob valamit, azt is átgondolja, hova kerüljön a „hulladék”, hiszen szinte minden használható valamire – ha másra nem, a következő növények táplálására.

• **Inspirál, új távlatokat nyit a séf kreativitásának:** a szezonnak megfelelően egymás után vagy épp egy időben érő növények, a távoli vidékek nálunk termőre forduló növényei és a természet adta források között barangolva egyszerre van a szem előtt a teljes, végtelen tárház, amiből meríthet. Ihletet ad a látvány, a színek, az illatok és ízek kavalkádja – az inspiráló környezetben lenyűgözően szórakoztató tevékenységgé és alkotó folyamattá válik felfedezni, mi minden készíthető a kertben elérhető növényekből.

• **Biztonságérzetet ad, mert csökkenti a kiszolgáltatottság érzését.** Egészen kicsi helyen meglepően nagy mennyiségű ételkészlet előállítható okosan tervezve és gazdálkodva. Ráadásul az ember egészen pontosan tudja, hogy mit eszik, hogy az hogyan termett, mit kapott a növekedése során – így biztos lehet benne, hogy semmi olyasmit nem fogyaszt, amit nem szeretne.

• **Épp ezért jócskán csökkenthetjük a kiadásokat a háztartásban.** Ha a frissen el nem fogyasztott zöltségeket feldolgozva eltesszük üvegekbe vagy fagyasztóba, egész évre elláthatjuk magunkat értékes ételkészletekkel.



A polikultúras termesztés a monokultúrákkal szemben több szempontból is előnyös egy konyhakertben is. Amellett, hogy a különböző növényfajok védik egymást és támogatják egymás fejlődését, ugyanannak a növényfajnak a különböző kisebb állományai elszórtan a kert több ágyásában egymástól távol esnek, így kevésbé terjednek a betegségek, vagy legalábbis kevesebb növényt fertőznek meg, mire észbe kapunk.

Ágyások folyamatos használatban: nincs üres ágyás – senki kedvéért nem lassítunk!

Mivel viszonylag kis terület áll a rendelkezésünkre, igyekszem minél ügyesebben koordinálni az ültetéseket, hogy a termesztési szezonban minél nagyobb termésmennyiséget takaríthassunk be. A letermett növényeket amint lehet, kiszedjük az ágyásokból, és a helyükre rögtön beültetjük az újabb növényeket, így tudjuk hatékonyan kihasználni azt a viszonylag rövid időszakot, amíg szabadföldön megteremnek a növények, hogy minél nagyobb mennyiségű zöldséget takaríthassunk be egy szezon alatt. Egy ágyásban így minimum két-, de egyre gyakrabban akár háromféle növényt is fel tudunk nevelni kora tavasztól késő őszig. A február végén elvetett salátát, retket vagy spenótot május végén cukkini vagy bab követheti, ami után a nyár végén ismét vethetünk vagy palántázhatunk salátát, spenótot, rukkolát, borsót, spárgababot, késői káposztaféléket vagy ázsiai mustársalátákat. Az egész szezon során folyamatosan nevelünk palántákat, hogy ezzel is gyorsítsuk a folyamatokat: ha a kikerülő spenót helyére palántaként ültetjük be például a cukkinit, nem pedig a magokat vetjük el, nem kell még heteket várnunk arra, hogy kicsírázzon a mag, kibújjon a földből, leveleket fejlesszen, virágokat hozzon és végül termőre forduljon, hanem a beültetés után már hamarosan hozni kezdi az első virágait. A legkisebb hely is jól kihasználható, ha addig, amíg a később nagyobbra növekvő növények (például paradicsom, káposzták, padlizsán) palántái még kicsik, közéjük vetünk vagy ültetünk kisebb termetű, gyorsan megnövő és betakarítható zöldségféléket (rukkolát, salátát, retket).

