



Książka  
Kucharska



*stworzona ze smakiem*

*Drodzy Czytelnicy, Kucharze, Smakosze, Łakomczuchy...*

*Za nami kolejny Grudzień. Miesiąc pełen wspaniałych wrażeń, przeżyć, refleksji...*

*W naszym Maltańskim Domu dodatkowo – wyjątkowo pracowity. Po prostu „Grudzień z pasją”.*

*To nazwa projektu, na który otrzymaliśmy wsparcie ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego). W trakcie plastyczno – technicznych i kulinarnych warsztatów mogliśmy po prostu poszaleć.*

*Jednym z owoców projektu jest właśnie niniejsze dzieło. Ja ze swojego miejsca serdecznie dziękuję wszystkim, z którymi „Grudzień z pasją” tworzyłem i przeżywałem.*

*Jerzy Pelowski*

*Puszczykowo, Grudzień 2011*



## Spis treści

### Pyszne sałatki

sałatka śledziowa.....	1
sałatka z gyrosem.....	2
sałatka ryżowa z ananasem.....	3
sałatka warzywna.....	4

### Dania z fantazją

pierogi z kapustą i grzybami.....	5
paszteciki z farszem mięsnym.....	6
barszcz ukraiński.....	7
krem pieczarkowy.....	8
kapusta z grochem, ziemniaki, klopsy mielone z kaszą .....	9

### Słodkości

murzynek lzy.....	10
jabłecznik z kruszonką.....	11
makielki.....	12
pierniki.....	13
Kutia.....	14
Strucla makowa.....	15



## Sałatka śledziowa

Składniki:

- 2 opakowania śledzi w zalewie octowej
- 5 sztuk ogórków kiszonych
- 5 sztuk ogórków konserwowych
- 2 duże cebule

Śledzie pokroić w dużą kostkę, cebulę pokroić w drobną kostkę. Na talerzu nakładać warstwami (śledź, ogórki, cebule)





## SAŁATKA Z GYROSEM

- 2 kapusty pekińskie
- 1 sałata lodowa
- 1 puszka kukurydzy
- 2 ogórki zielone
- 5 ogórków konserwowych
- 1 kg piersi z kurczaka
- 3 paczki przyprawy z gyrosa
- 1 duży majonez
- 1 duży jogurt naturalny
- sól, pieprz do smaku
- mały ketchup

Piersi z kurczaka pokroić w kostkę, usmażyć na złoty kolor z przyprawą do gyrosa (pozostawić do ostygnięcia)

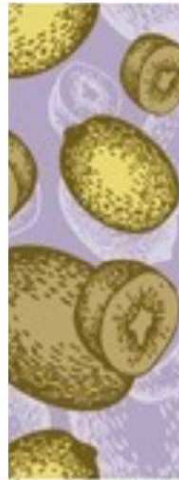
Pozostałe składniki pokroić. Całość wymieszać i doprawić do smaku.



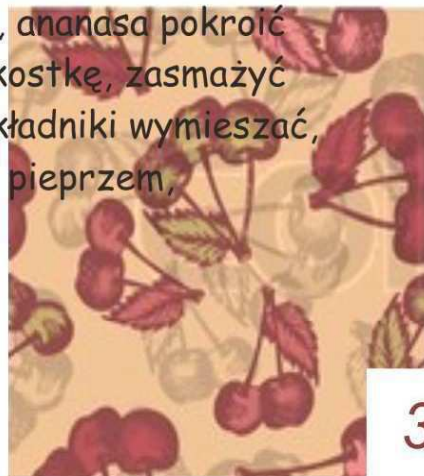


## SAŁATKA RYŻOWA Z ANANASEM

- 1 kg ryżu
- puszka ananasa
- piersi z kurczaka
- por
- puszka kukurydzy
- słoik średni majonez
- pieprz, sól, cukier



Ryż ugotować do miękkości, ananasa pokroić w kostkę, piersi pokroić w kostkę, zasmażyć a por pokroić. Wszystkie składniki wymieszać, dodać majonez, przyprawić pieprzem, solą i cukrem.







## SAŁATKA WARZYWNA

- 1 kg marchwi
- 0,5 kg pietruszki
- 1 duży seler
- puszka kukurydzy
- 3 kg ziemniaków
- średni majonez
- 2 pory
- 10 sztuk jaj
- pieprz
- sól
- 4 jabłka
- 7 ogórków kiszonych
- puszka groszku konserwowego
- 3 łyżki musztardy



Warzywa, jaja ugotować i pokroić w kostkę.  
Por, ogórek, jabłka pokroić w kostkę.  
Składniki wymieszać a następnie doprawić do smaku majonezem, musztardą, przyprawami.



## PIEROGI Z KAPUSTĄ I GRZYBAMI



Przepis na farsz:

- 4 łyżki kapusty kiszzonej, 2 duże cebule,  
garść suszonych grzybów.

