

Jarosław Dumanowski

Maciej Nowicki

Kuchnia polska

Tradycja, terażniejszość, wspólnota

## Spis treści

Co to jest kuchnia polska?.....	7
Produkty .....	9
Natura .....	11
Tradycja i historia.....	11
Fermentacja i wędzenie .....	15
Rodzina.....	16
Wartości współczesnych ruchów żywieniowych .....	17
Sto potraw kuchni polskiej .....	21
I. Przystawki .....	21
1. Kaszanka .....	21
2. Serdelki .....	22
3. Kołduny litewskie .....	23
4. Tatar .....	26
5. Półgęsek .....	28
6. Gęsie szyje .....	31
7. Wątróbka gęsia.....	34
8. Raki .....	37
9. Śledź marynowany .....	39
10. Szczupak po żydowsku .....	40
11. Karp po żydowsku .....	43
12. Węgorz .....	46
13. Sielawa .....	49
14. Babka ziemniaczana.....	50
15. Ziemniaki nadziewane .....	52
16. Cebularz .....	54
17. Marchew faszerowana.....	57

18.	Jarmuż z kasztanami .....	59
19.	Knysze.....	61
20.	Sałata grenadierska armii gen. Hallera .....	63
21.	Pasztet z zająca.....	65
22.	Buraczki .....	68
23.	Szparagi po polsku .....	70
24.	Polenta [z bryndzą] .....	74
25.	Wątróbka cielęca.....	75
II.	Zupy.....	78
1.	Rosół .....	78
2.	Żur żytni.....	79
3.	Żur owsiany .....	81
4.	Żur wielkopostny (rybny i wegański) .....	83
5.	Kapuśniak .....	85
6.	Czernina .....	87
7.	Krupnik .....	90
8.	Zupa grzybowa.....	92
9.	Barszcz.....	94
10.	Chłodnik litewski .....	97
11.	Chłodnik owocowy .....	99
12.	Ogórkowa.....	101
13.	Polewka piwna .....	103
14.	Zupa rybna .....	104
15.	Zupa rakowa.....	106
16.	Szczawiowa.....	108
17.	Grochowa .....	110
18.	Pokrzywowa.....	112

19.	Zupa śliwkowa .....	114
20.	Hyćka .....	116
21.	Zupa kminkowa .....	117
22.	Flaki .....	119
23.	Zupa z konopi .....	122
24.	Zupa makowa.....	124
25.	Szparagowa .....	125
III.	Dania główne .....	127
1.	Kotlet schabowy.....	127
2.	Zrazy polskie.....	128
3.	Jagnięcina i baranina.....	130
4.	Wereszczaka.....	132
5.	Bigos .....	134
6.	Kiełbasa w piwie.....	136
7.	Pierogi ruskie .....	137
8.	Pierogi z serem.....	139
9.	Pierogi z owocami (czarnymi jagodami, wiśniami, truskawkami, jabłkami itd.)	140
10.	Pieróg z kaszą gryczaną .....	141
11.	Gołąbki.....	143
12.	Fasolka po bretońsku (z armii Hallera).....	145
13.	Szczupak po polsku.....	147
14.	Szczupak na żółto z staropolska.....	149
15.	Sandacz po polsku z jajami.....	152
16.	Karp po polsku (w sosie piernikowym lub szarym) .....	154
17.	Pieczona gęś.....	156
18.	Kotlety z dzika .....	159
19.	Polędwica jelenia .....	160

20.	Zając ze śmietaną .....	163
21.	Sarnina .....	164
22.	Klops na kwaśno .....	166
23.	Kurczak nadziewany .....	168
24.	Potrawka z kurczaka .....	170
25.	Kaszka krakowska .....	172
IV.	Desery .....	175
1.	Sękacz .....	175
2.	Pierniki .....	176
3.	Szarlotka .....	179
4.	Zefir jabłkowy.....	181
5.	Legumina jabłkowa z chlebem żołnierskim (armia gen. Hallera) .....	182
6.	Jabłka faszerowane .....	185
7.	„Ser” z jabłek .....	186
8.	Gruszki w winie z przyprawami korzennymi .....	188
9.	Mus z gruszek .....	189
10.	Sernik .....	191
11.	Makowiec.....	193
12.	Baba szafranowa .....	194
13.	Babka drożdżowa.....	196
14.	Mazurek .....	198
15.	Suszone śliwki nadziewane migdałami.....	201
16.	Placek drożdżowy ze śliwkami .....	202
17.	Kisiel z owoców (wiśni, malin, truskawek itd.).....	204
18.	Pascha .....	206
19.	Pączki.....	207
20.	Chruściki .....	209

21.	Kremówka.....	211
22.	Marcepan.....	213
23.	Maliny .....	217
24.	Poziomki .....	218
25.	Rurki z bitą śmietaną .....	219

## Co to jest kuchnia polska?

Pytanie wydaje się banalne, a odpowiedź oczywista: schabowy, bigos i pierogi, flaki, żurek i oczywiście rosół, na deser koniecznie szarlotka, sernik i makowiec. Te wszystkie potrawy zawarliśmy więc w naszym wyborze zarazem historycznych, jak i współczesnych receptur na dania kuchni polskiej.

To wszystko? Zapewne moglibyśmy tak wymieniać bez końca. I wskazać np. na pierogi ruskie, barszcz ukraiński, chłodnik litewski i karpia po żydowsku, może dodać zupę klopsową (klopsy królewieckie) i kołduny litewskie. Jak widać po tym wyliczeniu potraw określanych jako „ruskie”, „litewskie” czy „żydowskie”, odpowiedź na postawiane pytanie wcale taka oczywista nie jest.

A może należałoby po prostu rozejrzeć się po naszych miastach, zajrzeć do restauracji, barów i wszelkiego typu street i fast foodów, których bez wątplenia jest najwięcej? Wskazalibyśmy wtedy chyba na pizzę, kebab i dziesiątki włoskich makaronów, koreańskie kimchi i japoński ramen, w czołówce byłby hamburger i niepodzielnie panujący na tysiącach stacji benzynowych hot-dog (czasem z nutką polskości w postaci białej kielbasy, kabanosa czy chrzanu).

Podczas przeprowadzanych w różnym gronie dyskusji na ten temat, po długim wyliczaniu polskich potraw i ciągłym przypominaniu tego o czym zapomnieliśmy, wielu uczestników wskazywało też, że pierogi pochodzą podobno z Chin, ziemniaki przyplłynęły z Ameryki, nasz schabowy to kopia wiedeńskiego sznycla, gołonka jest z Bawarii, a wódka z Rosji. Czy aby na pewno?

Gdy wymienimy nazwy 100 czy 200 potraw, to pytanie o to, czym jest kuchnia polska pozostanie nadal otwarte. Nawet gdy podważymy różne kulinarne mity o wynalezieniu jakiejś potrawy w jednym tylko kraju i wykażemy, że w Polsce o wódce pisano wcześniej i częściej niż w Rosji, to ciągle nie znajdziemy jakiejś jednej, krótkiej odpowiedzi na to pytanie. A jednocześnie wszyscy przecież instynktownie czujemy co jest kuchnią polską, a co nie jest, co jest nasze, swojskie i po prostu polskie.

Być może zresztą ten najczęstszy sposób rozwiązywania naszej kulinarno-narodowej zagadki poprzez wyliczanie potraw lub produktów jest z gruntu błędny. Te same czy bardzo podobne potrawy są przecież znane w wielu krajach, a najpopularniejsze w naszej gastronomii kebaby czy pizza mimo ich wszechobecności trudno przecież uznać za typowo polskie. Co wreszcie z potrawami regionalnymi, czasem zupełnie nieznanymi w innych częściach kraju, jak zakwalifikować lubelskie pierogi z kaszą gryczaną i miętą, nieznaną czy wręcz budzącą grozę gdzie indziej wielkopolską, kujawską i pomorską czerninę, kto wreszcie pamięta o wigilijnej śląskiej siemieniotce z konopi czy małopolskim ciulimie wzorowanym na żydowskim czulencie? Bogactwo i zróżnicowanie to ogromny atut, ale dla naszej próby zdefiniowania czy choćby opisanie kuchni polskiej i stworzenia jej wyrazistego obrazu stanowi to pewien problem.

Może więc nie ma jednej kuchni polskiej i istnieje tylko zbiór kuchni regionalnych, zupełnie innych na Podhalu, Śląsku i Podlasiu? Może jest wiele różnych polskich kuchni, innych nie tylko ze względu na geografę, ale i różne tradycje, większe lub mniejsze zakorzenienie w historii czy fascynacje nowoczesnością, egzotyką i łączenie bardzo różnych inspiracji i wartości?

Mimo tych trudności i braku jakiejś jednej prostej odpowiedzi myślimy, że jest ona jednak możliwa i potrzebna. Z natury rzeczy mamy ograniczoną wiedzę na temat kuchni francuskiej czy włoskiej, chińskiej, japońskiej albo tajskiej, potrafimy jednak jakoś je odróżnić, nazwać i raczej nie mamy wątpliwości, czy istnieją. Być może więc to nie tylko my powinniśmy definiować kuchnię polską? Czasami pewne rzeczy lepiej widać z oddali, z pewnej perspektywy i przy dużym uogólnieniu czy wręcz uproszczeniu. Francuscy, włoscy czy szwajcarscy kucharze pracujący w Polsce opowiadając o kuchni polskiej skupiają się zwykle na czymś charakterystycznym, innym, czymś co naszą kuchnię wyróżnia, co ich zaskakuje i według nich jest dla kuchni polskiej typowe, bo inne od tego, z czym spotkali się w swoich krajach. Rozprawiają więc z zachwytem o kiszonych ogórkach i kiszonej kapuście, żurku i barszczu, bigosie, pierogach, grzybach itd.

Kuchnia polska to nie tyle to co dzisiaj jemy w Polsce (nasze jedzenie jest coraz bardziej zglobalizowane), ale to co jest dla naszego kraju charakterystyczne, wyjątkowe i przez to po prostu nasze. Kuchnia to coś więcej niż same potrawy, to raczej pewne zasady, idee rozstrzygające o tym co jest smaczne, zdrowe, z jakiegoś powodu dla nas odpowiednie i właśnie nasze.



W definiowaniu narodowych i lokalnych kuchni szczególną rolę odgrywają produkty, ich jakość, zróżnicowanie i sposoby wykorzystania. Na południu Europy podkreśla się przede wszystkim *terroir*, czyli połączenie specyficznych cech produktu regionalnego i warunków naturalnych z wiedzą i umiejętnościami jego wytwórców ukształtowanymi przez tradycję, historię i kulturę. Na północy naszego kontynentu, w Skandynawii i u nas, od wieków ceni się przede wszystkim naturę, przyrodę, produkty lasu i dzikie jedzenie.

Dziś większość naszego jedzenia jest oczywiście produkowana w nowoczesny sposób, masowo, tanio i bezpiecznie. Dawne tęsknoty i wybory żywieniowe ciągle jednak pobrzmiwają w naszej wyobraźni. Przypominamy sobie dawny smak, potrzebujemy zakorzenienia w historii i tradycji, chcemy jedzenia zdrowego, naturalnego i po prostu naszego. Choćby od święta, choćby dla naszych gości, ale przede wszystkim dla nas samych.

Długie łańcuchy żywieniowe, skomplikowanie nowoczesnej produkcji jedzenia i wielość pośredników w procesie dystrybucji żywności sprawiają, że nie znamy ludzi, którzy to jedzenie dla nas wytwarzają. Często ktoś taki zresztą jako osoba nie istnieje: różne fazy produkcji żywności są podzielone między całe grupy ludzi, a nawet różnych przedsiębiorstw i organizacji. Tymczasem spotkanie z piekarzem, rzeźnikiem, mleczarzem albo rolnikiem sprzedającym swoje produkty na targowisku było swoistą rękojmią jakości jedzenia, ale potrzebujemy i dążymy do samego kontaktu z producentem, kucharzem (kiedyś w każdej rodzinie był taki domowy, ciężko pracujący nad przygotowaniem jedzenia kucharz czy raczej kucharka).

## **Produkty**

Tożsamość kuchni regionalnej i narodowej zależy w dużej mierze od produktów żywnościowych: występujących lokalnie, typowych dla danego kraju i regionu, zakorzenionych w tradycji i kulturze. Uprawiane i wykorzystywane przez wieki produkty są przez nas oswojone, znamy je najlepiej i potrafimy je wszechstronnie wykorzystać. Często były i są to produkty proste, tanie i stanowiące dawniej podstawę wyżywienia szerokich, biednych grup ludności. Dawne techniczne ograniczenia i trudności z zaopatrzeniem i konserwacją oraz zwykła bieda sprawiły, że w ciągu naszej historii mistrzowie kuchni, gospodynie domowe i producenci żywności potrafili z bardzo ograniczonej liczby podstawowych składników wręcz wyczarować niezwykle kulinarne bogactwo.

W wyżywieniu Polaków szczególną rolę odgrywał i ciągle odgrywa chleb, symbolizujący jedzenie i życie, uświęcony przez religię i tradycję. Dziś mamy do czynienia z powrotem tradycyjnego chleba: żytniego, razowego, wypiekanego na zakwasie, wyrabianego z mąki tradycyjnych rodzajów zbóż (orkisz, samopsza, płaskurka). Przez całe wieki chleb ciemny, żytni czy razowy był uznawany za pieczywo gorsze, tańsze i pożywienie biednych. Biały chleb z drobno zmielonej mąki pszenicznej był typowy raczej dla krajów śródziemnomorskich. W Polsce, Skandynawii, Niemczech czy w Rosji był luksusem, pieczywem świątecznym i obrzędowym, postrzeganym wręcz jako słodycz i deser jak weselne kołaczki, słodkie bułeczki czy chałka

Dziś mamy do czynienia z charakterystycznym powrotem do tradycji. Chleb ciemny, żytni, wypieczony z grubo zmielonej mąki i z różnymi dodatkami jest droższy, bardziej ceniony przez konsumentów i bez wątpienia zdrowszy niż pieczywo z drobnego przemiału i bez dodatku pełnych ziaren. Dawne dodatki do chleba były przy tym często używane z biedy, dla wypełnienia ciasta i zastąpienia drogiej mąki. Wypełniano je więc ziemniakami, otrębami, ziołami, kukurydzą, a w okresach nieurodzaju i głodu niemal wszystkim.

Chleb w Polsce był i ciągle jest otaczany szacunkiem, a jego marnowanie i w ogóle marnowanie jedzenia jest postrzegane jako zło tak z religijnego, tradycyjnego punktu widzenia, jak i z powodów ekologicznych. Kuchnia nie marnująca żywności, wykorzystująca maksymalnie każdy produkt stała się ważnym trendem kulinarnym (kuchnia *no waste*) i źródłem inspiracji dla eksperymentów, polem do popisu dla słynnych szefów kuchni.

I tu znowu po raz kolejny inspiracje z naszej historii i tradycji harmonijnie łączą się z trendami współczesnymi. Wykorzystanie chleba w dawnej kuchni, jego użycie jako surowca kulinarnego w postaci grzanek, sucharków, w celu zagęszczania do sosów, panierki, chleba faszerowanego mięsem, ikłą, rybami, pomysły na zupy chlebowe, polewki piwne czy chlebowe torty przez wieki było i dalej może być polską specjalnością. Produkt, wiedza o nim i umiejętności jego wykorzystania harmonijnie łączą się tu z wartościami, a przeszłość z przyszłością.

Chleb jest tu tylko przykładem, zapewne najprostszym, ale i najbardziej pouczającym. Dobór i eksponowanie lokalnych produktów, podkreślanie naszej rolniczej, żywieniowej i kulinarnej specjalizacji, wszystko to zawsze odsyła nas do ważnych lokalnie i globalnie wartości. Do najważniejszych z nich należy natura, odwieczna tęsknota za dzikością, unikalnością i prostotą oraz dawnym zróżnicowaniem produktów. Przeszłość, nostalgia i tradycja w nieco zaskakujący sposób łączą się dziś z ekologią i najnowszymi trendami kulinarnymi.

## **Natura**

W Polsce ciągle zachowaliśmy dużą część dawnej dzikiej przyrody i większe niż w wielu innych krajach zróżnicowanie upraw. W naszej kuchni sporą rolę odgrywa dziczyzna i owoce lasu. Jest to oczywiście tylko jedna z cech kuchni polskiej, ale stanowi to o jej wyróżnieniu, specyfice i odrębności. Grzybobranie to prawdziwa narodowa pasja, a przyrządzane pod różnymi postaciami leśne grzyby są ozdobą wielu dań, przysmakiem, rodzajem przyprawy. Przyrządzane i konserwowane w odpowiedni sposób, grzyby suszone, marynowane i kiszone, ostatnio także mrożone, są używane w kuchni przez cały rok. To przykład specjalizacji, wyróżnika i prawdziwego mistrzostwa, który powinniśmy podkreślać, uwypuklać i pokazywać.

Docenianie natury, lasu i łąki oraz dzikich produktów jest typowe dla kuchni Europy północnej i wschodniej. W ostatnich latach fascynacja naturą i dzikością stała się wyróżnikiem tzw. kuchni nordyckiej (skandynawskiej). Jest ona już znana w całej Europie i na innych kontynentach, współtworzy pozytywny i atrakcyjny obraz Skandynawii, promuje nie tylko kuchnię, ale i lokalną żywność w ogóle oraz turystykę. Bliskość Skandynawii i intensywne kontakty między polskimi mistrzami kuchni a twórcami kuchni nordyckiej sprawiły, że nurt ten jest szczególnie ceniony w Polsce. Mamy podobne, inne niż w krajach śródziemnomorskich warunki geograficzne, tak samo cenimy naturę, dzikość i przyrodę. Oprócz o wiele lepiej rozwiniętego rolnictwa mamy jednak tu coś jeszcze, co nas wyróżnia od Skandynawów: głęboko zakorzenioną tradycję kulinarną i długą, bogatą historię kuchni.

## **Tradycja i historia**

Rozpoznawalność i popularność produktów regionalnych i samych potraw opiera się na ich renomie: jak najdłuższej i bogatej historii, w toku której dany produkt dał się jak najszerzej poznać i stał się słynny w danym kraju i poza nim. Krajowe i europejskie systemy rejestracji takich produktów wymagają udowodnienia jakiegoś minimalnego czasu produkcji, ale wytwórcy serów, wina, wędlin oraz szefowie kuchni powołują się na wielopokoleniowe czy wręcz wielowiekowe tradycje. Tego typu opowieść, zakorzeniona w historii, powiązana z rytuałami i obyczajami nadaje jedzeniu sens, czyni je wyjątkowym i oryginalnym, na równi z samym produktem zaspokajają potrzeby dzisiejszych konsumentów.

Dziś w epoce żywieniowej obfitości, dostępu do taniego, masowo wytwarzanego jedzenia oraz produktów i potraw pochodzących z całego świata, o odrębności i specyfice lokalnej kuchni decyduje element tradycji, nawiązywanie do przeszłości i kultywowanie dawnych odrębności sprzed epoki globalizacji. Lokalne produkty i wiedza o ich wykorzystywaniu są tu punktem wyjścia. Polskie tradycje kulinarne uległy częściowemu przerwaniu i zapomnieniu w wyniku wojny, masowych przesiedleń ludności i wynikającego stąd zerwania związku z regionem oraz po prostu biedy. Lata PRL-u to generalnie upadek gastronomii jako sztuki, zapominanie o dawnej różnorodności i ciągłe braki w zaopatrzeniu. W ZSRR dążono do likwidacji regionalnych odrębności i programowo odrzucano większość kulinarnych tradycji, koncentrując się na stworzeniu jednolitego, „nowoczesnego” i masowego wzorca żywienia zbiorowego. Wydana po raz pierwszy w 1939 r., a znana przede wszystkim z kanonicznego wydania z 1952 r. *Książka o smacznym i zdrowym jedzeniu* stała się manifestem kuchni radzieckiej, symbolicznie pokazującym władzę partii we wszystkich dziedzinach życia i tworzącym jednolity, obowiązujący i jedyny dostępny wzorzec kulinarny. Miała istnieć jedna słuszna kuchnia, jeden wzorzec, tak jak istniała jedna partia i przede wszystkim jeden Wódz.

W Polsce władze próbowały do tego wzorca nawiązać, opracowanie i wydanie takiej wzorcowej socjalistycznej książki kucharskiej zajęło jednak całe lata. Ostateczny efekt tych prac był przy tym odwrotny od zamierzonego: wydana w 1955 r. *Kuchnia polska* powstała jako efekt pracy zespołu kierowanego przez prof. Stanisława Bergera opierała się na potrawach regionalnych i tradycji, nawiązując przy tym do zasad zdrowego żywienia i dietetyki.

Ze względu na upadek polskiej gastronomii w epoce PRL-u dzisiejsi szefowie kuchni, ale także lokalni producenci żywności czy Koła Gospodyń Wiejskich chętnie sięgają do receptur, pomysłów i inspiracji czerpanych z historii: tej zapomnianej, zapisanej na kartach książek kucharskich, poradników czy wspomnień oraz tej ciągle żywej, zachowanej w pamięci gospodyń, uczniów dawnych mistrzów kucharskich czy po prostu w rodzinach.

Najbogatsze tradycje kulinarne zachowały się w szczególności przy okazji posiłków świątecznych, zwłaszcza Wigilii i Wielkanocy. Mają one korzenie religijne, są jednak wspólne dla nas wszystkich, a ich specyfika wiele nam mówi o dawnej kuchni polskiej i jej wyjątkowości. Najlepszym przykładem jest tu chyba Wigilia. Postny, uroczysty posiłek to prawdziwy relikwiarz naszej, nie tylko kulinarnej, historii. Dzisiaj mówimy po prostu o „wigilii” i nie musimy wcale dodawać „Bożego Narodzenia”. Tymczasem w dawnej kuchni polskiej wigilia, czyli przeddzień święta, była okazją do takich posiłków, zwanych często właśnie „wieczerzami” np. w wigilię Wszystkich Świętych, świąt różnych patronów, zwłaszcza Apostołów czy Najświętszej Marii Panny, a nawet w przeddzień Nowego Roku (nasz Sylwester to dawniej wigilia święta Obrzezania Pańskiego). Jeszcze w XIX w. organizowano tzw. wieczerze wielkoczwartkowe, a w tygodniu poszczono nie tylko w piątek, ale i w sobotę (przed wiekami także w środę) oraz w wigilie wszystkich ważniejszych świąt.

Współczesny, potoczny a przy tym powszechny obraz kuchni polskiej jako ciężkiej, mało zróżnicowanej, tłustej i opartej tylko na mięsie jest więc cokolwiek nieprecyzyjny. Dotyczy przede wszystkim okresu industrializacji, wędrówek ze wsi do miasta i marzeń o miejskim jedzeniu jako świątecznej, wyjątkowej diecie wiejskiej. Polskie tradycje kulinarne są na tyle bogate i zróżnicowane, że nie dają się sprowadzić do jednego typu produktów i kilku zaledwie dań. Mięso, zajmując ważne miejsce w naszej kuchni, dla ogromnej większości ludzi było jednak zawsze czymś wyjątkowym, niezwykłym i świątecznym. Nawet bogaci często musieli się bez niego obywać ze względu na katolickie posty, z którymi zresztą polscy kucharze potrafili sobie w pomysłowy i smakowity sposób radzić, tworząc kuchnię lekką, zróżnicowaną, wyrafinowaną, a przy tym surowo przestrzegającą reguł postu.

Z powodu licznych i częstych postów jednym z najważniejszych produktów w kuchni polskiej przez całe wieki były ryby, zwłaszcza słodkowodne. Ze względu na trudności transportowe z ryb morskich spożywano głównie solone śledzie albo suszone dorsze (tzw. sztokfisz), w kuchni postnej królowały natomiast szczupaki, karpie, jesiotry, sandacze, okonie, liny, węgorze, (wiślane) łososie oraz inne ryby słodkowodne i wędrownne.

Dziś karpia przygotowujemy w większości tylko raz w roku i trochę o nim zapomnieliśmy, a polscy kucharze byli prawdziwymi mistrzami w jego przyrządzeniu. Tzw. „szczupak po polsku” znany był w całej Europie już od XV w., a jako *brochet à la polonaise* wszedł do klasyki kuchni francuskiej oraz zawędrował aż do Meksyku. Historia jest tu nie tylko wyróżnikiem, inspiracją, ale i opowieścią, która jest czymś koniecznym zwłaszcza dla turystyki i czymś nieodzownym dla spragnionych takiej spójnej turystycznej i kulinarnej oferty gości z kraju i zagranicy.

Oczywiście kuchnia polska to nie tylko post, ryby i postne potrawy mączne (pierogi, żur ze śledziem, wigilijny barszcz, kapusta z grzybami czy groch z kapustą). Surowe ograniczenia postne powodowały reakcję: w naszej kuchni i naszej kulturze post zawsze przeplatał się z karnawałem. Odpowiedzią na długie i częste posty jest choćby menu wielkanocne: żurek w wersji świątecznej z białą kielbasą i jajami (kiedyś też były zakazane w czasie postu), niezliczone rodzaje kielbas i wędlin będące wytworem produkcji rzemieślniczej całych dynastii słynnych masarzy. Kielbasa po dziś dzień w wielu krajach, zwłaszcza w USA jest wręcz symbolem nie tylko naszej kuchni, ale wręcz w ogóle Polski. Na wielkanocnym stole królowały dania mięsne: jagnięcina (prawdziwy wielkanocny baranek), faszerowane prosię i wieprzowina, cielęcina, wołowina oraz drób i dziczyzna. Ozdobą stołu oprócz faszerowanego baranka czy prosięcia była często bardzo pracochłonna w wykonaniu głowa wieprzowa lub dzika. Dziś ten zestaw nieco się skurczył, ciągle mamy jednak tu do czynienia z prawdziwą i żywą tradycją, zakorzenioną w historii, która wymaga od nas – przynajmniej kilka razy do roku potraktowania kuchni poważnie, stanięcia za garnkami i przygotowywaniu wielu, zróżnicowanych potraw od początku do końca, z szacunkiem i powagą z jaką do jedzenia odnosili się nasi przodkowie.

Z przeplatania się postu i świętowania, czasu wyrzeczenia i ucztowania wynikała konieczność szczególnie starannej konserwacji żywności, potrzebnej z powodu surowego klimatu. W efekcie świętowanie, zwłaszcza w Wielkanoc, kojarzy nam się w szczególności z aromatem wędzenia i wyrazistym smakiem żuru, a Wigilia Bożego Narodzenia i same święta to równie nieprzypadkowe i głęboko zakorzenione w naszych kulinarnych tęsknotach kwaśne smaki kapusty czy barszczu (tradycyjnie przygotowywanego z zakwasu buraczanego). Dziś możemy się w gruncie rzeczy, z samego technicznego punktu widzenia obejść i bez wędzenia, i bez kiszenia, nie potrzebujemy suszonych owoców, w szczególności „wędzonej” śliwki, solonych śledzi, marynowanych ryb itp. Jakoś jednak nikomu nie przychodzi do głowy by zrezygnować z czegoś, co przez wieki było raczej koniecznością i ograniczeniem, problemem i wyzwaniem... I tu chyba jest ukryta tajemnica naszej kulinarnego tożsamości.

## **Fermentacja i wędzenie**

Fermentacja żywności (kiszenie) i wędzenie nie są nam już tak potrzebne jak przed wiekami, ale nie możemy sobie wyobrazić kuchni polskiej, a pewnie i w ogóle życia bez kiszonych kapusty, kiszonych ogórków, żuru i zakwasu. Czasem używamy jeszcze kiszonych buraków do barszczu, a w kuchni tradycyjnej kiszono także wiele innych warzyw, a nawet owoców. Dziś ta jedna z najbardziej tradycyjnych technik przetwórstwa żywności przeżywa prawdziwy renesans. Po raz kolejny możemy dostrzec zaskakujący na pozór związek między dawnymi, częściowo już zapomnianymi tradycjami żywnościowymi, a współczesnymi modami kulinarnymi z ich fascynacją prostotą, naturą, zdrową dietą i pożywieniem roślinnym. Od Korei do Ameryki i z powrotem mistrzowie kuchni i całe rzesze zwolenników zdrowego jedzenia oraz pasjonatów najnowszych mód kulinarnych kiszą co tylko się da, a nawet wiele rzeczy, które się do tego raczej nie nadają. Nasza wiedza o kiszeniu kapusty białej i czerwonej (czyż nie piękne zestawienie?), ogórków, buraków, rydzów, kurek, żytniej czy owsianej mąki (żuru), zakwaszaniu chleba, odkrywana na nowo staropolska sztuka kiszenia zielonego barszczu (barszczu zwyczajnego, od którego pochodzi nazwa dzisiejszej zupełnie innej już zupy) – wszystko to może być ważnym składnikiem tej współczesnej, globalnej żywieniowej pasji.



Podobnie ma się rzecz i z wędzeniem. Słynne polskie wędliny, szynki, kiełbasy, wędzone ryby i mięsa, podwędzane sery to nieprzebrana wprost gama smaków i aromatów, cenionych tak w kuchni tradycyjnej jak i współczesnej, operującej chętnie dymem dzięki nowoczesnym technikom i urządzeniom gastronomicznym. Sam aromat wędzenia w kuchni polskiej kojarzy się z jedzeniem świątecznym. Z okazji połączenia tradycji świętomarcińskiej z świętowaniem Dnia Niepodległości triumfalnie powrócił na nasze stoły wędzony półgęsek, a przebogata gama polskich kiełbas wzbogaciła się jeszcze o kiełbasy z gęsiny. Takie powroty są więc możliwe, a jak pokazuje triumf gęsiny świętomarcińskiej, wręcz potrzebne i wyczekiwane. Produkt musi być jednak autentyczny, oprócz samego jedzenia musi oferować nam też spełnienie naszych innych potrzeb, związanych z poczuciem autentyczności, wyjątkowości, świętowania, rytuału, zakorzeniania i nostalgii. Dawna technika konserwacji, dzisiaj już w zasadzie nie tak bezwzględnie konieczna, bez wątpienia jest jednym z wyróżników naszego smaku i naszej kuchni.

## **Rodzina**

Według sondażowych badań i moich własnych długoletnich obserwacji kuchnię polską wyróżnia skojarzenie jedzenia, sztuki kulinarnej i biesiadowania z uroczystościami rodzinnymi i świętami: spotkaniem w gronie rodziny. Takie rodzinne świętowanie, którego powodem i celem jest często samo spotkanie rodziny, pociąga za sobą często nadzwyczajny zwrot do kuchni tradycyjnej i regionalnej, kultywowanej w rodzinie, na co dzień obecnej w naszym życiu znacznie rzadziej.

O ile np. kuchnia francuska kojarzy się z luksusem i spotkaniem w restauracji, to nasze skojarzenie z rodzinnym świętem wydaje się kolejnym wyróżnikiem naszego postrzegania jedzenia. W ostatnich latach mamy do czynienia z dynamicznym rozwojem rynku gastronomicznego i adaptacją wzorców z całego świata, ale i w tej dziedzinie widać rodzinne tęsknoty i nostalgię za smakami dzieciństwa, kuchnią babci, wsią i atmosferą rodzinnego spotkania, naturalności i prostoty, a nie restauracyjnego luksusu.



Tradycje, wartości czy same tylko charakterystyczne cechy kuchni polskiej w dużej mierze, ze względu na upadek gastronomii w epoce PRL-u, przetrwały dzięki pamięci rodzinnej, przekazywanej z pokolenia na pokolenie. Ten typ kuchni siłą rzeczy jest prostszy i skromniejszy od profesjonalnej, restauracyjnej sztuki kulinarnej, angażującej duży, wyspecjalizowany personel i sięgającej do najnowocześniejszych zdobyczy techniki. Na całym prawie świecie w wartościach dzisiejszej kuchni ceni się jednak najczęściej właśnie prostotę, skromność i wręcz minimalizm. Dawny rozmach, przepych i elegancja *haute cuisine* wydają się w dzisiejszej, zdemokratyzowanej kuchni odwołującej się do natury, tradycji i prostoty wręcz nadużyciem, niepotrzebnym nadęciem i napuszeniem. Nieprzypadkowo w reklamach różnych restauracji czytamy tak często o jedzeniu „domowym” i rodzinnej atmosferze...

Odrodzenie polskiej gastronomii zaczęło się od naszego otwarcia na świat. Podróże kucharzy i coraz częstsze i z czasem wręcz masowe turystyczne wyprawy rodzinne, spowodowały, że po latach izolacji naszej kuchni od wpływów zewnętrznych wręcz zachłysnęliśmy się egzotyką, nieznanymi wcześniej produktami, kuchnią *fusion* i nowoczesnymi technikami kulinarnymi. Globalizacja zapukała też do naszej domowej, rodzinnej kuchni, co czasem przybierało wręcz postać karykaturalną, czego symbolem jest choćby schabowy z ananasem z puszki przykrytym roztopionym serem. W miarę odkrywania nieznanymi wcześniej produktów i eksperymentowania z kuchniami egzotycznymi zaczęliśmy jednak z czasem coraz bardziej cenić kuchnię swojską, lokalną i rodzinne tradycje. Powracający z wielkiej Brytanii polscy kucharze swobodnie już władali technikami kuchni molekularnej i potrafili łączyć ze sobą składniki z całego świata. Potrzebowali jednak czegoś swojego, własnego i autentycznego; szybko zaczęli szukać inspiracji we własnej rodzinnej tradycji, lokalnych produktach i dzikiej przyrodzie. Marcin Kuter, szef kuchni z Poznania i współautor książki o angielskich doświadczeniach polskich kucharzy, tradycję rozumie jako kuchnię babci: rodzinną wiedzę i umiejętności przekazywane z pokolenia na pokolenie, dziś, po okresie zapomnienia, odkrywane na nowo. I w pełni docenione po powrocie z daleka i spojrzeniu z oddali.

## **Wartości współczesnych ruchów żywieniowych**

Charakteryzując kuchnię polską skupiliśmy się przede wszystkim na wartościach tradycyjnych i rodzinnych. Podkreśliliśmy podstawowe znaczenie lokalnych, specyficznych produktów będących od wieków polską specjalnością, nasze upodobanie do owoców lasu, zwłaszcza grzybów i szczególną rolę smaku kwaśnego, fermentacji oraz wędzenia. Te cechy naszej kuchni zakorzenione w historii i tradycji jednocześnie w niezwykły sposób współgrają z wartościami współczesnych ruchów żywieniowych, kulinarnych mód i popularnych diet.

Najważniejszą chyba wartością współczesnych ruchów żywieniowych jest **ekologia**, a raczej cały szereg ekologicznie uzasadnianych motywacji i wyborów żywieniowych. Chcemy jeść produkty naturalne i zdrowe, coraz częściej jesteśmy gotowi płacić za nie więcej i poświęcić więcej czasu na ich znalezienie. Kult natury i dzikości w polskiej kuchni tradycyjnej znakomicie się tu splata z dzisiejszą fascynacją dzikimi roślinami, tradycyjnymi odmianami zbóż, zapomnianymi warzywami. Wartością jest tu sama różnorodność produktów, utrzymywanie i ochrona dawnych ras zwierząt hodowlanych, wielu gatunków i odmian roślin. Żywieniowe bezpieczeństwo i zróżnicowanie upraw idzie tu w parze z czysto smakoszkowską przyjemnością sięgania po schab ze świni złotnickiej czy puławskiej, możliwości posmakowania gęsi białej kołudzkiej czy biłgorajskiej albo rypińskiej, położenie na talerzu pasternaku, brukwi, rzepy czy wielokolorowej marchewki albo żółtego buraka.

Po raz pierwszy w naszej historii nie cierpimy głodu, jedzenie jest tanie i łatwo dostępne, a wielu z nas ciągle zachowało nawyki z czasów niedostatku i braku jedzenia. **Zdrowie** jest kolejną, ściśle związaną z ekologią wartością dzisiejszej kuchni. Najczęściej rozumiemy ją jako konieczność wyboru odpowiedniej diety, ograniczenie kaloryczności posiłków i ich zróżnicowanie. Z pobudek ekologicznych i zdrowotnych oraz z powodów moralnych coraz więcej konsumentów opowiada się za weganizmem, czyli całkowitym wykluczeniem z naszej diety pokarmów odzwierzęcych, w tym także nabiału. Popularny obraz kuchni polskiej, oparty na schabowym, golonce, kiełbasie i żurku z wędzonką oraz jajkami wydaje się to podejście całkowicie wykluczać. Tymczasem w polskiej tradycji przez całe wieki, tak z biedy jak i ze względów religijnych, bardzo długo konsumowano mało mięsa albo przynajmniej okresowo zastępowano je zróżnicowanymi produktami pochodzenia roślinnego.

Długi i surowy katolicki post sprawiał, że w tradycyjnej kuchni polskiej bardzo ważne były ryby, zwłaszcza słodkowodne. Ryby świeże trafiały na stół głównie bardziej zamożnych warstw społecznych, biedniejsi zadowalali się raczej rybami solonymi i suszonymi. Podstawą ich wyżywienia były jednak przede wszystkim produkty roślinne, głównie zboża i warzywa, nasiona roślin oleistych i roślinne oleje. Podczas postu szczególnie problem stanowiły zabronione wtedy tłuszcze zwierzęce i nabiał. Tak bogatsi, jak i biedniejsi stosowali wtedy różne zamienniki tych produktów, które czasem wręcz do złudzenia przypominają dzisiejsze produkty wegańskie. Elity raczyły się migdałowym mlekiem czy migdałowym „serem”, a biedni używali „masła” z oleju konopnego, robili mleczo makowe, wyrabiali „pasztety” z buraków, prażyli ziarna lnu i konopi. Jeszcze w XIX i w pierwszej połowie XX w. dieta większości Polaków była oparta głównie na zbożach i warzywach z dodatkiem nabiału, a mięso spożywano tylko od święta.

Lokalność i sezonowość są ściśle związane i z ekologią (ograniczenie masowego transportu żywności z odległych krajów) i z kulinarnym podejściem smakosza, chcącego wykorzystywać miejscowe, a więc w danym środowisku najlepsze produkty i wiedzę o nich.

W dzisiejszym świecie zglobalizowanego i uprzemysłowionego jedzenia odczuwamy nostalgię za dawnym, cudownym światem obfitości, prawdziwego utraconego smaku i żywieniową idyllą. I chociaż w naszym zakątku Europy dzieciństwo wielu z nas wcale nie upływała pod znakiem dostatku, to wielu z nas żywi się tą właśnie nostalgią za dawnymi lepszymi czasami. Korzystając z dobrodziejstw taniego, przemysłowego i bezpiecznego jedzenia jednocześnie czujemy potrzebę czegoś innego, zamanifestowania swej kulinarnej odrębności i dzielenia się naszym jedzeniem z innymi. Odczuwamy nieprzepartą potrzebę **autentyczności** jedzenia, które powinno się odróżniać od produktów i potraw spożywanych na całym świecie. Takie autentyczne jedzenie to jedzenie, które w jakiś sposób odpowiada na nasze tęsknoty związane zarazem z tradycją, ekologią, naturą, zdrowiem i nostalgią za żywieniowym rajem, który zwykle w każdym pokoleniu przypada na czas dzieciństwa i młodości.

O tej tęsknocie i współczesnym odpowiadaniu na nią opowiemy przez przedstawienie stu wybranych potraw kuchni polskiej. Staramy się łączyć różne tradycje, sięgamy do kuchni postnej, czerpiemy z przykładów z odległej nawet historii, szukamy w naszej tradycji wiedzy o kiszeniu i wędzeniu, lokalności i sezonowości, a jednocześnie dokonujemy interpretacji i odwołujemy się do przykładów, wartości i postaw jak najbardziej współczesnych. Opowiadamy o związku kuchni polskiej z kuchnią żydowską, o wpływach naszych sąsiadów, ale też o sławie polskiej kuchni w Europie i na świecie.

Kuchnia to rodzaj sztuki, a przynajmniej rzemiosła. Gdy przestaje być twórczością konkretnej osoby czy osób, gdy traci związek ze swym twórcą i tym, co go ukształtowało, gdy nie opowiada o nas samych – przestaje być kuchnią. Taka twórczość ciągle się zmienia, ewoluuje i odpowiada na coraz to nowe pytania i troski, dziś z jednej strony związane z naszą tożsamością i tradycją, historią i wyjątkowością, ale próbującą też ambitnie proponować rozwiązywanie problemów ekologicznych, klimatycznych, społecznych i ekonomicznych. Przemawia do nas językiem zrozumiałym i atrakcyjnym i ma szansę wpłynąć na nasze wybory żywieniowe, nasze zachowania konsumenckie i nasz stosunek do natury.

Dlatego trudno jednoznacznie zadekretować nie tylko co dokładnie jest kuchnią polską (od czego zaczęliśmy), ale taki wyrok nigdy nie będzie rozstrzygający. Dziś mamy do czynienia z niezwykle wprost połączeniem postaw szukających inspiracji w przeszłości z tymi zorientowanymi na przyszłość.

# **Sto potraw kuchni polskiej**

## **I. Przystawki**

### **1. Kaszanka**

Swojska kaszanka przez dziesiątki lat wydawała się jedzeniem zwykłym czy wręcz pospolitym, tanim czy wręcz pozbawionym charakteru. Dziś podobnie jak szereg innych produktów tradycyjnych wróciła do łask i została doceniona przez wielu słynnych kucharzy. Śląskie krupnioki zostały nawet wpisane na listę produktów chronionych prawem UE jako Chronione Oznaczenie Geograficzne. Wzgardzona w okresie PRL-u, gdy stała się synonimem taniego, najprostszego i zwykłego jedzenia, dziś na powrót jest wytwarzana jako wysokiej jakości produkt rzemieślniczy, w wielu różnych wersjach, różniących się rodzajem i ilością kaszy, użytych podrobów czy wreszcie kształtem. Już w XVI w. w jednym ze słowników wspomniano „carycę”, zdefiniowaną jako „kiszkę ze krwi”. W XVIII w. szczegółowo już opisywano kiszki „zwyczajne” nadziewane samą tylko kaszą i tłuszczem, podgardlane czy mózgowe. Oprócz kaszy jęczmiennej czy gryczanej nadziewano je także kaszą jaglaną albo zagęszczano grubo mieloną mąką. W ludowej i wcześniej szlacheckiej, ziemiańskiej tradycji wyrób różnego rodzaju kiełbas, kiszek i kaszanek był prawdziwym świętem związanym ze świniobiciem, czasem ucztowania, przygotowywania zapasów i radości z jedzenia, dzielenia się i obdarowywania.

#### **Kiszki z kaszy**

Ugotować podozorze, płuca, serce i pokrajać wszystko drobno. Rosołem tym sparzyć drobnej lub grubej tatarczanej kaszy i uprzyżyć do połowy. Jeżeli nie dość tłusta, to wyłożywszy ją na miskę dodać tłuszczu, gdyż kasza musi być bardzo tłusta; następnie dodać soli, tłuczonego angielskiego korzenia, majeranku przesianego przez sitko i mięso drobno pokrajane; w końcu wlać cokolwiek krwi to jest tyle, aby masa nie była za gęsta. Wszystko razem dobrze wymieszać i nadziewać tem flaki, lecz niezbyt mocno, aby kiszki w gotowaniu, kiedy kasza zacznie pęcznieć, nie popękały. Po nałożeniu spinają się kiszki drewniakami. Następnie wstawić wody w rondlu, w gotującą kiszki włożyć i gotować na wolnym ogniu, próbując słomką; jeżeli po przekłuciu słomka czysta, kiszki mają dosyć, wtenczas je wyjąć i ułożyć na sito, żeby osiąkły.

*Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin oraz różne sekreta domowe, wyd. 4 popr. i rozszerzone, Poznań 1892.*

### **Interpretacja współczesna**

2 ozory wołowe

150 g wątróbki gęsiej

3 l esencjonalnego wywaru warzywnego

500 ml czerwonego wina

300 ml wieprzowej krwi

100 g kaszy gryczanej

2 cebule cukrowe

jelita wieprzowe

świeży majeranek

sól

pieprz

Ozory wołowe wraz z cebulą gotujemy w wywarze warzywnym i winie ok. 3 godzin. Ugotowane mięso i cebulę przepuszczamy przez maszynkę do mielenia. Kaszę gotujemy w wywarze po ozorach. Pozostały wywar odlewamy i redukujemy do momentu aż pozostanie ok. 100 ml cieczy, następnie studzimy. Wątróbkę kroimy w drobną kostkę, łączymy ze zmielonymi ozorami i cebulą, ugotowaną kaszą. Dopraviamy solą, pieprzem, dodajemy dużą ilość posiekanych liści majeranku. Dolewamy krew i zredukowany wywar. Wszystko dokładnie mieszamy i uzyskaną masą nabijamy jelita wieprzowe. Kaszankę parzymy lub pieczemy.

## **2. Serdelki**

Słynne od wieków polskie kiełbasy, szynki i wędzonki miały też swoje kulinarne wersje: przyrządzano je w niewielkich ilościach, często bezpośrednio przed spożyciem. Takie kiełbasy, które spożywano na świeżo krótko po przygotowaniu, opisuje już Stanisław Czerniecki, autor książki kucharskiej z 1682 r. Dziś na ogół nie mamy już czasu na takie pracochłonne zabawy kulinarne, a mimo to coraz więcej osób buduje malutkie przydomowe wędzarnie i stara się przyrządzić swój posiłek od początku do końca, szukając inspiracji w starych, rzemieślniczych czy rodzinnych recepturach. Zwyczajne serdelki mogą stać się czymś niezwykłym, tak jak wyroby odradzającego się dziś rzemieślniczego masarstwa.

### **Serdelki warszawskie**

½ kg wieprzowiny, ½ kg cielęciny, ½ kg kości, 2 łyżki soli, 20 ziaren pieprzu, ½ l mocnego rosołu z kości, 1 jelito.

Żyły i kości gotować; gdy powstanie mocny rosół, mięso posiekać bardzo drobno (nie mleć). Gdy kości są już ugotowane, dodać ½ l rosołu, sparzyć nim posiekane mięso, posolić, dodać korzenie i wyrabiać 15 — 20 min. Następnie napełnić jelito, w odstępach 10 cm przewiązywać bawełną, powstanie wieniec małych serdelków, które należy zaraz wędzić. Po uwędzeniu wrzucić do rondla z wrzącą wodą, wyjąć je, gdy tylko woda zawrze i powiesić, aby obeschły. Przed spożyciem zedrzeć skórkę, pokrajać w plastry. Można pokrajać w krążki cebulę, posolić, ułożyć serdelki na półmisku, posypać cebulą, polać oliwą i sokiem cytrynowym, podać na przekąskę albo zagrzane serdelki podać z chrzanem jak parówki.

M. Disslowa, *Jak gotować: Praktyczny podręcznik kucharstwa*, Poznań 1931.

Przepis na same serdelki mamy już podany wyżej w wersji prostej, zrozumiałej i dosyć precyzyjnej, bo pochodzącej z książki kucharskiej z XX w. Receptura w zamyśle autorki jest prosta i nadaje się do przyrządzenia w domu. Możemy jednak sięgnąć także po kiełbaski wyprodukowane przez rzemieślnika masarza, którzy po latach zapomnienia o tej profesji wracają na rynek i cieszą się coraz większą popularnością.

### **3. Kolduny litewskie**

Nasza kuchnia to nie tylko ruskie pierogi, ukraiński barszcz czy litewski chłodnik. Jeszcze w XIX w. i przed drugą wojną światową wśród naszych flagowych potraw królowały także wołyński barszcz, wołyńskie zrazy, podolskie baby czy kijowskie konfitury. W XVII w. mieliśmy nawet kurlandzkie pierogi...

Kuchnia jest niezwykle odbiciem historii i dzięki temu możemy o niej opowiadać właśnie poprzez dzieje smaku. Kołduny litewskie należą do jednych z najśłynniejszych polskich (jakkolwiek by to dziś zaskakująco nie brzmiało) potraw. To właściwie część wspólnego dziedzictwa Rzeczypospolitej wielu narodów. Są one symboliczną potrawą kuchni litewskiej (tzn. dawnego Wielkiego Księstwa Litewskiego, a więc i Litwy, i dzisiejszej Białorusi). Wersja klasyczna to kołduny z surową (gotowaną dopiero z samymi kołdunami) wołowiną i łojem wołowym, ale „kołdunami” nazywano także podobne małe pierożki z rybą, grzybami czy na słodko. W XIX w. wyróżniano jeszcze kołduny hrabiego Tyszkiewicza (z borowikami). Pan Hrabia był wielkim smakoszem oraz przyjacielem i protektorem słynnego Jana Szyttlera, autora kulinarnych bestsellerów wydawanych w Wilnie w pierwszej połowie XIX w. Kołduny, zwłaszcza te klasyczne z wołowiną czy baraniną długo były i ciągle są ulubionym, nieomalże mitycznym daniem Polaków z Litwy i Białorusi. Co ciekawe pochodzący z Wileńszczyzny marszałek Piłsudski podobno nie lubił kołdunów, być może zbyt często podawano je w jego rodzinnym domu i obrzydły mu już jako dziecku.

Ta regionalna potrawa weszła do klasyki kuchni polskiej i przygotowywano ją z czasem we wszystkich zaborach, zawsze jednak najbardziej kojarzyła się z terenami północno-wschodnimi, Litwą i Białorusią. W naszym wyborze zamieszczamy przepis z 1843 r. pióra Karoliny Nakwaskiej, która z naciskiem podkreśla, że kołduny powinny być podawane jako zakąska przed zupą, najlepiej barszczem. Autorka przywołuje ich szczególną renomę oraz popularność, nadmieniając, że : „są tacy amatorowie, że po sześćdziesiąt sztuk konsumują”...

### **Kołduny**

Ta potrawa jest bardzo wyborną, zawsze się podaje najpierwszą i tylko przed barszczami, dlatego też smakuje. Są tacy amatorowie, że po sześćdziesiąt sztuk konsumują, a zatem dobra gospodyni powinna robić dużą proporcją licząc najmniej, w ogóle na personę po piętnaście sztuk.



Wziąć dwa funty chudego, wołowego mięsa, dobrze oczyścić z plew i żył, najdrobniej usiekać lub w drewnianym moździerzem utłuc na miazgę. Z dwóch funtów nerkowego łaju zdarłszy wierzchnią plewę, usiekać też lub najdrobniej utłuc, i zmieszawszy z mięsem, razem siekać długo, żeby się formowało jakby ciasto. Wtenczas włożyć siekaninę do miski, dodać trochę tłuczonego, prostego pieprzu, nieco angielskiego i muszkatołowej gałki, posolić i jeszcze łyżką wymieszać. Potem zrobiwszy przasne ciasto na wodzie, dodawszy jednakowoż z parę jaj aby mocne było, rozwałkować na stolnicy jakby na obwarzanki: i pokrajać na małe sztuczki wielkości orzecha włoskiego. Z każdej sztuczki rękami wyrobić krążki cienkie, obracając w palcach od siebie do dołu, i gdy krążki już będą gotowe, nakładać w środek przygotowany farsz, złączywszy brzegi zakręcać ku sobie zgrabnie lub obciąć ostrogą, a po zrobieniu wszystkich kołdunów, spuszczać one do wrzącej wody po jednym i gotować póki wypłyną na wierzch, to oznacza, że już się ugotowały. Z ostrożnością wyjmować na półmisek łyżką durszlakową, i podawać do stołu gorące.

Oddzielnie podaje się chrzan zaprawiony w ten sposób: do szklanki chrzanu utartego i rozwiedzionego octem, a żeby był rzadkawy, wsypać jedną łyżeczkę soli i dwie łyżeczki drobnego cukru: dobrze wymieszać. Wziąwszy łyżką całego kołduna nakłada się na wierzch małą łyżeczkę chrzanu i tak się konsumuje.

Inni te kołduny zalewają wrzącym masłem i obsypują parmezanem, lecz to nie jest gustownie.

### **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

500 g mąki

200 ml ciepłej wody

1 jajo

sól

Farsz:

300 g antrykotu wołowego z dużym oczkiem tłuszczu

200 g gorzkiej cielej

200 ml esencjonalnego wywaru drobiowego

150 g borowików

1 cebula

2 ząbki czosnku

50 g chrzanu tartego

80 ml śmietany 18%

1 łyżeczka octu jabłkowego

2 łyżeczki cukru

kilka liści lubczyku

olej

Łączymy mąkę z wodą, solą i jajem. Zagniatamy ciasto. Antrykot oraz cielęcinę oczyszczamy ze ścięgien, pozostawiając cały tłuszcz, po czym razem z czosnkiem mielimy w maszynce do mielenia. Jeśli antrykot zawiera niewiele tłuszczu możemy dodać ok. 100 g twardego tłuszczu wołowego (łoju). Cebulę kroimy w drobną kostkę, borowiki w nieco większą o średnicy ok. 0,5 cm. Następnie łączymy z mięsem, drobno posiekanym lubczykiem i wywarem, na koniec dokładnie mieszając. Odstawiamy do zamrażarki na około 1 godzinę. Ciasto wałkujemy na cienki placek, wykrawamy, napełniamy łyżeczką farszu i lepimy kołduny. Uformowane kołduny gotujemy (najlepiej w wywarze warzywnym). Utarty korzeń chrzanu skrapiamy octem, oprószamy solą, dodajemy cukier i odstawiamy na 30 minut po czym łączymy ze śmietaną. Kołduny serwujemy z chrzanem i barszczem czerwonym do popicia.

#### **4. Tatar**

Według znanego kulinarnego mitu „tatar”, dawniej raczej „befsztyk po tatarsku” to potrawa nawiązująca do surowego mięsa jedzonego przez Tatarów (Mongolów) podczas ich wypraw wojennych, gdy mieli trzymać mięso pod kulbakami swoich koni. W tradycji europejskiej, zwłaszcza śródziemnomorskiej, jedzenie surowego mięsa zawsze wydawało się czymś dziwnym a nawet barbarzyńskim. Surowy befsztyk wołowy cieszy się dziś powodzeniem w bardzo wielu krajach, wymaga jednak szczególnie dobrej jakości mięsa i świeżości. Stwarza przy tym wiele możliwości tak jeśli chodzi o ekspozycję potrawy, jak i jej smak. Przyprawy, kiszonki, pikle, grzybki – widać że szczególnie dobrze komponuje się on z tak cenionymi w Polsce dodatkami. A na dodatek idealnie pasuje do polskiej wódki, stanowiąc z nią parę wręcz nieodłączną. Aleksander Baron, autorzy niezwyklej książki *Między wódką a zakąską* opisują jeszcze bardziej niezwykle tatar z sarniny z kiszonymi kurkami, łącząc w jednym zestawie całą opowieść o polskiej kuchni, przenikniętej aromatem lasu, dziczyzny, grzybów i kiszenia i aluzją autorów do kuchni dworskiej, wyrażoną poprzez dobór wódki.

### **Befsztyk po tatarsku na surowo**

Befsztyk ten jest bardzo zdrowy i posilny, zalecany jest więc szczególnie dla ludzi niedokrwistych i cierpiących na brak apetytu.

Z oczyszczonego z tłuszczu i żył mięsa z zrazowej pierwszej krzyżowej lub polędwicy uskrobać nożem potrzebną ilość mięsa. Dodać drobno usiekanej cebuli, soli, pieprzu i urobić okrągłe befsztyki. W każdym zrobić w środku zagłębienie i wpuścić w nie po jednym surowym żółtku, a naokoło przybrać garniturem z usiekanych korniszonów, grzybów lub rydzów marnowanych, rzodkiewek i kaparów. Kto woli ostrzejszy befsztyk, może go jeszcze polać oliwą, rozrobioną z łyżeczką musztardy.

D. Wrybkowska, *Praktyczna kuchnia domowa*, Żnin 1937.

### **Interpretacja współczesna**

300 g combra z jelenia

3 szalotki

200 g jabłek

150 g jarzębiny

100 g marynowanych w occie maślaków

2 żółtka

200 ml białego wytrawnego wina

100 g cukru

1 łyżeczka kaparów

1 łyżeczka musztardy

1 łyżeczka oleju św. Wawrzyńca

sól

pieprz

Przygotowanie dania zaczynamy od włożenia combra z jelenia do zamrażarki na co najmniej 48 godzin. Następnie rozmrażamy go powoli w lodówce. Przemrożone jarzębinę i jabłka myjemy po czym jabłka kroimy w kostkę. Do garnka wsypujemy cukier i na bardzo wolnym ogniu karmelizujemy. W momencie kiedy karmel zacznie nabierać koloru złotego brązu wlewamy zdecydowanym ruchem wino, dolewamy ok. 200 ml wody, dodajemy jarzębinę i jabłka. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo wolnym ogniu 1,5 godziny często mieszając. Jeśli ciecz znacznie odparuje uzupełniamy ją niewielką ilością wody. Używając ostrego noża siekamy dokładnie comber i kapary. Dodajemy pokrojoną w drobną kostkę szalotkę, musztardę, żółtka oraz olej i mieszamy bardzo dokładnie doprawiając na końcu solą. Podajemy z wystudzoną marmuladą z jarzębiny, posiekanymi grzybami i pieczywem.

