



**Fényképezte Martin Brigdale**



T.bálint Könyvkiadó

michel roux  
tészta  
varázs

SÓSAN ÉS ÉDESEN

## **megjegyzések**

ahol kanálnyi mértékegységek szerepelnek, azon az alábbiakat kell érteni, kivéve ahol ettől a könyv kifejezetten eltér: 1 teáskanál = 5ml, 1 evőkanál = 15 ml.

Mindig friss fűszernövényeket, tengeri sót és frissen őrölt fekete borsot használjunk, kivéve, ha a könyvben ettől kifejezetten eltérő előírással találkozunk.

Ahol számít a tojások mérete, ott ezt külön feltüntettük, egyéb esetben használjunk közepes méretű tojásokat, lehetőleg szabadtartású csirkék tojását. Egészségügyi szempontból nem megfelelő állapotban lévő személyek és terhes nők kerüljék az olyan recepteket, amelyek nyers vagy nem szilárdra főtt tojást tartalmaznak.

A sütési idők légkeveréses sütőkre vonatkoznak. Ha a sütőnk nem légkeveréses, állítsuk a receptben megadottnál 15 °C-szal magasabbra a hőmérsékletet. Használjunk sütőhőmérőt a hőmérséklet pontos beállításához.

Első, eredeti kiadás: 2008  
Quadrille Publishing Limited  
Alhambra House  
27-31 Charing Cross Road  
London WC2H 0LS

Szöveg © 2008 Michel Roux  
Fényképek © 2008 Martin Brigdale  
Design © 2008 Quadrille Publishing Ltd.

Magyar kiadás © 2011 T.bálint Könyvkiadó  
Törökbálint, 2045, Dózsa György u. 32  
Felelős Kiadó: Juhász Gyula  
Fordítás © 2011 Juhász Mihály  
Szakmai lektor © 2011 Lieberman Klára  
Nyomdai előkészítés: Elektropress Stúdió  
Nyomdai munkák: Szingapúr

Minden jog fenntartva. E könyv bármely részét tilos reprodukálni, adatrögzítő rendszerben tárolni, bármely módon – elektronikus, mechanikus úton vagy fénymásolatban – közölni a magyar kiadó előzetes engedélye nélkül.

ISBN 978-963-89024-1-2



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

Ajánlom a könyvet minden ifjú szakácsnak, hogy felfedezhessék a tésztaételek elkészítésének a művészetét



bevezetés **6**

tésztakészítési technikák **10** linzertészták **18** gazdag édes tészták **72**

leveles tészta **106** pástétomtészta **162** brióstészta **182**

croissant tészta **208** égetett tészta **220** pizzatészta **240** filotészta **262**

alapok **284** szakkifejezések **297** tárgymutató **298** köszönetnyilvánítás **304**



Amikor párizsi mesterem, Loyal úr megismertetett a lenyűgöző *tourier*, azaz tészták előkészítésének, nyújtásának és megformázásának mesterségével – a tészta-készítés alapintézményével, csupán 14 éves voltam. Minden nap hajnali négykor kezdtem, heti hat napon keresztül, és lépésről lépésre ismertem meg ezt a lenyűgöző világot, valamint az ezzel járó izgalmakat, amit azóta is magamban őrzök.

A korai órákon szinte érezni lehetett a csend súlyát, amit csak a pékség órájának monoton ketyegése és a nyújtófák koppanása tört meg, amikor a különböző tészták nyújtása közben le-leraktuk azokat. Állandó társaink, az ecsetek, a felesleges liszt lesöpítéséhez és a különböző tésztaszagatók mindig kéznyújtásnyira voltak.

A *touron* dolgozva – a lehűtött márványdarab, amiről a *tourier* a nevét kapta – egymás után nyújtottuk ki a különböző tésztaféléket, mindig ugyanabban a sorrendben: *croissant*, briós, leveles tészta, flantészta, *pâte brissée*, *pâte sucrée*, és így tovább... a tészták fesztiválja! Illatuk oly éhessé tett, hogy nem tudtam megállni, le ne csípjek egy-egy darabot a nyers tésztából – megmagyarázhatatlan és megnyugtató élvezet volt egyben.

Napfelkeltekor egy kevés fény futott át a tetőként is szolgáló verandán. Ez egy bizonyos rituálé kezdetének jele volt. Loyal úr elmorzsolta az első szavait, amivel megtörte a csendet: „Kapsold le a lámpát, Kicsi.” Azonnal teljesítettem a parancsot és a fluoreszkáló csövek egymás után aludtak ki a fejük felett, majd láthatóvá vált a levegőben hajnali páráként szálló liszt. Eljött az ideje, hogy befejezzük a munkát a *touron*, és hátrahagyjuk az elmúlt néhány órában előkészített tésztát azoknak, akik ízesítették majd megsütötték azokat. Bár csak egy gyerek voltam, mégis nyugodt boldogságot éreztem, és napról napra egyre inkább megtanultam szeretni a tészták varázslatos világát.

