

na polce

made in
MAŁOPOLSKA

smakujcie

lepiej



WYDAWCA:
WOJEWÓDZTWO MAŁOPOLSKIE
MAŁOPOLSKA.PL
FB.COM/LUBIEMAŁOPOLSKIE

PRZEPISY:
ANDRZEJ POLAN

ZDJĘCIA:
MARIANNA JANUSZEWICZ

DESIGN:
ADVERTSTUDIO.PL





ANDRZEJ
POLAN

) ((|

AP: WITAJCIE W MAŁOPOLSKIEJ KUCHNI. ROZGOŚCIE SIĘ I POCZUJCIE, JAK U SIEBIE W DOMU. NA POCZĄTEK PROPONUJĘ HERBATĘ Z MIODEM PROSTO Z PASIEKI, SOK Z JABŁEK ŁĄCKICH, ALBO NASZ REGIONALNY SKARB - WODĘ MINERALNĄ. CZĘSTUJCIE SIĘ TEŻ OBWARZANKAMI KRAKOWSKIMI Z MIODOWYM MASŁEM, OGÓRKIEM I MIĘTĄ. CO TAK PACHNIE? AAA, TO PIEKĄ SIĘ GRZYBY I ORZECHY ŁASKOWE - BOGACTWO Z NASZYCH MAŁOPOLSKICH LASÓW. ZROBIMY Z NICH FARSZ DO BLACHORZY. PAMIĘTACIE PLACKI Z BLACHY, KTÓRE W DZIECIŃSTWIE ROBIŁY NASZE BABCIE? O, TAAK! TEGO SMAKU SIĘ NIE ZAPOMINA. W CIEPLE, PRZY KALORYFERZE JUŻ PIĘKNIE ROŚNIE CIASTO DROŻDŻOWE. ZARAZ ZABIERAMY SIĘ DO WAŁKOWANIA. ALE WCZEŚNIEJ SPRAWDŹMY, CZY KAPUSTA W GARNKU NA KUCHNI JEST JUŻ MIĘKKA. TAAAK, TO TA NAJLEPSZA KAPUSTA - Z CHARSZNICY. BĘDZIE PYSZNA KWAŚNICA. PEWNIENIE NIE MOŻECIE SIĘ TEŻ DOCZekać DESERU? CO POWIECIE NA ZIMNĄ MALINOWĄ Z AKCENTEM RÓŻANYM, ARBUZEM I SMAŻONYM BISZKOPTEM LUB JABŁKO Z RACIECHOWIC Z DŻEMEM Z PŁATKÓW RÓŻ I WINOGRONAMI NA KRUCHYM CIEŚCIE, PODANE Z GAŁKĄ NOWOTARSKICH LODÓW? JUŻ NIE MOŻECIE SIĘ DOCZekać, AŻ POTRAWY BĘDĄ GOTOWE? A TO DOPIERO POCZĄTEK, BO MAMY DLA WAS JESZCZE WIĘCEJ PYSZNYCH MAŁOPOLSKICH SMAKOŁYKÓW. ZAPRASZAMY DO STOŁU.



SPECYFICZNY SMAK BLACHORZY
NADAJE IM METODA WYPIEKU:
WPROST NA "BLASZE". TEN SPOSÓB
PIECZENIA POWODUJE, ŻE BLACHORZE
SĄ MIEJSCAMI LEKKO ZARUMIENIONE,
CHRUPIĄCE, A JEDNOCZEŚNIE ICH
SKÓRKA POZOSTAJE ELASTYCZNA.
WSPANIALE SMAKUJĄ SAME,
PODAWANE NA CIEPŁO WPROST
Z BLACHY LUB Z DODATKIEM MLEKA,
DŻEMU LUB MASŁA.



BLACHORZE
Z KURKAMI
LUB
BOCZNIKAMI



BLACHORZE
Z KURKAMI
LUB
BOCZNIAKAMI

1 W SZYBKIM TEMPIE WSZYSTKIE WYMENIONE SKŁADNIKI WKŁADAMY DO MISKI I WYRABIAMY DO MOMENTU, AZ CIASTO BĘDZIE NAM ODCHODZIĆ OD DŁONI. TEN PRZEPIS NIE WYMAGA PRZYGOTOWYWANIA WCZEŚNIEJ ROZCZYNU. GOTOWE CIASTO ZOSTAWIAMY DO WYROŚNIĘCIA NA MNIEJ WIĘCEJ 20 MINUT W CIEPŁYM MIEJSCU.

2 KIEDY TYLKO PODWOI SWOJĄ OBJĘTOŚĆ, CIASTO JEST GOTOWE DO FORMOWANIA NASZYCH BLACHORZY. W MIĘDZY CZASIE PRZYGOTUJEMY FARSZ. DO PRZYGOTOWANIA FARSZU MOŻEMY WYKORZYSTAĆ KURKI LUB BOCZNIKI. JEŚLI ZDECYDUJEMY SIĘ NA BOCZNIKI, RWIEMY JE NA KAWAŁKI I UKŁADAMY NA BLASZCZE WYŁOŻONEJ PAPIEREM PERGAMINOWYM.

3 OPRÓSZAMY SOLĄ, PIEPRZEM, SKRAPIAMY DELIKATNIE ROZPUSZCZONYM MASEŁEM I WSTAWIAMY DO PIEKARNIKA ROZGRZANEGO DO TEMPERATURY 180 STOPNI, NAJLEPIEJ Z FUNKCJĄ TERMOOBIEGU.



4 PORCJE

SKŁADNIKI NA CIASTO:
1 KG MĄKI PSZENNEJ
300 ML WODY
150 ML ZSIADŁEGO MLEKA
Z LIMANOWEJ
200 ML OLEJU
100 G SWIEŻYCH DROŻDZY
1 ŁYŻKA SOLI
2 ŁYŻKI CUKRU

BLACHORZE
Z KURKAMI
LUB
BOCZNIAKAMI

4 PIECZEMY DO MOMENTU, AŻ BLASZKI W KAPELUSZACH BOCZNIAKA ZACZNĄ NAM SIĘ PRZYRUMIENIĄĆ. CZAS PIECZENIA MNIEJ WIĘCEJ 20 MINUT. ROWNOCZEŚNIE NA DRUGĄ BLASZKĘ WSYPUJEMY ORZECHY LASKOWE I WSTAWIAMY RAZEM Z BOCZNIAKAMI DO PIEKARNIKA. JEŻELI ZDOBĘDZIEMY KURKI, OCZYSZCZAMY JE Z PIASKU NAJLEPIEJ ZA POMOCĄ PĘDZELKA LUB SZYBKO PRZEPŁUKUJEMY POD BIEŻĄCĄ WODĄ. PRZESMAŻAMY JE BARDZO KRÓTKO NA ŁYŻCE MASŁA. SKRAPIAMY SOKIEM Z CYTRYNY I ŁĄCZYMY Z POZOSTAŁYMI SKŁADNIKAMI.

5 W RONDLU NA POZOSTAŁYM MASLE PRZESMAŻAMY BIAŁE CZĘŚCI MŁODEJ CEBULI POKROJONEJ W KOSTKĘ, DODAJEMY GRZYBY, PODPIECZONE ORZECHY LASKOWE, NATKĘ PIETRUSZKI. DOPRAWIAMY PIEPRZEM, SOLĄ, NA KONIEC DODAJEMY ŚLIWKĘ SUSZONĄ. FARSZ JEST GOTOWY.

WRACAMY DO CIASTA DROŻDZOWEGO. PODROŚNIĘTE CIASTO DZIELIMY NA NIEWIELKIE PORCJE.

KAŻDĄ ROZWAŁKOWUJEMY I PIECZEMY DO ZRUMIENIENIA NA SUCHEJ, DOBRZE ROZGRZANEJ PATELNI Z DWÓCH STRON. NA UPIECZONY PACHNĄCY PLACEK WYKŁADAMY GRZYBOWY FARSZ, SKRAPIAMY OLEJEM, POSYPUJEMY TWAROGIEM I KOPERKIEM. MOŻNA JEŚĆ SAMODZIELNIE LUB PODAĆ ZE SZKLANKĄ ZIMNEJ POMIDOROWEJ.

6 POMIDORY MIKSUJEMY BEZ OBIERANIA ZE SKÓRY. ALÉ WCZEŚNIEJ WYCINAJĄC TWARDĄ CZĘŚĆ OD SZYPUŁKI. W TRAKCIE DODAJEMY KILKA WIĘKSZYCH KROPEL OLEJU (20ML) I OCTU. DOPRAWIAMY DO SMAKU SOLĄ, PIEPRZEM I CUKREM. WSTAWIAMY DO SCHŁODZENIA DO ŁÓDOWKI. TA ZUPA SMAKUJE NAJLEPIEJ BARDZO MOCNO SCHŁODZONA. PODAJEMY W KUBKU, SZKLANCE, KIELISZKU.



SKŁADNIKI NA FARSZ:
600 G KUREK LUB BOCZNIAKÓW
120 G ORZECHÓW LASKOWYCH
100 G ŚLIWKI SUSZONEJ ŁUKOWICKEJ
100 G MASŁA KLAROWANEGO
150 G SERA TWAROGOWEGO
PÓŁŁUSTEGO
3-4 MŁODE CEBULKI
PĘCZEK NATKI PIETRUSZKI
PĘCZEK KOPERKU
SOK Z 1 CYTRYNY
SÓL, PIEPRZ CZARNY

4 PORCJE
ZIMNA POMIDOROWA
SKŁADNIKI:
1 KG POMIDORÓW
OCET JABŁKOWY
SÓL, PIEPRZ CZARNY, SZCZYPTA
CUKRU
OLEJ RZEPAKOWY

PO RAZ PIERWSZY NAZWA OBWARZANEK
POJAWIA SIĘ W CZASACH ZABORU
AUSTRIACKIEGO, CHOĆ JEGO HISTORIA
SIĘGA CZASÓW ŚREDNIOWIECZA.
PIERWSZE WZMIANKI POJAWIAJĄ SIĘ
JUŻ W 1297 ROKU W WYDANYM PRZEZ
KSIĘCIA BOLESŁAWA WSTYDLIWEGO
DOKUMENCIE LOKACYJNYM KRAKOWA.
26 MAJA 1496 ROKU KRÓL JAN OLBRACHT
WYDAŁ PRZYWILEJ, KTÓRY DAWAŁ
WYŁĄCZNE PRAWO DO PRODUKCJI
I SPRZEDAŻY OBWARZANKÓW TYLKO
PRZEZ KRAKOWSKICH PIEKARZY. SAMA
NAZWA "OBWARZANEK" WYWODZI SIĘ
OD SPOSOBU JEGO PRZYGOTOWYWANIA -
KONIECZNIE TRZEBA GO OBWARZYĆ, CZYLI
PRZED WSADZENIEM DO PIECA SPARZYĆ
WRZĄTKIEM.



OBWARZANEK
KRAKOWSKI
Z MIODOWYM
MASŁEM,
OGÓRKIEM
I MIĘTĄ

OBWARZANEK
KRAKOWSKI Z
MIODOWYM MASŁEM,
OGÓRKIEM I MIĘTĄ

1 MASŁO W TEMPERATURZE POKOJOWEJ UBIJAMY MIKSEREM NA PUCH, DODAJEMY W TRAKCIE UBIJANIA MIÓD DO SMAKU.

2 OGÓRKI MYJEMY I BEZ OBIERANIA KROIMY W ĆWIARTKI, DODAJEMY POSIEKANĄ MIĘTĘ, SÓL, PIEPRZ, SKÓRKĘ I SOK Z CYTRYNY. WSZYSTKO MIESZAMY I ODSZTAWIAMY NA KILKA MINUT, ŻEBY SMAKI SIĘ NAM ŁADNIE POŁĄCZYŁY.

3 OBWARZANKI PRZEKRAWAMY WZDŁUŻ, NASTĘPNIE PRZESMAŻAMY NA MASLE NA ŻŁOTY KOLOR. PO PRZESTUDZENIU, SMARUJEMY SŁODKIM MASŁEM I WYKŁADAMY ORZEZWIAJĄCE OGÓRKI.



SKŁADNIKI:

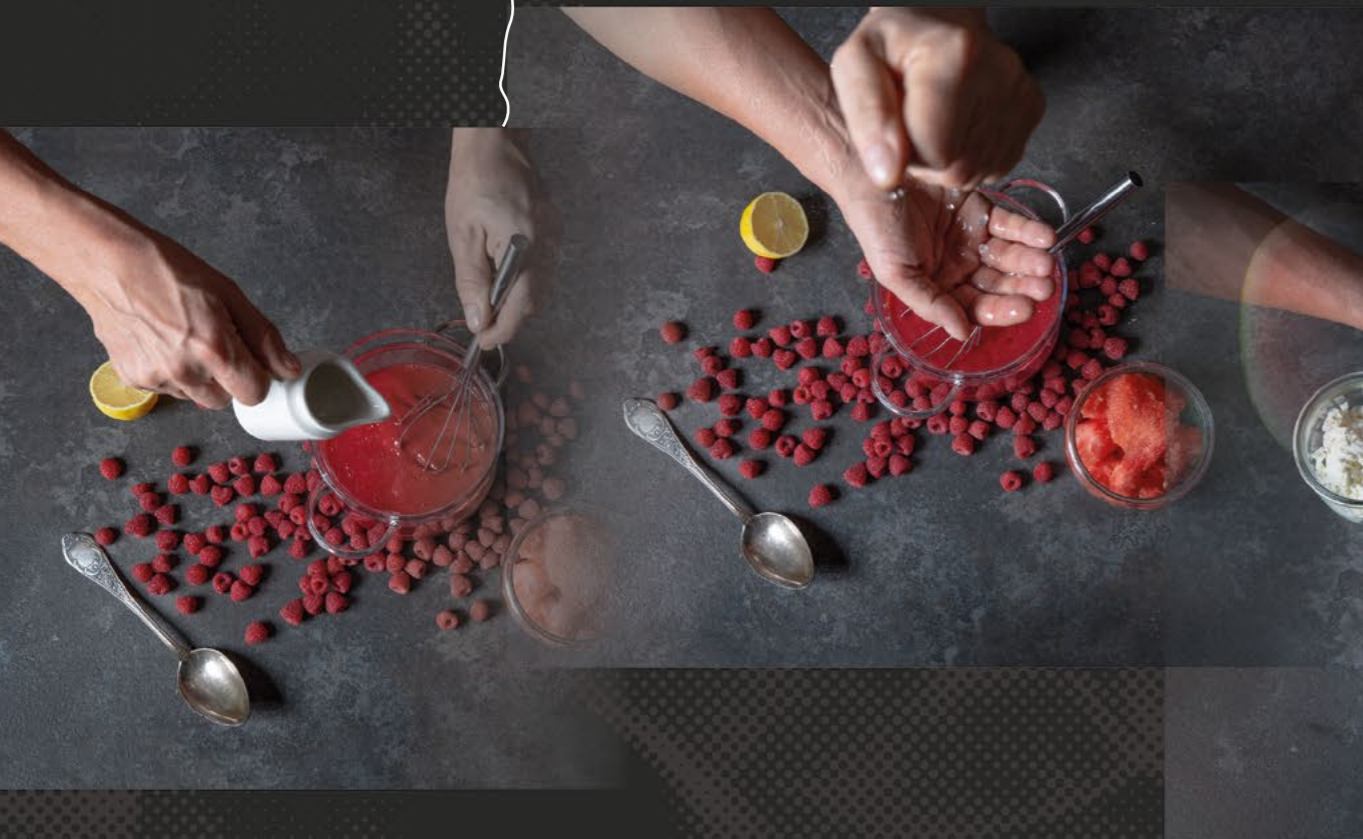
1 SZT./OS. OBWARZANKI KRAKOWSKIE
NAJLEPIEJ Z MAKIEM
200 G MASŁA RZUCHOWSKIEGO
2-3 ŁYŻKI SPADZIOWEGO MIODU
MAŁOPOLSKIEGO
SZCZYPTA SOLI
500 G OGÓRKÓW GRUNTOWYCH
ŚWIEŻA MIĘTA
SKÓRKA I SOK Z CYTRYNY
SÓL, PIEPRZ
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA

BESKID, NAWOJKA, BENEFIS, LASZKA,
RADZIEJOWA, SOKOLICA, LITACZ,
POLANA, PORANNA ROSA, POLKA,
POKUSA, POLESIE, POPIEL - CO
ŁĄCZY TE NAZWY? ODPOWIEDŹ JEST
OCZYWISTA: MALINY! TAK NAZYWAJĄ
SIĘ ODMIANY MALIN WYHODOWANE
PRZEZ NAUKOWCÓW, KTÓRE OD
PONAD SZESZCZDZIESIĘCIU LAT SŁAWIĄ
BRZEZNĄ NA CAŁYM ŚWIECIE!

