2019. DECEMBER • II. ÉVF., 11. SZÁM • MEGJELENIK HAVONTA • INGYENES

# Újpesti Piac

UJPEST.HU/PIAC

## Halló, hallé!

Bővebben a 3. oldalon.

*Akciós ajánlatok*

2019. december 1–31.

## Unaloműző bejglikülönlegességek

Bővebben a 6. oldalon.

# ÚJPESTI Karácsonyi VÁSÁR 2019

## EGYÜTT VELETEK!

**NOVEMBER 29. – DECEMBER 23.**

# CARAMEL

**GÁSPÁR LACI TOLVAI RENI**

**FERENCZI GYÖRGY ÉS A RACKAJAM JANICSÁK VECA**

**KÁLLAY SAUNDERS ANDRÁS ÉS A MIDDLETONZ**

**THE CARBONFOOLS LUI ROMA SOUL**

HELYSZÍN: **SZENT ISTVÁN TÉR**

**VÁSÁR | JÉGPÁLYA | MESEVÁROS | KONCERTEK**

NOVEMBER 30-TÓL MINDEN HÉTVÉGÉN SZÍNPADI PROGRAMOK, JÁTÉKOS MESEVÁROS, CSALÁDI- ÉS GYERMEKPROGRAMOK, SZTÁRVENDÉGEK.

ÚJPEST
AHOL SZERETÜNK ÉLNI

www.ujpest.hu
facebook.com/ujpest.media
facebook.com/sportosujpest

A RENDEZVÉNY INGYENESEN LÁTOGATHATÓ! A MŰSORVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!
A RENDEZVÉNY TERÜLETÉN A RÉSZTVEVŐKRŐL, ILLETVE A TÖRTÉNÉSEKRŐL KÉP-, HANG-, VALAMINT VIDEÓFELVÉTEL KÉSZÜLHET A NYILVÁNOSSÁG SZÁMÁRA.
KÖVESS MINKET! RÉSZLETEK AZ UJPEST.HU WEBOLDALON

# ÚJPESTI PIAC

## NYITVATARTÁS

| | |
|---|---|
| HÉTFŐ–PÉNTEK | 06:00–18:00 |
| SZOMBAT | 06:00–14:00 |
| VASÁRNAP | 06:00–14:00 |

**VÁRJUK KEDVES VÁSÁRLÓINKAT MINDEN NAP!**

# Karácsonyváró esték –

## Beszélgetés és kreatív tevékenység 3 alkalommal

Karácsony előtt sokan hajlamosak vagyunk kapkodásra, stresszre. A feladatok elvégzése valóban fontos, ám időt kell hagynunk az ünnep átélésére is. A karácsonyváró estéken rövid időre kiszakadhatunk a rohanásból. Megnyugodva hangolódhatunk a közelgő ünnepre. Ebben szépirodalmi szövegek és egyszerű, kreatív technikák segítenek. Meghitt, kellemes hangulatú időtöltésre számíthatnak a résztvevők.

**Helyszín:** Újpesti EFI
1046 Budapest
Görgey Artúr utca 30.

**Időpont:** 18:15–19:30
November 25. hétfő
December 2. hétfő
December 9. hétfő

ÚJPESTIEK EGÉSZSÉGÉÉRT
Egészségfejlesztési Iroda

# ÚJPESTI PIAC

## AKCIÓS AJÁNLATOK

**májas, véres hurka**
**1500 Ft/kg**

**sütőkolbász (csípős, csemege)**
**2400 Ft/kg**

**füstölt kolbász (csípős, csemege)**
**2400 Ft/kg**

**Klenovszki Kálmán**
**őstermelő**
54-55. asztal

**gyökér**
**350 Ft/cs**

**császárkörte**
**600 Ft/kg**

**idei zellergumó**
**350 Ft/db**

**sárgarépa**
**300 Ft/cs**

**burgonya**
**270 Ft/kg**

**Pintér Tihamér**
**őstermelő**
8-10. és 75-79. asztal



# Halló, hallé!

SZERZŐ
**Végh Attila**

**Halászlé? Soha ne fordítsuk le a magyar gasztronómia egyik alappillérét egy francia vagy egy olasz tengerparti kocsmában, ha nem akarunk haragot a hálók súlyától kérges tenyerű halászokkal.**

A mediterrán ízek kedvelői idén karácsonykor összeszedhetik a bátorságukat, és megpróbálkozhatnak azzal a hallevessel, ami a Földközi-tenger kis halászfalvaiból hódította meg a karácsonyi menüsorokat. A Szicíliából származó recept nem annyira telt ízvilággal bír, mint a magyar konyha remekműve, de pont a lágysága, könnyedsége lehet különleges, érdemes egyszer ezt is kipróbálni.

