

KRESOWA

SZCZYPTA WSPOMNIENÍ



KRESOWA

SZCZYPTA WSPOMNIENÍ



Dzień dobry! Jesteśmy uczniami Zespołu Szkół Ekonomicznych im. Jana Pawła II w Głogowie. Głównym naszym celem wydania niniejszej książki kulinarnej jest eksploracja krainy kresowych smaków i starych wypieków naszych dziadków, aby ocalić je i zachować w formie tych oryginalnych i unikatowych przepisów.

Zdobyliśmy tę kulinarną wiedzę od osób starszych, z którymi mieliśmy przyjemność spotykać się i rozmawiać. Seniorzy przekazali nam jednak równie chętnie swoje doświadczenie życiowe oraz mądrości, którymi kierowali się w swoim życiu.

Spotkania z nimi były wyjątkowe – niezwykle wzruszające i pozostaną na długo w naszej pamięci. Nam, młodym ludziom, dały one coś nie do przecenienia – prawdziwą mądrość życiową. Dziękujemy więc tym bardziej i z całego serca wszystkim, którzy zechcieli wziąć udział w naszym projekcie i udzielić nam wywiadów, powierzając naszej opiece te prawdziwie rodzinne kulinarne skarby. Dziękujemy im szczególnie za bezcenne świadectwa z ich życia, które są tak kruche i zarazem... przepyszne. Podobnych wrażeń, nie tylko tych organoleptycznych, życzymy naszym czytelnikom. Na pewno i Państwo pokochają na nowo kulturę i tradycję kresową, a nawet jej... posmakują z nami.

Autorzy:

Ewa Szychowska
Marcelina Świdwerska
Iga Gogoła
Sara Remińska
Aleksander Chrobak
Justyna Różańska

Korekta:

Wojciech Janisio

Fotografia:

Agnieszka Klimczak
Aleksandra Kaszuba

Skład, wydruk, oprawa:

STUDIO ECHO
ul. Bolesława Prusa 41
67-200 Głogów

ISBN: 978-83-971609-1-0
Głogów, kwiecień 2024

Publikacja sfinansowana ze środków Gminy Miejskiej Głogów
oraz Stowarzyszenia Głogowska Edukacja Kresowa



zwolnieni ^z
teorii

SPIS TREŚCI

ZUPY

Barszcz ukraiński _____	5
Jabluszanek z rokitnikiem _____	6
Zupa pokrzywowa _____	7
Szczawiowa na mleku _____	8
Zupa z dyni piżmowej _____	9
Zupa mleczna z zacierką _____	10
Botwina _____	11

DANIA GŁÓWNE:

Kulebiak z kapustą i suszonymi grzybami _____	13
Parzuchy _____	14
Racuszki z mąki gryczanej z serem _____	15
Pierogi ruskie _____	16
Bliny _____	17
Zrazy po nelsonsku z grzybów suszonych _____	18
Kartacze _____	19

WYPIEKI:

Chałka z kruszonką _____	21
Wieniec makowy _____	22
Orzechowiec _____	23
Ciasto górnicze _____	24
Pleśniak _____	25
Pączki _____	26
Bułeczki z jabłkami i kruszonką _____	27

DOMOWE PRZETWORY:

Konfitura z jarzębiny _____	29
Drzem z wiśni i agrestu _____	30
Wino z głogu lub owoców dzikie róży _____	31
Wino z malin _____	32
Kompot z malin _____	33

ZUPY



BARSZCZ UKRAIŃSKI

Zakwas buraczany:

1 kg świeżych buraków
1 l ciepłej wody
100-150 g chleba razowego

Barszcz:

800 g buraków z zakwasu buraczanego
500 ml wody
500 ml przecedzonego zakwasu buraczanego
100 g marchewki
70 g korzenia selera
50 g korzenia pietruszki
70 g pora lub cebuli cukrowej
1 szklanka białej fasoli
200 g wędzonego boczku bez kości
0,25 pęczka natki pietruszki
sól
świeżo zmielony czarny pieprz



Przygotowanie zakwasu:

buraki umyć, obrać i zalać ciepłą wodą. Następnie dodać pokrojony w kromki chleb razowy. Przykryć ściereczką i pozostaw w chłodnym miejscu na około 4-5 dni. Po tym czasie należy wyjąć buraki i pokroić w zapałki. Wywar odcedzić.

Przygotowanie barszczu:

dzień wcześniej fasolę namoczyć w zimnej wodzie. Następnego dnia ugotować ją do miękkości. Połowę ugotowanej fasoli zblendować. Boczek pokroić w kostkę i przesmażyć na złoty kolor. Marchew, seler, pietruszkę i pora obrać, pokroić w zapałki i wrzucić do wrzącej wody. Gotować do momentu, gdy warzywa będą jeszcze lekko twarde. Pod koniec gotowania dolać zakwas, dodać pokrojone buraki, zmiksowaną i całą fasolę oraz boczek. Doprawić solą, pieprzem i posypać natką pietruszki.

