



Książka kucharska

SPIS TREŚCI:

ROZDZIAŁ	TYTUŁ	STRONA
WPROWADZENIE		3
ROZDZIAŁ 1	PORTUGALSKIE DANIA	4
ROZDZIAŁ 2	POLSKIE DANIA	16
ROZDZIAŁ 3	NIEMIECKIE DANIA	28
ROZDZIAŁ 4	TURECKIE DANIA	40
ROZDZIAŁ 5	CHORWACKIE DANIA	52
PODSUMOWANIE PROJEKTU		64



USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION



WPROWADZENIE

Niniejsza e-książka kucharska jest jednym z produktów powstałych w ramach realizacji celów określonych w projekcie „Przepis na aktywne życie”; w programie Grundtvig „Uczenie się przez całe życie”.

Projekt trwał od 1.08.2013 do 31.07.2015 i angażował osoby w wieku od 20 do 65 lat z pięciu różnych krajów: Chorwacji, Niemiec, Polski, Portugalii i Turcji.

Celami projektu były:

- zdobycie wiedzy o różnych kulturach i tradycjach krajów partnerskich,
- rozwijanie poczucia solidarności i współzależności międzypokoleniowej,
- dzielenie się doświadczeniem i wiedzą oraz rozwijanie umiejętności komunikacyjnych w języku obcym.

Cele projektu realizowane były w dwóch obszarach:

- nauka języków obcych: niemieckiego i angielskiego,
 - poznanie kultury kulinarnej krajów partnerskich traktowanych jako niematerialny majątek kultury.
- Współpraca partnerów w zakresie prezentacji dorobku krajowego kuchni zaowocowała e-książką kucharską. Polegała ona na zorganizowaniu warsztatów kulinarnych podczas partnerskich spotkań i pomiędzy spotkaniami w kręgach narodowych. Wyniki z tych warsztatów zostały zaprezentowane w formie filmów, prezentacji, zdjęć, a następnie rozpowszechniane wśród wszystkich uczestników za pomocą ICT.

Przy tworzeniu niniejszej e-książki kucharskiej przyjęliśmy następujące zasady:

- każdy z partnerów wybiera i prezentuje danie kulinarne charakterystyczne dla swojego kraju,
- partnerzy prezentują przepisy na posiłki związane z uroczystościami, relaksem i życiem codziennym,
- partnerzy przygotowują po 10 przepisów,
- przepisy są w dwóch językach: angielskim i niemieckim.

Intensywna wspólna praca wszystkich uczestników projektu, zarówno młodych, jak i starszych, zakończyła się sukcesem, którego materialnym wyrazem jest poniższa e -książka kucharska. Jego autorami są uczestnicy z następujących instytucji:

1. Ustanova za obrazovanje odraslih Dante, Rijeka, Chorwacja
2. Akademia Zarządzania afm, Kassel, Niemcy
3. Łódzki Uniwersytet Trzeciego Wieku im. Heleny Kretz, Łódź, Polska
4. Escola Superior de Educação de Torres Novas, Torres Novas, Portugalia
1. 5. BARTIN VALİLİĞİ İL KÜLTÜR VE TURİZM MÜDÜRLÜĞÜ, Bartin, Turcja



Lifelong
Learning
Programme

Projekt ten został sfinansowany przy wsparciu Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla poglądy wyłącznie autora i Komisja nie może być pociągnięta do odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki użycia zawartych w niej informacji.

PORTUGALSKIE DANIA



KUCHNIA PORTUGALSKA

Ogień i pasja to znaki rozpoznawcze naszej kuchni. Wraz z tymi dwoma pojawia się Ocean Atlantycki. Nasz kraj nim pachnie, nim oddycha, ma swoją duszę i przy tym wszystkim gotujemy pożywny, dobre jedzenie. Niezwykły jest wpływ epoki Odkrywców, szeroka gama stosowanych przypraw, takich jak między innymi piri piri (papryczki chilli), cynamon, a także wanilia i szafran. Ale podstawą są dla nas rośliny, owoce, dobrej jakości pieczywo, świeże warzywa, orzechy i ryby.

Dieta śródziemnomorska w Portugalii słynie z umiarkowanego spożycia nabiału, używania ziół do przyprawiania zamiast soli, wyśmienitej oliwy z oliwek, rozsądnego spożywania wina i tylko do posiłków, spożywania wody jako głównego napoju podczas dnia i co najważniejsze, towarzystwa przy stole.

Przystawki są na naszym stole równie ważne jak danie główne czy deser. W związku z tym ser, oliwki, masło i oliwa z oliwek są postrzegane jako schody do nieba. Ser może pochodzić z Serra da Estrela, kremowy ser owczy z Nisy, najlepszy na świecie, o chronionej nazwie i pochodzeniu; peklowany, półtwardy ser o barwie białej lub żółtawej, koagulowany z nagietkiem przez 45 dni - jest cudowny. Połącz to z zielonymi lub czarnymi oliwkami, które są zawsze zaprawione i masz początek wspaniałego posiłku. Nie wspominając już o maśle, które jest świetnej jakości; rozsmarowane na chlebie staje się smakołykiem. Czasami chleb jest zwilżany mieszanką intensywnej lub owocowej oliwy z oliwek, podawanej z oliwkami i lekkim aromatem oregano.

Zaczynamy posiłek, zupa jest podstawą naszego stołu, zwłaszcza kolacji. Najbardziej znaną zupą ze wszystkich jest chyba caldo verde czyli kapuśniak, uważany za narodową potrawę portugalską, częściej spotykany w domach niż dorsz. Jest zrobiony z ziemniaków, cebuli, czosnku, oliwy z oliwek, chorizo (wędzona i suszona kiełbasa z mięsa wieprzowego), couve-galega (rodzaj kapusty) i jarmużu. Inną doskonałą propozycją jest zupa rybna, która jest przygotowywana inaczej w każdej nadmorskiej miejscowości i w tym tkwi jej urok. No i gazpacho z naszego słodkiego Alentejo (południowa prowincja Portugalii).

Nasza kuchnia różni się w zależności od regionu, ale ryby i skorupiaki znajdują się w każdym menu. Naszym tradycyjnym daniem jest wszechobecny bacalhau (suszony, solony dorsz). To nasza obsesja od XVI wieku. Do dziś jest, a nasze babcie mówią, że jest ponad 365 różnych sposobów na jego przygotowanie, po jednym na każdy dzień w roku.

Grillowane sardynki i ostroboki są bardzo popularne w nadmorskich miastach, a także mieszanka innych rodzajów ryb tworzących caldeirada, słynny gulasz. Dzięki artystycznym pokazom homarów, krewetek, ostryg i krabów Portugalczycy przyrządzają najbogatszy morski ryż, arroz de marisco.

W głębi lądu wieprzowina to podstawa kuchni. Jest przyrządzana i na północy i na południu. Wykorzystuje się każdą część świni, od ryja do ogona, je się zarówno świeżą jak i peklowaną kiełbasę. Najlepsze świnię rasy iberyjskiej są hodowane na wzgórzach Alentejo i karmione żołądziami. Portugalski gulasz jest doskonałym przykładem tego, jak ważne jest wykorzystanie całego mięsa, jakie może dostarczyć zwierzę. Ta mięsna bomba zawiera wołowinę, wieprzowinę, kurczaka i różne pochodne wieprzowiny, takie jak kaszanki i wędzone części wieprzowe. W miksie jest też sporo warzyw, ale trzeba przyznać, że to danie dla miłośników mięsa, idealne cozido à portuguesa, szczególnie jedzone zimą. I jeszcze bardzo popularne danie, carne de porco à alentejana, duszona wieprzowina z małżami i ziemniakami, przysmak znad morza i gór, który wyraźnie pokazuje nasze zamiłowanie do owoców morza. Innym bardzo popularnym daniem, zwłaszcza w środkowej Portugalii, jest pieczona prosię z Bairrada.

Deser w diecie śródziemnomorskiej to czysta rozpusta. Wybory są o tyle skomplikowane, że nasze wypieki są bogate zarówno w cukier i jajka, są doskonałe. Niewątpliwie największą popularnością cieszą się pastéis de nata z Belém, małe ciastka nadziewane kremem i lekko opiekane. Nie mniej zachwycające są queijadas z Sintry, ze szczyptą soli; ovos-mole, pasta jajeczna z Aveiro; typowy dla Bragi crème caramel Abade de Priscos; i ser figowy, deser z fig i orzechów, w którym, pomimo nazwy, nie ma śladu sera. Nie możemy jednak zapomnieć o tradycyjnym domowym arroz doce, słodkim ryżu z mlekiem, cytryną i posypką cynamonową. Tego deseru nie znajdziecie w sklepach ani na bazarach, bo ten niebiański przysmak jest najlepszy w domu.

Generalnie kuchnia portugalska łączy w sobie różnorodność produktów z lądu i morza. Wraz ze stylem życia stanowi prawdziwą ojczyznę diety śródziemnomorskiej. Stosuj ją z pasją a osiągniesz wyżyny przyjemności.

PORTUGALSKI BUDYŃ Z BEKONU

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

SKŁADNIKI:

400g cukru
50g świeżego bekonu
15 żółtek
500ml wody
1 kieliszek wina porto
1 skórka z cytryny
1 laska cynamonu
Karmel (200g cukru)



Sposób przygotowania:

Cukier podgrzać z wodą, skórką z cytryny, cynamonem i boczkiem pokrojonym w cienkie paski. Doprowadzić do wrzenia i gotować równomiernie do czasu gdy po wrzuceniu do zimnej wody odrobina mieszanki rozdzieli się na nitki. Zdjąć z ognia i pozostawić do ostygnięcia. Do syropu dodać żółtka, porto i dobrze wymieszać. Następnie wlać mieszankę budyniową do dużej miski, z karmelem wylanym wcześniej. W razie potrzeby dodać do miski trochę wody i piec w piekarniku (250°C) przez około 1 godzinę. Budyń powinien być ścięty i lekko złocisty. Następnie wyjąć z piekarnika i pozostawić do ostygnięcia, aż będzie letni.

SŁODKI RYŻ

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

2 1/4 szklanki wody

1/2 łyżeczki soli

Skórka z jednej cytryny pokrojona w długie paski (unikać dużej ilości białego miąższu)

1 szklanka ryżu krótkoziarnistego

2 szklanki gorącego mleka (można zastąpić część śmietaną dla bogatszej konsystencji i smaku)

Zmielony cynamon do posypania wierzchu

Cienki jak papier plasterki cytryny do dekoracji (opcjonalnie)



Sposób przygotowania:

Wlać wodę, sól i skórkę z cytryny do średniego rondla i zagotować. Następnie zmniejszyć ogień do niskiego poziomu i gotować pod przykryciem przez około 15 minut.

Usunąć skórkę z cytryny z wody łyżką cedzakową i wyrzucić.

Dodać ryż do wody i ponownie zagotować. Następnie zmniejszyć podgrzewanie aby ryż wchłonął całą wodę (około 10 minut).

Teraz powoli dodać gorące mleko do mieszanki ryżowej. Po każdym dodaniu (około 1/2 szklanki) odczekać aż płyn się wchłonie, potem dodać kolejną porcję mleka. Często mieszając i utrzymując ogień na niskim poziomie aby ryż nie przypalił się na dnie garnka. Powinno to zająć około 25 do 30 minut.

Wlać ryż do naczynia do serwowania. Posypać wierzch cynamonem, udekorować plasterkiem cytryny.

Schłodzić ryż, a następnie podawać.

