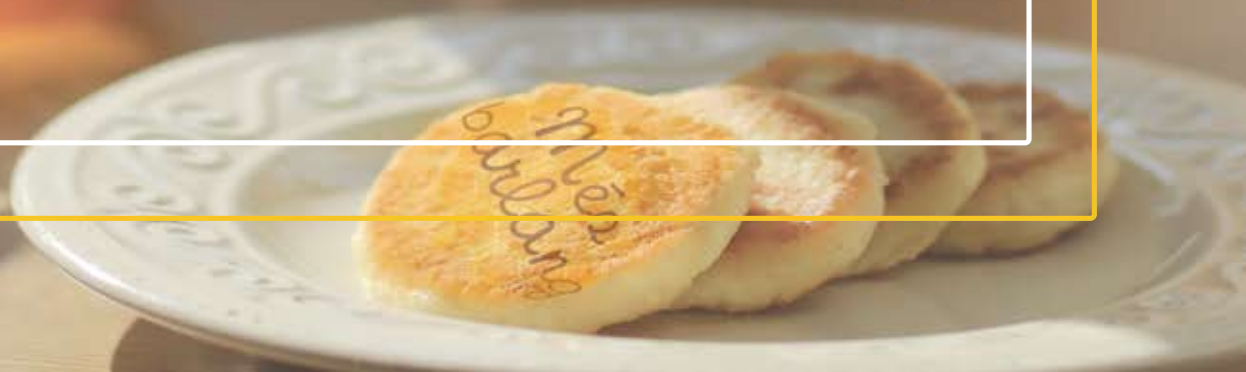


# 160 mézes édesség recept

[www.mezbarlang.hu](http://www.mezbarlang.hu)



# 160 mézes édesség recept

## Alma mézkéregben



### Elkészítés:

Vegyük a fél deci mézet először, ehhez keverjük a datolyát, a diót és a citromhéjat. Keverjük össze a morzsát és a fahéjat is. Fúrjuk ki a magházat az almákból, majd mindegyik alma felső harmadát hámozzuk meg.

Tegyük őket egy megfelelő méretű (kb. 25x15x5 cm-es) tűzálló tálba. A datolyás töltelékkel töltsük a magházak helyére, majd a maradék vaját és a mézet kanalazzuk az almákra.

200° C-os sütőben süssük őket kb. 30 percig (vagy amíg meg nem puhulnak - ezt a beléjük szúrt vékony késsel vagy tűvel ellenőrizhetjük). A sütés során 8-10 percenként öntözzük az almákat a tál alján összegyűlt olvadt mézzel. Forrón tálaljuk.

### Hozzávalók:

- 1/2dl apróra vágott datolya
- 1/2dl méz
- 2 evőkanál durvára darált dió (pekán/hikori)
- 2 teáskanál reszelt citromhéj
- 1 dl kenyérmorzsza/zsemlemorzsza
- 1 teáskanál fahéj
- 6 db közepes, savanykás alma
- 1dl olvasztott vaj
- 2 dl méz



### Elkészítés:

Amikor a krém kihűlt, az egyik lap tetejére rásimítjuk az almakrém felét, rá rakunk egy sor babapiskótát, meglocsoljuk kevés rummal, majd ráteszszük a maradék krémet, s befedjük

a másik tésztalappal. A tetejét porcukorral szórjuk meg.

## Almás mézes süti

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 25 dkg liszt
- 8 dkg porcukor
- 2 evőkanál méz
- 5 dkg vaj
- 1 tojás
- 1 mokkáskanál szóda bikarbóna
- 2 evőkanál tejföl

#### Krémhez:

- 1,5 kg alma
- 20 dkg cukor
- 1 kiskanál fahéj
- 1 dl tej
- 2 cs. vaníliás pudingpor

# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

Keverjük össze a margarint, a mézet, a tojásokat és a vaníliát. Szitáljuk egybe a lisztet, a sütőport, a szóda-bikarbónát és a sót. Adjuk a tésztához kis adagokban, állandó gyúrás közben, váltakozva a joghurttal. Végül

keverjük bele az almakockákat.

Kanalazzuk szét a tésztát 3 db, kiszírozott, kb. 20x13x3 cm-es tepsibe, majd szórjuk a tetejére a krémet. 175° C-os sütőben süssük 45 percig.

Addig keverjük a krém hozzávalóit, amíg a dió egyenletesen el nem oszlik a keverékben.

## Almás sütemény a reggeli kávéhoz

### Hozzávalók:

- 2 dl olvasztott főzőmargarin
- 2 dl méz
- 2 dl enyhén összehabart tojás
- 4 dl finomliszt
- 1 teáskanál sütőpor
- 1 teáskanál szóda-bikarbóna
- 1/2 teáskanál só
- 2 dl joghurt
- 4 dl apró kockákra vágott alma

### Krémhez:

- 1 dl apróra vágott dió
- 1 teáskanál fahéjpor
- 1 dl barna cukor
- 2 evőkanál olvasztott vaj



## Elkészítés:

Verjük fel a lágy margarint (vagy vaját), majd állandó verés közben, vékony sugárban adjuk hozzá a mézet. Ezután verjük bele a tojásokat is. Keverjük össze a lisztet, a szóda-bikarbónát, a

sütőport, a sót és a fűszereket, majd ezt a keveréket adjuk a nedves hozzávalókhoz.

Amikor alaposan elkeveredett, adjuk még hozzá az almát, a datolyát, a diót és a zabot. Teáskanalanként adagoljuk a keveréket egy vékonyan megszírozott tepsibe úgy, hogy ne érjenek össze.

175C°-on süssük mintegy 10 percig. 40-60 db lesz belőle. Azon melegében a legjobb, de kihűlve is finom. Hűtőben, pléhdobozban több hétig is eláll.

## Almás mézes érmék

### Hozzávalók:

- 1 dl margarin vagy vaj
- 2 dl méz
- 2 db tojás
- 3 dl finomliszt
- 1/2 teáskanál szóda-bikarbóna
- 1/2 teáskanál sütőpor
- 1/2 teáskanál só
- 1/2 teáskanál őrölt fahéj
- 1/2 teáskanál őrölt szerecsendió
- 3 dl finomra metélt hámozott alma
- 2 dl finomra aprított, kimagozott datolya
- 1 dl mazsola
- 1 dl apróra vágott dió
- 5 dl hántolt zab

# 160 mézes édesség recept

## Arab mézes rudacskák



### Elkészítés:

A lisztet kupacoljuk fel egy fa gyúrótábla közepén, a halom tetején alakítsunk ki egy mélyedést. Ebbe tegyük a vaníliás cukrot, a fahéjat, a lereszelt narancs-

héjat, a bort és az étolajat.

Gyúrjunk belőle közepesen kemény tésztát, majd a tésztából sodorjunk kb. 1,5 cm átmérőjű, 4-5 cm hosszú, hegyes végű rudacskákat. 180° C-os olajban, kis adagokban.

Adagonként kb. 5-6 percig süssük őket világos aranybarnára. Az adagokról csurgassuk le az olajat, majd az egyes rudacskákról a még rajtuk lévő felesleges olajat papírral itassuk fel.

### Hozzávalók:

- 50 dkg finomliszt
- 2 teáskanál őrölt fahéj
- 1 csomag vaníliás cukor
- 1 db narancs reszelt héja
- 2,5 dl fehérbor
- 1 dl finom étolaj
- 3 dl méz
- 1,5 dl víz
- kb 1 l finom étolaj a sütéshez



### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit a megadott sorrendben összegyúrjuk, és a nagy gáztepsi hátoldalán, vagy lemezen 3 lapot sütünk belőle. A krémhez a tejben cukor nélkül megfőzzük a pudingporokat, és hidegre hűtjük. A margarint habosra keverjük a porcukorral és a vaníliás cukorral, majd apránként a hideg pudinghoz keverjük.

A kapott krémet kétfelé vesszük, felébe a kakaót, felébe a kókuszreszeléket keverjük. A lapokat tetszés szerinti sorrendben töltjük, és beborítjuk a harmadik lappal. Tetejére porcukrot szórunk, másnap hosszúkásra szeleteljük.

A kapott krémet kétfelé vesszük, felébe a kakaót, felébe a kókuszreszeléket keverjük. A lapokat tetszés szerinti sorrendben töltjük, és beborítjuk a harmadik lappal. Tetejére porcukrot szórunk, másnap hosszúkásra szeleteljük.

## Ági szelet

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 50 dkg liszt
- 15 dkg zsír
- 1 kávéskanál szalalkáli
- 4 evőkanál porcukor
- 2 tojás
- 4 ek. olvasztott méz

#### Krémhez:

- 25 dkg margarin
- 25 dkg porcukor
- 8 dl tej
- 2 cs. vaníliapuding
- 1 cs. vaníliás cukor
- 2 evőkanál kakaó
- 10 dkg kókuszreszelék

## Baklava



### Elkészítés:

A mézet, a vaját és a vizet jól keverjük össze, majd két egyenlő részre osztva két kisebb fazékban, lassú tűzön forrásig főzzük. Ezután az egyik fazékba keverjük bele a

mandula vagdalékot, a másikba pedig a mogyoró vagdalékot. Vegyük le a tűzről és hagyjuk kihűlni.

A megfelelő méretű tepsit kenjük ki a vajjal vagy a margarinnal, és tegyünk bele egy réteslapot. Vékonyan kenjük meg mandulatöltelékkel, majd tegyünk rá egy újabb réteslapot, erre vékony mogyorótölteléket kenjük. Ezt az eljárást váltakozva addig folytassuk, amíg a réteslap vagy a töltelék el nem fogy (szükség esetén a megadottnál több réteslapot is használhatunk).

A legfelső réteslapot kenjük meg kb. 0,5 dl mézzel. Előmelegített 175° C-os sütőben süssük aranysárgára (kb. 35 -40 percig), majd vágjuk fel kb. 4x4 cm-es négyzetes darabokra. Ezeket a darabokat helyezzük egy sütőlapra, hogy ne érjenek egymáshoz, és rakjuk vissza 5 percre a sütőbe, hogy kiszáradjanak. Amikor kivettük a sütőből, hagyjuk kihűlni őket a sütőlapon.

Ezután mindegyik tetejét vékonyan kenjük meg mézzel és hintsük meg pörkölt mandulavagdalékkal. Egy rétegben, csipkés papírszalvétával leterített tálcán kínáljuk (azért, hogy a második réteg ne ragadjon az alsó tetejére).

Erős arab kávéval ajánljuk.

### Hozzávalók:

- 30 dkg hámozatlan, apróra vágott mandula
- 30 dkg hámozatlan, apróra vágott mogyoró
- 4 dl méz
- 30 dkg habosra felvert vaj
- 2 dl víz
- 6 db kész réteslap
- + 1 dl méz
- 5 dkg pörkölt mandulavagdalék
- vaj, vagy margarin a tepsi kikenéséhez.

# 160 mézes édesség recept



## Barna mézes pite

### Elkészítés:

Egy kis edényben lassú tűzön olvasszuk egybe a csokoládét, a vaját, a sót és a vaníliát, állandóan kevergetve közben, hogy jól elkeveredjenek, majd vegyük le a tűzről. Most keverjük

bele a mézet, a lisztet

és a sütőport. Adjuk hozzá a tojásokat is, és jól verjük fel. Végül keverjük bele a diót, és az egészet öntsük egy kivajazott, kb. 22 x 22 x 5 cm-es tepsibe.

160C°-os sütőben süssük kb. 35 -40 percig, illetve addig, míg a közepében vékony késsel, vagy kötőtűvel végzett "szúrópróba" azt nem mutatja, hogy jónak találtuk.

Hagyjuk lehűlni, mielőtt kb. 4 x 4 cm-es darabokra felvágnánk. Aki szereti, porcukorral is meghintheti.

### Hozzávalók:

- 1 dl olvasztott vaj, vagy finom étolaj
- 1 teáskanál vanília
- 1 dl finom búzaliszt
- 2 dl méz
- 6 dkg étcsokoládé
- 2 db tojás
- 2 dl apróra vágott dió
- 1 teáskanál sütőpor
- 1/2 teáskanál só



### Elkészítés:

A keverőgépbe tegyük az első öt hozzávalót és keverjük simára, egyenletesre. Merjük át a keveréket egy fém (öntöttvas) mártásos tálba. Ekkor keverjük

hozzá a kukoricalisztet. Közepes tűzön, állandó kevergetés közben addig főzzük, amíg éppen meg nem kezd keményedni, és fel nem kezd forni.

Ekkor hűtsük le, és keverjük hozzá a tejfölt. Osszuk szét aztán négy (kristály) desszertes pohárba, és jól behűtve szolgáljuk fel.

## Bolond körte

### Hozzávalók:

- 5 db (50 dkg) körte hámozva, magozva
- 5 dkg porcukor
- 1 evőkanál méz
- 2 teáskanál citromlé
- 1/2 teáskanál őrölt szerecsendió
- 1 evőkanál kukoricaliszt egy evőkanálnyi vízben elkeverve
- 1 dl zsírszegény tejföl



## Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 175°C-ra. Egy habverővel felszerelt elektromos mixer táljában verjük fel a tojásokból, a mézből, a cukorból, a vanília és mandulakivonatból és a sóból álló keveréket közepes sebességen addig, míg

megfelelően el nem keveredik, kb. 2 percig. Egy fakanállal elegyítjük a keverékbe az egész mandulákat. Evőkanalanként adagoljunk hozzá annyi lisztet, hogy lágy tésztát kapjunk. Meglisztezett kézzel osszuk a tésztát négyfelé. A tésztának nagyon lágynak és ragadósnak kell lennie.

Mindegyik darabból formáljunk kb. 25 -30 cm hosszú, 6 -8 cm széles téglákat. Helyezzük el őket egy teflonnal bevont sütőlapon. Süssük őket világos barnára, kb. 25 -30 percig.

Vegyük ki a darabokat a sütőből és egy másik, hideg sütőlapon hűtsük őket kb. 10 percig. Ezután egy fa vágódeszkán éles késsel, keresztben szeleteljük fel őket kb. 1 cm vastag szeletekre.

Ezután élükre állítva helyezzük őket vissza a sütőlapra, és süssük őket tovább 10 -15 percig, míg sötét aranybarnák nem lesznek. Vegyük ki a szeleteket, és egy fémrácson hűtsük le. A szeletek szárazak és ropogósak lesznek. Légmentesen záró fémdobozban hetekig eláll. Az eredmény kb. 60 szelet ropogós krocket.

## Croquettes

### Hozzávalók:

- 3 db nagy tojás
- 180 g illatos méz (pl. hárs)
- 200 g cukor
- 1/2 teáskanál vaníliakivonat
- 1/2 teáskanál mandulaolaj
- 1 csipet só
- 300 g egész, hámozatlan mandula
- 335 g korpás liszt



## Elkészítés:

Verjük habossá a tojásfehérjét. Adjuk hozzá a csipetnyi borkősavat és verjük kemény habot belőle. Vékony sugárban adagoljuk hozzá a mézet, állandó, folyamatos verés közben.

Keverjük össze a gabonapelyhet, a datolyát és a diót egy nagy tálban. A keverést finoman addig végezzük, míg a keverék egyenletes nem lesz, utána óvatosan adjuk hozzá a kemény, mézes habot, majd a vaníliát.

Egy kizsírozott tepsibe rakjuk az egészet, teáskanálnyi gombóconként. 175°C-os sütőben, 15 percig süssük. Csak akkor vegyük ki a kész süteményeket a tepsiből, ha már kihültek.

## Borzas teasütemény

### Hozzávalók:

- 2 db tojásfehérje
- csipet borkősav
- 1 dl méz (folyós állagú)
- 4 dl kukorica-, vagy zabpehely
- 1 dl apróra vágott datolya
- 1 dl apróra vágott dió
- 1 teáskanál vanília

## Csokis biscotti



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 150C°-ra. Egy nagy sütőlapot vékonyan olajozzunk meg, vagy tegyünk rá sütőpapírt. Egy tálban (vagy a mixer edényében) verjük egybe a tojásokat, a narancshéjat, a vaníliát és a mandulaolajat. Egy nagy keverőtálban keverjük össze a lisztet, a kakaót, a cukrot, a sütőport és a só. Adjuk hozzá a tojásos keveréket és keverjük simára. Ezután keverjük bele a mandulát.

Felezzük el a tésztát. Minkét félből formáljunk kb. 30 cm hosszú, 3 -4 cm széles, 1 -1,5 cm magas téglát.

Süssük őket a sütő közepébe helyezve kb. 50 percig, míg teljesen össze nem állnak, és az éleiknél már pörkölődni nem kezdenek. Ekkor vegyük ki őket a sütőből és hűtsük 5 percig.

Csökkentsük a sütő hőmérsékletét 135C°-ra. Egy vágódeszkán fűrészfogú késsel vágjunk belőlük 1/2 -3/4 cm vastag szeleteket. Lapjával helyezzük vissza a szeleteket a sütőlapra, köztük kis hézagot hagyva.

Tegyük vissza őket a sütőbe és további 20 -25 percig süssük, amíg ki nem szárad és enyhén meg nem pörkölődik. Közben egyszer fordítsuk meg őket a másik lapjukra. Utána fémrácson hűtsük le, és légmentesen záródó fémdobozban tároljuk őket. Kb. 40 -45 db lesz.

A mandula pörkölése: egy zsírozatlan sütőlapon terítsük szét a mandulát. Tegyük a lapot a 175C°-os sütőbe és pörköljük 5 -10 percig, ekkor a mandulák már világosbarnák. Közben egyszer-kétszer keverjük meg őket, hogy egyenletesen pörkölődjenek. Megjegyezzük, hogy a mandula azután is tovább barnul egy kissé, hogy kivettük a sütőből.

### Hozzávalók:

- 3 db nagy tojás
- 2 db narancs reszelt héja
- 1 teáskanál vanília
- 1/2 teáskanál mandulaolaj
- 3,5 dl finomliszt
- 0,7 dl cukrozatlan, keserű kakaópor
- 1,5 dl porcukor
- 1 teáskanál sütőpor
- 1/4 teáskanál só
- 2 dl pörkölt mandula



# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

A mézet, a zsírt és a porcukrot gőz fölött összeolvasztom. Előtte a lisztet a kakaót és a szóda-bikarbónát összekeverem egy tálban. Beleteszem a tojást, a mézes, zsíros masszát és annyi

tejet, hogy gyúrható, nyújtható legyen. 4 lapot sütünk belőle egy kb. 40\*20-as tepsin alján. A tepsin aljára tegyünk sütőpapírt.

Krém: A tejet sűrűre főzöm a liszttel és a pici cukorral. A vaját a porcukorral kikeverem, ebbe keverem bele a főzött krémet. Megtöltöm vele a lapokat.

Másnap szeletelhető. A tetejére szórhatsz porcukrot. Jó étvágyat, remélem másnak is ízleni fog. Jó sütögetést!

## Csányi mézes

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 2 ek. méz
- 15 dkg porcukor
- 5 dkg zsír
- 45 dkg liszt
- 3 ek. kakaó
- 1 kávéskanál szóda-bikarbóna
- 1 tojás
- pici tej

#### Krémhez:

- 0,5 l tej
- 3 ek. liszt
- 25 dkg margarin
- 20 dkg porcukor



## Elkészítés:

A tojásokat a porcukorral verjük habosra, majd keverjük hozzá a többi hozzávalót a dió kivételével, a felsorolás sorrendjében, jól dolgozzuk össze.

A keverés könnyebb,

ha a méz langyos.

Zsírozzunk ki egy akkora tepsit, amiben az egész massa kb. 2 cm vastagon elteríthető, terítsük bele a tésztát, és még a sütés előtt szórjuk meg a tetejét a dióval.

Közepes hőfokon süssük aranybarnára. Kb. 4 x 4 cm-es kockákra vágva, a tetejét porcukorral meghintve kínáljuk.

## Debreceni mézes

### Hozzávalók:

- 4 db tojás
- 10 dkg porcukor
- 1/2 kg liszt
- 1 cs. sütőpor
- 4 dl méz
- 1/2 dkg őrölt fahéj
- 3 dkg őrölt szegfűszeg
- 5 dkg apróra metélt dióbél

# 160 mézes édesség recept



## Babapiskótás szelet

### Elkészítés:

A hozzávalókat gőz fölött kikeverjük, langyosra lehűtve hozzáadjuk a lisztet, kakaót, szódabikarbónát. Ha kemény a tészta tejjel hígítjuk, és két lapot sütünk a tepszi hátán. A töltelék hozzá-

valóiból sűrű pépet főzünk és forróvízzel jól kikeverjük.

Ha kihűlt a főtt krém, a kettőt jól összekeverjük és megforgatunk benne kb. 20 dkg. babapiskótát, és egymás mellé rakjuk a krémre, majd a maradék krémet rákenjük és alapot ráhelyezzük. Hűtőbe tesszük és hagyjuk átpuhulni a tésztát. Hagyjuk állni másnapig.

### Hozzávalók:

- 5 dkg margarin
  - 1 tojás
  - 5 dkg porcukor
  - 1 ek. méz
  - 25 dkg liszt
  - 1 ek. kakaó
  - 1 kávéskanál szódabikarbóna
  - tej a hígításhoz
- Töltelékhez:**
- 6 dl tej
  - 6 ek. liszt
  - 25 dkg margarin
  - 20 dkg porcukor
  - 2 cs. vaníliás cukor
  - 2 ek. forróvíz hígításhoz



## Diós karamell torta

### Elkészítés:

A sütőt 180 C-ra bemelegítjük. Egy 20 cm átmérőjű kerek tortaformát kiszírozunk, és sütőpapírral kibéleljük. 5 dkg vaját 8 dkg cukorral addig melegítünk, amíg felolvad, majd habosra keverjük.

A forma aljára locsoljuk. A fél diószemekkel úgy rakjuk ki, hogy domború felük alulra kerüljön. A maradék vajat és cukrot a tojásokkal, a mézzel, a sütőporral, a liszttel és a tejjel elektromos habverővel könnyűre, világosra verjük.

A tésztát a formába kanalazzuk, a tetejét elsimítjuk, és 60 percig, tűpróbáig sütjük.

A formában 5 percig pihentetjük, majd a szélét meglazítva tála borítjuk, így az alsó fele kerül felülre.

### Hozzávalók:

- 30 dkg vaj
- 30 dkg barna cukor
- 5 egész tojás
- 20 dkg szép diószem (ha van, hikori dió)
- 1 ek. méz (folyós)
- 20 dkg rétesliszt
- 1 cs. sütőpor
- 1/4 dl tej

## Diókrémes mézes szelet



### Elkészítés:

A vajat/margarint szelíd tűzön fel-forrósítjuk, lehúzzuk a tűzről és langyosra hűtjük. A lisztet összeszítjük a porcukorral, a

mézeskalácsfűszerrel és a fahéjjal. A szalalkálit feloldjuk a langyos tejben. A vaj/margarin-méz elegyben egyenként elkeverjük a tojásokat, majd a szalalkális tejet, és több részletben a liszthez adjuk. Fakanállal, vagy kézi robotgéppel jól kidolgozzuk. A keverőtálban hagyjuk, fóliával letakarjuk, és 1 órán át a hűtőben pihentetjük.

A sütőt előmelegítjük 200°C-ra. Lisztezett munkalapon átgyúrjuk a tésztát, 2 cipóra osztjuk, kisdorjuk és a nagy gáztepsi kivajazott hátán egyenként megsütjük.

A lapokat sütés előtt villával megszurkáljuk. Világosra sütjük. A diókrémhez a pudingport a tejjel, a cukrokkal felfőzzük, majd a darált diót belekeverjük, és kihűtjük. A margarint kihabosítjuk, a kihűlt főzött krémmel, a narancshéjjal, rummal jól összedolgozzuk.

Az alsó lapot megkenjük a fele krémmel, kirakjuk átlósan a cukros-rumos tejjel meglocsolt babapiskótákkal.

A másik fele krémet a babapiskótákra kenjük, és a másik lappal befedjük.

A mázhoz 1 tábla színes, cukros fehér csokoládéval vonjuk be, amihez 2 evőkanál olajat keverünk, vízgőz felett.

### Hozzávalók:

- 30 dkg hámozatlan, apróra vágott mandula
- 30 dkg hámozatlan, apróra vágott mogyoró
- 4 dl méz
- 30 dkg habosra felvert vaj
- 2 dl víz
- 6 db kész réteslap
- + 1 dl méz
- 5 dkg pörkölt mandulavagdalék
- vaj, vagy margarin a tepsi kikenéséhez.

# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 180C°-ra. Egy keverőtálban keverőgéppel keverjük össze a vaját és a cukrot, majd addig verjük, míg egynemű, krémes nem lesz. Ezután adjuk csak hozzá a mézet és a tojásokat, majd ismét al-

posan keverjük el. Egy másik tálban keverjük egybe a lisztet, a sütőport és a sót. Ezután verjük a géppel ezt a keveréket a vajashoz, alaposan elkeverve egymásban őket. Fakanállal kavargatjuk az egészbe a kókuszt, a diót és a zabot (rizst).

