

Regionalnie na talerzu



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury
i Dziedzictwa Narodowego w ramach
realizacji Narodowego Programu Rozwoju
Czytelnictwa 2.0 na lata 2021-2025



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY



Biblioteka Publiczna
im. Arkadego Fiedlera
Instytucja pełni funkcję biblioteki powiatowej



Regionalnie na talerzu

Redakcja - Beata Waleńska

Ilustracje i skład - Anna Szyndrowska

Korekta - Paweł Płaczek



Spis treści:

Rozdział 1

Zupy:

Czernina z łazankami (czarnina, czarna polewka)	12
Kapuśniak z młodej kapusty (Parzybroda)	17
Zupa kalafiorowa	21
Zupa ogórkowa	24
Zupa pomidorowa z makaronem	27

Rozdział 2

Dania główne:

Gołe myszy (szare kluski) z boczkiem i cebulą (kluski z surowych ziemniaków)	33
Pyry w mundurkach z gziką (ziemniaki z twarogiem)	36
Gulasz	39
Rolady po wielkopolsku	40
Klopsy	45
Surówka z młodej kapusty	48
Młoda kapusta gotowana	50
Szagówki – kopytka z Wielkopolski	53
Plyndze (placki ziemniaczane)	56
Śledzie ze śmietaną	60

Rozdział 3

Desery:

Babeczki kruche ze śmietaną i owocami	64
Gofry ze śmietaną i owocami	67
Placek drożdżowy z rabarbarem	70

Wstęp

Regionalna kuchnia wielkopolska, a co za tym idzie - regionu krotoszyńskiego, jest różnorodna. Świadczą o tym potrawy, które od dawna można spotkać na krotoszyńskich stołach. Są one związane z tradycjami kulinarnymi regionu, ale też z wpływami sąsiadów i warunkami naturalnymi upraw warzyw i owoców.

Tradycyjna kuchnia wielkopolska bazuje przede wszystkim na ziemniakach, zwanych tutaj „pyrami”. Ich popularność datuje się od XIX wieku, kiedy to zaczęto je coraz powszechniej uprawiać. Dania z ziemniaków i mąki stanowiły podstawę wyżywienia większości ludności. Mięso i ryby gościły tylko w bogatszych domach.

W uboższych dominowały pyry, kapusta kiszona, chleb i słonina. Z czasem kuchnia uległa wpływom francuskim i niemieckim, gdzie królowały mięsa pieczone i smażone, co miało duży wpływ na zmianę menu w Wielkopolsce.

Niniejsza broszura powstała po warsztatach kulinarnych „Regionalnie na talerzu” realizowanych w ramach projektu „Z biblioteką wszędzie BLISKO”, dofinansowanego ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego, w ramach realizacji Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa 2.0. na lata 2021-2025.



Warsztaty były odpowiedzią na zapotrzebowanie mieszkańców na działania zarówno kreatywne, jak i będące łatwe do wykonania, bowiem większość odbiorców naszych działań to seniorzy 60+ i osoby z niepełnosprawnością. Ponadto ważne też było nawiązanie do historii regionu. Dlatego zaprosiliśmy do współpracy Koło Gospodyń Wiejskich z Chwaliszewa – mające doświadczenie w temacie i wiele pomysłów na realizację zadania. Przy każdych warsztatach nawiązywaliśmy do literatury, nie tylko kulinarnej, ale również tej, która zawierała wzmianki o tradycyjnej kuchni.

W treści publikacji skupiliśmy się na propozycjach najbardziej znanych potraw wśród mieszkańców Miasta i Gminy Krotoszyn. Na warsztatach zaś zapoznaliśmy się z przepisami, samodzielnie je wykonywaliśmy oraz mieliśmy możliwość degustacji.

W projekcie „Z biblioteką wszędzie BLISKO” realizujemy zadania pro-czytelnicze w latach 2024-2025. Są one ukierunkowane na wzmocnienie roli biblioteki jako „trzeciego miejsca”, przestrzeni do aktywności czytelniczej, wspólnej pracy, integracji społeczności i spotkań.

Zapraszamy do krainy kulinarnych wyzwań, przez którą chcemy być z naszymi mieszkańcami w smacznym, BLISKIM i przyjacielskim kontakcie.

6 maja 2025 r.
Rozpoczęcie warsztatów kulinarnych
„Regionalnie na talerzu”
z projektu
„Z biblioteką wszędzie BLISKO”,
dofinansowanego ze środków Ministra Kultury
i Dziedzictwa Narodowego, w ramach realizacji
Narodowego Programu Rozwoju
Czytelnictwa 2.0. na lata 2021-2025.



27 maja 2025 r.
drugie spotkanie warsztatów kulinarnych
„Regionalnie na talerzu”
z projektu
„Z biblioteką wszędzie BLISKO”,
dofinansowanego ze środków Ministra Kultury
i Dziedzictwa Narodowego, w ramach realizacji
Narodowego Programu Rozwoju
Czytelnictwa 2.0. na lata 2021-2025.



3 czerwca 2025 r.
ostatnie spotkanie warsztatów kulinarnych
„Regionalnie na talerzu”
z projektu
„Z biblioteką wszędzie BLISKO”,
dofinansowanego ze środków Ministra Kultury
i Dziedzictwa Narodowego, w ramach realizacji
Narodowego Programu Rozwoju
Czytelnictwa 2.0. na lata 2021-2025.



Partnerzy:





Rozdział 1

Zupy



Czernina z łazankami (czarnina, czarna polewka)

Składniki:

Na czerninę:

- porcja rosołowa z kaczki
- włoszczyzna – pęczek – umyta i obrana
- suszone śliwki - paczka
- kompot śliwkowy
- powidła śliwkowe
- żołądki kaczce – 0,5 kg
- krew z kaczki – 0,25 l
- ocet - łyżka
- mąka - łyżka
- sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, majeranek- do smaku

Na łazanki:

- mąka – 1,5 szklanki
- jajka – 2 szt.
- woda – ¼ szklanki
- szczypta soli
- olej – 2 łyżki

Wykonanie:

Czernina:

- Na początek przygotuj rosół. Do garnka włóż porcję rosołową z kaczki i przyprawy. Zalej je wodą i dodaj łyżkę soli. Gotuj wywar na średnim ogniu przez ok. 2 godziny.
- Po godzinie gotowania dodajemy włoszczyznę, suszone śliwki, kompot ze śliwek oraz powidła śliwkowe. Gdy mięso stanie się miękkie, wyciągnij wszystkie produkty z bulionu.
- W oddzielnym naczyniu wymieszaj kilka łyżek wody z mąką i krwią z kaczki. Wlej zawartość do zupy przez sitko, aby uniknąć grudek. Wszystko ze sobą wymieszaj i gotuj przez kilka minut.
- Na koniec włóż do zupy ugotowane w bulionie, pokrojone mięso oraz warzywa.
- Danie dopraw do smaku solą, pieprzem oraz majerankiem i łyżką octu. Zupę podawaj z makaronem „łazanki”.