ZIMNA
MALINOWA
Z AKCENTEM
RÓŻANYM,
ARBUZEM
I SMAŻONYM
BISZKOPTEM

ZIMNA
MALINOWA
Z AKCENTEM
RÓŻANYM
I SMAŻONYM
BISZKOPTEM

1 WSZYSTKIE SKŁADNIKI MIKSUJEMY NA MUS.



2 WSTAWIAMY DO SCHŁODZENIA DO LODÓWKI,
ZUPA POWINNA BYĆ BARDZO ZIMNA.



3 WTEDY GASI PRAGNIENIE I SMAKUJE
CUDOWNIE.



SKŁADNIKI NA ZUPĘ:

4 PORCJE

1 KG MALIN Z BRZEZNEJ
200 ML WODY RÓŻANEJ
SOK Z CYTRYNY
KAWAŁEK ARBUZA

DO DEKORACJI:
KAWAŁEK ARBUZA
SER TWAROGOWY CHUDY
SWIEŻA MIĘTA

ZIMNA
MALINOWA
Z AKCENTEM
RÓŻANYM
I SMAŻONYM
BISZKOPTEM

4 BIAŁKA UBIJAMY MIKSEREM ZE SZCZYPTĄ SOLI. W TRAKCIE DODAJĄC CUKIER. KIEDY TYLKO BIAŁKA BĘDĄ SZTYWNE, DODAJEMY STOPNIOWO ŻÓŁTKA, NIE PRZERYWAJĄC UBIJANIA. DO MASY JAJECZNEJ POWOLI DODAJEMY MĄKĘ I JUŻ RĘCZNIE WSZYSTKO DELIKATNIE MIESZAMY.

5 WYLEWAMY NA BLASZKĘ, WCZEŚNIEJ WYŁOŻONĄ PAPIEREM PERGAMINOWYM, WSTAWIAMY DO PIEKARNIKA NAGRZANEGO DO TEMPERATURY 180 STOPNI Z FUNKCJĄ TERMOOBIEGU NA OKOŁO 40 MINUT. ABY BYĆ PEWNYM, ŻE BISZKOPT JEST UPIECZONY, MOŻEMY TO SPRAWDZIĆ ZA POMOCĄ PATYCZKA DREWNIANEGO - TO TAKI BABCINY SPOSOB. JEŻELI PO WYJĘCIU Z CIASTA JEST SUCHY TO ZNACZY, ŻE CIASTO JEST UPIECZONE.

6 UPIECZONY, WYSTUDZONY BISZKOPT PRZESMAŻAMY NA MASŁE LUB PODPIEKAMY W PIEKARNIKU, WCZEŚNIEJ KROJĄC GO W KOSTKĘ. ZUPĘ PODAJEMY Z KAWAŁKAMI ARBUZA, BISZKOPTEM, SEREM TWAROGOWYM, SKRAPIAMY KONFITURĄ I POSYPUJEMY LISTKAMI MIĘTY.

SKŁADNIKI
NA BISZKOPT:

4 JAJKA
180 G CUKRU DROBNEGO
140 G MĄKI PSZENNEJ
SZCZYPTA SOLI
1-2 ŁYŻKI DŻEMU Z PŁATKÓW RÓŻY
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA

ZSIADŁE MLEKO Z LIMANOWEJ
MA PRAKTYCZNIE SAME ZALETY.
OPRÓCZ WARTOŚCI ODŻYWCZYCH
JEST TAKŻE BOGATYM ŹRÓDŁEM
WITAMIN, MINERAŁÓW ORAZ KULTUR
BAKTERII MAJĄCYCH DOBRÓCZYNNY
WPŁYW NA NASZ ORGANIZM. CO
CIEKAWE, CHOĆ ZSIADŁE MLEKO
POWSTAJE Z MLEKA KROWIEGO, JEST
BARDZIEJ "PRZYJAZNE" DLA NASZEGO
ORGANIZMU NIŻ SWIEŻY NAPÓJ.
KROWIE MLEKO ZAWIERA CUKIER -
LAKTOZĘ, KTÓRA PRZEZ WIELE OSÓB
NIE JEST TOLEROWANA. W MLEKU
ZSIADŁYM LAKTOZA JEST ROZŁOŻONA
PRZEZ BAKTERIE, DZIĘKI CZEMU JEST
ONO LEPIEJ TOLEROWANE PRZEZ
ORGANIZM.

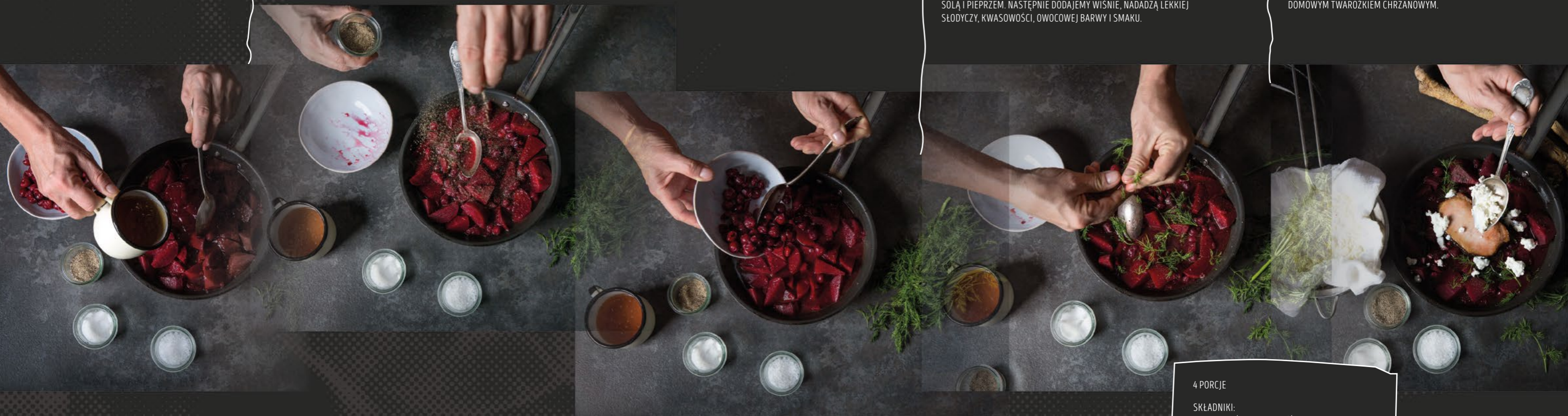
— | — | — | — | — |
BARSZCZ
CZERWONY
KRAKOWSKI,
WIŚNIA, SCHAB
WĘDZONY
Z PROSZÓWEK,
CHRZAN,
ZSIADŁE MLEKO
Z LIMANOWEJ

BARSCZ CZERWONY
KRAKOWSKI, WIŚNIA, SCHAB WĘDZONY
Z PROSZÓWEK, CHRZAN,
ZSIADŁE MLEKO
Z LIMANOWEJ

1 Z WŁOSZCZYZNY DOPRAWIONEJ ZIELEM, LIŚCIEM LAUROWYM, PIEPRZEM I SOLĄ, PRZYGOTUJEMY BULION. BURAKI OBIERAMY I KROIMY NA CWIARTKI. SCHAB WĘDZONY PARZYMY WRZUCAJĄC DO WRZĄCEJ WODY. PO SPARZENIU, WKŁADAMY DO NACZYNIA ZAROODPORNEGO, PODLEWAMY BULIOMEM, PRZYKRYWAMY FOLIĄ I PIECZEMY DO MIĘKKOŚCI W TEMPERATURZE 160 STOPNI PRZEZ OKOŁO 1 GODZINĘ.

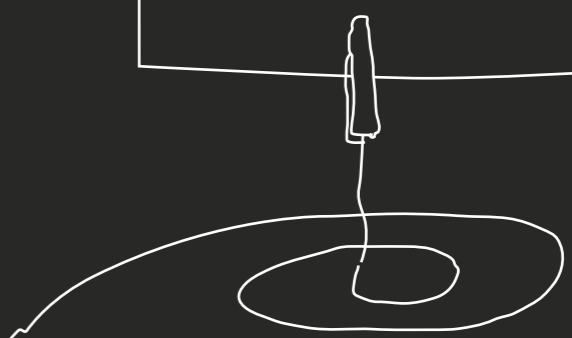
2 NA PATELNI PRZESMAŻAMY NA MASŁE CEBULĘ POKROJONĄ W KOSTKĘ, DODAJEMY BURAKI, SMAŻYMY DO MOMENTU, AŻ KOLOR ICH ZACZNIE ROBIĆ SIĘ BRUNATNY. PODLEWAMY GORĄCYM BULIOMEM W MAŁYCH IŁOŚCIACH DO MOMENTU, AŻ BĘDĄ PRAWIE MIĘKKIE. BURAK WE WŁASNYM SOSIE DOPRAWIAMY OCETEM JABŁKOWYM, CO SPOWODUJE POLEPSZENIE JEGO BARWY, CUKREM, SOLĄ I PIEPRZEM. NASTĘPNIE DODAJEMY WIŚNIE, NADADZĄ LEKKIEJ SŁODYCZY, KWASOWOŚCI, OWOCOWEJ BARWY I SMAKU.

3 MLEKO ZSIADŁE ŁĄCZYMY Z CHRZANEM, PODGRZEWAMY I WYKŁADAMY NA PIELUCHĘ TETROWĄ. WYCISKAMY NADMIAR SERWATKI. DO GOTOWYCH BURAKÓW DODAJEMY KOPER, POSIEKANY LUBCZYK. MIĘKKI WĘDZONY SCHAB KROIMY W PŁASTRY, PŁASTER KŁADZIEMY NA PORCJI BURAKÓW Z WIŚNIAMI I SOSEM WŁASNYM, POSYPUJEMY POKRUSZONYM DOMOWYM TWAROŻKIEM CHRZANOWYM.



4 PORCJE

SKŁADNIKI:
1 KG BURAKÓW MŁODYCH (ŚREDNIE LUB MAŁE)
350 G WIŚNI DRYLOWANEJ
MASŁO KLAROWANE
OCET JABŁKOWY DO SMAKU
600 G SCHABU WĘDZONEGO Z PROSZÓWEK
2-3 ŁYŻKI CHRZANU ŚMIETANKOWEGO
PĘCZEK KOPERKU,
WŁOSZCZYŻNA MŁODA
600 ML ZSIADŁEGO MLEKA
1 CEBULA
1 PĘCZEK CEBULKI DYMKI
SÓL, PIEPRZ, CUKIER, LUBCZYK ŚWIEŻY LUB
SUSZONY, LIŚCIE LAUROWE, ZIELE ANGIELSKIE
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA





MACZANKA PO KRAKOWSKU BYŁA NIEGDYŚ ULUBIONYM DANIEM DOROŻKARZY, A NIEKTÓRZY UWAŻAJĄ JĄ NAWET ZA "PRABABKĘ HAMBURGERA". NAJWAŻNIEJSZYMI SKŁADNIKAMI TEJ POTRAWY SĄ PIECZONA W BRYTFANNIE KARKÓWKA LUB SCHAB Z DODATKIEM CEBULI I PIECZAREK ORAZ KMINEK. MIĘSO KROI SIĘ W PŁASTRY I UMIESZCZA W POŁÓWKACH BUŁKI PSZENNEJ.

MACZANKA
KRAKOWSKA,
CHARSZNICKA
KAPUSTA
KISZONA,
OGÓRKI KISZONE
W STUDNI,
GORCZYCA,
KOPER, JABŁKO
Z RACIECHOWIC,
MIÓD
NAWŁOCIOWY
Z GMINY
SKRZYSZÓW

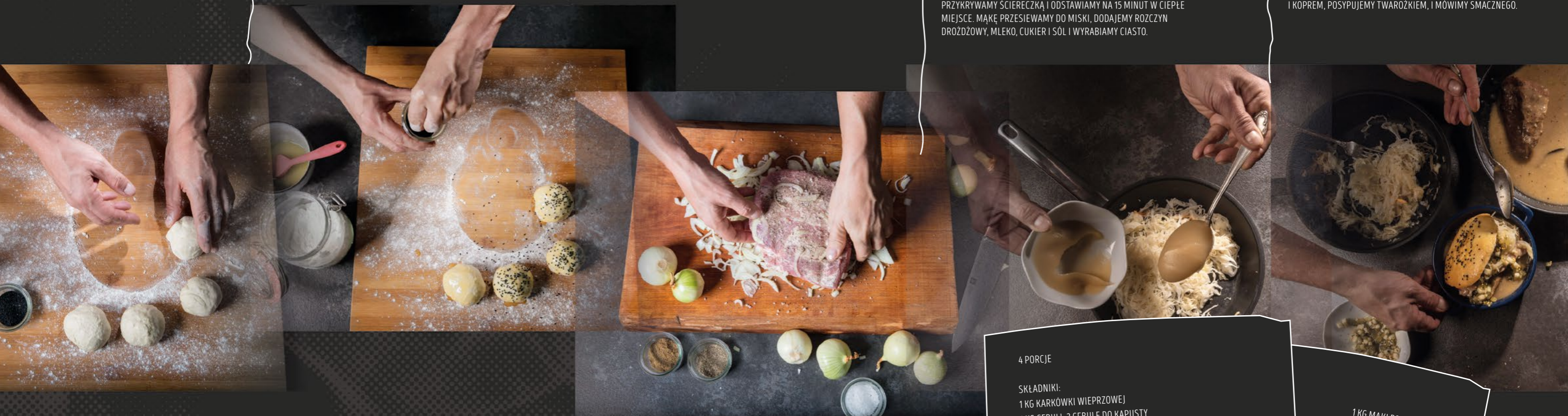
MACZANKA KRAKOWSKA

Z WŁOSZCZYNY PRZYGOTOWUJEMY BULION. KARKÓWKĘ DOPRAWIAMY PIEPRZEM I SOLĄ. SMALEC ROZPUSZCZAMY, NA ROZGRZANYM TŁUSZCZU PRZESMAŻAMY MIĘSO Z KAŻDEJ STRONY NA ŻŁOTY KOLOR. CEBULĘ KROIMY W GRUBSZĄ KOSTKĘ I PRZESMAŻAMY NA TŁUSZCZU ZE SMAŻENIA MIĘSA, POSYPUJĄC JĄ CUKREM PUDREM. CUKIER SPOWODUJE, ŻE CEBULA ŁADNIE NAM SIĘ SKARMELIZUJE. PROPORCJA MIĘSA DO CEBULI POWINNA WYNOŚĆ 1:1. KIEDY TYLKO CEBULA BĘDZIE LEKKO ŻŁOTA DODAJEMY Z POWROTEM MIĘSO, WSZYSTKO ZALEWAMY BULIOMEM Z WŁOSZCZYNY TAK, BY PRZYKRYŁ MIĘSO, DODAJEMY SPORĄ ILOŚĆ KMINKU, PIEPRZU CZARNEGO I DUSIMY DO MIĘKKOŚCI.