A tésztát terítsük szét egyenletesen egy kivajazott, kb. 23 x 23 cm-es tepsiben. Süssük 30 percig, amíg a sütemény össze nem áll és aranybarna színű nem lesz. A felszeletelés előtt hagyjuk kihűlni. Vágjuk fel 16 négyzetes szeletre, és a fagyasztott joghurttal szolgáljuk fel. Ez a recept 16 adagos. Mivel a sütéshez előírt méretű tepsi szükséges, a szeletek vastagságának biztosítása érdekében javasolt a 16 adag egész számú többszörösét elkészíteni, ha arra van szükség.

## Diós kókuszos szelet fagyasztott joghurttal

## Hozzávalók:

- 11 dkg lágy sózatlan teavaj
- 17 dkg barna cukor
- 13 dkg méz
- 2 tojás
- 9 dkg korpás búzaliszt
- 1 teáskanál sütőpor
- 1/2 teáskanál só
- 8 dkg natúr (nem cukrozott) kókuszreszelék
- 6 dkg apróra metélt dió (pekán)
- 8 dkg előfőzött zab (vagy rizs)
- 1,9 l zsírszegény fagyasztott vaníliás joghurt



## Elkészítés:

Gyúródeszkán összedolgozzuk a puha vaját s a sütőport. Hozzáteszünk a sárgákat, mézet, fűszereket s a citrom levét és héját. Jól összedolgozzuk, majd egy kiszírozott tepsibe helyezük,

megkenjük málnadzsemmel, s rátesszük a diós tojásfehérje habot. Azonnal sütőbe tesszük, s középtűzőn zsemleszínűre sütjük. Kihűlve kockára vágjuk.

## Diós kockák

## Hozzávalók:

- 17 dkg méz
- 40 dkg liszt
- 15 dkg vaj
- 3 tojás sárgája
- 1/2 cs. sütőpor
- 1/2 citrom héja és leve
- 15 dkg málnadzsem

### Tojásfehérje hab:

- 3 fehérje
- 10 dkg darált dió
- 10 dkg cukor

# 160 mézes édesség recept

## Diós ostyalapos mézes süti



### Elkészítés:

Összeállítjuk egy nagyobb tálban a tésztához valókat és 2 lapot sütünk belőle sütőpapíron. Villával megszurkáljuk, hogy elkerüljük a tészta felfúvódását, és 180°C-on sütjük körülbelül 20 percig, amíg aranybarnasz. A 4 tojásfehérjét

kemény habbá verjük a cukor-

ral, és gőz fölött folyamatosan tovább verve 10-15 percig főzzük. A tepszi hátára helyezük az ostyalapokat, nekem 2 hosszú darab volt hosszában fektetve, rákenjük a gőzön vert tojáshabot és megszórjuk a darabos dióval. A tenyerünkkel enyhe nyomást gyakorolunk rá. Addig sütjük, míg a dió aranyszínű lesz.

A krémhez a pudingporokat a cukorral, mézzel és 1,5 dl tejjel összekeverjük, majd a többi tejet is hozzáadjuk és sűrűre felfőzzük. Kihűtjük és a kihabosított margarinnal összekeverjük.

Összeállítjuk a süteményt: 1 tésztaalap, rá a krém fele, befedve a diós ostyalappal, krém, másik tésztaalap, majd óvatosan, finoman lenyomkodjuk a kezünkkel. A csokoládét az olajjal vízgőz felett felolvasztjuk és a süteményre simítjuk.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 15 dkg margarin
- 20 dkg cukor
- 2 ek. méz
- 4 tojásárgája
- 2 tk. szalalkáli + 2 ek. meleg tej
- 400g liszt

#### Diós ostyalaphoz:

- 2 db ostyalap
- 4 tojásfehérje
- 20 dkg cukor
- 2-3 maréknyi vágott vagy darált dió

#### Krémhez:

- 2 cs. tejszínízű pudingpor
- 6 dl tej
- 15 dkg porcukor
- 25 dkg margarin
- 1 ek. méz

#### Csokimázhoz:

- 15 dkg tortabevonó csokoládé
- 2 ek. olaj

## Diós mézes citromos krémmel



### Elkészítés:

A tésztához vízgőz felett a tojást, tejet, mézet, cukrot, margarint felfőzzük, és addig kevergetjük, míg egynemű állaga lesz. A darált diót a liszttel és a szójabikarbónával összekeverjük. Még forrón beleke-

verjük a lisztes diót. 4 cipót formálunk, kisodorjuk tepszi méretűre, és a lapokat kb. 10 perc alatt egyenként megsütjük egy kivajazott 20x30 cm-es tepszi hátán. (Az összeállításnál ha ragadna a tészta, akkor még egy kis lisztet adjunk hozzá.) A krémhez a lisztet és a cukrot kevés tejjel kikeverjük, majd hozzáadjuk a többi tejet is, és sűrűre felfőzzük. A margarint kihabosítjuk, és a kihűlt krémmel, a citrom levélével és reszelt héjával összekeverjük. A lapokat a krémmel megtöltjük, és csokimázzal bevonjuk a tetejét

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 1 tojás
- 5 dkg margarin
- 1 tk. szójabikarbóna
- 2 ek. tej
- 2 ek. méz
- 15 dkg cukor
- 15 dkg darált dió
- 30 dkg liszt
- 10 dkg darált dió
- 10 dkg cukor

#### Mázhoz:

- 15 dkg csokoládé
- 1-2 ek. étolaj

#### Krémhez:

- 6 dl tej
- 6 ek. liszt
- 20 dkg cukor
- 1 citrom reszelt héja és leve
- 25 dkg margarin

# 160 mézes édesség recept

## Édes zabpogácsa (XIX. sz-i recept alapján)



### Elkészítés:

Először az első négy helyen felsorolt hozzávalót keverjük össze alaposan. Szitáljuk egybe a száraz hozzávalókat és keverjük az előzőleg megkevert masszához. Végül adjuk az egészhez a zabot, a mazsolát és a diót.

Enyhén megszírozott sütőlapra szaggassunk púpozott teáskanálnyi darabokat, egymástól mintegy 5 cm távolságra.

180° C-os sütőben süssük őket 8-10 percre. Lehűlés után 60-70 db enyhén édes, azonnal is fogyasztható rágnivalónk lesz, amelyek azonban jól lezárt (fém) dobozban hónapokig is eltarthatók a hűtőben.

Váratlan vendégek fogadására kiválóan alkalmas!

### Hozzávalók:

- 1 dl margarin vagy egyéb zsiradék
- 2 dl porcukor
- 1 dl méz
- 2 tojás
- 3,5 dl átszitált finomliszt
- 1 tk. szódabikarbóna
- 1 tk. só
- 1 tk. fahéj
- 1/2 tk. őrölt szegfűszeg
- 4 dl hántolt zab
- 2 dl mazsola
- 1 dl apróra vágott dióbél

## Édes, mézes krumplis ropogós



### Elkészítés:

Egy nagy tálban keverjük össze a lisztet, a sütőport és a sót. Adjuk hozzá a narancs-, és a citromhéjat, a krumplipürét és a mézet, majd jól keverjük össze. Adjunk hozzá elegendő tejet is, hogy lágy, de

ne ragadós, nyúlós legyen. Borítsuk ki egy meglisztezett gyúró-táblára, és háromszor, négyszer is gyúrjuk át. Nyújtsuk ki kb. 2,5 cm vastagra, és szaggassunk belőle nagyjából 6 cm-es kerek pogácsákat.

Tegyük egy tiszta, nem megszírozott sütőlapra, majd 200C°-on kb. 15-18 percig süssük, amíg enyhén meg nem barnulnak.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 4 dl natúr, fehérítetlen liszt
- 1 ek. sütőpor
- 1/2 tk. só
- 0,5 dl főzőmargarin
- 1 ek. reszelt narancshéj
- 1 ek. reszelt citromhéj
- 1,5 dl puhára főtt krumpli hámozva és áttörve (pürésítve)
- 0,5 dl méz
- kb. 1 dl tej

# 160 mézes édesség recept

## Egyszerű mézes



### Elkészítés:

A cukrot serpenyőben karamelizáljuk, meglocsoljuk 1 evőkanál vízzel és beforraljuk. A mézet, a tejet és a tejfölt keverőtálba tesszük, hozzáadjuk a felvert tojássárgáját, a karamellát, a szalalkált, kevés lisztet, majd jól összekeverjük. Lassan adagolva beleszórjuk a többi lisztet és összegyúrjuk. Deszkára tesszük, fél centi vastagra nyújtjuk, és formákkal kiszaggatjuk.

Egy tepsit kikenünk olajjal, megszórunk liszttel és beletesszük a kiszaggatott formákat. A sütőt 240°C-ra hevítjük, majd a tepsit beletesszük.

Amikor a tészta felemelkedett, 180°C-ra visszavesszük a hőt és a tésztát zsemleszínűre sütjük.

### Hozzávalók:

- 50 dkg méz
- 50 dkg liszt
- 1 dl tejföl
- 2 dl tej
- 3 tojássárgája
- 1 dkg kristálycukor
- szalalkáli
- őrlött fahéj

## Egyszerű mézeskalács



### Elkészítés:

A felforralt mézzel leöntjük a lisztet, utána összekeverjük fokozatosan a többi hozzávalóval is. A kapott tésztát tekerjük fóliába, hagyjuk pár órát állni a hűtőben, majd nyújtjuk ki ujjnyi vastagságúra, ha felengedett. Formakiszúróval szaggassunk belőle szép darabokat.

180 C°-os sütőben 10 percig süssük, amég színt nem kapnak. A fehérjét a cukorral kemény habbá verjük, majd zsákba téve kinyomva díszíthetjük vele a sütit.

Hagyjuk száradni, majd száradás után dobozba téve sokáig eláll.

### Hozzávalók:

- 2 tojás
- 0,5 kg liszt
- 2 tk. szódabikarbóna
- 15 dkg méz
- 10 dkg cukor
- 20 dkg porcukor a tojásfehérjéhez
- fahéj
- szegfűszeg

## Fenyődíszek



### Elkészítés:

A mézet és a vajat felolvasztjuk, majd hagyjuk lehűlni. A lisztet összekeverjük a mogyoróval és a fűszerekkel. A mézes masszát a lisztbe gyúrjuk. A hamuzsír feloldjuk a rumaromában és bedolgozzuk a tésztába,

amit ezután kb. 2 óra hosszat pihentetjük.

A 2 óra elteltével a tésztát lisztezett deszkán fél cm vastagra nyújtjuk. Sablonok segítségével különféle alakzatokat vágunk belőle, és egy gyufaszállal felakasztásra alkalmas lyukat fúrunk beléjük.

A figurákat sütőpapírral kibélelt tepsibe rakjuk, és 180 fokos sütőben kb. 12-15 percig sütjük. A kihűlt figurákat porcukros mázzal és tortabevonó csokoládéval vonjuk be és tortadíszítő cukorkákkal, cukorfelirattal díszítjük. Ha megszáradtak tarka szalagokat húzunk az előre elkészített lyukakba.

### Hozzávalók:

- 1/2 kg méz
- 30 dkg vaj vagy margarin
- 25 dkg őrölt mogyoró
- 1/2 kg liszt
- 5 g kardamom
- 1 púpos kávéskanál fahéj
- 1 zacskó citromaroma
- 1 zacskó rumaroma
- 3 g / 1 csapott kiskanál hamuzsír
- liszt a nyújtáshoz
- 1 tojásfehérje
- 15-17,5 dkg porcukor
- tortabevonó csokoládé
- 1 cs. tortadíszítő cukorka
- 1 cs. "cukorfelirat"
- tarka szalagok



### Elkészítés:

A mézet a cukorral felolvasztjuk, beleolvasztjuk a margarint, ha az is felolvadt, a csokit. Ezután belekeverjük a darált diót, és mindezt sűrűre főzzük (1-2 perc).

A tűzről levéve belekeverjük

a kukoricapelyhet, majd evőkanállal még melegen halmokat készítünk belőle a papírkosárokba. Fontos, hogy még melegen készítsük a halmokat, mert különben megköt a massa. Ezt is az unokám születésnapjára készítettem, nagyon egyszerű és finom!

## Ferrarossi

### Hozzávalók:

- 6 ek. méz
- 15 dkg cukor
- 25 dkg margarin
- 20 dkg keserű főzőcsoki vagy tortabevonó
- 15 dkg darált dió
- 25 dkg natúr kukoricapehely
- kb 60 db mignon- vagy muffinpapír



## Főzött mézes máz



### Elkészítés:

Egy vízfürdős forralóedényben keverjük össze a tojások fehérjét, a sót és a vizet vagy gyümölcslevet. (Ha ilyen edényünk nincs, közönséges lábost vagy fazekat is használhatunk, ám a főzést vízfürdőben egy nagyobb fazék vízbe állítva végezzük).

### Hozzávalók:

- 2 db tojásfehérje
- 1/4 tk. só
- 1 tk. víz, vagy gyümölcslé
- 1 dl méz
- 1/2 tk. vanília

Verjük jó keményre a tojásokat, amíg a hab megtartja alakját. A habot tovább verve vékony sugárban adagoljuk hozzá a mézet.

Ezután a vízfürdőben főzzük meg a habot, állandó verés közben addig, míg a keverékből kiemelt habverő csúcsot nem hagy maga mögött (ez a kombinált verés-főzés mintegy 5 percet vesz igénybe).

Vegyük le az edényt a tűzről. Adjuk hozzá a vaníliát és addig verjük tovább a keveréket, míg jól kenhető nem lesz (kb. 2 percig).

## Fűszeres mézeskalács



### Elkészítés:

Kerek vagy hosszúkás formát választunk, amit zsiradékkal kikenünk, zsemlemorzsával beszórunk. A vajat vagy margarint keverjük habosra a cukorral, keverjük hozzá az előbb

megforralt mézzel a kockára vágott narancshéjat és tegyük hozzá a felhabosított tojásokat, végül lisztet, fűszereket, szalalkálit keverjük bele. Ezután öntsük az előkészített formába. Közepesen meleg sütőben sütőben 40 percig süssük.

### Hozzávalók:

- 10 dkg margarin vagy vaj
- 10 dkg méz
- 2 tojás
- 20 dkg liszt
- 1 dkg szalalkáli
- 1/2 tk gyömbér
- szegfűszeg
- fahéj
- 5 dkg cukrozott narancshéj
- kevés zsemlemorzsa

## Fűszeres diós-mézes torta



### Elkészítés:

Egy elektromos mixerrel, nagy sebességfokozaton addig verjük a főzőmargarint, a mézet és a tojásokat, míg könnyű, pihés állagú nem lesz.

Keverjük össze a lisztet,

a sütőport, a szóda bikarbónát, a só és a fűszereket. Ezt kis adagokban, a vízzel váltakozva keverjük a mézes keverékhez. Minden adag hozzáadása után keverjük simára, végül adjuk hozzá a diót.

Egy kb. 25 x 35 x 5 cm-es, kizsírozott és meglisztezett tepsiben süssük meg, 175° C-on, 35 percig. Az alábbi fehér mézes krémhabbal kenhetjük meg, 4 rétegben.

**MÉZES KRÉM HAB:** 2 dl méz, 2 db tojásfehérje, 1/4 teáskanál só, 1 teáskanál vanília. Egy kis lábosban, vízfürdőbe állítva lassan forraljuk fel a mézet. Egy nagyobb keverőtálban mixerrel (vagy, ha elegendő türelmünk van, réz habverőtálban kézi habverővel)

verjük kemény, de nem száraz habbá az összekevert tojásfehérjéket, só és vaníliát. Lassan, kis adagokban, állandó további verés közben öntsük ehhez a forró mézet.

Addig folytassuk a habverést (kb. 5 -7 percig), míg a hab ismét olyan kemény nem lesz, hogy megtartja az alakját. Az adag kettő, két rétegben megkent, vagy egy, négy rétegben megkent 20 cm átmérőjű kerek tortához elegendő.

### Hozzávalók:

- 1 dl főzőmargarin
- 2,5 dl méz
- 2 db tojás
- 5 dl liszt
- 2 tk. sütőpor
- 1/4 tk. szóda bikarbóna
- 1/2 tk. só
- 1/2 tk. fahéjpor
- 1/2 tk. őrölt szegfűbors
- 1,5 dl víz
- 2 dl apróra vágott dió

## Fűszeres graham torta



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 175° C-ra. A keverőgép nagy tájában a vaníliából és a margarinból készítsünk krémet. A keverést folytatva, vékony sugárban adjuk hozzá a

mézet is. Ezután egyenként adjuk hozzá a tojásokat, minden adagolás után jól felverve a krémet. Szitáljuk egybe a lisztet, a sót, a sütőport, a szódabikarbónát és a fűszereket. Ezt alaposan keverjük össze a morzsával.

Felváltva, kis adagokban, folyamatos keverés közben adjuk a krémhez a száraz keveréket és a tejet úgy, hogy a száraz keverékkel kezdjük és azzal fejezzük is be. Minden adagolás után jól verjük fel a krémet.

A masszát öntsük egy kizsírozott, kb. 20x25x5 cm-es tepsibe. Süssük 35 -40 percig, amíg a közepe is átsül (ezt a közismert fogpiszkáló módszerrel ellenőrizhetjük, nevezetesen, hogy a torta közepébe szúrt fogpiszkálót tisztán húzhassuk ki onnan).

A végén hagyjuk állni 5 percig a tepsiben, majd borítsuk egy dróthálóra és hagyjuk ott kihűlni addig, míg kézzel megfogható nem lesz.

Szeleteljük fel, díszítsük kedvenc mézes krémünkkel, és melegen szolgáljuk fel.

### Hozzávalók:

- 1 dl főzőmargarin
- 1 tk. vanília
- 2 dl méz
- 2 db tojás
- 1/2 dl liszt
- 1/2 tk. só
- 1,5 tk. sütőpor
- 1/4 tk. szódabikarbóna
- 1/4 tk. őrölt szerecsendió
- 1/2 tk. őrölt fahéj
- 4 dl graham kenyérmorzsa
- 1,5 dl tej

## Görög mézes süti



### Elkészítés:

Nagy keverőtálban keverjük össze a sütemény alapanyagait. Vajazzunk ki egy tortaformát vagy kis méretű muffinformákat, és töltsük a tésztát a formák háromnegyedéig.

180 C fokra előmelegített sütőben 40-45 percig süssük. Közben készítsük el a szirupot: öntsük a mézet, a cukrot és a narancslevet a vízhez. Forraljuk fel, és forrástól számítva 5 percig főzzük a szirupot. A kisült süteményt locsoljuk meg alaposan a sziruppal, majd legalább 3 órára tegyük a hűtőbe, hogy a szirup mindenhol átjárja.

### Hozzávalók:

- 1 bögre liszt
- 1 bögre durvára vágott dió
- 3 tojás
- fél bögre olvasztott vaj
- negyed bögre cukor
- negyed bögre natúr joghurt
- 1 tk. őrölt fahéj
- 1 csipet só
- 1 tk. sütőpor
- 1 narancs reszelt héja
- vaj és liszt a forma kikenéséhez

### Sziruphoz:

- 1 narancs leve
- fél bögre méz
- 2 ek. cukor
- fél bögre víz

## Granola -puha szemcsés rágnivaló sütemény



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 190°C-ra. Enyhén zsírozzuk (vajazzuk) meg a sütőlap(ok)at. Mérjük ki pontosan a lisztet. Egy közepes méretű tálban jól keverjük össze a zabot, a lisztet, a búzacsírárt, a sütőport és a sót, majd

tegyük félre. Egy nagy tálban verjük habosra a mozsárban megtört barna cukrot, a margarint és a mézet. Ezután adjuk hozzá a vaníliát és a tojásokat, jól keverjük össze, keverjük bele az előbb elkészített lisztes keveréket, majd alaposan elegyítsük egybe az egészet. Adjuk hozzá a mazsolát, a mandulát, a szezámmagot és a szotyit. Ismét alapos keverés következik. Teáskanálnyi adagokban helyezük a masszát az előkészített sütőlap(ok)ra, és kb. 7-8 percig süssük a süti-  
ket, míg a szélük világos aranybarna nem lesz. Ezután azonnal vegyük le a kész darabokat a sütőlap(ok)ról és hagyjuk őket kihűlni. 50 -60 db süteményünk lesz.

### Hozzávalók:

- 6 dl hántolt zab
- 3 dl korpás liszt
- 2 dl búzacsíra
- 1 tk. sütőpor
- 1/2 tk. só
- 2 dl barna cukor (pörkölt süvegcsukor)
- 2 dl lágy margarin vagy vaj
- 1 dl méz
- 1,5 tk. vanília
- 2 tojás
- 1 dl mazsola
- 1 dl durvára darált mandula
- 1/2 dl szezámmag
- 1/2 dl tisztított, pörkölt, durvára darált napraforgómag

## Grillezett banános tekercsek



### Elkészítés:

Osszuk el egyenletesen a tortillák középső harmadán a banánpépet és a földimogyoró krémet. A tetejét szórjuk meg mézzel és hintsük meg a fahéjjal. Tekerjük fel a tortillákat, a végeket hajtsuk be, a jó zárás érdekében.

Közepes tűzön olvasszuk fel a vajat egy teflon serpenyőben. Ebben a vajban pirítsuk a töltött tortillákat, oldalanként 2-3 percre, amíg szép aranyszínűek nem lesznek.

### Hozzávalók:

- 4 db nagy tortilla (vagy palacsinta)
- 13 dkg darabos földimogyorókrém
- 1/2 kg banánpüré
- 10 dkg méz
- 1/2 teáskanál őrölt fahéj
- 1 dkg teavaj

## Gyors narancsos zsemle



### Elkészítés:

Keverjük össze a narancslevet, a narancshéjat, a mézet és a margarint egy kis mártásos lábosban. 3 percre főzzük, míg híg szirup nem lesz belőle. Szitáljuk egybe egy keverőtálba a lisztet, a sót és a

sütőport. Adjuk hozzá a zsírt, majd keverjük hozzá a tejet, hogy lágy tészta legyen belőle. A forró szirupot osszuk 12 egyenlő részre, 12 kizsírozott fém sütőformába. Mindegyik formába, a szirup tetejére tegyünk egyenlő mennyiségű tésztát.

200°C-os sütőben süssük őket 15 percre. Ha megsültek, fordítsuk fejtetőre a formákat, hogy a szirup ráfolyhasson a zsemlékre. Vegyük ki a 12 kész zsemlét a formákból és forrón tálaljuk a reggeli teához vagy kávéhoz.

### Hozzávalók:

- 1 ek. narancslé
- 2 ek. reszelt narancshéj
- 1 dl méz
- 3 ek. margarin
- 4 dl átszitált liszt
- 1 tk. só
- 3 tk. sütőpor
- 4 tk. sertés-, vagy libazsír

## Gyümölcsös háromszög



### Elkészítés:

A vaját s mézet gőzön felmelegítjük, majd hozzáadjuk a tojás sárgáját, a cukor mennyiség felét, a fűszereket, citromhéjat, az egészből habot verünk. Hozzáadjuk a lisztet, sütőport, a tejet, puha masszává kavarkuk.

Kizsírított, kilisztezett tepsibe öntjük, a masszát megkenjük barackdzsemmel. A cukor másik felével, a tojásfehérjével habot verünk, beleszórjuk a vágott gyümölcsöket s egyenletesen ráhelyezzük a dzsemre. Lassú tűzön rózsaszínűre sütjük. Kihűlve háromszögekre vágjuk.

### Hozzávalók:

- 20 dkg méz
- 45 dkg liszt
- 10 dkg porcukor
- 10 dkg vaj
- 3 tojás
- 5 dkg dió
- 5dkg mazsola
- 10 dkg kandírozott gyümölcs
- 1 cs. sütőpor
- tej, amennyi felvesz
- 1 kiskanál ánizs
- fahéj
- szegfűszeg
- barackdzsem
- fél g citrom reszelt héja

## Gyümölcsös sütemény



### Elkészítés:

Tegyünk félre egy kicsit (0,25 dl) a kandírozott cseresznyéből. Egy nagy keverőedényben keverjük össze a diókat és a gyümölcsöket. Szitáljuk egybe a száraz hozzávalókat, és keverjük a gyümölcsökhöz. Ezután verjük fel a tojásokat, keverjük az eddig elkészült keverékhez, majd finoman, vékony sugárban adagoljuk

hozzá a mézet is. Közben, állandó kevergetés közben bele-bele csepegtethetjük a vaníliát is.

Vékonyan zsírozzunk ki egy kb. 30 cm-es kuglóf (aminek a közepén lyuk van) alakú sütőformát, Ebbe meregessük bele a megkevert süti anyagot, és ebben süssük 150°C-on másfél óra hosszat. Ha már a teteje is megbarnult, borítsunk rá alufóliát. További 30 percig süssük, a süti akkor lesz kész. Hagyjuk a formában kihűlni kb. 10 percig, ekkor elválik a forma oldalától, borítsuk ki a formából. Ha nem hagyná magát, egy éles, hosszú késsel "rásegíthetünk". A továbbiakban hagyjuk egy rácson hűlni. A díszítésről: a süti tetejét megkenhetjük mézzel (vékonyan), erre az elején félretett kandírozott cseresznyéket tegyük. A süti finomabb lesz, ha hűtőben két-három napig "érleljük". Kb. két kilónyi sütiink lesz. Felszolgálás előtt tejszínhabbal is "feldobhatjuk".

