

Przepisy i potrawy

ROLADA SZPINAKOWA (Anka S.) Składniki: 4 jajka szpinak mrożony 1 opakowanie gałka muszkatołowa serek gładki np. Łaciaty puszysty lub Ostrowia lub inny naturalny – 2 op. troszkę jogurtu naturalnego cytryna wędzony łosoś (ok. 200 g) Rozmrozić szpinak, np. w niewielkiej ilości wody), odsączyć dobrze i odcisnąć. Dodać do niego gałkę muszkatołową, można trochę pieprzu. 4 białka ubić na sztywną pianę, dodać żółtka, wymieszać, dodać mocno odsączony na sitku szpinak mrożony (ja dodaję od siebie jeszcze dosłownie 1 łyżki mąki), wymieszać i wylać na blachę wyłożoną papierem do pieczenia (koniecznie papier bo inaczej się nie odklei !!!) i upiec (ok. 15 min w temp. 180). Upieczony biszkopt zwinąć z papierem w rulon. Zostawić do wystygnięcia. Rozwinąć, smarować białym serkiem z dodatkiem jogurtu naturalnego i otartej skórki z cytryny (ja daję skórkę z całej cytryny, ale można mniej, zależy od smaku, można dodać parę kropel soku). Na serek ułożyć kawałki wędzonego łososa. Zwinąć w rulon, owinać w folię spożywczą i schłodzić w lodówce. Kroić w plastry.

ŚLEDZIOWA SAŁATKA WARSTWOWA (Wanda S.)

Składniki: 8 płatów śledzi (jeśli bardzo słone to wymoczyć) 2-3 ziemniaki gotowane 2-3 jajka gotowane na twardo 2 marchewki ugotowane 3 cebule pokrojone w kostkę majonez, keczup, pieprz ser żółty Do okrągłej salaterki wysypujemy warstwami: Ugotowane ziemniaki starte na tarce, 1/3 cebuli pokrojonej w kostkę, śledzie pokrojone w paseczki, resztę cebuli, polewamy majonezem, następnie posypujemy ugotowaną startą marchewką, „mażemy” trochę keczupem, na to jajka pokrojone w kostkę, cienka warstwa majonezu, ser żółty starty na tarce. W między czasie można którąś warstwę posypać pieprzem. Schłodzić. Najlepiej podawać następnego dnia.

RYBA W

WARZYWACH (PO GRECKU J jak kto woli) (Anka S.)

Składniki: 1 kg filetów z dobrej ryby (dorsz, miruna, czerniak) 3 cebule 3-4 marchewki 3 korzenie pietruszki kawałek selera koncentrat pomidorowy olej, sól, pieprz, pieprz cytrynowy, papryka w proszku, ziele angielskie, listek laurowy Filety z ryby pokroić na dowolne kawałki, posypać solą i pieprzem cytrynowym. Obtaczać w mące i smażyć na gorącym oleju. Usmażone filety ułożyć jedną warstwą na półmiski lub talerze, odstawić i zabrać się za warzywa. Obrąć 3 cebule, 3-4 marchewki, 3 korzenie pietruszki i kawałek selera (w zależności od wielkości, bo nie każdy lubi charakterystyczny smak selera). Cebulę kroimy w półplasterki lub w piórka, a osobno ścieramy warzywa na tarce o dużych oczkach. Na dużej patelni, a jeszcze lepiej w tzw „gęsiarce” lub innym naczyniu, które można postawić na ogniu, smażymy na oleju cebulę (oleju musi być sporo ok. 1/2 szklanki). Po 2-3 minutach dodajemy 4 liście laurowe i 8-10 ziaren ziela angielskiego. Następnie wrzucamy starte warzywa i smażymy mieszając ok. 2 minut, aby się nie przypaliły. Warzywa podlewamy wodą, tak do 1/3 objętości naczynia, przykrywamy i dusimy na małym ogniu od czas do czasu mieszając i ewentualnie podlewając niewielką ilością wody. Jak warzywa będą na pół-miękkie dodajemy do smaku: sol, paprykę słodką, paprykę ostrą, pieprz i pół łyżeczki cukru. Dodajemy koncentrat pomidorowy lub przecier pomidorowy. Dusimy dalej na małym ogniu do miękkości. Jeśli warzywa są bardzo gęste to dolewamy troszkę wody, natomiast jeśli powstało za dużo sosu to podnosimy pokrywkę i odparowujemy nadmiar sosu. Jak warzywa troszkę przestygną to wykładamy ich równomiernie (razem z powstałym sosem) na przygotowane i usmażone ryby. W czasie wykładania warzyw można powyjmować ziele i liście. Schłodzić. Najlepsze następnego dnia.

ROLADA Z SERA ŻÓŁTEGO (Anka S.)

