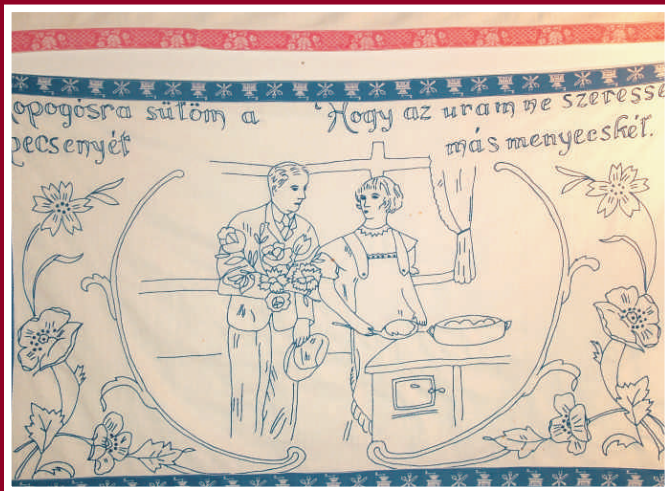




Palóc ízek



75
válogatott recept



Impresszum

Kiadja a 36 Jó Palóc Közhasznú Egyesület

3127 Kazár Diófa út 13.

Telefon/Fax: 32/341-013

36jopaloc@kazar.hu

www.36jopaloc.hu

Felelős kiadó: Molnár Katalin

Készült 2009-ben.

Köszöntő

„Sok földet bejártam, de mégis csak Nógrád tetszik legjobban: hegyeivel, völgyeivel, egyenesre nőtt fáival; itt úgy látom, a fűvek zöldebbek, a virágok illata édesebb, mint bárhol másutt a világon. Még a felhő is mintha rózsaszínbe öltözne, amikor átsuhan fölöttünk. Ez az én igaz hazám.”

(Mikszáth Kálmán)



Nógrád megye hegyes-dombos vidéke, egyedülálló természet kincsei, palóc néphagyományai és az ezekre épülő rendezvényei számos látogatót vonzanak a térségbe.

Palócföld varázslatos szépsége mellett egyedi ízvilággal is büszkélkedhet. Ezekkel a sajátos készítésű és ízesítésű ételekkel szeretnénk most Önt megismertetni, Kedves Olvasó.

Reméljük a receptek olvasása során kedvet kap ahhoz, hogy ellátogasson hozzánk, a 36 Jó Palóc Akciócsoport valamelyik településére, és megkóstolja hagyományos ételünket. Térségünkben számtalan rendezvényen – *Kazári Laska Fesztivál és Tócsni Parti, Húsvét Vasárnapi Kalandozások Mihálygergén, szilaspogonyi Kőleves Fesztivál, mátranováki Pásztortalálkozó* – nyílik lehetőség Palócföld jellegzetes ízeinek megismerésére.

Jó étvágyat kíván a 36 Jó Palóc Közhasznú Egyesület nevében:

Molnár Katalin

Molnár Katalin
elnök



A palóc konyháról általában



A leves központi szerepet játszott a palócok étkezésében. Ma talán a legismertebb közülük a palóc gulyás. A nyáron megaszalt gombából télen savanyú levest főztek.

A gyúrt főtt tésztáknak nagy szerep jutott az étrendben. Leggyakrabban csíknak vágják el, mákkal, káposztával, túróval fogyasztották, de igen kedvelt volt az öntözős csík is.

A tűzhely tetején megsütött, vékonyra nyújtott gyúrt tésztából készült az öntött laska. Fogyasztás előtt apróra tördelve megfőzték vagy forró vízzel megöntötték, vajjal, túróval ízesítették. Leforrázott kukoricalisztből sütötték a málét. A porhó vagy görhe is ebből készült, kis zsírral keverve, pogácsaformára.

A zöldfőzelékek szinte teljesen hiányoztak az étrendből. Az öntött saláta sült szalonna megecetezett zsírjába forgatva készült, s néha feltűnt a vadsóska, habarva.

Húst csak nagy ünnepeken fogyasztottak, vasárnap sem mindig. Csirkét, tyúkot levesnek főztek, utána a húst hagymás-paprikás zsíron vagy lisztbe-tojásba forgatva sütötték meg. Legnagyobb jelentősége a disznóhús volt. Frissen csak vágáskor fogyasztották pecsenyének vagy töltött káposztának. Legnagyobb részét felfüstölték, és a nyári munkák idején babba, káposztába főzték. A XIX. század végén, főleg lakodalomra, esetleg kézfogóra, gyakran vágtak birkát, amit húsos káposztának, gulyásnak készítettek. Kocsonyát – szintén füstölt húsból – farsangra, húsvétra főztek.

Sült tésztákat családi ünnepeken, jeles napokon készítettek. A túros lepény mellett a palócok jellegzetes süteménye volt a ferentő, amit sütés után forró cukros vízzel megöntöttek és mézzel, mákkal meghintve fogyasztottak. A pusztakalács, a bukta ünnepekről nem hiányozhatott.

Palóc jellegzetességnek tartják a morványkalácsot, amely több ágból font, töltelék nélküli kalács. Kazáron lakodalmak alkalmával feldíszítették, így lett belőle örömkalács, vagy más néven menyasszonykalács.

Rétest vasárnapra vagy kisebb ünnepekre sütöttek. Farsangkor zsírban sült tészta, herőce és pampuska került a családok asztalára.

Jellegzetes ostyaserű süteménye volt ennek a vidéknek a molnárkalács, amely leginkább malomkalács néven ismert ezen a vidéken.

Kenyérsütés



A palócok fő tápláléka régen a kenyér volt. Ritkán készült csak búzalisztből, általában rozslisztet is keverték hozzá, de készülhetett teljes egészében rozsból is. Sütöttek kenyeret zabból, árpából és kukoricából is, gyakran a korpát is beleszitálták. A summásjárás elterjedésével már gyakrabban került búza az Alföldről erre a vidékre.

A kenyérsütés napja általában kedd és szombat volt. A család létszámától függött, hogy egyszer vagy kétszer sütöttek hetente. Egyszerre 5-6 kenyér készült, és egy kenyér kb. 4 kg-os volt. Nagypénteken és az ünnepnapokon tilos volt kenyeret sütni, mert úgy tartották: kővé válik a kenyér. Már előző nap előkészítették a lisztet, s megtörtént a kovásztevés (kovászt készítettek). A liszt típusa határozta meg, hogy milyen erjesztő anyagot használtak: búzaliszthez párt, rozsliszthez magkovászt. A párhoz a korpát komlóvirág főzetével leforrázták, ehhez hozzáadtak a megdagasztott tésztából egy keveset, majd kiszáritották. A magkovász a dagasztóteknőben levő maradék tészta, amit az egyik sütéstől a másik sütésig szellős helyen tartottak. A bolti élesztő elterjedésével már készítettek élesztős kovászt is. A sütés napján gyakran hajnali 2 órakor keltek az asszonyok, hiszen nagy munka volt a kenyérsütés. Csak a dagasztás legalább egy órán át tartott. A sütés a felfűtött kemencében történt.

A kenyér megszegése előtt keresztet vetettek az aljára. A megszegett kenyeret mindig úgy tették le, hogy a szegett felével ne az ajtó felé nézzen, különben „kifordul a kenyér a házból” – szegénység lesz. Szintén nem volt szabad fejfelé letenni a kenyeret, mert az – úgy hitték – balszerencsétlenséget hoz a háziakra. A leesett kenyérdarabot felvették és megcsókolták, mert „megütötte magát a kenyér”, „Isten áldása”.



Hozzávalók:

12 kg liszt, 2 csomag élesztő, 2 kg krumpli, 3 marék só, az előző sütésből hagyott kovász

Elkészítés:

Este a lisztet megszitálom a sütőteknőbe. 3 részre osztom. 1 részből kis kovászt teszek. A két résszel elválasztom a teknőt.

A két kiló krumplit meghámozom, megfőzöm, krumplinyomón áttöröm, langyosra hűtöm. Az élesztővel a harmadik rész lisztből kis kovászt teszek. Nagyon ki kell dolgozni, fakanállal hólyagosra verem. Sütőruhával letakarom, párnát rakok rá. Reggel 4 órakor kelek, vizet melegítek, hozzáteszem a sót, a maradék lisztet a kiskovásszal összedolgozom, majd jól kidagasztom. Annyi vizet adok hozzá, hogy jó, dagasztható tésztám legyen. Amikor a kezem megtisztul a kovásztól, akkor van rendesen kidagasztva a kenyér. Kb. 5 óra, a tésztát letakarom a sütőruhával és párnát rakok rá. Meleg kell a keléshez. 6 órakor befűtöm a kemencét. Amíg a tűz ég, a tepsiket olvasztott zsírral kikenem, a kenyeret kiszakajtom (4 kerek, 2 hosszú tepsibe). Kb. 7 óráig kel a tepsiben. A tészta tetejét szép gyengéden vízzel megmosom, 8 óráig még hagyom kelni a tepsiben. Közben a tüzet a kemencére szétterítem, hogy egyformán meleg legyen az alja, majd ha a tűz elhamvadt, szénvonóval kihúzó a tüzet és bevetem a kenyeret, a sűbertbe dugom. Másfél óráig sül. Kiszedem a kenyeret, lerakom az asztalra. A megsült kenyeret megmosom kevés vízzel, letakarom a sütőruhával és így hagyom kihűlni.

Karácsony a palócoknál



Az egyik legnagyobb egyházi ünnep. Krisztus születésének az ünnepe, a középkorban az év kezdőnapja is volt. Csak az 1582-ben bevezetett Gergely naptár óta tekintjük január elsejét az újév kezdetének. A néphagyományban ennek azonban sokkal tovább látható a nyoma. Decemberben 25-ét nevezték nagykarácsonynak, mint tényleges ünnepet, január elsejét kiskarácsonynak, a két időpont közötti időtartamot pedig két karácsony közének. A karácsonyi egyházi liturgia szerint kétnapos ünnep. (december 25-26.)

December 24-ét karácsony böjtjének is nevezzük, ez a nap az ünnep kezdete. Dologtiltó napnak tartották, csupán a takarítás és a sütés-főzés volt e napon engedélyezett. A férfiak a ház körül tettek rendet, s az állatokat látták el, az asszonyok és a lányok a házban, főleg a konyhában tevékenykedtek. Karácsonyböjt (december 24.) legfőbb eseménye a vacsora volt. Ezen a napon mindenkinek böjtölni kellett. Az éhes gyerekeket azzal hitegették, hogy vacsorakor megláthatják az aranyos madarat, ha böjtölnék. Karácsony böjtjén, szent estére böjtös ételt főztek – zsír nélkül. Akkor sütötték meg a túrós lepényt is, de abból csak Karácsony napján ettek, mert a tésztájában volt egy kis zsír, és a tepsit is zsírral kenték meg. Szent estére puszta bodakot sütöttek a kemencében. A lepény is ott sült, de a bodakot külön dagasztották, mert csak élesztőt és sót tettek a lisztbe.

Vacsora előtt a szoba közepén levő teknőben, egy vízből mindenki megmosdott, ez is az összetartozást jelképezte.

A karácsonyi vacsora 5-6 óra tájban kezdődött. Ünneplő ruhába öltöztek, meggyújtották a gyertyát. Az egész család az asztal köré ült, együtt imádkoztak. Bőségesen megterítették az asztalt, minden ételt odatettek, mert azt tartották, hogy ami az asztalon van, az áldás lesz jövőre. Fontosnak tartották, hogy a karácsonyi cipő szegetlenül kerüljön az asztalra. Ez szimbolizálta a család összetartozását, így ott is maradt az ünnepek végéig. A gazda az áldás elmondása után mindenkinek öntött egy kis pálinkát. Ettek egy kis fokhagymát is azért, hogy az éjféli misére menet a boszorkányok meg ne rontsák őket. A vacsora fő étele a savanyú bableves és a mákos tekercsik volt. Azért ettek babot, hogy sok pénzüik legyen. A karácsonyi főételek után különböző csemegéket ettek, pl. aszalt szilvát, almát, diót, tököt. Sült tököt is azért fogyasztottak, hogy sok pénzüik legyen jövőre. Fontos volt a karácsonyi almaevés. Egy almát annyi felé vágta, ahányan voltak a családban. Mindenki kapott egy gerezdet, a család összetartozását szimbolizálva. A karácsonyi vacsora minden fogásának első falatját külön tányérra tették a halottnak. Ez volt a karácsonyi morzsa, amit baj megelőzésére használtak. A szent este imával kezdődött és imával fejeződött be. Vacsora után a gyerekek kártyáztak. Senki nem feküdt le éjfélig, mert a család együtt ment az éjféli misére.

Túrós lepény

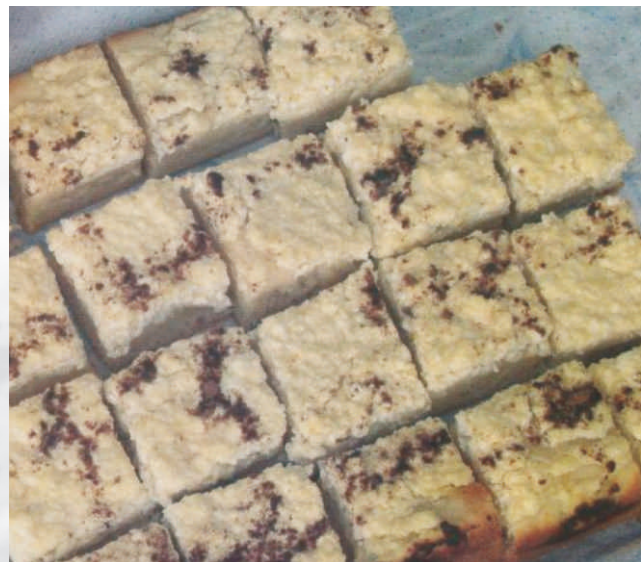
Fodor Gergely receptje

Hozzávalók:

Tésztához: 1 kg rétesliszt, 0,5 l tej, 12 dkg cukor, só, 2 dkg élesztő, 3 tojássárgája, 25 dkg margarin
Töltelékhez: 75 dkg túró, 3 db tojás, 15 dkg cukor, 1 dl tejföl, 2 dkg vaníliás cukor, 5 dkg búzadara, 1 citrom reszelt héja

Elkészítés:

A lisztet elmorzsoljuk a margarinnal, hozzáadjuk a tejben kevés cukorral felfuttatott élesztőt, majd a többi hozzávalóval összegyúrjuk. Kinyújtjuk a tésztát és enyhén zsírozott tepsibe fektetjük. Villával kicsit megszurkáljuk, rákenjük az összekevert töltelékkel és 180 fokban megsütjük.



Húsvét a palócoknál



Hamvazószerdával kezdődött, mely Jézus negyvennapos böjtölésének és kínszenvedésének emlékére szentelt időszak. Hamvazószerdán a templomba mentek hamvazkodni, az előző évi virágvasárnapi barka hamuját használták fel. A hívek felsorakoztak az oltár előtt, a pap áldását adta.

Hamvazószerdán az összes edényt, fazekat kimosták, hogy a zsírnak az elkövetkezendő időkre még nyoma se maradjon. Böjt idején tilos volt a lakodalom, bál, mindenféle zenés mulatság. A böjtben gyóntak, áldoztak a falusiak, és a haragosok is igyekeztek kibékülni. A nagyböjt bűnbánati időben a lányok és menyecskék egyszerűbb, sötétebb színű ruhákat viseltek. Szerdán, pénteken és szombaton tartottak szigorú böjtöt, vajjal főztek, és minden húsfélét kerültek.

A nagyböjtöt lezáró hét a nagyhét, amely már a húsvéti ünnepkör része.

Nagyszombat a feltámadás és közvetlenül a húsvétra való előkészület napja volt. Este, általában 6 óra tájban vagy húsvét hajnalban volt a feltámadási körmenet. Ezen a napon nagy sütés-főzés volt, hogy az ünnepek alatt ne kelljen ezzel foglalkozni. Ekkor kezdték főzni a sonkát, a kocsonyát és a tojást. A sonka levét nem öntötték ki, felhasználták a bableves főzéséhez. Nagyszombaton volt a féregűzés hagyománya is, ekkor a gazdasszony körbesöpörte a házat, miközben ezt kiabálta: „Kígyók, békák távozzatok!”. Innentől már kocsonyát, kolbászt fogyasztottak. A lányok ezen a napon festették a tojást. A hagyomány legnagyobb jelentősége az, hogy nagypénteken szigorú böjt volt, és az ezt követő nagyszombaton a kötöttségek megszűntek, megújulás következett be.

Húsvét Krisztus feltámadásának ünnepe. A misén megszentelték az ételeket. Tálra helyezték a sonkát, a kolbászt, a tojást és a kalácsot (morványt), azaz mindazt, amit a pap megáldott. A húsvéti ünnepi ebéd a szentelmények elfogyasztásából állt. Néhol szokás volt - a karácsonyi almaevéshez hasonlóan - egy szentelt tojást annyifelé osztani, ahányan az asztalt körülülték, hogy ha eltévednének, eszükbe jussanak azok, akikkel a tojást ették, és így hazataláljanak.

Vízbehagyó hétfő az öntözködés napja. Hajnalban a legények csapatostól elindultak és végigjárták a lányos házakat. A kútnál addig öntözték a lányt, míg egy tenyérnyi ruha sem maradt rajta szárazon.

A húsvét hétfői ebédnek nem volt megszabott étrendje, de ünnepi, húsos ételeket készítettek. Húsvéthétfőn a locsolkodókat egész nap terített asztal várta - sonka, tojás, kolbász, kocsonya, lepények, kalács és természetesen pálinka, valamint bor.

A kisebb gyerekek külön jártak a kisebb lányokhoz, rokonokhoz, akiktől festett tojást kaptak. Nagy esemény volt még ezen a napon a húsvéti bál, hiszen farsang óta először nyílt lehetőség tánagra, mulatozásra.

