



KUCHNIA POLSKA



**PAMIĄTKOWA KSIĘGA
KUCHARSKA**

rok szkolny 2018/2019

WSTĘP

Wykwintne specjały polskiej kuchni pojawiły się w naszej Szkole w dniu 22 października 2018 roku w ramach Rodzinnego Konkursu Kulinarnego „Prysmaki Kuchni Polskiej”. Do konkursu przystąpiło 21 rodzin uczniów i uczennic kl. 0-3, które przygotowały 16 przysmaków słodkich i 7 przysmaków wytrawnych. Na konkursowym stole wśród potraw słodkich zagościły drożdżowe bułeczki, staropolskie rogaliki, aromatyczne ciasteczka, tradycyjny murzynek, słodziutki dżem winogronowy, smagowski śmietaniarz, wyjątkowy torcik makowy, niepowtarzalne biało-czerwone pierogi, smakowite chrusty i faworki oraz królowa szarlotka. Wśród potraw wytrawnych degustowano aromatyczny żur śląski oraz krem z dyni, kolorową sałatkę jarzynową, pierogi z mazowieckiej chaty, klasyczne kopytka, złocisty kotlet schabowy oraz wyśmienity chleb żytni na zakwasie ze swojskim smalcem i kiszonymi ogórkami. Prysmaki polskiej kuchni zachwyciły nie tylko bogactwem smaków, ale także oryginalnym sposobem podania.

W Rodzinnym Konkursie Kulinarnym „Prysmaki Polskiej Kuchni” jury przyznało następujące miejsca:

- kategoria „Prysmaki słodkie”

I miejsce – Kornel Wach z kl. 1a za „Szarlotkę mojej Prababci”,

II miejsce – Inka Gajda z kl. 3b za „Pierogi na słodko”,

III miejsce – Mateusz Czechowicz z kl. 1a za „Rogaliki staropolskie”,

wyróżnienie – Wiktoria Koziarkiewicz z kl. 1a za „Chrust”,

- kategoria „Prysmaki wytrawne”

I miejsce – Michał Pasternak z kl. 3b za „Chleb żytni na zakwasie, smalec i ogórki kiszone”,

II miejsce – Aleksandra Kowalak z kl. 3b za „Żur śląski”,

III miejsce – Hanna Wywiął z kl. 0b za „Kotlet schabowy”.

Szczególne podziękowania i uznanie należą się również pozostałym uczestnikom konkursu, którzy w gronie rodzinnym doświadczyli kulinarnej przygody, inspirowanej polskimi smakami. Z dumą oznajmiamy, iż są to następujący uczniowie i uczennice: Janek Mackowiak z kl. 2a, Lena Metera z kl. 1c, Michał Kopania z kl. 1c, Hania Ryba z kl. 1c, Maksymilian Mizera z kl. 1a, Wiktor Kocjan z kl. 1a, Natalia Ślęzak z kl. 2a, Maja Zderkiewicz z kl. 0a, Aleksandra Kaczyńska z kl. 1b, Przemysław Zajęc z kl. 0a, Iza Urban z kl. 0b, Stanisław Żyłkowski z kl. 1a, Weronika Zawiślińska z kl. 1a.



SŁODKIE
PRZYSMAKI o.k.
KUCHNI
POLSKIEJ



I miejsce w kategorii – słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Kornel Wach

SZARLOTKA MOJEJ PRABABCI

Składniki:

- 4 szklanki mąki
- 5 żółtek
- 1 margaryna
- 1 szklanka cukru pudru
- 1 cukier waniliowy
- 3 łyżki oleju
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżka kaszy manny (do posypania spodu przed nałożeniem jabłek)
- 2 kg 50 dag jabłek- szara reneta
- do jabłek - 1 łyżeczka cynamonu, pół łyżeczki kardamonu



II miejsce w kategorii - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Inka Gajda

PIEROGI NA SŁODKO

Składniki:

Ciasto:

- 350 g mąki poznańskiej
- 1 jajko
- 125 ml letniej wody, ewentualnie z dodatkiem naturalnego barwnika (w naszym przypadku soku z buraka)
- 1 szczypta soli



Farsz biały:

- 400 g sera białego półtłustego
- 2 żółtka
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 łyżka cukru waniliowego

Ser rozetrzyj widelcem, połącz z resztą składników tak, by powstała jednolita masa.

