



Książka kulinarna

Powiatu Chrzanowskiego



SERNIK ŻARECKI

Masa:

1 kg sera białego (zmielić),
½ szklanki oleju,
3 szklanki mleka,
2 jajka + 4 żółtka,
1 szklanka cukru,
2 budynie śmietankowe,
można dodać olejek cytrynowy

Ciasto kruche:

30 dkg mąki,
1 jajko,
2 żółtka,
10 dkg cukru pudru,
1 łyżka smalcu,
10 dkg margaryny,
2 łyżeczki proszku do pieczenia.

Wykonanie:

Ciasto rozgnieść i rozwałkować. Następnie wyłożyć blachę papierem, spód blachy oraz boki wyścielić ciastem. Masa: w 3 szklankach mleka rozmieszać 2 budynie śmietankowe, całość wraz z serem zmiksować. Na ciasto wylać masę serową. Piec około 60 – 80 minut w piekarniku rozgrzanym do 180°. Następnie ubić pianę z 6 białek i szklanki cukru, na upieczony placek wyłożyć pianę i ponownie zapiec 10-15 minut. Piana nie może się spiec. Tak upieczone ciasto należy położyć w chłodnym miejscu, aby na pianie pojawiły się „łzy”.

CHEESECAKE FROM ŻARKI

Cheese mass:

1 kg of cottage cheese (grated),
½ cupful of oil,
3 cupfuls of milk,
2 eggs + 4 yolks,
1 cupful of sugar,
2 cream puddings,
optionally: lemon oil

Shortcake:

30 dag of flour,
1 egg,
2 yolks,
10 dag of powdered sugar,
1 spoonful of lard,
10 dag of margarine,
2 teaspoonfuls of baking powder.

Preparation:

Knead and roll out the dough. Then cover a baking tray with paper and line the bottom of the tray and its edges with the dough. Cheese mass: mix 2 cream puddings in 3 cupfuls of milk. Mix the whole with the cheese. To pour the cheese mass out to the cake. Bake for about 60-80 minutes in an oven preheated to 180°C. Then, whip egg whites and a cupful of sugar to a froth, put the froth on the cake, and put the cake back into the oven (for about 10-15 minutes). The froth cannot be burnt. The cake baked in this way should be put in a cool place in order for the froth to have “tears”.

BUCHTA Z POSYPKĄ

Składniki:

½ kg mąki pszennej,
5 dkg drożdży,
1 szklanka mleka,
10 dkg tłuszczu,
3 żółtka,
1 jajko,
10-15 dkg cukru,
szczypta soli

Kruszonka:

10 dkg mąki pszennej,
6 dkg tłuszczu,
5 dkg cukru

Wykonanie:

⅓ mąki i drożdże rozprowadzić w mleku. Pozostać do wyrośnięcia do podwójnej objętości. Pozostałą mąkę przesiać, wbić do niej jajko i żółtka, wsypać cukier, szczyptę soli i wyrośnięty rozczyzn. Wyrobić składniki, pod koniec dodać roztopiony tłuszcz. Ciasto wyrabiać do momentu, aż będzie „odstawalo” od ręki. Wyrobione ciasto przykryć ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia do podwójnej objętości. Przełożyć do wysmarowanej tłuszczem brytfanny, posmarować białkiem oraz roztrzepanym jajkiem. Można je posmarować powidłami lub ułożyć kilka cienko pokrojonych w plasterki jabłek.

Kruszonka: mąkę, tłuszcz i cukier wyrobić i odstawić do schłodzenia, zetrzeć na tarce o grubych oczkach. Ciasto posypać kruszonką. Piec w temperaturze 190° przez około 45 min.

Przepis: KGW Dulowa udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

BUCHTA WITH CRUMBLE TOPPING

Ingredients:

½ kg of wheaten flour,
5 dag of yeasts,
1 cupful of milk,
10 dag of fat,
3 yolks,
1 egg,
10-15 dag of sugar,
a pinch of salt

Crumble topping:

10 dag of wheaten flour,
6 dag of fat,
5 dag of sugar

Preparation:

Add the one third of flour and yeasts to milk. Leave it to double its size. Sieve the rest of flour, add the egg and yolks, pour the sugar, the pinch of salt, and risen leaven. Knead it, and add melted fat at the end. Carry on kneading, so that the dough falls off the hand. Cover the dough with a cloth and put in a warm place to double its size. Put it to a greased baking pan, coat it with a white of an egg or a whisked egg, or spread a plum jam over it. Optionally, put there a few thin sliced apples.

Crumble topping: knead flour, fat and sugar, leave them to cool, grind on a grater with large holes. Put the crumble topping on the dough. Bake it in 190°C for about 45 minutes.

Recipe: KGW Dulowa - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group





KOGUCIE GRZEBYKI

Składniki:

1 kg mąki,
1 masło,
1 ½ margaryny,
8 żółtek,
3 dag drożdży,
śmietana (kwaśna)

Wykonanie:

Mąkę i tłuszcze posiekać nożem, dodać żółtka i drożdże rozrobione w łyżce śmietany. Śmietanę dodawać tak, by ciasto gładko się połączyło. Wstawić do lodówki na pół godziny. Ciasto rozwałkować porcjami na 0,5 cm grubości, kroić na kwadraty o boku 3 cm, nakładać na środek twardą marmoladę, składać na pół, dłuższy bok naciąć radełkiem „na grzebyk”. Piec w temperaturze 180° na złoty kolor. Po upieczeniu posypać cukrem pudrem.

Przepis: KGW Mętków

ROOSTER'S CRESTS

Ingredients:

1 kg of flour,
1 butter,
1 ½ margarine,
8 yolks,
3 dag of yeasts,
sour cream

Preparation:

Mince the flour and fats with a knife, add yolks and yeasts diluted in a spoonful of cream. Add cream in such a way that the dough mixes smoothly. Put into a fridge for a half an hour. Roll out by portions to 0.5 cm, cut into squares with 3-cm long sides, put solid marmalade in the middle, fold in a half. Cut the longer side to form a crest. Bake them in 180°C until they are golden brown. Scatter them with powdered sugar after baking.

Recipe: KGW Mętków

SZARLOTKA SYPANA

Składniki:

2 szklanki mąki,
2 szklanki kaszy manny,
1 ½ – 2 szklanki cukru,
4 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia,
1 cukier waniliowy,
2 margaryny,
1 ½ – 2 kg jabłek pokrojonych w plasterki,
cynamon do posypania jabłek

Wykonanie:

Materiały sypkie wymieszać, podzielić na 3 części. Brytfannę wyłożyć papierem, posmarować. Rozsypać 1 część ciasta, dodać połowę jabłek. Rozsypać 2 część ciasta, znowu dodać jabłka i resztę sypkiego ciasta. Na wierzch skroić margarynę tak, aby cała powierzchnia ciasta była nią pokryta. Piec około 40 min. w temp. 180°.

Przepis: KGW Babice - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

SCATTERED APPLE PIE

Ingredients:

2 cupfuls of flour,
2 cupfuls of semolina,
1 ½ - 2 cupfuls of sugar,
4 flat teaspoonfuls of baking powder,
1 vanilla sugar,
2 margarines,
1 ½ - 2 kg of sliced apples,
cinnamon to sprinkle the apples

Preparation:

Mix dry products, and divide them in 3 parts. Line a baking pan with paper, spread. Scatter the first part of dry products, put a half of apples. Scatter the second part of dry products, once again add apples and the remaining dry products. Cut the margarine on the top, so that the entire surface is covered. Bake about 40 minutes in the temperature of 180°C.

Recipe: KGW Babice - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group



MAKOWIEC

Ciasto:

50 dkg maku, 5 dkg drożdży,
1 łyżka oleju, 3 łyżki cukru,
2 żółtka, 1 jajko całe,
szczypta soli, 1 szklanka mleka,
¼ kostki masła

Mleko podgrzać, do ½ szklanki mleka dodać drożdże, cukier i łyżkę mąki zrobić rozczyń. W pozostałym mleku rozpuścić masło, wlać do miski, dodać: olej, sól, mąkę, 2 żółtka, całe jajko i rozpuszczone drożdże. Wyrobić ciasto około 10 minut. Odstawić do wyrośnięcia.

