



Érvényesség: 2023. 11. 02–11. 12.

REÁL

online
magazin

**Márton-napi
érdekességek**

**Hogy kerül
a liba az asztalra
Magyarországon?**



**A hónap sztárja:
Univer Majonéz**

Univer Majonéz
420 g
1902 Ft/kg

799 Ft

ÚJ Reál PAKK
**az okos ünnepi
készülődéshez**

Extra online ajánlataink

Érvényesség: 2023. 11. 02–12.



75 Ft

Falusi Rudi Nátúr,
Epres 23 g



999 Ft

Pick Sertés párizsi,
Füst ízesítésű 400 g
2498 Ft/kg



999 Ft

Reál gyorsfasztott,
elősütött hasábburgonya
1 kg



229 Ft

Knoppers Nutbar,
Peanut bar, Coconut bar 40 g



199 Ft

Chio Micro popcorn Sós,
Extra sajtós,
Vajas 80 g
2488 Ft/kg



699 Ft

Pölöskei gyümölcszörp
többféle 1 l



459 Ft

Kinley többféle 1,5 l
306 Ft/l

5899 Ft

Johnnie Walker
Red Label 40% 0,7 l
8427 Ft/l

Folytatódik a Reál online magazinja!

Könnyedebb stílus, **extra tartalmak**, praktikus tippek, játékok, receptek, és minden hónapban egy új **Reál PAKK** tele ötletekkel – ez a Reál online magazin! **Novemberben 9 db, kizárólag az online magazinban megjelenő termékajánlattal** jelentkezünk, utánajárunk a Márton-nap történetének és hagyományainak, a Reál Légió feltérképezte Magyarország libás ételeit, és végül megosztunk veletek két különleges receptet is. Reméljük, továbbra is szívesen olvassátok és másoknak is ajánljátok a magazinunkat!

Márton-napi érdekességek

KI VOLT SZENT MÁRTON?

Szent Márton Pannóniában született 316 táján, 397-ben halt meg. A magyar kereszténység bölcsője, a pannonhalmi bencés apátság Szent Márton tiszteletére épült a róla elnevezett hegyen, ahol az egyik hagyomány szerint a Márton született. A másik hagyomány Savariát, vagyis Szombathelyet tartja Márton szülővárosának. Az itteni, Szent Márton-templom a hagyomány szerint Márton szülőházának alapjaira épülhetett.

SZENT MÁRTON ÉS A LIBÁK

371-ben Mártont Tours püspökévé választották, de ő tiltakozott ellene. Alázatból a libák óljába bújt, hogy kitérjen püspökké választása elől. A legenda szerint a libák gágogásukkal elárulták, így "kénytelen volt" a püspökséget elvállalni. Fontos hittérítő munkát végzett, a környező pogány falvak nagy részét megtérítette.

LIBASÜLT ÉS ÚJBOR

Szent Márton napja, november 11-e az adventi böjtöt megelőző utolsó nap, ekkor még szabad jókat falatozni, illetve mulatságokat tartani. Márton napjára általában megforr az újbör. Ekkor kóstolták meg, ehhez kapcsolódik a mondás: a bornak Szent Márton a bírása. Ezen a napon kezdték meg az új hordókat a gazdák, ekkor került az asztalra épp a libasült mellé az úgynevezett Libás-bor vagy



sok helyen Márton-bor, aminek még gyógyító hatása is volt a hagyomány szerint.

IDŐJÁRÁSI MEGFIGYELÉSEK

Eljött Márton fehér lovon: akkor mondták ezt, mikor Márton napon havazott, akkor ugyanis enyhe, latyakos télre számítottak. Ha nem fagyott november 11-én, vagyis Eljött Márton barna lovon, akkor viszont kemény, fagyos tél volt kilátásban.

„Ha Márton napján lúd a jégen áll, karácsonykor sárban botorkál”. Ha viszont jó az idő Márton napján, nagyon hideg lesz a tél. Az e napi szép időt, Szent Márton nyaraként is emlegetik Baranyában.

A szőlővidékek némelyikén azt is mondták, ha Márton napkor még zöld a szőlő levele, bizonyosan enyhe télre számíthatunk.