Kapuste gotujemy małej ilości wody oko  
łoi 20 minut, następnie odcedzamy i dodajemy  
pokrojoną, podsmażoną cebule i zaparzone,  
pokrojone grzybki. Farsz przyprawiamy solą i  
pieprzem.

Przepis na ciasto:

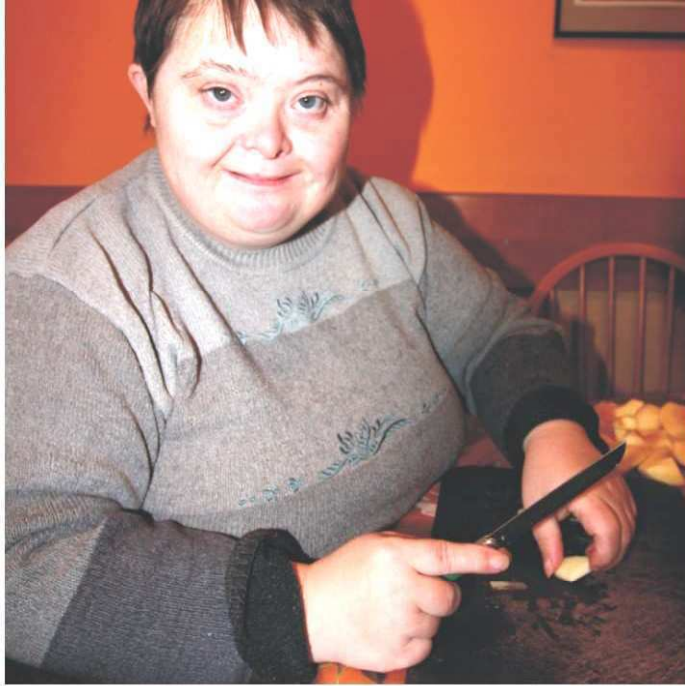
- 3 szklanki mąki, 1.5 szklanki gorącej wody,  
9 łyżek oliwy.

Mąkę zalewamy wrzącą wodą z dodatkiem  
oliwy.

Wyrabiamy do powstania jednolitej masy.

Wałkujemy ciasta, wykrawamy szklanką kółka  
nakładamy łyżeczką farsz, składamy na pół i  
zduszamy brzegi.





## PASZTECIKI Z FARSZEM MIĘSNYM

### Składniki:

- 4 paczki ciasta francuskiego gotowego
- 70 dg wątróbki wołowej
- 70 dg filetów drobiowych
- 5 sztuk cebuli
- 2 kostki masła
- pieprz, sól, majeranek i imbir

Kroimy drobno wątróbkę i filety. Rozpuszczamy cebule w dwóch kostkach masła, następnie dodajemy mięso i przyprawy do smaku. W gotowe ciasto francuski wkładamy farsz. Powstałe paszteciki smarujemy surowym jajem i wkładamy do rozgrzanego piekarnika (200 stopni) na 20 minut.





## BARSZCZ UKRAIŃSKI

- 2 paczki włoszczyzny
- 1 kg buraków
- 1 kg ziemniaków
- 2 puszki fasoli
- 2 butelki koncentratu barszczu
- 2 cytryny
- ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, sól, cukier

Wszystkie warzywa umyć, obrać, pokroić w kostkę, ugotować z dodatkiem przypraw: (liście laurowe, ziele angielskie, sól, cukier) pod koniec wlać koncentrat barszczu i doprawić sokiem z cytryny.





## KREM PIECZARKOWY

- 1 kg pieczarek
- 2 cebule
- pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie
- 4 kostki rosółowe
- 1 śmietana 12%

Pieczarki pokroić, cebule pokroić (delikatnie podsmażyć na patelni ).

Pieczarki zalać wodą, dodać kostki rosółowe, sól, pieprz, zagotować.

Gotować na wolnym ogniu około 20 minut.

Następnie całość dokładnie zmiksować blenderem.

Doprawić zupę liściem laurowym i zielem angielskim, chwile jeszcze pogotować.

Zagęścić zupę śmietaną wymieszaną z mąką.

Smak zupy można polepszyć dodając jeden serek topiony.





## Kapusta z grochem, ziemniaki, klopsy mielone z kaszą.

- 1 kg kapusty kiszzonej
- 1/2 kg grochu łuskanego
- pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek
- 1 kg mięsa mielonego
- 4 cebule
- 2 torebki kaszy jęczmiennej z warzywami
- 5 kg ziemniaków

Kapustę podgotować około 15 minut. Wodę odlać. Groch ugotować do miękkości. Składniki wymieszać, dodać jedną sztukę pokrojonej i podsmażonej cebuli. Doprawić liść laurowy, solą i pieprzem, zielem angielskim. Chwile pogotować na wolnym ogniu.

Kasze ugotować do miękkości, ostudzić, cebule pokroić i podsmażyć. Wszystko wymieszać, przyprawić pieprzem, solą, majerankiem. Toczyć kulki średniej wielkości, usmażyć na złoty kolor.

