



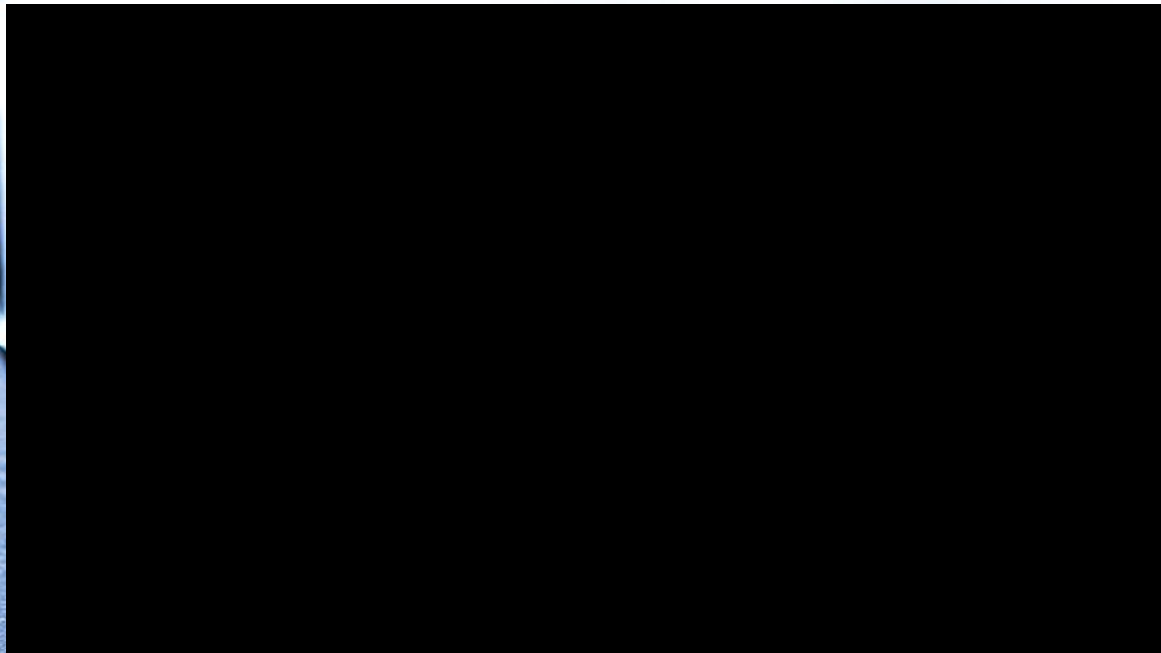
A HITELESSÉG A SIKER TITKA

Előadó: Vékási Andrea
Nők Lapja főszerkesztő és lapigazgató



AMI NEM MARADHAT KI

A nőknek szóló magazinoknak - tematikájuktól függetlenül - kezdetektől fogva szerves része a gasztro rovat (konyhai tippek, receptek, diéták)



KONYHA ROVAT A NŐK LAPJÁBAN

Közel 70 éves múlttal rendelkező
magazinunkon keresztül jól érzékeltethető
a gasztro tartalom evolúciója a printben



