ZACHOWAĆ SMAK TRADYCJI
plebański podpłomyk i kulinarna tradycja Ziemi Gdowskiej

– SMAKI DZIECIŃSTWA –

Zachować Smak Tradycji
plebański podpłomyk i kulinarna tradycja
Ziemi Gdowskiej

SMAKI DZIECIŃSTWA

Gdów 2022

Wydawca

Stowarzyszenie Kół Gospodyń Wiejskich Gminy Gdów
Rynek 40
32-420 Gdów

Partner projektu

„Zachować Smak Tradycji - plebański podpłomyk i kulinarna tradycja Ziemi Gdowskiej” - smaki dzieciństwa

wydawca:
Stowarzyszenie Kół Gospodyń Wiejskich Gminy Gdów

Folder wydany w ramach wsparcia z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020 w ramach poddziałania 19.2 „Wsparcie na wdrażanie operacji w ramach strategii rozwoju lokalnego kierowanego przez społeczność” (w wysokości 55 tyś zł), w ramach projektu „Zachować Smak Tradycji plebański podpłomyk i kulinarna tradycja Ziemi Gdowskiej na zakup 9 pieców konwekcyjnych dla 9 Kół z Gminy Gdów oraz na wydanie folderu kulinarnego zawierającego archiwalne przepisy kulinarne z terenu Gminy

Pomysł na wydanie tej publikacji narodził się wraz z powstaniem gdowskiego Targowiska Mój Rynek. Uruchomione przez Gminę Gdów przed trzema laty na gdowskim Zarabiu, co sobotę gromadzi lokalnych wystawców i panie działające w kołach gospodyń wiejskich. Na Targowisku zakupić można wiejski nabiał, jajka, warzywa, sezonowe owoce, ciasta, miody. Kupujący doceniają naturalne produkty, pieczone według starych receptur ciasta, a w rozmowach przy stoiskach często przebija tęsknota za dawnymi, prostymi recepturami.

Z pomocą przyszedł projekt, który Stowarzyszenie Kół Gospodyń Wiejskich Gminy Gdów złożyło do LGD „Dolina Raby". Oprócz zakupu pieców, panie podjęły pomysł przygotowania folderu kulinarnego, który będzie promował dziedzictwo kulinarne regionu wracając do starych, sprawdzonych receptur. Rozpoczęło się szukanie przepisów na „smaki dzieciństwa".

Poprzez lokalną prasę i strony internetowe członkinie Stowarzyszenia zachęcały do podzielenia się przepisami na potrawy zapamiętane z dziecinnych lat. Namawiały do rozmów z babciami i mamami, do odszukania starych notatników z recepturami na kiszony barszcz, żur na serwatce, wypieki, zupy, kluski… Dzięki zaangażowaniu pań z kół gospodyń wiejskich i nadesłanych przez mieszkańców przepisów, udało się zgromadzić blisko 40 receptur sprawdzonych w domu, opartych na przepisach przekazywanych w naszych rodzinach.

Znajdują się tu pomysły na proste dania, bo kuchnia naszego dzieciństwa była prosta… bazowała na tym, co było w domu i czego przygotowanie nie wymagało wiele czasu. Stąd tak wiele potraw jarskich, opartych na mące, mleku, ziemniakach. Nasze babcie i mamy gotowało prosto, a mimo to smak sodowych placków, podpłomyków, parzoków czy sierciokόw pozostał w nas jak tęsknota za czasami, które minęły. A jednak możemy je sobie na bazie tych przepisów przypomnieć i samemu przygotować własny zakwas z buraków czy zupę z gwoździa. A naszym dzieciom i wnukom warto przypomnieć przysmak naszego dzieciństwa czyli chleb z cukrem i śmietaną (oczywiście z prawdziwego chleba i wiejskiej śmietany…)

Lucyna Włodarz
Prezes Stowarzyszenia
Kół Gospodyń Wiejskich Gminy Gdów

Zapraszamy w kulinarną podróż po smakach naszego dzieciństwa. A wszystkim, którym ten folder przypomni własne, kulinarne wspomnienia zapraszamy do dzielenia się recepturami, które będą mogły stać się podstawą do kolejnych wydań folderu.

ZAGRYZKI

PLACKI SODOWE

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Krakuszowic

SKŁADNIKI

30 dkg. mąki pszennej
1 łyżeczka sody
½ szklanki kwaśnego mleka
sól

PRZYGOTOWANIE

Z podanych składników zarobić dość twarde ciasto i formować placki o dowolnej wielkości i grubości ok. 1 cm. Położyć na płycie kuchennej (można użyć patelni) i opiekać z dwóch stron.

Placki możemy spożywać w wersji na słodko, jak i na słono.

SMALCZYK DOMOWY

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Gdowa

SKŁADNIKI

½ kg. słoniny
20 dkg. boczku lub podgarla wieprzowego
½ kg cebuli
½ szklanki wody

PRZYGOTOWANIE

Słoninę, boczek (podgarle) mielimy lub kroimy w kostkę, topimy na małym ogniu podlewając wodą. Cebulę kroimy w kostkę i podsmażamy na złoty kolor, następnie dodajemy do wytopionego tłuszczu. Mieszamy i rozlewamy do miseczek lub słoiczków. Odstawiamy do ostygnięcia. Najlepiej smakuje z wiejskim chlebem, odrobiną soli, kiszonym ogórkiem.