Łazanki:

- Mąkę przesiej i wysyp na stolnicę. Uformuj kopczyk, na środku
- zrób wgłębienie i wbij do niego jajka. Dodaj też szczyptę soli, wodę i olej.
- Mieszaj widelcem, a następnie starannie zagnieć do uzyskania elastycznego, zwartego ciasta (trochę twardszego niż na pierogi).
- Pokrój je na równe części, przykryj i pozostaw na ok. 15 min. Następnie każdą z części rozwałkuj trochę grubiej niż na makaron.
- Płaty ciasta pokrój w kwadraciki. Zostaw do przeschnięcia.
- Gotuj w osolonej wodzie do miękkości.





Kilka słów o...

Pierwsze wzmianki o czerninie pochodzą z XVI wieku. Przepis zmieniał się wielokrotnie na przestrzeni czasów, ale główny składnik pozostał bez zmian. Staropolska zupa przygotowana na bazie kaczey krwi budzi skrajne emocje.

Można ją również przyrządzić na bazie mięsa z królika, kury, gęsi oraz wieprzowej krwi. Czerninę utożsamia się z czarną polewką, dawniej podawaną kawalerowi, któremu odmówiono ręki panny. Adam Mickiewicz w *Panu Tadeuszu* wspomina o takiej, którą na zamku Horeszków podano Jackowi Soplicy w symbolicznej odmowie oddania mu Ewy za żonę.

W księdze II Mickiewicz pisze:

*Wąsal tak wzbił się w dumę łaskawem przyjęciem,
Że mu się uroiło zostać pańskim zięciem.*

*Do zamku nie proszony coraz częściej jeździł,
W końcu u nas jak w swoim domu się zagnieździł
I już miał się oświadczać, lecz pomiarkowano
I czarną mu polewkę do stołu podano.*

Natomiast w księdze X:

*Wszystko to, prawda, z pychy, żeby nie ubliżyć
Imieniowi Sopliców, żeby się nie zniżyć
Przed panem prośbą próżną, nie dostać odmowy,
Bo jakież by to były między szlachtą mowy,
Gdyby wiadzano, że ja, Jacek...
Soplicy Horeszkowie odmówili dziewczkę!
Że mnie, Jackowi, czarną podano polewkę!*



Kapuśniak z młodej kapusty (Parzybroda)

Składniki

- główka młodej białej kapusty – poszatkowana drobno
- włoszczyzna – pęczek
- żeberka wieprzowe – 1 kg
- ziemniaki – 5 szt.
- liść laurowy, ziele angielskie
- sól - do smaku
- śmietana - łyżka

Wykonanie:

- Żeberka umyj, pokrój na mniejsze części włóż do dużego garnka, zalej wodą, dodaj sól, gotuj ok. godziny.
- Następnie dodaj włoszczyznę, ziemniaki, ziele angielskie i liść laurowy, gotuj do miękkości warzyw.
- Dodaj kapustę, gotuj do miękkości.
- Na koniec dodaj soli do smaku.
- Łyżkę śmietany dodaj do szklanki gorącego wywaru, zamieszaj, dodaj do zupy i zagotuj .



Kilka słów o...

Kapusta, obok pyr, była najpopularniejszym warzywem w wielkopolskiej kuchni. Zarówno świeża jak i kiszona spożywana była w dużych ilościach. Uprawiano ją „w zagonach” lub razem z innymi warzywami w przydomowym ogródku nazywanym kapuśniakiem albo kapustnikiem.

Kapuśniak to zupa, którą warto przywrócić do łask. Kapusta jest jednym z najzdrowszych warzyw, ugotowanie kapuśniaku ze słodkiej kapusty jest bardzo łatwe, a na dodatek... tanie. Taka zupa poprawi nam nastrój w chłodne dni, bo rozgrzewa i dostarcza naszym organizmom wielu składników odżywczych i witamin. Gwarowo kapuśniak także nazywa się parzybrodą.

Nazwa parzybroda, wymieniana jest w słownikach gwarowych jako zupa ze świeżej kapusty. Wywodzi się stąd, „że gorące liście kapusty przylepiały się do brody i ją parzyły” (Zbigniew Przybylak, „Tradycyjna kuchnia pomorsko-wielkopolska czyli od poliwek i golców po okrasy i pierniki”). Podstawowym składnikiem parzybrody są ziemniaki i słodka kapusta. Zupę przygotowuje się z kapusty podzielonej na większe części bądź pokrojonej w paseczki.

Jej przygotowanie jest proste, a efektem jest tradycyjna i sycąca potrawa, która zadowoli każdego miłośnika domowej kuchni.



Kapuśniak
z białej kapusty



Kapuśniak
z białej kapusty

Zupa kalafiorowa

Składniki:

- żeberka wieprzowe – 1 kg
- włoszczyzna – pęczek – umyta i obrana
- ziemniaki – 4 szt.
- przecier z ogórków kiszonych – 0,5 kg
- przyprawy: sól, ziele angielskie, liść laurowy
- łyżka margaryny do smażenia
- śmietana 30% - 2 łyżki

Wykonanie:

- W dużym garnku umieść umyte: żeberka pokrojone na mniejsze części, włoszczyznę (por w talarki), ziemniaki pokrojone w kostkę, ziele angielskie, liść laurowy i łyżeczkę soli. Gotuj ok. 1 godziny, aż żeberka będą miękkie.
- Żeberka wyjmij, obierz z kości, pokrój mięso na mniejsze kawałki, włóż do wywaru.
- Dodaj umyty, podzielony na różyczki kalafior i gotuj jeszcze ok. pół godziny.
- Na koniec śmietanę wymieszaj z kilkoma łyżkami zimnej wody, później z kilkoma łyżkami wywaru. Po zahartowaniu śmietany dodawaj ją stopniowo do zupy cały czas mieszając. Zestaw z ognia i dodaj drobno posiekany koperek.



Kilka słów o...

Zupa kalafiorowa, w formie, którą znamy dzisiaj, prawdopodobnie zyskała popularność w XIX wieku, kiedy to potrawy jednogarnkowe stały się bardziej powszechne w polskich domach. Była jednym z ulubionych dań wielu rodzin dlatego, że jest prosta, pożywna i ma doskonały smak.

Kalafior pochodzi z rejonu Azji Mniejszej, a w Europie znalazł się dzięki migracjom ludności i wymianie handlowej. Szczególną popularność zdobył we Włoszech i Francji. Uważany za warzywo luksusowe, na początku był podawany na dworach królewskich. Wraz z rosnącym wpływem kultury zachodniej w Polsce zaczęto używać w kuchni tego wykwintnego warzywa. Zyskał bardzo na znaczeniu, gdy okazało się, że można go spożywać zarówno w formie gotowanego dodatku do ziemniaków i mięsa, jak i aromatycznych zup.