MÁRTON-NAPI BABONÁK

A hiedelem úgy tartja, hogy aki Márton napján spicces lesz a friss bortól, azt elkerüli jövő évben a fej- és gyomorfájdalom, s a közérzete kifogástalan lesz.

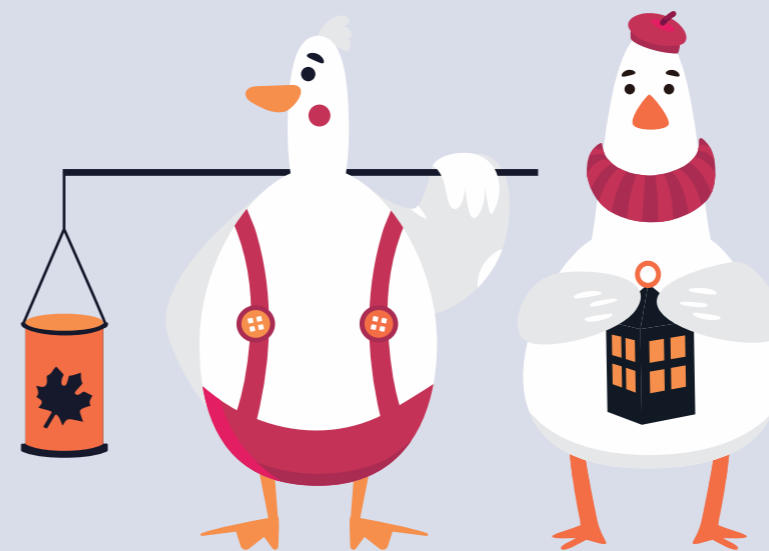
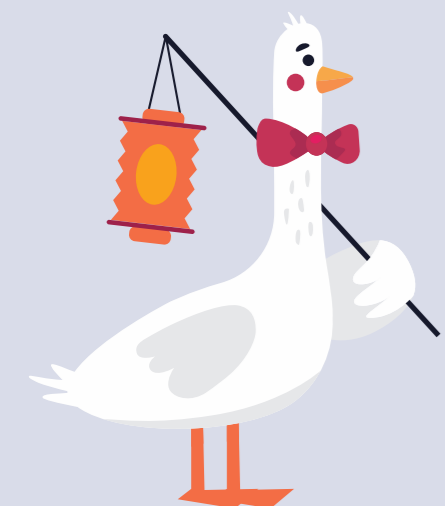
A Márton-nap gonoszjáró nap is egyben. Ilyenkor az asszonyoknak tilos dolgozniuk, főképpen mosni és ruhát szárítani, mert az a marhák közt dögvészt okozna. Aki november 11-én éjjel álmodik, boldog lesz – szól a népi bölcsesség.

PÜSPÖKFALAT

Márton napján, ha libát sütöttek, szokás volt küldeni belőle az egyházi méltóságoknak, a papnak is. Mivel a küldött rész leggyakrabban az állat hátsó fele volt, ezért ezt nevezték püspökfalatnak.

LÁMPÁS, FÁKLYÁS FELVONULÁSOK

Sokfelé terjedtek el a lámpás, fáklyás felvonulások elsősorban a német nyelvterületeken és Hollandia egyes részein. Van, ahol tüzeket gyújtanak, máshol lampionokkal sétálnak és van, ahol egy Mártonnak öltözött lovas vezeti a menetet. A felvonulást mindig hangos énekszó kíséri a szokásos Márton-napi dalokkal. Ezen a felvonuláson a jó cselekedeteket szimbolizáló fényt juttatják el az emberekhez, a nap zárásaként pedig libás ételeket, liba formájú süteményeket és forró italokat fogyasztanak.



Új Reál PAKK

az okos ünnepi készülődéshez

A Reál PAKK egy havonta összeállított virtuális „csomag” aktuális eseményekhez, fontos alkalmakhoz kapcsolódó ötletekkel, ajánlatokkal, termékekkel. A novemberi Reál PAKK-ban tippeket adunk ahhoz, hogyan lehet okosan, átgondoltan és pénztárcakímélő módon készülni az év végi ünnepekre, feldíszeni a lakást és főképpen bevásárolni.