CHLEB ZE ŚMIETANĄ I CUKREM

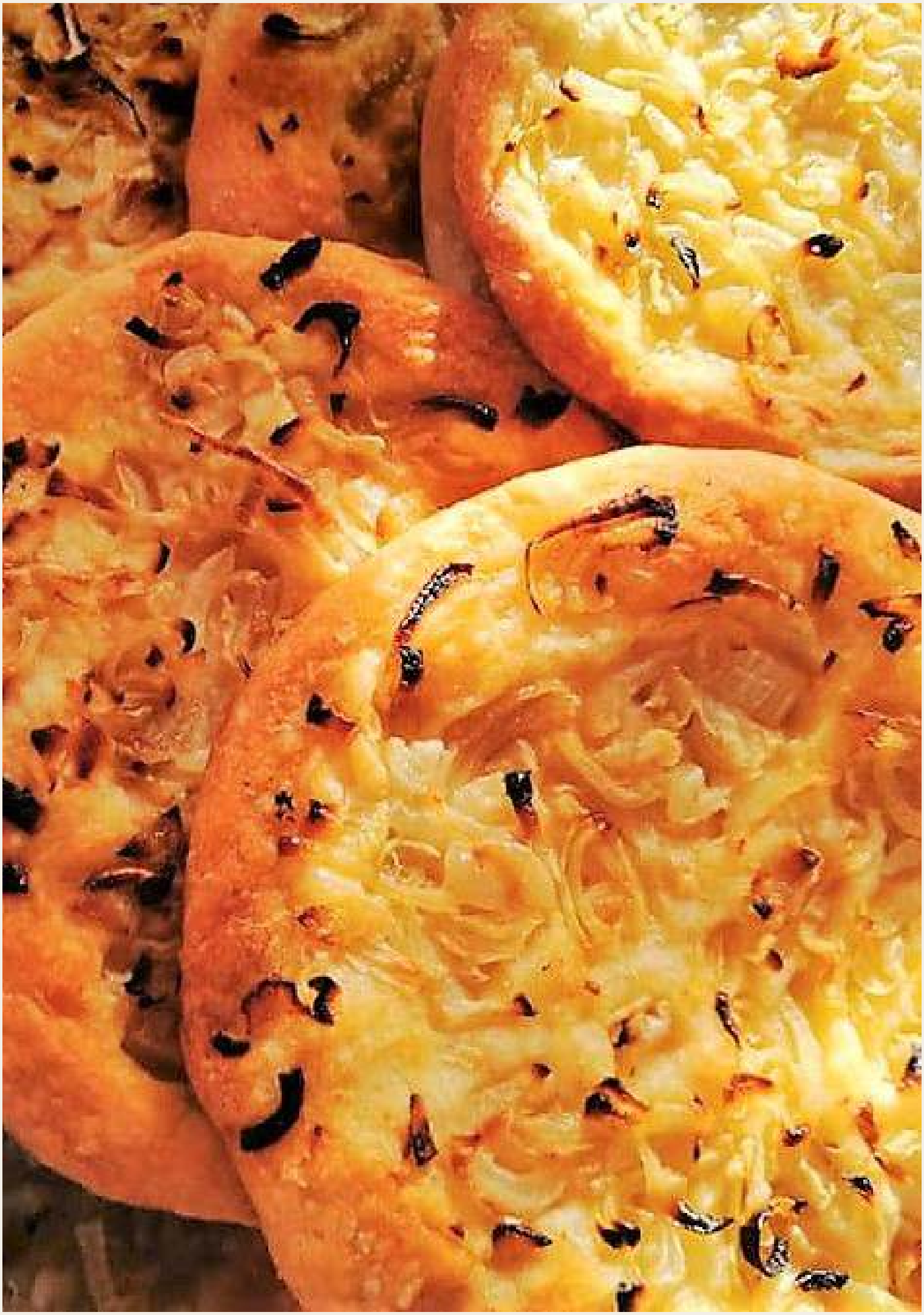
niezapomniany smak dzieciństwa

SKŁADNIKI

kromka wiejskiego chlebka
wiejska śmietana
cukier

PRZYGOTOWANIE

Pajdę chleba smarujemy suto śmietaną i posypujemy cukrem według uznania. Tajemnicą przekąski z dziecinnych lat są produkty, najlepiej z własnego gospodarstwa lub od lokalnej gospodyni.



PODPŁOMYK PLEBAŃSKI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich w Niegowici

SKŁADNIKI

50 dkg. mąki (0,125 mąki żytniej typ 600, 0,375 kg mąki pszennej typ 500-600)
5 dkg. drożdży
8 dkg. masła
1 duża cebula
0,3 dkg. soli
15 dkg. naciostku z poprzedniego wypieku chleba
1 szklanka wody

PRZYGOTOWANIE

Z mąki żytniej drożdży i naciostku z dodatkiem wody robimy w dzieży rozczyn. Po 12 godzinach dodajemy mąkę pszenną, wodę i sól i zarabiamy ciasto, wyrabiamy do momentu, aż odchodzi od rąk- około 30 min. Wyrównaną powierzchnię posypujemy mąką i przykrywamy grubą lnianą narzutą. Zostawiamy ok. 2 godziny do wyrośnięcia. Z wyrośniętego ciasta ubieramy około ½ kg i wyrabiamy kilka razy, po czym, formujemy koło o średnicy około 40 cm i grubości 1,5 cm. Powierzchnię smarujemy świeżym wiejskim masłem i posypujemy obficie, pokrojoną w małe półksiężyce, cebulą. Gotowe ciasto przekładamy na drewnianą, okrągłą, posypaną mąką łopatę. Gdy piec się spopieli, odgarniamy resztki ognia i wsadzamy podpłomyk do pieca. Po około 15 minutach, gdy boki podpłomyka się zrumienią, wyjmujemy go z pieca.

** Tradycyjny podpłomyk był zawsze wypiekany na wsi podczas pieczenia chleba, gdyż ciasto do niego użyte jest identyczne. Podczas pobytu na swojej pierwszej parafii w Niegowici, młody wikary ks. Karol Wojtyła takie podpłomyki jadał na tradycyjne, wiejskie śniadanie.*

**Podpłomyk plebański jest wpisany na listę produktów tradycyjnych Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi.*

CHAŁKA Z KRUSZONKĄ

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Podolan

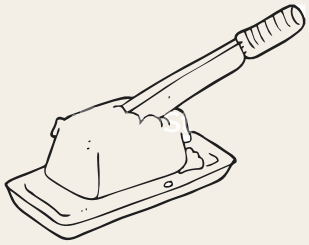
SKŁADNIKI

CIASTO DROŻDŻOWE
1 jajko
2 żółtka
10 dkg. masła
50 g. cukru
1 łyżeczka cukru waniliowego
40 g. świeżych drożdży
150 ml. mleka
50 dkg. mąki pszennej
1 łyżeczka soli

KRUSZONKA
60 g. maki pszennej
40 g. masła
30 g. cukru

PRZYGOTOWANIE

Ciepłe mleko wymieszać z łyżka cukru, pokruszonymi drożdżami oraz 4 łyżkami mąki. Odstawić na ok. 10 minut do wrośnięcia. Resztę mąki wsypać do miski, dodać cukier, sól i wymieszać. Dodać jajko, żółtka, roztopione masło, zaczyn i wyrobić ciasto. Miskę przykryć ścierką i odstawić do wyrośnięcia na około 30 minut. W międzyczasie przygotować kruszonkę. Wyrośnięte ciasto zagnieść, rozdzielić na 6 części i zapleść w warkocz. Odstawić na 30 minut. Wyrośniętą chałkę posmarować jajkiem i posypać kruszonką. Piec w 180 stopniach C przez ok. 35 minut, aż się zarumieni.



CHLEB WIEJSKI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Klęczany

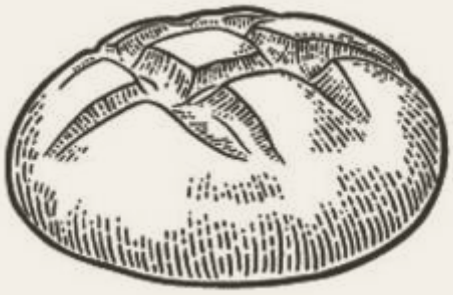
SKŁADNIKI

50 dkg. mąki pszennej
50 dkg. mąki żytniej
10 g. świeżych drożdży
1 płaska łyżeczka soli
600 ml. ciepłej wody
1 łyżka cukru

PRZYGOTOWANIE

ZACZYN : 600 ml. ciepłej wody, cukier, 200 g. mąki i drożdże mieszamy do rozpuszczenia i połączenia składników i odstawiamy do wyrośnięcia w ciepłe miejsce.

Po wyrośnięciu dodajemy sól, mąkę i wyrabiamy ciasto. Po wyrobieniu odstawiamy do wyrośnięcia. Formujemy chleb. Pieczemy około 30 minut w temperaturze 200 stopni C. następnie zmniejszamy temperaturę na 170 stopni C. i pieczemy kolejne 15 minut.



BUŁECZKI ŚWINKI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich w Podolanach

SKŁADNIKI

55 dkg. mąki
60 g. drożdży
20 dkg. jogurtu naturalnego
100 ml. ciepłego mleka
3 łyżki cukru
150 g. masła
2 jajka
szczypta soli, goździki,
marmolada

PRZYGOTOWANIE

400 gram mąki zagnieść z drożdżami, jednym jajkiem, jogurtem naturalnym, ciepłym mlekiem, szczyptą soli i cukrem. Następnie z ciasta uformować kulę, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia.

Resztę mąki połączyć z masłem, następnie połączyć z wyrośniętym ciastem drożdżowym. Masę rozwałkować i szklanką wycinać kółka. Na połowę z nich nałożyć porcję marmolady i przykrywać drugim kółkiem ciasta. Skrawkami ciasta ozdobić bułki formując ryjki i uszy. Z goździków zrobić oczy.

Gotowe bułeczki odłożyć, aby trochę podrosły, a następnie posmarować rozkłóconym jajkiem i piec ok. 20-25 minut w temperaturze 200 stopni C.