NA DRUGIEJ PATELNI PRZESMAŻAMY CEBULĘ, DODAJEMY KAPUSTĘ I SMAŻYMY, DOPRAWIAMY SOLĄ, PIEPRZEM I CZĄBREM. KIEDY KAPUSTA NAM SIĘ LEKKO PRZYRUMIENI, DODAJEMY PUREE Z JABŁEK Z MIODEM, CZYLI PRZESMAŻONE NA MIODZIE OBRANE CZĄSTKI JABŁEK, ZMIKSOWANE NA KREM. MIESZAMY DOKŁADNIE I ODSZTAWIAMY.

DROZDŻE KRUSZYMY, DODAJEMY DWIE ŁYŻECZKI CUKRU, TRZY ŁYŻKI MĄKI, CZTERY ŁYŻKI CIEPŁEGO MLEKA. CAŁOŚĆ MIESZAMY, PRZYKRYWAMY ŚCIERECZKĄ I ODSZTAWIAMY NA 15 MINUT W CIEPŁE MIEJSCE. MĄKĘ PRZESIEWAMY DO MISKI, DODAJEMY ROZCZYN DROZDŻOWY, MLEKO, CUKIER I SÓL I WYRABIAMY CIASTO.

NA KONIEC DODAJEMY OLEJ, WYRABIAMY DO MOMENTU, AZ CIASTO BĘDZIE ODCHODZIĆ OD RĘKI. ODSZTAWIAMY PRZYKRYTE ŚCIERECZKĄ W CIEPŁE MIEJSCE DO WYROŚNIĘCIA NA OKOŁO 20 MINUT. WYROŚNIĘTE CIASTO DZIELIMY NA PORCJE, FORMUJEMY OKRĄGLE BUŁECZKI, SMARUJEMY JAJKIEM ROZKŁÓCONYM Z MLEKIEM, POSYPUJEMY CZARNUSZKĄ I PIECZEMY OK. 15 MINUT W TEMP. 190 STOPNI NA ŻŁOTY KOLOR. KAŻDĄ BUŁEKĘ PRZEKRAWAMY, ZALEWAMY SOSEM, UKŁADAMY PORCJĘ MIĘSA, KAPUSTY, POKROJONEGO OGÓRKA WYMIESZANEGO Z MUSZTARDĄ I KOPREM, POSYPUJEMY TWAROŻKIEM, I MÓWIMY SMACZNEGO.



4 PORCJE

SKŁADNIKI:
1 KG KARKÓWKI WIEPRZOWEJ
1 KG CEBULI, 2 CEBULE DO KAPUSTY
WŁOSZCZYNA
600 G CHARSZNICKIEJ KAPUSTY KISZONEJ
4 OGÓRKI KISZONE W STUDNI
2-5 ŁYŻEK MUSZTARDY FRANCUSKIEJ Z ZIARNAMI GORCZYCY
1 PĘCZEK KOPERKU
4 JABŁKA Z RACIECHOWIC
2-3 ŁYŻKI MIODU NAWŁOCIOWEGO Z GMINY SKRZYSZÓW
200 G SMALCU
1 ŁYŻKA CUKRU PUDRU
KMINEK, PIEPRZ, SÓL, CZĄBER

1 KG MĄKI PSZENNEJ
200 G MASEŁA
150 ML MLEKA
80 G DROZDŻY
1 ŁYŻKA SOLI
2 ŁYŻKI CUKRU
CZARNUSZKA
DO POSYPANIA

STAWY PSTRĄGOWE W OJCOWIE SWÓJ
WYJĄTKOWY CHARAKTER ZAWDZIĘCZAJĄ
MAŁOWNICZEJ LOKALIZACJI, NATURALNEMU
MIKROKLIMATOWI ORAZ KRZYSTALICZNE
CZYSZTEJ I DOBRZE NATLENIONEJ WODZIE
Z POTOKU MŁYNÓWKA. POŁĄCZENIE
TYCH CZYNNIKÓW, A W EFEKCIE IMITACJA
GÓRSKIEGO POTOKU, CZYLI NATURALNEGO
ŚRODOWISKA PSTRĄGÓW POTOKOWYCH,
STWARZA DOSKONAŁE WARUNKI DO
HODOWLI. TRADYCYJNE METODY PRODUKCJI
BEZ UŻYCIA PRZEMYSŁOWYCH TECHNIK
PRZYSPIESZAJĄCYCH PRZYROST WAGI
I WIELKOŚCI RYBY, NIEZMECHANIZOWANY
PROCES KARMIEŃIA WYMAGAJĄCY
BEZPOŚREDNIEGO UDZIAŁU CZŁOWIEKA,
TRADYCYJNY SPOŚÓB ODŁAWIANIA RYB -
TO WSZYSTKO SPRAWIA, ŻE SMAK PSTRĄGA
OJCOWSKIEGO JEST JEDYNY
I NIEPOWTARZALNY.

CHARSZNICKA
KAPUSTA
KISZONA,
BAKALIE, PSTRĄG
OJCOWSKI
SMAŻONY

CHARSZNICKA
KAPUSTA KISZONA,
BAKALIE, PSTRAĞ
OJCOWSKI SMAŻONY

1 NA OLEJU PRZESMAŻAMY CEBULĘ POKROJONĄ W PIÓRKA, DODAJEMY ODCIŚNIĘTĄ KAPUSTĘ I SMAŻYMY. DODAJEMY DAKTYLE, ŻURAWINĘ, ORZECHY WŁOSKIE.

2 KIEDY KAPUSTA ZACZNIE SIĘ RUMIENIĆ, DOPRAWIAMY JĄ PIEPRZEM, SOLĄ, KMINKIEM, CZĄBREM. KAPUSTA TAK PRZYGOTOWYWANA BĘDZIE MIĘKKA, ALE DELIKATNIE CHRUPIĄCA. TO ZUPEŁNIE INNY, ALE JAKŻE SMAKOWITY SPOŚOB NA KISZONĄ KAPUSTĘ.

3 Z MAKI, BUŁKI TARTEJ, STARTEGO SERA, SOLI I PIEPRZU ROBIMY PANIERKĘ. RYBĘ OBTACZAMY W JAJKU I PANIERCE. SMAŻYMY OD RAZU PO PANIEROWANIU NA ŻŁOTY KOLOR. PODAJEMY RAZEM Z KAPUSTĄ.



4 PORCJE

SKŁADNIKI:
800 G CHARSZNICKIEJ KAPUSTY KISZONEJ
150 G SUSZONYCH DAKTYLI
100 G ORZECHOW WŁOSKICH
2 CEBULE
1 ŁYŻKA CZARNUSZKI
50 G ŻURAWINY
SÓL, PIEPRZ, KMINEK, CZĄBER
OLEJ DO SMAŻENIA

FILETY Z PSTRAĞA
OJCOWSKIEGO
MAKA
BUŁKA TARTA
SER DOJRZEWAJĄCY
JAJKO
SÓL, PIEPRZ

NIEZWYKŁE WALORY SMAKOWE
PRODUKTU, JAKIM JEST JAGNIĘCINA
PODHALAŃSKA ZWIĄZANE SĄ ZARÓWNO
ZE ŚRODOWISKIEM NATURALNYM, A WIĘC
ROSLINNOŚCIĄ I KLIMATEM WYŻSZYCH
PARTII GÓR, JAK I KULTYWOWANYMI OD
STULECI SPRAWDZONYMI TRADYCJAMI
HODOWLANIAMI. CHÓW OWIEC ODBYWA SIĘ
W MAŁYCH STADACH, NA PASTWISKACH,
KTÓRE NIE SĄ NAWOŻONE, A DUŻY WPŁYW
NA SMAK MIĘSA JAGNIĘCINY PODHALAŃSKIEJ
MA NIESPOTYKANA POZA OBSZAREM
PODHALA SPECYFICZNA FLORA GÓRSKA.

1 2 3 4
KWAŚNICA
Z PIECZENIĄ
Z JAGNIĘCINY
PODHALAŃSKIEJ
NA ZIEMNIAKACH
ZE ŚLIWKAMI

KWAŚNICA Z PIECZENIĄ Z JAGNIĘCINY

GRZYBY ZALEWAMY CIEPLĄ WODĄ I MOCZYMY OKOŁO 30 MINUT. KAPUSTĘ KROIMY NA DROBNIJSZE KAWAŁKI, ZALEWAMY WODĄ I GOTUJEMY Z DODATKIEM KILKU ZIAREN ZIEŁA ANGIELSKIEGO, LIŚCI LAUROWYCH I SPOREJ ILOŚCI KMINKU. KIEDY KAPUSTA BĘDZIE PRAWIE MIĘKKA DODAJEMY NAMOCZONE GRZYBY. ZUPA POWINNA BYĆ KLAROWNA. NA KONIEC DODAJEMY SOK Z KAPUSTY.

1



2

ZIEMNIAKI BEZ OBIERANIA ZE SKÓRKI GOTUJEMY OSOBNO Z DODATKIEM SOLI. UGOTOWANE ZGNIATAMY, MIESZAMY ZE ŚLIWKAMI SUSZONYMI O MOCNYM DYMNYM AROMACIE, SKRAPIAMY MASŁEM KLAROWANYM I WSTAWIAMY DO PIEKARNIKA NAGRZANEGO DO 220 STOPNI NA OKOŁO 20 MINUT. W MIĘDZYCASIE PRZYGOTOWUJEMY PIECZEN JAGNIĘCĄ. CEBULĘ KROIMY W GRUBSZĄ KOSTKĘ, PRZESMAŻAMY NA OLEJU NA ŻŁOTY KOLOR. CEBULĘ MIELIMY Z JAGNIĘCINĄ W MASZYŃCE DO MIĘSA. ZMIELONĄ MASĘ ŁĄCZYMY Z SUROWYMI JAJKAMI I PRZYPRAWAMI. SMAK POWINIEN BYĆ ZDECYDOWANY. MASĘ WYKŁADAMY NA PERGAMIN, ROZKLEPUJEMY. W ŚRODEK WKŁADAMY RZĘDEM GOTOWANE JAJKA I ZA POMOCĄ PERGAMINU ZWIJAMY WSZYSTKO W RULON.



3

NA BLASZCIE WYŁOŻONEJ PAPIEREM DO PIECZENIA LUB W NACZYNIU ŻAROODPORNYM UKŁADAMY NAPRZEMIENNIE PŁASTERKI BOCZKU, W SPOSÓB PRZYPOMINAJĄCY TKANIE MATERIAŁU. ZWINIĘTĄ W RULON MIĘSNĄ MASĘ PRZEKŁADAMY NA PŁASTERKI BOCZKU, ZDEJMUJEMY PERGAMIN, ROLUJĄC OWIJAMY MIĘSO W BOCZEK. NASTĘPNIE WSTAWIAMY DO PIEKARNIKA NAGRZANEGO DO TEMPERATURY 160 STOPNI NA OKOŁO 30 MINUT. GOTOWĄ PIECZEN KROIMY NA PŁASTRY I PODAJEMY NA ZIEMNIAKACH TŁUCZONYCH ZE ŚLIWKAMI, ZALEWAMY KWAŚNICĄ.



4 PORCJE

SKŁADNIKI:
1 KG CHARSZNICKIEJ KAPUSTY KISZONEJ
500 ML SOKU Z KISZONEJ KAPUSTY
100 G SUSKI SECHLONSKIEJ
60 G GRZYBÓW SUSZONYCH
2 CEBULE
600 G MŁODYCH ZIEMNIAKÓW
KMINEK, PIEPRZ, SÓL, LUBCZYK ŚWIEŻY
LUB SUSZONY, ZIELE ANGIELSKIE,
LIŚC LAUROWY
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA

800 G JAGNIĘCINY
PODHALAŃSKIEJ
4 JAJKA UGOTOWANE NA
TWARDO
20 PŁASTRÓW BOCZKU W
PŁASTRACH WĘDZONEGO
SUROWEGO
4 JAJKA SUROWE
2 CEBULE
CZĄBER, KMINEK, SÓL,
PIEPRZ CZARNY, GAŁKA
MUSZKATOŁOWA, KOLENDRA
MIELONA
OLEJ DO SMAŻENIA

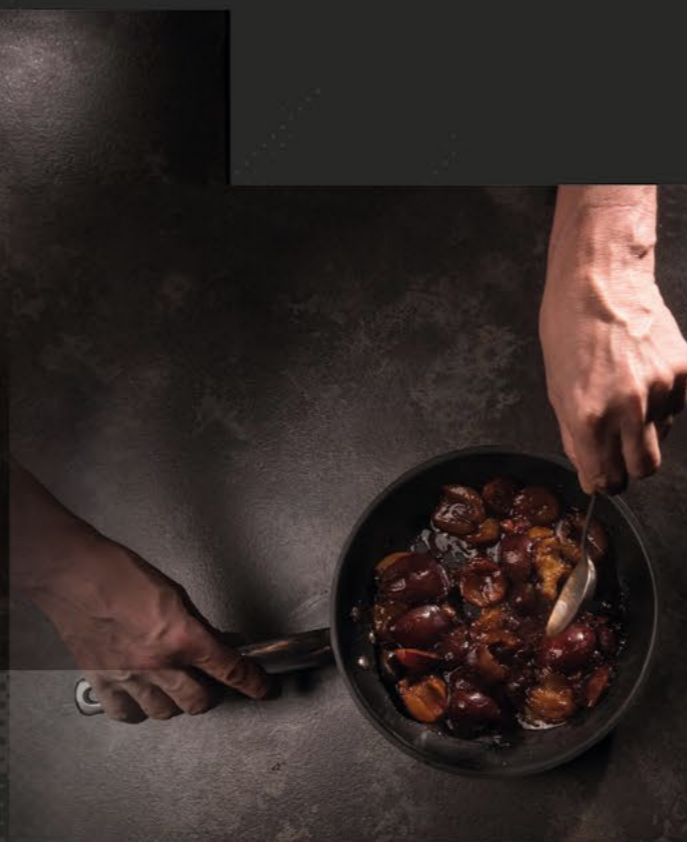


CHLEB JURAJSKI WYPIEKANY BYŁ PRZEZ
KOBIECY Z WSI POŁOŻONYCH NA JURZE
KRAKOWSKO-CZĘSTOCHOWSKIEJ.
POCZĄTKOWO PIECZONO GO WYŁĄCZNIE
Z ŻYTNIEJ MĄKI. Z CZASEM DO ŻYTNIEJ
DODAWAĆ ZACZĘTO MĄKĘ PSZENNA,
A PROPORCJE MIESZANKI DO DZIŚ
STANOWIĄ O SEKRECIE ZNAKOMITEGO
SMAKU JURAJSKIEGO CHLEBA. POWSTAŁĄ
WÓWCZAS RECEPTURĘ WYKORZYSTUJE SIĘ
PRZY WSPÓŁCZESNEJ PRODUKCJI, DBAJĄC O
ZNAKI SZCZEGÓLNE CHLEBA JURAJSKIEGO:
WYDŁUŻONY KSZTAŁT BOCHNA,
CHARAKTERYSTYCZNE SKOŚNE NACIĘCIA
POSYPANEJ MĄKĄ SKÓRKI ORAZ ODCIŚNIĘTY
W NIEJ MOTYW PLECIONKI KOSZYCZKA
PIEKARSKIEGO.

