Melano.hu
A Közép-európaiak magazinja
Published on *Melano.hu* (https://www.melano.hu)

Könnyen elkészíthető finomságok sütőtökből

Létrehozás: 11/07/2023 - 09:00
Szerző: Melano
[1]
Az őszi szünet, valamint az itthon is egyre népszerűbbé váló Halloween-i összejövetelek ideális lehetőséget teremtenek arra, hogy sütőtökös finomságok kerüljenek az asztalra különlegesebbé téve ezáltal az együtt töltött napokat.

Az ausztrál konyhai gépeket kínáló Sage most két recepttel szeretne kedveskedni azoknak, akik kedvelik a sütőtökből készült finomságokat.

Sütőtök krémleves
A sütőtök krémleves gyorsan és egyszerűen elkészíthető, ha van otthon kéznél egy pépesítésre is használható botmixer vagy turmixgép. Elkészítéséhez 1 kg sütőtökre, 2 gerezd fokhagymára, 2 darab kis méretű vöröshagymára, 3 darab sárgarépára, 3 darab közepes méretű krumplira, 1 zellerre, növényi olajra, leveskockára, egy csipet borsra és gyömbérre, illetve 80 ml, maximum 30%- os főzőtejszínre van szükség.

Kezdésként először is egy nagy edényben fel kell melegíteni két evőkanálnyi növényi olajat. Ezt követően hozzá kell adni az apróra vágott vöröshagymát és fokhagymát. Körülbelül öt percen keresztül párolni kell őket, mígnem üvegessé nem válnak. Miután ez megtörtént, hozzá lehet adni a kimagozott, felszeletelt sütőtököt. Egy kis ideig magas hőfokon szükséges őket főzni, ezután pedig közepes hőmérsékleten ajánlott folytatni a főzést.

Következő lépésben a leves alaplevének elkészítéséről szól. Ehhez a leveskockát egy liter vízbe kell tenni, majd hozzá kell adni a megmosott, meghámozott, apróra vágott répát és krumplit. Ezután a főzésben lévő sütőtökhöz szükséges önteni az alaplevet, majd legalább húsz percig ajánlott folytatni a főzést. Végül pedig ízlés szerint javasolt fűszerezni a levest sóval, borssal, gyömbérrel. Nem szabad elfeledkezni továbbá a főzőtejszínről sem. Miután ezek a hozzávalók is belekerültek az edénybe, még további 5 percig főzni kell a levest. A minél lágyabb textúra érdekében utolsó lépésként még össze kell turmixolni a levest kézi mixerrel, vagy turmix géppel.

Tálalásához pirított tökmag, vagy kenyérkocka is felhasználható. A tetszetősebb látvány érdekében azonban akár petrezselyem levéllel is díszíthető.

Sütőtökös muffin
A sütőtökös muffin ízletes csemege lehet ebéd után, de tízóraira vagy uzsonnára is tökéletes alternatívaként szolgálhat. Elkészítéséhez 2 csésze finom lisztre, 2 teáskanálnyi sütőporra, 1 teáskanálnyi fahéjra, ½ teáskanálnyi szerecsenidóra, ½ teáskanálnyi sóra, 1 csésze sütőtök pürére, ½ csésze barna cukorra, 2 darab tojásra, valamint ½ csésze növényi olajra van szükség.
Elkészítéséhez először is elő kell melegíteni a sütőt, legalább 200 fokra. Ezután egy nagy tálban össze kell keverni a finom lisztet, a sütőport, a fahéjat, a szerecsendiót, valamint a sót. Következő lépésben egy másik tálban sor kerülhet a sütőtök püré, a barna cukor, az olaj és a tojások összedolgozására. Végül pedig egyszerűen össze kell keverni a száraz és nedves hozzávalókat úgy, hogy egy sima textúrájú tészta keletkezzen. Ennek érdekében akár egy tálas mixer is bevethető.

Az enyhén folyós tésztát ezután muffin formákba kell tölteni úgy, hogy azok körülbelül háromnegyedig legyenek tele. Annak érdekében, hogy szép, aranybarna színük legyen, körülbelül 20-25 percig szükséges a muffinokat sütni. Akár frissen is lehet őket tálalni, de ha szükséges, le is fagyaszthatók és később, vendégvárás idején újra elővehetők és felmelegítve felszolgálhatók.

A sütőtök krémleves, illetve a sütőtökös muffin azok számára is ideális választás lehet, akik nem túl gyakorlottak még a konyhában, de szeretnék meglepni valamilyen különlegességgel a családtagokat, vagy a barátokat.

Tags:
Sage [2]
Színes:
Ízek [3]

Forrás webcím: https://www.melano.hu/konnyen_elkeszitheto_finomsagok_sutotokbol

Hivatkozások

[1] https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/sage_bakey_boss_1.jpg
[2] https://www.melano.hu/tags/sage
[3] https://www.melano.hu/szines/izek