BARSZCZ CZERWONY KISZONY Z JABŁKIEM

wg. przepisu pani Wiesławy

SKŁADNIKI

2 kg. buraków
6 ząbków czosnku
2 duże słodkie jabłka
5 ziaren ziela angielskiego
2 liście laurowe
piętka chleba
1 łyżka soli na 1 litr wody

PRZYGOTOWANIE

Buraki obrać i pokroić w plastry, czosnek obrać i pokroić. Jabłka obrać, wydrążyć i pokroić w ósemki. Na spód dużego słoja wrzucić czosnek, liście laurowe, ziele angielskie i buraki. Na wierzch dodać jabłka, a na samą górę piętkę chleba. Zalewamy całość przegotowaną, letnią woda z solą (wg. proporcji: łyżka soli na litr wody). Słój przykrywamy gazą (lub papierem śniadaniowym, w którym robimy dziurki) i odstawiamy.

Zakwas najlepiej przechowywać w temperaturze pokojowej ok. 20 stopni C. Po dwóch dniach wyjmujemy piętkę chleba i lekko możemy zamieszać całość.

Zakwas jest gotowy do zlania po ok. 7 dniach.
Buraki z zakwasu odcedzamy. Można je dodać do zupy, wykorzystać do przygotowania sałatek i przekąsek. Zakwas przelać do słoików, zakręcić i przechowywać w lodówce.

SŁOIKÓWKA

wg. przepisu dziadka Dolka

SKŁADNIKI

2 kg. wieprzowej łopatki (albo 1 kg. łopatki + 1 kg. karkówki)
1/2 łyżki soli peklowej
1 łyżka stołowa soli
(opcjonalnie 1,5 łyżki stołowej zwykłej soli)
1 duży ząbek czosnku
liść laurowy (po 1 na słoik)
ziele angielskie (po 2 na słoik)
czarny pieprz (po 2-3 na słoik)
smalec
(opcjonalnie czasem po 2 kulki jałowca na słoik)

PRZYGOTOWANIE

Mięso kroimy w kostkę 1-2 cm. Kawałki mięsa wkładamy do naczynia ceramicznego lub szklanego, solimy, dokładnie mieszamy i pod przykryciem zostawiamy na 3 doby do odstania (2 doby w lodówce, 3 dobę w temperaturze pokojowej). Po 3 dobach mieszamy mięso dokładnie je wyrabiając, trzeba to robić przez jakieś 10-15 minut, silnie ugniatając mięso. Kiedy mięso jest już dobrze wyrobione, dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek i dokładnie mieszamy, tak by był równomiernie rozprowadzony w całym mięsie. Następnie mięso upychamy do umytych i wyparzonych słoików – mniej więcej na wysokość 3/4 słoika, tak by pomiędzy kawałkami mięsa praktycznie nie było powietrza. Do każdego słoika dodajemy liść laurowy, ziele angielskie, kulki czarnego pieprzu, a jeśli mamy ochotę, kulki jałowca. Przyprawy upychamy między kawałki mięsa. Mięso z przyprawami zalewamy wodą tak, by przykryła mięso. Do każdego słoika na koniec dodajemy łyżkę smalcu. Słoiki szczelnie zakręcamy i wstawiamy do garnka, zalewamy zimną wodą na wysokość mięsa w słoikach i gotujemy na bardzo małym ogniu (na pograniczu wrzenia) pod przykryciem przez jakieś 2 godziny.

Po 2 godzinach zostawiamy słoiki w wodzie do spokojnego wystygnięcia. Następnego dnia piekarnik nagrzewamy wraz ze słoikami do temperatury 150 stopni C. i trzymamy je w tej temperaturze przez ok. 2 godziny. Po 2 godzinach wyłączamy grzanie i zostawiamy słoiki w piekarniku do spokojnego wystygnięcia.

Miód

OBIADOWO

TRADYCYJNY NIEDZIELNY ROSÓŁ

wg. przepisu babci Krysi

SKŁADNIKI

1porcja wiejskiej kury (połowa wiejskiej kury)
1 nóżka z kaczki
50 dkg. mięsa wołowego (rostbefu)
nieduży kawałek żeberka
1 marchew (im więcej marchwi, tym rosół będzie słodszy)
1 pietruszka (korzeń)
kawałek selera
nieduży kawałek pora
niewielki kawałek kapusty włoskiej
cebula (opieczona na blasze lub na palniku gazowym)
pięć ziaren pieprzu czarnego
dwa/trzy liście laurowe
pięć ziaren ziela angielskiego
sól
natka pietruszki

PRZYGOTOWANIE

Do garnka wkładamy całe przygotowane mięso, warzywa i przyprawy, całość zalewamy zimną wodą. Gotujemy na wolnym ogniu, częściowo pod przykryciem, kontrolując temperaturę w taki sposób, aby gotująca się zupa przez cały czas tylko delikatnie bulgotała. Dobry domowy rosół musi gotować się długo. Nie wolno dopuścić, aby rosół gotował się zbyt mocno, powinien delikatnie „pyrkać". Cebulę opalamy na blasze lub palniku i dodajemy do rosołu. Pod koniec gotowania (około 2 do 2,5 godziny) solimy i doprawiamy do smaku. Rosół podajemy z domowym makaronem, kawałkiem ugotowanej marchewki i posypany posiekaną natką pietruszki.
Rosół może być bardziej warzywny, jeżeli dodamy więcej włoszczyzny. Może mieć bardziej mięsny aromat, jeżeli dodamy więcej mięsa. Mięso z rosołu (wraz z ugotowanymi warzywami) może być podstawą do innych dań (np. farsz na pierogi, krokiety).

PIETRUSCANKA
LUB „ROSÓŁ Z GWOŹDZIA”

wg. Koła Gospodyń Wiejskich z Książnic

SKŁADNIKI

3 duże korzenie pietruszki
1,5 pęczka zielonej pietruszki
2 duże łyżki masła lub smalcu
2 duże łyżki mąki pszennej
(opcjonalnie słonina)
2 litry wody
sól
Dodatkowo: ugotowane ziemniaki (gorące)

PRZYGOTOWANIE

Pietruszkę obieramy i kroimy w plasterki lub kostkę. Wrzucamy ją do posolonej wody i gotujemy około 30 minut. Pod koniec gotowania dodajemy pęczek pietruszki. Część natki zostawiamy. Na patelni podgrzewamy tłuszcz i dodajemy mąkę. Chwilę smażymy po czym złotą zasmażkę dodajemy do zupy i zagotowujemy.
W wersji ze słoniną- drobno pokrojoną słoninę usmażyć na patelni. Część tłuszczu (według uznania) i złote skraweczki dodać do zupy. Posypujemy obficie posiekaną natką z pietruszki. Podajemy na gorąco z ugotowanymi ziemniakami.

ŻUREK

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Gdowa

SKŁADNIKI

30 dkg. mąki żytniej
4 ząbki czosnku
Bulion(wywar mięsny lub warzywny)
Kiełbas biała lub tradycyjna, ew. boczek
Jajka ugotowane na twardo

PRZYGOTOWANIE

Mąkę i czosnek zalewamy wodą i odstawiamy na 10 dni codziennie mieszając. Gotujemy wywar i doprawiamy do smaku: sól, pieprz, majeranek. Dolewamy zakwas i gotujemy 10 minut, dodajemy kiełbaskę lub podsmażony boczek.

Zgęszczamy śmietaną i podajemy z ugotowanymi na twardo jajkami.

ŚWIĘCONKA

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Książnic

SKŁADNIKI

2 litry serwatki
15 dkg. świątecznej wędzonej szynki
10 dkg. gotowanego boczku
15 dkg. wiejskiej lub pieczonej kiełbasy
kawałek chrzanu(mały korzeń)
mały słoik gotowego chrzanu
5 ugotowanych na twardo jajek
sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE

Boczek, szynkę i kiełbasę pokroić w kostkę. Chrzan obrać i zatrzeć na tarce. Serwatkę wlać do rondla. Jeżeli jest zbyt kwaśna dodać trochę przegotowanej wody.
Dodać starty korzonek chrzanu, gotowy chrzan, szynkę, boczek i kiełbasę i gotować ok.15 minut.