Można podawać z kulebiakiem (str. 17)

JABŁUSZANKA Z ROKITNIKIEM

Zupa:

600 g jabłek,
200 g rokitnika,
cynamon,
1,25 l wody,
10 g mąki ziemniaczanej,
100-150 g cukru,
125 ml śmietany

Przygotowanie zupy:

400g jabłek umyć, podzielić na części, zalać gorącą wodą, dodać opłukany rokitnik, cynamon – ugotować i przetrzeć przez sito. Podprawić mąką, wymieszaną z zimnym wywarem. Zagotować, osłodzić, połączyć ze śmietaną. 200 g jabłek obrać, zetrzeć na tarce i włożyć do zupy. Podawać na zimno lub na gorąco – z grzankami, ziemniakami lub kluskami. Zupę jabłkową można przygotować z przecieru jabłecznego i koncentratu dzikiej róży.



ZUPA POKRZYWKOWA

Zupa:

2 cebule
2 ząbki czosnku
1 duża łyżka masła
2 litry wody
1 płaska łyżka koncentratu warzywnego
2 – 3 garście świeżej pokrzywy
3 ziemniaki
2 liście laurowe
3 ziarenka ziela angielskiego
mała kwaśna śmietana
świeże żółtko – opcjonalnie
sól
pieprz

Przygotowanie zupy:

cebulę posiekać w kosteczkę, masło roztopić i zeszklić pokrojoną cebulę wraz z czosnkiem. Ziemniaki umyć, obrać i pokroić w kostkę. Pokrzywę opłukać drobno i posiekać. Do wrzącej wody wrzucić przyprawy, dodać ziemniaki oraz bulion. Gdy ziemniaki będą już prawie gotowe, należy dodać pokrzywę i gotować ok. 5 minut. Po ugotowaniu można dodać śmietanę wraz z rozbełtanym żółtkiem.



SZCZAWIOWA NA MLEKU

Zupa:

mały pęczek włoszczyzny bez kapusty
250 g świeżego szczawiu
0,25 l mleka
0,25 l śmietany
2 łyżki mąki
sól
cukier do smaku

Przygotowanie zupy:

warzywa umyć, oskrobać, opłukać i pokrajać na części, włożyć do wrzącej wody, ugotować do miękkości, odcedzić. Szczaw starannie przebrać, umyć, odsączyć, drobno posiekać i włożyć do wrzącego wywaru. Mąkę wymieszać ze śmietaną, dodać mleko, przyprawić zupę, mieszając zagotować. Przyprawić do smaku.

Podawać z ryżem, jajkami ugotowanymi na twardo lub ziemniakami.



ZUPA Z DYNI PIŻMOWEJ

Zupa:

1 kg dyni piżmowej
2 l mleka
250 g mąki pszennej
1 jajko
sól
cukier

Przygotowanie zupy:

obraną dynię kroimy w kostkę, podlewamy niewielką ilością wrzącej wody, gotujemy do miękkości. Miękką dynię przecieramy przez cedzak lub rozcieramy na miazgę tłuczkiem. Z mąki, jajka i wody robimy zacierkę, wrzucamy na wrzące mleko, a gdy się ugotuje, dodajemy rozartą dynię. Doprawiamy do smaku solą i cukrem – nie zagotowując, podgrzewamy.



ZUPA MLECZNA Z ZACIERKĄ

Zupa:

100 g mąki pszennej
2 łyżki wody
1 jajko
20 g mąki do podsypywania
sól
1250 ml mleka

Przygotowanie zupy:

zagnieść ciasto z mąki, wody i jajka. Posiekać nożem, lub zetrzeć na tarce, przesypując mąką. Ugotować w osolonej wodzie, odcedzić, zalać gorącym mlekiem. Zacierkę można przyrządzić również bez jajka.



BOTWINA

Zupa:

200 g cielęciny z kością

250 g włoszczyzny

1,5 l wody

sól

400 g botwiny (2 pęczki młodych buraków z liśćmi)

kwasek cytrynowy

20 g mąki

125 ml śmietany

250 ml kwasu burakowego

cukier

1 łyżka siekanej zieleniny (koperek, szczypiorek, natka pietruszki)

2 jajka – ugotowane na twardo

Wykonanie:

z mięsa i włoszczyzny ugotować wywar. Botwinę opłukać starannie pod bieżącą wodą, pokroić w paski, ugotować w niedużej ilości lekko zakwaszonej wody pod przykryciem. Wywar przecedzić, podprawić mąką, rozmieszaną ze szklanką zimnego wywaru. Zagotować, połączyć ze śmietaną, dodać kwas burakowy, włożyć ugotowaną botwinę, pokrojone w kostkę mięso. Przyprawić do smaku solą, cukrem, kwaskiem cytrynowym. Dodać zieleninę.