Masa makowa:

1 szklanka maku, ½ szklanki wody,
½ kostki margaryny, 1 jabłko,
orzechy, olejek migdałowy,
1 jajko i białka pozostałe z ciasta,
½ szklanki cukru

Wykonanie:

Wodę i margarynę rozgrzać, wsypać 1 szklankę maku i dusić 20 minut. Mak 2 razy zmielić w maszynce. Dodać pozostałe składniki i dokładnie wymieszać. Wyjąć wyrośnięte ciasto, rozwałkować, nałożyć masę makową, zwinąć, położyć na papier do pieczenia i dokładnie zawinąć, odłożyć na 10 minut na blachę, aby ciasto wyrosło. Piec w 180°, około 35 minut.

Przepis: KGW Luszowice

POPPY-SEED CAKE

Dough:

50 dag of poppy-seed, 5 dag of yeasts,
1 spoonful of oil, 3 spoonfuls of sugar,
2 yolks, 1 egg,
a pinch of salt, 1 cupful of milk,
¼ of a packet of butter

Heat the milk, add yeasts, sugar, and a spoonful of flour to ½ cupful of milk, form a leaven. In the rest of the milk, melt the butter, pour into a bowl and add oil, salt, flour, 2 yolks, a whole egg, and melted yeasts. Knead the dough for about 10 minutes. Put it away until it grows.

Poppy-seed mass:

1 cupful of poppy-seed, ½ cupful of water,
½ packet of margarine, 1 apple,
nuts, almond oil,
1 egg and whites of an egg left from the dough,
½ cupful of sugar

Preparation:

Heat water and margarine, pour 1 cupful of poppy-seed, and simmer for 20 minutes, then put twice through a grinder, add the remaining ingredients, and mix carefully. Take out the grown dough, roll it out, cover with the poppy-seed mass, roll it up, put it on the paper and wrap carefully. Put the cake on a baking tray for 10 minutes until it grows. Bake in 180° C for about 35 minutes.

Recipe: KGW Luszowice





STARODAWNY KOŁACZ

Składniki:

1 kg mąki razowej,
ok ¼ litra mleka,
3 ½ dkg drożdży

Masa serowa:

1 kg sera,
¼ dkg ziemniaków,
3 jajka,
trochę cukru

Wykonanie:

Z ciepłego mleka, rozkruszonych drożdży i części mąki zrobić rozczyn. Postawić do wyrośnięcia, gdy opadnie dodać resztę mąki, sól i cukier do smaku i wyrobić ciasto, aż będzie odstawało od ręki. Ser z dodatkiem gotowanych, przecięśniętych przez praskę lub utłuczonych ziemniaków i jajek wyrabiać ręką. Gotową masę ostudzić do smaku. Z ciasta formować okrągłe placki i smarować na wierzchu masą serową. Piec w piekarniku.

Przepis: KGW Dulowa

OLD-TIME KOŁACZ

Ingredients:

1 kg of whole-wheat flour,
about ¼ l of milk,
3 ½ dag of yeasts

Cheese mass:

1 kg of cheese,
¼ dag of potatoes,
3 eggs,
a bit of sugar

Preparation:

Form leaven from warm milk, crumbled yeasts, and a part of flour. Leave it to rise, and when it falls, add the rest of flour, salt and sugar to taste, and knead the dough so that it falls off the hand. Knead the cheese with hands, adding boiled, mashed or pressed potatoes and eggs. Sweeten the ready mass to taste. Form round patches and coat them with the cheese mass. Bake on a baking pan in an oven.

Recipe: KGW Dulowa



MAZUREK

Ciasto:
50 dkg mąki,
2 jaja całe,
15 dkg miodu,
17 dkg margaryny,
½ szklanki cukru,
1 cukier waniliowy,
1 łyżeczka sody oczyszczonej

Wszystko razem zagnieść, podzielić na 3 części, każdą wyłożyć na blaszkę i upiec na złoty kolor.

Masa grysikowa:
2 ½ szklanki mleka,
8 łyżek grysiku,
¾ szklanki cukru,
30 dkg margaryny,
olejek migdałowy

1 ½ szklanki mleka zagotować z cukrem. W szklance mleka wymieszać grysik i wlać na gotujące się mleko. Gotować, aż zgęstnieje i wystudzić. Grysik utrzeć z margaryną i olejkiem.

Dodatkowo:
stoik powideł,
polewa czekoladowa

Wykonanie:
Ciasto smarujemy powidłami, połową masy grysikowej, dajemy placek i znów smarujemy powidłami i drugą połową masy grysikowej, przykładamy trzecim plackiem. Na wierzchu smarujemy polewą czekoladową.

Przepis: KGW Siersza

MAZUREK

Dough:
50 dag of flour,
2 whole eggs,
15 dag of honey,
17 dag of margarine,
½ cupful of sugar,
1 vanilla sugar,
1 teaspoonful of saleratus

Knead all ingredients, divide into 3 parts. Put each of them on a baking tray and bake until it is golden brown.

Semolina mass:
2 ½ cupfuls of milk,
8 spoonfuls of semolina,
¾ cupfuls of sugar,
30 dag of margarine,
almond oil

Boil a 1 ½ cupful of milk with sugar. Mix the semolina in a glass of milk and pour the boiling milk. Boil until it thickens, then cool it down. Grate the semolina with margarine and almond oil.

Optionally:
a jar of a plum jam
chocolate icing

Preparation:
Cover the cake with the plum jam and a half of semolina mass. Put the second layer of the cake, cover it with the plum jam and the second half of the semolina mass; then we cover it with the third part of cake. Spread the top of cake with the chocolate icing.

Recipe: KGW Siersza

PLACKI KWIATU AKACJI

Składniki:

30 dag mąki,
3 jajka,
1 szklanka mleka,
około 1 szklanki wody mineralnej gazowanej,
1-2 łyżki oleju,
sól,
gałązki kwiatu akacji
cukier puder

Wykonanie:

Gałązki kwiatu akacji opłukać pod bieżącą wodą, zostawić aby obciekły. Mąkę przesiać, wsypać do wysokiego naczynia, dodać jajka, szczyptę soli, mleko, olej. Wymieszać dobrze trzepaczką lub zmiksować na gładką masę, rozrobić z wodą, przykryć i zostawić na 30 min. Ciasto ma być jak śmietana. W rondlu podgrzać olej. 3 gałązki kwiatu akacji zamoczyć w cieście i smażyć na gorącym tłuszczu. Upieczone placki wyjąć na durszlak, posypać cukrem pudrem.

Przepis: KGW Siersza

ACACIA FLOWER FRITTERS

Ingredients:

30 dag of flour,
3 eggs,
1 cupful of milk,
about 1 cupful of sparkling mineral water,
1-2 spoonfuls of oil,
salt,
twigs of acacia with flowers
powdered sugar

Preparation:

Rinse acacia flowers in running water, and leave dip dry. Sieve the flour, pour it into a tall vessel, and add eggs, a pinch of salt, milk, and oil. Mix it carefully with a whisk or blend it to obtain a smooth mass. Dilute it with water, cover it, and leave it for 30 minutes. The dough should be like cream. Heat oil into a saucepan. Soak 3 twigs of acacia in the dough and fry them in hot fat. Put fried fritters on a sieve, and sprinkle with powdered sugar.

Recipe: KGW Siersza



PĄCZKI

Składniki:

50 dkg mąki,
6 dkg drożdży,
1 szklanka mleka,
3 łyżki cukru,
8 dkg masła,
3 żółtka + 1 całe jajko,
2 łyżki oleju,
1 łyżka spirytusu

Wykonanie:

Masło roztopić w rondelku – przestudzić. Mleko lekko podgrzać. Żółtka + 1 całe jajko + cukier utrzeć mikserem. Drożdże rozpuścić w niewielkiej ilości ciepłego mleka. Do garnka wsypać mąkę następnie dać wszystkie pozostałe składniki i wyrobić dobrze mikserem z mieszadłami. Po wyrobieniu odstawić do wyrośnięcia. Kiedy ciasto wyrośnie, wykładamy je porcjami na stolnicę oraz formujemy wałek, kroimy po kawałku, nadziewamy marmoladą i formujemy pączki. Układamy na desce do wyrośnięcia, a w tym czasie rozgrzewamy smalec i smażymy pączki. Po wystudzeniu posypujemy cukrem pudrem.