Morvány (lakodalmi kalács) Telek Balázné Rózsi néni receptje

Hozzávalók:

*1 kg liszt, 1 csomag mazsola, 2 db tojás, 1 ek cukor, csipetnyi só,
2 dkg élesztő, 12 dkg margarin, 1 l tej*

Elkészítés:

A mazsolát dagasztás előtt langyos tejbe áztatjuk. Egy kis hideg vízbe beletesszük az élesztőt, a cukrot és a sót. A lisztbe kis fészket készítünk, beleütjük a két egész tojást, beleszórjuk a mazsolát. Az élesztőt összekeverjük a tej felével, majd a lisztes tojáshoz öntjük. A liszttel összedolgozzuk, rákenjük a margarint és puha, kelt tésztát készítünk. Ha a tésztát keménynek találjuk, tegyünk még hozzá tejet (olyan legyen a tészta, mint a buktáé).

Mikor megkelt, 4 részre osztjuk (1 nagyobb és 3 kisebb). A 3 egyformát sodorjuk, majd összefonjuk, mint a fonott kalácsot. A kizsirozott tepszi közepébe helyezzük és a nagyobb résszel körbekötjük. Kicsit kelni hagyjuk, sütés előtt pedig megkenjük tojással a tetejét. Előmelegített sütőbe tesszük. 10 percig nagyobb lángon sütjük, utána levesszük kisebbre és még 15-20 percig sütjük.



Disznótor a régi időkben



Kazáron a régi időkben a disznótorok sem olyanok voltak, mint a mai világban. Nyáron nem is vágtak disznót, csak akkor, ha lagzira készültek. Minden falusi család télen vágott, decemberben, amikor az idő elég hideg volt. Azért is akkor volt a disznóvágás, mert karácsony közeledett, és amikor az éjféli miséről hazajöttek az emberek, kolbászt sütött a nagymama. Ennek a kolbásznak a neve angyalkolbász volt. Disznóvágáskor, ha rövidebbre sikerült néhány kolbász, ha a bél elszakadt, azt karácsony éjszakáján, amikor átfáztak a misén, jó étvággal megette a család.

A gyerekek nagyon várták a disznóölést, ők is részt vettek a munkában. A régi időkben, amikor a föld még magántulajdon volt, szalmával porkolták a disznót. A levágott disznót hasra fektették és jól megszórták, vagyis beterítették szalmával. Meggyújtották rajta a szalmát, úgy porkolták. Amikor gondolták, hogy a szőre már jól leégett, akkor lekaparták róla a még tüzes szalmát. No, a gyerekeknek ez adott munkát. Az elégett fekete szalmára raktak egy kevés újat, hogy újra meggyulladjon. Ezt hívták kistűznek. A gyerekeknek arra kellett ügyelniük, hogy a kistűz ki ne aludjon, amíg a porkolás (most már ezt is pörzsölésnek mondják), be nem fejeződik. Ahol úgy látták az emberek, hogy még nincs jól megégve a malac bőre, egy marék zsúfot meggyújtottak a kistűzről, s avval porkolták még, hogy mindenütt szép piros legyen. A két fülét jó ropogásra pirították, no meg a farkát is, mert a gyerekek azt nagyon szerették. Amikor bevitték a házba a disznót, mert akkor még a házba bontották fel a melegen, már nem volt sem füle, sem farka, mert a gyerekek ellopdesták, a sok gyerek mind vágott belőle egy darabot.



Tózsér Kapcsos Anna (1927-2010)

A disznó vérit tálba engedték az asszonyok, s megsütötték reggelire. Kumpért is főztek. Amikor megfőtt, összetörték és a sült vérhez keverték, nagyon finom reggeli volt az. A férfiak szedtek a tányérjukba, de ők megfűszerezték, mindenki a maga szája íze szerint. Erős paprikával meghintették, fokhagymát is vágtak rá, s úgy ették, fűszeresen. Milyen erős gyomruk lehetett ezeknek a palóc férfiaknak? Azt má' nem is tudhatom, de az asszonyok, ezt nem csinálták, ők úgy ették, ahogy a gazdasszony elkészítette. A reggeli akkor volt, amikor a disznót szalmacsutakkal tisztára mosták. A disznót a házban bontotta föl a böllér, nem voltak még akkor parkettás házak, csak földesek. A zsírt sem katlanban sütötték, hanem fazékban, a masinán, de csak másnap. Minden nem fért a masinára. A hurkát is a masinán főzték ki egy nagy fazékban, no meg előre a kását is, amiből a hurkát tőtötték. Kézzel töltötték a hurkát is, meg a kolbászt is. Az volt a szokás, hogy a kolbászt, amikor megtöltötték, nem füstölték másnap, mint manapság. A masina fölött volt egy rúd, arra rakták rá szikkadni. Egy pár napot szikkadt, csak utána füstölték meg. (A régi időkben még nem volt fagyasztóláda, mint manapság. Most levágják nyáron is a disznót, bármilyen melegben, majd berakják a fagyasztóládába.) Valamikor a húst is füstölték, meg a kolbászt és a szalonnát is, és felrakták a padlásra. Nagyon sok jó töltött káposztát főztek a kazári asszonyok füstölt hússal. Nem darálták meg a füstölt húst, csak apróra elvagdosták. Nagyon kitűnő, laktató étel volt az. Ma már ez is kiment a divatból.

Nem volt még akkor ilyen rohanó világ, nyugodtan dolgoztak. Igaz, két nap alatt lett csak elvégezve a munka, de a végére értek. A férfiak igen erős, edzett emberek vótak, a pálinkát úgy itták, hogy még piropaprikát és borsot is szórtak bele. Pontos időben reggeliztek, ebédeltek, estére pedig betettek a masina sütőrészébe (lóráb) egy tepsi hurkát, az volt a vacsora. Vicceltek, beszélgettek, este már énekeltek is. Este a szomszédok felöltöztek maskarának és egy szatyorral vagy kosárral a karjukon, bottal a kezükben elmentek a disznótorba ijesztőnek. Táncoltak, s mindig azt énekeltek, hogy hurkot, hurkot a hasba. Adtak is az asszonyok az ijesztőknek a kosarukba hurkát, úgy, hogy tele kosárral távoztak. Még be is voltak kormozva, hogy ne ismerjék meg őket. Volt ekkor is nagy-nagy nevetség, mert ezek a jókedvű férfiak meg azt mondták, hogy várjatok, majd megcsecserészlek ijesztők, de akkorra elszaladtak. Nem is tartották disznótornak, ahol ijesztők nem vidították föl az ott lévőket.

Nem akármilyen nap volt akkoriban a disznótor, egyszer volt egy esztendőben minden háznál. Örömnepnek tartották, ha sok munka volt is vele, akkor is. Sok böllér volt Kazáron, majdnem minden hadban volt, aki az őseitől eltanulta ezt a mesterséget.

Tózsér Kapcsos Anna



A falu a Mikszáth-féle „Görbeország” középpontja, ahová valóságos zöld alagúton lehet eljutni, ugyanis dombok, hegyek és erdők határolják. Természetvédelmi területe a Szerkő, Nagykő, Kiskő és Szilváskő csúcsok által határolt völgyben fekszik. Nagykő a környék legmagasabb és legnagyobb tömegű bazaltkúpja (510 m), ahonnan a falun áthaladó Országos Kék-túra útvonalon lehet eljutni Szilváskőre (625 m). A községet körülvevő dombok, erdők rendkívül gazdag élővilággal rendelkeznek, számos Közép-Európában is ritkán előforduló növény- és állatfaj található itt. Bárnától alig fél km-re, a Nagykő alatti völgyben található Magyarország első vegyes vadaskertje. A mintegy 400 hektáros terület a térség vadászati turizmusának a központja.

Savanyú szepés krumplileves

Hozzávalók:

2 dkg szárított gomba vagy 10 dkg friss ízletes vargánya, 1 kg burgonya, 4 dkg zsír, 4 ek. liszt, 1 liter tej, 1 pohár tejföl, babérlevél, fokhagyma, ecet, cukor, só

Elkészítés:

A szárított gombát sós vízben felteszem főni. Beleteszem a zúzott fokhagymát és a babérlevelet, majd hozzáadom a meghámozott, kockára vágott burgonyát és puhára főzöm. 4 dkg zsírból és 4 evőkanál lisztből világos zsemlyeszínű rántást készítek, tejjel felengedem és a megfőtt krumplihoz öntöm. Tejföllel ízesítem.



Aludttejes nyújtott haluska

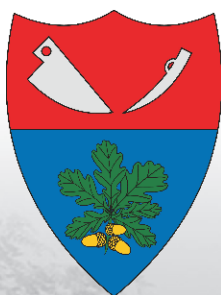
Hozzávalók:

1 kg krumpli, liszt, aludttej, túró, tejföl, szalonna, ízlés szerint só

Elkészítés:

A burgonyát lereszelem, hozzáadok 1 evőkanál sót, majd annyi lisztet, hogy gyúrható és nyújtható tésztát kapjak. A tésztát fél centisre kinyújtom, majd forrásban lévő sós vízbe kézzel beleszagatom és megfőzöm. A szalonnát kis kockákra vágom, megpirítom és a tészta tetejére öntöm. Jól összekeverem. Melegen, ízlés szerint túróval és tejföllel, hidegen pedig aludttejjel kínálom.





Cered mára a megye egyik leglátogatottabb településévé vált. Fekvése és természeti szépségei mellett rendezvényei is nagyon sok érdeklődőt vonzanak. Minden évben nemzetközi művésztabort rendeznek a településen. A művésztelep 1996-ban nyitotta meg kapuit. Az elmúlt években 16 országból közel 150 képzőművész vendégeskedett itt. A településnek hagyományőrző tánccsoportja és asszonykórusa is van.

A LEADER+ program keretében a térségben egyedülálló beruházást hajtott végre a ceredi Pálinkás Sándor: bemutató méhészetet és pergető házat létesített. A műhelyben a méz készítését interaktív módon mutatják be, így látogatók a kóstolás mellett az előállítás folyamatában is részt vehetnek.

Rántott köménymagleves

Hozzávalók:

5 dkg zsiradék (vaj, olaj, zsír), 5 dkg liszt, 1 kávéskanál köménymag, só

Elkészítés:

A zsiradékból és a lisztből rántást készítünk. Ha barnulni kezd, beletesszük a fél kávéskanál köménymagot, kicsit megpirítjuk, majd kb. 1,5 l vízzel feleresztjük, s lassan felforraljuk. Megsózzuk, ízesítjük. A levest pirított zsemelével tálaljuk. Beleüthetünk tojást is, amit előzőleg tálban jól elkevertünk.



Nyúlpaprikás

Hozzávalók:

Egy egész nyúl (kb. 1 kg), 5 dkg zsiradék, 15 dkg vöröshagyma, 2 ek. ecet (10%-os), 2 dl tejföl, 2 dkg liszt, só

Elkészítés:

Az apróra vágott vöröshagymát zsíron megpirítjuk, majd egy kis kanálnyi pirospaprikát keverünk hozzá. Az apró darabokra vágott nyúlhúst a hagymára téve kissé megpörköljük. Ezután megsózzuk, kb. 2 dl vízzel feleresztjük és fedő alatt puhára pároljuk. 2 evőkanál ecettel és 2 dkg liszttel elkevert tejfölt öntünk rá. Jól összekeverjük és felfőzzük. Nokedlivel vagy krumpli gombóccal tálaljuk.





Dorogháza különleges természeti környezetben fekszik. A Mátra hegység legszebb északi nyúlványai, erdős bércei emelkednek a település fölé. Mintegy öt kilométerre a falutól, Nógrád megye határán található a 944 méter magas Pizskés-tető. A településen színvonalas, kellemes szálláshelyet kaphatnak a turisták a Római Katolikus Parókián, de működik a falusi vendéglátás is, a település néhány lakója saját portáján kialakított szálláshellyel várja az ide látogatókat.

A község hagyományos rendezvénye a Dorogházi Falunap. A két napos programsorozatot minden évben szeptember közepén, Szentkereszt ünnepe és a vendégség alkalmából rendezik meg. A falunap egyik népszerű programja a „Fut Dorogháza” elnevezésű futóverseny, melyen a falu apraja-nagyja rajthoz áll.



Ganca

Bakos Istvánné receptje

Hozzávalók:

1/2 kg burgonya, só (ízlés szerint), 1 dl rozsliszt, 2 dl olaj, vöröshagyma

Elkészítés:

A megtisztított, kockára vágott burgonyára annyi vizet öntünk, hogy éppen ellepje. Teszünk bele egy picit sót, majd puhára főzzük. Ha kész, a meleg vízben kézi törővel összetörjük. A tűzön hagyjuk és a rozsliszttel jól besűrítjük. Egy tepsibe apróra vágott, olajon megpirított vöröshagymát öntünk. Ebbe a hagymás olajba a masszából egy nagy kanállal galuskákat szaggatunk. Amikor a masszánk elfogyott, a galuskákat meglocsoljuk a hagymás olajjal, majd forró sütőben megpirítjuk.



Rétes

Hozzávalók:

50 dkg liszt, egy kevés zsír (kb. diónyi), 4,5 dl langyos víz

Töltelékhez: 50 dkg túró, 1 ek. tejföl, 1 db tojás, 1 ek. cukor, 1 ek. búzadara, 5 dkg mazsola, citromhéj, vaníliás cukor

Elkészítés:

Az 50 dkg lisztet tálba tesszük, egy diónyi zsírral elmorzsoljuk. A közepébe mélyedést vájunk, beleöntjük a 4,5 dl langyos, sós vizet, majd puha tésztát gyúrunk. Deszkára téve jól kidolgozzuk, kb. 15 percig, amíg ruganyos nem lesz. Két cipőbe osztjuk úgy, hogy se a tetején, se az alján gyűrődés ne legyen. A tetejüket langyos zsírral megkenjük, s melegített lábassal lefedjük. Kb. 15-20 percig így hagyjuk. Ha letelt a pihentetési idő, egy nagy asztalt terítsünk le sima abrosszal, gyengén szórjuk be liszttel, tegyük a közepébe a tésztát, és nyújtófával az asztal alakjának megfelelően négyszög vagy téglalap alakúra nyújtjuk ki. Ezután kenjük meg vékonyan zsírral, majd kézfejükkel kezdjük el nyújtani mind a négy oldalán. A nyújtást addig végezzük az asztal körül, amíg annak széleit betakartuk, és a tészta még mindig nyújtható. A rétestésztának hártavékonyságúnak kell lennie. A széleit kezünkre csavarva leszedjük, pár csepp vízzel összegyűrjük, pihentetjük, majd újra kinyújtjuk. A kinyújtott tésztát félig megszáritjuk, azután meleg zsírral vékonyan, de egyenletesen meglocsoljuk.

Most a tészta megtöltése következik. Lehet túróval, almával, meggyel, mákkal, káposztával, ki mivel szereti. Ha túróval akarjuk tölni, akkor a tésztát előbb finom morzsával szórjuk meg, erre jöhet a töltelék. A tésztát az abrossz széleit felemelve összecavarjuk, inkább laposan és lazán, mint szorosan. A tepsi hosszának megfelelő rudakra vágjuk, a tetejét zsírral megkenjük, zsírozott tepsibe tesszük. Egyenletes tűznél pirosra sütjük.



A település Szeplőtelen Fogantatás tiszteletére szentelt templomának hajóját a XIV., szentélyét a XV. században építették késő gótikus stílusban. A templom nevezetessége a szentély evangéliumi oldalán beépített, művészien faragott reneszánsz szentségtartó fiülkéje (pasztofórium). Ez az ország legrégibb reneszánsz stílusú pasztofórium, 1503-ból származik.

A legenda szerint a templom a honfoglaló magyarok áldozó helye volt. A környéken az ásatások során korabeli sírokat és tárgyakat találtak.

A községben egyre nagyobb figyelmet fordítanak a hagyományőrzésre. Ezt mutatja a Cinege Táncsoport megalakítása is.



Malomkalács

Gordos Tiborné, Eszti nene receptje

Hozzávalók:

1 kg liszt, 2-3 ek. cukor, 1 kk. só, 1 dl olaj, 0,5 dl tej, (reszelt sajt)

Elkészítés:

A tésztához valókat összegyűrjük, sűrű gyúrható tésztát kell kapnunk. Kis gombócokat formázunk, majd ezeket egyenként a meleg malomkalács-sütőbe helyezzük. Édes és sós változatban egyaránt készíthető, a sóhoz ízlés szerint tehetünk reszelt sajtot is. A leírt mennyiségből 100-120 db malomkalács készíthető.



Csinált tejes csík

Simon Istvánné, Bözsi mama

Hozzávalók:

*Csíkhoz: 50 dkg liszt, 2 egész tojás, 1dl víz, só
Csinált tejhez: 8 dl tej, 2 tojássárgája, 3 ek. cukor, 1 ek. liszt*

Elkészítés:

A hozzávalókból gyúrt tésztát készítünk. 2-3 mm széles metéltre vágjuk. Sós vízben kifőzzük, kevés zsírral megöntözzük, szétrázzuk és csinált tejjel nyakon öntjük. Csinált tej: kevés hideg tejben elkeverjük a cukrot, a tojássárgáját és a lisztet, majd a maradék tejhez adjuk. Csomómentesre főzzük.





Etes község Nógrád megye északi részén, Salgótarjántól 10 km-re található. A település láttnivalói közé tartozik a község északi végén, a Karancsaljára vezető út mellett álló, léckerítéssel körülvett, műemlék jellegű fészület. A fából készült kereszt közel négy méter magas, öntöttvas korpusza egy kissé ferde helyzetben van a keresztre erősítve. A keresztoszárak végei kiszélesedő köríves képzésűek, mindegyik körmezőben nyolcágú csillag, a fej felett a dicsfény felerősítésére szolgáló vésés látható. Törzsét négyzetes mezőkben elhelyezett faragások díszítik: Úrmutató, Nap, Hold, csillagok, passiójelvények, növényi motívumok.