Podawać z jajkami – pokrojonymi w ćwiartki lub talarki.



DANIA GŁÓWNE



KULEBIAK Z KAPUSTĄ I SUSZONYMI GRZYBAMI

Ciasto:

500 g mąki pszennej
1 jajko
0,5 szklanki tłustego mleka
50 g świeżych drożdży
0,5 łyżeczki cukru
70 g masła

Farsz:

1 kg białej kapusty
1 duża cebula
50 g suszonych grzybów
2 łyżki smalcu
sól
pieprz czarny
jajko do posmarowania ciasta



Przygotowanie farszu:

kapustę poszatkować i ugotować w lekko osolonej wodzie na półtwardo, następnie odcedzić i pozostawić do przestygnięcia. Grzyby ugotować w małej ilości wody, odcedzić i drobno pokroić. Obraną cebulę pokroić w drobną kostkę, zeszklić na smalcu, po czym dodać do kapusty i grzybów – wszystko dokładnie wymieszać, doprawić solą i pieprzem.

Przygotowanie ciasta:

drożdże rozetrzeć łyżką na jednolitą masę razem z cukrem i mlekiem oraz 0,25 kg mąki. Masę przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia w ciepłe miejsce na 30 minut. Gdy zaczyn wyrośnie, należy wlać go do pozostałej mąki, a następnie dodać jajko oraz rozpuszczone i przestudzone masło, wyrobić. Kiedy ciasto podczas wyrabiania przestanie kleić się do rąk, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do ponownego wyrośnięcia – ciasto powinno podwoić swoją objętość. Pozostawić na godzinę lub półtorej.

Gdy ciasto będzie gotowe, wyrobić je ponownie, a następnie rozwałkować na prostokąt – grubości około 0,5 cm. Wyłożyć farsz tak, aby pokrył cały prostokąt ciasta, a następnie zawinąć w roladę. Piec na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia, wierzch posmarować roztrzepanym jajkiem i wstawić do rozgrzanego do 180°C piekarnika. Piec około 45 do 60 minut – do zarumienienia.

Kulebiak podawać pokrojony w grube kawałki.

PARZUCHY

Ciasto:

1 kg mąki pszennej
4 jajka
100 g drożdży
0,5 l mleka
1 płaska łyżka cukru
szczypta soli

Rozczyn:

drożdże, podgrzane mleko, cukier oraz 2 łyżki mąki wymieszać – do momentu rozpuszczenia się cukru i drożdży. Odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na 15 min

Przygotowanie farszu:

kapustę poszatkować i ugotować w lekko osolonej wodzie na półtwardo, następnie odcedzić i pozostawić do przestygnięcia. Grzyby ugotować w małej ilości wody, odcedzić i drobno pokroić. Obraną cebulę pokroić w drobną kostkę, zeszklić na smalcu, po czym dodać do kapusty i grzybów – wszystko dokładnie wymieszać, doprawić solą i pieprzem.

Wykonanie ciasta:

mąkę przesiać do miski, dodać sól, wbić jaja oraz dodać wcześniej przygotowany rozczyn. Wyrabiać ciasto dotąd, dopóki przestanie kleić się do rąk. Z ciasta uformować średniej wielkości bułeczki, wyłożyć na desce, delikatnie oprószyć mąką, przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce na 15 min. Przygotować garnek do połowy wypełniony wodą i zacząć podgrzewać. Garnek z wodą nakryć tetrową ściereczką/gazą (obwiążujemy ją sznurkiem dookoła garnka, żeby się nie zsunęła). Po doprowadzeniu wody do wrzenia, kluski układamy na ściereczce/gazie i przykrywamy. Gotujemy na małym ogniu dotąd, dopóki po sprawdzeniu patyczkiem, bułeczki w środku nie będą surowe.

Sposób podania:

podajemy np. z gulaszem oraz zasmażaną kapustką.



RACUSZKI Z MĄKI GRYCZANEJ Z SEREM

Składniki:

300 g mąki gryczanej
woda
sól
10-15 dag mąki pszennej
300 g sera twarogowego
1 żółtko
60 g tłuszczu do smażenia

Wykonanie:

mąkę gryczaną przesiać, zalać wrzącą wodą, osolić, wymieszać, dosypać przesianą mąkę pszenną, zagnieść ciasto (wody dać tyle, aby ciasto po wyrobieniu było gęste). Ser przemielić, utrzeć z żółtkiem, osolić. Z ciasta kształtować w mące wałek o średnicy 5 cm, krojąc na kawałki długości ok. 4 cm, z których trzeba uformować kule, dając do środka nadzienie, spłaszczyć. Okrągłe placuszki pokratkować tępą stroną noża. Smażyć z dwóch stron na tłuszczu. Ułożyć na okrągłym półmisku, opierając jeden o drugi. Osobno podać śmietanę.