Kalafior przynosi wiele korzyści zdrowotnych: jest źródłem witamin C, K i B6, antyoksydantów, wspomaga trawienie dzięki błonnikowi. Jest niskokaloryczny, chętnie wykorzystywany przez osoby na diecie, a dzięki zawartości choliny wspiera pracę mózgu.

Wraz z nastaniem mody na zupy-kremy coraz częściej krem z kalafiora można znaleźć na stołach polskich rodzin – również w Wielkopolsce.

Zupa kalafiorowa



Zupa kalafiorowa



Zupa ogórkowa

Składniki:

- żeberka wieprzowe – 1 kg
- włoszczyzna – pęczek – umyta i obrana
- ziemniaki – 4 szt.
- przecier z ogórków kiszonych – 0,5 kg
- przyprawy: sól, ziele angielskie, liść laurowy
- łyżka margaryny do smażenia
- śmietana 30% - 2 łyżki

Wykonanie:

- W dużym garnku umieść umyte: żeberka pokrojone na mniejsze części, włoszczyznę i ziemniaki pokrojone kostką, por w talarki, ziele angielskie, liść laurowy i łyżeczkę soli. Gotuj ok. 1 godziny, aż żeberka będą miękkie.
- Przecier ogórkowy podsmaż na margarynie ok. 10 minut, często mieszając.
- Wyjmij mięso, obierz z kości i pokrój na mniejsze kawałki. Włóż do bulionu.
- Dodaj przesmażony przecier ogórkowy i gotuj jeszcze 10 minut.
- Na koniec śmietanę wymieszaj z kilkoma łyżkami zimnej wody, później z kilkoma łyżkami wywaru. Po zahartowaniu śmietany dodawać ją stopniowo do zupy cały czas mieszając.



Kilka słów o...

Zupa ogórkowa to jedno z najbardziej popularnych dań kuchni polskiej. Jej historia jest znana od kilku wieków, a tradycja gotowania jest głęboko zakorzeniona w polskiej kulturze kulinarnej. Wywodzi się ona z terenów wiejskich, gdzie kiszenie ogórków było popularnym sposobem na przechowywanie warzyw na zimę. Właśnie z takich kiszonych ogórków powstaje kwaśny, charakterystyczny smak zupy.

Tradycja gotowania zupy ogórkowej jest szczególnie silna w regionach takich jak Małopolska i Podkarpacie. W niektórych regionach zupa była często podawana jako danie główne. Każda z rodzin miała swój własny, unikatowy przepis, co sprawiało, że smak zupy różnił się w zależności od domu. Ciekawostką związaną z zupą ogórkową jest to, że są różne metody jej przyrządzania. Niektóre przepisy zalecają dodanie śmietany, aby złagodzić kwaśny smak, podczas gdy w innych źródłach czytamy o dodatku czosnku i koperku, aby smak był bardziej pikantny. Zupa ogórkowa jest nieodłącznym elementem polskiej kuchni. W wielu polskich domach, zupa ta jest jedyną z pierwszych dań, które dzieci uczą się gotować, co świadczy o jej prostocie i uniwersalności.

W Wielkopolsce ogórkowa jest jedną z najpopularniejszych zup ze względu na walory smakowe i dostępność produktów.

Zupa ogórkowa



Z
u
p
a

o
g
ó
r
k
o
w
a



Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki

Na zupę:

- porcja rosółowa z kurczaka
– umyta i podzielona
na mniejsze kawałki
- włoszczyzna – pęczek –
umyta i obrana
- pomidory – 1 kg sparzone,
obrane ze skórki, pokrojone
na kawałki
- przecier pomidorowy
- ziele angielskie, liść laurowy,
sól, pieprz – do smaku
- cebula – 2 szt.
- śmietana 30% - 200 g
- olej – 2 łyżki

Na makaron:

- mąka pszenna – 160 g
- jajka – 1 całe i 2 żółtka
- sól – szczypta
- oliwa - łyżka



Zupę pomidorową można podawać posypaną posiekaną zieloną pietruszką.

Wykonanie:

Zupa:

- Porcję rosółową włóż do garnka, zalej wodą. Gotuj ok. pół godziny.
- Następnie włóż włoszczyznę i dalej gotuj ok. 45 minut z dodatkiem przypraw.
- Pomidory smaż na oleju do czasu wytworzenia się gęstej masy pomidorowej. Dodaj przecier pomidorowy, dokładnie wymieszaj, następnie całą masę zblenduj, aby nie było grudek i pestek.
- Wywar przecedź, mięso obierz, pokrój na kawałki i włóż do bulionu.
- Dodaj przygotowaną masę pomidorową.
- Śmietanę zahartuj z kilkoma łyżkami wywaru, a następnie dodaj do zupy. Wymieszaj.

Makaron:

- Mąkę przesiej na stolnicę.
- Dodaj jajko i żółtka, sól, oliwę.
- Połącz składniki i widelcem zagnieć ciasto na makaron aż zrobi się jednolici gładkie i sprężyste.
- Podziel ciasto na mniejsze kawałki i rozwałkuj na cienkie płaty podsypując mąką, aby ciasto nie kleiło się do wałka ani stolnicy.
- Następnie pokrój na paski szerokości ok. 3 mm.
- Makaron wrzucaj na osolony wrzątek i gotuj al dente ok. 3 minut.

Zupa pomidorowa

Zupa Pomidorowa



Kilka słów o...

Zupa pomidorowa nazywana jest królową zup. Jednakże ma ona swoich zwolenników jak i przeciwników. Najprostszą pomidorówką jest rosół „z wczoraj” z dodatkiem przecieru pomidorowego lub passaty pomidorowej.

Pomidory uprawiane były już od wieków w Ameryce Południowej, chociażby w ogrodach samego wodza Azteków - Montezumy.

Obok papryki chili, były u Azteków głównym składnikiem meksykańskiego pikantnego gulaszu.

Do Europy trafiły w XVI wieku na hiszpańskich statkach, dowodzonych przez Corteza. I to właśnie on i jego ludzie, jako pierwsi Europejczycy, jedli pomidory w Meksyku. Zupa pomidorowa znana była w XIX wieku w Polsce, o czym świadczą przepisy znajdujące się w „Kuchni polskiej” z tego okresu.

W zależności od tego, w jakim kraju jest przygotowywana, różni się nieco gęstością, przyprawami i dodatkami. Polska wersja powstaje na bazie rosółu i jest podawana z makaronem lub ryżem. W zestawie z kotлетem schabowym i ziemniakami często gości na rodzimych stołach. Włosi gotują ją z bazylią i oliwą – jest znacznie gęstsza i słodsza od polskiej. Natomiast u współczesnych Meksykanów podstawa zupy to podsmażona pierś z kurczaka, doprawiona papryczkami chili i kuminem. W Indiach – dodawana jest marchew, soczewica i mieszanka przypraw masala.