~ ~ ~
MIODOWE
POWIDŁA
ŚLIWKOWE,
SMAŻONE JABŁKO
I GOŁKA NA
KROMCE CHLEBA
JURAJSKIEGO

MIODOWE POWIDŁA
ŚLIWKOWE,
SMAŻONE JABŁKO
I GOŁKA NA
KROMCE CHLEBA
JURAJSKIEGO

1 MIÓD ROZPUSZCZAMY NA PATELNI, DODAJEMY POKROJONE NA POŁÓWKI WYPESTKOWANE ŚLIWKI I SMAŻYMY DO MOMENTU, AZ ZMIĘKNĄ, DOPRAWIAMY CZARNYM PIEPRZEM.



2 MOŻEMY WSZYSTKO ZMIKSOWAĆ LUB POZOSTAWIĆ KAWAŁKI KOLOROWYCH ŚLIWEK. JABŁKA OBIERAMY, USUWAMY GNIAZDA NASIENNE, KROIMY W PŁASTRY I PRZESMAŻAMY KRÓTKO NA MASLE Z KMINKIEM.



3 CHLEB KROIMY NA KROMKI, NASTĘPNIE OBSMAŻAMY NA MASLE NA ŻŁOTY KOLOR. NA CHLEB WYKŁADAMY POWIDŁA, SMAŻONE JABŁKO I PODSMAŻONE NA MASLE PŁASTRY GOŁKI ZAKOPIAŃSKIEJ.



SKŁADNIKI: 4 PORCJE

2 GOŁKI
1 KG ŚLIWEK WĘGIEREK
2-3 ŁYŻKI MIODU WIELOKWIATOWEGO
LEŚNEGO Z PODKSIĘŻA
2 JABŁKA ŁĄCKIE
PÓŁ CHLEBA JURAJSKIEGO
KMINEK, PIEPRZ
2 ŁYŻKI MASŁA KLAROWANEGO DO
SMAŻENIA

BRYNDZA PODHALAŃSKA TO MIĘKKI, PODPUSZCZKOWY SER O PIKANTNYM I SŁONYM SMAKU. WYTWARZANY JEST NA PODHALU Z MLEKA OWCZEGO LUB Z MLEKA OWCZEGO Z DOMIESZKĄ MLEKA OD KROWY POLSKIEJ CZERWONEJ. TAJEMNICA CHARAKTERYSTYCZNEGO, LEKKO OSTREGO SMAKU SERA KRYJE SIĘ W ROŚLINNOŚCI NA MIEJSCU WYPASU OWIEC. GÓRSKIE POLANY, PASTWISKA I HALE PORASTAJĄ GATUNKI ROSNĄCE GŁÓWNIEM NA PODHALU I RZADKO SPOTYKANE GDZIE INDZIEJ.

PLACKI
Z BLACHY
ZAPIEKANE
Z GRZYBAMI
LEŚNYMI
I BRYNDZĄ
PODHALAŃSKĄ

PLACKI Z BLACHY
ZAPIEKANE
Z GRZYBAMI
LEŚNYMI I BRYNDZĄ
PODHALAŃSKĄ

1 POSIEKANĄ W KOSTKĘ CEBULĘ PRZESMAŻAMY NA ŻŁOTY KOLOR NA OLEJU. ZIEMNIANKI OBIERAMY, GOTUJEMY W OSOLONEJ WODZIE I PRZECISKAMY PRZEZ PRASKĘ, DO MISKI WLEWAMY ZSIADŁE MLEKO, DODAJEMY DROŻDZE, DOKŁADNIE ROZPUSZCZAMY.

2 DO ROZPUSZCZONYCH DROŻDZY DODAJEMY MAKĘ, SMAŻONĄ CEBULĘ, ZIEMNIANKI, POKROJONĄ NATKĘ PIETRUSZKI I SZCZYPIOREK, OTARTĄ SKÓRKĘ Z CYTRYNY, PIEPRZ DO SMAKU. WYRABIAMY CIASTO, AZ WSZYSTKIE SKŁADNIKI POŁĄCZĄ SIĘ I CIASTO BĘDZIE ODCHODZIĆ OD RĘKI, W RAZIE POTRZEBY DODAJEMY NIEDUŻĄ ILOŚĆ MAKI.

3 CIASTO ODSZTAWIAMY W CIEPŁE MIEJSCE, PRZYKRYTE ŚCIERECZKĄ DO WYROŚNIĘCIA NA OKOŁO 20 MINUT, CIASTO POWINNO PODWOIĆ SWOJĄ OBJĘTOŚĆ. WYROŚNIĘTE CIASTO DZIELIMY NA RÓWNE KAWAŁKI, MNIEJ WIĘCEJ 6-8 SZT. KAŻDY ROZWAŁKOWUJEMY FORMUJĄC OWAL, SMARUJEMY OLEJEM, ODSZTAWIAMY NA KILKA MINUT, ABY PONOWNIE WYROŚŁO.



4 PORCJE

SKŁADNIKI NA CIASTO:
25 G OLEJU RZEPAKOWEGO
40 G POSIEKANEJ CEBULI
5 ZIEMNIAKÓW
350 ML ZSIADŁEGO MLEKA
Z LIMANOWEJ W TEMPERATURZE
POKOJOWEJ
10 G DROŻDZY NAJLEPIEJ ŚWIEŻYCH
500 G MAKI PSZENNEJ
PĘCZEK NATKI PIETRUSZKI
SKÓRKA Z CYTRYNY
SZCZYPIOREK
SÓL, PIEPRZ CZARNY

PLACKI Z BLACHY
ZAPIEKANE
Z GRZYBAMI
LEŚNYMI I BRYNDZĄ
PODHALAŃSKĄ

4 POMIDORKI WKŁADAMY W CAŁOŚCI DO SŁOIKA. ZALEWAMY WODĄ, DODAJEMY SÓL W ILOŚCI 1 ŁYŻKA NA LITR WODY, DODAJEMY ZESTAW DO KISZENIA I ODSTAWIAMY NA 1-2 DNI DO LEKKIEGO ZAKISNIĘCIA - JAK OGÓRKI MAŁOSOLNE.

5 BRYNDZĘ MIESZAMY ZE ŚMIETANĄ, KOPREM, SOLĄ I PIEPRZEM. NA PATELNI PRZESMAŻAMY NA MASŁE POKROJONĄ W KOSTKĘ CEBULĘ I PO CHWILI DODAJEMY POKROJONE GRZYBY LEŚNE. DUSIMY KILKA MINUT, DOPRAWIAMY CZĄBREM, SOLĄ I PIEPRZEM.

6 NA CIASTO POSMAROWANE OLEJEM WYKŁADAMY GRZYBY Z CEBULĄ, UKŁADAMY KAWAŁKI DOPRAWIONEJ BRYNDZY, JESZCZE RAZ SKRAPIAMY OLEJEM I WSTAWIAMY DO NAGRZANEGO DO 240 STOPNI PIEKARNIKA NA OKOŁO 10 MINUT. PODAJEMY Z KISZONYMI POMIDORKAMI.



SKŁADNIKI NA FARSZ:
300 G BRYNDZY OWCZEJ
100 ML ŚMIETANY 30%
400 G GRZYBÓW LEŚNYCH ŚWIEŻYCH
LUB MROŻONYCH
2 CEBULE
100 ML OLEJU RZEPAKOWEGO
KILKA POMIDORKÓW CHERRY
1 ZESTAW DO KISZENIA OGÓRKÓW
PĘCZEK KOPRU
CZĄBER, PIEPRZ, SÓL
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA

MORDONIE ZWANE SĄ INACZEJ:
KLUSKI KUDŁATE, WŁOCHATE, PIEROGI
ŁOMNICAŃSKIE, SZARE KLUSKI, SIWULCE...
NIEZALEŻNIE OD NAZWY SMAKUJĄ
ZNAKOMICIE! PIERWSZE WZMIANKI
O POTRAWIE DATOWANE SĄ NA PRZEŁOM
XVIII I XIX WIEKU. W CZASIE PRZEDNÓWKA
GOSPODYNIE GOTOWAŁY JE DLA SWOICH
RODZIN. OD KLASYCZNYCH, JASNYCH KLUSEK
RÓŻNIĄ SIĘ TYM, ŻE DODAJE SIĘ DO NICH
TROCHĘ ŚWIEŻO TARTYCH SUROWYCH
ZIEMNIAKÓW. DZIĘKI TEMU MAJĄ NIECO INNY
SMAK, A TAKŻE SZARY KOLOR.

~ ~ ~
MORDONIE
Z GOLONKĄ
SĄDECKĄ
I KAPUSTĄ
ZIELONĄ

MORDONIE Z GOLONKĄ SĄDECKĄ I KAPUSTĄ ZIELONĄ

ZIEMNIANKI OBIERAMY Z ŁUPIN. 7 ZIEMNIANKÓW ŚCIERAMY NA TARCE O DROBNYCH OCZKACH, NASTĘPNIE ODCEDZAMY NA DURSZLAKU, ODCISKAMY. WODĘ ODLEWAMY, A SKROBIĘ ZNAJDUJĄCĄ SIĘ NA DNE NACZYNIA DODAJEMY Z POWROTEM DO STARTYCH ZIEMNIANKÓW. POZOSTAŁE ZIEMNIANKI GOTUJEMY W OSOLONEJ WODZIE, ODCEDZAMY, CHWILĘ STUDZIMY. GDY TYLKO TROSKĘ OSTYGNĄ PRZECISKAMY PRZEZ PRASKĘ I WYRABIAMY Z MAKĄ I JAJKAMI. DODAJEMY PRZESMAŻONĄ NA OLEJU POKROJONĄ DROBNO CEBULĘ, PUDER GRZYBOWY, KTÓRY PRZYGOTOWUJEMY MIEŁĄC SUSZONE GRZYBY W MŁYŃKU DO KAWY, SÓL ORAZ PIEPRZ DO SMAKU. A SMAK MUSI BYĆ ZDECYDOWANY.

1

WYRABIAMY CIASTO, A NASTĘPNIE ŁYŻKĄ LUB WŁASNYMI DŁOŃMI FORMUJEMY NIEWIELKIE KLUSKI. WSTAWIAMY W GARNKU WODĘ, DODAJEMY DO NIEJ SÓL I ŁYŻKĘ ROZPUSZCZONEJ W NIEWIELKIEJ ILOŚCI ZIMNEJ WODY MAKI ZIEMNIACZANEJ, KTÓRA SPRAWI, ŻE KLUSKI POZOSTANĄ W CAŁOŚCI I BĘDĄ BŁYSZCZĄCE. NA WRZĄCĄ WODĘ WRZUCAMY KLUSKI. GOTUJEMY TRZY MINUTY OD WYPŁYNIĘCIA KLUSEK NA POWIERZCHNIĘ. GOTOWE KLUSKI PRZEKŁADAMY DO INNEGO NACZYNIA ZA POMOCĄ ŁYŻKI CEDZAKOWEJ. WODY, W KTÓREJ GOTOWAŁY SIĘ MORDONIE, NIE WYLEWAMY. KIEDY KLUSKI BĘDĄ GOTOWE ZABIERAMY SIĘ ZA DODATKI.

2

KAPUSTĘ SZATKUJEMY, WRZUCAMY DO DUŻEGO GARNKA I ZASYPUJEMY SOLĄ. DZIĘKI CZEMU PUŚCI SOK. NA OLEJU PRZESMAŻAMY POKROJONĄ W KOSTKĘ CEBULĘ I PO CHWILI DODAJEMY KAWAŁKI GOLONKI SĄDECKIEJ, RWĄC JĄ NA DOWOLNE KAWAŁKI. SMAŻYMY KRÓTKO, ZRUMIENIAMY I WRZUCAMY ODCIŚNIĘTĄ Z NADMIARU SOKU KAPUSTĘ. WSZYSTKO RAZEM SMAŻYMY, PO CHWILI PODLEWAMY WODĄ Z GOTOWANIA MORDONI, WYSTARCZY KILKA ŁYŻEK, ABY UZYSKAĆ WŁAŚCIWY EFEKT I DUSIMY DO MOMENTU, AŻ SAMA KAPUSTA STANIE SIĘ BARDZIEJ MIĘKKA, ALE NADAL POZOSTANIE LEKKO CHRUPIĄCA. DOPRAWIAMY SPORĄ ILOŚCIĄ LUBCZYKU I KOPRU, DODAJEMY PIEPRZ I SÓL DO SMAKU. NASTĘPNIE MORDONIE PRZEKŁADAMY DO KAPUSTY Z GOLONKĄ SĄDECKĄ I SZYBKO PODAJEMY.

3



4 PORCJE

SKŁADNIKI NA CIASTO:
10 DUŻYCH ZIEMNIANKÓW
2 ŁYŻKI MAKI PSZENNEJ
2 ŁYŻKI MAKI ZIEMNIACZANEJ
2 JAJKA
1 CEBULA
30 G GRZYBÓW SUSZONYCH
SÓL, PIEPRZ CZARNY ŚWIEŻO MIELONY
OLEJ DO SMAŻENIA

SKŁADNIKI NA
POTRAWKĘ Z KAPUSTY:
1 GŁÓWKA MŁODEJ
KAPUSTY
2 GOLONKI SĄDECKIE
2 CEBULE
KOPEREK ŚWIEŻY
WODA Z GOTOWANIA
KLUSEK
SÓL, PIEPRZ CZARNY
ŚWIEŻO MIELONY,
LUBCZYK ŚWIEŻY LUB
SUSZONY
OLEJ DO SMAŻENIA

KARPIELANKA
W NOWYM
WYDANIU, CZYLI
POLANKA

W OKOLICACH MŁODOWA I GŁĘBOKIEGO,
A TAKŻE PIWNICZNEJ, KOKUSZKI I ŁOMNICY
ZUPA Z KARPIELI (CZYLI BRUKWI) JEST OBECNA
OD DAWNA. ZNANE BYŁY RÓŻNE ODMIANY
ZUPY Z KARPIELI ORAZ RÓŻNE SPOSOBY
PRZYGOTOWANIA POSZCZEGÓLNYCH JEJ ODMIAN.
NAJPOPULARNIEJSZA BYŁA ZUPA NA MLEKU.
PODSTAWOWYMI SUROWCAMI DO JEJ WYROBU SĄ:
BRUKIEW, MARCHEW, DROBNA BIAŁA FASOLKA
PERŁOWA, MASŁO, MĄKA, ŚMIETANKA LUB MLEKO,
NATKA PIETRUSZKI, WODA I SÓL.



