2018. NOVEMBER–DECEMBER • I. ÉVF., 3. SZÁM • MEGJELENIK HAVONTA • INGYENES

Újpesti Piac

UJPEST.HU/PIAC

Karácsonyi készülődés

ÜNNEPI NYITVATARTÁS

Bővebben az 1. oldalon.

HOGYAN VÁLASSZUNK HALAT AZ ÜNNEPI ASZTALRA?

Bővebben a 10. oldalon.

AKCIÓS AJÁNLATOK

ÚJPESTI PIAC

ÜNNEPI NYITVATARTÁS

A változtatás jogát fenntartjuk.

december 22.	06:00–14:00	**december 28.**	06:00–16:00
december 23.	06:00–14:00	**december 29.**	06:00–14:00
december 24.	06:00–13:00	**december 30.**	06:00–14:00
december 25.	ZÁRVA	**december 31.**	06:00–15:00
december 26.	ZÁRVA	**január 1.**	ZÁRVA
december 27.	06:00–16:00	**január 2.**	06:00–18:00

KÉNYELMESEN BABAKOCSIVAL

Az új piac számos tekintetben túlmutat elődjén. Környezettudatos, letisztult, akadálymentesített, korszerű, egyszóval a jövőnek épült.

Oly sok előnyéhez sorolható az is, hogy jóval tágasabb, sokkal több hely van a vásárlóknak az akadálytalan közlekedésre, anélkül, hogy tolongás alakulna ki. Különösképpen jó hír ez a kisgyermekes anyukáknak, hiszen így nekik is sokkal több tér nyílik a biztonságos közlekedésre. Megkérdeztünk erről egy újpesti anyukát, aki éppen sütőtököt vásárolt a piacon az esti vacsorához.

– Szerettük a régi piacot, de lássuk be, itt könnyebben elférünk a babakocsival. Meg tudunk állni, rendesen körülnézni egy standnál, anélkül, hogy valakinek folyton útban lennénk. Nagyon örülök, hogy az új piac építésekor erre is figyeltek. ●

MÉZESKALÁCS

9+1 LÉPÉSBEN

HOZZÁVALÓK:

- 65 dkg liszt
- 9 ek cukor
- 9 ek méz
- 2 egész tojás
- 2 tojássárgája
- 14 dkg margarin
- 1 kk mézeskalács-fűszerkeverék
- 3 ek tejföl
- 1 kk szódabikarbóna
- 1 tojás a mézeskalácsok megkenéséhez

1. A margarint kicsit mikróban megpuhítjuk, majd habosra keverjük.
2. Hozzáadjuk a cukrot, majd a tejfölt, a tojásokat és a tojássárgákat. Ezzel tovább keverjük.
3. A mézet a szódabikarbónával felforraljuk (Figyeljünk rá, hogy ne nagyon kis lábosba tegyük, mert nagyon fel fog habosodni!), és még forrón az előző keverékhez öntjük és simára keverjük.
4. Végül a lisztet és a mézeskalács-fűszerkeveréket adjuk hozzá és kézzel összegyúrjuk.
5. 1 órára hűtőbe tesszük pihenni. Nagyon jó tésztája lesz, kevés liszt kell csak alá a deszkára, de nem ragad, könnyű vele dolgozni!
6. A hűtőből kivéve kb. 1/2 cm vastagságúra nyújtjuk. Karácsonyi formákkal kiszaggatjuk.
7. A sütőt 180°C-ra melegítjük. A kiszaggatott mézeskalácstésztát sütőpapírral kibélelt tepsibe tesszük, nem túl közel egymáshoz, mert meg fognak dagadni a mézeskalácsok.
8. Az egész tojást felhabosítjuk, és a sütik tetejét megkenjük vele.
9. Kb. 10 percig sütjük. Figyeljünk rá, hogy ne süssük nagyon barnára, csak épphogy egy kicsi színe legyen, mert ha nagyon megsütjük, akkor nem marad puha. ●

+1. FOGYASSZUK EGÉSZSÉGGEL!