W Wielkopolsce zupa pomidorowa jest najbardziej znaną zupą, szczególnie lubianą przez dzieci. Z reguły podawana jest w poniedziałki, kiedy po niedzieli zostaje rosół i makaron.

Wtedy, aby urozmaicić obiad, dodaje się pomidory i gotowe!



Makaron można zastąpić ryżem, zacierkami lub lanymi kluskami.



Rozdział 2

Dania główne



Gołe myszy (szare kluski) z boczkiem i cebulą (kluski z surowych ziemniaków)

Składniki:

- ziemniaki – 1 kg
- jajka – 2 szt.
- mąka pszenna – szklanka
- boczek wędzony parzony – 0,5 kg
- cebula – 2 szt.
- sól – do smaku



Wykonanie:

- Ziemniaki umyj, obierz, zetrzyj na tarce o drobnych oczkach.
- Odsącz na sitku lub przez gazę.
- Dodaj mąkę, jajka, sól, zagnieć ciasto.
- Formuj wałki z ciasta i krój małe kawałki klusek.
- Zagotuj wodę i wrzucaj kluski partiami aż do wypłynięcia.
- Boczek i cebulę pokrój w drobną kostkę, podsmaż do zrumienienia.
- Wyłóż kluski do miski i polej gorącym boczkiem z cebulą.



Najlepiej kluski smakują z gotowaną kapustą kiszoną lub młodą białą.

Kilka słów o...

Istnieje pogląd, że to Krzysztof Kolumb przywiózł kartofle z Ameryki do Europy. Nie od razu zaczęto robić z nich szare kluski, które są daniem typowo wielkopolskim. Są dwa sposoby przyrządzania szarych klusek: nieco luźniejsze ciasto nakładane łyżką na wrzącą, osoloną wodę lub w formie kopytek – wtedy ciasto musi być bardziej zwarte, aby można je było pokroić.

W przeszłości kluski były tanim dodatkiem do obiadu: w wersji postnej z dodatkiem gotowanej kapusty, co czyniło je daniem idealnym dla robotników i rolników oraz w wersji z sosem pieczeniowym i mięsem na bogatszych stołach. Tym sposobem potrawa ubogich rodzin jest teraz dostępna w drogich restauracjach.

Na początku były to kluski tylko z ziemniaków. Z czasem zaczęto dodawać jajka i mąkę pszenną lub żytnią. Swoją specyficzną kolor zawdzięczają ziemniakom, które ciemnieją na skutek kontaktu z powietrzem. Inne nazwy gołych myszy to: szare kluski, kulanki, skubanki, kluchy z pokrywki lub z pyrek.





Pyry w mundurkach z gziką (ziemniaki z twarogiem)

Składniki:

- ziemniaki – 0,5 kg
- ser biały półtłusty – 200 g
- śmietana 30% - 200 g
- koperek/szczypiorek
- sól, pieprz do smaku

Wykonanie:

- Ziemniaki umyj, włóż w łupinach do dużego garnka, dodaj łyżeczkę soli i gotuj do miękkości.
- Ser utrzyj ze śmietaną na gładką masę.
- Dodaj sól i pieprz do smaku.
- Na koniec dodaj opcjonalnie drobno pokrojony koperek lub szczypiorek.
- Podawaj z gorącymi ziemniakami ugotowanymi w łupinach.



Kilka słów o...

Rozwój hodowli krów w XVIII i XIX wieku wpłynął na zwiększenie wyrobu sera z krowiego mleka. Jego spożycie szczególnie upowszechniło się wraz ze spadkiem i zaniechaniem chowu owiec. Sera wytwarzanego z mleka krowiego zwanego twarogiem używano właśnie do przyrządzania potrawy określanej na terenie Wielkopolski jako gzik.

W południowej Wielkopolsce spotykamy się z nazwą „gzika”. Gzik bądź gzika to tradycyjna potrawa postna, przyrządzana z twarogu, który następnie uciera się z dodatkiem śmietany, cebuli (szczypiorku, koperku) oraz soli na jednolitą masę. Tak przyrządzony gzik podawany jest do dzisiaj jako dodatek do ziemniaków w mundurkach, najczęściej w postne dni. Kiedy nie było śmietany, do sera dodawano mleko, a nawet wodę. Opcjonalnie dodaje się do gzika innych świeżych warzyw: rzodkiewki, zielonego ogórka czy paprykę. Jest to doskonały dodatek do pieczywa.

Jeśli po posiłku pozostaną ugotowane ziemniaki, często smaży się je z cebulą, jajkiem sadzonym i maślanką. Wiadomo, że w gospodarnym wielkopolskim domu nic nie ma prawa się zmarnować. Pyry z gzikiem na stałe wpisały się w tradycję kulinarną Wielkopolski. Danie to było tanie i sycące, co czyniło je popularnym wśród mniej zamożnej ludności. Z biegiem lat stały się symbolem prostoty i gospodarności. Podawane były na weselach, podczas rodzinnych spotkań i świąt.



Pyry z gziką
ze szczypiorkiem

Gulasz

Składniki:

- karkówka wieprzowa – 1 kg
- cebula – 3 szt.
- olej do smażenia
- sól, pieprz, papryka wędzona – do smaku
- bulion drobiowy – 2 szklanki

Wykonanie:

- Mięso pokrój w kostkę ok. 2x2 cm.
- W misce wymieszaj mięso z przyprawami.
- Rozgrzej olej na patelni i smaż mięso ok. 25 minut często mieszając.
- Następnie dodaj pokrojoną w drobną kostkę cebulę i smaż jeszcze 15 minut.
- Wlej bulion i gotuj bez przykrywki ok. 20 minut na małej mocy, często mieszając.



Kilka słów o...

Gulasz to węgierskie danie narodowe. Przez wiele lat było to jedzenie głównie pasterzy - stąd nazwa: bydło po węgiersku to gulya, a pasterz gulyās. Na początku smażyono mięso i cebulę na kawałku słoniny.

Z końcem XIX wieku potrawa stała się bardzo popularna w całym kraju. Była jednym z głównych dań weselnych bez względu na klasę społeczną. Przygotowywano ją w garnku, albo, gdy było wielu gości, w kociołku na świeżym powietrzu.

Z czasem, poprzez wędrownych kupców i handlarzy przepis na gulasz dostał się do Czech, a potem i do innych krajów, także do Polski. W miarę rozprzestrzeniania się potrawy po Europie, przepis ewoluował, przyjmując różnorodne lokalne odmiany.

W Wielkopolsce gulasz stał się jednym z ulubionych dań, często podawanym z dodatkiem klusek szagówek albo kaszy oraz surówki z kapusty lub plasterków kiszzonego ogórka.