CIASTO KRÓLEWSKIE

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

7 szklanek mąki uniwersalnej
1 szklanka drobnego cukru
6 jajek o temperaturze pokojowej
1 1/4 szklanki masła o temperaturze pokojowej
1 1/2 łyżeczki aktywnych suchych drożdży
3/4 szklanki + 1/8 szklanki ciepłego mleka (210ml)
1/3 szklanki wina porto
2 szczypty soli
1/3 szklanki orzeszków piniowych
1/3 szklanki orzechów włoskich pokrojonych na kawałki

6 ładnych połówek orzecha włoskiego do dekoracji
1/3 szklanki blanszowanych posiekanych migdałów
1/4 szklanki rodzynek
1/3 szklanki czerwonych i zielonych kandyzowanych wiśni pokrojonych na ćwiartki
6 czerwonych i zielonych wiśni (3 + 3) w całości bez pestek do dekoracji
1 szklanka kandyzowanych owoców pokrojonych na małe kawałki
2 połówki kandyzowanych gruszek
2 połówki kandyzowanych pomarańczy pokrojonych w ćwiartki do dekoracji
Cukier puder do dekoracji

Sposób przygotowania:

Podgrzać mleko w rondlu na średnim ogniu, aż osiągnie punkt wrzenia. Zdjąć z ognia. W misce rozpuścić drożdże z 1/3 szklanki ciepłego mleka. Mąkę przesiać i wsypać 1 szklankę do miski. Zrobić wgłębienie na środku i dodać drożdże z mlekiem, szczyptę cukru i posypać trochę mąki na wierzchu. Odstawić na 10 minut, aby drożdże wyrosły. Umieścić pozostałe 6 szklanek przesianej mąki w misie miksera. Dodać mąkę i drożdże z miski, cukier i pozostałe mleko.



Podłączyć płaski ubijak i powoli mieszać na średnich obrotach aż wszystkie składniki dobrze się połączą i uzyskają gładką i jednolitą konsystencję. Dodać masło o temperaturze pokojowej, wino porto, sól i jajka, jedno po drugim, bardzo dobrze ubijając przed dodaniem następnego. Miksować na średnich obrotach do uzyskania gładkiego i spójnego ciasta. Kiedy ciasto zacznie odchodzić od ścianek miski, zmienić płaski ubijak na spiralny hak do ciasta i ubijać ze średnią prędkością przez 15 do 20 minut. Wierzch ciasta posypać odrobiną mąki i przykryć.

Pozostawić ciasto do wyrośnięcia na 1 1/2 godziny lub do podwojenia objętości. Umieścić miskę z powrotem w mikserze z przymocowanym spiralnym hakiem do ciasta i spuścić powietrze z ciasta. Dodać wszystkie orzechy i kandyzowane owoce, wymieszać aby równomiernie rozprowadzić je w cieście. Foremkę do ciastek o średnicy 2 1/2 i owinać dookoła paskiem pergaminowego o szerokości 5 cm. Wsunąć kawałek pergaminu pod i do foremki do ciastek aby się nie otworzyła. Nasmarować zewnętrzną stronę pergaminu masłem. Przenieść ciasto ze składnikami na lekko posypaną mąką blachę do pieczenia. Oprószyć ręce mąką i uformować z ciasta długi wałek. Uformować z ciasta okrąg, pozostawiając szeroki otwór w środku i przymocować końce. Umieścić wyłożoną foremkę do ciastek na środku koła aby ciasto nie zamykało się w środku podczas pieczenia. Ciasto przykryć i odstawić do wyrośnięcia na około godzinę lub do czasu aż podwoi swoją objętość.

Rozgrzać piekarnik do 140°C z blaszką na środkowej półce. Udekorować ciasto połówkami orzechów włoskich, wiśniami i paskami kandyzowanej gruszki i piec przez 30 minut. Usunąć foremkę ze środka i kontynuować pieczenie przez kolejne 10 do 15 minut do uzyskania złotego koloru. Odstawić do całkowitego ostygnięcia i posypać cukrem pudrem. Serwować.

PORTUGALSKI CHLEB WIELKANOCNY

Tłum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

250 ml (1 szklanka) ciepłego mleka
100g (1/2 szklanki) cukru pudru
1 łyżka stołowa (14g/2 saszetki) suszonych drożdży
790g (5 1/4 szklanki) mąki pszennej
1 łyżeczka nasion kopru włoskiego, rozgniecionych
1 łyżeczka soli
60g masła o temperaturze pokojowej, grubo posiekanego
6 jajek
Oliwa z oliwek, do posmarowania
1 jajko, dodatkowe, lekko ubite



Sposób przygotowania:

Połączyć 1/4 szklanki mleka z jedną łyżką cukru w małej misce. Posypać drożdżami. Odstawić w ciepłe miejsce bez przeciągów na 5-10 minut lub do zarumienienia.

Połączyć mąkę, nasiona kopru włoskiego i sól w dużej misce. Zrobić dołek na środku. Dodać mieszaninę drożdży, masła, pozostałego mleka i cukru. Lekko ubić 3 jajka i dodać do miski. Mieszać drewnianą łyżką aż składniki się połączą. Rękoma połączyć ciasto w misce. Obrócić ciasto na lekko posypaną mąką powierzchnię. Zagniatać przez 10 minut lub do momentu, aż będzie gładkie i elastyczne. Dużą miskę posmarować olejem. Umieścić ciasto w misce, przykryć folią spożywczą i odstawić w ciepłe miejsce bez przeciągów na 1 godzinę 45 minut lub do czasu, aż ciasto podwoi swoją objętość.

Rozgrzać piekarnik do 200°C. Okrągłą tortownicę o średnicy 22 cm (wymiar podstawy) lekko posmarować olejem. Pozostawić 1/2 szklanki ciasta. Lekko zagnieść pozostałe ciasto i przełożyć do przygotowanej formy. Delikatnie wcisnąć pozostałe całe nieobrane jajka do ciasta.

Wyrośnięte ciasto podzielić na 6 kawałków. Z każdego kawałka zwinąć cienki rulon o długości 12 cm. Utworzyć krzyż nad każdym jajkiem. Posmarować ciasto dodatkowym jajkiem. Odstawić na 10 minut do lekkiego wyrośnięcia. Piec przez 40 minut lub do momentu aż chleb będzie złocisty a pukanie w spód będzie wydawać głuchy dźwięk. Odstawić by się delikatnie schłodziło.

„NALEŚNIKI” Z JAJ (BUNDLES OF EGGS)

Tłum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

Do „naleśników”:

- 10 żółtek
- 1 całe jajko
- 500 g białego cukru
- 300ml wody

Do syropu:

- 1000g cukru
- ½ litra wody



Sposób przygotowania:

1. Najpierw robimy syrop. Podgrzać wodę z cukrem do zagotowania ciągle mieszając. Syrop powinien zgęstnieć tak, że będzie można robić w nim ścieżkę łyżką.
2. Żółtka z jajkiem roztrzepać, wymieszać aż masa będzie gładka. Przełać masę przez sitko, aby pozbyć się grudek, łyżką pomagać masie przejść przez sitko.
3. Część masy jajecznej będzie zużyta do zrobienia „naleśników” a druga część do zrobienia nitek jajecznych.
4. Masę jajeczną wlewać partiami powoli do wrzącego syropu formując cienkie „naleśniki”. Każdy „naleśnik” wyjmować łyżką cedzakową, włożyć go na chwilę do naczynia z zimną wodą i potem wyłożyć na tacę posmarowaną masłem.
Po stężeniu podzielić „naleśniki” na kwadraty o boku 6cm lub prostokąty.
5. Powtarzać czynności 3-5 aż masa jajeczna przeznaczona na to się skończy.
6. Drugą część masy jajecznej przełać do rękawa do dekorowania ciast lub trójkątnego woreczka ze ściętym rogami i przez ten otworek powoli wylewać masę partiami, ruchem okrężnym, do wrzącego roztworu wody z cukrem tworząc cienkie nitki jajeczne. Łyżką cedzakową wyjmować każdą partię nitek, najpierw na chwilę do naczynia z zimną wodą a potem na tacę lub do miski.
7. Nitki rozłożyć na „naleśniki” i zrolować je.
Można też nitki położyć na wierzchu już zrolowanych „naleśników” lub je owinąć nitkami.
Przy tworzeniu nitek można do wody z cukrem dodać cynamon, skórkę pomarańczową, likier – według uznania.

ZUPA CHLEBOWA ALENTEJO

Tłum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

Na rosół:

szklanek bulionu z kurczaka
8 ząbków czosnku posiekanych
6 gałązek świeżej kolendry
1,5 łyżki oliwy z oliwek

Na zupę:

ząbków czosnku, posiekanych
Sól i pieprz do smaku
1 skórka z cytryny
1/2 szklanki grubo posiekanej świeżej kolendry
1,5 łyżki oliwy z oliwek
4 jajka
4 kromki chleba
1 łyżka posiekanej kolendry do dekoracji



8

6

Sposób przygotowania:

Aby przygotować rosół: dodać bulion z kurczaka, czosnek, kolendrę i oliwę z oliwek do rondla. Doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć ogień do średnio-niskiego i gotować bez przykrycia przez 20 minut. Odcedzić rosół i wlać z powrotem do garnka.

Przygotować zupę: umieścić posiekany czosnek, sól i pieprz do smaku, skórki z cytryny i kolendrę w robocie kuchennym, zmiksować aż będą gładkie. Przy włączonym urządzeniu skropić 3 łyżkami oliwy z oliwek. Przełożyć mieszankę do miski i odłożyć na bok.

Przecedzony bulion doprowadzić do wrzenia i gotować w nim jajka przez 2 minuty. Wyjąć łyżką cedzakową i odstawić.

Przed podaniem umieścić zmiksowaną mieszankę na dnie miski do serwowania.

Na tej mieszance ułożyć kromkę tostowego chleba.

Na wierzchu chleba ułożyć jajko w koszulce i zalać jajka gorącym bulionem.

Udekorować posiekaną kolendrą i podawać od razu.

RYŻ Z KACZKĄ

Tłum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

2,5 kg cała kaczka, pokrojona na 8 części
2 1/2 szklanki średnioziarnistego ryżu
5 szklanek bulionu z kaczki (z gotowania kaczki)
1/2 chorizo
2 średnie żółte cebule obrane i pozostawione w całości
1 średnia marchewka
1 średni por – tylko biała część
1 łodyga selera, pokrojona
2 ząbki czosnku, obrane i pozostawione w całości

2 liście laurowe
3 goździki
6 gałązek świeżej pietruszki
3 gałązki świeżego tymianku
1 łyżeczka czarnego pieprzu w całości
2 łyżki oliwy z oliwek extra virgin
Sól



Sposób przygotowania:

Czosnek i cebulę obrać i pozostawić w całości. Włożyć goździki do cebuli, wciskając je. Bardzo dobrze umyć pora, aby usunąć wszelkie przylegające zabrudzenia. Obrać marchewkę. Obrać i umyć łodygę selera. Umyć pietruszkę i świeży tymianek pozostawiając łodygi. Umyć całą kaczkę i pokroić na 8 kawałków.

W dużym garnku na dużym ogniu ułożyć kaczkę, cebulę z goździkami, por, łodygę selera, marchewkę, czosnek, liście laurowe, pietruszkę, tymianek, ziarna pieprzu i zalać wodą. Posolić. Doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć ogień i gotować pod przykryciem przez 1 godzinę. Zdjąć pokrywkę i gotować przez kolejne 45 minut, aż kaczka będzie bardzo miękka i prawie odejdzie od kości.

