

# Cigándi kásáskáposzta

## Története:

Településünk már a századforduló előtt is híres volt a káposzta természetéről és piaci értékesítéséről. A cigándi emberek gasztronómiai kultúrájának alapvető étele a kásáskáposzta.

A Tisza hosszú ideig meghatározta az itt élő emberek életét. Gyakori volt a cigándi családoknál a kézi malom. A nagyobb szemű kukorica kását használták a kásáskáposzta főzéshez.

Az alapanyagok szinte minden háztartásban megtalálhatóak voltak. Kezdetben csak füstölt szalonnát tettek bele, később amint a módjuk megengedhette a családoknak egyre több füstölt hús gazdagította.

## Elkészítése:

Vastagabb falú lábasba készítjük, vagy alátétet használunk.

A kását leforrázzuk forró vízzel, 15 percig állni hagyjuk - a kásának a háromszorosával kell számolni a víz hozzáadását illetően - hogy duzzadjon. Közben készítjük a többi hozzávalót. Apró kockára vágjuk a füstölt húst és szalonnát, a káposztát szálal formára aprítjuk. A lábas aljára tesszük a szalonna bőrét és kb. fél dl olajat, hogy ne égjen oda az ételünk. Az összevágott káposzta 2/3-át a lábas 3/4-ig rakjuk. A kását leszűrjük a víztől, egy nagyobb tálba tesszük, hozzáadjuk az összeaprított hús felét, az összetört fokhagymát. A hagymát üvegesre sütjük kb. 1 dl olajban. A tűzről levesszük és 2 csapott teáskanál őrölt piros paprikát kavarnak bele, majd ráöntjük a kására. Ízlés szerint, őrölt borssal, sóval, összekeverjük. Vigyázzunk a sóval, mert a füstölt húsfélék sósak! Mindezt rátesszük a káposztára egyenletesen eligazítjuk, majd a többi káposztával befedjük. A zöld paprikákat és paradicsomot apróra vágjuk és a tetejére tesszük. Kevés vízzel felöntjük, az alsó réteg káposztáig. Odarakjuk föni, ha már „felrottyan” az edény két fülénél fogva a lábast jobbra-balara megforgatjuk. Ráöntjük a paradicsomot és tovább főzzük, de már csak kis hőfokon. Addig főzzük míg a káposzta nem roppanós, hagyjuk a tűzhelyen a gőzében még tovább puhul.

Tálalása ízlés szerint, tejszínnel és kakastaréjformára sült füstölt szalonnával.

„Követők híján elvész a több évszázados örökség!”

/Siska József/



## Hozzávalók:

- 25 dkg kukorica dara
- 25 dkg füstölt lapocka vagy sonka
- 25 dkg füstölt húsos szalonna
- 2 fej vörshagyma
- 1 fej fokhagyma
- 1 közepes fej káposzta
- 2 db zöld paprika
- 3 db paradicsom
- 1 csípős zöld paprika
- 1 üveg sűrített paradicsom
- só, bors
- piros őrölt paprika ízlés szerint
- 1,5 dl napraforgó olaj vagy zsír
- tejföl



## Tudtad-e?

A „Bodrogköz Tájmuzeumaért” Alapítvány védette le HÍR-védjegyes terméknek  
2014-től az Agrárminisztérium által HÍR védjegyes termék  
2014-től Megyei Értéktárban elhelyezett termék  
2017-ben „Kincseink- Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Értéktár Díj” tulajdonosa