### Hozzávalók:

- 3 dl dióbél félben
- 3 dl brazil dió
- 1 dl magnésküli mazsola
- 2 dl félbevágott, magozott datolya
- 1,5 dl magozott, kandírozott cseresznye
- 1 dl magozott, kandírozott zöld cseresznye
- 1 dl kockára vágott ananász
- 1 dl felkockázott citrom
- 2 dl átszitált finomliszt
- 1 tk. sütőpor
- 1 tk. só
- 3 nagy tojás
- 2 dl méz
- 1 tk. vanília

# 160 mézes édesség recept

## Gyümölcsös-sajtos quesadilla



### Elkészítés:

Egy tálban keverjük össze az aszalt sárgabarackot, a narancshéjat és a narancslevet, majd hagyjuk állni, amíg a barackdarabok meg nem puhulnak kb. 10 perc) Egy keverőgépben vagy mixerben keverjük össze a barack-narancslé keveré-

ket, a ricotta sajtot, a mézet és a koriandert, és addig keverjük a géppel, amíg lágy pürét nem kapunk (ennél a pontnál megállhatunk, és a keveréket lefagyaszthatjuk, így két napig is eltartható). Helyezzünk el hat tortillát 2 vagy 3 enyhén megszírozott sütőlapon. Szórjuk meg őket egyenletesen a sajtos keverékkel úgy, hogy körbe egy-másfél centiméteres üres hely maradjon. Egyenletesen terítsük el az ananászt a sajton, majd mindegyikre helyezzünk el egyet-egyét a maradék hat tortillából, és gyengén nyomjuk össze. 230°C-os sütőben addig süssük, amíg a tortillák enyhén meg nem pirulnak (kb. 7-9 percig) úgy, hogy a sütőlapokat félidőben fordítsuk el 90°-kal, hogy minden oldal egyenletesen megpirulhasson. Fatáblán szeleteljük fel a tortillákat egyenként 4-6 szeletre, majd rendezzük el ezeket ízlésesen egy nagy lapos tálon, ha kívánjuk, díszítsük mentagallyakkal, ha úgy kívánjuk. 8-10 adag lesz belőle.

### Hozzávalók:

- 1 dl aszalt sárgabarack
- 1 tk. reszelt narancshéj
- 6 ek. narancslé
- 4 dl ricotta sajt
- kb 6 ek. méz (vagy ízlés szerint)
- 1 tk. őrölt koriander
- 12 db lisztes tortilla (15-20cm átmérőjű)
- 6 dl feldarabolt friss vagy konzerv ananász lecsepegtetve
- mentagallyak a díszítéshez



### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit a liszt kivételével gőz fölött összeolvasztjuk, majd hozzáadjuk a lisztet, és lágy tésztát gyúrunk belőle. Elfelezzük, két lapot nyújtunk és sütünk. A töltelékhez a vaját

a kétféle cukorral és a rummal jól kikeverjük. Utána adjuk hozzá a darált diót, az áttört burgonyát és a kakaót. Habosra keverjük, majd a két lap közé töltjük. Tetejére az étcsokit mikróban felolvasztjuk, kevés étolajjal kikeverjük, és a lapra egyenletesen elsimítjuk.

A sütemény 1-2 óra állás után szeletelhető, mivel mézes lap, aminek puhulnia kell. Tetejére elég a porcukor is.

## Hamis gesztenyés

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 4 dkg margarin
- 1 ek. méz
- 1 ek. víz
- 1 tojás
- 10 dkg kristálycukor
- 1/2 kávéskanál szódadikarbóna
- 25 dkg liszt

#### Tetejére:

- étcsoki
- étolaj

#### Töltelékhez:

- 15 dkg vaj
- 20 dkg porcukor
- 1 cs. vaníliás cukor
- 3 ek. rum
- 15 dkg darált dió
- 50 dkg főtt, tört burgonya
- 1 tk. kakaópor

## Halloween mézes puffancs



### Elkészítés:

Tegyük a mézet, a cukrot, és a kakaót egy lábosba, keverjük jól össze őket és lassú tűzön addig forraljuk, amíg el nem kezd hólyagosodni. Ekkor vegyük le a tűzről. Keverjük össze a puffasztott búzát és a kókuszreszeléket. Öntsük rá

### Hozzávalók:

- 1 dl méz
- 1,5 dl porcukor
- 4 ek. kakaó
- 22 dl puffasztott búza, vagy rizs
- 1,5 dl kókuszreszelék

az imént elkészített, még forró szirupot, egy fakanállal jól kavargatjuk meg, és amikor már eléggé lehűlt ahhoz, hogy hozzá lehessen nyúlni, gyúrunk belőle golyókat. Ezeket aztán még kókuszreszelékben is meg lehet hempergetni, amíg még ragadósak. Ha teljesen kihűltek, csomagoljuk be egyenként színes alufóliába, így aztán bárhová magunkkal vihetjük őket, "szükség esetére".

Halloween = Október 31. éjszakája, Mindenszentek előestéje. Ezt az estét Észak Amerika-szerte álarcos bolondozással ünneplik. A gyerekek boszorkánynak, kísértetnek öltöznek, és házról házra járva ajándékot követelnek a jellegzetes "trick or treat" (kb. "kitolok veled, ha nem látsz vendégül") kiáltozással. Évszázados gonoszúzó hagyomány.

## Házi mézeskalács



### Elkészítés:

A lisztben elkevert sütőport, cukrot, tojást, mézet, törött fahéjat és törött szegfűszeget összegyúrjuk, és rövid ideig pihentetjük. Azután a gyúródeszkán kb. 1 cm

vastagságúra kinyújtjuk, és

kis pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk. Megkenjük tojássárgájával, és a tetejükre egy-egy mogyorót teszünk. Kikent tepsi-ben sütjük.

### Hozzávalók:

- 25 dkg porcukor
- 0,5 kg kenyérliszt
- 0,5 cs. sütőpor
- 3 tojás
- 3 ek. méz
- 1 kávéskanál törött fahéj és szegfűszeg



## Hideg, ünnepi Nesselrode szelet



### Elkészítés:

Tegyük a cseresznyét és a konyakot egy kis edénybe, és több órán át hagyjuk állni, még jobb, ha egész éjszaka pihentetjük. Keverjük össze a tejet,

a mézet, a habart tojás-

sokat és a sót. Lassú tűzön, állandó kevergetés mellett addig főzzük a keveréket, míg az forni nem kezd és enyhén meg nem sűrűsödik.

Öntsük aztán egy közepes méretű tálba, és alaposan hűtsük le. Keverjük bele a cseresznyét, a kandírozott gyümölcsöket, a diót, a csokoládédarabkákat és a behűtött tejsodót. Finoman adjuk hozzá a tejszínhabot is. Öntsük az egészet a kivájt Graham tortalapba.

Fagyasszuk addig, amíg össze nem áll. Ezután burkoljuk alumínium vagy műanyag fóliába, és tegyük vissza a mélyhűtőbe.

Fagyott állapotban kínáljuk.

Elvileg 8-10 adag lesz belőle, de úgy fogyasszuk, ahogy azt a derékbőségünk diktálja.

Az ünnepi időszak a legalkalmasabb, hogy a rokonságot, a barátokat egy kávéra, néhány süteményre vendégül lássuk. Az ünnepi vigalmaknak ez a legegyszerűbb, egyszersmind legnépszerűbb módja. A gondos háziasszony előre tervez, és hűtőszekrényét még idejében ínycsiklós sütemények garmadájával tölti meg. E sütemények listáján a hideg Nesselrode szelet előkelő helyet foglal el. Így azután a felszolgálás előtt a tortát csak ki kell venni a hűtőből, a karácsonyt jelképező hófehér tejszínhabbal kell megkoronázni és néhány mélyhűtött (maraschino) cseresznyével "feldobni". Ezáltal az egész ugyanolyan kedves lesz a szemnek, mint a szájnak.

### Hozzávalók:

- 0,5 dl felezett, mélyhűtött (maraschino) cseresznye felolvasztva, lecsepegtetve, megszáritva
- 2 ek. konyak
- 1,5 dl tej
- 2 dl méz
- 2 tojás jól meghabarva
- 1 db kb 24 cm átmérőjű, kivájt Graham tortalap
- 1/8 teáskanál tejsodó
- 1 dl vegyes kandírozott gyümölcs
- narancs és citromhéj
- 1 dl apróra vágott dió
- 1 dl apróra zúzott csokitörmelék
- 3 dl felvert tejszínhab

## Hideg kókuszkrém szelet



### Elkészítés:

Forraljunk fel a tejből 3 dl-nyit. Keverjük össze a mézet, a sót és a kukoricakeményítőt, majd adjuk hozzá a maradék 1 dl hideg tejet. Keverjük lágy krémmé és öntsük a forró tejbe. Állandó keverés közben, lassú tűzön főzzük, amíg be nem sűrűsödik. Habarjuk össze a tojások sárgáját, jól keverjük el

benne 3 evőkanálnyi a forró krémből, majd az egészet tegyük vissza a forró krémbe és alaposan dolgozzuk össze, hogy egyenmő legyen.

Most adjuk hozzá a kókuszreszeléket, és folyamatos kevergetés közben főzzük további 2 percig. Vegyük le a tűzről, adjuk hozzá a vajat és a vaníliát. Alaposan keverjük össze. Verjünk kemény habot a tojások fehérjéből és dolgozzuk bele a meleg kókuszos krémbe.

Ezt a krémet öntsük az előkészített kókuszos szelet alapra\*, hintsük meg a tetejét kevés pörkölt kókuszreszeléssel, dióval, vagy mandulával. Alaposan fagyasszuk le. Ha már jól megfagyott, akkor szedjük le róla a tortaformát, szeleteljük fel, és hidegen tálaljuk (ha felmelegszik, szétesik, mint a fagylalt).

**KÓKUSZOS SZELET ALAP:** 3 dl kókuszreszelék, 1 dl graham kenyérmorzsa (vagy zsemlemorzsa), 2-4 teáskanál finom étolaj, hogy az egészet megnedvesítse annyira, hogy teríthető (kenhető) legyen. Alaposan keverjük össze a hozzávalókat és terítsük el egy szétszedhető, kb. 24 cm-es tortaforma alján.

### Hozzávalók:

- 4 dl tej
- 1 teáskanál vanília
- 1 dl méz
- 2 dl kókuszreszelék
- 2 tojás (fehérje, sárgája külön)
- 4 ek. kukoricakeményítő
- 1 ek. vaj vagy étolaj
- 1/2 tk. só

## Kajszibarackos mézes zabkockák



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 180°C-ra. Kenjük meg enyhén egy kb. 20 x 20 cm-es tepsit margarinnal (vagy szórjuk be sütő-spray-vel). Egy nagy keverőtálban alaposan keverjük össze valamennyi

hozzávalót. A kész keveréket borítsuk az előkészített tepsibe, és egyenletesen terítsük el benne. Az előmelegített sütőben addig süssük, amíg a közepe meg nem szilárdul és a szélei enyhén meg nem barnulnak (kb. 25 perc). Lehűlés után vágjuk 5 x 5 cm-es darabokra. 8 adagot kapunk (adagonként 2 db).

### Hozzávalók:

- 3 dl hántolt zab (nem előfőzött!)
- 1 dl apróra vágott aszalt kajszibarack
- 1 dl méz
- 1/2 dl sovány joghurt
- 2 db nagy tojás fehérje
- 2 ek. búzacsíra
- 2 ek. finom búzaliszt
- 3 ek. olvasztott margarin
- 1/2 tk. fahéj
- 1/2 tk. vanília
- 1/4 tk. só

## Ízes sárgarépa süti



### Elkészítés:

Egy nagy tálban verjük habosra a vaját a habverővel. Vékony sugárban, apránként verjük hozzá a mézet is, majd ezután egyenként, állandó verés közben adjuk

hozzá a tojásokat is. Egy másik, kisebb tálban keverjük össze a répát, a mazsolát, a diót, a narancslét és a vaníliát tegyük félre. Egy harmadik kisebb tálban keverjük egybe a lisztet, a sütőport, a fahéjat, a szódobikarbónát, a sót, a gyömbért és a szerecsendiót. Felváltva a répás keverékkel, keverjük a száraz hozzávalókat az elsőnek elkészített krémhez. úgy, hogy a száraz hozzávalókkal kezdjük, és azzal fejezzük is be. Ezután öntsük a tésztát egy kb. 30 x 10 x 5 cm-es sütőformába, tepsibe. Süssük a 180C°-ra előmelegített sütőben kb. 35 -45 percig, addig, amíg a tészta közepébe szúrt fogpiszkáló tisztán nem húzható ki onnan. Hagyjuk a formában hűlni 10 percig, aztán vegyük ki a sütit a formából, és hagyjuk teljesen kihűlni egy fémhálón. 10 -12 adag lesz belőle.

### Hozzávalók:

- 1 dl vaj vagy margarin
- 2 dl méz
- 2 tojás
- 4 dl finomra reszelt sárgarépa
- 1 dl mazsola
- 1 dl apróra vágott dió
- 1/2 dl narancslé
- 2 tk. vanília
- 2 dl korpás búzaliszt
- 2 dl finomliszt
- 2 tk. sütőpor
- 1,5 tk. őrölt fahéj
- 1 tk. szódobikarbóna
- 1/2 tk. só
- 1/2 tk. őrölt gyömbér
- 1/4 tk. őrölt szerecsendió

## Kakaós dióskalács



### Elkészítés:

3 tojás sárgáját, mézet, vizet, narancshéjat, kakaót és a fűszereket habosra verjük. Hozzáadjuk a habbá vert fehérjét a liszttel változtatva. Simára keverjük s 2-3 kizsírozott, lisztezett

skalácsformába öntjük. Középtűzön 3/4 órát sütjük.

Melegen kiborítjuk, hűlni hagyjuk, s cukormázzal díszítjük.

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 25 dkg liszt
- 15 dkg porcukor
- 7 tojás
- 7 evőkanál kakaó
- 1 marék dió
- 10 dkg cukrozott narancshéj
- 10 dkg mazsola
- összesen fél kiskanál fahéj és ánizs
- 4 ek. meleg víz

## Kandírozott sárgarépa



### Elkészítés:

Tisztítsuk meg a répát és mossuk meg alaposan. Daráljuk finomra a gyümölcsdarálóban (vagy ha nincs ilyen, reszeljük igen finomra). Egy serpenyőben keverjük össze a mézet, a cukrot, az olajat és a

gyömbért, majd lassú tűzön teljesen forraljuk fel. A forró mézes keverékhez apránként, állandó keverés közben adjuk hozzá a reszelt répát és a dióbelet. Lassú tűzön, állandó kevergetés közben (hogy elejét vegyük az odaégésnek) forraljuk tovább 50 -60 percig, vagy amíg a keverék sűrű, sötétbarna és sima, fényes nem lesz.

Ezután öntsük ki egy megnedvesített sima fémlapra, és kenjük szét kb. fél cm vastagságú réteggé. Egy éles kést mártsunk forró vízbe, és ezzel rácsozzuk be az anyag felületét (legegyszerűbb háromszög, rombusz vagy négyzet alakban).

Hagyjuk hűlni legalább három óra hosszat, vagy amíg teljesen át nem keményedik. Vegyük le a fémlapról, a jelölésekmentén tördeljük szét és enyhén megvajazott tálcán szervírozzuk.

A fenti adagból kb. négy tucat lesz.

### Hozzávalók:

- 1/2 kg sárgarépa
- 1/2 kg méz
- 2 dl porcukor
- 2 ek. finom étolaj
- 1 tk. őrölt gyömbér
- 1 dl durvára darált dióbél

## Kaliforniai mézes-diós teasütemény



### Elkészítés:

Verjük krémmé a vaját a sóval és a vaníliával. Verjük tovább, és közben vékony sugárban adagoljuk a krémhez a mézet. Keverjük hozzá a lisztet és a diót.

A hűtőben pihentessük egy óra hosszat. Sodorjunk a tésztából kb. 4 cm átmérőjű rudakat és csomagoljuk mindegyiket sütőpapírba. Hűtsük ismét egy óra hosszat, majd szeleteljük fel kb. egy centiméter vastag korongokra. 175 C°-on süssük, vékonyan kizsírozott tepsiben 12-14 percig. 35-40 db lesz belőle.

### Hozzávalók:

- 2 dl vaj (vagy 1 dl vaj és 1 dl margarin)
- 1/2 tk. só
- 1 tk. vanília
- 1 dl folyékony, illatos méz (pl. hárs)
- 5 dl átszitált finomliszt
- 2 dl finomra vágott dió

## Karácsonyi csemege



### Elkészítés:

Keverjük össze a Graham keksz morzsát a sóval. Adjuk hozzá a konyakot, és a habosított mézet. Egy mártásos edényben lassú tűzön olvasszuk meg a vaját és a csoki-darabkákat. Finoman dolgozzuk bele a

Graham morzsás keverékbe. Az így kapott keverék felét nyomkodjuk be egy kivajazott 20 x 20 x 5 cm-es tepsibe.

A töltelékhez tegyük az előkészített gyümölcsöket a konyakkal, és a habosított mézzel együtt egy mártásos edénybe. Lassú tűzön, állandó kevergetés mellett addig melegítjük, míg a keverék egészen fel nem forrósodik. Vegyük le a tűzről, és azon melegében forgassuk bele a diót. Az így elkészített gyümölcsös keveréket kenjük rá a Graham morzsás alapra, majd fedjük be a morzsás keverék maradék felével. A felső részt jó erősen nyomkodjuk rá a töltelékre. A hűtőben hűtsük le, borítsuk ki a tepsiből, majd egy éles késsel vágjuk fel "falatnyi" kockákra. A kockákat a félbevágott kandírozott cseresznyével díszítjük. A falatkák hűtőben tartva ropogósak maradnak. Kb. 30 kocka lesz az eredmény.

### Hozzávalók:

- 3,5 dl mézes Graham keksz morzsa
- 1/2 tk. só
- 1 ek. konyak vagy áfonyaszörp
- 2 ek. habosított méz (1 tojásfehérjével felvert méz)
- 2 ek. lágy vaj vagy margarin
- 2 dl féledes tört csokoládé

### Töltelékhez:

- 2 dl kimagozott, finomra metélt datolya
- 1 dl mazsola, felaprítva
- 1 dl finomra felaprított kandírozott cseresznye
- 2 dl durván felaprított dió
- 2 ek. habosított méz
- 2 ek. konyak vagy áfonyaszörp
- 0,5 dl felezett kandírozott cseresznye a díszítéshez

## Karácsonyi mézes süti



### Elkészítés:

A mézes sütemény nyersanyagait jól összegyűrjük. Nylon zacskóba vagy folpack fóliába csomagolva 1-2 órát hűtőben pihentetjük. Lisztezett nyújtódeszkán 1/2 cm vastagra kinyújtjuk. Sütőpapíros tepsiben, 180 fokos sütőben aransárgára sütjük. Ez kb. 10-12 perc.

Papírostól kivesszük a tepsiből, hűtjük. Ha kihűlt, cukormázzal, színes gyönggyel, cukordrabséval díszítjük a mutatós karácsonyi kis figurákat. A tésztából akár kis templomot, bölcsőt is tudunk készíteni.

A cukormáz készítése nagyon egyszerű: a tojásfehérjét porcukorral, ecettel sűrű krémmé keverjük. Kis papírsákba téve ízlésesen megdíszítjük a figurákat.

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 25 dkg méz
- 10 dkg porcukor
- 2 tojás sárgája
- 5 dkg van
- késhegynyi szódabikarbóna
- 2-2,5 dl tej
- 2 dkg mézes sütemény fűszer
- reszelt narancs és citromhéj

### Díszítéshez:

- 2 tojásfehérje
- 10 dkg porcukor
- 2-3 csepp ecet vagy citromlé

## Kiránduló rudacskák



### Elkészítés:

Egy nagy vas serpenyőben jól keverjük össze a zabot, a kókuszreszeléket, a búzacsírt, a diót, a fahéjat és a sót, egyengessük el, majd tegyük félre. Egy keverőtálban készítsünk egynemű keveréket az olajból, a mézből és a vaníliából. Ezt önt-

sük a száraz keverék tetejére és keverjük bele. 180C°-on süssük 25 -30 percig, sütés közben ötpercenként jól kavargatjuk meg.

A forró keveréket öntsük egy kivajazott, kb. 25 x 35 cm-es tepsibe és egyenletesen sajtoljunk bele (fakanál hátlapjával, vagy kis fahengerrel) és hagyjuk kihűlni. Kihűlés után borítsuk ki onnan és vágjuk fel (kb. 48 db) rudacskára.

Mikrohullámon is elkészíthető: Ilyenkor a száraz hozzávalókat természetesen nem fém anyagú lapos tányérban keverjük össze és ott öntsük nyakón a mézes keverékkel. A sütő HIGH fokozatán 10 -12 percig süssük, közben négypercenként kavargatjuk össze, míg meg nem pirul. A további eljárás ugyanaz, mint fentebb.

### Hozzávalók:

- 8 dl hántolt zab
- 2 dl kókuszreszelék
- 2 dl búzacsíra
- 2 dl apróra vágott mandula
- kesudió vagy földimogyoró
- 1 tk. fahéj
- 1 tk. só
- 1 dl salátaolaj vagy finom napraforgóolaj
- 2 dl méz
- 1 tk. vanília



### Elkészítés:

A tojás-sárgákat a cukorral, margarinnal vízgőz felett felfőzzük, (vigyázzunk, hogy ne túl sokáig tartson), majd a darált és durvára tört diót, a mazsolával együtt elkeverjük. Még me-

legen, a hagyományos kisalakú ostyalapok közé töltjük, és lenyomatjuk. Kihűlés után, csokoládémázzal bevonjuk.

### Hozzávalók:

- 9 tojás sárgája
- 45 dkg cukor
- 45 dkg margarin
- 45 dkg darált dió
- 45 dkg durvára tört dió
- pár szem mazsola

## Mandulás biscotti



### Elkészítés:

Ezt a toscanai csemegét érdemes jó előre elkészíteni és légmentesen záró plédobozban tárolni. Melegítsük elő a sütőt 150C°-ra. Egy nagy sütőlapot vékonyan olajozunk meg, vagy tegyük rá sütőpapírt. Egy tálban (vagy a

mixer edényében) verjük egybe a tojásokat, a narancshéjat, a vaníliát és a mandulaolajat. Egy nagy keverőtálban keverjük össze a lisztet, a cukrot, a sütőport és a sót. Adjuk hozzá a tojásos keveréket és keverjük simára. Ezután keverjük bele a mandulát. Felezzük el a

tésztát. Minkét félből formáljunk kb. 30 cm hosszú, 3 -4 cm széles, 1 -1,5 cm magas téglát. Süssük őket a sütő közepébe helyezve kb. 50 percig, míg aranysárgák nem lesznek. Ekkor vegyük ki őket a sütőből és hűtsük 5 percig. Csökkentsük a sütő hőmérsékletét 135C°-ra. Egy vágódeszkán fűrészfogú késsel vágjunk belőlük 1/2 -3/4 cm vastag szeleteket. Lapjával helyezük vissza a szeleteket a sütőlapra, köztük kis hézagot hagyva. Tegyük vissza őket a sütőbe és további 20 -25 percig süssük, amíg ki nem szárad és enyhén meg nem pörkölődik. Közben egyszer fordítsuk meg őket a másik lapjukra. Utána fémrácson hűtsük le, és légmentesen záródó fémdobozban tároljuk őket. Kb. 40 -45 db lesz. A mandula pörkölése: egy zsírozatlan sütőlapon terítsük szét a mandulát. Tegyük a lapot a 175 C°-os sütőbe és pörköljük 5 -10 percig, ekkor a mandulák már világosbarnák. Közben egyszer-kétszer keverjük meg őket, hogy egyenletesen pörkölődjének. Megjegyezzük, hogy a mandula azután is tovább barnul egy kissé, hogy kivettük a sütőből.

### Hozzávalók:

- 3 db nagy tojás
- 2 db narancs reszelt héja
- 1 tk. vanília
- 1/2 tk. mandulaolaj
- 4 dl finomliszt
- 2 dl porcukor
- 1 tk. sütőpor
- 1/4 tk. só
- 2 dl pörkölt mandula



### Elkészítés:

Tegyük egy nagy keverőtálba először a tojást, a mézet és a vaníliát, majd habverővel alaposan keverjük össze. Ezután keverjük bele a kókuszreszeléket és a diót. A datolyadarabkákat jól hempergessük

meg a lisztben, utána ezeket is adjuk a keverékhez. Végül teászáknálnyi darabkákat pottyantsunk belőle egy jól megsírozott sütőlapra vagy tepsibe.

160C°-os sütőben süssük meg (kb. 12 perc, vagy ha ropogósabbat szeretnénk, akkor 15 perc, de nem több). A gyerekek (és persze a felnőttek is) önmagában is imádják, de ha még egy kis mézet is adunk mellé, amibe belemártogathatják...