Termésmaximalizálás a helykihasználáson túl

1. Folyamatos levélszedés a tövek meghagyása mellett

Nemcsak azzal tudom jelentősen megnövelni a beárított termények mennyiségét, hogy egyfolytában teleültetve tartom az ágyásainkat, hanem azzal is, hogy az arra alkalmas zöldségfélékről – jellemzően a salátákról, levélzöldségekről – folyamatosan szedem az ehető részeket. A tépősaláták, a rukkola és az ázsiai mustársaláták például tökéletesen alkalmasak arra, hogy akár 6–8 héten keresztül hetente leszedjük a külső leveleiket anélkül, hogy a közepüket, a saláták „szívét” megsértenénk, így állandóan el lehet látni a konyhát zöld alapanyaggal. Ugyanezt a tépőkáposztákkal is hasonló módon megtehetjük (nálunk főleg fodros kel, orosz vörös tépőkel, toszkán fekete kel terem), kiváló főzeléknek, párolni, tölteni vagy salátának való alapanyagot nyerhetünk egyetlen töről hosszú hónapokon át. A káposztafélék nagy része ráadásul egész télen át szedhető, így a nagy hidegekben is el vagyunk látva friss zöldekkel. A mángoldot és a sóskát tavasszal elvetve egész évben folyamatosan szüretelhetünk – ehhez mángoldból akár néhány tő is elég lehet, ráadásul a növények bent is hagyhatók a talajban, és a mángold akár télen is, a sóska pedig az erősebb fagyokig, aztán kora tavasztól ismét egész szezomban szedhető.

2. Sok zöldségnek több része felhasználható, mint gondolnánk

A reteknek például szó szerint minden része használható a konyhában, a fiatal levelei is; a mángold szárából ízletes savanyúság készíthető, a sárgaréz zöldből szuperfinom „peszto” készülhet. A fiatal karalábé levelei a spenóthoz hasonlóan használhatók; a borsónak ehető a hajtása és a virága, a cukorborsónak a héja. A velő- és a kifejtőborsó, ha megöregedne, mielőtt leszedjük, megérve és megszártva sárgaborsóként használható. A gyökere bent hagyva a gyökérral szimbiotikus viszonyban élő nitrogénkötő baktériumokkal tápanyagot biztosít a következőként az ágyásba kerülő növényeknek, a héja és a zöldje pedig tökéletesen funkcionál talajtakaró mulcsként, aztán lebomolva talajépítő szerves anyagként és tápanyagforrásként. A zöldség-

növények sokoldalú konyhai felhasználására persze Gábor mutat majd fogásokat a receptek és konyhai tippek között – egészen meglepő, milyen kevés az a zöld „hulladék”, aminek tényleg a komposztban kell végeznie! Így ami mégis megmarad, az sem válik haszontalanná, úgyhogy nem is szeretjük hulladéknak nevezni: a körforgás részeként – épp ahogy ez a természetben is történik – végső soron a következő szezonterményeinek a táplálásában jut szerephez.

3. Rövid tenyészidejű fajták választása

Egy-egy zöldségfélén belül számos olyan fajtát találunk, amelyek rövidebb idő alatt megnőnek vagy termőre fordulnak, mint más, hosszabb tenyészidejű társaik. Hamar kikerülnek az ágyásból, és máris mehet a helyükre az újabb palánta.

4. Palánták folyamatos előnevelése

Amint egy növény leterem, a helyére egy már jó fejlettségi állapotban levő újabb növény kerül, ami néhány hét alatt termőre fordul.

5. A magok előcsíráztatása vetés előtt

A legapróbb magok kivételével (mint amilyen a sárgarépa, a petrezselyem, az amaránt vagy a zeller) egy napra vízbe szoktam áztatni a magokat, ami sokkal gyorsabb csírázást eredményez, így nem kell napokig az asztalon dobolnom arra várva, hogy a földből szép lassan megszívják magukat vízzel, csírázásnak induljanak, és a kis növények végre elődugják a fejüket. Így persze hamarabb kiültethetők a palánták, arról nem beszélve, hogy a nappalit is jóval rövidebb ideig torlaszolja el az ültetőládák...

Csodaelixírek: a növényi ázalékok

A leggyorsabb és leglátványosabb változást a növények fejlődésében a csodaelixírek segítségével érjük el. Tényleg leesett az állunk, amikor először öntöttünk a fejlődésben levő palántáink tövéhez erjesztett csalánlét a környéken begyűjtött csalán háromhetes áztatása, szűrése, majd hígítása után. A növények néhány nap után olyan látványos fejlődésnek indultak, hogy szinte szabad szemmel látható volt, ahogy nőnek. Ahogy belejöttünk az ázalékkészítésbe, a második évben már az ajándékba kapott, majd nálunk növekedésnek indult fekete nadálytővel értünk el ugyanilyen látványos eredményt.





