

1. melléklet a 114/2013. (IV. 16.) Korm. rendelethez

Javaslat az
„Gasztronómia: Abasári túrós rétes titkai, Abasári túrós rétes”
[települési/tájegységi/megyei/külhoni magyarság] értéktárba történő felvételéhez

Készítette:

Petes Imréné

Szabó Éva - Petes Imréné - Fülöp Bertalanné
..... (aláírás)

Abasár 2015. 04. 22.
..... (település, dátum)

(P. H.)

I.

A JAVASLATTEVŐ ADATAI

1. A javaslatot benyújtó (személy/intézmény/szervezet/vállalkozás) neve: Helyi Értéktár Bizottság, Abasár
2. A javaslatot benyújtó személy vagy a kapcsolattartó személy adatai:
Név: Petes Imréné
Levelezési cím: 3261 Abasár, Fő tér 1.
Telefonszám: 06-37-560-400
E-mail cím: ertektar.abasar@gmail.com

II.

A NEMZETI ÉRTÉK ADATAI

1. A nemzeti érték megnevezése: Abasári túrós rétes titkai
2. A nemzeti érték szakterületenkénti kategóriák szerinti besorolása

<u>agrár-és élelmiszergazdaság</u>	egészség és életmód	épített környezet
ipari és műszaki megoldások	kulturális örökség	sport
természeti környezet	turizmus és vendéglátás	
3. A nemzeti érték fellelhetőségének helye: Abasár
4. Értéktár megnevezése, amelybe a nemzeti érték felvételét kezdeményezik

<u>települési</u>	tájegységi	megyei	külhoni magyarság
-------------------	------------	--------	-------------------
5. A nemzeti érték rövid, szöveges bemutatása, egyedi jellemzőinek és történetének leírása

Abasáron mindig nagy tisztelet övezte azokat, akik húzott rétest tudtak készíteni. Nem mindenkinek volt olyan könnyed keze, ez iránti érdeklődése, türelme, hogy megtanulja ennek a mesterségnek csínját-bínját. Aki ezt nem tudta elkészíteni - de valahová szeretett volna vinni - az szívesen elment a készítőnek a szőlőjébe dolgozni érte, vagy más módon fizetett meg.

Mikorra készítettek, készítenek ilyen rétest?

A falu búcsújára, leánykérésre, lakodalmakra, babalátogatásra, komatál elengedhetetlen kelléke, családi összejövetelekre, vendégváráshoz. Egyszóval, amikor ki kellett „tenniük magukért”, vagyis különlegeset és kedveset akartak, akarunk adni.

A lakodalomkor, ha nem volt annyi rétes készítő asszony a meghívott vendégek között, hogy eleget tudjon készíteni a lakodalomra, akkor fogadtak fel még külön készítőket is. Ilyenkor azután ment a viccelődés, mert a férfiak sokat kotnyeleskedtek az asszonyok körül, akik természetesen

megkóstoltatták a bekevert túrót, vagy tejfölt és „ véletlenül” kikenték őket , ami alkalom volt a vendégek mulattatására. A komatálban ünnepi ebédet vittek: tyúkhúsleves csiga tésztával, leveshús tormával, töltött káposzta, csirkepörkölt galuskával vagy tarhonyával, uborkasalátával vagy csemege uborkával, rántott,- töltött, - sült hús valamelyike, torta, aprósütemény és az elengedhetetlen túrós rétes „ m e l e g e n.”

Ezt írva már csak nyeldekelek, mert a számban érzem az ízét, ami feledhetetlen, hiszen a tésztája mint a hártya, mégis ropog, a töltelék meg jócskán van benne és még sem áztatja el a tésztát.

Drága Nagyikámtól tanultam meg a receptet, amit ő soha nem mért, hanem tudásból,” tájékra” készítette. Azt mondta, hogy nagyjából egyforma kis kezűek vagyunk és minek a mérleg, mikor itt van a kezünk. Azt mondta 3 össze-marék lisztből 2 kis levél tészta lesz, úgy számoljak. Ezt csak 4 személyes asztalon nyújtjuk! A rétes készítéshez külön láncöltéssel hímzett vászonterítőt használtak, amit én is kaptam a ” stafírunghomban”- hozományomban. Azért nem használt tömött öltést Nagyi, mert beleragadhat a rétes tésztája, míg a szálöltés azt nem fogja meg.

Elő kell készíteni egy hatszemélyes asztalt úgy, hogy tágasan körbejárható legyen, leterítjük vászonterítővel, előkészítünk egy „ vájlingot”- nagyobb keverő edényt- és a hozzávalókat. Légáramlás ne legyen a helységben ahol csináljuk és a lisztet már előző nap vigyük be, mert szobahőmérsékleten jobban kidolgozható a tészta.