Wyjąć kaczkę z bulionu i ostudzić. Oddzielić mięso, pokroić je na duże kawałki. Usunąć skórę i wszystkie kości –bardzo dokładnie, ponieważ kaczka ma bardzo małe kości.

Przesiać bulion z kaczki – będziesz potrzebować 5 filiżanek. Rosół będzie bardzo bogaty i będzie zawierał dużo tłuszczu z kaczki, który nada ryżowi wyjątkowy smak.

Na dużej patelni z ciasno przylegającą pokrywką, na średnim ogniu dodaj oliwę z oliwek i smaż ryż, aż będzie dobrze pokryty oliwą z oliwek i prawie przylgnie do patelni.

Dodaj bulion z kaczki, zamieszaj i zeszkrob ryż przyczepiony do patelni. Sprawdź czy wystarczająco jest słony, doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć ogień i gotować pod przykryciem przez 17 minut. W tym czasie NIE odkrywać ani nie mieszać ryżu.

Zdjąć z ognia i odstawić na 5 minut bez odkrywania patelni i mieszania ryżu.

Ryż spulchnić aby nie było grudek.

Rozgrzać piekarnik 190°C, blaszka na środkowej półce.

W głębokim żaroodpornym naczyniu do serwowania rozłożyć połowę spulchnionego ryżu. Położyć na wierzchu posiekaną kaczkę. Przykryć pozostałym ryżem.

Chorizo kroimy w plastry i układamy na ryżu.

Piec w piekarniku przez 8 do 10 minut aż górna warstwa ryżu będzie lekko złota a chorizo chrupiące. Natychmiast podawać.

DORSZ WIELKANOCNY

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

4 sztuki suszonego solonego dorsza
1 główka zielonej kapusty – couve portuguesa
4-8 średnich ziemniaków
4 jajka (po jednym jajku na osobę)
2 dl oliwy z oliwek
4 ząbki czosnku
ocet winny lub sok z cytryny
sól i pieprz



Sposób przygotowania:

1. Oplukać dorsza pod bieżącą zimną wodą aby usunąć sól z powierzchni. Kawałki ryby włożyć do namoczenia w misce z zimną wodą na co najmniej 24 godziny. Nie zakrywać miski i kilkakrotnie zmieniać wodę.
2. Około pół godziny przed posiłkiem odcedzić porcje dorsza i ugotować je w garnku z wodą i odrobiną soli (w razie potrzeby), razem z jajkami i ziemniakami w skórkach.
3. W tzw. międzyczasie przygotować liście kapusty, a gdy dorsz i ziemniaki będą na wpół ugotowane, dodać je i pozwolić im się ugotować. Nie przykrywać garnka pokrywką aby kapusta pozostała zielona.
4. Aby zrobić sos, zagotować oliwę z oliwek i grubo posiekany czosnek w małym rondlu, zdjęć z ognia, dodać trochę octu winnego lub soku z cytryny, dobrze wymieszać i podawać w sosjerce.
5. Tuż przed podaniem obrać ziemniaki, obrać jajka i pokroić je na półki.
6. Podawać gorące na dużym półmisku, doprawić sosem z oliwy z oliwek, solą i pieprzem.

Niektórzy wolą samodzielnie przygotować sos z wyżej wymienionych składników na swoje talerze.

CYCKI ZAKONNICY

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

2 piersi z kurczaka
250g mąki ryżowej
250g białego cukru
5dl tłustego mleka
skórka z 1 pomarańczy
2,5 dl wody
Woda z kwiatu pomarańczy do glinianych
krążków,
na których zostanie umieszczony deser.



Sposób przygotowania:

Pierś z kurczaka ugotować w wodzie z przyprawami (sól). Niech trochę ostygnie.
Rozdrobnić kurczaka w młynku. Do rozdrobnionego kurczaka dodać mleko, skórkę z pomarańczy, 2,5 dl wody, w której gotowano kurczaka, cukier i mąkę ryżową.
Doprowadzić do wrzenia i pozwolić mu się zagotować, ciągle mieszać aż utworzy jednolitą konsystencję.
Zdjąć z ognia i w glinianych naczyniach (z gładkim podłożem) umieścić kilka pełnych łyżek masy.
Włożyć do piekarnika tylko po to, aby zrumienić wierzch, jak pokazano na zdjęciu.

PORTUGALSKIE CIASTO ZE SŁODKICH ZIEMNIAKÓW

Thum. z jęz. ang. Maria Srogosz

Składniki:

400 g słodkich ziemniaków
250 g cukru pudru
2 łyżki miodu
1/2 łyżeczki soli
225 g żółtej mąki kukurydzianej (cienko zmielonej)
50 g mąki pszennej
75 g mielonych migdałów
2 eggs
2 jajka
Skórka otarta z 1/2 pomarańczy
Skórka otarta z 1/2 cytryny
1 żółtko do posmarowania
Cukier puder do oprószenia



Sposób przygotowania:

Zrobić małe nacięcia w ziemniakach i gotować je do miękkości. Poczekać aż ostygną a następnie obrać je i przecisnąć przez prasę.

Wymieszać pulpę ziemniaczaną z cukrem i gotować przez 5 minut, mieszając, aby się nie przypaliła. Zdjąć z ognia i pozwolić jej trochę ostygnąć.

Add the remaining ingredients to the sweet potato jam and put it on the burner once more, stirring until it comes to the boil. Remove from the heat and cool completely.

Posmarować masłem i posypać mąką blachę do pieczenia.

Z ciasta ze słodkich ziemniaków uformować owalne, płaskie placki, posmarować żółtkiem i piec przez 10 do 15 minut aż uzyskają złoty kolor. Jeśli brzegi ciasta lekko się przypalają, nie martwić się, to normalne.

Wyjąć z piekarnika, pozostawić ciastka do całkowitego ostygnięcia na metalowej podstawce, a następnie posypać cukrem pudrem.

POLSKIE DANIA



SPECYFIKA POSKIEJ KUCHNI

Tłum. z j. ang. Jolanta Kowalska

Polska leży na pograniczu Zachodu i Wschodu Europy. Ma skomplikowaną, smutną historię nieistnienia państwa przez ponad 120 lat, ponieważ utraciła niepodległość. Terytorium naszego kraju zostało wówczas podzielone na trzy części, a każda z nich znajdowała się pod wpływem jednego z mocarstw: Rosji, Prus i Austrii. Dlatego dość trudno jest znaleźć jedną potrawę charakterystyczną dla całej Polski.

Nasze miasto Łódź było w zaborze rosyjskim. W Łodzi i regionie łódzkim cała kultura, w tym także zwyczaje żywieniowe, podlegały różnym wpływom ze względu na wielonarodowość mieszkańców. Łódź nazywana jest Miastem Czterech Kultur: obok ludności polskiej, niemieckiej i rosyjskiej, 1/3 mieszkańców stanowili Żydzi. Na przykład nasz placek ziemniaczany to odmiana żydowskiego *kugla*.

Duży wpływ na kuchnię Łodzi i okolicznych miejscowości wywarła również biedna, emigracyjna ludność wiejska, którą do naszego miasta przyciągnął rozwijający się przemysł włókienniczy. Stąd *prażoki* (niespotykane w innych częściach Polski) – połączenie najtańszych produktów: ziemniaków i mąki w zupie z kiszonej kapusty. To danie praktycznie zaginęło, choć jest smaczne, pożywne i rozgrzewające, dobre na zimowe dni. Specjalnością Łodzi są *pierogi* z nadzieniem truskawkowym lub śliwkowym, podawane z duszoną kapustą na słodko.

Polska to kraj, w którym w kuchni królują ziemniaki. Nie jako warzywo, ale jako podstawowy składnik potraw. To także kraj, w którym obiad nie może obejść się bez zupy. W dużych książkach kucharskich można znaleźć ponad 100 różnych zup: czystych, zaprawionych zasmażką, śmietanowo-owocowych. Typową polską zupą jest *żurek* (z jego łódzką odmianą *zalewajką* z ziemniakami) i *barszcz*.

Oczywiście w całym kraju można zjeść śledzie w oleju lub w śmietanie, jabłka jako przystawkę czy bigos, jako samodzielne danie z pieczywem lub z dodatkiem ziemniaków. Kultuwujemy również stare zwyczaje, takie jak bezmięsna wieczerza wigilijna i święcenie pokarmów na Wielkanoc.

Obecnie świat, który jest na wyciągnięcie ręki, wzbogacił polską kuchnię o nowe smaki z różnych regionów globu.

KOTLETY WIEPRZOWE PANIEROWANE

Tłum. z j. ang. Renata Otocka

Składniki:

0,80kg mięsa wieprzowego
2 jajka
1 szklanka bułki tartej
½ szklanki mąki
2 łyżki oleju do smażenia
1 łyżka masła
sól, pieprz, czosnek w proszku



Sposób przygotowania:

Mięso opłucz i osusz. Następnie pokrój na kotlety o grubości 1,5 cm. Rozbij kotlety za pomocą tłuczka do mięsa. Posyp je pieprzem i czosnkiem w proszku.

Jajka rozbij, wymieszaj z solą i wylej na jeden talerz. Wsyp przygotowaną mąkę na drugi talerz, a bułkę tartą na trzeci.

Rozpuść masło z olejem do smażenia na patelni. Na rozgrzany tłuszcz włóż kotlety najpierw obtaczając je w mące, następnie w jajku a następnie w bułce tartej. Po kilku minutach, gdy zaczną się rumienić, przewracamy je na drugą stronę i smażyjemy jeszcze kilka minut.

Podajemy na ciepło z gotowanymi ziemniakami i gotowaną kapustą kiszoną.

PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI

Tłum. z j. ang. Elżbieta Mielicka

Tradycyjne polskie pierogi z kapustą i grzybami są bardzo smaczne i podawane nie tylko w Wigilię. Mogą być podawane z zupą grzybową lub czerwonym barszczem, zanurzone w zupie lub podsmażone na patelni. Są pyszne z polaną smażoną cebulką.

Składniki na ciasto do pierogów:

0,5kg mąki,
1 łyżeczka soli,
2 łyżki oliwy z oliwek,
 $\frac{3}{4}$ -1 szklanki gorącej wody,
1 jajko.



Farsz:

•0,5kg kiszzonej kapusty,
Sól i pieprz,
2 łyżki oliwy z oliwek,
1 cebula (pokrojona w małą lub dużą kostkę w zależności od upodobania)

Sposób przygotowania:

Wypłucz grzyby, włóż do garnka, zalej zimną wodą i odstaw na 6 godz. Po tym czasie gotuj do miękkości dodając sól. Ugotuj kapustę do miękkości z solą, po czym mocno odciśnij. Odcedź grzyby, wywar można wykorzystać np. do zupy grzybowej. Bardzo mocno odciśnij grzyby i zmiel je razem z ugotowaną kapustą w maszynce do mielenia mięsa. Usmaż na oliwie cebulę, dodaj kapustę i grzyby, dobrze wymieszaj, smaź doprawiając do smaku solą i pieprzem.

Na stolnicę przesiej mąkę, zrób dziurkę, do której dodaj sól, olej i jajko. Zagniataj ciasto, stopniowo dodając ciepłą wodę, przenosząc mąkę na przygotowany otwór. Wyrabiaj przez ok. 15min., do momentu, gdy ciasto stanie się miękkie i elastyczne.