Przepis: KGW Pogorzyce

DONUTS

Ingredients:

50 dag of flour,
6 dag of yeasts,
1 cupful of milk,
3 spoonfuls of sugar,
8 dag of butter,
3 yolks + 1 whole egg,
2 spoonfuls of oil,
1 spoonful of spirit

Preparation:

Melt the butter in a saucepan; then cool it down. Heat the milk slightly. Blend yolks, a whole egg, and sugar. Melt yeasts in a small amount of warm milk. Pour the flour into a pot, add the rest of ingredients, and knead it well, using a mixer with stirrers. After kneading, put it away until it grows. Put the portions of the grown dough on a molding board, form a roller, cut it into fragments, stuff them with marmalade, and form donuts. Put them on a board to grow, and in the meantime heat the lard and fry them. When they are chilled, sprinkle with powdered sugar.

Recipe: KGW Pogorzyce





HULAJDY

Składniki:

1 kg ziemniaków,
1 l mleka,
sól,
pieprz

Wykonanie:

Ziemniaki zetrzeć na tarce, odcisnąć przez lnianą ścierkę. Wodę zostawić, aby się ustała. Do wyciśniętych ziemniaków dodać jajko, mąkę, pieprz, sól do smaku. Z odstanej wody ziemniaczanej wybrać skrobię i dołożyć do ciasta, wyrobić, formować w rękach małe kłuseczki i wrzucać na osoloną wrzącą wodę, gotować 10 min. Wodę zlać z kłusek (trochę wody zostawić), wlać mleko i powtórnie zagotować.

Przepis: KGW Płaza

HULAJDY

Ingredients:

1 kg of potatoes,
1 l of milk
salt,
pepper

Preparation:

Grate potatoes and squeeze them out through a linen cloth. Leave water to settle. Add the egg, flour, pepper to the squeezed potatoes, and add pepper and salt to taste. Remove the starch from the settled water and add it to the dough. Knead it, and form little dumplings. Put them in salted boiling water and boil for 10 minutes. Pour out the water from the dumplings, leave a bit of it, pour in the milk, and boil it once again.

Recipe: KGW Płaza



GOŁKI

Obrane ziemniaki (1kg) zetrzeć na drobnej tarce i dobrze wycisnąć przez gęstą szmatkę. Poczekać aż skrobia osiadzie na dnie, zlać wodę, skrobię dodać do wyciśniętych ziemniaków, wyrobić i formować kulki, wrzucić na osoloną wodę. Można podawać z gorącym mlekiem lub skwarkami i smażoną cebulą.

Przepis: KGW Bołęcín - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

GOŁKI

Grate peeled potatoes (1kg) on a fine grater, and squeeze them out through a thick cloth. Wait until the starch settles on the bottom, pour out the water, add the starch to the squeezed potatoes, knead it, and form small balls. Put them in the salted water. Serve with hot milk or cracklings and fried onion.

Recipe: KGW Bołęcín - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group



PIEROGI Z SOCZEWICĄ

Ciasto:

1 kg mąki,
1 jajko,
szczypta soli,
woda,
1 łyżka oleju

Mąkę i jajko wyłożyć na stolnicę. Zagnieść dodając letnią wodę i olej, do uzyskania elastycznego ciasta.

Farsz:

½ kg soczewicy,
½ kg mięsa wołowego lub wieprzowego,
½ kg ziemniaków,
1 cebula,
1 łyżka oleju,
sól,
pieprz

Cebulę zeszklić na oleju, ugotować ziemniaki, soczewicę i mięso. Następnie zmielić. Doprawić wszystko solą i pieprzem. Wyrobić wszystkie składniki.

Wykonanie:

Ciasto należy rozwałkować, wyciąć krążki, na które nakładamy farsz, zaklejamy pierogi, następnie wrzucamy na gotującą się osoloną wodę, gotujemy kilka minut po wypłynięciu pierogów na wierzch. Podawać ze skwarkami boczk.

Przepis: KGW Gromiec - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

DUMPLINGS WITH LENTIL

Dough:

1 kg of flour,
1 egg,
a pinch of salt,
water,
1 spoonful of oil

Pour the flour and the egg on a molding board. Knead them, adding lukewarm water and oil, until we get an elastic dough.

Stuffing:

½ kg of lentil,
½ kg of beef or pork,
½ kg of potatoes,
1 onion,
1 spoonful of oil,
salt,
pepper

Fry the onion on the oil until it gets transparent, boil potatoes, lentil, and meat. Mince it. Add salt and pepper. Knead all the ingredients.

Preparation:

Roll out the dough, cut circles, and put the stuffing. Stick together the brims of pierogi, then put it in boiling salted water, boil it for a few minutes, until they rise to the surface. Serve with bacon cracklings.

Recipe: KGW Gromiec - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group



PIEROGI PO NASZYMU

Ciasto:

<i>½ kg mąki,</i>	<i>5 dkg drożdży,</i>
<i>1 szklanka mleka,</i>	<i>1 kostka margaryny,</i>
<i>1 łyżeczka cukru,</i>	<i>szczypta soli</i>

Farsz:

<i>½ kg kapusty kiszonej,</i>	<i>5 dkg suszonych grzybów,</i>
<i>1 cebula,</i>	<i>sól,</i>
<i>pieprz,</i>	<i>kminek</i>

Sposób wykonania:

Ciasto zarobić, włożyć do lodówki na 1 godzinę. Kapustę ugotować, pokroić drobno. Grzybki zamoczyć na noc, wypłukać, ugotować, posiekać. Kapustę z grzybami podsmażyc na tłuszczu (oleju) z cebulką. Ciasto rozwałkować, nałożyć farsz, formować pierożki, układać na blasze. Posmarować roztrzepanym jajkiem. Upiec na złoty kolor.

Przepis: KGW Psary

PIEROGI PO NASZYMU

Dough:

<i>½ kg of flour,</i>	<i>5 dag of yeasts,</i>
<i>1 cupful of milk,</i>	<i>1 packet of margarine,</i>
<i>1 teaspoonful of sugar,</i>	<i>a pinch of salt</i>

Stuffing:

<i>½ kg of sauerkraut,</i>	<i>5 dag of dried mushrooms,</i>
<i>1 onion,</i>	<i>salt,</i>
<i>pepper,</i>	<i>caraway</i>

Preparation:

Knead the dough, put into a fridge for an hour. Cook the sauerkraut, chop it finely. Soak the mushrooms for the night, rinse them, boil, and chop. Fry the sauerkraut with mushrooms on fat (oil) with onion. Roll out the dough, add stuffing, form pierogi, and put them on a baking tray. Coat them with a whisked egg. Bake them until they are golden brown.

Recipe: KGW Psary

KOPYTKA Z OTRĘBAMI

Składniki:

ziemniaki,
otręby,
jajko,
boczek wędzony

Wykonanie:

Ziemniaki ugotować, zmielić. Z wystudzonych ziemniaków, otręb i jajka zagnieść ciasto. Uformować z kawałka ciasta wałek grubości 2 cm, kroić na skos kopytka. Gotować około 10 min. w osolonej wodzie po wypłynięciu kopytek na wierzch. Boczek wędzony pokroić w grubszą kostkę i stopić. Ugotowane kopytka wyłożyć na talerz i połączyć skwarkami. Skwarki z tłuszczem można wymieszać z kwaśną, gęstą śmietaną i połączyć kopytka.

Przepis: KGW Kwaczała

KOPYTKA Z OTRĘBAMI

Ingredients:

potatoes,
bran,
egg,
smoked bacon

Preparation:

Cook and grate the potatoes. Knead the dough from chilled potatoes, bran, and the egg. Form a 2-cm thick roller from the dough, and cut on the bias to form "kopytka". Cook them in water for 10 minutes after they came to the surface. Dice the smoked baking and melt it. Put the cooked kopytka on a plate and pour with cracklings. Optionally, mix the cracklings and the fat with thick sour cream, and pour kopytka with this mixture.