KARPIELANKA W NOWYM WYDANIU, CZYLI POLANKA

1 PODSTAWOWYMI SKŁADNIKAMI DO PRZYGOTOWANIA KARPIELANKI BYŁY KIEDYS: BRUKIEW, MARCHEW, DROBNA BIAŁA FASOLKA PERŁOWA, MASŁO, MAKA, ŚMIETANKA LUB MLEKO, NATKA PIETRUSZKI, WODA I SÓL. W ZWIĄZKU Z TYM, ŻE BRUKIEW JEST DZIŚ TRUDNO DOSTĘPNA, ZASTĄPIMY JĄ WARZYWAMI PODOBNYMI CHOCIAŻ TROSKĘ W SMAKU.



2 NA MASLE PRZESMAŻAMY DO LEKKIEGO ZRUMIENIENIA WSZYSTKIE WARZYWA POKROJONE W KOSTKĘ, POZA FASOLKĄ. NASTĘPNIE PODLEWAMY JE WODĄ DO WYSOKOŚCI PRZYKRZYCIA WARZYW. DOPRAWIAMY SOLĄ I PIEPRZEM. CHWILĘ GOTUJEMY, NASTĘPNIE DODAJEMY ŚMIETANKĘ. ZUPA JEST PRAWIE GOTOWA. DODAJEMY DO NIEJ JESZCZE POKROJONĄ NATKĘ PIETRUSZKI, KOPEREK I SZCZYPIOREK - W ILOŚCI WEDŁUG UZNANIA.



3 POŁĘDWICĘ KROIMY W OK. 1 CM PŁASTERKI, NASTĘPNIE W PASKI I PRZESMAŻAMY NA PATELNI NA OLEJU. DO POŁĘDWICY DODAJEMY FASOLKĘ SZPARAGOWĄ I SMAŻYMY DO MOMENTU, AŻ FASOLA BĘDZIE MIĘKKA. NASTĘPNIE FASOLKĘ Z POŁĘDWICĄ WYKŁADAMY NA TALERZ I ZALEWAMY NASZĄ ZUPĄ. NA KONIEC DODAJEMY SPORO CZARNEGO PIEPRZU DO SMAKU.

4 PORCJE

SKŁADNIKI:
2 KALAREPY
1 BIAŁA RZODKIEW
1 PĘCZEK RZODKIEWKI
200 G FASOLKI SZPARAGOWEJ
1 PĘCZEK MARCHEWKI
1 CEBULA
OK. 250 ML ŚMIETANKI 30%
250 G POŁĘDWICY SĄDECKIEJ
PĘCZEK NATKI PIETRUSZKI
PĘCZEK KOPERKU
PĘCZEK SZCZYPIORKU
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA
SÓL, PIEPRZ CZARNY

HISTORIA ŁĄCKICH SADÓW ZWIĄZANA
JEST Z LEGENDĄ: NA POCZĄTKU XIX
WIEKU PEWIEN BARDZO MĄDRY TUTEJSZY
PROBOSZCZ, KSIĄDZ JAN PIASECKI, ZADAŁ
GRZESZNIKOM SPECYFICZNĄ POKUTĘ,
OTÓŻ NAKAZAŁ SWYM PARAFIANOM, BY
W RAMACH POKUTY ZAMIAST KLEPIANIA
ZDROWASIEK I ODMAWIANIA MODLITW
PRZED OLTARZEM ZA KAŻDY GRZECH SĄDZILI
W SWYCH PRZYDOMOWYCH OGRODACH PO
JEDNYM OWOCOWYM DRZEWKU. I TAK W
ŁĄCKU POJAWIŁY SIĘ PIĘKNE, ROZLEGŁE SADY
OWOCOWE. ZWŁASZCZA ŚLIWY RODZĄ TU
OBFICIE, BO PASUJE IM MIEJSCOWA GLEBA
I SĄ BARDZIEJ WYTRZYMAŁE NA MROZY OD
INNYCH DRZEW OWOCOWYCH. JEST ICH AŻ 20
MIEJSCOWYCH ODMIAN, ALE NAJWAŻNIEJSZA
TO ŁĄCKA WĘGIERKA.

PLACKI
PO RYTERSKU
Z ZIEMNIAKÓW,
ALE PO
NASZEMU

PLACKI PO RYTERSKU Z ZIEMNIAKÓW, ALE PO NASZEMU

1 ZIEMNIANKI GOTUJEMY W MUNDURKACH DO MIĘKKOŚCI, ODCEDZAMY, OBIERAMY, NASTĘPNIE UBIJAMY TŁUCZKIEM NA PUREE. DODAJEMY MĄKĘ, ŻÓŁTKA, SPORO PIEPRZU, BO WTEDY PLACKI LEPIEJ SMAKUJĄ, SÓL DO SMAKU, POKROJONY DROBNO SZCZYPIOREK I KOPEK. WYRABIAMY CIASTO, PORCJUJEMY NA KOTLETY, NASTĘPNIE MOCZYMY KAŻDY W BIAŁKU, A POTEM OBTACZAMY W BUŁCE TARTEJ I SMAŻYMY NA MASŁE NA ŻŁOTY KOLOR.

2 NA MIODZIE SMAŻYMY ŚLIWKI POZBAWIONE PESTEK. KIEDY ŚLIWKI ZACZNĄ SIĘ ROZPADAĆ DODAJEMY IM MOCY, CZYLI DOLEWAMY DO SMAKU ŚLIWOWICY. ODSTAWIAMY DO OSTYGNIECIA.


3 WĘDZONKĘ MIELIMY W MASZYŃCE DO MIĘSA NA GRUBYCH OCZKACH I SMAŻYMY NA CHRUPIĄCO NA OLEJU. BUNDZ RWIEMY NA KAWAŁKI. USMAŻONE PLACKI SMARUJEMY PRZYGOTOWANĄ KONFITURĄ ZE ŚLIWEK, POSYPUJEMY BUNDZEM I OKRASZAMY SKWARKAMI Z WĘDZONKI SADECKIEJ.



4 PORCJE

SKŁADNIKI NA CIASTO:
1 KG ZIEMNIAKÓW
2-3 ŁYŻKI MĄKI PSZENNEJ
2 JAJKA
PĘCZEK KOPERKU
PĘCZEK SZCZYPIORKU
BUŁKA TARTA, SÓL, PIEPRZ

SKŁADNIKI NA FARSZ:
2 KG ŚLIWEK ŁĄCZICH
2-3 ŁYŻKI MIODU
SADECKIEGO
WIELOKWIATOWEGO
300 G WĘDZONKI
SADECKIEJ
300 G BUNDZU
ŚLIWOWICA ŁĄCKA
OLEJ DO SMAŻENIA



FASOŁĘ WIELOKWIATOWĄ PIĘKNY
JAŚ UPRAWIANO OD WIELU WIEKÓW
WYŁĄCZNIE W OKOLICY DUNAJCA,
RABY I WISŁY, A TO DZIĘKI ŻYJNYM
GLEBOM I NIEWIELKIM WAHANIOM
TEMPERATURY. PIĘKNY JAŚ MA
KSZTAŁT PRZYPOMINAJĄCY NERKĘ,
JEST MOCNO SPŁASZCZONY I BARDZO
DUŻY. MA ON LEKKO SŁODKAWY SMAK
I CIENIUTKĄ SKÓRKĘ, CO POWODUJE,
ŻE GOTUJE SIĘ GO O 10 MINUT KRÓCEJ
NIŻ INNE FASOLE TEJ WIELKOŚCI.
NIEZALEŻNIE OD TEGO, W JAKIEJ
POTRAWIE ZOSTANIE WYKORZYSTANY
ZAPEWNIAMY, ŻE JEST TAK SMACZNY,
JAK PIĘKNY...

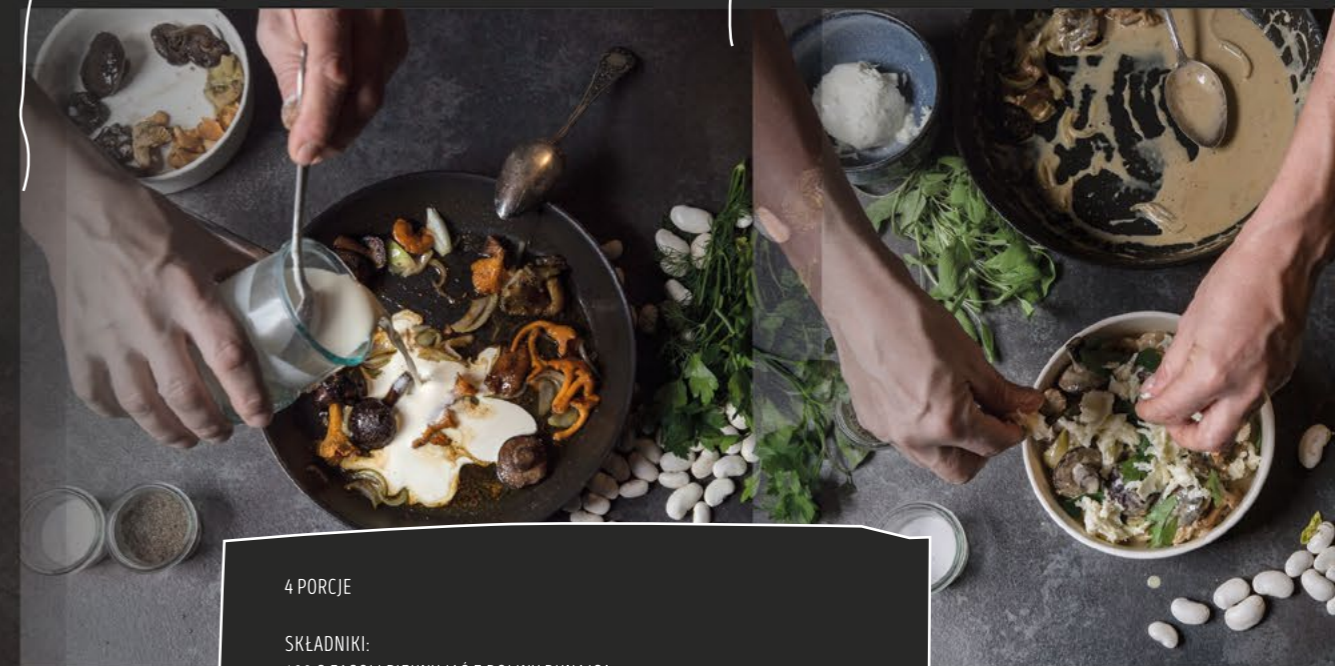
ZAPIEKANKA
Z FASOŁĄ
PIĘKNY JAŚ
Z DOLINY
DUNAJCA,
GRZYBAMI,
BUNDZEM
I SZAŁWIA

ZAPIEKANKA
Z FASOLĄ PIĘKNY JAŚ
Z DOLINY DUNAJCA,
GRZYBAMI, BUNDZEM
I SZAŁWIĄ

1 FASOLĘ NAMACZAMY PRZEZ NOC, ODLEWAMY WODĘ, W KTÓREJ NAMAKAŁA I ZALEWAMY NOWĄ, DODAJEMY SÓL, KMINEK DO SMAKU I GOTUJEMY DO MIĘKKOŚCI, NIE PRZYKRYWAJĄC GARNKA. POD KONIEC DODAJEMY POKROJONY SELER NACIOWY, JESZCZE OKOŁO 5 MINUT GOTUJEMY I WSZYSTKO ODCEDZAMY. NA MASŁE PRZESMAZAMY POKROJONĄ CEBULĘ DYMKĄ, AŻ DELIKATNIE ZMIĘKNIE I DODAJEMY POKROJONE GRZYBY.

2 JEŻELI BĘDĄ TO KURKI, SMAŻYMY BARDZO KRÓTKO TYLKO DO MOMENTU, AŻ KOLOR STANIE SIĘ OSTRZEJSZY. W TONACJI POMARAŃCZOWEJ. JEŻELI ZAŚ BĘDĄ TO INNE Z W/W GRZYBÓW SMAŻYMY NIECO DŁUŻEJ, DO MOMENTU AŻ ODPARUJĄ. DO GRZYBÓW, DOLEWAMY OK. 20 ML RATAFII I CZEKAMY, AŻ ALKOHOL ODPARUJE, A SŁODYCZ NALEWKI PRZENIKNIE DO GRZYBÓW. NASTĘPNIE DODAJEMY ŚMIETANKĘ I GOTUJEMY, AŻ SOS ZACZNIE GĘSTNIEĆ. NA KONIEC DODAJEMY POKROJONĄ NATKĘ PIETRUSZKI, SÓL I PIEPRZ DO SMAKU. CEBULĘ KROIMY, DODAJEMY DO NIEJ SÓL I ODSZTAWIAMY NA KILKA MINUT. GDY PUŚCI SOK, ODCISKAMY, OPROSZAMY MĄKĄ I SMAŻYMY NA GŁĘBOKIM OLEJU NA ŻŁOTY KOLOR.

3 GDY WSZYSTKIE SKŁADNIKI JUŻ SĄ GOTOWE, MOŻEMY PRZYSTĄPIĆ DO ZŁOŻENIA DANIA. JASKA WKŁADAMY NA PATELNIĘ, PRZESMAZAMY NA OLEJU KRÓTKO, DODAJĄC SÓL, PIEPRZ I POŁOWĘ POKROJONEJ SZAŁWII. NA PODSMAŻONEGO JASKA WYKŁADAMY SOS GRZYBOWY, NASTĘPNIE KŁADZIEMY POKROJONY BUNDZ, SKRAPIAMY OLEJEM I WSTAWIAMY DO ZAPIECZENIA W TEMP. 240 STOPNI NA OKOŁO 10 MINUT. KIEDY DANIE SIĘ ZRUMIENI, WYJMujemy Z PIEKARNIKA, POSYPUJEMY ŻŁOTĄ CEBULĄ, SZCZYPIORKIEM I POZOSTAŁĄ SZAŁWIĄ.



4 PORCJE

SKŁADNIKI:
400 G FASOLI PIĘKNY JAŚ Z DOLINY DUNAJCA
1 PĘCZEK CEBULI DYMKI
1 KG GRZYBÓW LEŚNYCH: KUREK, PODGRZYBKÓW LUB
MASŁAKÓW
200 ML ŚMIETANKI 36%
PĘCZEK DROBNEGO SZCZYPIORKU
250 G BUNDZU
2 CEBULE
1 SELER NACIOWY
MASŁO KLAROWANE
RATAFIA Z KWIATAMI CZARNEGO BZU I GŁOGU DO SMAKU
SÓL, PIEPRZ, KMINEK, ŚWIEŻA SZAŁWIA
OLEJ DO SMAŻENIA

PŁATKI RÓŻ ZEBRANE W SŁONECZNY
DZIEŃ UCIERANE SĄ Z DODATKIEM
CUKRU I KWASKU CYTRYNOWEGO
TRADYCYJNIE - DREWNIANĄ PAŁKĄ
W GLINANEJ MAKUTRZE. DO PRODUKCJI
WYKORZYSTUJE SIĘ ŚWIEŻO ZEBRANE
PŁATKI KWIATU RÓŻY JADALNEJ
(ZWANEJ TEŻ RÓŻĄ CUKROWĄ), KTÓRA
MA INTENSYWNY RÓŻOWY KOLOR
I BARDZO PRZYJEMNIE PACHNIE.
DŻEM OD WIELU WIEKÓW MA
TRADYCYJNE ZASTOSOWANIE
PRZY WYPIEKU PĄCZKÓW, CIAST,
CIASTECZEK ORAZ SŁUŻY DO
SMAROWANIA PIECZYWA
I DEKORACJI CUKIERNICZYCH.