Rolady po wielkopolsku

Składniki:

- schab wieprzowy – 1 kg
- kielbasa śląska – 300 g
- ogórki kiszone – 5 szt.
- cebula – 2 szt.
- marchew – 2 szt.
- musztarda stołowa – 100 g
- sól, pieprz do smaku



Wykonanie:

- Schab potnij na plastry, rozbij tłuczkiem na cienkie płaty.
- Kielbasę i ogórki pokrój w kostkę, cebulę w półkrażki, marchew zetrzyj na tarce. Dodaj sól i pieprz, wszystko wymieszaj.
- Plastry mięsa posmaruj musztardą i nałóż farsz.
- Zawijaj ciasno mięso tak, aby cały farsz był wewnątrz rolady. Dla wygody przy smażeniu możesz spiąć brzegi wykałaczką.
- Smaż na oleju ok 30 minut, często obracając mięso, aby się nie przypaliło.
- Jeśli chcesz mieć sos, zalej usmażone rolady bulionem, doprowadź do wrzenia, a następnie zagęść mąką rozrobioną z wodą.

Kilka słów o...

W kuchni niemieckiej są znane pod nazwą „Rouladen”. Termin „roulade” pochodzi z języka francuskiego, gdzie „rouler” oznacza „toczyć” lub „zwijać”. Francuska kuchnia jest znana z różnych wersji rolad, zarówno słodkich, jak i wytrawnych. Włosi mają swoją wersję rolady w postaci „braciole” - cienkie kawałki mięsa zawijane z nadzieniem i duszone w sosie pomidorowym.

Rolady to doskonale znany sposób na smaczne i oryginalne wykorzystanie mięsa. W Wielkopolsce znane są dwa rodzaje tego dania: z wołowiny i z wieprzowiny. W czasach niedostatku tych mięs rolady robiono z mięsa końskiego. Farsz bywa również różny: z mięsa mielonego, boczku, cebuli i ogórka kiszzonego lub z kiełbasy wędzonej, marchwi, cebuli i ogórków kiszonych. Za każdym razem dodaje się również łagodnej musztardy, która zmiękcza mięso i nadaje specyficznego, lekko pikantnego smaku.

Ważne jest, aby wybrać mięso chude, bez tłuszczu, który podczas smażenia wytapiałby się i zmieniał strukturę rolady.

Danie podajemy z kluskami szagówkami lub ugotowanymi ziemniakami. Doskonale smakuje z pyzami drożdżowymi. Do tego można dodać surówkę albo kapustę gotowaną kiszoną lub słodką. Na zimno, pokrojone na plastry są doskonałym dodatkiem do kanapek. Pomysł na rolady, jak wiele kulinarnych przepisów, rozprzestrzenił się na cały świat, często zmieniając skład w związku z lokalnymi smakami i dostępnymi składnikami.

Rolady po wielkopolsku

R
o
l
a
d
y

p
o

w
i
e
l
k
o
p
o
l
s
k
u



Klopsy

Składniki:

Na klopsy:

- mięso wieprzowe z łopatki mielone – 1 kg
- jajka – 2 szt.
- cebula – 1 szt. – pokrojona w drobna kostkę
- sól, pieprz, majeranek do smaku

Na sos koperkowy:

- pęczek koperku
- śmietana 30% - pół szklanki
- bulion - szklanka
- masło klarowane – łyżka
- czosnek – 2 ząbki
- sok z cytryny – 2 łyżki
- mąka pszenna – łyżka
- sól, pieprz, kardamon, gałka muskatołowa – do smaku



Wykonanie:

Klopsy:

- Mięso mielone połącz z jajkami, cebulą, solą, pieprzem i majerankiem. Dobrze wymieszaj.
- Formuj małe kulki mięsne.
- Wrzuć do wrzącej wody i gotuj ok. 15 minut.
- Wyjmij z wody i podawaj z sosem koperkowym.

Sos koperkowy:

- Na gorącą patelnię włóż łyżkę klarowanego masła.
- Dodaj sprasowane 2 ząbki czosnku. Krótco podsmażaj.
- Następnie wlej szklankę bulionu.
- W kubku połącz śmietanę z mąką – dokładnie wymieszaj, aby nie było grudek.
- Wlej zawiesinę przez sitko na patelnię z bulionem. Dodaj przyprawy. Podgrzewaj aż sos zgęstnieje, ciągle mieszając.
- Dodaj sok z cytryny i drobno posiekany koperek. Podgrzewaj dalej, aż do zagotowania.

Sos podawaj zawsze gorący.

Kilka słów o...

Klopsy znane były już w starożytnym Rzymie. Choć są proste w wykonaniu i w składzie, kryją w sobie bogactwo smaku i tradycji. Wraz z wędrówkami ludów po kontynencie danie rozprzestrzeniło się po całej Europie.

W Polsce znane są od wieków. Wykonuje się je z mielonego mięsa wołowego lub wieprzowego (lub mieszanki obu) z dodatkiem jajek i przypraw. W zależności od regionu mogą zawierać cebulę lub czosnek, zależnie od preferencji.

Klopsiki można spotkać w wielu odmianach: szwedzkie, serwowane z charakterystycznym sosem, włoskie polpette czy hiszpańskie albóndigas.

W Polsce popularne są podawane w sosie pomidorowym, pietruszkowym, koperkowym, w formie pieczeni rzymskiej czy klopsiki królewskie, nadziewane jajkiem. Znane są też małe klopsiki w zalewie octowej. Każdy rodzaj ma swoje unikatowe walory i sposób podania.

W Wielkopolsce najpopularniejsza wersja to z sosem pomidorowym lub koperkowym, podawana z ryżem, makaronem lub ziemniakami. Są doskonałe na zimno i na ciepło jako danie główne i jako dodatek do zup czy sałatek.



K
l
o
p
s
y

Klopsy

Surówka z młodej kapusty

Składniki:

- główka młodej białej kapusty
- zielony ogórek – 1 szt.
- koperek – pęczek
- por – kawałek długości 10 cm – biała część
- sól, cukier, pieprz do smaku
- oliwa – 2 łyżki

Wykonanie:

- Kapustę obierz z zewnętrznych, odstających liści.
- Przetnij główkę na połowę i poszatkuj na wąskie paski.
- Dodaj pół łyżeczki soli, 2 łyżeczki cukru i pieprzu do smaku. Wymieszaj.
- Po ok. 10 minutach dodaj pokrojony w kostkę świeży ogórek, drobno posiekany koperek oraz por pocięty w półkrażki i oliwę. Wymieszaj.
- Przygotuj na ok. 15 minut przed podaniem – później kapusta puszcza sok i jest bardzo mokra.



Kilka słów o...

Surówki są bardzo wysoko cenionym dodatkiem do dań obiadowych, grilla, a nawet zestawów w fast-foodach. Obiad bez nich jest niepełny. Dodatek chrupiących, zdrowych warzyw sprawia, że posiłek jest bardziej wartościowy, zyskuje na smaku i apetyczności. Wiosną warto sięgać po młode warzywa, ponieważ po okresie zimowym nasz organizm bardzo potrzebuje witamin i minerałów.