Recipe: KGW Kwaczała





KLUSKI TLONE

Składniki:

*30 dkg ziemniaków,
1 kg mąki jęczmiennej,
woda*

Wykonanie:

Mąkę mieszamy dokładnie, na sucho, po czym tlimy dokładnie w żeliwnym garnku na złoty kolor. Gdy jest już zarumieniona, zalewamy wrzącą wodą, dodajemy ugotowane, ubite ziemniaki, gotujemy na wolnym ogniu 15 min. Wody dodajemy tyle, ile zabierze mąka. Na patelni przygotowujemy wcześniej tłuszcz ze skwarkami, grzybami i zeszkłą cebulką. Kluski nabieramy na łyżkę i polewamy tłuszczem.

Przepis: KGW Mirów - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

KLUSKI TLONE

Ingredients:

*30 dag of potatoes,
1 kg of barley flour,
water*

Preparation:

Mix the flour carefully, without water, then fry it in an iron pot, until it gets golden brown. When the flour is already browned, pour it over with boiling water with cooked, carefully mashed potatoes. Cook it on a slow fire for 15 minutes. Add as much water as is absorbed by the flour. Earlier, prepare fat with cracklings, mushrooms, and fried onion. Spoon up the dumplings, and pour them with the fat.

Recipe: KGW Mirów - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group

CIEPANE KLUSKI

Składniki:

2 jajka,
30 dkg mąki,
sól,
1 szklanka wody

Wykonanie:

Mąkę przesiać, wsypać do miski. Rozmieszać mąkę z jajkami. Dodajemy tyle wody, aby ciasto dało się formować. Wyrobić ciasto łyżką do ukazania się pęcherzyków. Kłaść (maczając we wrzątku łyżkę nabierać ciasto) małe kluseczki na wrzącą, osoloną wodę. Zamieszać, gotować pod przykryciem. Wyjąć na cedzak, przelać ciepłą wodą, odsączyć z nadmiaru wody. Można zalać zupą lub okrasić stopioną słoniną albo cukrem.

Przepis: KGW Luszowice

CIEPANE KLUSKI

Ingredients:

2 eggs,
30 dag of flour,
salt,
1 glass of water

Preparation:

Sieve the flour and pour it to a bowl. Mix the flour with eggs. Add as much water as it is necessary to make the dough. Whisk the dough with a spoon until bubbles appear. Put small dumplings in the boiling salted water (spoon up the dough, soaking a spoon in boiling water). Mix, and cook it in a covered pot. Take the dumpling out on a sieve, pour them with hot water, and drain them from the excess of water. Dumplings can be poured over by a soup or served with melted pork fat or sugar.

Recipe: KGW Luszowice





PRAŻUCHA Z TWAROGIEM

Składniki:

50 dag mąki pszennej lub gryczanej,
sól,
5 dag masła lub smalcu,
20 dag twarogu

Wykonanie:

Mąkę zrumienić w piekarniku na złoty kolor, często mieszając. Pozostawić na gorącej płycie i wlać 2 szklanki wrzącej, osolonej wody, wybijając masę łyżką. Gdy prażucha stanie się pulchna, wyłożyć łyżką na półmisek, polać masłem lub topioną słoniną i posypać twarogiem. Podawać z kwaśnym lub słodkim mlekiem.

Przepis: KGW Okleśna

PRAŻUCHA Z TWAROGIEM

Ingredients:

50 dag of wheaten or buckwheat,
salt,
5 dag of butter or lard,
20 dag of cottage cheese

Preparation:

Brown the flour in the oven, mixing frequently. Leave it on a hot plate and pour 2 glasses of boiling salted water, whisking the mass with a spoon. When the prażucha becomes fluffy, put it on a plate, using a spoon. Pour it with butter or melted pork fat, and dredge it with the cottage cheese. Serve with sour or sweet milk.

Recipe: KGW Okleśna



ŻARECKIE RACUCHY Z JABŁKIEM ŁĄCKIM

Składniki:

*1 szklanka mleka,
1 łyżka cukru,
2dkg drożdży,
ok. ½ kg mąki,
1 jajko,
szczypta soli,
3 jabłka łąckie*

Wykonanie:

2 dkg drożdży rozpuścić w 1 szklance mleka. Do rozwaru dodać 1 łyżkę cukru, 1 jajko i szczyptę soli. Wszystko dobrze wyrobić. Dodawać mąkę do uzyskania konsystencji gęstej śmietany. Ciasto łać na gorący tłuszcz, układając na środek plastry jabłka łąckiego. Smażyć na złoty kolor.

Przepis: KGW Żarki - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

DROP SCONES FROM ŻARKI WITH THE ŁĄCKIE APPLE

Ingredients:

*1 cupful of milk,
1 spoonful of sugar,
2 dag of yeasts,
about 50 dag of flour,
1 egg,
a pinch of salt,
3 Łąckie apples*

Preparation:

Melt 1 cupful of milk with 2 dag of yeasts. Add a spoonful of sugar, an egg, and a pinch of salt to the solution. Knead all ingredients carefully. Add flour in the centre, until you get a consistency of thick cream. Pour the dough on a hot fat, putting the Łącko apple slices in the centre. Fry it until it gets golden brown.

Recipe: KGW Żarki - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group

ZUPA „PARZYBRODA”

Składniki:

1 ½ l wywaru z mięsa lub kości,
kapusta włoska,
½ kg ziemniaków,
cebula,
2 łyżki mąki pszennej,
sól,
pieprz,
nasiona kopru,
przyprawa do zup

Wykonanie:

Poszatowaną kapustę wraz z ziemniakami ugotować w wywarze, dodać cebulę pokrojoną w kostkę i nasiona kopru. Gdy warzywa będą miękkie, zagęścić zupę mąką z wodą. Zagotować i przyprawić do smaku solą, pieprzem i przyprawą do zup.

Przepis: KGW Babice

THE “PARZYBRODA” SOUP

Ingredients:

1 ½ l of meat or bone stock,
savoy,
½ kg of potatoes,
onion,
2 spoonfuls of wheaten flour,
salt,
pepper,
dill seed,
soup seasoning

Preparation:

Shred the savoy, cook it in the stock along with the potatoes, adding chopped onion and dill seed. When vegetables are soft, thicken the soup with flour and water. Boil it and add salt, pepper, and soup seasoning to taste.

Recipe: KGW Babice





ZALEWAJKA CHRZANOWA

Składniki:

2 l serwatki,
2 ząbki czosnku,
1 słoiczek chrzanu,
sól,
pieprz,
śmietana 30%

Wykonanie:

Serwatkę, czosnek i chrzan zagotować, przyprawić do smaku, na końcu dodać śmietanę. Podawać z ugotowanymi na twardo jajkami.

Przepis: KGW Wygielzów

ZALEWAJKA CHRZANOWA

Ingredients:

2 l of whey,
2 cloves of garlic,
1 jar of horseradish,
salt,
pepper,
cream 30%

Preparation:

Boil whey, garlic, and horseradish, add salt and pepper to taste, and add cream in the end. Serve with hard-boiled eggs.

Recipe: KGW Wygielzów

WODZIANKA MĘTKOWSKA

Składniki:

2 l wody,
20 dkg skwarek,
1 duża cebula,
1 marchew,
natka oraz korzeń pietruszki,
suszony grzybek
(kurka, zielonka lub prawdziwek),
sól i pieprz do smaku,
mąka,
masło

Wykonanie:

Do wody dodać pokrojoną w plasterki marchew, w całości wrzucić pietruszkę i grzybek. Wszystko gotować do miękkości, wrzucić skwarki. Po ugotowaniu wyjąć pietruszkę. Zrobić zasmażkę na maśle, zagotować z wywarem i wrzucić czosnek pokrojony w kostkę. Można podawać z chlebem, grzankami lub ziemniakami.

Przepis: KGW Mętków

WODZIANKA MĘTKOWSKA

Ingredients:

2 l of water,
20 dag of cracklings,
1 large onion,
1 carrot,
parsley tops and root,
dried mushroom
(chanterelle, man-on-horseback, or king boletus),
salt and pepper to taste,
flour,
butter

Preparation:

Put the sliced carrot into the water, add a whole parsley and mushrooms. Cook everything until it gets soft, add cracklings. When the soup boils, remove the parsley. Prepare a roux on butter, boil with the stock, and add diced garlic. Serve with bread, toast, or potatoes.