PIEROGI RUSKIE

Ciasto:

350 g mąki pszennej

1 jajko

sól

125 ml ciepłej wody

40 g tłuszczu do polania ugotowanych pierogów

Farsz:

800 g ziemniaków

200 g sera twarogowego

50 g cebuli

30 g tłuszczu do smażenia

sól i pieprz do smaku

Wykonanie:

ziemniaki wyszorować, obrać, ugotować, zmielić z serem, dodać usmażoną na złoty kolor cebulę, utrzeć dokładnie, dodać sól i pieprz. Przyrządzić ciasto. Z rozwałkowanego ciasta wyciąć szklanką, bądź metalowym okręgiem, placuszki. Na środek każdego z nich wyłożyć kopsiastą łyżeczkę farszu i zlepiać w pieróg. Ugotować w lekko osolonej wodzie z dodatkiem tłuszczu – gotujemy do momentu wypłynięcia na powierzchnię wody. Gotowe pierogi wyłożyć na ogrzany półmisek, polać tłuszczem. Podawać ze śmietaną.



BLINY

Składniki:

200 g mąki pszennej
20 g drożdży
1 łyżeczka cukru
750 ml mleka
200 g mąki gryczanej
2 jajka (rozdzielone)
30 g masła
sól
80 g tłuszczu do smażenia

Wykonanie:

obie mąki przesiać. Do mąki pszennej dodać drożdże, rozmieszane z cukrem i 0,25 l mleka. Postawić w ciepłym miejscu. Gdy roztwór wyrośnie, wsypać mąkę gryczaną, dodać tyle mleka, aby ciasto było gęste jak śmietana. Wyrobić starannie łyżką, dodając żółtka, pianę, masło topione, sól. Postawić w ciepłym miejscu, aby wyrosło. Małą patelnię wysmarować tłuszczem. Nalewać ciasta na grubość ok. 0,5 cm, smażyć szybko z 2 stron. Usmażone bliny układać na ogrzanym w piekarniku półmisku (lub postawionym na garnku z gorącą wodą) i zaraz podawać z topionym masłem lub śmietaną.



ZRAZY PO NELSOŃSKU Z GRZYBÓW SUSZONYCH

Składniki:

40-60 g grzybów suszonych
250 ml mleka
1kg ziemniaków
80-100 g cebuli
30 g tłuszczu
sól
pieprz
150 ml śmietany
20 g tłuszczu do posmarowania rondla

Wykonanie:

średniej wielkości grzyby opłukać i bardzo dokładnie umyć, namoczyć w mleku na 1 godzinę i ugotować w tym samym płynie, odcedzić. Osobno ugotować w skórce, na półmiękkko, ziemniaki, obrać, pokroić w grube plastry. Cebulę obrać, pokroić w krążki, zasmażyć na tłuszczu. Rondel wysmarować tłuszczem, ułożyć warstwę ziemniaków, na ziemniaki kłaść grzyby, cebulę, osolić, posypać pieprzem, przykryć ziemniakami, zalać śmietaną, wstawić do gorącego piekarnika i zapiec. Podawać z surówkami z warzyw.



KARTACZE

Ciasto ziemniaczane:

2,5 kg dużych ziemniaków
ok. 600 - 700 g ziemniaków ugotowanych przestudzonych
5 płaskich łyżek mączki ziemniaczanej
sól

Nadzienie:

ok. 800 g łopatki wieprzowej
ok. 200 g boczku świeżego
0,5 szklanki zimnej wody
2 namoczone i odcisnięte bułki
3 większe, pokrojone w kostkę i zrumienione na smalcu, cebule
3-4 ząbki czosnku
łyżka majeranku
sól i świeżo mielony pieprz

Okrasa:

300 g wędzonego boczku – pokrojonego w kostkę
2 cebule – pokrojone w kostkę
smalec do smażenia – wg uznania

