

## Két sváb egytálétel receptje

...ráadásként következzen két sváb egytálétel receptje az elfelejtett sváb ételek felidézéseként, esetleg először kipróbálására Geszler mamám (id. **Geszler Józsefné**) tolmácsolásában. Mama azt mesélte, hogy régen nem ettek ennyi húst az emberek, hiszen nem volt rá pénzük, de ha ezeket az igen tápláló és egyben finom ételeket fogyasztották, attól mindenki jól lakott.

### **(Krumplis) Schmarni**

4 személyre

5-6 szem krumplit megfőzünk, átnyomjuk, megsózzuk és kb. 30 dkg liszttel összemorzsoljuk a kezünkkel. Forró zsírt (vagy olajat) hevítünk edényben és állandó keverés mellett megpirítjuk. De sütőben is lehet készíteni, közben egyszer-kétszer meg kell keverni. Ki lekvárral, ki tejjel eszi.

### **(Lisztes) Sterz**

4 személyre

Odarakunk fél kg lisztet a lábosban és zsemleszínűre pirítjuk. Mellette legyen a forró víz, leöntjük vele a lisztet, addig kevergetjük, míg elmorzsolódik és utána forró zsírt (vagy olajat) öntünk rá és megsózzuk. Keverjük még egy kis ideig. Ezt is tejjel fogyasztjuk.

***Geszler Anikó***