

## Csányi Sándor receptajánlója és hasznos tanácsai a húsvétra

Sajtóreferens, 2016 március 02 szerda - 10:03:04

Ki sokat, ki keveset, de ismét megérhetünk egy húsvéti étot. Vagy átélünk? Csak pozitívan tessék hozzáállni urak és hölgyek. Sokan mondják, hogy a karácsonyt szeretem, de a húsvéti étot nem. Tessék már ezt is egy kicsit másképp ékelni ezt a nagyon szép vallási ünnepet. Kétségtelenül, kölni, sonka, tojás, illatok keverednek. Jönnek a locsolókócsok, bizony a szomszédember kicsit pityókásan udvarol a szomszédasszonynak. De hát az év többi részében is az asszonyok olyan parfümöt használnak, hogy ha elmegy melletted, kiegyenesíti az agytekerő ényeidet, tojást, sonkát eszünk, a szomszéd Géza meg egy ébéként is udvarol a szomszédasszonynak, csak most lehet egy-két ízetlen versikét elszütni, ráadásul legálisan. A rokonok meg az év során sok esetben beugranak egy ébéként is hozzánk.

Visszont a húsvétnak nagyon sok szép oldala van. A csodálatos hagyományok, amit egy Magyar embernek nem szabadna elfelejteni, sőt a gyerekeknek meg kellene tanítani, ismertetni. A sok húsvéti bolondozások, játékok, amik ha egy kicsit belemélyedünk, sok boldogságot hozhatnak nekünk. Gyerekek felejtésének már el a virtuális locsolókócsot, keljtek fel a színi órára elöl, menjetek el a lányhoz, locsoljátok meg, és éljen is beszélgetések vele. Még sportteljes ítménynek sem lenne rossz. Még egy ajánlásom lenne, a férfiakra húsvéti elött egy nappal ne bízunk a tojásfestést.

### Kakukkfűves bárányborda zöldbabbal.

**Hozzávalók:** 1 báránygerinc, 6 közepes vöröshagyma, 6 gerezd fokhagyma, 1 citrom, 2 evőkanál olívaolaj, 3 evőkanál zsemlemorzsa, fél csokor kakukkfű, 1,5 kg zsenge zöldbab, 10 dkg bacon, 1 evőkanál vaj, bors. **Elkészítés:** A báránygerincen a faggyúkat éget rombusz alakban bevagdossuk. A húst sóval, borssal bedörzsöljük, tepsibe fektetjük, és 4 fejmegtisztított, félbevágott vöröshagymát teszünk melléje. Előmelegített sütőben 200 fokon, kb 35 percig sütjük. Közben az összevágott fokhagymát, a maradék apróra vágott vöröshagymát, a citrom lereszelt héját és kinyomott levét az olívaolajjal és a zsemlemorzssal áldozdolgazzuk. Sóval, borssal fűszerezzük, és a masszát a húshoz ismítjük. Kb. fél liter vizet öntünk rá, és melléteszünk 1 fej fokhagymát. Kb. 10 perc alatt készre sütjük, majd a kakukkfűlevelekkel megszórjuk. Forrásban lévő vízben a zöldbabot 15 perc alatt megpároljuk. Kötegenként baconszeletekbe tekerjük, és közvetlenül a fogyasztás előtt a megolvasztott forró vajon megpirítjuk. A pecsenyelevet átszűrjük, szűrjük le, szedjük. 5 percig főzzük, a 2 evőkanál hideg vízben elkevert keményítővel besűrítjük, és sózzuk, borsozzuk. A felszeletelt húst citrommal, kakukkfűvel és a sült hagymával díszítjük. A mártást külön külön adjuk hozzá. Krokettel fogyasztjuk.

ŸŸ J ó étv ágyat és boldog h úsv étot k ív án Cs ányi Sanyi.