Wykonanie:

mięso przepuścić przez maszynkę do mielenia, wyrobić dokładnie, dodając zimną wodę, później odcisniętą bułkę, zrumienioną cebulę, przeciśnięty czosnek i przyprawy. Gotowy farsz wstawić do lodówki. Obrane ziemniaki zetrzeć na tarce o najmniejszych oczkach, wylać na sito wyłożone bawełnianą ściereczką, a następnie odcisnąć z nadmiaru soku. W tym czasie zmielić ugotowane ziemniaki, dodać do tych odcisniętych, wsypać mąkę ziemniaczaną i sól, krótko wyrobić na jednolitą masę. Ciasto powinno być miękkie ale jednocześnie takie, aby nie kleiło się do rąk. Całość podzielić na mniej więcej jednakowe, nie za wielkie porcje, każdą rozplaszczać w dłoni, nadziewać porcją mięsa i dokładnie sklejać. Obtaczać w zwykłej mące, formując podłużny kształt cepelina. Wrzucać na osolony wrzątek, gotować aż do wypłynięcia i jeszcze z 8 - 10 minut. Od razu wykladać na talerze, polewając obficie okrasą.

WYPIEKI



CHAŁKA DROŻDŻOWA Z KRUSZONKĄ

Ciasto:

2 jajka (jedno do posmarowania chałki)
2 żółtka
100 g masła pokrojonego na kawałki
50 g cukru
2 łyżeczki cukru wanilinowego
40 g świeżych drożdży, pokruszonych
150 g mleka
500 g mąki pszennej
1 łyżeczka soli

Kruszonka:

30 g mąki pszennej
20 g cukru
25 g masła pokrojonego na kawałki

Wykonanie:

zaczynamy od przygotowania kruszonki – do miski wsyp mąkę, masło i cukier. Utrzyj razem składniki do powstania kruszonki, po czym odstaw do lodówki.

Do miski dodajemy drożdże, podgrzane mleko i cukier, mieszamy do rozpuszczenia się składników i odstawiamy w ciepłe miejsce na 10 min. Do dużej miski przesiewamy mąkę, dodajemy zaczyn drożdżowy, jajko, żółtka, cukier wanilinowy oraz sól. Wyrabiamy przez ok 10 min ciasto, po czym dodajemy masło i wyrabiamy kolejne 10 min. Odstawiamy w ciepłe miejsce na min. 1 godz. Wyrośnięte ciasto ponownie wyrabiamy ok. 5 min., dzielimy na 3 części i formujemy z nich podłużne wałki. Zlepiamy wałki z jednej strony i zaplatamy je w „warkocz”. Chałkę wykładamy na blachę, wyłożoną papierem do pieczenia, smarujemy jajkiem i posypujemy przygotowaną wcześniej kruszonką. Pieczemy w 180°C przez 20-25min – do złotobrązowego koloru.

Podajemy na ciepło ze szklanką mleka lub konfiturą.

WIENIEC MAKOWY

Ciasto:

250 g mleka
100 g masła pokrojonego na kawałki
100 g cukru
25 g drożdży świeżych, pokruszonych
600 g mąki pszennej
1 jajko
0,5 łyżeczki soli
mąka do oprószenia stolnicy
cukier puder do dekoracji

Nadzienie:

200 g moreli suszonych (bez pestek)
120 g maku
50 g cukru
2 łyżeczki cukru wanilinowego
250 g mleka
20 g kaszy manny
40 g masła, pokrojonego na kawałki
mąka do oprószenia

Wykonanie:

do miski wlać podgrzane mleko, dodać cukier oraz drożdże i wymieszać do połączenia się składników. Zaczyn odstawić w ciepłe miejsce na 10 min. Do dużej miski przesiać mąkę z solą, wbić jajko, i wlać zaczyn drożdżowy. Wyrabiać ciasto przez ok. 10 min, po czym dodać masło i wyrabiać kolejne 10 min. Ciasto odstawić do wyrośnięcia na 1 godz. w ciepłe miejsce.

Morele pokroić w małe kawałki. Mak zmielić, przełożyć do garnka, dodać cukier, cukier wanilinowy, mleko, kaszę manną, masło i 1 jajko. Masę podgrzewać około 8 min na średnim ogniu, mieszając aby uniknąć przypalenia. Odstawić do ostudzenia na 30 min, po czym dodać morele.

Wyrośnięte ciasto rozwałkować na oprószonym mąką blacie na kształt prostokąta. Ostrożnie przełożyć na blachę, wyłożoną papierem do pieczenia, następnie równomiernie rozłożyć na nim nadzienie makowe z morelami. Ciasto podzielić wzdłuż dłuższego boku na 3 równe paski. Każdy pasek z nadzieniem zawinąć w rulon, a następnie zapleść w warkocz. Uformować wieniec, mocno sklejjąc ze sobą końce ciasta. Piec w temp. 180°C przez 25-30 min do złotobrzązowego koloru.