Recipe: KGW Mętków



KWAS BURACZANY

Składniki:

*1 kg buraków czerwonych,
30 g chrzanu,
łyżeczka kminku,
główka czosnku,
1 pietruszka,
1 marchew,
kawałek selera,
3 łyżeczki soli,
szczypta cukru,
kawałek suchego razowego chleba*

Wykonanie:

Obrane i pokrojone w plasterki buraki i warzywa zalać letnią, przegotowaną wodą (ok. 3 l) tak, aby przykryła wszystko. Na wierzchu położyć kawałek razowego chleba (przyspiesza kwaszenie). Słój nakryć ściereczką i trzymać 5-6 dni w ciepłym miejscu, po czym usunąć kożuch, a kwas przelać do butelek. Kwas można przechowywać w chłodnym miejscu przez kilka miesięcy, w szczelnie zamkniętych butelkach.

Przepis: KGW Dulowa

BEEET KVASS

Ingredients:

*1 kg of beetroots,
30 g of horseradish,
a teaspoonful of caraway,
a bulb of garlic,
1 parsley,
1 carrot,
a piece of celery,
3 teaspoonfuls of salt,
a pinch of sugar
a piece of old whole-meal bread*

Preparation:

Pour lukewarm water (about 3 l) over peeled and sliced beetroots and vegetables, until they are fully immersed. Put a piece of whole-meal bread at the top (accelerates souring). Cover a jar with a cloth and keep for 5-6 days in a warm place. Then, remove the skin, and pour the kvass into bottles. The kvass can be stored in hermetically closed bottles for several months.

Recipe: KGW Dulowa





ZUPA CEBULOWA

Składniki:

50 dkg cebuli,
10 dkg selera,
10 dkg pietruszki,
15 dkg ziemniaków,
2 żółtka,
4 łyżki utartego żółtego sera,
4 łyżki natki pietruszki,
½ łyżki masła,
sól,
pieprz

Wykonanie:

Cebulę, warzywa pokroić, dodać masło, poddusić. Zalać wrzącą wodą, dodać pokrojone ziemniaki, posolić. Ugotować, zmiksować, odstawić zaciągając żółtkiem lub śmietaną, przyprawić solą i pieprzem. Dodać ser i pietruszkę. Podawać z grzankami.

Przepis: KGW Płoki

ONION SOUP

Ingredients:

50 dag of onion,
10 dag of celery,
10 dag of parsley,
15 dag of potatoes,
2 yolks,
4 spoonfuls of grated cheese,
4 spoonfuls of parsley leaves,
½ spoonful of butter,
salt,
pepper

Preparation:

Chop onions and vegetables, add butter, and simmer it. Pour it over with boiling water, add diced potatoes, and add salt. Cook, blend, and put away, thickening the soup with the yolk or cream, add pepper and salt. Add cheese and parsley leaves. Serve with toasts.

Recipe: KGW Płoki



BARSZCZ CZERWONY (POSTNY)

Składniki:

*½ l kwasu buraczanego,
włoszczyzna (bez kapusty),
pieprz,
sól,
ziele angielskie,
listek laurowy,
100g suszonych grzybów,
5-6 świeżych buraków*

Wykonanie:

Umyte grzyby namoczyć na noc, następnie ugotować i odcedzić. Zagotować wywar z buraków i włoszczyzny. Przełać przez sito. Zmieszać z wywarem z grzybów. Dodać kwas buraczany w proporcjach: $\frac{3}{4}$ zmieszanego wywaru, $\frac{1}{4}$ kwasu. Podgrzewać barszcz do momentu wrzenia, nie dopuszczając do gotowania. Doprawić pieprzem, solą i cukrem do smaku. Przed samym podaniem zatrzeć czosnkiem. Przełać przez sito z surowym utartym burakiem. Dobry barszcz powinien być słodkawy - kwaśny. Podawać z uszkami, jajkiem lub krokietem.

Przepis: KGW Dulowa

BEETROOT SOUP (MEATLESS)

Ingredients:

*½ l of beet kvass,
soup vegetables (without cabbage),
pepper,
salt,
allspice,
bay leaf,
100g of dried mushrooms,
5-6 fresh beets*

Preparation:

Soak washed mushrooms for the night, then cook and strain them. Boil the stock from beets and soup vegetables. Pour it through a sieve. Mix it with the mushroom stock. Add beet kvass in the following proportions: $\frac{3}{4}$ of mixed stock, $\frac{1}{4}$ of kvass. Heat the soup until boiling point, not allowing it to boil. Add pepper, salt, and sugar to taste. Before serving, add garlic. Pour the soup through a sieve with a raw grated beetroot. A good beet soup should be sweet and sour. Serve with ravioli or an egg, also with a croquette.

Recipe: KGW Dulowa

ŻUR BIAŁY – ZAKWAS

Składniki:

200 g mąki żurek,
lub 100 g mąki żytniej pyłowej
i 100 g mąki żytniej razowej,
ząbek czosnku,
skórka razowego chleba

Wykonanie:

Mąkę zalać ciepłą przegotowaną wodą, dodać czosnek i skórkę z chleba. Wlać do słoja, przykryć ściereczką i zostawić na kilka dni w ciepłym miejscu. Jeżeli chcemy, aby żurek był bardziej zawieszisty i odżywczy, do słoja dodajemy 3 łyżki zwykłych płatków owsianych.

Przepis: KGW Dulowa

ŻUR BIAŁY – ZAKWAS

Ingredients:

200 g of “żurek” rye flour,
or 100 g of bolted rye flour
and 100 g of whole-meal rye flour,
a clove of garlic,
whole-meal bread crust

Preparation:

Pour warm boiled water over the flour, add garlic and bread crust. Pour everything into a jar, cover it with a cloth, and leave it in a warm place for a few days. If you want the soup to be thicker and more nutritious, add 3 spoonfuls of oatmeal.

Recipe: KGW Dulowa





ZUPA SZCZAWIOWA

Składniki:

2 garści szczawiu,
3 łyżki masła,
1 litr bulionu,
250 ml kwaśnej śmietany,
1 łyżka mąki,
5 ziemniaków

Wykonanie:

Liście szczawiu smażymy na maśle. Gdy zmiękną zalewamy bulionem i gotujemy 15 minut. Mąkę rozrabiamy ze śmietaną i zagęszczamy. 5 ziemniaków kroimy w kosteczkę i gotujemy osobno, następnie dodajemy je do zupy. Doprawiamy do smaku.

SORREL SOUP

Ingredients:

2 handfuls of sorrel,
3 spoonfuls of butter,
1 l of bouillon,
250 ml of sour cream,
1 spoonful of flour,
5 potatoes

Preparation:

Fry sorrel leaves on butter. When it softens, pour bouillon over it and cook it for 15 minutes. Mix the flour with cream and thicken the soup. Dice 5 potatoes and cook separately, then add them to the soup. Add spices to taste.

FLACZKI Z KASZĄ

Składniki:

1 kg flaczek wołowych (czystych, pokrojonych),
2 litry zimnej wody,
2 marchewki,
1 pietruszka,
7-10 dag kaszy jęczmiennej perłowej średniej grubości,
wegeta,
pieprz

Wykonanie:

Flaczki obgotować 2 razy (pamiętać o zmianie wody). Obgotowane flaczki zalać wodą i ponownie zagotować. Do gotujących się flaczek dodać marchewkę pokrojoną w plastry i pietruszkę startą na tarle o grubych oczkach, następnie wsypać kaszę. Do smaku można dodać wegetę i pieprz. W razie konieczności można również dodać rosół z mięsa wołowego.

Przepis: KGW Grojec - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

TRIPE WITH PEARL BARLEY

Ingredients:

1 kg beef tripe (clean and cut),
2 l of cold water,
2 carrots,
1 parsley,
7-10 dag of medium-size pearl barley,
the Vegeta all-purpose seasoning,
pepper

Preparation:

Boil the tripe twice (remember to change water). Pour water over the cooked tripe, and boil once again. Add sliced carrot and grated parsley to the boiling tripe. Then pour barley. The Vegeta seasoning and pepper can be added to taste. If necessary, beef broth can be added.