Farsz czerwony:

- 1 opakowanie mrożonych truskawek
- 2 łyżki bułki tartej
- 2 łyżki cukru pudru

Wymij truskawki do miski i zostaw na około 15 minut w temperaturze pokojowej. Po tym czasie dodaj do nich bułkę tartą i cukier. Wymieszaj tak, by każda truskawka była pokryta suchymi składnikami.

Przygotowanie:

Przesiej mąkę na stolnicę. Zrób dołek w kupce mąki, wbij do niego jajko i dosyp sól. Zagniataj ciasto stopniowo dodając do niego wodę. Wyrabiaj ciasto energicznie. Ciasto powinno być sprężyste i odchodzić od ręki. Zostaw ciasto w misce pod przykryciem na około 15 minut. Po tym czasie podziel ciasto na 4 części. Jedną po drugiej rozwałkuj na placek o grubości około 2 mm, podsypując odrobiną mąki. Brzegiem szklanki wycinaj w placku kółka. Resztki ciasta możesz ugotować lub rozwałkować jeszcze raz z następną porcją ciasta. Na każdy placek z ciasta nakładaj porcję farszu wielkości około 1 łyżeczki od herbaty lub 1 truskawkę. Składaj placek na pół, zamykając wewnątrz farsz lub owoc. Zaklejaj brzeg „szczypiąc” pieroga kciukiem i palcem wskazującym. Zagotuj wodę z odrobiną soli i 2 łyżkami oleju słonecznikowego. Do gotującej wody wrzucaj pierogi partiami po około 6-10 sztuk na raz, lekko mieszaj. Poczekaj, aż pierogi wypłyną na powierzchnię gotującej się wciąż wody. Wyjmuj łyżką cedzakową na półmisek posmarowany olejem. Zjadaj od razu lub pozostaw do wystygnięcia. Polecamy z dodatkiem sosów: truskawkowego lub jogurtowo-miodowego



III miejsce w kategorii – słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Mateusz Czechowicz

ROGALIKI STAROPOLSKIE

Składniki:

- 300g mąki
- 200 g masła
- 100 g cukru pudru
- 2 żółtka
- 1 łyżka gęstej śmietany
- szczypta soli
- słoiczek powideł śliwkowych
- gruby cukier do posypania
- białko kurze do posmarowania



Przygotowanie:

Mąkę posiekać ze schłodzonym, skrojonym na kawałki masłem. Rozkruszyć w palcach. Dodać cukier puder, żółtka, śmietanę i szczyptę soli. Wymieszać i zagnieść ciasto. Zawinąć w folię spożywczą, schłodzić w lodówce. Schłodzone ciasto rozwałkować na grubość 0,5 cm. Pokroić w trójkąty. Na każdy trójkąt nałożyć troszkę powideł, zwinąć w rulon, wygiąć w rogalik. Rogaliki ułożyć na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Każdy rogalik posmarować białkiem i posypać grubym cukrem. Piec w temperaturze 200°C do momentu, aż ciasto zarumieni się.



wyróżnienie w kategorii – słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Wiktoria Koziarkiewicz

CHRUST

Składniki:

- 3 żółtka
- 120 g mąki
- 1 łyżeczka masła
- 1 łyżka śmietany
- 1 łyżeczka octu jabłkowego
- olej do smażenia



Przygotowanie:

Wyrabiamy ciasto, potem wałkujemy bardzo cienko. Następnie kroimy w paski, a paski w romby. Każdy romb nacinamy centralnie i przekładamy końcówkę rombu tworząc pętelkę. Faworki smażymy na rozgrzanym oleju na złoty kolor po obu stronach. Posypujemy cukrem pudrem. Ozdabiamy kwiatkami z lukru plastycznego.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Hania Ryba

MAŚLANE CIASTECZKA

Składniki:

- 600 g mąki
- 200 g masła
- pół łyżeczki proszku do pieczenia
- 3/4 szklanka cukru pudru
- cukier waniliowy
- 3 żółtka
- 1/2 szklanki śmietany
- białko do smarowania/opcjonalnie cukier do posypania



Przygotowanie:

Wszystkie składniki dokładnie wymieszać. Ciasto rozwałkować i wyciąć kształty. Ciasteczka posmarować białkiem i posypać cukrem. Piec około 15 minut w temperaturze 180°C.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Iza Urban

CIASTECZKA IZY

Składniki:

- 150 g miękkiego masła
- 70 g drobnego cukru
- 150 g mąki tortowej
- 75 g mąki ziemniaczanej



Przygotowanie:

Masło utrzeć z cukrem. Dodać przesianą mąkę. Zagnieść ciasto i uformować z niego kulę. Ciasto zawinąć w folię i włożyć do lodówki na około 30 minut. Piekarnik nagrzać do temperatury 160°C. Ciasto rozwałkować na stolnicy posypanej mąką. Foremkami wycinać kształty. Piec 15 minut.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Lena Metera

FAWORKI

Składniki:

- 230 g mąki pszennej
- 4 żółtka
- 20 g masła
- 25 ml spirytusu
- 100 ml kwaśnej śmietany
- szczypta soli
- 500 g tłuszczu do smażenia



Przygotowanie:

Wszystkie składniki włożyć do miski i wyrobić. Ciasto podzielić na części. Cienko rozwałkować na grubość 1-2 mm. Kroić w paski szerokości 3 cm. Uformować faworki. Smażyć z obydwu stron na złoty kolor. Posypać cukrem pudrem.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Maja Zderkiewicz

CHRUST

Składniki:

- 2 szklanki mąki
- 5 żółtek
- 5 łyżek śmietany



Przygotowanie:

Wszystko mieszamy i smażymy.



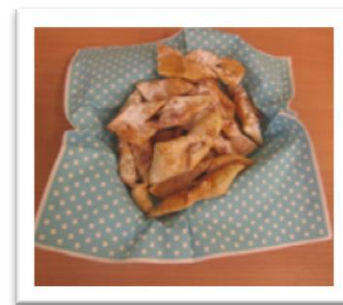
kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Maks Mizera

FAWORKI BABCI ANI

Składniki:

- 200 g mąki
- 3 żółtka
- 3 – 4 łyżki śmietany 18%
- 1 płaska łyżeczka proszku do pieczenia (opcjonalnie)
- 1 łyżka spirytusu
- szczypta soli



Przygotowanie:

Wymieszać mąkę ze śmietaną. Zrobić dołek w środku mąki, dodać żółtka, sól, spirytus i proszek do pieczenia. Wszystkie składniki zagnieść na jednolite ciasto (podobne jak do makaronu). Rozwałkować na cienkie ciasto. Nożem wyciąć paski (ścięte na końcach prostokąty). W środku każdego paska zrobić nacięcie, przez które przełożyć (przewlec) jeden koniec ciasta. Złapać za końce i delikatnie potrząsnąć, aby faworek miał ładny kształt. Odkładać na bok i trzymać pod ściereczką podczas wycinania kolejnych faworków. Piec na głębokim tłuszczu (olej lub smalec). Odkładać na talerz wyłożony papierowym ręcznikiem, aby odsączyć nadmiar tłuszczu. Faworki podawać posypane cukrem pudrem.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Michał Kopania

GOSPODA SPOD SMAGOWA NA ŚMIETANIARZA

Składniki:

Ciasto

- 5 szklanic mąki
- 1 kostka masła
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 4 łyżki cukru pudru
- 5 żółtek



Weźmij ugnieść wszystko razem. Zrób pięć krążków i każdy z nich piecz 12 minut w temperaturze 180 °C.

Krem

- pół litra śmietanki słodkiej i gęstej
- pół litra śmietanki słodkiej i rzadkiej
- 4 łyżki cukru pudru
- sok z połowy cytryny

Weźmij ubij wszystko razem.

Przygotowanie:

Przełóż krążki kremem i czekaj 1 dzień. Potem przyciśnij ciężarem i czekaj 2 dni. Na koniec pocukrowawszy ciasto podaj na stół.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Natalia Ślęzak

TORCIK MAKOWY

Składniki:

Ciasto:

- 4 szklanki maku
- 6 jajek
- ½ szklanki cukru
- ½ kostki masła
- 3 łyżki tartej bułki lub pokruszonych herbatników
- 3 łyżki miodu
- 1 łyżka proszku do pieczenia
- 10 dkg rodzynek
- 10 dkg wiórków kokosowych
- 2 łyżki skórki pomarańczowej smażonej
- ½ słoika smażonych wiśni
- 10 dkg drobno pokrojonych orzechów włoskich
- kilka kropli olejku rumowego lub migdałowego

Krem:

- 3 żółtka
- ½ szklanki cukru
- 1 opakowanie serka mascarpone
- sok z połówki cytryny

Lukier:

- 8 łyżek cukru pudru
- kilka łyżek soku z cytryny
- kropla alkoholu (opcjonalnie)



Przygotowanie:

Ciasto:

Mak namoczyć na noc, w mleku lub wodzie. Następnie gotować na bardzo małym ogniu około 1 godzinę. Przepędzić przez gęste sitko i zmielić 2 razy. W osobnej dużej misie utrzeć mikserem 6 żółtek z ½ szklanki cukru na puch. Następnie dodać ½ kostki miękkiego masła i wszystko razem zmiksować. Do tego dodać i dokładnie wymieszać: zmielony mak, miód, tartą bułkę zmieszaną z proszkiem do pieczenia, wszystkie bakalie, kilka kropli olejku rumowego lub migdałowego. Ubić pianę z 6 białek i ½ szklanki cukru. Na samym końcu dodać do masy makowej oraz delikatnie wymieszać. Piec w tortownicy (jest to konieczne, ponieważ ciasto inaczej się nie wyjmie) około 60 minut w temperaturze 180°C. Po upieczeniu wystudzić. Ciasto przekroić długim i szerokim nożem w połowie wysokości. Delikatnie zdjąć wierzch na blat i przełożyć kremem. Ponownie delikatnie położyć wierzch torcika na warstwę kremu. Wierzch ozdobić lukrem.

Krem:

Utrzeć mikserem 3 żółtka z ½ szklanki cukru na puch. Następnie dodawać serek mascarpone i sok z połówki cytryny. Wszystko zmiksować na jednolitą masę.

Lukier:

Do miseczki wsypać cukier puder, trochę alkoholu, kilka kropli soku z cytryny. Wszystko utrzeć tak, aby powstała gęsta masa.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Ola Kaczyńska

BUŁECZKI DROŻDŻOWE Z PORZECZKAMI

Składniki:

Ciasto

- 0,5 kg mąki tortowej
- 1 opakowanie suchych drożdży
- 1 jajko i 4 żółtka
- 0,5 szklanki cukru
- 0,5 szklanki mleka
- ½ kostki masła



Kruszonka

- 4 łyżki mąki tortowej
- 3 łyżki cukru pudru
- ¼ kostki zimnego masła
- jajko do smarowania
- powidła porzeczkowe



Przygotowanie:

Jajka ubić z cukrem na kogel-mogel. Dodać je do mąki wymieszanej z drożdżami. Dodać lekko podgrzane mleko. Mikserem z końcówkami do ciasta drożdżowego wyrobić gładką masę (około 10 minut). Pod koniec wyrabiania dodać rozpuszczone masło i ponownie wyrobić gładką masę. Odstawić do wyrośnięcia pod przykryciem, najlepiej w ciepłe miejsce. Ciasto powinno podwoić objętość. W międzyczasie przygotować kruszonkę: mąkę wymieszać z cukrem pudrem i wgnieść delikatnie masło. Z wyrośniętego ciasta formować bułeczki, w środek wkładając powidła porzeczkowe lub inny ulubiony dodatek. Bułeczki układać luźno na blasze wyłożonej papierem do pieczenia. Po wierzchu posmarować roztrzepanym jajkiem i posypać kruszonką. Blachę włożyć do piekarnika nagrzanego do temperatury 100°C. Piec około 30 minut w temperaturze 170°C.

kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Przemek Zając

KRUCHE ROGALIKI Z NADZIENIEM

Składniki (na około 100 małych rogalików):

- 3 szklanki mąki
- 1 duże opakowanie śmietany 18% (330 g)
- 1 kostka masła 200 g (83% tłuszczu)
- marmolada, dżem lub powidła (ważne, aby konsystencja była stała i nadzienie nie rozplęwało się w trakcie zawijania), pokrojona czekolada, nutella



Przygotowanie:

Mąkę przesiewamy, dodajemy śmietanę i masło. Siekamy, a później zagniatamy. Ciasto wkładamy do lodówki na około 30 minut. Po upływie tego czasu wyjmujemy je i dzielimy na około 5 – 6 równych części. Rozgrzewamy piekarnik do temperatury 190°C. Każdą część ciasta cienko wałkujemy tworząc koło o średnicy około 30 cm i dzielimy je na 16 równych części. Aby rogaliki wyszły zgrabne, odcinamy nadmiar ciasta tworząc z każdego kawałka trójkąt, na którego podstawę nakładamy marmoladę. Zawijamy i kładziemy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Wkładamy do rozgrzanego piekarnika na kilka minut – ciasto musi się zarumienić. Po wyjęciu z piekarnika, zostawiamy do wystygnięcia i oprószamy cukrem pudrem.



kategoria - słodkie przysmaki Kuchni Polskiej

Wiktor Kocjan

TRADYCYJNY „MURZYNEK” BABCI JADZI

Składniki:

- 250 g masła
- 1 i 1/3 szklanki cukru
- 7 łyżek wody
- 4 łyżki dobrego kakao
- ½ laski wanilii (tylko ziarenka ze środka)



Powyższe składniki rozpuścić w garnku i zagotować (powstanie płynna czekoladowa masa), a następnie zostawić do ostygnięcia.