A dél-amerikai vonalat képviseli a chia, ami a bimbónevelésig már eljutott, de tovább még nem; a quilquiña, az egyik legkülönlegesebb ízű zöldfűszerünk; a „három nővér” ágyás egymás fejlődését támogató terményei, köztük a lila szemeket nevelő perui bíbor kukoricával; a különleges ízű tomatillo vagy perui földicseresznye, az üvegpohárhoz hasonlóan vékony és roppanós héjú ancho grande paprika, a gyönyörűségees golgotavirág, az uborkaízű mexikói egérdinnye és a földbe fúródó virágot nevelő földimogyoró.

Ázsiát, a Távol-Keletet idézi meg számunkra a kertben a rizómákat növesztő kurkuma, gyömbér és galangál, a minden évben hatalmas bokrot nevelő thai citromnád, a macskamágnes koreai menta, a rengetegféle formában pompázó ázsiai mustársaláták (wasabino, namenia, mizuna, tatsoi), a sokoldalúan felhasználható távol-keleti káposztafélék (michihili, kínai kel, pak choi), a gyümölcsök közül a szuperélelmiszerként számon tartott gojibogyó, a természetes fává nőző és temérdek gyümölcsöt nevelő kínai datolya, a fűszerezésre használt szecsuanai bors és thai bazsalikom, illetve a citrusok közül a kaffir lime és a yuzu.

A közel-keleti jövevények közé tartozik a magról nevelt gránátalma és az aranyárban mért fűszer, a sáfrány.

Afrikából képviselteti magát a kertben a pirítva finom csemegeként, megőrölve pedig lisztként használható földimandula, amelynek az olaja is értékes; a savanykás ízű csészeleveleket nevelő rozella vagy teahibiszkusz, és a raguk sűrítésére használható, bár földrajzilag vitatott eredetű okra.

Ausztrália a kaviárlime-ját adta a növénygyűjteményünknek, egy különleges citrusfélé, amit Gábor a leginkább halas ételek díszítésére, kiegészítésére szeret használni.

Az európai kontinensről elsősorban a Mediterráneum növényei tartoznak a kedvenceink közé: a sokarcú citrusok (citrom, grépfrút, télálló vadcitrom, lime, Meyer citrom, mandarin, vérnarancs), a gyümölcsével és leveleivel is hasznos füge, a rózsabogarak kedvence, a látványos virágot nevelő articsóka és a tiszteletre méltó külsejű olajfa.



tudtad?

Így tudsz magadnak saját citrusfát szaporítani

Ez viszonylag hosszabb projekt, de ha szeretsz kísérletezni, magokat csíráztatni és növényeket nevelgetni, akkor érdemes néhány citrom- vagy még inkább pomelómagot eldugdosnod ide-oda (az utóbbiak előnye, hogy jóval intenzívebben növekednek és hamarabb olthatóvá válnak), és jó eséllyel több fácskád is lesz belőlük, amelyeket aztán egy-két év múlva megpróbálhatsz beoltani egy termő fáról vágott oltóággal (ilyeneket ma már elég könnyen be tudsz szerezni, hiszen egyre többen tartanak citrusfélét, és a közösségimédia-csoportokban könnyen találsz a közeledben olyat, aki az amúgy is rendszeresen metszett fájáról szívesen ad neked egy ágat). Ezután pedig hamarosan a saját fádról szüretelheted a kaviárlime-ot (más néven ausztrál vagy finger lime) vagy a kaffir lime levelét, ha például valamilyen távol-keleti ételt készítenél.





október végéig ontja kilószámra a savas, édes, húsos, leveses, vagy épp savszegény és kevésbé lé-
dús, aszalni való terméseit. A felhasználása is színes
– tényleg kedvünk szerint válogathatunk a témér-
dek lehetőség között.

