



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Warsztaty kulinarne z gotowania potraw tradycyjnych w nowoczesnym wydaniu

JESIEŃ

Sałatka chwastowa z grillowanym kozim serem, gruszką i orzechami włoskimi podawana z konfiturą z cebuli

Składniki:

Mix sałat 3 opakowania
Koperek 100g
Pietruszka 100g
Kolendra 100g
Musztarda francuska 1 słoik
Miód 100 g
Oliwa z oliwek 100 ml
Rolada kozi ser twardy 1 kg
Orzech włoski 250 g
Cebula czerwona 1 kg
Czerwone wino 250ml
Tymianek świeży 20g
Cukier brązowy 250g
Gruszka 1 szt.

Sposób wykonania:

1. Sałatę myjemy i osuszamy na ręczniku papierowym.
2. Pozostałe zioła przebieramy i zamaczamy w wodzie z lodem.
3. Ser kozi kroimy w grube plastry.
4. Gruszkę kroimy w ćwiartki.
5. Orzech włoski prażymy na suchej patelni.
6. Cebulę czerwoną kroimy w piórka, na patelni robimy szybki karmel i wrzucamy pokrojoną cebulę. Następnie dodajemy przebrany tymianek, solimy. Gotujemy do momentu aż cebula wypuści soki. Następnie dodajemy czerwone wino i redukujemy do uzyskania konfitury.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

7. Gruszkę opalamy palnikiem lub na suchej patelni.
8. Ser kozi tak jak gruszkę opalamy lub karmelizujemy na patelni.
9. Z miodu, oliwy i musztardy robimy dressing do sałatki.
10. Składamy sałatkę w głębokiej misce z ciepłym serem kozim.

Gefilte fish z sosem chrzanowym

Składniki:

Ryba słodkowodna 1kg
Cebula 4 szt.
1/2 szklanki mąki macowej (albo macy drobno zmielonej)
Jajka 3 szt.
Pieprz
Sól
Cukier
Seler 1 szt.
Pietruszka 1 szt.
2 listki żelatyny
Śmietanka 30% 500 ml
Chrzan 1 kawałek świeży lub 1 słoiczek tarty
Marchewka 3 szt.

Sposób wykonania:

1. Ryby i 3 cebule przepuścić przez maszynkę.
2. Dodać ubite jajka, pozostałe składniki i dobrze wymieszać.
3. Zagotować wodę, dodać pokrojone warzywa, sól, pieprz, cukier, zagotować.
4. Z masy rybnej uformować małe kulki i wrzucać na wrzący wywar. Gotować na małym ogniu przez godzinę pod przykryciem.
5. Pulpety delikatnie wyjąć na półmisek, ułożyć plastry ugotowanej marchewki oraz cebulę. Resztę wywaru przecedzić, doprawić, odlać około 600 ml i rozpuścić w nim żelatynę.
6. Gdy nieco przestygnie, zalać nią pulpety. Ułożyć natkę pietruszki i wstawić do lodówki na przynajmniej półtorej godzin



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Tarta z jabłkami pod kruszonką

Składniki:

Jabłka 1kg
Żurawina 200g
Mąka pszenna 500g
Cukier 500g
Kostki masła 2 szt.
Cynamon mielony
Goździk mielony
Imbir mielony
Płatki migdałów 100g

Sposób wykonania:

1. Jabłka obieramy i drobno kroimy.
2. Przesmażamy na maśle, dodajemy żurawinę oraz imbir, goździk oraz cynamon. Doprawiamy cukrem.
3. Gotujemy do momentu aż jabłka będą gotowe.
4. Mąkę, masło i cukier łączymy razem dodajemy posiekane migdały i kruszymy na jabłkach ułożonych w żaroodpornym naczyniu.
5. Opiekamy przez 10-15 min w piecu rozgrzanym do 180 st. C



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

LATO

Tradycyjna zupa szczawiowa z jajkiem

Składniki:

Świeży szczaw lub dwa słoiki szczawiu (preferowany świeży) 500g

Marchewka 2 szt.

Korzeń pietruszki 2 szt.

Seler korzeń 1 szt.

Por 1 szt.

Kwaśna śmietana 18% 400ml

Mąka pszenna 100g

Liść laurowy 4 szt.

Ziele angielskie 3 szt.

Pieprz

Sól

Żeberka wieprzowe 200g

Udo z indyka 200g

Jajka 7 szt.