Rétes tészta hozzávalói: sima liszt, rétes liszt, só, cukor, 2 dkg élesztő, dió nagyságú zsír a tésztába, majd olvasztani külön még zsír, de manapság már margarin, vagy vaj,

A tészta elkészítése

Az élesztőt picit langyos tejbe összemorzsolom és teszek hozzá egy lapos teáskanál cukrot, majd megvárom amíg felfut. A kétféle lisztet megszitálom és onnan veszem ki a négy összemarék sima és három összemarék réteslisztet, amit a keverő edénybe teszek. Ebbe teszem a csipetnyi sót, egy kávéskanál cukrot, diónyi zsíradékot, / ha margarint használok akkor egy nagyobb diónyi mennyiséget / a felfuttatott élesztőt, majd elkezdem a tészta összeállítását. Annyi langyos vizet használok ehhez, hogy galuskaszerű tésztát kapjak. Van aki egy evőkanál ecetre esküdik, hogy azt is tesz bele, mert így könnyebb felverni a tésztát. Ezt addig dolgozom, gyúrom amíg a tészta levegő buborékokkal lesz tele és teljesen sima nem lesz. Na és persze addig, amíg nem lesz vizes a padlás, vagyis a homlokunk az erőlködéstől nem izzad. Két kézzel is forgathatom a tésztát, mindig újabb és újabb helyeken fogom meg a tésztát. Amikor már elválík a keverőtáltól, akkor kezdődik az alaposabb kidolgozás. A kellően kidolgozott tésztát 4 cipóba formáljuk, de maradjon a formálással is sima a tészta állaga, letesszük pihenni a nyújtó táblára és megkenjük a tetejét olvasztott margarinnal.

Amíg pihen a tészta a tölteléket előkészítjük. Legalább 1,5 kg túrót összekavarunk ízlés szerinti cukorral, csipet sóval, 4 db felvert egész tojással, ízlés szerinti vanília cukorral. Egy tálba öntünk ki tejfölt, amit fellazítunk egy kis tejjel, hogy könnyebben szórható legyen. Szintén tálba öntünk ki kristálycukrot és melegítünk margarint is. Aki szereti a mazsolát az áztasson be azt is.

Jó félóra elteltével a tésztánk szétterülve, megkelve van. A vászonterítőt az egész asztalon meghintem liszttel, felveszem a megkelt cipót és a kézfejemmel megforgatom, hogy nyúljon a tészta minél nagyobbra és visszateszem az asztalra és kezdődik a nyújtása. Mindig kézfejjel nyúlok a tészta alá és húzom körbe-körbe az asztal körül járva, hogy egyenletesen nyúljon a tészta az asztalon. Ha valahol kicsit vastagabb, akkor ott kell ügyesen kivékonyítani, míg az asztalról egyenletesen körbe le

nem lóg. Akkor leszedelem a szélét a tésztának, hogy csak a vékony hártya tészta maradjon az asztalon. Jöhet az ízesítés! Először az olvasztott margarinnal, kanállal beszentelem, beszórom a tésztát, majd az egész felületet megcukrozom, szintén kanállal egyforma nagyságú kis kupackákat szórok a bekevert túróból, majd a tejfölt is rászórom. Most a lelógó tészta felhajtása következik ennek a tetejére 3 oldalról, a 4. hosszú részt nem hajtom fel csak a végén. A felhajtást az aszalterítővel segíthetjük, megfeszítjük a két kezünk között és feldobjuk az asztalra. Ezt a technikát alkalmazzuk a tészta bejgli szerű feltekerésénél. A lényeg, hogy az abrosz feszes legyen a két kezünk között és bátran dobjuk a tésztát, ha szélesebb lett a dobásunk, a következő tekerésnél majd vékonyítunk rajta, keskenyebbre dobjuk. Kizsírozott tepsit a tészta elé tesszük és egy kicsit rövidebb tészta csíkot vágunk mint a tepsi hossza, mert a betevésnél még a kezünkkel megnyújtjuk a csíkokat a tepsi hosszára és a megtelt tepsiket megkenjük olvasztott margarinnal. Minden cipóval így járunk el. A széleket összedolgozhatjuk és abból is készítünk rétest.

Előmelegített sütőben 160-170 fokon addig sütjük csak, amíg elkezd pirosodni a tészta. Átlag tepsit figyelembe véve egy szál rétesből 5 db szeletet vághatunk Ó L L Ó V A L, hogy ne törjön össze a művünk. Tálaláskor vaníliás porcukorral megszítáljuk.