Składniki: 40 dag żółtego sera np.gouda 3-4 jajka na twardo 2 serki topione (prostokątne) 1/4 kostki masła szczypiorek 25 dag. pieczarek mała marchewka ugotowana sól, pieprz, cebula Ser włożyć do woreczka foliowego (ja kupuję ser w opakowaniu próżniowym) i włożyć do wrzątku na ok. pół godziny, aby zmiękł. W tym czasie zrobimy farsz. Jajka i szczypiorek drobno posiekać. Marchewkę pokroić w kostkę. Pieczarki najwygodniej posiekać przed smażeniem i usmażyć na maśle razem z cebulką również pokrojoną w kostkę. Dodać 1 łyżki groszku. Zmieszać wszystkie składniki, doprawić solą i pieprzem. Kiedy ser jest już miękki, wyjmujemy z woreczka i rozwałkowujemy go na prostokąt (najlepiej robić to na posmarowanym olejem blacie, wałek też posmarować - wtedy ser się nie będzie przyklejał), rozsmarować farsz i zwinąć roladę. Zawinąć w folię spożywczą. Włożyć do lodówki na 2-3 godziny. Kroić w plastry przed podaniem. Farsz można przygotować z dowolnych składników, np. szynki i papryki, ważne aby bazą do farszu był serek topiony.

KOŁDUNY MOJEJ BABCI (Anka S.)

Składniki: - mięso z rosółu - 3 - 4 cebule i kawałek boczku albo słoniny na skwarki - 1 – 1,5 kg ziemniaków ugotowanych (zależy ile mamy mięsa) - 2 jajka - mąka - sól, pieprz, maggi, majeranek, olej Ziemniaki ugotować (najlepsze są z poprzedniego dnia), przecisnąć przez praskę do ziemniaków albo zmielić w maszynce do mielenia. Mięso z rosółu oddzielić od kości i zmielić. Na oleju podsmażyć

pokrojone w kostkę 2 cebule, dodać zmielone mięso, podsmażyć chwilę, doprawić solą, pieprzem, można dodać maggi i trochę majeranku. Wystudzić. Do zimnych ziemniaków dodać 2 jajka i mąki ile zabierze, musi być ciasto jak na kopytka. Na stolnicy rozsypujemy trochę mąki, odrywamy kawałek ciasta i rozplaszczamy go dłonią posypaną mąką. Przekładamy na rękę (placek ma przypominać kształtem dłoń, ma być podłużny). Na środek ciasta wykładamy wzdłuż farsz i zlepimy dłońmi, tworząc kształt jak na zdjęciu. W garnku nastawiamy wodę, solimy i dodajemy łyżkę oleju. Wrzucamy po parę kołdunów na wrzątek, gotujemy ok. 2 minuty od wypłynięcia. Podawać gorące polane skwarkami usmażonymi z cebulką.

ZAPIEKANKA Z BROKUŁEM (Anka S.)

Składniki: - makaron gruby (świderki, kolanka, kokardki) ok. 30-40 dag - 1 podwójna pierś z kurczaka - 1 brokuł - 3 jajka - ½ szklanki mleka - ser żółty ok. 20 dag - przyprawa do grosza, sól, pieprz, olej
Makaron ugotować w osolonej wodzie, na pół-twardo (al’dente jak kto woli), odcedzić na sitku. Pierś z kurczaka opłukać, osuszyć i pokroić w kostkę (ok. 1,5 – 2 cm). Polać olejem i dobrze posypać przyprawą do grosza, wymieszać łyżką lub ręką, żeby marynata dotarła do każdego kawałka kurczaka. Odstawić na ok. 30 minut. (Można również zamarynować kurczaka np. dzień wcześniej i wstawić do lodówki). Następnie obsmażyć kawałki kurczaka na rozgrzanej patelni na niewielkiej ilości oleju (może wystarczyć ten olej z marynaty a czasem trzeba trochę dolać). Brokuła podzielić na różyczki i ugotować na półtwardo w osolonej wodzie z dodatkiem szczypty cukru i paru kropel przyprawy Maggi. Odcedzić. Naczynie żaroodporne wysmarować olejem lub masłem, wsypać makaron i kurczaka razem z powstałym sosem spod smażenia i wymieszać. Następnie wsypać brokuła i delikatnie „powcisnąć” go w makaron, tak żeby ładnie wyglądało. Przygotować masę jajeczną: 3 jajka rozmieszać widelcem, dolać ½ szklanki mleka, doprawić solą, pieprzem i maksymalnie 1 łyżeczką przyprawy do gyrosa, wymieszać i poleć równomiernie makaron. Posypać po wierzchu startym serem żółtym. Wstawić do piekarnika i piec ok. 15-20 minut w 180°C, aż po domu zacznie się roznosić przyjemny zapach a ser się roztopi.