A könyv megírásával az a célom, hogy átadhassam azokat a titkokat, amelyeket a tésztakészítésről ilyen fiatal korban magamba szívtam. Az évek során tudásom továbbfejlesztettem, és felfedeztem, hogy még mindig sokat kell tanulnom. Lehet, sokan azt mondják, hogy erre a tudásra már nincs szükség az előre gyártott tészták világában, de azok a tészták közelében sincsenek az igaziaknak, ráadásul a legtöbb szükségtelen adalékanyagokat tartalmaz – elég ha vetünk egy pillantást a csomagolásukon feltüntetett összetevőkre.

A könyvben található összes tésztafélét elkészíthetjük elektromos keverővel is, de én a puritán vonalat képviselem: ahol lehet dolgozzunk kézzel, és arra ösztönöznék mindenkit, hogy csatlakozzon hozzám, és a lehető legtermészetesebb módon készítse el a tésztaféléket.

A tésztakészítés során, mint bármely más étel elkészítésekor csak akkor érhetünk el olyan eredményt, amire büszkék lehetünk, ha a felhasznált alapanyagok a lehető legjobb minőségűek. A tészták elkészítése csak néhány hozzávalót igényel, ezért különösen fontos, hogy jól válasszuk ki ezeket.

**Liszt** Franciaországban a tésztakészítéshez leggyakrabban használt sima liszt a 45-ös, amit tészta lisztnek is szoktak hívni. Finomabb őrlésű és fehérebb az 55-ös, amiben kevesebb a rost, és kitűnő leveles tésztahoz, és kelesztést igénylő vajas tésztákhoz, mint például a brió tészta. Az 55-ös lisztnek magas a gluténtartalma, ami rugalmassá teszi a tésztát, így általában pizzához is ezt használjuk, és néha *pâté sablée*-hoz és *pâté sucrée*-hoz is. Bizonyos esetekben pástétomtésztahoz és néha tortatésztahoz is. Persze használhatunk sima finomlisztet vagy kenyérlisztet is 55-ös liszt helyett. A magas páratartalom a liszt ellensége, mert elősegíti a baktériumok és a penész megjelenését, ezért a lisztet mindig száraz helyen tartjuk.

Ha a liszteszacskót felnyitottuk, mindig öntsük át a lisztet egy légmentesen zárható tárolóba.

**Zsiradék** Margarin helyett a vaját részesítem előnyben, mert a margarinnak jellegzetes mellékíze van. A „száraz vaj”, mint a Charentes Lesucré, ami kevesebb, mint 16%, de lehetőleg csak 10% vizet tartalmaz, különösen jó leveles tésztahoz. A változatosság kedvéért néha használunk sózott vajat a *pate sablée* elkészítéséhez. Bármelyiket is választjuk, mindig kóstoljuk meg a vajat felhasználás előtt és ellenőrizzük, hogy az íze friss, és semmiképp sem avas.

**Tojás** Mindig szabadtartású tyúkok tojásait válasszuk. Soha ne használjunk ketrecben tartott tyúkoktól származó tojást. A tojánhéj természetes védelmet biztosít a mikrobák ellen, ezért azt ajánlom, hogy ne használjunk olyan tojást, amelynek a héja sérült. A tojásokat szélesebb felükkel lefelé tároljuk a hűtő tojástartójában, vagy tojástartó dobozban, és használat előtt 1-2 órával vegyük ki a hűtőből. Európa legtöbb országában a tojástartó dobozon szerepel a tojás szavatossági ideje. Soha ne használjunk 28 napnál öregebb tojást, és mindig használjuk fel lejárata előtt!

**Cukor** Kristálycukrot és porcukrot használunk leggyakrabban a tésztákhoz. A cukornak sem tesz jót a magas páratartalom, mert attól darabos lesz, ezért ha kinyitottuk a cukros zacskót, öntsük át a tartalmát egy légmentesen zárható tárolóba.

**Fűszerek** Minden fűszer – paprika, cayenne bors, gyömbér, fahéj stb. – gyorsan veszít az aromájából, ha egyszer kinyitottuk a csomagolását, ezért mindig használjuk fel lejárata előtt, és rendszeresen töltjük újra a készleteinket.





## tésztakészítési technikák



### a tészta kinyújtása

Enyhén lisztezzük be a munkafelületet (lehetőleg márványlapon dolgozzunk) és a nyújtófát. Könnyed mozdulatokkal dolgozzunk, és a nyomást egyenletesen osszuk el, miközben kinyújtjuk a tésztát. Rendszeresen fordítsuk el 90 fokkal a tésztát, és alkalmanként fordítsuk meg nyújtás közben. Ezzel megelőzhetjük, hogy a munkafelülethez ragadjon, és a szellőzését is biztosítjuk. Addig folytassuk a nyújtást, amíg elérjük az előírt formát és méretet.

### a gyümölcstorta forma



A nyújtófa segítségével vegyünk méretet a tortaformáról. Gyümölcstorta forma használatakor helyezük azt sütőpapírra. Nyújtsuk ki a tésztát a forma mélységétől függően a tortaformáénál 5-7 cm-rel nagyobb átmérőjűre. Tekerjük fel a tésztát a nyújtófára, majd a forma fölé helyezve görgessük le róla.



Enyhén nyomkodjuk be a tésztát a forma széleibe.