Sok szót nem érdemes vesztegetni a gyerekeveinket
végigkísérő magyaros-menzás-házias paradicsomle-
ves-betűtészta, paradicsommártás-főtt marha, vagy
esetleg paradicsomos káposzta-sertéspörkölt kom-
bók jobb-rosszabb élményeire. Viszont készíthetünk
a paradicsomból rengeteg izgalmas fogást és sokféle
ételkiegészítőt is, a nap ízeivel gazdagított, igazi
delikátokat. A paradicsomról azt szokták mondani,
hogy egyfajta umamiként dolgozik akár már nyers
állapotában is, ha kellően savas, édes fajta kerül
a tányérunkra. Ha ezeket az ízeket még koncentráljuk
is aszalással, konfitálással, az aszalványt pedig igazán
jó ízű szűz olívaolajjal öntjük fel, és eltesszük egy-
két évre a kamra mélyére, amit így kapunk, annak
az értéke vetekszik az aranyéval. Elképesztő ízek
jönnek elő az olajból és a paradicsomból egyaránt.
A paradicsomlekvár is hasonló kifutással kecsegtet
bennünket. Ráadásul a fűszereket is kedvünk szerint
variálhatjuk hozzá. Nagyszerű élmény sajtokhoz,
polentához, káposztákhoz, pástétomokhoz. Persze
ezek az eljárások nem új keletűek, nem tegnap talá-
ta fel őket az emberiség; inkább egy összefoglalót
adok itt a teljesség igénye nélkül.

Nézzünk meg néhány paradicsomvariációt:

- **Színes paradicsomok egyvelege:** már a színe-
ikkel elkápráztatnak, és szinte jóllakatnak ezek
a gyönyörűségek. Napmelegen, csak úgy habzsolva,
de – és itt kezdődik a véget érni nem akaró felsor-
olás – már az is elég, ha csak roppanós sóvirággal
szórjuk meg a falatokat, esetleg olívával is meg-
locsoljuk. Ha pedig bármelyiket vagy mindegyiket
hozzáadjuk a bazsalikom, menta, mozzarella, rukko-
la, nektarin vagy szárított sonka közül, akkor a nyár
legfinomabb salátáját tehetjük az asztalra.

- **Paradicsomvíz:** a gyümölcs egyszerű esszenciája.
A paradicsom áttetsző, kristálytisztá leve, annak
igazán tömény, friss ízével. Levesek, mártások
ízésítésére, a legkülönbözőbb ételek kiegészítésére
alkalmas, de lehet akár sorbet-k alapja is.

- **Konfitált paradicsomszirom:** a héjától és a levétől-
magjaitól megszabadított paradicsomot cikkekre
vágva, kevés olajjal lekenve, sóval-borssal ízesítve
80 °C-on sütőben „konfitáljuk”. Koncentrált ízű
paradicsomhús, a konfitálás idejétől függően pu-
hább vagy szikkadtabb állaggal. Kiváló kiegészítője,
ízésítője akár tatárnak, levesnek, salátáknak vagy
köreteknek.

- **Aszalt paradicsom:** készíthetjük koktélpardi-
csomból is. Ha nincs aszalónk, akkor sütőben
65–70 °C-on mérettől függően 10–12 órán át aszalva,
a keletkező gőzt rendszeresen kiengedve a sütőből,
magában vagy olajban eltelve igazi, megunthatatlan
kuriózumot kapunk.

- **Paradicsomlekvár:** hámozott paradicsomból
különböző fűszerekkel hosszabb-rövidebb ideig
főzött ízletes-fűszeres, sűrű állagú, hidegen fo-
gyasztható lekvár; sajtok, pástétomok, szendvicsek,
káposztaételek, hüvelyesek, húsok kísérője. Nézzünk
néhányat a legevidensebb ízesítőkből: bazsameset,
bazsalikom, rozmaring, oregánó, fokhagyma, de
szóba jöhet akár a koriandermag, a római kömény,
a fahéj, a csili vagy a füstölt paprika is.

- **Különböző ideig főzött paradicsommártások:**
Olíván nem kevés fokhagymát futtatunk meg,
hámozott paradicsomot vagy sütőben sziruposra
sütött koktélpardicsomot dobunk rá (ezt üveg-
ben is eltehetjük, ahogy majd később utalok
is rá), sózzuk, néhány percig forraljuk, és kész is
a frissességtől tobzódó tésztafeltét. De főzhetjük
sokkal tovább is zöldfűszerekkel, vörösborecettel
ízésítve, vadhússal vagy marhahússal – mindegyik
más étel lesz, más-más ízzel, de mindkét fajtát
szeretjük. Épp ahogy a halászlénél: a Dunánál így