Monyurka

Hozzávalók:

1 kg burgonya, 60 dkg liszt, só

Elkészítés:

A krumplit feldaraboljuk, sós vízben megfőzzük. Amikor megfőtt, leszűrjük, krumplinyomóval összetörjük és a megadott mennyiségű liszttel összegyúrjuk. A tésztát részekre osztjuk, kisujjni vastagságúra elsodorjuk, majd 2 cm-es darabokra vágjuk. Forrásban lévő, sós vízben kifőzzük. Amikor megfőtt, kiszedjük a vízből. Ízlés szerint tálalhatjuk túróval, pirított grízzel.



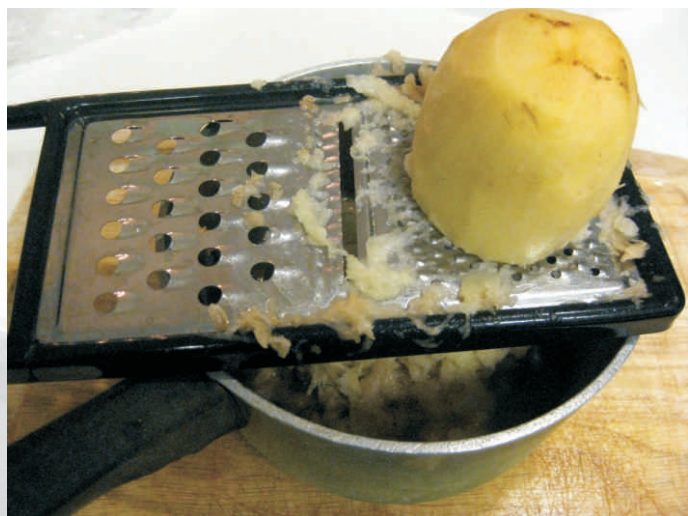
Rongyos haluska

Hozzávalók:

1 kg burgonya, 1 kg liszt, 1 dl víz, só ízlés szerint

Elkészítés:

A burgonyát lereszeljük, hozzáadjuk a sót és a lisztet, majd jól elkeverjük. Annyi vizet öntünk hozzá, hogy szaggatható tésztát kapjunk. A tésztát kanál segítségével forrásban lévő, sós vízbe szaggatjuk egy falapockáról. Amikor a víz felveti, lyukas kanállal kiszedjük. A tál alját, amibe a haluskát tesszük, zsiradékkal megkenjük. Lehet rá tenni túrót sült szalonnával, sült káposztát, illetve hordós káposztát.





Ipolytarnóc nevét először a környéken megtalált közel 100 méter hosszúságú és 8 méter kerületű megkövesült fa tette híressé. A világ legnagyobb megkövesedett fenyő-féléjét a Borókás-patak bontotta ki a vulkáni kőzetek halotti lepléből. A helybeliek „Gyurtyánkő-lóczának” nevezték el, kővé válásáról pedig varázslatos meséket szöttek.

Az Ipolytarnóci Ősmaradványok Természetvédelmi Terület a régmúlt emlékeit őrzi: egy vulkáni katasztrófa során betemetett ősvilági kincseket. A geológiai tanösvényt végigjárva izgalmas időutazáson vehetnek részt a látogatók. A séta során cápa fogakkal hintett tengerparti fővenyt, megkövesedett fákat és egzotikus növénylenyomatokat láthatnak. Igazi különlegességnek számítanak az itató- és gázlőhelyek páratlan értékű, megkövesedett pillanatfelvételei. Eddig közel 11 gerinces állatfaj több mint háromezer lábnyomát azonosították. Ipolytarnóc a világ egyik leggazdagabb lábnyomos lelőhelye.

Az Ősvilági Pompejinek is nevezett, Európa Diplomás és világörökségi nevezés alatt álló területre látogatók fogadására épült a CHRISTINA PARK HOTEL, amely színvonalas vendéglátással és magas szintű szolgáltatásokkal fogadja vendégeit.

Korhelyleves

Juhász Józsefné, Valika néni receptje

Hozzávalók:

Savanyú káposzta leve (2 liter), kevés savanyú káposzta, 3 dkg zsír, liszt, hagyma, pirospaprika, füstölt kolbász, 2 dl tejföl, tojás

Elkészítés:

A káposztalevet a káposztával együtt 1 óra hosszat forraljuk, majd rántást készítünk reszelt hagymával, és ha már szép piros, beletesszük a pirospaprikát és feleresztjük a káposztalével. Belevagdadjuk a kolbászt, majd az egészet felforraljuk. Ha gyengébb levet szeretnénk, akkor tehetünk bele 2 dl tejfölt és személyenként egy-egy tojást is. Rövid ideig forraljuk.



Burgonyapogácsa

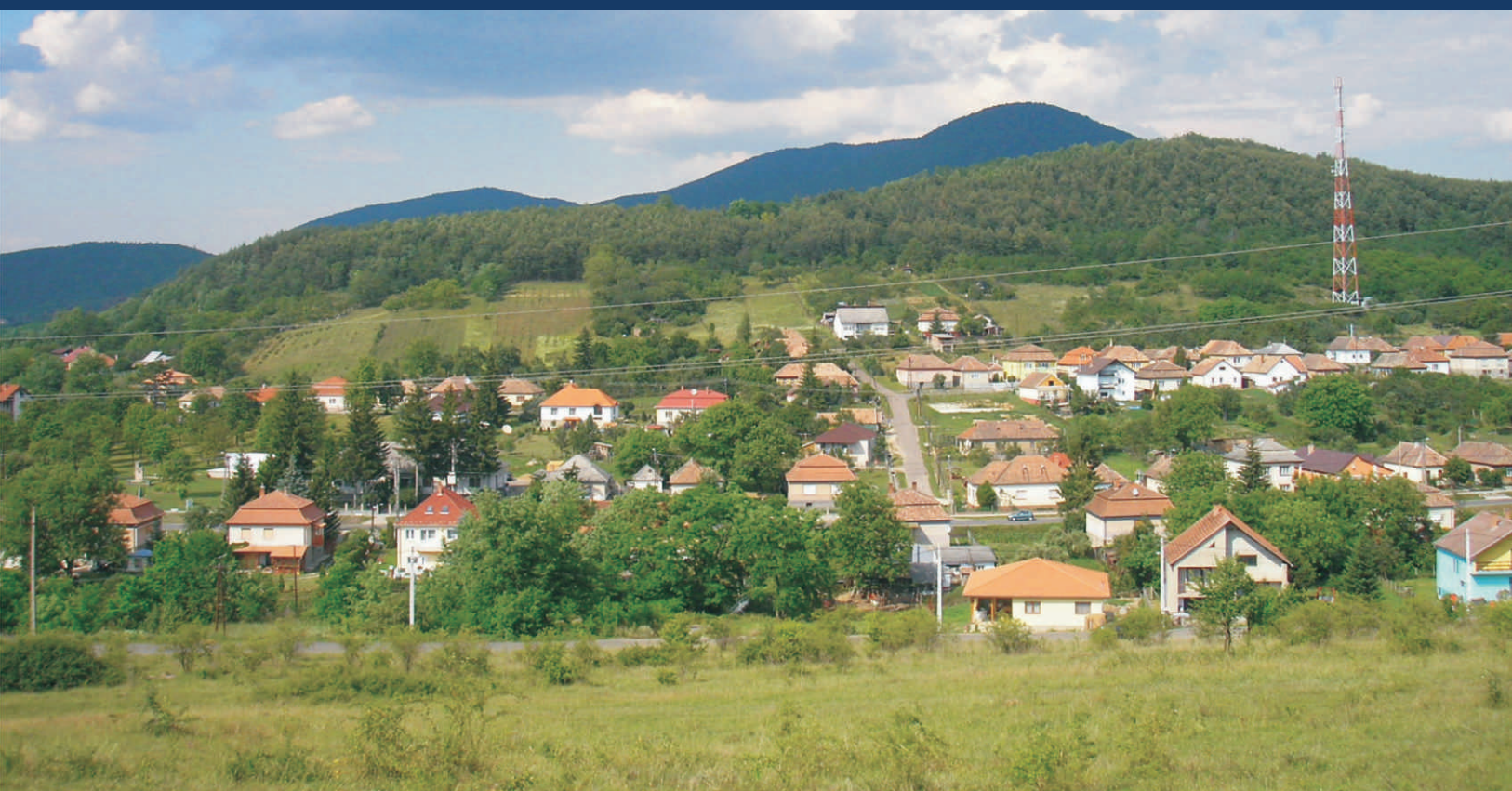
Hozzávalók:

25 dkg főtt, áttört burgonya, 25 dkg vaj, 25 dkg liszt, 1 tojás, pici só

Elkészítés:

Ha a burgonya kihűlt, a vajjal, a liszttel, a tojással és a sóval összegyúrjuk. Kétszer egymás után vékonyra kinyújtjuk, háromszor hajtogatjuk. Hideg helyen 3-4 órát pihentetjük. A pihentetés után kinyújtjuk, tetszés szerint pogácsákat szaggatunk belőle. Tepsibe rakjuk, megkenjük tojással, a tetejét bevagdossuk (de csak egy kicsit), majd megsütjük.





A Dobroda patak völgyében fekvő település nevét a községtől néhány kilométerre található, Szlovákia és Magyarország határán magasodó 727 méter magas Karancsról kapta, amit „Palóc Olimposznak” is neveznek.

A község leglátogatottabb rendezvénye a Karancsaljai Falunap, amit minden évben július utolsó szombatján rendeznek meg a Polgármesteri Hivatal melletti parkban. A szervezők gyermek- és sportprogramokkal, kulturális műsorral, valamint főzőversennyel várják a falu apraját-nagyját. Már hagyománnyá vált a Bor- és süteményverseny is, amelyre helyben termelt szőlőből, illetve gyümölcsből készített borokkal és saját készítésű süteményekkel lehet nevezni. A finom nedűket és süteményeket szakértő zsűri bírálja el. Ősszel, október elején szüreti felvonulást és szüreti bált rendeznek a településen. A résztvevők lovas fogatokkal és teherautókkal vonulnak végig a falu főutcáján.

Krumpli lángos

Hozzávalók:

A tésztához: 50 dkg liszt, fél dl olaj, 1 db tojás, 2 dl tej, 2 dl víz, 2 dkg élesztő, pici só

A töltelékhez: 70 dkg hámozott krumpli, 10 dkg zsír, só, bors

Elkészítés:

Az élesztőt a langyos tejben és a vízben felfuttatjuk. A tésztához valókat összegyúrjuk, majd kelesztjük. Amikor a tésztánk megkelt, két részre osztjuk. Az egyik darabot a kizsírozott tepszi aljára, a másikat a töltelék tetejére tesszük.

A hámozott krumplit megfőzzük, majd áttörjük. A hagymát zsíron megpároljuk, rátesszük a krumplit, és ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Langyosra hűtjük, majd a tészta közepére kenjük. A tészta tetejét villával megszurkáljuk. Ha megsült, a tetejét zsírral megkenjük. Melegen az igazi!



Mákos guba

Hozzávalók:

3 db kifli (ne legyen friss), 1 dl tej, 3 dkg margarin, 8 dkg mák

Elkészítés:

A kifliket 1 cm-es darabokra vágjuk, majd tálba tesszük. A tejet a margarinnal meglangyosítjuk, és ezzel meglocsoljuk a kifliket. A megpuhult kifli darabokat darált mákkal megszórjuk, s ízlés szerint cukrozzuk.





Karancsberény a Karancs lábánál, a Bodoló-hegy alatt fekszik. A falu határos Szlovákiával, de határátkelőhelye nincs. A település egyik nevezetessége a volt Légrády vadászház. Az épületet a Légrády család építette 1937-ben vadászháznak. 1944 decemberében a Nógrádi Sándor vezette partizánegység harcálláspontja lett. 1945-től ismét erdészeti célokat szolgált, 1957-ben pedig részben átalakították. Az emeletes épület helyiségeiben ma kiállítás várja a látogatókat, az előtér nyitott árkádjá mellett partizántevékenységgel kapcsolatos emléktáblákat helyeztek el.

Karancsberénynek több hagyományos rendezvénye is van. Minden évben sok látogatót csábít a településre a szüreti felvonulás, a fogathajtó verseny, a farsangi mulatság és a vendégségi bál.



Öntött laska

Hozzávalók:

1 kg liszt, só és annyi víz, amennyit a tészta felvesz (ne legyen nagyon kemény)

Elkészítés:

A lisztet beleszítáljuk egy tálba, megsózzuk, majd langyos vízzel összegyúrjuk. A tésztát gyúródeszkán egyforma nagyságú darabokra vágjuk. Ezeket a tésztadarabokat sodrófával kerek formára és mindössze néhány milliméter vastagságúra kinyújtjuk. Masina tetején a levelek mindkét oldalát megsütjük. Rövid száradás után összetördeljük, majd sós vízben kifőzzük. Ha megfőtt, tálba szedjük, s olvasztott zsírral meglocsoljuk. A tetejére tehetünk túrót és üvegesre pirított szalonna kockát.



Hájas kifli

Hozzávalók:

30 dkg darált háj, 50 dkg liszt, 5 tojás, 1 tejföl, 20 dkg dió, 20 dkg porcukor, vaníliás cukor

Elkészítés:

A lisztet a hájjal elmorzsoljuk, majd az 5 tojás sárgájával és a tejjel össze gyúrjuk. A tésztát 12 db cipóra osztjuk. 2 óra pihentetés után a cipókat tányér nagyságúra nyújtjuk. Minden lapot nyolc cikkre vágunk. Az 5 tojás fehérjét felferjük habnak, majd hozzáadjuk a diót és a porcukrot. Az így kapott töltelékből egy kávéskanálnyit ráteszünk az egyik háromszögre, és a szélesebb feléről kezdve feltekerjük. A megtöltött kifliket megsütjük. Ha kész, vaníliás porcukorba forgatjuk.





Karancseszki a szlovák határ közelében, a 720 méter magas Karancs-hegy lábánál, a Dobroda-patak völgyében terül el. A község egyik nevezetessége, műemléke a volt Zahorszky-Prónai kúria. A barokk stílusú, földszintes, téglalap alakú kúriát 1796-ban építették. A község régi temploma a XV. században épült, ebből ma már csak a szentély áll. Újjáépítése során a középkori hajót és az oldalkápolnát lebontották, míg a torony és a nyugati főfal alapjait beépítették a szélesebb, új hajóba. A mai templom egyhajós, megközelítően keletelt, enyhén előreugró párkányokkal díszített toronnyal. A településen járva érdemes megnézni Haan Júlia sírkövét is. Műemlék jellegű, 1795-ben készült puha mészkőből. A sírkő a temető déli részén áll.



Heróce

Simon Ernőné, Erzszi néni receptje

Hozzávalók:

5 tojás sárgája, 1 kk cukor, csipet só, 2 dl tejföl, 5 dkg zsír, 40 dkg liszt

Elkészítés:

A hozzávalókat összekeverjük, simára gyúrjuk, majd 10-15 percig pihentetjük. Ezután 3 mm vastagságúra kinyújtjuk és derelyevágóval 10 cm-es lapokat vágunk belőle. A lapok belsejében, hosszában két vágást ejtünk rajta. Forró, bő olajban mindkét oldalát pirosra sütjük, majd vaníliás cukorral meghintjük. Ízlés szerint lekvárral is tálalhatjuk.



Nagyi bögrés sütije

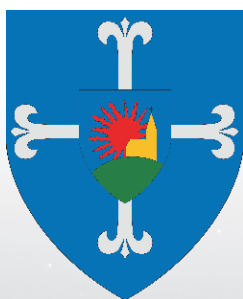
Hozzávalók:

2,5 bögre liszt, 1 csomag sütőpor, 1 bögre cukor, 1 bögre olaj, 1 bögre tej, 1 tojás, tetszés szerint magozott meggy, dió, mandula

Elkészítés:

A lisztet elkeverjük a sütőporral, majd a többi hozzávalóval. A tésztát zsírozott, lisztezett tepsibe öntjük, a tetejére magozott meggyet (vagy bármilyen más apróra vágott gyümölcsöt), diót, mandulát szórunk. Előmelegített sütőben tűpróbáig sütjük. A tészta elkészítése nagyon egyszerű, csak az a fontos, hogy minden hozzávalót ugyanazzal a bögrével mérjünk ki.





Karancslapujtó Nógrád megye északi részén, Salgótarjától 9 km-re, a Dobroda völgyében található. A természeti szépségekben gazdag terület északkeleti részén kisebb-nagyobb hegyvonulatok húzódnak. Közülük kiemelkedik a Karacs.

Különleges történelmi és vallási emlék a Karacs hegyen lévő Szent (Boldog) Margit – kápolna. A hagyományok szerint a kápolnát IV. Béla király lánya építtette. A kápolna búcsújáró hely volt, remete is lakott itt. Az épület romjainak helyén 1990-91-ben épült újjá a kápolna, amit 2007-ben felújítottak.

A falu központi részén csaknem kéthektárnyi park terül el, amely természetvédelmi terület volt. Itt áll a „Hősök és áldozatok emlékműve”, melyet az 1960-ban állított eredeti emlékműből alakítottak ki.

Sztrapacska

Híves Gyuláné, Ilona néni receptje

Hozzávalók:

60 dkg nyersen lereszelt burgonya, só, zsír, szalonna, 30 dkg liszt, túró, tejföl, savanyú v. édes káposzta

Elkészítés:

A lereszelt burgonyát kevés sóval, olvasztott zsírral, liszttel összedolgozzuk úgy, hogy nokedli sűrűségű masszát kapjunk, majd forró vízbe szaggatjuk. Ha megfőtt, leszűrjük. Szalonnazsírral meglocsoljuk, rárakjuk a szalonnapörcöt és sütőben jól átforrósítjuk. Pirított hagymás zsírral, túróval, tejföllel, savanyú vagy édes káposztával tálaljuk.