Naczynie z ciastem przykryj ściereczką i odstaw na godzinę. Wstaw garnek z wodą. Zagotuj i posól. Podziel ciasto na dwie części i wałkuj na placek. Wycinaj koła za pomocą szklanki, nałóż nadzienie na środek, złóż na pół i zlep brzegi pieroga. Przykryj lnianą ściereczką. Porcję pierogów wrzuć do gotującej i posolonej wody. Gotuj przez 8-10min. aż będą miękkie. Jeśli chcesz sprawdzić, czy pierogi nie są surowe, wyjmij jeden łyżką i przekrój. Pierogi podawaj polane smażoną na oleju pokrojoną cebulką.

ZUPA GRZYBOWA Z ŁAZANKAMI

Tłum. z j. ang. Elżbieta Mielicka

Składniki na zupę:

4 dag suszonych prawdziwków,
2 marchewki,
1 pietruszka,
½ selera,
1 por,
1 łyżka masła,
1 cebula,
Sól, pieprz
4 łyżeczki posiekanej zielonej pietruszki



Sposób przygotowania zupy:

Grzyby namocz w garnku z wodą i pozostaw na noc. Następnego dnia ugotuj je w tej samej wodzie aż będą miękkie. Odcedź grzyby. Obierz warzywa, następnie umyj je, pokrój na kawałki, a następnie włóż do garnka. Obierz i pokrój cebulę i dołóż do warzyw. Dodaj 0,5 łyżki masła, sól i pieprz. Delikatnie wszystko zamieszaj. Mieszaj podczas duszenia. Uważaj aby nie przypalić. Dodaj wrzącą wodę i gotuj bulion przez 0,5 godz. Wyjmij ugotowane warzywa, bulion wlej do bulionu grzybowego. Pokrój ugotowane grzyby na małe paseczki i dodaj do zupy. Dodaj pozostałe masło oraz sól i pieprz do smaku. Podawaj z łazankami, na wierzchu zupę posyp posiekaną pietruszką.

Składniki na łazanki:

0,3kg mąki,
3 jajka,
1 łyżeczka oleju



Wykonanie łazanek:

Na stolnicy połącz wszystkie składniki, aż ciasto będzie dobrze wyrobione. Podziel przygotowane ciasto na dwie części i odłóż aby odpoczęło. Stolnicę posyp mąką i rozwałkuj cienko każdą partię ciasta, pamiętając aby stolnica cały czas była pokryta mąką, Pokrój rozwałkowane ciasto na małe kwadraciki. Gotuj w osolonej wodzie 2-3 min. Odcedź i oplucz je pod zimną wodą. Podawaj z zupą grzybową.

MAKOWIEC

Tłum. z j. ang. Alina Król

Składniki:

Ciasto:

350g masła
1/2 szklanki cukru
750g mąki
3 jajka
1 cukier waniliowy
100g świeżych drożdży
6 łyżek kwaśnej śmietany
szczypta soli



Nadzienie makowe:

1/2kg maku
100g masła
3 jajka
300g cukru
400g miodu
bakalie (rodzynki, orzechy, migdały, morele, skórka pomarańczy)
1l mleka

Sposób przygotowania:

1. Ciasto:

W małej misce rozetrzyj drożdże z lekko podgrzaną śmietanką i pozostaw na około 30 minut. Mąkę przesiej do dużej miski, wymieszaj z solą. Dodaj zimne masło i utrzyj z mąką. Wymieszaj cukier puder i cukier waniliowy. Dodaj jajka i drożdże. Zagnieć ciasto. Podziel na 3 części. Każdą część rozwałkuj na prostokąt i posmaruj masą makową. Zawień roladę. Piec w temperaturze 180°C przez 45 minut.

2. Nadzienie makowe:

Mleko zagotować i wlać do maku. Odstaw na noc, aby mak spęczniał. Po 12 godzinach odcedź mleko. Po odsączeniu zmiel mak trzykrotnie w maszynce do mielenia. W rondelku roztop masło, wymieszaj z miodem. Następnie dodaj mak, migdały, orzechy włoskie, skórkę pomarańczową, rodzynki, drobno posiekaną laskę wanilii i gotuj około 30 minut. Żółtka zmiksuj z 6 łyżeczkami cukru. Białka ubij ze szczyptą soli. Do zimnego nadzienia makowego dodaj żółtka, a na koniec dodaj białko.

ŻUR /ŻUREK/ Z BIAŁĄ KIEŁBASĄ

Tłum. z j. ang. Alina Król

Składniki:

10dag mąki żytniej
1/2 l wody
warzywa do zupy (marchew, pietruszka, seler, por)
25dag pokrojonego boczku (lub kiełbasy)
1/2 litra zakwasu żytniego do żurku
2 jajka na twardo
1/2 łyżki majeranku
1 cebula, masło do smażenia, sól, pieprz
biała kiełbasa



Sposób przygotowania:

W glinianym garnku wymieszaj 10dag mąki żytniej z 1/2l ciepłej przegotowanej wody. Odstaw w ciepłe miejsce na 2-3 dni do wyrośnięcia.

Umyj i obierz warzywa. Ugotuj bulion z boczku (lub kiełbasy) i warzyw. Cebulę posiekaj i podsmaż na maśle. Dodaj zakwas, smażoną cebulę i jajka na twardo pokrojone w ćwiartki. Dopraw do smaku solą, pieprzem i majerankiem.

KRUCHE CIASTO

Tłum. z j. ang. Stefania Pietrykowska

Składniki:

500g mąki
250g mąki
3 żółtka
100g cukru
1 łyżeczka proszku do pieczenia



Sposób przygotowania:

Połącz komponenty tak jak należy i dodaj parę łyżek wody. Włóż ciasto do lodówki na parę godzin. Z ciasta zrób dwa bardzo cienkie okrągłe plastry (2–3mm). Połóż jeden plaster na dnie specjalnej formy do pieczenia i posmaruj grubo dżemem śliwkowym, przykryj to drugim kawałkiem ciasta. Włóż do piekarnika w temperaturze 200°C na 25 minut. W tzw. międzyczasie przygotuj lukier z białek z cukrem pudrem i aromatycznym olejkiem migdałowym. Dla dekoracji użyj suszonych owoców: rodzynek, śliwek, daktyli, świeżych obranych mandarynek, podzielonych na części oraz obranych migdałów. Ciasto po upieczeniu wyjmij z formy, odwróć i połóż na płaskim talerzu. Gdy ciasto jest jeszcze gorące pokryj je grubo lukrem oraz ułóż różne wzory z owoców: gałązki palmy, siatki, paski ect.

KNEDLE Z TRUSKAWKAMI

Tłum. z j. ang. Wiesława Kozłowska

Składniki:

1,5kg ziemniaków
375g mąki pszennej
75g mąki ziemniaczanej
2 jajka
0,5kg truskawek



Sposób przygotowania:

Umyj obrane ziemniaki i ugotuj je dodając sól pod koniec. Odcedź i pozostaw w garnku do odparowania. W przeciwnym razie pierogi będą mokre i rozpadną się. Ziemniaki lekko ostudzić, posiekać. Następnie wymieszaj z solą, jajkami i mąką. Można dodać mąkę ziemniaczaną. Zagnieść ciasto do jednolitej i gęstej konsystencji. Ciasto powinno być lekko lepkie.

Na lekko oprószonym mąką blacie uformuj wałek i pokrój go na mniejsze kawałki, które należy rozpląszczyć, aby uzyskać kształt ciastka. Na każdym ciastku połóż jedną lub dwie truskawki, zamknij, zaklejając ciasto.

Knedle wrzuć do osolonego wrzątku i wyciągnij 7 minut po wypłynięciu na powierzchnię. Wyjmij je za pomocą sitka.

Gorące knedle podawaj z podsmażonymi kawałkami wędzonego boczku i gotowaną młodą kapustą. Zamiast wędzonego boczku możesz użyć smażonej bułki tartej.

KASZANKA GRILOWANA W FOLII ALUMINIOWEJ

Tłum. z j. ang. Izabela Leśkiewicz

Składniki:

Kaszanka -1 sztuka na 1 osobę
1 cebula na 1 osobę
1 ogórek kiszony na 1 osobę
5-7 pomidorków koktajlowych na 1 osobę
folia aluminiowa
musztarda



Sposób przygotowania:

Cebulę pokrój w kostkę. Dodaj sól i pieprz. Zdejmij skórę z kaszanki. Pokrój folię aluminiową na kawałki o boku około 25cm. Ułóż kaszankę na folii. Połóż cebulę wzdłuż kaszanki. Zawień wszystko ciasno w folię, ostrożnie przekręcając oba końce (wygląda jak duży cukierek owinięty w papier). Połóż na grillu i piecz przez około 20-30minut. Można podawać z ogórkiem i pomidorkiem koktajlowym lub z musztardą.

PĄCZKI

Tłum. z j. ang. Maria Aszyk

Składniki:

1kg mąki
10dkg drożdży
8 świeżych jajek
cukier puder
trochę masła
mleko
trochę spirytusu (mocny alkohol)
smalec do smażenia
powidła śliwkowe do nadzienia pączków



Sposób przygotowania:

Do niewielkiej ilości ciepłego mleka dodać 1 łyżkę cukru, 1 łyżkę mąki i pokruszone drożdże. Kiedy drożdże urosną, dodać je do mąki. Żółtka jajek włożyć do miski, dodać 8 łyżeczek cukru i ubić je na puszystą masę. Dodać masę do mąki z drożdżami, a następnie dodać trochę ciepłego mleka. Delikatnie rozpuścić masło na patelni i dodać je razem z 2 łyżkami spirytusu do ciasta.

Ręcznie (nie elektrycznym mixerem) wymieszać wszystkie składniki i dobrze zagnieść ciasto, aż stanie się ono gładkie i lśniące. Ciasto jest gotowe.

Teraz zostawimy je do wyrośnięcia. Robimy to w ten sposób: Położymy powidła śliwkowe na kawałku ciasta, zwiniemy je i odłożymy na bok do wyrośnięcia. Z tej ilości ciasta możemy zrobić 35 pączków.

Sprawdzamy temperaturę tłuszczu - kiedy jest on wystarczająco gorący, możemy wkładać pierwsze pączki do tłuszczu. Pierwsza porcja pączków jest gotowa.

Teraz położyć pączki na ręczniku papierowym, aby je odsączyć. Kiedy pączki są odsączone z tłuszczu, mogą być pokryte lukrem.

Teraz przygotujemy lukier:

Do cukru pudru w misce dodajemy trochę alkoholu i soku z cytryny. Po dokładnym wymieszaniu lukier jest gotowy. Wszystko musi być bardzo dobrze wymieszane.

Następnie, zaczynamy dekorować pączki lukrem i skórą pomarańczową.

BIGOS

Tłum. z j. ang. Czesława Laskowska Gaik

Składniki:

1kg kapusty kiszonej
1/2kg kapusty świeżej (słodkiej)
150g suszonych grzybów
2cebule
1/2kg mięsa wieprzowego
1/2kg kielbasy
2 liście laurowe
1 łyżeczka musztardy Dijon
1 łyżeczka dżemu śliwkowego lub kilka suszonych śliwek
Olej
Sól ,pieprz, majeranek



Czas przygotowania dania - 2 dni.

Sposób przygotowania:

Do dużego rondla wrzucamy kiszoną kapustę z dodatkiem suszonych grzybów i liści laurowych. Wszystko gotujemy około godziny w małej ilości wody. Oddzielnie siekamy świeżą kapustę – solimy i gotujemy w wodzie około 1/2 godziny. Ugotowane grzyby kroimy w kostkę. Mieszamy oba rodzaje kapusty, dodajemy grzyby i gotujemy 1/2 godziny.