Színes „répasaláta”, hajdina, sarkantyúka, joghurt, zöldek, virágok

HOZZÁVALÓK 4 SZEMÉLYRE

A SZÍNES RÉPÁKHOZ

10 dkg színes répa, karikára vágva
4 db sarjadékhagyma, karikára vágva
só
friss citrom leve
hidegen sajtolt napraforgóolaj
balzsamecet

A HAJDINÁHOZ

6 dkg hajdina
só

hidegen sajtolt napraforgóolaj
friss citrom leve
1 kis csokor petrezselyemzöld

A TÁLALÁSHOZ

4 ek. görög joghurt
10 dkg sarkantyúkakrém
(lásd a 288. oldalon)
4 szál petrezselyemzöld
8 szál snidling
8 szál metélőfokhagyma

8 db kisebb sarkantyúkalevél
8 db begónia
8 db hagymavirág
2 db bársonyvirág
8 db borágóvirág

ELKÉSZÍTÉS

A hajdinát sós vízben roppanósra főzzük, szűrjük, hűtjük, majd sóval, citrom levével, petrezselyemzölddel és kevéske olajjal ízesítjük. Tálalásig hűtőben tartjuk.

A répasalátához összekeverjük a hozzávalókat, és már tálalhatunk is. A tányér aljára a hajdina kerül, rá a színes répák, egy kanál sűrű, savas joghurt, majd a haragoszöld sarkantyúkakrém. Mindezt díszíthetjük-ízesíthetjük a roppanós zöldekkel és az izletes virágokkal.



tipp

Egyszerű, gyors, és könnyű saláta – belépő fogás egy laza vacsorához, és imádja a friss, savas fehérborokat! Főfogásként is tálalhatjuk egy kicsivel több hajdinával, feltétként bőrén sült fogast vagy akár egy tepsiben sült fehérboros nyúlcombot kínálva hozzá.



Nyári zöldségkrémleves frissítőekkel

HOZZÁVALÓK 4 SZEMÉLYRE

A LEVESHEZ

0,6 dl étolaj
6 dkg főzőhagyma, finomra vágva
zöldségek, például:
10 dkg spárgabab, darabolva
15 dkg sárgarépa, karikára vágva
10 dkg mángold, szárastól
10 dkg cukkini, kockára vágva
1 db paradicsom, kockára vágva
1 dl fehérbor
só
friss citrom leve
6 dkg aludttej

A FRISSÍTŐKHÖZ

5 dkg paradicsom,
kockára vágva
5 dkg lila hagyma, apróra vágva
5 dkg nyári uborka,
apróra vágva
1 tk. snidling
1 tk. metélőfokhagyma
1 tk. tárkony
magozott csili húsa, apróra vágva
só
olívaolaj
friss citrom leve

A TÁLALÁSHOZ

4 ek. a zöldfűszerek valamelyikéből
készült olajból (lásd a 287. oldalon)
édesköménylevél
ehető virágok
(például metélőfokhagyma-virág,
bársonyvirág)

SZÜKSÉGES ESZKÖZÖK

turmixgép vagy botmixer

ELKÉSZÍTÉS

Ezt az ételt kedvünk szerint variálhatjuk. Én most a fentiekből főztem a gyors, „egynek jó” ételt, ami persze nagyon is finom tud lenni. A főzéskor épp ezeket a zöldségeket szüreteltük, használtuk őket ehhez-ahhoz, és szinte kínálták magukat, sokat gondolkodni sem kellett. Ráadásul időt és helyet sem igényel, és hamar megfőzhető ez a leves, akár ezekkel, akár más nyári zöldségekkel.

A hagymát megpároljuk az olajon, hozzáadjuk a többi zöldséget, sózzuk, kissé átpároljuk, hozzáadjuk a fehérbort, majd visszaforraljuk. Felöntjük annyi vízzel, ami ellepi. 15-20 perc alatt puhára főzzük, majd alaposan turmixoljuk. Tiszta fazékba átszűrjük, hozzáadjuk és botmixer segítségével elvegyítjük benne az aludttejet, és néhány percig forraljuk. Ha szükséges, sózzuk és citromlével ízesítjük, majd tálalásig félrehúzzuk.

A leves főzése közben összeállítjuk a frissítőket. Az apró kockára vágott zöldségeket az összevágott zöldekkel és ízesítővel fűszerezzük.