ROZÉ KACSAMELL

FAHÉJAS SZILVARAGUVAL, LILABURGONYÁS GNOCCHIVAL

HOZZÁVALÓK 4 FŐRE:

Kacsa:

- 4 db 20 dkg-os pecsenye kacsamell
- 1 ek vaj
- 4 szál kakukkfű
- só, bors

Szilvaragu:

- 1 kg szilva
- 1 db fahéjrúd
- 10 dkg cukor
- 0,5 dl szilvapálinka
- 0,5 dl víz

Lilaburgonyás gnocchi:

- 25 dkg lilaburgonya
- 30 dkg finomliszt
- 1 tk só
- 1 db tojás

A kacsamelleket tisztítsuk meg a szűz részektől, és vágjuk le a hártyákat. A kacsa bőrét egy éles késsel irdaljuk be, azért, hogy sülés közben a bőrben lévő zsiradék el tudjon távozni. Vágás közben figyeljünk arra, hogy ne vágjunk bele a húsba, csak a bőrt irdaljuk be. Melegítsük elő a sütőt 210 fokra, és hevítsünk fel egy olyan serpenyőt a gáztűzhelyen, aminek hőálló a nyele. Ha már forró a serpenyő, vegyük vissza a lángot, és tegyük bele a kacsamelleket bőrükkel lefelé. Lassan süssük ki a bőréből a zsiradékot addig, amíg ropogós és szép aranybarna nem lesz. Ezután fordítsuk át a kacsákat, szórjuk meg sóval és borssal. Rakjunk kakukkfűágat és 1 evőkanál vajat a serpenyőbe, és helyezzük az előmelegített sütőbe 10-15 percre. Rakjunk fel egy kis fazékban sós vizet a gnocchi megfőzéséhez. Ha meg akarjuk gyorsítani a munkánkat, akkor a friss gnocchit megvásárolhatjuk az Újpesti Piac második emeletén található Centróban.

A gnocchikat a forrásban lévő vízbe, és főzzük addig, amíg a gombócok fel nem jönnek a víz felszínére (kb. 3 perc). Olvasszunk fel egy evőkanál vajat egy serpenyőben és ezen pirítsuk át a lilaburgonyás gnocchikat. A szilvaragu elkészítéséhez a szilvákat mossuk meg, távolítsuk el száraikat. Vágjuk félbe és magozzuk ki őket. A tisztított szilvák felét rakjuk fel egy lábosban a fahéjjal, a cukorral, a pálinkával és a vízzel főni. Amikor a szilva puhára főtt, vegyük ki belőle az egész fahéjat és turmixoljuk le. Passzírozzuk le pürénket egy nagyobb lyukú szitán, hogy megszabaduljunk a héjrészektől. Tegyük vissza a tűzre és dobjuk bele a szilvák másik felét, és főzzük addig a pontig, amíg a szilvák már megfőttek, de még nem esnek szét. Tálalásnál a tányérokra halmozzuk a gnocchikat, erre helyezzük a keresztben félbevágott kacsamelleket, és körben meglocsoljuk a szilvaraguval. Kakukkfűággal díszíthetjük. ●

ÚJPESTI PIAC

AKCIÓS AJÁNLATOK

Az ólomkristály csillogása ünnepet teremt a hétköznapokban is!

ásványkarkötők
3500 Ft-tól/db

angyalkák
650 Ft-tól/db

szobrok
7000 Ft-tól/db

gyertyák
1200 Ft-tól/db

ólomkristály termékek
14 500 Ft-tól/db

üvegállatok
2500 Ft/db

Kristály Mánia
1.01–B3 sziget

ÉRVÉNYES: 2018. november 15. – december 31.

Az esetleges szerkesztési vagy nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk.
A képek csak illusztrációul szolgálnak.