Ziemniaki 200g

Świeży szczypiorek 100g

Sposób wykonania:

1. W dużym garnku umieść umyte mięso. Żeberka pokrój na mniejsze kawałki. Dodaj też obraną marchew oraz pietruszkę, kawałek pora i selera. Jeśli nie masz pora, to możesz śmiało dodać do zupy cebulę. Polecam użyć małą cebulę i opalić ją lekko nad palnikiem. Jeśli masz kuchenkę elektryczną, to podziel cebulę na pół i piecz ją chwilę na suchej patelni. Powinna się ładnie zarumienić. Na koniec dodaj też zioła. Wlej 2 litry wody. Garnek przykryj przykrywką. Zupę zagotuj i zmniejsz moc palnika, by tylko lekko bulgotała. Gotuj tak rosół przez całe 1,5 godziny bez odkrywania przykrywki.
2. Po tym czasie zestaw garnek z palnika.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

3. Łyżką cedzakową wyłów na deskę wszystkie składniki zupy. Ma zostać sam rosół. Marchewkę pokrój w kosteczkę. Zdejmij też mięso z żeberek oraz ze skrzydła. Reszta składników nie będzie Ci potrzebna.
4. Do garnka z czystym rosołem włóż zatem samo mięso oraz kawałki marchewki.
5. Garnek z zupą ponownie umieść na palniku. Ustaw średnią moc i dodaj posiekany szczaw. Jeśli masz szczaw świeży, to najpierw umyj go dokładnie w czystym zlewie pod zimną, bieżącą wodą. Oderwij ogonki a liście poszatkuj nożem. Po oczyszczeniu zostało mi niecałe 400 gramów szczawiu.
6. W małej miseczce umieść cztery łyżki, gęstej i kwaśnej śmietany 18 %. Dodaj łyżeczkę mąki pszennej i zamieszaj. Chochłą wlej do miseczki odrobinę wrzącej zupy, by zahartować śmietanę. Jeśli zimną śmietanę wlejesz bezpośrednio do zupy, to może się ona zwarzyć. Całość przelej od razu do garnka i zamieszaj zupę szczawiową.

Łopatka z dzika z kluskami żelaznymi, czerwoną cebulą i żulikiem

Składniki:

Łopatka z dzika z lub bez kości 700-800g

Czerwone wino 0,25ml

Czosnek 3 ząbki

Cukier 100g

Goździki 2 szt.

Ziarna jałowca 2 szt.

Ziarna kolendry 5g

Świeży majeranek

Liście laurowe

Ziele angielskie

Pieprz

Cebula 1kg

Czerwona kapusta 200g

Rodzynki 150g

Kostki masła 1 szt.

Ocet jabłkowy 200 ml

Cukier brązowy 100g

Ziemniaki 1kg



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Mąka pszenna 1kg
Mąki ziemniaczana 100g
Jajka 2 szt.
Suche drożdże 7gr
Mleko 500ml
Melasa 1 słoik
Kawa zbożowa 1 małe opakowanie
Migdały lub inne orzechy 100g
Sól

Sposób wykonania:

1. Wszystkie składniki marynaty do dzika gotuj na bardzo małym ogniu około 5 min i ostudź. Łopatkę z dzika umyj, osusz i zalej marynatą. Dzika w marynacie włóż do żaroodpornego naczynia i wstaw do piekarnika nagrzanego do 160 stopni C, piecz około 1 godzinę. W tym czasie w rondlu rozgrzej masło i wrzuć do smażenia drobno posiekaną kapustę. Do kapusty dodaj od razu ocet i cukier, smaż aż zmięknie i zmniejszy objętość. Dodaj pozostałe składniki i duś aż płyn odparuje. Podawaj na półmisku pokrojonego dzika a obok kapustę.

Sernik z bryndzą

Składniki:

Cukier 500g
Sól
Bryndza 500g
Ziemniaki 200g
Jajka 3 szt
Olej do smażenia 1 l
Mąka pszenna 100 g
Śmietana 30 % 200ml



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Sposób wykonania:

1. Bryndzę zmielić w maszynie z ugotowanymi i przestudzonymi ziemniakami. Dodać żółtka posiekany szczypiorek, paprykę, gałkę muszkatołową, cukier i sól do smaku. Wszystkie składniki utrzeć na jednolitą masę. Ubić pianę z białek, dodać do masy i ostrożnie mieszając, wsypywać mąkę. Z masy formować krążki, placki i smażyć w tłuszczu. Podawać ze śmietaną posypane szczypiorkiem.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