Żółtka jajek przetrzeć przez sito, dodać do wywaru i zagotować. Białka z jajek pokroić w piórka i również dodać do zupy. Pospać szczypiorkiem i zieloną pietruszką. Przyprawić do smaku solą i pieprzem.

Podawać z pieczywem.

PARZOKI

wg. przepisu pani Wandy

SKŁADNIKI

½ kg. mąki
1 jajko
3 dkg. drożdży
1 szklanka letniego mleka
½ łyżeczki soli
1 łyżka roztopionego masła
Powidła do nadzienia

PRZYGOTOWANIE

W letnim mleku rozmieszać drożdże, połączyć wszystkie składniki i wyrabiać do momentu, aż ciasto będzie odklejać się od miski. Przykryć ściereczką i pozostawić do wyrośnięcia. Wyłożyć na stolnicę, rozklepać na placek grubości ok. 2-3 cm. Szklanką wykrawać krążki, nałożyć powidło i zlepić. Pozostawić do wyrośnięcia.

Kluski gotować ok. 15 -20 minut na parze. Można do tego użyć specjalnego garnka do gotowania na parze lub jak dawniej: garnek z wodą nakryć tetrową ścierką/gazą (obwiązujemy ją sznurkiem dookoła garnka, żeby się nie zsunęła), doprowadzić wodę do wrzenia, kluski ułożyć na ściereczce i przykryć metalową miską. Trzeba pamiętać aby woda cały czas się gotowała.
Po ugotowaniu można lekko podsmażyć na masełku dla uzyskania koloru.

Parzoki można podawać na słodko (z nadzieniem) lub bez nadzienia na słono, z sosami.

PIEROGI Z KASZANKĄ

wg. przepisu dziadka Adama

SKŁADNIKI

Ciasto:
45 dkg. mąki pszennej
szklanka ciepłej wody
2 łyżki oleju
1 jajko
szczypta soli

Farsz:
50 dkg. dobrej jakości kaszanki
duża cebula
2 łyżki smalcu
pieprz, sól

cebula +boczek (do okraszenia)

PRZYGOTOWANIE

Cebulę kroimy w drobną kosteczkę i podsmażamy na smalcu do zrumienienia. Następnie na patelnie wykładamy kaszankę pokrojoną w plastry - podsmażamy na niedużym ogniu do jej "rozpadnięcia", przyprawiamy do smaku solą i pieprzem. Chwilę podsmażamy do powstania zwartej struktury, a następnie studzimy.

Z podanych składników zagniatamy ciasto i odstawiamy (pod przykryciem) na ok. 15 minut, aby zdążyło odpocząć. Po tym czasie ciasto cienko rozwałkowujemy i wykrawamy przy użyciu szklanki krążki.

Na środek każdego wykładamy ok. łyżeczki farszu i lepimy pierogi. Gotowe pierogi wrzucamy do osolonego wrzątku z dodatkiem ok. łyżki oleju. Gotujemy do momentu wypłynięcia pierogów, następnie zmniejszamy gaz i gotujemy jeszcze przez ok. 3 minuty. Odcedzone pierogi z kaszanką podajemy z podsmażoną cebulką z boczkiem.

CHRUPIĄCE PLACKI ZIEMNIACZANE

wg. przepisu pani Wiesławy

SKŁADNIKI

1 kg. ziemniaków
ok. 3 łyżki mąki pszennej
1 cebula
2 jajka
sól, pieprz
olej roślinny do smażenia

PRZYGOTOWANIE

Ziemniaki obrać i zetrzeć na tarce: połowę na małych oczkach, a drugą połowę na większych oczkach, bezpośrednio do większej i płaskiej miski. Cebulkę zetrzeć na grubszych oczkach.

Dodać mąkę, jajka oraz sól i pieprz według uznania. Rozgrzać patelnię, wlać olej. Masę ziemniaczaną wymieszać. Nakładać porcję masy (1 pełna łyżka) na mocno rozgrzany olej i rozprowadzać ją na dość cienki placek. Smażyć na średnim ogniu przez ok. 2-3 minuty na złoty kolor, przewrócić na drugą stronę.

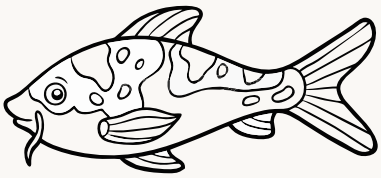
Odkładać na talerz wyłożony ręcznikami papierowymi. Placki ziemniaczane najlepsze są prosto z patelni, gdy są gorące. Można podać ze śmietaną lub z cukrem według uznania.

KARP W GALARECIE

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Niżowej

SKŁADNIKI

1,5 kg. karpia
włoszczyzna
6 łyżek żelatyny
3 łyżki soku ze szpinaku
4 łyżki soku z buraków ćwikłowych
natka pietruszki
natka selera



PRZYGOTOWANIE

Obraną i umytą włoszczyznę zalać 5 szklankami osolonej wody i ugotować wywar. Karpia sprawić, opłukać i włożyć do wywaru. Wywar powoli doprowadzić do wrzenia i gotować 30 minut na bardzo małym ogniu. Następnie rybę wyjąć, obrać z ości i podzielić na dzwonki. Wywar przecedzić przez gęste sito uzupełnić wodę do objętości 1 litra.

Żelatynę namoczyć w niewielkiej ilości przegotowanej zimnej wody, wlać do gorącego wywaru, wymieszać .Wywar podzielić na trzy części. Jedną część zabarwić sokiem z buraków, drugą sokiem ze szpinaku, trzecią zostawić niebarwioną lub zabarwić na żółto szafranem. Dzwonki z karpia ułożyć na podłużnym półmisku, udekorować warzywami z wywaru i zalać cienką warstwą niebarwionej lub żółtej galaretki.

Wstawić do lodówki na ok. 30 minut. Galaretki barwione również wstawić do lodówki do zastygnięcia. Przed podaniem kolorowe galaretki pokroić w drobną kostkę lub pałeczki i udekorować nimi półmisek z rybą.

KROKIETY Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI

wg. przepisu pani Wiesławy

SKŁADNIKI

FARSZ
4 dkg. suszonych grzybów
50 dkg. kapusty kiszonej
1 duża cebula
4 łyżki oleju roślinnego
40 dkg. pieczarek
sól, zmielony pieprz
1 listek laurowy
2 ziela angielskie

NALEŚNIKI
1 szklanka mąki pszennej
2 jajka
1 szklanka mleka
3/4 szklanki wody
szczypta soli
olej roślinny lub słoninka
2 jajka
bułka tarta

PRZYGOTOWANIE

Grzyby wypłukać w chłodnej wodzie, włożyć do rondelka, zalać 2 szklankami wody i odstawić do namoczenia na całą noc. W tej samej wodzie następnego dnia ugotować grzyby, odcedzić zachowując oddzielnie wywar i grzyby. Grzyby drobno posiekać na desce. Kapustę odcisnąć z soku i posiekać, włożyć do garnka i zalać przecedzonym wywarem z grzybów. Wlać dodatkowo 1 szklankę wody lub bulionu, dodać listek laurowy i ziela angielskie i gotować ok. 40 minut. Obrać i posiekać cebulę w drobną kosteczkę. Zeszklić na patelni na 2 łyżkach oleju. Do cebuli dodać pokrojone drobno pieczarki i przesmażyć. Następnie dodać odciśnięta kapustę i posiekane grzyby, znów przesmażyć. Doprawić farsz solą i pieprzem. Usmażyć naleśniki: mąkę wsypać do miski, dodać jajka, mleko, wodę i sól. Zmiksować na gładkie ciasto. Naleśniki smażyć na dobrze rozgrzanej patelni z cienkim dnem np. naleśnikowej. Przewrócić na drugą stronę gdy spód naleśnika będzie już ładnie zrumieniony. Farszem smarujemy naleśniki. Zwijamy: najpierw zakładamy do środka dwa przeciwległe boki naleśnika na około 2 cm, następnie zwijamy lub składamy całego naleśnika. Jajka roztrzepać widelcem w głębokim talerzu z dodatkiem soli. Do drugiego talerza nasypać bułki tartej. Maczać krokiety w jajku, a następnie obtaczać w bułce tartej. Smażyć na rozgrzanym oleju po około 2 minuty z każdej strony. Podawać z czerwonym barszczem.