A jól végzett munkánk eredménye ha igen hamar eltűnik a tálról, akkor tudhatjuk, hogy finomat készítettünk és jöhet a következő adag, mert ezt nem lehet megenni.

A türelem és a kitartás meghozza a gyümölcsét, már a látványa is gyönyörködtet az ízéről nem is beszélve.

Jó étvágyat kívánok mindenkinek hozzá!

Abasári túrós rétes készítése

Abasáron nagy hagyománya van a rétes készítésének. Lakodalmakba, családi ünnepekre, rendezvényekre készítették sok ember kedvére ezt az általunk kedvelt gasztronómiai édességet.

Főleg az idősebb korosztály asszonyai készítik az úgynevezett „húzogató rétest”. Napjainkban már sok fiatal is érdeklődik az elkészítés iránt, és a hagyományt tovább adva tanfolyamot is szerveztünk.

A következőkben leírnánk az elkészítés receptjét, módját, hogy megmaradjon az utókornak is.

Hozzávalók:

Tészta:

1 kg liszt (80 dkg finomliszt, 20 dkg rétesliszt)

1 csipetnyi só

1 tojás

1 csipetnyi élesztő (késhegynyi)

langyos víz kb. 1-1,5 dl, amennyivel jól kiverhető a tészta. A tészta keveréséhez 2 evőkanál olaj is kell.

A jól kiverett tésztából 2 cipót lehet készíteni, ezt letakarva pihentetni. Előzőleg a tetejét olvasztott zsírral megkenni. (1 cipóból 1 levél van.)

Amíg a tészta pihen, elkészítjük a tölteléket.

Töltelék (1 cipóhoz):

60 dkg túró (tejfél csak akkor kell bele, ha száraz a túró)
kristálycukor ízlés szerint
pici só
1 tojás
1 csomag vanília cukor
fél citrom reszelt héja
ha valaki szereti, mazsolát is tehet bele

Pihenés után a tésztát leterített asztallapon (a terítő lisztezve) kézzel kihúzogatni vékonyra. A nyújtás kezdése a kéz hátára téve történik. A tészta szélét leszedni.

A vékonyra kihúzogatot tésztát meglocsolni kevés olvasztott zsírral (2 ek.), túróval egyenletesen megszórni, kb. 5 ek. kristálycukorral szintén megszórni, 1 kispohár tejjel meglocsolni. Majd a tésztát a terítő/ruha segítségével felgöngyölni és 3 kb. részre elvágni (tepsi nagyságától függően).

Zsírozott tepsibe rakni, a tészta tetejét megkenni olvasztott zsírral (az olvasztott zsírba mindig teszünk kb. fele arányban Rama margarint.)

Sütés: előmelegített, közepesen forró sütőben kb. 20 percig. Szeletelve, porcukorral megszórva tálalható.

A töltelék lehet még darált dió, vagy mák, ami kevés tejjel van meglocsolva. De lehet meggyel vagy reszelt almával ízesíteni. Lehet még répás és káposztás is a töltelék. De ezeket előzőleg meg kell párolni kevés zsíron. Tejfől az utóbbiakhoz nem kell.

6. Indoklás az értéktárba történő felvétel mellett

A történelmi hagyományaink mellett, a gasztronómiai ízvilág, szokásaink megőrzése és átadása is igen fontos. Az utódainknak tudniuk kell, hogy milyen gyökerektől táplálkoznak, mert a múlt nélkül jövő sem létezik.

7. A nemzeti értékkel kapcsolatos információt megjelenítő források listája (bibliográfia, honlapok, multimédiás források)

Szabó Éva nagymamájának receptje alapján készült a leírás.
Az abasári túrós rétest készítő asszonyok elmondása alapján.

8. A nemzeti érték hivatalos weboldalának címe: -

III.

MELLÉKLETEK

1. Az értéktárba felvételre javasolt nemzeti érték fényképe vagy audiovizuális-dokumentációja



1. Készül a rétes tésztaalapja



2. Az elkészült tészta



3. Rétestészta „húzogása”



4. A teljesen kihúzott rétestészta



5. Megtöltött tészta lap hajtogatása



6. Kemencébe sült túrós rétes

2. A Htv. 1. § (1) bekezdés j) pontjának való megfelelést valószínűsítő dokumentumok, támogató és ajánló levelek
3. A javaslathoz csatolt saját készítésű fényképek és filmek felhasználására vonatkozó hozzájáruló nyilatkozat

NYILATKOZAT

Az Abasári Önkormányzat tulajdonában lévő fotók felhasználásához hozzájárulok.

Abasár, 2015. április 13.



Petes Imréné
alpolgármester