## **5. Półgęsek**

Półgęsek i w ogóle gęsiną to niezwykle przykłady odrodzenia tradycji, już w dużej części zapomnianej i porzuconej. Przez wieki dzień św. Marcina był ostatnim wielkim świętem przed Adwentem. W wielu krajach Europy było to święto zbiorów, czas przygotowywania zapasów na zimę, ucztování i zabawy. W Polsce był to także czas składania danin, wśród których ważną rolę odgrywały tuczone i najlepsze w tym czasie gęsi. Pieczona gęś stała się symbolem dnia św. Marcina. Z kości gęsi wróżono przyszłość i przepowiadano pogodę, pieczeniem z gęsi dzielono się tak jak jajkiem na Wielkanoc. Nawiązywano w ten sposób do historii św. Marcina, biskupa Tours, który podzielił się swym płaszczem z żebrakiem. Sam święty był przedstawiany, także w wielu polskich kościołach, w towarzystwie gęsi, co z kolei nawiązywało do legendy o jego wyborze na biskupa. Marcin, skromny mnich, nie chciał się zgodzić na objęcie tej godności i schował się przed tłumem wiernych, a jego kryjówkę miały głośnym gęganiem zdradzić gęsi. Tradycja św. Marcina, przedstawianego w wielu polskich kościołach właśnie z gęsią jako atrybutem, była i jest bardzo popularna w prawie całej Europie. W Polsce żywa przez wieki tradycja świętomarcińska odrodziła się z wielką siłą i zyskała ogromną popularność dzięki świętu niepodległości. Jak Polska długa i szeroka restauracje w listopadzie oferują specjalne, świętomarcińskie gęsinowe menu, a profesjonalni i domowi kucharze odświeżają zapomniane już potrawy i poszukują starych receptur.

W XIX w. Wielkopolska i Pomorze stały się wielkim producentem gęsiny sprzedawanej w całych Niemczech, gdzie „Polnische Gans” stała się towarem luksusowym i cenioną marką. Konsumentami i wielbicielami polskiej gęsiny byli jednak głównie Niemcy. Dziś jemy coraz więcej gęsiny, jest to produkt lokalny i sezonowy.

Początkowo półgęski były po prostu połówkami wędzonych gęsi i dopiero z czasem zaczęto tak nazywać marynowane i wędzone gęsie piersi. Podsuszane, były przechowywane często aż do Wielkanocy, by znaleźć się w koszyczkach ze święconką. Dziś najczęściej serwowane są jako przystawka z różnymi sałatami.

## **Półgęski**

Półgęsków nie można robić z świeżo zabitych gęsi, tylko trzeba je dzień poprzednio zabić, oczyścić i pozostawić, żeby tłuszcz zastygł. Na drugi dzień wykrajać piersi, zabierając jak tylko się da najwięcej mięsa. Na 10 półgęsków wziąć 1 funt soli, 1 łut saletry, umieszać dobrze sól z saletrą i natrzeć solą półgęski. Chcąc je robić bez kości, zwijane, można wyjąć kość z piersi, a po nasoleniu zwinąć w kształcie rulonu. Tak nasolone włożyć w naczynie drewniane, lecz nie sosnowe, przykryć denkiem i przycisnąć kamieniem, niech tak poleżą 4 dni; po czterech dniach przewrócić je na drugą stronę i znów tak pozostawić 4 dni. Po wyjęciu z soli owinąć je papierem, owiązać i powiesić w niezbyt gorącym dymie na tydzień najdłużej. Jest jeszcze inny sposób wędzenia:

Wyjawszy je z soli, umaczać na mokro w otrębach pszennych tak, aby otręby oblepiały zupełnie półgęski i na powierzchni były suche. Po wyjęciu z dymu otręby obcierają się grubym płótnem, a półgęski wieszają w przewiewnym miejscu, żeby dym wyszedł. Można też wędzić dla dłuższego zachowania podrób gęsi i pałki. Po dostatecznym nasoleniu, kładzie je się w pęcherz, zawiązuje szczelnie i wiesza na parę tygodni do wędzarni.

*Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin oraz różne sekreta domowe, wyd. 4 popr. i rozszerzone, Poznań 1892.*

### **Półgąski**

Oczyścić tłustą, tuczoną gęś, oskubać i zostawić ją przez 24 godzin, aby zastygła. Na drugi dzień wykroić piersi, tj. przekroić gęś od góry, gdzie się skrzydła poczynają i poniżej piersi i kości wyjąć, zająwszy mięsa, ile się tylko da najwięcej; skórki przytem nie uszkodzić. Na jeden półgąsek wziąć garść soli i saletry na koniec noża, na 10 pół kilo soli 2 deka saletry i nacierać tem półgąski z obu stron. Potem z 3 stron zaszyć ładnie i równymi ściegami skórkę i ułożyć je na misce, jeżeli więcej, do barylki dębowej (byle nie sosnowej) ułożyć szczelnie koło siebie, przykryć denkiem i przyłożyć kamieniem. Co dzień przewracając na drugą stronę i polewać sosem słonym, który się sam wytworzy. Jeżeli sosu za mało, dodać soli. W soli powinny leżeć 6 a najdłużej 8 dni. Wędzi się je dwojako:

1. Po wyjęciu z słonego sosu maczać na mokro w otrębach pszennych, tak aby otręby oblepiły grubo półgąski, potem wiesza się je w dymie niezbyt gorącym i zostawia 2 lub 3 dni. Po wyjęciu z dymu obetrzeć otręby grubym płótnem, a półgąski zawiesić na 14 dni w przewiewnym miejscu, aby dym wyszedł.

2. Owinąć półgąski w papier lub woreczek muślinowy i zawiesić w dymie, póki papier lub woreczek nie przybierze ciemno żółtego koloru i wietrzyć tak samo przez 14 dni. [185]

### **Półgąski parzone**

Półgąski te są gotowe w 24 godzinach. Wykroić piersi, zaraz po zabiciu i oskubaniu gęsi, wyjąć kości, włożyć w ukrop i gotować w nim przez 5 minut, wyraźnie tylko przez pięć, nie więcej. Po wyjęciu z wody, o ile można wytrzymać, nacierać półgęsek silnie solą, na jedną sztukę garść soli i szczyptę saletry- nacierać długo i silnie, aby sól weszła w mięso. Potem zaszyć ładnie z 3 stron, zawinąć w papier lub woreczek muślinowy albo umoczyć w otrębach i zawiesić w ciepłym dymie; po 24 godzinach są już dobre do użycia.

### **Półgęski**

Oczyścić tłustą, na pół utuczoną gęś i zostawić ją przez 24 godzin, aby zastygła. Na drugi dzień wykroić piersi, kość z nich, skórki przytem nie uszkodzić. Na jeden półgęsek wziąć łyżkę soli i saletry na koniec noża i nacierać tem półgęski z obu stron. Potem z trzech stron zaszyć ładnie i równymi ściegami skórkę i ułożyć na misce szczelnie obok siebie, przykryć denkiem i przyłożyć kamieniem. Co dzień przewracać na drugą stronę i polewać sosem słonym, który się sam wytworzy. W soli powinny leżeć 6 dni. Po wyjęciu z słonego sosu, owinąć półgęski w papier lub woreczek, nie przybierze ciemno żółtego koloru. Po wyjęciu z dymu półgęski na 8 dni w przewiewnym miejscu, aby dym wyszedł.

*Tania kucharka, zawierająca liczne przepisy na tanie i smaczne przyrządzanie różnych potraw, o szczególnie zup, sosów, jarzyn, potraw mięsnych i postnych, Grudziądz 1906.*

Półgęsek, jako wyrób gotowy, opisujemy przy użyciu receptur historycznych. Sam produkt doskonale nadaje się jako przystawka – serwowany sam lub z sałatami, marynatami i różnymi dodatkami.

## **6. Gęsie szyje**

Popularna przez wieki gęsiną była przyrządzana na niezliczone sposoby. Cała seria receptur z najstarszej zachowanej do dziś polskiej książki kucharskiej z 1682 r. zaczyna się od frazy „weźmij kapłona albo gęś”. Gęsi pieczono, nadziewano, duszono w potrawce, wędzono, kwaszono, przyrządzano na nich rosół i czerninę, ceniono gęsią wątróbkę i gęsi tłuszcz.

Jedną z bardziej popularnych i oryginalnych potraw z gęsiny był tzw. „gęsi pipek”, przez co rozumiano albo duszone gęsie żołądki, albo nadziewane gęsie szyje. Obie potrawy, tak jak w ogóle gęsiną i zwłaszcza gęsi tłuszcz, były bardzo popularne w kuchni żydowskiej i są ciągle znane w wielu krajach świata.

Gęsie szyje przyrządzano najczęściej z nadzieniem z tartych ziemniaków albo z wołowiny, potrawa ta jednak zawsze otwierała przed kucharzami szerokie pole do popisu. Przedstawiamy poniżej dwa historyczne przepisy. Receptura z fasolą pochodzi z książki Jana Szyttlera, autora pierwszych popularnych, masowo wydawanych polskich książek kucharskich. Szyttler pracował i publikował w Wilnie, w czasach, gdy ziemniaki dopiero zyskiwały swoją dzisiejszą popularność. Autor proponował także wersję z nadzieniem z gęsich wątróbek.

Wersja faszerowana wołowiną pochodzi natomiast ze słynnej, wielokrotnie wznawianej książki kucharskiej autorstwa Rebekki Wolf, opisującej kuchnię żydowską.

### **Gęsie szyje z fasolą**

W jesieni, gdy się biją karmne gęsie na saletrowanie, najlepiej jest i najużyteczniej urządzać tę potrawę. Z oczyszczonej zwykłym sposobem gęsi, zdejmuje się skórkę noże w koło głowy i piersi, i zdjawszy skórkę z szyi, faszeruje się, czyli nadziewa siekaniem. Oba końce zawiązują się nitką dość mocno, byle tylko nie popsuć skórki przez zbytne ściśnienie nici, i złożyć faszerowaną szyję do rondelka; dodać całą marchew, salerę, pietruszkę, dwie pory, kilka ziarenek angielskiego pieprzu, nieco soli, nalać wodą, aby objęła szyję, i gotować przez godzinę zwolna pod pokrywą. Wziąwszy fasoli białej kwartę, odgotować ją na miękko w wodzie, odcedzić na przetak, aby płyn ściekł zupełnie, fasolę przebrać na czysto, spudrować czyli posypać łyżką stołową mąki, i przemieszawszy złożyć do rondelka, precedzić na fasolę ten smak, w którym się farszowana szyja gotowała, na fasolę ułożyć szyje gęsie, odrzuciwszy włoszczyznę, podtuszyć przez pół godziny i wydawać na półmisek. Ten sposób zowie się na słodko.

Dla odmiany, można do fasoli dodać trochę octu i nieco cukru, a będzie kwaskowato. Fasolą, tym sposobem urządzoną można okładać zwierzynę. Gęsie szyje faszerowane można także dawać z soczewicą przygotowaną na kształt fasoli, tu wymienionym sposobem.

Fasolę tak urządzoną można dawać na zupę, wygotowawszy smak z główek i szyjek, z których się skórka zdejmie, wtenczas więcej będzie bulonu, i smak wyśmienity; tym bulone rozprowadza się fasola i daje do stołu na zupę.

### **Siekanie czyli farsz do szyjek gęsich potrzebny**



Ile się bierze do faszerowania skórek z szyj gęsi, tyleż należy wziąć gęstych wątróbek, to jest, na każdą szyję po wątróbce, żółć z nich starannie, bez rozlania odrzucić, wątróbki usiekać najdrobniej, i przetrzeć przez sito, aby wszelka plewka i żyłki na sicie pozostały. Do przetartej wątróbki dodać trochę muszkatelowej gałki, bułki tartej pszennej tyleż ile będzie wątróbki, łyżkę masła, z jaj całych rozbić na każdą szyję po parę, to wszystko dobrze wymieszawszy, z dodaniem nieco soli, faszerować szyje gęsie i gotować, jak się wyżej powiedziało.

J. Szyttler, *Skrzętna gospodyni, czyli tom drugi kucharki oszczędnej*, Wilno 1846.

### **Nadziewana szyjka gęsia**

Do dużej szyjki bierze się: ½ funta siekanej wołowiny, 2-3 łyżek tartej bułki, 1 siekaną, albo tai tą cebulę, soli, pieprzu i 1-2 jajek. Nadziewa się tą dobrze zmieszaną masą szyjkę, zaszywa się od góry do dołu, następnie oparza, czyści i albo dusi się razem z poddróbkami, albo piecze przy gęsi. Można nadziać szyjkę także masą bez mięsa, a złożoną z 3 drobno pokrajanych bułek, dużej ilości pokrajanego tłuszczu, soli, pieprzu, 2 jajek, i garstki tymianku. Tylko tartej bułki nie bierzemy do tego nadzienia wcale.

*Kuchnia koszerna*, 1904.

### **Interpretacja współczesna**

4 gęsie szyje

200 g fasoli wrzawskiej

2 l mleka

1 włoszczyzna

300 g wątróbki gęsiej

2 jaja

70 ml śmietany 30%

50 ml nalewki imbirowej

1 łyżka mąki

50 g masła

1 łyżeczka cukru

1 łyżeczka octu jabłkowego

10-15 listków majeranku

5 liści lubczyku

kilka ziaren ziela angielskiego

gałka muskatołowa

sól

Wątróbki gęsie zalewamy 1 litrem mleka, odkładamy na 1 dzień do lodówki. Drugiego dnia powtarzamy proces - wylewając mleko z wątróbki zalewamy drugim litrem mleka. Fasolę namoczoną w wodzie przez co najmniej 12 godzin gotujemy ok. 1,5 godziny i przecedzamy, zachowując wodę, w której się gotowała. Przelewamy pozostałą wodę do garnka, dodajemy włoszczyznę i gotujemy ok. 1 godzinę. Następnie oczyszczamy namoczone w mleku wątróbki z żył i przekładamy do kielicha blendera. Dodajemy jaja, śmietanę, cukier, liście majeranku oraz nalewkę. Doprawiamy solą i szczyptą gałki muskatołowej, po czym blendujemy na gładką masę. Szyje zawiązujemy z jednej strony, nalewamy masę wątróbkową z drugiej strony, po czym zamykamy zawiązując. Do przygotowanego wcześniej wywaru warzywnego dodajemy odrobinę soli, ziela angielskiego, lubczyku i wkładamy szyje uzupełniając poziom wywaru wodą tak, aby ciecz je przykrywała. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo wolnym ogniu pod przykryciem około 1 godzinę. Kiedy szyje są już gotowe wyjmujemy je z garnka. Na dużej patelni przygotowujemy zasmażkę z masła i mąki którą rozprowadzamy wywarem z szyjek i wkładamy w powstały sos fasolę, gotujemy około 10 minut. Podajemy z pieczoną dynią lub marchewką.

## **7. Wątróbka gęsia**

Wśród wyrabianych z gęsiny przysmaków ważne miejsce zajmuje gęsia wątróbka. Już w czasach staropolskich opisywano ją jako jeden z największych rarytasów kuchni polskiej. Stanisław Kazimierz Herka, autor traktatu dietetycznego wydanego w Krakowie w 1660 r. pisał, że „wątróbka gęsi utuczony zdrowy pokarm daje, do strawienia łacna i posilająca”. Przymusowy tucz gęsi na stłuszczone wątroby jest dziś w Polsce zakazany, ale w kuchniach regionalnych gęsia wątróbka jest obecna w postaci pasztetów, jako nadzienie pierogów i przede wszystkim duszona. W dawnych Prusach Wschodnich gęsie wątróbki przed przygotowaniem przez kilka dni moczo w świeżym mleku (codziennie je zmieniając), tak, by podwoiły swą objętość, co dawało efekt niezwyklej delikatności i pulchności jak przy prawdziwym *foie gras*. Tucz gęsi na stłuszczone wątroby, choć znany w dawnej hodowli, był jednak bardzo drogi i pracochłonny, więc *foie gras* i wyrabiane z niej pasztety strasburskie pozostały modnym importem z kuchni francuskiej, a polskie gospodynie i kucharze rozwinęli szereg ciekawych pomysłów na przygotowanie tego przysmaku. Dziś, gdy gęsina wróciła na nasze stoły i przynajmniej na jesieni mamy jej naprawdę sporo, można już zdobyć także i gęsie wątróbki. W kuchni tradycyjnej duszono ją w śmietanie, chętnie dodawano też do niej różne słodkie i aromatyczne alkohole. Jako wzór i inspirację podajemy dwa przepisy pochodzące z Krakowa z XIX w.

### **Wątróbka gęsia, duszona**

Wziąć piękną, dużą wątróbkę, namoczyć w mleku, naszpikować symetrycznie cienkimi płateczkami słoniny, osolic i dusić w rondlu z włoszczyzną, szarlotkami i pieczarkami. Po kwadransie, podać trochę rosołem i kilku łyżkami śmietany, dusić jeszcze przez kwadrans, potem sos przefasować, zagotować z łyżką wina i małą łyżką kaparów i podać z wątróbką i ryżem lub innym stosownym dodatkiem. Można też naszpikowaną wątróbkę usmażyć tylko na maśle lub smalcu gęsim, podlawszy ją rumianym, tęgim rosołem (Nr. 4 rozdział I.) lub sosem z ekstraktu mięsnego i wcisnąć trochę soku cytrynowego.

### **Wątróbka gęsia z sosem maderowym**

Dużą i piękną wątróbkę namoczyć w mleku, potem opłukać, osuszyć, naciąć w 3 lub 4 miejscach na wierzchu i włożyć tam drobno pokrajane plasterki trufli. Posoliwszy włożyć wątróbkę w rondel wyłożony słoniną i obłożyć ją też po wierzchu cienkimi plasterkami słoniny. Na wolnym ogniu dusić zwolna wątróbkę przez godzinę, ale jeszcze lepiej, wstawić ten rondel w drugi z wrzącą wodą. Po małej łyżce podlewać 1/8 litra madery lub Innem mocnym winem i można też razem z wątróbką dusić poszatowane trufle (lub w braku tychże pieczarki). Wątróbkę po uduszeniu podać z kruchymi pasztecikami, ryżem itp.

### **Interpretacja współczesna**

400 g wątróbki gęziej

50 g słoniny wieprzowej

2 l mleka (opcjonalnie jogurtu naturalnego)

300 g pasternaku

300 ml wywaru drobiowego

100 ml śmietany 36%

100 ml czerwonego półsłodkiego wina

5 szalotek

10 g kaparów

1 łyżeczka soku z cytryny

smalec gęsi

sól

pieprz

Plaster słoniny solimy szczerze po czym zawijamy w folię spożywczą i odkładamy do lodówki na parę dni. Wątróbkę oczyszczamy, zalewamy 1 litrem mleka i wkładamy do lodówki na 24 h, po czym wymieniamy mleko na kolejną dobę. Nasoloną słoninę tniemy w słupki, które wkładamy do zamrażarki do momentu aż solidnie stwardnieją. Następnie wąskim ostrzem noża robimy kieszenie w wątróbce i nadziewamy słoniną. Pasternak tniemy w kostkę i pieczemy w piekarniku rozgrzanym do temperatury 160 °C przez 40-50 minut. Na rozgrzaną patelnię wykładamy nieco tłuszczu gęsiego i podsmażamy wątróbkę razem z pociętą w pióra szalotką przez ok. 5 minut. Kiedy mięso nabierze już koloru złotego brązu dodajemy wywar, czerwone wino oraz kapary i dusimy na bardzo wolnym ogniu ok. 20 minut. Na koniec dodajemy śmietanę i pasternak, doprowadzamy ponownie do wrzenia i wlewamy sok z cytryny. Doprawiamy pieprzem.

## 8. Raki

Raki przez całe wieki były ozdobą polskiej kuchni. Ich smakiem i aromatem były przeniknięte także inne potrawy: masło rakowe i sos rakowy były szeroko używanymi półproduktami. Potrawy i dodatki z raków były ważnym urozmaiceniem różnych dań postnych. Powszechnie uznawano je za lekkostrawne i zdrowe, przy czym dosyć starannie rozróżniano uważane za znacznie lepsze i zdrowsze raki rzeczne od stawowych. Całą serię różnych potraw z rakami opisał już Stanisław Czerniecki, autor najstarszej polskiej książki kucharskiej (np. *Potrawa z rakami albo bigoskiem rakowym, Raki z sardellami, Potrawa z rakami z botwiną, Z rakami z agrestem ryby* itp.). W *Kucharzu doskonałym* Wojciecha Wielądki z 1800 r. opisano m.in. *Potaż z rakami* i *Zupę z rakami, Potrawkę z kurcząt z rakami, Jędyka z rakami* i wiele innych potraw<sup>1</sup>.

Dziś raki, choć mamy ich już znacznie mniej, a rak szlachetny jest pod ochroną, są na powrót cenione i odnajdują należne sobie miejsce w kuchni polskiej.

### **Raki po polsku (1734 r.)**

---

<sup>1</sup> W. Wielądko, *Kucharz doskonały w wybornym gościu z oszczędnością dogodny*, Warszawa 1800, t. II, s. 80-83.

Weź raków tyle, ile chcesz, opłucz je dobrze w kilku wodach, aby je odszlamować i gotuj je w rondlu ze świeżym masłem, bukietem ziół, cebulą naszpikowaną czterema goździkami, solą, pieprzem, garścią pietruszki, zalej je kuflem białego piwa, trzeba by było dużo soli. Gotuj to, aż się do zredukuje do połowy szklanki, przykryj rondel i zostaw na rozgrzanym piecu, bez ognia pod spodem, połóż tylko na przykrywcę rozgrzany popiół, by utrzymać ciepło. Kiedy już jesteś gotów do podania, ułóż raki na półmisku, polej po wierzchu sosem i posyp pietruszką i podaj jako *entremets*.

F. Massialot, *Le nouveau cuisinier royal et bourgeois*, Paris 1734.

### **Raki po polsku**

Wyplukać pół kopy średnich raków i pooblamywać z nich drobne nóżki, potem zagotować kwartę dobrej śmietany, dodawszy do niej kawałek masła, trochę kopru siekanego albo kminku, soli i wina (może się przecież obejść i bez tego). Gdy wszystko razem zmieszane i zagotowane, dać w to raki, nakryć w dobrze i dusić przez 20 minut; poczem wybrać, ułożyć ładnie na półmisku, polać tym sosem i wydać.

*Kuchnia polska*, Toruń 1885.

### **Interpretacja współczesna**

3 kg raków dobrej jakości

1 kg ryb słodkowodnych z głowami (płóć, leszcz lub jesiotr)

1 klasyczna włoszczyzna

500 g pasternaku

1 cebula

200 ml piwa jasnego z niską zawartością alkoholu

100 ml śmietany 18%

2 liście laurowe

parę gałązek świeżego majeranku

pół cytryny

sól

olej

Ryby oczyszczamy z łusek, wycinamy oskrzela i myjemy dokładnie pod zimną wodą. Następnie wkładamy do piekarnika i pieczemy ok. 40 minut w temperaturze 180 °C. Umyty pasternak kroimy w kostkę o średnicy 1 cm i podsmażamy na oleju do momentu kiedy zacznie nabierać koloru brązu. Do garnka z 1,5 litra wody z piwem wkładamy włoszczyznę, cebulę, liść laurowy i gotujemy razem z upieczoną rybą na wolnym ogniu ok. 1 godzinę. Kiedy warzywa są już miękkie, wywar odcedzamy, dodajemy podsmażony pasternak i gotujemy pod przykryciem około 4 minut, po czym dokładnie blendujemy i ponownie przecedzamy przez sito o małych oczkach. Raki obieramy z pancerzyków, wrzucamy do powstałej kremowej cieczy, dodajemy sok z cytryny i gotujemy 5 minut. Na koniec po zdjęciu z ognia dodajemy liście majeranku.

## 9. Śledź marynowany

Skąd się wzięła prawdziwa miłość Polaków do śledzia, pieszczotliwie nazywanego śledzika, skojarzonego z ostatnim dniem karnawału? Solony śledź i suszony dorsz to przez wieki właściwie jedyne ryby morskie szerzej dostępne w głębi kraju przed rozwojem kolei i epoką lodówek. Ze względu na częste i długie posty śledź stał się wręcz wszechobecny. Przez wieki dodawano go np. do żuru, który był przede wszystkim zupą postną, znano i lubiano zupę śledziową. Sos śledziowy, a w wersji elitarniej także sardelowy (z anchois) były składnikami potraw znanych jako przyrządzane „po polsku” (*à la polonaise*). Przygotowywano śledziowe klopsiki, śledziowe kiszki, chętnie używano śledziowe mleczko i ikrę.

„Śledzik” to wreszcie idealna zakąska do polskiej wódki...

Po tej śledziowej specjalizacji zostały nam dziś niezliczone sposoby marynowania śledzi. W przytoczonym przykładzie z książki Karoliny Nakwaskiej mamy i jabłka i musztardę (dziś na nowo wyrabianą w niezliczonych wersjach przez rzemieślników i prawdziwych artystów) oraz ocet winny, który z powodzeniem możemy zastąpić przez jabłkowy czy inny lokalny wyrób.

### Śledzie zaprawiane

Wymoczywszy przez parę godzin cztery śledzie w słodkim mleku, wypaproszyć one i pokrajawszy na części zwyczajne, włożyć na półmisku zgrabnie, jakby całe były, brzuszkiem na spód, a boki wywrócić na obydwie strony. Potem położyć do głębokiego talerza niepełną łyżkę robionej musztardy. Dwa odgotowane na twardo żółtka przetrzeć dobrze razem, wsypać pół łyżki drobnego cukru i wlawszy dwie łyżki stołowe oliwy, jeszcze przetrzeć, aby masa była gęsta i oliwa zupełnie by w niej znikła. Na ostatku wlać tyle octu winnego, żeby się uformowała (ciągle mieszając) masa gęstawa. Obłóżywszy na około przygotowane śledzie jabłkami, najlepiej sztetynskimi lub bursztówkami, pierwej stresowanymi i pokrajanymi w krążki, zaleć masą i podawać.

K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 2, Poznań 1843.

### **Interpretacja współczesna**

400 g śledzia

0,5 l mleka

2 jabłka starych odmian (wytrawne)

4 żółtka

100 ml oleju św. Wawrzyńca

30 ml octu jabłkowego dobrej jakości

łyżka cukru

Śledzie moczymy w mleku od 6 do 8 godzin. Następnie odlewamy mleko i osuszamy rybę. Jabłka pieczemy w temperaturze 150 °C przez 30-40 minut, następnie studzimy. Upieczone jabłka pozbawiamy skóry i gniazd nasiennych, miąższ przekładamy do miski. Dodajemy żółtka, cukier, olej oraz ocet. Składniki rozdrabniamy i mieszamy. Serwujemy razem ze śledziem.

## **10. Szczupak po żydowsku**



Dawna kuchnia polska charakteryzowała się obfitością i różnorodnością ryb słodkowodnych. Posty, rozwinięta gospodarka stawowa i wreszcie kulinarna specjalizacja sprawiały, że polska kuchnia przez całe wieki słynęła przede wszystkim z ryb. Karpia czy szczupaka po żydowsku znamy dziś głównie z ich wigilijnej wersji. W staropolskiej tradycji kulinarnej był to klasyczny sposób przygotowywania ryb w sosie, z dodatkami lub nadzieniem o charakterystycznym słodkim i ostrym smaku (z cukrem, rodzynekami, migdałami i ostrymi przyprawami). Taki sposób przyprawiana ryb i innych dań najdłużej przetrwał w kuchni żydowskiej. Z drugiej strony szczególny tradycjonalizm i zakorzenienie w historii wykazywała kuchnia świąteczna. Jan Szyttler, autor pierwszych masowo wydawanych polskich książek kucharskich, pisał w 1848 r., że szczupaka po staropolsku przyrządza się już tylko na Wigilię Bożego Narodzenia. Kuchnia żydowska, znana na prawie całym świecie i na powrót popularna w Polsce, często jako oferta dla turystów, to prawdziwa, wielka marka. Warto wskazywać na jej bardzo długie i ścisłe związki z kuchnią polską. W cytowanych wersjach z drugiej połowy XIX i XX w. szczupak po żydowsku ma już łagodny, prosty naturalny smak, inaczej niż znacznie dłużej wykazujący swą odrębność i oryginalność karp po żydowsku.

#### **Nadziany szczupak.**

Nadzienie robi się, jak do kluseczków tylko dodaje się trochę siekanej ryby, także wątróbkę i dużo masła. Szczupak nie rozkrawa się, wkłada weń nadzianie i zaszywa przy brzuchu. Gotuje się potem, jak zwykle.

#### **Szczupak z kluseczkami**

Ryba gotuje się tak, jak wyżej podano. Po zdjęciu piany, wkładają się kluseczki, które się w następujący sposób przyrządzają: na 3 tarte bułki bierze się dwa jajka, i około 2 łyty masła. Masło trze się z bułką, potem jajka, trochę tłuczonego pieprzu, soli, siekanej pietruszki, wątroba z ryby, ikra, tłuszcz i jedna cebula, cienko siekana. Z tego formują się małe podłużne kluseczki, które się gotują w sosie razem z rybą.

R. Wolff, *Polska kuchnia koszerna*, Warszawa 1877.

#### **Szczupak po żydowsku**

1 kg szczupaka, 1 cebula, jarzyny, korzenie; ¼ kg cebuli, na koniec noża pieprzu, ½ łyżeczki cukru, 1/16 1 tartej bulki, 1 łyżeczka utartego chrzanu, mięso ze szczupaka, 1 białko na nadzienie Pokrajać szczupaka w dzwonka, wyciąć ostrym nożem mięso w ten sposób, żeby została tylko skórka z góry i od spodu. Mięso obrane z ości posiekać wraz z cebulą bardzo drobno, dodać sól, tartą bułkę, pieprz, chrzan, białko i cukier. Upchnąć nadzienie w wydrążoną skórkę, wyrównać nożem. Ułożyć w rondlu, zalać smakiem z ugotowanych jarzyn i korzeni, dodać 3 pokrajane cebule i gotować godzinę na małym ogniu. Pozostawić w smaku do ostygnięcia. Wyjąć ostrożnie na półmisek, uformować. Przetrzeć sos z cebulą przez sito; sosu powinno być tyle, żeby się zmieścił na półmisku. Po ostudzeniu z sosu powinna się utworzyć galareta.

M. Disslowa, *Jak gotować: Praktyczny podręcznik kucharstwa*, Poznań 1931.

### **Interpretacja współczesna**

1 szczupak (ok. 2 kg)

1 bułka pszenna

300 ml mleka

2 jaja

30 g migdałów

20 g moreli

20 g żurawiny

80 ml nalewki z pigwy

sól

pieprz

Rybę oczyszczamy z łuski, ucinamy głowę, ostrożnie ściągamy skórę, filetujemy, mięso oczyszczamy z ości. Mięso z ryby wraz z namoczoną w mleku bułką przepuszczamy przez maszynkę do mielenia. Bakalie tniemy w drobną kostkę i namaczamy w nalewce, dodajemy je do farszu wraz z migdałami (wlewając również pozostałą nalewkę). Oddzielamy białka od żółtek. Rozbite żółtka wkładamy do masy, a następnie dodajemy ubitą na sztywno pianę z białek. Masę doprawiamy solą i pieprzem. Na folii spożywczej rozkładamy rybią skórę, na nią wykładamy masę i zawijamy w rulon. Do naczynia żaroodpornego wlewamy wodę, zanurzamy rulon i wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 140 °C na 40-50 minut. Po wyjęciu studzimy, schładzamy w lodówce przez noc. Rybę odwijamy z rulonu i serwujemy pociętą na mniejsze kawałki.

### **11. Karp po żydowsku**

Karp po żydowsku, podobnie jak pierogi ruskie czy chłodnik litewski, należy do najślawniejszych dań kuchni polskiej. Przedstawione niżej dwa oryginalne, historyczne przepisy wyjaśniają tajemnicę tej niezwyklej, zarazem żydowskiej i polskiej (a nawet staropolskiej) potrawy. Nazwa słynnego polskiego dania wigilijnego od dawna intrygowała autorów książek kucharskich, smakoszy i dziennikarzy. Powstała na ten temat zgrabna, ale dziwaczna i kompletnie nieprawdziwa opowieść o wprowadzeniu karpia na wigilijny stół dopiero w czasie PRL-u, przypisująca szczególną rolę Hilaremu Mincowi, stalinowskiemu specowi od gospodarki. Jak w każdej historii i tu jest ziarno prawdy, jak w słynnej opowieści o rozdawaniu mercedesów na Placu Czerwonym. Trudno sobie wyobrazić towarzyszy z PZPR usilnie zabiegających o tradycyjną postną strawę na katolicką wigilię dla, więcej prawdy zawierają już obrazy ze słynnych „Rozmów kontrolowanych” o „tradycyjnej” wigilijnej golonce w piwie. W czasach PRL-u z wigilijnych stołów zniknęły jesiotry, okonie, (wiślane) łososie, węgorze, szczupaki i wiele innych ryb: stąd może pochodzi i wrażenie, że osamotniony od tej pory karp to dar towarzysza Minca. Zresztą czy o związki z PRL-em możemy podejrzewać np. Zygmunta III Wazę czy Jana Sobieskiego – zapalonych konsumentów wigilijnego karpia?

Pierwsza cytowana receptura historyczna pochodzi z książki Czernieckiego z 1682 r., a druga to efekt podróży Edwarda Pomiana Pożerskiego, słynnego francuskiego dziennikarza do krakowskiego Kazimierza. Pomian Pożerski, profesor Instytutu Pasteura w Paryżu, opisał tę podróż w książce kucharskiej wydanej w 1929 r. po francusku. Jego karp po żydowsku stał się słynny we Francji, a potem w Europie i na świecie.

### **Karp bez kości**

Weźmij karpia dobrego, zdejmij skórę z niego tak ostrożnie, żebyś dziury nie uczynił, głowę usmaż, a to mięso z karpia odjąwszy i od kości, i usiekaj drobno, surowo, drugiego karpia do tego przyłożywszy. Usmaż tę siekaninę w maśle albo oliwie, przydawszy do tego cebule bardzo drobno siekanej, pieczonej albo smażonej.

Daj rożenków drobnych, cukru, pieprzu, soli, cynamonu i trochę tartego chleba, zmieszawszy to wszystko, nałóż tę skórę karpiową, miej brytfannę glinianą, wlej oliwy albo masła, żeby zamókł ten karp, włóż w brytfannę karpia nałożonego i głowę przyłóż, i figatellami z tejże materyjej robionemi obłóż. Ociągaj wywracając, a gdy się ociągnie, wlej wina, octu winnego, limonią, cukru, cynamonu, pieprzu. Przywarz, a daj całkiem na misę<sup>2</sup>.

S. Czerniecki, *Compendium ferculorum albo zebranie potraw*, Kraków 1682.

### **Karp po żydowsku**

To jest klasyczne danie z karpia, które pojawia się na wszystkich stołach w czasie Szabasu. Żydzi są tak bardzo dumni z tej potrawy, że w restauracjach żydowskich określana jest ona jako przyrządzana „po żydowsku”.

Gdyby całą kuchnię żydowską zawrzeć w jednej potrawie, to należałoby podać właśnie to danie.

Oto jak jest przygotowywane w Krakowie. Następnie podamy przepis zmodyfikowany, który dotarł do Paryża. Ten ostatni przekazał mi słynny rabin paryski.

Wziąć dużego żywego karpia. Zabić go, wypatroszyć i oskrobać z łusek. Natrzeć go grubą solą i zostawić na pół godziny. Umyć go i tak przygotowanego pokroić w dzwonka

W rondlu wstawić 400 g drobno posiekanej cebuli, 10 posiekanych migdałów i 20 rodzynek ze Smyrny<sup>3</sup>. Na tej warstwie ułożyć dzwonka ryby. Zalać całość wodą, tak by ledwo przykryła rybę. Dodać sól i pieprz oraz dwa kawałki cukru.

---

<sup>2</sup> W tekście „wisę”.

<sup>3</sup> Tzn. z Izmiru w Turcji. Duże jasne rodzyнки, np. tzw. sułtanki.

Przykryć i gotować wolnym ogniu przez 1½ godziny. Wyjąć ostrożnie kawałki ryby, by się nie rozpadły. Ułożyć jej na podłużnym półmisku tak, aby przypomniały kształtem rybę, wywar starannie przecedź. Na dzwonka ryby ułóż purée z cebuli. Wlej wywar na półmisek i pozostaw do ostygnięcia. Wywar zastygnie i razem z puree z cebuli będzie jedynym garniturem dla tej ryby.

Osobiście zawsze uważałem to danie z ryby za nadmiernie mdłe. W restauracji zawsze prosiłem, żeby było serwowane z tartym chrzanem. W domu zrobiłem je bez migdałów, rodzynek i cukru. Jest to mniej tradycyjne, jednak znacznie lepsze.

E. de Pomiane, *Cuisine juive. Ghettos modernes*, Paris 1929.

### **Interpretacja współczesna**

1 karp (ok. 3kg)

1-1,5 l esencjonalnego wywaru rybnego

100 ml białego półsłodkiego wina

sok z 1 limonki

1 łyżka cukru

100 ml śmietany 30 %

80 g płatków migdałów

3 łyżki chrzanu

kilka liści bazylii

szczypta cynamonu

parę nitek szafranu

sól

pieprz

Rybę oczyszczamy z łuski, ucinamy głowę i kroimy w dzwonka. Do zimnego wywaru wkładamy rybę. Wlewamy wino i sok z limonki, dodajemy posiekaną bazylię, cukier, szafran, cynamon, sól i pieprz. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo wolnym ogniu przez ok. 15-20 minut. Migdały rozdrabniamy w moździerzu, następnie łączymy ze śmietaną i chrzanem. Rybę wykładamy na talerz i serwujemy z purée migdałowym.

## 12. Węgorz

Węgorz to jedna z najbardziej cenionych w kuchni polskiej ryb. Dziś drogi i trudno dostępny, przez wieki był typowym produktem postnym, zwłaszcza gdy trzeba było przygotować bardziej wystawny i elegancki posiłek (np. na wigilię, a właściwie liczne przed wiekami wigilie różnych świąt). Karp, łosoś (wiślany), jesiotr czy zapomniana dzisiaj już prawie całkowicie certa oraz właśnie węgorz należały do ryb popularnych w kuchni szlacheckiej i magnackiej jako ryby tłuste: tłuszcz, zwłaszcza w czasie postu, powszechnie ceniono i lubiono. Jednocześnie węgorz, jako ryba niekoszerna, nie był w ogóle znany w kuchni żydowskiej, tak wiele czerpiącej z kuchni staropolskiej. Być może dlatego raczej nie nawiązujemy już do wymyślnych przepisów Czernieckiego na węgorza, a przynajmniej raz w roku pamiętamy o słodko-korzennym karpniu po żydowsku...

Dziś trudno dostępnego węgorza przyrządzamy najczęściej jako niewielką zimną przekąskę. O poradę w tej sprawie zwróciliśmy się do słynnego Jana Szyttlera, autora pierwszej polskiej książki kucharskiej poświęconej tylko i wyłącznie potrawom postnym, głównie rybnym. Jako podstawę do interpretacji współczesnej wybraliśmy jeszcze starszy przepis na rybę z agrestem, opublikowany w 1783 r., ale nawiązujący do kilku pomysłów z najstarszej polskiej książki kucharskiej z 1682 r.

### **Sposób ryb gotowania z agrestem lub szczawiem, lub z sałatą, lub z botwiną [1783 r.]<sup>4</sup>**

Oczesaną rybę jakąkolwiek zrysuj, nasól, cebuli drobno i pietruszki skraj, sałaty albo szczawiu, lub botwiny uszatkuj, ułóż w panwi<sup>5</sup> albo rondlu, wlej wody, soli, pieprzu, kwiatu, oliwy albo masła podsadz i daj pożywać. A gdy z agrestem gotować będziesz, to przydasz agrestu, rożenek drobnych, cynamonu, wina, oliwy lub masła, pieprzu i słodkości, i przydarzywszy, daj do pożywania.

*Sposoby ciekawe w domu przygodne, Łowicz 1783.*

---

<sup>4</sup> Połączenie trzech receptur z: *Compendium ferculorum*, II, 29–31.

<sup>5</sup> W tekście: „ponwi”.

## **Węgorz na zimno z różną**

Wybrawszy najświeższego węgorza, oczyścić go należy, skroić w dzwona, gdy w miarę nasłonieje, wytrzeć serwetą, popieprzyć nieco; powtykać dzwona na długą szpilkę, czyli pręt cienki drewniany lub żelazny, przymocować do różną, i polewając lub zynując piórkiem umocznym w oliwie, przy ogniu obracając upiec należy, z uwagą aby przez pośpiech nie dać surowego. Na wydaniu układać na półmisek, przekładać dzwona farszem rybnym z szczupaka, który powinien być przygotowany następnym sposobem: usiekane mięso z szczupaka przeciera się na sito, dodaje się to wszystko co zwykle wchodzi do farszu, odpieka się w pokrywie, i kraje na części, pomiędzy te można dodawać kaparów, polać auszpikiem z ryb, wzięwszy proporcję, aby zajęła półmisek. Dodać oliwy, musztardy i mieszać na lodzie raz wraz, gdy zacznie gęstnieć polać po węgorzu i oliwkami bez kostek obłożyć.

*J. Szyttler, Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczystego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp., Wilno 1848.*

## **Interpretacja współczesna**

1 węgorz (ok. 1 kg)

300 g agrestu

4 ząbki czosnku

300 ml wywaru rybnego

150 ml półwytrawnego białego wina

30 g rodzynek

40 g masła

1 łyżka miodu

szczypta cynamonu

sól

pieprz



Węgorza kroimy w dzwonka. Na patelni rozgrzewamy masło, podsmażamy agrest wraz z pociętym w plastry czosnkiem. Następnie zalewamy wywarem i gotujemy pod przykryciem, na bardzo wolnym ogniu, ok. 15-20 minut. Dokładnie blendujemy i przepuszczamy przez sito o drobnych oczkach. Dodajemy wino, posiekane rodzynki, miód, cynamon, sól i pieprz. Do sosu wkładamy węgorza i dusimy pod przykryciem, na bardzo wolnym ogniu, ok. 15 minut.

### 13. Sielawa

Sielawa to prawdziwy przysmak, wspomnienie wakacji, ryba powszechnie dziś w Polsce ceniona, ale mało znana w kuchni staropolskiej. Ta niewielka ryba łososiowata, występująca głównie w jeziorach na Suwalszczyźnie czy Pomorzu, odgrywała tylko lokalną rolę w dawnej kuchni polskiej. Przykładem jest tu receptura z najstarszej toruńskiej książki kucharskiej z 1885 r., opisującej, oprócz klasycznych dań kuchni polskiej, także regionalne potrawy pomorskie i pruskie.

„Morzanki” jak dawniej na Pomorzu nazywano sielawy (z kaszubska „morynki”) zostały ukazane jako oryginalna potrawa regionalna, wręcz symbol kuchni kaszubskiej. W wersji z sosem musztardowym nazwano je *à la Czorlińsci*, co nawiązywało do słynnego, wydanego po kaszubsku poematu *O Panu Czorlińscim, co do Pucka po serce jachoł*. Jego autorem był uznawany za twórcę literackiego języka kaszubskiego Hieronim Derdowski, redaktor toruńskiej książki kucharskiej z 1885 r. Język, literatura i kuchnia to jak widać ważne, często nierozłączne składniki naszej kultury. Tu skupiły się w jedną całość w naszej sielawie, a kaszubskiej „morynce”.

#### Morzanki

Morzanki, zwane na Kaszubach morynkami, jest to jeden z najsmaczniejszych gatunków ryb, podobnych do śledzia, żyjących wyłącznie w jeziorach wzdłuż południowego brzegu morza bałtyckiego.

Sprawić morzanki, wyjąć wnętrzności w końcu głowy, ugotować w wodzie z korzeniami, cebulą, solą i przyprawami, dodać gęstego masła i octu. Zamiast octu dodają Kaszubi czasem sosu musztardowego i wtedy morzanki takie nazywają się *à la Czorlińsci*.

Można też smażyć morzanki na rożnie lub patelni jak inne ryby, albo wędzić i potem gotować albo podawać z marynatą.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

## **Interpretacja współczesna**

2 sielawy (po 500-600 g)

5 szalotek

2 marchewki

1 seler

200 g topinamburu

100 g kurek

50 ml octu winnego

sok z połowy cytryny

sól

pieprz

olej

Szalotkę oprószamy solą i pieprzem, skrapiamy olejem. Pieczemy w piekarniku rozgrzanym do temperatury 140 °C przez ok. 40 minut. Marchewkę i seler tniemy w równą 1 cm kostkę. Podsmażamy na patelni na mocno rozgrzanym oleju, po czym przekładamy do piekarnika i pieczemy 10-15 minut dłużej niż szalotkę. Do piekarnika wkładamy również topinambur i pieczemy przez ok. 40-50 minut, po upieczeniu obieramy ze skóry. Kurki podsmażamy na oleju. Ryby oczyścimy z łusek, odcinamy głowy i filetujemy. Do litra wywaru warzywnego wkładamy wystudzone warzywa, filety ryby, podsmażone kurki, dodajemy sól i pieprz. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo wolnym ogniu ok. 20 minut. Na koniec dodajemy sok z cytryny i ocet. Serwujemy w głębokim talerzu jako zupę.

## **14. Babka ziemniaczana**

Ziemniaki są dziś ważnym, wręcz wszechobecnym składnikiem naszej kuchni. W czasach PRL-u były nieomalże codziennym dodatkiem do mięs czy ryb albo głównym składnikiem różnych potraw. Wielkopolskie pyry, góralskie grule, kaszubskie bulwy, śląskie kartofle – ziemniaki były i są ciągle ważnym składnikiem różnych kuchni regionalnych. Od połowy XIX w. były prawie codziennym, głównym składnikiem wyżywienia chłopów i potem robotników, ale w kuchni staropolskiej były całkowicie nieobecne.

Ziemniaki to niezwykle przykłady globalizacji. Zamorski, egzotyczny produkt z Ameryki, dziwnym zrzędzeniem losu stał się jednym z najważniejszych składników diety na wielu różnych kontynentach. Historia naszego swojskiego ziemniaka jest jednak długa i powikłana. Początkowo Europejczycy nawet nie chcieli słyszeć o tych „ziemnych jabłkach”, perkach (z Peru) czy tartufołach (przypominających trufle). Nie bardzo wiadano co i jak z nich przyrządzić, uważano je za pogańskie i diabelskie, a liczne przypadki zatruc zzieleniałymi albo surowymi ziemniakami (no bo przecież były to „ziemne jabłka”...) nie nastrojały pozytywnie do tej żywieniowej innowacji. Początkowo przyrządzano ziemniaki, tak jak i kukurydzę na sposób wybitnie europejski, wyrabiając z nich mąkę i piekąc z niej chleb, co nie było najszcześniejszym rozwiązaniem.

Z czasem popularność zyskały różne placki z ziemniaków, ziemniaczane „baby”, ziemniaki kiszzone i gotowane z ziemniakami zupy. Gdy w 1840 r. wydano we Lwowie w całości poświęconą ziemniakom książkę kucharską pt. *Nowy, wyborny i najtańszy kucharz*, to opisano w niej już ponad 200 sposobów na ich wykorzystanie, nie tylko zresztą w kuchni. Niektóre z nich były jeszcze raczej eksperymentalne, stąd my sięgniemy do książki z 1918 r. i zaczerpnijemy z niej krótki przepis na ziemniaczaną „babę”. Była to potrawa wzorowana na staropolskiej, znanej z XVII w. babie grochowej. Dzisiaj babka ziemniaczana jest emblematem oryginalnej, bogatej kuchni podlaskiej, a szereg sposobów jej przygotowania opracowała ostatnio Joanna Jakubiuk w swej niezwyklej książce kucharskiej pt. *Ziemniak*.

### **Babka z ziemniaków**

8 - 10 gotowanych ziemniaków utrzeć, dodać ćwierć funta masła, ćwierć funta tartego sera, 2 łyżki śmietany, 3 żółtka, soli i pieprzu do smaku, poczem dobrze rozetrzeć i dołączyć pianę z 3 jaj. Masę włożyć w formę, wysmarowaną masłem i piec 10 - 15 minut. Można również masę nakładać w malutkie foremki.

*200 potraw z ziemniaków, 1918.*

### **Interpretacja współczesna**

800 g gotowanych ziemniaków  
70 g masła  
2 łyżki śmietany 18%  
40 g tartego dojrzałego, twardego sera żółtego  
4 żółtka  
4 białka  
1 średniej wielkości cebula  
2 ząbki czosnku  
kilkanaście liści majeranku  
sól  
pieprz

Ugotowane i ostudzone ziemniaki przecieramy przez sito lub przepuszczamy przez przecierak do warzyw. Białka ubijamy na sztywną pianę. Do masy dodajemy śmietanę i żółtka, pianę z białek, 50 g lekko roztopionego masła, starty ser żół oraz dokładnie posiekane liście majeranku. Na tarce o bardzo drobnych oczkach ścieramy surową cebulę i czosnek, dodajemy do masy. Całość dokładnie mieszamy i doprawiamy solą i pieprzem. Formę smarujemy pozostałym masłem. Pieczemy w piekarniku rozgrzanym do temperatury 160 ° C przez około 30-40 minut.

### **15. Ziemniaki nadziewane**

Ziemniaki były i są w naszej kuchni wszechobecne. Pochodzące z Ameryki, zadomowiły się w Europie dopiero w XIX w., gdy zwycięsko wyparły swojską rzepę, pasternak i wcześniej spopularyzowany amerykański topinambur (bulwy). Szybko zyskały niezwykle miejsce w kuchni wielu narodów. Nasze kluski ziemniaczane, placki, nadzienie ruskich pierogów, pyzy, kopytka i kluski śląskie to tylko niektóre przykłady pomysłowego i wszechstronnego wykorzystania tego warzywa, które jeszcze niedawno stanowiło podstawę wyżywienia większości Polaków.

Po babce ziemniaczanej popularnej przede wszystkim na Podlasiu chcielibyśmy wskazać na ziemniaki faszerowane grzybami z *Kucharza wielkopolskiego* z XIX w. Wielkopolanie osiągnęli w przygotowywaniu swoich „pyr” prawdziwe mistrzostwo, w Poznaniu powstaje muzeum pyry, a sami mieszkańcy prastarego grodu nad Wartą dumnie nazywają się „pyrami”.

Cytowany przepis opisuje ziemniaki faszerowane grzybami, dziś w Poznaniu bardziej popularny czy wręcz kultowy jest ziemniak z twarogiem (słynna pyra z gzikiem). We wszystkich wersjach jest to jednak proste, zdrowe, lekkie, smakowite, tradycyjne i na dodatek niedrogie danie. Jego inne zalety można by wyliczać jeszcze dłużej, ale oddajmy głos kucharzom.

### **Kartofle nadziewane grzybami.**

Świeże lub suszone grzyby ugotować, usiekać drobno, zasmażyć w maśle z tartą cebulą, wsypać trochę pieprzu, soli, tartej bułki, wbić parę żółtek, jedno całe jajo i wymieszać w jedną masę. Ostrugać surowe kartofle, wydrążyć je, ułożyć jedno przy drugiej, zalać rozpuszczonym masłem stosowanie do ilości kartofli, kilku łyżkami bulionu, trochę smaku grzybowego i dusić do miękkości.

*Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin raz różne sekreta domowe, Poznań 1892.*

### **Interpretacja współczesna**

6 dużych ziemniaków o małej zawartości skrobi  
0,5 l esencjonalnego wywaru drobiowo-grzybowego  
300 g prawdziwków  
60-80 g twardego sera koziego  
3 jaja  
2 cebule  
2 ząbki czosnku  
parę liści lubczyku  
sól  
pieprz  
olej do smażenia

Grzyby kroimy w kostkę około 0,5 cm i podsmażamy na oleju z cebulą i czosnkiem pokrojonymi w drobną kostkę. Podsmażamy do momentu, aż grzyby się zrumienią, a cebula i czosnek będą zeszkłone. Podsmażone grzyby i cebulę studzimy, po czym doprawiamy solą i pieprzem, dodajemy jaja i drobno posiekany lubczyk, mieszamy. Ziemniaki obieramy ze skórki, kroimy wzdłuż na połówki i drażymy, tak by powstało zagłębienie wielkości śliwki. Masą grzybową nadziewamy ziemniaki. Nadziewane ziemniaki wkładamy do naczynia żaroodpornego. Wlewamy rosół do wysokości około 2-3 cm (nie więcej niż do połowy wysokości ziemniaków). Dusimy pod przykryciem około 50 minut w piekarniku rozgrzanym do 170 ° C. Gdy ziemniaki są już miękkie, wyjmujemy je z piekarnika i posypujemy pokruszonym kozim serem. Opcjonalnie z pozostałego wywaru możemy zrobić sos, łącząc go z zasmażką.

## 16. Cebularz

Cebularz lubelski został ostatnio wpisany na chronioną prawem unijnym listę produktów tradycyjnych i regionalnych jako Chronione Oznaczenie Geograficzne. Cebularz zasłynął dzięki lubelskim piekarzom żydowskim i jest kolejnym przykładem ścisłego związku między kuchnią żydowską i polską. W licznych miastach, zwłaszcza w centralnej i wschodniej Polsce wielu piekarzy było Żydami, a maca, chałki, bajgle czy cebularze po dziś dzień są znane i cenione w wielu zakątkach świata.

Przytaczane przez nas historyczne receptury różnią się nieco od dzisiejszego cebularza lubelskiego, przygotowywanego na cieście z mąki pszennej, cukru i tłuszczu, pokrytego cebulą i makiem. Tak jednak „placek z cebulą” z popularnej *Kuchni koszernej* Rebeki Wolff jak i znacznie wcześniejsza receptura Jana Szyttlera z Wilna należą jednak do przodków słynnego lubelskiego cebularza. Piotr Bikont w swej niezwyklej książce *Kuchnia żydowska* *Balbiny Przepiórko* wspomina, iż jego tytułowa bohaterka знаła różne rodzaje cebularze z wielu miast. Niewątpliwie jednak palma pierwszeństwa należy się cebularzowi z Lublina.

### Placek z cebulą

Kupujemy u piekarza kawał ciasta do chleba, wałkujemy je, kładziemy na posypaną mąką blachę i posypujemy je cienko pokrajanymi surowymi cebulami (lepiej jeszcze cebule przedtem oparzyć, następnie oblać zimną wodą, którą odcedzamy na durszlaku, by cebule były suche i i czyste).

Później wszystko oblewamy dobrą, gorącą oliwą lub roztopionym masłem i posyłamy do piekarza.

R. Wolff, *Kuchnia koszerna*, Warszawa 1904 r.

### **Ciasto postne z cebulą**

Zarobiwszy ciasto drożdżowe z wodą i nieco soli, dodać do kwarty mąki oliwy kubek, gdy wyrośnie, po zarobieniu, przerabiać; rozwałkować na stolnicy, wybijać na okrągłą blaszkę, albo szeroką szklankę, brzegi w koło załamywać, gdy podrośnie pozyngować oliwą, nałożyć w środek cebuli z dodaniem nieco kminu dla odoru i odpiec.

*Cebulę* tak przygotować. Uszatkować potrzebną ilość cebuli jak najcieniej, złożyć do rondelka, podsmażyć w oliwie na miękko i nakładać w każdą sztuczkę, gdy już cebula weźmie kolor rumiany.

Można także toż samo ciasto robić z masłem, wtenczas ciasto zarabia się mlekiem i dodaje się do niego kilka żółtków i trochę masła klarownego, odsmażać na maśle do zarumienienia, a tym sposobem urządzone ciasto będzie smaczne i kruche.

*J. Szyttler, Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczystego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp.*, Wilno 1848.

### **Specyfikacja według wniosku o rejestrację produktu jako Chronionego Oznaczenia Geograficznego:**

Ciasto:

mąka pszenna używana w przemyśle spożywczym - 100 kg

cukier - 2 kg

margaryna - 3 kg

drożdże - 4 kg

woda - 50 l

sól - 1,5 kg

cebula - 30 kg

olej roślinny - 1 l

mak niebieski - 3 kg

sól - 1 kg

Na 1 godzinę przed wypiekiem „cebularza lubelskiego” obiera się cebulę i kroji w grubą kostkę, dodaje się do niej sól, aby zmiękła i pozostawia do momentu aż z cebuli wypłynie sok, który potem trzeba odcedzić. Następnie dodaje się olej i mak. Tak przygotowany farsz gotowy jest do ułożenia na przygotowany placek.

Ciasto pszenne wyborowe charakteryzuje się tym, że ma dwukrotnie zwiększoną zawartość cukru i margaryny w porównaniu do ciasta pszennego zwykłego.

Dla porównania:

Na 100 kg mąki pszennej do przygotowania ciasta wyborowego dodaje się 2 kg cukru, a do ciasta zwykłego – 1 kg. Do ciasta wyborowego dodaje się 3 kg margaryny, a do ciasta zwykłego – 1,5 kg.

Pozostałe składniki pozostają bez zmian.

Przed wyrobieniem ciasta przygotowuje się drożdże, z których należy przygotować mleczo drożdżowe metodą jednofazową (do drożdży dodaje się trochę cukru, mąki i wody) tak aby się rozpuściły. Następnie mieszamy wszystkie składniki i wyrabiamy ciasto. Odstawiamy do wyrośnięcia na około 20 minut.

Ciasto waży się i dzieli na kęsy o masie 50 - 250 gram w zależności od oczekiwanej wielkości produktu gotowego.