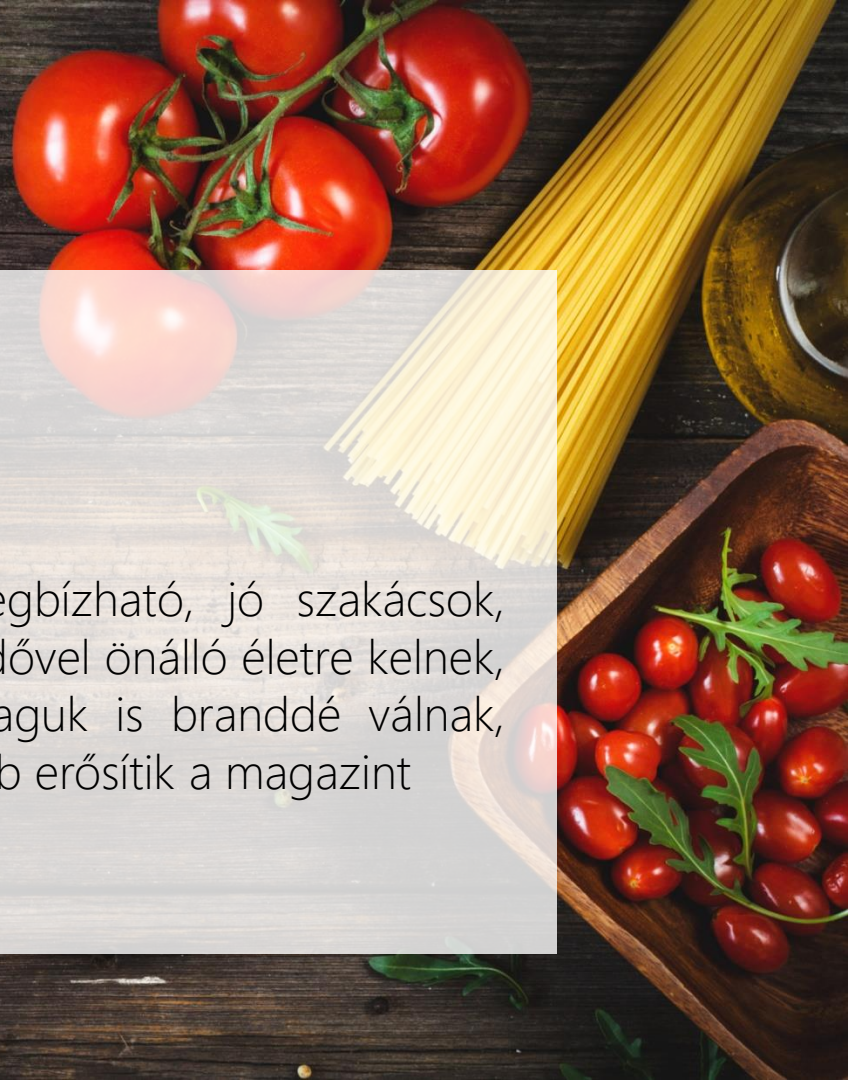


BRANDEK SZINERGIÁJA

Egy hiteles, nagy elérésű magazin segít felépíteni a jó szakemberek ismertségét/elismertséget



A megbízható, jó szakácsok, akik idővel önálló életre kelnek, és maguk is branddé válnak, tovább erősítik a magazint



A NŐK LAPJA MÁRKACCSALÁDHOZ
KÖTŐDŐ SZEMÉLYISÉGEK





LAJOS MARI



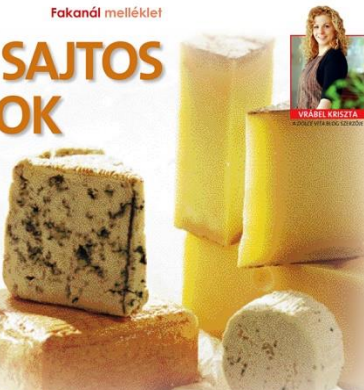
BEREZNAY TAMÁS



- Első volt a bloggerekink közül
- Szimpatikus fiatal anyuka
- Olaszos életérzés
- Maga fotózza a receptjeit
- Egységes vizualitás
- **3 kiadott könyvéből**
38 433 db fogyott

Fakanál melléklet

A sajtópult gazdag kínálata előtt gyakran tancsoltalanul nézelődünk, és fogalmunk sincs, mit tudnánk kezdeni alapanyagként azokkal a sajtokkal, amiknek még a nevét is nehezen jegyezzük meg. Szeretnénk segíteni az eligazodásban, ezért röviden bemutatjuk a legismertebb sajttípusokat, **VÁRABEL KRISZTA** pedig nyolc különböző sajttal kísérletezett otthon, hogy a legjobban sikerült recepteket megossza velünk.



KEMÉNY ÉS FÉLKEMÉNY SAJTOK
A kemény sajtokhoz tartoznak a zán-, ementáli- és cheddar-félék. A zán kemény, a cheddar-félék térszámra állaga nagyon eltérő lehet. A kemény sajtok karakteres ízű, parmezán jellegű, a zán és a cheddar közötti kizárólag részlení lehet, míg a lyukos sajtok könnyen vághatóak. A kemény sajtok az igazi búzakeresés a sajtok között, és savanykás ízű, a cheddar olvadó fajta, önmagában, leves vagy saláta legzavencs alapanyagaként használható megállí a helyét.