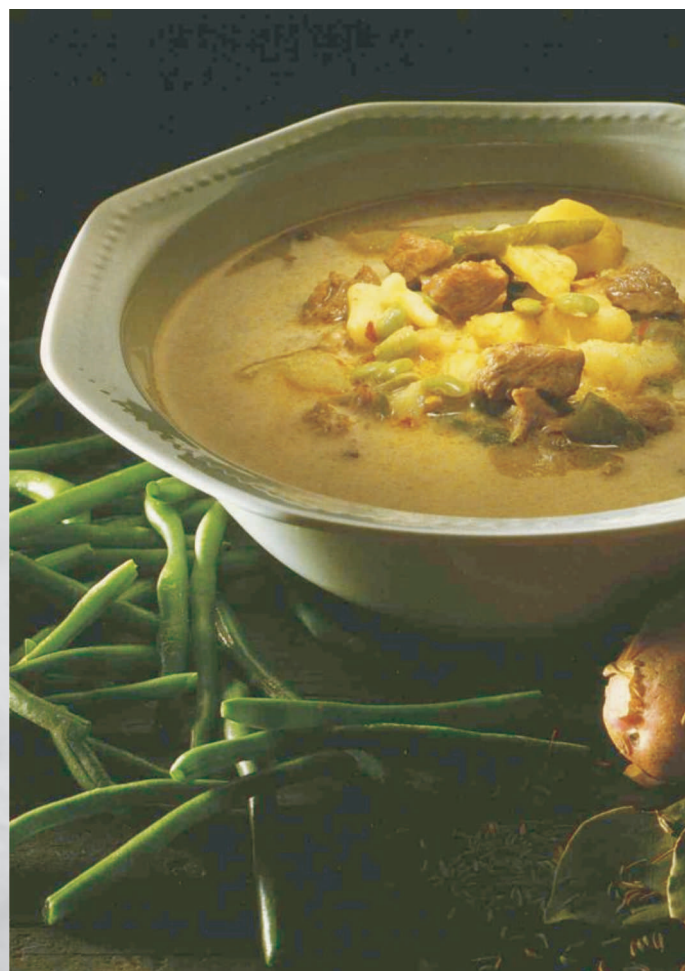
Palócleves

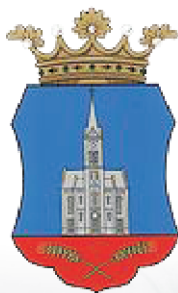
Hozzávalók:

1,5 kg ürühús, 30 dkg hagyma, 5 dkg zsír, 5 dl tejfel, pici pirospaprika, 1 kg gyenge zöldbab (vagy vajbab), 70 dkg burgonya, 1 g köménymag, 1 g törött bors, □ babérlevél, 4 dkg só, 1 dkg fokhagyma, 4 dkg liszt, 10 dkg füstölt szalonna, □ csomag zöldpetrezselyem.

Elkészítés:

A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, majd lábasba téve megpirítjuk. Hozzáadjuk az apróra vágott hagymát, megfonnyasztjuk, megszórjuk pirospaprikával, majd beletesszük a kockára vágott, jól megmosott ürühúst. Megsózzuk, törött borssal, babérlevéllel fűszerezzük és hozzátesszük a köménymaggal együtt apróra vágott fokhagymát is. Fedő alatt, időnként megkeverve, rövid lében, mindig annyi vizet hozzáadva, hogy le ne égjen, majdnem puhára pároljuk. Közben külön, gyengén sózott vízben megfőzzük a megtisztított és egyforma darabokra vágott zöldbabot. A megpuhult húst, a burgonyát és a zöldbabot egybeöntjük, annyi levet készítünk neki, amennyi levesre szükségünk lesz, majd berántjuk. Elkeverjük benne a tejfölt, és még egyszer felforraljuk. Forrón, nagyobb leveses tálban tálaljuk. Tálaláskor megszórhatjuk apróra vágott zöldpetrezselyemmel.





Karancsság nevezetességei közé tartozik a volt Kubinyi-Prónay kastély. A késő barokk stílusú kastélyt Kubinyi Gáspár építette 1794-ben, majd később a Prónay család tulajdonába került.

Van a településen egy XVIII. századbeli kápolna, amelyet Nepomuki Szent Jánosról neveztek el. A kápolnát a névadó szobra díszíti. A kőkeretes főbejárat felett a szentről megemlékező, latin nyelvű felirat, úgynevezett kronogramma olvasható. Az érdekessége az, hogy ha a kiemelt betűket római számnak tekintve összeadjuk, megkapjuk a kápolna építésének évét: 1767-et.

Tojás nélküli kifli

Vadas Józsefné, Jucika néni receptje

Hozzávalók:

1 csésze tej, 2 dkg élesztő, 1 kávéskanál cukor, 50 dkg liszt, 16 dkg zsír, csipet só

Elkészítés:

A tejbe beletesszük az élesztőt és a cukrot, majd megfuttatjuk. A lisztet a zsírral eldörzsöljük, és hozzáadunk egy csipet sót. A lisztes zsírba beleöntjük a tejes élesztőt. Ezeket együtt jól kidolgozzuk. Az így kapott tésztát elnyújtjuk és négyszögekre vágjuk. A töltelék – ízlés szerint - lehet dió, mák vagy lekvár. A kis kockákba beletesszük a tölteléket, majd feclsavarjuk. Tepsibe tesszük és megsütjük.



Isteni szelet

Vadas Józsefné Jucika néni receptje

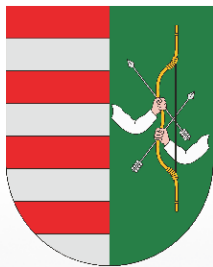
Hozzávalók:

5 tojás, 20 dkg porcukor, 10 kanál víz, 20 dkg liszt, fél csomag sütőpor, 2 dl tej, 2 kanál búzadara, 2 dkg kakaópor, 20 dkg dió, 25 dkg cukor.

Elkészítés:

Az 5 tojás sárgáját a porcukorral és a vízzel kikeverjük. Hozzáadjuk a lisztet és a sütőport, majd az így kapott tésztát megsütjük. A búzadarát a tejben megfőzzük. Amikor kész, hozzáadjuk a kakaóport és a diót. A masszát a kihűlt tészta tetejére simítjuk. Az 5 tojás fehérjét a 25 dkg cukorral gőz fölött kemény habbá verjük, majd a krém tetejére simítjuk.





K A Z Á R

Kazár rendkívül gazdag hagyományait máig őrzi. A népi építészet emlékei még ma is láthatók a településen. Az Ófaluban számos eredeti szépségében díszelgő, kontyolt, nyeregtetős, ambitos parasztház áll. Népviselete a palócföld legszínesebb női viselete. Jellegzetessége a kikeményített vasalt szoknya, a fiatal menyecskék fejét díszítő főkötő, melyek közül a legdíszesebb az arany- és ezüstcsipkés. Nagyobb ünnepek alkalmával a település lakói ebben a gyönyörű viseletben pompáznak.

A település nemcsak hagyományápolásával, hanem színvonalas rendezvényeivel is méltán vív ki egyre nagyobb elismerést. A Kazári Laska Fesztivál és Tócsni Parti, a „Muzsikál az erdő” – Mátrai Művészeti Napok kazári rendezvénye és a falu egyéb programjai érdekes színpoltjai a településnek és a megyének. A község legjelentősebb rendezvénye a Kazári Búcsú, amely minden év augusztusában kerül megrendezésre. A Búcsú fénypontja a Nemzetközi Néptáncfesztivál, amelyen minden évben számos külföldi és hazai csoport vesz részt. A programsorozat szerves része a Kazár Kupa Országos Pontszerző Díjugrató Lovasverseny is.

A település határában Közép-Európában egyedülálló vulkanikus képződmény látható. A közel egy hektáron fekvő riolituffához hasonló képződmény a világon összesen hat helyen, legközelebb a törökországi Kappadókiában látható.

Tócsni

Tózsér Gáspárné Margit néni receptje

Hozzávalók:

1 kg krumpli, 3-4 gerezd fokhagyma (esetleg fokhagymakrém), 4-5 ek. liszt, 1 db tojás, olaj, bors, só, ételízesítő

Elkészítés:

A krumplit lereszeljük, a fokhagymát fokhagymaprésen beletörjük. Hozzáadjuk a lisztet, a tojást, majd ízlés szerint borssal, sóval és picit ételízesítővel ízesítjük, jól összekeverjük. Felhevített olajba egy nagyobb kanál masszát rakunk, picit ellapítjuk, formázzuk, majd jól átsütjük.



Krumplilaska

Hársi Jánosné Kati néni receptje

Hozzávalók:

1 kg krumpli, 40 dkg finomliszt, 1 evőkanál só

Elkészítés:

A meghámozott krumplit feltesszük főni. Ha megfőtt, áttörjük krumplinyomóval. Kicsit hűlni hagyjuk, majd rászórjuk a lisztet és a sót. Az egészet jól összegyúrjuk, henger alakúra (körülbelül 5 cm átmérőjű) formázzuk és felvagdossuk 5 cm-es darabokra. A téstadarabokat nyújtófával kör alakúra nyújtjuk úgy, hogy mindig legyen alattuk annyi liszt, hogy ne ragadjanak le. Masina tetején (gáztűzhelyen, vaslapon) közepes tűznél a tészta mindkét oldalát világos barnára sütjük. A kész laskákat egymásra rakjuk úgy, hogy egyik oldalát vékonyan megkenjük olvasztott zsírral. Ízlés szerint tejföllel, túróval, cukorral, lekvárral ízesíthetjük.

A leírt mennyiségből körülbelül 10-15 db laska készíthető.





Kisbárkány a falusi nyugalmat kedvelők számára ideális kirándulólhely. A megyeszékhelytől mintegy 20 km-re található. Legnagyobb értéke a szinte érintetlen természeti környezet. A megyében ezen a helyen található a morfológiailag legváltozatosabb felszíni képződményeket. Itt található a jégkorszakból maradt Molyhos-tó, amely nyaranta számos szárcsa és vízityúk élőtere. A községhez tartozik a kirándulásra, pihenésre különösen alkalmas Bedepuszta.

Egyszerű túrós lepény

Hozzávalók:

Tésztához: 20 dkg liszt, 10 dkg margarin, 1 tojás sárgája, pici sütőpor, pici tej az összeállításhoz, 1/2 citrom reszelt héja
Töltelékhez: 1/2 kg túró, 20 dkg cukor, 3 vaníliás cukor, 4 tojás sárgája, 1 marék liszt, 1 csomag vaníliás pudingpor, 1 pohár tejföl, 4 dl tej és az 5 tojás felvert habja

Elkészítés:

A tésztát összeállítjuk a pici tejjel, vékonyra nyújtjuk, majd 38x22-es vajazott, lisztezett tepsibe tesszük. A töltelékhez a hozzávalókat sorban összekeverjük. A tésztára öntjük és alacsony hőmérsékleten 60-80 percig sütjük.

Jó tanácsok: Nem kell megijedni, ha a töltelék folyékony, ugyanis be fog sűrűsödni. A pudingport főzés nélkül kell belekeverni. Ha megsült és kihűlt egy kicsit, hűtőbe kell tenni, hogy megdermedjen.



Almás rétes

Hozzávalók:

1 csomag réteslap, 70 dkg alma, 5 dkg darált dió, 5 dkg mazsola, 1 kanál zsemlemorzsa, 20 dkg cukor, zsír

Elkészítés:

A réteslapokat szétszedjük, meglocsoljuk zsírral, majd megszórjuk zsemlemorzzával. Ezután rászórjuk a darált diót, erre rátesszük a hámozott, lereszelt és kicsavart almát. Megszórjuk cukorral, meghintjük mazsolával. Aki szereti a fahéjat, azt is tehet rá. Egy konyharuha segítségével óvatosan felsodorjuk a rétest, majd zsírozott tepsibe tesszük. A tetejét megkenjük tojássárgájával és forró sütőben szép pirosra sütjük.





A település elsősorban természeti értékeiről nevezetes. A falu Salgótarján felé eső végében emelkedő dombot Zsidó-hegységnek hívják, mert a XVIII. század második felében kiraboltak és megöltek itt egy átutazó izraelita kereskedőt. A Zsidó-hegy a Duna és a Tisza vízgyűjtő területének választó vonala is.

A község közelében található a természetvédelmi oltalom alatt álló Kőlyuk-oldal, ami egy 30-40 méter magas, 300 méter hosszú, csaknem függőleges homokkő fal. A kőzetfal legmeredekebb részébe egy kisebb barlangot vágtak. Valószínűleg a lazább üledék kimosásával természetes üreg keletkezett a homokkőfalban, amit az emberi kéz tovább mélyített. Így alakult ki a több „helyiségből” álló barlang, amely évszázadokon keresztül nyújtott menedéket a helybelieknek. Egészen a múlt század végéig remeteéletet élő szerzetesek lakták.



Vajas zöldséges bableves

Juhász Jánosné, Boriska néni receptje

Hozzávalók:

20 dkg fehér bab, 15 dkg sárgarépa, 15 dkg petrezselyemgyökér, 15 dkg zellergumó, 20 dkg krumpli, 3 gerezd fokhagyma, 1 db teavaj, só, bors, babérlevél

Elkészítés:

A babot (előzőleg áztassuk be), a karikára vágott zöldségeket és a kockára vágott krumplit feltesszük főni. Fűszerezzük ízlés szerint, tegyük bele a fokhagymát.

Rántás készítünk: 1 db teavajat felolvasztunk, lisztet szórunk bele és világos rántást készítünk. Tesztünk bele pirospaprikát és felöntjük vízzel. Simára keverjük, majd hozzáadjuk a leveshez, s lassan forraljuk.



Lecsós haluska

Varga Jenőné, Giza néni receptje

Hozzávalók:

40 dkg paprika, 60 dkg paradicsom, 10 dkg szalonna, 10 dkg hagyma, só

Haluskához: 50 dkg liszt, 2 db tojás, só, víz

Elkészítés:

A paprikát és a paradicsomot felvágjuk, a szalonnát és a hagymát kockára vágjuk. A szalonnát kiolvasztom, majd ráteszem a hagymát és aranysárgára pirítom. Hozzáadom a paprikát, egy kicsit párolom, majd hozzáadom a paradicsomot is. Megsózom, s lassú tűzön pároljuk.

Közben elkészítjük a haluskát. A lisztet és a tojást annyi vízzel keverem össze, hogy közepes keménységű tésztát kapjak. Megsózom, majd forrásban lévő vízbe szaggatom.

Tálaláskor a haluskára teszem a lecsót.





Litke elsősorban a vidéki élet szépségeivel és nyugalmaival várja látogatóit. Nagyon szép természeti környezetben fekszik, a megyeszékhelytől 22 km-re található.

A község központjában, a Szent István téren hét, 1896-ban ültetett kocsányos tölgy áll. A fák körbefogják államalapítónk 1902-ben állított kőszobrát. A hét tölgy a hét honfoglaló vezérnek állít emléket. A háromszögletű tér 1976-tól természetvédelmi terület.

Litkén született Borbás Vince, a XIX. század legnagyobb botanikusa. Erről emléktábla is tanúskodik. Koppenhágában, Lipszében, Innsbruckban és Münchenben is büszkék arra, hogy a világszerte ismert tudós egyetemeik falai között tanult. A *Mentha Borbasiana* mellett több növény is viseli a nevét, tanulmányai beépültek az általános geobotanikai tanokba.

Gombás lucskos káposzta

Versegi Imréné, Magdi néni receptje

Hozzávalók:

1 kg sertéscsülök, 1 kg aszalt gomba, 1,5 kg savanyított káposzta, rizs, fűszerek, 2 db hagyma, kevés tej, 1 doboz tejföl, 2 ek. rétesliszt, paprika, paradicsom, fokhagyma, rizs

Elkészítés:

A káposztát a fűszerekkel (babérlevél, piros paprika, paradicsom) odatesszük főni. A sertéscsülköt dinsztelt hagymán megpároljuk, közben ízlés szerint fűszerezzük (piros paprika, só, bors, fokhagyma, kakukkfű, rozmaring). Amikor összesült, hozzáadjuk a gombát. Kb. 1 óráig pároljuk, kevés vízzel felöntjük. Fél óra forralás után a káposztához adjuk. Hozzáteszünk 1 pohár rizst. Engedjük összeforni, majd habarjuk be (tej, tejföl, rétesliszt). A habarással együtt még órát kell főzni.



Sóskaleves

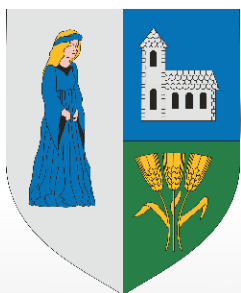
Hozzávalók:

2 marék sóska, 1 evőkanál olaj, pici só, 3-4 evőkanál cukor, 2 fakanálnyi liszt, 1 pohár tejföl, 1 tojás, pirított zsemlekocka

Elkészítés:

A sóskát szárától és vastag ereitől megtisztítjuk és alaposan megmossuk. Kevés olajon megdinszteljük, hozzáadjuk a sót és a cukrot. Amikor már elfőtte a levét, megszórjuk a liszttel, hozzáadjuk a tejfölt és a tojást, jól elkeverjük, majd felöntjük vízzel. Miután összeforrt, pirított zsemlekockákra szedve tálaljuk.





Lucfalva a Mátra és a Cserhát hegységek nyúlványainak kies kis völgyében, a hegyek közé ékelődve fekszik. Árpád-kori település, a XIII. század elején Lucin alakban fordult elő egy oklevélben. A falu eredetmondája szerint 1130 körül Sámson rablólovag volt a környék földesura. Állítólag az ő Lucia nevű leányáról kapta nevét a település. 1910-ben a Lucin nevet Lucfalvára cserélték.