Az alap itt is a vöröshagyma, de kell hozzá két zellerszár, egy fél édeskömény, pár gerezd fokhagyma, kimagozott erőspaprika. Az olívaolaj adja a zsiradékot, egy deci száraz fehérbor és 80 deka apróra vágott paradicsom a levét, fél liter, hagyományos, apró halból készült, átpasszírozott halászléalaplével együtt. Egy kisebb sütőtök meghámozott, kimagozott belseje is kell majd, 200 gramm lazacfilé és egy csomag mirelit garnélarák mellett, egy fél citrommal és egy csomag petrezselyemmel.

Az olajon megfuttatjuk a hagymákat, a zellert, a köményt, a paprikát, ha puhára fonnyadtak, jöhet a paradicsom, a bor és az alaplé. Belereszeljük a sütőtököt, ettől édeskés ízt és szép színt kap a leves, amit fél órán át főzünk első körben. Ezután beletesszük az apróra vágott lazacot és a rákot, tíz percen át forraljuk.

Sóval és borssal ízesítjük a levest, tálaláskor locsoljuk meg egy kis citromlével és olívaolajjal, és szórjuk meg friss petrezselyemmel. Az igazi ínyencek egy kis fekete kagylóval is megbolondíthatják, ettől tömörebb lesz a hallé állaga. Ahogy a magyaros halászlének a friss, omlós fehér kenyér, a szicíliai hallének a pirított bagettszelet a barátja, a francia partoknál balzsamecettel teszik pikánsabbá a kenyeret, az olasz hallé kedvelői fűszervajjal puhítják a pirítóst. A levest néhány szem olajbogyóval díszíthetjük, pikáns íze borítékolja a sikert a halas étkek kedvelőinél.

# ÚJPESTI PIAC

## AKCIÓS AJÁNLATOK

torma
**1500 Ft/kg**

jonatán és édes alma
**300 Ft/kg**

sóska, spenót
**1000 Ft/kg**

sárgarépa
**250 Ft/kg**

chilipaprika
**600 Ft/kg**

sütőtök
**250 Ft/kg**

gyökér
**800 Ft/kg**

Kémeri Dalma
őstermelő
60-61. asztal

pizzaszelet különféle feltéttel
**350 Ft/db**

egész pizza
**2800 Ft/45 cm-es**

Rendelésre is!

XL sajtos pogácsa
**140 Ft/db**

XL kakaós csiga
**220 Ft/db**

hot dog
**240 Ft/db**

édes fornetti
**229 Ft/10 dkg**

Fornetti
18. üzlet

sós fornetti
**229 Ft/10 dkg**

KÉTHETENTE VÁLTOZÓ AKCIÓK!

extra sajtos rúd
**210 Ft/db**

fánk
**210 Ft/db**

# Unaloműző
## BEJGLIKÜLÖNLEGESSÉGEK

**Bejgli. A karácsonyi sütemények királya. Öreg király, sokszor unalmas, belefáradt a mákos-diós rajongók csatájába. Ha valaki egy fiatal királyfit szeretne megismerni, esetleg új ruhába öltöztetné az öreg királyt, s szeretné a hagyományos ünnepi desszertet új köntösben feltálalni a karácsonyi asztalra, az bátran merítsen az alábbi ötletekből!**
**Bejgli. A tészta örök, az sosem változik, olyan ez, mint a szerelem, a külső megfog, a belső érték megtart. Tehát a tésztaalap, liszt, élesztő, tejföl, tej, vaj, tojás, porcukor, só, ahogyan azt nagymamáink is kikeverték már száz éve is.**

## Mandulás-narancsos bejgli

A karácsony jellegzetes illatához és ízéhez szorosan hozzátartozik a mandula és a narancs aromája. Bejgliformában is az asztalra kerülhetnek ezek az illatok, egy tekercs bejglihez 20 deka mandula, 10 deka kandírozott narancs, egy narancs reszelt héja, 2 deci tej, 20 deka cukor kell. A tejet és a cukrot együtt melegítsük fel egy edényben, hogy a cukor teljesen felolvadjon. Még melegen csorgassuk rá a darált mandulára és alaposan dolgozzuk össze. Reszeljük bele a narancshéjat és tegyük hozzá a kandírozott narancshéjat is. Dolgozzuk össze, és kenjük meg vele a bejglitésztát.

SZERZŐ
**Végh Attila**

## Aszalt szilvás-marcipános bejgli

Valódi különlegesség minden aszalt szilvával és marcipánnal készült sütemény! A marcipán ünnepélyesebbé teszi a bejglit, az elkészítése kezdő cukrászoknak sem ördögi dolog. Negyed kiló aszalt szilva, fél kiló marcipán, hat deka vaj, öt evőkanál rum (esetleg rumaroma) kell a töltelékhez. A hűtőből frissen kivett marcipánt reszeljük le. Dolgozzuk össze a vajjal és a rummal. Az összeállított tölteléket osszuk 2-3 részre, hogy könnyebben tudjunk vele dolgozni. Csomagoljuk őket műanyag fóliába, így nyújtsuk téglalap alakúra. Fektessük a tésztára, majd szórjuk meg apróra vágott aszalt szilvával, és tekerjük fel a bejglitésztát, jó sokat, mert ez lesz a karácsonyi sütisláger!