Kęsy rozwałkowane ręcznie na placki o średnicy 5–25 cm i około 1 cm grubości. Na ułożone placki nakłada się wcześniej przygotowany farsz z cebuli i maku. Tak przygotowane placki odstawia się w ciepłe miejsce na ok. 25-30 min do wyrośnięcia.

Wyrośnięte placki piecze się około 10-12 minut w temperaturze 240-250 C na złoty kolor. Upieczone „cebularze lubelskie” wyjmują się z pieca i pozostawia do wystygnięcia.



## 17. Marchew faszerowana

Zwykła marchew przez całe wieki była produktem wykorzystywanym na wiele różnych sposobów, nieraz podstawą osobnego dania z samą marchwią w roli głównej. Marchew, pasternak, rzepa, topinambur czy skorzonera były ważnymi składnikami diety zwłaszcza przed rozpowszechnieniem się ziemniaków, co ostatecznie nastąpiło dopiero w połowie XIX w.

Przed tym czasem te warzywa pełniły rolę nie tyle składników surówek czy sałatek, ale były podstawową częścią posiłku. Ceniono więc wielkie marchwie czy rzepy, o większej zawartości skrobi, pożywne i dające się przygotowywać na różnorodne sposoby.

Jednym z najpopularniejszych z nich była faszerowana marchew. Nadziewano ją np. tartą bułką („zemełką”) z jajkami i śmietaną albo migdałami, rodzynkami, tartą marchwią z dodatkiem jajek. Cytowane przepisy z XVII i z XIX w. pochodzą z kuchni eleganckiej i wyrafinowanej. Zaslugują na przypomnienie ze względu na rolę warzyw w naszej kuchni, (zapomnianą) tradycję i walory smakowe.

**Kloski**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki. **z marchwie**

Wziąć wielką marchew**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, która jest gładka i równa, obłupić ją, tak gładką i całą do garnca**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** dać i warzyć**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** A gdy wpół uwre**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, na grubszym końcu ją we środku nożem**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** wykrażyć i te dziury temi rzeczami nadziać**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**: wziąć zemełkę**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** tartą i tę jajecznymi surowemi żółtkami**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** i trochę śmietaną**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** rzadko rozmieszać, szafranu**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, kwiatu, soli, trochę masła**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** przydać i tym nadziać**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** Na wierzch zaś sztukę marchwie przyłożyć i znowu do garnca**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** wstawić, aż marchew będzie miękka, potym na grosze to krajać. Na to trzeba taki sapor**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** uczynić: wziąć żółtek**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, słodkiej śmietany**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, sztukę masła**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, szafranu**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, kwiatu, imbiru**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** Warzyć**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** to potym wespół, mieszać i na misę**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** wlać.

*Moda bardzo dobra smażenia różnych konfektów, ok. 1686.*

### **Marchew czerwona z gorzkimi migdałami**

Wziąć dużej marchwi sztuk dziesięć, obrawszy ją, odgotować w całku w słodkim mleku na miękko; wybrawszy z mleka gdy przestygnie uciera się na tarce. Rozpuściwszy pół funta masła, dodać należy drobno siekanych migdałów gorzkich pół kwaterki, tyleż słodkich; zasmażywszy je z masłem sypie się łyżek dwie mąki pszennej. Rozmieszawszy to rozprowadza się słodką śmietanką, której powinno być pół kwarty. Dodać pół funta cukru i na ogniu mieszając gdy się zagotuje, kładnie się przygotowaną marchew tartą, pół funta drobnych rodzynek, żółtków surowych dwanaście i piankę z tyłuż białek. Wymieszawszy to dobrze kładnie się do formy masłem wysmarowanej i cukrem osypanej, która stawi się na godzinę do gorącego pieca, wyjąwszy z onego wyklada się na półmisek i daje się do stołu.

J. Szyttler, *Kucharz dobrze usposobiony*, Wilno 1830.

### **Interpretacja współczesna**

5 dużych czerwonych marchewek

2 l mleka

130 g masła

100 ml śmietany 30%

80 g płatków migdałów

80 g cukru

40 g rodzynek

100 ml białego wina

8 jaj

sól

pieprz

szczypta szafranu

Rodzynki moczymy w białym winie przez kilka godzin. Wymytą marchew w całości wkładamy do garnka z mlekiem, dodajemy szafran, sól i pieprz do smaku. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy do momentu, aż marchew będzie miękka. Ugotowaną marchew studzimy w mleku, po czym mleko odlewamy. Marchew blendujemy lub przecieramy przy pomocy przecieraka do warzyw. Do przetartej marchwi dodajemy rozdrobnione płatki migdałów, posiekane rodzynki, śmietanę oraz rozpuszczone masło. Następnie oddzielamy białka i żółtka jaj. Żółtka miksujemy z cukrem, a białka ubijamy na sztywną pianę. Żółtka i białka przekładamy do masy marchwiowej, po czym bardzo dokładnie mieszamy. Całość przekładamy do formy pasztetowej, uprzednio wysmarowanej masłem. Wkładamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury 160 ° C na około 50-60 minut.

### **18. Jarmuż z kasztanami**

Jak wiadomo, kuchnia polska kapustą stoi. Bigos, kapuśniak, pierogi z kapustą, gołąbki to zaledwie wstęp do niezliczonych wprost sposobów radzenia sobie z tym warzywem przez polskich kucharzy. Przez całe wieki bardzo ceniono powracający dziś do łask jarmuż, dawną, zimową odmianę kapusty. Było to warzywo w kuchni polskiej wszechobecne, wielokrotnie wspomina je w XVII w. Czerniecki jako dodatek do różnych potraw, chętnie przygotowywano zupę jarmużową, jarmuż nadziewano, podawano z ryżem, robiono z niego krokiety.

To arcyzdrowe i arcypolskie warzywo miało także swoją świąteczną, niezwykłą wersję podawaną podczas Wigilii Bożego Narodzenia. Ta zapomniana już potrawa wigilijna jest charakterystycznym, świątecznym połączeniem produktu lokalnego (zwykle ryba, grzyby, kapusta) i importowanych, cenionych dodatków (bakalie, egzotyczne przyprawy, cytrusy). W tym przypadku jarmuż łączono zawsze z kasztanami, podawanymi zwykle na słodko, często w cukrowej glazurze.

Jarmuż z kasztanami był potrawą narodową i ponadregionalną. Wychwalano to danie w „Kucharzu krakowskim” i w warszawskich książkach samej Ćwierczakiewiczowej. W 1825 r. zwracano uwagę na to, by jarmuż gotować krótko (tak jak jajka na miękko), potem podsmażyć na maśle i dodawać upieczone kasztany, podlewając je gęsim smalcem (to akurat wersja nie na wigilię). W innym przepisie do ugotowanego i posiekanego jarmużu dodawano tartych buraczków i marchewki, a podpieczone kasztany obtaczano w karmelu i obkładano nimi warzywa. Autorka z Warszawy proponowała w 1856 r., by jarmuż podpiec w piecu, sparzyć mlekiem, dodać kilka kasztanów tartych i kasztany pieczone, a wszystko razem zapiec w piekarniku.

My przypominamy dziś wersję słynnego Jana Szyttlera, autora pierwszych masowo wydawanych polskich książek kucharskich.

### **Jarmuż z kasztanami**

Jarmuż oczyszczony kładnie się do wrzącej wody, w której gdy się ugotuje na miękko, wybiera się, wycisnąwszy z niego wodę usieka się najdrobniej. Utrzeć na tarkę słodkiego buraka i dwie marchwi, usieka się drobno kilka cebul, które gdy się usmażą w maśle, kładnie się utarty burak i marchew; podsmażywszy to w maśle z cebulą kładnie się jarmuż. Nalawszy dobrym bulionem; na miernym ogniu (mieszając) należy gotować pod pokrywą; gdy będzie gotowy jarmuż wyklada się na półmisek; obłożywszy go kasztanami, wydaje się do stołu. Kasztany tak się przygotowują: opiekają się na miękko w piecyku kawianym lub na blasze w gorącym piecu; gdy się odpieką, należy oczyścić z łuski. Wkłada się każdą na drewnianą szpilkę i macza się w cukier zagotowany pod nazwiskiem karmel\*. Kasztany tym sposobem przygotowane służą z groszkiem i szpinakiem.

\* Karmel następnie się robi. Bierze się funt cukru, kładnie do rondelka zalawszy go pół kwartą wody, gotuje się dopóki nie zacznie gęstnieć; wówczas macza się w ten ulep drewnianą szpilką i próbuje się, gdy cukier będący na szpilce nie będzie lgnął do zębów, znakiem będzie, że już jest karmel gotowy.

J. Szyttler, *Kucharz dobrze usposobiony*, Wilno 1830.

### **Interpretacja współczesna**

1 duża główka jarmużu

1 duży czerwony burak

2 marchewki

3 cebule cukrowe  
300 g ugotowanych kasztanów jadalnych  
200 g cukru  
0,5 l białego półwytrawnego wina  
1 cytryna  
4 ząbki czosnku  
5 gałązek tymianku  
sól  
pieprz  
olej do smażenia

Marchew i buraka trzemy na tarce o dużych oczkach. Cebulę i czosnek kroimy w kostkę, po czym podsmażamy pod przykryciem z marchwią i burakiem. Podczas smażenia kilkakrotnie podlewamy wywarem warzywnym, tak by płyn był stopniowo redukowany. Gdy warzywa są miękkie, dodajemy listki tymianku. Z warzyw odlewamy płyn.

W garnku z grubym dnem rozpuszczamy na wolnym ogniu cukier. Gdy cukier zmieni się w karmel, wlewamy białe wino, po czym redukujemy do momentu, aż płyn zacznie wyraźnie gęstnieć. Dodajemy sok z cytryny, dwie szczypty pieprzu oraz kasztany. Całość dokładnie mieszamy, by kasztany równomiernie pokrył syrop.

Z liści jarmużu wycinamy łyko i siekamy. Jarmuż gotujemy w osolonej wodzie do miękkości. Ugotowany jarmuż serwujemy z duszonymi warzywami i kasztanami.

## **19. Knysze**

Knysze to kolejna potrawa o polskim rodowodzie, rozslawiona na całym świecie przez kuchnię żydowską. Szczególnie znane stały się, gdy w Nowym Jorku żydowscy imigranci z ziem polskich zaczęli przygotowywać knysze jako tanie, uliczne jedzenie. Dziś należą one do najslawniejszych globalnych potraw streetfoodowych, warto do nich nawiązać i przypomnieć o (także) polskim ich rodowodzie.

W polskiej tradycji kulinarnej nazywane były rozmaicie: albo knyszami, albo pasztecikami czy pierogami ruskimi (oznaczało to zupełnie co innego niż dzisiaj) lub ewentualnie ukraińskimi. Były to pierożki czy też raczej paszteciki drożdżowe nadziewane kapustą, ziemniakami z cebulą, twarogiem, kaszą lub owocami. Szczególnie popularne były na wschodzie Polski, na Podlasiu, w Bieszczadach oraz w kuchni białoruskiej i ukraińskiej. Niektórzy wiąźali ich nazwę z Knyszynem na Podlasiu, ulubionym miejscu pobytu króla Zygmunta Augusta

Knysze opisywane są w dawnych polskich książkach kucharskich, wspomniała o nich nawet Maria Dembińska w swojej książce o średniowiecznej kuchni polskiej.

Jako źródło inspiracji proponujemy knysze ze słodką lub kiszoną (w całych główkach, dopiero potem szatkowaną) kapustą z warszawskiej książki kucharskiej z 1856 r.

### **Knysze z kapustą**

Kwaterkę mąki pszennej zaparzyć w rondelku 2 kwaterkami wrzącego mleka, wymieszawszy ostudzić; poczem wlać półkwaterkę drożdży gęstych, postawić w ciepłym miejscu, niech ciasto rośnie; tymczasem ubić 6 całych jaj i 4 żółtek, dodać je do rozczynionego ciasta, przy tem soli w miarę i tyle mąki, aby zrobiło się miernie gęste, wyrobić je należycie.

Kapustę przyrządzić jak następuje: każdą główkę kapusty włoskiej lub zwyczajnej, słodkiej, czy kwaśnej, rozkroić na 4 części, wypłukawszy w zimnej, włożyć do gorącej wody, posolić trochę, gotować aż zmięknie; wtedy wycisnąwszy z wody, usiekać drobniuchno, poczem włożyć w rondel, gdzie już jest zasmażona na biało usiekana cebulka; wbić kilka jaj całych, wymieszać dobrze, wsypać odrobinę pieprzu, angielskiego ziela i soli do smaku; gdy ciasto powyższe zacznie cokolwiek rosnać, robić z niego małe płaskie bułeczki zakłęśte w środku; nakładać je kapustą, sadzić na wysmarowaną blachę, ugładziwszy dobrze nożem, posmarować z wierzchu jajkiem; gdy tak w ciepłe knysze podrosną, wsunąć je z blachą w piec wolny na 20 minut. Pięknie zrumienione ciastka, wyjąć, ułożyć na półmisku i wydać z gorącym klarowanym masłem.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

### **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

Farsz:

1 kg kapusty kiszonej

2 cebule

4 wędzone śliwki

100 ml miodu

50 g smalcu gęsiego lub oleju roślinnego

Parę gałązek tymianku

Pieprz

Cebulę pokrojoną w kostkę szklimy na tłuszczu. Następnie przekładamy do garnka, dodajemy kapustę kiszoną, miód, posiekane śliwki, posiekane liście tymianku i pieprz. Gotujemy, na bardzo wolnym ogniu przez ok. 1,5-2 godziny.

## **20. Sałata grenadierska armii gen. Hallera**

Spośród licznych polskich sałatek wybraliśmy taką po trosze egzotyczną, ale ściśle związaną z historią Polski i z serią rocznic, jaki jeż upamiętnialiśmy i jeszcze przez jakiś czas będziemy upamiętniać. Wśród wielu wydawanych już od XVI w. książek kucharskich (najstarsza zachowana pozycja pochodzi z wieku XVII), szczególną publikacją jest wydana w Paryżu, ale napisana po polsku książka kucharska Armii Polskiej we Francji.

Opisane w niej potrawy są bardzo proste, z niewielką tylko ilością mięsa (żołnierze dostawali jednak konserwy z soloną wołowiną). Prawdopodobnie to wraz z Błękitną Armią, która przybyła do Polski w 1919 r. przywędrowała do naszego kraju opisana w książce fasolka po bretońsku (we Francji była i ciągle lepiej jest znana wersja południowa z Langwedocji).

Opisana poniżej sałata grenadierska to lekka i tania sałatka z ziemniaków z dodatkiem jabłek, pomidorów, ogórków, cebuli, rzeżuchy i jaj. Od pewnego czasu podczas różnych festynów i konkursów przypominają ją kucharze Wojska Polskiego.

### **Sałata grenadierska**

Porcja na 100 ludzi:

Ziemniaków 25 kg

Pomidorów 2,5 kg

Ogórków białych 3 kg

Cebuli 500 g

Rzeżuchy 10 pęczków

Czosnku 500 g

Jabłek kwaśnych 2,5 kg	Chleba żołnierskiego 1 kg
Oliwy 1,5 kg	Trzebulki 100 g
Octu 1 l	Trybulki 100 g
Soli 200 g	Jaj na twardo (liczba) 10
Pieprzu 10 g	

A) Przygotowania wstępne – włożyć ziemniaki do kociołka. Pokryć je zimną wodą, posolić (10 gramów soli na litr wody) i ugotować.

Ugotowawszy, osączyć, natychmiast obrać i pokrajać na cienkie krążki. Przekrajać ogórki na połowy, obrać je i pokrajać bardzo cienko. Oczyścić, oskubać rzeżuchę, opłukać ją i osączyć z wody. Pokrajać jabłka na ćwiartki, obrać je, wyrzucić ziarnka i pokrajać na cienkie plasterki. Przekroić pomidory po połowie, wycisnąć z nich wodę i pokrajać na cienkie plasterki.

Obrać cebule, opłukać i posiekać.

Pokrajać chleb na kromki 7 do 8 mm grubości. Ususzyć je w piecu. Obrać czosnek, natrzeć nim kromki chleba, pokrajać chleb w kostkę na centymetr kwadratowy. Przebrać, opłukać i posiekać trzebulkę i trybulkę. Gotować jajka 10 minut, ostudzić je, obrać, posiekać żółtka i białka razem.

B) Sposób:

1. Zsypać do dużej miski ziemniaki, ogórki, liście rzeżuchy, jabłka, pomidory, cebulę i chleb pokrajany w kostkę, natarty czosnkiem.
2. W inne naczynie włożyć sól, pieprz, trzebulkę i trybulkę, siekane jajka, ocet i oliwę. Wszystko razem dobrze zamieszać. Oblać sałatę tą przyprawą. Wymieszać sałatę, jak należy i ponakładać na półmiski.

*Kuchnia garnizonowa oraz wskazówki dotyczące się racjonalnego odżywiania wojska, Paryż  
1918.*

### **Interpretacja współczesna**

1 kg ziemniaków

1 ogórek

1 jabłko

1 pomidor

1 mała cebula

1 ząbek czosnku



1 jajo  
100 g chleba  
50 ml oleju rzepakowego  
20 ml octu  
1 łyżeczka posiekanej rzeżuchy  
pół pęczka trybuli  
sól  
pieprz

Ziemniaki gotujemy do miękkości w osolonej wodzie, po czym kroimy w plastry grubości 0,5 cm.

Ogórka, jabłko i pomidory obieramy, wycinamy gniazda nasienne i kroimy w podobne plastry. Cebulę siekamy w drobną kostkę. Chleb kroimy na kromki, nacieramy czosnkiem, po czym kroimy w kostkę.

Trybulę płuczemy, suszymy i siekamy, dodajemy wraz z posiekaną rzeżuchą.

Jajko gotujemy na twardo, studzimy i kroimy w kostkę.

Wszystkie składniki dokładnie mieszamy, dodajemy oleju, octu, soli i pieprzu.

## **21. Pasztet z zająca**

Dziczyzna to jeden z najbardziej charakterystycznych elementów dawnej eleganckiej kuchni polskiej. Wiele potraw z dziczyzny przeszło z kuchni staropolskiej (szlacheckiej) do klasyki kuchni polskiej i przynajmniej od święta gościły z czasem na stołach w różnych polskich domach. Do najbardziej popularnych należały różne wyroby i potrawy z zająca. W szczególności pasztet z zająca kojarzył się ze świętami, zwłaszcza Wielkanocą. Opisujemy go w dwóch tradycyjnych wersjach, pochodzących już z XX w. Krótszy i prostszy przepis pochodzi z bardzo popularnej, niewielkiej książki kucharskiej z Grudziądza z 1915 r. napisanej przez gospodynie i kucharki na konkurs ogłoszony przez poczytną „Gazetę Grudziądzką”, największe polskie pismo z czasów zaborów. Bardziej skomplikowana i dłuższa receptura została zaczerpnięta z książki ze Żnina, wydanej przez oficynę publikującą wielkonakładowe pismo „Nasza Przyjaciółka”, jedno z najpopularniejszych przedwojennych czasopism kobiecych.

W obu przypadkach do przygotowania pasztetu użyto też mięsa wieprzowego, a w późniejszym przepisie także cielęciny.

### **Pasztet z zająca**

Głowę ze szyją, łopatki, żeberka, wątrobę i serce ze zająca wymoczyć i wymyć dobrze we wodzie, zastawić z 1-1½ funta (stosownie do wielkości zająca) tłustej wieprzowiny, dodać 3 grzybki suszone, angielskiego korzenia i cebulkę, gotować w krótkim sosie, a na dogotowaniu włożyć dwie bułki, żeby sos wpiły. Wątróbkę włożyć później, żeby się krótko gotowała. Gdy już ugotowane, wyłożyć wszystko, obrać z kości, a gdy zupełnie wystygnie, przerobić dwa razy w maszynce, dodać kawałek surowego masła, soli, pieprzu i dwa jaja, a po wymieszaniu włożyć w wysmarowaną i wysypaną tartą bułką formę i wstawić na godzinę w piec. Można podać ciepły albo zimny.

*Nauka gotowania do użytku ludu polskiego, Grudziądz 1915.*

### **Pasztet z zająca**

Jeżeli chcemy, by pasztet z zająca miał ładny kolor i wyborny smak, musimy wszystkie wchodzące w skład jego mięsiwa dobrze zrumienić. 10 dkg słoniny zrumienić na brytfannie w piecu, włożyć ½ kg przerośniętej tłuszczem wieprzowiny, ½ kg cielęciny bez kości, przodek zajączy, podzielony na nieduże kawały, łeb i polewając podpiec na rumiany kolor. Kiedy się zrumienia, przełożyć do rondla, a w tłuszczu pozostałym na brytfannie obsmażyć ½ kg wątróbki wieprzowej, i wątróbkę z zająca. Kiedy się wątróbki zarumienia, zaraz wyjąć, żeby nie stwardniały, tłuszcz z brytfanny wlać na mięso do rondla, podlać wody, aby się dusiło w sosie, dodać dwa suszone grzyby, liść bobkowy, 10 ziarn pieprzu, tyleż angielskiego ziela i gotować do miękkości. Kiedy mięso będzie tak miękkie, że da się rozcierać w palcach, włożyć jeszcze odłożone wątróbki, pogotować 10 minut, wyjąć z sosu mięsa, przepuścić 2-3 razy przez maszynkę do mięsa (starannie obrać z kości). Jeśli sosu jest za dużo, wygotować, aby nie pozostało więcej nad 3 szklanki, sos precedzić, rozmoczyć w nim dwie bułki czerstwe, obrane ze skórki, przepuścić przez maszynkę, zmieszać z mięsem, wbić 3 jaja, 4 żółtka, wlać sos, wymieszać dokładnie, wypróbować, odpowiednio posolić, trochę popieprzyć, ostudzić. Jeśli masa jest gładka, nie dzieli się na grudki i nie jest rzadka, wystarczy ją zapiec w piecu pół godziny, w rondelku wysmarowanym masłem i wysypanym tartą bułką lub w rondelku wyłożonym plasterkami słoniny. Nie przypiec, bo będzie suchy. Jeśli masa dzieli się na grudki, jest za chuda – widocznie wieprzowina nie była dość tłusta, wówczas włożyć jeszcze ugotowanej i posiekanej słoniny. Tak przygotowany pasztet jest ciemny w środku i doskonały. Gospodynie mniej doświadczone mogą sprawdzić z góry, czy pasztet nie będzie za rzadki lub za suchy, jeżeli masę przed wstawieniem do pieca zbadają. Winna być ona prawie, jaki chcemy mieć pasztet, wystarczy ją tylko zapiec. Wszelkie długie wypiekanie, czy gotowanie w wodnej kąpieli jest tylko stratą czasu czy ognia.

D. Wyrybkowska, *Praktyczna kuchnia domowa*, Żnin 1937.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg mięsa z zająca

300 g podgardla wieprzowego

100 g wątróbki zajączej

200 ml czerwonego półsłodkiego wina

200 ml mleka

1 mała cebula

50 g masła

4 jaja  
30 g suszonych borowików  
60 g suszonej żurawiny  
1 bułka pszenna  
1 łyżka stołowa bułki tartej  
6 ziaren jałowca  
szczypta gałki muszkatołowej  
sól  
pieprz

Do garnka wkładamy mięso z zająca, pocięte w kostkę podgardle, posiekaną cebulą i grzyby oraz jałowiec. Całość zalewamy wodą tak, aby przykryła wszystkie produkty, dodajemy czerwone wino. Doprowadzamy do wrzenia i dusimy na małym ogniu pod przykryciem do momentu, aż mięso będzie bardzo miękkie.

W między bułkę moczymy w mleku.

Gotowe mięso wyjmujemy z cieczy i mieszamy z rozdrobnioną namoczoną bułką. Pozostały po gotowaniu płyn redukujemy do objętości około 150 ml.

Całość mielimy w maszynce do mięsa o drobnych oczkach. Do masy dodajemy pokrojoną w drobną kostkę wątróbkę, posiekaną żurawinę, jaja, sól, pieprz i szczyptę gałki muszkatołowej. Formę pasztetową smarujemy masłem i obsypujemy bułką tartą, następnie wypełniamy masą. Pieczemy 60 minut w temperaturze 160 ° C bez przykrycia.

## **22. Buraczki**

Przyrządzane na najróżniejsze sposoby buraczki były i są ozdobą kuchni polskiej. Od czasów Mikołaja Reja i jego „ćwिकielki” z chrzanem po dzisiejsze eksperymenty szefów kuchni z różnymi odmianami buraka, to warzywo było zawsze obecne w kuchni polskiej. My chcielibyśmy zwrócić uwagę na dawny zwyczaj kiszenia buraczków i używania ich oraz soku z kiszonych buraków (zwanego często „barszczem”) do przyrządzania wielu różnych potraw. Dziś gdy smakosze i zwolennicy zdrowego jedzenia na całym świecie wprost oszaleli na punkcie kiszzonek, tradycyjne kiszzone buraki zasługują na przypomnienie.

Polskie kiszone buraczki do barszczu już w XIX w. z wielkim zainteresowaniem opisywali słynni francuscy kucharze. Ich systematyczny i dokładny opis polskiego sposobu kiszenia buraków podajemy przy recepturze na barszcz (tzn. zupę – w dzisiejszym rozumieniu tego słowa). Poniżej cytujemy krakowską recepturę z XIX w., w której główną rolę odgrywa burakowy „barszcz”, czyli sok z kiszonych buraków.

Z kolei receptura toruńska z XIX w. dotyczy już samych siekanych buraczków, przy czym jedna z jej wersji opisuje „sałatę” z buraków „zaprawnych” (tzn. właśnie kiszonych).

### **Jak się kisi barszcz burakowy?**

*Pierwszy sposób.* Pewną ilość czerwonych ćwikłowych buraków opłukać, obrać, przekroić co większe, ułożyć w czystym naczyniu drewnianem lub glinianem i nalać czystą, zimną wodą. Naczynie z burakami trzymać w kuchni w pobliżu pieca, aby prędzej buraki zakisły, za 3, 4, lub 5 dni ukisi się barszcz i można go użyć. Wtedy zrzucić z niego białą pleśń z wierzchu, nakryć czystym lnianym płatkami i wynieść go w chłodne jakie miejsce, np. do spiżarki lub piwnicy.

*Drugi sposób.* Obrać kilka ćwikłowych buraków, włożyć w czysty garnek, nalać świeżą wodą, pokrajać duży kawałek chleba razowego i kawałek kwaśnego, białego i włożyć między buraki na spód. Na noc postawić garnek na kominie, na dzień na słońcu. Na trzeci dzień będzie barszcz kwaśny i wyborny.

M. Gruszecka, *Ilustrowany kucharz krakowski*, Kraków 1892.

### **Buraki siekane**

Ugotować buraków ćwikłowych świeżych lub na barszcz zaprawionych, jak kto lubi; jeżeli świeże, zszatkować je, jeżeli kwaśne, zetrzeć na tarce, potem przesiać, aby w nich grubek nie było. Stopić na rondlu kawałek masła, albo tłuszczu bez skwarków, przysmażyć w niem drobno posiekanej cebulki, zrzucić szczyptą mąki, rozprowadzić kwaśną śmietaną i wsypać w to buraczki, jedne, albo drugie; jeżeli słodkie, dodać do nich octu w proporcji, jeżeli kwaśne, nie dawać octu, lecz osolić, dodać trochę drobno posiekanego kopru, przegotować parę razy i wydać na stół z wędzonką, z kielbasą albo z czem się podoba. Buraki takie dają się najczęściej z pieczystem zamiast sałaty.

*Kuchnia polska*, Toruń 1885.

### **Interpretacja współczesna**

600 g buraka  
2 cebule cukrowe  
300 ml kwaśnej śmietany 18%  
200 g wędzonego węgorka  
60 g masła  
1 łyżka soku z cytryny  
parę gałązek rozmarynu  
parę gałązek koperku  
sól  
pieprz  
olej

Obrane i umyte buraki osuszamy, oprószamy solą i pieprzem, dodajemy rozmaryn, smarujemy masłem i skrapiamy sokiem z cytryny. Pojedynczo zawijamy w folię aluminiową i wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 160 °C na 1,5-2 godzin. Kiedy buraki są już miękkie, wyjmujemy je z piekarnika, odwijamy z folii aluminiowej, studzimy i kroimy w kostkę. Cebulę szklimy na oleju, po czym studzimy. Buraczki łączymy z cebulą, śmietaną i koperkiem. Podajemy z wędzonym węgorkiem.

### **23. Szparagi po polsku**

Wszyscy chyba słyszeliśmy o „włoszczyźnie”, którą w XVI w. spopularyzowała w Polsce królowa Bona. Żona Zygmunta Starego zapewne jednak nie przywoziła do Polski marchwi, pietruszki czy pora, choćby dlatego, że te warzywa znane były w naszym kraju już od wieków. Wśród modnych renesansowych włoskich przysmaków były za to karczochy, kalafiory i szparagi.

O szparagach pisał m. in. Szymon Syreniusz, profesor Akademii Krakowskiej, autor zielnika z 1613 roku. Podkreślał, że rozpowszechniły się w Polsce dopiero w jego pokoleniu i że trafiają one przede wszystkim na „stoły obzarłe i pańskie”<sup>6</sup>. Czekało na nie niecierpliwie przez prawie cały rok, ale używano ich także w postaci suszu, marynowano w occie, a nawet kiszono, do czego chętnie wracają dzisiejsi polscy kucharze zafascynowani kulinarną modą na fermentację.

---

<sup>6</sup> MPC, t. VI, s. 172.

Stanisław Czerniecki, autor najstarszej polskiej książki kucharskiej radził podawać je z potrawką z kapłona lub cielęciny oraz z rybami<sup>7</sup>. Zupę szparagową, podawane ze szparagami gołąbki i suszonego dorsza oraz przygotowywanie samych szparagów opisał Wojciech Wielądko w swoim *Kucharzu doskonałym* z 1783 roku. Cytowany niżej jako historyczny przykład wykorzystania szparagów przepis na *Szparagi po polsku*<sup>8</sup> pochodzi z późniejszej wersji dzieła Wielądka z 1800 r.

Jan Szyttler, kucharz-romantyk tworzący w Wilnie w pierwszej połowie XIX wieku, radził, by dodawać szparagi do przyrządzanych po litewsku, polsku i rusku chłodników, opisał zupę szparagową na bulionie z gołąbki i najróżniejsze sosy do szparagów<sup>9</sup>. Karolina Nakwaska, autorka poczytnego *Dworu polskiego* z 1843 roku autorytatywnie stwierdzała, że szparagi to „ulubiona i doskonała jarzyna, prawdziwy skarb w kuchni”<sup>10</sup>.

Dzisiaj szparagi są prawdziwym polskim skarbem, jesteśmy wielkim producentem tego smakołyku, eksportujemy je do wielu krajów Europy i coraz bardziej sami je lubimy. Tak jak kiedyś.

### **Szparagi**

Obgotuj szparagi piękne i grube, osól trochę, dasz potem na półmisku lub z masłem zrumienionym podlane lub z sosem białym, który się tak robi: weź kilka żółtków z jajec, rozbij je mocno, wlej trochę octu, wsyp cukru, soli i masła kawałek włoż, razem to zagotuj, przydawszy trochę do tego bullionu, tym sosem podlejesz, dasz na stół.

W. Wielądko, *Kucharz doskonały*, Warszawa 1800.

### **Interpretacja współczesna**

Pęczek grubych zielonych szparagów

8 żółtek

80 ml esencjonalnego wywaru warzywnego

40 ml octu jabłkowego dobrej jakości

parę liści bazylii

sól

pieprz

---

<sup>7</sup> MPC, t. 1, s. 95, 100, 114, 144.



---

<sup>8</sup> W. Wielądsko, *Kucharz doskonały w wybornym guście z oszczędnością dogodny*, Warszawa 1800, t. I, s. 46-47, 144; t. II, s. 13, 100-104, 145, 158.

<sup>9</sup> J. Szyttler, *Kucharz dobrze usposobiony*, Wilno 1830, t. 1, s. 159; *idem*, *Kucharka oszczędna, czyli przepisy dla gospodyń wiejskich łatwego i niekosztownego sporządzania potraw*, Wilno 1835, s. 116; *Idem*, *Kuchmistrz nowy czyli kuchnia udzielna dla osób osłabionych*, s. 3-4, 101, 102.

<sup>10</sup> K. Nakwaska, *Dwór wiejski*, Poznań 1843, s. 124.

Żółtka łączymy w metalowej misce z cukrem, octem, wywarem warzywnym, odrobiną soli i pieprzu. Podgrzewamy w kąpielu wodnej (miskę ustawiamy na garnku z wrzącą wodą), cały czas mieszając. Gdy zacznie wyraźnie gęstnieć zdejmujemy miskę. Dodajemy drobno posiekaną bazylię. Podajemy ze szparagami gotowanymi przez 1 minutę we wrzątku.

#### **24. Polenta [z bryndzą]**

„Polenta” wydaje się czymś zarezerwowanym tylko dla Włoch, tymczasem w Małopolsce i na Podhalu kasza i mąka kukurydziana były produktem bardzo popularnym. Po dziś dzień na słynnym krakowskim Kleparzu obok kaszy jęczmiennej, jaglanej, znanej w innych regionach kraju palonej kaszy gryczanej, kaszki manny i oczywiście kaszy krakowskiej (tj. łamanej, niepalonej kaszy gryczanej) sprzedaje się też drobną kaszkę kukurydzianą.

W wersji z bryndzą stanowiła ona potrawę popularną wśród górali, w czasach zanim jeszcze kwaśnicę zaczęto podawać z mięsem, a w zakopiańskich restauracjach nie znano ani awanturki, ani pizzy.

Polenta (mamałyga) z bryndzą długo była popularna w kuchni małopolskiej, opisali ją autorzy szeregu krakowskich i lwowskich książek kucharskich.

#### **Polenta [z bryndzą]**

Do kwarty (1 litra) wody, wrzucić ½ litra (½ kwarty) pięknej mąki kukurudzianej, posolić, zrobić łyżką na wskroś dziurę, przez którą woda się zagotuje i gotować tak 10 minut, poczem wszystko wymieszać dobrze i postawić na miernie gorącej kuchni, na kwadrans, aby doszła, czyli dogotowała się. Poczem kłaść łyżką wielkie kawały do rondla, posypać je serem, skrajaną cebulą i polewać gorącym masłem. Kto chce polentę krajać, musi dać więcej mąki do tej samej ilości wody. W takim razie po dogotowaniu, wyrzuca się na talerz, kraje nitką cienkie płyty i garniruje się tem pieczeń, lub inne mięso, posypując serem i oblewając gorącym masłem.

*Polenta z bryndzą.* Zgotować jak powyżej, kłaść łyżką do formy masłem wysmarowanej, warstwę polenty, posypać bryndzą, potem znowu polenta, znowu bryndza, dopokąd forma się nie napelni; wtedy połać masłem i piec w szabaśniku; poczem wyrzucić na półmisek.

M. Gruszecka, *366 obiadów*, Kraków 1914.

300 g mąki kukurydzianej

150 g bryndzy

2 duże cebule cukrowe

80 g masła  
sól  
pieprz  
olej do smażenia

Mąkę kukurydzianą gotujemy na bardzo wolnym ogniu w 1 litrze wody z dodatkiem soli i 40 g masła. Po 8-10 minutach garnek zdejmujemy z ognia i zostawiamy pod przykryciem na 15-20 minut.

Cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na oleju do zeszklenia, na koniec dodajemy pozostałe masło.

Kiedy kasza nieco przestygnie, przy pomocy łyżki formujemy drobne knele. Knele z polenty serwujemy posypane tartą bryndzą i smażoną cebulą.

## **25. Wątróbka cielęca**

Cielęcina, drób, dzikie ptactwo należały do najbardziej cenionych mięs w kuchni szlacheckiej. Autorzy dawnych książek kucharskich ze szczególnym upodobaniem opisywali wątróbkę cielęcą. Już Stanisław Czerniecki w 1682 r. pisał, by smażyć ją na maśle, poddusić w rosoli i doprawić pieprzem oraz kwiatem muszkatołowym.

W cytowanej niżej recepturze z XIX w. Jan Szyttler radzi z kolei dusić wątróbkę w winie z dodatkiem „suchego bulionu”, tzn. bardzo cenionych, przygotowywanych samodzielnie w domu z dużej ilości różnorodnych mięs i warzyw kostek rosółowych.

W wersji krakowskiej z XIX w. zaproponowano z kolei doprawienie wątróbki jałowcem i podduszenie jej w śmietanie.

### **Wątróbka cielęca**

Wątróbkę cielęcą nalać kwartą mleka, postawić w zimnym miejscu na parę godzin; gdy się wyjmie z mleka należy wytrzeć serwetą, plewkę i żyły odrzucić, pokroić w najcieńsze plasterki, ułożyć na serwecie, posypać nieco solą, pieprzem, zieloną pietruszką; rozpuścić łyżkę masła świeżego na ogniu do gorąca, włożyć każdy ten zrazik z osobna, gdy zbieleje przewrócić na drugą stronę. Wlać szklankę wina, trzy łyty suchego bulionu, cytrynę skrojoną w talerzyki, gotować szczelnie przykrywszy, aby para nie wychodziła, gdy się wygotuje sosik krótki, zaraz dawać, bo stwardnieje.

J. Szyttler, *Kuchmistrz nowy czyli kuchnia udzielna dla osób osłabionych, w wieku podeszłym tudzież do zdrowia powracających. W proporcji na jedną osobę*, Wilno 1837.

### **Wątróbka cielęca, duszona**

I. Dobrze jest przed użyciem wątróbki czy to do pieczenia, czy do smażenia lub duszenia, namoczyć ją przez kilka godzin w mleku, nabierze przez to kruchości i delikatniejszego smaku. Potem obciągnąć ze skórki, naszpikować słoniną i dusić w rondlu wyłożonym plasterkami słoniny z cebulą i włoszczyzną pod pokrywą na wolnym ogniu.

II. Gdy jest na półuduszona, wyjąć, osolić, obsypać mąką, sos precedzić lub nie, wlać parę łyżek śmietany i dusić dalej. Gdy się wątróbka dobrze zrumieni i za nakłuciem krew się nie pokaże, jest już dobra, bo twardnieje jeżeli się ją dusi zbyt długo. Kilka ziarenek jałowcu wrzuconych podczas duszenia, podnosi bardzo smak wątróbki. Podaje się pokrajana w plasterki i obłana sosem. Zdjąć skórkę, pokrajać w plasterki, obsypać mąką, włożyć w rondel włoszczyzny i sporo cebuli, wyłożyć słoniną i dusić w tern wątróbkę, póki nie będzie miękka, co zwykle trwa godzinę. Soli się na końcu, nie pierwej, aby nie stwardła. Po uduszeniu przetrzeć sos, dodać pół litra śmietany, zagotować i oblać wątróbkę.

M. Gruszecka, *Ilustrowany kucharz krakowski*, Kraków 1892.

### **Interpretacja współczesna**

400 g wątróbki cielęcej

1 l mleka

50 g masła

100 ml wywaru drobiowego

100 ml czerwonego, wytrawnego wina

1 łyżka stołowa cukru

sok z połowy cytryny

1 gałązka rozmarynu

sól

pieprz

olej

Wątróbkę zalewamy mlekiem i odstawiamy do lodówki na co najmniej 6-7 godzin. Po tym czasie wyjmujemy wątróbkę z mleka i osuszamy. Wątróbkę doprawiamy solą i pieprzem, po czym podsmażamy na mocno rozgrzanym oleju po 1 minutę z każdej strony. Następnie na patelnię wlewamy wino, bulion, sok z cytryny, wsypujemy cukier i dodajemy gałązkę rozmarynu. Dusimy pod przykryciem na bardzo wolnym ogniu przez 8-10 minut. Po tym czasie wątróbkę zdejmujemy z patelni. Na tej samej patelni rozpuszczamy masło. Wątróbkę porcjujemy i polewamy sosem.

## II. Zupy

### 1. Rosół

Rosół to chyba najbardziej popularna potrawa domowej kuchni polskiej. Z jednej strony to podstawa dla przyrządzania innych zup, sosów i dodatków, znana i stosowana w szeregu kuchni na całym świecie, z drugiej samodzielna potrawa lub wręcz cały posiłek. Recepturę na rosół znajdujemy już w *Compendium ferculorum* z 1682 r. Trudno nam dziś zapewne zrozumieć zawilosci staropolskiego języka i w ogóle zasady kuchni barokowej, ale kilkaset lat temu ojciec kuchni polskiej opisał jednak dobrze nam znany rosół i co więcej nazwał go „polskim. Autor wymienił przy tym aż szesnaście innych jego rodzajów (z grochem, grzankami, z pulpetami, „z makaronami różnymi włoskimi i polskimi”, ryżem lub kaszą, szczawiem, z winogronami lub agrestem, z ciastem chlebowym, z pierożkami z nerki cielęcej czy ze słoniną). Wielość wersji wynika z nieskończonej wprost liczby dodatków, dziś najczęściej w postaci makaronu, lanych kluseczek, ale także i fasoli czy kołdunów.

Czerniecki radził przygotowywać rosół z różnych rodzajów mięsa, wołowiny lub cielęciny, drobiu lub dzikiego ptactwa. Podkreślając potrzebę jego odpowiedniego doprawienia, zwracał uwagę zwłaszcza na rozmaryn. W okolicach nowego Wiśnicza k. Krakowa od lat organizowany jest konkurs na najlepszy rosół. Podczas jego pierwszej edycji Hanna Szymanderska, autorka wielu niezwykłych książek kucharskich, zauważyła, że kucharze z okolicy nigdy nie prześcigną tamtejszych gospodyń, gotujących rosół na swojskiej cielęcinnie, tłustych kurach, gołębiach czy kaczkach.

Rosół to po dziś dzień jedno z najbardziej charakterystycznych dań kuchni polskiej.

#### **Rosół polski**

Sposób polskiego rosółu gotowania taki. Weźmij materyją mięsną wołową albo cielęcą, jarząbka albo kuropatwę, gołębie i cokolwiek mięsnego jest, co być może do rosółu gotowano i zwierzyny wszystkie. Wymocz, wysoluj pięknie i ułóż w garnku, ociągniej. Ten zaś rosół, w którymś ociągał, kiedy się podstoi, precedź przez sito i wlej w tę materyją mięsną, włóż pietruszki, masła, przysól, odszymbuj. A gdy dowre, daj gorąco na stół.

Trzeba też wiedzieć, że na każdy rosół włożyć co potrzeba, żeby wodą albo wiatrem nie śmierdział, to jest pietruszki albo kopru, cebule albo czosnku, kwiatu muszkatowego albo rozmarynu, albo całkiem pieprzu, według smaku albo upodobania. Limonia też i rozmaryn żadnego nie oszpeci rosółu.

S. Czerniecki, *Compendium ferculorum albo zebranie potraw*, Kraków 1682.

### **Interpretacja współczesna**

1 kurczak

1 włoszczyzna

około 3 cm korzenia imbiru

sok z 2 limonek

pęczek natki pietruszki

liść laurowy

ziele angielskie

sól

pieprz

Kurczaka nacieramy przyprawami, pieczemy w temperaturze 180 ° C około godziny. W tym czasie gotujemy bulion warzywny: 4 litry wody, włoszczyzna, liść laurowy, ziele angielskie zagotowujemy. Do wrzącego bulionu dodajemy gorącego kurczaka, gotujemy na małym ogniu około 1,5 godziny. Doprawiamy sokiem z limonki, sokiem wyciśniętym ze startego na tarce imbiru, solą i pieprzem do smaku.

## **2. Żur żytni**

Wielu odwiedzających nasz kraj turystów za najbardziej charakterystyczną cechą naszej kuchni uważa różnorodność zup. Często są one właściwie daniem głównym czy wręcz kompletnym posiłkiem, a nie jak w innych kuchniach skromną i lekką przystawką. Polski żurek, dziś podawany z jajkiem, kielbasą, gotowany na wędzonce, jest tu najlepszym chyba przykładem. Dawna świąteczna wersja stała się z czasem głównym, jeśli nie jedynym rodzajem żurku. Przez całe wieki żur, czyli sam zakwas był jednak przede wszystkim potrawą powszednią, spożywaną najczęściej podczas licznych postów. Bogatsi w postne dni jedli go z rybą lub różnymi rybami, najczęściej śledziami, ale także ze szczupakiem, jesiotrem, karpem, świeżym, wędzonym lub suszonym.

W wersji mięsnej czy postnej podstawą dobrego żuru zawsze był jednak dobry, najlepiej wykonany samodzielnie zakwas. I na tym właśnie najbardziej skupił się autor popularnej książki kucharskiej wydanej w Grudziądzu w 1906 r. No i najważniejsze: „trzeba pamiętać, aby zawsze mieć kwas w zapasie”. Bo kwas, obecny w kiszonkach, żurku czy żytnim chlebie na zakwasie to chyba najbardziej polski ze smaków.

### **Żur**

Najlepszy żur, w domu kwaszony, robi się w następujący sposób: w garnku glinianym rozrabia się ½ funta żytniej mąki z 1 litrem wody cokolwiek letniej, po dokładnym rozrobieniu, nakryć garnek i postawić w ciepłym miejscu, aby ciasto kisiło. Trzeciego dnia można już żur gotować, będzie dostatecznie kwaśny. Na zagotowaną wodę, lać kwas z garnka, wprzód go dobrze zamieszać, gdyż cała gęstość osadza się na spodku. Lejąc kwas na gotującą wodę, mieszać ciągle, osolić wsypać trochę kminku i gotować dosyć długo. Żur powinien być kwaśny i nie za gęsty. Kto lubi ze śledziem, może sobie na talerz w żur włożyć kawałek śledzia. W którym domu żur chętnie jadają, trzeba pamiętać, aby zawsze mieć kwas w zapasie, zrobić go od razu więcej lub często dorabiać i zawsze trzymać w ciepłym miejscu, aby dobrze kisił.

*Tania kucharka, zawierająca liczne przepisy na tanie i smaczne przyrządzanie różnych potraw, o szczególnie zup, sosów, jarzyn, potraw mięsnych i postnych, Grudziądz 1906.*

### **Interpretacja współczesna**

Zakwas:

250 g mąki żytniej

1 l wody

1,5 l esencjonalnego bulionu warzywnego

500 g obranego korzenia pasternaku



200 g solonych filetów śledzia uprzednio namoczonych w mleku

10 ml oleju

80 ml kwaśnej śmietany (opcjonalnie)

pół cytryny

kminek

liść laurowy

ziele angielskie

sól

pieprz

Mąkę żytnią wsypujemy do garnka, zalewamy letnią wodą i rozrabiamy. Garnek pozostawiamy pod przykryciem w ciepłym miejscu. Po trzech dniach zakwas będzie gotowy. Przed użyciem zakwasu zbieramy powstałą na powierzchni pianę. Bulion zagotowujemy. Mieszając, wlewamy zakwas. Dodajemy liść laurowy, ziele angielskie, doprawiamy kminkiem, solą i pieprzem do smaku.

Pasternak kroimy w kostkę, mieszamy z olejem i sokiem z cytryny. Doprawiamy solą i pieprzem. Pieczemy w piekarniku około 20-30 minut w temperaturze 170 ° C.

Filety śledziowe odsączamy z mleka i kroimy na małe kawałki. Żur serwujemy z pasternakiem i śledziem. Opcjonalnie dodajemy łyżkę kwaśnej śmietany.

### **3. Żur owsiany**

Żurek to dziś jedna z najpopularniejszych polskich zup. Dziś prawie wszędzie króluje wersja za zakwasie żytnim, podawana zwykle z jajkami i kielbasą. Przez całe wieki żur przygotowywano jednak także z mąki owsianej, a w wielu biedniejszych regionach kraju mąkę żytnią przeznaczano głównie do wypieku chleba. Żur owsiany ma zwykle nieco łagodniejszy smak, był popularny zwłaszcza na Podhalu, gdzie z owsa wypiekano też różne placki (dawne moskole – z ziemniakami lub bez).

W przepisie z książki kucharskiej z Nowego Sącza z 1896 r. mowa jest dalej głównie o żurze postnym, ze śledziem, ale wspomina się i o wersji świątecznej, gotowanej na kielbasie lub wędzonce ewentualnie zabiłonej śmietaną.

#### **Żur czyli zupa owsiana (1896 r.)**

Dziś na jutro zalać osypkę owsianą 2 lub 3 litrami wody i postawić w ciepłe, by ukisła. Potem dobywać ją rękami i cisnąć przez sito, a otrzyma się z tego płyn gęsty jak mleko. Na 10 osób zagotować 3 litry wody, do której gdy zakipi dodać 2 l tego owsianego płynu, osolić i gotować, dopóki nie zgęstnieje, potem odstawić i omaścić przed wydaniem na stół spo wierzchu roztopionem masłem z cebulką na rumiano.

Dodaje się także, kto lubi wymoczonego i pokrajanego w kawałki śledzia do wazy, osobno ziemniaki świeże lub groch.

Dla lepszego jeszcze smaku gotuje się także osobno grzybki, szatkuje je i miesza z żurem. Można go także podtrzepać i zabielić śmietaną. W końcu, gdy kto chce mieć żur nie na dzień postny, można na wodzie, którą się rozpuszcza żur ugotować kiełbasy lub wędzonki i dodać.

*Powszechna kuchnia swojska, Nowy Sącz 1896.*

### **Interpretacja współczesna**

Zakwas:

150 g płatków owsianych

80 g skórki z chleba na zakwasie

2 l przegotowanej wody

1 włoszczyzna klasyczna

1 cebula

600 g ziemniaków

300 g śledzia lub wędzonej kiełbasy

2 liście laurowe

parę gałązek świeżego majeranku

sól

pieprz

Płatki i chleb zalewamy ciepłą, przegotowaną wodą. Przykrywamy szmatką i odstawiamy w ciepłe miejsce na 2-3 dni.

Do gotującej się wody (ok. 1,5 litra) wrzucamy włoszczyznę i zioła, gotujemy ok. 1 godziny, po czym wyjmujemy. Wlewamy ok. 1 litra przelanego przez sito zakwasu. jeśli chcemy, aby zupa była bardziej intensywna wlewamy cały uzyskany zakwas. Dopraviamy solą i pieprzem. Dodajemy śledzia lub kielbasę (można serwować również bez tych składników). Podajemy z ugotowanymi ziemniakami. Opcjonalnie zupę można doprawić chrzanem.

#### 4. Żur wielkopostny (rybny i wegański)

Od wielu lat kucharze i smakosze zawzięcie kłócą się o definicję barszczu (białego) i żuru. Różne odpowiedzi pochodzą z różnych regionów, używane w nich kulinarne terminy mają różne znaczenie, ale temperatura sporu nie spada, a różne zdania wypowiedane są z taką samą stanowczością.

W starych recepturach na barszcz (żur?) dominują wersje postne, przygotowywane najczęściej z różnymi rybami (najczęściej śledziem, ale w wersji eleganckiej także ze szczupakiem lub jesiotrem). W staropolskiej kuchni postnej chętnie uciekano się przy tym do kulinarnej iluzji. Ryby albo warzywa przygotowywano jak mięso, nadając tym produktom kształt, kolor czy smak kielbas czy pasztetów. Mleczko migdałowe, makowe czy konopne udawały mleko i jego przetwory, z mąki albo ryb przygotowywano postne „jaja”.

Dziś takie iluzyjne techniki obecne są np. w kuchni wegańskiej i znane są na całym świecie. Proponujemy dziś połączenie tej prastarej tradycji i współczesnych kulinarnych trendów. Jako punkt wyjścia posłuży nam popularna w czasach staropolskich receptura na postny barszcz, znana choćby z kuchni przykładnie przestrzegającego postu króla Zygmunta III Wazy.

Staropolski przepis opisywał barszcz (na zakwasie lub nie) z rozartym makiem (w wersji swojskiej, lokalnej) lub migdałami (wersja elitarna). Produkty miały zastąpić nabiał, ale ważnym składnikiem był tu też „barszcz”, tzn. barszcz zwyczajny, dzika roślina z rodziny selerowatych. Długo wykorzystywana w kuchni polskiej, dała nazwę wielu różnym zupom z kiszonek lub na zakwasie, dziś na powrót jest ważna i popularna zwłaszcza w tzw. „dzikiej kuchni”, sięgającej po lokalne i dziko rosnące rośliny.

Najciekawsze w tym przepisie są chyba jednak „jaja” z siekanej ryby sklejaną białą mąką pszenną, z żółtkiem barwionym szafranem. Po wielu eksperymentach z tą recepturą możemy podpowiedzieć, że w tej roli doskonale spełni się ziemniak z kurkumą i czarną solą.

**BarszczBłąd!** Nie zdefiniowano zakładki. **postny**

Zawiercieć makiem **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** albo migdałami **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, przyżółcić i wsypać barszczu zielonego, mąki **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** trochę przybić i uwarzyć **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**

### **Jaja do tego barszczu**

Dzwonko szczupaka **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** usiekać **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** i przysolić, jedną polewkę **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** zostawić nie zaprawiwszy, a [drugą] polewkę **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** przyszafranić **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, pieprzu **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, cynamonu **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, rozynków **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** drobnych według potrzeby posypać. Z tej polewki **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** białej, posypawszy na dłoni kąszek mąki **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, uczynić według połowy jaja **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** i uczyniwszy w tym dołek, włożyć z tej zaprawy i w oliwie **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** usmażywszy **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**, do barszczu włożyć.

*Moda bardzo dobra smażenia różnych konfektów i innych słodkości, a także przyrządzania wszelkich potraw, pieczenia chleba, i inne sekreta gospodarskie i kuchenne, opr. i wyd. J.*

*Dumanowski i R. Jankowski, „Monumenta Poloniae Culinaria”, red. J. Dumanowski, t. II,*

*Warszawa 2011.*

### **Interpretacja współczesna**

Zakwas:

150 g mąki pszennej razowej

3 ząbki czosnku

1 l wody

1 włoszczyzna

300 g filetu szczupaka

4 ugotowane żółtka

2 jaja

1 łyżka rodzynek

100 ml wody z ogórków kiszonych

kilka ziaren ziela angielskiego

1 łyżeczka kminku

szczypta szafranu

szczypta cynamonu

sól

pieprz

Mąkę pszenną wsypujemy do słoika, wrzucamy rozgnieciony czosnek, zalewamy letnią, przegotowaną wodą i rozrabiamy. Słoik pozostawiamy pod przykryciem w ciepłym miejscu. Po trzech dniach zakwas będzie gotowy. Przed użyciem zakwasu zbieramy powstałą na powierzchni pianę.

Do 1,5 litra wody wrzucamy włoszczyznę i ziele angielskie. Gotujemy ok. 1 godziny. Wyjmujemy warzywa. Aby przygotować rybę wlewamy ok. 100 ml wywaru warzywnego do małego rondelka, dodajemy szafran i gotujemy przez parę minut, następnie studzimy. Przygotowujemy masę rybną. Mielimy rybę i żółtka, następnie łączymy z ubitymi jajkami. Dodajemy posiekane rodzynki, cynamon, doprawiamy solą i pieprzem. Z masy formujemy „jaja” (o wadze ok. 40 g jedno). Uformowane „jaja” wkładamy do wywaru warzywnego, wsypujemy kminek, wlewamy litr zakwasu i 100 ml wody z ogórków kiszonych. Całość gotujemy ok. 15 minut.

## **5. Kapuśniak**

Kapusta to jedno z najważniejszych warzyw w kuchni polskiej, (wszech)obecna tak w kuchni dawnej, jak i współczesnej. W jej przygotowywaniu polscy kucharze doszli do prawdziwego mistrzostwa, warto więc poświęcić jej sporo uwagi w naszym wyborze.

W tradycyjnej kuchni chłopskiej ważną rolę odgrywał kapuśniak, w bogatszych rodzinach albo przy świątecznych okazjach gotowany na mięsie i wędzonce. To połączenie kwasu i aromatu wędzonki to swoisty powtarzający się refren taka sycąca, pożywna i gęsta zupa była pożywieniem ciężko pracujących ludzi, poza tym nawet niewielki dodatek mięsa czy wędlin był czymś wyjątkowym, nadzwyczajnym, związanym albo ze świętowaniem albo z okresem wyłożonych prac polowych.

Pierwszy przepis historyczny to właśnie przykład takiego pożywne, jednogarnkowego dania. Z punktu widzenia dzisiejszej diety uwielbiana w kuchni chłopskiej wieprzowina, zwłaszcza w połączeniu ze swojską zasmażką wydaje się jednak trudna do przełknięcia: po prostu ten dawny świąteczny przysmak jemy dziś bardzo często.

Z punktu widzenia sztuki kulinarnej ciekawą inspiracją może być przepis francuskich kucharzy gen. Wincentego Krasieńskiego, którzy (staro)polski kapuśniak wykonali w lekkim francuskim stylu. Jest w nim i szynka, i kiełbaski, a nawet boczek, jak jednak wyraźnie podkreślono „wszystko to w niewielkiej ilości”, w dużej mierze w funkcji ozdobnej, niejako przypominającej tylko klasyczny kapuśniak. Przygotowany na delikatnym bulionie, klarowany i precedzany przez serwetę polsko-francuski kapuśniak to przykład inspiracji czy raczej wariacji na temat kapuśniaku. Zachowujący smak i podstawowe składniki przygotowano go jednak w zupełnie innej kulinarnej poetyce. Kiszona kapusta była dla nie wdzięcznym tworzywem.