A falu egyik nevezetessége, látnivalója az iskolával szemközt álló Faluház, mely a XIX-XX. század fordulóján épült. Berendezési tárgyait a falu lakói adományozták a községnek megőrzésre.

Káposztás rétes

Hozzávalók:

1 csomag réteslap, 50 dkg káposzta, zsír, tejföl, só, bors

Elkészítés:

A káposztát lereszeljük, zsírban alaposan megpároljuk, ízesítjük sóval és törött borssal. A kinyújtott rétestésztát meglocsoljuk egy kis zsírral vagy vajjal, megkenjük tejföllel, majd rátesszük a káposztát. Óvatosan felsodorjuk, kizsírozott tepsibe tesszük, és forró sütőben megsütjük.



Savanyú tojásleves

Hozzávalók:

2 evőkanál olaj, 2 fakanálnyi liszt, 3-4 babérlevél, 1 evőkanál ecet, ízlés szerint só, személyenként 1-2 tojás

Elkészítés:

Olajból és lisztből rántást készítünk. Felengedjük hideg vízzel, megsózzuk, beledobjuk a babérleveleket és felfőzzük. Ezután hozzáadjuk az egész tojásokat. Nem szabad rögtön megkeverni, mert a tojások szétmennek. Ecettel ízesítjük, majd összeforraljuk.





A környék vadban és természeti szépségekben igen gazdag. A település határában található ősbörökás a falu címerébe is bekerült.

A falu modern stílusú templomát Szabó István, Ybl-díjas építész tervezte. Az épület az 1980-as évek közepén, Pesten bontott és ide elhordott anyagból készült. A római katolikus templom a főutca végén, a dombtetőn áll, és mintegy őrző szemmel tekint le a falura. A templomtól induló ösvényen északkelet, majd délkelet felé fordulva lehet eljutni a Kelet-Cserhát Tájvédelmi Körzetbe.

A faluban több kontyolt, nyeregtetős, tornáccal és fakorláttal épített, alapincézett, népi stílusú lakóház maradt fenn a XX. század első feléből. Ezek a palóc stílusú házak a templom körül, illetve a főutca mentén állnak.

Görhe

Hozzávalók:

2 joghurtos kupa búzaliszt, 2 joghurtos kupa finom kukoricaliszt, 2 joghurtos kupa kristálycukor, 2 joghurtos kupa tej, 1,5 joghurtos kupa étolaj, 2 tojás sárgája, 1 zacskó sütőpor

Elkészítés:

A hozzávalókat fakanállal összekeverjük. A 2 tojás fehérjét kemény habbá verjük, majd óvatosan a sárga masszához vegyítjük. Olajozott, lisztezett tepsibe öntjük, és 180 fokon kb. 25-30 percig sütjük. Ha kihűlt, a tepsiben kockára vágjuk, tányérra tesszük és megporcukrozzuk. Gyorsan elkészíthető finom sütemény.



Szilvás gombóc

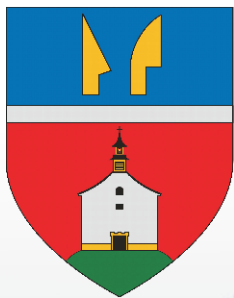
Hozzávalók:

1 kg burgonya, 10 evőkanál liszt, 1 tojás, 1 evőkanál olaj, 1 evőkanál só, 1 kg szilva, 10-15 dkg vaj, zsemlemorzsa

Elkészítés:

A burgonyát héjában megfőzzük, még melegen megtisztítjuk és burgonyatorón átnyomjuk. Amikor kihűlt, hozzáadjuk a lisztet, a tojást, az olajat és a sót, majd alaposan összegyúrjuk. Ujjnyi vastagra kinyújtjuk, tenyérszerű négyzetekre vágjuk, ráhelyezzük a kimagozott szilvát és gombócokat formálunk belőle. A gombócokat lobogó sós vízbe tesszük, kifőzzük. Ha megfőtt, leszűrjük, forró vízzel leöblítjük, majd pirított zsemlemorzsaába forgatjuk.





A téli napfényben igen gazdag és általában jelentős hótakaróval fedett Galyatetőtől a falu a piros jelzésű turistaúton mindössze 10 km-re van.

A térség madár- és állatvilága páratlanul gazdag, igen sok erdei és énekes madár költ a környező erdőkben, de sikló és védett szalamandra is él a falu környékén. Az erdőkben a bükk, a tölgy, az északi, vízgazdagabb területeken a fűz az uralkodó növényfajta. Az erdei és lucfenyő ültetvények újabb telepítésűek. A falu déli végén található hangulatos tó nyáron kirándulásra, pihenésre, télen pedig korecsolyázásra csábítja a falu lakóit és a turistákat.

A Mátra közelsége, a jó levegő, a dúslombú erdők vonzzák a pihenni vágyókat. Évek óta működik a Turistaház, kellemes szálláslehetőséget kínálva az idelátogatóknak.

Mátramindszenti savanyú bableves

Veres Sándorné receptje

Hozzávalók (4 személyre):

35 dkg száraz fehérbab, babérlevél, 1 gerezd fokhagyma, só, ételízesítő, tej, liszt, ecet

Elkészítés:

A babot hideg vízben felteszünk főni. Hozzáadjuk a sót, a babérlevelet és a fokhagymát, majd egy kicsit később beletesszük a krumplit is. Lassú tűzön forraljuk, amíg puhára nem fő. Ezután tejjel-liszttel készített habarással sűrítjük be a levét. Összeforralás után picit ecettel ízesítjük.



Tejes lecsó

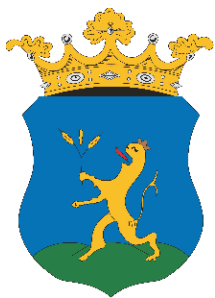
Hozzávalók:

40 dkg paprika, 60 dkg paradicsom, 10 dkg szalonna, 10 dkg hagyma, só, 5 dl tej, liszt

Elkészítés:

A paprikát és a paradicsomot apróra, a szalonnát és a hagymát kockára vágjuk. A szalonnát kiolvasztjuk, majd rátesszük a hagymát és aranysárgára pirítjuk. Hozzáadjuk a paprikát, egy kicsit pároljuk, majd hozzáadjuk a paradicsomot is. Lassú tűzön pároljuk, közben sózzuk és kevergetjük. A tejből és a lisztből habarást készítünk, majd a lecsóhoz adjuk és készre főzzük.





A falu a látnivalók gazdag arzenálját kínálja a vendégeknek. Ezek egyike a Bányász Emlékház. A településen a látogatók megcsodálhatják Borkovics László és Borkovics Péter iparművészek alkotásait, a Vásárhelyi művészpár remekeit, valamint több amatőr festő, fafaragó és kézműves alkotásait. A Faluhely-majorban mezőgazdasági és néprajzi kiállításon a magyar tradicionális állattartás csínját-bíjját ismerhetik meg az érdeklődők.

A település hagyományos és hagyományteremtő céllal meghirdetett programjait civil szervezetek rendezik – az önkormányzat támogatásával. Minden esztendőben sok látogatót csábít a településre a Közöd Nap, a Hagyományőrző Lovasok

Találkozója, a Lőerők Napja és a Márton-napi felvonulás.

Savanyú káposzta főzelék

Hozzávalók:

60 dkg savanyú káposzta, 6 dkg zsír, 4 dkg liszt, 8 dkg vöröshagyma, pirospaprika, só, 2 dl tejföl

Elkészítés:

A vízzel kimosott savanyú káposztát annyi vízzel tesszük fel főni, hogy ellepje. Közben elkészítjük a rántást, kevés hideg vízzel felengedjük, majd a káposztába keverjük. Az egészet jól összeforraljuk. Tálaláskor tejföllel ízesítjük. Igen jó ízű lesz a savanyú káposzta, ha egy kis füstölt hússal főzzük.



Mákos (vagy prézlis) nudli

Hozzávalók (4 személyre):

0,5 kg krumpli, 1 tojás, 15 dkg rétesliszt, 15 dkg mák, 15 dkg porcukor vagy 15 dkg zsemlemorzsá, 6 dkg zsír, 1 dkg vaj, 6 dkg porcukor, 1 mokkáskanál őrölt fahéj, csipetnyi só

Elkészítés:

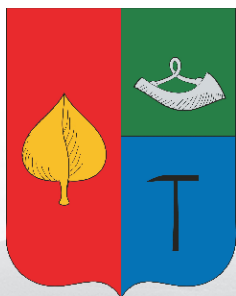
A jól megmosott krumplit – lehetőleg olyat, ami főzésnél szétesik – gyengén sózott vízben puhára főzzük, forrón meghámozzuk, és azonnal áttörjük. Ha kéz melegre hűlt, összegyúrjuk a liszttel, a diónyi zsírral, a tojással és a csipetnyi sóval. Lisztezett deszkán egy centi vastagságúra nyújtjuk, majd lisztbe mártott késsel kb. 1x5 cm-es csíkokra vágjuk. A csíkokból nudlikat sodrunk. Lobogó, enyhén sós, zsíros vízbe tesszük, és addig főzzük, amíg a víz felszínére jönnek.

Mákos nudli:

A megfőtt nudlikat szűrőkanállal kiszedjük és megszórjuk a darált mákkal, majd óvatosan megforgatjuk a mákban, hogy minden nudli „fekete” legyen. Porcukorral bőven meghintve tálaljuk.

Prézlis nudli:

A zsemlemorzsát egy kevés zsíron közepes barnára pirítjuk, majd kevés vajat morzsolunk rá. A megfőtt nudlikat szűrőkanállal kiszedjük és megforgatjuk a pirított zsemlemorzsában. Porcukorral vagy fahéjas porcukorral bőven meghintve tálaljuk.



Mátraszele a Zagyva völgyében, a megyeszékhelytől 13 km-re fekvő hegyvidéki település. A falu környékét kiterjedt erdőségek borítják, amelyek egy része a Karancs-Medves Tájvédelmi Körzethez tartozik. A település határában található tó kedvelt horgászhely.

Mátraszele kiemelt rendezvénye a Szelei Szilva Nap, amelyen szilvából készített ételeket, italokat készítenek és mutatnak be a település lakói. Ezen rendezvényen adják át a falu „Virágos, rendezett porta” díját.

Főispánné remeke

Csampa Györgyné receptje

Hozzávalók:

25 dkg vaj, 3 tojás, 1 csomag sütőpor, 15 dkg cukor, 1 citrom, 50 dkg liszt, fél csomag vanília, lekvár

Elkészítés:

A vajat a 3 tojás sárgájával, a sütőporral, a cukorral, a citrom reszelt héjával és levével, a liszttel és egy fél csomag vaníliával összegyúrjuk. A tészta 3/4-ed részét vastagra kinyújtjuk, meggyelevatorral vastagon bekenjük, majd rásimítjuk a 3 tojás keményre vert habját (a habba 15 dkg porcukrot keverünk). A félretett 1/4-ed rész tésztából rácsot készítünk a tetejére. Forró sütőben sütjük. Kihűlés után szeleteljük, majd vaníliás cukorral megszórjuk.



Citromos fácán

Csampa Györgyné receptje

Hozzávalók:

2 db fácán, 10 dkg kolozsvári szalonna, 1 dl tejfél, 2 dl fehérbor, 2 dl zsírtalan húsleves, 10 dkg vegyes zöldség, 1 fej hagyma, 1 gerezd fokhagyma, 1 db babérlevél, só, egész bors, majoranna, 2 db citrom, 5 dkg vaj, liszt, mustár, capri-bogyó, 10 dkg zsír, paradicsompüré.

Elkészítés:

A megtisztított, jól megmosott fácánokat szárazra töröljük és megtűzdeljük szalonnával. Megsózzuk, a belsejét egy kevés borssal és majoránnával fűszerezzük, beleteszünk egy kis darab citromhéjat, majd forró zsírral leöntve, forró sütőben 8-10 percig sütjük. Amikor már szép színt kaptak a fácánok, kivesszük a tepsiből. A hús zsírában megpároljuk a szeletekre vágott vegyes zöldséget, a hagymát, a finomra vágott fokhagymát és a babérlevelet, majd egy mokkáskanálnyi paradicsompürét belepírítva visszatesszük bele a fácánokat. Megsózzuk, megborsozzuk, hozzáöntjük a fehérbort, és fedővel betakarva, meleg sütőben pároljuk. Időnként megforgatjuk, hogy egyenletesen puhuljon meg mindenütt. A levet kevés zsírtalan húslevessel pótolhatjuk.

Mielőtt teljesen megpuhul a hús, kivesszük, felszeleteljük, majd tűzálló tálba tesszük. A levéről leszedjük a felesleges zsírt, megszórjuk egy-két kávéskanálnyi liszttel, néhány másodpercig pirítjuk, majd húslevessel és fehérborral felengedve, fedővel betakarva felforraljuk. Reszelt citromhéjat, egy mokkáskanálnyi mustárt, 10-12 szem összevágott capri-bogyót teszünk bele. Addig (8-10 perc) forraljuk, amíg mártássűrűségű lesz. Ekkor finom szűrőn leszűrjük (nem passzírozzuk!), beletesszük a tejfölt és simára keverjük. Megsózzuk, a citrom levével ízesítjük, habverővel elkeverjük benne az elmorzsolt vajat. Ezzel leöntjük a fácánt, fedővel betakarjuk, majd készre pároljuk. Forrón tálaljuk, citromszeleteket és vajon párolt, petrezselymes rizst tálalunk hozzá.



Mátraterenye Nógrád megye észak-keleti szélén fekszik, Salgótarjától 25 km-re található. A település három részből áll: Nádújfalu, Homokterenye és Jánosakna.

A vidéket nagyrészt kirándulásra csábító erdők borítják. A táj domborzati sajátosságai teszik olyan széppé és barátságossá a települést. A község a Mátra központi gerincénél helyezkedik el, így Galyatető és Kékestető gépkocsival fél óra alatt elérhető.

Érdekes látnivaló a faluban a *Tájház*. A régi palóc házban a „terennei” népviselet mellett szépen hímzett, a XX. század elejéről származó textíliákat, festett cseréptárgyakat, konyhai és gazdasági eszközöket is kiállítottak.

A falu határában egy tűzhektáros bányató található, amely jó lehetőségeket biztosít a horgászat, illetve a természet kedvelőinek.



„Ucurajta” (sztrapacska) Kürti Jánosné receptje

Hozzávalók:

1 kg krumpli, 2 db tojás, 3 evőkanál olaj, fél kg liszt, 15 dkg juhtúró, 10 dkg szalonna, só

Elkészítés:

A krumplit meghámozzuk, lereszeljük, összekeverjük a tojással, az olajjal, a sóval és a liszttel. Galuskaszerű tésztát kell kapnunk. A tésztát deszkáról, egy kés segítségével forrásban lévő sós vízbe szaggatjuk. Kb. 10 percig főzzük, közben a szalonnát kockákra vágjuk és megsütjük. A visszamaradt zsírt egy tepsibe öntjük, ebbe forgatjuk a megfőtt tésztát, tejfölt csurgatunk rá, megszórjuk juhtúróval, majd rátesszük a szalonnakockákat. Előmelegített sütőben még 10-15 percig sütjük.



„Maga levi” leves Kürti Jánosné receptje

Hozzávalók:

Vöröshagyma, zsír, pirospaprika, só, bors

Elkészítés:

A haluska vagy más házi tészta főzőlevéből készül. Miután a haluskát kiszedtük a vízből, 1 közepes fej, apróra vágott vöröshagymát teszünk bele. Egy kanál zsírban kevés pirospaprikát oldunk fel, ezt a leves tetejére öntjük. Sóval, borssal ízesítjük. A kifőtt haluskával gazdagítjuk, de metéltet is főzhetünk bele.





Mátraverebély a Cserhát és a Máttra találkozásánál, a Zagyva partján fekszik. A községhez tartozó Szentkút Észak-Magyarország leglátogatottabb és legnépszerűbb kegyhelye. A legenda szerint Szent László lovának patkói nyomán fakadtak a völgy forrásai. Az első csodás gyógyulás ideje pontosan nem határozható meg. Egy 1714-ben lejegyzett írás szerint 1100 körül egy verebélyi pásztor néma gyermekével a völgyben őrizte az állatokat. A néma fiú megszomjazott és vizet keresett. Ekkor megjelent a Boldogságos Szűzanya, karján a kis Jézussal, és egy mélyedésben felcsillanó forrásra mutatott. A fiú lehajolt, ivott a vízből, majd édesapja után kiáltott. Az apa meglepődött néma gyermeke kiáltásán. A fiú örömtől sugárzó arccal mesélte neki a látomást és megmutatta a forrást. Az édesapa kimélyítette a gödröcskét, így alakult ki a bővizű szent kút.

Az első kőkápolna 1705-ben épült fel Szentkúton. A XVIII. század közepén Almásy János Szentkúton nyert rendkívüli gyógyulásáért hálából építtette fel a mai kegytemplomot és mellé egy kolostort.

Erdő Péter bíboros, prímás 2006-ban, a Nagyboldogasszony búcsún hirdette ki Szentkút Nemzeti Kegyhellyé válását.

Töltött káposzta

Jakubovics Istvánné receptje

Hozzávalók:

1 kg darált hús (sertéscomb), 1 csésze rizs, ízlés szerint só, őrölt bors, pirospaprika, 1 közepes fej hagyma, 2 gerezd fokhagyma, 1 üveg paradicsomlé (7 dl), 25 dkg zsír, kb. 25 db savanyított haraszt, fél kg savanyú káposzta (aprókáposzta)

Elkészítés:

A hagymát apróra vágom, zsíron megpirítom, majd hozzáadom az összetört fokhagymát és a pirospaprikát. A húst összekeverem a pirított hagymával, a rizzsel és a fűszerekkel. Beletöltöm a káposzta harasztba. A fazék aljára aprókáposztát tesztek, majd ráteszem a töltött harasztokat. A tetejére megint aprókáposztát szórok, felöntöm vízzel és ráöntöm a paradicsomlevet is. Miután felforrt, lassú tűzön főzöm kb. 1-1,5 órán keresztül.