Készülj okosan!

Bár a december sokak számára az év legcsodálatosabb időszaka, a karácsonyi készülődés megterheli a pénztárcánkat, és stresszesé teheti a napokat. Van megoldás arra, hogyan küzdjük ezt le okosan: előre kell tervezni!

Tipp: Nem érdemes az utolsó pillanatra hagyni a bevásárlást: ha kapkod, az ember hajlamos kevésbé odafigyelni az árakra.

Ajándékozz okosan!

Vannak, akik már januárban elkezdik írni a karácsonyi ajándéklisztát, de nem kell aggódnunk akkor sem, ha mi még tanácstalanok vagyunk a kinek-mit kérdéskört illetően. Kerüljük a tömeget, a tolongást, a dugóban ácsorgást, készítsünk listát, hogy kinek milyen ajándékot szeretnénk venni.

Tipp: a Reál Hűség-promóció keretében az összegyűjtött hűségpontjaidat beválthatod akár 30% kedvezményrel a prémium minőségű BerlingerHaus és Bosch termékekre!



Vásárolj okosan!

Készítsünk bevásárlólistát azokról a tartós élelmiszerekről, amiket érdemes előre beszerezni az ünnepekre, hogy ezzel is eloszlassuk a készülődés anyagi terheit, hogy közvetlenül az ünnep előtt (amikor úgyis vannak extra vagy váratlan kiadások) ez már ne jelentsen plusz költséget. Ehhez adunk egy kis segítséget a Reálban beszerezhető termékek listájával.

Tipp: Az átgondolt bevásárlólista segít a lényegre koncentrálni. Ezzel elkerülhető a felesleges termékek megvásárlása, kordában tarthatók a kiadások, és a beszerzést még a legnagyobb roham előtt elintézhethetjük.

LISTA:

- REÁL A VAGY B RIZS
- REÁL BÚZAFINOMLISZT
- REÁL ASZTALI SÓ
- REÁL TÉSztÁK (PENNE, SZARVACSKA, SPAGETTI STB.)
- REÁL MAJONÉZ, MUSTÁR, KETCHUP
- REÁL FŐSZERPAPRIKA
- REÁL CSEMEGEUBORKA, ECETES CÉKLA, VEGYES SAVANYÚSÁG
- REÁL ALMAITAL, MIZSE ÁSVÁNYVÍZ
- REÁL VIRÁGMÉZ, MOGYORÓKRÉM, VEGYESGYÜMÖLCSDZSEM
- REÁL FINOMÍTOTT NAPARAFORGÓ-ÉTOLAJ
- REÁL UHT TEJ
- REÁL SÜTŐMARGARIN

Narancs és szegfűszeg

Tél közeledtével az ünnepi készülődéshez jól illik a mandarin és a narancs héjának jellegzetes aromája. Mindkettőből könnyedén készíthetünk illatosítót: a szegfűszegdarabokat sűrűn beleszúrjuk a gyümölcsbe, és jó pár napig élvezhetjük a kellemes, friss illatot.

Főzz okosan!

Az egész napot a konyhában tölteni nem ünnep. Ezért érdemes naponta egy-egy dolgot elkészíteni előre, az ételek egyszerűsítésével szintén pénzt spórolhatunk, és időt is nyerünk magunknak.

Tipp1: A mártásokat vagy szószokat még az ünnepek előtt is elkészíthetjük. Ezzel is időt spórolunk, a felhasználásig pedig a fagyasztóban pihennek.

Tipp2: A sütemények, mint a beigli vagy a linzer, hosszú ideig elállnak. Ne hagyd az elkészítésüket az utolsó pillanatra és bőven megfelelő, ha csak porcukorszórással díszíted őket tálalás előtt.

Tipp3: Amikor sütsz vagy főzöl, egyszerre több mindent készíts el. A gépek állandó ki-bekapcsolása nem tesz jót sem az eszközöknek, sem a számláknak.