ZIMA

Bigosek z karpia z suszoną kiszoną kapustą

Składniki:

Filety z karpia 1 kg
Szalotka 4 szt.
Rodzynki sułtańskie 100g
Białe wino 250 ml
Wywar rybny 500 ml
Ocet winny biały 100 ml
Cukier biały 100g
Cebula biała 2 szt.
Cynamon laska 1 szt.
Sól
Pieprz

Sposób wykonania:

1. Cebulę pieczemy w łupinach w piekarniku rozgrzanym do 180 st. C przez około 30-40 min.
2. Szalotkę kroimy w piórka.
3. Wino zagotowujemy w rondelku i wrzucamy do niego rodzynki i cynamon. Odstawiamy na bok.
4. Szalotkę podsmażamy na patelni, delikatnie solimy i dusimy przez 3-4 min.
5. Z karpia wyciągamy większe ości. Ściągamy skórę i następnie siekamy na mniejsze kawałki.
6. Do szalotki dodajemy wino z rodzynekami i redukujemy do momentu uzyskania syropu.
7. Dodajemy kawałki karpia i całość zalewamy wywarem rybnym.
8. Gotujemy przez 10-15 na małym ogniu. Po tym czasie podkręcamy gaz i całość intensywnie mieszamy. Pozbywamy się wszystkich ości.
9. Całość przyprawiamy solą i pieprzem oraz octem.
10. Cebulę wyciągamy z pieca kroimy na pół i pozbywamy się łupin.
11. Bigosek wykładamy na spód talerza, przyzdabiamy łupinami z cebuli, suszoną kiszoną kapustą i ziołami.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Prażki z sosem z suszonych borowików

Składniki:

Ziemniaki 10 szt.
Mąka pszenna 550 1kg
Boczek wędzony 200g
Grzyby suszone 100g
Śmietanka 30% 1l
Masło 200g
Czosnek 20g
Natka pietruszki 100g
Sól
Pieprz
Olej rzepakowy 1l
Cebula 2 szt.

Sposób wykonania:

1. Ziemniaki obieramy i gotujemy w osolonej wodzie.
2. Gdy będą miękkie odcedzić (zachować nieco wody, gdyby okazało się, że masa jest zbyt sucha).
3. Ziemniaki zostawić w garnku, dodać mąkę i przykryć, aby mąka nieco zaparowała. Po chwili ziemniaki z mąką dokładnie ugnieść, masa powinna być kleista, jeżeli jest zbyt rzadka dosypać mąki, jeżeli zbyt sucha, zbita i twarda podlać niewielką ilością wody z gotowania ziemniaków.
4. Boczek pokroić w drobną kostkę, wrzucić na patelnię i smażyć na niewielkim ogniu do czasu aż tłuszcz się wytopi, a mięso będzie ładnie przypieczone i chrupiące.
5. Borowiki zalać wrzącą wodą i odstawić na bok.
6. Następnie przesiekać. Na patelni rozgrzewamy olej, siekamy pozostałą nam cebulę i czosnek i przesmażamy na patelni. Dodajemy posiekane grzyby i odrobinę masła. Podsmażamy i dusimy przez około 3-4 min.
7. Dolewamy śmietankę i redukujemy. Zagęszczamy zimnym masłem.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Kugel Jabłkowy

Składniki:

1 Duża chałka lub ciasto drożdżowe

Jabłka 5 szt.

Sok z cytryny 1 szt.

Rodzynki 100g

Orzech włoski 100 g

Kardamon

Cynamon

Jajka 6 szt.

Sposób wykonania:

1. Piekarnik nagrzać do temp. 200°C. Chałkę rozkruszyć na drobne kawałki.
2. Z jabłek wydrążyć nasienie. Pokroić na kawałki (nie obierać ze skórek), skropić sokiem z cytryny i zblendować.
3. Powstały mus jabłkowy wymieszać z pokruszoną chałką.
4. Wlać 3 łyżki oleju i wszystko razem połączyć. Dodać cukier, zmielony cynamon i kardamon oraz rodzynki i orzechy. Wymieszać.
5. Jajka rozbełtać widelcem, przelać do masy z chałki i jeszcze raz wszystko razem dokładnie wymieszać. Całość przenieść do wyłożonej papierem keksówki o długości ok. 35 cm.
6. Wierzch posypać cynamonem lub ułożyć kawałki jabłek. Piec ok 60-90 min. do suchego patyczka. Ostudzić w formie do pieczenia.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