Savanyú bableves

Hozzávalók:

1 bögre bab, 1 fej vöröshagyma, 1 gerezd fokhagyma, 1 l tej, zsír, liszt, ecet, só, babérlevél

Elkészítés:

A babot előző este beáztatjuk. Annyi meleg vizet öntünk rá, hogy ellepje. Másnap szintén meleg vízben tesszük föl főni. Hozzáadjuk a vöröshagymát, a fokhagymát, a sót és a babérlevelet. Amikor a bab már puha, zsírból és lisztből sűrű rántást készítünk. Aki szereti, piros paprikát is tehet bele. A rántást a tejjel felhígítjuk, majd állandó kavargatás mellett összeforraljuk. Ha felforrt, a babra öntjük, majd ízlés szerint ecettel ízesítjük. A levesünket füstölt hússal is készíthetjük. Nagybőjtörkor sokan csak behabarják a babot. Másnap még jobb ízű az étel!





MIHÁLYGERGE



A Dobroda patak völgyében, a Karancs hegység északi vonulatai között fekszik Mihálygerge, az Ipoly-vidék jellegzetes szalagtelepülése. A vidéken jelentős a vaddisznóállomány, de az őz- és gímszarvas-állomány is említést érdemel. A mihálygergei tározó a horgászok paradicsoma. Jelentős a busa-és pontyállomány, de ragadozóhalak is szép számmal találhatók. A csuka és a süllő mellett megtalálható a balin is. A tározót madarászok is látogatják. Szerencsés esetben az igen ritka halászsas is megfigyelhető zsákmányszerzés közben.

A Nógrádi Nemzetközi Folklór Fesztivál egyik állandó helyszíne Mihálygerge, ahol hat folklór együttes működik. Az 1976-ban alakult Ipoly Néptánc Együttes 1999-ben Grand Prix díjat kapott, utánpótlásukat a Laboda Gyermekek Táncsoport biztosítja. A Tücsök Zenekar 1992-től muzsikál. 1998-ban és 1999-ben megnyerték az Országos Népzenei Versenyt, 1998-ban Arany Páva díjban részesültek. Aranymínősítésű a Szájharmonika Együttes és a Dobroda Hagyományőrző Együttes.



Tejes reszelt

Varga Lajosné, Margó néni receptje

Hozzávalók:

1 l tej, 1 l víz, kevés cukor, pici só, 1 tojásból reszelt tészta

Elkészítés:

A tejet a vízzel, a cukorral és pici sóval feltesszük forni. Ha felforrt, beleszórjuk a reszelt tésztát (10 dkg liszt, 1 tojás, só). Ízlés szerint tehetünk bele vaníliás cukrot és fahéjat.



Pampuska

Varga Lajosné, Margó néni receptje

Hozzávalók:

50 dkg liszt, 2,5 dl tej, 5 dkg cukor, 3 tojássárgája, csipetnyi só, 3 dkg élesztő, 5 dkg vaj, 2 evőkanál olaj, lekvár

Elkészítés:

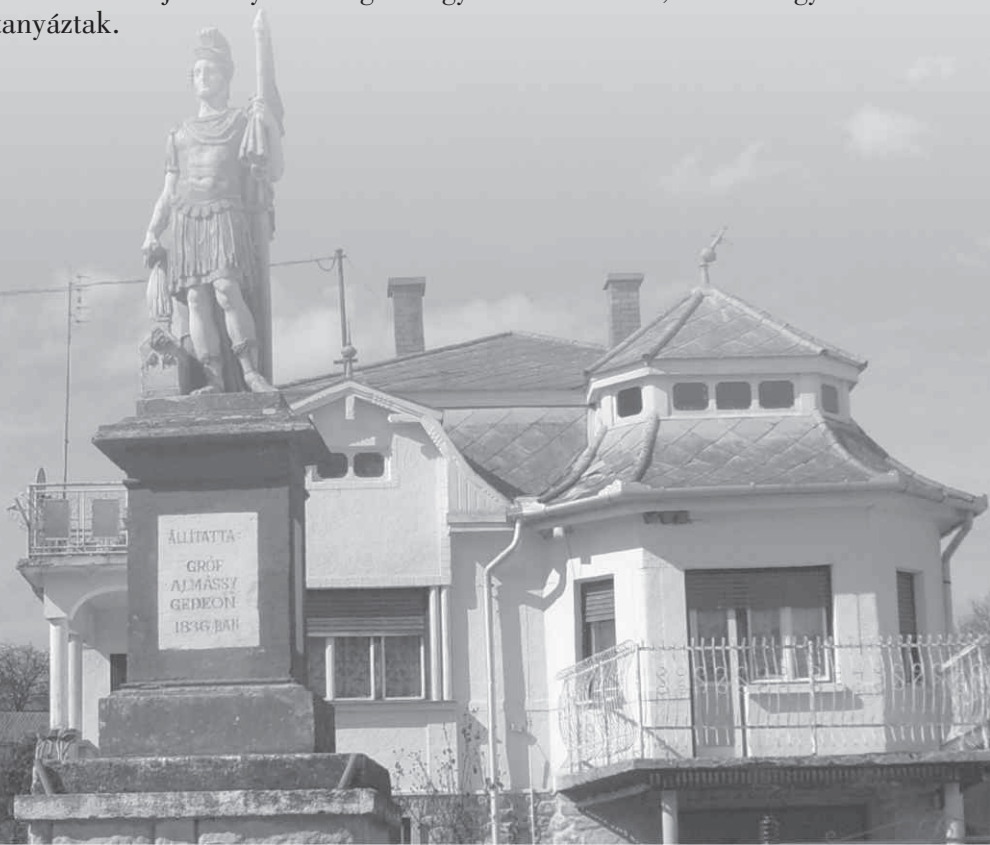
A lisztet a tejben felfuttatott élesztővel és a cukorral eldolgozzuk. Hozzáadjuk a sőt és a tojássárgájával elkevert olvasztott vajat. Hólyagosra kidolgozzuk úgy, hogy lágy tésztát kapjunk. Duplára kelesztjük, lisztezett deszkára borítjuk és 0,5 cm vastagságúra kinyújtjuk. Lisztezett pohárral kiszaggatjuk, majd forró olajban aranysárgára sütjük. Tetejét megszórjuk porcukorral. Lekvárral az igazi!





A falusi nyugalmat kedvelő turisták számára kiváló kirándulóhely a mintegy 700 lakosú település. Festői szépségű dombvidéken, Salgótarjántól 18 km-re, Kisbárkány szomszédságában található. A környező erdők nagyvadban gazdagok, kedvelt vadászterületek. A falu közelében levő Nádas-tó (más néven Feneketlen-tó) és a Kelet-Cserhát Tájvédelmi Körzetben lévő tőzegképző mohás értékes természetvédelmi terület.

Nagybárkányba és környékére nemcsak a természetkedvelőknek érdemes ellátogatniuk, hanem azoknak is, akik érdekesnek tartják a mondák-legendák világát. A települést övező dombok közül az egyik dűlőt „Katonák”-nak nevezik, mert – állítólag – egykor szökött katonák rejtekhelyeül szolgált. Egy másik dombon, a Tatárhegyen a szájhagyomány szerint tatárok tanyáztak.



Mama rétes

Hozzávalók:

30 dkg liszt, 2 tojás, 0,5 dl víz, 5 dl tejföl, 5 dl tej, 10 dkg mazsola, 5 dkg porcukor, 5 dkg vaj, só

Elkészítés:

A lisztből a két tojásból, hozzáadva a vizet és a csipetnyi sót, rugalmas tésztát gyúrunk. Rétestészta vékonyságúra nyújtjuk és megkenjük tejföllel. Meghintjük 15 dkg mazsolával, amit érdemes előtte egy kis rumba áztatni, majd lazán felcsavarjuk. A tésztát egy vajjal kikent tűzálló tálba tesszük, majd cukros tejet öntünk rá (5 dl tejbe 5 dkg porcukrot keverünk). Előmelegített sütőbe tesszük, és közepes hőfokon megsütjük. Lassan kell sütni, hogy a tészta magába szívhassa a cukros tejet. Hidegen szeleteljük fel. Tejszínhabbal is tálalhatjuk.



Lekváros derelye

Hozzávalók:

75 dkg burgonya, 3 dkg zsír, 25 dkg liszt, só, 1 db tojás, 1 tojásfehérje, szilvalekvár (de más ízű is lehet), 5 dkg vaj, 2 evőkanál porcukor, zsemlemorzsza, fahéj

Elkészítés:

A burgonyát megfőzzük, átpasszírozzuk, és még melegen elvegyítjük a zsírral (vagy olajjal), a liszttel, a sóval és a tojással. Jól kidolgozzuk, majd késfok vastagságúra kinyújtjuk. Késsel vagy derelyevágóval négyszögeket vágunk belőle. A lapocskák közepébe kiskanálnyi lekvárt teszünk. Háromszög alakban kettéhajtjuk a tésztát, majd körben lenyomkodjuk úgy, hogy a töltelék ne folyjon ki. Lehet úgy is készíteni, hogy a kinyújtott tésztára egyenlő távolságokra rakjuk a lekvárhalmokat, majd a tészta másik, üres felét ráhajtjuk a lekváros részre. A halmokat körbevágjuk, a széleket lenyomkodjuk.

Forrásban lévő sós vízbe dobjuk és néhány perc alatt, fedővel letakarva megfőzzük. Egy serpenyőben kevés vajon (esetleg olajon) zsemlemorzsát pirítunk, amit porcukorral elkeverünk. Ebben megforgatjuk a derelyéket. Cukor nélküli zsemlemorzsába is forgathatjuk, de akkor utólag kell meghinteni porcukorral és fahéjjal.





Nagykeresztúr a megye legfiatalabb települése. 1999. május 1-jével Nagykeresztúr, Kiskeresztúr és Kisfalud elnevezésű településrészek egyesülésével jött létre. A községhez tartozó Krakkó-pusztán egy részén eredeti állat- és növényvilága miatt természetvédelmi terület. Itt található a Tánctér, az ún. Majális lapos, ahol egykor majálisokat és betakarítási ünnepeket rendeztek.

Hájas tészta

Földi Pálné, Erzsike néni receptje

Hozzávalók:

4,5 dkg liszt, 2 tojás sárgája, pici só, egy kanál cukor, másfél kanál ecet és langyos víz.

Elkészítés:

A hozzávalókból rétes tésztát készítünk. 50 dkg hájat 25 dkg liszttel összedolgozunk. Ezt a rétes közepére tesszük, majd összehajtogatjuk a tésztát. Másfél órát pihentetjük a nyújtás után, az utolsó gyúrásnál forró késsel vágjuk.



Krumplis fánk

Földi Pálné, Erzsike néni receptje

Hozzávalók:

25 dkg burgonya, 25 dkg liszt, 2 tojássárgája, só, 2 dkg cukor, pici tej, 2 dkg élesztő, 2 evőkanál olaj

Elkészítés:

A héjában főtt, áttört burgonyát a liszttel, a tojássárgájával, egy pici sóval és a cukros, langyos tejben megfuttatott élesztővel összegyúrjuk, végül az olajjal jól kidolgozzuk. Lisztezett deszkán közepes méretű pogácsaszaggatóval kiszúrjuk, majd tiszta konyharuhával letakarva, egy órán át pihentetjük. Ezután forró olajban kisütjük.





Nemti Nógrád megye keleti szélén, a Zagyva völgyében fekszik, Salgótarjától 22 km-re. Az észak-mátrai települések kapuja, innen ágazik az út Mátramindszent, Szuha és Dorogháza felé. A csodálatos erdei környezetben található, tiszta levegőjű falu kedvelt pihenőhely.

A falu látnivalói közé tartozik az 1920-ban épült római katolikus templom, a Tájház és a Bányász Emlékhely. A Tájházat az önkormányzat 2004-ban hozta létre. A szobában palóc bútorokat, berendezési tárgyakat és népviseletbe öltöztetett babákat láthatnak az érdeklődők, a konyában – többek között – csikómasina, a kamrában szövőszék és kendertiloló áll. A Tájház egyik helyiségében bányász emlékszobát alakítottak ki. A falakon és a tárlóban régi, több évtizedes iratok, fotók, kitüntetések, bányászati szolgálati érdemérmek láthatók. A földalatti munka eszközei a Tájház közelében, a polgármesteri hivatal mögött lévő Bányász Emlékhelyen tekinthetők meg.

A községben fennmaradt néhány múlt századi, jellegzetes népi lakóház. A település hagyományőrző csoportjának tagjai őrzik a díszes nemti viseletet.

Palóc oldalas

Vass Józsefné receptje

Hozzávalók:

1 kg sertésoldalas, só, 1 kis fej vöröshagyma, 1 csapott evőkanál pirospaprika, 2 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál paradicsompüré, 1 üveg (kb. 8 deciliteres) zöldbabkonzerv (vagy 75 dkg friss zöldbab), 1 dl tejföl.

Elkészítés:

Az oldalast megsózzuk, majd egy kevés vizet aláöntve, időnként megforgatva jó puhára pároljuk. A sütőbe tolva ropogós pirosra sütjük. A belőle kiszült zsírból két evőkanálnyit kivesszünk, megpirítjuk benne az apróra vágott vöröshagymát, megszórjuk pirospaprikával, majd beletesszük a zúzott fokhagymát. Néhány evőkanálnyi konzervlével hígítjuk, és legalább 10 percig pároljuk. Utána beleforgatjuk a leszűrt zöldbabot, beleöntjük a tejfölt, majd tűzálló tálba terítjük. (Ha friss babból készítjük, akkor a megtisztított, felvagdalt babot a fűszeres hagymán puhára pároljuk.) A tetejére fektetjük a csontok mentén darabokra vágott sült húst és sütőben átforrósítjuk.



Káposztás malacgulyás

Vass Józsefné receptje

Hozzávalók:

1 kg bőrös malachús, 10 dkg olaj vagy zsír, 2 fej vöröshagyma, 1,5 kg savanyú káposzta, 4 teáskanál pirospaprika, 3 teáskanál köménymag, 3 dl tejföl, 2 húsos zöldpaprika, 2 db közepes paradicsom, 2 gerezd fokhagyma, 3 dkg liszt, ízlés szerint só és erős paprika

Elkészítés:

Az apróra vágott hagymát olajon vagy zsíron megpirítjuk. Hozzáadjuk a zúzott fokhagymát, megszórjuk köménymaggal és pirospaprikával. Beletesszük a kockákra vágott malachúst, és zsírára pirítjuk. A káposzta levét kicsavarjuk, majd kevés vízzel a húshoz adjuk. Beletesszük a nagyobb darabokra vágott zöldpaprikát és paradicsomot is. Ízlés szerint sózzuk. Fedő alatt puhára pároljuk. Amikor kész, tejfölös habarással besűrítjük, majd kiforraljuk. Ha erősen szeretjük, dobjunk a még fővő gulyásba egy cseresznyepaprikát is.





Rákóczibánya Nógrád megye északkeleti részén, a Kazár patak mentén fekszik. A település északon Kazár, keleten Nempti községgel, délről és nyugatról pedig Bátonyterenye kisterenyei településrészével határos.

Tepertős pogácsa

Dányi Zsuzsanna receptje

Hozzávalók:

1 dl tej, 3 dkg élesztő, 1 kávéskanál cukor, 50 dkg liszt, 40 dkg tepertő, 10 dkg margarin, 1 dl tejföl, fél dl fehérbor, 1 tojássárgája a kenéshez

Elkészítés:

A tejet meglangyosítjuk, belemorzsoljuk az élesztőt, beleszórjuk a cukrot, hozzáadunk egy evőkanál lisztet, összekeverjük, és langyos helyen megfuttatjuk. Közben a tepertőt megdaráljuk. A lisztet tálba szitáljuk, elmorzsoljuk a margarinnal, hozzáadjuk az élesztős tejet, a tejfölt és a bort, majd megsózzuk és összegyúrjuk. Ha nem elég rugalmas a tészta, adjunk hozzá még tejet. Alaposan összedolgozzuk. A tésztát kb. fél cm vastagra kinyújtjuk, rákenjük a darált tepertőt, ízlés szerint kissé megsózzuk és megborsozzuk. Alulról felfelé felcsavarjuk a tésztát, téglalap alakúra kinyújtjuk, a két oldalát egymásra behajtogatjuk. Fél órát pihentetjük, majd ezt a hajtogatást még háromszor megismételjük. (Minden hajtogatás után fél órát pihentetjük a tésztát.) Végül ujjnyi vastagságúra kinyújtjuk, a tetejét kockásra bevagdalmazunk, s nem túl nagyméretű pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. A süttőt előmelegítjük 220 fokra (gázsütő: 4-es fokozat). A pogácsák tetejét megkenjük tojássárgájával, sütőbe tesszük és kb. 20 percig sütjük.



Almáskalács

Hozzávalók:

6 db apró alma, 3 dkg vaj, 2 evőkanál kristálycukor, 5 szem meggy, 3 dkg mazsola, 3 dkg só, 6 mokkás kanál rum, 3 db tojás, 3 evőkanál cukor, 3 evőkanál liszt, fél csomag sütőpor

Elkészítése:

Egy húsz cm-es lábast kikenünk vajjal és beszórjuk kristálycukorral. Az almákat meghámozzuk, a közepüket kivágjuk. Az almákat a kikent lábasba tesszük. A kivált magház helyére 1-1 szem meggyet teszünk, majd diót, mazsolát, végül egy kis kanál rumot. Ezután a lábast a tűzhelyre tesszük. Amikor a cukor karamellizálódni kezd, elzárjuk a hőforrást. Az almákra rátesszük a 3 tojásból készült piskótát. Előmelegített sütőbe tesszük, és 180 fokon 40 percig sütjük.