## Kaptárocskák

### Hozzávalók:

- 1/2 dl méz
- 1 db felvert tojás
- 4 dl kókuszreszelék
- 1 tk vanília
- 2 ek. finom búzaliszt
- 2 dl apróra vágott datolya
- 2 dl apróra vágott dió

# 160 mézes édesség recept



## Kókuszos amerikai palacsinta

### Elkészítés:

A puha margarint, a mézet, az egész tojásokat habosra keverjük. Keverjük össze a lisztet a sütőporral. A citromhéjat reszeljük le. A tojásos masszához adjuk a kókuszreszeléket, a lisztet, a szódavizet, a citromlét és a reszelt citromhéjat. A tész-

tát jól dolgozzuk össze, annyira híg kell legyen, hogy a fakanálról lecsöpögjön.

Melegítsük fel a kontaktgrillt, és margarinnal kenjük be, ez utóbbit 3-4 darabonként ismétljük meg. A tésztából kb. 2 decilitert kenünk szét az alsó rácson, majd csukjuk rá a kontaktgrill felső részét kb. 3-4 percre. Ha a sütő felső részét túl hamar nyitnánk fel, a tészta szétszakadhat. Aranybarnára süssük, a sütő felső részét óvatosan nyissuk fel, és kész az amerikai palacsinta.

A sima kontaktgrillből kikerülő palacsintát összetekerhetjük, szétvághatjuk, a szíves mintájú grillből készültet szétszedhetjük. Porcukorral megszórhatjuk, krémmel vagy tejszínhabbal kenhetjük az egyik oldalt, és a másikkal lefedhetjük. Hidegen és melegen egyaránt finom.

### Hozzávalók:

- 10 dkg margarin
- 4 tojás
- 10 dkg méz
- 15 dkg kókuszreszelék
- 1 db citrom reszelt héja
- 4 kávéskanál citromlé
- 3 dl szódavíz
- 20 dkg liszt
- 1 kávéskanál sütőpor



## Kiadós mézespuszedli

### Elkészítés:

Gyúrja össze a hozzávalókat, majd tegye 2-3 napra hűtőbe. Sütés előtt nyújtsa ki a tésztát kb. fél centi vastagra. Szaggassa ki a különböző formákat, majd forró, 200 °C fokos sütőben süsse 8-10 percig. Már rögtön

sütés után puha és fogyasztható, pléhdobozban pedig nagyon hosszú ideig eláll.

### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- fél kg méz
- 30 dkg cukor
- 2 ek. baracklekvár
- 4 tojás sárgája
- 2 dkg szalalkáli
- 1 tk. szódabikarbóna (kevés tejben oldva)
- 20 dkg margarin
- mézeskalács fűszerkeverék vagy ízlés szerint őrölt fahéj, szegfűszeg, ánizs, gyömbér, citromhéj



# 160 mézes édesség recept

## Majomcsemege -mézes rudacskák



### Elkészítés:

Egy közepes nagyságú serpenyőben keverjük össze a cukordrazsét, a mézet, a vajat, a mogyorókrémet, a vaníliát és a sót. Állandó keverés közben, lassú tűzön olvasszuk fel a keveréket. Egy kb. 30 x 25 x 5 cm-es tepsiben keverjük össze a

zabot, a rizspelyhet, a kókuszreszeléket és a földimogyorót. A megolvasztott mézes keveréket öntsük a száraz hozzávalókra, és addig kavargassuk, míg az olvadt massa jól be nem vonja a száraz keveréket, majd egyenletesen osszuk el az egészet a tepszi alján. Várjuk meg, míg langyosra hűl, majd szeleteljük fel 24 vékony csíkra.

Teljes kihűlés után két tucat ropogós, de nem csontkemény rudacskánk lesz. Pléhdobozban sokáig eláll. A megolvasztott keveréket mikrosütőben is elkészíthetjük, ekkor a hozzávalókat egy kb. 2 literes, mikrohullámálló tálban olvaszthatjuk egybe 2,5 -3 perces, HIGH (100 %) fokozatú melegítéssel. A továbbiakban a fentiek szerint folytassuk.

### Hozzávalók:

- 6 dl apró (mályva) cukor drazsé
- 1 dl méz
- 2/3 dl vaj vagy margarin
- 1/2 dl (földi mogyoró krém)
- 2 tk. vanília
- 1/4 tk. só
- 4 dl előfőzött hántolt zab
- 8 dl ropogós rizspelyhely
- 1 dl kókuszreszelék
- 1/2 dl durvára darált földimogyoró

## Kondirudacskák



### Elkészítés:

Egy háromliteres lábosban keverjük össze a vajat, a földimogyoróvaját és a mézet. Lassú tűzön addig főzzük, míg a keverék forrni nem kezd. Vegyük le a tűzről. Adjuk hozzá a diót, a fahéjat, a vaníliát és a sót. Jól

keverjük el. Ezután keverjük hozzá a mazsolát és a korpát. Addig keverjük, amíg a meleg keverék be nem vonja a mazsolát és a korpát.

Az egészet öntsük egy kiszírozott, négyzetes (kb. 20 x 20 cm-es) tepsibe, erősen belenyomkodva a masszát. Hagyjuk lehűlni. A végén vágjuk fel 12-16 rúd alakú szeletre.

### Hozzávalók:

- 2 ek. vaj vagy margarin
- 2 tk. fahéj
- 1 tk. vanília
- 0,5 dl földimogyoróvaj
- 1 dl méz
- 3 dl apróra vágott dió
- 1/8 tk. só
- 1 dl mazsola vagy apróra vágott datolya
- 4 dl búzakorpa vagy búzacsíra

# 160 mézes édesség recept

## Mákos mézes szelet



### Elkészítés:

Először keverjük össze a sőt, a sütőport, a vaníliás cukrot, a megdarált mákot és a lisztet, majd ehhez a keverékhez adjuk hozzá a vaját, a tojást, a folyós mézet és a tejet. Jól gyúrjuk össze. Osszuk három egyenlő részre a kigyúrt

tésztát, és külön-külön sodorjuk vékonyra.

Az első kigyúrt lapot helyezzük a gyengén kivajazott tepsibe, és kenjük meg a töltelék felével. Takarjuk be a második lappal. ezt is kenjük meg a maradék töltelékkel, és helyezzük rá a harmadik lapot. A tetejét kenjük meg tojás sárgája és tejföl

1:1 arányú keverékével és az előmelegített sütőben süssük arany-sárgára.

Hidegen szeleteljük, a végén a szeletek tetejét porcukorral meghinthetjük.

### Hozzávalók:

- 38 dkg finomliszt
- 1 csipet só
- 1/2 cs. sütőpor
- 1 cs. vaníliás cukor
- 5 dkg darált mák
- 15 dkg vaj
- 1 tojás
- 2 ek. méz
- 3 ek. tej
- 1 tojás sárgája
- tejföl szükség szerint

### Töltelékhez:

- 17 dkg lágyabb szilvalekvár
- 12 dkg porcukor
- 1 cs. vaníliás cukor
- 2 ek. méz
- 10 dkg darált mák
- 4 ek. tej

## Mandarinos joghurt



### Elkészítés:

Öntsük a joghurtot egy kb. 20x20 cm-es tepsibe, egyenletesen terítsük el, és a mélyhűtőben fagyasszuk meg. Majd vegyük ki a serpenyőből és tördeljük össze 1-2 cm-es darabokra. A darabokat a

többi hozzávalóval együtt tegyük egy keverőgép táljába, és a géppel addig keverjük, míg lágy állagú nem lesz. Azonnal, hidegen szolgáljuk fel (ha lehet, kristálypoharakban, vagy kelyhekben). Rolettit, vagy más, magunk készíttette édes (mézes) rágnivalót kínálhatunk hozzá.

### Hozzávalók:

- 3 dl zsírszegény vaníliás joghurt
- 1 dl víz
- 1 dl cukrozatlan ananászlé
- 1/2 dl fagyasztott mandarin juice koncentrátum (vagy 6 mandarin leve)
- 3 ek. méz
- 1/8 tk. finomra őrölt fahéj

## Marlenka



### Elkészítés:

A tésztához összekeverjük a szódát és az ecetet. Erre egy magasabb edényt használunk, mert hab képződik a tején. Egy edényben kikeverjük a vaját, mézet és a cukrot,

majd hozzáadjuk az ecetes szódát, és tovább keverjük. A keveréket lángra tesszük és állandó keverés mellett 2 tojást adunk hozzá, majd addig keverjük, míg habos nem lesz a keverékünk, és meg nem barnul. Akkor azonnal levesszük a tűzről. Kicsit hagyjuk hűlni, hozzáadjuk a 700 g lisztet, és az így kapott tésztát jól kidolgozzuk. A tésztát 7 cipócskára osztjuk, egyenként élelmiszerfóliába csomagoljuk, letakarjuk és egy órát meleg helyen állni hagyjuk.

Egy óra múlva mindegyik cipócskát palacsinta formára (kb. a vastagságát jelöli ezzel) sodorjuk és 190°C-ra melegített sütőben kb. 4 perc alatt megsütjük.

Figyeljünk rá, hogy meg ne égjen, mert gyorsan sül.

A tészta keményedik a méz miatt, ezért minden

sodrásnál a cipókat egy pillanatra betettem a mikróba. Kissé langyos lett és így könnyen kisodorható.

A sűrített tejet dobozostól 3 órán át főzzük úgy, hogy teljesen el legyen lepve vízzel. (Én egy csavaros tetejű üvegben karamellizáltam a sűrített tejet, mivel csak tubusosat tudtam venni. Hideg vízbe tettem az üveget, a csavaros teteje alá ért a víz és tartalék lángon 3 óra hosszat lassan elkészült, jól besűrűsödött.) A 3 órát nagyon fontos betartani. Utána a dobozt kihűtjük, így a doboz belsejében a sűrített tej barna színű, kásasűrűségű anyaggá (karamellé) válik. Ezt kiborítjuk egy tálba és a vajjal addig mixeljük, míg egy homogén anyagot nem kapunk. Ekkor belekeverhetjük a nem kötelező anyagokat -mogyoró, konyak -majd ezzel a keverékkel megtöltjük a megsült tortalapokat. A tetejére egy megsült lapot reszelünk, amit tetszés szerint ízesíthetünk (összekeverhetünk) dióval, mogyoróval, esetleg kakaóporral.

A krém fantasztikus lett, darált mogyorót és konyakot is tettem hozzá. Tetejére az összetört lapot darált mogyoróval összekevertem és a krém tetejére hintettem. Olvasztott csokival lecsurgattam.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 100 g vaj
- 2 ek. méz
- 250 g cukor
- 1 kiskanál ecet
- 1 ek. szódabikarbóna
- 2 tojás
- 700 g liszt

#### Krémhez:

- 300 g vaj
- 2 tubus sűrített tej (2x 170g)
- 150 g darált mogyoró
- 1/2 dl brandy

# 160 mézes édesség recept

## Méhcsípés



### Elkészítés:

A lisztet egy tálba szitáljuk és a közepébe egy mélyedést nyomunk. Az élesztőt langyos tejben feloldjuk, a mélyedésbe öntjük, egy kevés liszttel puha kovászt keverünk belőle, amit letakarva 20 percig kelesztünk. Ezután összedolgozzuk a liszttel, 5 dkg felmelegített

vajjal, 5 dkg kristálycukorral, egy csipetnyi sóval, 2 tojással, hogy puha tésztát kapjunk, amit letakarva ismét 20 percig kelesztünk. Ezalatt a vaníliás pudringporból a tejjel és 5 evőkanál kristálycukorral a csomagoláson lévő előírás szerint pudringot készítünk, amit, ha kihűlt, átpaszírozunk. A vajat, a mézet, a maradék cukrot és a manduladarabkákat közepes lángon addig keverjük, míg a cukor el nem kezd olvadni. Ekkor levesszük a tűzről hozzákeverünk bő 0,5 dl tejszínt, hagyjuk kihűlni. A tésztát belisztezett deszkán kinyújtjuk, kivajazott tepsibe terítjük, a cukros mandulát elkenjük rajta.

Előmelegített sütőben 200°C-on kb. 30 percig sütjük, kivesszük a tepsiből, rácson hűtjük ki teljesen, 1,5 dl tejszínt kemény habbá verünk, a vaníliapudingba keverjük. A kihűlt tésztát hosszában kétfelé vágjuk, az így kapott két csíkot keresztben megint félbevágjuk. Ezeket a tortalapokat most szeletekre vágjuk, megtöltjük a krémmel, ismét összerakjuk. A szeletek széléit elsimítjuk.

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 2,5 dkg élesztő
- 5 dkg kristálycukor
- kb 2,5 dl tej
- 2 tojás
- 5 dkg vaj
- egy csipet só
- 1 cs. vaníliás cukor
- 1 cs. vaníliás pudringpor
- 5 dl tej
- 5 ek. kristálycukor
- 20 dkg hosszúkásra vágott hámozott mandula
- 4 ek. méz
- 14 dkg kristálycukor
- 9 dkg vaj
- 0,5 dl tejszín
- vaj a tepszi kenéséhez



### Elkészítés:

A tojás sárgáját a mézzel habosra keverjük, majd hozzáadjuk az apróra vágott narancshéjat, a szalalkált, tovább kavargatjuk és két egyenlő részre osztjuk. Az egyik felébe kakaót keverünk, hozzáadjuk a fél

mennyiség grízt s a fél mennyiség habbá vert fehérjét. A másik fél részhez hozzáadjuk a darált diót, a maradék habot és a grízt.

Tortaformába váltakozva beleöntjük a két tésztát. Középtűzőn sütjük, kihűlve két részre osztjuk, málnadzsemmel töltjük, cukormázzal bevonjuk.

## Márványtorta

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 25 dkg gríz
- 7 tojás
- 2 ek. rum
- 2 dkg kakaó
- 6 dkg dió
- késhegynyi szalalkáli
- kis fahéj
- 5 dkg cukrozott narancshéj

## Másnapos mézes



### Elkészítés:

A cukrot a mézzel, a tejjel, a tojással és a szódadikarbónával gőz fölött 15 percig, habzásig főzzük majd levesszük, s még melegen belegyúrunk 45 dkg lisztet. Jól összedolgozzuk, majd az így kapott tésztát 4 cipóra osztjuk.

Mindegyiket külön-külön kinyújtjuk, a 4 lapot 180°C fokra előmelegített sütőben egyesével megsütjük. Mindeközben a krémhez a búzadarából és a vaníliás cukorral ízesített tejjel sűrű pépet főzünk, majd ezt hagyjuk kihűlni. A vajat porcukorral jó habosra keverjük ki, és szép lassan adagoljuk hozzá a kihűlt pépet. A krémet még egyszer jól keverjük át, majd töltsük meg vele a mézes lapokat. Másnap szeleteljük.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 15 dkg cukor
- 2 ek. méz
- 2 ek. tej
- 1 tojás
- 1 kávéskanál szódadikarbóna
- 45 dkg liszt

#### Töltelékhez:

- 1 dl búzadara
- 5 dl tej
- 1 cs vaníliás cukor
- 20 dkg vaj
- 20 dkg porcukor

## Meggyes mézes



### Elkészítés:

Az 5 tojást ketté kell venni, a sárgáját a fenti hozzávalókkal sűrűre keverjük, végül hozzáadjuk a tojás keményre felvert habját, kizsírozott lisztezett tepsi-be tesszük, tetejére szórjuk a meggyet, majd a darabolt

diót, előmelegített sütőbe sütjük.

### Hozzávalók:

- 5 tojás
- 30 dkg porcukor
- 2 ek. méz
- 5 ek. langyos víz
- 1 citrom leve és héja
- 30 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódadikarbóna
- magozott meggy és a tetejére dió

# 160 mézes édesség recept

## Méhecske



### Elkészítés:

8 tojásból piskótát sütünk úgy, hogy sütés előtt 1 csomag szeletelt mandulával meghintjük a tetejét. Ha kisült, azonnal megkenjük a tetejét mézzel. A krém elkészítéséhez 2 csomag vaníliás pudingport 5 dl tejszínben, 5-6 evőkanál

cukorral megfőzünk, és teljesen kihűtjük. Egy külön tálban 5 dl tejszínt 2 csomag habfixálóval keményre felferünk, majd a kihűlt pudinggal sima krémmé keverjük. A kész krémmel megkenjük a piskóta tetejét. Jó étvágyat kívánok hozzá!

### Hozzávalók:

- 8 tojásból piskóta
- 1 cs. szeletelt mandula
- méz
- 2 cs. vaníliás pudingpor
- 5 dl tej
- 5-6 ek. cukor
- 5 dl tejszín
- 2 cs. habfixáló



### Elkészítés:

Egy nagy keverőtálban alaposan, habkönnyűre verjük fel a tojásokat és fokozatosan, állandó keverés közben adjuk hozzá a tejet, a mézet és a vaníliát, majd addig verjük tovább, míg jól el nem keverednek.

Ezután adagoljuk bele a tejszínt és verjük belőle kemény habot. Töltjük a fagylaltgépbe és a kezelési utasítás szerint készítsünk belőle fagylaltot. Mézbe mártott friss gyümölcscsel, dióval vagy kedvenc fagylalt öntetünkkel kínáljuk. Kb. 2 liternyi lesz belőle.

Tipp: Friss gyümölcsfagylaltot egyszerűen úgy készíthetünk, hogy a fagyasztás előtt a fagylaltkeverék minden literjéhez 2 deciliter friss gyümölcspépet keverünk

## Méhészfagylalt

### Hozzávalók:

- 2 db tojás
- 1/2 l tej
- 1 ek. vanília
- 1,5 dl illatos méz (pl hárs)
- 4 dl sűrű tejszín
- fagylaltgép

# 160 mézes édesség recept

## Menőmanó -mézes stangli



### Elkészítés:

Jól keverjük össze a margarint és a mézet, majd egyenként verjük hozzá a tojássárgáját is. Szitáljuk egybe a száraz hozzávalókat és keverjük a tojásos alaphoz. Végül adjuk az egészhez a datolyát, a diót és a vaníliát.

Egyenletesen terítsük el egy kb. 32x24x5 cm-es kizsírozott tepsiben és süssük 180°C-os sütőben 30 percig. Hűtsük le, és vegyük ki a tepsiből. A maradék hozzávalókból készítsünk egyenletes keveréket, ezzel kenjük meg a kihűlt sütemény tetejét.

Tegyük kis időre ahűtőbe, hogy könnyen rudacsákra szeletelhető legyen. Felszeletelés után a rudakat papírszalvétával leterített tálcára tegyük -csak egy rétegben, nehogy összeragadjanak. Kb. három tucat rudacska lesz.

### Hozzávalók:

- 1 dl margarin
- 2 dl méz
- 6 tojás sárgája
- 2,5 dl átszitált finomliszt
- 1 tk. sütőpor
- 1/2 tk. só
- 2 dl apróra vágott datolya
- 2 dl durvára darált pekándió vagy közönséges dió
- 1 tk. vanília

### Krémhez:

- 4 dl finomra őrölt porcukor
- 2 tk. reszelt citromhéj
- 1 tojás sárgája
- 1 ek. citromlé
- 3 ek. lágy vaj



### Elkészítés:

Keverjük jól össze a lisztet, a sót, a szódabikarbónát, az 1 dl mézet és az 1 dl étolajat. Adjunk hozzá annyi vizet, hogy meggyúrva közepes keménységű tésztát kapjunk.

Pihentessük fél óra hosszat.

Ezután belisztezett gyúrotáblán nyújtjuk ki kb. fél centi vastagra, és 5-6 cm átmérőjű kerek formával szaggassuk ki (csillag, félhold, stb. formát is használhatunk).

A kiszaggatott süteményeket igen forró étolajban süssük világos aranybarnára, és a megsült darabokat helyezük papírra, hogy a felesleges olaj lecsurogjon róluk. Ha kihültek, valamennyit kenjük meg mézzel és szórjuk meg a finomra vágott mandulával vagy pisztáciával. Papírszalvétával kibélelt tálcán, egy rétegben elrendezve, frissen kínáljuk.

## Meselman

### Hozzávalók:

- 50 dkg finomliszt
- 1 dl méz (a sütéshez)
- 1 dl finom étolaj (a tésztához)
- 1/2 tk. só
- 1/2 tk. szódabikarbóna
- 3 dl finom étolaj (a sütéshez)
- 1,5 dl méz (a kenéshez)
- 15 dkg hámozott, apróra vágott mandula vagy pisztácia

## Mézben sült molnárka



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 160°C-ra. Vékonyan vajazzunk ki egy kb. 24 x 24 cm-es tepsit (kb. 1 evőkanál vajjal). Öntsük bele a mézet. Egy kis tálban keverjük össze a maradék vaját és a narancshéjat. A tésztá-

ból formáljunk kisebb zsemlelányi, (10 -12) lapított darabot, majd egyik lapos felület mártsuk meg a vajvas keverékben, ezután a dióban, hogy egyenletes bevonat legyen rajtuk.

Rendezzük el őket, a diós felükkel lefelé, nem túl szorosan, hogy a tepsiben levő mézen "ússzanak". 20 -25 percig süssük, míg szép aranyárgák nem lesznek. Hagyjuk őket a tepsiben hűlni mintegy 5 percig, majd még forrón (egy széles késsel) vegyük ki, és amúgy forrón tálaljuk.

\* Vajvas zsemlelányi: 4 dl átszitált búzaliszt, 1 teáskanál só, 3 teáskanál sütőpor, 4 teáskanál teavaj, 2 dl tej. Szitáljuk egybe egy keverőtálba a lisztet, a sót és a sütőport. Adjuk hozzá a vaját, majd keverjük hozzá a tejet, hogy lágy tészta legyen belőle.

### Hozzávalók:

- 1 dl olvasztott vaj
- 1 dl apróra vágott dió
- 1,5 dl méz
- vajvas zsemlelányi \*
- 2 ek. reszelt narancshéj



## Mézben sült kukorica

### Elkészítés:

Olvasszuk fel a vaját vagy olajat egy serpenyőben, tegyük bele a kukoricát és keverjük el. Öntsük rá a mézet, és addig folytassuk a süttést, míg a méz és a vaj teljesen el nem keveredik

egymásban, és szirupot nem képez. Forró köretként tálaljuk, tálalás előtt ízlés szerint sózzuk és/vagy borsozzuk.

### Hozzávalók:

- 4 ek vaj vagy olaj
- 1 dl méz
- 25 dkg friss tejes kukorica vagy konzerv csemegekukorica



## Mézes birsalagút



### Elkészítés:

A birsalmát alaposan dörzsölgetve megmossuk, majd meghámozzuk, negyedekbe hasítjuk, magházát kimetsszük. A gyümölcsöt 4 dl vízzel leöntjük, a citrom levével, a borral meg a mézzel íze-

sítjük, a szegfűszeggel, a fahéjjal fűszerezük, majd felforraljuk. Utána lefedjük, kis lángon további 5 percig főzzük, majd a tűzről lehúzáva hűlni hagyjuk. Végül a gyümölcsöt leszűrjük (levét megőrizzük), majd lecsepegtetjük, és kis kockákra vágjuk. Közben a piskótához a tojások sárgáját a cukor egyharmadával fehéredésig keverjük.

A tojásfehérjét a maradék cukorral habbá verjük. A lisztet a kakaóporral összekeverjük. A kétféle tojásos masszát lazán egybeforgatjuk, miközben apránként a kakaós lisztet meg az olajat is hozzáadjuk.

A masszát egyenletesen sütőpapírral bélelt tepsibe kenjük, majd előmelegített sütőbe toljuk. Közepes lánggal (180 fok) kb. 20 percig sütjük. Ezután megvárjuk, amíg kihűl, majd az őzgerincformát ráfektetjük és körülvágjuk. Az így kapott tésztacsík lesz a sütemény „talpa”. A díszítésre szánt diót a még forró sütőben megpirítjuk.

Az őzgerincformát zsírpapírral vagy alufóliával kibéleljük. A puha vaját a gesztenyével, a rummal meg a porcukorral habosra keverjük. Egy kevés krémet a díszítéshez félreteszünk, a többivel a piskótalapokat vékonyan megkenjük, és a nagyobbikat óvatosan az őzgerincformába simítjuk. Ezt követően a párolt birsalmával megtöltjük.

A zselatinlapokat egyesével a gyümölcs leszűrt főzőlevébe rakjuk, és addig melegítjük, amíg teljesen felolvadnak. Utána a birsalmára merjük, de mielőtt megdermedne, a félretett piskótát krémes oldalával lefelé ráborítjuk.

Az őzgerincformát hűtőszekrénybe állítjuk, és a süteményt fél napig így dermedtjük. Ezután kiborítjuk, és a papírt vagy a fóliát lehúzzuk róla. A birsalagutat a maradék gesztenyekrémmel megkenjük, azután olvasztott csokoládéval egyenletesen bevonjuk. Végül durvára vágott pirított dióval megszórjuk. Forró vízbe mártott késsel ujjnyi vastagon felszeleteljük.

Jó tanács: A gesztenyekrém nemcsak ízesíti a birsalagutat, hanem szigetelőként is szolgál, nehogy a gyümölcskocsonya a piskótát eláztassa. Mindig csak annyit szeleteljünk belőle, amennyi egyszerre elfogy! A többi folpackba vagy zsírpapírba csomagolva hűtőszekrényben 2-3 napig tárolhatjuk. Birsalma helyett birskörtéből is készíthetjük. Egy szelet 1351 kJ/ 323 kcal.