WIOSNA

Placki ziemniaczane na smalcu gęsim z kwaśną śmietaną

Składniki:

Ziemniaki 2kg
Marchewka 2 szt.
Smalec Gęsi
Kwaśna śmietana 250ml
Cebule 2 szt.
Jajka 3 szt.
Bułka tarta 60g
Sól
Pieprz
Olej rzepakowy
Gałka muszkatołowa

Sposób wykonania:

1. Ziemniaki zetrzeć na tarce o średnich oczkach, odcisnąć, dodać utarte cebule i marchewkę, jajka, bułkę tarta, przyprawy, wymieszać.
2. Smażyć na rozgrzanym oleju (placki średniej wielkości, (z jednej łyżki myślę kopytej), 2 minuty z jednej strony, po obróceniu minutę.
3. Odsączyć z tłuszczu na rzeczniku papierowym.

Czulent wołowy z kaszą pęczak i nowalijek

Składniki:

Mięso wołowe bez kości 1kg
Fasola ugotowana 200g
Ciecierzycza 100g



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Kasza pęczak 200g
Ziemniaki 300g
Cebula 3 szt.
Czosnek
Pomidor 5 szt.
Marchewka 1 szt.
Pieprz
Sól
Liść laurowy
Ziele angielskie
Chili
Kminek
Gałka muszkatołowa
Oliwa z oliwek 100ml

Sposób wykonania:

1. Piekarnik rozgrzać do 110°C. W dużym żaroodpornym naczyniu rozgrzać drobiowy smalec lub olej i ładnie zarumienić mięso z każdej strony.
2. Do naczynia z mięsem włożyć kości ze szpikiem, dodać cebulę, przyprawy, sól do smaku, pęczak i odcedzoną fasolę.
3. Surowe jajka polać wrzącą wodą, wytrzeć i położyć na pęczaku z fasolą. Wylać bulion, włożyć marchewkę i ziemniaki. Dolać tyle wody, ile potrzeba, aby płyn sięgał prawie do wierzchu naczynia.
4. Żaroodporne naczynie przykryć pokrywką i wstawić do rozgrzanego piekarnika. Czulent piec powoli przez 8-10 godzin. Mięso powinno być bardzo miękkie i odchodzić od kości, a pęczak i fasola powinny całkowicie zmięknąć.
5. Czulent wyjąć z piekarnika i odstawić na 30 minut "odpocząć".
6. Jajka wyjąć z czulentu, obrać i każde przekroić na pół lub na 4 części. Jajka podawać razem z daniem głównym.
7. Przed podaniem czulent posypać świeżą natką pietruszki, nakładając na każdy talerz trochę wszystkiego.



Unia Europejska



województwo
łódzkie



Krajowa Sieć
Obszarów Wiejskich



Program
Rozwoju
Obszarów
Wiejskich
na lata 2014-2020

„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Pascha z bakaliami

Składniki:

Mieszanka orzechów 200g

Orzechy makadamia 100g

Mieszanka bakali 200g

Laska wanili 2 szt.

Twaróg sernikowy 500g

Jajka 6 szt.

Cukier puder 500g

Suszone morele

Świeża mięta

Sposób wykonania:

1. Orzechy kroimy na mniejsze kawałki (niezbyt drobne, 0,5 x 0,5 cm). W ten sam sposób kroimy bakalie. Wszystkie składniki łączymy w misce.
2. Laskę wanilii przekrawamy wzdłuż na pół. Tępą stroną noża wyjmujemy nasionka i przekładamy je do miski. Dodajemy żółtka i cukier puder. Wszystkie składniki delikatnie ucieramy za pomocą rózgi kuchennej, aż się połączą.
3. W dużym garnku zagotowujemy wodę. Miskę z żółtkami umieszczamy nad parą i energicznie podbijamy przez ok. 3 minuty, aż uzyskamy puszysty, napowietrzony krem. Po tym czasie ściągamy miskę z nad pary i ucieramy krem jeszcze chwilę.
4. Dodajemy twaróg. Dokładnie mieszamy, aż składniki się połączą. Dodajemy pokrojone wcześniej orzechy i bakalie. Mieszamy.
5. Masę przekładamy do worka cukierniczego. Końcówkę odcinamy i szprycujemy masę do pucharków. Paschę dekorujemy z wierzchu suszonymi morelami i listkami świeżej mięty.