### **Kapuśniak**

Najsmaczniejszy jest kapuśniak na mięsie wołowym w połowie z wieprzowem. Wstawić mięso jakie jest, jak zwykle na rosół, lecz w mniejszej ilości wody, po wyszumowaniu i odebraniu jak zwykle, przełożyć mięso z rosółem do większego garnka, nalać kwasu kapuśniowego wraz z niewielką ilością kapusty, włożyć parę oparzonych pierwej suszonych grzybów, parę cebul w całości, kilka ziarek angielskiego ziela, pieprzu, soli i to gotować aż do miękkości mięsa. Zbyteczną tłustość zebrać, grzyby wyjąć poszatkować, wieprzowinę pokrajać w kawałki i wylać w wazę.

Można także gotować kapuśniak na wędzonym mięsie wieprzowem, zwanem wędzonką, natenczas należy ją kilkakrotnie oparzyć, opłukać i zupełnie czystą, włożyć w kapustę od razu do gotowania. Lub wreszcie można gotować kapuśniak postny, wtedy trzeba włożyć w kapustę dużo dobrych grzybów, żeby się z nich smak wygotował, gdy będą miękkie, poszatkować, a na wydaniu zapalić kapuśniak masłem podsmażonym z mąką i cebulką.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Potage choucroûte à la Polonaise – Kapustnia**

Przygotuj biały bulion, tak jak to opisano pod nr. 158, opłucz i osobno ugotuj cztery duże garście kiszanej kapusty z kawałkiem szynki i paroma kiełbaskami, gotuj je na wolnym ogniu przez pięć do sześciu godzin, potem osącz na sicie, zmieszaj ten sok z białym bulionem, zbierz tłuszcz i sklaruj mięsem oraz jajami, przecedź przez serwetę, gotuj kilka minut i wlej do wazy, na dnie której ułożono podzieloną na ćwiartki pularcę, pokrojone w poprzek kiełbaski, kilka kostek wędzonego boczku i wyciśniętą kiszoną kapustę, a wszystko to w niewielkiej ilości.

U. Dubois, E. Bernard, *La cuisine classique*, Paris 1856.

### **Interpretacja współczesna**

500 g górnej zrazowej

300 g karkówki wieprzowej

2 szyje indycze

1 włoszczyzna

400 g kapusty kiszanej

300 ml kwasu kapuśnianego

100 g grochu (namoczonego przez noc)

40 g suszonych grzybów

kwaśna śmietana

sól

pieprz

Górną zrazową i karkówkę kroimy na plastry o grubości około 1,5 cm. Pieczemy wraz z szyjami indyczymi w piekarniku rozgrzanym do temperatury 170 ° C przez około 40 minut. Następnie upieczone mięso wraz z tłuszczem przekładamy do garnka. Dodajemy włoszczyznę, grzyby, posiekaną kapustę, groch oraz kwas kapuśniany. Doprawiamy solą i pieprzem. Gotujemy na wolnym ogniu przez około 2,5-3 godziny. Mięso porcjujemy. Zupę serwujemy z kwaśną śmietaną.

## **6. Czernina**

Czarnina to zupa która wzbudza bardzo różnorodne reakcje od zachwyty po obrzydzenie i wyzwala prawdziwe emocje. Jej wielbicieli potrafią się wyklócać o samą nazwę, o wielkopolską „czerninę” czy pomorską „czarninę”. Przedmiotem kontrowersji, ale też i niezwykłą cechą intrygującą poszukiwaczy kulinarnych wrażeń jest oczywiście krew. Używanie krwi w kuchni jest od wieków popularne głównie w krajach północnych, np. w północnej Polsce, Prusach wschodnich, Skandynawii, Normandii czy szeroko już np. w Grenlandii. W krajach południowych spożywanie krwi budzi co najmniej niechęć, często jest zakazane ze względów religijnych.

Na Pomorzu i w Wielkopolsce, w Polsce północnej albo dawnych Prusach Wschodnich przez wieki była to potrawa świąteczna. Czerninę (*Potrawę czarno*) opisywał już Stanisław Czerniecki, autor pierwszej polskiej książki kucharskiej w 1682 r. Jako mieszkaniec okolic Krakowa, podobnie jak np. Jan Chryzostom Pasek spod Rawy Mazowieckiej, nie był jednak chyba wielkim smakoszem potraw z krwią i zaraz po niej zamieścił ciekawy przepis na fałszywą czerninę, rodzaj potrawy z powideł mieszanych z octem i sokiem wiśniowym. Taka bezkrwawa wersja była potem popularna w kuchni żydowskiej, w której zakaz spożywania krwi i nakaz specjalnego uboju rytualnego mającego na celu wykrwawienie zwierzęcia są po dziś dzień podstawą koszerności. Dawne wyzwania (i odpowiedzi na nie) mogą być dzisiaj po raz kolejny ważną inspiracją i otwierają pole do popisu dla współczesnych kucharzy.

Z czasem wykształciło się wiele wersji, tej potrawy, różniących się smakiem (stopniem słodczy, rodzajem użytych suszonych owoców, doprawieniem na ostro i dodatkami (kluskami, kluskami ziemniaczanymi, ziemniakami). W wersji toruńskiej i w ogóle pomorskiej jako przyprawy i substancji zagęszczającej używano piernika: gotowej mieszanki korzennych przypraw i słodczy.

## **Czarnina**



Czarnina robi się z gęsi, kaczek, prosiąt a nawet z przodka od zająca. Na pół szklanki winnego octu spuszcza się krew w czasie zarznięcia kaczki, gęsi lub prosięcia, mieszając ją ciągle z octem. Z gęsi używają się tylko dróbka, gęś bierze się na pieczone. Kaczka i gęś, po oskubaniu, czyści się przez oparzenie, a następnie przez opalenie, jeżeli tego potrzeba, i zastawia się w garnek jak rosół. Jeżeli dróbek mało, można dobrać wieprzowiny. Rosół gotuje się jak zwykle; można wziąć pietruszki, korzeni, bobkowy listek, parę cebul. Skoro mięso miękkie, przecedzić rosół, kaczkę lub prosię wyjąć na półmisek. Jeżeli kto chce, można wziąć trochę rosółu i zrobić do kaczki biały sos. Krew rozrobić z mąką tak, żeby czarnina nie była za gęsta i zaprawić nią rosół; jeżeli nie dość kwaśna, można dobrać trochę octu, wsypać cukru, parę utłuczonych goździków i angielskiego pieprzu, zagotować razem ostrożnie, żeby się nie zwarzyła. Osobno ugotować suszonych gruszek i śliwek, a latem świeżych i włożyć do zupy. na wydaniu można wlać trochę soku wiśniowego, co daje bardzo dobry smak czarninie. Ugotować kluseczki, zagniecione na jajku, wałkowane i w kostki krajane, włożyć do wazy i wlać na nie czarninę. Dróbka można wydać na półmisku, obłożone owocem i polane czarniną.

*Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin oraz różne sekreta domowe, Poznań 1892.*

### **Interpretacja współczesna**

3 korpusy kaczce

1 gęsia szyja ze skórką przecięta na pół

3 l esencjonalnego bulionu drobiowego

300 ml krwi gęsiej lub kaczdej

40 g mąki pszennej

100 ml soku wiśniowego dobrej jakości

100 ml soku jabłkowego dobrej jakości

8 plastrów suszonego jabłka

5 śliwek suskiej sechlońskiej

goździki

ziele angielskie

liść laurowy

cukier

sól

pieprz

Kluski:

120 g mąki pszennej

1 jajko

2-3 łyżki wody

sól

Korpusy i gęsią szyję wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 ° C na 40 minut. Po upieczeniu przekładamy do garnka, zalewamy bulionem w takiej ilości, aby przykrył mięso, dodajemy liść laurowy, ziele angielskie i główki goździków. Gotujemy na bardzo małym ogniu przez 3-3,5 godziny. Następnie wyjmujemy mięso, po czym wrzucamy uprzednio namoczone w soku suszone owoce. Owoce gotujemy przez około 30-40 minut w wywarze i odławiamy.

Krew dokładnie mieszamy z mąką, octem, cukrem i sokami. Do wywaru dodajemy zaprawę z krwi i mąki. Całość zagotowujemy.

Przygotowujemy kluski. Jajko łączymy z mąką, solą i wodą. Zagniatamy masę, rozwałkowujemy, tnjemy w krótkie odcinki i gotujemy w osolonym wrzątku do wypłynięcia.

Czerninę serwujemy z kluskami.

## 7. Krupnik

Kolejna polska zupa wchodząca tworząca klasyczną kuchnię polską to krupnik, kolejna pożywna zupa na mięsie, o której oryginalności rozstrzygają „krupy”, czyli kasza, przede wszystkim jęczmienna. Cytowany niżej historyczny przepis pochodzi z poczytnej *Kuchni myśliwskiej* Jana Szyttlera. Nie jest to jednak potrawa z dziczyzny: podczas polowań jedzono z reguły potrawy przygotowywane wcześniej, pożywne i nadające się do szybkiego odgrzania i podania (stąd popularność bigosu, krupniku i nich zawieszonych zup).

Opisywany krupnik został uznany przez wileńskiego mistrza za potrawę typowo polską. Przygotowywano ją w charakterystyczny dla dawnej kuchni, pracochłonny sposób, na wywarze z długo gotowanych „rur” (grubych kości) wołowych. Dzisiaj taką operację przeprowadza się już raczej tylko w dużych, eleganckich restauracjach.

Prawdziwą sztuką było dawne gotowanie kaszy, w tym przypadku drobnej delikatnej kaszy perłowej, tzw. gdańskiej. Gotowano je bardzo powoli na miękko w bulionie, potem starannie rozbijano z masłem. Mimo wykorzystania wielu składników efektem była delikatna (zwłaszcza w sensie konsystencji składników) zupa z rozartą kaszą, warzywami i zieleniną. Kości szpikowe podawano jako przystawkę: przepis na „zwykły” krupnik jest tu tak bogaty (np. dosmaczenie krupniku gałką muszkatołową – to pozostałość dawnej, staropolskiej kuchni przepełnionej aromatami egzotycznych przypraw), że dzisiaj może dostarczyć niejednej inspiracji tylko przez sięgnięcie do którejś z jego części. Gdyby tak jeszcze „rury” pochodziły od krowy polskiej rasy czerwonej...

### **Krupnik polski z rurą**

W proporcjach 20-stu osób. Dobyć wszystkie rury z mięsa wołowego tylnych ćwierci, popiłować je na części niezbyt długie, z końców pozakładać zrazikami mięsa i obwiązać szpagatem, aby szpik nie wypadł. Najlepiej jest do gotowania rur użyć garnków polewanych. Ułożyć w nie rury, dodać grubo skrojonych, oczyszczonych selerów i pietruszki, nalać bulionem i gotować szumując. Wrzucić kilka listków kwiatu muszkatołowego, zasolić i gotować przez godzin dwie. Powinny już być zgotowane na miękko krupy gdańskie perłowe w bulionie. Włożyć je do pobielanego rondla, dodać funt masła i z nim rozbić krupy na białą masę, rozrobić bulionem od rur, dodać nieco zielonej pietruszki i kopru, zagotować w troszce bulionu, dołączyć i włoszczyznę w grube cząstki skrajaną i dawać krupnik na wazę, a rury *à part* [osobno] na talerzu, zdjawszy szpagat.

Bulion, w którym się rury gotować powinny, tak się urządza: nastawić oczyszczonych, świeżo ubitych kur starych 4, łopatek cielęcych 2, kilka funtów mięsa bez łożu. Gotować szumując, wrzuciwszy parę marchwi, ze dwie pory, kilkanaście ziaren angielskiego pieprzu. Przez godzin parę bulion gotowy.

J. Szyttler, *Kuchnia myśliwska czyli na łowach*, Wilno 1845.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg żeber wołowych z mięsem lub 1,5 kg kości wołowej ze szpikiem

1 korpus kurczący

400 g górnej zrazowej

150 g kaszy jęczmiennej (dokładnie przepłukanej zimną wodą)

1 włoszczyzna

3 liście laurowe

gałka muszkatołowa

natka pietruszki

koper

ziele angielskie

sól

pieprz

Pociętą górną zrazową, korpus oraz żebra lub kości wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 170 ° C na około 40 minut. Używając kości, pamiętajmy o ich właściwym ustawieniu, tak, aby szpik nie wypłynął. Po upieczeniu mięso przekładamy do garnka, zalewamy wodą i gotujemy około 2,5 godziny. Wyjmujemy mięso, dodajemy pokrojoną w kostkę włoszczyznę, kaszę, ziele angielskie, liść laurowy, gałkę muszkatołową, sól i pieprz. Gotujemy przez około 15-20 minut. Serwujemy z natką pietruszki i koperem.

## **8. Zupa grzybowa**

Grzyby to nie tylko jeden z najbardziej charakterystycznych produktów kuchni polskiej, ale przede wszystkim przedmiot pasji, swoistego narodowego sportu i rywalizacji. Aromat suszonych grzybów nierozzerwalnie splótł się z zapachem święta i uroczystego posiłku. Przez wieki grzyby, jako produkt lasu, a więc bardzo tanie prawie darmowy (praca ludzi była tania, liczyły się przede wszystkim produkty, zwłaszcza te kupowane za żywą gotówkę) były bardzo popularne w kuchni chłopskiej, stanowiąc składnik zastępujący mięso czy tylko dodający smaku postnym składnikom.

Z tego względu były też jednym z najważniejszych składników kuchni postnej. Świeże, suszone, kiszane, marynowane, dawniej także zaprawiane i przechowywane w tłuszczu były w tych różnych formach dostępne przez cały rok. Ludzie żyjący bliżej natury znali i wykorzystywali o wiele więcej gatunków niż my dzisiaj, sięgając także po różne huby czy grzyby rosnące zimą.

Grzyby i potrawy z nich to narodowa pasja, choć czasem wydaje się, że ich zbieranie jest dla grzybiarzy ważniejsze niż jedzenie. Jako punkt wyjścia do przypominania o roli grzybów w naszej kulinarnej tradycji wybraliśmy klasyczny postny przepis słynnej Lucyny Ćwierczakiewiczowej. Opisywała ona wersję z grzybów suszonych na kwaśno, ale wskazała też inne sposoby przygotowywania tej arcypolskiej zupy. Pamiętać przy tym należy iż dawne octy były znacznie słabsze i miały więcej smaku niż dzisiejszy ocet spirytusowy, co dawało niezwykle możliwości kulinarne (octy jabłkowe, inne owocowe, kwiatowe, ziołowe, piwne lub importowany ocet winny).

### **Zupa grzybowa**

Zupa grzybowa zastępuje bardzo dobrze buljon bywa używana tylko w postne dni. I tak podają ją na kwaśno lub słodko, wzięwszy pewną ilość grzybów suszonych np. 20 na cztery lub pięć osób najwyżej, po oparzeniu i dokładnem wymyciu, nastawić w źródlanej wodzie, gdy się jakiś czas gotować już będą, włożyć różnej włoszczyzny, parę cebul w całości, parę ziarenek angielskiego ziela, pieprzu, parę bobkowych liści, i to gotować póki grzyby zupełnie miękkie nie będą, Wtedy precedzić przez sitko, grzyby wyjąć, poszatkować cienko, wrzucić w smak wygotowany, posolić, wlać octu dobrego do smaku; zapalić masłem z mąką, jeżeli kto lubi z cebulką przesmażoną, wstawić do zagotowania i wtedy w tej samej zupie ugotować kluseczki krajane w podłuż, dając na wazę wsypać trochę pieprzu.

Ta sama zupa może być na słodko bez octu, a wtedy można, jeżeli kto nie lubi kluseczek, zasypać kaszką drobną zacieraną jajkiem i już nie zasmażać z cebulką masła. Tak samo robi się ze świeżych grzybów ale zawsze wtedy na słodko.

Kaszka zacierana urządza się następnie: wziąć kubek drobnej kaszki wysypać na głęboki talerz, na to wpuścić jedno jajko całe i łyżką drewnianą mieszać póty póki jajko nie zmacza wszystkiej kaszki, wtedy rozłożyć na talerzu i postawić na słońcu lub przed piecem żeby wyschła. Taką kaszką zasypuje się rosół z kury kaczki lub kurcząt.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

2,5 l esencjonalnego bulionu warzywnego

500 g kurek

1 włoszczyzna

2 łyżki suszonych prawdziwków

80 ml kwaśnej śmietany (opcjonalnie)

40 ml octu jabłkowego

1 łyżka cukru

2 świeże liście laurowe

ziele angielskie

sól

pieprz

olej

Kluski:

120 g mąki pszennej

1 jajko

sól

2-3 łyżki wody

Suszone grzyby namaczamy przez 20-30 minut. Do wywaru warzywnego wrzucamy odsączone suszone grzyby, liść laurowy i ziele angielskie. Gotujemy przez 30-40 minut. Dodajemy pokrojoną w kostkę włoszczyznę, gotujemy około 30-40 minut. Oczyszczone kurki smażyjemy na mocno rozgrzany oleju około 5 minut, doprawiamy solą i pieprzem do smaku. Kurki, ocet oraz cukier dodajemy do wywaru.

Przygotowujemy kluski. Jajko łączymy z mąką, solą i wodą. Zagniatamy masę, rozwałkowujemy, tnjemy w krótkie odcinki i gotujemy w osolonym wrzątku do wypłynięcia.

Grzybową serwujemy z kluskami i opcjonalnie z łyżką kwaśnej śmietany.

## **9. Barszcz**

Wśród najbardziej polskich warzyw od wieków króluje burak, a czerwony barszcz, różne botwinki, chłodniki buraczkowe, kremy i wreszcie same buraczki to ciągle popularny składnik współczesnej kuchni polskiej tak w jej tradycyjnym, jak i nowoczesnym wydaniu.

W dawnej wersji, która dominowała przez wieki, barszcz przygotowywano na kiszonych burakach, a przede wszystkim na soku z kiszonych buraków, nazywano go w nieco mylący sposób „rosołem”. Kiszone buraki i sok z nich zachowują żywy, piękny kolor, dłuższe lub krótsze kiszenie pozwala skomponować niezwykły smak, a sama kiszonka jest po prostu zdrowa. Tę klasyczną, staropolską wersję uznaje się dziś za nie tylko atrakcyjną czy po prostu smaczną, ale i jak najbardziej nowoczesną. Wojciech Modest Amaro w *Kuchni polskiej XXI w.* barszcz zaleca przyrządzać właśnie na burakowym zakwasie.

Taki, jak pisze autor krakowskiej *Szkoły kucharek* z 1848 r. „barszcz polski” to pożywna zupa gotowana na pięciu kilogramach wołowiny, boczku, szynce, do wywaru dodawano jeszcze podpieczonego zająca, kurę i kaczkę. Ta zupa to kolejne danie jednogarnkowe, cały posiłek, przygotowywany w bardzo pracochłonny sposób.

Polscy autorzy zwykle pomijali lub bardzo skracali sam opis przyrządzania burakowego kwasu. Ciekawy przepis na ten kluczowy dla dawnego barszczu składnik zamieścili w słynnej francuskiej książce kucharskiej z 1856 r. Emile Bernard i Urbain Dubois, którzy za młodu pracowali w Polsce. Ich barszcz jest przy tym znacznie lżejszy, kucharze dosyć swobodnie łączą polski kwas buraczkowy z chipolată, a uzyskany wywar starannie odtłuszczają, klarują i przecedzają przez płótno.

Otrzymujemy do wyboru dwie wersje tradycyjnego barszczu na kiszonych burakach.

### **Barszcz polski**

Zupę tę chcąc zrobić doskonałą, najpierw należy wołowego mięsa funtów dziesięć, nalać świeżym burakowym rosołem, włożyć ze dwa funty *bauszpeku* wędzonego, grzybów pół kopy; kilka cebul, porów, i szynki z parą funtów, gdy się to rozgotuje, odcedza się na durszlaku, bauszpek zaś skoro będzie miękki, wyjąć go można wcześniej. W tenże sam bulion burakowy włożyć zająca, jedną kurę i kaczkę, wszystko to powinno być poprzednio odpieczone na rożnie, (gdyż to doda zapachu, czyni przyjemny smak i piękny kolor,) dolewa się rosołu burakowego i powtórnie gotuje. Ugotowawszy, znowu należy odcedzić i tłustość zebrać. Rozbiwszy kilka białek w osobnym naczyniu z dodaniem małej ilości wody, wlewa się do barszczu, zagotowują się nieco, ab się sklarował. Gdy to się uskuteczni, przecedza się przez serwetę. Kraje się zwyż zagotowany bauszpek, grzybki, cebula, do czego dodać należy tresowanych buraczków, selerów i pietruszki, (wszystko to poprzednio powinno być odgotowane) i kładzie się do barszczu. Na wydaniu wrzucić kopru zielonego, kiełbasek krajanych świeżych poprzednio odpieczonych i gałeczek z farszu smażonych.

*Szkoła kucharek*, Kraków 1848.

## **Potage au jus de betteraves à la Polonaise-barszcze**

Włóż do glinianego garnka, odpowiednio dużego w proporcji do ilości zupy, nóżkę cielęcą, ładny kawałek mostku wołowego, kaczkę, pularkę, 200 gramów boczku wędzonego i zblanszowanego, 10 małych kiełbasek *chipolata*, 2 marchwie, 2 cebule, 2 pory, kilka gałązek pietruszki i goździki. Zalej te mięsa kwasem buraczanym, którego przygotowanie opisujemy - niżej, zagotuj, odszumuj i gotuj dalej uważnie i ze starannością jaką ogólnie wymagają buliony. W miarę jak najdelikatniejsze z mięs dojdą, wyciągaj je i gotuj dalej, aż wszystko się dogotuje, odlej zatem bulion, zbierz z niego dokładnie tłuszcz, sklaruj go z mięsem i jajkami tak jak to jest w zwyczaju i precedź go następnie przez serwetę.

Podczas tej czynności odejmij filety z kaczki i pulardy, potnij na ukos. Posiekaj boczek na średnie kostki, zdejmij skórę z kiełbasek i potnij ją na skos, ukroj także trochę kostek z wołowiny, włóż wszystkie te mięsa do wazy z dwiema garściami gotowanych buraków, pięknie czerwonych i pokrojonych *en julienne*, wlej na to bulion. Ta zupa ma mieć piękną barwę czystej czerwieni. Gdyby się ją ugotowało w cynowanym garnku miedzianym, kolor zachowałby się gorzej. Garnitur można zastąpić zwykłymi kluskami, a nawet jęczmienną kaszą perłową. Często podaje się na kolacjach połączonych z balem barszcz czysty bez żadnego garnituru.

### **Sposób otrzymania kwaśnego soku z buraków**

Wypełnij małą beczkę pozbawioną dna z jednej strony, pięknymi zdrowymi czerwonymi burakami obranymi ze skórki i podzielonymi na ćwiartki, zalej je wodą z rzeki, przykryj beczkę płótnem rozciągniętym nad otworem, zostaw ją w łagodnej temperaturze i pozwól fermentować. Po ośmiu do dziesięciu dniach wkłada się beczkę do piwnicy i zakrywa. Jakiś czas później można je klarować i wyjąć buraki. Fermentację przyśpiesza się, dodając do wody kilka garści rozdrobnionego miękiszu chleba żytniego.

### **Interpretacja współczesna**

Zakwas:

1 kg buraków

2 l przegotowanej woda

1 kg kości cielęcych

1 korpus kurczący

400 g mostka wołowego

150 g boczku wędzonego



400 g świeżych buraków  
1 klasyczna włoszczyzna  
3 pętka białej surowej kielbasy  
3 łyżki cukru  
pół pęczka natki pietruszki  
4 główki goździka  
2 gwiazdki anyżu  
sól  
pieprz

Przygotowujemy zakwas. Buraki kroimy w 1 cm kostkę, zalewamy ciepłą przegotowaną wodą i odstawiamy w ciepłe miejsce na 2-3 dni. Po tym czasie odszumowujemy zakwas i odstawić do lodówki na parę dni.

Mięso wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 ° C na 40 minut. Upieczone mięso przekładamy do garnka, zalewamy zakwasem i uzupełniamy wodą, tak aby całość mięsa była przykryta. Dodajemy włoszczyznę i pokrojone w kostkę świeże buraki. Doprawiamy główkami goździka, anyżem i cukrem. Całość gotujemy 2-2,5 godziny. Po tym czasie wyjmujemy włoszczyznę i mięso. Mięso obieramy z kości, rwiemy je lub siekamy. Do barszczu wrzucamy białe kielbasy, parzymy 10-15 minut. Po wyjęciu kroimy je w plastry. Barszcz serwujemy z siekanym mięsem, kielbasą i natką pietruszki. Można podawać z kluskami (patrz: Grzybowa).

## **10. Chłodnik litewski**

Chłodnik „litewski” i pierogi „ruskie” to jedne z najbardziej polskich, swojskich i najlepiej w naszym kraju znanych potraw. Co ciekawe, Litwini czasem mówią o chłodniku „polskim”, przygotowywanym na kwasie chlebowym (w polskiej tradycji kulinarnej nazywano go „ruskim”, na wschodzie „okroszką”). Na Litwie chłodnik litewski serwowany jest zawsze z ziemniakami podawanymi na osobnym talerzyku, w Polsce to prawie tylko zawsze botwinka z innymi warzywami: prawdziwa witaminowa bomba i przykład sezonowego jedzenia przygotowywanego ze świeżych składników, a przy tym potrawa bardzo prosta i szybka w przygotowaniu.

„Chłodziec” na letnią porę opisał Paul Tremo, kucharz Stanisława Augusta i organizator słynnych „obiadów czwartkowych”. Jego receptura jest bardzo dokładna: królewski chłodnik przygotowywało się ze śmietany, kwasu od ogórków, soku z cytryn oraz raków i krojonego w kostkę delikatnego mięsa (z piersi kapłona lub kurczaka albo cielęciny). Dodawano także botwinki i same buraki oraz świeże i kiszone ogórki, przy czym Tremo dopuszczał także użycie zamiast botwinki szczawiu albo szczypioru. Na końcu dodawano jeszcze koperek i doprawiano całość białym pieprzem. Niedawno chłodnik litewski z rakami przypomniał w swojej książce o *Kuchni polskiej XXI w.* Wojciech Modest Amaro – mistrz kuchni, który wprowadził naszą kuchnię w nową epokę.

Wielbicielem chłodników był Jan Szyttler, słynny wileński kucharz publikujący książki kucharskie dla gospodyń i pań domu. Sformułował nawet coś w rodzaju chłodnikowej filozofii. Obserwując, że smakosze chłodnika nie mogli często dojść do porozumienia, która z licznych wersji chłodnika zasługuje na największe uznanie, zaproponował coś w rodzaju chłodnikowego bufetu, w którym „najlepiej jest osobno na półmiskach układać zgrabnie garnitur przypraw, jak to: świeże ogórki, obrane i skrojone w kostkę; szyjki rakowe oczyszczone ze skorupki, czerwoną stroną układać do góry; jaja twardo gotowane skrojone na czworo, szparagi pokrajane, kalafior, itp., wtenczas każdy podług swego gustu będzie mógł zadość uczynić swemu apetytowi”.

Różne rodzaje chłodników na śmietanie (dziś częściej kefirze i jogurcie) z botwinką, szczawiem i ogórkami, z rakami, rybami i mięsem opisywało wielu innych autorów. Polski chłodnik opiewali nawet kucharze z innych krajów. My dla odmiany proponujemy wersję szczawiowo-botwinkową.

### **Chłodnik ze szczawiu lub botwinki**

Wziąć świeżej kwaśniej śmietany, utrzeć z solą kopru zielonego skrojonego, co nadaje oddzielny smak i zapach, szczaw oczyszczony, usiekany, odgotowany w wodzie, wyciśnięty z niej, rozprowadza się octem przegotowanym w miarę potrzebnej ilości kwasu, z astraganem skrojonym. Botwinki młodej łądygi, a nie liści, skroić drobno, odgotować na miękko, płyn scedzić zupełnie, a botwinkę dodać do chłodniku. Zmieszać to wszystko razem, dodać do wazy w kostkę skrojonej szynki gotowanej bez słoniny, lub cielęcej pieczeni, soli w miarę i na zimno dawać do stołu.

J. Szyttler, *Skrzętna gospodyni, czyli tom drugi kucharki oszczędnej*, Wilno 1846.

### **Interpretacja współczesna**

200 ml soku z ogórków kiszonych  
1 pęczek botwinki  
5-6 młodych małych buraczków (około 200 g)  
100 ml słodkiej śmietany  
100 g sparzonych szyjek rakowych  
2 rzodkiewki  
10 liści młodego szczawiu  
1 łyżeczka cukru  
1 łyżeczka octu jabłkowego dobrej jakości  
5 listków mięty  
pół łyżki świeżego drobno posiekanego kopru  
pieprz

Do garnka wlewamy 0,5 l wody, dodajemy ocet i cukier oraz umyte i pokrojone w bardzo drobną kostkę buraczki. Gotujemy na wolnym ogniu pod przykryciem około 40 minut. Dorzucamy drobno posiekaną botwinkę z liśćmi, gotujemy 10 minut, po czym studzimy. Do wystudzonej wody z buraczkami i botwinką dodajemy śmietanę, wodę z ogórków kiszonych (sprawdzić stopień wysolenia, opcjonalnie dodać trochę cukru). Następnie ścieramy rzodkiewkę na tarce o grubych oczkach. Sparzone i drobno posiekane liście szczawiu, szyjki rakowe, posiekaną miętę, koper i rzodkiewkę dodajemy do chłodnika. Całość przed podaniem schładzamy. Chłodnik litewski możemy również podawać, zgodnie z tradycją tak jak radził Jan Szyttler, z upieczoną lub gotowaną cielęciną.

### **11. Chłodnik owocowy**

Chłodnik to coś więcej niż potrawa, to cały dział dawnej kuchni, chłodne zupy na świeżych warzywach, dawniej często podawane też z rakami, rybami, drobiem lub cielęciną. Wśród wielu wersji chłodników białych i czerwonych, na śmietanie, zsiadłym mleku albo kwasie chlebowym zupełnie odrębną grupę stanowią chłodniki owocowe. W przeciwieństwie do chłodnika litewskiego i jego różnych buraczkowych albo ogórkowych odmian, zimne zupy z owoców są mniej popularne niż chłodniki warzywne, latem pojawiają się jednak w wielu regionach Polski i cieszą się sporym zainteresowaniem. Polska jest prawdziwą potęgą w produkcji owoców, możemy je wykorzystywać w naszej kuchni na najróżniejsze sposoby.

Cytowany niżej przepis na *Zupę chłodnik z malin lub poziomek* opisał w swojej pierwszej książce z 1830 r. wielokrotnie już cytowany Jan Szyttler. W recepturze zamieszczonej w *Kucharzu dobrze usposobionym* słynny kucharz przedstawił chłodnik z owoców na kwaśnej śmietanie z dużą ilością wina i cukru, który podawano z pianką (bezami) z cynamonem i skórką cytrynową. Ta receptura z czasem urosła do rangi wzorca, była naśladowana i przerabiana w wielu książkach kucharskich w XIX i w XX w.

Popularny był także chłodnik ze słodkiego, dojrzałego agrestu z dodatkiem gęstej śmietany i doprawiany cynamonem, lekko zagęszczany sago (kaszą palmową) lub kaszką ziemniaczaną i dolaną *lampeczką wina malagi*.

W *Rządniej gospodyni* z 1838 Karolina Grebitz opisała z kolei chłodnik z wiśniami, przyrządzany z owoców z tłuczonymi pestkami. Sam sok mieszano z winem, zaprawiano lekko goździkami i cynamonem oraz po schłodzeniu podawano z małymi biszkopcikami. Podobnie serwowano zimną zupę z czarnych jagód, a chłodnik malinowy przyrządzano z dodatkiem wina i cytryny oraz podawano z „pasztecikami” migdałowymi.

W książce kucharskiej z 1847 r. opisano z kolei chłodniki brzoskwiniowe i morelowe czy z jabłek na śmietanie żółtkami, przyrządzany z białym winem, skórką cytrynową i wanilią. Jako chłodniki przygotowywano też czasem zupy śliwkowe z winem, miodem i przyprawami piernikowymi.

Znano też chłodniki ze śmietanki ze skórką cytrynową albo na winie z rodzynekami, przyrządzano też chłodniki migdałowe oraz zimne polewki piwne. Popularną zupę z wspomnianego wyżej sago podawano natomiast z lodami... Ale to już inna historia,

### **Zupa chłodnik z malin lub poziomek**

(Proporcja np. na osób 15). Wziąć cztery kwarty malin lub poziomek, przetrąwszy je na gęste sito; dodać należy śmietany kwaśnej młodej nie gęstej kwart dwie, butelkę wina i półtora funta cukru, (wino z cukrem przegotować), wszystko to razem zmieszawszy wylać do wazy, postawić na lodzie, aby zimna była. Później się rozlewa na talerze i dodaje do niej pianki z białek suszone\*.

- Robi się następującym sposobem; ubija się na pianę dwanaście białek świeżych, sypie się do tego stołową łyżkę cukru miało utłuczonego z małą ilością cynamonu lub skórki cytrynowej, wymieszawszy nakłada się na papier łyżką i stawi się do letniego pieca, aby pianka uschła.

J. Szyttler, *Kucharz dobrze usposobiony*, Wilno 1830.

### **Chłodnik owocowy zamrażany**

Pięknych dojrzałych, winkowatych jabłek 15 obrać z łupiny, pokrajać na czworo, włożyć w rondel, nalać kwartą wody, rozgotować, przetrzeć przez gęste sito; dodać do tego pół kwarty białego wina, trochę skórki cytrynowej tartej na cukrze i kawałek wanilii w cukrze tłuczonej. Ubić dobrze kwartę śmietany z 4 żółtkami, wymieszać z powyższymi szczegółami, wstawić do lodowni. Dodatek, ciastka suche lekkie.

Uwaga: Powyższym sposobem można urządzić chłodnik z gruszek, jagód czarnych i śliwek węgierek.

*Poradnik kucharski złożony z 485 przepisów przyprawiania potraw, marynat, soków, ciast, konserw i tym podobnych, Warszawa 1847.*

### **Interpretacja współczesna**

1,5 kg świeżych malin

200 ml półsłodkiego czerwonego wina

100 ml jogurtu naturalnego

30 g prażonych płatków migdałów

pół łyżeczki cukru pudru

połowa cytryny

szczypta cynamonu

Maliny blendujemy i przecieramy przez sito o drobnych oczkach. Do przetartej masy dodajemy wino i cukier puder. Chłodnik serwujemy na talerzu z jogurtem naturalnym, migdałami, cynamonem i skropiony sokiem z cytryny. Opcjonalnie serwujemy z łyżką sorbetu cytrynowego oblanego miodem wielokwiatowym.

## **12. Ogórkowa**

Tak popularna zupa ogórkowa to kolejny przykład zamiłowania Polaków do smaku kwaśnego i kiszzonek. Świeże ogórki możemy już mieć przez cały rok, ale coś co wynikało z ograniczeń i było koniecznością, dziś jest koniecznym składnikiem naszego menu i jego ważnym urozmaiceniem czy wręcz istotą polskiej kuchni, Ponieważ kiszzone warzywa są zdrowe i dziś coraz bardziej popularne na całym świecie, to nieco zapomniana (przynajmniej w nowoczesnych restauracjach) zupa ogórkowa zasługuje na przypomnienie.

Lucyna Ćwierczakiewiczowa, skądonnąd znana z treceptur na potrawy, które nam wydają się bardzo treściwe i sycące, zupę ogórkową zalecała przygotowywać na lekkim rosolu, do którego dolewano kwasu ogórkowego. Jako garnitur mamy tu same posiekane kiszane ogórki, do wywaru dodawano też świeże grzyby, w tym co wydaje się szczególnie inspirujące, rydze (tylko sparzone).

W tradycyjny sposób zupę zabielało śmietaną dziś jednak mamy do wyboru cały szereg mniej lub bardziej dietetycznych, w tym i wegańskich rozwiązań.

W *Kuchni polskiej XXI w.* Wojciecha Modesta Amaro przedstawił prawdziwe studium kulinarne na temat pocziwej ogórkowej, która w jego wykonaniu urosła do rangi dzieła sztuki, któremu lekkość i rozmach nadała galaretką z wody ogórkowej i zdobiącą zupę wodą koperkowa.

### **Zupa ogórkowa**

Jeżeli jest niewiele i to lekkiego rosolu, można zrobić zupę ogórkową. Wlać w ten przecedzony rosół tyle kwasu ogórkowego ile smak wymaga, wrzucić kilka ogórków pokrajanych w kostkę, kilka świeżych grzybów lub rydów oparzonych i pokrajanych, a gdy się kilka razy zagotuje, zaprawić mąką ze śmietaną kwaśną.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

2 całe perliczki

1 włoszczyzna klasyczna

300 ml wody z ogórków kiszonych

300 g ogórków kiszonych

150 g świeżych kurek

pół bułki pszennej

200 ml mleka

3 jaja

30 g suszonej żurawiny

2 łyżki cukru

100 ml kwaśnej śmietany

2 liście kapusty

5 wędzonych śliwek

natka pietruszki

sól

pieprz

olej

Perliczki wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 ° C i pieczemy 40-50 minut. Upieczony drób wkładamy do garnka, zalewamy wodą z ogórków kiszonych, dodajemy włoszczyznę, śliwki, liście kapusty i uzupełniamy wodą tak, by płyn przykrył produkty. Gotujemy 2-2,5 godziny. Z garnka wyjmujemy mięso i włoszczyznę. Mięso studzimy, oddzielamy od kości i wraz ze skórą oraz żurawiną i bułką namoczoną w mleku mielimy w maszynce do mięsa. Masę doprawiamy solą i pieprzem. Formujemy pulpety średnicy około 1 cm. Na rozgrzanej patelni podsmażamy kurki. Ogórki kiszone tniemy w kostkę o średnicy około 0,5 cm. Grzyby i ogórki dodajemy do zupy. Po 15-20 minutach dodajemy pulpety i gotujemy następne 15-20 minut. Serwujemy z kwaśną śmietaną i natką pietruszki.

### **13. Polewka piwna**

Nieco już dziś zapomniana polewka piwna ma ciągle swych amatorów. Przed wiekami była to jedna z podstawowych polskich zup, bardzo prosta i szybka w przygotowaniu. Dzisiejsze realizacje dawnych pomysłów nie zawsze jednak są udane. Zapominamy, że dawne piwo było słabsze, a i tak często rozrabiano je wodą, a piwo było tylko podstawą, punktem wyjścia do całego szeregu receptur. Dzisiaj, gdy mamy już do wyboru całą gamę dobrych piw rzemieślniczych i niepasteryzowanych, możemy na nowo delektować się staropolską polewką piwną. Piwo jest bardzo wdzięcznym surowcem kulinarnym, dobrze łączy się z żółtkami, śmietaną, rodzynekami czy korzennymi przyprawami. Taką polewkę zwykle zagęszczano tartym chlebem lub wkładano do niej grzanek.

Najważniejsza jest jednak fundamentalna uwaga Szymona Syreniusza, autora słynnego zielnika z 1613 roku, by *piwa wziąć dobrego, bo ze złego nie będzie nic dobrego*.

#### **Polewka piwna**

Wstawić kwartę zwyczajnego dobrego piwa, wsypać dobrą garść chleba starego, utartego na tarce, trochę cynamonu, 2 goździki, rodzyneków, włożyć kawałek świeżego masła, wcisnąć cytryny, zagotować razem i wylać w wazę.

Inny sposób: Zagotowawszy trzy kwarty piwa, rozbić kwartę kwaśnej śmietany z 4 jajkami, garstką mąki, kawałeczkiem masła, zabielić nią piwo, nakrajać w kostki chleba i sera, wsypać do wazy, nalać zagotowanym piwem i wydać.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

### **Zupa piwna z żółtkami**

3/4 l piwa, 8 dag cukru, 4 żółtka, kawałek cynamonu, 2 goździki, 1/2 l wody; grzanki z chleba jako dodatek Zagotować piwo z 1/2 l wody, cynamonem i goździkami, zaciągnąć utartymi z cukrem żółtkami, podać osobno zrumienione grzanki z chleba. Włożyć do zupy 1/4 kg świeżego, lekko rozkruszonego

sera.

### **Interpretacja współczesna**

1 l piwa bezalkoholowego

50-80 ml miodu

50 ml śmietany 30 %

30 g rodzynek

20 g prażonych płatków migdałowych

3 żółtka

pół bułki pszennej

3 goździki

sól

pieprz

Do garnka wlewamy piwo, dodajemy rozdrobnioną bułkę. Żółtka dokładnie mieszamy ze śmietaną i wlewamy do piwa. Podgrzewamy na bardzo małym ogniu do temperatury około 70-80 ° C. Przy użyciu ręcznego blendera miksujemy na gładką masę. Następnie dodajemy drobno posiekane rodzynek i miód. Przed podaniem obsypujemy roztartymi w moździerzu główkami goździków i prażonymi płatkami migdałowymi.

## **14. Zupa rybna**

### **Zupa rybna, klarowna**



Na zupeł rybą biorą się pośledniejsze gatunki ryb jak: liny, karasie, młode szczupaki, albo też tylko głowy mieszanych ryb, chyba że mięso z ryby ma służyć na drugą potrawę, wtedy gotować większe.

Ryby oskrobane z łuski, oczyszczone i na kawałki pokrajane włożyć w rondel, nalać smakiem wygotowanym z pokrajanej włoszczyzny i z cebuli, a włoszczyznę gotować długo, najmniej 1½ godziny i precedzić, (do ryb dawać więcej cebuli niż do mięsa), dodać angielskiego ziela, pieprzu w ziarnkach i gotować, ale nie dłużej jak 20 do 25 minut. Gdy ryba już miękka, wyjąć ją, zupełnie precedzić, włożyć kawałek masła i ugotować w niej jakie kluseczki, jak do rosółu.

M. Gruszecka, *Ilustrowany kucharz krakowski*, Kraków 1892.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg głów jesiotra

1 kg kręgosłupów jesiotra

1 włoszczyzna

150 ml półwytrawnego białego wina

100 g bulwy kopru włoskiego

2 cebule

20 ml soku z cytryny

koperek

sól

pieprz

Kluseczki lubczykowe:

120 g mąki pszennej

1 jajko

sól

2-3 łyżki wody

5-6 liści lubczyku

Głowy rybnie pozbawione oczu i oskrzeli dokładnie płuczemy w zimnej wodzie. W piekarniku rozgrzanym do temperatury 180 ° C pieczemy przez 30 minut głowy, kręgosłupy i przecięte na pół cebule. Po tym czasie przekładamy upieczone części ryb do garnka z 2 litrami wody, dodajemy pokrojone w kostkę warzywa i koper włoski, gotujemy na małym ogniu około 40 minut, po czym przykrywamy i odstawiamy na 1-2 godziny. Następnie przelewamy przez sito, odcedzając warzywa i rybę. Do wywaru rybnego dodajemy białe wino i sok z cytryny, zagotowujemy. Podajemy ze świeżo posiekanym koperkiem i kluseczkami lubczykowymi.

Przygotowujemy kluseczki lubczykowe. Jajko łączymy z mąką, solą, wodą i drobno posiekanym lubczykiem. Zagniatamy masę, rozwałkowujemy, tnjemy w krótkie odcinki i gotujemy.

## **15. Zupa rakowa**

O rakach pisaliśmy już wcześniej. Dzisiaj nie mamy już tak jak dawniej raków szlachetnych, są pod ścisłą ochroną. Dawny postny przysmak stał się dziś potrawą bardzo ekskluzywną. Mimo, że raki są dziś trudno dostępne i drogie, to często i tak je marnujemy. Do sporządzania smacznego wywaru z raków albo samego masła rakowego służyły przede wszystkim miazdzone skorupki, które my dzisiaj często wyrzucamy. Dawni kucharze, żyjący z rakami za pan brat, doskonale wiedzieli jak wydobyc z nich najwięcej smaku.

W cytowanym przepisie z 1838 r. część skorupki zachowany, wypełniono je farszem z masłem rakowym (esencją rakowego smaku) i udekorowano nimi samą zupę.

Zupa rakowa jest pełna smaku, na wskroś tradycyjna, a przy tym lekka i dietetyczna.

### **Zupa rakowa**

Zupa rakowa robi się następującym sposobem bardzo u nas używanym: na osiem osób weź raków średnich pół kopy, wymyj należycie, wypłucz kilkakrotnie, nalej wody, osól, włóż kopru i ugotuj, potem wyłuskaj nóżki i szyjki, połowę tego włóż do zupy, a drugą połowę użyjesz do farsu, 16 skorupki odłóżysz do farsu, resztę oraz skorupki z nówek i szyjek, suszą się na patelni, podbrzuski białe wcale się nie biorą. Gdy uschną skorupki, tłuką się w morderzu, im mielej tem lepiej, potem bierze się głęboka łyżka masła, zasmaża się i w to się wrzucają utłuczone skorupki, trzeba uważać żeby się na lekkim ogniu smażyły. Gdy już skorupki zaczynają kolor wypuszczać, wtedy podlewa się rosółem, ażeby się do reszty smak wydusił i żeby się skorupki nie spaliły. Masło rakowe wypływające na wierzch tego rosółu zbiera się w osobne naczynie. Gdy się już dosyć długo w rosolu duszą skorupki i masło już na wierzch nie występuje, kładą się w sitko i przelewa się z taką ilością rosółu, jakiej potrzeba na 8 osób. Zagotuje się ten rosół, zabieli pół kwartą kwaśnej śmietany i 5 żółtkami; gdy się ugotuje z tem wszystkim, wkłada się masło rakowe i rozbija się z nim, ażeby cała zupa przybrała rakowy kolor.

Fars do nadziewania skorupki robi się jak następuje; biorą się do tego już odłożone nóżki i szyjki, siekają się, dodaje się bułki namoczonej w śmietance, jajek 3, kopru usiekanego, masła rakowego którego trzeba na ten użytek zostawić, gałki muszkatołowej, kawałek cukru: to wszystko dobrze wymieszać i skorupki dobrze wyczyszczone w środku nadziać i ugotować w czystym rosole, tak ugotowane włożyć do wazy, również szyjki i nóżki od raków i trochę kopru usiekanego.

*Nowa kuchnia warszawska, czyli wykład smacznego i oszczędnego przyrządzania potraw,*

Warszawa 1838.

### **Interpretacja współczesna**

2,5 l wywaru drobiowego

40 raków

100 ml białego półwytrawnego wina

100 ml śmietany

60 g masła

5 żółtek

kilka nitek szafranu

sól

pieprz

Raki obieramy, oddzielamy szyjki rakowe i odstawiamy do lodówki. Skorupki raków tłuczemy w moździerzu na jak najmniejsze kawałki, następnie podsmażamy je w rondlu o szerokim dnie i zalewamy winem. Gotujemy parę minut, aby odparować alkohol. Chochelką do zupy delikatnie zbieramy zgromadzone na powierzchni masło rakowe. Masło rakowe studzimy i odstawiamy do lodówki. Do pozostałego płynu dolewamy wywar i dodajemy szafran. Całość gotujemy około 1,5 godziny. Śmietanę mieszamy dokładnie z żółtkami i dodajemy do poprzedzonego wywaru, dodajemy szyjki rakowe. Doprowadzamy do wrzenia, gotujemy 3-4 minuty. Zupę serwujemy z grzankami posmarowanymi masłem rakowym.

## **16. Szczawiowa**

Zupa szczawiowa to kolejny element opowieści o tradycyjnej kuchni polskiej jako kuchni sezonowej, lokalnej, starannie wykorzystującej dostępne wokół nas zasoby przyrody. Przez wieki była potrawą przygotowywaną przez biednych, z dzikiego szczawiu, a więc składnika tak naprawdę darmowego. W czasach niedoborów żywieniowych jedzenie oznaczało życie, było drogie i trudno dostępne. Jednocześnie ludzka praca była tania, wielu ludzi pracowało tylko za jedzeniem, stąd popularność różnych dzikich roślin i owoców lasu.

Cytowana receptura z połowy XIX w. opisuje danie jak na owe czasy bogate. Znajdujemy w nim i „sporą ilość szczawiu”, i masło, żółtka, cały litr śmietany. Zupę gotowano na rosoli i podawano z grzankami albo kaszą, ewentualnie z ryżem.

Dzisiaj pewnie przyrządzilibyśmy ją w znacznie lżejszy sposób i bardziej zainspirowałyby nas dawne receptury biedoty (gdyby przetrwały) niż bogatych, zadowolonych z życia i siebie samych mieszczan. Punktem wyjścia może być tu druga wersja zupy szczawiowej w jej postnej odsłonie, gdy ponad sto lat temu użyto do niej „tylko” pół szklanki śmietany.

Zupy ze szczawiu, często z dodatkiem szpinaku, młodych liści buraczka, a nawet pokrzywy i „śnitki” (podagrycznika) były jedną z wersji tzw. „zielonego barszczu”, potrawy po dziś dzień popularnej na Ukrainie: lekkiej, szybkiej zupy z dostępnej sezonowo zieleniny.

Znowu po raz kolejny zdrowie spotyka się z tradycją, dlaczego więc tego nie wykorzystać?

**Zupa szczawiowa (dla 10 osób)**

Obierz sporą ilość szczawiu, wypłucz go, posiekaj drobno, podłóż w rondel łyżkę masła, wsyp na to szczaw, wstaw na ogień niech się dusi; gdy miękki, odstaw niech wychłodnie, po czym wbij na w to 6 żółtek, kwartę kwaśnej śmietany, rozprowadź rosołem o tyle, o ile ci zupy potrzeba, zagotuj mieszając i wydaj z grzankami albo kaszą perłową na stół. Kaszę trzeba najprzód osobno zgotować na gęsto, potem wypłukać w zimnej wodzie, aby klejowatość straciła, odłożyć na sito, aby obeschła, a gdy się zupa z śmietaną zagotuje, wówczas ją włożyć. Można tę zupę i z ryżem dać, jeśli się ku jesieni, a szczaw stary, udusić go cało na maśle, przez sito przetrzeć, a z resztą postąpić tak jak wyżej.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

### **Druga zupa szczawiowa**

Garść szczawiu oczyścić, opłukać i gotować kwadrans w litrze wody, następnie przefasować lub posiekać drobno, osolic, zabielić pół szklanką śmietany z 2 łyżkami mąki i jeszcze raz zagotować. W dni mięsne można gotować szczaw na rosole, który się gotuje z kości i różnych odpadków mięsnych. Podać z ziemniakami, można dodać do zupy parę jajek na twardo ugotowanych.

*Nauka gotowania do użytku ludu polskiego ułożona z prac konkursowych pp. M. Reszelskiej, Stanisławy Mittmann i Stefanii Królikowskiej*, Grudziądz 1915.

### **Interpretacja współczesna**

500 g wędzonych kości wieprzowych

500 g wędzonych żeberk wieprzowych

2 korpusy kurczące

500 g ziemniaków

2 duże korzenie pasternaku

300 g szczawiu

100 g sera koziego

5 jaj

150 ml śmietany

Korpusy kurczące wstawiamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 ° C na 40 minut. Po tym czasie korpusy przekładamy do garnka, dodajemy wędzonki, obrany pasternak i zalewamy trzema litrami wody. Gotujemy około 2-2,5 godziny. Nieobrane ziemniaki wkładamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury 160 ° C i pieczemy 1,5 godziny. Z wywaru wyjmujemy mięso i pasternak. Upieczone ziemniaki obieramy ze skóry i rozgniatamy tłuczkiem, dodajemy do wywaru wraz z drobno posiekanym szczawiem i śmietaną. Gotujemy około 15-20 minut na wolnym ogniu (do czasu aż szczaw zmięknie), mieszając, aby ziemniaki nie przywarły do dna garnka. Jaja gotujemy na twardo. Serwujemy z jajkiem, rozdrobnionym mięsem wieprzowym i pokruszonym kozim serem.

## **17. Grochowa**

Któż w Polsce nie zna grochówki, najpopularniejszej chyba zupy w przydrożnych karczmach, barach i na wszelkiego rodzaju festynach i festiwalach. Zawsze króluje wtedy „grochówka wojskowa”, gęsta, zawieszista zupa z mięsem, ziemniakami, wędzonką, kiełbasą.... No i oczywiście grochem.

A groch to jeden z najważniejszych produktów polskiej kuchni tradycyjnej. Przez wieki uznawano go za zboże (zielony groszek to wynalazek dosyć późny i powiązany z rozwiniętymi technikami konserwacji i rozwojem transportu). W katolickiej kuchni postnej groch był ceniony jako pokarm postny i jednocześnie pożywny. Fasola dopiero co wędrowała do Europy z Ameryki, soczewica, ciecierzycyca i bób były popularne głównie w krajach śródziemnomorskich, groch był więc najważniejszą rośliną strączkową, dostarczającą przede wszystkim białka.

Polewka grochowa pojawia się już w książce kucharskiej Czernieckiego. Autor *Compendium ferculorum* traktuje ją jako pewien półprodukt, dodatek do sosów, innych zup i zagęstnik wielu potraw. Jego „polewka” to jednak grochówka zupełnie inna od tej, którą znamy dziś w jej popularnej wersji. Mistrz opisał właściwie delikatny krem z przetartego grochu, rozpuszczony wodą pietruszkową, z oliwą i grzankami.

Zupełnie inny typ grochówki (na ogonie wieprzowym i wędzonce) opisała Ćwierczakiewiczowa, ale i ona jako dodatek do tej receptury opisała lekką zupę krem z zielonego groszku z dodatkiem ryby (potrawa postna).

Pocziwa grochówka również oferuje kucharzom pole do popisu.

### **Polewka grochowa**

Groch odłużany uwarz dobrze, przebij przez sito, rozpuść wodą z pietruszką przewarzoną, żeby było rzadko, daj oliwy, pieprzu, a usmażywszy chleba w kostkę, daj na stół tymże chlebem potrząsnąwszy.

S. Czerniecki, *Compendium ferculorum albo zebranie potraw*, Kraków 1682.

### **Zupa grochowa**

Kwartę grochu zalać trzema kwartami wody miękkiej, zagotować, włożyć 2 lub półtora funta wieprzowiny przerastałej lub ogon wieprzowy, pierwej oparzony dobrze, lub wreszcie funt wędzonki świeżej, posolić i gotować, póki groch nie będzie miękki, wtedy wyjąć mięso, groch przefasować przez sito lub gęsty durszlak, wieprzowinę pokrajać w kawałki, włożyć w zupę, ogrzać razem na ogniu, pilnując żeby się nie zagotowało, i wydać z grzankami z bułki w kostkę pokrajanymi i maśle usmażonymi. Kto lubi można wsypać trochę majeranku.

Jeżeli ta zupa ma być postna, wziąć więcej grochu, po przefasowaniu włożyć trochę perłowej kaszy osobno ugotowanej, jak również duży kawał masła i z grzankami podać na stół.

Robi się także zupa z grochu zielonego, następnym sposobem. Pół garnca wyłuskanego już grochu ze strączków wrzucić na ukrop posolony, zagotować, odcedzić aby cierpkość odeszła, nalać czystą wodą zimną i gotować do miękkości, poczem przetrzeć przez sito, miazgę rozprowadzić smakiem, w którym się gotował. Usmażyć w maśle trochę usiekanej włoszczyzny, dodać łyżkę stołową mąki, zagotować to razem z zupą, włożyć usmażonej jakiej ryby drobno pokrajanej bez kości i z grzankami w kostkę na maśle usmażonymi wydać na stół.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg grochu zielonego

1,5 l wywaru warzywnego

200 g filetu z wędzonego węgorka

50 ml octu jabłkowego

sól

pieprz

Do wywaru warzywnego dodajemy groch, gotujemy 2-3 minuty. Następnie blendujemy z dodatkiem octu i przecieramy przez sito o bardzo drobnych oczkach. Węgorza kroimy w drobną kostkę, podgrzewamy w piekarniku rozgrzanym do 100 ° C przez około 5 minut. Zupę serwujemy z kawałkami węgorza, opcjonalnie grzankami lub prażoną na głębokim oleju kaszą gryczaną.

## **18. Pokrzywowa**

Jedną z najbardziej charakterystycznych cech dawnej kuchni było duże znaczenie produktów dzikich, tak mięsa (dziczyzny), jak i zwłaszcza dzikich warzyw, ziół, owoców, grzybów, a nawet zbóż (tzw. manna polska, ziarna dzikiej trawy, zbierane w Polsce jeszcze w XIX w.).

Ludzie żyjący przed wiekami, a nawet zaledwie kilka pokoleń wcześniej mieli ogromną, praktyczną wiedzę przyrodniczą. Dziś na powrót obserwujemy fascynację naturą, kulinarną modę na dzikie jedzenie, chęć urozmaicenia naszej kuchni nie tylko przez sięganie po egzotykę, ale także dokładniejsze przyjrzenie się zasobom, które mamy na wyciągnięcie ręki.

Pokrzywa, podobnie jak inne dzikie rośliny, była z jednej strony pożywieniem głodowym, a z drugiej finezyjnym, sezonowym urozmaiceniem posiłków smakoszy. Autor książki kucharskiej wydanej we Lwowie w 1827 r. pisał, że „Młoda pokrzywa, czyli tak zwana zygawka, będąc podług zdania niektórych znawców sztuki kucharskiej wyborem i zdrowym jedzeniem, wprzód poparzona i usiekana, raptownie suszy się.” (J. J. Szczepański, *Książka kucharska powszechna do użytku w każdym gospodarstwie*, Lwów 1827).