Tálaláskor a tányérokba mert levesekbe kanalazunk a roppanós-harsogó, kissé csípős (csak annak, aki szereti) salsából, és bőségesen csurgatunk rá a fűszerolajból is. Ehető virágokkal és édesköménylevéllel díszítjük a tányért.



tipp

Kitűnő feltét vagy betét lehet ehhez a leveshez a frissítőket kiegészítve a fokhagymás kovászolt spárgabab (lásd 200. oldal). Ha pedig a nagy melegben inkább hideg ételt kívánánk, akkor a levest joghurt nélkül készítjük el, és a lehűtött levesbe a joghurtot is hidegen kanalazzuk a frissítők mellé.



Sültpaprika-consommé, kacsával töltött tészta, édeskömény

HOZZÁVALÓK 4 SZEMÉLYRE

A PAPRIKAALAPHOZ

1 kg kápia paprika

AZ ERŐLEVESHEZ

60 dkg kacsanyak
1 db sárgarépa
1 db fehérrépa
2 szál angol zeller
6 dkg édesköménygumó
1 db vöröshagyma
3 gerezd fokhagyma
1 kisebb paradicsom
3 dkg gyömbér
1 csokor petrezselyemzöld szára
só
egész bors
1 tojásfehérje
1 tk. paradicsompüré
1 ek. szójaszószt

A KACSAHÚSOS

TÖLTÖTT TÉSZTÁHOZ

10 dkg liszt
1 tojássárgája
só
1 tk. étolaj
cseppnyi ecet

A TÖLTÉLEKHEZ

12 dkg finomra darált kacsacomb
1 tk. gyömbér, apróra vágva
1 db shiitake, apróra vágva
só
magozott csilihús, apróra vágva
frissen őrölt bors

A TÁLALÁSHOZ

4 dkg színes paprika,
apró kockára vágva

4 dkg édesköménygumó,
apró kockára vágva
2 db sarjadékhagyma,
karikára vágva
½ ek. snidling
½ ek. metélőfokhagyma,
apróra vágva
só
friss citrom leve
hagymavirág
édesköménylevél

SZÜKSÉGES ESZKÖZ

faszenes grill (opcionális)

ELKÉSZÍTÉS

Előző nap elkészítjük a paprikaalapot. 200 °C-os sütőben vagy faszenes grillen feketére-hólyagosra sütjük az egész paprikákat. Ha elkészült, frissen tartó fóliával letakarjuk, hűlni hagyjuk, majd leszedjük a sötétre sült héját és kicsumázzuk. A sült paprikahúst a levével együtt hűtőbe tesszük.

Másnap a kacsanyakat, a sült paprikát a levével együtt, valamint a leves fűszereit fazékba tesszük, és 2,5 l hideg vízzel felöntjük. A tojásfehérjéket kissé felverjük, hozzáadjuk a paradicsompürét, 2 kanál jeges vízzel elkeverjük, és a leves alapjához öntjük. Rendszeresen megkeverve felforraljuk, ügyelve, hogy a tojás ne ragadjon le. Amikor felforrt, hozzáadjuk a leveszöldségeket, és 3-4 órán át gyöngyözve zamatos, sültpaprika-ízű kacsauerőleveszt főzünk. Kissé hűlni hagyjuk, majd pelenkán óvatosan leszűrjük.

Miközben a leves fő, elkészítjük a gyúrt tésztát. Alaposan összegyúrjuk a tészta hozzávalóit, majd frissen tartó fóliába csomagolva egy órán át hűtőben pihentetjük. A töltelékhez összekeverjük a hozzávalókat, majd a vékonyra nyújtott tésztát, adagonként 3-5 kisebb falatnyi töltött tésztával (ravioli, derelye) számolva, tetszőleges formára vágjuk, amit megtöltünk a húsos töltelékkel, és mérettől függően 1-2 perc alatt kifőzzük, majd tálalásig melegen tartjuk.

Tálaláskor a salsához összekeverjük a zöldségeket, ízesítjük a többi hozzávalóval, a levest felforrósítjuk és kevés szójaszószt adunk hozzá. Tányérba kanalazunk a salsából, erre kerülnek a frissen főtt tészták, amit a hagymavirággal és édesköménylevéllel díszítünk, majd a tányért az asztalnál felöntjük a forró levessel.



