



Tükrös ponty (*Cyprinus carpio*)

A ponty alakú halak családja nagyon gazdag. A koncér, a keszeg, a balin, a com-pó, a márna, a kárász, az amúr, a busa mind-mind rokonok – hogy csak a legismertebbeket említsük.

A Duna vízrendszerében a **legelterjedtebb a pikkelyes ponty**, ami mérsékelt magas hátú tőponty, ez a család őstípusa. Hazánkban az 1800-as évek vége felé kezdődött az európai alfajból kitenyésztett, és mára háziasítottnak tekinthető tógazdasági nemes pontyok tenyésztése. Legismertebb a magas hátú, kevés pikkelyű tükrös ponty, vagy más néven tükörponty. Testének java pikkely nélküli, **csupán középtájt és a hátvonal alatt húzódik egy-egy pikkelysor**. Hasonlít hozzá az oldalpikkelysoros és a pikkely nélküli bőrponty. Ezeket csak kevés, rendszertelenül elszórt pikkely borítja. A tükrös és bőrpontyok testét vastag, sötétbarna, sötétzöld bőr fedi, amely a has felé világosodó, oldalt sárga, hasa fehér. Szája körül 2 pár bajuszszálat visel, az egyiket a felső ajakon, a másikat a szájszegletben. Szájának bőrredői teleszkópszerűen kiújíthatók, ami az állat táplálkozását segíti a fenéken lévő táplálék felszedésekor.

A pontyutánpótlás mai fő módszere a kétnyaras, 20-40 dkg-os ivadékponty kihe-lyezése. **A ponty fogása korlátozás alá esik**. Tilalmi ideje az ívás időszakára esik, május 2-től június 15-ig tart. **Kifogható legkisebb mérete 30 cm**. Naponta 3 darabnál többet kifogni tilos. Vizeinkben többnyire 1-3 kg-os súlyban kerül horogra.

NÉVJEGY:

Tükrös ponty

GB: Mirror carp

D: Spiegelkarpfen

F: Carpe miroir E: Carpa

espejo I: Carpa a specchi

EXTRA TIPP:

Jellegzetes ünnepi étel a kékre főzött ponty.

Erre a tükörponty a legalkalmasabb, mert nem kell pikkelyeit lekaparni. A lényeg, hogy **testéről ne távolítsuk el a nyálkás réteget**. Ez fog az ecetes főzőlében kékre főni.



Fotó: Györfi Viktória

PONTY – gombával töltve

HOZZÁVALÓK 4 SZEMÉLYRE:

- > 2 kisebb tükrös ponty > 25 dkg gomba > 5 dkg vaj > 2 zsemle > 2 tojás
- > 4 ek. reszelt sajt > 1 citrom > 5 babérlevél > 1-2 dl olaj > 2 dl fehérbor

ELKÉSZÍTÉS:

1. A halat megtisztítjuk, megmossuk. Hasát felvágjuk, belét kézzel eltávolítjuk. Átvágjuk a belsősegeket tartó szöveteket, kiemeljük a májat, az ikrát vagy a tejet. A hasüregből a vért folyó vízzel alaposan kimossuk.
2. A gombát megtisztítjuk, apróra vágjuk, a vajon megpároljuk és kihűtjük. A zsemle kockákra vágjuk, összedolgozzuk a tojással, a reszelt sajttal, a gombával, és sóval, borsal ízesítjük.
3. A sütőt 200 °C-ra előmelegítjük. A hal hasüregét sózzuk, borsozzuk, és beletöltjük a töltelékkel. A hasüregét összetűzzük, a halat átkötjük. A citromot karikákra vágjuk. A céna alá tűzzük a babérlevelet és a citromkarikákat. A halat tepsibe fektetjük, leöntjük az olajjal, a borral. Betesszük a sütőbe, és kb. 30 perc alatt megsütjük. Közben gyakran locsolgatjuk a levéllel.

TIPP: Erdei gombákkal (vegyesen róka, vargánya stb.) még finomabb.

MENNYI MUNKA VAN VELE? 40 perc **MIKOR TÁLALHATÓ?** 1 óra 10 perc múlva **1 ADAG:** 765 kcal



A halat megtisztítjuk, hasát felvágjuk, belsősegeit eltávolítjuk. Hasüregét alaposan kiöblítjük.



Elkészítjük a töltelékkel, és gazdagon megtöltjük vele a pontyhasát. Fogvájóval összetűzzük.



A halat konyhai cérnával átkötjük, a céna alá tűzzük a babérlevelet, a citromkarikákat.

BORAJÁNLÓ: *St. Andrea Napbor, 2009*

A tömör és érett húsú gyümölcsöket juttatja eszünkbe. Krémessége, vajassága árulkodik a kifinomult hordóhasználatról és az igen éretten szüretelt alapanyagokról.