MÁRTON-NAPI ÍZTÉRKÉP

A Reál Légió Márton-nap alkalmából is körülnézett az országban, hogy hol készítik a legfinomabb libás ételeket ebből az alkalomból. Mindegyikük talált magának egy kedvenc receptet, természetesen arra is figyeltek, hogy a hozzávalókat a Reál üzletekben is be lehessen szerezni.

Badacsonyi libasült szőlővel

Solymári töltött libacomb aszalt szilvával és mandulával

Bodrogközi libacomb savanyú káposztás almával töltve

Körmendi töltött libapecsenye almás gesztenyével

Bugaci fokhagymával tűzdelt fehérboros libamell



Fokhagymás fűszerköményes sült libacombkrém toastkenyérrel



[Recept >>](#)

Fokhagymás fűszerköményes sült libacombkrém toastkenyérrel

Hozzávalók 4 személy részére:

- 2 db libacomb
- 4 gerezd fokhagyma
- 2 ek kacsaszír vagy libaszír
- 8 csipet REÁL őrölt bors
- REÁL asztali só ízlés szerint
- fél mokkáskanál REÁL őrölt fűszerkömény

A tálaláshoz:

- 12 szelet REÁL toastkenyér
- 1 üveg REÁL ecetes cékla

Összes idő: 20 perc munka + 160 perc sütés

Nehézség foka: közepes

Adag: 4 adag

1. lépés: A sütőt 150 fokra előmelegítjük.

2. lépés: A combokat sózzuk, borsozzuk, majd a megpuccolt fokhagymával, a rozsmaringgal és a zsírral együtt egy tepsiben lefedve az előmelegített sütőtőben 160 percig sütjük.

3. lépés: Miután a combok teljesen megpuccoltak, lefejtjük a húst a csonttól és egy késes aprítóba tesszük, majd 1,5 dl vele sült zsírral és a benne sült fokhagymával illetve a fűszerköménnyel együtt krémesre aprítjuk. Egy lezárható üvegbe töltjük, a tetejére zsírt szűrünk és hűtőben hagyjuk teljesen megdermedni.

4. lépés: A megdermedt krémet pirított toastkenyér-szeletekkel tálaljuk.

Rozsmaringos sült libacomb céklás lila káposztával

Hozzávalók 4 személy részére:

- 4 db libacomb
- 4 gerezd fokhagyma
- 2 ek kacsaszír vagy libaszír
- 1 szál friss rozsmaring vagy 1 tk morzsolt szárított rozsmaring
- 8 csipet REÁL őrölt bors
- REÁL asztali só ízlés szerint

A káposztához:

- 1 fej lila káposzta (kb. 80 dkg)
- 1 üveg REÁL ecetes cékla
- 2-3 dl víz
- 3 ek REÁL virágméz
- 0,5 dl Reál napraforgó-étolaj
- REÁL asztali só
- 1 tk REÁL őrölt fahéj

Összes idő: 30 perc munka + 145 perc sütés

Nehézség foka: közepes

Adag: 4 adag

1. lépés: A sütőt 150 fokra előmelegítjük.

2. lépés: A combokat sózzuk, borsozzuk, majd a megpuccolt fokhagymával, a rozsmaringgal és a zsírral együtt egy tepsiben lefedve az előmelegített sütőtőben 120 percig sütjük.

3. lépés: A káposztát vékonyan legyaluljuk, és egy nagy lábasban az olajjal együtt elkezdjük párolni.

4. lépés: A céklát leszűrjük, a céklalevet félretesszük, a céklát pedig kis kockákra vágjuk. Hozzáadjuk a káposztához a céklalével és 2 dl vízzel együtt. Fahéjjal, sóval és a mézzel ízesítjük és fedő alatt 40-50 perc alatt megpároljuk. Amennyiben szükséges további 1 dl vizet öntünk a főzés során a káposztához.

5. lépés: Miután a combok megpuccoltak a sütő hőfokát 180 fokra emeljük és fedés nélkül további 15 percig pirítjuk a húst.

6. lépés: Az elkészült combokat a megpárolt céklás káposztával tálaljuk.

Rozsmaringos sült libacomb céklás lila káposztával