W tym czasie pieczemy posiekane mięso wieprzowe ok. 1/5–2 godziny.

Kroimy je na kawałki i dodajemy do kapusty. Na oleju smażymy posiekaną cebulę i kielbasę.

Mieszamy kapustę, cebulę, musztardę, dżem śliwkowy, sól, pieprz i majeranek.

Gotujemy całe danie na małym ogniu około 30 minut. Odstawiamy, żeby składniki połączyły się. Następnego dnia gotujemy bigos około 1/2 godziny na małym ogniu (można dodać szklanekę czerwonego wina) i odstawiamy.

Bigos najlepszy jest po podgrzaniu.

NIEMIECKIE DANIA



TYPOWA KUCHNIA NIEMIECKA

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk



Wielu kojarzy kapustę kiszoną, kielbasę i ziemniaki z niemieckim jedzeniem. Jednak ziemniak, który pochodzi z Ameryki Południowej, był kiedyś jednym z najważniejszych podstawowych produktów żywnościowych w okresie powojennym, ponieważ rósł na ubogich glebach i tym samym pomagał eliminować ubóstwo. Ale to bynajmniej nie wszystko, co kuchnia niemiecka ma do zaoferowania. Dania są bardzo różnorodne, ale szczególnie mięsożercy znajdą coś dla siebie: czy to wołowina, wieprzowina czy dziczyzna, kuchnia niemiecka ma coś dla każdego.

Termin „kuchnia niemiecka” podsumowuje różne regionalne style gotowania i specjały kulinarne. Obecnie składniki i potrawy różnią się w zależności od regionu. Podczas gdy na północy rybołówstwo ma decydujący wpływ na kuchnię niemiecką, na południu kielbasa ze słodką musztardą i preclom jest jej częścią jako drugie śniadanie. Od lat 50. XX wieku codzienne gotowanie, jedzenie i picie w niemieckich gospodarstwach domowych uległo zmianie na skutek takich wpływów, jak silnie nasilająca się imigracja pracowników, głównie z krajów południowych, turystyka (Niemcy są mistrzami świata w podróżowaniu) oraz postępująca industrializacja produkcji, konserwowania i dystrybucji żywności, mocno zmieniona i umiędzynarodowiona lub przekształcona przez zmieszanie jej z elementami innych tradycyjnych kuchni. Kuchnia niemiecka ma dziś bardziej śródziemnomorski charakter, dania warzywne, sałatki i oczywiście pizza są bardzo popularne. Jednak tradycyjne potrawy i specjały regionalne są nadal kultywowane i rozwijane.

HESJA

Kuchnia północnej Hesji ma swoje specjały, których nie je się na południu. Są to na przykład Ahle Wurst (Ahle Worscht), Weckewerk, Speckkuchen i Duckefett. Zielony sos jest również popularny w północnej Hesji, robi się go z innej mieszanki ziół niż we Frankfurcie. A każda gospodyni domowa w Niemczech może wymyślić co najmniej 100 różnych sposobów przyrządzania ziemniaków. To, co jest uważane za typowe dla kuchni południowej Hesji, jest serwowane w tradycyjnych frankfurckich winiarniach, oferujących wina z jabłek. Tam gość może wybrać między serem tzw. ręcznym (ręcznie formowanym tradycyjnym serem regionalnym), marynowanym w occie i podanym z drobno pokrojoną cebulką i kminkiem („Handkäs mit Musik”), frankfurckim zielonym sosem z gotowanymi ziemniakami, frankfurckimi żeberkami z kiszoną kapustą i puree ziemniaczanym lub frankfurcką kielbasą wołową, którą może zjeść z kromką pożywnego chleba i musztardą lub tartym chrzanem.



Frankfurcki zielony sos

ZUPA DYNIOWA

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (na 4 porcje):

4 łyżeczki oliwy z oliwek
2 cebule drobno pokrojone
1kg dyni obranej, wypestkowanej i posiekanej (można użyć japońskiej dyni kabocha),
700ml bulionu warzywnego lub drobiowego
142 ml śmietanki kremówki
4 kromki chleba pełnoziarnistego
garść pestek dyni do dekoracji



Sposób przygotowania:

1. W dużym garnku podgrzać 2 łyżki oliwy z oliwek, usmażyć 2 drobno posiekane cebule przez 5 minut, aż będą miękkie. Dodać 1kg obranej, pozbawionej pestek i pokrojonej dyni i gotować przez 8-10 minut.
2. Do rondelka wlać 700ml bulionu i doprawić solą i pieprzem. Doprowadzić do wrzenia, a następnie gotować na średnim ogniu przez 10 minut. Dodać 142ml śmietanki kremówki. Następnie dodać do dyni i zmiksować blenderem.
3. Podczas gotowania zupy pokroić 4 kromki chleba pełnoziarnistego w kostkę jak na grzanki. Na patelni rozgrzać pozostałe 2 łyżki oliwy z oliwek i podsmażyć kostki chleba, aż będą chrupiące. Dodać garść pestek dyni na patelnię i uprażyć. Zupę podawać posypaną na wierzchu grzankami i pestkami dyni.

ZUPA Z SOCZEWICY

Tłum. z j. niem. Alina Wachowicz

Składniki (na 4 porcje):

- 1 l wody
- 2 filiżanki umytej soczewicy
- 2 filiżanki marchwi pokrojonej na 2 cm kawałki
- 2 filiżanki selera pokrojonego na 2 cm kawałki
- 2 puszki wołowego rosołu
- 1 (8 ounce) can tomato sauce
- 1/4 filiżanki pokrojonej cebuli
- 1 łyżeczka pokrojonego czosnku
- 2 liście laurowe
- 1/2 łyżeczki zmielonego czarnego pieprzu
- 1/2 łyżeczki soli



Sposób przygotowania:

1. Rozgrzać piekarnik do 175°C.
2. Do 4 – litrowego mocno rozgrzanego naczynia żaroodpornego do zapiekanek dodać: wodę, soczewicę, marchew, selera, rosół wołowy, przecier pomidorowy, cebulę, czosnek, liście laurowe, sól oraz pieprz.
3. Przykryć naczynie żaroodporne
4. Zostawić w piekarniku na około 2 godz, aż soczewica będzie miękka. Usunąć liście laurowe.

Podać na gorąco z chlebem.

FRANKFURCKI ZIELONY SOS

Tłum. z j. niem. Alina Wachowicz

Składniki:

2 opakowania pietruszki
1,5 opakowania rzeżuchy
1 filiżanka drobno pokrojonego szczypiorku
1 filiżanka zapakowanego szczawiu
1/3 filiżanki maślanek
1/3 filiżanki greckiego jogurtu
1/3 filiżanki kwaśnej śmietany,
1,5 łyżeczki oleju z orzecha włoskiego
1 ugotowane na twardo żółtko
2 łyżeczki świeżego soku z cytryny
sól i pieprz



Sposób przygotowania:

Wymieszać pietruszkę, rzeżuchę, szczypiorek, szczaw, maślanek, jogurt, kwaśną śmietanę, olej, żółtko, sok z cytryny na gładką masę. Przyprawić solą i pieprzem.

JARMUŻ

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (na 6 porcji):

1 kg świeżego jarmużu
1 mała cebula, drobno posiekana
3 łyżki tłuszczu z bekonu (zalecane) lub
3 łyżki smalca
1 łyżeczka soli i pieprzu
szczypta świeżo startej gałki muszkatołowej
szczypta cukru
0,25 l bulionu wołowego



Sposób przygotowania:

1. Kilkakrotnie opłukać jarmuż w letniej wodzie, aby usunąć cały piasek i brud, nie suszyć.
2. Usunąć ogonki liściowe. Włożyć liście do garnka i gotować na średnim ogniu.
3. Ugotowane liście jarmużu, wyjąć, odsączyć i pozostawić do wyschnięcia.
4. Poszatkować liście.
5. Podsmażyć bekon/boczek/smalec na patelni i dodać cebulę.
6. Dodać jarmuż na patelnię, wymieszać, doprawić solą, pieprzem, gałką muszkatołową i cukrem.
7. Przełożyć do garnka i dodać bulion wołowy.
8. Gotować w przykrytym garnku przez 45 minut, aż całość dobrze się rozgotuje.
9. Jeśli ktoś lubi, podawać ze smażonymi kiełbaskami.

MAKARON ZAPIEKANY Z SEREM

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (na 4-6 porcji):

3 szklanki ugotowanego makaronu
2-3 szklanki startego sera Emmentaler
2 łyżki masła (lub oliwy z oliwek)
2 małe cebule (pokrojone)
sól i pieprz



Sposób przygotowania:

1. Rozgrzać piekarnik do 170°C.
2. Rozgrzać masło (lub olej) na patelni i smażyć cebulę przez około 5 minut.
3. Nasmarować naczynie żaroodporne. Napełnić naczynie 1/3 ilości makaronu, doprawić solą, pieprzem i dołożyć 1/3 sera. Powtórzyć te czynności jeszcze trzy razy.
4. Posypać cebulą.
5. Piec bez przykrycia przez 20-30 minut, aż wierzch lekko się zarumieni.

PIECZEŃ NA KWAŚNO

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (na 6 porcji):

- 1,8 kg wołowiny (karkówka lub zad)
- sól, pieprz
- 1 szklanka octu z czerwonego wina
- 1 szklanka czerwonego wina
- 4 liście laurowe
- 2 cebule, pokrojone w plasterki
- 12 ziaren pieprzu
- 4 całe goździki
- smalec, masło lub olej
- 2 marchewki, pokrojone
- 1 łodyga selera naciowego, pokrojona w plasterki
- 2 łyżki skrobi kukurydzianej
- 1 opakowanie kwaśnej śmietany (opcjonalnie)



Sposób przygotowania:

1. Natrzeć mięso solą i pieprzem.
2. Umieścić w misce ceramicznej lub szklanej (nie metalowej). Dodać ocet, wino, liście laurowe, pieprz, goździki i pokrojoną cebulę. Zalać wodą.
3. Przykryć naczynie i wstawić do lodówki na 3 do 5 dni, obracając jeden lub dwa razy dziennie.
4. Wstawić do głębokiej patelni, dodać 2-3 łyżki smalcu, masła lub oleju do smażenia.
5. Obsmażyć na rumiano ze wszystkich stron.
6. Dodać marchewkę, cebulę i seler.
7. Dodać szklankę wody (lub bulionu) i gotować na małym ogniu przez 3 godziny, aż mięso będzie miękkie.
8. Wyjąć mięso. Wymieszaną skrobię kukurydzianą z odrobiną wody dodawać powoli, aby płyn z gotowania zgęstniał w sosie. Zdjąć z ognia i mieszając dodać śmietanę w razie potrzeby.
9. Doprawić solą i pieprzem.

Mięso podawać z ziemniakami lub czerwoną kapustą!