Ponieważ Wielkopolska to teren w większości rolniczy, warzywa były częstym gościem na stołach. Na początku jadano je gotowane, ale z czasem odkryto ich walory smakowe i zdrowotne w formie surówek.

Surowa kapusta ma witaminę U – związek wyodrębniony z niej w latach 50. XX wieku. Ma on korzystny wpływ na układ pokarmowy, wspomaga leczenie wrzodów żołądka, przyspiesza gojenie się ran, wspiera odporność.



Młoda kapusta gotowana

Składniki:

- młoda kapusta – główka
- koperek – pęczek
- woda – szklanka
- masło – pół kostki
- sól – łyżeczka
- cukier - łyżeczka
- ocet jabłkowy - łyżka

Wykonanie:

- Z kapusty obierz zewnętrzne, mniej jędrne liście.
- Całą główkę drobno poszatkuj.
- Kapustę włóż do garnka, dodaj wodę, przykryj pokrywką i gotuj na małym ogniu ok. 20 minut.
- Po tym czasie dodaj sól, masło, ocet, cukier i koperek. Wszystko dokładnie wymieszaj do czasu rozpuszczenia masła.



Kilka słów o...

Każdy z nas pamięta smak gotowanej młodej kapusty z koperkiem. Kiedyś przepis na to danie był bardzo powszechny, a obiad z kapustą codziennością. Nie używano wielu dodatków tylko soli, pieprzu, cebuli, czasem cukru i octu, aby podkreślić słodycz kapusty i nadać jej lekko kwaśny smak. Współczesna kuchnia zawiera coraz to nowe przepisy i zapomina o prostocie dawnych receptur. A to one najlepiej oddają charakter potraw sezonowych. Młoda kapusta najsmaczniejsza właśnie jest wiosną i latem.

Warto wrócić do tradycji, gdyż spożywanie kapusty ma wpływ na zdrowie – jest ona lekkostrawna, zawiera błonnik i witaminę C. Składniki są proste, a przygotowanie łatwe. Smakuje najlepiej w sezonie – warzywo jest najdelikatniejsze. Poza tym z kilku składników można przygotować coś oryginalnego na nasz stół.

Można ją podawać na różne sposoby: z pieczenią, ziemniakami, kluskami.

Młoda kapusta gotowana

M
ł
o
d
a

k
a
p
u
s
t
a

g
o
t
o
w
a
n
a



Szagówki – kopytka z Wielkopolski

Składniki:

- ugotowane ziemniaki – 1 kg
- jajko – 1 szt.
- mąka pszenna – ilość potrzebna do zagniecenia ciasta
- sól – pół łyżeczki

Wykonanie:

- Ziemniaki przeciśnij przez praskę lub rozgnieć tak, aby nie było grudek.
- Dodaj jajko, mąkę, sól i zagnieć ciasto.
- Z ciasta formuj cienkie wałki, a następnie rozcinaj ukosem, „na szagę”.
- Gotuj w osolonej wodzie do czasu, aż wypłyną.

Szagówki można podawać jako samodzielne danie, albo z gulaszem lub pieczenią.



Kilka słów o...

Szagówki to lokalne danie z Wielkopolski. Historia tej potrawy wywodzi się z czasów, kiedy jej składniki były powszechnie dostępne i tanie – Wielkopolska ziemniakiem stoi! Poza tym wysokim walorem jest ich smak i łatwość przygotowania. Określenie pochodzi z gwary wielkopolskiej i odnosi się do sposobu cięcia klusek „na szagę”, czyli ukośnie. W innych regionach kraju znane pod nazwą „kopytka”.

Na szagówki wykorzystuje się ugotowane ziemniaki, najczęściej te, które zostały z poprzedniego dnia. Jest to doskonały sposób na zagospodarowanie resztek w kuchni, wpisujący się w modny obecnie trend „zero waste”. Kluski po zagnieceniu należy zaraz gotować, gdyż później stają się zbyt luźne i trzeba dodawać mąki. To natomiast powoduje, że stają się twarde. Natomiast jeśli kluski zostaną po obiedzie, można je obsmażyć na maśle i podawać np. z cukrem, bułką tartą i zieloną pietruszką.

SZAGÓWKI
(KOPYTKA)

Szagówki są pyszną alternatywą dla ziemniaków – wyśmienicie smakują i można je podawać z wieloma dodatkami – np. surówką z młodej kapusty i sosem pieczeniowym.

Są nadal popularne w polskiej kuchni, a ich receptura ewoluuje nieustannie – w skład mogą wchodzić np. szpinak czy suszone pomidory.

Najlepsze na kluski są ziemniaki świeżo gotowane, jeszcze ciepłe, co ułatwia przeciskanie ich przez praskę lub rozgniatanie.



Plyndze (placki ziemniaczane)

Składniki:

- ziemniaki – 1 kg
- cebula – 1 szt.
- mąka pszenna – 2 łyżki
- jajko – 1 szt. rozmiar L
- olej do smażenia
- cukier/śmietana jako dodatek
- sól – pół łyżeczki

Wykonanie:

- Ziemniaki umyj, cienko obierz, zetrzyj na tarce.
- Dodaj startą cebulę, sól, mąkę i jajko. Dokładnie wymieszaj.
- Na patelni rozgrzej olej i wykładaj małe porcje ciasta.
- Smaż do uzyskania złocistego koloru.
- Podawaj z cukrem lub śmietaną.
- Można też z gulaszem jako placek po węgiersku.





Kilka słów o...

Ziemniaki dotarły do Polski w XVI wieku. Szybko zyskały popularność i stały się podstawą wielu potraw. Ponieważ stanowiły tanie i powszechnie dostępne źródło pożywienia, zaczęto z nich przygotowywać różne dania, np. placki ziemniaczane zwane w Wielkopolsce plyndzami. Jest to smażone ciasto z utartych ziemniaków z mąką, jajkiem i cebulą. Z czasem zaczęły gościć na stolach szlacheckich i w całym kraju.

Wersje placków ziemniaczanych można spotkać w różnych regionach świata.

W Niemczech plyndze znane są jako Kartoffelpuffer, na Litwie jako bulviniai blynai, a w Ameryce Północnej powstała ich żydowska wersja – latkes.

W Polsce podajemy je z cukrem, kwaśną śmietaną, gulaszem albo sosem grzybowym. Spotyka się również wersje z pieczarkami lub kiszoną kapustą.

13 listopada obchodzimy Dzień Placków Ziemniaczanych.

Placki to bogate źródło węglowodanów niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu, witamin C, B6 i potasu, a cebula, jeden ze składników, jest bogata w błonnik, który ułatwia trawienie.