### Hozzávalók:

#### Töltelékhez:

- 2 nagyobb birsalma
- fél citrom leve
- 1 dl édes fehérbor
- 3 ek. méz
- 2 szem szegfűszeg
- fél rúd fahéj
- 7 lap zselatin

#### Krémhez:

- 20 dkg vaj
- 25 dkg édes gesztenyemassza
- 1 ek. rum
- 1 ek porcukor
- a tetejére 10 dkg étcsoki
- a díszítéshez pedig 10 dkg dióbél

#### Piskótához:

- 4 tojás
- 8 dkg cukor
- 6 dkg liszt
- 1 csapott ek. kakaópor
- 1 ek olaj

## Mézes aranykorona kenyér



### Elkészítés:

Vegyünk alapul szobahőmérsékletű margarint és tojásokat (ha a hűtőből vettük ki őket, hagyjuk állni 2-3 óra hosszat). Egy nagy keverőtálban verjük fel a margarint a mixer közepes sebességén, kb. 1 percig.

Fokozatosan adagoljuk

hozzá a mézet, azután a cukrot. Ezek hozzáadása után még 5-7 percig verjük. Adjuk hozzá a vaníliát és a citromhéjat, alaposan keverjük el benne. Egyenként adjuk hozzá ezek után a tojásokat és a tojásfehérjéket, minden egyes adagolás után verjük simára a keveréket. Rendszeresen kapargassuk le a tál falára verődött anyagot. Elegyítjük a lisztet, a sütőport, a sót és a szóda bikarbónát, jól keverjük össze. A lisztes keveréket adjuk ezután a tojásos keverékhez, közben folyamatosan verjük a mixerrel, amíg teljesen sima nem lesz. A lágy tésztát osszuk el három, jól kivajazott és kilisztezett, kb. 15 x 8 x 6 cm-es veknisütőbe. 160°C-os sütőben süssük kb. 40-50 percig, vagy addig, míg a középtájon beléjük szúrt fapálcika vagy kés tisztán nem húzható vissza. (Választhatunk egy nagyobb, kb. 24 x 12 x 8 cm-es veknisütőt is. Ilyenkor a sütési idő kb. 60 percre növekszik.) Ha megsült, a formában hagyjuk hűlni 15 percig, akkor aztán vegyük ki a formából, és egy dróthálón hagyjuk teljesen lehűlni. A választott formától függően három kisebb, vagy egy nagy veknink lesz.

### Hozzávalók:

- 2 dl margarin
- 1 dl méz
- 1 dl porcukor
- 1 tk. vanília
- 1 tk. reszelt citromhéj
- 2 tojás
- 2 tojás fehérje
- 4 dl finom búzaliszt
- 1 tk. sütőpor
- 1/4 tk. só
- 1/4 tk. szóda bikarbóna



### Elkészítés:

Nyújtsuk ki az alsó tészta-réteget és tegyük egy 20 cm-es kerek, (nyitható) sütőformába. Tegyük az almácskókat a tészta tetejére. Keverjük össze a mézet, a citromlevet és a lisztet, majd a keveréket öntsük az almára. Hintsük meg a fahéjjal, azután tegyük rá szétszórtan apró vajdarabkákat. Tegyük rá a felső tészta lapot, igazítsuk, tömködjük el az éleket. Szurkáljunk gőzki-eresztő lyukakat a felső tészta lapba, majd süssük az egészet 40 percig, 220°C-os sütőben, amíg az alma meg nem puhul, és a sütemény teteje aransárga nem lesz. Felszeletelés után,

fogyasztás előtt a piték tetejét ízlés szerint megkenhetjük mézzel, vagy megszórhatjuk porcukorral.

## Mézes almáspite

### Hozzávalók:

- 2 db édes süteménytészta 20 cm-es kerek tészta laphoz
- 12 dl vékony csíkokra vágott, vagy reszelt savanyú alma
- 3 dl méz
- 1,5 tk. citromlé
- 0,5 dl liszt
- 1 tk. őrölt fahéj
- 1,5 ek. vaj vagy margarin

## Mézes banánpép



### Elkészítés:

Egy fedett nagy lábosban, 2-3 cm-es sós vízben főzzük a banán húsát, amíg meg nem puhul (12-15 perc). Csepegtessük le. Elektromos mixerrel, turmixgépben, vagy egyszerű húsdarálóban készítsünk belőle pépet. Olvasszuk fel a vaját

és keverjük bele a mézet, a narancshéjat és a narancslevet, a sót és a szerecsendiót. A forró vajás keveréket fokozatosan adagoljuk a péphez, állandóan kevergetve közben, hogy jól elkeveredjen benne. Osszuk hat-nyolcfelé kis üvegtálkákba vagy kelyhekbe, és a tetejét szórjuk meg a pörkölt mandulával. Kb. 8 dl lesz belőle. Hűtve kínáljuk.

Tipp: diétás kivitelben, a nátriumtartalom csökkentése miatt a főzést édesvízben végezzük. Édes vaját vagy nem sózott margarint használjunk, és hagyjuk ki a sót a hozzávalók közül.

### Hozzávalók:

- 1,5 kg meghámozott, 2 cm-es darabokra felvágott érett, de még kemény banán
- 2 l forró sós víz
- 1/2 dl vaj vagy margarin
- 1/2 dl méz
- 1 db narancs reszelt héja és leve
- 1/4 tk. só
- 1/4 tk. őrölt szerecsendió
- 1/2 dl apróra vágott, pörkölt mandula

## Mézes csokitorta



### Elkészítés:

Addig keverjük a margarint, míg meg nem lágyul. Rásztálva keverjük hozzá a száraz hozzávalókat. Egy másik tálban keverjük össze a mézet, a vizet és a vaníliát. A mézes keverék felét és a tojásokat adjuk a tésztához. Addig ke-

verjük, míg a liszt meg nem nedvesedik, majd egy percig verjük a keverőgéppel. Ezután adjuk hozzá a maradék folyadékot és (a szobahőmérsékletre lehűtött) olvasztott csokoládét, majd verjük további két percig. A tészta híg lesz. Zsírozunk ki (kb. 22 cm-es) kerek tortalapsütő formákat (4 db-ot), béleljük ki az aljukat sütőpapírral. Egyben is megsüthetjük a tésztát, egy kb. 25 x 25 x 5 cm-es, kizsírozott, sütőpapírral kibélelt tepsiben. Öntsük a tésztát a sütőformá(k)ba. A tortalapsütő formákat 30 percig, a tepsit 40 percig süssük, 175° C-os, előmelegített sütőben. Kedvenc fehér (vagy csokoládé) krémünkkel kenhetjük meg a tortát.

### Hozzávalók:

- 4 dl átszitált finomliszt
- 1,5 tk. szódabikarbóna
- 1 tk. só
- 1 dl főzőmargarin
- 3 dl méz
- 1,5 dl víz
- 1 tk vanília
- 2 tojás (nem felvert)
- 8 dkg olvasztott keserű csokoládé

# 160 mézes édesség recept

## Mézes gesztenyés tekercs



### Elkészítés:

A piskótához a 4 tojásfehérjét felferjük habnak, tovább verjük 4 evőkanál cukorral, beletesszük a 4 tojássárgát, és végül a 4 evőkanál liszttel elkevert fél csomag sütőport. 30X40 cm-es sütőpapírral bélelt tepsiben sütjük. Még melegen porcukorral megszórt konyharuhával

felcsavarjuk. A mézes piskótához a 6 tojásfehérjét kemény habbá verjük. A 6 tojássárgáját a langyos mézzel és a 3 evőkanál cukorral habosra keverjük. Belekeverjük a lisztet, a sütőport és az 1 evőkanál kakaóport. Végül a tojások felvert habját is óvatosan belekeverjük. Ugyanúgy sütjük és feltekerjük, mint az előző piskótát.

A krémhez a 15 dkg margarint a 15 dkg cukorral habosra keverjük. 2 dl tejszínben 2 evőkanál lisztet elkeverünk, és megfőzünk. Kihűlésig keverjük, hogy ne bőrsödjön meg. Ha kihűlt, belekeverjük a kikevert margarint. Kétfelé vesszük. Az egyik felébe gesztenyemasszát keverünk ízlés szerint. A másik sárga marad. A mézes piskótára kenjük a sárga krémet, erre ráfektetjük a sárga piskótát, amire rákenjük a gesztenyés krémet, és együtt lazán feltekerjük, vigyázva, hogy ne törjön el.

Szeletelés előtt legalább 1 órára hűtőbe tesszük. Ízlés szerint porcukorral megszórjuk. A tészta összetevőiből sűrű palacsintatésztát keverünk turmixgéppel. Kevés olajon kisütjük. A tejet felforraltuk, a darált mákot beleöntjük, elkeverjük a mézzel együtt és 5 percig lassú kevergetés mellett felfőzük. A palacsintát megtöltjük, felhengergetjük. Tálaláskor a palacsinta mellé mézet csorgatunk és tetejére

### Hozzávalók:

#### Piskótához:

- 4 tojás
- 4 ek. cukor
- 4 ek. liszt
- fél cs. sütőpor

#### Mézes piskótához:

- 6 tojás
- 15 dkg langyos méz
- 3 ek. cukor
- 8 dkg liszt
- fél cs. sütőpor
- 1 ek. kakaó

#### Krémhez:

- 15 dkg sötétmargarin
- 15 dkg cukor
- 2 dl tej
- 2 ek liszt
- gesztenyemassza

#### Palacsintatésztához:

- 1 tojás
  - 2,5 dl tej
  - 5 kanál liszt
  - 2 ek. olvasztott margarin
  - csipet só és cukor
- #### Töltelékhez:
- 10 dkg darált mák
  - 5 ek méz
  - porcukor
  - 1 dl tej

## Mézes égő gesztenye

### Elkészítés:

Vágjuk be a gesztenyék héját, és tegyük őket néhány percre lobogó forró vízbe, hogy a külső és a belső héjukat könnyedén lehúzhassuk. Készítsünk szirupot fél liter vízből, a cukorból és a fele konyakból, s főzzük benne puhára a megtisztított gesztenyét. Ha megfőtt, vegyük ki a gesztenyét a szirupból, főzzük a

szirupba a mézet, és öntsük a gesztenyére. Az asztalnál locsoljuk meg a maradék konyakkal és gyújtsuk meg. Forrón fogyasszuk

### Hozzávalók:

- 60 dkg gesztenye
- 20 dkg cukor
- 1 dl méz
- 1 dl konyak

## Mézes franciakrémés

### Elkészítés:

A cukrot, a margarint, a mézet összekeverjük és megmelegítjük. Hozzáadjuk a tojást és a lisztbe elkevert szóda bikarbónát. Két egyenlő részre osztjuk.

180°C-on 2 gáztepsi méretű lapot sütünk belőle. Kevés tejben csomómentesre el-

keverjük a krémhez valókat, hozzáadjuk a maradék tejet is, és sűrűre főzzük. 10 dkg margarint habosra keverünk 15 dkg porcukorral. Ha a főzött krém kihűlt, a kettőt összekeverjük. 5 dl tejszínt kemény habbá verünk. Összeállítjuk a sütit: tészta-krém-tejszín-tészta. A tetejét bevonhatjuk csokimázzal is. Hűtőben pihentetjük egy éjszakán át, másnap szeleteljük.



### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 1 tojás
- 10 dkg porcukor
- 1 tojás sárgája
- 5 dkg margarin
- 1 ek. méz
- 30 dkg liszt
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna

#### Krémhez:

- 1 l tej
- 2 cs. vaníliás pudingpor
- 2 ek. liszt
- 3 tojássárgája
- 1 cs. vaníliás cukor

#### Habhoz:

- 5 dl tejszín

#### Csokimázhoz:

- 5 ek. porcukor
- 2 ek. kakaópor
- 3 ek. víz

## Mézes diótöltelék

### Elkészítés:

Az egészet lábasban összekeverjük -tetszés szerint hígíthatjuk vízzel -, majd egy napig pihentetjük. Vaníliacukor helyett használhatunk 1 dkg fahéjat is.



### Hozzávalók:

- 20 dkg darált dió
- 3 dkg zsemlemorzsa (vagy 6 dkg reszelt mézeskalács)
- 10 dkg cukor
- 6 dkg méz
- 2 dkg vagdalt cukrozott narancshéj
- 2 dkg mazsola
- 1 dkg vaníliás cukor
- 1/2 citrom reszelt héja
- 1/2 dl tej

## Mézes golyócskák



### Elkészítés:

Az összetevőket kavarjuk össze. Tegyük a tűzhelyre, és folytonos kavarással főzzük 20-30 percig. Ekkor vegyük le és hagyjuk hűlni. Ha már kihűlt, formáljunk belőle golyókat és hengeressük meg reszelt csokoládében.

### Hozzávalók:

- 50 db dióbél darálva
- 1 citrom reszelt héja
- fél narancs leve
- 3 ek. méz
- 1 kávéskanál fahéj
- 1 ek. rum

## Mézes fagyöntet



### Elkészítés:

Egy kis zománcos fazékban lassú tűzön olvasszuk fel a vaját, majd keverjük bele a kukoricalisztet. Állandó kevergetés közben adjuk hozzá a mézet, és a keverék felforrásáig főzzük. Ekkor tegyük bele a dióvagdalékot. A fagyaltra melegen öntve tálaljuk. Előre is

elkészíthetjük, és mélyhűtőben tárolhatjuk, de csak közvetlenül a felszolgálás előtt melegítsük (ne forraljuk!) fel.

### Hozzávalók:

- 6 ek. vaj
- 2 ek. kukoricaliszt
- 1,5 dl méz
- 1 dl apróra vágott pekándió, vagy közönséges dió

## Mézeskalács 1



### Elkészítés:

Egy tálba mindent össze-  
rakunk, jól átgyúrjuk,  
(egy puha állagú, raga-  
csos tésztát kapunk), a  
kezünkről liszttel ledör-  
göljük a rajtamaradt tész-  
tát, és legalább 1-2 órára  
(legjobb ha egy éjjelre),  
hűtőbe tesszük. Amikor ki-

vesszük lisztezett deszkán elnyújtjuk, (ilyenkor már kemény  
állagú és nem ragad a kézre), formázzuk. Előmelegített sütőben  
megsütjük. Ha kihűlt, tojásfehérjéből és porcukorból kevert jó  
sűrű, de nem csomós (!) mázzal díszítsd. Ha nincs erre való spric-  
nid, akkor nagyobb injekciós fecskendővel, vagy kilyukasztott  
nejlonzacskóval is lehet csurgatni a mázat. Természetesen  
nyomhatsz a mázba mandulát, diót, akár színes cukrokat,  
vagy tortadarát is.

### Hozzávalók:

- 55 dkg liszt
- 25 dkg cukor (15 dkg kristálycukor,  
10 dkg barnacukor)
- 7 ek. méz
- 2 ek. olaj
- 3 tojás
- 1 csapott tk. szóda bikarbóna
- 1 citrom és narancs reszelt héja és pár  
csepp leve
- 1-1 mokkáskanál szegfűszeg, fahéj
- 1-1 csipet szerecsendió, csillagánizs,  
gyömbér

### Mázhoz:

- 1 tojásfehérje
- 25 dkg porcukor

## Mézeskalács 2



### Elkészítés:

A fenti hozzávalókat  
összegyúrjuk, fél centi-  
métere nyújtjuk. Formá-  
ra szaggatjuk, előmele-  
gített sütőben aranybar-  
nára sütjük. A tészta ki-  
hűlése után, díszíthetjük  
tojáshabjával, marcipánnal,  
cukorkával, durvára őrölt mandula és mogoróval.

### Hozzávalók:

- 55 dkg liszt
- 4 ek. cukor
- 7 ek. méz
- 2 ek. olaj
- 3 tojás
- 1 csapott tk. szóda bikarbóna
- 1 citrom és 1 narancs reszelt héja és  
pár csepp leve
- 1-1 mokkáskanál őrölt szegfűszeg,  
fahéj, szerecsendió, csillagánizs, kori-  
ander, kardamom, szegfű, bors
- egy-egy csipet gyömbér

### Tojáshabhoz:

- 1 tojásfehérje
- 6-8 dkg cukor
- 1 tk. ecet

## Mézeskalács 3



### Elkészítés:

Megmelegíted a mézet (lábosban lángon, vagy mikróban), elolvasztod benne a margarint. Majd hozzáadod az összes többi hozzávalót, és géppel alaposan összekevered, gyúrod. Hűtőben pihentesd! Másnap nyújtod

ki, szaggasd ki mindenféle karácsonyi formákkal, mint amilyeneket itt a képen is látsz.

A kiszaggatott pogácsákat kend meg egy tojássárgája és egy evőkanál tej keverékével (attól szép fényes lesz a teteje).

Tedd sütőpapírra, süsd szép pirosra. Ha kihűlt, tojásfehérjéből és porcukorból kevert jó sűrű, de nem csomós (!) mázzal díszítsd. Ha nincs erre való spricnid, akkor nagyobb injekciós fecskendővel, vagy kilyukasztott nejlonzacskóval is lehet csurgatni a mázat. Természetesen nyomhatsz a mázba mandulát, diót, akár színes cukrokat is.

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 10 dkg margarin
- 20 dkg cukor
- 1 tojás + 1 sárgája
- 1 tk. őrölt fahéj és szegfűszeg
- 1 tk. reszelt citromhéj
- 1 tk. szóda bikarbóna
- fél kg liszt

### Mázhoz:

- 1 tojásfehérje
- 25 dkg porcukor

## Mézeskalács 4



### Elkészítés:

A mézet cukorral felforraltjuk, beletesszük a margarint, s megvárjuk, amíg kihűl. Ezután beletesszük a tojást, majd hozzáadjuk a lisztet, fűszereket, szóda bikarbónát. Jól összedolgozzuk. 2

órára a hűtőbe tesszük alufóliába, hogy meg ne száradjon. Kivéve a hűtőből kinyújtjuk, formákat vágunk belőle szaggatóval. megsütjük közepesen meleg sütőben, amikor kivettük akkor díszítjük a cukormázzal. Száradni hagyjuk. Egy nap múlva megpuhul.

### Hozzávalók:

- 0,5 kg liszt
- 25 dkg méz
- 12,5 dkg vaj
- 1 tojás
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna
- 2,5 dkg kakaó
- szegfűszeg, fahéj

### Tojáshabhoz:

- 1 tojásfehérje
- 10 dkg cukor



## Mézes keksz



### Elkészítés:

A hozzávalókat alaposan gyúrjuk össze egy meglisztezett gyúrotáblán. Nyújtsuk ujjnyi vastagra, részben négyzetes formára vágjuk, részben különféle formákkal kiszurkáljuk. Vajazott tepsibe téve sűrű cukros

vízzel kenjük meg a kekszek tetejét, és díszítjük hámozott mandulával. Közepes tűzön süssük aranybarnára, ekkorra a tetejére kent cukor karamellizálódik (kb. 20 perc). Jól záródó fémdobozban sokáig (akár 6 hónapig is) eltartható.

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz (folyós)
- 1 tojás
- 1 db citrom reszelt héja
- 4-5 db finomra őrölt szegfűszeg
- 2 késhegynyi őrölt fahéj
- 10 dkg porcukor
- 30 dkg finomliszt
- hámozott mandula

## Mézes kártya



### Elkészítés:

Az összetevőket tegyük egy tálba, majd annyi liszttel gyúrjuk össze, hogy aztán táblára kitéve jó kemény tészta legyen belőle. Ezután nyújtsuk el késfoknyi vékonyra és vágjuk fel

kártyanagyságúakra, aztán rakjuk kikent, kilisztezett tepsibe. Tetejét kenjük meg a kenőtollal vízzel. Hámozott fél mandulaszemekkel jelezzük meg kártyáknak és süssük meg szép gyenge pirosra.

### Hozzávalók:

- 28 dkg porcukor
- 4 deci méz
- egy késhegynyi tört fahéj és szegfűszeg
- liszt

## Mézes kenyérpuding



### Elkészítés:

Egy megfelelő méretű keverőtálban keverjük össze valamennyi hozzávalót, majd öntsük át egy kb. másfél-két literes, kiszírozott sütőformába (kuglófsütőbe vagy ózgerincsütőbe, ízlés szerint).

160C°-os sütőben süssük

35 -40 percig. Melegen tálaljuk mézes desszert öntettel vagy mézes tejszínhabbal (vagy mindkettővel).

### Hozzávalók:

- 4 dl kockákra vágott tegnapi kenyér
- 4 dl durvára morzsolts maradék fánk, teasüti, vagy zsemle
- 5 tojás
- 2 dl tej
- 1 dl illatos méz (pl. hárs)
- 1 ek. vanília
- 1 ek. fahéj
- 1/2 dl mazsola
- apróra vágott datolya, vagy dió

## Mézes kenyér



### Elkészítés:

A tojássárgákat, a mézet, a cukrot, a fahéjat és a szegfűszeget habosra keverjük. A tojások fehérjét, a sütőport, a szó-dabikarbónát és a lisztet is kikavarjuk úgy, hogy jó kemény tésztát kapjunk.

(Tejet adhatunk hozzá.) Tetejére hosszúra vágott diót szórunk.

### Hozzávalók:

- 4 tojás
- liszt
- 10 dkg cukor
- 1 kávéskanál szó-dabikarbóna
- 3 dl méz
- fahéj
- szegfűszeg
- 1/2 cs. sütőpor
- tej

## Mézes kinderszelet



### Elkészítés:

A tojást, cukrot, kakaót, zsírt, mézet gőz fölött habosra keverjük, majd hozzáadjuk a lisztben elkevert szódabikarbónát. A tésztát 3 részre osztjuk, majd zsírozott, lisztezett (közepes méretű) tepsinél megsütjük.

A krémhez a pudingport, lisztet, cukrot megfőzzük a tejben, és még melegen belekeverjük a tejföllel. A margarint habosra keverjük, a kihűlt pépet hozzáadjuk, jól eldolgozzuk, majd megtöltjük a lapokat. A tetejére csokimázatot teszünk.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 2 tojás
- 15 dkg cukor
- 1 ek. kakaópor
- 5 dkg zsír
- 2 ek. méz
- 35 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna

#### Krémhez:

- 2 cs. tejszínizű pudingpor
- 2 ek. liszt
- 15 dkg cukor
- 5 dl tej
- 2 dl tejföl
- 25 dkg margarin



### Elkészítés:

Gyúrjuk egybe alaposan az összes hozzávalót, majd süssük belőle 3 lapot. A lapokat a következő krémmel kenjük meg: 1 liter tejben főzzük meg 8 evőkanál lisztet. Ha kihűlt, vegyítsük

össze 20 dkg margarint és 35 dkg cukor habosra vert keverékével. Az így elkészített krémet osszuk kétfelé. Az egyik felébe tegyünk kakaót, a másikba pedig keverjük 1/2 citrom levét és lereszelt héját. Ezekkel kenjük meg az előbb elkészített lapokat. A tetejére csokimáz kerül: Forraljunk össze 30 dkg cukrot, 3 evőkanál vizet, 3 evőkanál kakaót és egy kis vajot. Ezzel díszítsük a süti tetejét.

## Mézes krémes I

### Hozzávalók:

- 25 dkg margarin
- 10 dkg cukor
- 2 tojás
- 1 ek. méz
- 40 dkg liszt
- 1/2 tk. szódabikarbóna
- kevés tej

## Mézes krémes 2



### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit jól összedolgozzuk, és 4 lapot sütünk belőle. A krémhez a hozzávalókat péppé főzzük, majd 20 dkg vajjal és porcukorral kikeverjük. Megtöltjük a lapokat, és a tetejét bevonjuk a csokimázzal.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 50 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- 1 tojás
- 4 dkg zsír
- 5 ek. olvasztott méz
- 16 dkg cukor
- 3 ek. tej

#### Krémhez:

- 1 tojás sárgája
- 8 dkg porcukor
- 4 ek. gríz (búzadara)
- 1 kávéskanál liszt
- 1 l tej
- 2 cs. vaníliás cukor

#### Mázhoz:

- 16 dkg cukor
- 3 ek. víz
- 3 dkg kakaó



### Elkészítés:

Egy tálban összekeverjük a tészta hozzávalóit, négy felé osztjuk, és a hűtőbe tesszük. Közben elkészítjük a krémet: a lisztet és a keményítőt kevés tejjel csomómentesre keverjük. A maradék

tejet felforraltjuk, ha felforrt, beleöntjük a lisztes keveréket, és jól megfőzzük. Hűlni félretesszük. A tésztát egyenletesen vékonyra kinyújtjuk, és 160°C-on aranybarnára sütjük. A vajat, a porcukrot és a vaníliás cukrot habosra keverjük, majd apránként összedolgozzuk a főtt krémmel. Egyenként megkenjük a kisült lapokat, majd néhány órára a hűtőbe tesszük. Ha előző nap készítjük el, még finomabb. A krémbe lehet tenni egy pár csepp rumot, úgy még ízletesebb lesz a süti.