SZNYCEL ZE SMAŻONYMI ZIEMNIAKAMI

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (sznycele):

- 4 kotlety cielęce
- 1 łyżka soku z cytryny
- 1/2 łyżeczki soli
- około 1/2 szklanki mąki
- 3 łyżki wody
- 1 jajko
- około 1 szklanki bułki tartej
- 3 łyżki masła
- 3 łyżki oleju arachidowego
- 1 cytryna, pokrojona



Sposób przygotowania:

1. Usunąć tłuszcz z mięsa
2. Kotlety posypać solą i sokiem z cytryny
3. Przygotować 3 miski. Wsypać mąkę do pierwszej. W drugiej wymieszać jajko z wodą. W trzeciej umieścić tartą bułkę.
4. Sznycele panierować: najpierw obtoczyć w mące, następnie w jajku i na końcu w tartej bułce.
5. Rozgrzać masło i olej na patelni
6. Smażyć sznycele na złoty kolor, około 3 minuty z każdej strony. Sznycele podawać na gorąco i udekorować plasterkami cytryny

Składniki (smażone ziemniaki):

- 2 kg nieobrane ziemniaków (nie brać ziemniaków do pieczenia, ponieważ nie są wystarczająco twarde)
- 1 szklanka wędzonego boczku pokrojonego w kostkę
- 1 szklanka pokrojonej w kostkę żółtej cebuli
- 1/2 szklanki oleju roślinnego
- 1/2 łyżeczki pieprzu
- 1 łyżeczka soli
- 2 łyżki posiekanej natki pietruszki (opcjonalnie)



Sposób przygotowania:

1. Ugotować nieobrane ziemniaki do miękkości (uwaga: nie rozgotować). Ostudzić i obrać.
2. Podsmażyć na patelni pokrojony w kostkę boczek na złoty kolor.
3. Dodać cebulę na patelnię i krótko podsmażyć.
4. Następnie dodać ziemniaki do boczku na patelni, doprawić solą i pieprzem i smażyć na złoty kolor. Podawać gorące i udekorowane natką pietruszki.

ROLADY WOŁOWE (RINDERROULADEN)

Tłum. z j. niem. Józef Gorzelańczyk

Składniki (na 4 porcje):

500 g chudej wołowiny dobrej jakości, pokrojonej na 8 równych kwadratowych kawałków i rozbitej na płasko
4 łyżki musztardy
sól i pieprz
2 paski boczku, posiekane
1/4 szklanki białej cebuli, posiekanej
1/8 szklanki ogórków konserwowych (korniszonów), drobno posiekanych
1/8 szklanki oleju
gorąca woda
1/2 liścia laurowego
1/4 szklanki mąki
1/8 szklanki świeżej pietruszki, posiekanej (do dekoracji)
wykałaczki



Sposób przygotowania:

1. Rozłożyć równomiernie 1 łyżkę musztardy na jednej stronie mięsa. Doprawić solą i pieprzem i posypać kawałkami boczku, cebulą i ogórkami.
2. Zrolować z farszem w środku i spiąć wykałaczką.
3. Rozgrzać olej na patelni (garnku do zapiekanek) na średnim ogniu. Dodać rolady. Smażyć około 7 minut z każdej strony.
4. Dodać tyle wody, aby przykryła rolady. Dodać liście laurowe. Gotować na małym ogniu.
5. Gotować przez 1,5 godziny upewniając się, że w garnku jest wystarczająca ilość wody (jeśli za mało, dodać gorącą wodę)
6. Po ugotowaniu ostrożnie wyjąć rolady.

Przygotowanie sosu:

1. W misce dodać 1 szklankę wody do mąki. Wymieszać widelcem
2. Wlać od razu całą mieszankę mąki do gorącego bulionu i wymieszać trzepaczką. Potem mieszać sos drewnianą łyżką.
3. Zwiększyć ogień i doprowadzić sos do wrzenia, ciągle mieszając. Gotować, aż uzyska gęstą konsystencję. Doprawić solą i pieprzem Włożyć rolady do sosu i pozostawić na ogniu na kilka minut.

Podawać z kluskami ziemniaczanymi i czerwoną kapustą. (Uwaga: wyjąć wykałaczki przed podaniem).

BOŻONARODZENIOWA GĘŚ

Tłum. z j. niem. Bogusława Kuleszczyk

Składniki:

2,5 kg gęś (cała)- oczyszczona i sprawiona (bez podrobów)
1-2 jabłka, obrane i poćwiartowane
1 mała cebula, pocięta w podłużne paski
1-2 małe łyżeczki tymianku
sól i pieprz
mąka
40 ml rosółu z kury



Sposób przygotowania:

1. Piekarnik rozgrzać do temperatury 170°C.
2. Gęś umyć i osuszyć. Przyprawić solą, pieprzem i tymiankiem. Wnętrze wypełnić jabłkami i cebulą.
3. 1 dużą łyżkę soli z 1 filiżanką wody zmieszać i wlać do brytfanny.
4. Włożyć gęś do brytfanny piersiami do dołu i pozostawić ją w piekarniku 50 minut.
5. Na koniec zostawić ją w spokoju przez 5 minut
6. Do sosu: zmieszać w garnku 2 łyżki tłuszczu z pieczenia z 2 łyżkami mąki i gotować przez 1 minutę. Dodać rosół z kury i doprawić solą, pieprzem i tymiankiem.

Serwować z połówkami brzoskwiń z puszki, z brukselką, krokietami ziemniaczanymi (lub ziemniaczanym puree) i upieczonymi jabłkami z cebulą

PIECZONE JABŁKO Z ORZECHAMI

Tłum. z j. niem. Bogusława Kuleszczyk

Składniki (na 4 porcje):

4 jabłka
75g masła
75g cukru
50g zmielonych orzechów
1/2 łyżeczki cynamonu
4 laski cynamonu



Sposób przygotowania:

Jabłka umyć, obrać i usunąć nasiona. Masło rozpuścić na patelni i podsmażyć jabłka w tłuszczu. Jabłka posypać cukrem, orzechami i cynamonem, trochę zmielonych orzechów włożyć do środka jabłka. Piec w 180°C razem z laskami cynamonu 45-50 minut. Na koniec serwować gorące z lodami.

KUCHNIA TURECKA



SPECYFIKA KUCHNI TURECKIEJ

Tłum. z j. ang. Joanna Tomaszewska

Kuchnia turecka jest w dużej mierze dziedzictwem kuchni osmańskiej, którą można określić jako udoskonalenie kuchni środkowoazjatyckiej, kaukaskiej, bliskowschodniej, śródziemnomorskiej i bałkańskiej. Kuchnia turecka jest zróżnicowana na przestrzeni kraju. W zachodniej części Turcji, gdzie obficie rosną drzewa oliwne, oliwa z oliwek jest podstawowym olejem używanym w kuchni. Kuchnie regionów Morza Egejskiego, Marmara i Morza Śródziemnego są bogate w warzywa, zioła i ryby. Kuchnia rejonu Morza Czarnego szeroko wykorzystuje ryby, szczególnie czarnomorską sardelę. Kuchnia południowowschodnia (Urfa, Gaziantep i Adana) słynie z różnorodności kebabów i deserów takich jak bakława, kadayif i kunefe.

Środkowa Anatolia ma wiele słynnych specjałów, takich jak manti czy naleśniki. Choć sposób życia zmusza nowe pokolenia do jedzenia poza domem, Turcy generalnie preferują jeść w domu. Pomimo faktu, że fast food(y) zyskują na popularności, Turcy nadal preferują bogate i rozbudowane dania kuchni tureckiej. Dodatkowo, niektóre tradycyjne tureckie posiłki, szczególnie kawa, kebab, pizza, naleśniki, często są serwowane jako fast food w Turcji. Jedzenie poza domem zawsze było powszechne w dużych miastach handlowych, gdzie Esnaf Lokantaları (restauracje dla sklepikarzy i handlarzy) są szeroko rozpowszechnione, serwując tradycyjne tureckie domowe jedzenie w przystępnych cenach.

ZUPA PUM PUM

Tłum. z j. ang. Maria Pokora

Składniki:

500 gr mąki kukurydzianej
250 gr masła
2 pomidory
Sól
Woda
Grzanki
Twardy ser

Sposób przygotowania:

Zrób zasmażkę z masła i mąki kukurydzianej. Dodaj przetarte pomidory i ciepłą wodę. Zagotuj wszystko razem.

Podawaj z grzankami i twardym serem



ISPIT – PIECZONY OGÓRECZNIK

Tłum. z j. ang. Małgorzata Gwoździńska

Składniki:

1 kg ogórecznika (tylko młode listki)
2 cebule
4-5 główek czosnku
2 pory
2 szalotki
5 jaj
pieprz
sól
1 szklanka oleju roślinnego

Sposób przygotowania:

Umyj i oczyść listki ogórecznika. Następnie, ugotuj i odcedź je. Podsmaż szalotkę, por i czosnek na oleju roślinnym. Dodaj ugotowany ogórecznik. Roztrzep jaja, dodaj pieprz, sól i pietruszkę, a następnie wlej do składników podsmażonych na patelni. Serwuj świeżo po przygotowaniu.



MAYDANOZ KÖFTESİ – KULECZKI MIĘSNE Z PIETRUSZKĄ

Tłum. z j. ang. Sylwia Ułanowska

Składniki:

500 gr mięsa mielonego
2 cebule
1 jajko
2 łyżki mąki
pęczek pietruszki
1 szklanka ryżu
pieprz
czerwona papryka
sól
50 g masła
2 przetarte pomidory
1 łyżka pasty pomidorowej
1 litr wody
jogurt
czosnek

Sposób przygotowania:

Ryż ugotuj w wodzie. Wymieszaj mięso mielone, cebulę, pietruszkę i przyprawy. Następnie do masy dodaj mąkę, ugotowany ryż i jajko. Dobrze zagnieć masę i zrób małe kulki.

Roztop masło i dodaj przetarte pomidory, koncentrat pomidorowy i wodę.

Wrzuć kulki do gotującej się wody z dodatkami i gotuj jeszcze przez 5 minut.

Umieść kulki na talerzu do serwowania i najlepiej polej je jogurtem ze startym czosnkiem.



TAVUKLU BÖREK – CIASTO Z KURCZAKIEM

Tłum. z j. ang. Małgorzata Kaźmierska

Składniki:

5 suchych arkuszy (warstw) ciasta
3 szklanki rosołu z kurczaka
1 kurczak

Sposób przygotowania:

Ugotuj kurczaka. Namocz suche arkusze ciasta w przegotowanej wodzie. Połóż jeden mokry arkusz na naoliwionej blasze do pieczenia. Oderwij pozostałe mokre arkusze i umieść na blasze. Upiecz arkusze ciasta w piekarniku.

Połóż kawałki kurczaka na arkuszach upieczonego ciasta, umieszczonych na talerzach do serwowania.



PIRİNÇLİ BARTIN MANTISI – RAVIOLI Z RYŻEM

Tłum. z j. ang. Barbara Małolepsza

Składniki:

1kg mąki
2 jajka
2 szklanki ryżu
500g mielonego mięsa
2 cebule
1 pęczek pietruszki
1 opakowanie mięsnego bulionu
sól
pieprz
woda

Sposób przygotowania:

Zblenduj mąkę, jajka, sól i wodę. Usmaż cebule, mielone mięso i ryż. Dodaj wodę i pieprz. Rozwałkuj ciasto, aby zrobić małe 3-4cm kwadratowe arkusze. Połóż porcję masy na każdy arkusz, zegnij i kładź arkusze na blachę do pieczenia. Piecz arkusze w piecyku. Polej je wodą z bulionem. Podaj po ostudzeniu.



HAMSI TAVA – SMAŻONE ANCHOVIES

Tłum.z j. ang. Małgorzata Kaźmierska

Składniki:

1 kg sardeli
100 gr mąki kukurydzianej
1 szklanka oleju roślinnego

Sposób przygotowania:

Po wyfiletowaniu umyj rybę. Posól ją i obtocz w mące. Następnie smaź rybę na oleju roślinnym z obu stron na gorącej patelni przez 1 lub 2 minuty.