PIEROGI Z RUSKIM NADZIENIEM

wg .przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Niewiarowa

SKŁADNIKI

Ciasto:
50 dkg. mąki
1 jajko
25 dkg. wody
Nadzienie:
45 dkg. ugotowanych ziemniaków
30 dkg. białego sera
3 dkg. smalcu
10 dkg. cebuli
sól, pieprz, słoninka do omaszczenia

PRZYGOTOWANIE

Ugotowane ziemniaki wraz z serem przepuszczamy przez maszynkę. Do masy dodajemy podsmażoną cebulkę, sól i pieprz do smaku. Z mąki, jaja i wody zagniatamy ciasto pierogowe, z którego wałkujemy placki. Z rozwałkowanych placków krajemy kwadraty o bok 8-10 cm. Na każdym kwadracie układamy nadzienie, zlepiamy brzegi dobrze je dociskając, aby w czasie gotowania farsz nam nie wypłynął.

Pierogi gotujemy we wrzącej, osolonej wodzie. Ugotowane odcedzamy, polewamy stopioną słoninką ze skwarkami lub dobrą gęstą śmietaną.

ŻOŁĄDKI Z WARZYWAMI

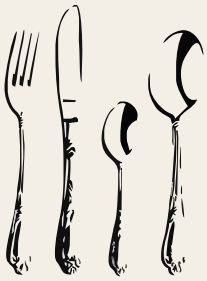
wg. przepisu babci Ani

SKŁADNIKI

0,5 kg. żołądków
40 dag. pieczarek
kawałek selera
1/3 pora
2 marchewki
2 duże cebule
liść laurowy
2 łyżki koncentratu pomidorowego
2 łyżki masła
łyżka mąki
sól, pieprz, cukier

PRZYGOTOWANIE

Żołądki oczyść, zalej w garnku wodą.Umyj i obierz warzywa tj. marchewkę, selera i pora.Dodaj warzywa w całości do żołądków, wrzuć listek laurowy i posól. Gotuj ok. 35 min po czym odcedź i ostudź. Wywar zachowaj. Pokrój żołądki na plasterki,warzywa zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Cebulę obierz, pokrój drobno. Pieczarki obierz i pokrój na plasterki. Podduś skrojoną cebulę i pieczarki na maśle, Przekładamy to wszystko do żołądków z warzywami, dodajemy koncentratu pomidorowego i podlewamy 2 szklankami wywaru z gotowania żołądków, mieszamy. Gotujemy jeszcze ok. 5 min i zagęszczamy sos wodą z mąką. Przyprawiamy do smaku solą pieprzem i cukrem.



KOTLET SCHABOWY Z KOŚCIĄ

wg. przepisu babci Józi

SKŁADNIKI

około 0,7 kg. schabu z kością
szklanka maślanki
2 jajka
1 cebula
2 ząbki czosnku
3 liście laurowe
2 ziarna ziela angielskiego
1 łyżeczka świeżo zmielonego pieprzu
1 płaska łyżeczka soli
mąka pszenna i tarta bułka do obtaczania
1/4 kostki smalcu

PRZYGOTOWANIE

Marynatę do kotletów schabowych przygotujemy w głębokiej misce, do której wlewamy szklankę maślanki (to ilość na 5-7 kotletów). Cebulę obieramy i kroimy w cienkie wiórka, czosnek obieramy i drobno siekamy, wszystko wsypujemy do maślanki. Dodajemy liście laurowe, ziele angielskie oraz pieprz. Całość dokładnie mieszamy. Pamiętamy aby marynaty nie solić. Rozbite kotlety układamy na płasko w marynacie. Całość odstawiamy na co najmniej dwie-trzy godziny. Im dłużej tym lepiej.

Panierka na schabowe składa się z trzech osobnych składników: z mąki pszennej, rozbitego jajka, w którym rozpuszczamy sól oraz z tartej bułki. Rozbity kotlet wyjmujemy z marynaty, chwilę czekamy aby nadmiar marynaty obciekł. Obustronnie obtaczamy w mące pszennej. Kolejno kotlety zanurzamy w rozbitym osolonym jajku i dokładnie obtaczamy w bułce. Schabowe najlepiej smażyć na smalcu. Na patelni roztapiamy i rozgrzewamy smalec. Kotlety smażymy obustronnie do zezłocenia panierki. Czas smażenia to około pięć minut na każdą stronę kotleta.

NALEŚNIKI Z JABŁKAMI

wg. przepisu dziadka Adama

SKŁADNIKI

na około 10 szt.
15 dkg. mąki pszennej
szczypta soli
2 jajka
350 ml. mleka
1 łyżka cukru
kawałek słoninki do smażenia lub olej

PRZYGOTOWANIE

Do miski wsypać mąkę, szczyptę soli i cukier. Wlewać mleko i energicznie mieszać trzepaczką, aby nie powstały grudki. Dodać jajka i ponownie wymieszać. Gdyby powstały grudki można ciasto przelać przez sitko. Rozgrzać patelnię, przesmarować kawałkiem słoninki, ciasto ponownie zamieszać. Chochelką wlać trochę ciasta na środek patelni i poruszając nią, rozprowadzić je po całej powierzchni. Smażyć, aż od spodu się przyrumieni, a z wierzchu ciasto się zetnie. Przewrócić na drugą stronę i smażyć chwilę, aż się przyrumieni. Przesmarować smażonymi jabłkami lub inną, domową konfiturą.

Naleśniki można podawać z dowolnym nadzieniem, na słodko (z serem białym, konfiturami) i na słono.

SIERCIOKI

wg. przepisu babci Krysi

SKŁADNIKI

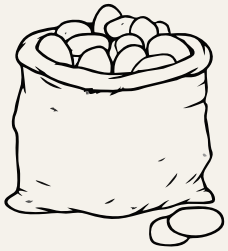
1 kg. ziemniaków
2 szklanki mąki pszennej
1 łyżka mąki ziemniaczanej
2 jajka
sól, pieprz
cebulka + boczek (do okraszenia)

PRZYGOTOWANIE

Ziemniaki obieramy i ścieramy na drobnej tarce, jak na placki ziemniaczane, masę ziemniaczaną mocno odciskamy na sitku lub gazie.

Dodajemy do startych ziemniaków jajko i mąkę ziemniaczaną, następnie dodajemy mąki tyle, aby powstała gęsta masa, którą partiami wykładamy na stolnice oprószoną mąka. Formujemy wałki o średnicy ok. 2-3 cm i długości ok. 20-30 cm, a następnie kroimy je na mniejsze kawałki (jak kopytka).

Na ogniu stawiamy garnek z osoloną wodą. Gdy woda zacznie wrzeć wrzucamy kluski i gotujemy ok. 5-7 min. od wypłynięcia. Wyjmujemy łyżką cedzakową i omaszczamy cebulką z podsmażonym boczkiem.



WĄTRÓBKA DROBIOWA Z CEBULKĄ

wg. przepisu pani Wiesławy

SKŁADNIKI

½ kg. wątróbki drobiowej
2 cebule
mąka do oprószenia
sól, pieprz
olej do smażenia

PRZYGOTOWANIE

Wątróbkę płuczemy na sicie pod bieżącą wodą. Następnie dokładnie oczyszczamy z błon i przekładamy ją do miski. Obieramy cebulę, kroimy w piórka.