ORZECHOWIEC

Ciasto:

15 dkg margaryny
0,5 kg mąki
0,75 szklanki cukru
2 łyżki miodu
2 jajka
2 łyżki wody
2 łyżeczki sody oczyszczonej

Zasmażka:

30 dag orzechów
10 dag cukru
15 dag margaryny
2 łyżki miodu

Przygotowanie ciasta:

połączyć wszystkie składniki razem i zagnieść ciasto, po czym podzielić na dwie części. Z jednej części upiec placek w 180°C przez około 40 minut, a na drugą część wyłożyć zasmażkę z orzechów i upiec na złoty kolor w temp. 180°C.

Przygotowanie zasmażki:

rozpuścić margarynę i dodać resztę składników. Podsmażyć na wolnym ogniu cały czas mieszając przez 5 minut. Gorącą zasmażkę wyłożyć na ciasto.



CIASTO GÓRNICZE

Składniki:

2 szklanki mąki pszennej
1 szklanka mleka
0,5 kostki margaryny
1 jajko
1 szklanka cukru
2 łyżeczki dżemu (najlepiej śliwkowego)
2 łyżeczki sody oczyszczonej
0,5 łyżeczki cynamonu
0,5 opakowania przyprawy do piernika
1 łyżka kakao
0,5 łyżeczki przyprawy korzennej

Wykonanie:

margarynę utrzeć z cukrem i jajkiem. Dodać mąkę, wymieszaną z suchymi składnikami oraz mleko. Utrzeć na jednolitą masę. Piec w temp. 160-170°C – do suchego patyczka. Można połączyć polewą czekoladową lub oprószyć cukrem pudrem.



PLEŚNIAK

Ciasto:

4 szklanki mąki pszennej tortowej

5 jajek rozm. L

250 g masła

0,5 szklanki cukru

2 łyżeczki proszku do pieczenia

1 opakowanie cukru wanilinowego

2 łyżki śmietany 18%

250 g dżemu z czarnej porzeczki

szczypta soli

1 szklanka cukru pudru

1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

(wszystkie składniki powinny być schłodzone)

Wykonanie:

mąkę przesiać do miski, dodać szczyptę soli, proszek do pieczenia, cukier wanilinowy, wymieszać. Masło zetrzeć na dużych oczkach lub drobno pokroić i dodać do mąki. Następnie dodać 5 żółtek z jajek i wyrabiać ciasto do połączenia się składników. Ciasto podzielić na 3 części (jedna większa i dwie mniejsze). Mniejsze części uformować w kule i włożyć do zamrażarki na 1 godz. Dużą część również uformować w kulę i włożyć do lodówki na 1 godz. Blachę wyłożyć papierem do pieczenia i wyłożyć rozwałkowaną wcześniej większą częścią ciasta (tą, która była w lodówce). Dżem wymieszać z mąką ziemniaczaną i wyłożyć na ciasto. Jedną kulę zamrożonego ciasta należy wyjąć z zamrażarki i zetrzeć na dużych oczkach na wcześniej wyłożony dżem. 5 białek ubić na sztywno, stopniowo dodając cukier puder. Pianę należy wyłożyć na dżem i zetrzeć na nią resztę zamrożonego ciasta. Piec w 180°C przez 45-50 min.



PĄCZKI

Ciasto:

530 g mąki pszennej
100 g mąki do podsypiania
80 g cukru
5 jajek
60 g masła
180 g mleka
30 g drożdży
0,5 łyżeczki soli
olejek waniliowy lub cukier wanilinowy
1 kg tłuszczu do smażenia (smalec)
300 g marmolady owocowej

Glazura cukrowa:

200 g cukru
70 g wody
0,5 łyżeczki kwasku

Przygotować ciasto:

w mleku, podgrzany do temperatury 25°C, rozprowadzić drożdże, 1 łyżkę cukru i 2 łyżki mąki. Rozczyn wymieszać, posypać mąką i pozostawić do wyrośnięcia. Do przesianej mąki dodać żółtka, utarte z cukrem i solą oraz białka – ubite na pianę, wyrośnięty rozczyn i – po wstępnym zarobieniu ciasta – roztopiony tłuszcz. Dalej wyrabiać – aż do całkowitego wchłonięcia tłuszczu. Przykryte ściereczką, ciasto pozostawić do wyrośnięcia. Uformować w wałek, pokroić na 25 kawałków. Na rozwałkowane lub rozpląszczone palcami kawałki ciasta nałożyć marmoladę, uformować pączki, pozostawić do wyrośnięcia. Smażyć z obu stron w gorącym smalcu na kolor złoty. Wyjmować z tłuszczu łyżką cedzakową i układać na tacy.