TURŞU KAVURMASI – PIECZONE WARZYWA MARYNOWANE

Tłum. z j. ang. Małgorzata Kaźmierska

Składniki:

5 porów

500 gr marynowanej zielonej papryki

2 łyżki oleju roślinnego

Sposób przygotowania:

Umyj pory i pokrój je na małe kawałki. Podawaj po usmażeniu z papryką pokrojoną w kostkę.



TATLI BÖREK – SŁODKIE WYPIEKI

Tłum. z j. ang. Jadwiga Czyż

Składniki:

5 arkuszy (warstw) ciasta
500g mielonych orzechów włoskich
250g margaryny
5 szklanek cukru
4 szklanki wody
sok z połowy cytryny

Sposób przygotowania:

Natłuść blachę. Namocz warstwy ciasta. Rozłóż warstwy ciasta na natłuszczoną formę do pieczenia, przekładając każdą warstwę masą przygotowaną ze zmiksowanej margaryny ze zmielonymi orzechami włoskimi. Dodaj trochę oleju. Po upieczeniu ciasto nawilż polewając syropem przygotowanym z cukru i wody. Podawaj na zimno.



İNCİR (YEMİŞ) DONDURMASI – LODY FIGOWE

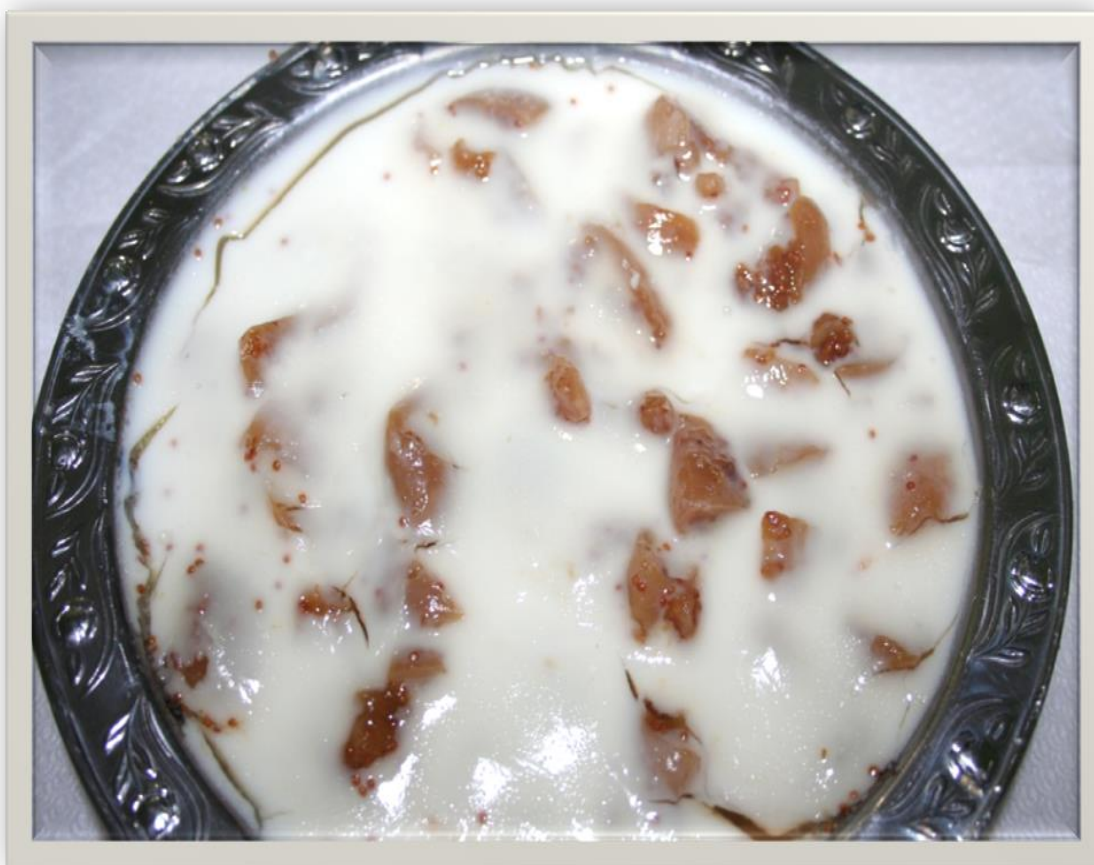
Tłum. z j. ang. Małgorzata Kaźmierska

Składniki:

500 gr suszonych fig
1 litr bawolego mleka (gorące)
1 szklanka cukru
1 szklanka wody

Sposób przygotowania:

Pokrój figi na małe kawałki. Polej kawałki fig gorącą wodą. Dodaj cukier, a następnie rozgnieć figi przy pomocy widelca. Polej figi gotowanym ciepłym mlekiem. Przełóż całość do misek i podawaj na zimno.



HALIȘKA – DESER HALIȘKA

Tłum. z j. ang. Małgorzata Kaźmierska

Składniki:

4 szklanki mąki
1 litr wody
250gr masła
1 litr mleka

Sposób przygotowania:

Wymieszaj mąkę z wodą i podgrzej na ogniu. Po schłodzeniu nabieraj łyżką po porcji ciasta i układaj na blasze. Rozpuszczone masło dodaj do mleka i tak przygotowanym mlekiem polej porcje ciasta. Podawaj gorące.



CHORWACKIE DANIA



Kuchnia chorwacka

Tłum. z j. ang. Tadeusz Trojak

Kuchnia chorwacka jest bardzo zróżnicowana ze względu na przeszłość i położenie geograficzne. Obejmuje zarówno dania mięsne, dania rybne, jak i smaczne zupy, bekon, sery, szynkę oraz lokalne sznapsy winno-ziołowe (tzw. travarica). Chorwackość kuchni chorwackiej jest bardzo kontrowersyjna. Podobnie jest również w przypadku kuchni serbskiej i rumuńskiej. Chorwacki „krajobraz” kulinarny zawsze podlegał zmianom, dlatego obecna kuchnia chorwacka jest tak różnorodna i niejednorodna, często nazywana „kuchnią regionów”. Kuchnia chorwacka była inspirowana i wynikała z wpływu byłych okupantów osmańskich (część śródłądowa i wschodnia), jak również Austro-Węgier (północ i północny zachód), podczas gdy kuchnia regionu nadmorskiego była pod silnym wpływem kuchni greckiej, rzymskiej, iliryjskiej, a także współczesnej kuchni regionu śródziemnomorskiego, zwłaszcza kuchni francuskiej i włoskiej. Każdy obszar ma swoje specjały kucharskie. Np. wyspa Pag ma swój własny ser o nazwie Paški sir (znany ser, znak firmowy wyspy). Obszary krasowe słyną z szynki dalmatyńskiej (pršut), a w obszarze zwanym Zagorą (zaplecze Dalmacji) kuchnia opiera się głównie na prostych potrawach, potrawach z chleba, wieprzowiny i ziemniaków. Kuchnia na kontynencie charakteryzuje się zaś daniami gulaszowymi, głównie z kapustą kiszoną, kapustą, mięsem i bekonem. Tereny leśne słyną zaś z dań z dziczyzny.

Kuchnie regionalne

Kuchnię chorwacką, jak i inne kuchnie, możemy podzielić ze względu na regiony, z których dana kuchnia się wywodzi, a które charakteryzują się bardzo specyficznymi tradycjami kulinarnymi. Te tradycje są charakterystyczne dla każdego z tych regionów, a wiele z nich początkowo znane były tylko w swoim regionie, zaś w pozostałej części Chorwacji - nie. Obecnie większość potraw można znaleźć na terenie całego kraju - stąd nazwa „kuchnia regionów”, która przedstawia różnorodność chorwackiej kuchni.

- Sławonia: ostra kuchnia z wieloma wpływami węgierskimi, dużo mięsa i dziczyzny dania, gulasze i dania gulaszowe
- Hrvatsko Zagorje i Međimurje: słynne desery i pierogi
- Środkowa Chorwacja i tereny górskie: domowe sery, dania pieczone, osmańskie wpływy
- Istria: kuchnia z wieloma różnymi ziołami, potrawami z trufli i wpływami włoskimi
- Dalmacja: kuchnia śródziemnomorska z wieloma wpływami włoskimi

PRYZYSTAWKI

DOMOWA ZUPA WOŁOWA

Tłum. z j. ang. Małgorzata Kopacz

Składniki:

- 600 g mięsa na zupę
- 1,2 l wody, sól
- 5 małych marchewek
- 100 g korzenia selera
- 100 g korzenia pietruszki
- 1 liść kapusty
- czarny pieprz, szczypta tartej gałki muszkatołowej
- 1 cebula
- 1 liść z białej kapusty
- 1 łodyga selera naciowego
- świeża zielona natka pietruszki lub szczypiorku
- makaron do zupy



Sposób przygotowania:

Włożyć mięso do garnka z osoloną letnią wodą. Pokroić w drobną kostkę marchewkę, korzeń selera i pietruszki i dodać to do mięsa. Przekroić cebulę na pół, opiec ją na kuchence na złoty - brązowy kolor i dodać do zupy. Dodać sól i pieprz. Następnie dodać do zupy liść kapusty i łodygę selera naciowego, gotować wszystko ok. 2 godzin na wolnym ogniu w bardzo niskiej temperaturze.

Usunąć z powierzchni zbierającą się pianę. Wyjąć mięso z zupy i podać je oddzielnie. Odcedzić zupę przez durszlak do zupy i posypać ją pieprzem i gałką muszkatołową. Dodać do zupy pozostałe oczyszczone całe marchewki i gotować przez kolejne 15 minut do miękkości. Odląć trochę zupy do oddzielnego (innego) garnka i ugotować w niej kluski. Dodać kluski do zupy, posypać posiekaną zieloną pietruszką.

Na Boże Narodzenie wersja zupy z wołowiny z upieczonymi dwoma małymi placuszkami wyciętymi w gwiazdki i dodanymi na samym końcu.

PASZTET Z DORSZA

Tłum. z j. ang. Maria Kaczuba

Składniki:

- 400g dorsza
- 4 ziemniaki
- 5 ząbków czosnku
- 100ml białego wina
- świeża pietruszka
- 100ml oliwy z oliwek
- sól, pieprz



Sposób przygotowania:

Moczyć dorsza przez dwa dni w wodzie, którą trzeba, co jakiś czas wymieniać. Następnie włożyć dorsza do dużego garnka z zimną wodą i gotować przez 20 minut. W tym międzyczasie obrać ziemniaki, pokroić je w kostkę i ugotować do miękkości w osolonej wodzie. Ugotowanego dorsza obrać ze skóry, ości i rozerwać na mniejsze kawałki. Na patelni rozgrzać trochę oliwy z oliwek i odsmażyć pokrojony w plasterki czosnek, ale nie rumień go. Dodać dorsza, trochę białego wina i w razie potrzeby trochę gorącej wody. Wszystko dusić dwie, trzy minuty, dodać ziemniaki i posiekaną natkę pietruszki. Teraz rozgnieść wszystko dokładnie widelcem i wymieszać aż będzie gładkie. Doprawić pieprzem i podawać danie jeszcze ciepłe ze świeżym chlebem.