A félkemény fajták legismertebbje gouda, az edámi, a trappista. A ly gouda Hollandiából származik, és úgynevezett érési folyamatot megyen át, hogy az érés során változtatja meg az állagát. A fiatal, enyhén íze sajtszerű, de idővel erősödő aromájú, széles körben elterjedt termék. Az érési idő után sokan erősebbre jellemző ízűre alakul. Az emelettől eltérően a ly gouda keményebb, könnyű felismerni nagy, lyukacsos szerkezetű, melynek szírtartalmát meghaladja a 45 százalékot. A félkemény fajták közé tartozik a franciaországi rocamfort, amelyet gazdagítja a franciákról hírhedt kék penész. A rocamfort sajtot általában szeletelve fogyasztják, mert az édes ízű, puha és könnyű, így jól kombinálható például a csokoládéval.

Ebbe a kategóriába tartozik az olasz, tehéntejből készülő scamorza, a paranyica, a provolone és a salátákól és pizzákról mindenkinek ismerős mozzarella. A különlegesen kezelt sajtokat a készítés során forró vízzel leforrázzák, átgurják, majd formába öntik, és esetlegesen füstölik. A scamorzával egyébként helyettesíthetjük a mozzarellát, míg a provolone nagyon finom például pirtósra grillezve, de Olaszországban hűsölgővokat is ízesítenek vele.

PENÉSZES SAJTOK
Ezeket a fajtaikat a belsejükben megtermő nemes penészgombák teszik különleges, ékekenyesen vagy márványszerűnek is hívják őket. A kéksajtok legismertebb képviselője a rokfort, pazar szendvicssíkreket, fűszervajvakat és éppen mártásokat alkothatunk belőle. A nyers juhtújból készült szájtejt speciális penészgombával kezelik, majd barlangokban érlelik. Az eredmény a különleges aromás, érett-séj fokotól függően enyhé vagy pikáns ízű le tartozik még a saláták és tésztákak remekül ízesítő gorgonzola és az angol

Marinált fetasajt

Vágjuk a fetasajtot 2x2 cm-es kockákra, majd készítjük el a marinádot: keverjük össze a kettőféle olajat, adjuk hozzá a felaprított fokhagymát, a rozsmaringleveleket, morzsoljuk hozzá az erősipaprikát és adjuk hozzá a borsot. A sajtkockákat tegyük egy táliba, öntsük rá a fűszeres olajat. Tegyük egy napra a hűtőbe, hogy az ízek összeérjenek.

TIPP: Ha az olaj elfedi a sajtot, hetekig tárolhatjuk a hűtőszekrényben.

■ **HOZZÁVALÓK:**
50 dkg leveles tészta
25 dkg félkemény
kecskesajt
25 dkg kókusz-
paradicsom
friss kakukkfű
olívaolaj
só

Stilton is, utóbbi előételként vagy desszertként jól harmonizál a magvakkal, a körtével, de használhatjuk levesbetétek vagy főtételek hozzávalójaként is.

LÁGY SAJTOK

A legjobban ismert lágyszajkó a camembert és a brie. A sütvény akár rántva is igen finom camembert külsejét bársónyos, fehér nemespenész borítja. Mindkét sajtfaj Franciaországból származik, jellemzőjük hogy teljesen érett állapotban a tészájuk lágy, szinte folyós. A brie illata, íze az érettségtől függően lehet átható vagy karakteresen csípős. Gyakran borítja a lágyszajkókat vöröspenész, úgynevezett rúzsos bevonat. A levegő szaporodó baktérium vörösbarnára színezi a sajtok felületét, ízük és illatuk pedig erőteljes, aromás lesz.

FRISS SAJTOK
Külön csoportot alkotnak a friss, éreles nélküli készült sajtok, mint például a deszertekhez is kiváló mascarpone, a húsok és zöltségek töltelékeként isteni boursin vagy az ottlással készült brinza és a grillezésre is alkalmas gomolyfélék.

Fűszeres krémsajt házilag

HOZZÁVALÓK:
500 g natúr joghurt
1 dl tejszín
1 púpozott kávéskanál só
1 gerezd fokhagyma
oregánó
bazsalikom
színes bors

Krémesítsük a fokhagymát, adjuk hozzá a tejszín és a joghurt keverékéhez, sózzuk, fűszerezzük a felapritott friss

TIPP: Ha még 3 napig csöpögtetjük a joghurtot, gyúrható, formázható friss sajtot kapunk. Ezt fűszeres olívaolajban hetekig eltarthatjuk.