Młoda pokrzywa (listki zbierane przed jej kwitnieniem) mogły być dodatkiem do różnych zielonych barszczów, szpinaku i sałatek, mogły stanowić też najważniejszy składnik potrawy, tak jak było to w przypadku zupy pokrzywowej. Poniżej proponujemy dwa takie właśnie przykłady wykorzystania pokrzywy.

Po raz kolejny nieco już zapomniana polska tradycja kulinarna harmonijnie łączy się z dzisiejszą ekologiczną i kulinarną wrażliwością, docenieniem lokalności, zróżnicowania przyrodniczego i przede wszystkim wytrwałym poszukiwaniem dobrego smaku.

### **Zupa z pokrzywki**



Uzbierać w maju pokrzywki, wybrać samych listków kwartę, płukać na zimnej wodzie do czysta, aby piasek oddzielić, wyłożyć na sito, aby woda ściekła. Wrzucić do garnca wody wrzącej, zagotować dobrze, uważać aby była miękka, odlać na sito lub też na durszlak, przelać zimną wodą, wycisnąć, usiekać najdrobniej, przetrzeć przez rzadkie sito łyżką drewnianą, tak aby się pozostało na sicie włókno, mieć zgotowany w polewanym garnuszku bulion z trzech funtów cielęciny lub też z kury z dodaniem nieco potażerii, jako to: parę pietruszek, pół marchwi i jedną salerę. Proporcja wody do tego powinna być półtory kwarty gotując na wolnym ogniu, aby się została trzecia część, parę łyżeczek kawianych masła rozpuścić w małym polewanym tygielku, dodać pół łyżeczki mąki pszennej, zasmażyć na ogniu mieszając, włożyć do tego masła pokrzywki usiekanej kubek kawiany, rozmieszać dobrze, rozrobić tę masę trzecią częścią bulionu, zagotować na węglach, (a nie na płomieniu) z wolna razy kilka i dawać choremu.

Przeostoga: cielęcina lub kura powinna być świeżo zabita, a nie od dni kilku, pokrzywka gdy nastaje, jest bardzo delikatną i nie potrzebuje długiego gotowania. A gdy coraz idzie do lata, taką trzeba dłużej gotować. Bulion, który się do niej bierze, powinien być precedzony przez serwetę i tłustość zebrana, soli dodać bardzo mało.

J. Szyttler, *Kuchmistrz nowy czyli kuchnia udzielna dla osób osłabionych, w wieku podeszłym tudzież do zdrowia powracających*, Wilno 1837.

### **Barszcz zielony**

Ta potrawa gotuje się z młodej pokrzywy, szpinaku, szczawiu, burakowych liści, ze śnitki polnej i ogrodowej – odgotowawszy na miękko powyższą zieleninę, odrzucić na przetak, by woda ściekła zupełnie, potem drobno uszatkowawszy dobrze jest przetrzeć na przetaku – w garnku mając odgotowany bulion z trzech funtów mięsa i dwóch funtów wędzonki, włożyć do onego zieleninę. Jeżeliby nie było kwasu wycisnąć pół, albo i całą cytrynę odrzuciwszy pestki, a do szczawiu wcale nic nie potrzeba, bo ma swój właściwy kwas. Potem rozpuściwszy łyżkę masła na patelni wsypać dobrą łyżkę mąki i podsmażyć rumiano, rozwieść odgotowanym bulionem, zetrzeć razem sześć żółtek odgotowanych na twardo, a precedziwszy przez sitko wlać do garnka, osolić i pod pokrywką zagotować – do wazy włożywszy na twardo odgotowanych, oczyszczonych i na pół pokrajanych jaj, zalać barszczem i podawać do stołu – dla odmiany można podawać jaja całe na miękko ugotowane i oczyszczone. Można też i z bułką, którą kraje się w grube porcyjki, obmacza się w mleku i podsmaża się w maśle rumiano na obydwie strony.

Jeżeliby i ten barszcz okazał się w smaku być gorzkawym, to zaprawia się jednym lub dwoma kawałkami cukru roztopionego na pokrywce, jak i poprzedni barszcz.

K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 2, Poznań 1843.

### **Interpretacja współczesna**

300 g młodych liści i pędów pokrzywy

2 kg kości cielęcych

1 włoszczyzna

2 cebule

4 ząbki czosnku

ok. 50 g łodygi lubczyku

sól

pieprz

olej

Kości cielęce pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury ok. 180 °C przez ok. 1 godzinę. Następnie przekładamy do garnka i zalewamy ok. 3 litrami wody. Dodajemy włoszczyznę, łodygę lubczyku i gotujemy na wolnym ogniu ok. 2,5-3 godziny. Po tym czasie wyjmujemy kości oraz warzywa. Do wywaru dodajemy zeszlone na oleju cebulę i czosnek. Wrzucamy pociętą pokrzywę. Całość gotujemy ok. 5-7 minut, po czym dokładnie blendujemy i przelewamy przez sito. Doprawiamy solą i pieprzem. Możemy serwować z gotowanymi lub pieczonymi ziemniakami.

### **19. Zupa śliwkowa**

Jabłka, śliwki, gruszki, wiśnie czy agrest, najbardziej popularne polskie owoce były wykorzystywane w bardzo wszechstronny sposób. Zupy z suszonych owoców jako element wigilijnej wieczerzy, owocowe chłodniki i sezonowe zupy ze świeżych owoców to ważna część naszej kulinarnej tożsamości.

Ze względu na sezonowe ograniczenia i krótką dostępność owoców, w dawnej kuchni świeże owoce wykorzystywano bardzo intensywnie i wszechstronnie. Owoce tonie tylko składnik deserów, ciast czy słodczy, ale także pełnoprawny składnik kulinarny, podstawa do wielu sosów, garnitury do różnych mięs i ryb, ważny składnik potraw mącznych i wreszcie punkt wyjścia do przygotowania wielu niezwykłych zup. W dawnej kuchni polskiej w zasadzie nie znano pojęcia „zupa owocowa”. Była to cała rozwinięta gałąź kuchni, w której mieliśmy zupy jabłkowe, gruszkowe, wiśniowe czy agrestowe. Najbardziej chyba pomysłowa, występująca w wielu postaciach była zupa śliwkowa, podawana jako pierwsze danie, chłodnik czy deser. Przygotowywano ją ze śliwek suszonych (czasem łącząc z suszonymi grzybami jako danie wigilijne) i świeżych, na winie, wodzie lub piwie, z korzennymi przyprawami, na słodko lub wytrawnie.

Sięgnijmy do tej wiedzy, wykorzystajmy nasze przebogate owocowe zasoby. Zupy śliwkowe i w ogóle owocowe to wspaniała propozycja na lato i wczesną jesień, oswojona i udoskonalana przez całe pokolenia polskich kucharzy.

Dziś możemy także używać także owoców mrożonych, często prostszych i łatwiejszych w obróbce. Smak lata możemy sobie przypomnieć i zimą, a dzięki jabłkom i gruszkom przedłużać go bardzo długo...

### **Polewka ze śliwek**

Ugotuj świeże, wyłupane, dojrzałe śliwki z piwem białym lub wodą, do której włożyłeś cukru i skórkę cytrynową, na miękko, dodaj trochę wina i masła, zagotuj, i wylej (przecedziwszy lub nie) na bułki pokrajane i zrumienione w maśle i posyp cukrem i cynamonem.

*T. Wiśniewski, Kucharka polska miejska i wiejska zawierająca paręset przepisów kucharskich: dla młodych mężatek, kucharek i gospodyń na tanie i smaczne przyrządzenie rozmaitych potraw, Poznań 1858.*

### **Zupa śliwkowa**

Pół garnca dojrzałych śliwek węgierek po wyjęciu pestek i oczyszczeniu z robaków nalać wodą, tak aby tylko objęło śliwki i gotować często mieszając, żeby się śliwki nie przypaliły. Skoro się rozgotują, przetrzeć przez durszlak, wsypać cynamonu i parę goździków tłuczonych, pół funta cukru, wlać szklankę wina białego, pół kwarty wody, zagotować razem i podać z grzankami z bułki. Bez wina można się zupełnie obejść a zupa jednak będzie dobra. Wiele osób zaprawia zupę śliwkową śmietaną, bez śmietany jednak daleko jest smaczniejsza i zdrowsza. Można ją podawać na zimno.

### **Interpretacja współczesna**

1,5 kg dojrzałych śliwek węgierek  
300 ml czerwonego półsłodkiego wina  
80 ml jogurtu naturalnego  
50 ml miodu  
40 g masła  
1 limonka  
2-3 g tartego „pustego piernika” pana Pokojkiego  
5 goździków  
szczypta cynamonu

Śliwki pozbawiamy pestek i smażymy na maśle przez około 5-7 minut na dość intensywnym ogniu, często mieszając. Dodajemy czerwone wino, 200-300 ml wody i na bardzo małym ogniu gotujemy przez 20-30 minut. Doprawiamy cynamonem, roztluczonymi w moździerzu główkami goździków, pustym piernikiem i sokiem z limonki. Całość blendujemy, dodajemy miód i przecieramy przez sito. Serwujemy z jogurtem naturalnym.

### **20. Hyćka**

„Hyćka” to stary, dziś już tylko gwarowy termin oznaczający czarny bez. Ta wszechstronnie wykorzystywana w dawnej kuchni i lecznictwie roślina dziś jest na powrót popularna dzięki niezwykłemu, kwitnącemu w czerwcu kwiatom, wykorzystywanym głównie jako surowiec do wyrobu nalewek. „Hyćka” jest popularna zwłaszcza w Wielkopolsce, gdzie ciągle sezonowo smaży się kwiaty czarnego bzu w cieście naleśnikowym (podobnie jak kwiaty akacji) i gdzie bardzo długo utrzymywała się zupa z owoców czarnego bzu. Jagody bzu należały przy tym do Zupy z dzikich owoców (choć czarny bez był przez wieki rośliną ogrodową) to kolejny oryginalny rys polskiej kuchni. Przypominamy wielkopolski przepis z połowy XIX w.

### **Polewka z bzowych jagód (hyćki)**

Oplucz dojrzałe, czarne jagody, obierz czysto z ogonków i włóż w kwartowy garnek, gotuj z wodą przez kwadrans, rozbij mątwią, przetrzyj przez cedzidło w garnek i nalej do pełna wody lub wina: skoro się znów zagotuje, zapraw jajami lub mąką ziemniakową, dodaj 4 luty cukru, 4 luty masła, cynamonu i soli i wylej gorąco na bułki zrumienione w maśle.

T. Wiśniewski, *Kucharka polska miejska i wiejska zawierająca pareset przepisów kucharskich: dla młodych mężatek, kucharek i gospodyń na tanie i smaczne przyrządzenie rozmaitych potraw*, Poznań 1858.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg owoców czarnego bzu

200 ml półsłodkiego czerwonego wina

100 ml miodu

300 g chałki

80 ml jogurtu naturalnego

30 ml octu z kwiatów czarnego bzu

2 gwiazdki anyżu

Cynamon

Sól

Owoce czarnego bzu wrzucamy do garnka, dodajemy wino, 300 ml wody, laskę cynamonu i gwiazdki anyżu. Gotujemy pod przykryciem na bardzo małym ogniu około 20-30 minut. Kiedy owoce będą rozgotowane, wyjmujemy anyż i cynamon. Całość bardzo dokładnie blendujemy i przecieramy przez sito. Dodajemy miód, ocet i szczyptę soli. Chałkę tniemy w drobną kostkę i tostujemy na rozgrzanej patelni, mieszając tak, aby chałka się nie przypaliła. Grzanki oprószamy cynamonem. Gotową zupę serwujemy z kleksem śmietany i grzankami z chałki.

## **21. Zupa kminkowa**

Krakowska zupa kminkowa to prawdziwa kulinarna legenda, dla wielu krakusów wspomnień z dzieciństwa, przedmiot wspomnień i opowieści. Gotować ją miano np. w domu rodzinnym Marii Rydlowej, która zajmuje się bronowicką Rydlówką. Przez wieki była to kolejna bardzo skromna potrawa, w której niewielką ilość tanich składników rekompensowano wyrazistym smakiem. Kminek uznawano zresztą i dalej uznaje się za zdrowy dodatek do wielu potraw i produktów, ułatwiający trawienie i pomagający na niestrawność.

Kminkową z zasmażką przyrządza się jeszcze czasem na Podhalu, dziś powraca do gastronomii krakowskiej. Klasyczne, historyczne receptury znamy z *Ilustrowanego kucharza krakowskiego* z receptur sławnego Antoniego Teslara, kucharza namiestnika Galicji hrabiego Andrzeja Potockiego z Krzeszowic. W tradycyjnej kuchni małopolskiej kminek był wszechobecny, zbierali go i sprzedawali górale, był bardzo ważny w kuchni żydowskiej.

Antoni Teslar opisał dwie różne wersje zupy. Pierwsza, obiadowa, była gotowana na podsmażanych w maśle warzywach i podawana z grzankami. Wersja śniadaniowa była przygotowywana na zasmażce z dodatkiem bulionu cielęcego i podawana z groszkiem ptysiowym. Obydwie receptury są stosunkowo proste i szybkie, opisują danie tradycyjne i lekkie, pełne smaku i tradycji. Ta oryginalna, wypróbowana w ciągu pokoleń zupa to słynna kiedyś potrawa galicyjska i niewątpliwie, ze względu na sentyment krakusów, zasługuje na przypomnienie.

### **Zupa kminkowa**

Dwie łyżki masła, drobno pokrajaną marchew, selerę i pietruszkę, dwie łyżki kminku podsmażyć chwilę, wsypać 4 łyżki mąki i smażyć aż zżółknie. Zalać wodą, mieszając, zagotować.

Pół godziny gotując posolić, zarumienić cukrem palonym, przecedzić przez serwetkę i wygrzaną dobrze wlać do wazy.

Osobno podać grzaneczki uszatkowane i usmażone na maśle.

### **Śniadanko. Zupka kminkowa z groszkiem z ciasta parzonego**

Na łyżce masła zasmażyć w rondelczku łyżeczkę kminku i 2 łyżki mąki, rozprowadzić rosółkiem z cielęciny, zagotować około 10 minut, przecedzić przez sito i posolić. (Groszek sztuczny, zob.: Część II. Garnitury).

### **Groszek sztuczny (Petit pois faux)**

2 łyżki masła klarowanego, 4 łyżki wody razem zagotować i zaraz wsypać 6 łyżek mąki, zaparzyć i odstawić, po chwili wmieszać 1 jajo, 1 żółtko, włożyć ciasto do tutki papierowej, wyciskać groszek na posmarowaną blaszkę i upiec.

A. Teslar, *Kuchnia polsko-francuska*, Kraków 1910.

### **Interpretacja współczesna**

300 g marchewki

300 g pasternaku

200 g chleba razowego

100 g selera naciowego

1 młody por

4 szalotki

100 ml białego wytrawnego wina

100 g cukru

60 g masła

2 łyżeczki kminku

Warzywa obieramy i kroimy w drobną kostkę. Doprawione solą i pieprzem warzywa podsmażamy w garnku na maśle razem z kminkiem do momentu, aż zaczną się rumienić. Całość zalewamy około 1,5 l wody i gotujemy przez 30 minut. W drugim garnku przygotowujemy „palony cukier”. Cukier rozprowadzamy równomiernie na dnie garnka, na bardzo małym czekamy, aż cukier się rozpuści, następnie zalewamy białym winem i po 5 minutach gotowania (by alkohol odparował) dodajemy przecedzoną zupę kminkową. Chleb tostujemy na grzanki i serwujemy jako dodatek do zupy.

## **22. Flaki**

Od wieków do najpopularniejszych polskich potraw należą flaki. Opisywał je już Stanisław Czerniecki, nazywając je „kruszkami” (*Kruszki z grzankami tretowanymi* oraz *Kiszki z kruszek cielęcych*). Jego kruszki z grzankami to flaczki cielęce, podawane jednak nieco inaczej niż dzisiaj. Kluczowym elementem są tu grubo krojone grzanki, które faszerowano nadzieniem z flaczków z żółtkiem i zieloną pietruszką, przyprawianym pieprzem i gałką muszkatołową.

Paul Tremo, kucharz Stanisława Augusta zamieścił w swym rękopiśmiennym zbiorze przepisów recepturę na „Flaki po polsku”. Pokazuje ona, jak pracochłonne i długotrwałe było przygotowanie wielu potraw, czy tylko nawet samych produktów, które dziś otrzymujemy gotowe, oczyszczone, pokrojone, poporcjowane itd.

Flaki mogły być nie tylko wołowe czy cielęce, ale także np. z dziczyzny. Jan Szyttler, autor pierwszych masowych, popularnych książek kucharskich opisał np. w swej *Kuchni myśliwskiej* z 1845 r. dwa różne rodzaje flaków łosich: z czerwoną kapustą i „zwyčajne”.

W XIX w. wykształciły się trzy różne regionalne odmiany flaków. W zaborze rosyjskim podawano je z pulpetem z bułki i łoju, w Krakowie dodawano do nich kiszkę z kaszka krakowską (drobną niepaloną kaszą gryczaną). Z kolei flaczki po poznańsku podawano z pulpetem z gęsiej wątróbki. Nasze dzisiejsze popularne flaki to uproszczona wersja potraw z czasów zaborów: wynik kulinarnego zjednoczenia Polski po 1918 r.

### **Kruszka z grzankami tretowanymi**

Weźmij kruszka cielęce, odwarz zasoliwszy, część jedne tych kruszek odwarzonych usiekaj drobno, nakraj grzanek z białego chleba rubo, które w pół przekrawając nakładaj tymi kruszkami siekanemi, do których przydasz żółtek jajowy, pietruszki zielonej, pieprzu i gałki, zrób materyją [z] żółtek z jajec, maczaj grzanki, a puszczaj na gorące masło, drugie też kruszka ociągnione, potrząsnąwszy mąką, w tymże maśle usmaż i przyrumień, ułóż potym na półmisku grzanki, a kruszka na wierzch i wiązkę pietruszki warzonej rozłóż, nalej rosołem dobrym, włóż masła płokanego, a nakryj, warz na półmisku, a przywarzywszy, daj gorąco na stół.

S. Czerniecki, *Compendium ferculorum albo zebranie potraw*, Kraków 1682.

### **Flaki [po warszawsku, z pulpetami z bulki i łoju [Ćwierczakiewiczowa, 1860]**



Oczyszczone najdokładniej flaki, nalać miękką wodą i gotować od czterech do pięciu godzin w całości, potem wyjąć z wody, oczyścić, oskrobać i pokrajać w podługowate kawałki. Osobno zaś wziąć parę funtów cielęciny, lub wołowego mięsa, lepiej cielęciny; zagotować do wyszumowania, a po odebraniu jak zwykle na rosół się robi, nalać tym rosółem wraz z mięsem pokrajane flaki, osolić, nakrajać selerów, porów, pietruszki, marchwi, wszystko cienko podługowato jak makaron; wrzucić i gotować jeszcze razem parę godzin najmniej, póki flaki miękkie nie będą. Na pół godziny przed wydaniem, wsypać parę ziarek angielskiego ziela, pieprzu tłuczonego i majeranku tartego, a kto nie lubi majeranku, to muszkatołowego kwiatu. Wziąć jedną całą bułkę, namoczyć w wodzie lub mleku, gdy namięknie dobrze, wycisnąć wodę z niej i w donicy utrzeć łyżką lub wałkiem, z kawałkiem masła młodego, włożyć do flaków, wymieszać, zagotować i wylać na salaterkę lub głęboki półmisek. Ponieważ mięso włożone jest tylko dla smaku, więc go się wcale na stół nie podaje; flaki powinny się dobrze wysadzić, żeby zbyt dużo sosu nie miały i były esencyonalne. Robią się także do flaków pulpety z łoju, jak do rosółu i tak samo się gotują razem z flakami. Również okładają się flaki kiszka wołową, nadziewaną kaszą gryczaną; wziąć kaszy gryczanej drobnej, sparzyć wrzącą tłuszczą wieprzową, to jest smalcem lub słoniną, z domieszaniem kilku łyżek rosółu, wsypać trochę soli, pieprzu, majeranku; wymieszać dobrze, kiszka wołową przewrócić na lewą stronę, utarzać grubo w tej kaszy i na powrót na prawą stronę przewrócić, zawiązać, ugotować osobno w wodzie, a wydając na stół pokrajać w kawałki i obłożyć flaki. Na wierzchu na półmisku posypują się flaki imbirzem tłuczonym lub serem parmezanem tartym.

### **Pulpety do rosółu**

Wziąć pół funta łoju świeżego wołowego od polędwicy, lub taki co jest przy mięsie, usiekać dobrze odrzucając żyłki, a następnie uwiercić w donicy na masę, wsypać trochę tartej bułki, wlać parę łyżek rosółu, wbić parę całych jaj, pieprzu, soli, odrobineczkę muszkatołowego kwiatu, trochę siekanej pietruszki lub kopru, wymieszać doskonale, zrobić gałki, i ugotować na rosole.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

2 kg kości cielęcych

pół kurczaka

1 kg flaków cielęcych lub wołowych

1 włoszczyzna

100 ml passaty pomidorowej  
100 g cukru  
40 g masła  
20 g świeżego imbiru  
2 cebule cukrowe  
1 łyżka mąki  
1 łyżeczka słodkiej papryki  
1 łyżeczka cząbr  
1 łyżeczka majeranku  
½ łyżeczki papryki ostrej  
4 liście laurowe  
2 ziarenka ziela angielskiego  
sól  
pieprz  
olej smażenia

Pokrojone i przepłukane pod zimną wodą flaki gotujemy w osolonej wodzie z cukrem przez około 3 godzin. W tym samym czasie opalamy kości cielęce w piekarniku rozgrzanym do temperatury 180 ° C przez 40 minut. Opalone kości przekładamy do garnka i zalewamy taką ilością wody, aby przykryła składniki. Dodajemy włoszczyznę, sól, pieprz, liść laurowy i ziele angielskie. Gotujemy około 2,5 godziny. Cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na oleju do zeszklenia, po czym dodajemy passatę pomidorową, redukujemy. Warzywa oraz mięso wyjmujemy z garnka. Dodajemy paprykę, obrany i starty na drobnych oczkach imbir, flaki i zredukowaną passatę. Całość gotujemy 40 minut. Na koniec dodajemy zioła i zagęszczamy zasmażką rozprowadzoną niewielką ilością zupy.

### **23. Zupa z konopi**

Konopie oleiste, uprawiane przez setki lat ze względu na pożywne, pełne oleju siemię, były surowcem do wyrobu oleju oraz składnikiem różnych zup i kasz. Wiemy, że taką kaszę z siemienia konopnego opisano już w wydany w XVI w. Krakowie *Kuchmistrzostwie*, najstarszej polskiej książce kucharskiej, która nie zachowała się do naszych czasów. W niektórych regionach Polski przygotowywano tzw. siemieniatkę, tzn. zupę z siemienia konopnego<sup>11</sup>, która bardzo długo była potrawą wigilijną. Jeszcze przed II wojną światową występowała na Pomorzu, do dziś pamięta się o niej na Śląsku. Siemię konopne gotowano, a potem ucierano je z kaszą jęczmienną lub jaglaną, rozpuszczając płynem. Tego typu potrawa, występująca pod różnymi nazwami, była znana nie tylko w Polsce, ale także na Litwie, Łotwie, w Rosji i nawet w Palestynie.

Dziś potrawy z konopi na nowo wzbudzają zainteresowanie, często przez skojarzenie z konopiami indyjskimi i wyrobami z nich. Polska tradycja wykorzystywania siemienia konopnego związana była jednak przede wszystkim z brakiem oliwy i surowym, katolickim postem.

### **Zupa z konopi**

Pół funta konopi nalać litrem wody i z 10 minut pogotować, potem odlać z wody i utrzeć miazgę w donicy, rozproszając litrem wrzącego mleka, osłodzić i zagotować. Po zagotowaniu precedzić i trochę przestudzoną podać.

*Nauka gotowania do użytku ludu polskiego ułożona z prac konkursowych pp. M. Reszelskiej, Stanisławy Mittmann i Stefanii Królikowskiej, Grudziądz 1915.*

### **Interpretacja współczesna**

150 g siemienia konopnego

1,5 l wywaru warzywnego

100 g migdałów

sok z 1 cytryny

1 łyżka cukru

Siemię wraz z migdałami wsypujemy do wywaru warzywnego i gotujemy ok. 10-15 minut. Następnie zupę dokładnie blendujemy, przelewamy przez sito. Doprawiamy, cukrem, sokiem z cytryny i solą.

## 24. Zupa makowa

Tak jak z konopi czy lnu oleje i pożywne zupy przygotowywano także z maku. O ile jednak konopie i len były produktami tanimi i szeroko dostępnymi, to mak, a zwłaszcza makowy olej były już o wiele droższe.

Zupa makowa, podobnie jak konopna siemieniotka czy polewka migdałowa były (a gdzieś tam ciągle i są dalej) przygotowywane na wigilię. Wigilijne menu to prawdziwy historyczny relikw: w tym dniu pamiętamy o wielu bardzo dawnych, tradycyjnych potraw, a regionalne różnice ujawniają się wtedy z całą mocą.

### Zupa makowa

Odparzyć na osób 10 maku półtory kwarty, odcedzić na sito bardzo gęste i utrzeć na miazgę, rozprowadzić wrzącą wodą w miarę, aby nie zbyt gęste ani rzadkie było mleko, zasłodzić, zagrzać do gorąca, byle nie zagotować i do wazy dodać kaszę tym sposobem przygotowaną: krupki gryczane zgotowane gęsto zastudziwszy, przecierać przez przetak na stolnicę tak, aby wychodziły długie na kształt makaronu cząstki tej kaszy, którą włożywszy do wazy, zalać gorącym makowym mlekiem.

J. Szyttler, *Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczystego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp.*, Wilno 1848.

### Interpretacja współczesna

1,5 l mleka

400 g zmielonego maku

40 g rodzynek

40 g żurawiny

20 g wędzonej śliwki

200 ml wytrawnego białego wina

2 łyżki miodu

szczypta soli

Rodzynki, żurawinę i wędzoną śliwkę siekamy i namaczamy w winie przez ok. 1 godzinę. Do mleka dodajemy mak i bakalie wraz z winem. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy ok. 15 minut pod przykryciem. Na koniec doprawiamy szczyptą soli oraz miodem.

## 25. Szparagowa

O szparagach, w produkcji których Polska jest prawdziwą potęgą już pisaliśmy wyżej. Mimo, że to warzywo przywędrowało do nas z Włoch dopiero w XVI w., zdążyło się w naszym kraju świetnie zadomowić i zyskać ważne miejsce w naszej kuchni. Już w XVIII w. przyrządzano szparagi na sposób polski, co podchwytywano i naśladowano nawet we Francji.

Sezon szparagowy jest jednak bardzo krótki. Już nasi przodkowie wpadli na pomysł na jego wydłużenie, by zamiast samych, młodych i delikatnych pędów wykorzystywać też te nieco starsze na zupę. Autor cytowanego przepisu pisze wprost o szparagach pozyskiwanych w lipcu. Otrzymujemy w efekcie kolejną lekką, warzywną, zdrową i smaczną zupę. W dawnej recepturze, którą zaczerpnęliśmy z książki wydanej w Toruniu w 1885 r. zupę szparagową przygotowuje się co prawda na maśle lub śmietanie, są to jednak, jak na standardy dawnej kuchni, ilości niewielkie. A my, jeśli chcemy, możemy je jeszcze zmniejszyć...

### Zupa szparagowa

W miesiącu lipcu kiedy szparagi są już niesmaczne, lub gdy się ma dużo drobnych, pokrajać szparagi na kawałki, zagotować je w osolonym ukropie, żeby gorycz odeszła, a następnie włożyć w rosół i gotować; a gdy się dobrze rozgotują, przefasować przez durszlak, zaprawić na 4 osoby łyżką masła z mąką i zagotować razem, lub kto lubi, 1/8 litrem śmietany świeżej nie kwaśnej bardzo, zamiast masła. Na 4 osoby bierze się pół kopy szparagów. Osobno mieć zostawionych nieco pokrajanych na długość cala, ugotowanych oddzielnie w wodzie, włożyć w wazę podając na stół. Jeżeli zupa bez śmietany, to wydając rozbić w wazie 2 żółtka i w rozbite lać gorącą zupę.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

### Zupa szparagowa

Świeże, cienkie szparagi krawa się drobno i gotują w rosole, ale tylko miększa część. Twarde tj. dolne części gotują się także osobno, na smak w rosole, ale trzeba je pierwaj sparzyć ukropem, aby gorycz odeszła i przecierają się następnie przez sito, aby sok i smak przeszedł do zaprawy, następnie zaprawić łyżką masła z mąką lub kwaterką śmietany i zagotować. Wreszcie rozprowadzić tę zaprawę rosolem, zagotować raz jeszcze, włożyć w wazę ugotowane miękkie główki i kawałki szparagów i wydać.

Zupa ta może służyć za postną, jeżeli zamiast na rosole ugotuje się szparagi na smaku z włoszczyzny i zaprawi śmietaną.

Dodatek do niej stanowią grzanki w paski pokrajane.

M. Gruszecka, *Ilustrowany kucharz krakowski*, Kraków 1892.

### **Interpretacja współczesna**

2 pęczki zielonych szparagów

1,5 l wywaru warzywnego

100 ml słodkiej śmietany

150 g wędzonego węgorka lub jesiota

70 g tartego dojrzałego, twardego sera żółtego

40 g orzechów laskowych

2 łyżeczki octu jabłkowego

2 łyżeczki cukru

1 łyżeczka kakao

sól

Do garnka z 1,5 l gotującej się wody dodajemy cukier i ocet, solimy i wrzucamy pocięte na 2 cm kawałki szparagi. Gotujemy pod przykryciem 3-4 minut i bardzo dokładnie blendujemy. Na sam koniec dodajemy śmietanę, doprawiamy solą. Serwujemy z kawałkami ryby, rozdrobnionymi w morderzu orzechami, oprószamy odrobiną kakao.

### III. Dania główne

#### 1. Kotlet schabowy

Kotlet schabowy to chyba najpopularniejsza polska potrawa, prawdziwa legenda i danie wszechobecne w większości restauracji. Za PRL-u schabowy był synonimem luksusu, obiektem westchnień wygłodniałych i spragnionych mięsa konsumentów. Ta nadzwyczajna wprost popularność spowodowała też reakcję. Powracający z Wielkiej Brytanii i innych krajów polscy kucharze, zafascynowani nowymi, egzotycznymi składnikami, kuchnią fusion i nowoczesnymi technikami kulinarnymi, patrzyli na poczciwego schabowego co najmniej z niechęcią.

Nacisk klientów zawsze i wszędzie pytających właśnie o schabowego sprawił jednak że stopniowo zaczął on wracać do łask. Wojciech Modest Amaro w swej *Kuchni polskiej XXI wieku* zaproponował swoją autorską wersję, swoistą wariację czy etiudę ze schabem w roli głównej: gotowanym próżniowo (*sous vide*), potem jednak panierowanym i smażonym, podawanym z kostką.

Kariera schabowego, błyskotliwa i wręcz piorunująca, jest stosunkowo późnej daty. W pełni rozwiniętą wersję w panierce odnajdujemy w książkach kucharskich z XIX w. i to właśnie te stare receptury mogą nam pomóc dostrzec potencjał w tym arcypopularnym daniu.

W najlepiej chyba znanej, choć skrótowej i wręcz lakonicznej recepturze pióra słynnej Lucyny Ćwierczakiewiczowej podkreślano, że każdy kawałek mięsa musi zwierać kostkę, a kotlety trzeba smażyć na maśle (z pewnością klarowanym) lub smalcu.

Dzisiejsi szefowie kuchni wracający do schabowego podkreślają przede wszystkim jakość mięsa. Sięgają po surowiec pochodzący od węgierskiej mangalicy, ale ogromny sukces w autorskich restauracjach odniosło mięso świni złotnickiej, zainteresowaniem cieszy się też mięso rasy puławskiej.

Schabowy to wielka marka, ogromna rozpoznawalność i z punktu widzenia naszej gastronomii i turystyki coś, czego nie można zmarnować.

#### **Kotlety wieprzowe**

Wziąć część schabową to jest kotletową, pokrajać tak, aby przy każdej kostce było mięso, zbić dobrze, osolić opieprzyć, maczać w jajku rozbitym, osypać bułką tartą i smażyć na rozpalonym maśle lub gorącym smalcu. Szarlotki usmażone osobno w maśle, wszelkie sosy cebulowe, musztardowe lub ostre, służą do kotletów wieprzowych. Można również robić kotlety siekane wieprzowe zupełnie jak baranie, i dawać je z sosem lub użyć do obłożenia jarzyny.

L. Cwierzakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

600 g schabu z młodej świni (najlepiej rasy puławskiej, złotnickiej, białej lub pstrej)

4 jajka

2 suche bułki pszenne

liście świeżego majeranku

pieprz

smalec gęsi lub wieprzowy do smażenia

Schab tniemy na kawałki o grubości 1 cm, doprawiamy pieprzem, moczymy w jajku z posiekanymi liśćmi majeranku, obtaczamy w startej na drobnych oczkach bułce. Smażymy na średnio rozgrzanym smalcu po 3 minuty z każdej strony. Serwujemy z młodą kapustą i pieczonymi ziemniakami.

## **2. Zrazy polskie**

Zrazy wołowe to kolejne danie z klasyki kuchni polskiej, znane i cenione w całym kraju. Dzisiaj przez słowo „zrazy” rozumiemy zrazy zawijane, co wydaje się na tyle oczywiste, że takie dopowiedzenie jest wręcz niepotrzebne. Przez całe wieki „zrazy” oznaczały jednak po prostu plaster mięsa, coś ukrojonego „zrazu”, na raz. Według legendy takie zaczęto je zawijać dopiero na początku XIX w., w Wilnie miano np. przemycać informacje i liściki ukryte właśnie w takich nowomodnych, zwiniętych w rulon zrazach.



Wołowe zrazy zawijane opisano jednak już w XVIII w. Musiały być znane jednak i wcześniej, skoro w 1742 r. znalazły się w słynnej francuskiej książce kucharskiej, opisującej między innymi odkryte przez Francuzów dania przyrządzane „po polsku” (*à la polonoise*). Ta popularna w kuchni francuskiej pierwszej połowy XVIII w. kulinarna moda była związana z osobą Stanisława Leszczyńskiego, księcia Lotaryngii i teścia króla Ludwika XV. Polsko-francuskie zrazy były faszerowane szpikiem wołowym i marynowane w oliwie z ziołami.

W książce kucharskiej wydanej dla polskich imigrantów w Ameryce podkreślono, że zrazy polską potrawą narodową, znaną także w innych krajach, w których dla jej określenia zwykle się używa właśnie polskiej nazwy „zrazy”. Cytowana niżej receptura z 1917 r. przypomina już współczesne zrazy w tradycyjnym wydaniu.

### **Polędwica wołowa po warszawsku**

Weź dobrze skruszałą polędwicę wołową, starannie zdejmij z niej wszystkie błony i tłuszcz, pokrój ją w poprzek na szerokość 4 ecu [tzn. ok. 1 cm]. Dobrze ubij plastry, posiekaj je lekko. Weź lekki farsz i rozsmaruj go na wierzchu plastrów, połóż kilka kawałków szpiku wołowego, zwiń je i marynuj w oliwie z przednimi ziołami. Następnie upiecz je na grillu i podaj z sosem hiszpańskim lub sosem półostrym, do którego wrzucisz odrobinę drobno posiekanej szalotki.

Marin F., *Les dons de Comus*, Paris 1742.

### **Zrazy polskie**

Podobnie jak bigos są i zrazy czysto polską narodową potrawą, dlatego i w innych językach zowią je polską nazwą. Główna rzecz przy zrazach dobre mięso, tak zwane zrazowe lub krzyżowe wołowe, które się kraje w duże, lecz ile możliwości cieniutkie plastry, które trzeba zbić, osolić i pozostawić tak na kwadrans. Wziąć dużą łyżkę masła, włożyć pieczonej i utartej cebuli, wsypać tartej bułki, pieprzu, wbić jedno lub dwa żółtka, wymieszać doskonale i tę masę kłaść w środek zrazów, które trzeba mocno zawijać, aby ta masa nie wyszła. Niektórzy dla tego zszywają nićmi zrazy; w takim razie trzeba pamiętać, aby przed daniem na stół nici usunąć. Tak przygotowane zrazy kładzie się w rondel z roztopionym masłem i utartą cebulą, potem przykryte niech się duszą z trzy kwadransy lub godzinę na wolnym ogniu. Jak się zarumienią, dolać trochę rosółu, zasypać sos tartą bułką, a jeżeliby się jeszcze wysadził, dolać znowu trochę rosółu lub bulionu. Aby zrazy były dobre, trzeba uważać: 1) aby z mięsa dobrze wyżyłować żyły, 2) ażeby się nie wysuszyły.

*Kucharka polska i amerykańska zawierająca trzysta trzydzieści sześć przepisów kucharskich i wiele pożytecznych wskazówek o smacznym a tanim przyrządzeniu rozmaitych potraw mięsnych, zup, barszczów, bigosów, zrazów, flaków, ryb, placków, i różnego pieczywa, Toledo 1917.*

### **Interpretacja współczesna**

600-700 ml wywaru drobiowego

600 g górnej zrazowej

150 g chleba razowego

200 ml czerwonego wina

100 g ogórków kiszonych

60 g boczku wędzonego

50 ml musztardy francuskiej

40 g masła

1 duża cebula

1 łyżka musztardy francuskiej

1 łyżka mąki

parę gałązek rozmarynu

smalec gęsi lub wieprzowy

Mięso kroimy na plastry grubości około 1 cm i rozbijamy tłuczkiem. Każdy kawałek solimy, pieprzymy i nacieramy musztardą francuską. Na każdy zraz układamy plaster świeżo pociętego boczku, jeden kawałek ogórka kiszzonego pokrojonego w słupki, pokrojoną w kostkę cebulę i pokrojony w drobną kostkę chleb. Zrazy dokładnie zawijamy, związujemy sznurkiem lub łączymy wykałaczkami, oprószamy mąką i podsmażamy na smalcu. Podsmażone zrazy wkładamy do naczynia żaroodpornego, dodajemy czerwone wino, bulion, rozmaryn i dusimy pod przykryciem w piekarniku około 2 godzin w temperaturze 160 ° C. Podajemy z kaszą i mizerią.

### **3. Jagnięcina i baranina**

Jagnięcina i baranina odgrywają dziś niewielką rolę w kuchni polskiej. Znamy i cenimy jagnięcinę podhalańską, baranina jest lubiana na Śląsku Cieszyńskim, jagnięcina jest obecna w wielu dobrych restauracjach. Przez całe wieki baranina była jednym z najważniejszych mięs, a owce hodowano ze względu na wełnę, nabiał i właśnie mięso. W Wielkopolsce i wielu innych regionach właściciele folwarków posiadali stada liczone w tysiące owiec, a polscy kucharze chętnie sięgali zwłaszcza po jagnięcinę.

Nieprzypadkowo wśród najstarszych polskich (choć spisanych po czesku) przepisów kulinarnych pochodzących aż z XV w., obok aż czterech wersji „Szczupaka po polsku” (najsłynniejszej polskiej potrawy w średniowieczu i czasach nowożytnych), znalazł się tylko „Beranec po polsku”, który w czeskich książkach kucharskich z XVI w. zasłużył już na tytuł „Beránek po polsku velmi chutný” Baranek był więc nie tylko polski, ale i „bardzo smaczny”. Taki polski baranek był najpierw gotowany, a potem podduszany w sosie z wina i octu z cebulą. Zgodnie ze staropolskim upodobaniem do ostrych, palących smaków, sos przyprawiano (okorzeniano) pieprzem, szafranem, imbirem i goździkami.

Bardziej klasyczna receptura z XIX w. zaleca marynowanie baraniny w occie z piwem (dawniej wyrabiano też ocet piwny, chętnie wykorzystywany właśnie do marynowania mięs, co miało nadawać im aromat i posmak dziczyzny). Po podpieczeniu baraninę duszono w winie z dodatkiem jałowca. Wydaje się, że warto zaufać polskim kucharzom sprzed wieków: przemawia przez nich wielowiekowe doświadczenie, wiedza i pasja.

### **Baranek po polsku, (przepis czeski z XV w.)**

Najpierw uwarz baranka dobrze, weź cebule, usiekaj drobno i w sadle je usmaż. Weź wina albo octu, jak kto lubi jeść, daj te cebule smażone do niego i barana też, okorzeń pieprzem, imbirem, kwiatem i szafranem. Uwarz dobrze pomału i potem daj na misę.

### **Pieczeń barania z jałowcem**

Udziec barani namoczyć na noc w occie z piwem, garścią tłuczonego jałowcu, to jest dojrzałych jagód, szczyptą listków rozmarynu; nazajutrz wyjąć; piec na rożnie, polewając tym samym octem z dodatkiem łyżki młodego masła, i kwaterki gęstej śmietany. W pół upieczoną pieczeń zdjąć z rożna, ponakrawać z ukośnie, sos jałowcem przetrzeć przez sito, domieszawszy drugą kwaterkę śmietany i 4 łyżki wina czerwonego, ułożyć pieczeń w brytfannie, oblać sosem i dusić jeszcze przez kwadrans pod szczelną pokrywą.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

## **Interpretacja współczesna**

1 udziec jagnięcy o wadze 1-1,5 kg

2 l piwa

1 l esencjonalnego wywaru kurczącego

1 włoszczyzna

300 ml czerwonego wina

100 ml octu

100 g cukru

50 g smalcu gęsięgo

3 cebule cukrowe

5 ząbków czosnku

1 łyżeczka przecieru pomidorowego

10 jagód jałowcowych

3 świeże liście laurowe

gałązka rozmarynu

sól

pieprz

Do piwa dodajemy cukier, pokrojone w piórka cebule, ocet, jałowiec oraz pół łyżki soli. W tak doprawionym piwie moczymy mięso przez co najmniej 48 godzin. Po dwóch dniach wyjmujemy udziec z zalewy, osuszamy ręcznikiem papierowym i na dużej patelni mocno podsmażamy na smalcu, po czym przekładamy do dużego naczynia żaroodpornego. Wlewamy czerwone wino oraz wywar, wkładamy włoszczyznę (w całości). Dusimy w piekarniku rozgrzanym do temperatury 160 ° C przez około 2-2,5 godziny. Po tym czasie wyjmujemy naczynie żaroodporne z piekarnika. Mięso i warzywa odkładamy, a płyn zlewamy do garnka. Chochelką do zupy zbieramy nagromadzony na powierzchni tłuszcz. Dodajemy 5 ząbków czosnku, rozmaryn oraz przecier. Redukujemy do momentu aż pozostanie około 200 ml cieczy.

## **4. Wereszczaka**

Schab i wieprzowina są i były na tyle popularne w naszej kuchni, że nie można ich ograniczyć tylko do opowieści o panierowanym kotlecie. Wśród ciągle popularnych potraw z wieprzowiny ważne miejsce zajmuje wereszczaka. Pod tym terminem rozumiemy albo kiełbasę gotowaną (podduszaną) w piwie, albo schab w buraczkach. W tradycyjnej wersji taką wereszczakę przyrządzano na burakowym „rosole”, tzn. soku z kiszonych buraków.

W cytowanym przepisie z XIX w. dopuszcza się też przygotowywanie tej potrawy z wołowiny, wersja klasyczna zawsze jednak powstawała na schabie, który doskonale – smakowo i kolorystyczne – komponuje się z kiszonymi lub świeżymi buraczkami.

### **Wereszczaka**

Wieprzowe schabki porąbać na kawałki, posolić i podrumienić na patelni na świeżej słonince. Wlać tyle burakowego rosolu, aby było kwaskowate, włożyć angielskiego pieprzu i dobrze zagotować. Na koniec wsypać podsitkowanego tartego chleba, uważając, aby sos nie był zbyt gęsty, wymieszać i podsmażyć.

Można też wereszczakę gotować z wołowem mięsem.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

600 g karkówki wieprzowej  
300 ml wywaru drobiowego  
300 ml soku z kiszonych buraków  
100 ml czerwonego wytrawnego wina  
50 ml octu jabłkowego  
50 g cukru  
4 całe buraki  
2 duże korzenie pasternaku  
1 łyżeczka soku z cytryny  
smalec gęsi  
sól  
pieprz

Buraki kroimy w drobną kostkę, wkładamy do małego garnka, zalewamy winem, dodajemy cukier, ocet, odrobinę wody i dusimy na bardzo małym ogniu około 1,5 godziny.

Karkówkę tniemy na plastry o grubości około 1-1,5 cm. Smażymy na mocno rozgrzanym smalcu i przekładamy do naczynia żaroodpornego. Dodajemy sok z kiszonych buraków, uzupełniamy wodą tak, aby ciecz przykryła mięso, dodajemy soli i pieprzu. Dusimy pod przykryciem około 1,5 godzin w piekarniku nagrzanym do temperatury 160 ° C.

Pasternak kroimy plastry grubości około 0,5 cm, doprawiamy solą i pieprzem, skrapiamy sokiem z cytryny, dokładnie mieszamy. Pieczemy około 30-40 minut w piekarniku nagrzanym do 160 ° C.

Kiedy karkówka jest już miękka serwujemy z pasternakiem i słodko-octowymi buraczkami.

## 5. Bigos

Jaki jest bigos każdy widzi... Z jakiegoś jednak powodu autor przepisu z XIX wieku uznał, że już w jego tytule trzeba nadmienić, że chodzi o „bigos z kapusty kwaśnej”. Nie chodziło mu przy tym o to, że bigos można przygotować też z dodatkiem słodkiej kapusty, ale o dawną, w XIX w. jeszcze znaną i zrozumiałą tradycję przygotowywania bigosu np. z jabłek czy kiszonych ogórków. W kulinarniej staropolszczyźnie „bigos” lub „bigosek” to siekanina z mięsa lub ryb, przyprawiana, zgodnie z barokową modą, na ostro, kwaśno i słodko. Nie żałowano zwłaszcza cytryn (często kiszonych) i octu winnego – składników importowanych i bardzo drogich.

Serię przepisów na taki „bigos” odnajdziemy już w *Compendium ferculorum* z 1682 r. Stanisław Czerniecki podaje m. in. recepturę na „Bigosek ze szpikiem”, „Bigosek kapłoni”, „Potrawę z rakami albo bigoskiem rakowym” oraz „Bigosek karpiowy” i „Bigosek z ryb jakich chcesz”.

Nasz bigos to prostsza i bardziej lokalna wersja tej dawnej potrawy: egzotyczne składniki zastąpiono lokalnymi kiszunkami i zmniejszono ilość mięsa. Po raz kolejny kłaniają nam się tu kiszunki w jej najbardziej popularnej i arcypolskiej postaci kiszonej kapusty. Bigosu mamy chyba tyle wersji co kucharzy, w każdej rodzinie przygotowuje się go trochę inaczej. Podstawowe zasady z całą dawną dokładnością i powagą przypominają dwie cytowane receptury z XIX w.

### **Bigos z kapusty kwaśnej**

Ugotuj sporo zwyczajnej kapusty kwaśnej, im więcej jej razem ugotujesz, tem lepiej, gdyż odgrzewana kapusta najsmaczniejszą bywa. Otóż ugotowawszy niebyt miękko np. garniec kapusty, stop do niej półtora funta słoniny w kostki jak mały palec skrajanej, dodaj do tego ze 3 lub 4 funty również skrajanego mięsa wołowego i duś, dopóki się całkiem nie rozpułynie; poczem wkraj w to pięć średnich cebul, duś znowu zakrapiając, a gdy już ładnie rumiane i miękkie będzie, pokraj kiełbasę wędzoną, odgotowanego w calowe kawałki, toż samo ze dwa funty bauszpeku gotowanego, daj w to mięso dużą garść mąki, rozmieszaj, zalej kwasem od kapusty, gdzieś gotował, aby bigos był zawiesisty, włóż tę kapustę z wieprzowinką, kiełbasą i słoninką razem, wymieszaj, zagotuj, osól, opieprz i wydaj. Postnych kapust tutaj nie nadmieniam, a szczególnie kwaśnych; można je bowiem na postne zaprawić, dodając masła zamiast słoniny, zamiast mięsa ryby, grzyby, ikrę, albo rybne mleczko itd.

J. Schmidt, *Kuchnia polska czyli dokładna i długą praktyką wypróbowana nauka sporządzania potraw mięsnych i postnych*, Przemysł 1860.

### **Bigos myśliwski**

Wziąć pół garnka dużego, polewanego, kapusty szatkowanej kwaśnej, dodać uszatkowanych cybul dwie i nalawszy kapuścianym rosołem, gotować. Do drugiego zaś garnka włożywszy mięska funtów sześć, całą gęś nieco na rożnie odpieczoną, szynki lub wędliny ze słoniną funtów sześć, dodać angielskiego pieprzu całkowitego, bobkowego liścia i nalawszy wodą, tyle aby mięso pokryła, też gotować szumując. Gdy się ugotuje, bulon precedzić, tłustość zebrać, wszystkie mięso pokrajać na drobne kawałeczki i potem te mięso i bulon złączyć z kapustą, przelawszy do innego odpowiedniejszego garnka i razem gotować. Na koniec łyżkę masła roztopić na patelni, usiekać kilka cybul i usmażyć w tym maśle, dodać parę łyżek mąki, dobrze podpalić i rozwieść kapuścianym bulonem. Potem precedzić prosto go garnka, w którym się bigos gotował, posolić, dodać usiekanego kopru świeżego lub suszonego albo też marynowanego i przykrywszy pokrywą dać jeszcze ugotować się, aby bigos był gęstawy – można zamrozić, a w potrzebie rozegrzać i podawać.

K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 2, Poznań 1843.

### **Interpretacja współczesna**

1,5 kg kapusty kiszonej

1 noga gęsia

0,5 l esencjonalnego wywaru warzywnego

0,5 l wody odcisniętej z kapusty kiszonej

200 g wędzonego boczku

200 g rozbratla wołowego

200 g wędzonej kielbasy

3 duże cebule

1 łyżka grzybów suszonych

3 świeże liście laurowe

ziele angielskie

Do garnka wkładamy kapustę kiszoną, mięso, pokrojone w piórka cebule, mięso, grzyby, liść laurowy i ziele angielskie, zalewamy wywarem warzywnym. Gotujemy pod przykryciem przez około 2,5 godziny. Po tym czasie wyjmujemy mięso i rwiemy je na mniejsze kawałki, po czym wrzucamy z powrotem do bigosu.

## **6. Kielbasa w piwie**

Polska słynie z wyrobu kielbas, z ich wielkiego zróżnicowania i wysokiej jakości. W czasach PRL-u, by zaradzić rynkowemu brakom wyrabiano kielbasy sposobem domowym, a dziś obok wielkich producentów, na rynku pojawia się coraz więcej wyrobów rzemieślniczych.

Klasycznym sposobem kulinarnego wykorzystania kielbasy było ich duszenie w piwie. Taką potrawę nazywano często wereszczaką, tak jak opisany w innej recepturze schab w buraczkach. Jan Szyttler w swym przepisie podkreśla, tak jak często inni autorzy, że chodzi o „świeże kielbasy”, wyrób domowy, typu naszej dzisiejszej kielbasy białej.



Według tej i innych receptur użyte do podduszania kielbasy piwo powinno być „lekkie”, czasem radzono by je rozpuszczać wodą i starannie wygotowywać, by utraciło posmak alkoholu. My możemy dodać, że nie powinno być to piwo z puszkki czy w ogóle piwo pasteryzowane. Słynny Jan Szyttler wspomina o suchym bulionie, trzeba jednak pamiętać, że dawne kostki rosółowe przygotowywano w domu, wygotowując ogromne ilości mięs, kości i warzyw. Przygotowany na piwie sos powinien mocno zredukowany i gęsty: mądrość staropolskich kucharzy ostrzega przed zwykłą kielbaską lekką podgotowaną w piwie.

### **Kielbasy domowe w piwie**

Świeże kielbasy ułożywszy w głęboką pokrywę lub rondel dobrze pobielany, nalać piwem lekkim, włożyć masła płukanego, niesłonego łyżkę, dodać kawałek bulonu drobno skrojonego, a piwa, aby dobrze po wierzchu zajęło, parę cebul w całku, zagotować, i pod pokrywą, niech się gotują kwadrans dobry, a potem pilnie dozorować, aby sosu nie zepsuć, i kielbas nie przypalić, podłożyć większy ogień, aby sos wygotował się krótki; wydawszy na półmisek zalać, i gdy się na kielbasach sos zatrzyma, będzie dobry. Jeżeli jest cytryna, skroić kilka talerzyków, i dodać w tuszeniu. Skoroby piwo było zbyt mocne lub gorzkawe, to można dolać wody.

J. Szyttler, *Skrzętna gospodyni, czyli tom drugi kucharki oszczędnej*, Wilno 1846.

### **Interpretacja współczesna**

5 pętek kielbasy wieprzowej białej dobrej jakości

1,5 l niskoprocentowego piwa jasnego

8 szalotek

5 ząbków czosnku

60 ml miodu

pół bułki pszennej

parę gałązek świeżego tymianku

sok z połowy cytryny

Do rondla wlewamy piwo, wkładamy kielbasy, dodajemy pocięte na ćwiartki szalotki, czosnek i tymianek. Gotujemy 10-15 minut. Następnie kielbasę i tymianek wyjmujemy, dodajemy pół rozdrobnionej bułki pszennej i redukujemy do konsystencji sosu. Na koniec doprawiamy sokiem z cytryny i miodem. Podajemy z pieczonymi ziemniakami.

## **7. Pierogi ruskie**

Pierogi to w zasadzie nie potrawa, tylko cały dział polskiej kuchni. Pierogami chwala się i Rosjanie, i Ukraińcy, swoje kołduny zachwalają Litwini. Chińczycy święcie wierzą, że pierogi wynaleziono w Chinach, w różnych krajach popularne są azjatyckie manty, na całym świecie znane są włoskie ravioli.

Polskie pierogi, w większości gotowane (ewentualnie potem podsmażane) wyróżniają się charakterystycznym kształtem i kilkoma najpopularniejszymi typami nadzienia (ruskie, z serem, kapustą i grzybami, mięsem itd.).

Pierogi pojawiają się wielokrotnie już w *Compendium ferculorum* z 1682 roku. Stanisław Czerniecki opisał np. pierożki z nerką cielecą z dodatkiem łoju i zieleniny, większość z nich to jednak pierożki na słodko, przypominające bardziej dzisiejsze małe pączki. Szczególnie popularne były pierogi z serem (twarogiem), na powstanie słynnych pierogów ruskich trzeba było jeszcze poczekać do czasu, gdy w Polsce rozpowszechniły się ziemniaki.

### **Pierogi z ziemniakami i serem**

35 dag mąki, 1 jajo na ciasto; ½ kg ugotowanych ziemniaków, 12 dag sera, ½ cebuli, 3 dag masła do cebuli, 1 łyżka soli na nadzienie; 6 dag masła do polania

Zagnieść na stolnicy ciasto z mąki i jaja z ciepłą wodą; wodę należy wlewać po trochu, aby zbyt nie rozrzedzić ciasta, nie powinno ono przylepiać się do palców. Rozwałkować ciasto na grubość noża, wykrawać kółka, napełniać je ziemniakami z serem. Trzymać pierożki lekko w palcach i zlepiać brzegi. Na masę, dodać przysmażoną cebulę i sól oraz jajko. Wrzucać pierogi na wrzącą i osoloną wodę, gotować 3 min., polać zrumienionym masłem i świeże podać na stół.

nadzienie utrzeć ziemniaki z serem na masę, dodać przysmażoną cebulę i sól oraz jajko. Wrzucać pierogi na wrzącą i osoloną wodę, gotować 3 min., polać zrumienionym masłem i świeże podać na stół.

### **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

350 g mąki

20 g masła

1 jajko

1 żółtko

pół łyżeczki soli

Farsz:

500 g gotowanych ziemniaków

150 g twarogu półtłustego

2 duże cebule

6 ząbków czosnku

sól

pieprz

olej

Mąkę, masło, jajko, żółtko i sól łączymy i zagniatamy ciasto na pierogi.

Cebulę i czosnek, kroimy w drobną kostkę i szklimy na oleju, po czym studzimy. Ziemniaki dokładnie tłuczemy lub rozgniatamy w przecieraku do warzyw. Podobnie postępujemy z twarogiem. Następnie łączymy wszystkie składniki, doprawiamy solą i pieprzem. Ciasto wałkujemy na cienki placek, wykrawamy kółka, napełniamy łyżeczką farszu i lepimy pierogi.

## **8. Pierogi z serem**

Pierogi z serem przez całe wieki były najbardziej chyba popularnym pierogowym daniem. W najstarszych przepisach pojawia się w nich nawet sam sposób wyrobienia sera bezpośrednio przed przygotowaniem pierogów. Wszystko musiało być bardzo świeże, a przygotowując jedzenie, nie szczędzono czasu ani wysiłku.

Zwykle zdawałoby się pierogi z serem są przy tym bardzo wdzięcznym obiektem dla kulinarnych eksperymentów. W warszawskim przepisie z początku XX w. mowa o barwieniu twarogu sokiem malinowym i innym, ale lista pomysłów jest więc nieograniczona, dotyczy dodatków owocowych, aromatycznych przypraw i świeżych ziół.