## Mézes krémes 3

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 21 dkg méz
- 6 dkg kristálycukor
- 3 dkg vaj
- 2 tojás
- 44 dkg liszt
- 7 g szódabikarbóna

#### Krémhez:

- 5 dl tej
- 6 dkg liszt
- 1,5 dkg étkezési keményítő
- 20 dkg vaj
- 20 dkg porcukor
- vaníliás cukor

## Mézes krémes 4



### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit jól összedolgozzuk, majd 4 részre osztjuk, kinyújtjuk és egyenként megsütjük a lapokat. A krémhez a tejet, a tojássárgáját, a cukrot, a lisztet és a vaníliás cukrot sűrű péppé főzzük, miközben a 3 tojás-

fehérjét felverjük, majd beledolgozzuk a forró sűrű krémbe. Kihűtjük.

A vajat a porcukorral habosra kikeverjük, beledolgozzuk a kihűtött krémbe, s ezzel a töltjük meg a lapokat. A tetejét tetszés szerinti csokimázzal bevonjuk.

Másnap lehet szeletelni. Nagyon finom és olcsó sütemény. Legutóbbi alkalommal úgy díszítettem, mint egy könyvtortát.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 50 dkg liszt
- 6 dkg vaj
- 15 dkg porcukor
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- 4 ek. méz
- 2 tojás
- 4 ek. tej

#### Mázhoz:

- csokimáz

#### Krémhez:

- 4 dl tej
- 3 tojás sárgája
- 2 ek. cukor
- 3 ek. félgrízes liszt
- 1 cs. vaníliás cukor
- 3 tojás fehérje
- 25 dkg vaj
- 15 dkg porcukor

## Mézes krémes 5



### Elkészítés:

A tojást, zsírt, mézet, tejet és a cukrot jól összekeverjük és forró gőzön felfőzzük. Amikor a massa átforrósodott: lisztet, és szódabikarbónát adunk hozzá, majd 4 részre osztva 1/2 órát

pihentetjük. Vékony lapokká sodorjuk. laponként megsütjük. A krém hozzávalóit habosra kikeverjük, ezután tejbe 2-4 ek. darát főzünk és hagyjuk kihűlni. Ha kihült, összekeverjük a vajjal. Az első és harmadik lapot a krémmel, a középsőt vékonyan lekvárral töltjük.

Tetejére kevés porcukrot hintünk, hűtőszekrénybe tároljuk. Másnapról fogyasztható, de hűvös helyen, 6 hétnél is tovább eláll és friss ízet megőrzi. Nagyon finom vendégváró sütemény!

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 1 tojás
- 3 dkg zsír
- 2 ek. méz
- 2 ek. tej
- 15 dkg cukor
- 45 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna

#### Krémhez:

- 25 dkg cukor
- 20 dkg vaj vagy margarin
- 4 dl tej
- 2-4 ek. dara

## Mézes lapok I



### Elkészítés:

A cukrot, tojást, zsírt, mézet és tejet melegítjük össze, majd tegyük bele a lisztet és a szódabikarbónát. Ezután a töltelékhez főzzük sűrűre a tejet, cukrot, lisztet, tojást, és vaníliás cukrot.

Keverjük ki a vajat a cukorral, majd ha kihűlt a krém, keverjük össze vele. Tetejére csokimázot teszünk.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 15 dkg cukor
- 1 tojás
- 5 dkg zsír
- 2 ek. méz
- 6 ek. tej
- 45 dkg liszt
- 1 késhegy szódabikarbóna

#### Töltelékhez:

- 2 dl tej
- 2 ek. cukor
- 2 ek. liszt
- 2 tojás
- 1 vaníliás cukor
- 20 dkg vaj
- 20 dkg cukor
- csokimáz a tetejére

## Mézes lapok 2



### Elkészítés:

A hozzávalókból süssünk 4 lapot. A krémhez keverjük ki a tojást a liszttel és cukorral, majd a tejet a vaníliás cukorral. Ezt főzzük fel, de rum nélkül.

A rum csak utoljára megy bele, mikor már

kihűlt a krém. A vajat keverjük ki 15 dkg cukorral, majd ezt a két krémet keverjük össze. A mázhoz főzzük fel a cukrot és a kakaót a tejjel. Ezután vegyük le a tűzről és keverjük bele a vajat. Ezzel jól eldolgozzuk simára és langyosan a kihűlt tésztára kenjük.

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- 6 dkg zsír
- 10 dkg cukor
- 4 ek. méz (folyós)
- 3-4 ek tejföl
- 2 tojás

#### Mázhoz:

- 20 dkg cukor
- 3 ek tej
- 3 dkg kakaó
- 10 dkg vaj

#### Krémhez:

- 2 tojás
- 2 ek. cukor
- 2 kanál liszt
- 4 dl tej
- vanília
- rum
- 20 dkg vaj
- 15 dkg cukor

## Mézes lapok 3



### Elkészítés:

A hozzávalókból 4 cipót formálunk. 1 órán át pihentetjük, majd lapokban tepsin hátnál kisütjük. A krémmel megtöltjük.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 60 dkg liszt
- fahéj
- 1 tojás
- 1 ek. szódabikarbóna
- 6 ek. méz (folyós)
- 2,5 dl tej
- 10 dkg zsír
- citromlé

#### Krémhez:

- 3 ek. liszt
- 4 dl tej
- vanília
- 20 dkg cukor

## Mézes medvepraci



### Elkészítés:

Konyharuhával töröljük tisztára és daráljuk meg a mandulát. Törjük darabokra a csokoládét és gőz fölött olvasszuk meg. Keverjük habosra az egész tojásokat és tojássárgáját a sóval, fahéjjal, gyömbérral és

kardamommal. Fokozatosan kevergetve adjuk hozzá a mézet és végül a folyékony csokoládét. Keverjük össze a mandulát és a szentjánoskenyeret, adjuk hozzá a tojásos krémhez, és a habverő dagasztójával dolgozzuk simára, majd 45-60 percig pihentessük. Béléljünk ki egy tepsit sütőpapírral. Porcukorba mártott kézzel formáljunk a tésztából diónyi golyókat. A medvetalpformákat vékonyan olajozzuk ki és vékonyan szórjuk meg kevés cukorral. A golyókat nyomkodjuk bele a formába, rakjuk tepsibe, és 160°C-ra (gázsütőnél 1-es fokozat) előmelegített sütőben süssük 20-25 percig. Rácsra téve hűtsük ki.

Tanács: A sütemény készítéséhez kizárólag porcukrot használjunk, mert a tésztája nagyon ragadós és a porcukortól valamivel formálhatóbb lesz.

### Hozzávalók:

- 375 g mandula
- 200 g mézes csoki
- 2 tojás
- 1 tojássárgája
- csipet tengeri só
- 1 kávéskanál őrölt fahéj
- késhegynyi őrölt gyömbér
- 1/4 kávéskanál őrölt kardamom
- 150 g méz
- olaj a formák kenéséhez
- 40 g őrölt szentjánoskenyér
- kevés porcukor a formáláshoz

## Mézes mákos töltelék



### Elkészítés:

Az egészet lábasban összekeverjük, megmelegítjük és annyi vizet teszünk hozzá, hogy kenhető legyen.

### Hozzávalók:

- 20 dkg őrölt mák
- 10 dkg cukor
- 6 dkg méz
- 3 dkg mazsola
- 4 dkg cukrozott vagy mézzel eltett meggy
- fél narancs reszelt héja
- 1 dkg szegfűszeg
- 1 dl tej



lapokat, az utolsót szárazon hagyjuk. Lenyomatjuk, másnap felvágjuk

### Elkészítés:

Rövid időre az ostyákat a sütőbe tesszük száradni. Közben az összes hozzávalókat takaréklángon egy lábasban öszemelegítjük. Hűlni hagyjuk. Az egyenletesen eldolgozott krémmel emeletesen megkenjük az ostya-

## Mézes nápolyi

### Hozzávalók:

- 1 cs. nápolyi ostya
- 20 dkg méz
- 20 dkg cukor
- 20 dkg darált dió
- 2 ek. kakaó
- 10 dkg vaj
- 10 dkg margarin



# 160 mézes édesség recept

## Mézes pogácsa 1



### Elkészítés:

A hozzávalókat összegyűrjük, golyócskákat formálunk belőle. Mindegyik tetejére diót, vagy mandulát teszünk és megsütjük.

### Hozzávalók:

- 30 dkg liszt
- 20 dkg cukor
- 1 ek. olvasztott méz
- 1 ek. zsír
- 1 kávéskanál szódbikarbóna
- 1 kávéskanál szegfűszeg
- 2 tojás + 1 tojás sárgája
- só

## Mézes pogácsa 2



### Elkészítés:

A meleg mézben feloldjuk a vaját, hozzáadjuk a többi anyagot, és sima tésztát gyúrunk belőle. Pihentetjük legalább egy óráckát, majd fél cm vastagságúra nyújtjuk, és pogácsaszaggatóval kiszúrjuk. Tetejét tejfölös

tojássárgájával megkenjük, és laposra vágott fél mandulával díszítjük. Egyenletes középhőmérsékletű sütőben sütjük.

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 50 dkg liszt
- 10-10 dkg vaj és margarin
- 10 dkg cukor
- 1 egész tojás + 2 tojás sárgája
- 1 kávéskanál szódbikarbóna
- reszelt citromhéj
- pici fahéj és őrölt szegfűszeg

# 160 mézes édesség recept

## Mézes puszedli I



### Elkészítés:

Az egészet összegyúrjuk, majd hűtőben 2-3 napig pihentetjük. Ezután 4-5 mm vastagra nyújtjuk, kiszaggatjuk és megsütjük. Pléhdobozban sokáig eláll. Sütés után

azonnal puha és ehető. RENGETEG LESZ BELŐLE!

### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- 5 dl méz
- 30 dkg cukor
- 2 ek. sárgabaracklekvár
- 4 tojás sárgája
- 1 doboz szalalkáli (2 dkg)
- 1 tk. szódabikarbóna (2 ek. tejben oldva)
- ízlés szerint: fahéj, szegfűszeg, ánizs
- 1 citrom reszelt héja
- 20 dkg margarin

## Mézes puszedli 2



### Elkészítés:

Szitáljuk egybe a lisztet, a szódabikarbónát, a sütőport és afűszereket, tegyük félre egy kis időre. Egy nagy, nehéz (öntöttvas) serpenyőben olvasztuk egybe a vaját, a mézet és a cukrot. Hagyjuk

langyosra hűlni. Ha meghűlt, verjük bele a tojást. Ezután kis adagokban, folyamatos keverés közben adagoljuk hozzá a lisztes keveréket. Ha a tészta ragadós, vagy nem könnyen kezelhető, hűtsük le egy kicsit. A süttőt melegítsük elő kb. 170C°-ra, a sütőlapokat enyhén zsírozzuk meg. Lisztbe mártott tenyereink között készítsünk a tésztából 3 -4 cm-es golyókat. Ezeket tegyük a sütőlapra, egymástól 5 -6 cm távolságra, hogy a későbbiek során elterülhessenek anélkül, hogy egymáshoz érnének. Egy nagy sütőlapra nagyjából egy tucatnyi fér (nem több, mert összeragadnak, és formátlanok lesznek!).

Süssük 15 percig, míg enyhén meg nem barnulnak. Ha kivettük a sütőből, azonnal szedjük le őket a sütőlapról, és egy fémrácson hűtsük ki. Légmentesen záró bádogdobozban, hűtés nélkül sokáig tárolhatjuk. A fenti adagból kb. négy tucat készülhet.

### Hozzávalók:

- 8 dl liszt
- 1,5 tk. só
- 1 tk. szódabikarbóna
- 1 tk. sütőpor
- 2 tk. őrölt fahéj és gyömbér
- 1/2 tk. őrölt szegfűszeg
- 2 dl vaj
- 2,5 dl méz
- 1/2 dl porcukor
- 1 tojás

# 160 mézes édesség recept

## Mézes puszedli 3



### Elkészítés:

A mézet langyosra melegítem, beleteszem a margarint, összekeverem, és kihűtöm. A tojásokat a cukorral habosra keverem, hozzákeverem a kihűlt mézes margarint, a mézes fű-

szerkeveréket, és lassú keverés mellett a szódobikarbónával összekevert lisztet. Hűvös helyre, vagy hűtőbe teszem pihenni legalább 4-5 órát.

Ezután kb. 5 mm vastagra nyújtom, különböző figurákat szaggatok. Zsírozott, lisztezett sütőlemezre rakom, nem közel egymáshoz (kb. 1,5 cm), mert sütés közben nőnek. Tojássárgát összekeverek 1 kávéskanál tejjel, ezzel kenem meg a tetejüket, ettől lesz fényes, és rakok rá egy darabka diót, mandulát vagy megszórom szezámmaggal.

180°C-os sütőben kb. 8-10 perc alatt világosra sütöm. Amikor kiviszem a sütőből, egy kicsit várok a tepsiből kisedéssel, mert még puhák, és összenyomódnának. A tészta megkevert állaga a nokedlitésztához hasonló. Több lisztet semmiképpen ne tegyünk bele, de ha kisebbek a tojások, a liszt mennyiségét kicsit csökkenthetjük.

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
  - 30 dkg finomliszt
  - 20 dkg rozsliszt
  - 10 dkg vaj vagy margarin
  - 10 dkg cukor
  - 2 tojás sárgája
  - 1 egész tojás
  - 1 csapott kávéskanál szódobikarbóna
  - mézes fűszerkeverék
- Kenéshez:
- 1 tojás sárgája
  - 1 kávéskanál tejjel
  - szezámmag
  - dió vagy mandula a díszítéshez

## Mézes puszedli 4



### Elkészítés:

1 tojást és 3 tojás sárgáját 15 dkg cukorral kikeverjük, 3 ek tejfölt, 2 ek zsírt, 4 ek mézet, 2 dkg fahéjat, a szódobikarbónával és a liszttel összedolgozzuk. 4 órát

pihenni hagyjuk, kinyújtjuk, majd pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk, majd sütőbe megsütjük. A máz elkészítéséhez verjük kemény habbá a hozzávalókat gőz fölött, és a kisült meleg tésztát forgassuk bele. Deszkára kisedve szárítsuk.

### Hozzávalók:

- 3 tojás sárgája
  - 1 egész tojás
  - 15 dkg cukor
  - 3 ek. tejföl
  - 2 ek zsír
  - 4 ek. méz
  - 2 dkg fahéj, vagy mézes sütemény keverék
  - 2 kávéskanál szódobikarbóna
  - 60 dkg liszt
- Mázhoz:
- tojásfehérje
  - 15 dkg cukor

# 160 mézes édesség recept

## Mézes puszedli 5



### Elkészítés:

A mézet, a cukrot és a Rámát állandó kevergetés mellett jól felmelegítem. Kicsit hagyom hűlni, majd belekeverem a jól felvert tojást is. A lisztben elkeverem a szóda bikarbónát és a

fűszereket, beleszítálom a mézes masszába. A lisztet úgy adagolom, hogy puha, könnyen gyúrható tésztát kapjak (nem baj, ha egy kicsit ragad).

Lisztezett deszkán kb 3 mm-re nyújtom, majd kiszagattom. Lehet rögtön sütni, de lehet pihentetni is pár órát, ám valószínűleg úgy már nehezebb bánni vele.

A sütésnél vigyázni kell, közepes tűznél is nagyon gyorsan sül, 4-5 perc elég neki, különben keserű és kemény lesz. Sokan megvajazott alufólián sütik, úgy nem ragad le. Kicsit keményebb lesz, mint az üzleti puszedli, de nem törik bele a fogunk, sőt kétheti karácsonyfán lógás után is meg lehet enni

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 30 dkg finomliszt
- 20 dkg rozsliszt
- 10 dkg vaj vagy margarin
- 10 dkg cukor
- 2 tojás sárgája
- 1 egész tojás
- 1 csapott kávéskanál szóda bikarbóna
- mézes fűszerkeverék

### Kenéshez:

- 1 tojás sárgája
- 1 kávéskanál tejföl
- szezámmag
- dió vagy mandula a díszítéshez

## Mézes puszedli 6



### Elkészítés:

A mézet, a porcukrot és a vizet felforraljuk. Hozzáadjuk a tésztánál leírt többi anyagot. Diónyi nagyságú gombócokat formálunk, és kiolajozott tepsibe kisütjük. Közben elkészítjük, a mázt.

A tojásfehérjéket a porcukorral, és a vaníliás cukorral gőz felett felverjük, és még melegen beleforgatjuk, a kisült puszedliket. Rácsra tesszük száradni.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 20 dkg méz
- 25 dkg porcukor
- 1 dl víz
- 2 sütőpor
- 1 szalalkáli
- 4 ek. olvasztott zsír
- 2 dl tej
- 4 tojás sárgája
- szegfűszeg, fahéj
- 1 kg liszt

#### Mázhoz:

- 4 tojásfehérje
- 30 dkg porcukor
- 1 cs. vaníliás cukor

## Mézes répatorta



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 175°C-ra. A habverő nagy táljában verjünk habot a margarinból. Folyamatos habverés közben vékony sugárban adagoljuk hozzá a mézet. Egyenként adjuk hozzá a tojásokat, mindegyik után jól felverve.

Egy másik, kisebb tálban keverjük össze a narancslét, a vaníliát, a répát és a mazsolát. Külön keverjük össze a száraz hozzávalókat is. Ezután felváltva keverjük a kettőt kis adagokban a felvert krémhez úgy, hogy a száraz hozzávalókkal kezdjük, és azzal fejezzük is be. Minden kis adag hozzáadása után alaposan keverjük meg a masszát.

A kész tésztát öntsük egy kb. 20 x 30 x 5 cm-es, kizsírozott tepsibe (vagy más, megfelelő -esetleg szétszedhető -tortaformába). 35 -45 percig süssük, vagy addig, míg a torta közepébe szúrt hideg késpenge tisztán nem húzható ki onnan.

Hagyjuk 10 percig hűlni a formában, majd borítsuk egy fémrácsra. A még meleg tortát kenjük (vagy fújjuk) be vékony réteg mézzel, ettől szép fényes lesz. Ezután hagyjuk csak teljesen lehűlni, szépen szeletelni csak a hideg tortát lehet.

Teasütemény változat: A tészta készítésekor hagyjuk ki a mazsola kétharmadát, ellenben keverjük hozzá kb. 3 x 1/2 dl finomra kockázott cukrozott cseresznyét, aszalt szilvát, ananászdarabkákat. A tésztát alaposan kizsírozott, kb. 5 cm átmérőjű teasütemény formákba töltjük, 3/4 részükig megtöltve őket.

Ezeket csak 18 -20 percig kell sütni, majd 5 percig hűlni hagyni a formában. Ezután borítsuk ki a formából a süteményeket, a tetejüket azon melegében kenjük meg mézzel és szórjuk meg apróra metélt gyümölcszelével, díszítsük cukrozott cseresznyével és így hagyjuk őket kihűlni.

### Hozzávalók:

- 1 dl főzőmargarin
- 2 dl méz
- 2 tojás
- 1/2 dl frissen facsart narancslé
- 1 tk. vanília
- 4 dl finomra reszelt nyers sárgarépa
- 2 dl mazsola
- 4 dl (korpás) búzaliszt vagy rozsliszt
- 1 tk só
- 2 tk. sütőpor
- 1 tk. szódabikarbóna
- 1/2 tk. őrölt fahéj
- 1/2 tk. őrölt szerecsendió
- 1/2 tk. őrölt gyömbér

# 160 mézes édesség recept

## Mézes süti a délutáni kávéhoz



### Elkészítés:

Szitáljuk a száraz hozzávalókat egy keverőtálba. Aprítsuk bele a margarint. Adjuk hozzá a mézet és a tejet, csak addig keverve, amíg a liszt átnedvesedik.

Nyomkodjuk a tésztát

egy kb. 20 x 20 cm-es kizsírozott tepsibe, hogy minden sarokba is jusson. A tetejére kenjük a jól megkevert bevonatot. 25 -30 percig süssük az előmelegített 200C°-os sütőben. Forrón szolgáljuk fel. Kb. 9 -12 adag lesz belőle.

### Hozzávalók:

- 4 dl átszitált búzaliszt
- 3 tk. sütőpor
- 1/2 tk. só
- 1/2 dl porcukor
- 1/2 dl főzőmargarin
- 1 tojás
- 1,5 dl tej

### Bevonathoz:

- 3 ek. lágy vaj
- 1 dl méz
- 1,5 dl kókuszreszelék
- 1,5 dl zabpehely (vagy müzli ízlés szerint)

## Mézes szilvakocsonya



### Elkészítés:

A szilvát megmossuk, kimagvaljuk, egyharmadát (lehetőleg az érettebbeket) turmixoljuk, majd átszűrjük. A bort, a zselatinport, a likórt (ez el is marad-

hat), a fűszerkeveréket hozzáadjuk, kevergetve felforraljuk. Mindössze egy-két percig főzzük, hogy a zselatin teljesen elolvadjon benne.

A tűzről lehúzza hűlni hagyjuk. A maradék szilvát darabokra vágjuk, a mézzel együtt a még meleg zselatinos szilvaturmixba keverjük. Egy egyliteres őzgerincformát megnedvesített celofánnal kibélelünk.

A szilvás masszát egyeleletesen belesimítjük, a hűtőszekrénybe rakjuk, néhány órán át, de legjobb, ha egész éjszakán át dermedni hagyjuk. Másnap a formából vágódeszkára borítjuk, a celofánt lehúzzuk róla, a kocsonyát forró vízbe mártott késsel felszeleteljük.

### Hozzávalók:

- 1,5 kg szilva
- 1 dl vörösbor
- 2,5 dkg zselatinpor
- 0,3 dl édes likőr (legjobb a narancs)
- fél-fél mokkáskanálnyi őrölt fahéj és szegfűszeg
- 5 ek. méz

# 160 mézes édesség recept

## Mézes tészta



### Elkészítés:

A tésztához a lisztet a margarinnal elmorzsoljuk, majd a többi anyagot is beledolgozzuk. 6 részre osztjuk, és lapokat sütünk. A krémhez a cukrot világosra pirítjuk 2 dl vízzel, majd 2 dl tej-

jel feloldjuk. A lisztet simára keverjük a többi tejjel, és a karamellhez öntjük. Sűrűre főzzük, lehűtjük, majd hozzáadjuk a vaját, a vaníliás cukrot.

Mindegyik süteménylap szélét levágjuk, hogy teljesen egyformák legyenek, majd megtöltjük a krémmel. A tetejét megszórjuk morzsával vagy dióval.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 50 dkg liszt
- 8 dkg margarin
- 20 dkg méz
- 1 tojás
- 1 dl tej
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna

#### Karamellkrémhez:

- 5 dl tej
- 10 dkg liszt
- 30 dkg porcukor
- 2 dl víz
- 20 dkg vaj
- vaníliás cukor

## Mézes zserbó



### Elkészítés:

50 dkg lisztet eldörzsölünk 10 dkg vajjal. Hozzáadunk 16 dkg porcukrot, 1 kávéskanál szóda bikarbónát, és 2 egész tojással, 4 evőkanál olvasztott mézzel és kb. ugyan-

ennyi tejföllel jól kidolgozott tésztát készítünk. 5 egyenlő részre osztva keveset pihentetjük, majd kékhat vastagságúra nyújtva 5 egyforma lapot sütünk belőle.

Krém: 3 tojássárgájából 3 evőkanál cukorral, és egy csomag vaníliás cukorral, 3 evőkanál liszttel, 5-6 dl tejjel sűrű, sima krémet főzünk, és kihűtjük. 20 dkg vaját 20 dkg porcukorral, 3-4 evőkanál rummal habosra keverünk, hozzákeverjük a kihűlt, főzött krémet, és megtöltjük vele a mézes lapokat. A tetejét bevonhatjuk csokoládémázzal, vagy egyszerűen meghintjük vaníliás porcukorral. Különlegesen finom sütemény bármilyen alkalomra. A töltelék egy részét ízesíthetjük kakaóval is, ízlés szerint. Csak másnap szeleteljük fel, addigra a tészta megpuhul

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 30 dkg vaj
- 36 dkg + 3 ek. porcukor
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna
- 2 egész tojás + 3 tojás sárgája
- 4 ek. méz (folyós)
- kb 2-3 ek. tejföl
- 1 cs. vaníliás cukor
- 3 ek. liszt
- 5-6 dl tej
- 3-4 ek. rum

# 160 mézes édesség recept

## Mézes, karamellás fagyöntet



### Elkészítés:

Olvasszuk fel a vaját és vegyük le a tűzről. A kukoricaliszthez keverjük a kakaót, és elegyítjük az olvadt vajjal. Ebbe a csokis keverékbe öntsük a mézet és a vizet, majd állandó

kevergetés közben forraljuk fel, amíg a keverék be nem sűrűsödik. Ekkor vegyük le a tűzről és adjuk hozzá a drázsékat és a sót, majd az egészet addig kavargassuk, míg a drázsék vagy cukorkák fel nem olvadnak. 4,5 -5 dl öntetet kapunk, amely vanília-, vagy diófagyalathoz kiváló.