■ **HOZZÁVALÓK:**
20 dkg fetasajt
2-3 ág friss
rozsmaring
1 gerezd fokhagyma
ízlés szerint
szárított erős paprika
színes bors
1 dl olívaolaj
1 dl napraforgóolaj

10 FIVE
210 REAL
24 HOURS

Kecskesajtos-paradicsomos lepény

Nyújtuk ki a tésztát, 4-5 mm vastagra. Helyezzük bele vagy egy nagy (26 cm) vagy több kis tortaformába. A tésztát fedjük be szeletek kecskesajjal, majd tegyük rá a felszeletelt paradicsomra. Sózzuk, locsoljuk meg egy kis olívaolajjal, tépdjünk rá friss kakukkfűvet, és süssük 180-200 °C fokra előmelegített sütőben 20-25 percen keresztül.

TIPP: Hidegen és melegen is fogyaszthatjuk, fiatal, száraz fehérbor illik hozzá.

Egy mély tálat béleljünk ki sűrű szövésű konyharuhával, és öntsük bele a joghurtot. Szorosan kössük össze a konyharuha széléit, szúrjunk át rajta egy fakanalat, majd ezzel úgy támasszuk meg a gombócot, hogy az alja ne érjen a tál aljához.

A hűtőbe tesszük csöpögni, és 24 óra után már kész is a krémsajt.

lik a joghurtot, gyúrható, formázható
olajban hetekig eltarthatjuk.

NŐK LAPJA KONYHA 2



VRÁBEL KRISZTA



MAUTNER ZSÓFIA
A CHILL & VANÍLIA BLOG SZERZŐJE

Terítéken az az őszi kincsei

Szeretem, ha a konyhám sodródik az évszázakkal. Kora ősszel már nem izgatnak a nyár színes zöldségei, gyümölcsei, alig várom, hogy végre viszontlássam azokat az alapanyagokat, amelyekkel utófoltra vártalakoztam. Az évszázékek egyre több erdei gomba (vargánya, rókaagomba) jelenik meg, egyik izgalmasabb, mint a másik. Főliában megszűnt a cékla új életet kezd, és olyan finom, hogy még a meggyözöttsége ellenőri is kénytelenek álláspontot változtatni. A padlizsán pedig az egyik kedvenc ősz alapanyagom, az egzotikus, csipős-savanyú öntettel meglocsolva feltöltélen próbálhál ki. Isteni.



szeptemberi kedvenceink

Spagetti fokhagymás
vargányával és pirított
morzsával

HOZZÁVALÓK 2 ADAGHOZ:

- 20 dkg spagettitészta
- 10 dkg friss vargánya
- 4 gerezd fokhagyma, szeletekre vágva
- 1 szelet kenyér morzsája
- 3 dkg vaj
- 5 dkg pirított, durvára darált mandula
- friss petrezselyem
- olívaolaj

A tésztát kifőzzük. Közben a kenyér héját eltávolítjuk, belsejét aprítógéppben morzsává daráljuk. A morzsát a vajon ropogósra sütjük. A gombát megtisztítjuk, majd vastagabb szeletekre vágjuk. Olívaolajon megpirítjuk a fohagymaszeleteket, majd hozzáadjuk a vágányrét, és pirosa sűrű. A tésztát összekeverjük a darált mandulával, az olívaolajjal és a friss petrezselyemmel, majd hozzáadjuk a fohagyományt és vágányrét. Azonnal tálaljuk.



Dupla vargányás csirkemell burgonyával, kakukkfűvel

HOZZÁVALÓK 4 SZEMÉLYRE:

- 4 csirkemellfilé, felkockázva
- 50 dkg burgonya, cikkelyekre vágva
- 1 fej hagyma, felszeletelve
- 1 fej fokhagyma, gerezdekre szedve
- 5 dkg füstölt húsos szalonna