Wątróbkę odsączamy i delikatnie obtaczamy w mące. Na rozgrzany olej wrzucamy wątróbkę (nie solimy) i dusimy chwilę pod przykryciem, a następnie dodajemy cebulkę i dusimy całość do miękkości. Wątróbkę doprawiamy solą i pieprzem na sam koniec, tuż przed podaniem.

Podajemy na ciepło, tuż po przygotowaniu, tradycyjnie z ziemniakami i kiszoną kapustą.

GOŁĄBKI Z KASZĄ I MIĘSEM

wg. przepisu pani Wandy

SKŁADNIKI

1 główka kapusty
25 dkg. kaszy jęczmiennej
30-40 dkg. mięsa mielonego wieprzowego
bulion
sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE

Kaszę i mięso mielone ugotować, doprawić do smaku solą i pieprzem.

Kapustę sparzyć wrzątkiem, rozdzielić liście i nakładać na nie porcje farszu. Zawinąć boki liścia tak, żeby zakryły farsz, potem zrolować gołąbka. Małe liście, które zostały, ułożyć na dnie garnka, na nich położyć gołąbki, i zalać bulionem (można również dodać suszone grzyby). Gotować na delikatnym ogniu pod częściowym przykryciem.

Gołąbki z mięsem i kaszą można też upiec w piekarniku, układając w naczyniu żaroodpornym, zalać bulionem i przykryć folią aluminiową. Wstawić do piekarnika na ok. 45 minut w temp. 180 stopni C. Bliżej końca pieczenia można zdjąć folię.

Podawać z sosem grzybowym lub pomidorowym według uznania.

KOTLETY MIELONE Z JAJEK

wg. przepisu pani Wandy

SKŁADNIKI

na 4 porcje
5 jajek ugotowanych na twardo
1 surowe jajko
1 bułka
1 cebula
sól, pieprz, posiekany koperek
bułka tarta (do obtoczenia)

PRZYGOTOWANIE

Cebulkę obrać, posiekać i przysmażyć na złoto. Jajka ugotować na twardo, obrać i zmielić w maszynce z namoczoną wcześniej bułką, dodać surowe jajko, koperek, doprawić solą i pieprzem.

Z masy formować sznycelki, obtoczyć w bułce tartej i smażyć na dowolnym tłuszczu.

Podawać z surówką i ziemniakami.

PIEROGI Z MIĘSEM I ZIEMNIAKMI

wg.przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Niewiarowa

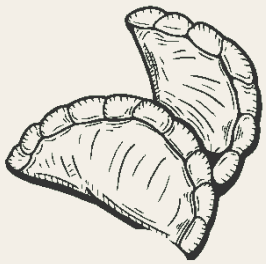
SKŁADNIKI

Ciasto:
50 dkg. mąki, woda i sól
Nadzienie:
25 dkg. ugotowanego mięsa
25 dkg. ugotowanych ziemniaków
3 dkg. tłuszczu
cebula, sól, pieprz, słonika do omaszczenia

PRZYGOTOWANIE

Mięso wraz z ziemniakami przepuszczamy przez maszynkę, dodajemy podsmażoną cebulkę. Doprawiamy solą i pieprzem, wyrabiamy. Z wyrobionego ciasta wykrawamy krążki lub kroimy w kwadraty. Nakładamy farsz, formujemy pierogi, dokładnie zlepiamy brzegi i układamy na deseczce lub ściereczce. Gotujemy we wrzącej, osolonej wodzie. Ugotowane pierogi wyjmujemy łyżką cedzakową, omaszczamy słoninką.

Podajemy z surówkami.



GROCHOWE KULECZKI Z SOSEM POMIDOROWYM

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich ze Zborczyc

SKŁADNIKI

2 szklanki suchej fasoli Jaś
2-3 ziemniaki
2 cebule
2 jajka
bułka tarta lub sezam
majeranek, sól, pieprz
olej

SOS POMIDOROWY
75 dkg. przecieru ze świeżych pomidorów
marchewka
2 duże cebule
1-2 ząbki czosnku
tymianek, liść laurowy, natka pietruszki
sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE

Fasolę namoczyć przez noc, ugotować, odcedzić i przemielić na maszynce. Ziemniaki ugotować i również przemielić. Podsmażoną cebulkę, posiekaną natkę pietruszki, żółtko i jedno jajko doprawić majerankiem i wymieszać. Z masy formować kuleczki wielkości orzecha włoskiego, każdą posmarować białkiem, obtoczyć w sezamie lub bułce tartej. Delikatnie kłaść łyżką na rozgrzany tłuszcz. Smażyć na rumiano.

Sos pomidorowy: składniki poddusić na patelni, a następnie zmiksować. Zmiksowany sos jeszcze chwilkę pogotować razem z przecierem pomidorowym.
Można zagęścić łyżką mąki i masłem.

NA SŁODKO

CIASTO BENIO

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Zagórzan

SKŁADNIKI

Ciasto:
4 szklanki mąki
2 łyżki śmietany
3 łyżki miodu
1 łyżka octu
3 garści cukru
0,5 kostki margaryny
2 jajka
1 łyżeczka sody
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Masa:
0,5 l. mleka
3,5 łyżki grysiku
20 dkg. cukru
0,5 kostki margaryny
1 roztrzepane żółtko

PRZYGOTOWANIE

Z podanych na ciasto składników zagnieść ciasto, powinno być wolne. Upiec trzy placki. Na gotujące się mleko wsypać grysik mocno mieszając, następnie wsypać cukier i mieszać, dodać margarynę i żółtko, dobrze wymieszać. Pogotować około 5 minut. Gdy masa lekko przestygnie, posmarować lekko powidłem dwa ciasta, wyłożyć na nie lekko grysik i przykryć trzecim plackiem. Można na koniec polać polewą lub posypać cukrem pudrem.

GWIAZDA MAKOWA

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Niżowej

SKŁADNIKI

CIASTO
50 dkg. mąki
3 dkg. drożdży
5 dkg. cukru
2 żółtka
7 dkg. roztopionego masła
200 ml. ciepłego mleka
szczypta soli

MASA MAKOWA
30 dkg. mielonego maku
7 łyżek miodu
2 łyżki masła
2 białka jaj

PRZYGOTOWANIE

Drożdże kruszymy do ciepłego mleka, dodajemy cukier, mieszamy i odstawiamy na 15 minut. Oddzielamy żółtka od białek, przesiewamy mąkę do miski, dodajemy resztę składników ciasta i mieszamy. Przekładamy na oprószoną mąką stolnicę i zagniatamy, aż ciasto stanie się gładkie i elastyczne. Przykrywamy i odstawiamy do ciepłego miejsca na 1 godzinę.

Mak parzymy, wystudzamy i mielimy dwa razy. Dodajemy roztopione masło, miód i ubite 1 białko. Mieszamy.

Ciasto wyjmujemy z miski, zagniatamy krótko i dzielimy na cztery równe części. Każdą wałkujemy na średnicę ok. 30-35 cm. Wyrównujemy rozwałkowane części wycinając koła na średnicę 30 cm. Na pierwsze ciasto nakładamy 1/3 masy i przykładamy drugim ciastem. Powtarzamy tak z kolejnymi częściami.
Na środek przykładamy szklankę i znaczymy środek. Od odbitej szklanki kroimy cienko na 16 części. Następnie chwytając za dwa kawałki wywijamy na zewnątrz kolejno wszystkie pary ciast. Lekko dociskamy brzegi każdej pary. Smarujemy ciasto białkiem i wstawiamy do piekarnika na 20-25 minut w tem. 170-180 stopni C.