DANIA GŁÓWNE

GOŁĄBKI

Tłum. z j. ang. Barbara Świderek

Składniki:

- 1 główka kiszonej kapusty (dostępna w tureckich sklepach) do wypełnienia farszem
- 300g mielonej wieprzowiny
- 100g mielonej wołowiny
- 1 jajko
- ½ szklanki lekko ugotowanego ryżu
- 1 cebula drobno posiekana
- olej słonecznikowy
- 1l zimnej wody
- 1l ciepłej wody
- 1 cup of tomato juice
- 3 łyżki stołowe mąki
- 1 rozgnieciony ząbek czosnku
- pieprz, sól
- 1 liść laurowy
- 100g wędzonego boczku pokrojonego w kostkę



Sposób przygotowania:

Drobno pokrojoną cebulę podsmażyć na dwóch łyżkach oleju, dodać ryż i zalać 2-3 łyżkami wody. Gotować wszystko przez 5 minut. Wymieszać mięso mielone w misce, dodać jajko, ryż, sól i pieprz, pozostawić mieszankę na krótki czas, żeby „odpoczęła”. W dużym garnku rozgrzać 5 łyżek oleju, podsmażyć mąkę i ząbek czosnku. Cały czas mieszając wlać najpierw zimną, a potem gorącą wodę. Następnie dodać sok pomidorowy i liść laurowy do garnka, doprawić papryką i pieprzem.

Położyć 2 lub 3 liście kapusty jeden na drugim, nakładać farsz i zwiijać. Włożyć je razem z wędzonym boczkiem do sosu. Dusić godzinę na małym ogniu. Podawać z gotowanymi ziemniakami.

PIECZONY INDYK

Tłum. z j. ang. Elżbieta Kusowska

Składniki:

- 1 indyk
- sól
- Vegeta (mieszanka przypraw)



Sposób przygotowania:

Oczyścić i umyć indyka. Natrzeć indyka wewnątrz i na zewnątrz mieszanką soli i vegety. Pozostawić go na chwilę. Upiec indyka. Podczas procesu pieczenia od czasu do czasu polewać go sosem i wodą, aby mięso pozostało soczyste.

DODATKI

Sałatka francuska

Składniki:

- 5 jajek na twardo
- 5-6 ugotowanych ziemniaków
- 3-4 ugotowane marchewki
- 1 szklanka ugotowanego groszku
- 3-4 ogórki kiszane
- 1 łyżka soku z cytryny
- 4 łyżki majonezu
- 1 łyżeczka musztardy
- sól, pieprz



Sposób przygotowania:

Jajka, ziemniaki, marchewkę oraz ogórki drobno posiekać w kostkę. Groszek ugotować w wodzie z odrobiną soli (lub kupić groszek w puszce) odstawić do ostygnięcia i dodać do reszty mieszanki. Dodać sok z cytryny, majonez, musztardę, sól i pieprz. Wszystko razem wymieszać i pozostawić na dwie godziny w chłodnym miejscu.

PLACKI

Tłum. z j. ang. Monika Kubik

Składniki:

- 1kg mąki
- 1 łyżeczka soli
- ok. 0,2l zimnej wody



Sposób przygotowania:

Przesiać na stolnicy mąkę w formie wzgórza i zrobić w niej zagłębienie. Do zagłębienia dodać sól i wodę, i zacząć zagniatą od zewnątrz dodając wodę, jeśli to niezbędne, aż ciasto stanie się elastyczne. Po zagnieceniu ciasta, uformować je w rulon i podzielić na kawałki o szerokości 3 cm, a następnie uformować kule. Wziąć jedną kulę i rozwałkować ją cienko. Umieścić rozwałkowane ciasto w piekarniku. Upewnić się, że piekarnik podgrzany jest do 180°C. Czas pieczenia może się różnić w zależności od piekarnika, ale zwykle trwa to 5 do 10 minut, aż ciasto stanie się złoto-brązowe. W tzw. międzyczasie rozwałkować następną kulę i powtórzyć czynności do czasu upieczenia wszystkich kul. Należy być ostrożnym przy wyjmowaniu ciasta z piekarnika, ponieważ placki są bardzo cienkie, więc łatwo je porwać. Placki powinny być przechowywane w suchym miejscu do czasu konsumpcji. Przed konsumpcją powinno się rozrywać ciasto na mniejsze kawałki, umieścić je w misce i zalać gorącą, osoloną wodą na całej ich powierzchni, następnie delikatnie mieszać przez 2 minuty. Wylać gorącą wodę. Teraz placki są gotowe do podania.

Wersje:

Możesz dodać jajko lub olej do surowego ciasta. Możliwe jest też użycie mleka zamiast wody. My zwykle wlewamy placki do smalcu z pieczeni indyka, ale ty możesz to zrobić z innym smalcem, jest to rzecz gustu.

DESERY

CIASTO Z ORZECHAMI WŁOSKIMI

Tłum. z j. ang. Józef Gorzelańczyk

Składniki – ciasto:

- 500 g mąki
- 250 g masła
- 20 g świeżych drożdży
- 1 jajko, 2 żółtka
- 50 g cukru
- szczypta soli
- 1 szklanka mleka



Sposób przygotowania:

Mąkę, cukier i sól wymieszać. Drożdże rozpuścić w letnim mleku i wlać do przygotowanej wcześniej masy. Delikatnie wymieszać i pozostawić na 10 minut w ciepłym miejscu. Dodać miękkie masło i jajko i dokładnie zagnieść na blacie posypanym mąką. Jeśli ciasto się klei, posypać odrobiną mąki. Przykryć ściereczką i odstawić na 30 minut w ciepłe miejsce.

Składniki – nadzienie:

- 500 g zmielonych orzechów włoskich
- 300 g cukru
- 100 g rodzynek
- 1 mały kieliszek rumu
- 250 ml mleka

Umyte rodzynki namoczyć w letniej wodzie. Orzechy włoskie, cukier i mleko krótko zagotować w garnku, ostudzić, a następnie delikatnie wymieszać z odsączonymi rodzynekami i rumem.

Sposób przygotowania:

Ciasto podzielić na trzy równe części i rozwałkować je na kwadratowe płyty. Każdy płat ciasta posmarować jedną trzecią nadzienia orzechowego i zwinąć w rulonik. Umieścić trzy ruloniki na blasze wyłożonej papierem do pieczenia i posmarować roztrzepanym żółtkiem. Piec w temperaturze 200°C (z termoobiegiem 180°C) przez 40 do 50 minut, aż nabiorą złotego koloru. Później ostudzić i obsypać odrobiną cukru pudru.

PIERNIKI

Tłum. z j. ang. Barbara Zajac

Składniki: (na około 30 sztuk)

- 330 g mąki
- 330 g cukru
- 1 proszek do pieczenia
- 1,5 łyżki stołowej cukru waniliowego
- 120 g zmielonych orzechów
- 2 łyżki stołowe przyprawy do piernika
- 1 łyżka stołowa kakao
- 2 łyżki stołowe miodu
- 160 g miękkiego lub stopionego masła
- 250 ml mleka
- 4-5 jajek, w zależności od wielkości



Sposób przygotowania:

Wymieszać dokładnie w misce mąkę, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia, zmielone orzechy i przyprawę do piernika. Wymieszać w innej misce pozostałe składniki aż do uzyskania piany. Następnie zmiksować lub wymieszać dokładnie wszystkie składniki. Wlać ciasto do formy do pieczenia, wyłożonej papierem pergaminowym i piec ok. 20 min. w temperaturze powyżej 200°C. Po upieczeniu i ostudzeniu, pokroić piernik i udekorować wg uznania. Aby przechować, przełożyć kawałki piernika papierem pergaminowym.

CHORWACKI GULASZ RYBNY Z POLENTĄ

Tłum. z j. ang. Marek Paradecki

Składniki:

- 1 kg ryby, różne ryby morskie; pozbawione ości, oczyszczone, pokrojone na kawałki
- 2 duże cebule, pokrojone w plasterki
- 2 pomidory, pokrojone
- 2 ząbki czosnku drobno posiekane
- 2 łyżki stołowe posiekanej pietruszki
- 100 ml oliwy
- 200 ml białego wina
- 300 g mąki kukurydzianej (do polenty)
- 1 1/2 litra wody
- 10 g soli



Sposób przygotowania:

Czas przygotowania: ok. 30 min. / Trudność średnia / Kalorie na osobę: to ok. 420 kcal

W dużym garnku podsmażyć połowę plasterków cebuli. Dołożyć kawałki ryby, pomidory, resztę cebuli, czosnek i pietruszkę, doprawić solą i pieprzem, dodać oliwę, białe wino i wodę, gotować powoli, aż ryba będzie ugotowana.

W tzw. międzyczasie przygotować polentę. Kiedy woda zacznie wrzeć, dodać trochę soli powoli wymieszać z mąką kukurydzianą. Gotować ją przez około 40 minut. Rozłożyć miękką polentę w płaskiej misce, ułożyć na niej kawałki ryby i połączyć je sosem.

MINI PĄCZKI (FRITULE)

Tłum. z j. ang. Anna Leszczewska

Składniki:

- 400 ml jogurtu
- 2 jajka
- 2 opakowanie cukru waniliowego
- szczypta soli
- 2 łyżeczki cukru
- 20 łyżek stołowych mąki
- 1 opakowanie proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka od herbaty brandy



Sposób przygotowania:

Wymieszać mąkę, proszek do pieczenia i sól. Wymieszać jajka, cukier, cukier waniliowy, brandy i jogurt, wszystko dokładnie wymieszać z mąką. Ciasto musi być gładkie i bez bąbelków. Nabrać trochę ciasta łyżeczką. Użyć drugiej łyżeczki aby uformować małe kulki. Olej nie powinien być zbyt gorący.

PODSUMOWANIE PROJEKTU

Tłum. z j. ang. Magda Druri

W tym projekcie dwie sąsiadujące ze sobą nacje z Europy Centralnej - Niemcy i Polska spotkały się z trzema z najdalszych krańców Europy - Chorwacją, Portugalią i Turcją. Cała grupa musiała uważnie się przyjrzeć kulinarnym zwyczajom swoich kolegów. Wytypowano do wyboru 10 dań typowych i charakterystycznych dla uczestniczących krajów.

To nie było łatwe zadanie. Każdy z nich ma dużo regionalnych dań i różnych smaków, które były tworzone poprzez historyczne zmiany. Dokonano selekcji i teraz mamy szeroki wybór posiłków, zarówno wyszukanych, jak prostych, smaków dobrze znanych, lecz również dość oryginalnych.

Mogliśmy porównać, znaleźć różnice, lecz i podobieństwa, czasami zadziwiające. Cóż za różnorodność doznań! Chociaż świat gwałtownie staje się jedną globalną wioską, jeszcze różnimy się w taki piękny sposób. Jeszcze mamy dużo do poznawania i smakowania. Jedzenie bowiem jest nie tylko paliwem, lecz również przyjemnością i zabawą. Zrealizowaliśmy to, kiedy wypróbowaliśmy nasze własne przepisy.

Używając naszej książki kucharskiej "cookbook" mogliśmy przygotować według portugalskiego przepisu słodki pudding z kurczaka, nazwany "mammnhas de freira". Nie wszędzie Bacalhan (suszony i solony) jest w powszechnym użyciu, ale posiłki przyrządzone z nim smakują interesująco.

Tureckie anchois również pachną wspaniale, ale dlaczego turecka grupa trzyma w tajemnicy ich przepis na baklawę?

Naturalnie nie jest trudno zrobić chorwackie kapuściane roladki, znane w Polsce jako gołąbki. Niemcy zaproponowali sznyצל z ziemniakami, a na deser były polskie pączki.

Spróbujmy je.