ÜNNEPI DEKORÁCIÓ

házilag

Karácsonyra mindenki igyekszik a lehető legszebb díszbe öltöztetni otthonát is. Ehhez azonban nem kell vagyonokat költeni. Egy kis kreativitás és saját grincsfánk vagy karácsonyi boxunk lehet.

grincsfa
3500 Ft-tól/db

GRINCSFA

Örökzöldekből készül, erre a legjobb megoldás a Nordmann-fenyő és a zsurló.
Az ágakat egy arányos méretű virágcserépbe (homok-, sóder- vagy földágyon) helyezzük úgy, hogy lentről fölfelé vékonyodjon, és kezdhetjük is a tekerést. Vékony madzaggal vagy dróttal dolgozzunk. A díszítés során használhatunk színes szalagokat, karácsonyi gömböket, terméseket, és akár világító izzósort is.

asztali díszek, diszítéstől függően
4500 Ft-tól/db

KARÁCSONYI BOX

A rózsák után már a karácsonyi dekoráció is kerülhet díszdobozba, amelybe szárazhabot vagy oázist helyezzünk, és már csak a képzelet szabhat határt a beletűzdelt díszek pompájának. ●

AZ ASZTALDÍSZEKRE ÉS A GRINCSFÁKRA VALÓ ELŐJEGYZÉST KÉRJÜK IDŐBEN JELEZNI!

Mikulásvirág
600 Ft-tól/db

karácsonyi kaktusz
1300 Ft-tól/db

Lupa Virágsziget
31. üzlet

VIRÁGZÓ SZOBANÖVÉNYEK, VÁGOTT ÉS CSEREPES VIRÁGOK SZÉLES VÁLASZTÉKBAN KAPHATÓK!

PIAC PLACC szombaton és vasárnap az időjárás függvényében az Újpesti Piac és Vásárcsarnok mellett, a Duna sétányon.

ÚJPESTI PIAC

AKCIÓS AJÁNLATOK

KONYHAKÉSZ VADHÚSOK NAGY VÁLASZTÉKBAN!

hízott májas kacsa
1800 Ft/kg

frissen bontott hízott kacsamáj
6990 Ft/kg

frissen bontott hízott libamáj
13 990 Ft/kg

Kosher Trade
121/2. üzlet

vaddisznószalámi
paprikás, csemege
5800 Ft/kg

párizsi
glutén-, szója-, adalékanyag-mentes
2750 Ft/kg

vegyes kolbász
mangalica-szarvas
4800 Ft/kg

májas
glutén-, szója-, adalékanyag-mentes
2900 Ft/kg

Vadász Kamrája
123. üzlet

hagyományos füstölésű csülök
1650 Ft/kg

házi parasztkolbász
2000 Ft/kg

házi sváb zsemlés hurka
1600 Ft/kg

házi rizses hurka
1300 Ft/kg

házi turistaszalámi
adalékanyag-mentes
2600 Ft/kg

Félix alutasakos macskaeledel
több ízben
440 Ft/4x100 g

kutya-, macskafekhelyek
10 % kedvezménnyel

Alice kutyaeledel
több ízben
299 Ft/1240 g

pórázok, nyakörvek
széles választékban
5 % kedvezménnyel

NewPets
113. üzlet

Az esetleges szerkesztési vagy nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk.
A képek csak illusztrációul szolgálnak.

ÉRVÉNYES: 2018. november 15. - december 31.

Egy falat Itália karácsonyra

Karácsonykor ki is tudna ellenállni egy ropogós kacsasültnek, egy tál friss halászlének, vagy annak a rengetegféle süteménynek, amit a család „sütifelelőse” az asztalra varázsolt? Azonban néha nem árt valami könnyebbel csillapítani az éhségünket, hogy a gyomrunknak is legyen ideje feldolgozni az ünnepi menüket.