PLACEK KRÓLEWSKI Z MAKIEM I ORZECHAMI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Cichawy

SKŁADNIKI

ciasto:
50 dkg. mąki
25 dkg. masła
20 dkg. cukru
4 jaja
1 cukier waniliowy
1 proszek do pieczenia
masa makowa:
20-30 dkg. maku (przemielona jak na makowiec)

masa orzechowa:
25 dkg. orzechów zmielonych
10 dkg. cukru pudru
2 jaja, trochę śmietany

PRZYGOTOWANIE

Zarobić ciasto i podzielić na trzy części. Na spód dać ciasto, na górę przemielony jak na makowiec mak, następnie ciasto, masę orzechową i na koniec ciasto.
Po upieczeniu można dodać polewę.

CHRUST (faworki)

wg. przepisu pani Doroty

SKŁADNIKI

CIASTO
50 dkg. mąki pszennej
4 żółtka
łyżka masła
18 dkg. śmietany 18%
łyżeczka cukru pudru
łyżka spirytusu (lub octu 10%)
szczypta soli
dodatkowo
500 ml. smalcu lub oleju do smażenia
około 1/4 szklanki cukru pudru do oprószenia faworków

PRZYGOTOWANIE

W misce mieszamy wszystkie składniki, a potem wyrabiamy je w jednolite ciasto. Ciasto wykładamy na suchy i czysty blat lub na stolnicę i zaczynamy je wyrabiać. Zagniatamy ciasto i spłaszczamy je i zagniatamy ponownie. Aby ciasto było dobrze napowietrzone, należy wielokrotnie je zagniatać, a nawet uderzać w nie wałkiem. Ciasto powinno wyraźnie robić się idealnie gładkie. Wyrobione ciasto dzielimy na trzy kawałki. Dwa z nich przykrywamy (by ciasto nie obsychało). Pierwszy kawałek ciasta rozwałkowujemy jak najcieniej na blacie lub na stolnicy. Cieniutkie ciasto pod faworki to jeden z warunków, by wyszły idealnie kruche faworki. Ciasto ma być prawie przezroczyste. Nożem kroimy placek w paski nie szersze niż 2,5 cm i nie dłuższe niż 10 cm. Po środku każdego prostokąta wykonujemy niewielkie nacięcie. Łapiemy za jedną stronę i wywijamy przez środek. W ten sposób przygotowujemy pierwszą turę faworków. Układamy je na blacie jeden obok drugiego. Oczekujące faworki przykrywamy ściereczką , by nie obsychały. W ten sposób rozwałkujemy dwa pozostałe kawałki ciasta i wycinamy z nich faworki. Do dużej, grubej patelni lub szerokiego garnka wlewamy olej do smażenia lub dodajemy smalec. Olej będzie idealnie gorący, jeśli kawałek ciasta włożony do niego od razu wypłynie na powierzchnię i zacznie bardzo intensywnie się smażyć. Na nagrzany olej kładziemy po kilka faworków na raz. Smażymy je na rumiano i od razu przewracamy na druga stronę. Gotowe faworki mocno oprószamy cukrem pudrem.

CIASTO DO GÓRY DNEM

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Zagórzan

SKŁADNIKI

Ciasto kruche:
30 dkg. mąki
15 dkg. cukru pudru
15 dkg. margaryny
4 żółtka
4 łyżki śmietany
1 łyżeczka proszku do pieczenia

Masa jabłkowa:
9 dużych jabłek
1 galaretka cytrynowa
10 dkg. cukru

Ciasto kokosowe:
4 białka
15 dkg. cukru
15 dkg. kokosu
1 łyżka kartoflanki

Ciasto orzechowe:
4 jajka
15 dkg. zmielonych orzechów
15 dkg. cukru
2 łyżki bułki tartej
1 łyżka mąki
1 łyżeczka proszku do pieczenia

PRZYGOTOWANIE

Ze składników na kruche ciasto zarobić ciasto. Połowę wyłożyć na dno blachy do pieczenia. Resztę ciasta włożyć do lodówki. Obrane jabłka zetrzeć na dużych oczkach, dodać ½ łyżki wody i cukier. Dusić około 15 minut na wolnym ogniu. Dodać galaretkę, roztrzepać mocno, zagotować i odstawić. Zimną masę jabłkową wyłożyć na ciasto na blasze. Przygotować ciasto kokosowe: ubić białka, dodać cukier ubijając na sztywno, wsypać kokos i kartoflankę. Lekko wymieszać łyżką, wyłożyć na jabłka na blasze.

Przygotować ciasto orzechowe; białka ubić, dodać żółtka i cukier i ubijać na sztywno. Dodać resztę składników, lekko wymieszać i wyłożyć na ciasto kokosowe. Całość przykryć rozwałkowanym ciastem z lodówki. Po upieczeniu na złoty kolor, lekko przestudzić, odwrócić do góry dnem na deseczce, polać polewą.

PLACEK Z JABŁKAMI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich ze Szczytnik

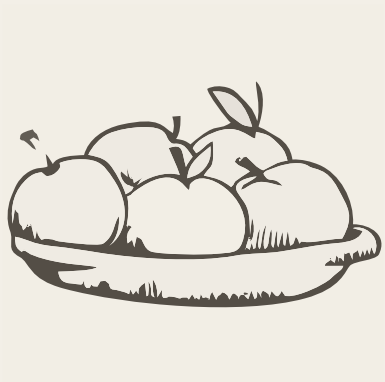
SKŁADNIKI

4 duże jabłka
¼ szklanki oleju
1 szklanka cukru
2 szklanki mąki
4 duże jajka
1 łyżka proszku do pieczenia
1 łyżeczka sody
1 łyżka kakao (lub cynamon)
1 szklanka orzechów włoskich (posiekanych)
½ szklanki rodzynek

PRZYGOTOWANIE

Jabłka obrać, pokroić w koskę, zalać ¼ szklanki oleju i zasypać 1 szklanką cukru i odstawić na 2 godziny.

Pozostałe składniki wymieszać i dodać do jabłek. Włożyć do formy i piec 40 minut w temperaturze 180 stopni C.

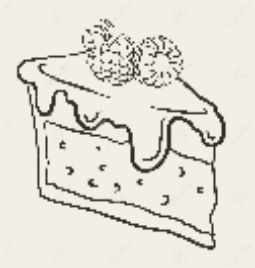


SERNIK GOTOWANY

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Pierzchowa

SKŁADNIKI

CIASTO (składniki na 4 kruche placki)
60 dkg. mąki
30 dkg. masła
20 dkg. cukru pudru
4 żółtka
łyżeczka proszku do pieczenia
3/4 szklanki śmietany.



MASA SEROWA
1,20 kg. sera dwukrotnie zmielonego
25 dkg. masła
25 dkg. cukru
5 żółtek
3/4 szklanki mleka
3 łyżki mąki ziemniaczanej, olejek do smaku, cukier waniliowy.

PRZYGOTOWANIE

Wszystkie składniki na ciasto umieścić w misce, masło posiekać nożem, zarobić ciasto. Ciasto owinąć w folię i schłodzić w lodówce przez około 30 min. Po tym czasie ciasto podzielić na 4 części. Blachę wyłożyć papierem do pieczenia, wyłożyć ciasto i ponakłuwać widelcem i piec 25 min w temperaturze 175 stopni C.

Masa serowa: masło, cukier, cukier waniliowy zagotować, dodać zmielony ser, ponownie zagotować (uwaga- masa łatwo się przypala). Mąkę rozpuścić w mleku i wlać do gotującej się masy serowej - zagotować. Gdy zgęstnieje zdjąć z ognia i lekko przestudzić po czym wbijać po 1 żółtku i dokładnie wymieszać. Dodać zapach do smaku i ciepłą masą przekładać upieczone placki. Sernik obciążyć i schłodzić przez 12 godz. w lodówce. Sernik można oprószyć cukrem pudrem lub polać polewą.