JABŁKO
Z RACIECHOWIC
Z DŻEMEM
Z PŁATKÓW
RÓŻ
I WINOGRONAMI
NA KRUCHYM
CIEŚCIE,
PODANE
Z GAŁKĄ
NOWOTARSKICH
LÓDÓW

JABŁKO
Z RACIECHOWIC
Z DŻEMEM
Z PŁATKÓW RÓŻ

1 JABŁKA OBIERAMY I KROIMY NAJLEPIEJ NA SZATKOWNICY W CIENKIE PLASTERKI. DO JABŁEK DODAJEMY ROZPUSZCZONE MASŁO WYMIESZANE Z DŻEMEM Z PŁATKÓW RÓŻ, STARTĄ SKÓRKĘ Z CYTRYNY I WINOGRONA. WSZYSTKO DOKŁADNIE MIESZAMY.

2 Z MAKI, MASŁA RZUCHOWSKIEGO, ZMIELONYCH LUB POSIEKANYCH DROBNO RODZYNEK, ŻÓŁTEK WYMIESZANYCH ZE ŚMIETANĄ, CUKRU WANILINOWEGO I CUKRU DROBNEGO ORAZ SZCZYPTY SOLI PRZYGOTOWUJEMY CIASTO KRUCHE, WYRABIAJĄC WSZYSTKIE SKŁADNIKI. GDY POWSTANIE COŚ W RODZAJU KRUSZONKI, 1/3 ODKŁADAMY, A POZOSTAŁE 2/3 UMIESZCZAMY NA BLASZE WYŁOŻONEJ PAPIEREM DO PIECZENIA I PODPIEKAMY OKOŁO 15 MINUT W TEMP. 180 STOPNI.

3 MOŻEMY TO TEŻ ZROBIĆ W FOREMKACH DO BABECZEK. NA PODPIECZONY SPÓD WYKŁADAMY JABŁKA, POSYPUJEMY POZOSTAŁYM CIASTEM I PONOWNIE WSTAWIAMY DO PIEKARNIKA NAGRZANEGO DO 180 STOPNI NA OKOŁO 30 MINUT. PODAJEMY POSYPANE CUKREM PUDREM Z PORCJĄ LODÓW NOWOTARSKICH.



SKŁADNIKI:
300 G MAKI
150 G MASŁA RZUCHOWSKIEGO + 100 G MASŁA DO JABŁEK
CUKIER WANILINOWY
3 ŻÓŁTKA
80 G DROBNEGO CUKRU
2-3 ŁYŻKI ŚMIETANY 18% Z LIMANOWEJ
1 KG JABŁEK Z RACIECHOWIC
2-3 ŁYŻKI DŻEMU Z PŁATKÓW RÓŻ
2-3 KIŚCIE WINOGRON CIEMNYCH DROBNYCH BEZ PESTKI
RODZYNKI
SKÓRKA Z CYTRYNY
LODY WANILIOWE LUB ŚMIETANKOWE
CUKIER PUDER DO POSYPANIA

4 PORCJE

W MAŁOPOLSCE WYSTĘPUJĄ NAJLEPSZE WARUNKI DO HODOWLI KRÓW RASY CZERWONO-BIAŁEJ. PRZEWAŻAJĄ TU TRWAŁE UŻYTKI ZIELONE, A SPECYFIKA GÓRZYSTEGO TERENU WPŁYWA NA KSZTAŁTOWANIE UMIĘŚNIENIA KROWY. PONADTO BYDŁO HODOWANE JEST W MAŁYCH RODZINNYCH GOSPODARSTWACH ROLNYCH PROWADZONYCH W MYŚL ZASAD ROLNICTWA EKOLOGICZNEGO. POTRAWY PRZYGOTOWANE Z MIĘSA KRÓW RASY POLSKIEJ CZERWONO-BIAŁEJ MAJĄ BARDZO DELIKATNY SMAK I DZIĘKI TEMU MIĘSO MA SZEROKIE ZASTOSOWANIE W GASTRONOMII.

FR
RWANA WOŁOWINA
Z KONFITURĄ
BORÓWKOWO-
JABŁKOWĄ I OSTRĄ
MUSZTARDĄ W
GIGANTYCZNEJ
KANAPCE
Z PRĄDNICKIEGO
CHLEBA

1
RWANA WOŁOWINA
Z KONFITURĄ
BORÓWKOWO-
JABŁKOWĄ I OSTRĄ
MUSZTARDĄ

1 Z OBRANEJ WŁOSZCZYNY, Z DODATKIEM ZIELA ANGIELSKIEGO, LIŚCI LAUROWYCH, ZIARENEK PIEPRZU I SOLI GOTUJEMY BULION WARZYWNY - WYSTARCZY GODZINA WOLNEGO GOTOWANIA, ŻEBY UZYSKAĆ SMAK WARZYW W BULIONIE.



2 WSZYSTKIE PRZYPRAWY (LIŚĆ LAUROWY, ZIELE ANGIELSKIE, GORCZYCA, PAPRYKA CZERWONA SŁODKA, SÓL, KOLOROWY LUB CZARNY PIEPRZ, LUBCZYK, NATKA PIETRUSZKI) MIELIMY NA PUDER PRZY POMOCY MŁYNKA DO KAWY. WOŁOWINĘ OPRÓSZAMY POWSTAŁĄ MIESZANKĄ PRZYPRAW, SPORĄ ILOŚCIĄ SOLI I OD RAZU OBSMAŻAMY NA ROZGRZANYM OLEJU NA MOCNO ŻŁÓTY KOLOR. NA TEJ SAMEJ PATELNI SMAŻYMY CEBULĘ POKROJONĄ W PŁASTRY. CEBULĘ OPRÓSZAMY CUKREM PUDREM, DZIĘKI TEMU NABIERZE ŁADNEGO KOLORU.

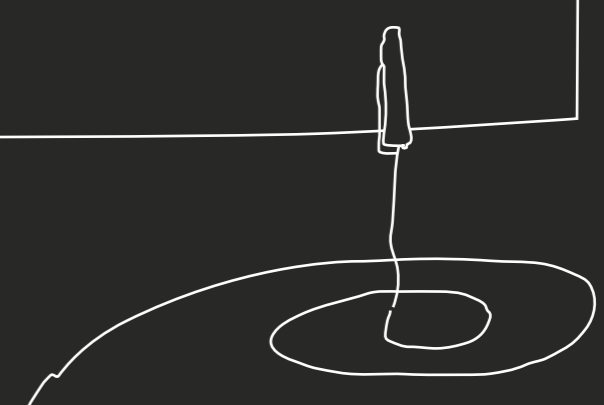


3 DO ZRUMIENIONEJ CEBULI DODAJEMY MIĘSO, POKROJONY SELER, CHILI, STARTĄ MARCHEW, PODLEWAMY BULIOMEM I DUSIMY DO MIĘKKOŚCI. MIĘKKIE MIĘSO WYJMujemy, ODSTAWIAMY ABY ODPOCZĘŁO, A NASTĘPNIE ZA POMOCĄ DWÓCH WIDELCÓW RWIEMY JE NA KAWAŁKI. KAWAŁKI WOŁOWINY WRZUCAMY DO ODPAROWANEGO SOSU, MIESZAMY. MIĘSO POWINNO BYĆ SOCZYSTE. DODAJEMY SPORĄ ILOŚĆ LUBCZYKU I NATKI PIETRUSZKI.



SKŁADNIKI NA PRZYGOTOWANIE WOŁOWINY:
1,5 KG WOŁOWINY POLSKIEJ RASY CZERWONO-BIAŁEJ
1,5 KG CEBULI
1 SELER NACIOWY
2-3 PAPRYCZKI CHILI
2 - 3 MARCHEWKI
1 WŁOSZCZYNA
LIŚĆ LAUROWY, ZIELE ANGIELSKIE, GORCZYCA, PAPRYKA CZERWONA SŁODKA, SÓL, KOLOROWY LUB CZARNY PIEPRZ, LUBCZYK, NATKA PIETRUSZKI NAJLEPIEJ SWIEŻE
OLEJ DO SMAŻENIA

4 PORCJE



1
Rwana wołowina
z konfiturą
borówkowo-
jabłkową i ostrą
musztardą

4 Chleb przekrawamy wzdłuż na połowę, tak jakbyśmy kroili gigantyczną bułkę. Wydrążamy częściowo, a to, co wydrążyliśmy rwiemy na kawałki, skrapiamy rozpuszczonym masłem, posypujemy solą i podpiekamy ok. 15 minut w piekarniku nagrzanym do 200 stopni.

5 DO WYDRĄŻONEJ POŁOWY BOCHNA WKŁADAMY KOLEJNO DUŻĄ PORCJĘ WOŁOWINY W SOSIE, PODPIECZONY, CHRUPIĄCY ŚRODEK CHLEBA, DIP MUSZTARDOWO-OWOCOWY, PŁASTRY SERA. PRZYKRYWAMY DRUGĄ POŁOWĄ BOCHNA I CAŁOŚĆ KŁADZIEMY NA PATELNI Z ROZGRZANYM MASŁEM.

6 PRZYCISKAMY Z GÓRY - MOŻNA DO TEGO WYKORZYSTAĆ... CEGŁĘ OWINIĘTĄ FOLIĄ. OBSMAŻAMY Z KAŻDEJ STRONY KILKA MINUT NA ŻŁOTY KOLOR. CHLEB KROIMI NA PORCJE.



SKŁADNIKI NA DIP BORÓWKOWO-
JABŁKOWO-MUSZTARDOWY:
OK. 200 G KONFITURY BORÓWKOWO-
JABŁKOWEJ
2-3 ŁYŻKI MUSZTARDY ROSYJSKIEJ
OK. 150 G MUSZTARDY Z ZIARNAMI
GORCZYCY
WSZYSTKIE SKŁADNIKI DOKŁADNIE
MIESZAMY.

SKŁADNIKI NA
GIGANTYCZNĄ KANAPKĘ:
1-2 BOCHENKI CHLEBA
PRĄDNICKIEGO
GOŁKA ZAKOPIAŃSKA
MASŁO KLAROWANE DO
SMAŻENIA



BAJGIEL Z KAZIMIERZA TO BUŁKA WYPIEKANA W KSZTAŁCIE PIERŚCIENIA, NAJCZĘŚCIEJ ZDOBIONA PRZYPRAWAMI I DODATKAMI TAKIMI JAK: CZARNUSZKA, KMINEK, MAK, SÓL, POSYPKA ZIOŁOWA, A TAKŻE SER I CEBULA. PIERWSZA WZMIANKA O BAJGLACH POCHODZI Z 1610 ROKU. ODNOTOWANO WÓWCZAS ZWYCZAJ OBDAROWYWANIA BAJGLAMI PRZEZ GMINĘ ŻYDOWSKĄ KAŻDEJ KOBIETY, KTÓRA URODZIŁA DZIECKO. OKRĄGŁY KSZTAŁT BUŁEK MIAŁ SYMBOLIZOWAĆ CYKL LUDZKIEGO ŻYCIA.

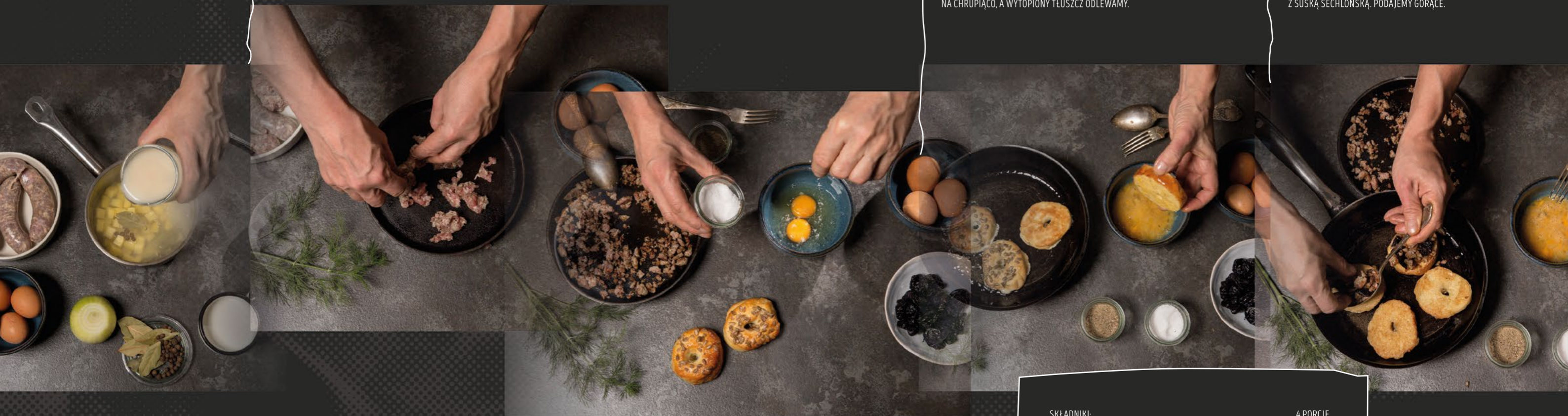
ŻUREK
KRAKOWSKI
I ZALEWAJKA -
PARA DOSKONAŁA
ORAZ BAJGLE
ZE SMAKOWITĄ
KRUSZONKĄ

ŻUREK KRAKOWSKI I ZALEWAJKA

1 POKROJONE W KOSTKĘ ZIEMNIANKI GOTUJEMY DO MIĘKKOŚCI W WODZIE Z DODATKIEM 2-3 LIŚCI LAUROWYCH, 3-4 ZIARENEK ZIELA ANGIELSKIEGO, PIEPRZU CZARNEGO ŚWIEŻO MIELONEGO I SOLI. KIEDY ZIEMNIANKI BĘDĄ MIĘKKIE, A WŁAŚCIWIE PRAWIE ROZGOTOWANE, DODAJEMY ŻUREK KRAKOWSKI I SMIETANĘ Z LIMANOWEJ.

2 WSZYSTKO ZAGOTOWUJEMY. W MIĘDZY CZASIE CEBULĘ POKROJONĄ W KOSTKĘ PRZESMAŻAMY NA MASŁE DO MOMENTU, AŻ STANIE SIĘ ŻŁOTA I TAKĄ DODAJEMY DO GARNKA. ZAPACH SMAŻONEJ CEBULI NA MASŁE POWIADOMI SĄSIADÓW, ŻE ZALEWAJKA BĘDZIE ŁADA MOMENT, DLATEGO SUGERUJĘ PRZYGOTOWAĆ JEJ WIĘKSZĄ IŁOŚĆ. NA KONIEC DODAJEMY JEDNĄ, ALBO I DWIE GARSCI ŚWIEŻEGO KOPERKU. ZUPA GOTOWA, PRZECHODZI SMAKIEM, ZATEM ZABIERAMY SIĘ ZA DODATKI. W TYM CELU KIEŁBASĘ SUROWĄ POZBAWIAMY OSŁONEK I W CAŁOŚCI PRZESMAŻAMY NA PATELNI NA CHRUPIAĆCO, A WYTOPIONY TŁUSZCZ ODLEWAMY.

3 WY SMAŻONĄ KIEŁBASĘ ROZDRABNIAMY I DODAJEMY POKROJONĄ DROBNO SUSKĘ SECHŁOŃSKĄ. JAJKA MIESZAMY WIDELCEM, DOPRAWIAMY SOLĄ I PIEPRZEM. BAJGLE PRZEKRAWAMY NA PÓŁ, JAK BUŁECCZKI. PRZEKROJONĄ CZĘŚĆ ZANURZAMY W JAJKU I SMAŻYMY NA PATELNI NA MASŁE. NA USMAŻONĄ CZĘŚĆ KŁADZIEMY KRUSZONKĘ Z KIEŁBASY WRAZ Z SUSKĄ SECHŁOŃSKĄ. PODAJEMY GORĄCE.