HOZZÁVALÓK (2FŐRE):

- 250 g spagettitészta
- 4 db paradicsom
- 200 ml paradicsompüré
- 5 gerezd fokhagyma
- olívaolaj
- só
- bors
- őrölt chili
- friss bazsalikom
- 3-5 dkg parmezán

ELKÉSZÍTÉS:

Öntsünk egy kevés olívaolajat a serpenyőbe, és dobjuk bele a vékonyra vágott fokhagymát. Ahogy kezd színe lenni, hozzáadhatjuk a kockára vágott paradicsomot, majd sózzuk, borsozzuk. Lassú kavargatás közben várjuk meg míg a zöldség összeesik, majd egy villa segítségével szedjük ki a serpenyőből a héját. Ezután hozzáönthetjük a paradicsompürét, és ha szükséges, egy kevés olívaolajjal higíthatjuk a szószt. Közben a forrásban lévő vízbe beletesszük a spagettit, majd nagyjából 2-3 perc után leszűrjük és összeborítjuk a paradicsomos raguval. Szórunk rá egy kevés tört chilit, majd tálalás után néhány levél bazsalikommal díszítjük, és egy kevés parmezánt reszelünk a tetejére.

4+1 TIPP A MEGFELELŐ BORVÁLASZTÁSHOZ

1. Változott a rég bevált trükk!
Sokan azt vallják, hogy halakhoz, szárnyasokhoz fehér bort, míg vörös húsokhoz vörös bort érdemes fogyasztani, de ez már egy kissé elavult megközelítés. Legyen a bor összhangban az étel ízvilágával!

2. Hallgass az ösztöneidre!
Néha egyszerűen könnyű fogásokra vágyunk, salátára, vagy valamilyen tésztára. Nyugodtan igazíthatjuk ilyenkor a borválasztást is az ételhez. Ebben az esetben egy frissítő rozé, vagy gyengébb bor tökéletes választás lehet.

3. Ami az ételbe, a pohárba!
Bográcsozáskor az egyik kedvenc választás a vörösboros marhapörkölt. Fontos megfogadni, ha borral főzünk, ugyanazt az italt is fogyasszuk, így nem keverednek az ízek.

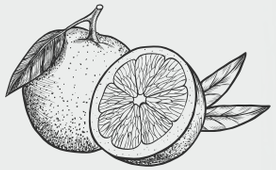
4. Ne félj kérdezni!
Ne féljünk tanácsot kérni! Kóstolgass még nem ismert borfajtákat, ízlelj meg új karaktereket, és találd meg a kedvencedet!

+1. Fröccsre fel!
A jó fröccs alapja a minőségi fehérbor vagy rozé. A zamatos, lágy borok illenek ehhez a méltán híres magyar találmányhoz!

„Van zsákodban minden jó, piros alma, mogyoró...”

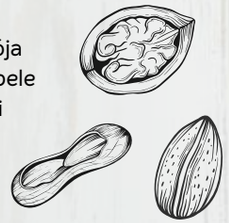
Jobb adni, mint kapni – tartja a közismert mondás. Mi sem bizonyítja ezt jobban, mint amikor a gyerekünket lepjük meg egy finomságokkal teli csomaggal december 6-án.

Először is a megfelelő csomagolás szükséges. Maradhatunk a jól bevált piros zacskónál, de ha valami egyedit szeretnénk, akkor a saját készítésű zsákocskákkal még személyesebbé tehetjük az ajándékot.



GYÜMÖLCSÖK
Akár aszalt gyümölcsöket is rakhatunk bele, bár nem sok gyermek rajong értük. Válasszuk inkább a már megszokott almát, narancsot, mandarint.

MAGVAK
A héjas földimogyoró klasszikus alkotója a csomagnak. De mellette rakhatunk bele diót, pisztáciát, mandulát, bármit, ami kimérten beszerezhető a piacon..



ÉDESSÉGEK
Elmaradhatatlan része az ajándékcsomagnak a csokoládé. Törekedjünk a minőségre, ne béküljünk meg a kakaós bevonómasszás csokimikulásokkal! Nézzünk körbe az Édességszigetben.

Együnk halat, finom falat!

Köztudott tény a hallal kapcsolatban, hogy nem hizlal, és egészséges. Amerikai tudósok bebizonyították, hogy a rendszeres halfogyasztás akár két évvel is meghosszabbíthatja az életet.