### **Pierozki różowe z serem**

Kwartę twarogu utrzeć z kilkoma żółtkami, sokiem malinowym lub innym czerwonym, dodać cukru, nakładać twaróg na ciasto, robić pierogi i wpuszczać do wrzącej wody. Skoro wypłyną wybrać durszlakową łyżką, włożyć do rondla, zalać śmietaną zmieszaną z sokiem i wstawić do pieca dla zrumienienia.

*Praktyczny kucharz warszawski, Warszawa 1903.*

## **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

350 g mąki

20 g masła

1 jajko

1 żółtko

pół łyżeczki soli

Farsz:

400 g twarogu

100 ml soku malinowego

50 ml miodu

3 żółtka

zest z 1 pomarańczy

1 łyżeczka rodzynek

1 łyżeczka „podpalonych” migdałów

Mąkę, masło, jajko, żółtko i sól łączymy i zagniatamy ciasto na pierogi. Migdały kruszymy, rodzynek siekamy łączymy twarogiem, żółtkami, sokiem z malin, miodem i zestem z pomarańczy. Ciasto wałkujemy na cienki placek, wykrawamy kółka, napęlniamy łyżeczką farszu i lepimy pierogi.

### **9. Pierogi z owocami (czarnymi jagodami, wiśniami, truskawkami, jabłkami itd.)**

Pierogi z owocami to prawdziwa polska specjalność. Jesteśmy mistrzami w przygotowywaniu pierogów i wielkim producentem owoców, połączenie wydaje się więc oczywiste. Polscy kucharze i gospodynie wypracowali cały szereg pomysłów i receptur, najbardziej zachwycają nas jednak te najprostsze. Najpopularniejsze były i są dalej pierogi z jagodami, podkreślające odwieczną polską tęsknotę do owoców lasu. Przepis z Poznania z XIX w. zawiera przy tym garść praktycznych, nigdy niestarzejących się rad co do ich przygotowania.

#### **Pierogi z jagodami lub wiśniami**

Zagnieść ciasto dość twardo, rozwałkować nie bardzo cienko i ponakładać jagodami, umieszanymi z cukrem i cynamonem, na pół godziny przed używaniem, aby sok puściły z siebie. Zawijając należy brzegi posmarować czystym białkiem, żeby w gotowaniu nie rozleciały się, gdyż owoc wydaje wilgoć. Wyjmować ostrożnie durszlakową łyżką na półmisek i podać do nich kwaśną śmietaną z cukrem. Pierogi z owocem robią się zwykle większe niż z mięsem.

*Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin oraz różne sekreta domowe, Poznań 1892.*

### **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

350 g mąki

20 g masła

1 jajko

1 żółtko

pół łyżeczki soli

Farsz:

400 g twarogu

100 ml soku malinowego

50 ml miodu

3 żółtka

zest z 1 pomarańczy

1 łyżeczka rodzynek

1 łyżeczka "podpalonych" migdałów

Mąkę, masło, jajko, żółtko i sól łączymy i zagniatamy ciasto na pierogi. Migdały kruszymy, rodzynki siekamy łączymy twarogiem, żółtkami, sokiem z malin, miodem i zestem z pomarańczy. Ciasto wałkujemy na cienki placek, wykrawamy kółka, napelniamy łyżeczką farszu i lepimy pierogi.

### **10. Pieróg z kaszą gryczaną**

Klasyczną polską formą pierogów (ciasta z nadzieniem) są małe pierogi gotowane, ale w Polsce znane były i ciągle są popularne, zwłaszcza na wschodzie kraju, znacznie większe wypieki przypominające kształtem pasztety przygotowywane w podłużnych formach. Jednym ze słynniejszych jest pieróg biłgorajski przygotowywany z kaszy gryczanej, ziemniaków i twarogu.

Najważniejsza jest tu popularna na wschodzie kraju kasza gryczana. Wersją takiego pieroga jest wypiek opisany w książce kucharskiej z przemysłu sprzed ponad półtora wieku. Te pierożki gryczane są znacznie mniejsze, zachowują jednak charakterystyczny, wydłużony kształt i mogą być punktem wyjścia do wariacji na temat pieroga gryczanego.

### **Piropi z drobnej hreczanej kaszy z serem**

Na 8 osób zagotuj pół kwarty kaszy na mleku na gęsto, po czym wbij do tej kaszy zaraz na gorąco 2 całe jaja, posól, rozmieszaj i przyrządź sobie osobno sera, jak do zawijanych piropi. Wówczas dopóki kasza ciepła, bierz jej po łyżce stołowej kopiastej, a posmarowawszy sobie ręce rozpuszczonym masłem, rób z takowej w rękach placuszki. W każdej zaś taki placek kładź sporo sera, wszelako tak, aby się w kaszy schował i rób tym sposobem z tego podługowate wałeczki, podobnie jak zrazy zawijane, a obcisnąwszy w rękach dobrze, pokarbuj z wierzchu w kratki i wyłóż na blachę masłem wysmarowaną. Wówczas posmaruj rozbitym jajem i wsadź na 20 minut w piec dosyć gorący, a gdy się zaczną rumienić, wyjm, ułóż na półmisku i dając do tego osobno klarowane masło albo śmietanę, wydaj.

J. Schmidt, *Kuchnia polska czyli dokładna i długą praktyką wypróbowana nauka sporządzania potraw mięsnych i postnych*, Przemysł 1860.

### **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

350 g mąki

20 g masła

1 jajko

1 żółtko

pół łyżeczki soli

Farsz:

300 g kaszy gryczanej ugotowanej w mleku

80 g koziego sera

parę liści lubczyku

pieprz

2 jaja

Mąkę, masło, jajko, żółtko i sól łączymy i zagniatamy ciasto na pierogi. Ubite na puszystą pianę jajka mieszamy z pozostałymi składnikami farszu i drobno posiekanym lubczykiem, doprawiamy pieprzem. Ciasto wałkujemy na cienki placek, wykrawamy kółka, napełniamy łyżeczką farszu i lepimy pierogi.

## 11. Gołąbki

Ruskie mogą być nie tylko pierogi, ale i gołąbki, przy tym ani jedno, ani drugie nie stają się przez to mniej polskie. W obu przytoczonych wersjach opisano gołąbki z ryżem i mięsem, zawsze jednak znano także ich wersje postne (np. z kaszą z grzybami). Chętnie wykorzystywano też kapustę kiszoną – kiszono ją w główkach lub po przekrojeniu ich na połówki.

Na uwagę zasługuje trzeci, postny (dziś byśmy powiedzieli: wegetariański) przepis. Jako nadzienie zaproponowano kaszkę krakowską (drobną, niepaloną kaszę gryczaną) na podsmażonej cebulce z dodatkiem grzybów. Najciekawszy w nich jest dodatek, rodzaj sosu przygotowany z kwasu (żuru) żytniego, w którym duszono gołąbki aż do redukcji sosu.

Po raz kolejny wiedza i doświadczenie kucharzy z przeszłości podpowiadają nam rozwiązanie tyleż tradycyjne, co nieoczywiste, choć wypróbowane przez wieki.

### **Gołąbki (hołupcie) ruskie**

Obrać duże liście z główki kapusty świeżej, ugotować do połowy. Potem wziąć ½ kg ryżu, ugotować na wodzie wrzącej z masłem, aby nie był zupełnie miękki. Osobno wziąć ½ kg wieprzowiny, usiekać drobno, dać do tego cebulki, drobno siekanej i pieprzu, posolić i udusić. Uduzione pomieszać z ryżem, brać listki kapusty każdy z osobna, nakładać łyżką wieprzowinę, zawijać dobrze, dać dużo masła w rondel, układać jedno obok drugiego, nakryć pokrywą i udusić, aby się zrumieniło, odwrócić. Gdy się z drugiej strony zrumieni, wyjąć na półmisek i polać masłem, osobno z cebulką zrumienionem.

M. Bogacka, *Powszechna kuchnia swojska*, Nowy Sącz 1896.

### **Gołąbki z kapusty**

Ugotować całe główki kapusty białej na wodzie. Usiekać trochę baraniny pieczonej lub innego mięsa, wmieszać do ryżu ugotowanego dość twardo z cebulką, dodać pieprzu i posolić do smaku. Następnie zawijać w listki po łyżce tego ryżu, skręcać i układać w rondlu ciasno; każdą warstwę przekładać cienkimi plastrami wędzonej słoniny; dodać liść bobkowy, posolić, zalać rosółem, przykryć szczelnie i w piecu tak długo gotować, aż się rosół zupełnie wygotuje. Podając, układać na półmisek lub w rondelk i polać cienkim bulionem ze smakiem z pod spodu.

A. Teslar, *Kuchnia polsko-francuska*, Kraków 1910.

### **GOŁĄBKI ZE SŁODKIEJ KAPUSTY POSTNE**

Dwie główki kapusty ugotować w osolonej nieco wodzie, potem przekroić je na połowę, wystudzić i obrać każdy liść osobno. ¼ kg kaszki krakowskiej lub ryżu wypiec w piecu z masłem, wsypać soli pieprzu, dwie posiekane, zarumienione cebule i kilka posiekanych i posiekanych i ugotowanych suszonych grzybów; smarować tą masą liście, boki założyć do środka i zwiąć ruloniki. Układać jeden obok drugiego w kamiennym rondlu, zagotować jeden litr barszczu żytniego, zalać nim gołąbki i dusić pod pokrywą na wolnym ogniu tak długo, aż będą zupełnie miękkie, a sos w końcu wysadzony. Zaprawić je pół łyżką mąki, dodać kwaśnej śmietany i wydać.

D. Wirybkowska, *Praktyczna kuchnia domowa*, Żnin 1937.

### **Interpretacja współczesna**

2 l wywaru drobiowego

3 główki słodkiej kapusty

400 g upieczonego udźca jagnięcego

15 plastrów wędzonej mangalicy lub innej dobrej jakości wieprzowiny

150 g ryżu

150 ml białego wytrawnego wina

100 g masła

100 g cukru

100 g octu

2 cebule

pół łyżki świeżego cząbrku



ziele angielskie

liść laurowy

olej

Jagnięcinę drobno siekamy. Kapustę dzielimy na liści i parzymy w wodzie z dodatkiem octu i cukru przez około 10 minut, po czym studzimy. Ryż gotujemy do miękkości w wywarze drobiowym, następnie odsączamy wywar. Wywar drobiowy przelewamy na patelnię i redukujemy do objętości około 100 ml. Pokrojoną w kostkę cebulę podsmażamy na oleju, studzimy. Mięso, ryż, cebulę, roztopione masło i zredukowany wywar łączymy. Dodajemy posiekany cząber, doprawiamy solą i pieprzem. Masę dokładnie mieszamy i odstawiamy do lodówki na około 1,5 godziny. Gdy masa wystygnie, nakładamy ją na liście, które dokładnie zawijamy. Gołąbki wkładamy do naczynia żaroodpornego, przekładamy plastrami mangalicy, zalewamy pozostałym wywarem (1 litr) i winem, wrzucamy liść laurowy i ziele angielskie. Pieczemy przez ok. 1 godzinę w piekarniku rozgrzanym do temperatury 160 °C.

## **12. Fasolka po bretońsku (z armii Hallera)**

Wszyscy zapewne znamy fasolkę po bretońsku. W czasach PRL-u była ona żelaznym punktem menu każdego baru, jest to potrawa bardziej polska niż francuska (Francuzi znają głównie wersję południową, langwedocką). W Polsce mamy wspaniałą, niezwykłą fasolę. Na liście produktów chronionych prawem Unii Europejskiej znalazły się fasola wrzawska i korczyńska oraz Piękny Jaś z Doliny Dunajca.

Do tego wszystkiego dochodzi jeszcze niezwykła historia. Jedna z najstarszych receptur na polską fasolkę po bretońsku pochodzi z Francji, została opublikowana w 1918 r. w książce kucharskiej przeznaczonej dla kucharzy armii polskiej we Francji (tzw. Błękitnej Armii, armii gen. Hallera).

Przepis przeznaczony jest dla kuchni wojskowej, operuje dużymi ilościami składników – porcja przeznaczona jest dla 100 ludzi. Wyłaniająca się z tych receptur kuchnia wojskowa sprzed ponad 100 lat wydaje się w miarę pożywna (fasola), ale jednocześnie dosyć lekka, receptura nie wspomina nawet o gramie mięsa, a wspomniane dwie kostki smalcu mają starczyć na stu ludzi. Żołnierze dostawali jednak puszki z soloną wołowiną i codzienną porcją wina...

### **Fasola biała po bretońsku**

Porcja na 100 ludzi:

Fasoli białej 12 l	Pieprzu 15 g
Smalcu 400 g	Przypraw (pęczków) 2
Cebuli 1 kg	Czosnku 50 g
Marchwi 500 g	Gwoździków sztuk 6
Przecieranych pomidorów 2 l	Pietruszki 100 g
Mąki 200 g	Wody do gotowania 20 l
Soli 300 g	

A) Przygotowana wstępnie – namoczyć fasolę w wilgę dnia wieczorem, jeżeli ma być na posiłek ranny, lub z rana jeżeli ma być na wieczór. Obrać cebulę i wetknąć w nią gwoździki. Oskrobać marchew, opłukać ją i pokrajać na dwie lub cztery części, stosownie do jej wielkości. Przygotować pęczki przypraw. Obrać ząbki czosnku. Przebrać, opłukać i posiekać pietruszkę.

Wetknąć gwoździki w trzy cebule a resztę cebul posiekać. Jeżeli pomidory są świeże, trzeba je opłukać, rozkroić na połowę, wyrzucić ziarnka i pokroić je.

B) Sposób:

1. Ugotować fasolę w sposób wskazany w przepisie nr 104: Osączyć fasolę, włożyć ją do kociołka, zalać wodą, wsypać 200 gramów soli, zagotować i odszumować. Dodać cebulę, marchew, pęczki przypraw, czosnek i 150 gramów smalcu. Gotować bardzo powolnym wrzeniem na umiarkowanym ogniu przez godzinę i 30 minut. Doglądać gotowania, bo niektóre gatunki fasoli gotują się prędeż.
2. Skoro tylko się ugotowała, odcedzić ją, wyjąć pęczki przypraw i cebulę z gwoździkami. Zachować odwar. Włożyć smalec do kociołka, w którym się gotowała fasola, podgrzać go lekko, wrzucić posiekaną cebulę i mieszać ją na ogniu, aż się zrumieni. Dodać mąkę i dusić ją przez kilka minut, mieszając wciąż. Dodać pięć litrów odwaru z fasoli, przecierane pomidory (albo świeże pomidory) resztę soli i pieprzu, zagotować, zamieszać mocno trzepaczką. Włożyć fasolę do tego sosu, dusić pomału przez kwadrans. Podając, posypać fasolę, już na półmiskach, siekaną pietruszką.

## **Interpretacja współczesna**

500 g fasoli

1,5 l wywaru drobiowego

2 cebule

4 ząbki czosnku

100 ml passaty pomidorowej

50 g smalcu gęsi

3 goździki

majeranek

sól

pieprz

Fasolę namaczamy na 12 godzin. Cebulę i czosnek kroimy w plastry i szklimy na smalcu gęsim. Do garnka wrzucamy fasolę, cebulę i czosnek, zalewamy bulionem, dodajemy resztę smalcu, sól, pieprz i passatę pomidorową, gotujemy 1,5-2 godziny. Na koniec dodajemy główki goździków i majeranek. Opcjonalnie fasolkę możemy zagaęścić zasmażką.

### **13. Szczupak po polsku**

Wbrew popularnemu wyobrażeniu o kuchni staropolskiej jako ciężkiej, tłustej i nieurozmaiconej, znajdujemy w niej dużo receptur na potrawy rybne. Były to przede wszystkim ryby słodkowodne – po dziś dzień polska specjalność, i produkcyjna, i kulinarna. Przed wiekami było to związane przede wszystkim z postem oraz utrudnionym dostępem do ryb morskich, które w głębi kraju spożywano co najwyżej jako solone lub suszone.

Polscy kucharze i smakosze najbardziej cenili szczupaka, zwłaszcza największe sztuki, pięknie prezentujące się na półmisku i dające możliwość różnych kulinarnych eksperymentów.

Szczupaka już od średniowiecza uznawano za rybę typowo polską, z przyrządzania której słynęli polscy kucharze. Pierwsza taka receptura pojawiła się już w XV w., choć spisana po czesku, wyraźnie jednak określa potrawę jako „Szczupaka po polsku”. Az kilka różnych wersji tej najslynniejszej polskiej potrawy wszechczasów znalazło się w tajemniczym *Kuchmistrzostwie*, zaginionej pierwszej polskiej książce kucharskiej, do których przepisów niedawno udało nam się dotrzeć.

W pierwszej, nieco bardziej szczegółowej recepturze z XVI w. opisano rybę gotowaną w wywarze (ryby na post głównie gotowano, a nie smażono), którą potem podduszano w sosie z cebuli, pietruszki, octu i wina, doprawionymi ostrymi przyprawami (korzeniami) oprócz goździków. Ostry i kwaśny posmak sosu łagodziły rodzyнки.

Druga, prostsza i krótsza receptura opisuje szczupaka gotowanego z siekaną cebulą i doprawionego pieprzem, szafranem i imbirem.

### **Szczuka w korzeniach po polsku**

Zastaw rosół niesłony, a szczukę oskrob i rozplataj i rozsiekaj w kęsy, potym wyplukawszy, włóż w ten rosół, aby obewrzało dobrze, potem odcedź, a włóż na misę, a weźmi cebule, warz w garcu drobno usiekawszy, a gdy uwre, rozdziel na dwie, potym jedną połowicę uwierć w dojnicy z pietruszką, a gdy dobrze uwiercisz, weźmi octu, wina abo jako kto chce, rozpuść w dojnicy, a precedź przez chustę i daj do kotła, a kładź tam szczukę i okorzeń wszystkim korzeniem krom goździków, a jeżeli by gę[s]to było, przydaj rodzenków, a takim obyczajem możesz i karpie działać, i insze białe ryby, a drugą połowicę ryby daj na wierzch.

*Kuchmistrzostwo, ok. 1540 r.*

### **Szczuka po polsku**

Rozplataj rybę, zsiekaj jako ma być a osól, aby nasłoniała, potym weźmi cebulę, zsiekaj ją dobrze drobno a nalej na nią wody i przystaw szczukę, a daj do niej pieprzu, szafranu, imbiru i daj na misę.

*Kuchmistrzostwo, ok. 1540 r.*

### **Interpretacja współczesna**

1 l lekkiego wywaru drobiowego

600 g filetu ze szczupaka

300 g korzenia pasternaku

2 duże cebule

4 jaja

2 cytryny

1 limonka

40 g rodzynek

20 g korzenia imbiru

100 ml wina

50 ml octu jabłkowego

50 g cukru trzcinowego

5 goździków

szczypta szafranu

parę gałązek świeżego koperku

olej

Obrane korzenie pasternaku kroimy w kostkę, pieczemy w piekarniku przez ok. 40 minut w temperaturze 160 °C. Cebulę kroimy w kostkę i szklimy na oleju. Do wywaru drobiowego dodajemy cebulę, pasternak, ocet, wino, cukier, szafran i goździki. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na wolnym ogniu przez 30-40 minut. Następnie całość blendujemy na gładką masę, przecieramy przez sito, doprawiamy solą i pieprzem, dodajemy sok z jednej limonki, wyciśnięty sok ze startego imbiru, cukier i rodzynki. Następnie masę przelewamy do naczynia żaroodpornego. W tak przygotowany potaż wkładamy filety ryby. Naczynie umieszczamy w piekarniku nagrzanym do temperatury 130 °C i dusimy rybę przez 30 minut. Serwujemy z jajkami poszetywymi i świeżym koperkiem.

#### **14. Szczupak na żółto z staropolska**

Tak popularny w kuchni polskiej szczupak miał też swoje specjalne, świąteczno-wigilijne wersje. Specjalny przepis na wigilijnego szczupaka, który brzmi prawie jak poświęcony tej rybie poemat, zamieścił w jednej ze swych książek słynny kucharz Jan Szyttler. Tworzący w Wilnie autor pisał o Kucji (od słynnej kresowej kutii – popularnego na wschodzie określenia Wigilii). Według Szyttlera ta potrawa już w pierwszej połowie XIX w. była uważana za staropolską, skomplikowaną i pracochłonną, jednak wracano do niej właśnie podczas Wigilii.

Ta wersja jest o wiele bardziej szczegółowa niż wcześniej opisane receptury na „Szczupaka po polsku”. Szczupaka, po nasoleniu należało gotować w winie i mocnym occie (dawny mocny ocet to jednak jeszcze nie nasz ostry i bardzo mocny ocet spirytusowy) z dodatkiem rodzynek, cytryny i wywaru ryбно-warzywnego. Słodko-kwaśny sos przygotowywano na oliwie z szafranem, migdałami i wywarze, na którym gotowano szczupaka.

### **Szczupak na żółto z staropolska**

Zwykle na dzień Wilii Bożego Narodzenia wszystkie stoły od bogaczów aż do nędzarzy muszą mieć w miarę swej możliwości wymyślniejszą rybę. Kuchmistrz nie żałuje kosztu, łamie sobie głowę nad wymyśleniem nowości, którą by pański stół przyozdobił i zaspokoił gust niekiedy przesycony, a tymczasem stare, zdrowe, posilne i okazałe potrawy, zapomniane, ledwie się na środkującej klasy stołach pokazują. Każda z ubogich gospodyń ostatni prawie grosz wydaje na kupienie lichego szczupaka, byle dochować zwyczaju, który jej prababka święcie obchodziła. Zresztą jest to popis kuchenny! Szczupak o którym chcę mówić, niepoślednie miał miejsce na stołach polskich magnatów w dzień tak nazywanej Kucji.

Wziąwszy szczupaka okazałego, oczyszczonego z łuski, nasłoniętego, opłukanego, wytartego serwetą z wilgoci, skroić go w przyzwoitej wielkości dzwona, ułożyć w rondel, i jeśli ma być danym na osób dwanaście, wlać wina butelkę stołowego, dwie octu mocnego, pół funta cukru umoczonego w wodzie, dodać rodzynek dużych oczyszczonych z szypuł i opłukanych pół funta, cytrynę skrajaną w talerzyki jedną, dodać smak wygotowany z rybich kości i włoszczyzny i zagotować na raptownym ogniu, gdy już dzwona szczupaka należycie zgotowane, robi się sos żółty następnym sposobem:

do rondla pobielanego wlać dobrej i świeżej oliwy szklankę półkwartową, dodać mąki pszennej wybornej, tak nazwanej marymonckiej kubek kawiany z wierzchem, wlać płyn szafranu wymoczonego, którego powinno być tyle, aby zafarbować sos na kolor żółty, płyn ten należy cedzić na sitko, aby kwiat szafranu nie mieszał się w sosie. Smak, czyli sos, w którym się szczupak gotował scedzić także przez sito i to wszystko razem gotować, dopóki sos nie stanie się zawiesistym, w gotowaniu dobrze jest wrzucić kwaterkę oliwków oczyszczonych z kostek, także dodać szczupakowi wnętrza, jako to: wątróbkę itd. co powinno być na miękko zgotowane. Gdy to się uskuteczni, zrobić z farszu rybiego kielbaskę, odgotować, pokroić w talerzyki grubości trojaka, zalawszy szczupaka na blacie żółtym sosem, dodać skrojoną kielbaskę za garnitur. Oprócz tego można dodać parę łyżek stołowych słodkich, odgotowanych, oczyszczonych z łuski i cienko uszatkowanych migdałów. Sos powinien być słodko-kwaśny, a przyprawy do niego użyte, nadają mu woń i smak w swoim rodzaju wyborny.

Szczupak ten powinien być faszerowany za surowa, jeżeli kto lubi z farszem.

*Smak do szczupaka.* Wziąć cebulki małej w całku spodek od filiżanki, seler grubo skrojony, parę pietruszek także skrojonych, kawałek żółtej marchwi, zagotować to wszystko na miękko w kwarcie wody i zalać szczupaka, razem z octem i winem, kiedy się stawi na ogień.

*Szafran* ususzyć z uwagą w miejscu ciepłym, utrzeć w móżdżerzyku na mąkę, co aby się łatwiej spełniło, można dodać kawałek twardego cukru, który przez ostre swe cząstki delikatniej zetrze miękkie listki szafranu, wlać kieliszek wody, rozprowadzić i wlać do sosu. Dość będzie do tego dobrego szafranu pół łuta.

J. Szyttler, *Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczystego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp.*, Wilno 1848.

### **Interpretacja współczesna**

1 l esencjonalnego wywaru rybnego

800 g filetu szczupaka ze skórą

300 ml słodkiego białego wina

80 g oliwek zielonych

60 ml octu

50 g rodzynek

50 g masła

30 g płatków migdałów

½ cytryny

łyżka mąki

szczypta szafranu

sól

pieprz

Do rondla o szerokim dnie wlewamy wywar rybny. Wkładamy rybę, dodajemy odrobinę soli i pieprzu, wlewamy wino, ocet, sok z cytryny, dodajemy rodzyunki. Doprowadzamy do wrzenia i odstawiamy na 5 minut, po tym czasie z powrotem wstawiamy na gaz na czas 10 minut, po czym znowu odstawiamy na 10-15 minut. Po tym czasie (w zależności od grubości filetu) ryba powinna być już gotowa. Wyjmujemy ją z garnka. W drugim garnku z masła i mąki przygotowujemy zasmażkę i rozprowadzamy ją wywarem, w którym gotował się szczupak. Dodajemy posiekane w plastry oliwki, migdały oraz szafran. Doprowadzamy do wrzenia i mieszając gotujemy przez 5-7 minut. Serwujemy z rybą.

### **15. Sandacz po polsku z jajami**

Polscy kucharze przez całe stulecia uwielbiali szczupaki, bardzo cenili karpie, węgorze, jesiotry i (wiślane łososie). Co ciekawe niezbyt lubili natomiast tak ważnego w dzisiejszej kuchni polskiej sandacza. Autor zielnika z XVI w. pisał, że „mięso jego jest sprośne”... Najprawdopodobniej sandacz poławiany poza jeziorami mazurskimi (wówczas w Prusach) czy zatokami Bałtyku był znacznie gorszej jakości. Z czasem jednak zaczęto cenić delikatne mięso tej ryby bardziej niż jakiegokolwiek inne, a klasyczną w kuchni polskiej potrawę z sandacza przygotowuje się z jajami. Oba cytowane przepisy, francuski (autorstwa słynnych francuskich mistrzów pracujących w Polsce) i polski (napisany przez Lucynę Ćwierczakiewiczową) są utrzymane w podobnym stylu: opisują danie dobrze już znane i w polskiej kuchni zakorzenione. Francuzi zwracają przy tym uwagę na absolutną świeżość ryby, najlepiej, aby była ona jeszcze żywa, a jaja ugotowane na twardo tworzą wytworny garnitur przygotowany aż na pół kilogramie masła. Przepis Ćwierczakiewiczowej jest nieco prostszy, zaleca jednak nieco inaczej gotować ryby. Ryby tak jak i w czasach staropolskich były głównie gotowane, a nie smażone. Wynikało to z tradycji postnej, w efekcie jednak potrawy rybne były znacznie delikatniejsze i zdrowsze.

#### **Wielki sandacz po warszawsku**

Sandacza sprawić i pokroić na równe dzwonka. Jeżeli ryba nie jest żywa, macerować ją w soli przez 20 minut, ułożyć w rondlu do ryb i zanurzyć we wrzącej, mocno osolonej i zakwaszonej wodzie na zaledwie 6-7 minut przed podaniem, zakończyć gotowanie według zwyczajnych reguł. Ugotuj na twardo 15 jaj i trzymaj je w gorącej wodzie, posiekaj grubo i wrzucić do rondla na rozpuszczone wcześniej 500 g masła, podgrzać to dobrze i doprawić szczyptą gałki muszkatołowej, kilkoma łyżkami siekanej pietruszki, dodać letniej wody i soku z cytryny.



Gdy tylko ryba się ugotuje, osączyć ją i ułożyć na półmisku. Jaja ułożyć naokoło a oddzielnie podać sos holenderski.

Sandacze i merlany przyrządza się w ten sam sposób.

U. Dubois, E. Bernard, *La cuisine classique*, Paris 1856.

### **Sandacz lub okónie z jajami**

Sandacze i okónie są ryby bardzo do siebie zbliżone, i dlatego najczęściej podaj się jednakowym sposobem. Po oczyszczeniu sandacza lub okónia, nasolić go na pól godziny, nalać ukropem, wrzucić kilka korzonków pietruszki, selera, parę całych cebul, pieprzu bobkowego, liścia zagotować pętko na mocnym ogniu, gotować się tak powinno blisko pól godziny, w czasie gotowania skrapiać parę razy zimna wod. Gdy juź dobry wyjąć ostrożnie, na półmisku ułożyć jedno dzwono za drugim; tak żeby formowały ca rybę. Posypać grubo jajami na twardo ugotowanymi i posiekanymi, wraz z trochę zielonej pietruszki jeźeli kto lubi, i oblać gorącym masłem ale nie rumieńcem tylko zagotowane. Do takich ryb podaje się musztardę angielską.

L. wierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

1 l wywaru warzywnego

600 g filetu z sandacza ze skórą

10 jaj

2 limonki

100 g masła

łyżeczka soku z cytryny

40 g cukru trzcinowego

5 listków bazylii

3 gwiazdki anyżowe

gałka muszkatołowa

sól

pieprz

Do chłodnego wywaru warzywnego dodajemy sok z limonki, cukier, gwiazdki anyżowe, posiekane liście bazylii, sól i pieprz. Wkładamy rybę, doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo wolnym ogniu przez 7-10 minut. Jaja gotujemy na twardo. Obieramy ze skorupki i rozdrabniamy widelcem. Do jaj dodajemy masło, szczyptę startej gałki muszkatołowej, 2 łyżki stołowe wywaru, w którym gotowała się ryba, sól oraz sok z cytryny. Całość porządnie mieszamy i serwujemy z rybą.

### **16. Karp po polsku (w sosie piernikowym lub szarym)**

Karp, którego jemy dziś prawie wyłącznie na wigilię, przez wieki był jedną z najpopularniejszych ryb na polskim stole. Cały szereg receptur na tę rybę podał już w 1682 r. Stanisław Czerniecki, wiemy, że szereg przepisów na karpia znajdowało się też w pierwszej, niezachowanej do dziś polskiej książce kucharskiej z XVI w.

Podobnie jak to było w przypadku innych potraw, dawni kucharze doprowadzili sposób przygotowywania karpia do perfekcji, opracowując i przez wieki udoskonalając cały szereg receptur. Dziś, gdy większość z nas sięga po tę rybę zaledwie raz w roku, najczęściej już nie pamiętamy jak należy ją przyrządzać. Oprócz karpia po żydowsku tę rybę najczęściej smażymy, na ogół wybierając mniejsze i chudsze sztuki, zwykle bardziej ościste, często te najtańsze (narodowy sport, kupić jak najtańszego karpia na wigilię...)

W przeszłości przyrządzano karpia w piwie, w soku wiśniowym, przyrządzono go w jego krwi, przygotowując swoistą karpiową czerninę. Najpopularniejszy był chyba przepis na karpia w piernikach, przygotowywany najczęściej właśnie na wigilię Bożego Narodzenia. Tę recepturę podał już autor *Compendium ferculorum* („Karpie morawskie”), szczegółowo opisali ją francuscy kucharze pracujący u gen Wincentego Krasieńskiego i hrabiego Uruskiego. Co ciekawe zaznaczyli przy tym wyraźnie, że „Polacy podają to danie w wigilię Bożego Narodzenia”, co brzmi pouczająco w kontekście powtarzanych w ostatnich latach historyjkach o wprowadzeniu karpia na wigilijne stoły dopiero w czasach PRL-u.

O tym, że karp stał się daniem wigilijnym nie wiedziały też gospodynie z Pomorza, które w 1915 r. w opisały „Karp w polskim sosie na Wilją” w książeczce dodawanej do poczytnej Gazety Grudziądzkiej – największej gazety wydawanej w języku polskim.

U. Dubois, E. Bernard, *La cuisine classique*, Paris 1856.

### **Karp po polsku (Carpe à la polonaise)**

Spraw pięknego karpia, włóż go do naczynia do gotowania ryb z wysmarowanym masłem dnem, obłóż go warzywami i wiązką ziół [*bouquet garni*], lekko posól, przykryj grubym papierem wysmarowanym masłem, zalej to dwiema butelkami białego i czerwonego wina oraz 400 ml bulionu rybnego lub wywaru z ryb, zagotuj dwie godziny przed podaniem, później odstaw na bok lub lepiej do przedsionka pieca, by go gotować dalej bardzo powoli. Po ugotowaniu w trzech czwartych osącz go, odcedź i odtłuszcz wywar, zrób na nim złoty sos esencjonalny [*demi-glace*] i dodaj do naczynia do gotowania ryb z karpem, podpiecz w przedsionku pieca, podlewając go co minutę. Następnie przełóż go na półmisek i zalej sosem rzymskim, zastępując przy tym piniole płatkami migdałów, a sos hiszpański panadą z pierników, którą rozrzedza się sosem przed dodaniem owoców i którą przepuszcza się następnie przez gazę.

Polacy podają to danie w wigilię Bożego Narodzenia.

U. Dubois, E. Bernard, *La cuisine classique*, Paris 1856.

### **Karp w polskim sosie na Wilją**

Wygotować smak z włoszczyzny, włożyć pokrajanego, oczyszczonego i nasolonego karpia, dodać kawałek masła i gotować 15-30 minut. Zamoczyć we wodzie kawałek miodownika (piernika do ryb) i na dogotowaniu wlać do ryby. Dodając kilka migdałów, garść rodzenków, wcisnąć trochę cytryny albo octu, osłodzić, aby był sos kwaskowato-słodki. Gdy już ryba ugotowana, odstawić na bok, niech z 10 minut jeszcze w sosie stoi, aby nabrała smaku.

*Nauka gotowania do użytku ludu polskiego*, Grudziądz 1915.

s

### **Interpretacja współczesna**

1,5 l esencjonalnego wywaru warzywnego

4 dzwonka karpia (150 g każde)

3 plastry suszonego wędzonego jabłka

150 ml półwytrawnego białego wina

100 g masła

40 g rodzynek

30 g płatków migdałów

60 ml miodu

40 ml octu

5 g “pustego piernika”

sok z jednej cytryny

Do naczynia żaroodpornego wlewamy wywar warzywny i wkładamy rybę. Dodajemy masło, starty w młynku “pusty piernik”, migdały, rodzynek, jabłko, sok z cytryny, ocet oraz miód. Naczynie przykrywamy i wkładamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury 150 °C na 20-30 minut. Wyjmujemy z piekarnika, pozwalamy rybie “odpocząć” i nabrać smaku przez ok. 30 minut.

## **17. Pieczona gęś**

Jak już wspominaliśmy, w ostatnich latach dokonał się triumfalny powrót gęsiny na polskie stoły. Przy okazji świętowania Dnia Niepodległości powróciliśmy do wielowiekowej tradycji świętomarcińskiej. Oprócz opisywanych już wyżej półgęsków, nadziewanej gęsinie czy gęsinie wątróbki największą rolę odgrywała pieczona gęś, najważniejszy element świętomarcińskiej uczyty. Wiązał się z tym obyczaj dzielenia się gęsiną z całą rodziną, służbą i pracownikami – każdy powinien otrzymać choćby kawałek pieczeni. Zwyczaj ten przypominał słynne podzielenie się przez św. Marcina płaszczem z żebrakiem, gdy święty, wówczas jeszcze rzymski żołnierz, ofiarował połowę swej szaty biedakowi.

Gęś to największy (oprócz indyka, który przywędrował do nas znacznie później z Ameryki) reprezentant naszej swojskiej gromadki drobiu. Po nadzianiu, gdy jeszcze napełniono ją jabłkami, kaszą, ziemniakami albo kasztanami czy innego rodzaju farszem, taka pieczona gęś prezentowała się nad wyraz okazale. Przypominamy dwie dawne receptury, w pierwszej gęś jest faszerowana gotowaną do miękkości w rosolu i roztartą kaszą z dużą ilością masła, grzybami i koprem.

Nieco późniejsza wersja pióra Lucyny Ćwierczakiewiczowej przedstawia z kolei lepiej nam znaną pieczoną gęś faszerowaną jabłkami z majerankiem, autorka zachwalała też ziemniaki, które jako nadzienie gęsi miały sprawdzać się znakomicie, gdy tak piekły się nasiąknięte tłuszczem gęsim.

### **Gęś z kaszą pieczona**

Gęś karmną oczyścić, troszkę posolić, niech tak poleży w zimnie przez noc, aby skruszała, potem przez grzbiet wzdłuż rozerznąć, zostawić mięso przy skórce, a koście nastawić, dodać włoszczyzny, grzybów suszonych kilkanaście, niech się razem zgotuje na miękko, odcedzić od rondelka, aby tylko była kwarta rosółu, dodać pół kwarty masła i te grzyby usiekawszy z troszką kopru, zagotować, dodać zatartych krupiek trzy kwaterki, przykryć i wstawić do pieca, gdy będą miękkie krupki, nałożyć niemi gęś, zaszyć, włożyć gęś do naczynia, pokrywszy ją kilka plasterkami słoniny, aby się nie przysmalila i upiec w piecu.

*J. Szyttler, Kucharka oszczędna, czyli przepisy dla gospodyń wiejskich łatwego i niekosztownego sporządzania potraw, opatrzenia spiżarni w potrzebne zapasy oraz dystylowania wódek, Wilno 1835.*

### **Gęś pieczona nadziewana**

Gęś tylko młoda i nieco podkarmiana może być smaczna do upieku. Po oskubaniu i oczyszczeniu gęsi jak najstaranniej, wytrzeć ją solą wewnątrz i zewnątrz, nadziać drobnymi winnemi jabłkami lub pokrajanemi na ćwiartki jeżeli są większe, włożyć między jabłka kawałek majeranku, gęś zaszyć i piec na rożnie albo w piecu na brytfannie, położywszy na takową kilka cebul w plasterki pokrajanych i polewając z początku wodą, a potem własnym jej sosem.

Przed wydaniem osypać mąką lub bułką tartą dla zarumienienia; sos zaprawić pół łyżką mąki, zagotować razem, jabłka wyjęte z gęsi pocukrować, obłożyć niemi gęś na półmisku i polać sosem wraz z cebulą. Dobrze także bardzo smakuje gęś nadziewana kartoflami, gdyż kartofle przesiąknięte smalcem upieką się wybornie. O użyciu gęsi na półgąski i marynatę w galarecie, obszerny opis znajdziesz „W jedynych praktycznych przepisach” etc.

Wątróbki gęsie doskonale smakują moczone poprzednio w mleku, a następnie smażone na smalcu gęsim, w czasie smażenia wrzucić drobnych cebulek obranych i parę jabłek w krążki pokrajanych. Smalec gęsi jeżeli ma być użyty do chleba, przesmażać z cebulą, jabłkami i majerankiem, a po usmażeniu przecedzić czysto przez sito.

*L. Ćwierczakiewiczowa, 365 obiadów za pięć złotych, Warszawa 1860.*

## Interpretacja współczesna

1 cała gęś

3 l soku jabłkowego dobrej jakości

1 l wywaru drobiowego

300 ml białego półwytrawnego wina

3 cebule

2 jabłka starych odmian (wytrawne)

1 klasyczna włoszczyzna

20 ząbków czosnku

150 g kaszy jaglanej

20-30 g imbiru

garść suszonych prawdziwków

sól

Do soku jabłkowego dodajemy pół łyżki soli, wkładamy gęś i odstawiamy do lodówki na przynajmniej 24 godziny. Następnie gęś wkładamy do naczynia żaroodpornego. Obkładamy ją włoszczyzną, cebulą i czosnkiem. Wlewamy wino, 1 litr soku jabłkowego, rozcięty korzeń imbiru i dwa pokrojone, pozbawione gniazd nasiennych jabłka ze skórka) oraz posiekane suszone prawdziwki. Naczynie żaroodporne wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 160°C na 3 godziny. Kiedy gęś zmięknie wyjmujemy ją z naczynia, pozwalamy przestygnąć i porcjujemy. Wszystkie dodatki z naczynia żaroodpornego przekładamy na sito, wkładamy do wąskiego naczynia i blendujemy na gładką masę. Przepłukaną dokładnie kaszę jaglaną wkładamy do garnka, zalewamy wywarem, w którym gotowała się gęś i gotujemy do momentu, aż kasza będzie gotowa. Zblendowaną masę wykładamy na poporcjowane części gęsi i ponownie wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180°C na 10 minut. Serwujemy z kaszą, opcjonalnie można dodać przesmażone śliwki węgierki.

## 18. Kotlety z dzika

Wielką specjalnością kuchni staropolskiej była dziczyzna. Z jednej strony lasy obfitowały kiedyś w dzikie zwierzęta, których próżno by już dzisiaj szukać w naszych jadłospisach. W Polsce zostało już niewiele cietrzewi czy guszców, całkowicie wyginęły dropie. Z grubego zwierza najczęściej występuje dzik, szeroko wykorzystywany tak w dawniej, jak i współczesnej kuchni polskiej. Mimo zmniejszenia się pogłowia dzikich zwierząt i ścisłej ochrony szeregu ważnych kiedyś w naszej kuchni gatunków ciągle dziczyzna jest u nas bardziej popularna i znacznie tańsza niż w większości innych krajów europejskich.

W XIX w. wydawano specjalne myśliwskie książki kucharskie (Jan Szyttler), choć często opisywały one nie tylko dania z dziczyzny, ile proste potrawy przygotowywane wcześniej i podawane na polowaniu np. bigos myśliwski, „Przepiórki do torby myśliwskiej” i na koniec „Trunek myśliwski do poduszki”.

Już wtedy najczęściej opisywano potrawy z mięsa dzika. Faszerowana gowa dzika, bardzo pracochłonne danie, królowało na wielkanocnym stole. Przyrządzano zrazy z dzika, kotlety i najrozmaitsze wędliny.

W cytowanej recepturze Jana Szyttlera odnajdujemy najważniejsze cechy tradycyjnej kuchni myśliwskiej: używanie korzennych przypraw, wina, kwasu (cytryn lub octu), owoców (tu soku wiśniowego) i cukru.

### **Kotlety z dzika**

Z dzika świeżo ubitego, wyjąwszy część kotletową, kość grzbietową rozcina się w podłuż, zostawiając krótkie kostki przy kotletach, oczyścić i wymoczyć w wodzie. Poczem włożyć do rondla, na spodzie którego powinno być parę skrojonych marchwi, tyleż pietruszek, kilka cebul kilka goździków, pieprzu całego angielskiego nieco, liścia bobkowego ze trzy listki, cytryn skrojonych w talerzyki bez pestek dwie. Wlać butelkę wina i tak na wolnym ogniu duszyć do miękka, aby kotlety wciągnęły w siebie gęstość, w którym się tuszą. Poczem wyjąć na blachę, rozkładać pojedynczo między kosteczkami i układać na blaty, formując tak, jak były w zwierzęciu. Pociąć sokiem wiśniowym, obsypać tartym żytnim chlebem, po wierzchu tłuczonym cynamonem i mialkim cukrem. Wstawić do niezbyt gorącego pieca, aby chleb z cukrem się przyrumienił. Na wydaniu podlewa się sok wiśniowy na półmisek.

J. Szyttler, *Kuchnia myśliwska czyli na łowach*, Wilno 1845.

## **Interpretacja współczesna**

600 g szynki z dzika

400 g marchewki

3 cebule

2 cytryny

400 ml półwytrawnego wina

300 ml soku wiśniowego

100 g bułki tartej

100 g cukru

30 g cukru pudru

5 goździków

4 świeże liście laurowe

2 szczypty cynamonu

sól

pieprz

Szynkę dzielimy na cztery równe części, wkładamy do garnka, zalewamy winem, dodajemy cebule i marchewki, główki goździków, liście laurowe, sok z cytryny i cukier. Dodajemy 0,5 litra wody, pieprz, łyżeczkę soli i gotujemy ok. 1,5 godziny. Kiedy mięso jest już miękkie wyjmujemy je z garnka, przekładamy do naczynia żaroodpornego, zalewamy sokiem wiśniowym, a wierzch kotlecików obsypujemy wymieszanymi ze sobą: bułką tartą, cynamonem i cukrem pudrem. Wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 °C na 10-15 minut.

## **19. Polędwica jelenia**



Kolejna receptura na dziczyznę również pochodzi ze słynnej książki Jana Szyttlera o kuchni myśliwskiej. Polędwica z jelenia to jedno z najbardziej ekskluzywnych potraw z dziczyzny, autor opisuje więc sposób jej przyrządzania w bardzo dokładny, wręcz drobiazgowy sposób.

Polędwicę faszerowano bardzo kiedyś popularnymi wymionami krowimi, słoniną i szynką w celu jej natłuszczenia i uniknięcia nadmiernego przypieczenia. Pieczono ją bardzo długo, ale obwinęta w grubym, ciągle natłuszczanym papierze, samo mięso musiało więc pozostać delikatne i soczyste. Przed upieczeniem marynowano ją starając się jednak zachować jej naturalny, delikatny smak, stąd w przeciwieństwie np. do całego zestawu kontrastowo dobranych przypraw używanych do mięsa z dzika, polędwicę tylko skrapiano sokiem z cytryny, dodawano liścia laurowego i ziela angielskiego.

Dawny mistrz konstrukcję swego kulinarnego dzieła oparł na polędwicy jeleniej i smardzach dwóch uważanych za najwspanialsze produktów lasu. Cześć o smardzach urasta tu do rozmiarów odrębnego studium – pochwały tego smakołyku.

### **Polędwica jelenia ze smarszczami**

Polędwicę, oczyszczoną z żył, szpikować wzdłuż rzędami, jeden rząd słoniną, drugi szynką, trzeci wymiem krowim, które powinno być odgotowane i zastudzone, aby się dało dogodnie kroić do grubego szpikulca; gdy już polędwica porządnie naszpikowana, wycisnąć na nią sok z cytryny, a pozostałą skórkę skroić w drobne kostki i posypać; skroić także cebule cienko w talerzyki, i przykryć nią polędwicę; dodać kilka listków bobkowych, nieco angielskiego miałko tłuczonego pieprzu, i nie tak poleży, nim papier podzynguje się masłem, wyciśniętem z wilgoci; poczem polędwicę wsadzić na szpilkę żelazną, obwinąć przygotowanym papierem, okręcić szpagatem, przywiązać do różna, polawszy papier po wierzchu, regularnie obracać, z bacnością aby nie zapalić papieru, coraz piórkiem dzyngując moczonym w tłustości. Gdy już papier dobrze się zarumieni, co nie nastąpi prędzej jak przez godzinę lub pięć kwadransów; Polędwice się odwija, kroi się na zraziki i układa się jakby była cała na półmisku ze smardzami. Po wierzchu szpikowania dzynguje (smaruje) się piórkiem umoczoną w gulasie, to jest: rozpuszczone masło z odrobiną bulionu.

Smardze zaprawiane są tym sposobem: wypłukawszy i wycisnąwszy dobrze z wody na serwecie, kiedy jest smardzów półtora kwarty, trzeba wziąć masła młodego więcej niż pół funta. W nim usmażyć trzy usiekane cebule. Dodać niepełną łyżkę stołową mąki, wymieszać i na ogniu zasmażyć; potem zdjęć z ognia, rozbić z kwaśną śmietaną, wcale świeżą, której potrzeba półtorej kwarty; Dodać doskonałego bulionu ćwierć funta i zagotować; włożyć smardze i dusząc na wolnym ogniu, często mieszać aż staną się gęste; przy końcu duszenia dodać trochę kopru, gałki muszkatołowej i łyżkę stołową cukru; Na tak przygotowane smardze dopiero kładzie się polędwicę.

*O smardzach.* Smardz jest to grzyb wysmienity i zdrowy, lecz wymaga jak wszystkie inne przezorności i uwagi. Wzięte prosto z lasu smardze, wrzucić do obszernego naczynia napełnionego wodą, wybierać po jednym na przetak, łamać na drobne, łamać na drobne cząstki i staranie każdą przejrzeć; Gdy się uskuteczni, wybrać na durszlak, wrzucić do wrzącej wody, nieco posolić i gotować przez kwadrans; Potem wybrać łyżką durszlakową do zimnej wody a z tej znowu tą samą łyżką na sito, aby woda zupełnie ściekła; a grzyby będą czyste i pewne.

J. Szyttler, *Kuchnia myśliwska czyli na łowach*, Wilno 1845.

### **Interpretacja współczesna**

400 g polędwicy z jelenia

200 ml wywaru drobiowego

2 cebule

150 g świeżych smardzy

60 g słoniny wieprzowej

40 g masła

60 ml śmietany 30 %

sok z 1 cytryny

5 świeżych liści laurowych

5 ziaren jałowca

szczypta gałki muszkatołowej

sól

pieprz

olej

Słoninę kroimy w słupki i mrozimy. Następnie szpikulcem drążymy kieszenie w mięsie i szpikujemy polędwicę słoniną. Na folii aluminiowej (dużego rozmiaru) rozkładamy naszpikowaną polędwicę, na nią kładziemy pokrojoną w piórka cebulę, liście laurowe i masło. Oprószamy solą i pieprzem, dodajemy ziarna jałowca. Całość szczelnie zawijamy 2 warstwami folii aluminiowej i wkładamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury 170 °C na 30-40 minut. W międzyczasie jedną cebulę kroimy w drobną kostkę i podsmażamy na oleju wraz ze smardzami. Podsmażone smardze zalewamy wywarem drobiowym. Redukujemy ciecuch do połowy objętości. Dodajemy śmietanę i doprawiamy solą, pieprzem i szczyptą gałki muszkatołowej. Serwujemy z pociętą w plastry polędwicą.

## **20. Zając ze śmietaną**

Zając przez wieki był jednym z najbardziej popularnych i najłatwiej dostępnych gatunków dziczyzny, dziś jednak mamy go już o wiele mniej. Stąd o ile receptury na lenia czy sarnę są dosyć skomplikowane, pracochłonne i wyraźnie należą już do kuchni wysokiej, to potrawy z zająca przygotowywano w znacznie prostszy sposób. Cytowany przepis pochodzi już z XX w., z jednej z najpopularniejszych książek kucharskich pióra Marii Disslowej. Użyte składniki to produkty swojskie, lokalne i łatwo dostępne. Zamarynowanego i naszpikowanego słoniną zająca wolno pieczono w piekarniku w niskiej temperaturze (dziś technika bardzo nam to ułatwia), dodając pod koniec cebulę i śmietanę.

### **Zając ze śmietaną**

Comber zajęczy z poślądkami, 8 dag słoniny, 6 dag masła, ¼ l śmietany, 1 cebula. Przed pieczeniem zamarynować zająca na jeden dzień. Nasolić, naszpikować gęsto słoniną, piec wolno w piekarniku, skropić po wierzchu tłuszczem, na spód wlać od czasu do czasu łyżkę marynaty. Gdy mięso zacznie się rumienić, dodać pokrojoną w plasterki cebulę. Na końcu oprószyć mąką i polać śmietaną. Pokrajać zająca według poprzedniego przepisu. Na półmisku polać przetartym sosem, obłożyć makaronem albo ciastkami francuskimi. Można podać jarzynę, zieloną fasolkę, kapustę czerwoną lub buraki.

### **Interpretacja współczesna**

4 uda zajęcze

1 włoszczyzna

2 cebule

100 g pokrojonej w słupki, zmrożonej słoniny

50 g smalcu gęsiego

20 g imbiru

200 ml śmietany

200 ml czerwonego wina

100 ml octu jabłkowego

10 ziaren jałowca

3 łyżki cukru

1 łyżeczka soli

liść laurowy

Ocet, przyprawy, cukier i starty imbir zalewamy 1 litrem wody. Doprowadzamy do wrzenia i studzimy. Następnie w tak przygotowaną marynatę wkładamy skoki i zostawiamy w lodówce na 48 godzin. Osuszone skoki faszerujemy słupkami słoniny, po czym podsmażamy na smalcu gęsim do koloru intensywnego złotego brązu. Przekładamy do naczynia żaroodpornego, dodajemy czerwone wino oraz umytą i obraną włoszczyznę, cebulę oraz ok. 100 ml marynaty i 200 ml wody. Dusimy pod przykryciem w temperaturze 170 °C ok. 3 godzin. Po wyjęciu z piekarnika, pozwalamy mięsu wystudzić się w cieczy. Skoki i powstały sos przekładamy na patelnię, dodajemy śmietanę i podgrzewamy,

### **21. Sarnina**

Sarnina zawsze należała i ciągle należy do mięs uważanych za najbardziej wytworne i eleganckie, stąd nawet w późnym, już XX -wiecznym przepisie widać wielką staranność w jej przygotowaniu. Receptura jest bardziej skomplikowana i pracochłonna niż cytowany przepis na zająca. Zwraca uwagę przede wszystkim „dziki” sos, przypominający nieco ten dodawany do dzika, uważny za najbardziej odpowiedni dla dziczyzny. Sos przyrządzano na winie z dodatkiem chętnie łączonego z dziczyzną soku wiśniowego, z charakterystyczną nutą słodczy (galaretka porzeczkowa, karmel), kwasu i korzennych przypraw, wśród których szczególną rolę grał jałowiec, uznawany powszechnie za najbardziej charakterystyczną przyprawę dla potraw z dziczyzny, harmonijnie łączącą różne aromaty lasu i natury. Jałowiec to jedna z najbardziej charakterystycznych polskich przypraw, używano go chętnie także do drobiu, by w ten sposób naśladować aromat dziczyzny i grać z naszymi

### **Udziec lub comber sarni w dzikim sosie**

1 udziec sami, 12 dag słoniny, ½ marchwi, pietruszki, selera, cebuli; 2 łyżki galaretki porzeczkowej, 2 łyżki soku wiśniowego, ½ cytryny, 1 łyżeczka karmelu, 5 ziaren jałowca, 1 goździk, 4 dag mąki, 1/8 l czerwonego wina na sos.

Udziec pozbawiony żył posolić, naszpikować słoninką. Resztę słoniny stopić w rondlu, dodać do niej sarninę i pokrajane cienko jarzyny, dusić pod pokrywą. Polewać po wierzchu sosem, na spód wlać od czasu do czasu trochę wody, aby mięso się nie przypaliło. Gdy sarnina jest miękka, podsypać mąką, zasmażyć i włożyć do sosu dodatki, dodać sok cytrynowy, dusić jeszcze kilka minut, pokrajać w plastry sarninę, położyć całą wraz z kością na półmisku, polać przetartym sosem. Obłożyć można sarninę ugotowanym makaronem, polać zrumienionym masłem.

M. Dissłowa, *Jak gotować: Praktyczny podręcznik kucharstwa*, Poznań 1931.

### **Interpretacja współczesna**

1 udziec z sarny (ok. 3 kg)

1 włoszczyzna

2 cebule

100 g pokrojonej w słupki, zmrożonej słoniny

50 g mąki

łyżka masła

200 ml czerwonego wina

100 ml soku wiśniowego

sok z 1 cytryny

5 ziaren jałowca

5 goździków

2 łyżki cukru

sól

pieprz

Nakłuwamy szpikulcem udziec i szpikujemy go słoniną. Posolone mięso, włoszczyznę i cebulę w całości wkładamy do naczynia żaroodpornego. Zalewamy winem, sokiem wiśniowym, sokiem z cytryny. Dodajemy jałowiec oraz goździk. Następnie dolewamy ok. 500 ml wody i dusimy przez ok. 3-3,5 godziny w piekarniku rozgrzanym do 160 °C. Następnie mięso wyjmujemy, zlewamy powstałą ciecz i zagęszczamy ją zasmażką.

## **22. Klops na kwaśno**

Gotowane klopsy, zupa klopsowa, klopsy królewieckie (königsberskie) to cała grupa podobnych do siebie potraw, cieszących niesłabnącym powodzeniem w wielu regionach kraju. Dziś przyrządza się je głównie z mięsa wieprzowego, kiedyś raczej z wołowego albo nawet baraniny.

Smażone „mielone” to jeden z symboli kuchni PRL-u, ale mielone (dawniej raczej siekane) klopsy gotowane mają o wiele dłuższą metrykę. Najstynniejszą ich formą są niemieckie, czy raczej wschodniopruskie „Klopsy królewieckie”, o które pilnie dopytują niemieccy turyści na Mazurach. Tego typu potrawa dawna jednak była znana i popularna także w Polsce.

Jako historycznego wzorca użyliśmy przepisu z toruńskiej książki kucharskiej z 1885 r. Oprócz technicznego opisu uformowania klopsów zawiera o sugestię, by przyrządzić je na kwaśno. W wersji tańszej dodawano trochę octu. Bardziej wyrafinowany sos przyrządzano z dodatkiem kaparów, sardeli (anchois), wina i cytryny.

## **Klopsy**

Dobrego mięsa wołowego można także dać razem z wieprzowym lub skopowym, albo ostatnie samo, naskrobać nożem jak najdelikatniej. Potem przyrządzić następujące ciasto: na dwa funty delikatnie skrobanego lub siekanego mięsa wziąć 4 jaja, małą kwaterkę tartej bułki, tyleż odgotowanych i tartych kartofli, 1/8 kwarty stopionego masła, 2 łyżki stołowe śmietany, soli, trochę utłuczonego pieprzu a wreszcie trochę delikatnie utartej cebuli. To wszystko dobrze przerobić i tworzyć z tego płaskie okrągłe klopsy. Proporcya na 50 klopsów. Z masy tej można robić poniżej podane gatunki klopsów.