Recipe: KGW Grojec - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group



CHRZANÓWKA

Składniki:

2 litry świeżej serwatki,
2 łyżki tartego chrzanu korzenia,
25 dag kielbasy wiejskiej,
25 dag chudego boczku,
25 dag szynki,
6 jajek ugotowanych na twardo,
3 łyżki śmietany,
ząbek czosnku,
cebule,
sól,
pieprz

Wykonanie:

Serwatkę zagotować z 1 łyżką utartego chrzanu, dodać pokrojoną w kostkę kielbasę, boczek szynkę i białka z jajek. Wszystko gotować przez chwilę. Żółtka utrzeć ze śmietaną i łyżką mąki, jeżeli będzie za gęste rozpuścić zimną serwatką. Chwilę pogotować i odstawić. Na końcu dodać łyżkę tartego chrzanu. Przykryć. Podawać z chlebem.

Przepis: KGW Karniowice - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

CHRZANÓWKA

Ingredients:

2l of fresh whey,
2 spoonfuls of grated horseradish root,
25 dag of country sausage,
25 dag of lean bacon,
25 dag of ham,
6 hard-boiled eggs,
3 spoonfuls of cream,
a clove of garlic,
onion,
salt,
pepper

Preparation:

Boil the whey with a spoonful of grated horseradish, add chopped sausage, bacon, ham, and white of the eggs. Cook all for a while. Mix yolks with cream and a spoonful of flour. If it turns out to be too thick, dilute it with cold whey. Cook it for a while and put it away. In the end, add a spoonful of grated horseradish. Cover it. Serve with bread.

Recipe: KGW Karniowice - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group





CHŁODNIK STAROPOLSKI

Składniki:

25 dkg szynki wiejskiej,
25 dkg wiejskiej kiełbasy,
4-6 jajek ugotowanych na twardo,
1-2 słoiczki chrzanu,
250 ml jogurtu gęstego (można zastąpić maślanką),
sól, pieprz do smaku,
pomidory

Wykonanie:

składniki pokroić w grubą kostkę, jogurt wymieszać z chrzanem do smaku, dodać sól i pieprz. Z pomidora odciąć górę, wydrążyć środek, nałożyć w/w farsz, nakryć odciętą górą. Pomidory ułożyć na liściu sałaty.

Przepis: KGW Kwaczala - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

STAROPOLSKI CHŁODNIK

Ingredients:

25 dag of country ham,
25 dag of country sausage,
4-6 hard-boiled eggs,
1-2 jars of horseradish,
250 ml of dense yoghurt (can be replaced with buttermilk),
salt and pepper to taste,
tomatoes

Preparation:

Chop the ingredients, mix the yoghurt with horseradish, add salt and pepper to taste. Cut off the top of a tomato, hollow it out, stuff with the above-mentioned stuffing, and cover with the top. Place the tomatoes on a lettuce leaf.

Recipe: KGW Kwaczala - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group

CHŁODNIK Z OGÓRKA

Składniki:

2 świeże ogórki,
1 duża cebula,
1 łyżka soli,
1 ½ litra przegotowanej schłodzonej wody,
śmietana,
ocet,
cukier,
koperek – do smaku

Wykonanie:

Ogórki i cebulę pokroić w kostkę, posolić i odczekać 15 min. aż ogórki i cebula puszczą sok. Doprawić do smaku śmietaną, octem i cukrem, zalać przegotowaną wodą i posypać zielonym koperkiem. Polecany do picia w gorące dni.

Przepis: KGW Nieporaz - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

CHŁODNIK Z OGÓRKA

Ingredients:

2 fresh cucumbers,
1 large onion,
1 spoonful of salt,
1 ½ l of chilled boiled water,
cream,
vinegar,
sugar,
dill – to taste

Preparation:

Dice cucumbers and onion, add salt, and wait 15 minutes until they give off juice. Add to taste with cream, vinegar, and sugar. Pour boiled water over it and scatter green dill. Recommended to drink during hot days.

Recipe: KGW Nieporaz - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group





ZUPA ZIEMNIACZANA ZE ŚMIETANĄ

Składniki:

50 dkg ziemniaków,
15 dkg włoszczyzny,
1 dkg grzybów suszonych (mogą być świeże),
1 $\frac{3}{4}$ l wody,
 $\frac{1}{4}$ l śmietany,
2 dkg mąki,
sól,
1 łyżka zielonej pietruszki i koperku

Wykonanie:

Ugotować wywar z grzybów i oczyszczonych warzyw. Ziemniaki pokroić w kostkę, dodać do wywaru z warzyw. Dodać mąkę ze śmietaną, posiekaną pietruszkę i koperek. Ziemniaczankę można przyrządzać też na wywarze mięsnym, zamiast śmietany można dodać zasmażkę.

Przepis: KGW Pogorzycze

POTATO SOUP WITH CREAM

Ingredients:

50 dag of potatoes,
15 dag of soup vegetables,
1 dag of dried mushrooms (can be fresh),
1 $\frac{3}{4}$ l of water,
 $\frac{1}{4}$ l of cream,
2 dag of flour,
salt,
1 spoonful of parsley and dill

Preparation:

Cook the stock from mushrooms and cleaned vegetables, cook diced potatoes on the vegetable stock. Add flour with cream, chopped parsley and dill. This potato soup can be prepared on a meat stock, and add roux instead of cream.

Recipe: KGW Pogorzycze



PEĆCAK Z „GROCHEM”

Składniki:

*½ kg kaszy pęczak,
½ l kolorowej fasoli*

Wykonanie:

0,5 kg kaszy pęczak ugotować do miękkości. Wieczorem namoczyć 0,5 l fasoli kolorowej, może być czerwonej, ugotować w osobnym naczyniu. Gdy kasza i fasola są miękkie, należy je ze sobą połączyć, wymieszać, nie odlewać wody z fasoli. Gdy potrawa jest zbyt gęsta, należy dolać wodę i chwilę gotować. Okrasić stopioną słoniną i zeszkłąną cebulą. Do tego dania można popijać mleko, najlepiej zsiadłe.

Przepis: KGW Mętków

PEĆCAK Z „GROCHEM”

Ingredients:

*½ kg hulled barley,
½ l of coloured bean*

Preparation:

Cook 0.5 kg of hulled barley until it softens. In the evening, soak 0.5 l of coloured bean, may be red, and cook it in a separate vessel. When they soften, put them together, and mix them. Do not pour out the water from beans. If the dish is too dense, add some water, and cook for a while. Add melted pork fat and fried onion. The dish tastes best with curds.

Recipe: KGW Mętków

ŻEBERKA WIEPRZOWE FASZEROWANE

Składniki:

1 kg żeberek wieprzowych,
3 dkg tłuszczu,
¼ kg kwaszonej kapusty,
5 grzybków suszonych,
1 mała cebula,
sól

Wykonanie:

Z mięsa wyjąć kości. Kapustę ugotować i wymieszać z ugotowaną cebulą i grzybkami (grzybki powinny być dobrze posiekane). Farsz nakłada się na jedną stronę mięsa i przykrywa drugą częścią mięsa, całość należy zszyć. Mięso pieczemy w piekarniku. Przed wydaniem z mięsa usunąć nitkę.

Przepis: KGW Okleśna

STUFFED PORK RIBS

Ingredients:

1 kg of pork ribs,
3 dag of fat,
¼ kg of sauerkraut,
5 dried mushrooms,
1 small onion,
salt

Preparation:

Remove bones from the meat. Cook sauerkraut and mix it with chopped mushrooms cooked with onion. Put the stuffing on one side of the meat. Cover the stuffing with the second side of meat, and stitch it in order for the stuffing not to escape. Put the meat into oven. Before serving, remove the thread, which was used to stitch the meat.

Recipe: KGW Okleśna



KAPUSTA Z GROCHEM

Składniki:

5 kg kapusty kiszzonej,
2 średnie białe kapusty,
2 kg grochu malinówka,
1 kg grochu łupanego,
3 kg boczku wędzonego,
2 kg słoniny,
2 kg cebuli,
sól,
pieprz,
liść laurowy,
ziele angielskie

Wykonanie:

Kapustę kiszzoną ugotować, pokroić. Osobno ugotować kapustę białą. Groch namoczyć na noc, następnie ugotować. Groch łupany gotować osobno. Osobno usmażyć słoninę, następnie boczek wraz z cebulą. Wszystkie składniki razem wymieszać, doprawić do smaku solą, pieprzem i przyprawą maggi. Można dodać kilka ziemniaków.