A halak kevés koleszterint tartalmaznak, de nagy mennyiségben található bennük a szervezetünk számára fontos foszfor, vas, kálium és kalcium, és egyéb ásványi anyagok. A halhús jelentős forrása az omega-3 zsírsavaknak, így csökkenti a szívroham kockázatát, kiváló fegyver a demencia és a stroke ellen, valamint súlyos szembetegségeket is megelőz. Legyünk kreatívak! A halászlén és a rántott halon túl számos isteni fogás készíthető még halból. Harcsás savanyúkáposzta, egészben sült pisztráng majonézes burgonyasalátával, diós-bazsalikomos pestóval meglocsolt, roston sült lazac, vagy azok számára, akik szeretnek merészebbet, extrémet álmodni és alkotni; azoknak bátran ajánljuk a szilvás-sajtos harcsafelfújtat.

DUNA MUHARI-FÉLE HALÁSZLÉ

2 literre számolva

HOZZÁVALÓK

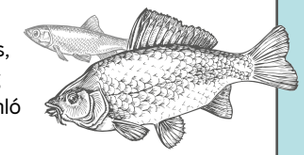
- 1 kg hal
- 2 fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 5 dkg pirospaprika, vagy Kalocsai halászlé-fűszerkeverék
- 4 db halászlékocka
- 5 dkg fehér bors
- 8 dkg só
- halfej ízlés szerint

Összefőzzük, paszírozzuk, majd újraforraljuk. Ezután beletesszük a halbelsőt, halszeletet. Még 5 percig forraljuk, és kész a halászlé (fagyasztható is)!

Hogyan válasszuk ki a legjobbat?

FRISS EGÉSZ HAL:

- válasszunk olyat, amelyiknek fénylik a bőre; tiszta, fényes a szeme; erős, feszes a húsa, mely nyomásra visszaugrik; a farokúszója pedig nedves, lapos.
- a kopoltyúnak meggyvörösnek kell lennie
- a sósvízi hal szaga sós, az édesvízi halé pedig tiszta tó vizéhez hasonló



FRISS FILÉ, SZELET:

- ha fehér húsú halat veszünk, olyat válasszunk, melynek húsa átlátszó, némi rózsaszín árnyalattal
- ha színes húsú halat veszünk, a húsnak tömörnek kell lennie, a rétegek közt nem lehet rés
- ha a halat nejlontasakba csomagolták, abban nem lehet semmilyen folyadék.
- kérjük meg az eladót, hogy szedje ki a szálkákat, melyek a gerincből erednek

FAGYASZTOTT HAL:

- fényes, kőkeményre fagyott terméket válasszunk, ne legyen rajta fehér folt, jég vagy jégkristály
- jól lezárt csomagot vegyünk a fagyasztó aljából, és ne legyen régebbi 3 hónaposnál

ÚJPESTI PIAC

AKCIÓS AJÁNLATOK

pontyfej
600 Ft/kg

harcsafej
1400 Ft/kg

Kalocsai halászlé-fűszerkeverék
600 Ft/80 g

AZ ÜNNEPEK ALATT IS KAPHATÓ:

- pontyszelet
- élő ponty
- pontyfilé
- harcsa
- busa
- pisztráng

Halászlé alapanyag 4-5 féle halból (keszeg, kárász, harcsa, ponty, busa).

Halas
126. üzlet

HÁZI SZÖRPÖK NAGY VÁLASZTÉKBAN!

kecskejoghurt
500 Ft/0,5 l

Weiss-féle sajt
450 Ft/10 dkg

Merkl Sándorné
52. hűtőpult

ÉRVÉNYES: 2018. november 15. - december 31.

Az esetleges szerkesztési vagy nyomdai hibákért felelősséget nem vállalunk. A képek csak illusztrációul szolgálnak.