## **Klops na kwaśno**

Podczas gdy się przyrządza ciasto, zgotować z odpadków mięsnych z korzeniami i cebulą dobry rosół, przecedzić przez sito, zebrać wszelką tłustość i klarowny rosół znowu postawić na ogień. Skoro się rosół zagotuje, włożyć do niego klopsy, spory kawał masła, korzeni, bobkowego liścia i kilka cebul, które potem trzeba z sosu wyjąć; następnie wlać octu, zaprawić sos mieszaniną z mąki i tartej bułki w równych częściach i podług upodobania dodać trochę cukru. Z tem przygotować klopsy, lecz nie za długo, aby nie stwardniały.

Chcąc ten klops przyrządzić delikatniej, dodać podług upodobania kaparów, siekanych sardeli, plasterków cytryny bez pestek lub grzybów, dolać także przed podaniem na stół reńskiego wina. Jeżeli nie ma rosołu, wziąć do sosu tylko wody.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

## **Interpretacja współczesna**

1 l esencjonalnego wywaru drobiowego

300 g karkówki wieprzowej

200 g cielęciny

2 jaja

1 cebula

2 ząbki czosnku

pół bułki pszennej

200 ml mleka

50 ml wody z ogórków kiszonych

sok z połowy cytryny

80 g mąki

60 g smalca gęsiego

50 g masła

30 g kaparów

5 filetów anchois

2 łyżki musztardy francuskiej

sól

pieprz

olej

Mięso kroimy w kostkę, dodajemy namoczoną w mleku bułkę oraz zeszlone na oleju cebulę i czosnek. Całość przepuszczamy przez maszynkę do mielenia. Do masy dodajemy jaja, wodę z ogórków kiszonych i posiekane anchois. Formujemy klopsy, obtaczamy je w mące i smażymy na smalcu gęsim. Następnie klopsy przekładamy do chłodnego wywaru drobiowego. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na wolnym ogniu przez ok. 15-20 minut. Na koniec dodajemy drobno posiekane kapary i musztardę francuską. Sos możemy zagęścić zasmażką. Podajemy z ziemniaki i kwaśną śmietaną (opcjonalnie).

### **23. Kurczak nadziewany**



Kurczak nadziewany to kolejny obowiązkowy punkt z repertuaru najpopularniejszych, najbardziej znanych i cenionych polskich dań. Kurczak, dziś jedno z najbardziej popularnych mięs, przez wieki był produktem elitarnym, a potem przynajmniej świątecznym. W kuchni szlacheckiej ceniono wszystkie delikatne mięsa, oprócz drobiu także cielęcinę i dzikie ptactwo. W staropolskich książkach kucharskich na rozliczne, niekończące się sposoby opisywano potrawy z kapłona (kastrowanego i tuczonego koguta). Stanisław Czerniecki, autor książki kucharskiej z 1682 r., całą serię swoich receptur zaczyna od frazy „weźmij kapłona albo gęś”. Najpopularniejszą formą potrawy z kurczaka był kurczak pieczony z różną, potrafiono jednak to delikatne i chude mięso piec i podawać na najróżniejsze sposoby.

Popularną formułą, przygotowywaną przez wieki i znaną w Europie był „kurczak po polsku” z szafranem. Chętnie obkładano kurczaka boczkiem lub słoniną, szpikowano oraz doprawiano jałowcem i ziołami tak, by przypominał dzikie ptactwo.

Kurczak i w ogóle drób to wdzięczny surowiec dla najróżniejszych potrawek i frykasów, które opisujemy osobno. Tutaj przedstawiamy jednak inną popularną polską potrawę: kurczak nadziewany. Była sławna już w XVIII w. – 300 lat temu takiego „kurczaka po krakowsku” opisał jeden z najstynniejszych francuskich kucharzy w bestsellerowej, wielokrotnie wznawianej książce kucharskiej. Ta ciągle popularna potrawa ma za sobą długą i bogatą historię

### **Kurczaki po krakowsku**

Wziąć kurczaki karmione ziarnem, oskubać je, wypatroszyć i naszpikować je słoniną, doprawiwszy wszystko dobrze wybranymi korzeniami i przednimi ziołami, następnie przygotować farsz z wątróbek tych kurczaków, zblanszowanego boczku (słoniny?), zielonych trufli, przednich korzeni, dwóch żółtek, wszystko dobrze posiekane i wyborowego smaku. Napełnij tym kurczaki i upiecz je na rożnie, gdy będą w połowie upieczone, wyłóż je na gorącą patelnię pokryta plasterkami słoniny i podsmaż. Pilnuj, by nie szcerniały na ogniu, podawaj z ciepłą remuladą.

Massialot F., *Le nouveau cuisinier royal et bourgeois*, Paris 1720.

### **Interpretacja współczesna**

1 cały kurczak

200 g wątróbki gęsiej

2 jaja

50 g smalcu gęsiego

1 bułka pszenna

200 ml mleka

100 ml półsłodkiego białego wina

2 łyżki stołowe rodzynek

2 szczypty cynamonu

½ pęczka natki pietruszki

sól

pieprz

sznurek gastronomiczny

wykałaczki

Bardzo ostrym nożem trybujemy kurczaka i oprószamy go solą i pieprzem (od środka i z zewnątrz). Następnie namoczoną (przez co najmniej 6 godzin) w mleku wątróbkę oczyszczamy z żyłek i przekładamy do kielicha blendera. Dodajemy namoczoną w mleku i odcisniętą bułkę, posiekaną pietruszkę, 2 szczypty cynamonu, sól, pieprz i blendujemy. Następnie dodajemy namoczone w winie rodzynki (wraz z pozostałą cieczą) oraz dwa jaja. W kurczaku pozostawiamy jeden otwór, pozostałe zamykamy przy użyciu sznurka i wykałaczek. Przez pozostawiony otwór wlewamy masę/farsz, następnie zaszywamy. Kurczaka polewamy roztopionym smalcem gęsim. Pieczemy przez 1-1,5 godziny w temperaturze 160 °C.

#### **24. Potrawka z kurczaka**

Różne potrawy z kurcząt czy z kapłona (kastrowanego i tuczonego koguta) pojawiają się już w książce kucharskiej Czernieckiego z 1682 r., w różnych wydaniach swego dzieła opisuje je też Wielądka i tak po dziś dzień. Potrawkę z droni ceniono jako danie delikatne, lekkie i dietetyczne, a przy tym świąteczne, eleganckie i godne najbardziej wymagających podniebień. Cytowany przepis Disslowej z poczytnej książki kucharskiej z 1931 r., potrawka jest w nim opisana „w kilku odmianach”, których podstawą jest gotowany kurczak i gęsty sos na rosolu z mąką rozprowadzoną masłem.

Takie delikatne danie autorka proponowała zaostrzyć przez dodanie soku z cytryny lub zielonego agrestu, a nawet pomidorów.

Wydaje się, że dziś szczególnie ciekawa może być dla nas wersja w agrestie, którą sam pamiętam jako specjalne danie podawane na Boże Ciało. Dziś świeży agrest mamy znacznie dłużej, bez żadnego kłopotu możemy się też w niego zaopatrzyć przez cały rok – jest dostępny w postaci mrożonej. Ta tradycyjna polska potrawa, łącząca bardzo charakterystyczne polskie produkty, wzbudza spore zainteresowanie i ciekawość gości zza granicy właśnie ze względu na mało znany w wielu krajach agrest, skądinąd znakomity surowiec kulinarny.

### **Potrawka z kurcząt w kilku odmianach**

2 kurczaki, jarzyny jak do rosolu, 5 dag masła, 3 dag mąki. Oczyszczone kurczęta pokrajać na 4 części, włożyć do rondla wraz z żołądkami i wątróbką, włożyć jarzyny, wlać  $\frac{3}{4}$  l wody, wsypać małą łyżeczkę soli, gotować, aż kurczęta zmiękną. Rozmieszać na talerzu mąkę ze świeżym masłem, rozprowadzić rosółem, jarzyny wyjąć, zaprawę wlać do kurcząt, zagotować i podać z ryżem lub kaszą. Aby zaostrzyć smak potrawy, można wlać nieco soku cytrynowego. Aby mieć potrawkę z jarzynami, należy ugotować wraz z kurczętami kilkanaście małych marchewek, kilka młodych kalarepek pociętych na ćwiartki, młody groszek, kawałek kalafiora, główki szparagów, kilka pieczarek, następnie przyprawić potrawkę według wyżej podanego sposobu i dodać posiekanej zielonej pietruszki. Podając na stół, zaciągnąć żółtkami, obłożyć na półmisku kluskami francuskimi. Zmian w wykonaniu potrawy można dokonywać w zależności od posiadanych zapasów i upodobania. Aby zaostrzyć smak potrawy, można do niej dodać zamiast soku cytrynowego  $\frac{1}{2}$  szklanki zielonego agrestu ugotowanego w rosolu i przetartego przez sito lub uduszone i przetarte pomidory.

M. Disslowa, *Jak gotować: Praktyczny podręcznik kucharstwa*, Poznań 1931.

1 kurczak

2 duże korzenie pasternaku

300 g agrestu czerwonego

200 ml białego wytrawnego wina

1 cytryna

50 g smalcu gęsiego

parę gałązek świeżego majeranku

sól

pieprz

Poporcjowanego kurczaka oprószamy solą i pieprzem, nacieramy liśćmi majeranku i odstawiamy na noc do lodówki. Następnie kurczaka wyjmujemy na godzinę przed obsmażaniem. Podsmażamy na rozgrzanej patelni do momentu uzyskania przez mięso koloru złotego brązu. Przekładamy do naczynia żaroodpornego. Pasternak tniemy w plastry, wlewamy białe wino oraz 200-300 ml wody i dusimy pod przykryciem ok. 2 godzin. Kiedy kurczak jest już miękki wyjmujemy z naczynia pasternak. Do naczynia dokładamy agrest i wyciskamy sok z cytryny, dusimy bez przykrycia przez 15-20 minut. Kurczaka wyjmujemy. Pozostały sos wraz z agrestem dokładnie blendujemy. Kurczaka podajemy z pasternakiem i sosem.

## **25. Kaszka krakowska**

Słynna kaszka krakowska to jeden z symboli kuchni Krakowa. Drobną, białą niepaloną kasza gryczana była dodatkiem do wielu potraw, ale także podstawą samodzielnego dania, które tu opisujemy w wersji z jajkami, na mleku, z rodzynekami i śmietanką. Może to być tak proste i lekkie (w zależności od użytych dodatków, bo ze śmietaną i jajkami będzie to całkiem pożywne) danie główne, dodatek do drobiu czy delikatnych mięs, a nawet deser, dlatego podajemy ten przykład na końcu listy dań głównych.

Różne rodzaje kaszy na słodko, często właśnie gryczanej, opisuje w swej książce mistrz Czerniecki, seria kasz pojawia się też w zachowanych fragmentach zaginionego polskiego *Kuchmistrzostwa* z XVI wieku. Cały jednak czas, począwszy od gotującego dla książąt Lubomirskich Czernieckiego aż dzisiejszych bywalców rynku na Starym Kleparzu (polecamy wszystkim odwiedzającym Kraków!) szczególnym przywiązaniem do kasz wykazują się mieszkańcy Małopolski i Krakowa. Stąd właśnie nieprzypadkowo mamy kaszkę „krakowską”...

### **Kaszka krakowska na sypko gotowana z rodzenkami**

2 szklanki kaszki krakowskiej zatrzeć 2 jajkami, wysuszyć, przesiać przez rzadki durszlak tak, żeby się nie sklejała. Dwie i pół szklanki wody albo mleka zagotować z 2 łyżkami masła i trochę soli, wsypać kaszkę, mieszając szybko, trzymać na dużym ogniu 5 minut, potem wstawić na mniejszy ogień na 10 minut pod przykryciem, po 10 minutach wymieszać dobrze, żeby nie było grudek, wsypać wymytych, oparzonych rodzenek, cukru miałkiego, łyżeczkę cynamonu, dodać masła, wymieszać, wstawić do pieca na 20-30 minut, dwa-trzy razy zamieszać łyżką, żeby kaszka równo się zrumieniła, po wyłożeniu na półmisek można posypać cukrem i polać jakimkolwiek sokiem, podać oddzielnie śmietankę albo zimny sos z trzech żółtek ubitych do białości z trzema łyżeczkami cukru, rozprowadzonych ¾ szklanki surowej śmietanki i podgrzewanych do 1 minuty zagotowania.

### **Interpretacja współczesna**

500 ml esencjonalnego wywaru warzywnego

200 g kaszy gryczanej

garść rodzynek

2 laski cynamonu

2 gwiazdki anyżu

Sos biały

150 ml śmietanki 30%

3 żółtka

3 łyżki cukru

parę liści mięty

Do wywaru warzywnego dodajemy anyż, cynamon oraz posiekane rodzynki. Na tak przygotowanym wywarze gotujemy kaszę. Przygotowujemy sos biały. Żółtka ubijamy do białości wraz z cukrem, łączymy ze śmietanką i drobno posiekaną miętą. całość doprowadzamy do wrzenia. Kaszę serwujemy polaną białym sosem.

## IV. Desery

### 1. Sękacz

Sękacz to ciasto popularne zwłaszcza na Suwalszczyźnie i Podlasiu oraz na Kaszubach. Na polską listę produktów tradycyjnych wpisano sękacz sejneński, suchowolski (z Podlasia) i mazurski. W dawnych książkach kucharskich sękacz określa się jako „Babkę z różną sękatą” (1843), „Tort piramidalny” (1847), i bardzo często z niemiecka „Baumkuch”. Samo ciasto pieczone na rożnie na otwartym ogniu (nad rozżarzonymi węglami) ma bardzo dawną metrykę i znane było w wielu krajach. W Polsce należało do ulubionych wypieków wielkanocnych i zapewne dlatego przetrwało w naszej tradycji. Przygotowywano je także na chrzciny i wesela, a ogromny sękacz był jedną z najważniejszych ozdób świątecznego stołu. W XIX i jeszcze w XX w. opisywano go jako słynny lokalny specjał w książkach kucharskich wydawanych tak w Krakowie, jak i w Warszawie, Poznaniu czy Toruniu.

Cytujemy recepturę z połowy XIX w., którą wybraliśmy ze względu na jej dokładność i obszerność.

#### **Baumkuch**

Urobić w rondla gęstą masę z 2 funtów wyflukanego masła, 2 funtów mialko tłuszczzonego cukru, skórki cytrynowej drobno siekanej, sproszkowanych kilka goździków, cynamonu, i 40 żółtek. Po dokładnym wymieszaniu, wsypać 2 funty suchej przesianej mąki, nie przestając wyrabiać, dodać jeszcze tęgą pianę z 4 białek. Na ostatek wlać kwaterek letniej, słodkiej śmietanki i zostawić w ciepłe aby masa trochę zwołniała. Do pieczenia tego ciasta trzeba mieć prześwidrowany wałek z gruszkowego albo bukowego drzewa, w kształcie głowy cukru zrobiony, który by można zatknąć na rożen. Wałek ten trzeba najprzód okręcić szpagatem, a potem obwinąć czystym papierem, wysmarować masłem klarownem, a osadziwszy na różnie, albo innej korbie, obracać przy ogniu, dopóki się dobrze nie rozparzy. Wtedy smarować go ciastem i zwołna przypiekać. Nareszcie polewać wzdłuż ciastem za pomocą łyżki, obracając co raz prędzej przy zawsze jednostajnym ogniu, aż wszystka masa wyjdzie. Z naczynia podstawionego pod wałek wybrać także ociekłe ciasto i te na wierzch baumkucha wylać. Wskutek ciągłego polewania i szybkiego obrotu rożna, utworzą się na cieście duże sęczki, które gdy się ładnie zrumienią, posmarować cieniutko klarownem masłem, posypać cukrem, przypiec jeszcze dla nadania szklistości. Odstawić, niech baumkuch wychłodnie. Gdy to nastąpi, z zdjętego wałka, wyciągnąć najprzód za koniec szpagat, potem zsunąć ciasto z papierem, obrównąć oba końce i postawić, z lekka pocukrowawszy. Na półmisku wśród drobnych ciast i cukierków na wierzchu w pięknym papierze, umieścić bukiet kwiatów. Baumkuch służy do ubrania stołu jako piramidą.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

## 2. Pierniki

Historia pierników to prawdziwa epopeja. Od średniowiecza słynie z nich Toruń, po dziś dzień wypieka się je na święta Bożego Narodzenia: przygotowywanie specjalnego, dojrzewającego ciasta rozpoczyna się w polskich domach już kilka tygodni wcześniej.

Dawne, historyczne pierniki były bardzo ostre i zawierały mniej słodczy niż dzisiaj. Chętnie używano ich jako przyprawy, czy właściwie gotowej, wyrazistej w smaku i aromatycznej mieszanki korzennych przypraw z pewną tylko nutą słodczy. Korzenne, cenne przyprawy były w ten sposób dobrze zakonserwowane w długo dojrzewającym cieście i cukrze czy miodzie.

Tarte pierniki szczególnie chętnie dodawano do ryb, a Krzyżacy znali i cenili specjalny sos piernikowy (zachowała się nawet spisana po niemiecku receptura z XV w.).



Na wigilię podawano karpia w piernikach, dodawano je chętnie do dziczyzny, polewki piwnej czy zup owocowych (zwłaszcza zupy śliwkowej). Stanisław Czerniecki jako jeden z pierwszych, najważniejszych przepisów w swej książce z 1682 r. podaje recepturę na comber z żubra w piernikach (miodowniku). Piernikowy smak korzennych przypraw wypełniał zresztą całą dawną kuchnię, nie brakowało go np. w miodzie pitnym, piwie czy staropolskiej gorzałce. Takie ostre, korzenne i twarde pierniki były przekąską do nalewek, prowiantem na podróż i przekąską podawaną z herbatą lub kawą.

Klasycznym, a przy tym już dosyć szczegółowym i w miarę zrozumiałym dla współczesnego przepisem na pierniki jest cytowana receptura z toruńskiej książki kucharskiej z XIX w. Warto podkreślić, że pierniki wypiekano dawniej przede wszystkim (tak jak i chleb) z mąki żytniej, co jeszcze bardziej podkreślało smakowe kontrasty, do ciasta dodawano spirytus lub mocną gorzałkę, wzbogacano smak całą gamą korzennych przypraw i skórkami cytrusów oraz bogato zdobiono migdałami i cykatą (kandyzowanymi skórkami cytrusów).

Połączenie swojskiej, lokalnej mąki żytniej i miodu z kojarzącymi się z luksusem egzotycznymi przyprawami, bakaliami i cytrusami to kulinarna istota polskiej wieczerzy wigilijnej. Odnajdujemy je w karpniu czy szczupaku po żydowsku, w świątecznych ciastach, zupie migdałowej czy kutii: niezwykle kulinarnym, ciągle jednak żywym i bardzo dla nas ważnym relikcie.

### **Pierniki toruńskie**

Gotować miód tak długo, aż części wodne już znikną, do półpiątej kwarty wlewać po trochu sporą filiżankę spirytusu, mieszać za każdym wlaniem, aby się nie zapaliło. Wsypać garstkę lawendy, łyżeczkę tłuczonego imbiru, pół kubka ugotowanej i usiekanej pomarańczowej skórki, tyleż cytrynowej, trochę anyżu, wymieszać dobrze i wlać do pięciu kwart mąki grubej żytniej, dobrze podprażonej w gorącym rondlu, wybić mocno łopatką, a skoro ostygnie, mieszać parę godzin rękoma; potem wlać do form maczając ręce w piwie z miodem przegotowanym, tem samem piwem posmarować z wierzchu, obłożyć cykatą i migdałami, a jak trochę podrosną, wstawić do pieca jak na chleb wypalonego.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

### **Interpretacja współczesna**

1 kg mąki pszennej

500 ml miodu

250 g masła

150 g cukru

150 ml mleka

40 g suszonych moreli

20 g suszonych śliwek

3-4 jaja

3 łyżeczki sody oczyszczonej

50 g piernik gastronomiczny, goździk, cynamon, mąka migdałowa (proporcje mieszanki wg uznania)

3 gwiazdki anyżu

3 kg dojrzałej śliwki węgierki

500 ml czerwonego wytrawnego wina

W garnku umieszczamy miód, cukier, masło, anyż, drobno posiekane morele i śliwki. Doprowadzamy do wrzenia i mieszając, dokładnie rozpuszczamy cukier. Następnie studzimy. Przesianą mąkę mieszamy z sodą, przyprawami i solą. W oddzielnej misce dokładnie łączymy jajka z mlekiem. Mieszaninę mąki przekładamy do misy miksera, dodajemy rozpuszczoną masę miodową oraz mleko i jaja. Całość łączymy na wolnych obrotach bardzo dokładnie do uzyskania jednolitej konsystencji ciasta. Surowe ciasto przekładamy do lodówki na co najmniej tydzień. Po okresie „dojrzewanía” masy piernikowej, drylujemy śliwki, wkładamy do garnka o szerokim dnie, dodajemy czerwone wino, doprowadzamy do wrzenia i często mieszając, rozgotowujemy. Następnie na bardzo wolnym ogniu redukujemy do połowy objętości (konsystencja gęstego musu). Masę piernikową dzielimy na trzy równe części, rozwałkowujemy i pieczemy w temperaturze 160 °C przez około 20-30 minut. Następnie studzimy, przekładamy masę śliwkową i dociskamy.

### **3. Szarlotka**

Jabłko, najbardziej polski chyba z polskich owoców, symbol lokalności i wielka specjalizacja naszej dzisiejszej produkcji było i jest w polskiej kuchni wykorzystywane wszechstronnie. Dawniej przygotowywano zupy z jabłek (suszonych i świeżych), które przypominamy sobie jeszcze przy wigilijnej wieczerzy, jabłka pieczono z najróżniejszymi dodatkami, faszerowano nimi drób, zwłaszcza gęsinę, wyrabiano z nich sosy, suszone bloki owocowe („baby” i „pościły”). Jabłkowa marmolada wypełnia nasze pierogi i ciasta, a przed wiekami jabłecznik oznaczał niskoalkoholowy, popularny napój, zwany dziś z obca cydrem.

W tej jabłkowej i narodowej specjalizacji jednym z najważniejszych punktów jest szarlotka, zwana też czasem jabłecznikiem, występująca w wielu wersjach: jeden z najsłynniejszych polskich deserów. Jako punkt wyjścia potraktowaliśmy tutaj dwa przepisy z XIX w.

W obu historycznych recepturach podstawą są oczywiście jabłka, których jest o wiele więcej niż ciasta, przy czym występują one tak w postaci marmolady, jak i kawałków owoców. Marmoladę jabłkową przekładano innymi owocami lub konfiturami. Nieodłącznym składnikiem dawnej szarlotki był także chleb w postaci grzanek, sucharków, dokładnie roztarty i raz jeszcze upieczony.

Cytujemy dwie receptury na to ciasto, w tym słynną także we Francji „szarlotkę po warszawsku” opisaną przez znanych francuskich kucharzy gen. Krasińskiego i hrabiego Uruskiego.

#### **Szarlotka z jabłek**

Obierz 12 jabłek, pokraj w kawałki, rozpuść masła w rondelku, dodaj cukru i cynamonu, włóż w to jabłka, daj ognia z wierzchu i ze spodu, nie trzeba poruszać, gdyż się nie przywra, jak się rozgotują, przetrzej na marmeladę, podciągnij na ogniu cokolwiek, ale ostrożnie, aby nie przywarła. Zrób grzanki z chleba w kształcie serca, wyłóż formę niemi dobrze jedne przy drugiej, daj grzanki naokoło. Trzeba je maczać w maśle roztopionem, kładź marmeladę warstwami, przekładając marmeladą brzoskwiniową lub innemi konfiturami. Przykryj bardzo cienkimi grzaneczkami, daj ognia z wierzchu i ze spodu; we 20 minut będzie gotowe; wydaj gorąco.

*Nowa kuchnia warszawska, czyli wykład smacznego i oszczędnego przyrządzania potraw,*  
Warszawa 1838.

### **Szarlotka po warszawsku**

Wyłóż formę do ciasta chlebem tak jak w przepisie wyżej, posmaruj chleb grubą warstwą gęstej marmolady z jabłek, 25 minut przed podaniem weź sałatkę z na wpół konfitowanych lub gotowanych w syropie owoców, każde według ich konsystencji, takich jak renklody, morele, czereśnie (wiśnie), mirabelki, ćwiartki gruszek czy brzoskwiń.

Małe owoce połóż całe, a duże potnij na ćwiartki, ale ze wszystkich wyjmij pestki, postaw je w garnku na ogień, dodaj dwie łyżki madery i tyle marmolady z moreli, ułóż je, warstwę po warstwie, w formie, kładąc je na przemian z gęstą marmoladą jabłkową, przykryj z góry wierzchem z chleba, formę włóż do mocno rozgrzanego pieca, gdy chleb ładnie się zarumieni pięknego koloru, przełóż na półmisek i obłóż naokoło pięknymi całymi renklodami, polej syropem ponczowym.

U. Dubois, E. Bernard, *La cuisine classique*, Paris 1856.

### **Interpretacja współczesna**

10 jabłek wytrawnej odmiany

600 g czereśni

400 g brioszki

200 ml białego słodkiego wina

200 ml czerwonego półsłodkiego wina

4 gwiazdki anyżowe

½ łyżeczki cynamonu

120 g masła

8 żółtek

100 ml madery

100 ml soku z porzeczek

100 g cukru

sok z 2 cytryn

Jabłka obieramy, pozbawiamy gniazd nasiennych i kroimy w kostkę. Przekładamy do garnka, dodajemy anyż i cynamon oraz białe wino. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo małym ogniu do momentu zredukowania około połowy objętości. Zdejmujemy z palnika, dodajemy masło, dokładnie mieszamy i studzimy. Wydrylowane czereśnie wkładamy do garnka, zalewamy czerwonym winem i sokiem z cytryny, delikatnie doprawiamy pieprzem. Gotujemy na bardzo małym ogniu, do zredukowania około połowy objętości. Zdejmujemy z palnika, dodajemy masło, dokładnie mieszamy i studzimy. Brioszki kroimy na około 1 cm kromki. W naczyniu żaroodpornym układamy pierwszą warstwę brioszki, mocno dociskając. Na nią wykładamy wystudzoną masę jabłkową. Następnie układamy drugą warstwę brioszki, delikatnie dociskamy. Na wierzch wykładamy masę z czereśni.

Żółtka z 40 g cukru ubijamy na puszystą, jasną pianę. Dodajemy 100 ml madery i 100 ml soku porzeczkowego, dokładnie mieszamy. Masę ustawiamy w metalowej misce nad garnkiem z gotującą wodą. Podczas kąpieli wodnej mieszamy intensywnie masę do momentu, aż sos zacznie gęstnieć.

Szarlotkę studzimy, po czym chłodzimy w lodówce. Deser serwujemy pokrojony w plastry z sosem szodonowym.

#### **4. Zefir jabłkowy**

Wśród licznych jabłkowych deserów znane i popularne były także „zefiry”: lekkie, zwiewne jak właśnie „zefir” (wiatr) wyroby z jabłek, a właściwie jabłkowego musu. Wyrabiano je z owoców i ubitych białek z dodatkiem bitej śmietany albo z samą tylko bitą śmietaną. Najbardziej popularna forma z ubitymi białkami przypomina nam bogatszą, bardziej skomplikowaną wersję popularnych bezów. Takie właśnie zefiry przetrwały np. na Ukrainie – jako lekkie ciastka przypominające owocowe bezy o różnych smakach i kolorach.

Wersja z Torunia z XIX w. opisuje zefir jabłkowy, który w tym wydaniu jest mocno schłodzoną pianką przypominającą lody. Podczas eksperymentów kulinarnych ze wskrzeszeniem tej arcypolskiej (bo jabłkowej) potrawy zauważyliśmy jak wiele zupełnie różnych rodzajów tego deseru możemy wykonać używając różnych odmian jabłek. Szczególnie dobrze sprawiła się tu stara, poczciwa malinówka, nadający piance piękny czerwony kolor, ale inwencja jest tu nieograniczona. Jabłka możemy zresztą zastępować także i innymi owocami czy musami (marmoladami), zwłaszcza gruszką czy śliwką.

### **Zefir jabłeczny ze śmietanką**

Upiec dziesięć jabłek, przefasować przez sito, wziąć tej masy dwie szklanki, ubić na lodzie z dwoma białkami na pulchną masę, zmieszać z  $\frac{3}{4}$  funta cukru z dodaniem kawianej łyżeczki utłuczonego cynamonu, ubić trzy kwaterki gęstej słodkiej śmietanki na piankę, wymieszać z jabłeczną masą, włożyć do puszki, przykryć i zakopać w lodzie obsypując solą na kilka godzin przed wydaniem.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

### **Interpretacja współczesna**

10 jabłek malinowej oberlandzkiej

150 g cukru

100 ml śmietany 36%

5 jaj

Jabłka pieczemy przez około 40 minut w temperaturze 160 °C. Z upieczonych jabłek wycinamy gniazda nasienne. Następnie przekładamy miąższ wraz ze skórką do wysokiego naczynia i blendujemy na gładką masę, po czym chłodzimy w lodówce przez kilka godzin. Białka z cukrem ubijamy na sztywną pianę. Śmietanę ubijamy i łączymy z białkami. Następnie dodajemy schłodzoną masę jabłkową i wszystko dokładnie mieszamy. Podajemy z *julienne* ze świeżego jabłka lub odrobiną nalewki z czarnego bzu.

## **5. Legumina jabłkowa z chlebem żołnierskim (armia gen. Hallera)**

Jabłko, przez wieki, gdy nie znaleźliśmy jeszcze smaku cytrusów i innych egzotycznych owoców, było wykorzystywane na najrozmaitsze, nieraz bardzo pomysłowe sposoby. Chcielibyśmy przypomnieć jabłkową leguminę, danie proste i tanie, a w swej prostocie zaskakująco dobre czy wręcz wyszukane. Wersja którą wybraliśmy jest z definicji nadzwyczaj prosta: pochodzi z kuchni wojskowej i ma niezwykle historyczny wymiar. Takie „leguminy”, przy całej wieloznaczności tego terminu, to w klasycznym rozumieniu tego terminu dania mączne łączone z owocami.

Cytowana receptura historyczna pochodzi z książki kucharskiej armii gen. Hallera wydanej w Paryżu w 1918 r. Kuchnia wojskowa ma swoje wymogi: potrawy przygotowywane w warunkach polowych muszą być proste i szybkie, liczba składników jest ograniczona, a ich koszt siłą rzeczy musi być niewielki. Dawne, historyczne receptury wojskowe mogą dziś stanowić ciekawą kulinarną inspirację.

Oryginalny tytuł przepisu z 1918 r. jest nieco mylący, nie są to tak naprawdę pieczone jabłka tylko legumina z jabłek, mleka i jajek przygotowywana na „żołnierskim” chlebie (w tej roli doskonale sprawdza się chleb ciemny). Jabłka uznajemy za tak ważne w naszej kuchni, że niżej poświęcamy im jeszcze kolejne receptury.

### **Jabłka zapiekane.**

Porcja na 100 ludzi :

Jabłek 6 kg

Mleka 4 litry

Wody 2 litry

Cukru 1 kg 250

Chleba żołnierskiego 3 kg

Soli stołowej 0 k. 014

Cytryn lub pomarańcz (liczba) 3

Jaj (liczba) 15

A) Przygotowania wstępne. – Pokrajać jabłka na ćwiartki, obrać je delikatnie, odrzucić ziarnka i pokrajać je na małe kawałki.

Pokrajać chleb na cienkie długie kromki i ususzyć go dobrze w piecu.

Przygotować mleko w bardzo czystym naczyniu.

Skroić skórkę z cytryny lub z pomarańcz i posiekać ją bardzo drobno.

Uwaga. – Pamiętać trzeba, żeby, ścinając skórkę z cytryn lub pomarańcz, nie zacinać białej spodniej skórki, bo ta zawiera w sobie gorycz, którąby popsuła smak leguminy.

B) Sposób. – Skoro mleko się zagotowało, dodać doń wodę wrzącą, cukier i posiekaną skórkę pomarańczową lub cytrynową.

Przykryć naczynie, odstawić je od ognia i mieszać, od czasu do czasu, kopyścią, żeby cukier się rozpuścił.

Wysmarować smalcem głębokie półmiski albo płaskie formy i położyć na nich warstwę pokrajanych jabłek.

Na jabłkach położyć warstwę chleba połamanego na małe kawałki.

Przykryć chleb warstwą jabłek.

Ubić jajka, jak na omlet, w dużym naczyniu, wsypać sól. Wlewać po trochu do jaj osłodzone mleko, bijąc trzepaczką, żeby jajka i mleko dobrze się zmieszały razem

Dodać do tego sok z trzech cytryn lub pomarańcz.

Polać tą mieszaniną półmiski napelnione jabłkami i chlebem.

Wstawić półmiski do średnio gorącego pieca i trzymać je tam, od 40 do 50 minut.

Uwaga. – Tę leguminę można podać ciepłą lub zimną.

### **Interpretacja współczesna**

7 jabłek

500 ml mleka

200 g chleba razowego

100 ml miodu

7 jaj

2 pomarańcze

15 g korzenia imbiru

cynamon

sól

pieprz



Obrane jabłka kroimy w małą kostkę (około 1 cm). W podobną kostkę kroimy chleb. Pokrojony chleb tostujemy na patelni, następnie doprawiamy go cynamonem. Połowę pokrojonych jabłek wkładamy do małego naczynia żaroodpornego, obsypujemy tostami z chleba i wykładamy kolejną warstwę jabłek.

Mleko przelewamy do rondla, dodajemy starty korzeń imbiru, otartą i posiekaną skórkę pomarańczy oraz sok wyciśnięty z pomarańczy. Doprawiamy szczyptą soli i pieprzu. Gotujemy około 10 minut, po czym odstawiamy do wystudzenia. Do naczynia wybijamy jaja i dokładnie je mieszamy. Do wystudzonego mleka dodajemy miód oraz jaja. Całość dokładnie mieszamy i wlewamy na jabłka z tostami z chleba. Pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 150 °C przez około 40 minut.

Serwujemy z marmoladą z czereśni, gruszek lub brzoskwiń.

## **6. Jabłka faszerowane**

Kolejny prosty i szybki przepis na jabłka, nasz flagowy produkt, to jabłka pieczone. W cytowanym przepisie historycznym jest to wersja postna, czyli w dawnej, surowej tradycji bez dodatku masła czy śmietanki. Dziś takie lekkie, postne, a w naszej optyce dietetyczne wersje potraw wzbudzają szczególne zainteresowanie. Wydrążone jabłka wypełnia się mieszaniną z jabłek, gorzkich migdałów rodzynek i tzw. cykaty (kandyzowanych skórek cytrusów). Dziś pewną trudność stanowi zdobycie gorzkich migdałów, poza tym trzeba pamiętać o ich szkodliwym działaniu, lepiej więc je zastąpić zwykłymi, lekko podprażonymi migdałami lub innymi składnikami.

Całość należy ostrożnie, powoli upiec, tak by jabłka nie popękały.

### **Jabłka postne**

Wybrawszy jabłek dojrzałych winnych lub słodko-kwaskowatych, ile wypadnie, wydobyć z nich łyżeczką stalową ziarnka i skórkę, w których też ziarnka się znajdują. Usiekać z innych jabłek samych miąższ obrany z wszelkich łusek i ziarenek, dodać kawianą łyżeczkę drobno usiekanych gorzkich obranych migdałów, cukru w miarę potrzebnej słodyczy, oczyszczonych drobnych rodzynek, lub drobno skrojonej cykaty; tą mieszaniną nakładać wydrążone jabłka, ułożyć je w pokrywę, podlać trochę wody i ćwierć cukru umoczonego, i odpiec na miękko, z uwagą aby jabłka były całe; wydawszy z pokrywy na półmisek polać sokiem pozostałym w tejże pokrywie i pocukrować.

Można te jabłka dawać na zimno lub na gorąco.

J. Szyttler, *Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczonego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp.*, Wilno 1848.

### **Interpretacja współczesna**

8 jabłek

150 ml białego półsłodkiego wina

100 ml miodu

2 cytryny

40 g rodzynek

40 g płatków migdałowych

3 łyżki płatków owsianych

Jabłka drążymy, pozbawiając je gniazd nasiennych, opcjonalnie usuwamy odrobinę miąższu (w zależności od wielkości gniazda nasiennego, tak aby było odpowiednio dużo przestrzeni dla farszu).

Rodzynki siekamy, mieszamy z miodem, białym winem, sokiem z cytryny, płatkami migdałowymi oraz płatkami owsianymi. Faszujemy jabłka. Pieczemy piekarniku nagrzanym do temperatury 130 °C przez około 40-50 minut.

### **7. „Ser” z jabłek**

Jabłeczny „ser” nie ma nic wspólnego z serem, to tzw. pościła (pastyla), blok ze smażonych jabłek z różnymi dodatkami smakowymi. W dawnej kuchni był to sposób radzenia sobie z krótką, sezonową dostępnością owoców, w tym także dostępnych dziś na wyciągnięcie ręki i przez cały rok jabłek. Po raz kolejny mamy do czynienia z przypadkiem, gdy dawne ograniczenia i problemy wyzwalały kulinarną inwencję. Produkt w pewien sposób przypominał ser, np. w warszawskiej recepturze z 1903 r. masę jabłkową formuje się w woreczkach do wyrabiania twarogu. W przepisie z dworu Radziwiłłów z XVII w. taki owocowy „ser” wyrabiano z bardziej cenionej i modnej pigwy (*Cydonia oblonga*), a nie nieznanego wtedy, a popularnego dziś pigwowca japońskiego. Często masę formowano w tzw. tworzydłach, tak jak staropolskie suszone sery twarogowe (tworzydłowe).

Dziś ta kiedyś rozpowszechniona technika jest znana głównie na wschodzie Polski: ser jabłkowy jest wpisany na listę produktów tradycyjnych województwa świętokrzyskiego. Szczególnie popularny był na kresach, po dziś dzień jest ceniony na Litwie, Białorusi czy w Rosji (w bardzo różnych wersjach).

### **Ser jableczny**

Upieczone winne jabłka przefasować przez durszlak, włożyć do rondla i smażyć godzinę mieszając łyżką, żeby się nie przypaliło. Włożyć cukru, rachując na funt marmelady pół funta cukru, jak się razem podsmaży, dodać skórki pomarańczowej, ugotowanej poprzednio, skrojonej z samego wierzchu i drobno usiekanej, trochę grubo utłuczonego cynamonu i goździków, wymieszać i dosmażyć na wolnym ogniu, próbując następującym sposobem: umoczyć serwetę, wycisnąć z wody i włożyć na nią łyżkę masy, jeżeli nie przy stanie do serwety, to ma dosyć. Wtedy włożyć do woreczka od serów i przycisnąć kamieniem. Po wyjęciu podsuszyć lekko w piecu. Zamiast cukru można użyć miodu, biorąc na kwartę masy jablecznej pół kwarty miodu.

*Praktyczny kucharz warszawski, 1903.*

### **Pastyle ruskie z jablek, z miodem**

Proporcja: 1 kwarta masy jablecznej, 1 ½ kwarty miodu. Pastyle po większej części robią się z miodem. Upiec ile chcąc jablek winnych, przetrzeć przez sito i wybijać łyżką w drewnianym naczyniu. Jednocześnie z wybijaniem jablek rozcierać miód drewnianą łyżką do białości; pomieszać miód z jabłkami i wybijać do pulchności. Na przygotowane ramy, naciągnięte płótnem, nakładać masę na grubość palca, postawić na noc do letniego pieca, nazajutrz rano wyjąć i wnieść do lodowni lub piwnicy. Wieczorem zdjąć ostrożnie upieczoną masę, nałożyć na nią drugą warstwę wybitej marmelady, znowu postawić do pieca, ostudzić, pokrajać w kawałki i pochować w suchym miejscu.

Przestroga. Ramy robią się na łokieć długie, pół łokcia szerokie, a pół ćwierci łokcia wysokie, płótno na nich powinno być mocno naciągnięte. Przed nałożeniem pastyli płótno smaruje się miodem.

*W. Zawadzka, Kucharka litewska, Wilno 1913.*

### **Interpretacja współczesna**

1,5 kg jablek (odmiany wytrawne - Charłamowskie, Inflanckie lub Antonówki)

300 ml soku jabłkowego dobrej jakości

100 g cukru  
2 pomarańcze  
5 goździków  
cynamon  
sól

Jabłka pieczemy w temperaturze 160 °C przez około 40 minut. Obieramy skórkę z pomarańczy, siekamy i przekładamy do małego rondla. Dodajemy sok jabłkowy, doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo małym ogniu, pod przykryciem około 30-40 minut. Kiedy skórka pomarańczy jest już miękka, przelewamy skórkę wraz z sokiem do rondla o szerokim dnie. Upieczone jabłka przeciskamy przez durszlak tak, aby do rondla dodać sam miąższ (bez soku i skóry). Dodajemy cynamon i rozgniecione w moździerz główki goździków. Tak uzyskaną masę doprowadzamy do wrzenia i gotujemy na bardzo małym ogniu, często mieszając, przez ok. 1-1,5 godziny. Masa powinna odparować przynajmniej  $\frac{1}{3}$  objętości. Zredukowaną masę przekładamy do woreczka lnianego i odciskamy. Następnie masę przekładamy do piekarnika. Podsuszamy w temperaturze 70 °C przez około 2-3 godziny.

## **8. Gruszki w winie z przyprawami korzennymi**

Opisane gruszki w winie to kolejny przykład starannego wykorzystania naszych lokalnych, dostępnych zasobów. Desery oparte na owocach z jednej strony są zdrowe i lekkie, z drugiej stanowią wspaniały materiał dla kulinarnych kreacji. Klasyczną propozycją są gruszki w winie z korzennymi przyprawami, wymarzona wprost kompozycja na jesień. Dziś, gdy mamy już coraz więcej polskiego wina, ta potrawa może być jeszcze bardziej nasza, regionalna i sezonowa niż przed wiekami.

Cytowany przepis jest bardzo stary, pochodzi z XVII w. z książki kucharskiej Radziwiłłów, opisującej przede wszystkim ciasta, przetwory owocowe i tzw. konfekty (owoce lub zioła smażone w cukrze). Mimo lapidarności jest on ciągle czytelny i zrozumiały i choćby z tego powodu nie możemy pozwolić, by nasze wspaniałe gruszki nie były wykorzystywane w polskiej kuchni.

**Gruszki warzone**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.

Weź gruszekBłąd! Nie zdefiniowano zakładki., ostruż je, usmażBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. je w gorącym maśleBłąd! Nie zdefiniowano zakładki., mają być rumiane. Wlejże winaBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. do nich pół kwartyBłąd! Nie zdefiniowano zakładki., cukruBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. z garść, anyżuBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. szczypkę, cynamonuBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. trochę. Niechże tak wrejąBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. w winieBłąd! Nie zdefiniowano zakładki., aż poleweczkaBłąd! Nie zdefiniowano zakładki. Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.z nich będzie gęsta.

*Moda bardzo dobra smażenia różnych konfektów, ok. 1686.*

### **Interpretacja współczesna**

6 gruszek

1 l białego półwytrawnego wina

100 g cukru

3 gwiazdki anyżowe

1 laska cynamonu

kilka nitek szafranu

masło (do smażenia)

Gruszki obieramy ze skóry i usuwamy gniazda nasienne. Obrane gruszki podsmażamy na maśle. Przekładamy do rondla o szerokim dnie. Dodajemy przyprawy korzenne, cukier, wino oraz szafran. Doprowadzamy do wrzenia i gotujemy około 20 minut. Następnie gruszki wyjmujemy, a pozostały sos redukujemy do około 200 ml (będzie gotowy, kiedy konsystencją zacznie przypominać lekki syrop).

Serwujemy z jogurtem i posiekaną miętą.

## **9. Mus z gruszek**

Kolejna potrawa z gruszek – mus z przyprawami korzeniowymi została opisana już w zachowanym fragmencie zaginionego *Kuchmistrzostwa*, pierwszej polskiej książki kucharskiej powstałej jeszcze w XVI w. Mówiąc o *Compednium fercluorum* z 1682 r. jako najstarszej polskiej książce kucharskiej, mamy na myśli tekst zachowany, który przetrwał do naszych czasów. Historia kuchni polskiej jest jednak o wiele dłuższa i dowodzi tego choćby cytowany przepis. Mus z gruszek nazwano w nim „kaszą”, choć ta potrawa z kaszą nie ma nic wspólnego. Pewną zagadką jest tu porada, by oprócz imbiru i cynamonu dodać do gruszek także „kwiatu bżowego” tj. kwiatu czarnego bzu. Dawniej była to roślina uprawna, chętnie sadzono ją w ogrodach i przydomowych sadach, ale kwitnie ona dużo wcześniej przed owocowaniem gruszek. Receptura z XVI w. jest bardzo lakoniczna, ale to w ogóle cecha najstarszych przepisów – i tak jest przy tym bardzo cenna. Z innych przepisów z XVII w. wiemy jednak, że kwiat bzu (sam pyłek) zaprawiono w miodzie albo w cukrze, więc do gruszek użyto najprawdopodobniej takiego przetworu, a nie świeżego kwiatu.

Do dziś z gruszkami chętnie łączymy przyprawy korzenne, pamięć o takim połączeniu jest ciągle żywa. A i kwiat czarnego bzu wrócił do łask: na nowo pojawia się w formie syropu albo nalewki. Zapewne i w tej postaci bardzo pasowałby do naszej „kaszy gruszcanej”.

### **Kasza gruszczana**

Weźmi gruszki, warz je dobrze, potym gdy wezwrają, utłucz je dobrze w moździerz, a weźmi samego miodu, przecedź go, nie przydając ku niemu ani miodu, ani piwa, jedno gdy chcesz korzenia przysypać<sup>12</sup> daj wody mało do imbiru, cynamonu, a weźmi kwiatu bżowego, a w tem dobrze warz. Potym daj na misę.

*Kuchmistrzostwo*, ok. 1540 r.

### **Interpretacja współczesna**

6 gruszek

100 ml miodu

20 g korzenia imbiru

sok z 1 cytryny

3 łyżki suszonych kwiatów czarnego bzu

Masło (do smażenia)

---

<sup>12</sup> W tekście “przy pusać”

Gruszki obieramy ze skóry i usuwamy gniazda nasienne. Obrane gruszki podsmażamy na maśle. Następnie blendujemy i przecieramy przez sito. Masę przekładamy do rondla o szerokim dnie. Dodajemy miód, sok z cytryny, starty i dokładnie posiekany imbir oraz kwiaty bzu. Gotujemy na bardzo małym ogniu przez około 10-15 minut.

## 10. Sernik

Obok jabłecznika najbardziej popularnym polskim ciastem i deserem jest chyba sernik. Świeży biały ser, nasz (nie)zwykły twaróg, to polski fenomen. O znanym wszystkim serniku, cieście wszechobecnym w restauracjach i cukierniach, ozdabiającym nasze świąteczne stoły nie trzeba chyba nikomu przypominać. Sięgnęliśmy jednak do starych historycznych przepisów, szukając inspiracji w dawnej wiedzy. To co uderza przy ich lekturze to ogromna porcja ciasta. Antoni Teslar, kucharz hrabiów Potockich z Krzeszowic (koło Krakowa) zaleca np. przygotowanie „serownika” z 3 kg sera i aż 54 jajek. Druga wersja sernika autora słynnej książki kucharskiej z 1910 r. opisuje wypiek cokolwiek skromniejszy, przygotowany „tylko” z 2 ½ kg sera i 32 jaj. Czytając dawne przepisy na ciasta zaskakuje nas właśnie ogromna ilość jaj, masła czy mąki: dopatrujemy się w tym jakiegoś nadzwyczajnego obżarstwa i marnotrawstwa. Trzeba jednak pamiętać, że były to wyroby odświętne., przeznaczone dla dużej rodziny i wielu gości, a ciast, ciastek czy zwłaszcza słodczy jedzono z całą pewnością znacznie mniej niż dzisiaj.

Popatrzmy zresztą na znacznie już skromniejszy przepis poznański, zaczerpnięty ze słynnego, wielokrotnie wznawianego *Kucharza wielkopolskiego* Marii Ślezańskiej. Autorka opisała sernik wypiekany w domu mieszczańskim, a nie ogromne i bardzo drogie ciasto przeznaczone na stół arystokraty. Ta receptura jest znacznie prostsza, mniej precyzyjna, ale dowiadujemy się, że do przygotowania ciasta wystarczy zaledwie kilka złotych.

### Serownik

3 kg sera i 1 pomarańczę ugotowaną w całości przetrzeć przez gęste sito i złożyć w duże naczynie. 54 żółtek i 75 dkg cukru ubić dobrze na ciepłe miotełką, wmieszać do nich pianę z 54 białek i masą tą rozprowadzić powoli ser. wsypać następnie 28 dkg mąki, wlać 42 dkg klarowanego masła, dużo cykaty, rodzyneków sułtańskich i korynckich. Poprzednio upieczony blat z kruchego ciasta włożyć w rand wysokości 10 cm., kształtu dowolnego, masy powyższej nalać pod wierzch i wsadzić w piec wolny na 1 i ½ godziny.

### Drugi sposób

2 i ½ kg sera przetartego przez sito rozcierać w naczyniu, dodając po jednym 10 jaj. Osobno ubić 32 jaj z 75 dkg cukru na ciepło, wmieszywać po trochu do sera tak ostrożnie, żeby bryłek nie było. Po rozprowadzeniu tej masy wlać ¼ kg masła klarowanego i 1/8 kg mąki : jako zapach można dać skórki pomarańczowej lub wanilii, a w końcu rodzynków. Na poprzednio upieczony spód z kruchego ciasta na blasze z randem wysokim nalać tej masy i piec w średnim piecu 5 kwadransy.

A. Teslar, *Kuchnia polsko-francuska*, Kraków 1910.

### **Placek z serem**

Rozciągnąć na blachę, masłem wysmarowaną, ciasta jak na placki mniej dobrze zarobionego i nałożyć na palec grubo następującą masą: wziąć twarogu świeżego nie kwaśnego, uwiąć w donicy z kilku łyżkami śmietany, kilku żółtkami, cukrem, cynamonem; można też odrobinę szafranu dodać, wsypać małych rodzenków, umieszać wszystko razem i posmarować na palec grubo tą masą placek. Następnie posypać cukrem, postawić w ciepło, żeby podrośł i wstawić na godzinę w piec.

Można także robić placek przekładny tą masą w ten sposób: Wysmarować masłem głęboką blachę miedzianą, nałożyć warstwę ciasta, potem sera, znów ciasta, posmarować jajem, posypać krawędziami migdałami i jak wyrośnie upiec w piecu.

Masę z sera do placka można jeszcze tak przyrządzić: umieszać ser z dobrą kwaśną śmietaną, wlać kieliszek araku, łyżkę soku cytrynowego, trochę wanilii, cukru podług upodobania, umieszać dobrze masę i nałożyć na placek.

M. Ślezańska, *Kucharz wielkopolski: praktyczne przepisy gotowania smacznych a tanich potraw, smażenia konfitur, pieczenia ciast, przyrządzania lodów, kremów, galaret, deserów, konserwów i wędlin oraz różne sekreta domowe*, wyd. 4 popr. i rozszerzone, Poznań 1892.

1 kg sera

18 jajek

250 g cukru

90 g mąki

140 g klarowanego masła



1 cała pomarańcza

250 g kruchego ciasta

Ser mielimy dwukrotnie w maszynce o drobnych oczkach, dodajemy zblendowaną i przetartą przez sitko ugotowaną do miękkości pomarańczę. Żółtka ucieramy z cukrem, dodajemy ubite białka i w masie delikatnie rozprowadzamy ser. Dodajemy przesianą mąkę i klarowane masło. Na upieczony spód z kruchego ciasta wylewamy masę sernikową. Pieczemy w temperaturze 170 °C około 20 min.

## **11. Makowiec**

Makowiec i w ogóle mak to kolejny znak rozpoznawczy kuchni polskiej. Znany i popularny w kuchni żydowskiej, ściśle związanej z polskimi tradycjami kulinarnymi, makowiec jest czymś unikalnym. Mak jako dodatek do pieczywa i ciastek jest używany w Niemczech, Europie środkowej i wschodniej, w niektórych krajach Azji, ale jego rola w naszej kuchni była i ciągle jest wyjątkowa. W staropolskiej kuchni postnej bardzo ceniono delikatny olej makowy (biedniejsi zadowalali się olejem z konopi). Makowiec jest ważną częścią wigilijnego menu, najbardziej chyba oryginalnej i głęboko zakorzenionej w historii części naszego kulinarnego dziedzictwa.

Jako punkt wyjścia proponujemy historyczną recepturę z książki kucharskiej z 1827 r. wydanej we Lwowie.

### **Sztrudel z makiem**

Weź pół funta masła a roztańsz go w misie, dodaj 8 żółtek dobrze rozkłóconych, łyżkę cukru tłuczonego, cokolwiek więcej jak kwaterkę śmietanki, trzy łyżek drożdży, odrobinę soli i pół kwarty mąki, wymieszaj wszystko należycie, wybij na ciasto i postaw aby cokolwiek rosło. To zrobiwszy, weź kwaterkę maku utartego, postaw w rondlu na żarze, dodaj kawałeczek masła, odrobinę wanilii utłuczonego, nie mniej skórki cytrynowej drobno nakrajanej, na koniec wlej mleka ciepłego tyle, aby tak przyprawna masa łatwo rozsmarować się dała, wymieszaj wszystko należycie, niechaj wystygnie.

Potem roztocz ciasto na stolnicy mąką posypanej tak grubo jak dwa tylce noża. Na którym powyższą masę w podobnej grubości rozsmarowawszy, zwiń strudel na podobieństwo walca, włóż w rondel lub w rynkę masłem wysmarowaną, a gdy cokolwiek rość pocznie, piecz w miernem cieple.

J. J. Szczepański, *Książka kucharska powszechna do użytku w każdym gospodarstwie*, Lwów 1827.

### **Interpretacja współczesna**

1 kg mąki

400 ml mleka

300 g masła

200 g cukru

80 g drożdży

12 żółtek

Masa:

800 g masy makowej

1,2 l mleka

6 łyżek miodu

100 ml rumu

30 g płatków migdałów

30 g pistacji

30 g rodzynek

## **12. Baba szafranowa**

Baba to kolejne ciasto znane w Polsce od wieków i popularne po dziś dzień. Zwyczajowo wypiekana i podawana na Wielkanoc, pokazuje jak ważny dla pamięci kulinarnej jest związek ze specjalnym, świątecznym posiłkiem i rytuałem –po prostu kultura. W Europie baba kojarzy się z babą nasączoną rumem (*baba au rhum*) rumem, niewielkich rozmiarów ciastem drożdżowym, według legendy wynalezionej przez Stanisława Leszczyńskiego czy raczej jego cukiernika. Historia ta, choć znana i powtarzana zwłaszcza we Francji jest jednak tylko kulinarnym mitem. W staropolskich recepturach tego typu ciasto, nasączone winem, pojawia się już w XVII w. (tzw. chleb hamburski). W słownikach z tej epoki nazywano je także żółtym chlebem, a na znanym obrazie przedstawiającym ucztę wydaną przez króla Jana III Sobieskiego w 1684 możemy już dostrzec kształt polskiej babki.

Jedną z najbardziej charakterystycznych wersji dawnej baby była baba szafranowa, pięknie barwiona na żółto. Wojciech Wincenty Wielądko pisał w 1783 r., że ta przyprawa, tak popularna w dawnej polskiej kuchni, w jego czasach już prawie całkowicie wyszła z mody: „Szafran**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** już teraz nie jest w używaniu, szczególnie na wsiach biorą go do ciast**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.**”. Taką szafranową babę przyrządzano szczególnie chętnie właśnie na Wielkanoc. Cytowany przepis pochodzi z XIX w. ze Lwowa, szafranowa baba jest zaparzana wrzącym mlekiem.

### **Baby szafranowe zaparzane**

Do dwóch liter najpiękniejszej mąki wlać litrę wrzącego mleka, dosypawszy do niego wprzód dwa deka szafranu suszonego i przesianego. Rozcierać i mieszać warząchwia ciągle tę masę, aby nie było grudek. Potem nakryć serwetą, niech pod nią ciasto stygnie pół godziny. Do letniego jeszcze ciasta, dodać kopę żółtek dobrze przedtem w garnku ubitych, dziesięć deka dobrych świeżych drożdży, gdyż wyschłe nie podejmą tej baby, dosypać znów dwie litry mąki, potem dodać ćwierć litry masła letniego sklarowanego, i dobre pół kila miałkiego przesianego cukru Wszystko to doskonale wymiesić, a przy końcu dodać dobrze ubitą pianę z dziesięciu białek, jeszcze z nią trochę wymiesić i postawić ciasto w ciepłe do powtórnego wyrośnięcia. Gdy go drugie tyle przybędzie, dać do form wysmarowanych masłem i wysypanych tarta bułeczką, uważając, aby w każdej formie tylko czwarta część była napelnioną, a gdy ciasto podrośnie o tyle, iż prawie trzy części formy się wypełni, wtenczas ostrożnie wstawić do bardzo gorącego pieca na godzinę. . Przy wyjmowaniu form z pieca również bardzo uważać, żeby nie otrząść, bo opadną i dostaną zakalca.