### Hozzávalók:

- 1 dl vaj
- 1 dl kakaó
- 2 dl kukoricaliszt
- 2 dl méz
- 2 dl apró áfonya-, vagy mályvacukor drázsé (ha ilyen nincs, helyettesíthetjük pl apróra tört mentolos negro-val, töltetlen narancsos savanyúcukorral, stb..)
- 1/2 tk. só

## Mézes pörkölt, földimogyorós pogácsa



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 180C°-ra. A mozsárban megtört barna cukrot, a porcukrot és a margarint verjük habossá egy nagyobb tálban. Adjuk hozzá a földimogyoró vaját, a mézet, a vaníliát és a tojásokat. Az egész

szet jól keverjük össze. A pontosan kiadagolt lisztet, a sütőport és a sót csak ezután keverjük bele. A teáskanálnyi adagokat egymástól mintegy 2 -3 cm távolságban rakjuk a kizsírozatlan sütőlap(ok)ra. Lisztbe mártott késsel vagy villával szabdaljuk meg az adagok tetejét, (ahogyan a pogácsánál szoktuk).

9 -12 percre süssük a 180C°-os sütőben, amíg csak arany barnák nem lesznek. Sütés után azonnal vegyük le őket a sütőlap(ok)ról, és hagyjuk teljesen kihűlni. Egy közepes nagyságú tálban keverjük jól össze a földimogyoró vaj krémet, a mézet és a forró vizet. Annyi porcukrot keverünk hozzá, hogy jól kenhető legyen, és kenjük meg vele a pogácsák tetejét. A kenegetéshez stílszerűen libatollból készült konyhai ecset az igazi, nagyanyáink használtak ilyet, de másféle ecset is megteszi. Kb. fél teáskanálnyi pörkölt földimogyorót hintsünk mindegyik tetejére, és hagyjuk, hogy a mogyoró jól beágyazódjon a mázba. A végén mintegy 80 -100 db finom süteménnyel leszünk gazdagabbak. Zárt dobozban, zsírpapír rétegek között tárolhatjuk a pogácsákat, hűtőszekrényben akár fél évig is elállnak.

### Hozzávalók:

#### Pogácsához:

- 3 dl barna cukor
- 1 dl porcukor
- 3 dl lágy margarin vagy vaj
- 3 dl földimogyoró vaj
- 1 dl méz
- 1,5 tk. vanília
- 3 tojás
- 4 dl korpás liszt
- 1,5 tk. sütőpor

#### Mázhoz:

- 2/3 dl földimogyoróvajkrém
- 3 ek. méz
- 1/2 dl forró víz
- 3 dl porcukor
- 2 dl apróra vágott édes pörkölt földimogyoró



# 160 mézes édesség recept

## Mézes, csokoládés zabdara sütemény



### Elkészítés:

Habverővel egy nagy tálban készítsünk lágy krémet a mézből, margarinból és vajból. Egyenként verjük bele a tojásokat is, majd adjuk hozzá a vaníliát. Egy másik,

közepes nagyságú tálban alaposan keverjük egybe a lisztet, a zabot, a sütőport, a szóda bikarbónát és a sót.

Ezután a száraz hozzávalókat adjuk a mézes keverékhez, és jól keverjük össze, majd keverjük bele a csokoládés reszeléket és a diót is. Púpozott teáskanálnyi adagonként osszuk szét a masszát egy megsírozott sütőlapon.

A sütőlapot tegyük a 175°C-ra előmelegített sütőbe, és süssük 12-16 percig, amíg szépen meg nem barnul. Vegyük ki a sütőből, hagyjuk állni egy percig, majd tegyük a darabokat egy dróthálóra, hűlni. Kb. 60 apró süteményünk lesz.

### Hozzávalók:

- 2 dl méz
- 1 dl főzőmargarin
- 1 dl vaj
- 2 db tojás
- 1 tk. vanília
- 4 dl liszt
- 2 dl előfőzött hántolt zab
- 2 tk. sütőpor
- 1/2 tk szóda bikarbóna
- 1/4 tk. só
- 2 dl félédes étcsoki reszelék
- 1 dl apróra metélt (hikori) dió

## Mézes-diós mágnás pite



### Elkészítés:

Egy 25x39 cm-es tepsit sütőpapírral kibélelünk. A tészta hozzávalóit összegyűrjük annyi tejjel, hogy jól formálható cipót kapjunk. Hűtőbe tesszük, amíg a töltelket elkészítjük. A cukrokat a tojássárgájával jó

habosra keverjük, hozzákeverjük a diót is, és óvatosan beleforgatjuk a keményre vert tojásfehérje habot. A tészta 2/3 részét tepsibe terítjük, amelyet kibéleltünk vagy vajztunk, majd megkenjük baracklekvárral és ráöntjük a diós habot. Az 1/3 rész tésztát kisodorjuk tepszi nagyságúra, és 1/2 cm-es csíkokat vagdalunk belőle, majd a töltelékre helyezük átlósan. Ezek a csíkok a töltelékbe süllyednek sütés közben. Világosra sütjük. Amikor kihűlt, szeleteljük. A diós hab miatt törekeny a tészta teteje, de nagyon finom.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 40 dkg liszt
- 20 dkg vaj
- 10 dkg porcukor
- 2 ek. méz (folyós)
- 1 egész tojás + 1 tojás sárgája
- 1 cs. vaníliás cukor
- 1 citrom reszelt héja és leve
- 1 cs. sütőpor

#### Töltelékhez:

- házi baracklekvár
- 30 dkg cukor
- 3 tojás sárgája
- 15 dkg darált dió
- 1 cs. vaníliás cukor
- 3 tojásfehérje kemény habja

## Mézes-kakaós szelet



### Elkészítés:

A tésztához valókat összegyűrjük, és 5 lapot sütünk belőle. A krém elkészítéséhez a tejet, a tojássárgáját, a vaníliás cukrot és a 4 evőkanál lisztet sűrűre főzünk. Kicsit hűlni hagyjuk,

majd hozzákeverjük az előzőleg porcukorral habosra kikavart margarint. Ezzel töltjük meg a lapokat.

A tetejére olvasztott étcsokit simítunk, majd ha megdermedt, akkor fehér csokit csorgatunk rá. 2 óra múlva megpuhul, és fogyasztható. Ha magasabb tésztát szeretnénk, akkor dupla mennyiségű krémet készítsünk. Mivel mézes tészta, így készítéskor ragad.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 45 dkg liszt
- 2 dkg kakaópor
- 2 tojás
- 4 ek. olvasztott méz
- 1 ek. szóda-bikarbóna
- 16 dkg porcukor
- 6 dkg zsír

#### Krémhez:

- 6 dl tej
- 2 tojás sárgája
- 1 cs. vaníliás cukor
- 4 ek. liszt
- 20 dkg margarin
- 20 dkg porcukor

#### Mázhoz:

- ét és fehér csokoládé

## Mézes-mázas ananász narancsmártással



### Elkészítés:

Egy kisebb tálban alaposan elegyítsük az első három hozzávalót, és tegyük félre. Egy másik tálban hempergesdük meg az ananászdarabokat a cukorban. Forrósítsunk fel egy nagyobb teflonserpenyőt, nagy lángon. Tegyük bele a cukorban meghempergetett ananászt, és 2-3 percig hagyjuk sülni-főni, amíg a cukor aranybarnára nem karamellizálódik. A serpenyőt folyamatosan rázogassuk, hogy a barnulás egyenletes legyen.

Ezután keverjük hozzá a narancsos keveréket és forraljuk fel. Lyukacsos kanállal halásszuk ki az ananászdarabokat, és osszuk szét a desszertes (kristály) poharakba. Ezután forraljuk tovább a levét még egy-két percig, amíg meg nem sűrűsödik. A besűrűsödött levét aztán kanalazzuk az ananász tetejére. Melegen szolgáljuk fel.

### Hozzávalók:

- 2,4 dl friss narancslé
- 0,5 dl Portorico rum vagy 1 tk. rumaroma
- 1 ek. méz (hárs)
- 2 ek. porcukor
- 35 dkg darabolt ananász-konzerv lecsepegtetve

## Mézes-zabos biscotti



### Elkészítés:

Egy nagy tálban verjük krémet a vajból, verjük bele a mézet, a tojásokat és a vaníliát. Egy másik, kisebb tálban keverjük alaposan egybe a lisztet, a fahéjat, a sütőport, a szóda-

bikarbónát és a sót, majd ezután adjuk a vajos keverékhez. Végül adjuk hozzá a zabot és a diót is. A tésztából formáljunk két, mintegy 25 x 8 x 2 cm-es darabot, és ezeket tegyük a bezsírozott sütőlapra.

A 180C°-ra előmelegített sütőben süssük őket 12 -15 percig, amíg enyhén meg nem barnulnak, majd vegyük ki a sütőből és hagyjuk 5 percig hűlni, majd tegyük őket egy vágódeszkára. Közben csökkentjük a sütő hőmérsékletét 150C°-ra. Mindkét darabot szeleteljük fel kb. másfél centis szeletekre, ezeket aztán tegyük ismét egy sütőlapra, és további 25 -30 percig süssük, míg ropogósra nem sülnek. Végül dróthálón hűtsük ki őket. Kb. három tucat kétszersültünk lesz a végén.

### Hozzávalók:

- 1 dl vaj vagy margarin
- 1,5 dl méz
- 2 tojás
- 1 tk. vanília
- 4 dl finomliszt
- 3 tk. őrölt fahéj
- 1 tk. sütőpor
- 1/2 tk. szódabikarbóna
- 1/2 tk. só
- 4 dl hántolt, előfőzött zab
- 1 dl apróra vágott dió



### Elkészítés:

A vajat a csokoládéval lassú tűzön felolvasztjuk és simára keverjük. A tűzről levesszük, hozzáadjuk a lisztet, a cukrot, a diót, a tojást, a fahéjat, a mézet, a vaníliás cukrot és a sütőport. A tésztát kb. 3 cm

vastagra nyújtjuk, sütőpapírral bélelt tepsibe fektetjük, és a sütőben 25-30 percig sütjük. A süteményt kockákra vágjuk, majd dióval díszítjük. Cukormázzal is bevonhatjuk.

## Mézecske

### Hozzávalók:

- 6 dkg vaj
- 6 dkg étcsokoládé
- 8 dkg rétesliszt
- 20 dkg cukor
- 5 dkg dió
- 1 tojás
- 1 tk. őrölt fahéj
- 5 dkg méz
- 1 cs. vaníliás cukor

## Mézespogácsa bor mellé



### Elkészítés:

A cukorból és a vízből jól kötő szirupot főzünk. Rátöltjük a mézre, majd hozzáadjuk a lisztet, miután jól összedolgoztuk, 24 órát állni hagyjuk. Ezután hozzáteszük a tojást, darált

diót, a kandírozott gyümölcsöket és a szalalkálit. Lisztezett deszkán kalácsszerű tésztává dolgozzuk. 4 részre osztjuk, 4 mm-es vastagságúra nyújtjuk s különböző formákra vágjuk.

Kizsírozott tepsiben erős lángon világos sárgára sütjük. Kihűlve mézespogácsa zománcba (tojásfehérje habba) mártjuk, s a meleg sütőben megszáritjuk. Borral kínáljuk.

Tojásfehérje hab: felverjük az 5 tojás fehérjét 1 csomag vaníliás cukorral, 3 dkg kristálycukorral majd gőz fölött keményre verjük.

### Hozzávalók:

- 5 dkg méz
- 40 dkg kristálycukor
- 2 tojás
- 3 ek. víz
- 1 kanálnyi fűszerek (fahéj, ánizs, szegfűszeg -vagy készen kapható mézeskalács fűszerkeverék
- 20 dkg darált dió
- 10 dkg kandírozott gyümölcs
- 1,5 g szalalkáli



### Elkészítés:

Mély tálban elkeverünk 6 tojássárgáját, 1 egész tojást 25 dkg cukorral, majd hozzáadjuk a 20 dkg olvasztott, de nem meleg mézet, a fekete-kávét, a citrom reszelt héját, a lisztet és a sütőport, végül a 6

tojás kemény habját. Magas szélű tepsibe öntjük, a tetejét vagdalt dióval díszítjük, és közepes hőfokon megsütjük.

## Mézeslepény

### Hozzávalók:

- 35 dkg liszt
- 20 dkg méz
- 25 dkg cukor
- 8 tojás
- 4 ek. feketekávé
- 1 citrom reszelt héja
- 1 cs. sütőpor
- 6 dkg dió

## Mézkaramellás sütemény



12 adagos recept.

### Elkészítés:

Egy szokatlan sütési trükköt próbálhatunk ki, ha ezt a süteményt készíjük el. Az eredményt ízlés szerint fagyalattal, tejszínhabbal vagy mindkettővel, forrón kínáljuk.

### Hozzávalók:

- 1 cs. konyhakész csokoládétorta por
- 2 dl durvára darált (pekán) dió,
- 20 dkg reszelt étcsokoládé
- 2 dl méz
- 1 dl víz

Készítsük el a tortaporból a tésztát, a csomagon olvasható előírások szerint. Adjuk hozzá a diót.

A keveréket öntsük egy kb. 34 x 24 x 5 cm-es kizsírozott tortasütő formába. A csokoládémorzsákat szórjuk a tetejére. Egy kis fazékban elegyítsük a mézet és a vizet, forraljuk fel, és öntsük a beszórt keverék tetejére. Ne keverjük hozzá!

180°C-on süssük 45 -50 percig. A formából kivett süteményt azon melegében szeleteljük, és forrón kínáljuk.

## Mézes zserbó



### Elkészítés:

A lisztet, zsírral összemorzsoljuk, hozzáadjuk a porcukrot, szódadibikarbónát a tojást és a mézet. Ebből 5 lapot sütünk. A töltelék egy részéből sűrű krémet főzünk. Ha kihűlt a krém, 20 dkg vajjat, 20

dkg cukrot, 3 ek. rumot habosra verünk, és hozzákeverjük a krémhez. Megtöltjük a lapokat. Tetejére csokoládémázatot teszünk. (A töltelék egy részét kakaóval is ízesíthetjük.)

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 6 dkg zsír vagy 10 dkg vaj
- 16 dkg porcukor
- 1 kávéskanál szódadibikarbóna
- 2 tojás
- 4 ek. olvasztott méz

### Töltelékhez:

- 3 tojás
- 3 ek cukor
- 3 ek liszt
- 1 cs vaníliás cukor
- 20 dkg vaj
- 20 dkg cukor
- rum
- 5-6 dl tejjel sűrűre főzött krém

# 160 mézes édesség recept



## Méztorta

### Elkészítés:

A 3 tojás fehérjét kemény habbá verjük és állandóan kevergetve csorgatjuk bele a megforrósított mézet. A habot tovább verjük, amíg teljesen ki nem hűlt. Egy másik tálban a tojások

sárgáját 2 dkg cukorral kikeverjük, és hozzáadjuk a búzadarát, a darált diót meg a fűszereket, végül a mézes habot.

Vajjal kikent, kilisztezett formába töltjük, és előmelegített sütőben lassú tűznél kb. fél órát sütjük.

Ha kihűlt, tálra borítjuk. A 20 dkg kristálycukrot kevergetve aransárgára hevítjük, és egyenletesen a torta tetejére csorgatjuk.

Amikor szilárdulni kezd, vizes késsel szeletekre vágjuk, így dobostorta bevonatot kapunk és nem törik.

### Hozzávalók:

- 12 dkg méz
- 3 tojás
- 22 dkg kristálycukor
- 7 dkg búzadara
- 2 dkg vaj
- 5 dkg dió,
- késhegynyi őrölt szegfűszeg és fahéj

## mmm (mézes-mazsolás-mandulás) sütiemény



### Elkészítés:

Aprítsuk fel a mazsolát apró darabokra. Verjük fel a vaját. A verés folytatása közben vékony sugárban adagoljuk hozzá a mézet. Keverjük bele a vaníliát, a mazsolát és a mandulát. Adjuk hozzá a

lisztet, és alaposan gyúrjuk egybe a tésztát, majd fél órára tegyük a hűtőbe. Ezután formáljunk belőle kis golyókat. Kizsírozatlan tepsiben, 160C°-on süssük 20 percig.

### Hozzávalók:

- 2,5 dl mazsola
- 2 dl vaj
- 0,5 dl méz
- 1 tk. vanília
- 1 dl meghámozott, durvára darált mandula
- 4 dl finomliszt

# 160 mézes édesség recept

## Müzlis amerika palacsinta



### Elkészítés:

A puha margarint, a mézet, az egész tojásokat, a rumot, a csipetnyi sót habosra keverjük. Keverjük össze a lisztet a sütőporral. A citromhéjat reszeljük le. A tojásos masszához adjuk a

pelyheket, a müzlit, a joghurtot és a reszelt citromhéjat. A tésztát jól dolgozzuk össze, annyira híg kell legyen, hogy a fakanálról lecsöpögjön.

### Hozzávalók:

- 20 dkg margarin
- 10 dkg méz
- 4 tojás
- 2 ek. rum
- csipet só
- 25 dkg liszt
- 1/2 cs. sütőpor
- 10-10 dkg kukorica-pehely és zabpehely
- 10 dkg müzli
- 1 citrom reszelt héja
- 1 pohár joghurt

Melegítsük fel a kontaktgrillt, és margarinnal kenjük be, ez utóbbit 3-4 darabonként ismétljük meg. A tésztából kb. 2 decilitert kenjünk szét az alsó rácson, majd csukjuk rá a kontaktgrill felső részét kb. 3-4 percre. Ha a sütő felső részét túl hamar nyitnánk fel, a tészta szétszakadhat. Aranybarnára süssük, a sütő felső részét óvatosan nyissuk fel, és kész az amerikai palacsinta. A sima kontaktgrillből kikerülő palacsintát összetekertethetjük, szétvághatjuk, a szíves mintájú grillből készültet szétszedhetjük. Porcukorral megszórhatjuk, krémmel vagy tejszínhabbal kenhetjük az egyik oldalt, és a másikkal lefedhetjük. Hidegen és melegen egyaránt finom.

## Nagyanyáink almatortája



### Elkészítés:

Alaposan keverjük össze az almát, az almabort, a mézet, a barna cukrot, a vaját, tojásokat és a margarint. Adjuk ehhez a keverékhez a száraz hozzávalókat, és jól dolgozzuk össze. Öntsük a masszát egy kb. 20 cm-es, kizsírozott kerek tortaformába.

Előmelegített, 175C°-os sütőben süssük 30 percig. A kész, kihűlt korongból éles késsel készítsünk 3 tortalapot.

**Töltelék és krém:** 4 dl porcukor, 2 dl almakompótból áttört almapép, 1 teáskanál őrölt szerecsendió, 1 teáskanál őrölt fahéj, 2 evőkanál margarin, 1-2 dl kókuszreszelék. Alaposan keverjük össze a hozzávalókat a (kókusz kivételével). A krémmel kenjük meg a tortalapokat és vonjuk be a tortát kívülről is. A végén szórjuk meg kókuszreszelékkel

### Hozzávalók:

- 2 dl almakompótból áttört almapép
- 1 dl almabor
- 2 dl méz
- 2 dl barna cukor
- 1 dl margarin
- 1 dl vaj
- 3 tojás
- 5 dl rétesliszt
- 1/2 tk. só
- 1 tk. sütőpor
- 1 tk. őrölt fahéj és szerecsendió

# 160 mézes édesség recept



## Nagymamám mézeskrémese

### Elkészítés:

A cukrot, a zsírt, a tejet (meglangyosítva), mézet, a tojást habosra keverjük, ezután szóda-bikarbónával elvegyített liszttel összeállítjuk. 4 egyenlő részre osztjuk. Kinyújtjuk

a lapokat, és szép barnára sütjük. A krémhez a 6 dl tejet felfőzzük a liszttel és a vaníliás cukorral. Egy tálban kikeverjük a margarint a porcukorral, ha kihűlt a lisztes massa, akkor összekeverjük a kettőt.

Az első lapot megkenjük a krém felével, a másodikat lekvárral, a harmadikat a krém másik felével.

A sütemény tetejét 4 evőkanál olajjal elkevert, felolvasztott tábla csokival bevonjuk.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 45 dkg liszt
- 15 dkg cukor
- 2 ek. méz
- 4 dkg zsír
- 5 ek. tej
- 1 tojás
- 1 kávéskanál szóda-bikarbóna

#### Mázhoz:

- 1 tábla tortabevonó csoki
- 4 ek. olaj

#### Krémhez:

- 6 ek. liszt
- 6 dl tej
- 2 cs. vaníliás cukor
- 25 dkg porcukor
- 20 dkg margarin
- lekvár



## Ördögszelet

### Elkészítés:

Szerfelett "gonosz" -már mint ami a fogyókúrát illeti... :-). Szórjuk a diót és a csokoládét a tortalapra. Egy közepes tálban habarjuk össze a tojásokat, a mézet és a vaníliát. Keverjük a vajba, és a

keveréket öntsük a tortalapra.

160°C-os sütőben süssük 50-60 percig, míg meg nem szilárdul. Melegben (ne forrón!) kínáljuk, de adhatjuk szobahőmérsékletre lehűlve is, úgy is finom. Hat igen nagy, vagy nyolc nagy adag lesz belőle.

Tipp: Még "gonoszabb" lesz, ha tejszínhabot vagy csokoládé-, és diófagyaltot (vagy mindkettőt) nyomunk a tetejére és úgy kínáljuk...

### Hozzávalók:

- 3 dl durvára darált pekándió vagy sima dió
- 20 dkg reszelt étcsokoládé
- 1 db 25 cm-es nyers tortalap
- 3 nagy tojás
- 2 dl illatos méz (pl. hárs)
- 1/2 tk. vanília
- 1/2 dl olvasztott, majd ismét lehűtött vaj



# 160 mézes édesség recept



## Puncsos babapiskótás mézes sütemény

### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit összegyűrjük, és két részre osztjuk. Kisodorjuk, két lapot sütünk belőle 20x30 cm-es vajjal lekent tepszi hátán. Kihűtjük. A krémhez a pudingporokat a cukorral, kevés tejjel csomómentesre kikever-

jük, a többi tejet is hozzákeverjük és felfőzzük, majd kihűtjük. A vajat kihabosítjuk, és a kihűlt pudinggal habosra keverjük.

A tészta összeállítása: az egyik mézes lapot megkenjük a fele krémmel, kirakjuk a babapiskótával, a babapiskótákat meglocsoljuk rummal, megkenjük a megmaradt krémmel, majd befedjük a másik lappal. Cukormázzal bevonjuk.

A máz elkészítéséhez a porcukrot a citromlével, meggyzörppel fényesre, vagyis addig keverjük, míg a cukor fel nem oldódik, majd 2 evőkanál olvasztott, de nem meleg vajat adunk hozzá, és azzal még tovább keverjük. Gyorsan a tésztára kenjük, mert hamar megköt.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 25 dkg liszt
- 1 tojás
- 8 dkg cukor
- 2 ek. méz
- 2 ek. tej
- 5 dkg vaj
- 1 kávéskanál kakaópor
- 1/2 kávéskanál szalalkáli

#### Krémhez:

- 3 cs. puncs pudingpor
- 7 dl tej
- 20 dkg vaj
- 20 dkg porcukor

#### Töltelékhez:

- babapiskóta
- rum/ rumaroma

#### Mázhoz:

- 20 dkg porcukor
- 3 ek. citromlé
- 1 tk. málna-vagy meggyzörp
- 2 ek. olvasztott vaj



### Elkészítés:

A meghámozott főtt burgonya karikákat rendezzük el egy kivajazott tűzálló tálban, miközben az egyes rétegek közé a maradék hozzávalókból kevert meleg levet locsolgatjuk. 180C°-os

sütőben süssük kb. 30 percig. Sütés közben gyakran locsolgassuk saját levével. Vastag falú öntöttvas serpenyőben vagy lábosban is süthetjük a tűzhely felső lapján.

### Hozzávalók:

- 5-6 db közepes, főtt krumpli
- 1 dl méz
- 1 dl narancslé
- 1 dl vaj
- 1 tk. só

## Pityóka

## Puncsos mézes



### Elkészítés:

A hozzávalókból tésztát gyúrunk, és 4 lapot sütünk. A mézet folyékony állapotban kell a tésztához adni. A lapokat kb. 30-40 cm nagyságúra és 4 mm vastagságúra nyújtom, majd a gázsütő tepsijében sütöm meg. A

krémhez a tejet pudingport megfőzzük és hűlni hagyjuk. Kikeverjük a margarint és a porcukrot, majd ha kihűlt a puding, összekeverjük a kettőt.

Az alsó lapot megkenjük a krém felével, rátesszük a másik lapot. Megkenjük lekvárral, megint lap, majd a krém másik fele, és végül az utolsó lap.

A tetejére a tejszínt habfixálóval felverjük és a sütőre simítjuk.

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 50 dkg liszt
- 6 dkg margarin
- 16 dkg porcukor
- 2 tojás
- 1 tk. szóda bikarbóna
- 4 ek. méz
- 1 dl tejföl

#### Krémhez:

- 6 dl tej
- 2 cs. puncs pudingpor
- 25 dkg margarin
- 25 dkg porcukor

#### Tetejére:

- 3 dl hűlt tejszín

## Rahat-El-Halkum

### Elkészítés:

Egy kb. 20 x 30 cm-es tepsit vékonyan kenjük ki olajjal, majd kukoricaliszttel lisztezzük meg. Terítsük el egyenletesen a tepsialján az alaposan összekevert mandula-, mogyoró-, és gyümölcsvagdálékot. Jól keverjük össze a mézet és a vizet, tegyük bele a vaníliarudat, és állandó

kevergetés mellett (kb. 20 perc alatt) főzzük belőle sűrű szirupot, majd adjuk hozzá a citromlevet, és alaposan keverjük bele, végül vegyük ki belőle a vaníliarudat.