ORZECHOWIEC

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich w Winiarach

SKŁADNIKI

ciasto: (składniki na 1 ciasto)
7 jajek
7 łyżek cukru
17 dkg. zmielonych orzechów
3 łyżki bułki tartej
Oddzielić żółtka od białek. Żółtka utrzeć z cukrem, dodać orzechy i bułkę tartą, wymieszać. Z białek ubić pianę na sztywno i delikatnie połączyć z wcześniej wymieszanymi składnikami.
Wylać na blachę i piec około 30 min. w temperaturze ok. 210-220 stopni C. (grzanie góra-dół). Upiec. Czynności powtórzyć 3 krotnie, upiec 3 placki.

budyń:
2 szklanki mleka
2 łyżki mąki kartoflanej
2 łyżki mąki pszennej
Rozrobić mąkę w ½ szklanki mleka (żeby nie było grudek), pozostałe 1 ½ szklanki mleka zagotować i wlać rozrobioną mąkę. Ugotować budyń. Wystudzić.

masa orzechowa:
1 szklanka mleka
30 dkg. orzechów zmielonych
1,5 szklanki cukru
2 kostki masła
powidło śliwkowe

PRZYGOTOWANIE

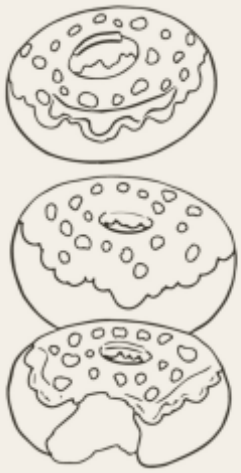
Zagotować szklankę mleka, dodać zmielone orzechy i szklankę cukru. Pogotować na małym ogniu ok.5 min. (żeby się nie przypaliły). Wystudzić. Masło utrzeć z ½ szklanki cukru. Miksując dodawać powoli masę orzechową i budyń. Zmiksować na jednolitą masę. Upieczone wcześniej ciasto przygotować do przełożenia. Przekładamy warstwowo: ciasto, powidło śliwkowe, masa, ciasto, powidło śliwkowe, masa, ciasto. Po wierzchu smarujemy masą i ozdabiamy według uznania.

OPONKI Z BIAŁYM SEREM

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich ze Szczytnik

SKŁADNIKI

½ kg. mąki pszennej
½ kg. białego sera
½ kostki margaryny
4 jajka
3 łyżki cukru
1 łyżeczka sody oczyszczonej
1 łyżeczka octu
cukier puder do posypania



PRZYGOTOWANIE

Mąkę wysypać na blat, dodać ser, margarynę, cukier, jajka, sodę, i ocet. Zagnieść ciasto. Gotowe oprószyć mąką i rozwałkować na posypanym mąką blacie na grubość ok. 1-1,5 cm.

Z ciasta wykrawać szklanką kółka. Następnie na środku wykroić małą dziurkę kieliszkiem lub zakrętką. Kulki powstałe po wycięciu kieliszkiem można ponownie zagnieść i od nowa wyciąć oponki.

W dużym garnku rozgrzać tłuszcz, oponki smażyć z obu stron, na złoty kolor. Gotowe układać na ręcznikach papierowych, aby ociekły z tłuszczu.

Lekko ciepłe posypać cukrem pudrem.

PĄCZKI

wg. przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Kunic

SKŁADNIKI

Ciasto:
1 kg. mąki
10 dkg. drożdży
1 jako
7 żółtek
10 dkg. masła
½ litra mleka
10 dkg. cukru
Nadzienie:
powidło, marmolada
skórka i sok z cytryny
kieliszek octu

PRZYGOTOWANIE

Z rozkruszonych drożdży, kilku łyżeczek cukru i ½ szklanki mleka zrobić rozczyn i pozostawić do wyrośnięcia. Żółtka utrzeć z pozostałym cukrem. Do podrośniętego rozczynu dodać mleko, mąkę, skórkę i sok z cytryny. Wyrobić ciasto. Pod koniec wyrabiania dodać roztopiony tłuszcz. Gdy ciasto podwoi swoją objętość, wyłożyć na stolnicę, a następnie formować kulki. Nadziewać powidłem lub marmoladą.

Smażyć na głębokim tłuszczu.

AMBASADOR

wg .przepisu Koła Gospodyń Wiejskich z Marszowic

SKŁADNIKI

6 żółtek
35 dkg. cukru
10 dkg. mąki ziemniaczanej
½ szklanki zimnego mleka
2 szklanki wrzącego mleka
2 kostki masła
sok z cytryny
rodzynki, orzechy, migdały
5 dkg. kakao
kieliszek spirytusu
biszkopt

PRZYGOTOWANIE

Żółtka ucierać z cukrem, mąkę ziemniaczaną rozdrobnić w ½ szklance zimnego mleka i dolewać do ucieranych żółtek. Całość postawić na małym ogniu i cały czas mieszając dolewać 2 szklanki wrzącego mleka. Ucierać, aż się zrobi gęsty budyń. Odstawić do ostygnięcia.

2 kostki masła ucieramy stopniowo dodając wystudzony budyń. Dzielimy na pół. Do jednej połowy dodajemy sok z cytryny, trochę rodzynek, do drugiej 5 dkg. kakao, rodzynki, orzechy, migdały i kieliszek spirytusu. Masy przekładamy warstwami na biszkopt.

Dekorujemy dowolnie (mogą to być owoce zalane galaretką). Schładzamy na noc w lodówce.

SPIS TREŚCI

WSTĘP..... 7

ROZDIAŁ I - **„ZAGRYZKI”**..... 9

PLACKI SODOWE..... 11
CHLEB ZE ŚMIETANĄ I CUKREM..... 13
SMALCZYK DOMOWY..... 13
PODPŁOMYK PLEBAŃSKI..... 15
CHAŁKA Z KRUSZONKĄ..... 17
CHLEB WIEJSKI..... 19
BUŁECZKI ŚWINKI..... 21
BARSZCZ CZERWONY KISZONY Z JABŁKIEM..... 23
SŁOIKÓWKA..... 25

ROZDIAŁ II - **„OBIADOWO”**..... 27

TRADYCYJNY NIEDZIELNY ROSÓŁ..... 29
PIETRUSCANKA LUB „ROSÓŁ Z GWOŹDZIA”..... 31
ŻUREK..... 33
ŚWIĘCONKA..... 35
PARZOKI..... 37
PIEROGI Z KASZANKĄ..... 39
CHRUPIĄCE PLACKI ZIEMNIACZANE..... 41
KARP W GALARECIE..... 43
KROKIETY Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI..... 45
PIEROGI Z MIĘSEM I ZIEMNIAKMI..... 47
ŻOŁĄDKI Z WARZYWAMI..... 49
KOTLET SCHABOWY Z KOŚCIĄ..... 51
NALEŚNIKI Z JABŁKAMI..... 53
SIERCIOKI..... 55
WĄTRÓBKA DROBIOWA Z CEBULKĄ..... 57
GOŁĄBKI Z KASZĄ I MIĘSEM..... 59
KOTLETY MIELONE Z JAJEK..... 61
PIEROGI Z RUSKIM NADZIENIEM..... 63
GROCHOWE KULECZKI Z SOSEM POMIDOROWYM..... 65

ROZDIAŁ II - **„NA SŁODKO”**..... 67

CIASTO BENIO..... 69
GWIAZDA MAKOWA..... 71
PLACEK KRÓLEWSKI Z MAKIEM I ORZECHAMI..... 73
CHRUST (faworki)..... 75
CIASTO DO GÓRY DNEM..... 77
PLACEK Z JABŁKAMI..... 79
SERNIK GOTOWANY..... 81
ORZECHOWIEC..... 83
OPONKI Z BIAŁYM SEREM..... 85
PĄCZKI..... 87
AMBASADOR..... 89

Opracowanie projektu

GAABY STUDIO

Agata Pysiak

Zdjęcia

Artur Kasprzyk

Gdów 2022

Smacznego !