Przepis: KGW Młoszowa- udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

SAUERKRAUT WITH PEAS

Ingredients:

5 kg of sauerkraut,
2 medium cabbages,
2 kg of “malinówka” peas,
1 kg of cracked peas,
3 kg of smoked bacon,
2 kg of pork fat,
2 kg of onion,
salt,
pepper,
bay leaf,
allspice

Preparation:

Cook and cut the sauerkraut. Cook cabbage separately. Soak the peas for the night, then cook it. Cook the cracked peas separately. Fry the pork fat. Separately fry the bacon, add the onion. Mix all ingredients together, add salt, pepper, and the Maggi sauce to taste. Optionally, add a few potatoes.

Recipe: KGW Młoszowa- provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group





NALEWKA Z ARONII

Składniki:

*1 kg aronii,
120 liści z drzewa wiśniowego,
1 kg cukru,
1 opakowanie cukru waniliowego,
1 łyżeczka kwasu cytrynowego,
1 l wody,
½ l spirytusu*

Wykonanie:

Aronię i liście wyplukać, wrzucić do dużego garnka, zalać wodą i zagotować, po 10 minutach od zagotowania dodać cukier oraz cukier waniliowy. Gotować 10 minut, na koniec dodać kwas i odstawić na 24 godz. Po tym czasie odcedzić i dodać spirytus, rozlać do butelek. Odstawić, im dłuższy czas leżakowania, tym nalewka jest lepsza.

Przepis: KGW Babice

CHOKEBERRY LIQUEUR

Ingredients:

*1 kg of chokeberry,
120 leaves of cherry tree,
1 kg of sugar,
1 packet of vanilla sugar,
1 teaspoonful of citric acid,
1 l of water,
½ l of spirit*

Preparation:

Rinse chokeberry and cherry leaves, put them into a large pot, pour them over with water, and boil them. 10 minutes after boiling, add sugar, vanilla sugar, boil it for 10 minutes. In the end, add the citric acid, and leave the liqueur for 24 hours. Then, strain it and add spirit. Pour into bottles. The longer it stands, the better it tastes.

Recipe: KGW Babice



NALEWKA Z PIGWY

Składniki:

*1 kg owoców pigwy,
1 kg cukru,
½ litra wódki,
½ litra spirytusu*

Wykonanie:

Owoce pigwy dokładnie umyć, osuszyć, oczyścić z gniazd nasiennych, pokroić na kawałki. Wrzucić do słoja, przesypano cukrem. Odstawić na 2 tygodnie. Po tym czasie zlać syrop do osobnego naczynia, dodać spirytus i zmieszać. Odstawić na 2 miesiące. Po tym czasie przefiltrować i zlać do butelki. Pozostałe owoce zalać wódką i po około 3 tygodniach przefiltrować i przelać do butelki. Na koniec połączyć oba roztwory.

Przepis: KGW Psary

QUINCE LIQUEUR

Ingredients:

*1 kg of quince,
1 kg of sugar,
½ l of vodka
½ l of spirit*

Preparation:

Wash the quince fruit carefully, dry and core them, cut them into pieces. Put the quince into a jar, sprinkle it with sugar. Put it away for 2 weeks. Then, pour the syrup to a separate vessel, add spirit, and mix it. Leave for 2 months. Then, filter it and pour into a bottle. Pour the remaining fruit with vodka, and filter them after about 3 weeks, and pour the liquid into a bottle. In the end, mix both solutions.

Recipe: KGW Psary

NALEWKA „NAWŁOĆKA DULOWSKA”

Składniki:

½ litra czystej wódki 40%,
2 duże łyżki miodu z nawłoci,
sok z ½ cytryny,
szczypta cynamonu mielonego
(lub utrzeć z laski),
100 ml wody gotowanej

Wykonanie:

Miód rozpuścić w letniej wodzie (35°- 40°), dolać koch z cytryny oraz otarty cynamon. Pozostawić na 1 dzień. Następnie całość wlać do alkoholu i wymieszać. Odstawić na około dwa tygodnie.

Przepis: KGW Dulowa

THE “NAWŁOĆKA DULOWSKA” LIQUEUR

Ingredients:

½ l of pure 40% vodka,
2 large spoonfuls of goldenrod honey,
juice from ½ of lemon,
a pinch of ground cinnamon
(can be grated from a cinnamon stick),
100 ml of boiled water

Preparation:

Melt the honey in lukewarm water (35- 40°C), add the lemon juice, and ground cinnamon. Leave it for one day. Then pour the whole mixture into alcohol and mix it. Leave it for about two weeks.

Recipe: KGW Dulowa





NALEWKA WIŚNIOWA

Składniki:

*50 dag bardzo dojrzałych i soczystych wiśni,
25 dag sliwek kalifornijskich,
1 szklanka płynnego miodu pszczelego,
15 goździków,
1 litr spirytusu,
3 szklanki przegotowanej wody*

Wykonanie:

Wiśnie umyć, połowę wydrylować i wsypać wszystkie do gąsiorka. Zalać miodem pszczelim, przykryć ściereczką i odstawić. Mniej więcej po 24 godzinach dodać goździki oraz wymyte, osuszone i pokrojone w paseczki śliwki. Zalać wszystko litrem spirytusu wymieszanego z 3 szklankami przegotowanej wody. Gąsiorek dokładnie zakorkować i trzymać w ciepłe przez 10-12 dni, codziennie nim potrząsać. Zlać alkohol, dodać płyn z odcisniętych przez płótno owoców. Całość przefiltrować przez gazę lub bibułę, rozlać nalewkę do karefek i zakorkować. Podawać nie wcześniej niż po 6 miesiącach.

Przepis: KGW Okleśna

CHERRY LIQUEUR

Ingredients:

*50 dag of very ripe cherries,
25 dag of dried plums,
1 cupful of liquid bee honey,
15 cloves,
1 l of spirit,
3 glasses of boiled water*

Preparation:

Wash cherries, pit them, and put into a flagon. Pour it over with honey, cover it with a cloth, and put it away. After more or less 24 hours, pour inside cloves and washed plums, dried and cut into strips. Pour it all over with one litre of spirit mixed with 3 glasses of boiled water. Cork the flagon carefully up and keep it in warm for 10-12 days. Shake it every day. Then pour out alcohol, add the liquid from fruit squeezed through a cloth. Filter the whole through gauze or filter paper. Pour the liqueur into carafes, and cork them up. Serve not earlier than after 6 months.

Recipe: KGW Okleśna

NALEWKA Z LEŚNYCH JEŻYŃ

Składniki:

2kg jeżyn,
70 dkg cukru,
½ l spirytusu 96%,
½ l wódki 40%

Wykonanie:

Jeżyny opłukać i włożyć do słoja, przesypując cukrem. Przykryć i pozostawić w temperaturze pokojowej na 8-10 dni, aż puszczą sok. W tym czasie często mieszać owoce, potrząsając słojem. Gdy puszczą sok, należy zalać je spirytusem i odstawić na 2 tygodnie. Od czasu do czasu do czasu potrząsać słojem. Nalewkę znad jeżyn zlać do innego naczynia, a owoce zalać po raz drugi wódką i odstawić na kolejne 2 tygodnie. Po tym czasie zlać płyn znad owoców, przefiltrować go przez bibułę i połączyć z pierwszą nalewką. Ponownie przefiltrować przez bibułę i rozlać do butelek. Szczelnie zamknąć, odstawić na pół roku, by trunek dojrzał.