## Gesztenyés bejgli

A gesztenye az őszi-téli desszertek kedvelt összetevője. A karácsony sem múlhat el gesztenyés finomságok nélkül, adja magát a lehetőség, gesztenyét a bejglibe! Margarinnal, cukorral, citrom reszelt héjával kell összedolgozni a gesztenyemasszát, cseppnyi rumot is elbír.



# ÚJPESTI PIAC
## AKCIÓS AJÁNLATOK

**házi kocsonya (csont nélkül) húsos és vegyes**
**950 Ft/60 dkg**

**Domán Family Grill**
121.4 üzlet

**ADALÉKMENTES HÁZI TERMÉKEK NAGY VÁLASZTÉKBAN:**
kolbászok, párizsik, szalámik, sonkák, füstölt áruk, szalonnák

**házi májas (több ízben)**
**288 Ft/10 dkg**

**házi sertéstepertő (fokhagymás, paprikás, sima)**
**350 Ft/10 dkg**

# ÚJPESTI PIAC

## AKCIÓS AJÁNLATOK

Sajtkuckó
36. üzlet

magyar juhtúró
**200 Ft/10 dkg**

házi körözött
**190 Ft/10 dkg**

füstölt rolada
**190 Ft/10 dkg**

szlovák juhtúró
**180 Ft/10 dkg**

házi tehéntúró
**170 Ft/10 dkg**

holland Maasdamer (ementáli) sajt
**200 Ft/10 dkg**



SZERZŐ
**Végh Attila**

# Krémes, egyszerű, laktató

**Megmondom őszintén, én a halászlé helyett mindig a sült húsokat és az azokhoz köretként felszolgált majonézes salátákat várom a legjobban. A családban ezeknek az elkészítése az évek során rám hárult, úgyhogy arra gondoltam, elhozom a legtutibb tippeket, amikkel feldobhatjuk a karácsonyi menüt.**

## A nagyi krumplisalija

Itt egy kicsit csalok, hiszen ez nem egy saját fejlesztésű recept.
A mamám ezzel mindig tarolt, úgyhogy arra gondoltam, bedobom a közösbe. A képlet egyszerű, csináljunk egy hagyományos, sima, egyszerű, majonézes krumplisalátát, ha készen van, vágjunk hozzá – nagyobb darabokban – lilahagymát, illetve karikázzunk bele jó pár csemegeuborkát. A nagyi a fűszerekkel sem bánt finoman, egy kis borssal és tört chilivel dobta fel az ételt, így egy kis pikáns ízvilágot kapott.

## Az örök klasszik

Persze nem maradhat ki a jó öreg kukoricasaláta sem. Nagy rajongója vagyok, főleg, hogy mindig fel lehet dobni valami egyedivel. A megszokott összetevők mellett, kis serpenyőben, zsírban(!) pirítsunk meg egy jó adag kockára vágott császárszalonnát, és mielőtt levennénk a tűzről, reszeljünk hozzá 4-5 gerezd fokhagymát. Végül nincs más teendőnk, mint mindezt összedolgozni, és mehet is az asztalra.

## Füstös padlizsános

Na ez az a saláta, ami minden egyben. Füstös, karakteres, krémes. Igaz, ha tökéletesen szeretnénk, egy picit pepecselős. Ha lehet, grillen – hűvös időben jó a kontaktgrill – süssük meg a karikára vágott padlizsánt. Ha kész, felvágjuk csíkokra, és a tejfölös-majonézes szószba keverjük. Só és bors mellett egy jó adag kakukkfűvel ízesítjük.

# ÚJPESTI PIAC

## AKCIÓS AJÁNLATOK

**kenyérszalonna**
**1000 Ft/kg**

**göngyölt szalonna**
**2600 Ft/kg**

**csemegeszalonna**
**1600 Ft/kg**

Andalúz Bt.
A56. asztal

**csécsi szalonna**
**2600 Ft/kg**

**házi csoki (diós, nápolyis, kakaós)**
**150–250 Ft/db**

Nagy Attila
A90–91. asztal

**fűszerek**
**1180–1280 Ft/40 g**

furfangos fűszer (magyaros, csípős), tárkony, lestyán, csombor, szárított vargánya

**Halva (kakaós, hagyományos)**
**550 Ft/db (200 g)**
**980 Ft/db (400 g)**

**kekszszalámi**
**150 Ft/db**

fenyőméz,
málnaméz,
havasi méz,
erdei méz,
hárs-, akác-,
vegyes virágméz,
repceméz

**mézek**
**1300–1500 Ft/500 g**
**3500–3800/950 g**

**teák nagy választékban**
**780 Ft/20 g**

hárs, szurokfű, bíbor kasvirág, hargitai ébresztő, életerő tea, szerelemtea, kamilla, zsurló, citromfű, körömvirág, diófalevél, málnalevél