Przygotować glazurę:

cukier zalać wodą. Gotować, mieszając do rozpuszczenia cukru. Gdy osiągnie pełną klarowność (temperatura około 110°C), dodać kwasek cytrynowy. Pogotować jeszcze chwilę i odstawić z ognia. Wstawić do naczynia z zimną wodą, szybko mieszając, aż zbieleje i uzyska konsystencję drobnokrystaliczną. Jeśli glazura jest zbyt gęsta, dodać odrobinę wody i lekko podgrzać. Można też dodać pokrojoną drobno skórkę pomarańczową lub marchew usmażoną w cukrze.

Ciepłe pączki maczać w glazurze. Można je również posypać cukrem pudrem, z tym że przedtem ostudzić.

Pączki dietetyczne można uzyskać przez obgotowanie ich w wodzie. Wyrośnięte pączki wrzucić do wrzącej wody – wyjąć niezwłocznie po wypłynięciu na wierzch. Po odsączeniu smażyć w gorącym tłuszczu. Przy tym sposobie wykonania stosuje się do smażenia niewielką ilość tłuszczu (około 25 dag).

Uwaga: pozostały po smażeniu tłuszcz można ponownie wykorzystać, z tym że przedtem należy przesmażyć w nim duży surowy ziemniak.

BUŁECZKI Z JABŁKAMI I KRUSZONKĄ

Ciasto:

600 g mąki pszennej
4 jajka
(jedno do posmarowania ciasta)
250 ml mleka
20 g drożdży świeżych
0,5 łyżeczki soli
150 g cukru
60 g masła
opakowanie cukru wanilinowego

Nadzenie:

500 g jabłek
20 g kaszy manny
50 g cukru

Kruszonka:

80 g mąki pszennej
40 g zimnego masła
50 g cukru

Wykonanie ciasta:

do ciepłego mleka dodać rozkruszone drożdże, 2 łyżki mąki i łyżkę cukru. Dokładnie rozmieszać i odstawić do wyrośnięcia. Żółtka utrzeć z dodatkiem soli, cukrem wanilinowym i resztą cukru. Białka ubić. Tłuszcz rozpuścić (nie powinien być gorący). Do przesianej mąki dodać wyrośnięty rozczyń, żółtka, pianę z białek, wyrobić ciasto. Kiedy wszystkie składniki połączą się, dodać ciepły tłuszcz i wyrabiać dalej – aż tłuszcz zostanie całkowicie wchłonięty. Ciasto przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia. Kiedy zwiększy dwukrotnie objętość, wyjąć na stolnicę lub deskę, uformować wałek, długości 50 cm, i podzielić na kawałki o szerokości 2 cm. Kawałki ciasta lekko rozwałkować, lub rozklepać palcami, na okrągłe placuszki o grubości 0,5 cm.

Przygotowanie nadzienia: jabłka umyć, obrać, zetrzeć, dodać kaszy manny, cukier, dobrze wymieszać. Na środek placuszków kłaść nadzienie jabłkowe (1 łyżeczkę), brzegi zlepiać w jeden punkt. Z mąki, masła i cukru utrzeć kruszonkę. Po krótkim wyrośnięciu, bułeczki posypać kruszonką. Wstawić do gorącego piekarnika i piec około 20 minut w temperaturze 190°C na kolor złoty.



DOMOWE PRZETWORY



KONFITURA Z JARZĘBINY

Składniki:

1 kg owoców jarzębiny

0,5 l wody

1,5 kg cukru

Wykonanie:

dojrzałe owoce jarzębiny, mogą być zbierane po pierwszych przymrozkach (są wtedy mniej cierpkie), umyć, opłukać, obgotować (ok. 5 min.) w dużej ilości wody i odcedzić. Obgotowane grona jarzębiny zalać gorącym syropem i pozostawić na kilka godzin. Następnie doprowadzić konfiturę do wrzenia i znów pozostawić na 2-3 godziny. Tak postępować, aż owoce w konfiturze nabiorą szklistego wyglądu. Gotową konfiturę nakładać do słoików i od razu uszczelnić.



DŻEM Z WIŚNI I AGRESTU

Składniki:

1 kg wiśni

1 kg cukru

1 kg dojrzałego agrestu

Wykonanie:

wydrążone wiśnie zasypać cukrem i po częściowym rozpuszczeniu cukru nastawić dżem do gotowania. Agrest, po umyciu, lekko zgnieść, odparować i – gorący – przetrzeć przez sito. Dodać przecier agrestowy do częściowo już odparowanych wiśni. Dogotować dżem do uzyskania właściwej gęstości. Gorący włożyć do opakowań i uszczelnić.