W. Malecka, F. Niwiarowska, *Praktyczne przepisy pieczenia ciast świątecznych a mianowicie bab, babek, placków, mazurków, piernikowi tortów oraz strucli, kołaczów, chleb, bułek, rogal i różnych przysmaków do kawy, herbaty i czekolady*, Lwów 1882.

### **Interpretacja współczesna**

600 g mąki

250 ml mleka

120 g cukru

80 g drożdży

60 g masła

5 jaj

2 szczypty szafranu

Połowę mleka zagotowujemy z szafranem. Zalewamy nim 200 g mąki i odstawiamy do przestygnięcia. Do drugiej części mleka dodajemy drożdże, cukier i łyżkę mąki, delikatnie podgrzewamy i pozwalamy drożdżom zacząć “pracować”. Żółtka ucieramy mikserem na gładką jasną masę. Do przestudzonego mleka szafranowego z mąką dodajemy utarte żółtka, pozostałą mąkę oraz mleko z wyrośniętymi drożdżami i cukrem. Na koniec dodajemy roztopione masło i dokładnie wyrabiamy ciasto rękoma. Do ciasta dodajemy masę z 5 ubitych białek. Ponownie mieszamy. Odstawiamy pod przykryciem w ciepłe miejsce na około 30 minut. Następnie przekładamy do wysmarowanych masłem form (3 lub 4 w zależności od wielkości). Pieczemy przez około 30-40 minut w temperaturze 160 °C. Babę serwujemy wystudzoną. Opcjonalnie możemy nasączyć ją winem.

### **13. Babka drożdżowa**

Babka to właściwie cały dział dawnego cukiernictwa, w dawnych zbiorach receptur możemy znaleźć babki parzone, drożdżowe, muślinowe (o delikatnej strukturze podobnej do muślinu), zwane też podolskimi. Baby wyrabiano też z mąki gryczanej albo z jej dodatkiem. Z wyrobu smakowitych bab słynęły siostry Sakramentki.

Co ciekawe taką „babę” nazywano niekiedy także „dziadem” albo obartuchem (obertuchem), żółtym (od szafranu) chlebem, chlebem hamburskim. Ta różnorodność nazewnictwa szła w parze z bogactwem dodatków i przypraw, najchętniej dodawano rodzynek, migdałów, kandyzowanych skórek cytrusów, słodkiego wina albo gorzałki oraz szafranu, pieprzu, goździków, cynamonu, gałki muszkatołowej, goździków i kardamonu. W smaku mogła więc przypominać pierniki. Takie ostre zestawienia pewnie nie przypadłoby nam dzisiaj do gustu, który zmienił się już w XIX w., gdy „aromatycznymi „korzeniami” zaczęto gospodarować o wiele oszczędniej, przy samej babie robiąc wyjątek przede wszystkim dla minimalnej już tylko ilości szafranu. Poniżej przedstawiamy dwie historyczne receptury na babę drożdżową, jedna pochodzi z kulinarnego rękopisu aż z XVII wieku.

### **Jako babę piec [ok. 1660 r.]**

Wziąć mleka pół kwarty, jajec rozbitych i z białkami, pół kwarty masła przetopionego, wsypać w to szafranu, tartego cynamunu, gałki muszkatołowej kęs, goździków trochę, rodzenków wielkich i małych, cukru, zarobić to mąką gęsto, żeby warzęcha stanęła i zadać jej drożdży, żeby kisiała, potem rozpalić donicę i posmarowawszy ją masłem, wlać ono ciasto i wstawić w piec gorący, a z wierzchu przykryć także drugą donicą abo misą, żeby nie zgorzała.

### **Babka drożdżowa**

Wziąć półtory kwarty pszennej marymońskiej mąki, wsypawszy ją do rondelka, wlać pół kwaterki dobrych białych drożdży, kwaterkę słodkiego mleka (które powinno być nieco ciepłe); rozmieszawszy te drożdże z małą ilością mąki; stawi się rondelek do ciepłego miejsca, skoro drożdże dobrze podejną z mąką, wówczas należy dodać dwadzieścia cztery żółtka rozrobione uprzednio z ciepłym mlekiem słodkim (którego powinno być kwaterkę), nieco kordymonii, skórki cytrynowej drobno usiekanej, trochę kwiatu muszkatołowego.

Wybiwszy dobrze ciasto łyżką drewnianą, dodać kwaterkę cukru miało utartego, tyleż masła klarowanego, wybiwszy to dobrze, wsypać rodzynek bez pestek pół funta, ćwierć funta cykaty krajanej, przemieszawszy nieco postawić w ciepłym miejscu. Gdy dobrze ciasto podejdzie, miesza się jeszcze raz i leje się do formy wysmarowanej masłem, leje się go tylko tyle, aby połowę tej formy zajęło, stawi się w ciepłym miejscu, gdy ciasto tak wyrośnie; iż forma zupełnie nim będzie wypełniona, wówczas stawi się do pieca na półtory godziny. Gdy będzie gotowa, wydobywa się i lukruje się wiadomym już sposobem\*.

Chcąc tę babkę dać żółtą, należy dodać tylko do ciasta łyżkę szafranu, którego nie powinien być moczony lecz ususzony, utarty miało w moździerzu i mlekiem słodkim rozprowadzony.

Do wszystkich ciast drożdżowych dodawać należy po trochę soli.

### **Interpretacja współczesna**

600 g mąki

250 ml mleka

120 g cukru

80 g drożdży

60 g masła

60 g rodzynek

5 żółtek

skórka otarta z jednej cytryny

2 szczypty kardamonu

1 szczypta gałki muszkatołowej

Połowę mleka zagotowujemy z drobno posiekanymi rodzynekami, otartą skórką cytryny, kardamonem i gałką muszkatołową. Zalewamy nim 200 g mąki i odstawiamy do przestygnięcia. Do drugiej części mleka dodajemy drożdże, cukier i łyżkę mąki, delikatnie podgrzewamy i pozwalamy drożdżom zacząć “pracować”. Żółtka ucieramy mikserem na gładką jasną masę. Do przestudzonego mleka z mąką i przyprawami dodajemy utarte żółtka, pozostałą mąkę oraz mleko z wyrośniętymi drożdżami i cukrem. Na koniec dodajemy roztopione masło i dokładnie wyrabiamy ciasto rękoma. Odstawiamy pod przykryciem w ciepłe miejsce na około 30 minut. Następnie przekładamy do wysmarowanych masłem form (3 lub 4 w zależności od wielkości). Pieczemy przez około 30-40 minut w temperaturze 160 °C. Babę serwujemy wystudzoną.

## **14. Mazurek**

Mazurek to kolejny kulinarny symbol Wielkanocy. W dawnych wiekach, gdy katolicki post rozumiano w bardzo surowy sposób, w dni postne nie jadano nie tylko mięsa, ale także masła, śmietany, jaj czy sera, czyli składników wielu ciast. Stąd takie ciasta (oprócz skromnych, suchych podplomyków czy precli) były symbolem święta, zwłaszcza następującej po Wielkim Poście Wielkanocy.

Ten związek kulinarnej tradycji ze specyficznym momentem, świętem i rodzinnym spotkaniem po raz kolejny pokazuje w jaki sposób przetrwały do dziś dnia pewne kulinarne tradycje. Wielowiekowa tradycja wielkanocnych mazurków sprawia, że widać w nich dawną fascynację bakaliami, zwłaszcza migdałami, rodzynkami czy orzechami. Mazurek orzechowy jest wpisany na listę produktów tradycyjnych w województwie kujawsko-pomorskim. Samuel Bogumił Linde, autor *Słownika języka polskiego* sprzed ponad 200 lat, definiował mazurki jako ciasta z migdałami. W najstarszych recepturach widać przy tym bardzo obfite szafowanie całym zestawem ostrych korzennych przypraw, dziś tak jak w innych przypadkach wolimy już smak znacznie łagodniejszy, rezerwując połączenie słodkiego z ostrym głównie dla pierników.

#### **Mazurki [druga poł. XVIII w.]**

Mąki garniec jeden, jaj 40 (samyh żółtków), masła sklarowanego pół kwarty, drożdzy kwaterkę, cukru funt cały, cenamonu, anyżku, soli dla smaku. Takim zaś sposobem ciasto robić się powinno: wsyp mąkę na niecki, wlej w nią mleko dobrze ciepłe, żółtka ubite, drożdże, masło, bij to wszystko, póki od rąk odstawać nie będzie, wsyp cukier, ubij pianę z tychże pozostałych białków, włóż razem i ubij dobrze, daj czas, aby wyrosło, a gdy wyrośnie, wyłóż na stolnicę, wyrób rękami i dopiero na papiery (grubości jak tylko można najmniej, aby miały wielkość arkusza papieru). Miej masę z migdałów gorzkich i słodkich, cykatę siekaną, waniliją tłuczoną, to wszystko razem zmieszawszy, smaruj mazurki na grubość, jak się podoba (bo tym nigdy nie przesadzi). Cytrynowej skóreczki usiekanej w to razem włóż, podziubaj nożem, aby się nie wzdęło i w piec jak najmniej palony wsadzaj, a gdy z pieca wyjdą, cukruj, wysypuj maczką podług własnego gustu i konfiturami wysadzaj.

Lukier robi się tym sposobem: weź cukru przez muślin przesianego, białków kilka, ubij to dobrze, cytryny wciśnij, wysadziwszy ciasto, gdy troszkę ostygnie, smaruj i trzymaj jeszcze trochę w piecu, tylko wolnem.

*Staropolskie przepisy kulinarne. Receptury rozproszone z XVI-XVIII w. Źródła rękopiśmienne*, wyd. J. Dumanowski, D. Dias-Lewandowska, M. Sikorska, „Monumenta Poloniae Culinaria”, red. J. Dumanowski, t. VII, Warszawa 2017.

## **Mazurek warszawski**

Migdałów słodkich obieranych funt jeden utrzeć na miazgę, zakrapiając odrobiną różanej wody, wsypać funt miałkiego przesianego cukru, funt mąki; dodać masła młodego funt jeden, korzeni różnych sporą ilość (cynamon, goździki, wanilia, kwiat pomarańczowy, kwiat muszkatolowy i gałka), wbić jaj tyle, aby cała mieszanina dała się zagnieść i rozwałkować grubo na palec; z tego robić mazurki różnokształtne, otoczyć każdy wałeczkiem z tego samego ciasta, przykleić go białkiem albo wodą. Upiec w piecu na kolor bladoczekoladowy, a potem polukrować według sposobów pod N. 862-865 wskazanych; przystroić nadto galaretkami i różnobarwnymi konfiturami.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

## **Interpretacja współczesna**

Ciasto:

500 g mąki

200 g masła

100 g cukru brązowego

2 jaja

2 żółtka

2 łyżki kwaśnej śmietany

sól

Masa:

400 g sera twarogowego półtłustego

12 jaj

200 ml białego wytrawnego wina

160 g cukru

50 g masła

skórka z 2 pomarańczy

20 g rodzynek



1 laska wanilii

Mąkę przesiewamy przez sito. Masło roztopiamy z cukrem, dodajemy jajka i żółtka, dokładnie mieszamy, łączymy z mąką, doprawiamy szczyptą soli, zagniatamy ciasto. Następnie wałkujemy ciasto i wyklejamy formę mazurkową i odkładamy na 30 minut do lodówki. Dno ciasta nakłuwamy widelcem. Ciasto przykrywamy papierem do pieczenia, wysypujemy fasolę lub ceramiczne kulki do pieczenia, aby uniknąć na cieście pęcherzy powietrza. Pieczemy 20 minut w temperaturze 130 °C.

Twaróg mielimy w maszynce. Cukier rozpuszczamy w maśle klarowanym i łączymy z jajkami, a następnie z masą twarogową. Drugą połowę cukru karmelizujemy, zalewamy białym winem, dodajemy rodzyнки, posiekaną drobno skórkę pomarańczową, oraz ziarna wanilii. Gotujemy i redukujemy tak, aby uzyskać konsystencję bardzo gęstego syropu. Masę twarogową łączymy z syropem, po czym wykładamy na podpieczony spód. Wkładamy do piekarnika rozgrzanego do temperatury 140 °C na około 30 minut.

### **15. Suszone śliwki nadziewane migdałami**

Śliwki to obok jabłek i gruszek jedne z najpopularniejszych w Polsce owoców, od wieków wykorzystywane kulinarnie tak w postaci świeżej, jak i jako przetwory. Ze śliwek przygotowywano zupę (w wydaniu wigilijnym do suszonych śliwek dodawano suszone grzyby), śliwkowe powidła były i są popularnym składnikiem wielu potraw, chętnie dodajemy śliwki do naszego bigosu czy faszerujemy nimi schab. Śliwki chętnie suszono, co było i ciągle jest prawdziwą sztuką. Zarejestrowana jako Chronione Oznaczenie Geograficzne suska sechłońska (Małopolska) ma charakterystyczny, uwielbiany przez Polaków aromat wędzenia, który w niejako wrodzony sposób kojarzy nam się ze świętem i wyjątkowym jedzeniem.

Stanisław Czerniecki, autor *Compendium ferculorum albo zebrania potraw* (1682 r.) świeże i suche śliwki wymienia wśród najbardziej potrzebnych w kuchni produktów oraz używa ich jako dodatków w całej serii receptur. Jest to o tyle ciekawe, że ów magnacki kuchmistrz żył i działał w regionie, w którym wyrabia się dziś suskę sechłońską.

Suszona śliwka była i cały czas jest zdrowym zamiennikiem słodczy. W ten sposób traktowano ją już w XVII wieku, czego przykładem jest barokowa receptura, w której pestkę zastępuje migdał w cukrze i imbirze.

**ŚliwyBłąd!** Nie zdefiniowano zakładki. **w drugi sposób sucho**

Śliwy **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** na pół poprzerynawszy, z nich kostki powyruczaj. Na ich miejsce włóż migdał **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** odłuszczonego, cukru **Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** tłuczonego na pół z imbiere**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** namieszaj, a tak dobrze je wprzód, niż migdały we środek wsadzisz, natrzyj. Na ostatek ususz w piecu.

*Moda bardzo dobra smażenia różnych konfektów, ok. 1686.*

### **Interpretacja współczesna**

500 g dojrzałych śliwek węgierek lub opal

100 ml śmietany 30%

80 g płatków migdałów lub mąki migdałowej

50 g cukru pudru

50 g masła

5 g świeżego imbiru

parę kropli wody różanej

Śliwki kroimy w połówki i pozbawiamy pestek. W moździerzu dokładnie rozcieramy migdały, dodajemy cukier puder (w zależności od stopnia słodkości śliwek, ilość cukru można modyfikować), śmietanę, szczyptę soli, drobno starty imbir oraz wodę różaną. Masę dokładnie mieszamy, dodajemy szczyptę soli i nakładamy na połówki śliwek. Pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 100 °C przez około 30-40 minut.

### **16. Placek drożdżowy ze śliwkami**

Śliwki wykorzystuje się w kuchni polskiej na rozliczne sposoby, jednym z najważniejszych jest ciasto, czy „placek” ze świeżymi śliwkami. Miał on tylu amatorów, że byli oni nawet w stanie zaakceptować także i śliwki suszone. Taki placek z suszonymi śliwkami uwielbiał np. Józef Piłsudski, który wypowiadał się o kuchni z pewną nutą lekceważenia, ale zawsze twardo stał na stanowisku, że gotować dla niego może tylko kucharka z jego rodzinnych stron. A bez ciasta ze śliwkami i słodkich bułeczek z cynamonem marszałek wprost nie mógł funkcjonować. Tego typu przepisy znajdujemy zresztą w książkach kucharskich z jego dzieciństwa, np. w *Kucharce litewskiej* z 1881 r.

Poniżej przypominamy dwa historyczne przepisy na ciasto ze śliwkami: drożdżowe i kruche, tym razem z Przemyśla i Lwowa.

### **Placuszki drożdżowe ze śliwkami węgierskimi**

Zrób ciasto drożdżowe innym sposobem, to jest – weź pół funta masła, 4 żółtka, 2 całe jaja i wymieszaj to wszystko na piankę, potem dodaj do tego pół kwaterki letniej słodkiej śmietanki i pół kwaterki dobrych drożdży i wymieszaj to znowu razem. Dodaj do tego tyle pszennej mąki, aby się ciasto niezbyt gęste ani też wolne uformowało, które to ciasto posoliwszy łyżką wybijaj przez pół godziny, a gdy się już dobrze wybije, porób z niego bułeczki, pokładź takowe na wzór kapuśniaków na blasze, rozplaszcz i na każdy taki placek nałóż dwie rozłupane śliwki. To wszystko odstaw, aby się w ciepłym ruszyło, potem posyp miłkim cukrem i daj na kwadrans w dobrze ciepły piec, a gdy się zarumienią, wyjmij, ułóż na półmisku, pocukruj i wydaj. Ciasto to jest dobre także na rogaliki z konfiturami, które możesz wydawać jako leguminę albo na końcu za ciasto lub też do herbaty. Wszystkie z tego ciasta drobiazgi są zwykle dobre.

Schmidt, Józef, *Kuchnia polska czyli dokładna i długą praktyką wypróbowana nauka sporządzania potraw mięsnych i postnych*, Przemyśl 1860.

### **Placek kruchy ze śliwkami**

Kwartę ładnej mąki, dwie dobre łyżki świeżego niesolonego masła, śmietanki słodkiej tyle, ile ciasto zabierze, trzy całe jaja wymiesić dobrze na stolnicy i rozwałkować.

Potem ułożyć ciasto na blachę masłem wysmarowaną i postawić w ciepłym miejscu, by trochę podrosło, śliwki na połówki poprzeryzać, pestki wyjąć, ułożyć na placku skórkami do ciasta, posypać cukrem i wstawić w nie zanadto gorący piec. Taki sam placek można robić z wiśniami również po wyjęciu z nich pestek.

W. Malecka, F. Niewiarowska, *Praktyczne przepisy pieczenia ciast świątecznych a mianowicie bab, babek, placków, mazurków, pierników i tortów oraz strucli, kołaczów, chleb, bułek, rogali i różnych przysmaków do kawy, herbaty i czekolady*, Lwów 1882.

### **Interpretacja współczesna**

250 g mąki

150 g śliwek

100 ml śmietany

4 żółtka

2 jaja  
80 g masła  
60 g cukru  
20 g drożdży  
sól

Śmietankę wraz z cukrem, drożdżami, solą i 2 łyżkami mąki delikatnie podgrzewamy i odstawiamy w ciepłe miejsce. Kiedy drożdże zaczną “pracować”, dodajemy masło, pozwalamy mu się roztopić. Łączymy z mąką, dodajemy żółtka i jajka, dokładnie mieszamy. Śliwki pozbawiamy pestek i tnemy w kostkę.

Ciasto wylewamy na matę silikonową lub wysmarowaną masłem blaszkę do pieczenia. Na wierzch układamy śliwki. Pieczemy w temperaturze 160 °C przez około 20 minut. Opcjonalnie posypujemy cukrem pudrem, możemy serwować z maślanką lub jogurtem naturalnym.

### **17. Kisiel z owoców (wiśni, malin, truskawek itd.)**

Któż nie zna kisielu, ale czy błyskawiczny deser przygotowywany poprzez zalanie gotowego proszku może się równać z delikatnym, aromatycznym smakołykiem przyrządzonym ze świeżych owoców?

Kisiel to termin bardzo stary, odnoszący się do różnego typu gęstych zup czy brei, na ogół kwaśnych czy sfermentowanych (kisiele i tzw. kisielice), czasem dosładzanych, a przyrządzanych na żelatynie z ryb. Z tego względu chętnie sięgano po nie w czasie postu i takie barwione owocami lub sokami kolorowe i kwaśne (przyrządzane np. na żurze czy zakwasie) „kisiele” podawano np. na zapomnianej już w naszej tradycji postnej, ale uroczystej wieczerzy wielkoczwartkowej.

Z czasem kisiel stał się deserem, a do jego przyrządzenia zaczęto używać mąki ziemniaczanej (rozpowszechnionej dopiero w XIX w.). Jan Szyttler, autor bestsellerowych zbiorów przepisów z pierwszej połowy XIX w. umieszcza jeszcze kisiel wśród potraw postnych, ale opisuje już lekki owocowy deser na naturalnym soku owocowym.

### **Leguminka kisiel**

Wziąć do naczynia dobrze pobielanego kwartę wody, pół kwarty żurawinowego soku, dodać w miarę cukru i warzyć na wolnym ogniu. Pół kwarty mąki kartoflanej rozprowadzić zimną wodą na kształt ciasta na naleśniki, wlać na wrzątek wody z sokiem i mocno wybijać, aby gruczołki nie pozostały; gdy tak zgęstnieje, wylać na formę wyzyngowaną oliwą lub masłem i cukrem miałko utartym wysypałą; skoro zastygnie kisielek, wywrócić na stołowe naczynie, i dawać do stołu obok w osobnym naczyniu mleko migdałowe.

Do soku żurawinowego można także dodać trochę migdałów gorzkich drobno usiekanych.

J. Szyttler, *Kuchnia postna podająca najoszczędniejsze sposoby sporządzania potraw rybnych oraz zup, chłodników, pieczystego, marynat, jarzyn, melszpeizów, ciast itp.*, Wilno 1848.

### **Kisiel z jagód**

Wziąwszy obojętnie jakich jagód, wycisnąć z nich sok, osłodzić w proporcję cukrem lub patoką, lub miodem, nastawić połowę, aby się gotowała; a w drugą połowę wsypać kartoflowej mąki, aby było gęstawo, wymieszać dobrze i wlać do rondla, w którym pierwsza połowa gotowała się; gotować jeszcze mieszając, aby nie było gałek i postawić w zimnym miejscu, wydaje się do stołu z migdałowem lub makowem mlekiem osłodzonym cukrem lub miodem.

K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 2, Poznań 1843.

### **Kisielek żurawinowy, malinowy, poziomkowy, porzeczkowy lub agrestowy**

Funt świeżych żurawin pognieść na misce, nalać kwartę wody, zagotować i precedzić tak, aby było pięć szklanek płynu; gdy zaś nie mają żurawin, wziąć dwie szklanki soku żurawinowego, zmieszać z trzema szklankami wody, wlać w rondel, wsypać trzy ćwiercie funta cukru, duży kawał cynamonu w całości i kilka goździków tłuczonych, zawiązanych w kawałek muślinu i zagotować razem; gdy się mocno gotuje, dodać szklankę mąki kartoflanej, rozbitej ze szklanką wody i mieszać, póki od rondla nie odstanie, wtedy dać w formę wodą wylaną i cukrem wysypałą, goździki i cynamon wyrzuciwszy i wynieść do piwnicy dla ostudzenia. Gdy stężeje, wyłożyć na półmisek i podać z cukrem miałkim i słodką śmietanką. Z tej proporcji będzie bardzo duża forma lub dwie mniejsze.

Zupełnie tym samym sposobem urządzą się inne owocowe kisiele, w zimie z gotowanego soku, w lecie ze świeżych owoców, które rozgniecione na misce gotują się w małej ilości wody, a potem cedząc przez sitko na sok, postępując dalej jak przy żurawinowym.

*Kuchnia polska*, Toruń 1885.

## **Interpretacja współczesna**

1 l soku wyciśniętego z czerwonych winogron

150 ml miodu

100 ml soku z czarnej porzeczki

70 g mąki ziemniaczanej

Półwę soku z winogron i sok porzeczkowy wlewamy do garnka, dodajemy miód i gotujemy. Do drugiej połowy soku z winogron dodajemy mąkę ziemniaczaną, dokładnie mieszamy, po czym dodajemy do gotującego się soku. Chłodzimy przed podaniem. Podajemy z owocami sezonowymi i jogurtem naturalnym.

## **18. Pascha**

Kolejna świąteczna słodycz to pascha, przyrządzana na bazie tak cenionego w Polsce twarogu. Cytowana receptura słynnej Karoliny Nakwaskiej opisuje ogromną porcję tego specjału, przyrządzonego z dwóch litrów śmietany, trzech litrów świeżego twarogu i dwudziestu żółtek. Dalszy ciąg opisu tej procedury pokazuje, że jest to wyrób świąteczny, przyrządzany dla dużego grona domowników i gości jako jedna z najważniejszych ozdób wielkanocnego stołu (stąd jej zwieńczenie barankiem z cukru lub masła.

Ze względu na rolę świeżego twarogu w naszej kuchni pascha zasługuje na przypomnienie. Dziś porcję możemy zmniejszyć, przynajmniej część śmietany zastąpić mniej kalorycznym jogurtem.

### **Pascha**

Pascha tak robiona: pół garnca śmietany, trzy kwarty sera świeżego, zmieszawszy razem, posolić, dobrze ocukrować, wsypać łyżek dwie cynamonu tłuczonego, wbić żółtków dwadzieścia surowych. Wymieszawszy, wlać do rondla wysmarowanego masłem i obsypanego tartami sucharkami. Potem wstawić do pieca, po upieczeniu na tem stawi się baranek cukrowy lub z masła robiony.

K. Nakwaska, *Dwór wiejski: dzieło poświęcone gospodyniom polskim, przydatne i osobom w mieście mieszkającym*, t. 2, Poznań 1843.

## **Interpretacja współczesna**

400 g twarogu półtłustego  
10 żółtek  
4 białka  
150 ml śmietany  
60 g bakalii (żurawiny, rodzynek, moreli)  
50 ml nalewki imbirowej  
sok z 1 cytryny  
pół łyżeczki cynamonu

Twaróg mielimy w maszynce. Bakalie drobno siekamy i moczymy w nalewce z sokiem z cytryny. Do twarogu dodajemy śmietanę oraz wymieszane żółtka z białkami, a następnie bakalie wraz z płynem. Całość dokładnie mieszamy. Paschę wkładamy do wysmarowanego masłem naczynia żaroodpornego. Pieczemy przez około 40 minut w temperaturze 150 °C. Przed podaniem studzimy.

## **19. Pączki**

Pączki mają długą i bogatą historię. W europejskiej i polskiej tradycji łączyły się zawsze z karnawałem, okresem zabawy i uctowania. Ciasta smażone w tłuszczu (najczęściej smalcu lub maśle) pączki, faworki czy różne racuchy (dawniej często ich nie rozróżniano), z dodatkiem jajek i mleka nie mogły być jedzone podczas postu. Przed Wielkim Postem objadano się nimi niejako na zapas, czego reliktem jest dzisiejszy tłusty czwartek. Nie zawsze już pamiętamy nawet skąd się wzięła ta tradycja i nie rozumiemy jej dawnego sensu, ale często z zapałem się jej oddajemy, pochłaniając w tym dniu niewiarygodne wprost ilości pączków i cierpliwie stojąc w długich kolejkach do naszych ulubionych cukierni.

W *Compendium ferculorum* z 1682 r. pączki określano mianem „pierożków smażonych”. Ciasto z mąki pszennej wyrabiano z drożdżami i po wyrośnięciu nadziewano „konfektom różanym” (konfitura różana po dziś dzień jest najbardziej chyba ulubionym nadzieniem polskich pączków) oraz smażono na głębokim oleju. Do takich pączków dodawano też konfiturę z czarnego bzu, a także powidła, jabłka, gruszki migdały i mak. Swoją drogą taki makowy pączek, ciekawe połączenie różnych świątecznych tradycji wart jest wypróbowania... Wojciech Wielądko w swym „Kucharzu doskonałym” z 1783 r. zamieścił nawet osobny rozdział pt. „O naleśnikach i pączkach”. Niezwykle pączki opisywał Jan Szyttler, autor pierwszych popularnych książek kucharskich wydawanych w Wilnie w latach 30-tych i 40-tych XIX w. Ciasto drożdżowe wzbogacał żółtkami i klarowanym masłem, dodawał do niego skórek cytrynowych i doprawiał je kardamonem albo anyżem gwiazdkowym, a przed usmażeniem nadziewał konfiturami lub świeżymi węgierkami. Po usmażeniu posypywano je jeszcze cukrem z cynamonem.

Jako historyczny przykład proponujemy wersję bardziej współczesną. Przepis pochodzi ze Lwowa, określony jest jednak jako warszawski. „Tretowane”, czyli smażone pączki aromatyzowano rumem i obsypywano cukrem z wanilią.

### **Pączki warszawskie**

Pięć do sześć szklanek najładniejszej mąki pszennej przesiać i wygrzać. Potem wziąć cztery do pięć deka dobrych drożdży, zmieszać je w osobnym naczyniu z kubkiem mleka zimnego, z czterema całymi jajami i czterema żółtkami dobrze rozbitymi, przymieszać jeszcze do tego trochę mleka ciepłego i rozczynić tem wszystkim mąkę. Gdy się ciasto ruszy, dodać trzy łyżki masła topionego, dobre pół szklanki cukru, troszkę wanilii lub cynamonu, cytrynowej skórki otartej na tarku, kilkanaście drobno utłuczonych migdałów i wszystko razem zmieszawszy z ciastem, wybijać tak długo, póki od łyżki odstawać nie będzie. Ogarnąwszy i nakrywszy, postawić przy ciepłym piecu. Gdy ciasto dobrze wyrośnie, przygotować stolnicę, posypać ją mąką, brać ciasta po kawałku i palcami w zimnej wodzie umaczanymi rozciągać je, zawijać w środek ogrzane, z soku osiłeknięte konfitury, kłaść na stolnicę, obrzynać szklanką w zimnej wodzie umaczaną, potrząść mąką i zostawić je przy piecu, bo w ciepłe ładnie wyrosną. Po wyrośnięciu dopiero rzucać na gorący smalec przynajmniej pół rondla zajmujący, w który wlać kieliszek dobrego rumu. Układać na półmisek i obsypywać cukrem z wanilią.

Jeżeli się chce mieć delikatniejsze ciasto, dołożyć jeszcze sześć żółtek.



*W. Malecka, F. Niewiarowska, Praktyczne przepisy pieczenia ciast świątecznych a mianowicie bab, babek, placków, mazurków, pierników i tortów oraz strucli, kołaczów, chleb, bułek, rogali i różnych przysmaków do kawy, herbaty i czekolady, Lwów 1882.*

### **Interpretacja współczesna**

450 g mąki

120 ml mleka

4 jaja

4 żółtka

80 g cukru

60 g masła

40 g drożdży

2 łyżki cykаты cytrynowej

1 laska wanilii

szczypta cynamonu

Do smażenia:

1,5 kg smalcu gęsiego

100 ml rumu

Mąkę przesiewamy przez sito i umieszczamy w ciepłym miejscu. Rozdrobnione drożdże mieszamy z mlekiem, jajkami i żółtkami, dodajemy łyżkę mąki i odstawiamy w ciepłe miejsce. Kiedy drożdże zaczną „pracować” dodajemy roztopione masło, cukier, ziarna wanilii, cynamon oraz cykаты. Przykrywamy ścierką i odstawiamy na 30-40 minut w ciepłe miejsce. Z wyrośniętego ciasta formujemy pączki. Smażymy małymi partiami na mocno rozgrzanym tłuszczu wymieszonym z rumem.

## **20. Chruściki**

Chruściki, faworki, chrusty, ze staropolska zwane też „ciastem chruszczącym” to kolejny wypiek związany z karnawałem. Historycznie wyróżniano wiele ich rodzajów, wyrabianych także z ciasta drożdżowego, lanego czy biszkoptowego. Dziś są przede wszystkim smażone z ciasta zbijanego, wyrabiane z jajkami i tłuszczem z dodatkiem alkoholu.

„Ciasta chruszczące” i ich wersję określoną jako „chruszczące rozrzynane” opisał już Wojciech Wielądko w 1783 r. Autor uznał nawet za stosowne, by w słowniczku wyjaśnić termin „faworki”, które zdefiniował właśnie jako, „kręple, ciasta**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** smażone**Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** chruszczące”.

Za typowo polskie, zasługujące na takie właśnie oznaczenie w gastronomicznej nomenklaturze uznała je autorka popularnej książki kucharskiej wydanej w Warszawie w 1856 r, od której zaczerpnęliśmy poniższy przepis.

### **Chruściki, faworki polskie**

Z pół funta mąki, 4 łutów masła, 2 całych jaj i 2 żółtek, 4 łutów cukru i odrobiny wina albo araku lub też z pół funta mąki, 4 łutów cukru, 3 łutów masła, 3 całych jaj i trochę śmietany oraz tartej skórki cytrynowej zagnieść ciasto, które podsypując mąką, rozwałkować cienko jak na makaron. Potem kółeczkiem krajać na cal szerokie, a na 4 cale długie płatki, a przeciąwszy przez środek podłużną dziurkę, przewlec tamtędy koniec ciastka i spuszczać na gorące masło lub smalec. Smażąc, potrząsać często. Gdy pięknie się zrumienią, osączyć na bibule, a potem posypać cukrem i cynamonem.

B. Leśniewska, *Kucharz polski jaki być powinien: książka podręczna dla ekonomiczno – troskliwych gospodyń*, Warszawa 1856.

### **Interpretacja współczesna**

450 g mąki

100 g cukru

100 g masła

12 żółtek

6 łyżek kwaśnej, gęstej śmietany

skórka z 1 cytryny

parę łyżeczek cukru pudru

2 szczypty cynamonu

Do smażenia:

1,5 kg smalcu gęsiego

100 ml rumu

Mąkę przesiewamy przez sito. Rozpuszczone masło ucieramy dokładnie z cukrem, posiekaną skórką cytryny, dodajemy śmietanę i żółtka. Następnie dokładnie wyrabiamy z mąką. Ciasto przykrywamy ściereczką i odstawiamy na 30 minut. Po tym czasie ciasto cienko rozwałkujemy i kroimy w prostokąty około 2x6 cm. W środku każdego prostokąta rozcinamy dziurkę i przeplatamy przez nią jeden z końców, odstawiamy na 5 minut. Chruściki smażymy na mocno rozgrzanym smalcu (170-180 °C) z dodatkiem rumu. Po wyjęciu i wystudzeniu posypujemy cukrem pudrem wymieszanym z cynamonem.

## **21. Kremówka**

Kremówka zyskała w Polsce niebotyczną wręcz sławę po jednym tylko rozmarzonym westchnieniu Jana Pawła II, który mimochodem wspominał o przysmaku z czasów swej młodości. W jego rodzinnych Wadowicach i w okolicy pojawiła się natychmiast „kremówka papieska”, a każdy turysta i pielgrzym czuł się wręcz zobowiązany by posmakować ciasta i zanurzyć się w nostalgicznej historii, która we wspomnieniu papieża przybrała obraz (a raczej smak) właśnie kremówki.

W niektórych zakątkach Polski zwana jest także napoleonką, wyrabia się jej wiele różnych wersji na cieście francuskim lub półfrancuskim z gęstym kremem. Ciasto francuskie czy listkowe historycznie pochodzi co prawda z Francji, ale bardzo wcześnie stało się popularne w Polsce. Opisywała je już kuchmistrzowa koronna w czasach Zygmunta III Wazy, a więc w czasach zanim jeszcze taki wypiek rozpowszechnił się szeroko we Francji i zyskał sławę w Europie. Cały szereg wyrobów z ciasta francuskiego opisał też mistrz Czerniecki w XVII w.

My podajemy już dwudziestowieczne wersje tych receptur w wersji krakowskiej i warszawskiej.

### **Million cartes**

Z ciasta francuskiego, wywałkowanego na 2 korony grubości, wyciąć 5 kółek stopniowo mniejszych i wyciąć środki; po upieczeniu tych kółek złożyć je łącząc suto marmeladą morelową, stawiając jedno na drugim, przez co utworzy się forma baszty, którą trzeba pokryć białą pomadką, a w środek nałożyć ubitej mocno śmietanki kremowej. Sam wierzch ubrać trzeba śmietanką, marmeladką i owocami.

A. Teslar, *Kuchnia polsko-francuska*, Kraków 1910.

### **Ciastka francuzkie z kremem**

Z ciasta zrobionego podług poprzedniego przepisu i rozwałkowanego cienko wykrawać szklanką okrągłe placuszki i kieliszkiem znów wykrawać z nich środki, aby tylko kółko pozostało. Połowę krążków zostawić nie wykrojone poukładać na nich kółka, posmarować jajkiem nie dotykając brzegów, boby nie rosły i wstawić do gorącego pieca. Po upieczeniu i wystygnięciu zrobić w środku palcem dołek i napełnić kremem ubitym ze słodkiej śmietanki z wanilią, a na wierzch położyć konfiturę.

*Praktyczny kucharz warszawski*, Warszawa 1903.

### **Interpretacja współczesna**

1 rolka ciasta francuskiego

1 kg świeżych dojrzałych moreli

500 ml soku jabłkowego tłoczonego

300 ml śmietany kremówki

200 ml białego wytrawnego wina

80 g masła

80 ml miodu

50 ml octu jabłkowego dobrej jakości

1 laska wanilii

kilka liści melisy

pieprz

Z ciasta francuskiego wycinamy krążki o średnicy 5-7 cm, a następnie w krążkach dziurki o średnicy około 1,5 cm. Krążki pieczemy w temperaturze 160 °C przez 15 minut. Morele obieramy ze skóry, usuwamy pestki i kroimy w drobną kostkę. Owoce przekładamy do rondla, zalewamy winem i sokiem jabłkowym, dodajemy dwie szczypty pieprzu, ziarna wanilii i ocet. Gotujemy na bardzo małym ogniu i pozwalamy owocom się rozpaść. Redukujemy masę do połowy objętości, często mieszając tak, aby nie przypaliła się. Do masy dodajemy masło i dokładnie mieszamy. Lekko ciepłą masę wkładamy do rękawa cukierniczego i przekładamy nią krążki ciasta francuskiego. Krążki łączymy w taki sposób, by nadzienie z poszczególnych warstw połączyło się w środku. Ciasto odstawiamy w chłodne miejsce na 1 godzinę. Śmietanę ubijamy, dodajemy miód i drobno posiekaną roztartą melisę. Dokładnie mieszamy. Śmietaną smarujemy ciasto. Serwujemy z owocami sezonowymi.

## **22. Marcepan**

Marcepan to połączenie dwóch składników uznawanych od wieków za luksusowe: migdałów i cukru. Oba zostały sprowadzone do Europy przez Arabów i zyskały ogromną popularność jako atrakcyjne i smakowite urozmaicenie potraw postnych. Marcepany szybko stały się jednym z najbardziej cenionych wyrobów cukierniczych, symbolem luksusu i wyrafinowania. „Rozdać marcypan” oznaczało wydać za mąż, ożenić się: marcepan był ciastem weselnym.

W polskiej tradycji kulinarnej marcepany pojawiają się już na kartach staropolskich zielników z XVI wieku. Hieronim Spiczyński, autor zielnika z 1556 r. pisał, że są one „bardzo dobre, smaczne, a rozkoszne ku jedzeniu”. S erię receptur na marcepany zawiera zielnik Marcina Siennika z 1568 roku. Całe pokolenia polskich czytelników mogły się rozkoszować lekturą licznych marcepanowych receptur, czytając, że marcepany „są pokarmu wybornego, czynią dobre trawienie”. Niektóre marcepany (które „płodność mnożą, jurność wzbudzają”) uważano za afrodyzjaki, znano lecznicze marcepany *Manus Christi* (ręka Chrystusa), inne nazywano *chlebem królewskim* (opisano je np. w radziwiłłowskiej *Modzie bardzo dobrej smażenia różnych konfektów* z ok. 1686 r. Anonimowy cukiernik Radziwiłłów podał przepisy m. in. *Ma Marcypan***Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** *biały z piany***Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** *cukrowej, Marcypan***Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** *neapolitański i Hiszpański***Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** *marcypan, Ser migdałowy, Różne frukty migdałowe, Pasztet migdałowy i Kołaczki***Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.** *migdałowe*, zamieścił też przepis na oryginalne marcepanowe „pączki” i inne słodyczne typu marcepanowego. Wiele receptur trudno nawet jednoznacznie zakwalifikować, marcepan był bowiem na tyle popularny, a migdały właściwie wszechobecne, że łączono je z najróżniejszymi produktami, tworząc oryginalne formy i wypieki. Podobnie jak pierniki uznano je z czasem za staroświeckie i niemodne, dziś są na powrót popularne. Najdłużej, nieprzerwanie ceniono ciasta marcepanowe na Pomorzu, Warmii i Mazurach. Nieprzypadkowo marcepanowe serduszka zarejestrowano jako produkt tradycyjny właśnie na Pomorzu, a najwięcej historycznych przepisów pochodzi z Torunia i Elbląga. Cytowana niżej receptura z toruńskiej książki kucharskiej z XIX w. wyróżnia się nadzwyczajną szczegółowością i obszernością zaleceń.

## **Marcepany**

Na 2 funty słodkich migdałów wziąć jeden łót gorzkich i dobrze przemieszać. Zaparzyć migdały w wrzącej wodzie, obrać i obrane natychmiast kłaść w zimną wodę, dobrze obmyć, starannie opłukać i rozłożyć na 8 do 10 godzin na białej chustce, aby zupełnie wyschły. Potem dobrze potłuc w morderzu lub poszatковать.

Kawałki migdałów, które się rozruciły, biorą zazwyczaj do innych ciast; do marcepanów bierze się tylko tarte delikatnie.

Na funt tych tartych migdałów liczy się  $\frac{3}{4}$  funta miękiego cukru i 5 średnich łyżek pełnych wody różanej.

Potarte migdały dobrze przemieszać z mialkim cukrem, potem wodą różaną przemieszać, aby przeszło wszędzie, a potem masę bardzo czystą łopatką ubijać tak długo, aż będzie z tego ciasto, które łatwo kulać można. Przy przerabianiu ciasta trzeba zawsze mieć ręce czyste. Gnieść także najwyżej dwa funty migdałów na raz; bo przy większej masie migdały snadnie stają się lejkowate lub szare. Często nawet od lichego cukru marcepan staje się szarym.

Potem na czysto wytartej, suchej, białej stolnicy wykulać kawał ciasta, jak kto chce grubo, podsypawszy poprzednio za pomocą sita włosiowego nieco cukru, potem z tego tworzyć co się podoba, krajać brzegi podług linii, która powinna mieć odpowiednią szerokość w miejscu do mieszania, przełożyć wysoko przez kant sztuki (skoro poprzednio potarło się ją piórkiem wodą różaną lub rozbitem białkiem) i dobrze przygnieść.

Potem brzeg u góry drzewkiem wykarbować i piec marcepan.

Piec marcepan w sposób następujący: rozpalić piec tak samo mocno, albo jeszcze mocniej jak do pieczenia chleba, najlepiej słomą, gdyż to daje szybkie gorąco; trzeba jednakże podczas palenia mieszać w słomie ustawicznie, aby piec jednostajnie był gorący. Potem piec wymieść, wystudzić go trochę tylko na dole, lecz jak można najrychlej, aby u góry pozostał gorący i włożyć duże kłody drzewa lub cegieł; potem włożyć deskę z marcepanem, aby marcepan stał jak najwyżej w piecu.

Deska, na którą się kładzie marcepan do pieczenia musi być z twardego drzewa, ledwie stopę szeroka i tak długa jak piec; musi także mieć po bokach małą, na palec grubą listwę.

W marcepan włożyć kawałek papieru, aby się w środku nie zarumienił, położyć go potem na deskę podwójnie obłożoną czystym białym papierem i wsunąć ją potem w piec jak najwyżej, kładąc z tyłu i z przodu na położone poprzednio w piec kłody lub cegły; trzeba przy tem baczyć na to, aby po końcach stała równie wysoko. Tak niech brzegi marcepanu przy otwartym piecu u góry się zarumienia, lecz deskę częściej wyciągać, aby popatrzeć, i piec zamknąć dopiero wtedy, jeżeli brzegi za wolno się rumienia.

Skoro marcepan wyjęty z pieca, zdjęć położone kawałki papieru, niech na desce trochę się ostudzi, by go wyjąć. Potem brzegi jego nieco potrzeć wodą różaną i postawić go w zimnem, najlepiej nieco wilgotnem miejscu. Jeżeli ma się dobrą suchą piwnicę, to najlepiej tam schowany w szczelnie zamkniętem naczyniu porcelanowem; jeżeli piwnica za wilgotna i jeżeli marcepan w niej rozmięknie, to przenieść do cieplejszego miejsca. Nigdy przecież nie postawić do szafy.

Do nalewu wziąć na funt najdelikatniejszego mialkiego cukru 7 do 8 łyżek wody różanej i na 6 funtów cukru sklarowany sok dużej cytryny.

Tę masę przemieszać godzinę i dłużej ku jednej stronie, napełnić potem kawałki marcepanu i kazać postoić, dopóki nalew trochę nie stwardnieje, mniej więcej dzień. Skoro nalew należycie stwardniał, położyć na niego zaprawionych owoców, jakich kto chce, z których sok wysączono na sicie, w dowolnej formie.

Do przyrządzania marcepanów, do przerabiania ciasta, potrzebna jest silna osoba.

*Kuchnia polska, Toruń 1885.*

### **Interpretacja współczesna**

300 g prażonych płatków migdałowych

160 g cukru pudru

50 ml śmietanki

2 łyżeczki wódki różanej

2 łyżki miodu

Płatki migdałowe blendujemy. Zmielone migdały umieszczamy w kielichu miksera, dodajemy cukier, miód, śmietankę, a na koniec wódkę różaną. Miksujemy do momentu, aż masa będzie zwarta. Masę możemy formować w dowolne kształty.

### **Maliny**

700 g malin

200 ml białego wina

8 jajek (żółtka i białka oddzielnie)

80 g cukru

½ łyżki mąki

½ łyżeczki sody oczyszczonej

1 cytryna

Cukier karmelizujemy na patelni, dodajemy wino, otartą skórkę z cytryny i redukujemy do konsystencji gęstego syropu. Następnie żółtka ucieramy na gładką masę i łączymy z karmelizowanym zestem.



Maliny smażyjemy w rondlu o szerokim dnie i na bardzo małym ogniu, redukując do  $\frac{1}{3}$  objętości. Sodę wymieszaną z mąką dodajemy do malin, mieszamy bardzo dokładnie i łączymy z masą z żółtek. Białka ubijamy na sztywną pianę i łączymy bardzo delikatnie i dokładnie z masą malinową. Przelewamy do wysmarowanej masłem formy do pieczenia i pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 150 °C przez. około 20-30 minut w zależności od powierzchni formy. Serwujemy z owocami sezonowymi lub polane odrobiną likieru.

### **Poziomki**

500 g poziomek

125 ml białego wytrawnego wina

80 g masła

80 g cukru

8 jajek (żółtka i białka oddzielnie)

50 g świeżych jagód

1 łyżka mąki

W garnku gotujemy poziomki z winem do czasu, aż owoce się rozpadną, a masa nieco zredukuje. Rozgotowane owoce przecieramy przez sito o drobnych oczkach, by pozbyć się pestek. Dodajemy masło, mieszamy i studzimy. Utarte z cukrem żółtka mieszamy razem z mąką i masą poziomkową, dodajemy jagody, a następnie ubite na sztywno białka. Masę przekładamy do wysmarowanych masłem kokilek i pieczemy w temperaturze 150 °C przez około 30 minut.

### **23. Maliny**

Jesteśmy potęgą w produkcji malin, warto więc przypominać tradycyjne, nieco zapomniane receptury na ich wykorzystanie. Kucharze i cukiernicy ciągle o nich pamiętają, ale wiele deserów wykonujemy dziś na skróty, z gotowych półproduktów, zapominając jak niezwykle może być smak świeżych owoców jako podstawy kisielei, galaretek, zup, ciast czy sufletów. Cytowany przepis pochodzi z 1838 r. z Wilna i jest jedną z wielu wersji takiego malinowego deseru. Lokalne składniki doprawione są odrobiną cytryny, a samo przygotowanie jest krótkie i proste. Warto pamiętać, że upieczenie takiego smakołyku było dla naszych przodków prawdziwym wyzwaniem: dawne piece i piekarniki nie miały termometrów, regulatorów, termoobiegów i cała operacja była obciążona sporym ryzykiem. Przy dzisiejszej technice kulinarnej jest to z pewnością o wiele łatwiejsze, dlaczego więc nie spróbować?

### **Babka z malin**

Trzy łyżki świeżej wody z 8 żółtkami przystawia się do małego ognia i smaży się dopóki płyn nie będzie nitek tworzył. Potem przydaje się do tego 3 kwatki przez sito przetartych malin, smaży się do gęstości, zastudza w donicy. Teraz miesza się ten sok i skórka z jednej cytryny jako też i pianka z 6 białek wszystko mocno wybija się przez godzinę i przekłada się masę górzysto we wrzątku, do formy masłem wysmarowanej, którą jeszcze opłatkami obłożywszy, obsypuje się cukrem i przez godzinę piecze się w umiarkowanym cieple, w czasie zaś pieczenia przecina się na krzyż a skoro zupełnie dojdzie zaraz się na stół wydaje.

C.E. Grebitz, *Rządna gospodyni we względzie kuchni i spiżarni: dzieło dla początkujących gospodyń i dwornic miasteczkowych i wiejskich*, t. 1, Wilno 1838.

### **24. Poziomki**

Jak podkreślaliśmy kilkakrotnie, charakterystycznym wyróżnikiem kuchni polskiej odziedziczonym po przeszłości jest po dziś przywiązanie do owoców lasu. Zbierane dawniej w lesie jagody, maliny czy poziomki dziś są już dostępne w sklepach i co ciągle jest posłką specjalnością, na licznych targowiskach. Przygotowywano z nich całą gamę przetworów, sosów i zwłaszcza tzw. legumin, typowo polskich deserów.

Inspirację dla współczesnej wariacji na temat poziomek jest przepis słynnej Lucy Ćwierczakiewiczowej, autorki bestsellerowych książek kucharskich i prawdziwej kulinarnej sławy drugiej połowy XIX wieku.

Autorka proponuje dodanie do poziomek wina francuskiego, wydaje się, że dziś możemy też śmiało sięgnąć po wino polskie, po podduszeniu na maśle należy je przefasować, czyli przetrzeć (dziś mamy całą gamę technik, które nam to pracochłonne niegdyś zadanie bardzo ułatwiają). Po dodaniu jajek i niewielkiej ilości mąki leguminę zapieka się krótko w piecu i otrzymujemy rodzaj sufletu: poziomkowego, niezwyklego, tradycyjnego i znakomicie zarazem pasującego do dzisiejszego poczucia smaku i kulinarnej wrażliwości.

Podobne operacje i eksperymenty możemy też śmiało powtórzyć z innymi owocami lasu.

### **Legumina z poziomek**

Do trzech szklanek poziomek pół szklanki wina francuskiego i łyżkę masła, udusić razem, przefasować i ostudzić. Rozetrzeć 10 żółtek z dwoma kubkami cukru, domieszać pianę z białek i pełną łyżkę mąki, do tego wlać sok otrzymany z jagód, wymieszać, wlać w formę masłem wysmarowaną i piec w ciepłym piecu przez kwadrans.

L. Ćwierczakiewiczowa, *365 obiadów za pięć złotych*, Warszawa 1860.

### **Interpretacja współczesna**

500 g poziomek

125 ml białego wytrawnego wina

80 g masła

80 g cukru

8 jajek (żółtka i białka oddzielnie)

50 g świeżych jagód

1 łyżka mąki

W garnku gotujemy poziomki z winem do czasu, aż owoce się rozpadną, a masa nieco zredukuje. Rozgotowane owoce przecieramy przez sito o drobnych oczkach, by pozbyć się pestek. Dodajemy masło, mieszamy i studzimy. Utarte z cukrem żółtka mieszamy razem z mąką i masą poziomkową, dodajemy jagody, a następnie ubite na sztywno białka. Masę przekładamy do wysmarowanych masłem kokilek i pieczemy w temperaturze 150 °C przez około 30 minut.

## **25. Rurki z bitą śmietaną**

Rurki z bitą śmietaną to wspomnienie dzieciństwa wielu z nas, słodycz dostępna od zawsze i prawie wszędzie. W czasach ciągłych braków wszystkiego i wszędzie w epoce PRL-u rurki z kremem jakoś tę gospodarkę niedoboru potrafiły przetrwać, doczekały się zresztą specjalnych budek czy kiosków, w którym były głównym, a czasem jedynym sprzedawanym produktem. Dziś, gdy słodczy mamy (zbyt) dużo, rurki z kremem (bitą śmietaną straciły swą uprzywilejowaną pozycję.

Ten przysmak również ma swoją długą i niezwykłą historię, która może być inspiracją dla współczesnych kucharzy i cukierników. Niezwykłym przykładem barokowej interpretacji tego tematu są receptury Stanisława Czernieckiego z XVII w. Rurki nazywa on ze staropolska „ulipkami”, radzi je piec tak jak opłatki i potem obwijać na małych wałkach, by nadać im pożądaną kształt.

Najbardziej oryginalne jest w tym zaskakujące na pierwszy rzut oka (pierwsze muśnięcie językiem?) połączenie bitej śmietany z rozmarynem. Kilka starannych rekonstrukcji tego specjału, a zwłaszcza mistrzowska interpretacja Roberta Trzópka pokazują jednak jak dobrze bita śmietana komponuje się z posmakiem i aromatem rozmarynu.

Rurka (ulipek) z bitą śmietaną u Czernieckiego urasta to prawdziwego dzieła sztuki. Duży krzak rozmarynu pokrywano bitą śmietaną i ozdabiano lekkimi, zwiewnymi jak opłatek, ale mocno podpieczonymi rurkami. W ten sposób otrzymywaliśmy konstrukcję przypominającą drzewko czy choinkę (krzak rozmarynu), pokryte śniegiem (bitą śmietaną), spod której wзираły szyszki (rurki). Taka kulinarna fantazja to dziś prawdziwe wyzwanie, ale zwiewność bitej śmietany i delikatność rurek w połączeniu z rozmarynem to coś, do czego możemy dziś śmiało nawiązywać.

### **Sposób robienia ulipków**

Weźmij mąki pięknej pszennej, przesiej, rozrób mlekiem tak, jako na opłatki zarabiają, przydawszy do tego cukru według potrzeby. Lej łyżką na żelaza na to zgotowane, a piecz jako opłatki.

A gdy się dopieką, zwijaj na okrągłe drewnienka albo wałeczki, a pocukrowawszy, dasz albo z pianą.

### **Piana**

Weźmij śmietany gęstej słodkiej tak wiele, ile potrzebaż, przydaj cukru tłuczonego, rób puszką, której do ciasta używasz, tak długo, aż się piana wedźmie, którą na misę wyłożywszy, ulipkami obłóż, a pocukrowawszy, daj.

Możesz też na misę krzak rozmarynowy postawić, a na niego pianę lać, który tak postawisz. Chleba rżanego rozkrój bochen na dwoje płasko, z jednej części ósrodkę wybierz, a masłem na to miejsce podlep i przyciśnij do misy, żeby to masło trzymało chleb mocno, a w ten chleb wsadź krzak rozmarynu, a będziesz lał pianę, a obsadziwszy ulipkami i pocukrowawszy, dasz na misę.

S. Czerniecki, *Compendium ferculorum albo zebranie potraw*, Kraków 1682.

### **Sposób robienia andrutów**

Wziąć mąki pszennej dwie kwaterki, mleka blisko kwaterkę, cukru utłuczonego kwaterkę, i dwa jaja lub kieliszek wina, to wszystko zmieszać, żeby masa rzadkawa była, należy formę andrutową rozpalić i pozyngować białym woskiem, włożyć łyżkę stołową przygotowanej masy i wstawić na węgle, lecz na to względ mieć potrzeba, aby dostały kolor rumiany, potrzeba wkoło żelaza oberznąć ciasto, które się wyciśnie, i wyjąwszy z formy zwijać w trąbki, a będą kruche, i twarde. Można też zwijać na kształt lejki, na wydaniu, potrzeba kłaść piankę do środka, ułożyć na półmisku i dawać do stołu.

Pomienione andruty, mogą służyć i do herbaty, i mogą się konserwować przez dni kilkanaście, byleby były na suchem miejscu.

J. Szyttler, *Kucharka oszczędna, czyli przepisy dla gospodyń wiejskich łatwego i niekosztownego sporządzania potraw, opatrzenia spiżarni w potrzebne zapasy oraz dystylowania wódek*, Wilno 1835.

### **Interpretacja współczesna**

400 ml mleka

200 ml śmietany 30%

150 g mąki

100 g cukru pudru

40 g cukru muscovado

40 g miodu

5 listków posiekanej bazylii

piernik gastronomiczny

sól

Łączymy mleko, cukier puder, cukier muscovado, utarty w moździerzu piernik oraz mąkę. Doprawiamy szczyptą soli. Ciasto dokładnie mieszamy. Podobnie do ciasta naleśnikowego wylewamy na rozgrzaną płaską patelnię, smażymy, po czym przewracamy szybkim ruchem na drugą stronę. Upieczony placek nawijamy sprawnie na okrągły trzonek, uzyskując kształt zwiniętej rurki. Pamiętajmy, że placek bardzo szybko traci elastyczności i staje się kruchy i łamliwy. Śmietanę ubijamy na gładką masę. Łączymy z miodem i drobno posiekaną bazylią. Ubitą śmietanę przekładamy do rękawa cukierniczego i wypełniamy nią rurki.