SKŁADNIKI:
1 KG ZIEMNIAKÓW POKROJONYCH W KOSTKĘ
1 CEBULA
ŻUREK KRAKOWSKI Z MĄKI ŻYTNIEJ
100 G SUSKI SECHŁOŃSKIEJ
300 G KIEŁBASY BIAŁEJ SUROWEJ
OK. 300 ML SMIETANY 30% Z LIMANOWEJ
4 JAJKA
2 BAJGLE Z KAZIMIERZA
MASŁO RZUCHOWSKIE
PĘCZEK KOPRU
PIEPRZ CZARNY, SÓL, LIŚCIE LAUROWE, ZIELE ANGIELSKIE
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA

4 PORCJE



PONAD 1100 HEKTARÓW STAWÓW I
POCZĄTKI SIĘGAJĄCE XII WIEKU - TO
IMONUJĄCE TRADYCJE HODOWLI RYB
W OKOLICACH ZATORA. PRZEZ WIELE
LAT KARPIE Z ZATORA NA SWOJE STÓŁY
SPROWADZALI POLSCY KRÓLOWIE - STĄD
ZACHOWANA WSPÓŁCZESNIE NAZWA
GATUNKU RYBY: KARP KRÓLEWSKI.

~ ~ ~
KARP
ZATORSKI
W SZUWARACH...
CZYLI NA
SAŁACIE
PO ORAWSKU

KARP ZATORSKI
W SZUWARACH...
CZYLI NA
SAŁACIE PO
ORAWSKU

1 FILETY Z KARPIA OPRÓSZAMY ODWAŻNIE SOLĄ, MNIEJ ODWAŻNIE
PIEPRZEM. DO MAKI DODAJEMY ODROBINĘ SOLI I DELIKATNIE OBTACZAMY
W NIEJ FILETY. SMAŻYMY NA MASLE NA ŻŁOTY KOLOR.



2 NA MASLE PODSMAŻAMY PRZEZ 2-3 MINUTY POKROJONEGO
W PŁASTRY PORA, NASTĘPNIE DODAJEMY OBRANE,
POKROJONE W KOSTKĘ JABŁKA. CHWILĘ RAZEM SMAŻYMY
I DODAJEMY PORWANĄ SAŁATĘ. KIEDY TYLKO DELIKATNIE
ZMIĘKNIE, DODAJEMY ŚMIETANĘ I MAŚLANKĘ. CAŁOŚĆ
ZAGOTOWUJEMY, DOPRAWIAMY PIEPRZEM I SOLĄ.



3 NA TAK PRZYGOTOWANĄ SAŁATĘ WYKŁADAMY
SMAŻONEGO KARPIA, WSZYSTKO POSYPUJEMY
POKROJONYMI W PŁASTERKI LUB KOSTKĘ
OGÓRKAMI KISZONYMI, DROBNO POSEKANYM
KOPERKIEM I CEBULĄ DYMKĄ. MOŻEMY JESZCZE
POSYPAC PŁASTERKAMI RZODKIEWKI.



4 PORCJE

SKŁADNIKI NA KARPIA SMAŻONEGO:
400 G FILETA Z KARPIA ZATORSKIEGO
MAKA DO OPRÓSZENIA RYBY
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA
SÓL, PIEPRZ CZARNY

SKŁADNIKI NA SAŁATĘ
PO ORAWSKU:
2 GŁÓWKI SAŁATY
MASŁOWEJ
1 POR
OK. 200 ML ŚMIETANY 30%
Z LIMANOWEJ
100 ML MAŚLANKI
PĘCZEK KOPRU
2-3 JABŁKA Z RACIECHOWIC
2,3 OGÓRKI KISZONE
W STUDNI
PĘCZEK CEBULI DYMKI
PĘCZEK RZODKIEWKI
PIEPRZ CZARNY, SÓL
MASŁO KLAROWANE DO
SMAŻENIA

ZIELONONÓŻKA KUROPATWIANA
ZALICZANA JEST W NASZYM KRAJU DO
RAS RODZIMYCH. JAJA ZIELONONÓŻEK
CHARAKTERYZUJĄ SIĘ O PONAD POŁOWĘ
NIŻSZĄ ZAWARTOŚCIĄ CHOLESTEROLU,
NIŻ W PRZYPADKU JAJ OD INNYCH KUR,
WYŻSZYM POZIOMEM WITAMIN
I SKŁADNIKÓW MINERALNYCH, LEPSZĄ
STRAWNOŚCIĄ BIAŁKA, A PRZED
WSZYSTKIM NIEPORÓWNYWALNIE
WYŻSZYMI WALORAMI SMAKOWYMI.

— | — | — | — |
ZNIESIONE
JAJKO
ZIELONONÓŻKI
W WARZYWACH

ZNIESIONE
JAJKO
ZIELONONÓŻKI
W WARZYWACH

1 WĘDZONKĘ KROIMY W KOSTKĘ I PRZESMAŻAMY NA OLEJU NA ŻŁOTY KOLOR. NASTĘPNIE ZDEJMUJEMY JĄ Z PATELNI, A NA TŁUSZCZ ZE SMAŻENIA WRZUCAMY KOLEJNO WSZYSTKIE WARZYWA, POKROJONE W DOWOLNY SPOSÓB.



2 PAMIĘTAJMY, ŻE ZACZYNAJMY ZAWSZE OD WARZYW TWARDSZYCH, A KONCZYMY NA TYCH, KTÓRE NIE POTRZĘBUJĄ DŁUGIEGO CZASU SMAŻENIA. DO PRZESMAŻONYCH WARZYW DODAJEMY Z POWROTEM WĘDZONKĘ, ZBLENLOWANE WRAZ Z KONCENTRATEM POMIDOROWYM POMIDORY POLSKIE WCZEŚNIEJ POZBAWIONE TYLKO SZYPUŁEK.



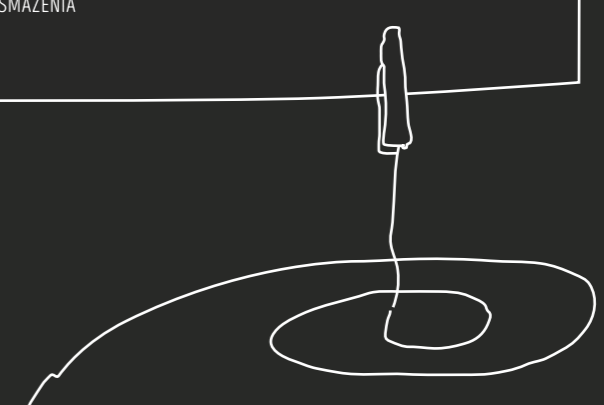
3 DODAJEMY MUSZTARDĘ, PRZYPRAWY, KAPUSTĘ KISZONĄ. WSZYSTKO GOTUJEMY. DO GORĄCYCH WARZYW WBIJAMY OSTROŻNIE JAJKA. KIEDY TYLKO BIAŁKO SIĘ ZETNIE, WIERZCH POSYPUJEMY MAJERANKIEM, POKROJONĄ DYMKĄ I NATKĄ.



SKŁADNIKI:

10 JAJEK ZIELONONÓŻKI KUROPATWIANEJ
500 G CHARSZNIKIEJ KAPUSTY KISZONEJ
3 MARCHEWKI, 1 SELER KORZENIOWY
2 PIETRUSZKI, 200 G DYNI
1 POR, 1 CEBULA CZERWONA, 2 PAPRYKI
150 G FASOLKI SZPARAGOWEJ
100 G SUSKI SECHŁOŃSKIEJ
2-3 CEBULE
200 G WĘDZONKI SADECKIEJ
2-3 ŁYŻKI KONCENTRATU POMIDOROWEGO
1 KG POMIDORÓW POLSKICH
2 ŁYŻECZKI OSTREJ MUSZTARDY
CZĄBER, KMINEK, PIEPRZ, SÓL, LIŚCIE LAUROWE, ZIELE ANGIELSKIE, NATKA PIETRUSZKI, MAJERANEK ŚWIEŻY
OLEJ DO SMAŻENIA

4 PORCJE



PROCES PRODUKCJI BUNDZU W PIERWSZEJ FAZIE WYGLĄDA TAK SAMO JAK WYTWARZANIE OSCYPKÓW. ZLANE DO "PUCIERY" MLEKO "KLAGUJE" SIĘ, CZYLI DOPROWADZA DO ŚCIĘCIA BIAŁKA ZAWARTEGO W MLEKU PRZEZ ENZYMY ZAWARTE W PODPUSZCZCE. POWSTAŁY SKRZEP SEROWY PARZY SIĘ NASTĘPNIEM PRZEZ KILKA MINUT W TEMPERATURZE OKOŁO 70 °C. SER ODCEDZA SIĘ NA PŁÓTNIE W POSTACI DUŻYCH BRYŁ. OTRZYMUJE SIĘ SER O ŁAGODNYM SMAKU. WALORY SMAKOWE BUNDZU NIE SĄ STAŁE. NAJSMACZNIEJSZY JEST BUNDZ Z WIOSENNEGO WYPASU OWIEC, JESZCZE DO NOCY ŚW. JANA TRADYCYJNIE UWAŻANY ZA PRYZMAK - MA ON NAWET SWOJĄ ZWYCZAJOWĄ NAZWĘ: BUNDZ MAJOWY

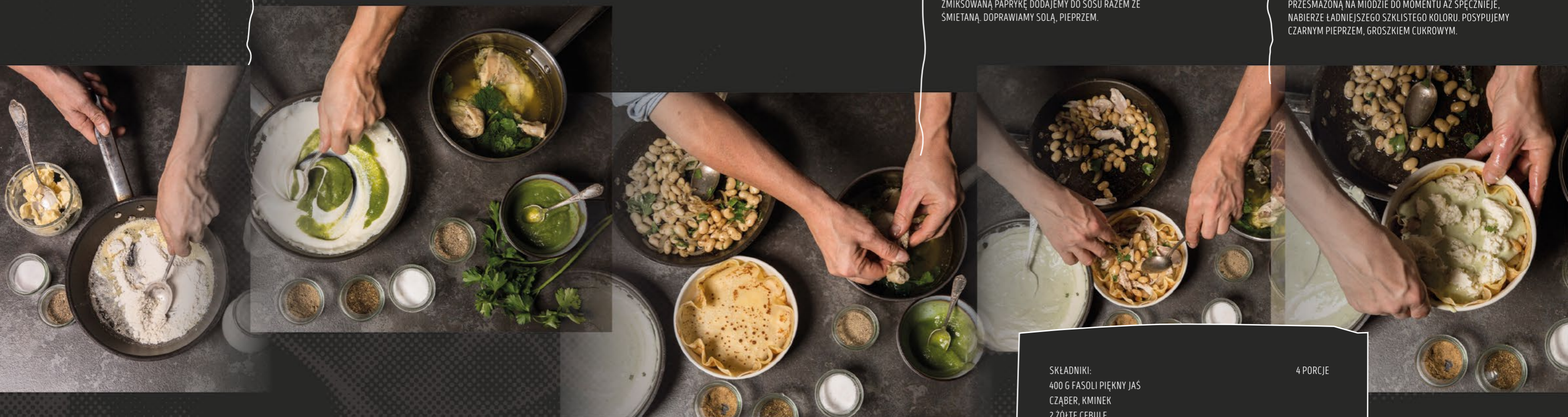
— — — — —
ZIELONONÓŻKA
KUROPATWIANA
NA FASOLI
PIĘKNY JAŚ
Z KREMOWYM
SOSEM
PAPRYKOWYM,
BUNDZEM
I BRUSZNICĄ

ZIELONONÓŻKA
KUROPATWIANA
NA FASOLI
PIĘKNY JAŚ

1 FASOŁĘ ZALEWAMY WODĄ I MOCZYMY PRZEZ CAŁĄ NOC. NAPIĘCZNIĄŁĄ FASOŁĘ GOTUJEMY DO MIĘKKOŚCI BEZ PRZYKRYWANIA GARNKA, Z DODATKIEM KMINKU, CZĄBRU ORAZ SOLI. ZIELONONÓŻKĘ ZALEWAMY WODĄ, DODAJEMY WŁOSZCZYZNĘ, PRZYPRAWY I GOTUJEMY NA MAŁYM OGNIU, JAK KLASYCZNY ROSÓŁ.

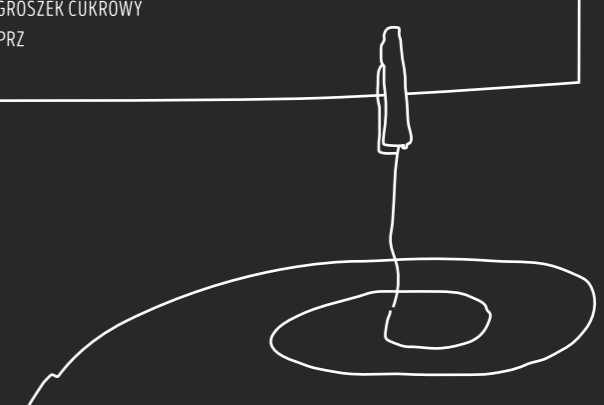
2 PAPRYKĘ POZBAWIAMY GNIAZDA NASIENNEGO I PIECZEMY OK. 40 MINUT W NAGRZANYM DO 180 STOPNI PIEKARNIKA. MOCNO PRZYRUMIENIONĄ, WYJMUJEMY Z PIEKARNIKA, ZALEWAMY ZIMNĄ WODĄ, OBIERAMY ZE SKÓRY I MIKSUJEMY NA PUREE. NA STOPIONYM MASLE PRZESMAŻAMY KRÓTKO MAKĘ I ZALEWAMY MLEKIEM. ZMIKSOWANĄ PAPRYKĘ DODAJEMY DO SOSU RAZEM ZE SMIETANĄ. DOPRAWIAMY SOLĄ, PIEPRZEM.

3 NA PATELNI PRZESMAŻAMY NA MASLE CEBULĘ POKROJONĄ W KOSTKĘ, NA ŻÓŁTY KOLOR. DODAJEMY UGOTOWANĄ FASOŁĘ, NATKĘ PIETRUSZKI, A NASTĘPNIE KAWAŁKI ZIELONONÓŻKI UGOTOWANEJ NA MIĘKKO. WSZYSTKO ZALEWAMY SOSEM PAPRYKOWYM, POSYPUJEMY PORWANYM NA KAWAŁKI BUNDZEM, BRUSZNICĄ KARMELIZOWANĄ W MIODZIE, CZYLI PRZESMAŻONĄ NA MIODZIE DO MOMENTU AZ SPECZNIEJE, NABIERZE ŁADNIEJSZEGO SZKLISTEGO KOLORU. POSYPUJEMY CZARNYM PIEPRZEM, GROSZKIEM CUKROWYM.