A település Szent László tiszteletére szentelt templomát 1939-ben építették. A XX. század 30-as éveiben dr. Horváth József plébános határozta el, hogy „templom kell ennek a népnek”, és a közelgő háború fenyegetése ellenére megvalósította tervét. Az oltárkép Kákonyi Asztrik munkája, a mennyezetet és az oldalfalakat Szilágyi János freskói díszítik.



Sörkifli

Ipacsné Godó Hajnalka receptje

Hozzávalók:

50 dkg liszt, 2,5 dl tej, 1 dl olaj, 2 db kockacukor, 2,5 dkg élesztő, só

Elkészítés:

Az élesztőt langyos tejben felfuttatjuk a kockacukorral. A hozzávalókat összegyúrjuk, majd öt felé vágjuk és kerekre nyújtjuk. Olvasztott vajjal megkenjük, 2 cikkre vágjuk és feltekerjük. A tetejét tojássárgájával megkenjük és sajtot szórunk rá.



Olcsó mézeskenyér

Hozzávalók:

1 pohár méz, 1 pohár cukor, 1 szűken mért pohár tej, (mindegy mekkora a pohár, de mindhárom hozzávalót ugyan azzal a pohárral mérjük) 1 egész tojás, 8 dkg zsír vagy margarin, fahéj, szegfűszeg, citromhéj, 1 csapott kanál szódaikarbóna, 5 dkg dió, annyi liszt amennyit felvesz

Elkészítés:

A cukrot a zsírral habosra keverjük, hozzáadjuk a tojást és a mézet. Tejjel felhígítjuk, majd hozzáadagoljuk a lisztet a szódaikarbónával. Galuskatészta légyságú tésztát kell kapnunk. Jól kidolgozzuk. Zsírral kikent tepsibe tesszük, a tetejét meghintjük dióval, majd 40 percig sütjük.





A település érdekes látnivalója a Kőfejtő. A Sámsonháza környéki vulkáni kőzetet jó hasadása, nagy szilárdsága és nem utolsó sorban a felszínre való bukkánása miatt már a középkorban is felhasználták, amit a Vár-hegy csúcsán lévő várfalmaradványok is tanúsítanak. A 299 m magas Vár-hegy és a hozzá délről kapcsolódó 269 m magas csúcs, amelyben a kőbánya is található, rétegtani és őslénytani érdekességei és nem utolsó sorban látványossága miatt gyakran volt nemzetközi és hazai kongresszusok, földtani kirándulások célpontja. A település másik látnivalója a Sámsonházai Tanösvény, amely a régmúlt jobb megismerését segíti. A tanösvény a Cserhát- hegység miocén földtörténetének 18-13 millió évek közötti eseményeit mutatja be.

A többségében „tót atyafiak” által lakott községben minden jó szándékkal érkező embert, minden vendéget szeretettel fogadnak.

Pecsenka

Szpisákné Vida Zsuzsanna receptje

Hozzávalók:

1 kg burgonya, 20-30 dkg liszt, 1 kg máj (pürésítve), majoránna, bors, só, pirospaprika (ízlés szerint), 2 nagy fej vöröshagyma, fokhagyma, tej, zsír (a tepszi kikenéséhez)

Elkészítés:

A burgonyát lereszeljük, liszttel megszórjuk, majd ízlés szerint fűszerezük (majoránna, bors, pirospaprika, só). Ezt követően hozzáadjuk a májat, a dinsztelt hagymát, a fokhagymát és a tejet. A hozzávalókat összekeverjük, zsírozott tepsiben megsütjük. Sütés közben többször megkeverjük. Vigyázzunk, nehogy megégjen! A kész pecsenka savanyúsággal, családmádéval tálalva az igazi!



Haluska

Hozzávalók:

1 kg liszt, 3 dl langyos víz, 1 evőkanál só, 4 tojás

Elkészítés:

A lisztet egy mélyebb tálba szórjuk, a közepébe lyukat mélyítünk. Ebbe ütjük bele a tojásokat, majd beleöntjük a vizet és a sót. Alaposan kigyúrjuk. Kisebb cipócskákat készítünk, amiket lisztezett nyújtódeszkán fél cm-es vastagságú kerek lapokká nyújtunk. A kerek lapot 4 egyenlő széles csíkra vágjuk, a csíkokat egymásra helyezük. Ezután feltekerjük, és éles késsel vékony csíkokra szeleteljük. A tésztát lobogó sós vízben kevergetve kifőzzük, majd hideg vízzel átöblítjük. Egy tepsiben ízlés szerint zsírt melegítünk, a kifőtt tésztát beletesszük, végül ízesítjük.

Ízesítése:

Túrós: A túrót ízlés szerint összekeverjük, majd a tésztára szórjuk. Sütőben pirosra sütjük. Tejföllel, apróra vágott tepertővel tálaljuk.

Mákos: A mákot megdaráljuk és ízlés szerint porcukorral keverjük. A kifőtt tésztára szórjuk, összekeverjük, mézzel ízesítjük.

Diós: A diót megdaráljuk és porcukorral összekeverjük. A tésztára szórjuk.

Káposztás: A káposztát lereszeljük, besózzuk, állni hagyjuk. Ha levet engedett, akkor alaposan kinyomkodjuk, majd kevés zsiradékra üvegesre dinszteljük. A tűzről levéve ízlés szerint sóval, őrölt borssal és édes, őrölt paprikával ízesítjük.

Tojásos: A felolvadt zsírban a tésztát kissé átmelegítjük, erre öntjük rá a sóval ízesített, felvert tojásokat.



Somoskőújfalu a magyar-szlovák határ közvetlen közelében, a Karancs-hegy és a Medves-fennsík közötti völgyben fekszik. A trianoni békeszerződés „félbeszakította” a falut: egy része Csehszlovákiához került a környező kőbányákkal, illetve Somoskő várával és községével együtt. Dr. Krepuska Géza orvosprofesszornak és Liptay B. Jenőnek – a Rimamurányi Vasmű Rt. akkori igazgatójának – határkiigazítási kérelmére, több éves tárgyalássorozat eredményeként 1924. február 15-én visszacsatolták Magyarországhoz a községeket és a kőbányákat. A Somosi Kultúráért Egyesület és a Somoskői Váralja Egyesület kezdeményezésére ezt a napot a „Hazatérés Napjává” nyilvánították.

A falu híres szülőtte és lakója Földi Péter Kossuth-díjas festőművész és Molnár Péter szobrászművész.

A Somosi Kultúráért Egyesület hagyományos rendezvénye a Somosi Gyermekek NéptáncTalálkozó, amelyen minden évben hazai és határon túli néptáncsoportok vesznek részt.

Lekváros bukta

Hozzávalók:

40 dkg liszt, 2 dl tej, 2 tojássárgája, 1 egész tojás, 5 dkg porcukor, 8 dkg vaj, citromhéj, csipetnyi só

A kovászhoz: fél dl tej, 20 dkg porcukor, 3 dkg élesztő, 3 dkg fél dara liszt

A töltelékhez: 30 dkg szilvalekvár

Elkészítés:

Az átszitált lisztet tálba rakjuk. Hozzáadjuk a megkelesztett kovászt, a langyos tejben elkevert tojássárgáját, az egész tojást (a héját nem), a cukrot, az olvasztott vajat, a reszelt citromhéjat és a pici sót. Jól kidolgozott tésztát készítünk. Meleg helyen kelesztjük. Liszttel meghintett deszkára borítjuk, kinyújtjuk és 8-10 cm-es négyszögekre vágjuk. A lapocskák közepébe lekvárt teszünk, majd összecsavarjuk. Zsírozott tepsibe rakjuk, és minden buktát alaposan megvajazunk, hogy össze ne ragadjanak. Ezután ismét kelni hagyjuk. Mérsékelt meleg sütőben megsütjük. Ha kész, kiszedjük, tálra rakjuk és porcukorral meghintjük.



Hagymás lepény

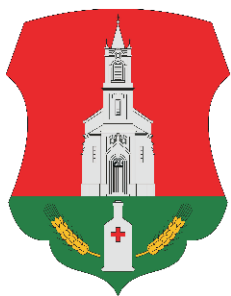
Hozzávalók:

1 kg liszt, 2 db tojás, 3 dl tej, pici só, 2,5 dkg margarin, 2 dkg élesztő, cukor, vöröshagyma, tejföl, só, szerecsendió ízlés szerint

Elkészítés:

Az élesztőt cukros tejben felfuttatjuk. A lisztet, a tojást, a tejet, a sót, a margarint és a felfuttatott élesztőt összekeverjük, megkelesztjük. Egy tepsit kiolajozunk, majd a tésztát beleterítjük. 4-5 fej vöröshagymát apró kockára vágunk, olajon megpároljuk, sóval, szerecsendióval ízesítjük. Ha kihűlt egy pohár tejjel összekeverjük és a tészta tetejére kenjük. Nagy lángon kb. 30 percig sütjük.





Sóshartyán elsősorban a templom melletti jódaqua forrásról híres, erre utal a falunév „Sós” előtagja is. A magas jódtartalmú gyógyvíz Mária Terézia uralkodása óta ismert.

A település egyik nevezetessége a Falumúzeum. A Legeltetési Társaság megszüntetésével feleslegessé vált kondásházat 1976-ban alakították át helytörténeti múzeummá. A kéthelyiséges épületben rekonstruálták a szoba korabeli berendezését, a konyhában pedig a paraszti élet egyéb emlékeit állították ki. A mintegy száz tárgyból álló gyűjteményben – többek között – népviseleti ruhadarabok, valamint a fonás és a szövés munkaeszközei láthatók.

A Hencse-hegy természetvédelmi terület. Hazánkban egyedül itt él együtt, egy élőhelyen mind a négy hazai plebejusboglárka faj: a fokozottan védett fóti (zefír) boglárka, a védett északi boglárka, a csillogó boglárka és az ezüstös boglárka. A védett természeti területek a jelzett turistautakon gyalogosan szabadon látogathatók.



Sós-kapros túrós lepény

Hozzávalók:

Tésztához: 1 kg liszt, 2 evőkanál cukor, 2 evőkanál só, 0,5 liter tej, 1 dl olaj, 1 diónyi zsír

Töltelékhez (kavarék): 1 kg túró, 4 db közepes méretű főtt krumpli, 3 db tojás, 2 tejföl, 1 diónyi margarin, kapor

Elkészítés:

Az élesztőt cukros tejben felfuttatjuk, majd a liszthez adjuk a többi hozzávalóval együtt. Középkeményységű tésztát dagasztunk, meleg helyen duplájára kelesztjük.

Amíg a tészta kel, elkészítjük a kavarékot. A krumplit összetörjük, majd a túróhoz keverjük a többi hozzávalóval.

A megkelt tésztát kinyújtjuk, a kavarékot rákenjük, a felvert tojással megszenteljük. Végül megszórjuk egy kis kaporral, majd 200 fokon 20-25 percig sütjük.



Kolbászos leves reszelttel

Hozzávalók:

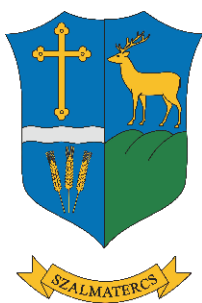
2 szál füstölt kolbász, 1 fő hagyma, zöldség, répa, só, bors, paprika, köménymag, 2 nagyobb krumpli

Elkészítés:

A kolbászt a többi hozzávalóval együtt készre főzzük. A levesbe reszeltet készítünk. 2 egész tojást összedolgozunk annyi liszttel, amennyit felvesz. Reszelhetőre gyúrjuk, majd belereszeljük a levesbe. Egy kis ideig főzzük.

A kolbászhoz paradicsomszószt tálalunk: kevés zsíron a lisztet zsemleszínűre pirítjuk, majd 1 liter paradicsomlével felöntjük, sózzuk, borsozzuk és összerotyogtatjuk.





Szalmatercs egyedülálló a környező falvak között a községben található feszületek számát illetően. Karancsságról Szalmatercs felé haladva, az úgynevezett „Képpoldalban” műemléki védetség alá helyezett kereszt áll, melyet 1906-ban állított a község lakossága. A Pusztafaluban álló vaskeresztet Juhász József állíttatta 1906-ban, de a dokumentumok szerint már 1782-ben állt ezen a helyen feszület. A „Cseres-oldalban” vasból készült feszületet található. A Rákóczi utcában lévő feszület anyaga műkő, rajta a korpusz öntöttvas. Felirata: „Az isten dicsőségére és az elesett Hősök emlékére állíttatta Szalmatercs község hálás közönsége 1937”. A „Pusztán” álló, fából ácsolt kereszt vörös színűre van festve, a rajta található kisméretű korpusz a mátraverebélyi Szentkútról származik. A helybeliek által „Barlang” néven emlegetett helyen, a Petőfi út elején áll a Tugár, a község egyetlen kegyhelye. A kőfülkében Mária és Szent Bernadett szobra áll.



Bableves füst6lt cs6l6kkel

Hozzávalók:

50 dkg füst6lt cs6l6k, 15 dkg sz6raz bab, 15 dkg vegyes z6lds6g, 4 dkg zs6r, 3 dkg hagyma, 1 gerezd fokhagyma, 6 dkg liszt, 2 dl tejf6l, s6, paprika, 1 csom6 z6ldpetrezselyem

Elkészítés:

A füst6lt cs6l6k6t 1,5 liter v6zben megf6zz6k. A megtisztított és megmosott babot n6h6ny 6r6ig v6zben 6ztatjuk, majd puh6ra f6zz6k, a füst6lt h6s lev6vel fel6ntj6k. Zs6rb6l 6s lisztb6l zsemlesz6n6 r6nt6st kész6t6nk. A finomra v6gott hagym6t, a fokhagym6t, a petrezselyem z6ldj6t 6s a piros paprik6t beletessz6k a r6nt6sba. Kev6s hideg v6zzel fel6ntj6k, majd a levesbe keverj6k. M6g 10 percig forraljuk. A megf6tt, apr6ra v6gott cs6l6k6t 6s a tejf6lt csak t6lal6s el6tt tessz6k a levesbe.



Ludas k6sa

Hozzávalók:

Liba, vagy kacsa apr6l6k, 4 dkg zs6r, 8 dkg hagyma, 1 kiskan6l piros paprika, 6r6lt fekete bors, s6, 25 dkg rizs

Elkészítés:

A megmosott apr6l6kot feldaraboljuk. Az apr6ra v6gott hagym6t zs6ron megpir6tjuk, r6hintj6k az 6r6lt fekete borsot 6s a piros paprik6t, majd r6tessz6k az apr6l6kot. Megs6zzuk, lefedj6k 6s p6roljuk. Ha kell, kev6s v6zet 6nt6nk al6. Amikor a h6s f6lpuh6ra f6tt, hozz6keverj6k a v6logatott 6s megmosott rizst.





Szilaspogony Salgótarjától keletre helyezkedik el, a Cered, Zabar és az általa alkotott háromszög déli csúcsában.

A túrázók izgalmas felfedező kirándulást tehetnek a közelben található Kis-kő és Nagy-kő vulkanikus csúcsaira. A szikla különleges formája, bazaltbarlangja, ásványai és környezeti szépsége miatt 1975 óta természetvédelmi terület.

Szilaspogony sportpályáján minden évben megrendezik a Kőleves Fesztivált. A versenyt a régi kőleves mese ihlette. *„A történet szerint réges-régen egy szegény, éhes vándorlegény betért egy olyan faluba, ahol csupa kőlevest főz magának. Kivette tarisznyájából a fazekát, megtöltötte vízzel, beletett egy követ, majd feltette a tűzre. Kevergetés és kóstolgatás közben a nézelődőktől először zsírt, később picit sőt, végül egy fej káposztát és néhány karika kolbászt kért. A kíváncsi falubeliek az első szóra hoztak neki mindent, mivel kíváncsiak voltak, hiszen kőlevesről még soha nem hallottak. Amikor elkészült a kőleves, a legény jóízűen falatozni kezdett. Gyorsan kiürült a fazék, csak a kő maradt az alján. A falubeliek, akik szájátátva álltak körülötte, szinte egyszerre kérdezték: – Hát a kővel mi lesz? – Elteszem, és újra előveszem, ha olyan helyre érkezem, ahol semmivel nem kínálják meg a fáradt, szegény vándort – válaszolt a legény.”*

Édes krumpli leves

Hozzávalók:

4 db közepes krumpli, 1 kis fej hagyma, 2 ek. liszt, 1 ek. zsír, só, zöldpetrezselyem

Elkészítés:

A kockára vágott krumplit bő lében, kevés sóval föltesszük főni. Amikor majdnem kész, zsemleszínű rántást készítünk. A kisfej hagymát összevágjuk, beletesszük a rántásba. Ráhintünk egy késhegynyi pirospaprikát, majd hideg vízzel felengedjük, s a krumplihoz öntjük. Zöldpetrezselyemmel és sóval ízesítjük. Pár percig még forraljuk. Ha a krumpli megfőtt, tálalhatjuk.



Finom metélt

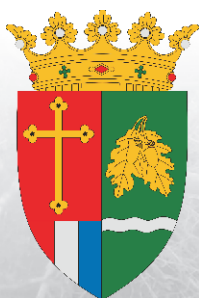
Hozzávalók:

2 tojás, csipetnyi só és annyi liszt, amennyit a 2 tojás felvesz.

Elkészítés:

A lisztből két tojással és egy csipet sóval tésztát gyúrunk. (Csak annyi lisztet használunk, amennyit a két tojás nedvessége felvesz.) A tésztát félkeményre gyúrjuk. Meglisztezett nyújtódeszkán nyújtófa segítségével nagyon vékonyra kinyújtjuk, majd kis ideig szikkadni hagyjuk. Ezután felcsavarjuk, finom metéltre (esetleg kockára) felvágjuk. Tálalás előtt kifőzzük.