GALARETA Z KARPIA (Anka S.)

Składniki: - 2 karpie (razem ok. 2 kg) lub jeden większy plus łby (ja czasem zamrażam sobie łby jak czasami w ciągu roku mam karpia i wtedy też ich dodaję do galarety) - 2 cebule -1-2 marchewki, 2 pietruszki i kawałek selera - 2 ząbki czosnku - ziele angielski, liść laurowy -sól, pieprz, curry, maggi, przyprawa do ryb - □cytryny - żelatyna Do dekoracji - 3 jajka ugotowane - groszek z puszki - natka pietruszki - warzywa z wywaru - cytryna (jeśli nie ma gorzkiej skórki) Karpie oczyścić, odciąć łby (wyjąć oczy i skrzela) odfiletować (lub pokroić na dzwonka). Do płaskiego garnka włożyć 2 ząbki czosnku, 2 przekrojone cebulę, obrane i pokrojone warzywa: seler, marchew, pietruszkę, wrzucić ziele angielskie i liście laurowe. Zalać warzywa wodą (tylko tyle, aby warzywa były przykryte), postawić na kuchni i zagotować, zmniejszyć ogień, posolić i dodać inne przyprawy (trochę pieprzu, maggi, szczyptę curry, przyprawę do ryb). Gotować na wolnym ogniu ok. 15 minut, po czym dodać łby z karpia i kręgosłupy (przy odfiletowaniu ryb), lub kawałki karpia razem z ości (bez filetowania). Gotować na bardzo małym ogniu, tak żeby tylko „mrugało”, żeby rosół nie był mętny. W trakcie gotowania wcisnąć sok z □cytryny. Gotować ok. 30 minut. Jeśli robimy galaretę z odfiletowanego karpia to dodać pokrojone filety po 15 minutach gotowania smaku na łbach. Wyłączyć, wyjąć delikatnie łyżką cedzakową filety, a resztę przecedzić. Przekaszony wywar doprowadzić do wrzenia, wyłączyć, dodać żelatynę (2-3 łyżki w zależności od ilości płynu) i intensywnie wymieszać do rozpuszczenia żelatyny. Doprawić ewentualnie do smaku. Przystudzić. Na półmiski poukładać filety lub dzwonki (jeśli ktoś ma ochotę to może delikatnie postarać się powyjmować ości), udekorować ładnie pokrojonymi kawałkami marchewki i pietruszki z rosółu, gotowanym jajkiem, natką pietruszki i posypać odcedzonym groszkiem z puszki. Wystudzoną galaretę wylewać delikatnie łyżką na półmiski. Po całkowitym wystudzeniu wstawić do lodówki do zastygnięcia.

SZCZUPAK FASZEROWANY (lub w formie KLOPSA RYBNEGO) (Anka S.)

Składniki: - szczupak o długości ok. 60 cm - duża cebula - ½ kostki masła - 2-3 suche bułki - pęczek natki pietruszki i koperku (lub ewentualnie suszony) - szklanka mleka - 3 jajka (do KLOPSA 6 jajek) - sól, pieprz Ze szczupaka zdjąć skórę (proces pracochłonny ale opis można znaleźć w necie), mięso odfiletować (nie przejmować się jeśli zostanie trochę ości bo i tak zmielą się w maszynce) i zmielić w maszynce, dodać 2-3 namoczone w mleku i odcisnięte bułki. Cebulę pokroić w kostkę, zeszklić na maśle i dodać do masy rybnej. Następnie dodać pokrojony drobno koperek i pietruszkę. Doprawić solą i pieprzem, dodać 3 całe jajka. Wszystko dokładnie wymieszać. Zszyć delikatnie albo spiąć dziury w skórze z ryby i wysmarować ją w środku olejem. Masą napełnić skórę szczupaka. Ułożyć na wysmarowanej blasze (najlepiej na skos, ale to zależy od długości szczupaka). Jeśli zostało farszu to napełnić również łeb szczupaka i położyć na blasze. Szczupaka na wierzchu posmarować masłem lub olejem. Piec ok. 1 godziny w temperaturze ok. 180°C, aż do zrumienienia skórki. Jeśli nie mamy skóry to z tej samej masy możemy zrobić klops rybny z gotowanym jajkiem w środku. Formę keksówkę wysmarować tłuszczem i

wysypać tartą bułką Włożyć połowę masy rybnej, następnie delikatnie wcisnąć w nią 2-3 ugotowane na twardo jajka i wyłożyć resztę masy rybnej. Wygładzić powierzchnię. Na wierzchu posypać tartą bułką i położyć wiórki masła. Piec ok. 40 minut w temperaturze ok. 180 °C. Klops można też zrobić z dowolnej innej ryby.