Ziemniaki obrać, ugotować i podusić.

Dodać 1 cebule pokrojoną i podsmażoną na smalcu, wymieszać.



## MURZYNEK IZY

- 2 szklanki mąki
- 1 szklanka cukru
- 1/2 szklanki wody
- 4 jaja (białka ubić)
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 3 łyżki kakao
- 1 margaryna
- olejek migdałowy

Margarynę, cukier, wodę, kakao rozpuścić, ostudzić i dodawać resztę składników.

Na końcu ubite białko z jajek, składniki wymieszać.

Piec w nagrzanym piekarniku około 180 stopni około 45 minut.







## JABŁECZNIK Z KRUSZONKĄ

- 1 kostka masła
- 60 dg mąki
- 4 jaja
- 1 proszek do pieczenia
- 1 cukier waniliowy
- 1/2 szklanki cukru
- 1 1/2 łyżki octu
- jabłka, cynamon, bułka tarta



Wszystko zagnieść , rozwałkować.  
Podzielić na dwie części. Jabłka wymieszane z 2 łyżkami kartoflanki wyłożyć na ciasto, posypać tartą bułką, cynamonem, a następnie rozłożyć pozostałą część ciasta rozwałkowanego na wielkość blachy.

Przygotować kruszonkę z 1/2 kostki masła, 1 1/2 szklanki mąki i 1/2 szklanki cukru.

Zagnieść składniki i posypać wierzch ciasta.

Piec w nagrzanym piekarniku od 190 - 200 stopni, około 45 minut.





## MAKIEŁKI



- 2 paczki makaronu świderki
- 1 paczka mielonego maku
- bakalie( orzechy włoskie, migdały, suszone morele)
- olejek migdałowy

Makaron ugotować, ostudzić i następnie wymieszać z makiem i pokrojonymi bakaliami. Do smaku parę kropel oleju migdałowego.



## PIERNIKI



- 2 kg mąki
- 50 dg miodu
- 50 dg cukru
- 10 jaj
- 5 dg kakao
- 1 opakowanie przyprawy do pierników lub goździki, imbir, cynamon, gałka muskatułowa, ewentualnie proszek do pieczenia.

Wszystkie składniki dobrze wymieszać, ciasto piernikowe wyrobić, a następnie rozwałkować, wykrawać różne kształty pierników. Piec w rozgrzanym piekarniku około 180 stopni na złoty kolor.





## KUTIA

Składniki:

50 dg mąki

30 dg pszenicy

15 dg rodzynek

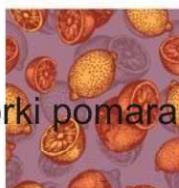
10 dg łuskanych orzechów

10 dg migdałów

3/4 łyżki kandyzowanej skórki pomarańczy

1/2 szklanki miodu

1/2 szklanki śmietanki



Pszenice opukać, zalać zimną wodą i gotować do miękkości około 2 godziny. Orzechy i migdały sparzyć, obrać ze skórki. Mak opukać, zalać wrzątkiem i pozostawić na małym ogniu, Po 15 minutach zdjęć z ognia, przestudzić, odlać wodę, a mak zmielić 3 razy w maszynce do mięsa Miód przełożyć do rondelka, umieścić większym naczyniu z gotującą wodą i podgrzewać, aż do rozpuszczenia miodu. Orzechy i migdały posiekać. Mak wymieszać z rodzynkami, miodem i śmietanką, orzechami, migdałami, skórki pomarańczową, pszenicą. Gotowy deser przełożyć do miseczki w wstawić do lodówki na 1-2 godzin





## STRUCLA MAKOWA

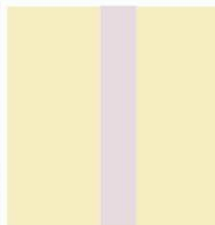
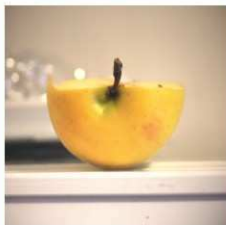
- 1/2 kg mąki
- 1 kostka margaryny
- 1 łyżka mleka
- 10 dg drożdży
- 2 łyżki cukru
- 2 jajka
- 1 puszka zmielonego maku

Drożdże , cukier, mleko rozpuścić na zimno.

Margarynę rozrobić z mąką i jajami. Następnie dodać rozpuszczone drożdże i wszystko razem wymieszać, uformować kulę i włożyć do zimnej wody aż ciasto wypłynie.

Ciasto rozwałkować, posmarować rozpuszczoną łyżką margaryny, równomiernie wyłożyć zmielony mak z bakaliami. Odstawić na 30 min. do wyrośnięcia. Piec w nagrzanym piekarniku 190 stopniach około 1 godz.





...ze smakiem



Dziękujemy



Dom Pomocy Maltańskiej  
w Puszczykowie



Samorząd Województwa  
Wielkopolskiego