WINO Z GŁOGU LUB OWOCÓW DZIKIEJ RÓŻY

Owoce najlepiej zrywać już po pierwszych przymrozkach, ponieważ są to owoce ubogie w sok. Przygotowanie nastawu polega na wylugowaniu z nich składników rozpuszczalnych. W tym celu umyte i osączone owoce należy lekko zmiażdżyć i zalać gorącą wodą, w ilości około 2 l na 1 kg owoców. Na 1l roztworu dodaje się od 150 do 300 g cukru i od 4 do 6 g kwasu cytrynowego. Tak przygotowaną masę owocową szczepi się matką drożdżową oraz dodaje 2 g fosforanu amonu na 1l masy. Gąsior lub butlę uszczelnia się czopem fermentacyjnym i pozostawia na 4-6 tygodni. Jeżeli w owocach pozostały pestki, zaraz po ukończeniu fermentacji burzliwej trzeba ściągnąć wino z nad miazgi, a miazgę dokładnie odsączyć, przefiltrować wyciśnięty z niej nastaw i z powrotem przelać do butli (czy gąsiora) oraz znów uszczelnić czopem fermentacyjnym. Po ukończeniu dofermentowania i ściągnięciu wina można je dosłodzić i poprawić jego zabarwienie dodatkiem karmelu lub wina z czarnych jagód.



WINO Z MALIN

Maliny charakteryzuje silny aromat, który nie wszyscy w winie tolerują, ale amatorzy przedkładają wino malinowe, lub z dużym dodatkiem malin, nad inne wina. Z malin otrzymuje się doskonałe wina deserowe. Na wino można wykorzystać także maliny leśne. Z malin oddzielić szypułki, zmiażdżyć owoce i miążgę pozostawić na 1-3 dni. Następnie wycisnąć moszcz i przygotować nastaw. Dodatki wody i cukru do moszczu są takie same, jak do wina z czarnych jagód. Cukier dodaje się 2 razy: 0,75 całej ilości do przygotowanego nastawu, resztę po 7-8 dniach fermentacji. Nastaw najlepiej zaszcześcić czystą kulturą drożdży winiarskich. Jako pożywkę dla drożdży należy dodać 3-4 g fosforanu amonowego na 10 l nastawu. Po ukończonej fermentacji wino należy dosłodzić. Właściwy bukiet wina uzyskuje się po 18-24 miesiącach leżakowania.



KOMPOT Z MALIN

Składniki:

1 kg malin
300-400 g cukru
0,4 l wody

Wykonanie:

świeżo zebrane, dojrzałe maliny należy przebrać oddzielając owoce uszkodzone lub robaczy-we oraz odrzucić szypułki i resztki kielichów. Nasypać maliny do opakowań, potrząsając nimi dla ściślejzego ułożenia się owoców, lecz nie uciskać. Zagotować wodę z cukrem. Gorącym syropem zalać owoce, zamknąć słoje i pasteryzować w temp. 95°C: 20 min. opakowania półlitrowe, większe 25 min. Kompot z bardzo dojrzałych malin można przygotować inaczej. Nasypać czyste maliny do słoja warstwami i przesypywać cukrem. Słoje odstawić na kilka godzin, a gdy maliny wydzielą sok i nieco opadną, dopełnić je świeżymi owocami - malinami. Słoiki zamknąć i pasteryzować tak jak kompot zalany syropem.



PODZIĘKOWANIA

Serdecznie dziękujemy wszystkim wymienionym instytucjom, bez których nie stworzylibyśmy tej oto książki. Jesteśmy niezmiernie wdzięczni za pomoc:

Stowarzyszeniu "Głogowska Edukacja Kresowa",

Cukierni Pawełekiewicz,

Parafialnemu Klubowi Seniora "U Mikołaja" w Głogowie Caritas,

Zakładowi Poprawczemu i Schronisku dla Nieletnich w Głogowie,

Kwiaciarni Nemezja,

Firmie Zaopatrzeniowej Smoliński,

Żłobkowi Integracyjnemu "Dom nad Strumykiem",

Lawendowemu Kuferkowi,

Głogowskiemu Stowarzyszeniu „A jutro?”,

Duriaszowi Głogów Hurtownia,

Nabiałowi Jarko Wschowa Nowa Wieś,

Społem,

Carrefour,

Oleje Trawiński,

Magnum Lubin,

Marcie Kaszubie,

Marcie Jonessi,

Panu Michałowi Kumorowi,

Pani Barbarze Lachowicz

z pozdrowieniami
uczestnicy projektu „A Pinch of Memories”



zwolnieni ^z teorii

Kuchnia kresowa to połączenie prostoty; lokalnych składników i wielokulturowego dziedzictwa. Bazuje na ziemniakach, kapuście, grzybach i mięsie, a wpływy polskie, ukraińskie, białoruskie i żydowskie nadają jej wyjątkowy charakter.

Jest ona prosta, lecz bogata w smak i historię. Eksploatacja smaków tej krainy przyniosła oryginalne i unikatowe przepisy, w których mamy możliwość spróbować m.in. starych wypieków naszych dziadków.