Isztivák, szőlőtelepek, majd a seprőbete tesztjük. Armior oldalára szép piros, kersvessy. A szalonnát szűrkőnkkel kivesszük, azt is meleg tányéron tartjuk. A szalonna zúradékát átforogtatjuk a cikkekelyre szeletelt burgonyán, majd a hagymát és a fokhagymagerezdeket. A cikkekelmélet mindegyik oldalukon körbe-
pirítjuk. Tepsibe vagy hőálló lába helyezzük egymás mellé a szalonnát, a hagymás krumpli-
t, a pirított vagy fahagymaszalagokat, a száított
vagy szárított, az egész fokhagymagerezdeket,
végül a cikkekelmélet. Hozzáadjuk a kakuk-
fűvet. Az egészet felöntjük a hússalvessel és a
száított vagy szárított áztatásához használt
vizez. Lefedve kb. 45 percig pároljuk, a végén
enyhén ágrillizzuk.

A sütőt előmelegítjük 150 °C-ra. A szárított vargányát vízbe áztatjuk. Serpenyőben kevés olívaolajat hevítünk, és pirosra sütjük a felkockázott szalonnát. A friss vargányát meg-

Gombás tavaszi tekercs gyömbéres mártogatóval

HOZZÁVALÓK 4 ADAGHOZ:

- 45 dkg csiperkegomba, megtisztítva
- 1 nagy hagyma, finomra aprítva
- 2 gerezd fokhagyma, finomra aprítva
- ujjnyi reszelt gyömbér
- csipet őrölt fahéj
- kevés szójaszósz
- 1 csomag réteslap
- olvasztott vaj
- szexámmag
- 1 tojás a kenéshez

A mártogatóhoz:

- 6 evőkanál majonéz
- 1 evőkanál tejszín
- csipet curry
- csipet kurkuma
- 1 kávéskanál friss reszelt gyömbér



Friss kukoricapüré
kakukkfűves erdei gombával

HOZZÁVALÓK 4 ADAGHOZ:

A püréhez:

- 4 cső szegze kukorica, leszemezve
- 1 csokor újhagyma, felkarikázva
- 1 közepes méretű szűtfőző burgonya, egyenletes méretűre felkockázva
- 2 dl leszűrt húsleves
- 5 dkg hideg vaj
- csipet cukor
- csipet kurkuma
- só, bors
- tetejére csipet őrölt chili

A gombás roghoz:

- 40 dkg erdei gomba (pl. rókagomba)
- 1 fej hagyma, finomra aprítva
- 2 gerezd fokhagyma, finomra aprítva
- 1 ág friss kakukkfű
- friss petrezselyem
- kacsaszir (vagy olívaolaj)

A kukoricapépréhez az újhagymát élvokálnál vajon, fedő alatt, csipet sóval megszóva üvegre pároljuk. A krumpolt apró metéretre kockázunk, hozzáadjuk. Felontjuk a húslevessel, majd fedő alatt kb. 15 perc alatt teljesen puhára főzzük. Hozzáadjuk a lesemézett kukoricát, a csipet kurkumát, sóztuk, borsoztuk, majd 6 percig főzzük. A kukoricát turmixgéppel teljesen simára pürésítjük, a benne felfoztatott hozzáadjuk a vajat. A pürét áttapaszroszuk (ez fontos, mert még a legjobb teljesítményű géppel is végig marad a héja, ami kellenetelen áldog eredményez). A gombóchoz a kockázott üvegre pároljuk, majd enyhén karamellizáljuk a hagymát és a fokhagymát. Erőse vesszük a lánot a kockázott a kukorikával és a fűszerezéssel együtt összekeverjük. A kukoricát enyhén balmazsa vizet.



MAUTNER ZSÓFI

- Közel 10 éve visszatérő arca a Nők Lapjának, a Nők Lapja Konyhának, és a márkákhoz kötődő különszámoknak
- Chili & vanília blog, sikeres könyvek, televíziós műsorok

A JÖVŐ

- Multi-platformmal az ismertség növeléséért
- Keressük az új és tehetséges, feltörekvő vagy már ismertebb arcokat - lépést tartunk a gasztronómia trendjeivel
- Szoros együttműködés a Central magazinok és a Nosalty között - Kárai Dávid és Nemes Nóra is feltűnik a lapokban



A glass bowl filled with white yogurt, topped with a generous amount of fresh raspberries, blueberries, and red currants. A silver spoon is tucked into the yogurt. In the foreground, two golden-brown breadsticks lie on a dark blue textured surface. The background is a bright, out-of-focus white.

KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!