SKŁADNIKI:
400 G FASOLI PIĘKNY JAŚ
CZĄBER, KMINEK
2 ŻÓLTE CEBULE
NATKA PIETRUSZKI
1 CAŁA TUSZKA ZIELONONÓŻKI KUROPATWIANEJ
WŁOSZCZYŻNA NA ROSÓŁ
2 ŁYŻKI MAKI
2 ŁYŻKI MASŁA
1 SZKL. MLEKA
1 SZKL. SMIETANY 18%
200 G BUNDZU
3 PAPRYKI ZIELONE
100 G BRUSZNICY MROŻONEJ
2-3 ŁYŻKI MIODU
ŚWIEŻY GROSZEK CUKROWY
SÓL, PIEPRZ

4 PORCJE



OKREŚLENIE "JABŁKA ŁĄCKIE" JEST ZAREZERWOWANE DLA GRUPY OKREŚLONYCH ODMIAN Z TERENU KOTLINY ŁĄCKIEJ. OWOCE TE CHARAKTERYZUJĄ SIĘ DOŚĆ WYSOKĄ KWASOWOŚCIĄ, TZW. "GÓRSKĄ ZIELONĄ NUTKĄ", WYJĄTKOWĄ SOCZYSTOŚCIĄ I AROMATEM, A TAKŻE WYSOKĄ JĘDRNOŚCIĄ MIĄŻSZU ORAZ RUMIENIEM WIĘKSZYM I WYRAŹNIEJSZYM NIŻ JABŁKA DANEGO GATUNKU POCHODZĄCE Z INNYCH MIEJSC. W DODATKU, JAK MAWIĄJĄ SADOWNICY, "NIE RDZEWIEJĄ" - CZYLI OBRANE NIE BRĄZOWIEJĄ.

~ KARP ZATORSKI
W TOWARZYSTWIE
JABŁEK ŁĄCKICH,
OGÓRKÓW
KISZONYCH
W STUDNI,
CHRUPIĄCYCH
ZIEMNIAKÓW
I JARMUŻU

KARP ZATORSKI
W TOWARZYSTWIE
JABŁEK ŁĄCKICH

1 ZIEMNIANKI I BATATY DOKŁADNIE MYJEMY I RAZEM ZE SKÓRKĄ KROIMY W CIENKIE PLASTRY. PARZYMY JE KRÓTKO W WODZIE Z DODATKIEM CUKRU, WRZUCAJĄC JE NA 2 MINUTY DO WRZĄTKU. ODSĄCZAMY Z WODY I SMAŻYMY NA GŁĘBOKIM OLEJU NA CHRUPIĄCO - JAK KLASYCZNE CHIPSY.



2 JARMUŻ WRZUCAMY NA ROZGRZANĄ PATELNIĘ I SMAŻYMY NA OLEJU DO MOMENTU, AŻ KOŃCÓWKI JARMUŻU ZACZNĄ NAM SIĘ PRZYRUMIENIĄC. POSYPUJEMY SOLĄ. JABŁKA OBRANE ZE SKÓRY, POKROJONE W CZĄSTKI SMAŻYMY NA PATELNI Z DODATKIEM MASŁA. KIEDY TYLKO BĘDĄ MIĘKKIE, BLENDUJEMY LUB PRZECIERAMY PRZEZ SITKO. NA PATELNI ROZPUSZCZAMY ŁYŻKĘ MASŁA I NA ŻŁOTY KOLOR PRZESMAŻAMY POKROJONĄ W KOSTKĘ CEBULĘ, NASTĘPNIE DODAJEMY KAWAŁKI KARPIA WCZEŚNIEJ POSYPANEGO SOLĄ I PIEPRZEM.



3 PODLEWAMY BIAŁYM WINEM. PO ODPAROWANIU DODAJEMY ŚMIETANĘ, DUSIMY DO MOMENTU, AŻ SOS ZGĘSTNIEJE. NA KONIEC DODAJEMY MUSZTARDĘ, OGÓRKI POKROJONE W KOSTKĘ, KOPEREK. DANIE POSYPUJEMY CHIPSAMI Z ZIEMNIAKÓW I BATATÓW, SKRAPIAMY PUREE JABŁKOWYM.

SKŁADNIKI: 4 PORCJE
1,20 KG FILETÓW KARPIA ZATORSKIEGO BEZ SKÓRY
2 CEBULE ŻÓŁTE
350 ML ŚMIETANY 30% Z LIMANOWEJ
3-4 ŁYŻKI MUSZTARDY FRANCUSKIEJ Z ZIARNAMI GORCZYCY
4-5 OBRANYCH OGÓRKÓW KISZONYCH
PĘCZEK KOPERKU
10 ZIEMNIAKÓW
2 BATATY
150 G JARMUŻU
4 JABŁKA ŁĄCKIE
MASŁO KLAROWANE DO SMAŻENIA
SOK Z CYTRYNY
100 ML BIAŁEGO WINA WYTRAWNEGO
CUKIER, SÓL, PIEPRZ
OLEJ DO SMAŻENIA

CHARSZNICA TO KAPUŚCIANA STOLICA
POLSKI. NATURALNIE KISZONA, BEZ
ŻADNYCH SUBSTANCJI CHEMICZNYCH,
KTÓRE MOGĄ ZMIENIAĆ SMAK, NISZCZYĆ
NATURALNĄ FLORE, WŁAŚCIWOŚCI
I WITAMINY ZAWARTE W KISZONEJ
KAPUŚCIE. PRODUKOWANA OD WIEKÓW
TRADYCYJNĄ METODĄ POSIADA
PRAWDOPODOBNIENIE NAJLEPSZY
NA ŚWIECIE SMAK I NIESAMOWITE
WŁAŚCIWOŚCI ZDROWOTNE.



STROGONÓW
Z JAGNIĘCINY
PODHAŁAŃSKIEJ
Z CHARSZNICKĄ
KAPUŚTĄ
KISZONĄ
I KLUSKAMI
HAŁUSKAMI

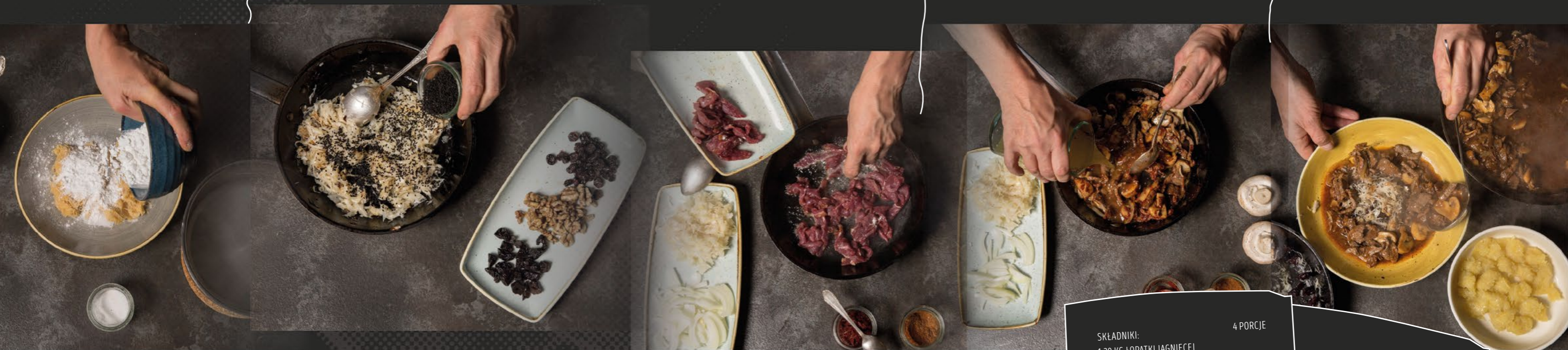


STROGONOW
Z JAGNIĘCINY
PODHAŁAŃSKIEJ
Z CHARSZNICKĄ
KAPUSTĄ KISZONĄ

1 MIĘSO KROIMY W PASKI, PRZESMAŻAMY PARTIAMI NA OLEJU, KAŻDĄ PORCJĘ OBSMAŻAMY NA ŻŁOTO. NA TEJ SAMEJ PATELNI I TŁUSZCZU PRZESMAŻAMY NA LEKKO ŻŁOTY KOLOR POKROJONĄ W PIÓRKA CEBULĘ. CEBULĘ I MIĘSO PRZEKŁADAMY DO GARNKA, ZALEWAMY ZIMNĄ WODĄ TAK, ABY PRZYKRYŁA MIĘSO, DODAJEMY PRZYPRAWY I DUSIMY POD PRZYKRYCIEM.

2 KIEDY MIĘSO BĘDZIE MIĘKKIE DODAJEMY KONCENTRAT. POZOSTAŁE 2 CEBULE POKROJONE W KOSTKĘ RUMIENIMY NA OLEJU NA ŻŁOTY KOLOR, DODAJEMY POSIEKANĄ NA DROBNIJSZE KAWAŁKI KAPUSTĘ I SMAŻYMY, AŻ KAPUSTA ZMIENI KOLOR NA LEKKO BRĄZOWY. NASTĘPNIE DODAJEMY ORZECHY, SUSKĘ SECHŁOŃSKĄ, ŻURAWINĘ I CZARNUSZKĘ. W MIĘDZYCASIE ODGRZEWAMY HAŁUSKI NA MASŁE NA PATELNI. NA KAPUSTĘ WYKŁADAMY STROGONOWA, HAŁUSKI, TWARÓG, POSYPUJEMY NATKĄ PIETRUSZKI.

3 HAŁUSKI MOŻEMY RÓWNIEŻ PRZYGOTOWAĆ SAMI. ZIEMNIANKI ŚCIERAMY NA TARCE NA DROBNYCH OCZKACH. ODLEWAMY WODĘ STARAJĄC SIĘ ZOSTAWIĆ JAK NAJWIĘCEJ SKROBI. DO MASY DODAJEMY JAJKO, MĄKĘ ORAZ SÓL. WYRABIAMY DOKŁADNIE CIASTO. KLUSKI FORMUJEMY ŁYŻKĄ I WRZUCAMY NA GOTUJĄCĄ SIĘ OSOŁONĄ WODĘ. OD MOMENTU WYPŁYNIĘCIA GOTUJEMY HAŁUSKI OK. 15 MINUT, W ZALEŻNOŚCI OD ICH WIELKOŚCI. ODCEDEZAMY.



SKŁADNIKI:
1,20 KG ŁOPATKI JAGNIĘCEJ
4 CEBULE
150 G KONCENTRATU POMIDOROWEGO
300 G PIECZAREK
400 G KAPUSTY KISZONEJ Z CHARSZNICY
100 G ŻURAWINY SUSZONEJ
150 G SUSKI SECHŁOŃSKIEJ
100 G ŁUSKANYCH ORZECHÓW WŁOSKICH
KLUSKI HAŁUSKI GOTOWE
150 G TWAROGU NIEMIELONEGO
PIEPRZ CZARNY, SÓL, JAŁOWIEC,
MAJERANEK, KMINEK, 2-3 ŁYŻECZKI
CZARNUSZKI
OLEJ DO SMAŻENIA

4 PORCJE

SKŁADNIKI
NA HAŁUSKI:
5 ZIEMNIANKÓW
SZKLANKA MĄKI
1 JAJKO
SÓL



NAZWA "SUSKA SECHŁOŃSKA" WYWODZI SIĘ Z GWARY BESKIDU WYSPOWEGO. "SUSKA" OZNACZA SUSZKĘ, CZYLI PODSUSZONĄ I PODWĘDZONĄ ŚLIWKĘ, "SECHŁOŃSKA" POCHODZI OD NAZWY MIEJSCOWOŚCI SECHNA LEŻĄCEJ W GMINIE LASKOWA. W SMAKU SUSKA SECHŁOŃSKA JEST LEKKO SŁODKA, Z WYCZUWALNYM POSMAKIEM I AROMATEM WĘDZENIA. ŚLIWKI SUSZY SIĘ I PODWĘDZA W SPECJALNYCH SUSZARNIACH. NAJWIĘCEJ AROMATU MA SUSKA Z KOSTKĄ, CZYLI Z PESTKĄ.

CIASO
DROŹDZOWE
Z KRUSZONKĄ,
Z BIAŁEJ
KIEŁBASY,
BRYNDZĄ
PODHALAŃSKĄ
Z CHRZANEM,
OSCYPKIEM
I SUSKĄ
SECHŁOŃSKĄ
PODANE
Z KUBKIEM
ZALEWAJKI

CIASTO
DROŹDŹOWE
Z KRUSZONKĄ
Z BIAŁEJ
KIEŁBASY

1 W GARNKU GOTUJEMY OBRANE ZE SKÓRY ZIEMNIANKI POKROJONE W KOSTKĘ Z DODATKIEM ZIELA ANGIELSKIEGO, LIŚCI LAUROWYCH I SOLI. KIEDY ZIEMNIANKI BĘDĄ MIĘKKIE, WYJMUJEMY JE Z WODY ŁYŻKĄ CEDZAKOWĄ (WODĘ ZOSTAWIAMY!) I PRZEPUSZCZAMY PRZEZ PRASKĘ. NASTĘPNIŁE PRZYGOTOWUJEMY CIASTO DROŹDŹOWE. DROŹDŹE KRUSZYMY, DODAJEMY DWIE ŁYŻECZKI CUKRU, TRZY ŁYŻKI MAKI, CZTERY ŁYŻKI CIEPŁEGO MLEKA.



2 CAŁOŚĆ MIESZAMY, PRZYKRYWAMY ŚCIERECZKĄ I ODSZTAWIAMY NA 15 MINUT W CIEPŁE MIEJSCE. MAKĘ PRZESIEWAMY DO MISKI, DODAJEMY ROZCZYN DROŹDŹOWY, MLEKO, WODĘ, CUKIER I SÓL I WYRABIAMY CIASTO. NA KONIEC DODAJEMY OLEJ, WYRABIAMY DO MOMENTU, AŻ CIASTO BĘDZIE W CIEPŁE MIEJSCE NA OKOŁO 20 MINUT. KIEŁBASĘ POZBAWIAMY OSŁONEK I PRZESMAŻAMY ROZDRABNIAJĄC JĄ NA SKWARKI NA PATELNI Z CEBULĄ POKROJONĄ W KOSTKĘ, BRYNDZĘ ŁĄCZYMY Z CHRZANEM, ZIEMNIAKAMI I ŚMIETANĄ. DO WODY Z GOTOWANIA ZIEMNIAKÓW DODAJEMY ZAKWAS I GRZYBY SUSZONE. ZAGOTOWUJEMY I NA KONIEC DODAJEMY ŚMIETANKĘ I KOPEREK.



3 CIASTO DZIELIMY NA CZĘŚCI, Z KAŻDEJ FORMUJĄC NIEWIELKI PŁACEK. NA CIASTO WYKŁADAMY MASĘ Z BRYNDZY I ZIEMNIAKÓW, PRZESMAŻONĄ KIEŁBASĘ WYMIESZANĄ Z SUSKĄ SECHŁONSKĄ, OSCYPEK TARTY, SKRAPIAMY OLEJEM I WSTAWIAMY DO ROZGRZANEGO DO 220 STOPNI PIEKARNIKA NA OKOŁO 12 MINUT.

SKŁADNIKI:
1 KG MAKI PSZENNEJ
200 ML OLEJU
100 G ŚWIEŻYCH DROŹDŹY
150 ML MLEKA, 300 ML WODY
2 ŁYŻKI CUKRU, 1 ŁYŻKA SOLI
400 G BIAŁEJ SUROWEJ KIEŁBASY
300 G BRYNDZY OWCEJ
3-4 ŁYŻKI CHRZANU
1 DUŻY OSCYPEK,
4 ZIEMNIANKI, 1 CEBULA
ZAKWAS DO ŻURKU
100 G SUSKI SECHŁONSKIEJ
PĘCZEK KOPERKU, SŁODKA ŚMIETANA
GRZYBY SUSZONE, MAJERANEK, PIEPRZ, SÓL

4 PORCJE