Plyndze to nie tylko potrawa – to część dziedzictwa kulturowego.



Śledzie ze śmietaną

Składniki:

Na zalewę:

- cebula – 2 szt. - pokrojona w półkrażki
- ocet – 2 łyżki
- cukier – 2 łyżeczki
- sól – do smaku
- ziele angielskie, liść laurowy
- jogurt naturalny lub śmietana 12% – 450 g

Śledzie

- Typ matias - wiaderko 0,5kg

Wykonanie:

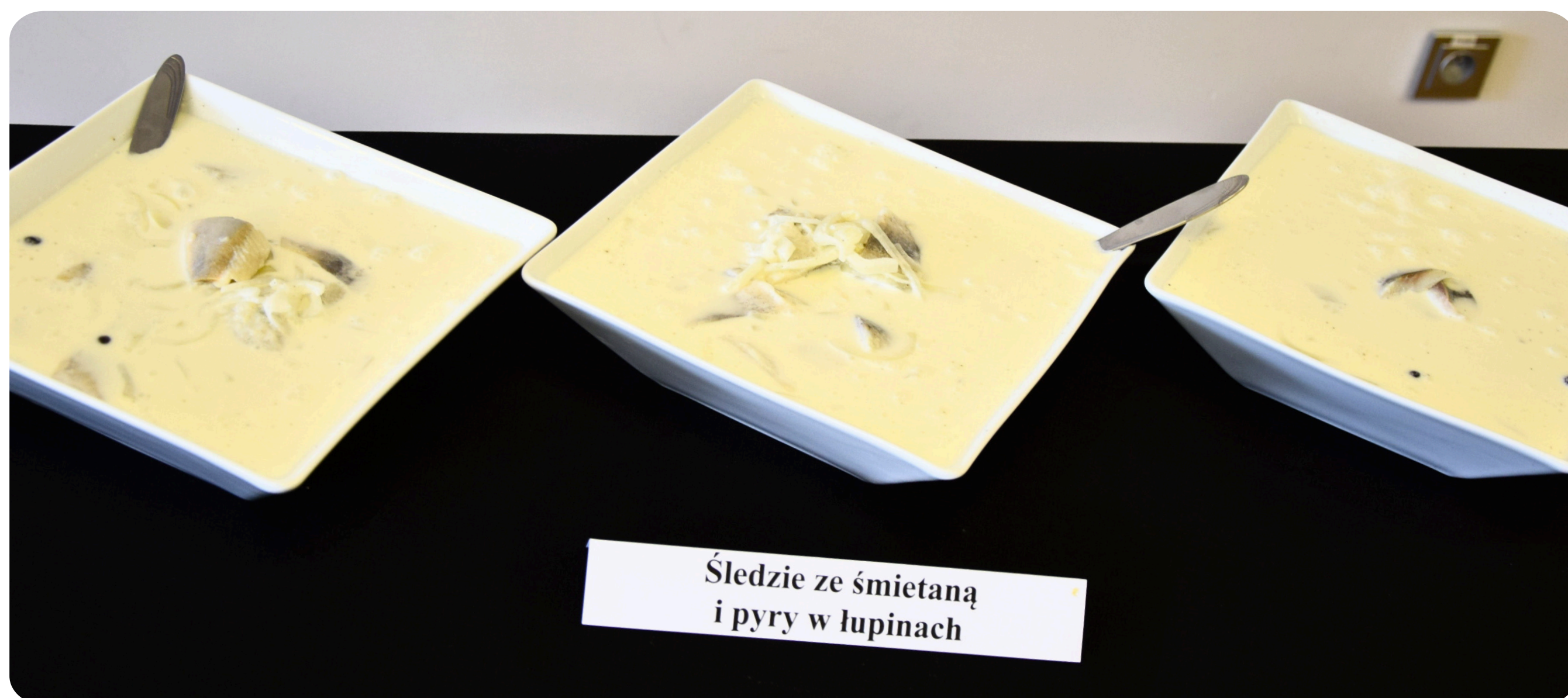
Zalewa

- Zagotuj wodę, dodaj cebulę, ocet i cukier, sól, liść laurowy, ziele angielskie. Całość zagotuj i pozostaw do wystygnięcia.

Śledzie

- Śledzie zamocz na ok. 2 godziny.
- Następnie wypłucz, pokrój na kawałki i zalej zimną zalewą na ok. 3 godziny.

Podawaj z gorącymi ziemniakami ugotowanymi w łupinach.



Kilka słów o...

Śledzie w zalewie octowo-śmietanowej to smaczny i bardzo prosty przepis, który sprawdza się na co dzień i od święta. W Wielkopolsce to bardzo rozpoznawalne danie postne, podawane z gorącymi ziemniakami gotowanymi w łupinach (mundurkach). Jednym z najbardziej unikatowych aspektów kuchni tego regionu jest zdolność łączenia smaków słodkich i kwaśnych, tak jak w tym przepisie.

Śledzie zaliczają się do ryb tłustych, nie są jednak wysokokaloryczne. Mogą je zatem jeść osoby dbające o linię, gdyż zawarte w nich składniki pozwalają spalać tłuszcz i wpływają na przemianę materii. Zawierają wiele składników mineralnych, witamin i aminokwasów. Wspomagają odporność, pomagają zapobiegać chorobom serca, regulują ciśnienie tętnicze krwi oraz obniżają poziom cholesterolu. Poza tym wzmacniają kości i wspomagają pracę oczu.

Z tego wynika, że spożywanie śledzi jest bardzo zdrowe, a dania z nich przygotowane pożywne i smaczne.





Rozdział 3

Desery



Babeczki kruche ze śmietaną i owocami

Składniki

- kruche babeczki – 15 szt.
- śmietana 30% - 450 g
- cukier puder- 2 łyżeczki
- owoce sezonowe:
truskawki, maliny,
porzeczki, borówki.

Wykonanie:

- Kruche babeczki rozłóż na blacie.
- Śmietanę 30% ubij na wysokich obrotach miksera. Pod koniec dodaj przesiany przez sitko cukier puder.
- Napełniaj gęstą masą śmietanową poszczególne babeczki. Na wierzchu ułóż, według uznania, owoce.
- Do śmietany można dodać ser mascarpone lub galaretkę owocową. Babeczki napełniamy łyżką albo rękawem cukierniczym.



Kilka słów o...

Kuchnia wielkopolska to bogactwo drożdżowych wypieków, które są znane powszechnie jako symbol regionu. Oprócz rogalików marcińskich, pyszne są szneki z glancem – drożdżówki z marmoladą polane lukrem, które zachwycają swoją miękkością i niepowtarzalnym aromatem. Proces przygotowania jest jednak dość długi i pracochłonny.

Natomiast od lat bardzo popularne w naszym regionie są desery na bazie bitej śmietany – torty śmietanowe, ptasie mleczka czy nadziewane babeczki z owocami.