- 5 jajek (oddzielnie białka, które trzeba ubić i żółtka)
- 1 i 1/2 filiżanki mąki pszennej
- 1 łyżka proszku do pieczenia
- 2 garści posiekanych orzechów włoskich
- masło i bułka tarta do tortownicy
- szczypta soli

Przygotowanie:

Do przestudzonej czekoladowej płynnej masy dodać żółtka oraz mąkę z proszkiem do pieczenia. Następnie wymieszać mikserem na gładką masę. Potem dodać orzechy i wymieszać. Na końcu dodać pianę z ubitych białek. Wymieszać delikatnie łyżką z ciastem. Blaszkę wysmarować masłem, oprószyć bułką tartą i przełożyć ciasto. Piec około 50 minut w piekarniku nagrzanym do temperatury 180°C. Wyjąć z tortownicy, schłodzić, posypać cukrem pudrem i podawać.





O.K.

WYTRAWNE

PRZYSMAKI

 **KUCHNI**

POLSKIEJ



I miejsce w kategorii – wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Michał Pasternak

CHLEB ŻYTNI NA ZAKWASIE

Składniki:

- 50 dag mąki żytniej
- 10 dag mąki orkiszowej typ 500
- 1,5 łyżeczki soli
- 1 łyżka ziaren słonecznika
- 1 łyżka siemienia lnianego
- zakwas
- około 500 ml wody



Przygotowanie:

Wszystkie składniki wymieszać. Formę posmarować smalcem i posypać mąką. Do foremki włożyć ciasto i zostawić do wyrośnięcia na 8 godzin. Piec 1 godzinę w temperaturze 180°C.

Smalec:

- 30 dag słoniny
- 1 cebula i sól do smaku

Słoninę drobno pokroić i stopić. Dodać pokrojoną cebulę, posolić i odstawić do stężenia.

Ogórki kiszzone:

- Ogórki, koper, chrzan, czosnek, sól, woda

Ogórki włożyć do słoika z dodatkami i zalać wodą (1łyżka na 1 l wody).



kategoria - wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Staś Żyłkowski

DŻEM Z WINOGRON I BUŁKI TATY

Składniki i przygotowanie:

Dżem z winogron

Umyte winogrona działkowe podgrzewamy tak, aby puściły sok. Przecieramy przez gęste sito. Dodajemy naturalną pektynę z odrobiną cukru. Wlewamy do słoików i pasteryzujemy.



Bułki Taty

- 500 g mąki
- 1,5 łyżeczki soli
- 220 g ciepłej wody
- 40 g oleju
- 40 g świeżych drożdży
- łyżeczkę cukru

Wyrobić na jednolite ciasto. Rozgrzać piekarnik do temperatury 200°C. Z ciasta uformować 8 bułek, ułożyć na blasze. Bułki wstawić do piekarnika na około 30 minut.



kategoria - wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Weronika Zawiślińska

PIEROGI Z MAZOWIECKIEJ CHATY

Składniki:

Farsz:

- 0,5 kg kiszzonej kapusty
- 0,5 kg pieczarek
- 1 cebula
- oliwa z oliwek
- kolorowy pieprz
- sól



Ciasto:

- 2 szklanki mąki pszennej
- 1 żółtko
- łyżeczka masła
- pół szklanki gorącej wody



Dekoracja:

- pęczek natki pietruszki

Przygotowanie:

Farsz:

Kapustę drobno posiekać, wrzucić do garnka z wodą. Po 40 minutach dodać podsmażoną na oliwie cebulkę i starte pieczarki. Całość dusić 1,5 godziny. Do smaku dodać kolorowy pieprz świeżo mielony.

Ciasto:

Mąkę połączyć z żółtkiem. Następnie dodać pół szklanki wody z rozpuszczonym masłem i szczyptę soli. Wyrobione ciasto rozwałkować i wypełnić farszem.

II miejsce w kategorii - wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Ola Kowalak

ŻUR ŚLĄSKI



III miejsce w kategorii - wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Hania Wywiał

KOTLET SCHABOWY



kategoria - wytrawne przysmaki Kuchni Polskiej

Janek Mackowiak

KREM Z DYNI Z CHMURKĄ ŚMIETANY I ZE SZCZYPTĄ CZARNUSZKI