Kevés vízzel pépesítsük meg a kukoricalisztet, majd ehhez adjuk az elkészített szirupot és lassú tűzön, állandó kevergetés közben, főzzük 10 percig, majd öntsük a tepsiben elterített gyümölcsre úgy, hogy kb. 1 cm vastag réteg jusson mindenhova. A tepsiben hagyjuk kihűlni, majd borítsuk ki onnan, és kb. 2 x 2 cm-es kockákra vágva szedjük egy díszes (ezüst)tálcára úgy, hogy a gyümölcsös fele legyen felül. Ezt vékonyan kenjük meg mézzel, szórjuk meg az apróra vágott dióval és így kínáljuk az erős arab kávéhoz.

### Hozzávalók:

- 10 dkg apróra vágott mandula, ugyanennyi mogyoró, dió,
- 10 dkg apróra vágott narancs,
- 10 dkg apróra vágott, hámozott grapefruit
- 4 dl méz
- 4 dl víz
- 1/2 rúd vanília
- 1/2 dl citromlé
- 15 dkg kukoricaliszt
- 1 tk. finom étolaj
- kukoricaliszt a sütőformához

# 160 mézes édesség recept

## Rakott mézes



### Elkészítés:

A tojást, zsírt, tejet, mézet, cukrot gőz felett keverjük ki, majd adjuk hozzá a lisztet, fahéjat, és szódbikarbónát. 3 lapot sütünk belőle. A piskótát 6 tojásból megsütjük és félbevágjuk. A krémhez a tejet és a vanília pudingot

megfőzzük. A porcukrot, margarint kikeverjük, majd összekeverjük a kihűlt pudinggal. A lapokat a piskótával felváltva megtöltjük a krémmel, majd csokimázzal bevonjuk a tetejét.

### Hozzávalók:

#### Mézes lapokhoz:

- 1 tojás
- 3 dkg zsír
- 3 ek. tej
- 3 ek. méz
- 15 dkg cukor
- 40 dkg liszt
- 1/2 cs. fahéj
- 1 kávéskanál szódbikarbóna

#### Krémhez:

- 1/2 l tej
- 2 cs. vanília puding
- 20 dkg porcukor
- 25 dkg margarin

#### Piskótához:

- 6 tojás

## Ropogós mézes



### Elkészítés:

A kekszet kézzel apróra tördeljük. A csokoládét is külön összetörjük, és gőzben felolvasztjuk. Ugyanígy megolvasztjuk a vajat és a mézet egy másik edényben. végül a kekszet, a csokoládét, a vajat, meg a mézet jól összekeverjük. Egy kis tepsit vajjal jól kikenünk, és a kekszmasszát

egyenletesen belenyomogatjuk. A cukrozott cseresznyeszemekkel kirakjuk a tetejét. Egy órára hűtőszekrénybe rakjuk, majd felszeleteljük.

### Hozzávalók:

- 15 dkg édes keksz, vagy babapiskóta
- 15 dkg csokoládé
- 10 dkg vaj
- 2 ek. méz
- a tetejére cukrozott cseresznye, vagy meggy

## Ropogós zabdara szelet



### Elkészítés:

Krémesítsük meg az olajat habverővel, és állandó verés közben, vékony sugárban adagoljuk hozzá a mézet. Adjuk hozzá a fűszereket, majd egyenként a tojásokat, minden egyes tojás után alaposan felve a kré-

met. Keverjük bele a zabdarát és a diót is. Tegyük a nyers tortaformát egy tortaforma aljára, majd öntsük rá az egész, előbb megkevert krémet és 180C°-os sütőben kb. 50 percig, illetve amíg a sütemény kellően össze nem áll. A kész sütemény igen kiadós, így tehát kis szeletekre vágjuk fel.

### Hozzávalók:

- 1/2 dl finom étolaj
- 2,5 dl méz
- 1/2 tk. fahéj
- 1/4 tk. őrölt szegfűszeg
- 1/4 tk. só
- 1 db nyers tortaalap
- 3 tojás
- 2 dl zabdara (vagy búzadara)
- 1 dl apróra vágott pekán/hikori dió ha nincs akkor közönséges dió is jó.



### Elkészítés:

A tészta hozzávalóit a liszt kivételével gőz fölött addig főzzük, amíg pöfögni kezd. Amikor kihűlt, hozzáadjuk a lisztet, összegyúrjuk, 30 percig pihentetjük, majd három cipót formálunk belőle. A kinyújtott tésztaalapokat megsütjük. A krémhez a pudingport a tejjel elkészítjük.

A margarint a cukorral habosra keverjük, majd a kihűlt pudinggal összevegyítjük. A mézes lapokat a krémmel megtöltjük és egy napig állni hagyjuk. Másnapra puha lesz. A tetejére olvasztott csokoládét csorgathatunk.

## Sári mézes

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 4 ek. méz
- 1 tojás
- 3 ek. tej
- 20 dkg porcukor
- 5 dkg zsír
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna
- 2 ek. kakaó
- 50 dkg liszt

#### Krémhez:

- 1 l tej
- 2 tasak vaníliaízű pudingpor
- 25 dkg margarin
- 20 dkg porcukor

## Seherezádé alma 1



### Elkészítés:

A piskótát közepes, az aszalt gyümölcsöt kis kockákra vágjuk. Ezután a mézzel és a lekvárral összedolgozzuk, majd kis gombócokat formálunk belőle. Durvára vágott dióban megforgatjuk. A puncs ízű pudingporból

sűrű öntetet készítünk, és tálaláskor a kis gombócok köré öntjük. Aszalt gyümölcsökkel díszítjük, de még rejtélyesebb, ha néhány ehető virágszirmot is szórunk mellé.

### Hozzávalók:

- 25 dkg kész piskóta
- 10 dkg aszalt gyümölcs
- 10 dkg méz
- 10 dkg narancslekvár
- 10 dkg dió

### Öntethez:

- 1 cs. főzés nélkül elkészíthető puncs ízű pudingpor
- kb 3 dl tej

### Díszítéshez:

- aszalt gyümölcsök

## Seherezádé alma 2



### Elkészítés:

Alaposan elegyítsük valamennyi hozzávalót. Teáskanálnyi gombócok formájában adagoljuk ki egy megszírozott sütőlapra. 175C°-on süssük 10-12 percig. Dróthálóra helyezve hűtsük. 70-75 db lesz belőle.

### Hozzávalók:

- 2 dl méz
- 2 dl napraforgóolaj
- 2 tojás
- 1 dl tisztított napraforgómag
- 4 dl zabliszt
- 1 dl hántolt zab (nyers)
- 1/4 tk. vanília kivonat

## Sötét gyümölcsös kenyér



### Elkészítés:

Ünnepi alkalmakra szerettek a családnak és a barátainknak gyümölcsös süteményeket küldeni, így ez a recept nagyobb mennyiségre szól. Ám a hozzávalók

mennyisége arányosan csökkenthető, ha csak egy vagy két cipóra van szükség.

Egy nagy rozsdamentes fazékban melegítsük az első hat hozzávalót (a gyümölcslevet és a szárított gyümölcsöket) kb. 5 percre, majd tegyük egy fedőt a fazékre és áztassuk a gyümölcsöket 12-15 óra hosszat.

Melegítsük elő a sütőt 175C°-ra. Szitáljuk át egyszer a finom réteslisztet, majd a maradék száraz hozzávalókkal (a diót és a mogyorót kivéve) szitáljuk össze még egyszer. Egy nagy tálban keverjük krémet a mézből, a vajból, a tojásokból és a vaníliából.

Ezután keverjük ebbe bele először a lisztes, majd a gyümölcsös keveréket, végül pedig a diót és a mogyorót.

Osszuk szét a tésztát három, olajjal jól kikent és sütőpapírral kibélelt cipósütő tepsibe és két, kiolajozott piskótasütő serpenyőbe.

Valamennyit 3-3,5 óra hosszat süssük, amíg el nem készül. Hűtsük le őket, csomagoljuk fóliába és tegyük félre hűvös helyre. A kész cipókat le is fagyaszthatjuk. Végül is öt, kétféle alakú ünnepi süteményhez jutottunk

### Hozzávalók:

- 3 dl édesítetlen fehér szőlőlé vagy almalé
- 5 dl magtalan fehér mazsola
- 5 dl mazsola
- 2 dl kimagozott, apróra vágott datolya
- 4 dl szárított, apróra vágott ananász
- 4 dl szárított apróra vágott kajszi
- 1,2 l finom rétesliszt
- 2 tk. só
- 1/2 tk. sütőpor
- 2 tk. őrölt fahéj
- 1 tk. őrölt szegfűbors
- 1 tk. őrölt szerecsendió
- 1/2 tk. őrölt szegfűszeg
- 1/4 tk. őrölt kardamomtermés
- 4 dl vaj
- 3 dl méz
- 10 tojás
- 2 ek. vanília
- 4 dl durvára darált mogyoró
- 2 dl durvára darált dió

# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

A mézet a porcukorral felforraljuk, majd leforrázunk vele a lisztet. Ha kihűlt, gyúrni kezdjük egy keverőtálban, hozzáadjuk a tojásokat, az őrölt fahéjat, csipetnyi sáfrányt, a szóda bikarbónát és jól kidolgozzuk. Nagy pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk, s minden pogácsa közepébe egy mogyorót vagy mandulát teszünk. Lisztezett, kikent tepsiben még fél órát pihentetjük, majd kb. 20 percig sütjük.

csaszaggatóval kiszaggatjuk, s minden pogácsa közepébe egy mogyorót vagy mandulát teszünk. Lisztezett, kikent tepsiben még fél órát pihentetjük, majd kb. 20 percig sütjük.

## Szamosújvári mézes pogácsa

## Hozzávalók:

- 20 dkg méz
- 20 dkg porcukor
- 45 dkg liszt
- 2 tojás
- mogyoró, vagy mandula
- 1 kávéskanál szóda bikarbóna
- 1 kávéskanál fahéj
- csipet sáfrány

## Szuper mézkaramella



## Elkészítés:

Forraljuk fel a mézet és a mogyoróvaját. Először keverjük el ebben a szentjánoskenyér port, majd az összes többi hozzávalót. Ezeket a műveleteket nagyon gyorsan kell végezni, hogy az anyag ne nagyon hűlhessen le közben. A végén gyorsan öntsük az egészet egy

kizsírozott, kb. 20 x 20 cm-es tepsibe és hűtsük le hamar. Ha megkeményedett, vegyük ki a tepsiből, szeleteljük fel, és tartsuk a hűtőben a felszolgálásig. A fenti mennyiségből kb. 25 db 4 x 4 cm-es darab lesz.

## Hozzávalók:

- 2 dl méz
- 2 dl mogyoróvaj
- 2 dl szentjánoskenyér por
- 2 dl szezámmag
- 2 dl hántolt napraforgó
- 1 dl felaprított datolya, vagy aszalt szilva
- 1 dl kókuszreszelék



## Székely mézes pogácsa 1

### Elkészítés:

A rozslisztet összekeverjük a forró mézzel. Miután kihűlt, a tojásokat, a törött fahéjat, a törött szegfűszeget, a citrom reszelt héját és a szódabikarbónát hozzáadjuk. Jól eldolgozzuk. Kétfok vastagságúra nyújtjuk, pogácsaszaggatóval kiszaggatjuk, tojássárgájával bekenjük, mindegyikre fél hámozott mandulát teszünk. Viasszal kikent tepsiben sütjük. Néhány napi állás után kitűnő.

### Hozzávalók:

- 3/4 kupa (6 deci) rozsliszt
- 4 és fél ek. méz
- 4 egész tojás + 1 sárgája
- 1 kávéskanál tört fahéj
- 1 citrom reszelt héja
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- hámozott mandula

## Székely mézes pogácsa 2



### Elkészítés:

Melegítjük, barnítjuk, aztán kihűtjük. A cukrot égetjük, s felengedjük egy kanál meleg vízzel, hozzáadjuk a rozslisztet, a tojást, a szódabikarbonát és a hamuzsír. Összekeverjük a mézzel és annyi liszttel, amennyit felvesz. Lassan sütjük.

### Hozzávalók:

- 30 dkg méz
- 1 ek. cukor
- 1 kanál víz
- 12 dkg rozsliszt
- 2 tojás
- kis fahéj
- szódabikarbóna
- hamuzsír és liszt



# 160 mézes édesség recept

## Temrije



### Elkészítés:

Gyúrjunk tésztát a megszitált lisztből, a vízből és a sóból. Szaggassunk belőle kb. 5 dkg-os korongokat. Ezeket helyezzük egy olajjal vékonyan megkent tálcára, majd a tetejüket is kenjük be olajjal. Hagyjuk pihenni vászonkendővel letakarva, egy óra

hosszat. Közben készítsük el a tölteléket. Öntsük a tejet egy fazékba és adjuk hozzá a búzadarát és a mézet, alaposan keverjük el, majd erőtűzőn, állandó kevergetés közben 20 percig főzzük. Ez után öntsük még azon melegében egy akkora lapos tepsibe, hogy a töltelék kb. egy cm vastag legyen.

A pihentetett tésztát olajjal megkent márvány-, vagy vastag üveglapon nyújtsuk ki amilyen vékonyra csak tudjuk, majd vágjuk fel kb. 5 x 5 cm-es négyszögletes darabokra. Vágjuk fel az időközben megszilárdult tölteléket is, kb. 2,5 x 2,5 cm-es darabokra, majd ezeket tegyük a tésztalapokra, mindegyikre egyet. A tésztalapokat a sarkoknál hajtsuk fel és csippentsük össze a sarkokat, hogy sütés közben se eshessen szét.

Egy serpenyőben, igen forró olajban süssük aranybarnára a megtöltött batyukat. Fogóval vegyük ki a kész darabokat az olajból, és tegyük őket előmelegített és melegen tartott (nagy tömegű, lehetőleg márvány) tálcára. (Ízlés szerint porcukorral is meghinthetjük, bár ez nem szükséges). Forrón tálaljuk, mindegyik teríték mellett egy kis csészében illatos mézet is adjunk, melybe mindenki ízlés szerint mártogathatja a süteményeket.

### Hozzávalók:

- 25 dkg rétesliszt
- 2,5 dl víz
- 1 tk. só
- 1 ek. finom étolaj (a tésztához)
- 15 dkg búzadara
- 1 l zsírdús tej
- 1 dl méz (a töltelékhez)
- 2 dl étolaj (a sütéshez)
- illatos méz (pl hárs)
- a tálaláshoz (2 dl-enként 1/2 tk. vaníliát, vagy 1 csepp rózsaoajat is keverhetünk)

## Tészta a mákos és diós töltelékhez



### Elkészítés:

Az anyagokat összegyúrjuk. Az élesztő gyorsabban hat, ha a fele cukorral addig keverjük, amíg folyós nem lesz. Egy éjszakát állhat, azután 3-4 mm vékonyra kinyújtjuk, megkenjük valamilyen töltelékkel, összecavarjuk, tojássárgájával megkenjük, zsírozott tepsibe

együtt berakjuk és kisütjük.

### Hozzávalók:

- 30 dkg liszt
- 12 dkg margarin
- 2 tojás
- 2 dkg élesztő
- 6 dkg cukor
- 2 dkg méz

# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

A vízből és cukorból vastag szirupot főzünk, kavargatással hozzátesszük a mézet, úgy, hogy nehogy színt váltson. Beletesszük a citrom levét és a diót. Le vesszük a tűzről, addig kavargatjuk, míg vastagabb lesz.

Felverjük a tojásfehérjét,

lassan összekeverjük a masszával, nápolyi-lapra öntjük, elegyentjük, ráhelyezünk egy másik lapot, deszkával s mégegy nehézséggel lenyomatjuk. Kihűlve vizes késsel daraboljuk.

## Törökméz I

### Hozzávalók:

- 30 dkg cukor
- 3/4 pohár víz
- 15 dkg méz
- 1 citrom leve
- 25 dkg dió vagy mogyoró
- 4 tojás fehérje
- nápolyi lapok



## Elkészítés:

A cukrot addig főzzük a mézzel, míg barna és nyúlós lesz. Próbaként kiveszünk a szirupból egy cseppet és hidegvízbe cseppentjük, ha megköt, jó. A tűzről levéve állandó veréssel hozzáadjuk a már felvert tojásfehérje habhoz. Hozzátesszük a darált diót, melegen a nápolyi-

ra öntjük kb. 1 cm vastagságban, majd ráhelyezzük a másik lapot. Ezt tovább rétegezhethetjük. Meleg helységben pár napig száradni hagyjuk, nem lesz teljesen szilárd.

## Törökméz 2

### Hozzávalók:

- 25 dkg méz
- 12,5 dkg cukor
- 2 tojás fehérje
- 12,5 dkg dió
- nápolyi lapok

## Törökmézes ostya



### Elkészítés:

A mézet először hidegen, majd langyosítva elkeverjük, amíg megfehéredik. Hozzáadjuk a tojás habját, és gőz fölött sűrűre keverjük. Durvára vágott diót keverünk bele, majd a vanílialikört és a rózsaoajat. Mikor összekevertük, megkenjük vele az

ostyalapot, kb. kétujjnyi vastagon, majd lefedjük a másik ostyalappal. Nehezéket teszünk rá, megsütjük. Ha kihűlt, forró késsel felszeleteljük.

### Hozzávalók:

- 2 édes ostyalap
- 50 dkg méz
- 1 tojásfehérje
- 20 dkg dió vagy mogyoró, esetleg mandula
- 1 kupica vanílialikőr
- pár csepp rózsaoaj

## Túrórudis mézes



### Elkészítés:

A tojássárgákat a cukorral, a mézzel és a vajjal kikeverjük, hozzáadjuk a fűszereket, a mazsolát, a szódabikarbónával elkevert lisztet, majd beleforgatjuk a tojások kemény habját. Egy őzgerincformát kivajazunk, lisztezünk. A tészta egyharmad részét beleöntjük, a 4 Rudit rá-

fektetjük, 2-2 db-ot hosszában egymás mellé, majd befedjük a maradék tésztával. Előmelegített sütőben készre sütjük, majd ha kihűlt, bevonjuk csokimázzal. Csokimáz helyett porcukorral meghintve is mutatós.

### Hozzávalók:

- 4 tojássárgája
- 3 ek. cukor
- 2 dl langyos méz
- 10 dkg puha vaj
- 8 ek. liszt
- 1 kávéskanál szódabikarbóna
- kicsi őrölt fahéj
- kevés szegfűszeg
- 4 tojásfehérje kemény habja
- 5 dkg mazsola
- 4 db túrórudi

## Tűzforró aranyzsemle



### Elkészítés:

Egy nagy keverőtálban keverjük össze a lisztet, a sütőport, a fahéjat, a sót, a diót és a mazsolát, majd tegyük félre egy időre. Egy kisebb tálban most alaposan keverjük össze a tojásokat, a narancslét, az olajat, a mézet,

a vaníliát és a narancshéjat, majd adjuk az egészet az előbb megkevert száraz hozzávalókhoz. Ekkor keverjük csak bele a sárgarépát, míg át nem nedvesedik.

Angliában a tésztát zsemlényi darabokban sütőlapon vagy sűrű fémrácson sütik aranybarnára, majd félbevágják, és piritósként szolgálják fel.

Amerikában ezzel szemben kivajazott sütőformákba töltik, és ha elkészült, ezekből kiborítva, azon melegében fogyasztják.

### Hozzávalók:

- 4 dl korpás búzaliszt
- 2 tk. sütőpor
- 1 tk. fahéj
- 1/4 tk. só
- 1 dl apróra vágott dió
- 1 dl mazsola
- 2 tojás
- 1/2 dl narancslé
- 1 dl étolaj, vagy finom napraforgóolaj
- 1 dl méz
- 1 tk. vanília
- 1 tk. reszelt narancshéj
- 2 dk reszelt sárgarépa



### Elkészítés:

Melegítsük elő a sütőt 190C°-ra. Keverjük egybe a száraz hozzávalókat. Ehhez adjuk aztán a tejfölt és a maradék hozzávalókat. Alaposan keverjük össze, majd adagoljuk a papírral kibélelt tésztasütő formákba. Kb. 20 perc alatt sül

aranybarnára. Lassú tűzön forraljuk a málnát, a vizet és a kristálycukrot kb. 5 percig.

A keveréket ezután szűrjük egy kis tálba. Innen öntsük a keverőgépre, ahova már beletettük a vaját, a porcukrot és a málnalikőrt is. Addig keverjük, míg lágy, sima nem lesz.

Innen már csak a kis felszolgáló tálkába kell tennünk, lefednünk és jól behűtenünk legalább egy óra hosszat, mielőtt felszolgálánánk a kukoricásütihez.

## Vajas-mézes kukoricásüti málnavajjal

### Hozzávalók:

#### Sütihez:

- 2 dl kukoricaliszt
- 1 dl finomliszt
- 3 tk. sütőpor
- 1/8 tk. reszelt szerecsendió
- 3/4 tk. só
- 2 dl 20%-os tejföl
- 3 ek. méz
- 3 ek. víz
- 2 tojás felverve
- 3 ek. olvasztott vaj

#### Málnavajhoz:

- 2 dl friss málna
- 2 ek. víz
- 1,5 ek. kristálycukor
- 1 dl sótlan vaj
- 2 ek. porcukor
- 2 tk. málnalikőr

## Viktória csemege



### Elkészítés:

Hét tojás kemény habjába teszünk 40 dkg porcukrot, kevés vaníliát, törött diót, és ezt forró vízzel telt edényben, folytonos keverés között főzzük, 2 dl forró mézet hirtelen a keverék közé öntünk, és olyan sűrűre főz-

zük, hogy a kanál megálljon benne. Két ostya közé tesszük, és ujjnyi széles szeletekre vágjuk.

### Hozzávalók:

- 7 db tojásfehérje
- 40 dkg porcukor
- 40 dkg dió
- 2 dl méz
- 1/4 rúd vanília
- 2 db ostya- vagy tortalap

## Zabpehely torta régiesen



### Elkészítés:

A keverőgéppel verjük habot a vajból és a mézből. Adjuk hozzá a tojásokat is, jól keverjük össze. Ezután keverjük csak bele alaposan a zabot, a kókusz, a barna cukrot, a diót és a mazsolát. A keveréket öntsük a formába helye-

zett tortalapra. Az egészet tegyük a 180°C-ra előmelegített sütő középső rácsára, süssük 40 -45 percig, vagyis addig, míg a közepébe szúrt hideg késpenge tisztán nem húzható ki onnan.

Dróthálón hűtsük le a süteményt szobahőmérsékletre. A tetejét közvetlenül a felszolgálás előtt tejszínhabbal díszíthetjük.

### Hozzávalók:

- 1 dl vaj vagy margarin
- 1,5 dl méz
- 2 tojás felverve
- 1,5 dl hántolt, előfőzött zab, vagy zabpehely
- 1,5 dl kókuszreszelék
- 1,5 dl barna cukor
- 1 dl mazsola
- 1 dl apróra vágott dió
- 1 db 20 cm-es félkész tortalap
- tejszínhab (igény szerint)

# 160 mézes édesség recept



## Elkészítés:

Gőz fölött megolvasztjuk a margarint, és belekeverjük a cukrot, a tojást, a mézet és a kakaóport. Ha teljesen elkeveredett, hozzáadjuk a szóda bikarbónás lisztet. Négy részre osztjuk, és egyenként kisütjük lapoknak. Nagy tepsit használ-

junk, mert ha kisebb lapokat sütünk, nagyon vastag lesz a sütemény!

A tejből és a lisztből sűrű krémet főzünk, majd hagyjuk kihűlni. A margarint habosra keverjük a porcukorral, majd belekeverjük a megfőzött krémet és a vaníliás cukrokat. A krémet 3 részre osztjuk, és megtöltjük vele a lapokat. Pár órát hagyjuk puhulni.

Gyorsan elkészíthető, nagyon finom sütemény.

## Zsuzsi szelet

### Hozzávalók:

#### Tésztához:

- 2 ek. méz
- 2 ek. kakaópor
- 2 tojás
- 5 dkg vaj
- 20 dkg porcukor
- 1/2 kávéskanál szóda bikarbóna
- 45 dkg liszt

#### Krémhez:

- 5 dl tej
- 5 ek. liszt
- 20 dkg porcukor
- 25 dkg margarin
- 2 cs. vaníliás cukor

## Zabsütemény régiesen



## Elkészítés:

Keverjük össze valamennyi hozzávalót a tejszínhab kivételével, jól dolgozzuk össze. Öntsük az egészet a sütőformába. 175C°-os sütőben süssük 40-50 percig, amíg enyhén meg nem barnul, és a közepén beszáradt és tisztán

nem húzható ki. Hűtsük le. Díszítsük a tejszínhabbal, és máris felszolgálhatjuk.

## Hozzávalók:

- 1,5 dl méz
- 2 tojás (habarva)
- 1,5 dl előfőzött hántolt zab
- 1,5 dl kókuszreszelék
- 1,5 dl aszalt ribizli
- 1,5 dl apróra vágott dió
- 24 cm-es kerek tészta sütőforma
- tejszínhab ízlés szerint