Przepis: KGW Balin

BLACKBERRY LIQUEUR

Ingredients:

2 kg of blackberries,
70 dag of sugar,
½ l of 96% spirit,
½ l of 40% vodka

Preparation:

Rinse blackberries and put them into a jar, dredging it with sugar. Cover them and leave in room temperature for 8-10 days, until they give off juice. During this time, mix the fruit frequently through shaking the jar. When the blackberries give off juice, pour them over with spirit, and put them away for 2 weeks. Shake the jar from time to time. Pour the blackberry liqueur into a different vessel, pour the fruit over with vodka, and leave them for the next 2 weeks. Then, pour out the liquid from the fruit, filter it through a filter paper, and mix it with the first liqueur. Then, filter the mixture through filter paper and pour it into bottles. Close the bottles hermetically and leave them for a half of a year to ripe.

Recipe: KGW Balin





KARP LUB DORSZ W ZALEWIE OCTOWEJ

Składniki:

*1kg ryby,
4 średnie cebule,
sól,
pieprz,
liść laurowy,
ziele angielskie,
4 łyżki octu,
pół łyżeczki cukru,
pół łyżeczki soli*

Wykonanie:

Zagotować 1l wody, dodać cebulę pokrojoną w plastry, sól, pieprz, liść laurowy, 4 łyżki octu, ziele angielskie, cukier. Gotować 5 minut, aż cebula zmięknie, odstawić i ostudzić. Rybę oprawić, pokroić w kawałki, panierować w mące, rozbitym jajku i bułce tartej. Następnie usmażyć na oleju. Ułożyć w salaterce i zalać ostudzoną zalewą.

Przepis: KGW Okleśna

CARP OR COD IN VINEGAR MARINADE

Ingredients:

*1 kg of fish,
4 medium onions,
salt,
pepper,
bay leaf,
allspice,
4 spoonfuls of vinegar,
½ teaspoonful of sugar,
½ teaspoonful of salt*

Preparation:

1 l of water (Boil) Add the sliced onion, salt, pepper, bay leaf, allspice, 4 spoonfuls of vinegar, and sugar. Cook it for 5 minutes, until the onion gets soft. Put it away and cool it down. Dress the fish, cut it into pieces, and batter it in flour, egg, and breadcrumbs. Fry it in oil. Put it on a salad bowl, pour it over with the chilled marinade.

Recipe: KGW Okleśna



MELASA CHRZANOWA WIELKANOCNA

Składniki:

*½ kg kielbasy swojskiej,
½ kg boczku gotowanego wędzonego chudego,
½ kg szynki wędzonej z kością,
5 jajek na twardo*

Wykonanie:

Wszystkie produkty pokroić w kostkę i wymieszać w dużej misie. 1 żółtko pokroić, włożyć do garnuszka, wlać 0,5 l przegotowanej wody, dodać łyżkę octu i 1 łyżkę cukru, wszystko rozmieszać, dodać chrzan utarty na grubej tarce, doprawić pieprzem, zieloną pietruszką. Wszystko razem wymieszać i podawać na zimno z chlebem w bulionówkach.

Przepis: KGW Libiąż - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”

EASTER HORSE RADISH MOLASSES

Ingredients:

*½ kg of home-made sausage,
½ kg lean cooked smoked bacon,
½ kg smoked ham with a bone,
5 hard-boiled eggs*

Preparation:

Dice all the ingredients and mix in a large bowl. Cut one yolk, put it into a pot, pour 0.5 l of boiled water, add a spoonful of vinegar and a spoonful of vinegar, mix everything. Add horseradish, grated on a coarse grater. Add pepper and parsley. Mix everything and serve it cold in bouillon cups with bread.

Recipe: KGW Libiąż - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group



SODRA LIBIĄSKA

Składniki:

1 kostka smalcu,
1 kg boczku wędzonego surowego,
1 kg kielbasy swojskiej,
1 kg szynki wędzonej, niegotowanej,
20 jajek,
1 kg korzeni chrzanu,
pieprz,
sól

Wykonanie:

Boczek, kielbasę i szynkę pokroić w kostkę, podsmażyć na smalcu. Chrzan zetrzeć na grubej tarce. Chrzan dodać do ugotowanych, pokrojonych w ćwiartki 10 jajek, ciągle mieszając dodać do smażonki. Wbić 10 surowych jajek i ciągle mieszając doprawić pieprzem i solą do smaku.

Przepis: KGW Libiąż - udostępniony przez Lokalną Grupę Działania „Partnerstwo na Jurze”



SODRA LIBIĄSKA

Ingredients:

1 bar of lard,
1 kg of raw smoked bacon,
1 kg of home-made sausage,
1 kg of raw smoked ham,
20 eggs,
1 kg of horseradish root,
pepper,
salt

Preparation:

Dice bacon, sausage, and ham. Fry them in lard. The Horseradish root grate on a coarse grater. Add horseradish to 10 boiled eggs, cut into quarters. Add it to the fried meat, stirring constantly. Add 10 raw eggs, and, still stirring, add salt and pepper to taste.

Recipe: KGW Libiąż - provided by the “Partnerstwo na Jurze” Local Activity Group





ZIEMNIAKI PO CABAŃSKU

Składniki:

5kg ziemniaków,
1 kg kielbasy,
70 dkg boczku,
½ kg cebuli,
¼ kg marchwi,
1 pęczek naci pietruszki,
½ średniej wielkości buraka

Wykonanie:

Ziemniaki należy obrać ze skórki i pokroić w ćwiartki lub plastry, cebulę pokroić w plastry, marchew pokroić w plastry, buraka pokroić na bardzo cienkie pół – plastry, natkę pietruszki należy drobno posiekać, boczek pokroić w plastry lub kostkę, kielbasę pokroić w plastry lub kostkę, przygotować pojedyncze liście kapusty, które posłużą do przykrycia garnka, przygotować przyprawy: sól, pieprz.

W garnku żeliwnym lub glinianym układamy na przemian warstwami ziemniaki pokrojone w ćwiartki lub plastry, kielbasę w plasterkach, grube plastry boczku, zieloną pietruszkę, cebulę, marchew, burak wg uznania. Doprawiamy poszczególne warstwy solą i pieprzem. Zawartość przykrywamy liśćmi kapusty oraz świeżo wykopany marnem. Garnek ustawiamy na ceglach, nad ogniskiem. Pieczemy na wolnym ogniu ok. 50 min lub do momentu, aż poczujemy wydobywający się zapach.



CIOBAN POTATOES

Ingredients:

5kg of potatoes,
1 kg of sausage,
70 dag of bacon,
½ kg of onion,
¼ kg of carrot,
1 bunch of parsley,
½ medium-size beet

Preparation:

Peel the potatoes and cut them into quarters or slice them. Slice the onion and the carrot. Cut the beet in a half and slice it. Chop the parsley very finely, slice or dice the bacon. Slice or dice the sausage. Prepare single leaves of cabbage that will be used to cover a pot. Prepare pepper and salt.

In an iron or clay pot, place alternatively layers of potato quarters/slices, sliced sausage, thick slices of bacon, parsley, onion, carrot (optionally beet). Add salt and pepper to each layer. Cover everything with cabbage leaves and freshly dug out turf. Place the pot on bricks, over fire. Roast it on slow fire for about 50 minutes or until we can smell the fragrance coming out the pot.

Starostwo Powiatowe w Chrzanowie składa podziękowania Kołom Gospodyń Wiejskich z terenu Powiatu Chrzanowskiego oraz Lokalnej Grupie Działania „Partnerstwo na Jurze” za współpracę oraz przekazanie przepisów i fotografii do Książki Kulinarnej Powiatu Chrzanowskiego.

Opracowanie:

Wydział Promocji i Funduszy Pozabudżetowych

Starostwo Powiatowe w Chrzanowie,

ul. Partyzantów 2, 32-500 Chrzanów

tel. 32/ 625 79 00, fax. 32/ 625 79 04

e-mail: starostwo@powiat-chrzanowski.pl

www.powiat-chrzanowski.pl

Fotografie: www.fotolia.pl

Skład: Ewelina Zawadzka

Druk: NEXO Drukarnia, www.nexo.pl



Publikacja zrealizowana w ramach projektu Powiatu Chrzanowskiego pn. „Pakiet Turysty Chrzanowskiego” - przygotowanie i wydanie publikacji informacyjnych i materiałów promujących powiat chrzanowski, dofinansowanego ze środków Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007 - 2013, w ramach Działania 413 „Wdrażanie lokalnych strategii rozwoju” z zakresu małych projektów