

## **Halételek és a krumplinokli elkészítése Tolnán, Marosi Józsefné receptje szerint**

### **1. Töltött csuka vagy süllő**

A hal fejétől kiindulva a bőrét lefejtjük és a fejével együtt félretesszük. A hal húsát 5 – 10 másodpercre forró vízbe tesszük, majd deszkára téve a húsát leszedjük a gerincről. A húst ledaráljuk a hagymával, fokhagymával, és ízlés szerint fűszerezve fasírozottat készítünk belőle. Ha szükséges kevés kenyeret vagy zsemlemorzsat adunk hozzá a megfelelő állag eléréséhez. A töltelékét visszatöltjük a hal hasába, szájába citromot teszünk és kikent tepsibe megsütjük.

### **2. Ecetes hal / süllő, dévér, kárász keszeg/**

A nagyobb halakat szeletben kirántjuk, a kisebbeket fej nélkül sűrűn beirdalva ropogósra sütjük.

Egy nagyobb üvegben lerakni úgy, hogy egy sor hal, ennek tetejére egy sor karikára vágott hagyma, majd így rétegezni, amíg elfogynak a hozzávalók.

Ecetes saláta levet kell készíteni és ezzel felönteni. 3 – 4 napig érlelni és ezután lehet fogyasztani.

### **3. Ruszli apró keszgeből**

Elkészítjük a levet: olaj, ecet, babérlevél, koriander és ízlés szerint egyéb magok. A megtisztított, besózott halat üvegbe rakjuk, majd ezt a levet ráöntjük. Lezárjuk az üveget és pár nap múlva fogyasztható a finom ruszli.

### **4. Rácز ponty**

90 – 1.20 dekás pontyot sűrűn beirdaljuk, és füstölt szalonnával megtűzdeljük. A hasába is kerül szalonna szelet és ki kell vajazni. Kikent tepsibe tesszük a halat, 2 dl fehér bort öntünk alá és fóliával letakarva 10 percig sütjük. Ezután a tetejére teszünk karikázott hagymát, krumplit, zöldpaprikát és fólia nélkül tovább sütjük. Amikor már majdnem kész tejföllel leöntjük és még pár percig összesütjük.

## 5. Kárász pácban

A kárász fejét levágjuk, a kisebb halakat egyben, ha nagyobb, akkor darabolva és besózva a páclébe tesszük.

A páclé: olaj, bors, mustár, babérlevél, citrom keveréke. Ebbe a páclébe másnapig hagyjuk a halat, majd tepsibe tesszük és a páclevet is ráöntjük, pirosra sütjük.

Krumpli vagy rizskörettel tálaljuk.

## 6. Busa sütve

Páclevet készítünk, és a felszeletelt sózott halat ebben a páclében hagyjuk másnapig. Kikent tepsibe téve 2 – 3 dl sört öntünk alá és megsütjük. Amikor megpirult, tejfölt önteni a tetejére és kicsit összesütni. Tetszés szerinti körettel tálalható.

## 7. Halászlé

1 kg ponty, 2 fej hagyma, 2-3 kanál őrölt paprika, esetleg gerezd fokhagyma. A felkockázott hagymára tesszük a felszeletelt besózott halat, felöntjük a vízzel és felforraljuk. amikor felforrt, megszórjuk a törött paprikával és készre főzzük.

Kifőzött metélt tésztával tálaljuk.

A krumplinokli jellegzetes tolnai étel.

### Krumplinokli

Hagymát zsírban üvegesre pirítunk, majd beletesszük a felaprított zöldpaprikát és tovább pirítjuk. Lehúzzuk a lábost a tűzről, beletesszük a paradicsomot, pár percre visszatoljuk, utána beletesszük a törött paprikát, és a kockára vágott krumplit nagyon kevés vizet, és addig főzzük, míg egy sűrű pépet kapunk.

Közben megcsináljuk a csipetke tésztáját, kézzel apró csipetkéket szaggatunk és a majdnem megfőtt krumplibá szórjuk, beletesszük a kolbászt és puhára főzzük. Aki szereti az erőset, csücski paprikát is tegyen bele.