Kruche babeczki to doskonały pomysł na deser.

Są łatwe w wykonaniu, szczególnie gdy kupimy gotowe ciastka, a czas przyrządzania jest krótki. Najlepiej smakują z dodatkiem owoców sezonowych: truskawek, czerwonych porzeczek, zwanych w Wielkopolsce świętojankami, malin czy borówek. Poza sezonem można użyć owoców z puszki: brzoskwiń lub ananasa. Zwolennicy deserów bardzo słodkich posypują babeczki wiórkami czekolady.



Babeczki kruche ze śmietaną i owocami

B
a
b
e
c
z
k
i

k
r
u
c
h
e

z
e
ś
m
i
e
t
a
n
ą
i

o
w
o
c
a
m
i



Gofry ze śmietaną i owocami

Składniki:

Na ciasto:

- mąka pszenna – 2 szklanki
- mleko – 1,5 szklanki
- olej – 1/3 szklanki
- jajka – 3 szt.
- proszek do pieczenia – łyżeczka
- cukier – łyżeczka
- sól – szczypta

Dodatki:

- śmietana 30% – 450 g
- cukier puder – łyżeczka do śmietany i 2 łyżki do posypania gofrów
- owoce sezonowe
- sos czekoladowy lub owocowy

Wykonanie:

Gofry:

- Wymieszaj mąkę, olej, żółtka jaj, mleko, sól i cukier.
- Białka jaj ubij na sztywną pianę, dodaj do masy
- Płytki gofrownicy posmaruj olejem
- Przy pomocy chochelki wylewaj ciasto na gofrownicę i zamknij urządzenie
- Smaż ok. 4 minut

Dodatki:

- Śmietanę 30% ubij z łyżeczką cukru pudru na sztywno.
- Nakładaj ubitą śmietanę na ciepłe gofry. Na tę warstwę połóż pokrojone owoce sezonowe. Całość polej sosem owocowym lub czekoladowym.

Kilka słów o...

Najczęściej gofry jedzone są na słodko z bitą śmietaną, owocami, frużeliną, galaretką. Latem doskonale są z łatwo dostępnymi owocami sezonowym. Bywają też amatorzy wytrawnej formy – z serem, wędliną, jajkiem, boczkiem.

Można je jeść na śniadanie, kolację lub jako przekąskę między posiłkami. Smak można modyfikować: do ciasta dodać kakao lub przyprawy korzenne.

25 marca obchodzimy Dzień Gofra.

W Wielkopolsce gofry, jako że są proste w wykonaniu, zaczęły wypierać czasochłonne wypieki przygotowywane na deser.

Różnorodność dodatków sprawia, że każdy znajdzie coś odpowiedniego i smacznego dla siebie.

W wersji prostszej gofry podajemy posypane cukrem pudrem. Jeśli nie mamy owoców sezonowych, dodajemy pokrojone i odsączone z puszki.

Gofry ze śmietaną i owocami

G
o
f
r
y
z
e
ś
m
i
e
t
a
n
ą
i
o
w
o
c
a
m
i



Placek drożdżowy z rabarbarem

Składniki:

Na zaczyn:

- mąka pszenna (wrocławska lub tortowa) – 2 łyżki
- ciepłe mleko – 4 łyżki
- świeże drożdże – 40 g
- cukier – łyżka

Na ciasto:

- mąka pszenna – 4 szklanki
- żółtka jaj – 5 szt.
- ciepłe mleko – szklanka
- masło – pół kostki
- cukier puder – pół szklanki
- sól – szczypta
- rabarbar – 700 g

Wykonanie:

Zaczyn

- Do mąki pszennej dodaj cukier, 4 łyżki ciepłego mleka (max.35 °C) oraz 40 g świeżych drożdży – rozetrzyj całość i odstaw w ciepłe miejsce.

Po około 10 minutach zaczyn powinien rosnąć.



Na kruszonkę:

- mąka pszenna – szklanka
- cukier – pół szklanki
- masło – pół kostki

Kruszonka

Wszystkie składniki kruszonki połącz i rozetrzyj w rękach. Posyp przygotowaną kruszonką placek.

Pieczenie:

Wstaw na środkową półkę do piekarnika nagrzanego do 175°C na ok. godzinę – do suchego patyczka. Po wyjęciu z piekarnika posyp cukrem pudrem. Rabarbar można zastąpić innymi owocami sezonowymi: truskawkami, śliwkami, agrestem, jabłkami.



Kilka słów o...

Polskie wypieki mają długą i bogatą historię, która sięga wieków wstecz. Są nieodłącznym elementem rodzimej tradycji kulinarnej.

Historia polskiego pieczenia sięga czasów średniowiecza, kiedy to piekarze zaczęli tworzyć różnorodne wypieki na bazie mąki, drożdży i innych składników. Wpływ na jego rozwój miały również sąsiednie kraje, takie jak Niemcy, Czechy i Węgry. Wprowadzano różnorakie techniki pieczenia i składniki, które wzbogaciły stoły o coraz to nowsze rodzaje ciast.

Tradycyjne polskie ciasta i drożdżówki charakteryzują się bogatym smakiem i różnorodnością składników. Zawierają mąkę, cukier, jajka, masło, mleko i owoce, które są dostępne na przestrzeni roku. Dodatek drożdży nadaje im puszystą konsystencję i charakterystyczny smak. Ważne jest odpowiednie przygotowanie ciasta i czas wyrastania, aby uzyskać idealny wypiek.

Ciasto drożdżowe jest podstawą do wyrobu zarówno potraw słodkich, jak i wytrawnych, takich jak: baby drożdżowe (np. baba wielkanocna), ciasta i ciastka z owocami lub makiem (np. kołocz śląski, strucla z makiem), kulebiaki oraz paszteciki, słodkie bułeczki drożdżowe (np. buchty, drożdżówki), pyzy drożdżowe, pączki, racuchy, bliny, naleśniki.

Pyszne tradycyjne ciasto drożdżowe z rabarbarem (lub sezonowymi owocami) i maślaną kruszonką to prosty w swoim wyglądzie i przygotowaniu placek, wyśmienity w smaku, który będzie doskonałym dodatkiem do kubka kawy czy też herbaty. Ciasto można przygotować na przyjęcie w ogrodzie czy też podwieczorek w domowym gronie.



Placek drożdżowy



Placek drożdżowy
z owocami



Placek drożdżowy
z rabarbarem

Placek drożdżowy

Notatki



Notatki





Notatki



Notatki



Notatki



Notatki





Partnerzy:



Narodowy
Program
Rozwoju
Czytelnictwa
2.0



Ministerstwo Kultury
i Dziedzictwa Narodowego

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury
i Dziedzictwa Narodowego w ramach
realizacji Narodowego Programu Rozwoju
Czytelnictwa 2.0 na lata 2021–2025



NARODOWE
CENTRUM
KULTURY