A falu két településrészről áll: Szuha és Mátraalmás (korábbi nevén Szuhahuta). Mátraalmás közelében nyaralóházak sokasága található. Közelében, a Nagy-Bec réten van a Dobronka patak forrása, amely oltalom alatt áll egy hektáros védterületével együtt.

Szuha fontosnak feladatának tekinti a népi értékek, hagyományok megmentését és megőrzését. Ezért alakították ki a Tájházat. A régi, kontyolt tetőszerkezetű, három helyiségből álló épületet hagyományos palóc bútorokkal, tárgyakkal és eszközökkel rendezték be.

A község hagyományos rendezvénye a Szuhai Búcsú. A kétnapos programsorozatot minden év szeptemberének elején, Kisboldogasszony napjához kapcsolódva rendezik meg.

Verett haluska

Hozzávalók:

Savanyított hordós káposzta, 60 dkg krumpli, pici só, 50 dkg liszt, 1 db tojás, 15 dkg szalonna

Elkészítés:

A krumplit lereszeljük, majd engedünk rá kb. 1 dl vizet, hogy ne legyen a krumpli olyan sötét színű. Ráütjük a tojást, és annyi liszttel keverjük ki, hogy nokedli szaggatóval ki tudjuk szaggatni. Sós vízben kifőzzük. A szalonnát megsütjük, a káposztát a zsírjában puhára pároljuk. A tésztával összekeverjük. A haluskát fogyaszthatjuk túróval és tejjel is.



Tökfőzelék

Hozzávalók:

60-80 dkg gyalult tök, 6 dkg zsír, 5 dkg liszt, 5 dkg apróra vágott vöröshagyma, kevés kapor, 2 dl tejföl, só, 2 ek ecet (estleg citromlé)

Elkészítés:

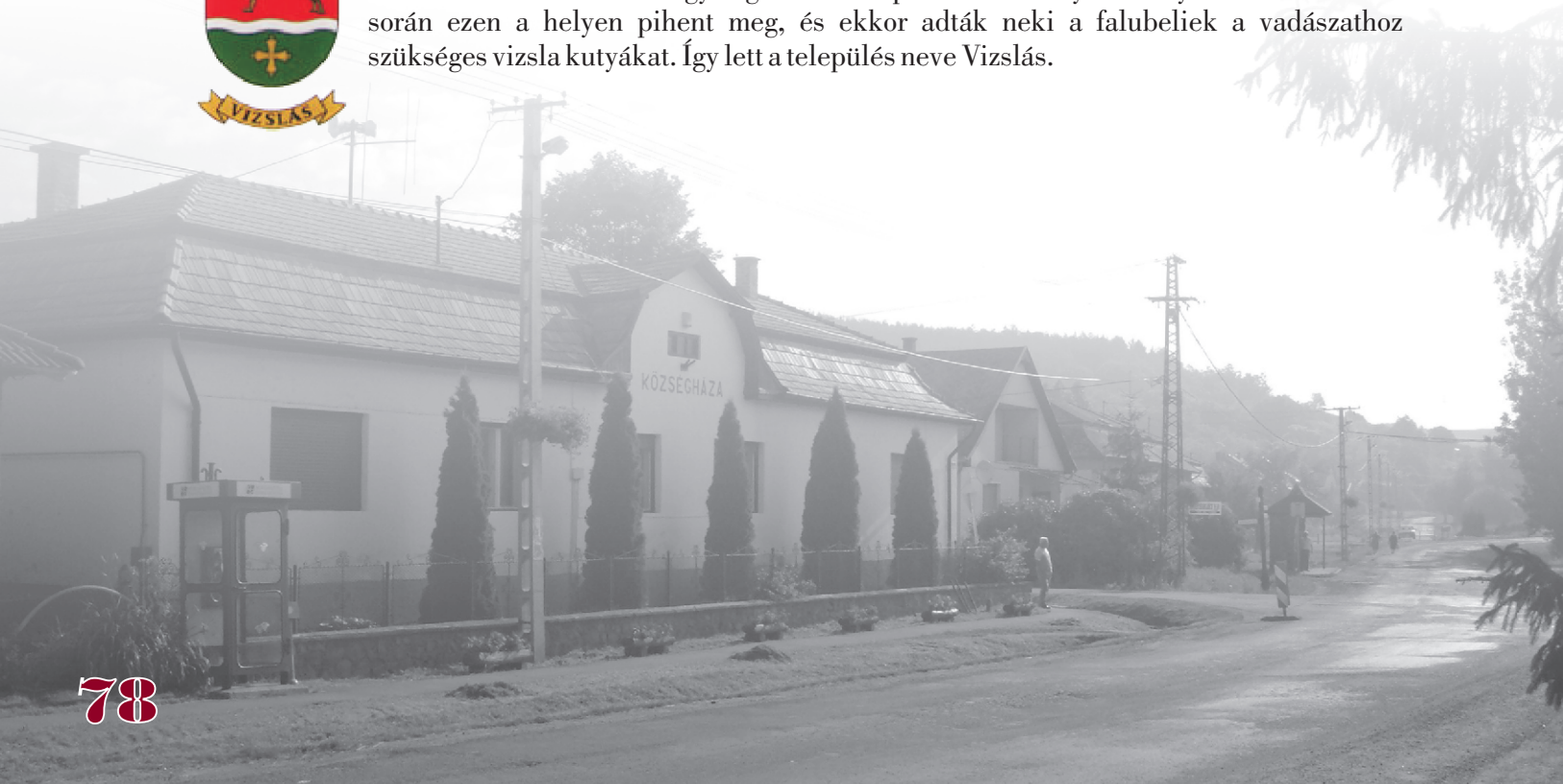
A meggyalult tököt besózzuk, majd negyedórát állni hagyjuk. Felhevített zsírban megpirítjuk a vöröshagymát, belerakjuk a sós léből kiemelt és alaposan kinyomkodott tököt, elkeverjük, pici ecetes vízzel feleresztjük és felfőzzük. A tök levet ereszt, tehát 1-2 dl víznél többet ne öntsünk rá. Finomra vágott kaporral fűszerezzük. Végül tejfölös habarással besűrtjük.





Vizslás Budapesttől 100-km-re, a szlovákiai országhatártól pedig 17 km-re fekszik. A településről csodálatos látványt nyújt a keletre eső Bükk, délen a Mátra, a falutól nyugatra pedig a Cserhát hatalmas hegyvonulata.

A falu elnevezéséhez egy régi mítosz kapcsolódik: Mátyás király mátrai vadászata során ezen a helyen pihent meg, és ekkor adták neki a falubeliek a vadászathoz szükséges vizsla kutyákat. Így lett a település neve Vizslás.



Macsánka – paprikás krumpli

Vincze Jenőné, Irma néni receptje

Hozzávalók:

1 kg krumpli, 1 nagy fej vörshagyma, só, bors, pirospaprika

Elkészítés:

A vörshagymát megpucoljuk, apróra vágjuk, majd kevés zsíron megdinszteljük. Ha kész, rászórjuk a sót és a pirospaprikát. Ezt követően belerakjuk a krumplit, vízzel felöntjük, majd fedőt teszünk rá és megsütjük.



Túrós beigli

Hozzávalók:

1 kg liszt, 2 evőkanál cukor, 1 dl olaj, 1 tojás, 2 dkg élesztő, 1 liter tej, pici só

A töltelékhez: 1 kg túró, 1 csomag mazsola, 1 tojás, ízlés szerint cukor

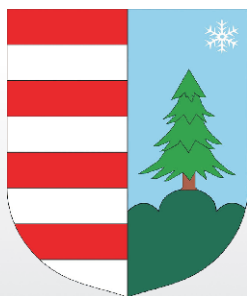
Elkészítés:

Az élesztőt kevés hideg vízbe tesszük, majd hozzáadjuk a cukrot. A liszt közepében kis fészket készítünk, beletesszük az olajat, a tojást és a pici sót, végül az élesztős tejet és a meleg tej felét. Annyi tejet kell hozzáadnunk, hogy félkeménységű tésztát kapjunk. Jól kidagasztjuk, majd kelesztjük. Amikor megkelt, 2 cipóra osztjuk és kinyújtjuk.

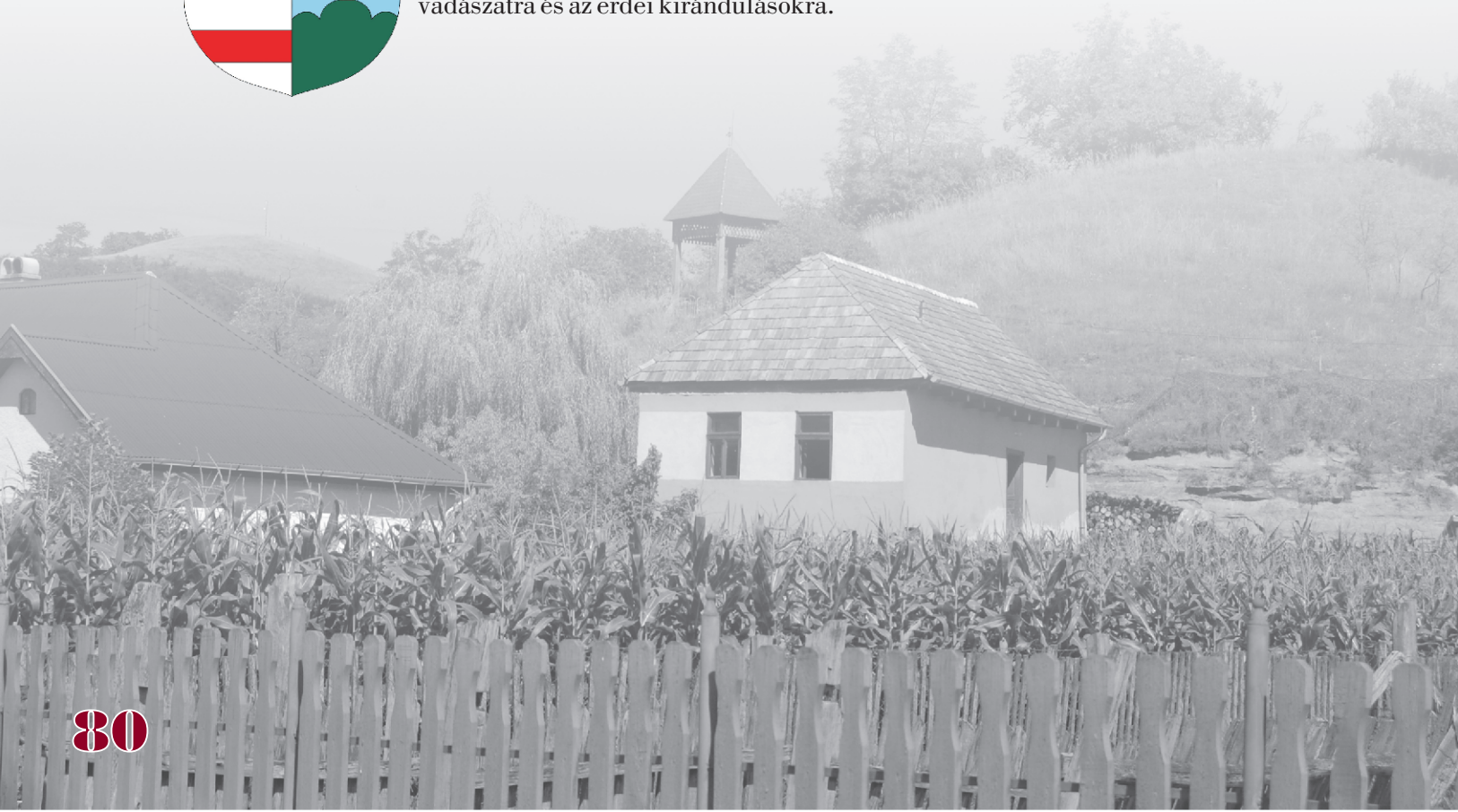
A túróba előző este belekeverjük a cukrot, a tojást és a megmosott mazsolát. Ha hígnak találjuk a túró, adhatunk hozzá egy evőkanál búzadarát is.

A tésztát elnyújtjuk tepszi nagyságúra, rákenjük a túró, majd meglocsoljuk egy kis olvasztott zsírral. Ezt követően föltekerjük, majd tepsibe tesszük. A tetejét kenjük meg olvasztott zsírral, és hagyjuk kelni még kb. 10 percig. Sütés előtt kenjük meg a tetejét egy pici tejjel is.





Zabar Nógrád, Heves és Borsod-Abaúj-Zemplén megye találkozásánál, a szlovák határ mentén helyezkedik el, Salgótarjántól 20 km-re. Hazánkban ezen a településen és környékén mérik a téli hónapokban a legalacsonyabb hőmérsékletet. A környék természeti adottsága, klímája kiváló lehetőséget nyújt a vadászatra és az erdei kirándulásokra.



Kálvinista mennyország

Kaspár Károlyné receptje

Hozzávalók:

*Tésztához: 40 dkg liszt, 2 db tojás, □ csésze víz
Töltelékhez: 2 evőkanál zsír, 50 dkg túró, kristálycukor, tejföl
A sütéshez magas peremű tepszi szükséges.*

Elkészítés:

Az alapanyagokat összegyúrom, majd lisztezett gyúrótáblán vékonyra nyújtom. Kicsivel kisebb lapokat nyújtok a tésztából, mint a tepszi mérete. Ebből az adagból 6 lap lesz. A tésztaalapokat egyesével kifőzöm (kb. 10 percig főzök egyet). Miután kivesszem a forró vízből, hideg vízbe teszem. A tepsit olvasztott zsírral kikenem, majd belerakom az első lapot. Meglocsolom zsírral, megszórom túróval és 3-4 evőkanál cukorral. Ezután jöhet rá a következő kifőzött tésztaalap. Ezt addig folytatom, amíg van tésztaalapom. Az utolsó tésztaalapra tejfölt kenek. Előmelegített sütőben, közepes lángon 40-60 percig sütöm.



Szilvás lepény

Kaspár Károlyné receptje

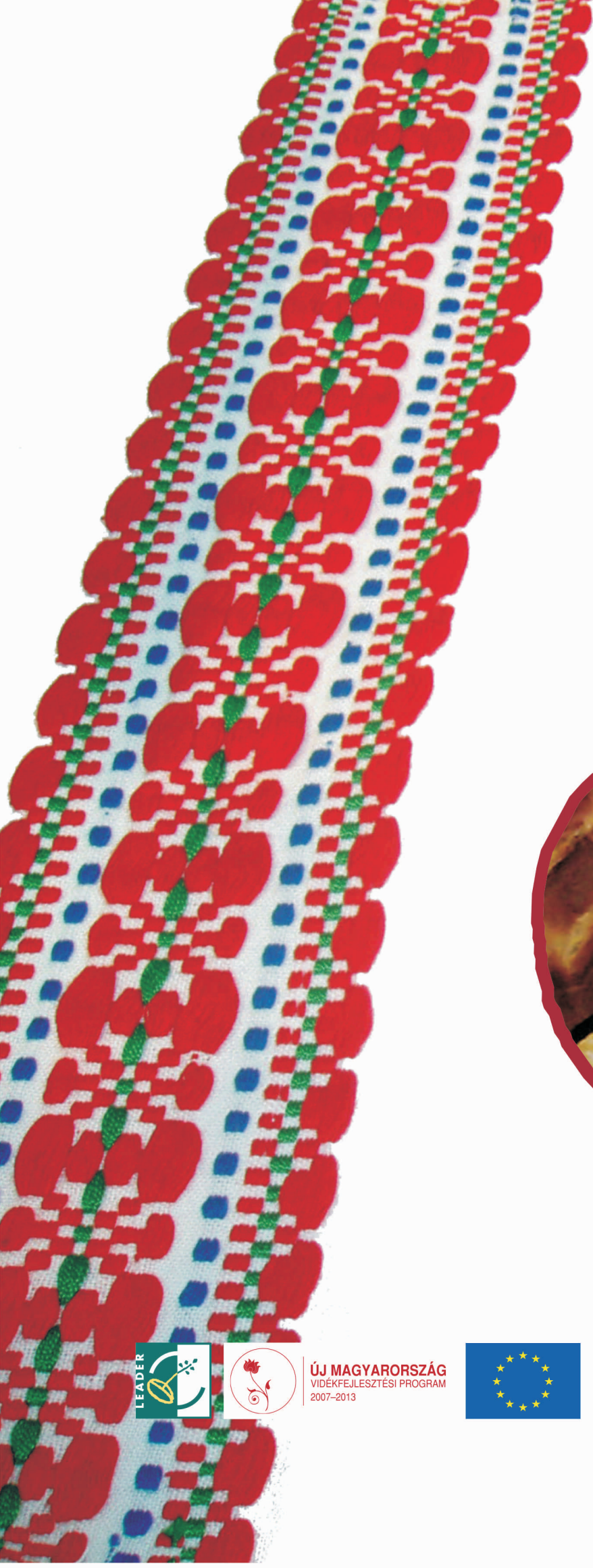
Hozzávalók:

Tésztához: 80 dkg liszt, 15 dkg zsír, 2 db tojás, 1 élesztő, 0,5 l tej, 2 dl tejföl, pici só és cukor

Elkészítés:

Az élesztőt kevés langyos tejbe belemorzsoljuk, adunk hozzá pici cukrot, és felfuttatjuk. A hozzávalókat az élesztővel összedolgozzuk, tésztát dagasztunk. Langyos helyen kétszeresére kelesztjük, majd két cipóra szedjük szét. Ujjnyi vastagságú lapokat nyújtunk belőle. Zsírral kikent tepsibe helyezük, majd rátesszük a félbevágott szilvákat. Sütés előtt egy kicsit rányomkodjuk. Fogyasztás előtt megszórjuk cukorral.





ÚJ MAGYARORSZÁG
VIDÉKFEJLESZTÉSI PROGRAM
2007-2013



Európai Mezőgazdasági Vidékfejlesztési Alap:
a vidéki területekbe beruházó Európa