ÚJPESTI RENDEZVÉNYTÉR PROGRAMOK

NOVEMBER 15.
- **17:00** Szenior örömtánc
- **18:00** Zumba

NOVEMBER 17.
- **20:00** Kalmus Felicián koncert

NOVEMBER 19.
- **9:00** Szenior örömtánc

NOVEMBER 20.
- **18:00** Zumba
- **19:00** Salsa | kezdő

NOVEMBER 21.
- **9:00** Jóga
- **9:30** Zumbini
- **11:00** Zumba Gold
- **19:00** West Coast Swing | kezdő
- **20:00** West Coast Swing | középhaladó

NOVEMBER 22.
- **17:00** Szenior örömtánc
- **18:00** Zumba

NOVEMBER 24.
- **19:00** Budapest Jazz Orchestra: Real Queen

NOVEMBER 25.
- **10:30** UPeramesék Papagénóval

NOVEMBER 26.
- **9:00** Szenior örömtánc

NOVEMBER 27.
- **18:00** Zumba
- **19:00** Salsa | kezdő

NOVEMBER 28.
- **9:00** Jóga
- **9:30** Zumbini
- **11:00** Zumba Gold
- **19:00** West Coast Swing | kezdő
- **20:00** West Coast Swing | középhaladó

NOVEMBER 29.
- **17:00** Szenior örömtánc
- **18:00** Zumba

NOVEMBER 30.
- **19:00** Carmina Burana

DECEMBER 01.
- **19:00** Opera StandUP

DECEMBER 02.
- **11:00** Hókirálynő

DECEMBER 03.
- **9:00** Szenior örömtánc

DECEMBER 04.
- **18:00** Zumba
- **19:00** Salsa | kezdő

DECEMBER 05.
- **9:00** Jóga
- **9:30** Zumbini
- **11:00** Zumba Gold
- **19:00** West Coast Swing | kezdő
- **20:00** West Coast Swing | középhaladó

DECEMBER 06.
- **17:00** Szenior örömtánc
- **18:00** Zumba

DECEMBER 07.
- **19:00** Kövek a zsebben

DECEMBER 09.
- **17:00** Adventi koncert – Adventi álmok

DECEMBER 10.
- **9:00** Szenior örömtánc

DECEMBER 11.
- **18:00** Zumba
- **19:00** Salsa | kezdő

DECEMBER 12.
- **9:00** Jóga
- **9:30** Zumbini
- **11:00** Zumba Gold
- **19:00** West Coast Swing | kezdő
- **20:00** West Coast Swing | középhaladó

DECEMBER 13.
- **17:00** Szenior örömtánc
- **18:00** Zumba

DECEMBER 15.
- **19:00** Silent Night

DECEMBER 17.
- **9:00** Szenior örömtánc

DECEMBER 18.
- **18:00** Zumba
- **19:00** Salsa | kezdő

DECEMBER 19.
- **9:00** Jóga
- **9:30** Zumbini
- **11:00** Zumba Gold
- **19:00** West Coast Swing | kezdő
- **20:00** West Coast Swing | középhaladó

DECEMBER 23.
- **11:00** A varázsfuvola

DECEMBER 29.
- **11:00** BűvészShow – Óévi varázslat
- **20:00** 2 óra a nagyfolyón – Gerendás Péter

DECEMBER 30.
- **10:30** UPeramesék Papagénóval

JANUÁR 01.
- **19:00** Csárdáskirálynő

A programváltozás jogát fenntartjuk.

UP4Act | UP4Motion | UP4Style | UP4Suprise | UP4Learn | UP4Emotion

TÖLTSE VELÜNK AZ ÜNNEPEKET!
AJÁNDÉKOZZON KULTÚRÁT SZERETTEINEK!
ÁLDOTT KARÁCSONYT ÉS EREDMÉNYES ÚJ ÉVET KÍVÁNUNK!

UP4EVENT CSAPATA

INFORMÁCIÓ ÉS JEGYVÁSÁRLÁS:

Helyszínen: 1042 Budapest, Szent István tér 13-14.
Jegypénztár nyitvatartás: H–V 09:00–19:00
Interneten: www.up4event.hu • info@up4event.hu • jegy@up4event.hu
Telefonon: +36 1 696 0729